

## 2017년 하반기 평생학습원

# 시니어(어르신)과정 정규강좌 수강생 모집

- ▶ 접수일시 : 2017. **7. 31**(월) ~ **8. 3**(목) / 매일 10시 ~ 17시
- ▶ 접수장소 : 평생학습원 **205호**
- ▶ 접수방법 : **본인 직접 신분증 지참**하여 내방 접수(선착순 접수 아니며 **대리신청 불가**)
- ▶ 신청자격 : 포항시에 주소를 두고 거주하는 만60세 이상 시민(‘**57. 8. 31**이전 출생자)
- ▶ 수 강 료 : 무료(각 강좌별 재료비 별도)
- ▶ 공개추첨 : 2017. 8. 8(화) / 14시 (205호) 모집인원 초과 강좌에 대해 정원 및 후보자 추첨
- ▶ 공개추첨자 결과발표 : 2017. 8. 16(수) / 18시까지
  - ✓ 개인별 휴대전화 문자메시지 발송 및 평생학습원 홈페이지 공지사항 게시
- ▶ 교육기간 : 2017. **9. 4**(월) ~ **12. 29**(금) / 16주간 (※ 자원봉사별도 1회 실시)
- ▶ 문 의 처 : 054) 270-4371

### 수강신청 시 유의사항

- 1인 2강좌까지 접수 가능
  - 1인 3강좌 이상 수강신청 시 모든 강좌 취소(별도 연락 없음)
  - 유사과목에 대한 중복 신청 자제
- 모집인원 초과 강좌에 대해 각 강좌별 후보자는 모집인원의 40% 선정
  - 개강 6주 후부터는 후보자 수강 제한      - 신청인원 정원 70%미만 접수시, 폐강
- 접수기간 중 신청된 강좌에 대해 변경 불가
- 수강신청서에 정확한 내용으로 기입(착오 시 안내불가)
- 수업 시작 후 3회 연속 결석 시 수강자격 중지되며, 후보자 우선순위 순으로 수강기회 주어짐
- 동일과목 연속 3회 이상 수강시 후보자에게 수강기회 주어짐 : 2018년 하반기부터 적용  
(2017년 상·하반기, 2018년 상반기 연속 3회 동일 과목 수강할 경우 2018년 하반기부터 수강제한 함)
- 공개추첨 당일에 희망자는 참관 가능
- 법정 공휴일 및 임시공휴일 휴강
- 학습원 사정에 따라 강의실 및 강의시간 변동 가능

## 2017 하반기 시니어(어르신) 과정 정규프로그램

구분	강좌명	모집인원	요일 및 시간	교육내용	예상재료비(교재비)	강의실
건강 (7)	건강요가(월)	40	월 14:00~15:00	호흡과 명상으로 신체적, 정신적 건강 추구	-	410호
	건강요가(화)	40	화 14:00~15:00	호흡과 명상으로 신체적, 정신적 건강 추구	-	410호
	건강요가(목)	40	목 14:00~15:00	호흡과 명상으로 신체적, 정신적 건강 추구	-	410호
	건강체조	40	월 10:00~12:00	근력과 유연성운동을 통해 체력 증진	-	410호
	손 건강 활용법	30	화 10:00~12:00	내 몸은 내가 고치는 손 건강 관리법	50,000	116호
	약용식물 길라잡이	30	수 10:00~12:00	약용식물의 재배방법과 이용범위, 유독식물과의 구별법	15,000	405호
	택견	30	수 10:00~12:00	택견으로 바른 몸만들기	-	410호

