

# 북이도서관 여름학기 수강생 모집

- 운영기간 : 2024. 7. 1 ~ 8. 29.(9주간)
- 모집기간 : 2024. 6. 20.(목) 10:00 ~ 모집 완료 시까지
- 모집인원 : 55명(아동 20, 성인 35)
- 접수방법 : 인터넷 접수
- 수 강 료 : 무료(단, 재료비 별도)
- 운영내용

강좌명	기 간	대상	강의 시간	모집 인원	강의 횟수
퀵트 공예	7.1. ~ 8.26. (매주 월요일) 14:00~16:00	성인	2	10	9
서예 교실	7.9. ~ 8.20. (격주 화요일) 13:30 ~ 16:30	성인	3	13	4
역사 독서캠프 - 우리는 역사 탐험대!	8.6. ~ 8.8. (화~목요일) 13:00~15:00	초등	2	20	3
요가와 밴드	7.4. ~ 8.29. (매주 목요일) 14:00~16:00	성인	2	12	8

## 퀼트 공예

강좌명	퀼트 공예	강사명	이진
대상	성인	인원	10명
기간	2024. 7. 1. ~ 8. 26. (매주 월요일 14:00~16:00)	교육장소	문화교실
강의목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 다양한 퀼트 기법을 이용하여 손바느질로 가방 및 생활용품을 만들어 봅니다.</li> </ul>		
회차	월일	주제	내용
1	7. 1	<b>배낭 1</b>	배낭 앞, 뒷면 옆면과 바닥 모양대로 그려 재단 해주기
2	7. 8	<b>배낭 2</b>	재단된 앞면을 퀼팅 솜-안감-앞면 순으로 놓고 가장자리 꿰매기
3	7. 15	<b>배낭 3</b>	앞면에 퀼팅 라인 그려준 후 라인 따라 퀼팅 해주기
4	7. 22	<b>배낭 4</b>	재단된 뒷면을 퀼팅 솜-안감-뒷면 순으로 놓고 가장자리 꿰매기
5	7. 29	<b>배낭 5</b>	뒷면에 퀼팅 라인 그려준 후 라인 따라 퀼팅 해주기
6	8. 5	<b>배낭 6</b>	재단된 옆면과 바닥 면을 퀼팅 솜-안감-앞면 순으로 놓고 가장자리 꿰매주기
7	8. 12	<b>배낭 7</b>	옆면과 바닥 면에 퀼팅라인 그려준 후 라인 따라 퀼팅 해주기
8	8. 19	<b>배낭 8</b>	앞면과 뒷면 사이에 연결된 옆면과 바닥면 연결해 가방 모양으로 만들어 주기
9	8. 26	<b>배낭 9</b>	실 2겹으로 단단하게 핸들 달아 배낭 완성 해주기
교재 및 재료비		* 별도 (작품에 따라 다르게 적용될 수 있습니다)	

## 서예교실(예서반)

강좌명	서예교실(예서반)	강사명	김홍식
대상	성인	인원	13명
기간	2024. 7. 9. ~ 8. 20. (격주 화요일 13:30 ~ 16:30)	교육장소	문화교실
강의목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 서도를 통하여 마음가짐을 바르게 갖도록 한다.</li> <li>• 예서를 배움으로써 서예 세계를 이해하도록 한다.</li> <li>• 스스로 서도의 세계에 몰입하여 인격 수양에 도움이 되도록 한다.</li> </ul>		
회차	월일	내용	
1	7. 9.	뜻다름이 復다시부 安편안안 顔얼굴안	
		氏각씨씨 畚고을읍 中가운데중 繇일할요	
2	7. 23.	리마을리 并아우를병 官벼슬관 聖성인성	
		秦진나라진 項목항 作지을작 亂어지러울란	
3	8. 6.	心마음심 念생각념 聖성인성 歷지널력	
		麟기린린 顔얼굴안 氏성씨씨 聖성인성	
4	8. 20.	靈신령령 韓나라한 音소리음 飾꾸밀식	
		親어버이친 禮예돈례 所바소 宜마땅의	
준비물		문방사우	

