

# 2020년 10월호 뉴 / 스 / 레 / 터

## 10월 주요 뉴스

### 전국장애인조정선수권 대회



2020전국장애인조정선수권대회가 미사리조정경기장에서 10월28일(수)~29일(목)에 개최됩니다. 코로나 19로 인해 올해 처음 개최되며 사회적 거리두기 지침을 준수해 진행될 예정입니다.

### 장애인조정지도자강습회



제6회 지도자강습회가 11월6일(금)~8일(일)에 3일간 진행될 예정입니다.

더메이호텔(별내)에서 이론교육이 진행되며 미사리조정경기장에서 실기교육이 진행됩니다. 강습회를 통해 우수한 지도자양성을 추진하고자 합니다.

2020년 장애인조정 지도자 강습회	
<b>사업개요</b>	2020.11.06(금)~11.08(일) (총 2박 3일)
<b>신청</b>	모집기간: 2020.10.19(월)~10.30(금) 접수방법: 이메일(krad@hanmail.net) 문의전화: 02-786-8466 참가비: 7만원
<b>장소</b>	1일차- 더메이호텔(별내) 2일차-미사리조정경기장
<b>일정</b>	세부요강 확인

참가자격  
시도지부 장애인조정 지도자  
시도장애인체육회 조정 지도자  
특수학교 및 체육관련 기관 지도자  
장애인조정 지도자 활동 예정자



## 2020년 연간 일정 변경 현황



신종코로나바이러스(COVID-19)의 영향으로 인하여 대한장애인조정연맹 일정이 다음과 같이 변경되었습니다. 일정은 코로나 바이러스 상황에 따라 변경 될 수 있으며 대회는 사회적 거리두기 수칙에 맞게 진행됩니다.

대회명	장소	일시
전국장애인조정선수권대회	미사리조정경기장	10월 28일(수) ~ 29일(목)
2020 장애인조정지도자강습회	미사리조정경기장	11월 06일(금) ~ 08일(일)
장애인스포츠지도사 구술, 실기	미사리조정경기장	11월 13일 (금)
제 22회 장애인조정심판강습회	미사리조정경기장	11월 27일(금) ~ 31일(토)

**\*코로나19로 인한 일정 변경 및 취소 가능**

## 국가대표 비대면 훈련 시행 및 대면 훈련 시행



9월 17일(목)부터 국가대표 선수단의 비대면 훈련이 재개되었으며, 10월 22일(목)부터는 미사리조정경기장 및 화천에서 대면 훈련이 진행됩니다.  
비대면 훈련은 개인별 훈련과 함께 지도자와의 영상통화 등을 통한 훈련으로 진행되었습니다.



## 2020년 가맹단체 회장선거 관련 교육



가맹단체 시도지부 대상 2020년 가맹단체 회장선거 관련 교육이 진행되었습니다. 조정 종목은 9월 7일(월요일) 14시부터 16시까지 2시간 동안 서울올림픽파크텔에서 가맹단체 회장선거 관련 교육이 진행되었습니다.



## 장애인스포츠지도사 실기구술 모의시험 및 사전교육



9월 25일(금)에 이천훈련원 교육동 대강당에서 진행된 2020년 장애인스포츠지도사 실기 구술 모의시험 및 사전교육이 진행되었습니다. 2020년 체육지도자 자격검정에 대한 주요내용 설명과 실기 구술 자격검정 모의시험으로 진행되었습니다.





# 코로나19 예방 행동수칙 10가지

“코로나19와의 장기전, 흔들림 없이 함께 하면 이겨낼 수 있습니다”

- 01 사람과 사람 사이, 두 팔 간격(2m(최소 1m)) 거리 유지하기
- 02 두 팔 간격 거리가 어려우면 **마스크 착용하기**  
2세 미만의 유아, 주변의 도움 없이 마스크를 벗을 수 없는 사람,  
마스크 착용 시 호흡이 어려운 경우의 사람은 마스크 착용을 권하지 않습니다.
- 03 환기가 안 되고 **많은 사람이 가까이 모이는 장소는 방문 자제하기**
- 04 흐르는 물에 비누로 손을 30초 이상 꼼꼼하게 자주 씻기
- 05 씻지 않은 손으로 눈·코·입 만지지 않기
- 06 기침이나 재채기할 때 옷소매나 휴지로 입과 코를 가리기
- 07 매일 주기적으로 환기하고 자주 만지는 표면은 청소, 소독하기
- 08 발열, 호흡기 증상(기침이나 호흡곤란 등)이 있는 사람과 접촉 피하기
- 09 매일 본인의 발열, 호흡기 증상 등 **코로나19 임상증상 발생 확인하기**  
주요 증상으로는 발열(37.5℃), 기침, 호흡곤란, 오한, 근육통, 두통, 인후통,  
후각·미각소실 등 그 외에 피로, 식욕감소, 가래, 소화기증상(오심, 구토, 설사 등),  
혼돈, 어지러움, 콧물이나 코막힘, 객혈, 흉통, 결막염, 피부 증상 등이 다양
- 10 필요하지 않는 여행 자제하기

주의!

제대로 쓰지 않으면 예방효과가 없어요!

# 잘못된 마스크 착용, 안돼요!

배출



① 코가 노출되는  
마스크 착용

코와 입을 통해  
자신과 타인에게  
바이러스가  
다 들어가요!

배출



② 턱에 걸치는  
마스크 착용



③ 마스크 겉 면을 만지는 행위