## 2017 하반기 시니어(어르신) 과정 정규프로그램

구분	강좌명	모집인원	요일 및 시간	교육내용	예상재료비(교재비)	강의실
예능취미 (23)	교양 논어	50	월 13:00~15:00	논어를 주제별로 살펴보고 현대적 의미 파악	2,000	403호
	라인댄스 초급반(금)	60	금 14:00~15:00	왕초보를 위한 반복연습으로 기초 습득	-	409호
	라인댄스 리듬반(화)	60	화 14:00~15:00	정서적인 곡 사용으로 운동효과 증대	-	409호
	라인댄스 리듬반(목)	60	목 14:00~15:00	정서적인 곡 사용으로 운동효과 증대	-	409호
	민요와 반주 장단	40	월 10:00~12:00	반주장단 및 민요, 발림 등 우리음악의 기초이론	6,000	301호
	사물놀이	25	수 13:00~15:00	사물악기의 조화 이루는법 알기	-	115호
	생활풍수	30	금 10:00~12:00	풍수를 바르게 이해하여, 건강생활에 응용	46,000	116호
	서예	20	월 10:00~12:00	전통서법에 대한 이해와 체계적인 기본운필의 습득	70,000	404호
	실버가야금 병창	20	수 13:00~15:00	가야금의 기본적인 이론 및 실기와 민요부르기	-	307호
	실버남성요리	24	월 14:00~16:00	쉽게 접할수 있는 밑반찬위주의 실습 (남성만 접수가능)	100,000	302호
	아코디언	25	목 13:00~15:00	아코디언 기본 연주법 익히기 (개인 아코디언 소지한 분)	-	205호
	오카리나왕초보	20	수 09:30~11:00	아름다운 소리를 통한 정서적안정과 개인의특기 개발(오카리나 개인 소지)	10,000	112호
	오카리나 초보	20	수 11:00~12:30	아름다운 소리를 통한 정서적안정과 개인의특기 개발(오카리나 개인 소지)	10,000	112호
	우리고장 역사	30	목 10:00~12:00	우리고장역사와 문화유적에 관한 전반적인 지식습득	-	405호
	우쿨렐레	30	목 10:00~12:00	기본적인 연주법을 통한 반주	5,000	306호
	정다운 가곡	30	화 14:00~16:00	다양한 음악을 접하고 타인과의 화음을 익혀 음악의 깊이 체험	12,000	205호
	청춘 난타	25	화 10:00~12:00	난타 형식으로 휘모리장단을 익혀 음악에 맞춰 연주	-	412호
	트로트댄스 왕초보	60	금 10:00~11:30	트로트댄스를 처음 시작하시는 분	-	409호
	트로트댄스 초보	60	수 10:00~11:30	트로트음악에 맞춰 신나는 유산소운동	-	409호
	포크기타	25	목 13:00~15:00	기타의 전반적인 지식 및 기타 연주법 습득	-	306호
	하모니카 왕초보(c)	20	월 09:30~11:00	C 온음 연주법 (하모니카 개인 지참)	6,000	112호
	하모니카 초보(C, C#)	20	월 11:00~12:30	C 온음, C# 반음연주법 (하모니카 개인지참)	6,000	112호
	한국무용	40	월 13:30~15:30	기본 춤사위와 흥겹고 멋스러운 미니속춤 습득	-	409호
정보화 (7)	쉽게 따라하는 스마트폰 활용(화)	30	화 10:00~12:00	스마트폰의 기본 사용법 숙지 및 다양한 앱 이용	-	406호
	쉽게 따라하는 스마트폰 활용(목)	30	목 10:00~12:00	스마트폰의 기본 사용법 숙지 및 다양한 앱 이용	-	406호
	인터넷 기초	20	목 10:00~12:00	원하는 정보를 찾고 멀티미디어와 연계한 실생활 활용법	11,000	111호
	인터넷 활용	20	화 10:00~12:00	인터넷 개요, 이메일, 정보검색, 사진편집 등 다양한 인터넷 무료서비스 경험	-	111호
	컴퓨터 왕초보	20	월 10:00~12:00	윈도우와 인터넷의 기초 사용법 반복 실습	8,000	111호
	컴퓨터 초보	20	월 13:00~15:00	인터넷 초급과정과 한글 문서작성	-	111호
	SNS기초	20	수 10:00~12:00	밴드, 페이스북 등 SNS활용법	15,000	408호
어학 (3)	시의 숲을 거닐다	20	목 10:00~12:00	시에 대한 이해와 시읽기를 통해 풍요로운 삶 추구	-	112호
	영어 회화 기초	30	목 15:00~17:00	실생활 영어 및 여행영어 연습	10,000	403호
	중국어 회화 기초	30	화 13:00~15:00	중국어 읽기와 간단한 회화 연습	15,000	306호
공개 (2)	웃음치료	50	수 10:00~12:00	웃음을 통해 자신을 알고 건강 되찾기	-	403호
	활력 땀땀 노래교실	147	화, 목 10:00~12:00	대중가요를 신나 게 불러 노후생활의 활력 유지	5,000 (희망자)	312호

※ 공개강좌는 별도 신청없이 교육 당일 선착순으로 수강 가능