## 역사 독서 캠프 - 우리는 역사 탐험대!

강좌명	역사 독서캠프 - 우리는 역사 탐험대!		강사명	정순란, 김진
대상	초등학생		인원	20명
기간	2024. 8. 6. ~ 8. 8. (화~목요일 13:00~15:00)		교육장소	어린이자료실
강의목표	1. 역사에 대한 관심과 역사적 탐구 능력을 신장시켜 우리의 정체성과 현재 모습을 올바르게 이해한다. 2. 책으로 만나는 역사를 맞이하며 기록의 중요성을 깨닫는다.			
차시/월일	주제	활동내용		
		13:00~13:50	14:00~15:00	
1 (8월 6일)	도서관 추적놀이	독서캠프 안내 및 개교식	역사 인물 찾아 도서관 한바퀴 - 다 함께 책 읽기	
2 (8월 7일)	한발 두발 역사 속으로	책 속의 주인공을 소개합니다 - 내가 찾은 역사 인물 소개	생각 날기 역사 놀이 - 역사 보드게임	
3 (8월 8일)	독서캠프를 마치며	독도, 바닷속으로! - 독도 이야기 자세히 들어다보기	올려라! 독서 골든벨 - 퀴즈 한마당	
참고도서		* 독도 바닷속으로 와볼래? / 안미란 / 봄별		

## 요가와 밴드

강좌명	요가와 밴드		강사명	이은혜
대상	성인		인원	12명
기간	2024. 7. 4. ~ 8. 29. (매주 목요일 14:00~16:00)		교육장소	문화교실
강의목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 요가 동작을 이용한 밴드 운동으로 근력과 근지구력, 유연성 향상에 도움을 주어 몸과 마음의 조화를 이룬다.</li> </ul>			
회차	월일	주제	내용	
1	7. 4.	밴드 이용한 유연성 향상	양손 머리 위로 뻗어 어깨 정도 밴드 잡고 좌우 기울기로 척추라인을 잡는 근육과 건.인대의 유연성 향상 10회 2세트	
2	7.11	무릎강화운동	무릎에 안정화를 위해 엉덩이 근육과 허벅지 근육 강화를 위해 발로 밴드를 밟고 양손 밴드 잡아 등 뒤로 고정 후 앉고 일어서면서 자극 12회 3세트	
3	7.18	복부강화운동	누워서 양발에 밴드 고정 후 양손 밴드 상체와 다리 든 상태로 접었다 폈다 반복 20회 2세트	
4	7.25	전신강화운동	플랭크 자세로 양발 고리 밴드 후 벌린 상태로 30초 머물기 실시하여 어깨, 등, 허리. 엉덩이, 허벅지, 종아리 근육 강화 8회 실시	
5	8. 1	내외복사근 강화운동	누워서 양손 밴드로 머리 감싸고 한 쪽씩 왼무릎과 오른 팔꿈치가 교차 되게 상체 비틀어 올라와 내외 복사근 강화 30회 3세트	
6	8. 8	가슴근력강화 운동	누워서 밴드 등 뒤에 두고 양손 밴드 고정, 양팔 하늘 위로 뻗어주어 큰 가슴, 작은 가슴 근육, 어깨회전근개강화 20회 2세트	
7	8.22	어깨안정화 및 등근육강화	앉아서 두 다리 뻗어 밴드 발에 고정 양손 밴드 잡아 양팔 굽혀 뒤로 당겨주어 상체 근육 및 등 근육 강화, 어깨 안정화 20회 2세트	
8	8.29	하지근력강화	누운 상태에서 허벅지에 밴드 고리로 고정 후 다리 모아 위로 뻗어 양쪽으로 벌려 하지 근육을 강화 16회 3세트	
준비물			요가매트, 밴드(세라밴드로 원형이 아닌 긴 줄로 된 것) ※ 밴드 참고사항 : 다이소 3천원 이하	