중앙
치매센터

반짝 활짝 뇌운동

머리가 반짝 맑아지고 마음이 활짝 밝아지는

뇌운동 지침서

반짝반짝 활짝 뇌운동

발행일 2015. 10

발행인 김기웅

저자 김기웅, 한지원, 변혜진, 고지원

발행처 중앙치매센터 www.nid.or.kr

주소 경기도 성남시 분당구 대왕판교로 670 유스페이스2 A동 3층

전화 1666-0921 **팩스** 031-628-6848

디자인 그래픽오션 www.graphicocean.co.kr **캘리그라피** 임캘리 www.imcalli.com

반짝반짝
뇌운동

CONTENTS

PART 1.
'반짝활짝 뇌운동' 소개

Ⅰ. 개발 배경 006
Ⅱ. 개요 및 구성 008
Ⅲ. 적용 단계 013
Ⅳ. 적용 전, 후 참여자 평가 016
Ⅴ. 진행자의 마음가짐 018
Ⅵ. 상황별 대처방법 020
※ '반짝활짝 뇌운동' 활동 매뉴얼 활용 방법

PART 2.
'반짝활짝 뇌운동' 활동 메뉴얼

Ⅰ. 운동치료 _ 하루를 시작하는 몸 풀기 운동 022
Ⅱ. 현실인식훈련 _ 오늘은 몇 월 며칠 일까요? 046
Ⅲ. 인지훈련치료 _ 공부 해 봅시다! 098
Ⅳ. 회상치료 _ 추억속으로의 여행 108
Ⅴ. 인지자극치료 _ 나만의 작품 만들기 114
Ⅵ. 음악치료 _ 흥이 나는 시간! 156

부록

Ⅰ. 참여자용 191
Ⅰ-1. 자가 점검표
Ⅰ-2. 현실인식훈련 활동지
Ⅱ. 진행자용 216
활동 관찰 기록 일지

머리가 **반짝** 맑아지고 마음이 **활짝** 밝아지는
뇌운동 지침서

반짝활짝 뇌운동

반짝 활짝
뇌운동

PART 1.

‘반짝활짝 뇌운동’ 소개

Ⅰ. 개발 배경 006
Ⅱ. 개요 및 구성 008
Ⅲ. 적용 단계 013
Ⅳ. 적용 전, 후 참여자 평가 016
Ⅴ. 진행자의 마음가짐 018
Ⅵ. 상황별 대처방법 020
※ ‘반짝활짝 뇌운동’ 활동 매뉴얼 활용 방법

I 개발 배경

치매 쓰나미가 몰려오고 있습니다!

대한민국의 고령화는 세계적으로 유례를 찾기 어려울만큼 빠르게 진행되고 있습니다. 이로 인해 우리나라 치매 환자는 이미 64만에 이르고 있고, 향후 17년마다 두 배 씩 증가하여 2050년에는 다섯 집에 한 명 꼴로 치매환자를 돌보게 됩니다(2012, 치매 유병률 조사, 보건복지부). 치매 환자 1명을 돌보는데 연간 약 2천만원이 필요하며, 나라 전체로는 연간 11조원의 막대한 비용을 지불하고 있습니다.(2011, 치매 노인 실태 조사, 보건복지부)

약물 못지않게 비약물 치료가 중요합니다!

안타깝게도 치매는 아직 완치 가능한 약물이 없습니다. 따라서 치매는 예방과 증상의 철저한 관리가 중요합니다. 치매 전단계인 경도인지장애나 초기(경증) 치매 단계에서는 약물 치료와 함께 인지자극, 인지훈련, 운동 등과 같은 비약물 치료가 우리 뇌의 예비용량(cognitive reserve)을 증가시켜 치매의 진행을 지연시키고 증상을 경감시키는데 도움이 됩니다. 비약물 치료는 환자뿐만 아니라 가족의 부양부담을 줄이고 삶의 질을 높이는 데에도 도움이 됩니다.

효과가 검증된 비약물 치료를 받아야 합니다!

모든 약이 치매에 효과가 있는 것이 아니듯, 모든 비약물 치료가 치매 치료에 도움이 되는 것이 아닙니다. 물론 아무 것도 하지 않는 것보다는 어떤 형태로든 머리를 쓰는 것이 도움이 될 수 있겠지만, 치매 환자를 위한 비약물 치료는 치매 환자와 가족의 노력이 헛되지 않을 만큼 체계적이고 효과적이어야 합니다. 그러기 위해서는 효과가 검증된 요법들로 프로그램이 구성되어야 하며, 체계적인 임상시험을 통해 효과가 직접 검증되어야 합니다. 그렇지만, 아쉽게도 대부분의 비약물 치료들이 이런 면에서 만족스럽지 못한 것이 현실입니다.

이렇게 개발되었습니다!

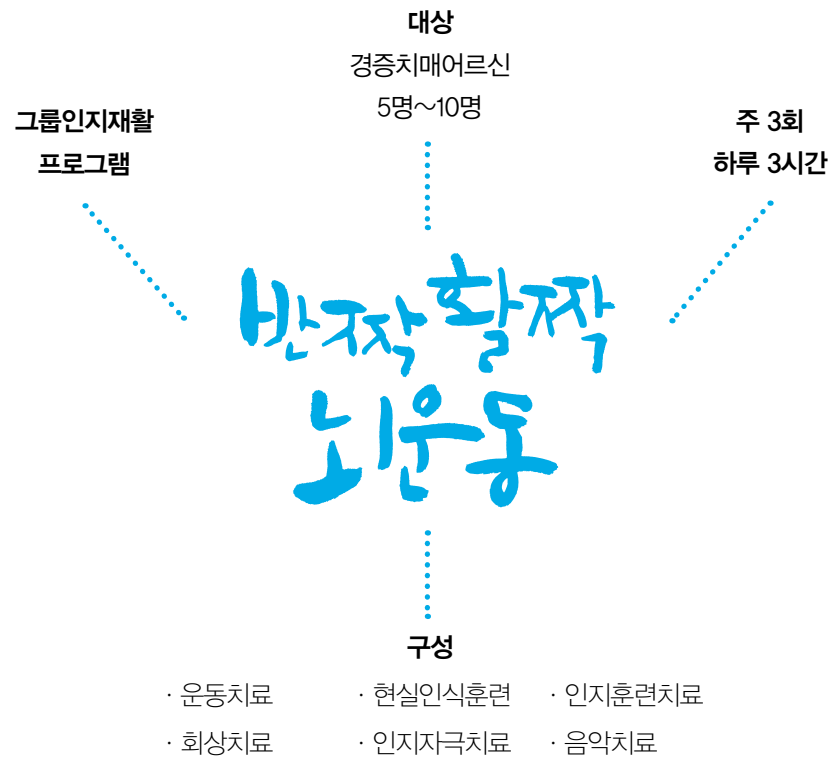
보건복지부의 지원을 받아 분당서울대학교병원 김기웅 교수팀은 2012년 10월 22일부터 2015년 8월 31일까지 약 2년간의 연구 기간을 거쳐 가정에서 생활하고 있는 경도인지장애나 초기 치매 환자들에게 효과적인 비약물 치료인 '반짝활짝 뇌운동'을 개발하였습니다. '반짝활짝 뇌운동'은 전 세계에서 진행된 치매의 비약물 치료에 대한 연구결과들을 대상으로 총체적인 메타 분석을 실시하여 실제 효과가 있는 것으로 나타난 운동치료, 현실인식훈련, 인지훈련치료, 회상치료, 인지자극치료, 음악치료로 이루어져 있으며, 8주간 주 3회, 하루 3시간씩 실시할 수 있도록 구성된 프로그램입니다.

이런 효과가 있습니다!

'반짝활짝 뇌운동'은 체계적 임상시험(다기관 무작위배정 위약대조 이중맹검 교차 임상시험)을 통해 그 효과를 과학적으로 입증하였습니다. '반짝활짝 뇌운동'에 참여하신 분들은 같은 시간 동안 통상적인 인지활동 모임에 참가하신 분들에 비해 전반적 인지 기능이 훨씬 더 호전되어 머리가 '반짝' 맑아지는 효과가 있었습니다. 뿐만 아니라 우울 등의 문제행동이 훨씬 더 호전되고 환자 스스로 느끼는 삶의 질 또한 개선되어 마음까지 '활짝' 밝아지는 효과도 보였습니다.

II 개요 및 구성

1. 개요



2. 구성

프로그램 시간표

	월	수	금
1교시 (30분)	운동치료		
2교시 (30분)	현실인식훈련		
3교시 (30분)	인지훈련치료		
휴식시간 (30분)	휴식		
4교시 (60분)	회상치료	인지자극치료	음악치료

180분 | 주 3회 | 8주 | 총 24회기

1) 운동치료 – 24회기 / 30분

▷ **치매 어르신에게 운동치료란?**

운동치료는 신체 움직임을 제공하는 것으로 노화로 인해 관절과 근육의 움직임이 제한된 치매 어르신에게 반드시 필요한 치료 중 하나입니다. 특히 운동능력 감소는 일상생활에서 안전을 위협하는 주된 요인이 되므로 그 중요성은 강조됩니다.

본 활동은 ROM dance 동작을 재구성 하였습니다. ROM dance는 1981년 작업치료사인 Diane Harlowe와 Tricia Yu에 의해 치료를 목적으로 T'ai Chi Ch'uan의 운동 원리를 이용하여 개발된 프로그램입니다. 서정적인 음악을 들으며 이완 기술의 사용으로 스트레스와 통증을 극복하는 능력을 강화하고 신체에 대한 인식을 증진시킵니다. 그 외 집중력, 호흡, 자세의 정렬, 움직임의 인식, 느린 움직임, 이미지 상상 등 신체 활동의 중요 요소 증진에 효과를 기대할 수 있습니다. 더불어 보건복지부와 중앙치매센터가 개발한 치매예방운동법도 좋은 운동치료의 효과를 기대할 수 있습니다.

〈운동치료 진행 순서〉

2) 현실인식훈련 – 24회기 / 30분

▷ **치매 어르신에게 현실인식훈련이란?**

현실인식훈련은 체계적인 정보를 제공하여 현재 자신과 주변 환경에 대한 기본적인 사실을 다시 인식하게 하는 훈련입니다. 특히 치매 어르신은 과거의 정보나 사건은 대체로 기억하지만, 현재의 자신 주변에서 일어나는 상황이나 장소, 시간에 대한 기억은 현저하게 떨어지는 경우가 있습니다.

본 활동은 화이트보드를 이용해 오늘 날짜와 장소를 확인하고 주로 사람과 최근 사건, 장소와 위치, 시간과 계절 등의 주제에 따라 다른 참여자들과 이야기를 나누는 방법으로 진행됩니다. 나 자신과 주변을 인식하는 기회를 제공함으로써 현재 상황에 대한 이해를 높이고 관계 형성능력 및 사회성을 증진시키는 효과를 기대할 수 있습니다.

〈현실인식훈련 진행 순서〉

3) 인지훈련치료 – 24회기 / 30분

▷ **치매 어르신에게 인지훈련치료란?**

인지훈련치료는 특정한 인지 기능을 향상시키기 위하여 고안된 표준화 과제를 훈련하는 것입니다. 치매 어르신은 비교적 인지 활동이 부족하기 때문에 인지기능이 악화됩니다. 인지기능이란 기억력, 집중력, 시공간능력, 실행능력, 판단력 등 우리가 일상생활을 할 때 필요한 기본적인 요소들을 말합니다. .

본 활동은 쉽게 구할 수 있는 인지훈련 보조자료를 학습지로 만들어 참여자 스스로 풀어보는 방법으로 진행됩니다. 스스로 문제해결능력을 향상하고 기억기능을 비롯한 여러 가지 인지기능을 증진시키는 효과를 기대할 수 있습니다.

〈인지훈련치료 진행 순서〉

4) 회상치료 – 8회기 / 60분

▷ **치매 어르신에게 화상치료이란?**

회상치료는 치매 어르신이 간직하고 있는 오랜 기억을 매개로 뇌를 자극하여 환자의 기억력과 기분을 개선시킬 수 있는 치료방법입니다. 또한 인간–중심치료의 기본 구성 요소로서 즐거운 경험을 회상하여 참여자들과 함께 이야기를 나누며 타인과 유대감을 형성하는 기회를 제공합니다.

본 활동은 개인의 예전 경험을 회상하며 자유롭게 이야기 하는 방법으로 진행됩니다. 추억을 회상할 수 있는 책이나 사진, 동영상 자료를 사용하여 이야기가 풍성해 질 수 있도록 합니다.

〈화상치료 진행 순서〉

***회상카드: 주제에 맞는 사진 자료를 카드 형식으로 만듦**

5) 인지자극치료 – 8회기 / 60분

▷ **치매 어르신에게 인지자극치료란?**

인지자극치료는 인지 및 사회기능의 일반적인 향상을 위한 광범위한 활동 및 토의를 말합니다. 쉽게 말해 인지기능을 자극시킬 수 있는 모든 활동을 의미하는 것입니다.

인지훈련치료가 특정 인지 영역에 국한되어 고안된 과제를 시행하는 것과 달리, 인지자극치료는 일반적인 인지 활동에 노출시켜 진행한다는 점에서 인지훈련치료와 구분됩니다.

본 활동은 다양한 재료와 도구를 이용해 실생활에 필요한 것을 직접 만들어 봅니다. 활동에는 남녀 구분이 없고, 좁은 장소를 활용하는 장점이 있습니다. 또한 소근육 활동을 통해 뇌 운동을 활성화하는 효과를 기대할 수 있습니다.

〈인지자극치료 진행 순서〉

6) 음악치료 – 8회기 / 60분

▷ **치매 어르신에게 음악치료란?**

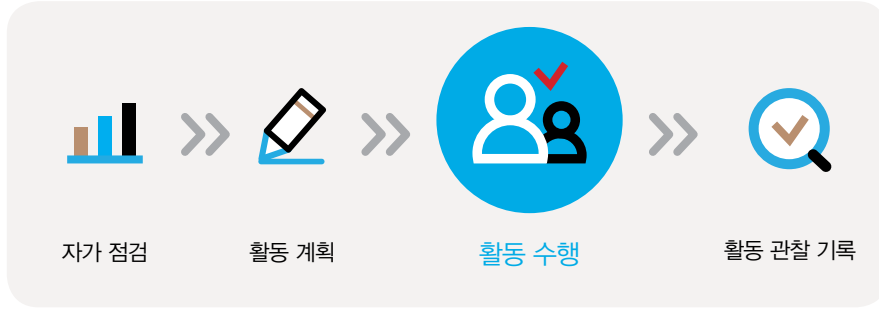
음악치료란 음악에 의한 심리치료 방법의 일환으로 음악적 관계를 통해 심신의 건강을 회복, 수정, 개선시키는 치료기법입니다. 특히 치매 어르신은 음악활동을 통해 일상생활에 활력을 얻고, 프로그램에 참여함으로써 사회성을 증진시킬 수 있습니다. 보편적으로 음악치료의 방법에는 즉흥연주, 공연, 창작활동, 감상 등이 있으며 그 효과로는 원만한 의사소통, 음악과 자신을 동일시하여 소속감과 안정감 제공, 개인적 체험을 통한 연상작용, 자기표현과 긴장감 해소 등이 있습니다.

본 활동은 음악 감상, 노래부르기, 악기연주, 노래가사 바꾸기 등의 방법으로 진행됩니다. 특히, 노래부르기는 중창 1곡 완성의 최종 목표를 가지고 함께 하는 활동으로 의미를 두었으며 보다 즐겁고 밝은 기분을 유지하는 효과를 기대할 수 있습니다.

〈음악치료 진행 순서〉

III 적용 단계

'반짝활짝 뇌운동'은 진행자와 모든 참여자가 함께 조화를 이루는 그룹 프로그램입니다. 이 때, 획일화 된 방법이 아닌 사람 중심으로 접근하여 참여자 각자에 적합한 방법과 도움을 주는 것이 중요합니다. 프로그램에 참여하는 치매 어르신은 각자의 역량이 다르고, 일상생활에서 모두 다른 모습이 나타납니다. 따라서 본 프로그램 지침서는 참여자들이 작업에 대한 의지와 활동을 할 수 있는 역량이 충분한지를 이해하고, 이를 바탕으로 프로그램을 진행할 수 있도록 구성했습니다.



1) 자가 점검

프로그램을 시작하기 전 참여자 스스로 자신의 역량을 점검하고 확인하는 것이 본 프로그램의 장점 중 하나입니다. 참여자 스스로의 점검이므로 객관적이지 않을 수 있으나, 그 또한 진행자는 파악하여 맞춤형 도움수준을 조절하는 것이 중요합니다.

참여자는 활동을 하는 데에 얼마나 자신감이 있는지, 본인의 인지적 능력을 어느 정도로 평가하는지, 참여를 유지 할 수 있는 신체적인 어려움은 없는지에 대해 활동 전 스스로 점검합니다. **(p.193 부록 Ⅰ-1. 자가점검표 참고)**

2) 활동 계획

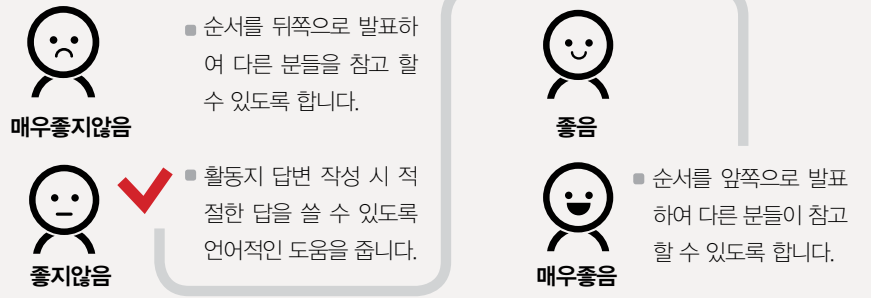
진행자는 각 활동 시작 전 반드시 방법을 완벽하게 숙지해야 하며 도구와 재료를 알맞게 준비해야 합니다. 그리고 참여자가 직접 작성한 자가 점검표를 바탕으로 도움 수준을 계획합니다. 도움수준은 같은 활동일지라도 참여자 개인의 수준이나 상태에 따라 다양하게 적용을 할 수 있으며 각 활동 '도움수준 조절하기' 에 방법들을 제시하였습니다. 또한 '참여자 역할' 에 제시된 역할 중 한 가지를 참여자가 직접 선택하도록 계획하여 적극적인 참여를 기대할 수 있습니다.

도움수준 조절하기 예시

· 현실인식훈련

활동 의지

"오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?



참여자 역할 예시

· 인지자극치료 1회기 개운죽만들기

참여자 역할

역할1 재료, 도구 준비하기
- ▶ 개운죽의 뿌리를 깨끗이 씻어주세요.
- ▶ 페트병을 씻어 말려주세요.

역할2 재료, 도구 준비하기
- ▶ 색돌을 인원수에 맞게 종이컵으로 옮겨주세요.
- ▶ 필요한 도구와 개운죽, 색돌을 똑같이 각자에게 나눠주세요.

역할3 사진촬영하기
- ▶ 활동 중 만드는 모습 사진을 촬영 해 주세요.
- ▶ 완성된 개운죽을 들고 있는 모습을 촬영 해 주세요.

역할4 뒷정리하기
- ▶ 활동이 끝난 후 테이블과 도구를 정리해 주세요.

3) 활동 수행

참여자의 수준과 계획에 맞게 활동을 시작합니다. 모든 활동은 다음과 같은 순서로 진행합니다.

① 활동 소개하기

활동에 필요한 도구 및 재료를 준비하고 주제를 소개합니다.

② 활동 알아가기

몸풀기 단계로 주요 활동에 대해 알아갑니다.

③ 함께 활동하기

시범을 보이고 방법을 설명하며 함께 활동을 합니다.

④ 활동 마무리하기

활동을 정리하고 본인 역할을 잘 했는지 이야기 하며 마무리 합니다.

4) 활동 관찰 기록

활동 이후 참여자들이 적절히 수행하였는지, 흥미는 있었는지, 너무 쉽거나 어렵게 느끼지는 않았는지, 본 활동을 통해 무엇이 달라졌는지 관찰 하여 결과를 기록합니다(**p.218 부록 II . 활동 관찰기록 일지 참고**).

Ⅳ 적용 전, 후 참여자 평가

'반짝활짝 뇌운동' 적용 전, 후 참여자들의 변화를 점검하기 위해 기억력과 기분에 관한 평가를 진행합니다. 2가지 평가는 각 10문항으로 구성되어 있으며 질문에 대해 '예'와 '아니오'로 답변하는 방식입니다. 참여자가 스스로 읽고 답변을 표시할 수 있으며, 진행자 혹은 보호자가 질문하고 참여자가 답변하여 진행 할 수 있습니다.

1) 기억력평가

참여자의 기억력에 대한 질문입니다. 질문에 대한 대답이 "예"일 경우 1점, "아니오"일 경우 0점으로 계산합니다. 총점 5점 이상의 주관적 기억감퇴가 있으신 분은 가까운 보건소에서 치매조기검진을 받아보세요.

"아래 질문은 ○○○님의 평소 기억력 저하 여부를 검사하기 위한 질문입니다. 왼쪽 질문을 잘 읽고, 애매한 경우가 있더라도 '예' 또는 '아니오' 중에 한 가지만 선택해서 답해주세요."

평가일	년	월	일	요일
참여자 성명		평가자 성명		

1	최근에 일어난 일을 기억하는 것이 어렵습니까?	예 (1)	아니오 (0)
2	며칠 전에 나눈 대화 내용을 기억하는 것이 어렵습니까?	예 (1)	아니오 (0)
3	며칠 전에 한 약속을 기억하기 어렵습니까?	예 (1)	아니오 (0)
4	친한 사람의 이름을 기억하기 어렵습니까?	예 (1)	아니오 (0)
5	물건 둔 곳을 기억하기 어렵습니까?	예 (1)	아니오 (0)
6	이전에 비해 물건을 자주 잃어버립니까?	예 (1)	아니오 (0)
7	집 근처에서 길을 잃은 적이 있습니까?	예 (1)	아니오 (0)
8	가게에서 사려고 하는 두 세가지 물건 이름을 기억하기 어렵습니까?	예 (1)	아니오 (0)
9	가스불이나 전기불 끄는 것을 기억하기 어렵습니까?	예 (1)	아니오 (0)
10	자주 사용하는 전화번호 (자신 혹은 자녀의 집)를 기억하기 어렵습니까?	예 (1)	아니오 (0)
	총점		

출처 SMCQ (Subjective Memory Complaint Questionnaire, 주관적 기억 증상 척도)

2) 우울감평가

참여자의 기분에 대한 질문입니다. 질문에 대한 대답이 “예”일 경우 1점, “아니오”일 경우 0점으로 계산합니다. 총점이 5점 이상이면 혹시 우울증이 아닌지 가까운 병의원이나 정신보건센터를 방문해 보세요. (질문에 ‘*’ 표시가 있는 1, 5, 9, 10번은 ‘예’일 경우 0점, ‘아니오’일 경우 1점으로 계산합니다.)

