

열린금호 어린이수영단



5월 교육계획안



반 명: 날치반

구분/주	1주(월~금)	2주	3주	4주
중점내용	자유형 팔돌리기	자유형 팔돌리기	자유형 팔돌리기	자유형 팔돌리기
5레인 수영	- 호흡법(음파발차기) - 자유형 발차기 - 자유형 팔돌리기	- 호흡법(음파발차기) - 자유형 발차기 - 자유형 팔돌리기	- 호흡법(음파발차기) - 자유형 발차기 - 자유형 팔돌리기	- 호흡법(음파발차기) - 자유형 발차기 - 자유형 팔돌리기

가 정 통 신 문

1. 안녕하세요 날치반 조윤 선생님입니다.

2025년 어린이수영단이 시작 된지 엇그제 같은데, 벌써 5월이 되었습니다.

빠르게 흘러가는 시간 속에서도 주변에서 형형색색의 예쁜 옷을 입은 꽃과 나무들이 우리를 반겨주는 계절이 왔습니다.

5월은 ‘가정의 달’ 이죠? 어린이 날, 어버이 날 덕분에 즐거운 한 달이 될 텐데요

5월을 맞이하여 부모님과 아이들에게 사랑이 가득하고 행복한 달이 되었으면 합니다.

2. 열린금호어린이 수영단 상반기 생존수영 교육 안내

○ 교 육 일: 2024. 5. 15.(목) 16:00 ~ 16:50

○ 교육내용: 기본 생존수영, 구명조끼 입는 법, 익수자 구조법, 심폐소생술

3. 공지사항

○ 원활한 샤워실 이용을 위해 매월 15일 전까지는 보호자 동반 하에 탈의 및 샤워 도움 가능하며, 이후에는 제한되오니 이용수칙을 준수하여 주시기 바랍니다.

○ 단원들이 수영하는 수영장의 깨끗한 수질 관리를 위하여 샤워 후에 수영장 입장을 가정에서도 지도하여주시기 바랍니다.

○ 열린금호 어린이수영단 관련 문의는 수영단 총괄 (☎2204-7654, 최정수)에게 연락 주시기 바랍니다.

열린금호 어린이수영단



5월 교육계획안



반 명: 물개반

구분/주	1주(월~금)	2주	3주	4주
중점내용	점영발차기	점영발차기	점영웨이브	점영웨이브
1레인 수영	- 평영콤비 - 점영발차기	- 평영콤비 - 점영발차기	- 평영콤비 - 점영웨이브	- 평영콤비 - 점영웨이브
가 정 통 신 문				

1. 안녕하세요 물개반 홍민성 선생님입니다.

2025년 어린이수영단이 시작된 지 엇그제 같은데, 어느새 5월이 찾아왔습니다.

시간은 빠르게 흘러가지만, 그 속에서도形形色색의 아름다운 꽃들과 푸르른 나무들이 우리 곁을 따뜻하게 맞아주는 계절이 왔습니다.

5월은 ‘가정의 달’로, 어린이날과 어버이날 등 가족의 소중함을 다시 한번 느낄 수 있는 특별한 시기이기도 합니다.

이 아름다운 계절 속에서 우리 아이들과 부모님 모두 사랑이 넘치고, 행복이 가득한 한 달이 되기를 바랍니다.

2. 열린금호어린이 수영단 상반기 생존수영 교육 안내

○ 교 육 일: 2024. 5. 15.(목) 16:00 ~ 16:50

○ 교육내용: 기본 생존수영, 구명조끼 입는 법, 익수자 구조법, 심폐소생술

3. 공지사항

○ 원활한 샤워실 이용을 위해 매월 15일 전까지는 보호자 동반 하에 탈의 및 샤워 도움 가능하며, 이후에는 제한되오니 이용수칙을 준수하여 주시기 바랍니다.

○ 단원들이 수영하는 수영장의 깨끗한 수질 관리를 위하여 샤워 후에 수영장 입장을 가정에서도 지도하여주시기 바랍니다.

○ 열린금호 어린이수영단 관련 문의는 수영단 총괄 (☎2204-7654, 최정수)에게 연락 주시기 바랍니다.

