



# 가정통신문

발 송 일: 2019. 10.  
 발 송 처: 군산동원중학교  
 문 의: 체육실(472-2153)

## 제 목

## 「2019학년도 건강 체력 교실 참가희망서」 안내

안녕하십니까? 학교교육 활동에 많은 애정과 관심을 가져주신 학부모님께 깊은 감사를 드립니다.

최근 학생들의 운동 부족, 잘못된 식습관 및 체계적인 건강관리 미비로 인하여 저체력, 자세불균형, 비만 등의 아동성인병이 늘고 있습니다. 기초체력 및 올바른 자세유지는 앞으로 몸과 마음이 건강한 멋진 성인으로 성장하기 위한 가장 기본적인 교육이며 지속적인 건강관리의 생활화는 삶의 질을 높일 수 있는 기본 바탕이 됩니다.

이에 동원중학교에서는 학생의 건강과 체력을 주기적으로 관리하고 올바른 식습관을 형성할 수 있도록 <건강체력교실-필라테스>을 운영하고자 합니다.

매일 꾸준한 운동을 통하여 체력을 향상하고 상담을 통해 잘못된 식습관을 개선함으로써 자기 건강관리 능력을 키울 수 있도록 기본 내용을 구성하였습니다. 학생과 학부모님의 많은 관심과 참여 부탁드립니다 가정에 평안과 화목이 깃들기를 기원합니다.

1. 기 간 : 2019년 11월 4일 ~ [4주 과정]

2. 운영 일시 : 방과 후 시간 활용(1학년 월요일 방과 후 16:10 ~ 17:40

2학년 화요일 방과 후 16:10 ~ 17:40

3학년 수요일 방과 후 15:15 ~ 16:45)

3. 운영 장소 : 무용실 및 헬스실

3. 운영 대상 : 학년별 모집(최대 20명씩, 초과 할 경우 2019 PAPS 저체력 및 비만학생 우선)

4. 담당 교사 : 외부강사

5. 비용 : 무료

-----절-----취-----선-----

## 건강체력교실-필라테스 신청서

학년	반	학생성명	학부모서명
			(서명)

2019.10.

군 산 동 원 중 학 교 장 귀 하