“아래 질문은 ○○○님의 최근 1주일간 기분에 대한 질문입니다. 왼쪽 질문을 잘 읽고, 애매한 경우가 있더라도 ‘예’ 또는 ‘아니오’ 중에 한 가지만 선택해서 답해주세요.”

평가일		년	월	일	요일
참여자 성명		평가자 성명			
1	대체로 활기차게 사시는 편입니까?*	예 (0)		아니오 (1)	
2	당신에게 좋지 않은 일이 생길 것 같아 걱정스럽습니까?	예 (1)		아니오 (0)	
3	불안해지거나 안절부절 못할 때가 자주 있습니까?	예 (1)		아니오 (0)	
4	기분이 가라앉거나 울적할 때가 자주 있습니까?	예 (1)		아니오 (0)	
5	산다는 것이 매우 신나고 즐겁습니까?*	예 (0)		아니오 (1)	
6	당신의 처지가 절망적이라고 느끼십니까?	예 (1)		아니오 (0)	
7	울고 싶을 때가 자주 있습니까?	예 (1)		아니오 (0)	
8	집중하기가 어렵습니까?	예 (1)		아니오 (0)	
9	아침에 기분 좋게 일어나십니까?*	예 (0)		아니오 (1)	
10	예전처럼 정신이 맑습니까?*	예 (0)		아니오 (1)	
총점					

출처 GDS-Kr (Geriatric Depression Scale, 노인성 우울 척도)

V 진행자의 마음가짐

진행자도 그룹의 한 사람이 되어 활동에 즐겁게 참여해 주세요.

활동을 참여하는 사람뿐만이 아닌 진행하는 사람 또한 즐거워야 그 활동이 진정한 의미를 갖게 됩니다. 진행자가 즐거워야 함께하는 참여자 또한 즐거울 수 있기 때문입니다. 진행자는 참여자들과 역할만 다를 뿐 그 그룹안의 한 사람임을 기억하세요.

모든 분들을 존중해 주세요.

참여자들이 기억력에 손상은 있지만, 여전히 성격과 취향이 있고 자존감이 있는 한 사람이며 훌륭한 삶을 살아온 인생 선배임을 잊지 않아야 합니다. 진행자가 참여자들의 우위에 있다는 생각으로 마냥 아이처럼 가르치려 하지 말고, 존중받고 사랑받고 있다고 느낄 수 있도록 배려해주세요.

열린 마음으로 있는 그대로를 받아들여 주세요.

비상식적인 이야기를 하거나 무례한 행동을 했을 때 무의식 중에 핀잔을 주거나 건성으로 대답하지 말아주세요. 자신의 결점을 지적당하면 기분이 나빠져 반발하고 싶어지지만, 있는 그대로의 자신을 인정해 주면 마음이 안정되고 자신의 나쁜 점을 고쳐 보려는 마음이 생기게 됩니다.

질문할 때는 높은 소리 보다는 낮은 소리로 간결하게 하나씩 질문해 주세요.

의사소통은 상호과정입니다. 참여자들이 알아들을 수 있는 단어를 선택하여 진중한 소리로 간결하게 질문해 주세요. 차분하고 안정적인 말투와 목소리 톤을 유지하도록 합니다.

공감하며 들어주고 천천히 기다려 주세요.

참여자의 입장에서 생각하고 참여자가 느낀 그대로 이해하며 공감해 주세요. 항상 눈을 맞추며 시선을 유지하고 급하게 재촉하지 말아주세요.

완벽하게 하는 것 보다 스스로 할 수 있는 기회를 주세요.

참여자가 활동을 '완료' 하는 것 보다 '하는 과정'에 집중할 수 있도록 격려해 주시고, 이를 통해 자존감을 높여주세요. 자신의 실수를 반복해서 떠올리는 것은 의기소침하게 만들 수 있으므로 꼭 필요한 경우가 아니라면 수정해 주지 않습니다.

참여자들 간에 조화를 이룰 수 있도록 따뜻하고 밝은 분위기를 만들어 주세요.

함께 참여하는 분들 간에 유대감이 생겨 서로에게 의지 하고 친밀감이 생기도록 무겁고 엄숙한 분위기가 아닌 따뜻하고 밝은 분위기를 만들어 주세요. 모두 친구가 되어 편안한 안식처가 될 수 있게 해주세요.

Ⅵ 상황별 대처방법

Q1.

집중력이 저하되는
참여자에게는
어떻게 해야 할까요?

A1.

간단하고 짧게 지시하는 방법을 사용하여 참여자가 활동에 참여할 수 있도록 도와줍니다. 예를 들어 "그림을 그리고 색을 칠하세요." 라는 지시어를 "그림을 그리세요." 그리고 "색을 칠하세요." 와 같이 나누어서 지시하도록 합니다. 활동 시간 또한 참여자의 컨디션에 맞게 조정하도록 합니다.

Q2.

흥미를 느끼지 못하고
그룹에 적응하지 못하는
참여자에게는
어떻게 대처해야 하나요?

A2.

짜여진 프로그램이긴 하지만 참여자의 흥미와 능력을 고려한 적절한 활동으로 변화시켜야 합니다. 어떤 이유에서 그룹에 적응을 못하는지 정확한 원인을 파악하고 참여자 개인을 위해 힘쓰고 있다는 것을 보여줍니다. 더불어 함께 참여하는 분들과 유대감을 형성할 수 있게 하여 참여 자체의 즐거움과 행복을 느낄 수 있도록 합니다.

Q3.

함께 참여하는 활동에서
의욕이 앞서고, 다른 참여자에게
개입이 심해 불편함을 주는
참여자에게는
어떻게 해야 할까요?

A3.

참여자의 생각을 발표할 때 그런 상황이 많을 수 있습니다. 이 때 모든 참여자가 골고루 발표할 수 있도록 하는 것이 진행자의 역할입니다. 혼자만 이야기 하려고 하는 경우 진행자가 적당한 선에서 끊어 줄 수 있어야 합니다. 다른 참여자에게 개입이 심한 참여자에게는 활동 중 또 다른 역할을 분명하게 주어 수행하게 한다면 그러한 행동을 줄일 수 있습니다.

Q4.

공격성을 보이는 참여자에게는 어떻게 대처해야 하나요?

A4.

치매 어르신이 공격성을 나타내는 이유는 그저 문제행동 중 하나가 아닌 자신의 생각을 표현하는데 문제가 생기거나 본인의 마음을 잘 이해하지 못하고 대하는 경우, 시끄러운 환경 등의 원인이 있습니다. 이 때, 원인을 제대로 파악하고 차분히 대처하는 것이 중요합니다.

감정에 초점을 맞추고 마음을 안정시키며 기분전환을 유도합니다. 더불어 과도한 요구는 하지 않고 격려와 칭찬을 하여 큰 소리로 제재하여 자극하기보다는 차분한 목소리로 포근한 그룹에 있다는 것을 상기시켜 주세요.

만약 정도가 심해지는 경우 보호자에게 연락을 하여 조치를 취할 수 있도록 합니다.

Q5.

1:1로 도움을 주기 어려운 경우는 어떻게 해야 할까요?

A5.

1:1로 모두 도움을 주기에는 시간이 부족할 수 있습니다.

주 단위로 하루에 도움을 드릴 참여자를 계획하여 그 날 하루는 한 참여자를 도와드리는 날로 정합니다.

참여자들 간에 역할을 나눠 서로 도우는 것도 좋은 방법입니다. 예를 들어 기능이 좋은 참여자 A가 참여자 B에게 도움을 줄 수 있습니다.

Q6.

테이블과 의자가 있는 공간이 아닌 바닥에서 좌식으로 프로그램을 진행할 수 있을까요?

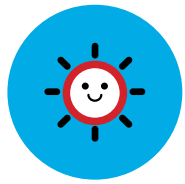
A6.

본 프로그램은 보다 안전하게 진행하기 위해 이동이 적고 의자에 앉아 테이블을 이용한 활동으로 구성하였습니다.

그러나 총 3시간의 짧지 않은 시간이기 때문에 좌식인 곳에서는 오랜 시간 앉아서 활동하는 것이 불편할 수 있습니다.

앉을 수 있고 등받이가 있는 의자와 테이블이 있는 공간이 가장 적합하며 부득이한 경우 등받이가 있는 좌식 의자를 준비 하고 활동 중간 자주 스트레칭 해주는 것을 권장합니다.

'반짝활짝 뇌운동' 지침서 활용 방법



활동목적

기대되는 효과와 구체적인 목적에 대해 제시하였습니다.

준비물

활동 시작 전 준비해야 할 도구 및 재료를 제시하였습니다.

역할

진행자 역할

진행자가 활동 중 해야할 역할과 진행 요령을 제시하였습니다.

참여자 역할

참여자가 직접 선택할 수 있도록 4가지 역할을 제시하였습니다.

도움수준 조절하기

참여자의 현재 상태에 따라 적용할 수 있도록 활동 의지, 인지적 역량, 신체적 역량에 따라 도움 정도와 방법을 조절할 수 있도록 제시하였습니다.

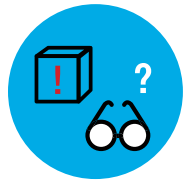
주의사항

활동 중 일어날 수 있는 안전사고나 돌발상황에 대해 주의해야 할 부분을 제시하였습니다.

활동방법

1) 활동 소개하기
2) 활동 알아가기
3) 함께 활동하기
4) 활동 마무리하기

4단계 순서로 보다 구체적이고 상세하게 방법을 제시하였습니다.



활동 이어가기

해당 프로그램과 관련해 집이나 다른 시간에 응용하여 확장할 수 있는 활동을 제시하였습니다.

반짝 활짝
노인운동

PART 2.

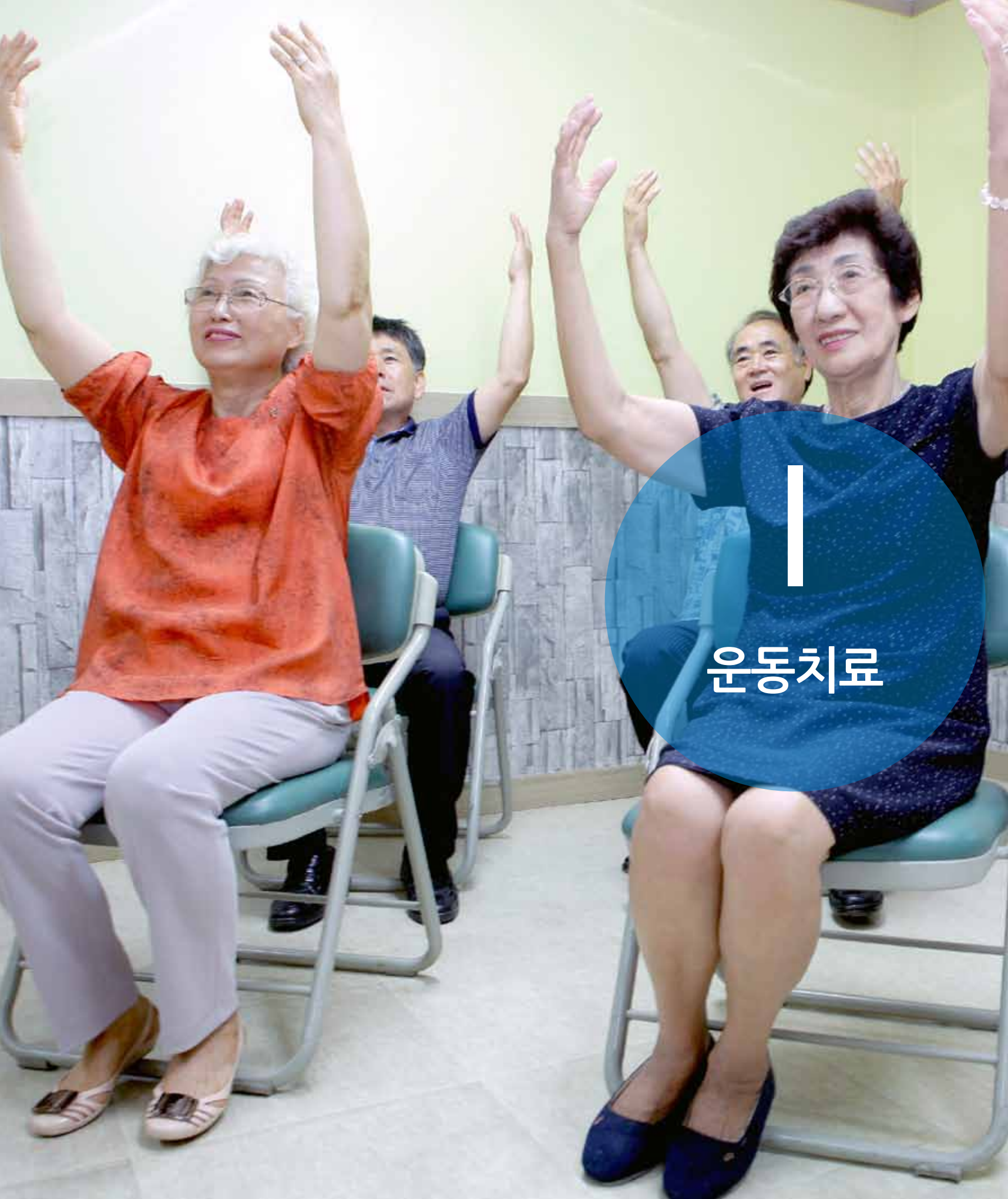
‘반짝활짝 뇌운동’ 활동 매뉴얼

Ⅰ. 운동치료 _ 하루를 시작하는 몸 풀기 운동 022
Ⅱ. 현실인식훈련 _ 오늘은 몇 월 며칠 일까요? 046
Ⅲ. 인지훈련치료 _ 공부 해 봅시다! 098
Ⅳ. 회상치료 _ 추억속으로의 여행 108
Ⅴ. 인지자극치료 _ 나만의 작품 만들기 114
Ⅵ. 음악치료 _ 흥이 나는 시간! 156

하루를 시작하는

몸풀기 운동

서정적인 배경음악에 맞추어
몸풀기 운동을 합니다.



I

운동치료

I 운동치료

시간 30분
장소 모든 인원이 앞, 옆으로 팔을 벌려도 닿지 않는 넓은 공간

이완운동법, 치매예방운동법 2가지 중 한 가지 운동법을 선택하여 활동합니다. 자세한 동작설명은 p.32~44를 참고.

활동목적

- 운동 능력을 향상시켜 관절의 움직임을 최대화 합니다.
- 충분한 호흡을 통해 심혈관계 기능 효율을 촉진 합니다.
- 자세를 정렬하고 움직임을 의식하며 신체 변화와 위치를 인식할 수 있습니다.
- 느린 움직임으로 근육을 이완하여 스트레스를 최소화 합니다.

준비물

- 등받이가 있는 고정용 의자(환자 수에 맞게 준비), 발받침(발이 바닥에 닿지 않을 시 사용)
- 운동 동작 동영상 자료(이완운동법, 치매예방운동법)

역할

진행자 역할

- ▶ 배경음악에 맞는 동작을 반드시 완벽하게 숙지하고 정확한 움직임을 할 수 있도록 합니다.
- ▶ 모든 참여자들이 순서에 맞게 동작을 따라하고 있는지 확인합니다.
- ▶ 충분히 이완하여 천천히 동작을 따라하는지 확인합니다.
- ▶ 모든 참여자들이 배경음악을 들을 수 있도록 적절한 크기의 볼륨으로 조절합니다.
- ▶ 시력이나 시야의 문제로 가까이에서 직접 보여주지 않으면 따라하지 못하는 경우가 있을 경우, 진행자가 몸을 직접 움직여주어 도움을 줍니다.

참여자 역할

역할1 **의자 배치하기**
▶ 의자를 적당한 간격으로 배치합니다.

역할2 **시범보이기**
▶ 앞에 나와 동작 시범을 보입니다.

역할3 **사진촬영하기**
▶ 동작을 하는 모습을 촬영합니다.

역할4 **뒷정리하기**
▶ 의자를 다시 제자리로 정리합니다.

도움수준 조절하기

활동 의지

"오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?

- 2명씩 짝을 짓거나 서로의 동작을 볼 수 있게 둥글게 자리를 배치하여 함께 할 수 있도록 합니다.
- 동작에 실수가 있어도 잘한 동작에 대해 칭찬합니다.

- 앞에서 혼자 시범을 보일 수 있도록 합니다.
- 선택한 역할을 스스로 할 수 있도록 합니다.

인지 능력

"오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?

- 한 가지 동작을 할 수 있도록 합니다.
- 각 동작에 시범을 보여줍니다.
- 시범 영상이나 배경음악의 속도를 느리게 합니다.

- 모든 동작을 할 수 있도록 합니다.
- 동작순서를 외워서 시범 없이 배경음악에 맞추어 동작을 할 수 있도록 합니다.

신체 능력

"오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?

- 움직임이 어려운 경우 신체적 접촉을 하여 보다 정확한 동작을 할 수 있게 도움을 줍니다.
- 의자에 앉아 동작을 따라합니다.

- 앉은 자세와 선 자세에서 도움 없이 스스로 활동 할 수 있도록 합니다.

주의사항

· 동작을 따라하며 움직일 때 낙상의 위험이 없도록 합니다.
· 의자의 간격을 충분히 주어 움직임에 불편함이 없도록 합니다.
· 작은 움직임이라도 반복하면 도움이 되므로 무리하여 움직이지 않도록 합니다.
· 처음 시작할 때는 동작을 따라하는 데에 큰 어려움이 없으나, 갑자기 몸 상태가 변할 수 있으니 참여자들의 상태를 주의 깊게 살펴야 합니다.

활동방법

활동 소개하기
운동치료를
소개해요

활동 알아가기
풍선치기를 하며
첫 인사를 해요.

함께 활동하기
운동 동작을
따라하고 배워요.

활동 마무리하기
몸을 이완하며
정리해요.

❶ 활동 소개하기

· 일정한 간격으로 의자를 배치하고 참여자들은 바른 자세로 의자에 앉습니다.

· 오늘의 활동을 소개하고 주의사항을 설명합니다.

> 지금부터 영상을 보시고 이완운동을 시작하겠습니다. 무리가 있거나 힘드신 분들은 중간에 의자에 앉아 하셔도 됩니다. 몸을 이완하시고 동작을 천천히, 정확하게 따라 해주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 풍선

· 몸풀기로 풍선을 치며 첫인사를 합니다. 풍선을 쳐서 다른 분에게 넘겨주면, 풍선을 받은 분은 이름과 오늘 참여 각오를 말하고 다른 분에게 풍선을 넘겨줍니다. 모든 사람이 인사를 나눕니다.

> 시작 전 인사부터 하겠습니다. 풍선을 받으시면 이름을 말하고 오늘의 기분을 말해주세요. 끝났으면 다른 분께 풍선을 넘겨주세요.

❸ 함께 활동하기

준비물 동작영상, 배경음악

· 먼저 동영상을 보고 전체 동작을 1회 따라합니다.

> 앞의 동작영상을 보시고 천천히 동작을 따라 하세요.

· 진행자는 배경음악의 동작을 묘사하는 문구와 연결하여 동작을 자세히 설명하고, 참여자들은 동작을 정확하게 따라할 수 있도록 합니다. 1회기당 2~3개의 동작을 설명하고 완벽하게 할 수 있도록 합니다. 이 때 의자의 배치는 모두 진행자를 향하게 해도 되고, 동그랗게 배치하여 서로가 서로를 볼 수 있도록 해도 좋습니다.

> 동작을 구체적으로 배워 볼 것입니다. 저의 동작을 정확하게 따라 해 주세요
> (예시) 먼저 편한 자세로 앉아주세요. 발로 물장구를 치는 것 같이 무릎을 앞으로 펴고 발목을 위아래로 움직여 봅니다. 천천히 동작을 여러번 따라 해 주세요. 자, 따라해 볼까요?.

· 동작 설명이 끝나면 배경음악과 진행자의 시범을 보고 전체 동작을 따라합니다. 이 때 동작이 익숙해지고 모든 동작을 배우면 그 후에는 참여자들이 돌아가면서 시범을 보여 줄 수도 있습니다.

> 음악을 듣고 저의 시범에 맞추어 동작을 다시 한 번 따라하겠습니다.
> 오늘은 ○○○님이 나와서 동작 시범을 보여주세요

❹ 활동 마무리하기

· 몸을 충분히 이완합니다. 앉았던 의자를 제자리에 정리하고 마무리 합니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

이완운동법 및 치매예방체조 » 동작을 외워 배경음악만 듣고 동작 따라하기 » 야외에서 운동하기

1 이완 운동법

❶ 앉은 자세

01
편안한 자세로
의자에 앉습니다.

02
발로 물장구를
치는 것 같이
양다리를 펴고
발목을 위 아래로
움직입니다.

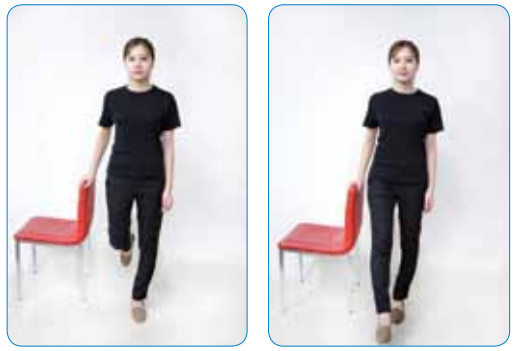
03
양쪽 무릎을
몸 쪽으로
구부렸다 폅니다.

04
양팔을 물을
퍼 올리는 것 같이
펴서 어깨위로 올리고
천천히 내립니다.

05
의자를 짚고
일어섭니다.

❶ 선 자세

01
물장구를 치는 것 같이
한쪽 다리를 앞뒤로
움직입니다.
반대쪽도 합니다.



02
물장구를 치는 것 같이
한쪽 다리를 양옆으로
움직입니다.
반대쪽도 합니다.

03

무릎을 쭉 펴고
발꿈치와 발가락을
번갈아가며 바닥에
점을 찍습니다.
반대쪽도합니다.