열린금호 어린이수영단



5월 교육계획안



반 명: 돌핀반

구분/주	1주(월~금)	2주	3주	4주
중점내용	영법 별 자세교정	영법 별 자세교정	영법 별 자세교정	영법 별 자세교정
2레인 수 영	- 4개 종목 자세교정 및 발차기 교정	- 4개 종목 자세교정 및 발차기 교정	- 4개 종목 자세교정 및 발차기 교정	- 4개 종목 자세교정 및 발차기 교정

가 정 통 신 문

1. 안녕하세요 돌핀반 박혜인 선생님 입니다.

2025년 어린이수영단이 시작된 지 얼마 되지 않은 것 같은데, 벌써 5월이 성큼 다가왔습니다. 계절의 변화 속에서 어느덧 꽃들은 저마다의 색으로 피어나고, 초록빛으로 물든 나무들이 우리 곁을 환하게 밝혀주고 있습니다.

가정의 달인 5월은 어린이날, 어버이날 등 가족의 사랑과 감사함을 되새길 수 있는 소중한 시간입니다.

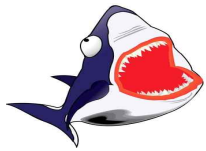
이 따뜻한 계절처럼, 우리 수영단 친구들과 부모님들 모두 사랑과 기쁨이 가득한 5월 보내시길 바랍니다.

2. 열린금호어린이 수영단 상반기 생존수영 교육 안내

- 교 육 일: 2024. 5. 15.(목) 16:00 ~ 16:50
- 교육내용: 기본 생존수영, 구명조끼 입는 법, 익수자 구조법, 심폐소생술

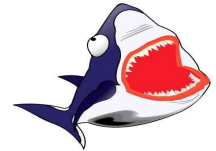
3. 공지사항

- 원활한 샤워실 이용을 위해 매월 15일 전까지는 보호자 동반 하에 탈의 및 샤워 도움 가능하며, 이후에는 제한되오니 이용수칙을 준수하여 주시기 바랍니다.
- 단원들이 수영하는 수영장의 깨끗한 수질 관리를 위하여 샤워 후에 수영장 입장을 가정에서도 지도하여주시기 바랍니다.
- 열린금호 어린이수영단 관련 문의는 수영단 총괄 (☎2204-7654, 최정수)에게 연락 주시기 바랍니다.



열린금호 어린이수영단

5월 교육계획안



반 명: 샤크반

구분/주	1주(월~금)	2주	3주	4주
중점내용	자기종목 강화 훈련	자기종목 강화 훈련	자기종목 강화 훈련	자기종목 강화 훈련
3,4레인	- 자유형 호흡연습(양쪽) - 자기종목 스피드 훈련 - 기록측정	- 자유형 호흡연습(양쪽) - 자기종목 스피드 훈련 - 기록측정	- 자유형 호흡연습(양쪽) - 자기종목 스피드 훈련 - 기록측정	- 자유형 호흡연습(양쪽) - 자기종목 스피드 훈련 - 기록측정

가 정 통 신 문

1. 안녕하세요 샤크반 최정수 선생님입니다.

2025년 어린이수영단이 시작된 지 얼마 안 된 듯하는데, 어느덧 5월이 우리 곁에 다가왔습니다. 따사로운 햇살 아래 형형색색의 꽃들이 피어나고, 싱그러운 나무들이 우리 주변을 환하게 밝혀주는 아름다운 계절입니다.

5월은 ‘가정의 달’로, 어린이날과 어버이날을 통해 가족의 사랑과 소중함을 다시금 느낄 수 있는 특별한 시기입니다.

이 따뜻한 봄날처럼, 우리 수영단 아이들과 부모님 모두가 사랑과 행복으로 가득한 한 달을 보내시길 바랍니다.

2. 열린금호어린이 수영단 상반기 생존수영 교육 안내

- 교 육 일: 2024. 5. 15.(목) 16:00 ~ 16:50
- 교육내용: 기본 생존수영, 구명조끼 입는 법, 익수자 구조법, 심폐소생술

3. 공지사항

- 원활한 샤워실 이용을 위해 매월 15일 전까지는 보호자 동반 하에 탈의 및 샤워 도움 가능하며, 이후에는 제한되오니 이용수칙을 준수하여 주시기 바랍니다.
- 단원들이 수영하는 수영장의 깨끗한 수질 관리를 위하여 샤워 후에 수영장 입장을 가정에서도 지도하여주시기 바랍니다.
- 열린금호 어린이수영단 관련 문의는 수영단 총괄 (☎2204-7654, 최정수)에게 연락 주시기 바랍니다.