04

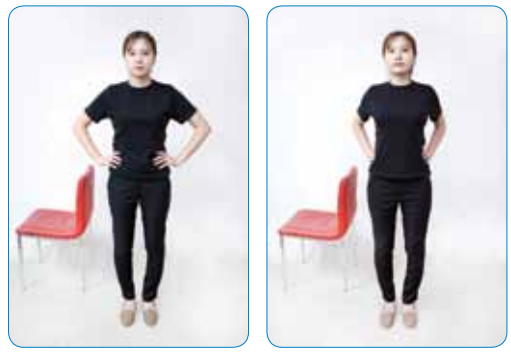
목을 크게 원을 그리며
움직입니다.

05

양쪽 어깨를 원을 그리며
움직입니다.

06

양손을 허리에 두르고
뒤쪽으로 기지개를 켭니다.



07
양팔을 옆으로 펴고
어깨 위로 모읍니다.
목 뒤로 손을 댄 후
팔꿈치를 모읍니다.

08
양팔을 벌린 후
머리 위로 올리고
두 손을 모읍니다.

09
천천히 몸을 감싸며
손을 내립니다.

10
양 팔이 큰 공을
쥔 것 같이 둥글게
움직입니다.

❸ 손 움직임

01
양 손을 나란히
정렬합니다.

02
양 손을 마주보고
인사하듯이 움직입니다.

03
양 손을 입 모양으로
만들어 이야기 하듯이
손가락을 모아
움직입니다.

03
엄지와 다른 손가락을
하나씩 마주칩니다.

05
양 손을 작은 공을
들고 있는 것 같이
오므립니다.

06
양 손을 주먹을
쥐었다가 폈다가를
반복합니다.

07
손가락 관절을
하나 하나 움직입니다.
양손 모두 합니다

08
양 손바닥을 맞닿아
마무리 합니다.

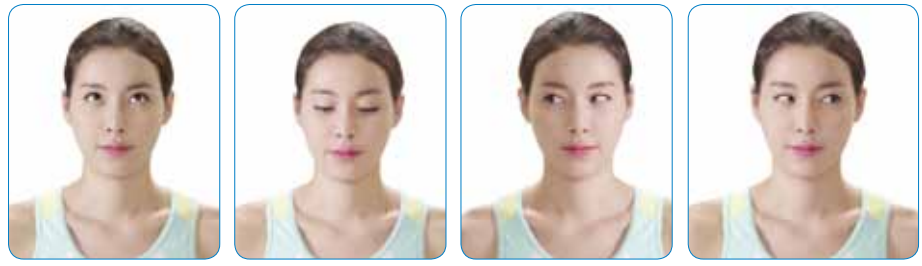
2 치매예방 운동법

❶ 뇌신경체조 뇌 표면 자극으로 인지기능 향상

01 얼굴 두드리기

1. 양 손가락으로 이마(눈썹 포함), 볼(콧날 옆), 입술 상부(인중 포함), 턱을 순서대로 2회씩 부드럽게 마사지합니다.
2. 2회 반복합니다.

02 눈 돌리기

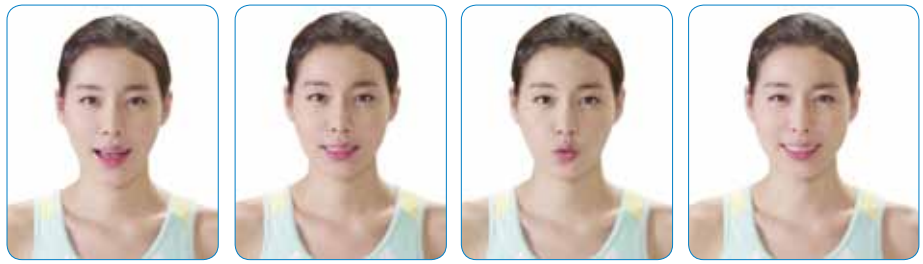


1. 얼굴은 정면으로 고정한 상태에서 눈동자만 상 하 좌 우 방향으로 각 2초씩 응시합니다.
2. 얼굴을 정면으로 고정한 상태에서 눈동자를 시계방향으로 4초에 걸쳐 회전합니다.
3. 얼굴을 정면으로 고정한 상태에서 눈동자를 반시계방향으로 4초에 걸쳐 회전합니다.

03 눈감고 씹기

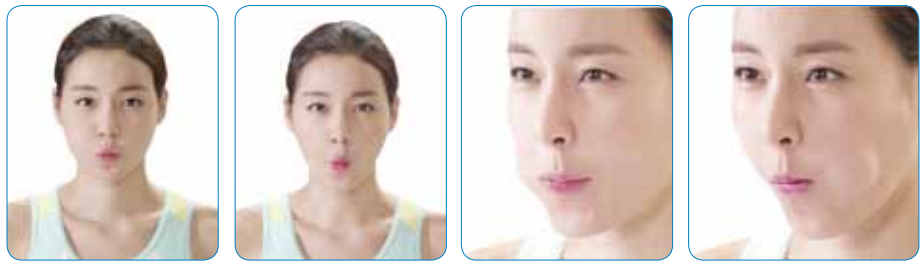
1. 4초간 눈을 꼭 감습니다.
2. 4초간 어금니를 앙다뭅니다.
3. 1–2번을 번갈아 2회 반복합니다.

04
소리내기



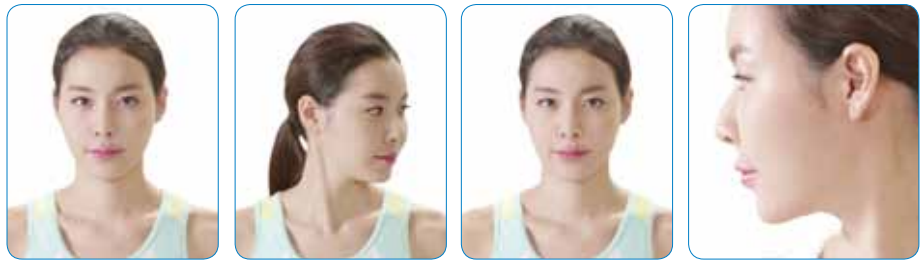
1. 아–으–우–이를 4초에 걸쳐 순서대로 소리 내어 발음합니다.
2. 2회 반복합니다.
3. 크게 소리 내어 '라라라. 파파파, 라파카'라고 외칩니다.
4. 3회 반복합니다. 첫 번째 시행에서는 강세를 첫 번째 글자에 두고, 두 번째 시행에서는 강세를 두 번째 글자에 두고, 세 번째 시행에서는 강세를 세 번째 글자에 두어 외칩니다.

05
볼혀쓰기



1. 입술을 꼭 다물고 양 볼을 최대한 부풀려 4초간 유지합니다.
2. 입술을 꼭 다물고 양 볼을 최대한 수축시켜 4초간 유지합니다.
3. 혀로 왼쪽 볼을 최대한 힘껏 민 상태에서 4초간 유지합니다.
4. 혀로 오른쪽 볼을 최대한 힘껏 민 상태에서 4초간 유지합니다.
5. 1–4번을 순서대로 2회 반복합니다.

06
목돌리기



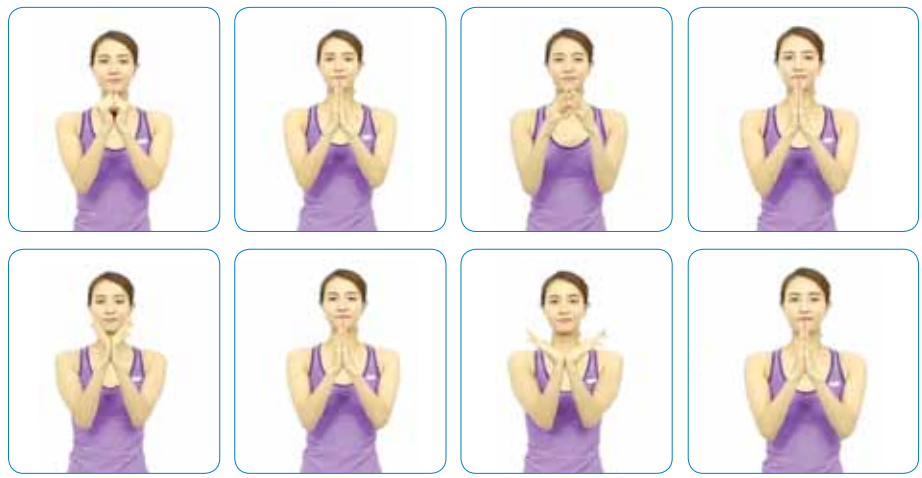
1. 정면을 응시한 상태에서 고개를 오른쪽으로 최대한 돌려서 2초간 유지합니다.
2. 고개를 다시 원위치로 돌려 정면을 2초간 응시합니다.
3. 고개를 왼쪽으로 최대한 돌려서 2초간 유지합니다.
4. 고개를 다시 원위치로 돌려 정면을 2초간 응시합니다.
5. 1–4번을 순서대로 2회 반복합니다.

❷ 치매예방체조 뇌의 혈액순환 증가로 인지기능 향상

07
온몸 자극하기

1. **머리박수**: 손가락 끝을 세워 머리를 경쾌하게 두드려줍니다.
2. **어깨박수**: 양손으로 어깨를 두드립니다.
3. **엉덩이박수**: 양손으로 엉덩이를 두드립니다.
4. **세로박수**: 양손을 세워 박수를 칩니다.
5. 1–4번을 순서대로 2회 반복합니다.

08
손운동(박수)

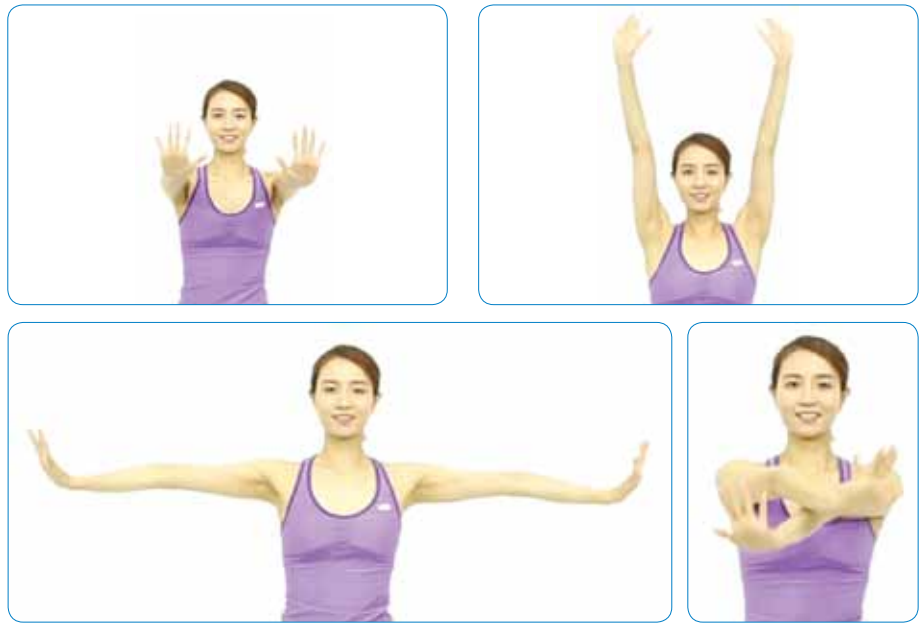


1. **주먹박수, 세로박수**: 양손은 주먹을 꼭 쥐어 4번 두드려줍니다.
   이어서 양 손을 펴고 손바닥으로 4번 박수를 칩니다.
2. **손끝박수, 세로박수**: 양 손가락 끝을 맞대어 4번 두드려줍니다.
   이어서 양 손을 펴고 손바닥으로 4번 박수를 칩니다.
3. **손바닥박수, 세로박수**: 양 손을 쭉 펴고 손바닥 중간 면으로 4번 두드려줍니다.
   그리고 양 손을 펴고 손바닥으로 4번 박수를 칩니다.
4. **손목박수, 세로박수**: 양 손의 안쪽 손목을 맞대어 4번 두드려줍니다.
   그리고 양 손을 펴고 손바닥으로 4번 박수칩니다.
5. 1–4번을 순서대로 2회 반복합니다.

09
손운동(쥐기)

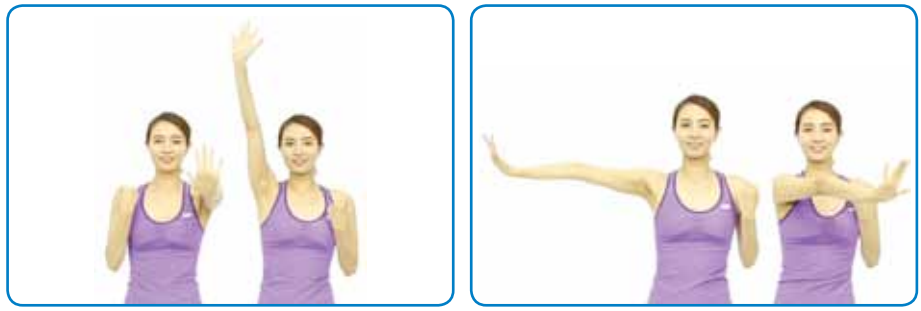
1. **세로박수**: 양 손을 맞대어 강하게 박수를 칩니다.
2. **가로박수**: 양 손을 수평이 되도록 눕혀 박수를 칩니다.
3. **가로쥐기**: 양 손을 수평으로 맞댄 상태에서 손을 꼭 쥐어 줍니다.
4. **깍지끼기**: 양 손을 서로 마주 놓고 힘껏 깍지를 낍니다.
5. 1–4번을 순서대로 2회 반복합니다.

10
팔운동
(두 팔로 하기)



1. **양팔 앞으로 밀기**: 양팔을 가슴 앞에서 앞쪽으로 밀고 제자리로 돌아옵니다.
2. **양팔 위로 밀기**: 양팔을 위로 밀고 제자리로 돌아옵니다.
3. **양팔 옆으로 밀기**: 양팔을 좌우로 밀고 제자리로 돌아옵니다.
4. **양팔 교차하여 밀기**: 양팔을 앞을 향해 사선으로 교차시켜 밀고 제자리로 돌아옵니다.
5. 1–4번을 순서대로 2회 반복합니다.

11
팔운동
(한 팔로 하기)

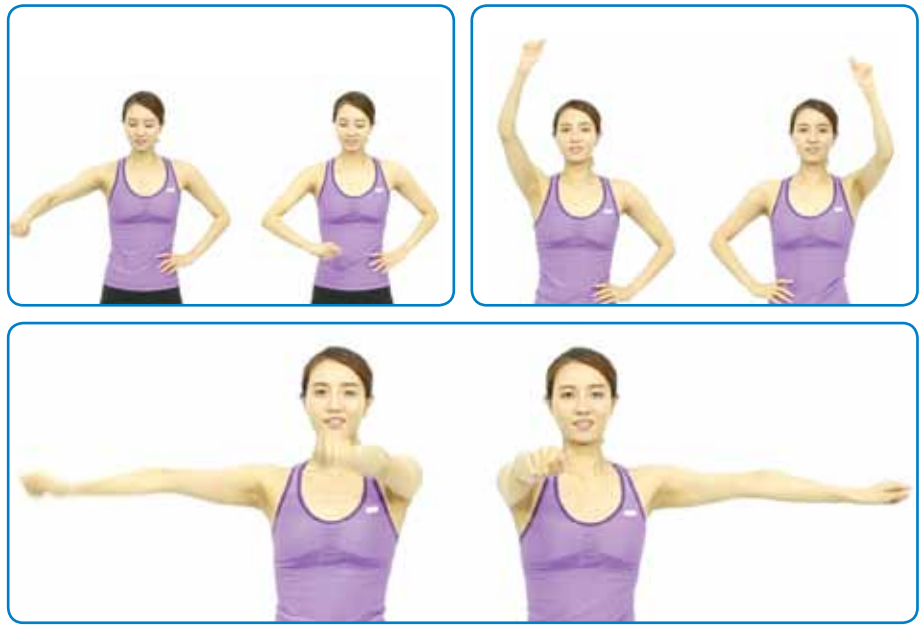


1. **한 팔씩 번갈아 밀기(앞–위–옆–사선–위–옆–사선–앞):** 오른쪽을 시작으로 앞쪽, 위쪽, 옆쪽, 사선으로 한 팔씩 밀고 돌아오기를 반복합니다.
2. 전체 동작 2회 반복합니다.

12
기 만들기

1. **기운 모으기**: 가슴 아래쪽에 양 손을 위, 아래로 위치시키고 손가락을 둥글게 말아 쥡니다. 왼손이 위로 향하도록 돌려줍니다. 왼손이 위쪽에 위치하면 다시 오른손이 위로 향하도록 천천히 돌려줍니다.
2. **기운 키우기**: 양손을 자신의 몸통 크기로 넓혀주어 같은 방법으로 천천히 돌려줍니다.
3. **기운 크게 키우기**: 양팔을 위, 아래로 길게 뻗어 같은 방법으로 천천히 돌려줍니다.
4. **기운 펼치기**: 양팔을 위, 아래로 길게 뻗어 손바닥이 밖을 향하도록하여 천천히 돌려줍니다.
5. 1–4번을 순서대로 2회 반복합니다.

13
기 펼치기



1. **밑면 동그라기 그리기**: 양손을 볼펜 쥐듯이 가볍게 모아 허리에 위치시킵니다. 허리를 기준으로 밑면에 그림을 그리듯 동그라미를 그려줍니다. 오른손과 왼손을 번갈아가면서 동그라미를 그려줍니다.
2. **앞면 동그라미 그리기**: 손은 볼펜을 쥐듯이 가볍게 모아 허리에 위치시킵니다. 허리를 기준으로 앞면에 그림을 그리듯 동그라미를 그려줍니다. 오른손과 왼손을 번갈아가면서동그라미를 그려줍니다.
3. **앞과 옆면에 동그라미 그리기**: 양손은 볼펜을 쥐듯이 가볍게 모아 왼손은 옆면에, 오른손은 앞면에 위치시킵니다. 양손으로 동시에 동그라미를 그립니다. 양손은 볼펜을 쥐듯이 가볍게 모아 왼손은 앞면에, 오른손은 옆면에 위치시킵니다. 양손으로 동시에 동그라미를 그립니다.
4. 1–3번을 순서대로 2회 반복합니다.

14
온몸 가다듬기

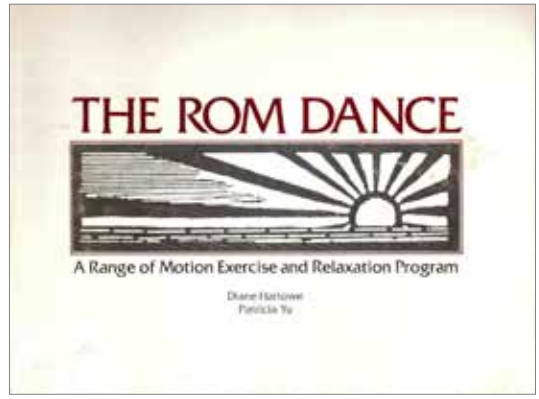
1. **크게 숨 들여 마시기**: 가슴을 넓게 펴고 팔을 위로 올려서 숨을 들여마십니다.
2. **크게 숨내쉬기**: 팔을 아랫배 위로 내리면서 숨을 내쉽니다.
3. **숨들여 마시기**: 손바닥을 위로 오게 하여 손끝을 마주 보게 가슴쪽으로 올리며 숨을 들여 마십니다.
4. **숨내쉬기**: 마주한 손을 내리며 숨을 내쉽니다.

동작 정보

이완운동법

· **서적:** 〈THE ROM DANCE 건강한 관절을 위한〉 저자 Diane Harlowe / 역자 이경식, 이정원, 양경희 / 군자출판사 / 2006.08.30. (원제 ROM dance : a range of motion exercise and relaxation program)

· **인터넷 사이트, 동영상:** http://taichihealth.com/



치매예방 운동법:
보건복지부,
중앙치매센터 개발

· **인터넷 사이트, 동영상:**
http://www.nid.or.kr/ (중앙치매센터)

오늘은

몇 월 며칠 일까요?

오늘의 날짜를 확인하고 사람, 장소, 시간을 주제로
현재를 인식합니다.

II

현실인식훈련

II 현실 인식훈련

시간 30분
장소 테이블과 등받이 의자가 있는 곳

활동목적

· 시간, 장소, 사람에 관련된 정보를 체계적으로 제시하며 자신과 주변 환경에 대한 기본적인 사실을 다시 배워 인식할 수 있습니다.

· 주제에 대해 이야기를 나누는 시간을 가지며 타인과의 관계를 형성합니다.

준비물

· 현실인식보드(화이트보드, 보드마커), 필기도구,
현실인식훈련 활동지(부록 I –2)

역할

진행자 역할

- ▶ 진행방법을 모두가 이해할 수 있게 상세히 설명합니다.
- ▶ 질문을 이해하고 적절한 답변을 쓰고 있는지 확인합니다.
- ▶ 스스로 능동적으로 생각 하여 답변할 수 있는 기회를 줍니다.
- ▶ 불필요하게 긴 대답을 하거나 주제에서 많이 벗어난 경우 진행자가 적절히 중단시켜 집중도를 높입니다.

참여자 역할

역할1 재료, 도구 준비하기
- ▶ 화이트 보드에 제목을 쓰거나 자석을 붙여주세요.
- ▶ 활동지를 인원수에 맞게 복사하여 각자에게 나누어 주세요.

역할2 시범보이기
- ▶ 질문을 큰 소리로 읽어주세요.

역할3 사진촬영하기
- ▶ 각자가 발표를 할 때 사진촬영을 해주세요.

역할4 뒷정리하기
- ▶ 활동이 끝난 후 활동지를 한곳에 모으고 테이블을 정리해 주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

"오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?"

매우좋지않음

좋지않음

- 순서를 뒤쪽으로 발표하여 다른 분들을 참고할 수 있도록 합니다.
- 활동지 답변 작성 시 적절한 답을 쓸 수 있도록 언어적인 도움을 줍니다.

좋음

매우좋음

- 순서를 앞쪽으로 발표하여 다른 분들이 참고할 수 있도록 합니다.

인지 능력

"오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?"

매우좋지않음

좋지않음

- 구체적인 질문을 하여 '예/아니오'로 대답할 수 있도록 합니다.
- 달력이나 시계를 보고 날짜를 대답할 수 있도록 합니다.
- 답변 예시를 주어 선택하여 대답할 수 있도록 합니다.

좋음

매우좋음

- 구체적이지 않은 질문을 하여 대답할 수 있도록 합니다.
- 보조도구나 예시 없이 대답할 수 있도록 합니다.
- 스스로 답변을 작성하고 대답할 수 있도록 합니다.

신체 능력

"오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?"

매우좋지않음

좋지않음

- 손떨림이 있어 활동지 작성에 어려움이 있는 경우 답변을 쓰는 과정을 생략해도 좋습니다.
- 발판, 팔걸이를 제공하여 앉아있는 자세를 지지할 수 있도록 합니다.

좋음

매우좋음

- 순서를 앞쪽으로 발표하여 다른 분들이 참고할 수 있도록 합니다.

주의사항

· 반드시 정답을 말해야 하는 무거운 분위기가 아닌 따뜻하고 친근한 분위기를 만들어 불안하지 않도록 합니다.

· 활동지에 쓰는 것을 거부할 경우에는 쓰는 과정을 생략해도 좋습니다.

1
회기

활동 소개하기
오늘의 주제는
'사람'이에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를
확인해요.

함께 활동하기
'나를 소개합니다.'
발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

나를 소개 합니다.

시간 30분

1 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '사람'으로 자신에 대해 이야기하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

2 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음 시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 첫번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 Ⅰ. 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다1〉, 필기도구

· **〈발표합시다1〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요? 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈나를 소개합니다〉. 첫 시간이니 서로를 알아보기 위해 자기 소개를 하겠습니다.
> 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표 하겠습니다.
> 이름은 무엇이고 무슨 뜻 입니까? 누가 이름을 지어주셨습니까?
> 나이는 몇 살이고 무슨 띠 입니까?
> 가족 누구와 살고 있고 총 몇 명입니까?
> 성격의 장점, 단점은 무엇입니까? 나를 동물에 비유해볼까요?

P.194 〈발표합시다1〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다. 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요? 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 각자 자기소개를 하였습니다. 서로를 더 알아가는 시간이 되었나요?
> 다음 시간에는 지금 살고 있는 집에 대해 이야기하겠습니다.

+ PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

나를 소개합니다. » 새로 알게 된 사람이나 이웃에게 자기 소개하기 » 동요에 자기소개 가사를 넣어 부르기

2
회기

활동 소개하기
오늘의 주제는 '장소'에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
'나는 ○○에 살고 있습니다.' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

나는 ○○에 살고 있습니다.

시간 30분

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '장소'로 사는 곳과 집 구조에 대해 이야기하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

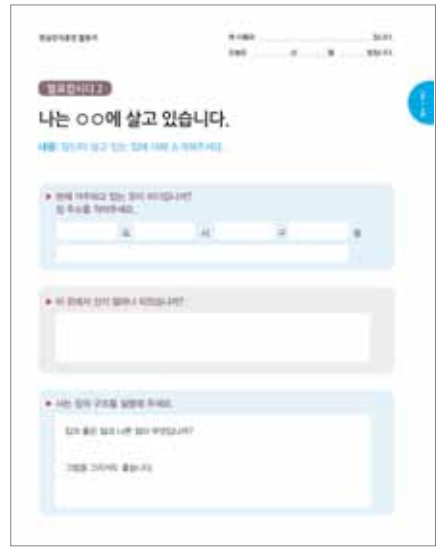
> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 두번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 | 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다2〉, 필기도구

· **〈발표합시다2〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈나는 ○○에 살고 있습니다〉. 사는 곳의 집 주소를 알고 있습니까? 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표하겠습니다. 현재 거주하고 있는 곳이 어디입니까? 이곳에서 산지 얼마나 되었습니까? 사는 집의 구조를 그리고 설명해주세요.



P.195 〈발표합시다2〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다. 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요? 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 집주소와 구조에 대해 발표하였습니다. 여러분은 집에서 지내는 시간이 얼마나 되십니까?
> 다음시간에는 하루 일과에 대해 이야기하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

나는 ○○에 살고 있습니다. » 자녀, 친척 주소록 만들기 » 동네 구조 간단하게 그리기

3
회기

활동 소개하기
오늘의 주제는 '시간'이에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
'나의 하루 일과는 ○○ 입니다.' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

나의 하루 일과는 ○○ 입니다.

시간 30분

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '시간'으로 하루일과에 대해 이야기 하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

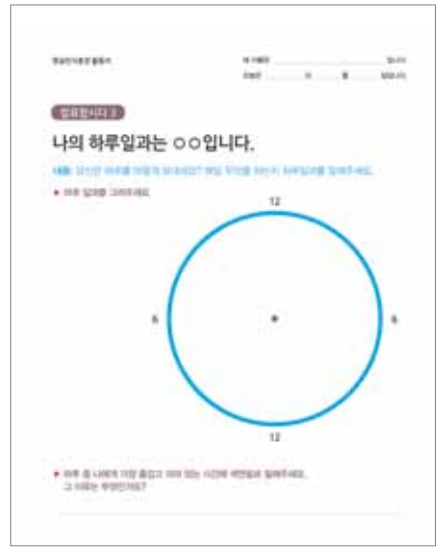
> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 세번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 Ⅰ 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다3〉, 필기도구

· **〈발표합시다3〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈나의 하루 일과는 ○○입니다〉. 여러분은 하루를 어떻게 보내세요? 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표하겠습니다. 하루 일과를 그려보세요. 하루 중 나에게 가장 의미 있고 즐거운 시간과 그 이유는 무엇입니까?


나의 하루일과는 ○○입니다.

P.196 〈발표합시다3〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요.
> ○○○님 잘 말씀하셨습니다. 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요? 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 하루 일과에 대해 발표하였습니다. 하루 중 가족과 전화를 하거나 대화하는 시간이 있나요?
> 다음 시간에는 가족에 대해 이야기하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

나의 하루 일과는 ○○입니다. » 취침 전 일기쓰기 » 달력에 약속이나 중요한 일 적고 완료 시 체크하기

4
회기

활동 소개하기
오늘의 주제는 '사람'이에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
'나의 가족을 소개합니다.' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

나의 가족을 소개합니다.

시간 30분

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜 (_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '사람'으로 가족에 대해 이야기하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

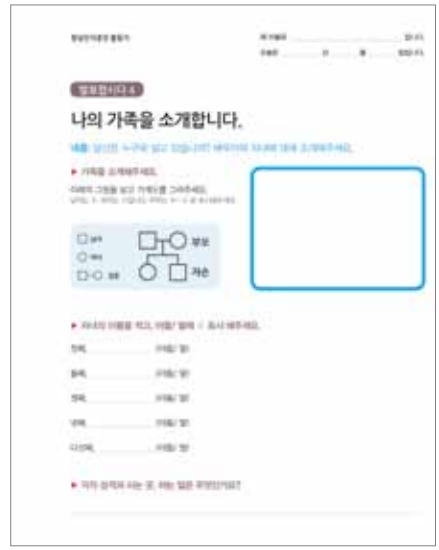
> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 네번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 Ⅰ 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다4〉, 필기도구

· **〈발표합시다4〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈나의 가족을 소개합니다〉. 여러분은 몇 남 몇 녀를 두셨나요? 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표 하겠습니다. 가계도를 그리고 가족을 소개해주세요. 자녀의 이름과 각각의 성격, 사는 곳, 하는 일은 무엇입니까?


나의 가족을 소개합니다.

P.197 〈발표합시다4〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다.
> 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요.
> ○○○님 잘 말씀하셨습니다. 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?"

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 가족에 대해 발표하였습니다. 다음 시간에는 우리가 모여 있는 이 장소에 대해 이야기 하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

나의 가족을 소개합니다. » 손주 소개하기 » 시간을 정해 자녀에게 전화하기

5
회기

활동 소개하기
오늘의 주제는 '장소'이에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
'우리는 ○○에 모였습니다.' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

우리는 ○○에 모였습니다.

시간 30분

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '장소'로 이곳이 어디인지, 어떻게 왔는지에 대해 이야기하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간 인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다.
> 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 다섯번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

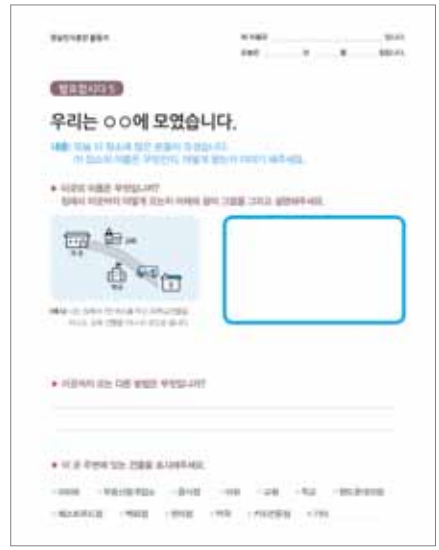
준비물 부록 | 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다5〉, 필기도구

· **〈발표합시다5〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈우리는 ○○에 모였습니다〉. 이곳의 이름과 주소를 아시나요? 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표하겠습니다. 집에서 이곳까지 오는 방법을 그리고 설명해주세요.
> 이곳까지 오는 다른 방법은 무엇입니까?
> 이곳 주변에 있는 건물을 표시해주세요.

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다.
> 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요.
> ○○○님 잘 말씀하셨습니다. 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?"



P.198 〈발표합시다5〉

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 우리가 모인 이 장소에 대해 발표하였습니다. 다음 시간에는 인터넷 라디오를 듣고 어떤 뉴스가 있는지 이야기하겠습니다.

+ PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

우리는 ○○에 모였습니다. » 바로 옆 건물 사진 찍기 » 모인 장소의 주변을 둘러보고 지도 만들기

6
회기

오늘의 뉴스는 ○○ 입니다.

시간 30분

활동 소개하기
오늘의 주제는 '시간'이에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
라디오를 듣고 '오늘의 뉴스는 ○○입니다.' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '시간'으로 인터넷 라디오를 듣고 어떤 뉴스가 있는지 이야기 하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간 인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다.
> 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 여섯번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 I 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다6〉, 필기도구

· **〈발표합시다6〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈오늘의 뉴스는 ○○입니다〉. 지금부터 라디오를 듣겠습니다. 어떤 뉴스가 있는지 활동지에 적어가며 들어보세요. 라디오를 다 들으면 돌아가면서 발표하겠습니다.
> 기억에 남는 뉴스는 무엇입니까? 어떤 내용입니까?

P.199 〈발표합시다6〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다.
> 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 뉴스에 대해 발표하였습니다. 다음 시간에는 여러분이 무엇을 좋아하고, 싫어하는지 이야기하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

오늘의 뉴스는 ○○입니다. » 메모한 주요뉴스를 가족에게 말하기 » 관심 분야 신문 기사 스크랩하기

7 회기

나는 ○○○을 좋아하고, △△△을 싫어합니다.

시간 30분

활동 소개하기
오늘의 주제는 '사람'이에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
'나는 ○○○을 좋아하고, △△△을 싫어합니다.' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '사람'으로 자신이 무엇을 좋아하고 싫어하는지 이야기하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께 하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트 보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간 인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

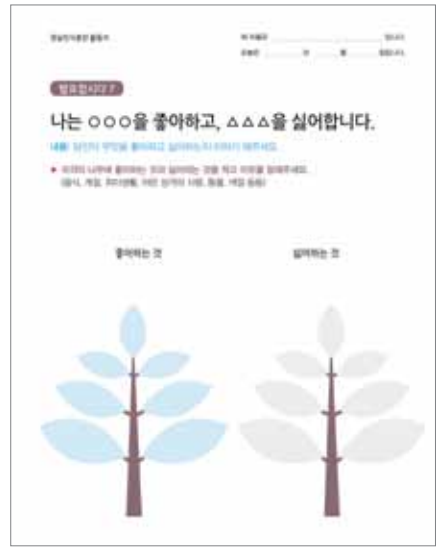
> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 일곱번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 | 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다7〉, 필기도구

· **〈발표합시다7〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

"활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈나는○○○을 좋아하고, △△△을 싫어합니다〉. 활동지에 나무 두 그루가 있습니다. 왼쪽 나무에는 여러분이 좋아하는 것을 적고 오른쪽 나무에는 싫어하는 것을 적어주세요. 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표하겠습니다.
음식, 계절, 취미생활, 어떤 성격의 사람, 동물, 색깔 등에 대해 각각 좋아하는 것과 싫어하는 것은 무엇입니까?"



P.200 〈발표합시다7〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

"모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다.
활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요.
○○○님 잘 말씀하셨습니다. 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요? 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

"오늘은 자신의 기호에 대해 발표하였습니다. 다음 시간에는 여러분이 자주 가는 모임 장소에 대해 이야기하겠습니다.

+ PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

나는 ○○○을 좋아하고, △△△을 싫어합니다. » 좋아하는 항목에 썼던 내용 실천하기 » 가장 가까운 사람의 기호 알아보기

8
회기

활동 소개하기
오늘의 주제는 '장소'에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
'자주 가는 모임장소는 ○○입니다.' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

자주 가는 모임 장소는 ○○입니다.

시간 30분

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '장소'로 지인과 모임이 있을 때 주로 어디에서 만나는지 이야기하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다.
> 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트 보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간 인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

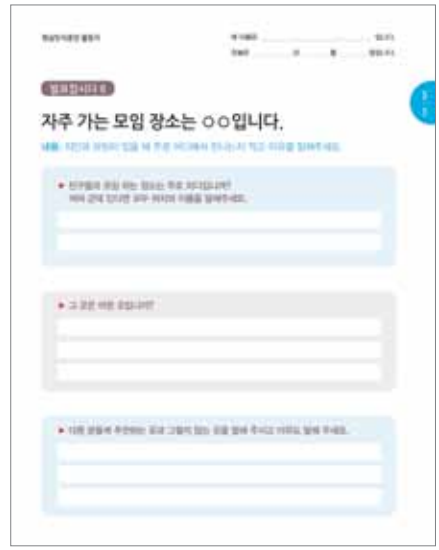
> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 여덟번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 | 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다8〉, 필기도구

· **〈발표합시다8〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈자주 가는 모임 장소는 ○○입니다〉.
> 지인과 자주 만나는 곳은 어디입니까? 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표하겠습니다.
> 친구들과 모임 하는 장소는 어디입니까? 그 곳은 어떤 곳입니까?
> 추천하는 곳과 그렇지 않은 곳은 어디고 그 이유는 무엇입니까?



P.201 〈발표합시다8〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다.
> 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 지인과 모임장소에 대해 발표하였습니다. 다음 시간에는 계절에 따른 옷차림에 대해 이야기하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

자주 가는 모임 장소는 ○○입니다. » 지도에 그동안 모임 했던 장소 표시하기 » 참여자들로부터 추천 받은 장소에서 모임 갖기

9
회기

활동 소개하기
오늘의 주제는 '시간'이에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
'나는 ○○옷을 좋아합니다.' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

나는 ○○ 옷을 좋아합니다.

시간 30분

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '시간'으로 계절에 따른 옷차림에 대해 이야기 하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트 보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간 인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

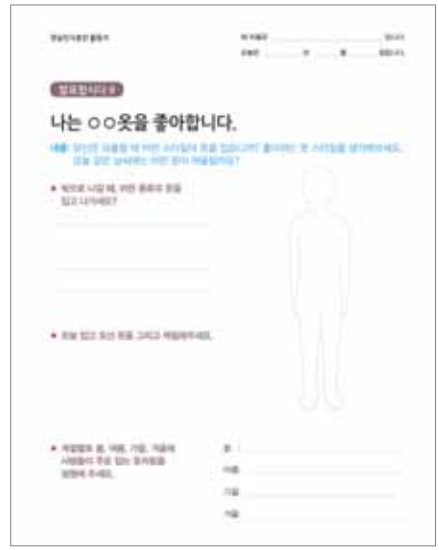
> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 아홉번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 I 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다9〉, 필기도구

· **〈발표합시다9〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈나는 ○○옷을 좋아합니다〉. 무슨 옷을 좋아하십니까? 계절별로 무슨 옷을 입는지 적어주세요. 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표하겠습니다.
> 밖으로 나갈 때 어떤 종류의 옷을 입고 나가세요? 오늘 입고 온 옷을 그리고 색칠해주세요. 계절별로 사람들은 주로 어떤 옷을 입습니까?


나는 ○○옷을 좋아합니다.

P.202 〈발표합시다9〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다.
> 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 계절에 따른 옷차림에 대해 발표하였습니다.
> 다음 시간에는 지금 옆에 앉아 계신 분과 서로 인터뷰하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

나는 ○○옷을 좋아합니다. » 계절별로 옷 정리하기 » 현재 날씨에 어울리는 옷 쇼핑하기

10
회기

활동 소개하기
오늘의 주제는 '사람'이에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
'나는 당신을 알고 싶어요.' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

나는 당신을 알고 싶어요.

시간 30분

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '사람'으로 옆 사람과 두 명씩 짝을 짓고 서로 질문자 또는 대답자가 되어 인터뷰하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간 인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

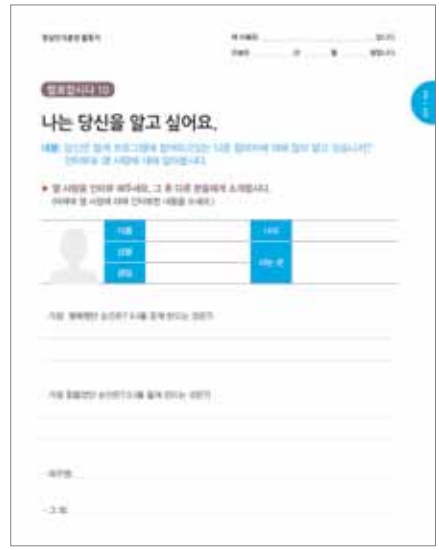
> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 열번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 Ⅰ 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다10〉, 필기도구

· **〈발표합시다10〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈나는 당신을 알고 싶어요〉.
> 오늘은 옆에 앉아있는 여러분의 짝꿍을 알아보겠습니다. 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표하겠습니다. (옆사람의) 이름, 나이, 성별, 사는 곳, 생일은 무엇입니까? (옆사람의) 가장 행복했던 순간은 언제입니까? (옆사람의) 가장 힘들었던 순간은 언제입니까? (옆사람의) 좌우명은 무엇입니까?


나는 당신을 알고 싶어요.

P.203 〈발표합시다10〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다.
> 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 인터뷰로 서로에 대해 알아보고 발표하였습니다.
> 다음 시간에는 여러분이 살고 있는 동네를 소개하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

나는 당신을 알고 싶어요. » 소원했던 친구나 이웃 인터뷰하기 » 가족들과의 인터뷰를 동영상으로 찍거나 녹음해보기

11
회기

활동 소개하기
오늘의 주제는 '장소'에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
'우리집 근처엔 ○○이 있습니다.' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

우리 집 근처엔 ○○이 있습니다.

시간 30분

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '장소'로 지금 살고 있는 동네에 대해 이야기하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 열한번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다11〉, 필기도구

· **〈발표합시다11〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문들을 읽어봅시다. 〈우리 집 근처엔 ○○이 있습니다〉.
> 동네에 무엇이 있습니까? 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표하겠습니다.
> 집 근처에 있는 상점가, 백화점, 식료품점 등의 건물을 표시해주세요.
> 건물이 집의 무슨 방향에 있습니까? 가장 자주 가는 곳은 어디이고 가서 무엇을 합니까? 집 주변에 유명한 곳이 있습니까?

P.204 〈발표합시다11〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다.
> 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 각자의 동네에 대해 발표하였습니다.
> 다음 시간에는 인터넷 라디오를 듣고 어떤 뉴스가 있는지 이야기하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

우리 집 근처엔 ○○이 있습니다. » 자신의 동네 둘러보며 사진 찍기 » 집 근처에 있는 곳 차례대로 가보기

12
회기

오늘의 뉴스는 ○○입니다.

시간 30분

활동 소개하기
오늘의 주제는 '시간'이에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
라디오를 듣고 '오늘의 뉴스는 ○○입니다.' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '시간'으로 인터넷 라디오를 듣고 어떤 뉴스가 있는지 이야기 하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

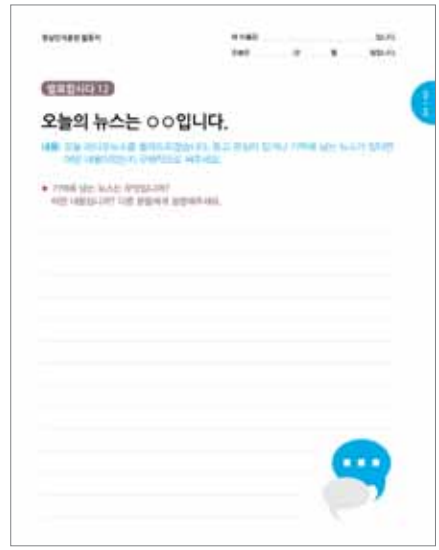
> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 열두번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 | 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다12〉, 필기도구

· **〈발표합시다12〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈오늘의 뉴스는 ○○입니다〉.
> 지금부터 라디오를 듣겠습니다.
> 어떤 뉴스가 있는지 활동지에 적어가며 들어보세요.
> 라디오를 다 들으면 돌아가면서 발표하겠습니다.
> 기억에 남는 뉴스는 무엇입니까? 어떤 내용입니까?



P.205 〈발표합시다12〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다.
> 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 뉴스에 대해 발표하였습니다. 다음 시간에는 대한민국 대통령에 대해 이야기하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

오늘의 뉴스는 ○○입니다. » 메모한 주요뉴스를 가족에게 말하기 » 관심 분야 신문 기사 스크랩하기

13
회기

우리나라 대통령은 ○○입니다.

시간 30분

활동 소개하기
오늘의 주제는 '사람'이에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
'우리나라 대통령은 ○○입니다.' 발표해요

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '사람'으로 대한민국 역대 대통령에 대해 이야기하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 열세번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 | 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다13〉, 필기도구

· **〈발표합시다13〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈우리나라 대통령은 ○○입니다〉.
> 여러분의 어린시절부터 현재까지의 대통령을 떠올려보세요.
> 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표하겠습니다.

우리나라 대통령은 ○○입니다.

P.206 〈발표합시다13〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다.
> 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 역대 대통령에 대해 발표하였습니다. 다음 시간에는 대한민국지리에 대해 이야기 하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

우리나라 대통령은 ○○입니다. » 대통령과 영부인 사진 찾아보기 » 최근 이슈가 된 인물 찾아 정리하기

14
회기

활동 소개하기
오늘의 주제는 '장소'에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
'우리나라, 대한민국 지리' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

우리나라, 대한민국 지리

시간 30분

1 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '장소'로 대한민국 지리에 대해 이야기하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하시고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

2 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트 보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간 인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 열네번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 | 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다14〉, 필기도구

· **〈발표합시다14〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈우리나라, 대한민국 지리〉. 우리나라 지리를 잘 알고 있습니까? 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표하겠습니다. 한국의 수도는 어디입니까? 지도에 특별시, 광역시를 표시해주세요. 8도의 대표도시는 어디입니까? 한국에서 유명한 강 이름은 무엇입니까?

P.207 〈발표합시다14〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다. 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 대한민국 지리에 대해 발표하였습니다. 다음 시간에는 사계절에 대해 이야기 나누겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

우리나라, 대한민국 지리 » 대한민국 지도에 자신이 가본 장소 체크하기 » 색종이에 전국 8도를 각각 그리고 오린 것을 도화지에 이어 붙여 지도 만들기

15
회기

활동 소개하기
오늘의 주제는 '시간'이에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
'봄 여름 가을 겨울' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

봄 여름 가을 겨울

시간 30분

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '시간'으로 각 계절에 따른 일상생활의 변화에 대해 이야기하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트 보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간 인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

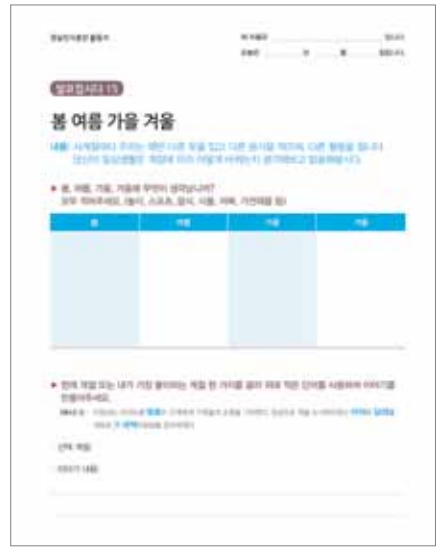
> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 열다섯번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 | 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다15〉, 필기도구

· **〈발표합시다15〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈봄 여름 가을 겨울〉. 여러분은 무슨 계절을 가장 좋아하세요?
> 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표하겠습니다.
> 봄 여름 가을 겨울에 무엇이 생각납니까? 현재 계절 또는 여러분이 가장 좋아하는 계절을 한 가지 골라 이야기를 만들어주세요.


봄 여름 가을 겨울

P.208 〈발표합시다15〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다.
> 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 사계절에 대해 발표하였습니다.
> 다음 시간에는 즐겨보는 TV 프로그램과 취미생활에 대해 이야기하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

봄 여름 가을 겨울 » 현재 계절에 어울리는 음악 찾아 듣기 » 제철에 맞는 음식 장보고 요리하기

16
회기

활동 소개하기
오늘의 주제는 '사람'이에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
'내가 좋아하는 TV프로그램은 ○○입니다.' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

내가 좋아하는 TV프로그램은 ○○입니다.

시간 30분

1 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '사람'으로 여가시간을 어떻게 보내는지에 대해 이야기하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께 하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

2 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트 보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간 인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 열여섯번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 | 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다16〉, 필기도구

· **〈발표합시다16〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요? 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈내가 좋아하는 TV프로그램은 ○○입니다〉. 여러분은 즐겨 보는 TV 프로그램이 있습니까? 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표하겠습니다. 즐겨보는 TV프로그램을 체크해주세요. 각 프로그램은 무슨 채널에서, 몇 시에 합니까? 프로그램은 무슨 내용입니까? 여가 시간에 무엇 하는 것을 좋아합니까? 요즘 하고 있는 취미생활이 있습니까?

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다. 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?

내가 좋아하는 TV프로그램은 ○○입니다.

P.209 〈발표합시다16〉

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 즐겨보는 TV 프로그램과 취미생활에 대해 발표하였습니다.
> 다음 시간에는 국외 여행에 대해 이야기하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

내가 좋아하는 TV 프로그램은 ○○입니다. » 당일 본 프로그램 내용 수첩에 기록하기 » 앞으로 하고 싶은 취미생활 체크리스트 만들기

17
회기

활동 소개하기
오늘의 주제는 '장소'에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
'기억에 남는 해외여행' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

기억에 남는 해외여행

시간 30분

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '장소'로 해외여행을 해 보신 적이 있다면 기억나시는 곳에 대해 이야기 하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

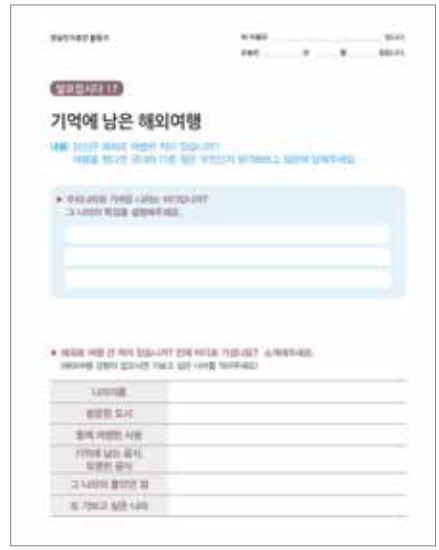
> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 열일곱번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 | 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다17〉, 필기도구

· **〈발표합시다17〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈기억에 남는 해외여행〉. 여러분은 해외 여행을 다녀오신 적이 있으세요? 해외가 국내와 다른 점은 무엇인가요? 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표하겠습니다.
> 우리나라와 가까운 나라는 어디입니까? 그 나라의 특징을 설명해주세요. 해외로 여행간 적이 있습니까? 소개해주세요.



P.210 〈발표합시다17〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다.
> 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 해외여행에 대해 발표하였습니다.
> 다음 시간에는 인터넷 라디오를 듣고 어떤 뉴스가 있는지 이야기하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

기억에 남는 해외여행 » 가고 싶은 나라 선정하여 사진 찾아보기 » 여행 경로, 예산 계획하기

18
회기

오늘의 뉴스는 ○○ 입니다.

시간 30분

활동 소개하기
오늘의 주제는 '시간'이에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
라디오를 듣고 '오늘의 뉴스는 ○○입니다.' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '시간'으로 인터넷 라디오를 듣고 어떤 뉴스가 있는지 이야기하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 열여덟번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 | 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다18〉, 필기도구

· **〈발표합시다18〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈오늘의 뉴스는 ○○입니다〉.
> 지금부터 라디오를 듣겠습니다.
> 어떤 뉴스가 있는지 활동지에 적어가며 들어보세요.
> 라디오를 다 들으면 돌아가면서 발표하겠습니다.
> 기억에 남는 뉴스는 무엇입니까? 어떤 내용입니까?

P.211 〈발표합시다18〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다.
> 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 뉴스에 대해 발표하였습니다. 다음 시간에는 여러분의 주변사람에 대해 이야기하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

오늘의 뉴스는 ○○입니다. » 메모한 주요뉴스를 가족에게 말하기 » 관심 분야 신문 기사 스크랩하기

19
회기

활동 소개하기
오늘의 주제는 '사람'이에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
'나의 주변사람 이름은 ○○입니다.' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

나의 주변사람 이름은 ○○입니다.

시간 30분

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '사람'으로 여러분의 주변사람에 대해 이야기하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 열아홉번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 I 현실인식훈련 활동지
〈발표합시다19〉, 필기도구

· **〈발표합시다19〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈나의 주변사람 이름은 ○○입니다〉.
> 여러분은 최근에 알게 된 사람이 있습니까? 그 사람의 이름을 기억합니까? 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표하겠습니다.
> 당신의 담당의사, 작업치료사, 물리치료사 이름은 무엇입니까?
> 친구와 형제자매의 이름은 무엇입니까? 그 사람의 생김새나 특징을 말해주세요. 진행자와 그룹원의 이름은 무엇인가요?

P.212 〈발표합시다19〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다.
> 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 주변사람 이름에 대해 발표하였습니다. 다음 시간에는 국내여행에 대해 이야기하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

나의 주변사람 이름은 ○○입니다. » 단골가게 사장님 이름이나 이웃사람 이름 알아보기 » 주변사람, 새로 알게 된 사람 전화번호부 만들기

20
회기

활동 소개하기
오늘의 주제는 '장소'에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
'기억에 남는 국내여행' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

기억에 남는 국내 여행

시간 30분

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '장소'로 국내 여행에 대해 이야기하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

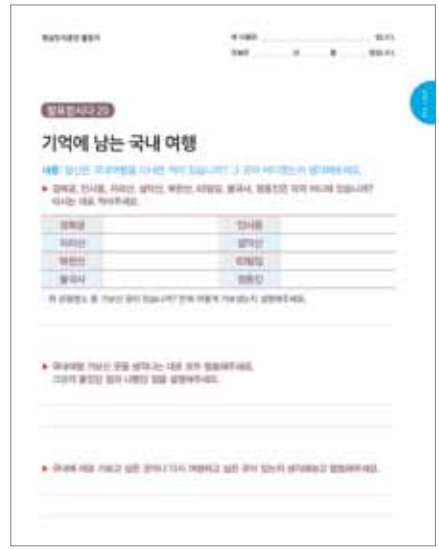
> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 스무번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 | 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다20〉, 필기도구

· **〈발표합시다20〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈기억에 남는 국내여행〉. 여러분은 국내 여행을 어디로 다녀오셨습니까? 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표하겠습니다.
> 경복궁, 인사동, 지리산, 설악산, 북한산, 63빌딩, 불국사, 정동진은 각각 어디에 있습니까? 위 장소를 가보셨습니까? 국내여행 가본 곳과 그곳의 좋은 점, 나쁜 점을 말해주세요.
> 국내에 새로 가보고 싶은 곳이나 다시 여행하고 싶은 곳이 있습니까?



P.213 〈발표합시다20〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다. 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 국내여행에 대해 발표하였습니다. 다음 시간에는 우리나라 공휴일에 대해 이야기하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

기억에 남는 국내여행 » 가고 싶은 도시 선정하여 사진 찾아보기 » 2박 3일 국내 여행 경로, 예산 계획하기

21
회기

활동 소개하기
오늘의 주제는 '시간'이에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
'올해의 공휴일은 ○○○입니다.' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

올해의 공휴일은 ○○○입니다.

시간 30분

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '시간'으로 우리나라 공휴일에 대해 이야기하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

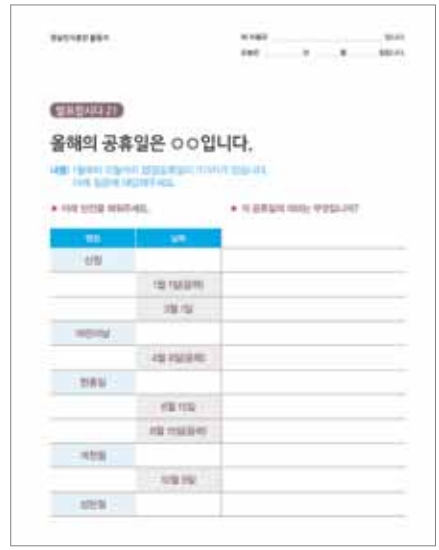
> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 스물한번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 | 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다21〉, 필기도구

· **〈발표합시다21〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈올해의 공휴일은 ○○○입니다〉.
> 우리나라 대표 명절은 무엇인가요?
> 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표하겠습니다.
> 각 공휴일 명칭과 날짜는 며칠입니까? 각 공휴일의 의미는 무엇입니까?


올해의 공휴일은 ○○입니다.

P.214 〈발표합시다21〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다.
> 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 공휴일에 대해 발표하였습니다. 다음 시간에는 국가대표 스포츠선수에 대해 이야기하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

올해의 공휴일은 ○○○입니다. » 오늘을 기준으로 가장 가까운 공휴일 남은 날 세어보기 » 빈 달력에 날짜를 적고 가족 기념일 표시하기

22
회기

활동 소개하기
오늘의 주제는 '사람'이에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
'우리나라 국가대표 선수는 ○○○입니다.' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

우리나라 국가대표 선수는 ○○○입니다.

시간 30분

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '사람'으로 여러분이 알고 있는 스포츠 선수에 대해 이야기하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트 보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간 인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 스물두번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 | 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다22〉, 필기도구

· **〈발표합시다22〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈우리나라 국가대표 선수는 ○○○입니다〉. 스포츠 프로그램을 즐겨 보시나요? 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표하겠습니다.
> 각 스포츠분야에서 알고 있는 선수가 있습니까? 선수를 언제, 어디서, 어떻게 알게 되었습니까? 요즘 스포츠 선수 중에 유명한 사람이 누구입니까?

P.215 〈발표합시다22〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다.
> 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 유명한 스포츠선수에 대해 발표하였습니다.
> 다음 시간에는 이 장소에서 방향에 따른 도시에 대해 이야기하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

우리나가 국가대표 선수는 ○○○입니다. » 유명한 선수 얼굴 찾아보기 » 최근 이슈가 된 선수 신문 기사 찾아보기

23
회기

활동 소개하기
오늘의 주제는 '장소'에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
'그 도시는 여기에서 ○○방향에 있습니다.' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

그 도시는 여기에서 ○○방향에 있습니다.

시간 30분

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '장소'로 이곳을 기준으로 동서남북에 위치한 도시는 어디인지 이야기하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

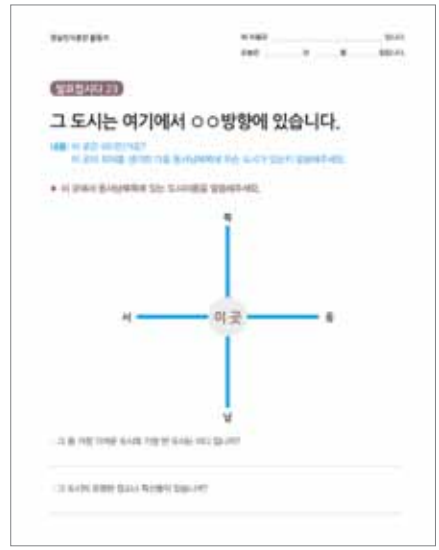
> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 스물세번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 Ⅰ 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다23〉, 필기도구

· **〈발표합시다23〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈그 도시는 여기에서 ○○방향에 있습니다〉. 이 장소의 위치는 무슨 시에 속해있나요? 활동지를 다 작성하면 돌아가면서 발표하겠습니다.
> 이곳에서 동서남북쪽에 있는 도시 이름은 무엇입니까? 그 중 가장 가까운 도시와 가장 먼 도시는 어디입니까? 그 도시의 유명한 장소나 특산품이 있습니까?


그 도시는 여기에서 ○○방향에 있습니다.

P.216 〈발표합시다23〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다.
> 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 활동을 정리하고 다음 현실인식훈련 주제를 소개하며 마무리 합니다.

> 오늘은 이 장소에서 방향에 따른 도시에 대해 발표하였습니다.
> 다음 시간에는 인터넷 라디오를 듣고 어떤 뉴스가 있는지 이야기하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

그 도시는 여기에서 ○○방향에 있습니다. » 대한민국을 기준으로 방향에 따른 국가위치 알아보기 » 도시 1곳을 선정하여 가는 방법(대중교통) 알아보기

24
회기

오늘의 뉴스는 ○○입니다.

시간 30분

활동 소개하기
오늘의 주제는 '시간'이에요.

활동 알아가기
오늘의 날짜를 확인해요.

함께 활동하기
라디오를 듣고 '오늘의 뉴스는 ○○입니다.' 발표해요.

활동 마무리하기
이야기를 정리해요.

❶ 활동 소개하기

· 화이트 보드에 '날짜(_____년 ___월 ___일 ___요일), ____회기' 다음과 같이 쓰고 참여자들이 사용 할 필기도구와 활동지를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘 현실인식훈련 주제는 '시간'으로 인터넷 라디오를 듣고 어떤 뉴스가 있는지 이야기 하겠습니다. 정답이 있는 것이 아닙니다. 있는 그대로 말하고 함께하는 분들의 이야기도 잘 들어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 화이트보드, 보드마커

· 먼저 참여자들에게 오늘의 날짜 · 회기 · 참여자 이름을 질문하고, 대답을 화이트보드에 씁니다. 참여자 전체에게 질문을 해도 좋고 한 명에게 질문해도 좋습니다. 대답을 할 때 오류가 있으면 진행자는 바로 수정 하여 정답을 이야기합니다. 참여자들의 이름을 서로 외울 수 있도록 합니다.

> 달력을 보고 오셨나요? 오늘은 몇 월 며칠 인가요? 오늘은 몇 번째 시간인가요? 오늘은 다같이 ○○○님의 이름을 외우겠습니다. 다음시간 까지 모두 기억해 주세요.

· 보드에 적힌 정답을 진행자 지시에 따라 함께 읽어보고 다음 활동을 진행합니다.

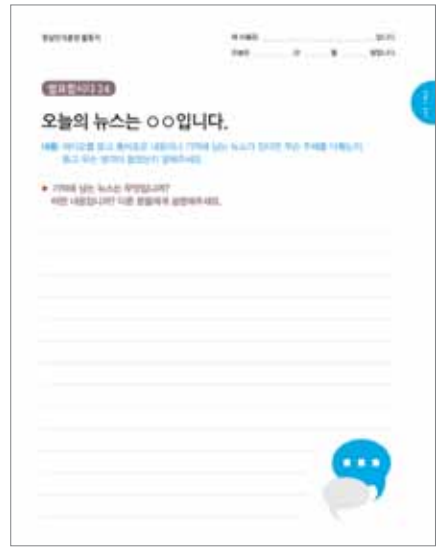
> 오늘은 ○○월 ○○일 ○○요일 스물네번째 시간입니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 부록 | 현실인식훈련 활동지 〈발표합시다24〉, 필기도구

· **〈발표합시다24〉 활동지**를 참여자들에게 나눠주고 질문이 적힌 활동지를 작성하도록 합니다.

> 활동지 맨 위에 오늘의 날짜와 이름을 적을까요?
> 아래 제목과 질문을 읽어봅시다. 〈오늘의 뉴스는 ○○입니다.〉
> 지금부터 라디오를 듣겠습니다.
> 어떤 뉴스가 있는지 활동지에 적어가며 들어보세요.
> 라디오를 다 들으면 돌아가면서 발표하겠습니다.
> 기억에 남는 뉴스는 무엇입니까? 어떤 내용입니까?



P.217 〈발표합시다24〉

· 마무리가 되면 각자 활동지를 보고 발표하도록 합니다.

> 모두 작성 하셨지요? 그러면 ○○○님부터 발표하겠습니다. 활동지에 작성한 내용을 편하게 이야기 해 주세요. ○○○님 잘 말씀하셨습니다.
> 혹시 ○○○님에게 궁금하신 것이 있나요?
> 다음은 □□□님이 발표할까요?

❹ 활동 마무리하기

· 오늘의 활동을 정리하고 현실인식훈련을 마무리합니다.

> 오늘은 뉴스에 대해 발표하였습니다. 그동안 시간, 장소, 사람에 대해 이야기를 나눴는데 가장 기억에 남는 것은 무엇입니까? 오늘로 현실인식훈련을 마치겠습니다. 모두 수고하셨습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

오늘의 뉴스는 ○○입니다. » 메모한 주요뉴스를 가족에게 말하기 » 관심 분야 신문 기사 스크랩하기

공부
해 봅시다

기억력, 지남력, 주의집중력, 실행기능 향상을 위해
문제집을 풀며 훈련합니다.

III

인지훈련치료

III 인지훈련 치료

시간 30분
장소 테이블과 등받이 의자가 있는 곳

활동목적

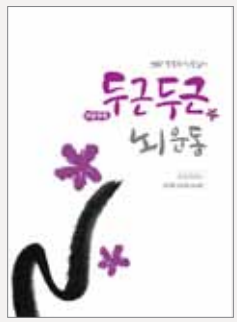
· 기억단계인 주의, 부호화, 인출 기능을 자극하여 인지기능을 향상시킵니다.
· 과제에 대한 목표를 명확하게 함으로써 동기부여가 되고 성취감을 느낄 수 있는 기회를 제공합니다.

준비물

· 인지훈련 보조자료(1인당 1권– 총 24회기로 구성), 연필, 지우개, 펜, 색연필, 개인돋보기

*** 인지훈련 보조자료 정보**

참나무 숲 인지활동 프로그램 중 인지활동
노인장기요양보험
http://www.longter–mcare.or.kr/



두근두근 뇌운동
중앙치매센터
http://www.nid.or.kr/

두뇌건강 놀이책
강원도광역치매지원센터
http://gangwon.nid.or.kr/

역할

- ▶ 인지훈련 보조자료 정보(p.102)를 참고하여 24회기로 구성 된 1인당 1권씩의 인지훈련 보조자료를 만들어 준비합니다.
- ▶ 최대한 대상자가 스스로 문제해결을 할 수 있도록 합니다.
- ▶ 반복적으로 문제를 틀리거나 실수를 하는 경우, 언어적으로 조금씩 도움을 주며 정답을 유추할 수 있도록 합니다.
- ▶ 자존감이 저하되지 않도록 잘한 것에 대하여 칭찬합니다.
- ▶ 주변 사람과 의논을 하는 경우 잘못된 정보가 입력될 수 있기에 적절하게 조절합니다.

진행자 역할

도움수준 조절하기

활동 의지

"오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?"

매우좋지않음

좋지않음

- 틀린 문제 보다 맞춘 문제에 집중해 칭찬합니다.

좋음

매우좋음

- 틀린 문제는 스스로 해결할 수 있도록 합니다.

인지 능력

"오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?"

매우좋지않음

좋지않음

- 문제를 이해하는데 어려움이 있는 경우, 언어적인 도움을 줍니다.
- 훈련 시간 중간 짧은 휴식시간을 가지며 집중시간을 짧게 합니다.
- 질문을 소리 내어 읽으며 문제를 풀도록 합니다.
- 필요한 색연필만 선택하여 준비합니다.

좋음

매우좋음

- 동시에 두 가지에 집중하는 훈련을 합니다. (예: 음악 들으며 인지훈련하기)
- 많은 개수의 색연필을 준비합니다.

신체 능력

"오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?"

매우좋지않음

좋지않음

- 고정된 자세로 무리가 가지 않게 허리를 움직이며 자세를 바로 잡아줍니다.
- 발판, 팔걸이를 제공하여 앉아있는 자세를 지지할 수 있도록 합니다.

좋음

매우좋음

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지 하도록 합니다.

주의사항

· 개인 훈련 이므로 조용한 상태를 유지하여 집중력이 흐려지지 않게 합니다.

· 상대적으로 인지능력이 부족한 분들이 위축되지 않도록 진행자는 적절한 도움을 줍니다.

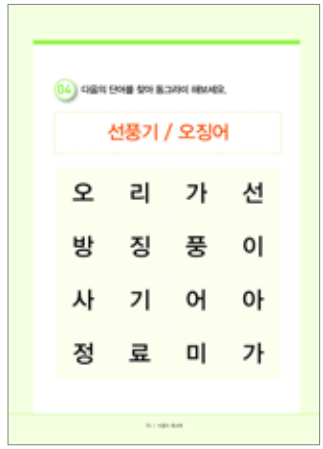
보조자료 구성예시

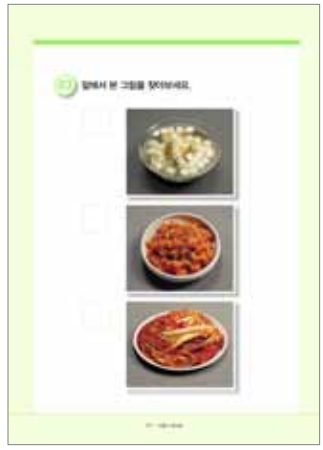
참나무 숲 인지활동 프로그램 중 인지활동

1회기 당 2가지 주제로 구성해 주세요.

1회기 구성

집중력, 기억력





두근두근 뇌운동

1회기 당 2개 과제를 구성해 주세요.

1회기 구성

두근두근 뇌운동 제 1권 p.13~p.21
날짜 계산기, 날씨 따라 삼천리

01. 날짜계산기

02. 날씨 따라 삼천리

PART 2.

'반짝활짝 뇌운동' 활동 매뉴얼

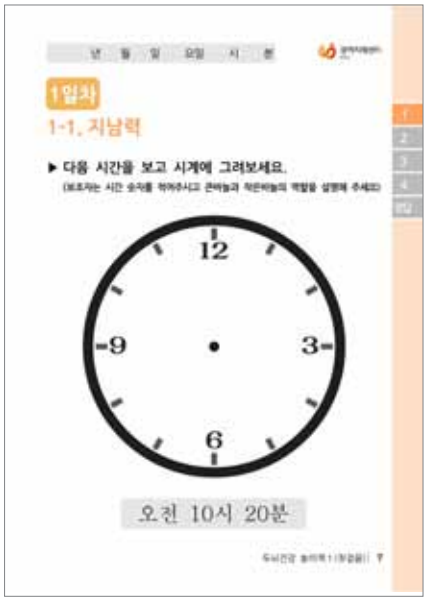
두뇌건강 놀이책

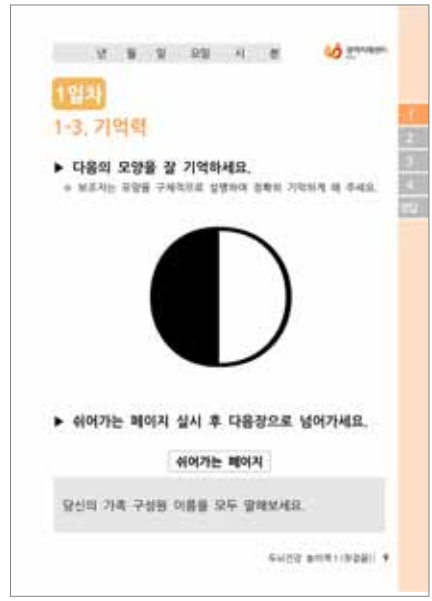
1회기 당 2일차 과제를 구성해 주세요.

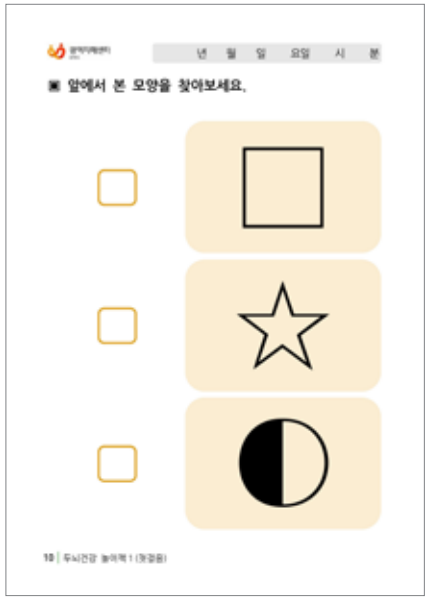
1회성 구성

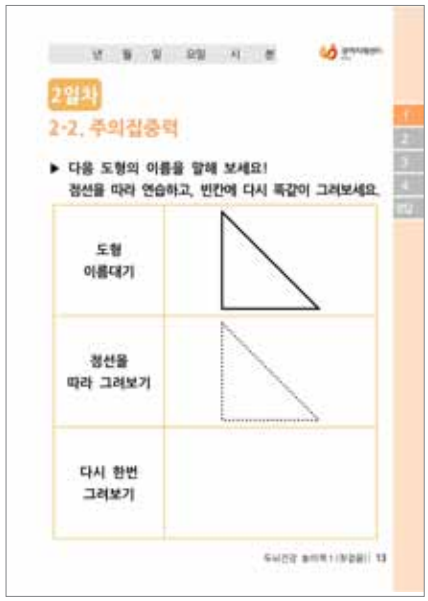
두뇌건강 놀이책 1 (첫걸음) p.7~p.16

1일차, 2일차(지남력, 주의집중력, 기억력, 실행능력)









년 월 일 요일 시 분

2일차

2-2. 주의집중력

▶ 다음 도형의 이름을 알아 보세요!
정선을 따라 연습하고, 빈칸에 다시 똑같이 그려보세요.

도형 이름대기	
점선을 따라 그려보기	
다시 한번 그려보기	

년 월 일 요일 시 분

2일차

2-3. 기억력

▶ 다음 도형의 명칭을 알려주세요.
잘 기억하도록 하세요.

▶ 쉬어가는 페이지 실시 후 다음장으로 넘어가세요.

쉬어가는 페이지

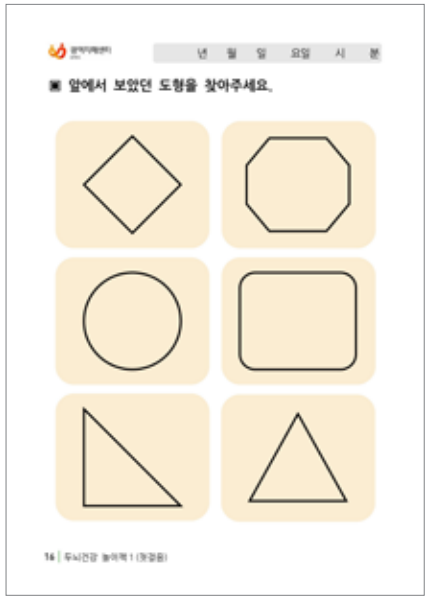
박수치기운동
(손가락, 손바닥, 손등, 손목을 다주치기를 10회씩 3회 반복하세요)

년 월 일 요일 시 분

2일차

2-4. 실행기능

▶ 오목두기
준비물: 볼펜을 준비하세요.
(바이 다른 색연필도 좋습니다.)
※ 먼저 다섯 줄을 일하면 승리 - 가로, 세로, 대각선 연결가능함



년 월 일 요일 시 분

▣ 앞에서 보았던 도형을 찾아주세요.

활동방법

활동 소개하기
인지훈련 보조자료를 나눠주세요.

활동 알아가기
지난시간 문제를 확인해요.

함께 활동하기
인지훈련 문제를 풀어요.

활동 마무리하기
정리 해 주세요.

❶ 활동 소개하기

· 필기구와 색연필 등 도구를 준비하고 각자의 이름이 적힌 인지훈련 보조자료를 1인당 1권씩 나눠줍니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 이번 시간은 각자 인지훈련 보조자료 문제를 풀어보는 시간입니다. 기억력, 지남력, 문제해결력, 집중력 부분으로 나누어 져있고 문제가 어려울 수도 쉬울 수도 있습니다. 부담 갖지 말고 천천히 문제를 풀어주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 인지훈련 보조자료, 필기도구, 개인돋보기

· 각자가 받은 인지훈련 보조자료를 보며 지난 시간 풀었던 문제를 확인합니다. 틀린 것이 있다면 수정 후 진행자에게 다시 검토를 받고 틀린 것이 없다면 바로 오늘 분량의 문제를 풀어봅니다.

> 개인 문제집을 나눠드리겠습니다. 지난시간 풀었던 문제를 다시 한 번 확인해보고 고쳐야 할 것이 있다면 고친 후에 제가 검토하겠습니다. 수정해야 할 것이 없는 분들은 오늘 분량을 풀어주세요.

❸ 함께 활동하기

준비물 인지훈련 보조자료, 필기도구, 개인돋보기

· 집중할 수 있는 분위기를 만들 수 있도록 진행자는 이야기하고 어려운 문제나 질문이 있으면 언제든지 진행자에게 도움을 요청 할 것을 충분히 설명합니다. 인지훈련 보조자료를 보고 각자 문제 풀기를 시작합니다.

> 문제를 풀다 모르는 것이 있을 때는 손을 들면 도움을 드리겠습니다.
> 오늘 분량을 끝낸 분은 제가 한번 확인하여 수정이 필요한 부분을 표시하겠습니다.

· 오늘의 분량을 모두 풀었다면 진행자에게 검토를 받고 틀린 것이 있으면 수정합니다.

> 문제풀이를 모두 다 끝내신 분? 제가 확인해 보겠습니다.
> 다 하신 분들은 다른분들이 모두 다 끝날 때 까지 잠시 기다려 주시거나 어려워 하시는 분들이 있다면 조용히 옆에서 도와주세요.

❹ 활동 마무리하기

· 인지훈련 보조자료와 필기도구를 한곳에 모아 정리하고 마무리 합니다.

> 모두 정말 잘 해주셨습니다. 학창시절 이후 공부하려니 많이 어려우셨나요?
> 문제가 쉬웠던 분들은 복습한다는 생각으로 해주시고, 어려우셨던 분들은 연습하면 잘 할 수 있으니 걱정마세요. 다음시간에 계속해서 문제집을 풀도록 하겠습니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

인지 훈련 » 끝내지 못한 부분 집에서 보충하기 » 신문, 책을 이용한 인지훈련 하기

추억 속으로의
여행

옛 기억을 회상하여 뇌를 자극하고,
함께 추억을 공유합니다.

IV

회상치료

Ⅳ 회상치료

시간 60분
장소 테이블과 등받이 의자가 있는 곳

주제 예시 :
- **옛음식**(식혜, 수정과, 미역국, 쑥떡, 약과, 찐 옥수수, 화채, 다식, 수박, 달고나, 엿, 오디, 보리수, 콩국수, 삼계탕 등)
- **옛놀이**(구슬치기, 딱지치기, 팽이, 고무줄놀이, 공기놀이, 윷놀이 등)
- **학창시절**(학생모자, 학생가방, 교복, 버스, 전차 등)
- **추억의 장소**(이발관, 대중목욕탕, 다방 등)
- **옛 물건**(물 펌프, 다듬이, 절구, 지게, 키, 전화기, TV, 라디오, 빨래판, 곤로, 연탄, 초가집 등)

활동목적

- 과거의 기억들을 회상함으로써 뇌를 자극합니다.
- 잊혀있던 개인적인 경험, 감정, 기억을 불러일으켜 재경험의 기회를 제공합니다.
- 다양한 주제의 회상카드로 이야기를 풍성하게 하며 참여자 모두 회상카드를 하나씩 선택하여 본인의 역할을 수행할 기회를 제공합니다.
- 참여자들과 과거 이야기를 나눔으로써 긍정적 상호작용을 촉진하고 아울러 사회성을 증진합니다.

준비물

- 빔 프로젝트, 회상카드, ppt자료, 동영상자료

▶ **회상카드 :** 다양한 주제의 사진자료로 회상카드를 준비합니다. 1인당 1장의 회상카드를 보고 자유롭게 각자의 추억을 회상할 수 있도록 합니다.

▶ **일상에서 회상카드를 찾기 어려울 때 참고할 수 있는 자료**
- 참나무 숲 인지활동 프로그램 중 회상활동 (노인장기요양보험 사이트 이용)
- 기억여행 (김기웅, 군자출판사)

이 외에도 과거 회상을 자극할 수 있는 사진이나 그림을 담은 서적들을 자유롭게 이용하시면 됩니다.

역할

진행자 역할

▶ 회상 주제로 적합한 사진 자료를 찾아 회상카드를 만들어 인원수에 맞게 준비합니다.

▶ 활동 방법을 모두가 이해할 수 있게 충분히 설명합니다.

▶ 이야기 할 때는 시간을 충분히 가지며 이야기가 반복되더라도 각자 본인에게는 소중한 추억이므로 신중히 잘 들어줍니다.

▶ 언어적인 표현 뿐 아니라 표정이나 손짓 등 비언어적인 표현을 사용할 수 있습니다. 이때 그것을 충분히 받아들이고 반응 합니다.

▶ 한사람이 너무 오랫동안 이야기하거나, 이야기에 참여하지 못하는 사람이 없도록 합니다.

참여자 역할

역할1 **주제선정하기**
▶ 함께 이야기 나눌 주제를 책에서 선정해 주세요.

역할2 **질문하기**
▶ 추억 회상이 어려운 분에게 질문을 하여 기억을 떠올릴 수 있게 해주세요.

역할3 **사진촬영하기**
▶ 옛 이야기를 회상하고 이야기하는 장면을 촬영해 주세요.

역할4 **뒷정리하기**
▶ 회상카드와 테이블을 정리해주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

"오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?

- 질문에 대한 답이 적절하지 않더라도 긍정적으로 반응합니다.

- 선택한 역할을 스스로 할 수 있도록 합니다.

인지 능력

"오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?

- 회상카드에 대해 구체적으로 질문하여 이야기하도록 합니다.

- 회상카드를 보고 질문 없이 자유롭게 이야기하도록 합니다

신체 능력

"오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?

- 발판, 팔걸이를 제공하여 앉아있는 자세를 지지할 수 있도록 합니다.

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지하도록 합니다.

주의사항

· 슬프거나 아쉬웠던 기억 보다는 긍정적인 경험을 회상할 수 있도록 유도합니다.
· 참여자가 말하는 속도가 느릴 경우 기다려 주며 속도를 맞출 수 있도록 합니다.
· 활동 마무리 단계에서는 각각 정리하여 현재의 생활과 대비를 시킵니다.
· 추억 속에 빠지지 않고 다시 현실로 돌아 올 수 있도록 합니다.

활동방법

활동 소개하기
회상 주제를
소개해요.

활동 알아가기
주제와 관련된
영상을 보아요.

함께 활동하기
추억을
회상해요.

활동 마무리하기
이야기를
정리해요.

❶ 활동 소개하기

· 주제를 선정하고 주제에 따른 사진 자료로 회상카드를 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘은 여러 가지 사진을 보며 옛날에 즐거웠던 기억을 회상해보는 시간을 가지겠습니다. 사진을 보시고 생각나는 예전 추억이 있다면 자유롭게 이야기 해 주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 동영상 자료, 실제물건

· 주제와 관련된 짧은 동영상을 시청하거나, 실제 물건을 준비하여 주제에 대해 조금 더 알아 갈 수 있도록 합니다.

❸ 함께 활동하기

준비물 회상카드(사진)

· 회상카드 혹은 빔 프로젝트를 이용하여 오늘의 회상주제를 소개하고 4가지 주제의 회상카드를 한 장씩 보며 각 사진에 대해 간단히 이야기 합니다.

> 오늘 함께 이야기 나누실 주제의 회상카드가 있습니다. 이 사진은 무엇일까요?

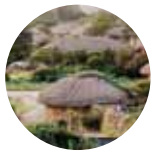
· 4가지 주제에 대한 소개 후, 한명씩 추억이 있는 회상카드를 선택합니다.

> 주제와 관련된 추억이 있거나 하고 싶은 이야기가 있으신 분들은 1가지 카드를 선택해 주세요. '초가집' 카드가 2장 있습니다. 어떤 분이 초가집과 관련된 추억 이야기를 할까요? '옛날 전화기' 카드 2장이 있습니다. 어떤 분이 옛날 전화기 에 대해 이야기 할까요? 다음 카드는 진달래, 김치 입니다. 어떤 분이 이 카드를 가져갈까요?

> 모두 선택했으면 잠시 어떤 이야기를 할지 생각 할 시간을 드리겠습니다. 본인이 선택한 주제가 나오면 돌아가면서 주제와 관련하여 추억을 이야기 하겠습니다.

· 한명씩 돌아가면서 선택한 회상카드와 관련된 추억 이야기를 합니다. 회상이 어려운 분에게 진행자가 구체적으로 질문하여 회상을 이끌어 냅니다. 누가, 언제, 어디서, 무엇을, 어떻게, 왜에 대해 질문할 수 있습니다.

> '초가집'을 선택한 분은 누구인가요? 어떤 추억이 있으세요? 진달래, 옛날 전화기, 김치 모두 돌아가면서 본인이 선택한 주제와 관련하여 추억 이야기를 해 주세요.



초가집

초가집에서 살아본 적이 있나요?
초가집 지붕을 직접 이어보거나 교체해 본적이 있나요?
초가집이 아닌 다른 곳에서 사셨나요?
옆 집에는 누가 살았나요?

진달래

진달래를 보기 위해 꽃놀이를 간 적이 있나요?
좋아하는 꽃이 무엇이었나요?
어딜 가면 봄에 핀 진달래를 많이 볼 수 있었나요?

옛날 전화기

언제 전화기를 처음 보았나요?
예전 전화기는 어떻게 생겼나요?
누구와 자주 전화 통화를 하였나요?
장난 전화를 해 본 적이 있나요?

김치

김치를 직접 담궈 보신 적이 있나요?
김장하는 날 동네 사람들이 모여 잔치를 하신 적이 있나요?
예전에는 김치 안에 어떤 재료를 넣었나요?

❹ 활동 마무리하기

· 회상카드를 정리하고 오늘 했던 활동에 대해 이야기 하며 마무리 합니다.

> 각각 어떤 회상카드에 대해 이야기 하셨나요?

· 현재로 돌아와 현실 인식을 할 수 있도록 합니다.

> 옛 기억을 하니 즐거우셨나요? 다음 주 이 시간에 다시 다른 주제들로 추억을 즐겁게 회상해 보는 시간을 가지겠습니다. 오늘은 OOOO년도 OO월 OO일입니다.

+ PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

회상 활동하기 » 집에 회상할 수 있는 물건 찾아보기 » 어린 시절에 즐겨먹던 음식이나 놀이 등을 가족에게 소개하기

나만의

작품 만들기

만들기와 같은 창작 활동으로 손을 사용하여
인지를 자극합니다.

V

인지자극치료

V 인지자극 치료

시간 60분
장소 테이블과 등받이 의자가 있는 곳

활동목적

· 다양한 재료를 다루고 조작하며 눈과 손의 협응 능력을 증진시킵니다.
· 순서에 맞는 진행을 적절히 따라하며 인지 기능을 증진시킵니다.
· 다양한 감각 활동을 통해 뇌를 자극합니다.
· 자유롭게 작품을 구성하는 창조적 경험을 통해 자신감을 향상시킵니다.

준비물

· 각 활동에 필요한 준비물(인터넷 사이트를 이용해 구입), 개인 고무판, 펜, 종이, 칼, 가위, 풀, 테이프 등

역할

▶ 모두가 알기 쉽게 진행 방법을 설명하고 순서에 맞게 활동하고 있는지 확인합니다.
▶ 작품을 만드는 과정에서 참여자 스스로 자유롭게 구상하여 본인만의 것으로 만들 수 있도록 합니다.
▶ 스스로 도구를 다루지 못하는 과정이 있다면 직접 손을 잡아서 도와줍니다.
▶ 완성품에만 집중하여 자칫 침묵속에서 무거운 분위기가 되지 않도록 집중이 흐려지지 않는 선에서 대화와 질문들을 자유롭게 하며 즐거운 분위기로 이끌어 갑니다.
▶ 참여자의 작은 시도에도 긍정적 반응과 칭찬을 하며 자신감을 줍니다.

진행자 역할

참여자 역할

역할1 **재료, 도구 준비하기**
▶ 재료와 도구를 인원수에 맞게 준비하고 나눠주세요.

역할2 **시범보이기**
▶ 만드는 시범을 보이거나 어려운 부분을 설명해주세요.

역할3 **사진촬영하기**
▶ 활동 중 만드는 모습과 완성 작품을 들고 있는 모습을 촬영해 주세요.

역할4 **뒷정리하기**
▶ 활동이 끝난 후 테이블과 도구를 정리해 주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

"오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?

- 만드는 작품을 일상생활과 관련지어 흥미를 가질 수 있도록 합니다.
- 실수를 한 것 보다는 잘 하고 있는 것을 강조하여 칭찬합니다.

- 역할을 선택하여 스스로 할 수 있도록 합니다.

인지 능력

"오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?

- 각 단계마다 언어적인 도움을 주거나 직접 시범을 보여줍니다.
- 적은 종류의 재료를 준비하여 선택하는 과정을 생략하도록 합니다.

- 스스로 자유롭게 작품을 구상 하도록 합니다.
- 많은 종류의 재료를 준비하여 선택할 수 있도록 합니다.

신체 능력

"오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?

- 손 사용이 힘든 경우 손을 잡고 도와줍니다.
- 발판, 팔걸이를 제공하여 앉아있는 자세를 지지할 수 있도록 합니다.

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지하도록 합니다.

주의사항

· 칼, 가위, 종이와 같은 날카로운 도구를 사용할 때 손이 베이지 않도록 조심합니다.
· 재료의 상태를 비슷하게 하고 참여자 모두에게 공평하게 배분합니다.
· 재료를 사용할 때 적절한 양을 맞출 수 있도록 합니다.

1
회기

개운죽 화분 만들기

시간 60분

활동목적

· 개운죽과 색돌, 플라스틱병을 다루며 눈과 손의 협응 능력을 증진시킵니다.
· 소근육 움직임을 통하여 조작능력을 향상시킵니다.
· 색돌 넣는 것을 자유롭게 구성하는 창조적 경험을 통해 자신감을 향상시킵니다.
· 실제 개운죽을 다루며 자연과 친숙해지는 활동을 통해 정서적 안정을 유도합니다.

준비물

· 페트병, 개운죽(뿌리를 깨끗이 씻어서 준비), 3~4가지 색 돌(각각 종이컵에 담아 준비) : 1인 기준 5,000원
· 고정용 고무줄, 커터 칼, 테이프

역할

진행자 역할

- 모두가 알기 쉽게 진행 방법을 설명하고 순서에 맞게 활동하고 있는지 확인합니다.
- 색돌을 넣을 때 각자 자유롭게 구상하여 본인만의 것으로 만들 수 있도록 합니다.
- 커터 칼 사용이나 페트병 안에 색 돌 넣기가 어려울 경우 손을 잡아서 도와줍니다.
- 완성품에만 집중하여 자칫 침묵속에서 무거운 분위기가 되지 않도록 집중이 흐려지지 않는 선에서 대화와 질문들을 자유롭게 하며 즐거운 분위기로 이끌어 갑니다.
- 참여자의 작은 시도에도 긍정적 반응과 칭찬을 하며 자신감을 줍니다.

참여자 역할

역할1 **재료, 도구 준비하기**
- 개운죽의 뿌리를 깨끗이 씻어주세요.
- 페트병을 씻어 말려주세요.

역할2 **재료, 도구 준비하기**
- 색돌을 인원수에 맞게 종이컵으로 옮겨주세요.
- 필요한 도구와 개운죽, 색돌을 똑같이 각자에게 나눠주세요.

역할3 **사진촬영하기**
- 활동 중 만드는 모습 사진을 촬영 해 주세요.
- 완성된 개운죽을 들고 있는 모습을 촬영 해 주세요.

역할4 **뒷정리하기**
- 활동이 끝난 후 테이블과 도구를 정리해 주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

"오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?

- 개운죽과 일상생활에 관련된 질문을 하여 흥미를 가질 수 있도록 합니다.
- 실수를 한 것 보다는 잘 하고 있는 것을 강조하여 칭찬합니다.

- 역할을 선택하여 스스로 할 수 있도록 합니다.

인지 능력

"오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?

- 각 단계마다 언어적인 도움을 주거나 직접 시범을 보여줍니다.
- 적은 수의 색 돌을 준비합니다.

- 색 돌을 어떤 순서로 넣을지 자유롭게 구상합니다.
- 많은 수의 색 돌을 준비합니다.

신체 능력

"오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?

- 칼 사용 시, 손을 잡고 도와줍니다.
- 발판, 팔걸이를 제공하여 앉아있는 자세를 지지할 수 있도록 합니다.

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지하도록 합니다.

주의사항

- 커터칼을 사용하여 페트병을 자를 때 손이 베이지 않도록 조심합니다. 또한 자른 페트병은 끝이 날카로울 수 있으니 유의합니다.
- 색돌이나 식물을 비슷한 상태로 준비를 하고 모든 사람에게 공평하게 나눠줍니다.
- 페트병에 색돌을 넣을 때 제대로 조준하지 못하여 페트병 밖으로 떨어지는 경우, 떨어진 색돌을 주워 담을 수 있도록 합니다.
- 바닥에 떨어진 색돌은 줍지 않도록 합니다.

활동방법

활동 소개하기
재료를 나눠주고
주제를 **소개**해주세요.

활동 알아가기
'식물'에 대해
이야기해요.

함께 활동하기
싱싱한 '개운죽 화분'을
만들어요.

활동 마무리하기
완성된 개운죽 화분을
보여주고 정리해요.

❶ 활동 소개하기

준비물 고무판

· 고무판 위에 필요한 도구와 재료를 모두 준비합니다.
· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘은 개운죽을 이용해 화분을 만들겠습니다.
> 모두 시범을 보고 천천히 순서에 맞게 따라 해 주세요.

❷ 활동 알아가기

· 참여자들과 함께 '개운죽'에 대해 이야기합니다.

> 집에서 식물을 키워보셨나요? 개운죽과 같은 수경재배 식물을 길러보신 적이 있으신가요?

❸ 함께 활동하기

준비물 페트병, 개운죽, 색돌, 고무줄, 커터 칼, 테이프

· 각자 앞에 놓인 재료를 보며 각각 소개하고 익숙하게 합니다.
· 각 단계를 설명하고 시범을 보이며 함께 활동을 시작합니다.

---

1. 개운죽 5~6개를 고무줄로 묶어 고정을 합니다.

2. 자신이 직접 먹고 남은 음료수 페트병의 위 3분의 1을 자릅니다.
   "페트병을 자를 때 손이 다치지 않도록 조심하세요."

3. 위험할 수 있으므로 자른 페트병 부분을 테이프로 안전하게 붙입니다.

4. 페트병의 바닥에 색돌을 조금 넣은 후 개운죽을 페트병 중앙에 놓고 세웁니다.

"색돌을 한 움큼 페트병에 넣어볼까요? 개운죽을 중간에 고정한 후 색돌을 더 채워주세요."

5. 원하는 색의 돌을 컵에 자유롭게 채웁니다. 개운죽이 중간에 고정될 수 있도록 합니다.

"좋아하는 색이 있으세요? 개운죽이 기울지 않게 바르게 세우면서 원하는 색돌을 넣어주세요."

1

2

3

4

5

완성

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 만든 개운죽을 어떻게 활용할지에 대해 이야기 합니다. 참여자와 함께 뒷정리를 하고 마무리합니다.

" 모두 정말 잘 만드셨네요. 완성된 화분을 보여주고 집 안 어디에 둘 것인지 이야기 해볼까요?

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

개운죽 화분 만들기 » 개운죽이 자라는 과정을 일주일 간격으로 사진을 찍어 기록하기 » 텃밭 가꾸기

2
회기

색채 가방 만들기

시간 60분

활동목적

· 다양한 색을 구별하고 그림을 그리며 눈과 손의 협응 능력을 증진시킵니다.
· 계획한 위치에 그림 그리는 것을 통해 공간지각력을 증진시킵니다.
· 스스로 그림을 그려보는 창조적 경험을 통해 자신감을 향상시킵니다.

준비물

· 에코 백, 페브릭 염색크레용
: 1인 기준 6,500원
· 흰 종이(A4용지) 2장 , 다리미, 연필

역할

▶ 모두가 알기 쉽게 진행 방법을 설명하고 순서에 맞게 활동하고 있는지 확인합니다.
▶ 그림 그리기나 다림질 사용이 어려울 경우, 손을 잡아서 도와줍니다.
▶ 자유롭게 밑그림을 그려 본인만의 것으로 만들 수 있게 합니다.
▶ 밑그림을 정할 수 없을 때는 미리 준비된 도안을 선택할 수 있게 합니다. 어느 것이 좋은지 의논하는 것 또한 중요한 의사소통의 기회가 될 수 있습니다.
▶ 참여자의 작은 시도에도 긍정적 반응과 칭찬을 하며 자신감을 줍니다.

진행자 역할

참여자 역할

역할1 **재료, 도구 준비하기**
▶ 각자에게 필요한 준비물을 나누어 주세요.

역할2 **다림질하기**
▶ A4용지를 가방위에 대고 다림질을 해주세요.

역할3 **사진촬영하기**
▶ 활동 중 만드는 모습 사진을 촬영 해 주세요.
▶ 완성된 가방을 들고 있는 모습을 촬영 해 주세요.

역할4 **뒷정리하기**
▶ 활동이 끝난 후 테이블과 도구를 정리해 주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

"오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?

- 에코백과 일상생활에서 사용하는 가방을 연관 지어 대화하며 흥미를 가지도록 합니다.
- 그림을 그릴 때 실수를 한 것 보다는 잘하고 있는 것을 강조하여 칭찬합니다.

- 역할을 선택하여 스스로 할 수 있도록 합니다.

인지 능력

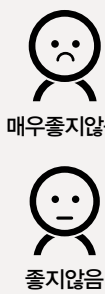
"오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?

- 각 단계마다 언어적 도움을 주거나 시범을 보여줍니다.
- 적은 색상의 크레용을 준비합니다.
- 그림 예시를 준비하여 따라 그릴 수 있도록 합니다.

- 많은 색상의 크레용을 준비합니다.
- 그림 예시 없이 스스로 그리도록 합니다.

신체 능력

"오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?



- 색을 칠하거나 다리미 사용 시 손을 잡고 도움을 줍니다.
- 발판, 팔걸이를 제공하여 앉아있는 자세를 지지 할 수 있도록 합니다.

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지 하도록 합니다.

주의사항

· 다리미 사용 시 고온에 주의합니다.

· 그림 예시는 참여자 인지수준에 맞추어 너무 쉽거나 어렵지 않게 적절한 그림 예시를 준비합니다.

· 작은 표시나 연필자국에 신경을 쓰는 경우, 불안감을 갖지 않도록 합니다.

활동방법

활동 소개하기
재료를 나눠주고
주제를 **소개**해주세요.

활동 알아가기
'가방'에 대해
이야기해요.

함께 활동하기
나만의 '가방'을
만들어요.

활동 마무리하기
완성된 가방을
보여주고 정리해요.

❶ 활동 소개하기

준비물 고무판

· 고무판 위에 필요한 도구와 재료를 모두 준비합니다.
· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘은 그림을 그려 나만의 가방을 만들겠습니다.
> 모두 시범을 보고 천천히 순서에 맞게 따라 해 주세요.

❷ 활동 알아가기

· 참여자들과 함께 '가방'에 대해 이야기합니다.

> 가방을 주로 언제 사용하셨나요? 가장 자주 사용하는 가방은 어떤 것인가요?
> 가방을 직접 만들거나 가방에 그림을 그린 적이 있나요?

❸ 함께 활동하기

준비물 에코 백, 페브릭 염색 크레용, 흰 종이, 다리미, 연필, 그림 예시

· 각자 앞에 놓인 재료를 보며 각각 소개하고 익숙하게 합니다.
· 각 단계를 설명하고 시범을 보이며 함께 활동을 시작합니다.

---

1. 가방에 어떤 그림을 그릴지 생각한 후 흰 종이에 그려봅니다. 그림 예시를 다양하게 준비하여 보여줍니다.
   "무슨 그림을 그릴지 생각하셨나요? 종이에 먼저 그림을 그려보세요."
   "생각이 잘 안 나신다면 앞의 그림 예시를 보고 그리셔도 좋습니다."

2. 가방에 연필로 밑그림을 그린 후 크레용을 이용하여 색을 칠합니다.
"어떤 색으로 색칠하시겠어요?"

3. 완성한 그림 위에 아무것도 그려지지 않은 흰 종이를 덮고 다림질합니다.
"흰 종이로 그림을 모두 덮고 다리미로 눌러주세요. 크레용을 코팅 하는 역할입니다."

4. 종이를 떼어내고 다림질한 부분이 식을 때까지 기다립니다.

1

2

3

완성

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 만든 가방을 어떻게 활용할지 이야기합니다. 참여자와 함께 뒷정리를 하고 마무리합니다.

> 모두 정말 잘 만드셨네요. 완성 된 가방을 보여주고 무엇을 그렸는지 소개 해 주세요.
> 이 가방을 어떻게 사용할까요?

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

색체 가방 만들기 » 완성된 가방을 핸드백, 장바구니로 활용하기 » 손수건, 티셔츠 염색하기

3
회기

포푸리 방향제 만들기

시간 60분

활동목적

· 포푸리를 시각, 후각, 촉각을 통해 경험함으로써 감각기관을 자극합니다.
· 주머니 장식을 하며 눈과 손의 협응 능력을 증진시킵니다.
· 결과물을 통해 성취감과 자아 존중감을 향상시킵니다.

준비물

· 포푸리, 망(20cm×20cm)2장, 리본끈,
장식꽃 : 1인 기준 4,500원
· 글루건, 고무줄 2개

역할

진행자 역할

- ▶ 모두가 알기 쉽게 진행 방법을 설명하고 순서에 맞게 활동하고 있는지 확인합니다.
- ▶ 리본 만들기나 글루건 사용이 어려울 경우, 손을 잡아서 도와줍니다.
- ▶ 방법에 얽매이지 않고 장식 꽃을 자유롭게 구성하여 본인만의 것으로 만들 수 있게 합니다.
- ▶ 참여자의 작은 시도에도 긍정적 반응과 칭찬을 하며 자신감을 줍니다.

참여자 역할

역할1 **재료, 도구 준비하기**
- ▶ 각자에게 필요한 준비물을 나누어 주세요.

역할2 **글루건으로 고정하기**
- ▶ 글루건을 사용하여 장식꽃을 붙여주세요.

역할3 **사진촬영하기**
- ▶ 활동 중 만드는 모습 사진을 촬영 해 주세요.
- ▶ 완성된 포푸리를 들고 있는 모습을 촬영 해 주세요.

역할4 **뒷정리하기**
- ▶ 활동이 끝난 후 테이블과 도구를 정리해 주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

"오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?

- 포푸리 향기로 마음을 편안하게 하여 흥미를 가질 수 있도록 합니다.
- 꽃 장식 단계에서 머뭇거리거나 실수를 두려워 하지 않도록 합니다.

- 역할을 선택하여 스스로 할 수 있도록 합니다.

인지 능력

"오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?

- 각 단계마다 언어적인 도움을 주거나 시범을 보여줍니다.
- 한 가지 색과 향기의 포푸리를 준비합니다.

- 포푸리 주머니를 스스로 장식합니다.
- 다양한 색과 향기의 포푸리를 준비합니다.

신체 능력

"오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?

- 글루건 사용 시 손을 잡고 도움을 줍니다.
- 발판, 팔걸이를 제공하여 앉아있는 자세를 지지할 수 있도록 합니다.

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지 하도록 합니다.

주의사항

· 글루건 사용 시 적절하게 양 조절을 할 수 있도록 하고 고온에 주의합니다.
· 포푸리 주머니가 풀어지지 않게 고무줄과 끈을 이용해 단단히 고정 할 수 있도록 합니다.

활동방법

활동 소개하기
재료를 나눠주고
주제를 **소개**해주세요.

활동 알아가기
'방향제'에 대해
이야기해요.

함께 활동하기
향기 좋은 '포푸리 방향제'를
만들어요.

활동 마무리하기
완성된 포푸리 방향제를
보여주고 정리해요.

❶ 활동 소개하기

준비물 고무판

· 고무판 위에 필요한 도구와 재료를 모두 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘은 향기가 나는 포푸리 주머니를 만들겠습니다.
> 모두 시범을 보고 천천히 순서에 맞게 따라 해 주세요.

❷ 활동 알아가기

· 참여자들과 함께 '방향제'에 대해 이야기합니다.

> 어떤 종류(액체, 고체)의 방향제를 사용하세요? 좋아하는 향기가 있으세요?
> 방향제를 주로 놓는 위치는 어디입니까?

❸ 함께 활동하기

준비물 포푸리, 망, 리본 끈, 장식 꽃, 글루건, 고무줄

· 각자 앞에 놓인 재료를 보며 각각 소개하고 익숙하게 합니다.

> 앞에 있는 포푸리를 만져보세요. 느낌이 어떠세요?
> 포푸리의 향을 맡아보세요, 어떤 향기가 나나요?

· 각 단계를 설명하고 시범을 보이며 함께 활동을 시작합니다.

---

1. 망 위에 포푸리 한 주먹 양을 놓습니다.
   "포푸리를 한 움큼 집어 망 중간 위에 놓으세요"

2. 망으로 포푸리를 감싸고 고무줄로 묶습니다. 다른 한개의 망도 같은 방법으로 만듭니다.
"고무줄로 최대한 꽉 묶어주세요. 그리고 방금 만든 것을 기억하여 하나 더 만들어 주세요."

3. 리본끈으로 두 개의 포푸리를 연결합니다.
"리본끈의 양 쪽 끝을 각각 포푸리에 묶어 연결하세요. 끈을 리본 모양으로 묶어볼까요? 저를 따라 해 주세요."

4. 글루건을 이용하여 장식 꽃을 붙입니다. 자유롭게 디자인 하여도 좋습니다.

1

2

3

4

완성

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 만든 포푸리 방향제를 어떻게 활용할지에 대해 이야기 합니다. 참여자와 함께 뒷정리를 하고 마무리합니다.

" 모두 정말 잘 만드셨네요. 완성 된 포푸리 방향제를 보여주고 집안 어디에 두면 좋을지 이야기 해볼까요?

+ PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

포푸리 방향제 만들기 » 여러 가지 꽃을 말려서 포푸리 만들기 » 드라이 플라워를 이용하여 꽃다발 엮기

4
회기

나무시계 만들기

시간 60분

활동목적

· 시계 숫자를 알맞은 위치에 붙이는 작업을 통해 공간관계 능력과 인지기능을 증진시킵니다.

· 시계와 구성품을 다루며 눈과 손의 협응 능력을 증진시킵니다.

준비물

· 시계 판, 숫자(1~12), 시계 바늘, 건전지, 무브먼트(건전지 넣는 곳), 냅킨, 냅킨 접착제, 흰색 물감, 마감제
: 1인 기준 5,500원

· 붓, 종이컵, 연필, 목공용 풀 또는 순간접착제

역할

진행자 역할

- ▶ 모두가 알기 쉽게 진행 방법을 설명하고 순서에 맞게 활동하고 있는지 확인합니다.
- ▶ 시계 만들기는 과정이 비교적 복잡하므로 순서 도중에 포기하지 않도록 격려합니다.
- ▶ 시력이나 시야에 문제가 있는 분들에게는 가까이에서 직접 시범을 보여줍니다.
- ▶ 완성품에만 집중하여 자칫 침묵속에서 무거운 분위기가 되지 않도록 집중이 흐려지지 않는 선에서 대화와 질문들을 자유롭게 하며 즐거운 분위기로 이끌어 갑니다.
- ▶ 참여자의 작은 시도에도 긍정적 반응과 칭찬을 하며 자신감을 줍니다.

참여자 역할

역할1 **재료, 도구 준비하기**
- ▶ 각자에게 필요한 준비물 중 물감, 마감제, 풀을 종이컵에 나누어 담아 모두에게 나누어 주세요.

역할2 **무브먼트 고정하기**
- ▶ 무브먼트 나사를 힘을 주어 고정해 주세요.

역할3 **사진촬영하기**
- ▶ 활동 중 만드는 모습 사진을 촬영 해 주세요.
- ▶ 완성된 나무시계를 들고 있는 모습을 촬영 해 주세요.

역할4 **뒷정리하기**
- ▶ 활동이 끝난 후 테이블과 도구를 정리해 주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?

- 일상생활에서 시계를 어떻게 사용하는지 이야기하며 흥미를 가질 수 있도록 합니다.
- 실수 했던 것 보다는 잘 한 것을 강조하여 활동에 자신감을 가질 수 있도록 합니다.

- 선택한 역할을 스스로 할 수 있도록 합니다.

인지 능력

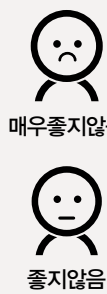
오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?

- 각 단계마다 언어적인 도움을 주거나 직접 시범을 보여줍니다.
- 숫자 위치를 붙이기 전에 연필로 먼저 위치를 표시한 후 붙이도록 합니다.
- 한 가지 종류의 냅킨, 시계바늘, 숫자를 준비합니다.

- 완성품의 숫자 위치를 보지 않고 스스로 간격을 유지하여 붙이도록 합니다.
- 다양한 종류의 냅킨, 시계바늘, 숫자를 준비합니다.

신체 능력

오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?



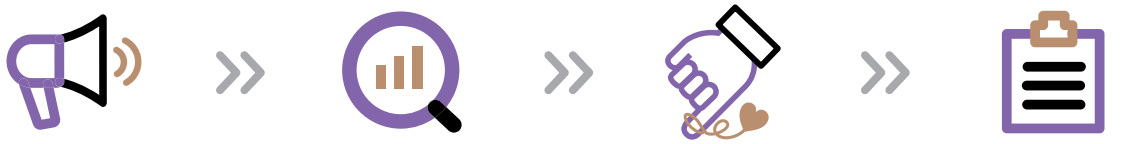
- 숫자를 붙이는 과정이나 시계 바늘 고정 시 손을 잡고 도움을 줍니다.
- 발판, 팔걸이를 제공하여 앉아있는 자세를 지지할 수 있도록 합니다.

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지 하도록 합니다.

주의사항

· 붓을 이용하여 물감, 접착제, 마감제를 바를 때 한곳에 몰리지 않고 골고루 바를 수 있도록 합니다.
· 무브먼트와 시계바늘을 연결하는 과정이 어려운 분에게는 직접 1:1로 과정을 가르쳐 줄 수 있도록 합니다.
· 마감제를 바르고 나서 마를 때 까지는 손이 닿지 않는 곳에 둡니다.

활동방법



활동 소개하기
재료를 나눠주고
주제를 **소개**해주세요.

활동 알아가기
'시계'와 **'나무공예'**에
대해 이야기해요.

함께 활동하기
나만의 '나무시계'를
만들어요.

활동 마무리하기
완성된 시계를
보여주고 정리해요.

❶ 활동 소개하기

준비물 고무판

· 고무판 위에 필요한 도구와 재료를 모두 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘은 나무시계를 만들겠습니다. 모두 시범을 보고 천천히 순서에 맞게 따라 해 주세요.

❷ 활동 알아가기

· 참여자들과 함께 '시계'와 '나무공예'에 대해 이야기합니다. 다양한 나무공예 작품을 보며 이야기 합니다.

> 시계를 직접 만들어 본 적이 있으세요?
> 나무를 이용해서 무언가를 만들어 보신 적이 있으세요?

❸ 함께 활동하기

준비물 시계 판, 숫자, 시계바늘, 건전지, 무브먼트, 냅킨, 냅킨 접착제, 흰색물감, 마감제, 붓, 연필, 종이컵, 목공용 풀

· 각자 앞에 놓인 재료를 보며 각각 소개하고 익숙하게 합니다.

· 각 단계를 설명하며 함께 활동을 시작합니다.

---

1. 시계 판 앞면에 흰색 물감을 칠합니다.

2. 냅킨의 뒷면을 떼어냅니다. 시계 판 위에 접착제를 붓으로 골고루 바른 후 뒷면을 떼어낸 냅킨을 붙입니다.
   "냅킨이 총 몇 겹으로 되어있나요? 한 겹만 남긴 후 떼어 내고 시계 판에 접착제를 붓으로 발라주세요."
   "냅킨을 시계 중앙에 맞춰 붙여주세요."

3. 냅킨위에 1~12 숫자를 붙입니다. 모두 붙인 후 붓으로 마감제를 시계판 위에 골고루 바르고 마를 때 까지 기다립니다.
"시계에 숫자를 붙일 것입니다. 먼저 적당한 위치에 모두 올려놓은 다음 순간접착제로 붙입니다.
각 숫자를 알맞은 위치에 붙여볼까요?"
"마감제를 붓으로 골고루 바르고 말려주세요."

4. 마감제가 완전히 마르면 무브먼트를 시계판 뒤에서 앞으로 끼우고 너트를 이용해 고정시킵니다. 시계 판 앞면 중심 나사에 시침(짧은 것), 분침(긴 것), 초침(빨간 것)을 차례대로 끼웁니다. 좌우로 번갈아 힘을 주면서 세게 끼웁니다.

5. 시계바늘과 건전지를 끼우고 시간을 맞춰봅니다.
"지금 몇 시 인가요? 현재 시간에 맞게 시계바늘을 돌려주세요."

1

2

3

완성

④ 활동 마무리하기

· 오늘 만든 나무시계를 어떻게 활용할지에 대해 이야기 합니다. 참여자와 함께 뒷정리를 하고 마무리합니다.

> 모두 정말 잘 만드셨네요. 완성된 시계를 보여주고 집 안 어디에 둘 것인지 이야기 해볼까요?

+ PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

나무 시계 만들기 » 나무시계에 그림을 그려 꾸미기 » CD 나 접시를 이용하여 시계 만들기

5
회기

종이접기

시간 60분

활동목적

· 종이를 다루며 눈과 손의 협응 능력을 증진시킵니다.
· 순서지에 따라 종이접기를 하며 인지기능을 자극합니다.
· 접은 종이를 배치하며 공간관계능력을 증진시킵니다.
· 자유롭게 표현하는 창조적 경험을 통해 자신감을 향상시킵니다.

준비물

· 색종이, 흰색 바탕지(4절), 색연필,
: 1인 기준 3,200원
· 풀, 가위

역할

진행자 역할
- ▶ 모두가 알기 쉽게 진행 방법을 설명하고 순서에 맞게 활동하고 있는지 확인합니다.
- ▶ 도안을 보고 종이접기가 어려울 경우, 손을 잡아서 도와줍니다.
- ▶ 많은 것을 만드는 것 보다 속도가 느리더라도 정확하게 따라 하여 완성할 수 있도록 합니다.
- ▶ 접은 종이를 자유롭게 구성하여 본인만의 것으로 만들 수 있게 합니다.
- ▶ 참여자의 작은 시도에도 긍정적 반응과 칭찬을 하며 자신감을 줍니다.

참여자 역할

역할1 **재료, 도구 준비하기**
- ▶ 각자에게 필요한 준비물을 모두에게 똑같이 나누어 주세요.

역할2 **시범보이기**
- ▶ 도안을 보고 종이접기를 먼저 하며 시범을 보여주세요.

역할3 **사진촬영하기**
- ▶ 활동 중 만드는 모습 사진을 촬영 해 주세요.
- ▶ 완성된 종이접기 작품을 들고 있는 모습을 촬영 해 주세요.

역할4 **뒷정리하기**
- ▶ 활동이 끝난 후 테이블과 도구를 정리해 주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

"오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?

- 일상생활에서 사용하는 종이에 대해 이야기하여 흥미를 가질 수 있도록 합니다.
- 색종이를 자르거나 접어 보는 등 손에 익숙하게 합니다.
- 실수 했던 것 보다는 잘한 것을 강조하여 자신감을 가질 수 있도록 합니다.

- 선택한 역할을 스스로 할 수 있도록 합니다.

인지 능력

"오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?

- 각 단계마다 언어적인 도움을 주거나 직접 시범을 보여줍니다.
- 적은 수의 색종이와 색연필을 준비합니다.

- 도안을 보고 도움 없이 스스로 색종이를 접어보도록 합니다.
- 많은 수의 색종이와 색연필을 준비하여 선택할 수 있도록 합니다.

신체 능력

"오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?

- 색종이 한쪽을 잡아주거나 접을 때 손을 잡고 도움을 줍니다.
- 발판, 팔걸이를 제공하여 앉아있는 자세를 지지할 수 있도록 합니다.

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지 하도록 합니다.

주의사항

· 얇은 종이나 가위에 손이 베이지 않도록 합니다.

· 혼자 종이접기 도안을 따라 하기 힘들다면 진행자의 지시에 따라 다함께 종이접기를 하도록 합니다.

활동방법

활동 소개하기
재료를 나눠주고
주제를 **소개**해주세요.

활동 알아가기
'종이접기'에
대해 이야기해요.

함께 활동하기
여러 모양의 '색종이'를
접어 꾸며보세요.

활동 마무리하기
완성된 작품을
보여주고 정리해요.

❶ 활동 소개하기

준비물 고무판

· 고무판 위에 필요한 도구와 재료를 모두 준비합니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘은 종이접기를 하고 만든 것을 꾸며 하나의 그림을 완성 해 보려고 합니다.
> 모두 시범을 보고 천천히 순서에 맞게 따라 해 주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 다양한 색종이 작품 사진

· 참여자들과 '종이접기'에 대해 이야기를 합니다. 다양한 작품을 보며 이야기를 나눕니다.

> 색종이를 보신적이 있으세요?
> 색종이를 접어 모양을 만들어 보신 적이 있으세요?

❸ 함께 활동하기

준비물 색종이, 흰색 바탕지, 색연필, 풀, 가위

· 각자 앞에 놓인 재료를 보며 각각 소개하고 익숙하게 합니다.

· 각 단계를 설명하며 함께 활동을 시작합니다.

---

1. 여러 가지 동물이 있는 도안을 확인한 후 색종이를 접어 동물을 완성합니다.
   "여기 여러 동물이 있습니다. 어떤 동물을 접을지 선택해볼까요?"

2. 완성된 종이접기를 붙일 흰색 바탕지를 색연필로 꾸밉니다.

3. 꾸민 바탕지 위에 접은 종이를 붙여 완성하고 각자의 작품에 작품명을 만듭니다.

"접은 종이를 자유롭게 붙여보세요."

"마분지의 빈 공간에 어울리는 다른 그림을 그려주세요."

1

2

3

완성

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 만든 작품에 대해 이야기를 나눕니다. 참여자와 함께 뒷정리를 하고 마무리합니다.

> 모두 정말 잘 만드셨네요. 완성된 작품을 보여주고 다른 분들께 자랑 해 주세요.

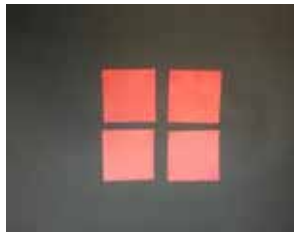
PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

종이 접기 » 색종이 대신 한지나 천을 이용하여 만들기 » 하드보드지, 골판지, 색지 등을 이용하여 메모판 만들기

튤립 만들기 - 꽃잎

1. 꽃으로 사용할 색상을 선택합니다.



2. 4등분한 종이 1장을 사용합니다.

3. 위쪽으로 삼각접기를 해주세요.

4. 중심선에 맞춰 꽃잎을 올려 접어주세요.

5. 양쪽 모두 접어주세요.

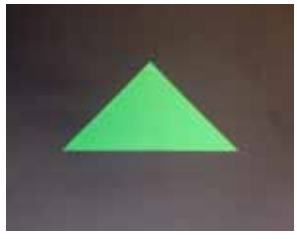
6. 종이를 뒤로 뒤집어 양옆을 살짝 접어주세요.

7. 아래쪽도 접은 뒤 뒤집어 주세요.

8. 예쁜 꽃잎 완성.

튤립만들기 - 잎

1. 잎으로 사용할 색상을 선택하여 삼각형으로 잘라주세요.



2. 2등분한 종이 1장을 사용해주세요.

3. 반을 접었다 펴세요.

4. 그대로 편 상태에서 중심선에 맞추어 접어주세요.

5. 양쪽 모두 접어주세요.

6. 뒤로 돌려 위쪽을 중심에 맞추어 접어주세요.

7. 양쪽 모두 접어주세요.

8. 밑부분의 왼쪽만 중심에 맞추어 접어주세요.

9. 아래쪽을 위쪽으로 반 접어올려주세요.

10. 중심에 맞추어 접어주세요.

11. 왼쪽을 잡아 중심선을 접어주세요.

12. 그림과 같이 반으로 접어주세요.

13. 오른손으로 안쪽에 있는 종이를 바깥쪽으로 꺼내주세요.

14. 왼쪽에 있는 바깥쪽 종이와 일직선이 되도록 해주세요.

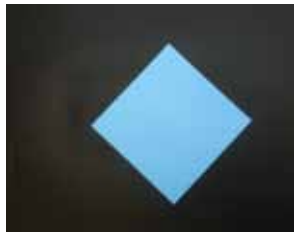
15. 오른쪽 부분을 비스듬히 왼쪽으로 접어주세요.

16. 왼쪽의 종이 안쪽을 벌려주세요.

17. 오른쪽 접어둔 종이를 안쪽의 공간에 끼워주세요.

18. 잎 완성.

고래만들기



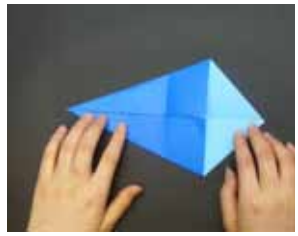
1. 고래로 사용할 색상을 선택합니다.

2. 중심을 기준으로 반을 접었다 펴세요.

3. 중심선에 맞추어 접어주세요.

4. 위쪽도 맞추어 접어주세요.

5. 그림과 같이 반을 접어주세요.



6. 다시 펴세요.

7. 그림과 같이 안쪽을 벌려주세요.

8. 그림과 같이 눌러 접어주세요.

9. 양쪽 모두 접은 후 위아래로 뒤집어주세요.

10. 왼쪽을 중심선에 맞추어 접으세요.

11. 중심을 기준으로 위쪽을 내리세요.

12. 반을 접으세요.

13. 밑쪽을 각각 안으로 접으세요.

14. 앞쪽에 튀어나온 곳을 잡아주세요.

15. 비스듬히 아래쪽으로 접으세요.

16. 오른쪽 꼬리부분을 잘라주세요.

17. 꼬리쪽을 접어 올립니다.

18. 눈을 그려주면 고래 완성.

6
회기

보석함 만들기

시간 60분

활동목적

· 얇은 한지를 다루며 눈과 손의 협응 능력을 증진시킵니다.
· 한지의 다양한 색과 모양, 크기를 구별하는 능력을 증진시킵니다.
· 보석함의 맞는 위치에 한지를 붙임으로써 위치감각을 증진시킵니다.

준비물

· 보석함 골조, 제단된 한지, 풀, 마감제(종이컵에 담아 준비) : 1인 기준 5,500원
· 종이컵, 신문지 , 붓

역할

진행자 역할

▶ 모두가 알기 쉽게 진행 방법을 설명하고 순서에 맞게 활동하고 있는지 확인합니다.
▶ 한지 붙이기가 어려울 경우, 손을 잡아서 도와줍니다.
▶ 한지공예는 비교적 순서가 복잡하므로 반드시 진행자의 지시에 따라 진행할 수 있도록 합니다.
▶ 누가 먼저 하거나 뒤처지는 사람 없이 모두가 적절한 속도로 방법을 따라 할 수 있도록 합니다.
▶ 완성품에만 집중하여 자칫 침묵속에서 무거운 분위기가 되지 않도록 집중이 흐려지지 않는 선에서 대화와 질문들을 자유롭게 하며 즐거운 분위기로 이끌어 갑니다.

참여자 역할

역할1 **재료, 도구 준비하기**
▶ 각자에게 필요한 준비물 중 풀과 마감제를 종이컵에 1인당 1개씩 담아 모두에게 똑같이 나누어 주세요.

역할2 **골조만들기**
▶ 활동 시작 전 순간접착제를 이용해 진행자와 함께 골조를 만들어 주세요.

역할3 **사진촬영하기**
▶ 활동 중 만드는 모습 사진을 촬영 해 주세요.
▶ 완성된 보석함을 들고 있는 모습을 촬영 해 주세요.

역할4 **뒷정리하기**
▶ 활동이 끝난 후 테이블과 도구를 정리해 주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

"오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?"

매우좋지않음

좋지않음

- 한지보석함과 일상생활을 연관 지어 이야기 하며 흥미를 가질 수 있도록 합니다.
- 실수 했던 것 보다는 잘 한 것을 강조하여 자신감을 가질 수 있도록 합니다.

좋음

매우좋음

- 선택한 역할을 스스로 할 수 있도록 합니다.

인지 능력

"오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?"

매우좋지않음

좋지않음

- 한지를 붙이기 전에 크기와 색깔 구별을 바르게 했는지 확인 후 붙일 수 있도록 합니다.

좋음

매우좋음

- 한지의 모양, 색, 크기를 스스로 구별하도록 합니다.
- 다양한 종류의 한지를 준비하여 선택하도록 합니다.
- 한지를 직접 잘라서 붙일 수 있도록 합니다.

신체 능력

"오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?"

매우좋지않음

좋지않음

- 한지를 고정해주거나 잡아줄 때 손을 잡고 도움을 줍니다.
- 발판, 팔걸이를 제공하여 앉아있는 자세를 지지할 수 있도록 합니다.

좋음

매우좋음

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지 하도록 합니다.

주의사항

· 풀을 골조가 아닌 한지에 바르도록 합니다.
· 한지를 골조에 붙이기 전 반드시 크기와 색깔 모양을 구별한 후 붙일 수 있도록 합니다.
· 풀의 양을 많이 바르면 한지가 쉽게 찢어지므로 적절한 양을 사용하도록 합니다.
· 마감제를 바르고 나서 마를 때 까지는 손이 닿지 않는 곳에 둡니다.
· 참여자의 작은 시도에도 긍정적 반응과 칭찬을 하며 자신감을 줍니다.

활동방법

활동 소개하기
재료를 나눠주고
주제를 **소개**해주세요.

활동 알아가기
'한지공예'에
대해 이야기해요.

함께 활동하기
알록달록 '보석함'을
만들어요.

활동 마무리하기
완성된 보석함을
보여주고 정리해요.

❶ 활동 소개하기

준비물 고무판

· 고무판 위에 필요한 도구와 재료를 모두 준비합니다. 붓으로 풀을 사용하므로 고무판 위에 신문지나 종이를 깔아 준비합니다.
· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘은 한지공예 중 보석함을 만들겠습니다. 비교적 순서가 많으니 모두 시범을 보고 천천히 순서에 맞게 따라 해 주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 다양한 한지공예 작품 사진

· 참여자들과 '한지공예'에 대해 이야기를 합니다. 다양한 한지공예 작품을 보며 이야기 나눕니다.

> 사진 속의 한지공예 작품은 무엇인가요? 한지의 색은 어떤가요?

❸ 함께 활동하기

준비물 보석함 골조, 제단된 한지, 풀, 마감제, 종이컵, 신문지, 붓

· 각자 앞에 놓인 재료를 보며 각각 소개하고 익숙하게 합니다.
· 각 단계를 설명하며 함께 활동을 시작합니다.

---

1. 뚜껑– 바깥쪽 한지 붙이기

1–1) 꽃 문양에 배접지(초록색)를 붙입니다.
"꽃 문양이 다 가려지도록 배접지(초록색)를 잘 맞춰 붙여주세요."

1–2) 위에서 준비한 한지를 모양과 크기 별로 구분하여 놓습니다.
"크기와 모양이 다른 한지를 잘 구분할 수 있도록 책상위에 놓아주세요."

1–3) 한지에 풀을 발라 뚜껑의 윗면에 붙이고 남는 부분은 사방으로 넘겨 붙입니다.

1–4) 위에서 구분해 놓은 정사각형 배접한지 1장을 뚜껑의 윗면에 다이아몬드 모양으로 붙입니다.

1–5) 뚜껑의 옆면에 길이가 긴 직사각형의 배접한지를 붙이고 양 옆과 밑으로 넘겨 붙입니다. 마주보는 면에 같은 방법으로 붙입니다.
남은 부분에 길이가 짧은 직사각형의 배접한지를 붙이고 밑으로 넘겨 붙입니다. 반대쪽에 같은 방법으로 붙입니다.

2. 뚜껑 – 안쪽 한지 붙이기

2–1) 뚜껑 안쪽에 붙일 한지 모양과 크기 별로 구분하여 놓습니다.
"크기와 모양이 다른 한지를 잘 구분할 수 있도록 책상위에 놓아주세요."

2–2) 뚜껑 안쪽 옆면에 크기가 큰 육각형의 한지를 붙이고 양 옆과 밑으로 넘겨 붙입니다.
마주보는 면에 같은 방법으로 붙입니다.

2–3) 옆면의 남은 부분에 크기가 작은 육각형의 한지를 붙이고 밑으로 넘겨 붙입니다. 마주보는 면에 같은 방법으로 붙입니다.

2–4) 정사각형의 한지를 가운데에 붙입니다.

1–1

1–2

1–3

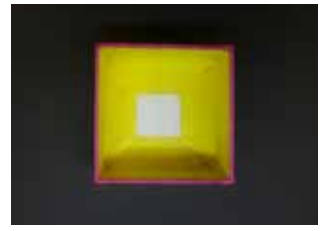
1–4

1–5

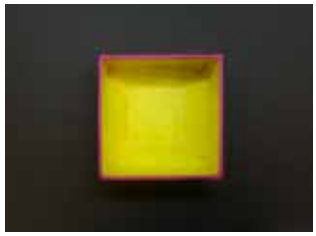
2–1

2–2

2–3



2–4



3. 몸체 – 바깥쪽 한지 붙이기

3–1) 몸체 바깥쪽에 붙일 한지를 모양과 크기 별로 구분하여 놓습니다.
"크기와 모양이 다른 한지를 잘 구분할 수 있도록 책상위에 놓아주세요."

3–2) 몸체의 바깥쪽 옆면에 길이가 긴 직사각형의 한지를 붙이고 사방으로 넘겨 붙입니다. 반대쪽에 같은 방법으로 붙입니다.

3–3) 옆면의 남은 부분에 길이가 짧은 직사각형의 한지를 붙이고 아래, 위로 넘겨 붙입니다. 반대쪽에 같은 방법으로 붙입니다.

3–4) 몸체의 바닥면에 정사각형 한지를 붙입니다.

4. 몸체 – 안쪽 한지 붙이기

4–1) 몸체 안쪽에 붙일 한지를 모양과 크기 별로 구분하여 놓습니다.
"크기와 모양이 다른 한지를 잘 구분할 수 있도록 책상위에 놓아주세요."

4–2) 몸체의 안쪽 옆면에 길이가 긴 직사각형의 한지를 붙이고 옆, 아래로 넘겨 붙입니다.
반대쪽에 같은 방법으로 붙입니다.

4–3) 옆면의 남은 부분에 길이가 짧은 직사각형의 한지를 붙이고 아래로 넘겨 붙입니다.
반대쪽에 같은 방법으로 붙입니다.

4–4) 정사각형의 한지를 가운데에 붙입니다.

5. 한지를 붙인 뚜껑과 몸체 전체에 마감제를 바르고 마를 때 까지 기다립니다.

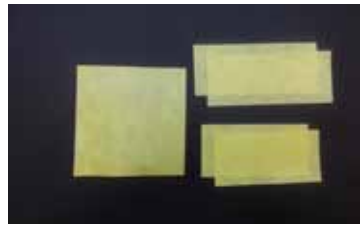
3–1

3–2

3–3

3–4

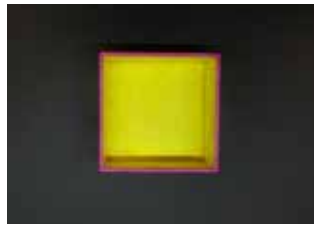
4–1



4–2

4–3

4–4



5

완성

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 만든 보석함을 어떻게 활용할지에 대해 이야기 합니다. 참여자와 함께 뒷정리를 하고 마무리합니다.

> 모두 정말 잘 만드셨네요. 완성된 보석함을 보여주고 무엇을 담으면 좋을지 이야기 할까요?

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

보석함 만들기 » 오각형, 육각형 등 다양한 모양의 보석함 만들기 » 목재를 이용하여 작은 서랍 만들기

7
회기

누름 꽃 꾸미기 (카드,양초)

시간 60분

활동목적

· 일상생활에서 친숙한 꽃을 통해 정서적 안정감을 유도합니다.
· 소근육 움직임을 통하여 조작능력을 향상시킵니다.
· 누름 꽃을 배치하는 창조적 경험을 통해 자신감을 향상시킵니다.

준비물

· 누름 꽃, 양초, 카드세트, 코팅지, 목공용 풀
: 1인 기준 7,500원
· 이쑤시개, 종이, 핀셋, 연필

역할

진행자 역할
▶ 모두가 알기 쉽게 진행 방법을 설명하고 순서에 맞게 활동하고 있는지 확인합니다.
▶ 누름 꽃을 붙이기가 어려울 경우, 손을 잡아서 도와줍니다.
▶ 누름 꽃을 자유롭게 배치하여 본인만의 것으로 만들 수 있게 합니다.
▶ 참여자의 작은 시도에도 긍정적 반응과 칭찬을 하며 자신감을 줍니다.

참여자 역할

역할1 **재료, 도구 준비하기**
▶ 각자에게 필요한 준비물을 모두에게 똑같이 나누어 주세요.

역할2 **어려운 부분 설명하기**
▶ 카드 방향 구분하는 방법을 모르는 분에게 직접 설명해 주세요.

역할3 **사진촬영하기**
▶ 활동 중 만드는 모습 사진을 촬영 해 주세요.
▶ 완성된 누름 꽃 카드와 양초를 들고 있는 모습을 촬영 해 주세요.

역할4 **뒷정리하기**
▶ 활동이 끝난 후 테이블과 도구를 정리해 주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?

- 누름 꽃 만드는 과정을 이야기함으로써 흥미를 가지도록 합니다.
- 실수 했던 것 보다는 잘 한 것을 강조하여 활동에 자신감을 가질 수 있도록 합니다.

- 선택한 역할을 스스로 할 수 있도록 합니다.

인지 능력

오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?

- 각 단계마다 언어적인 도움을 주거나 직접 시범을 보여줍니다.
- 한 가지 종류의 누름 꽃을 준비합니다.

- 누름 꽃을 본인만의 디자인으로 자유롭게 꾸미도록 합니다.
- 다양한 종류의 누름 꽃을 준비합니다.

신체 능력

오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?

- 누름 꽃을 붙이는 섬세한 작업 시 꽃을 고정해 주거나 잡아주어 도움을 줍니다.
- 발판, 팔걸이를 제공하여 앉아있는 자세를 지지할 수 있도록 합니다.

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지 하도록 합니다.

주의사항

· 누름 꽃은 굉장히 얇고 잘 찢어질 수 있으므로 조심히 다루도록 합니다.
· 카드를 만들 때 꽃을 붙이는 방향이 혼동되지 않도록 합니다.
· 풀의 양을 적절히 조절할 수 있도록 합니다.
· 섬세한 작업으로 한 곳만 집중해서 보게 되어 자세가 나빠질 수 있으므로 활동 중 허리를 펴서 바른 자세를 가질 수 있도록 합니다.

활동방법

활동 소개하기
재료를 나눠주고
주제를 **소개**해주세요.

활동 알아가기
'누름 꽃'에
대해 이야기해요.

함께 활동하기
나만의 '누름 꽃 카드와 양초'를 만들어요.

활동 마무리하기
완성된 카드와 양초를 보여주고 정리해요.

❶ 활동 소개하기

준비물 고무판

· 고무판 위에 필요한 도구와 재료를 모두 준비합니다.
· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘은 누름 꽃을 이용하여 카드와 양초를 꾸며보겠습니다. 모두 시범을 보고 천천히 순서에 맞게 따라 해 주세요.

❷ 활동 알아가기

· 참여자들과 '누름 꽃'에 대해 이야기합니다.

> 꽃을 책 속에 끼워 말려보신 적이 있으세요? 어떤 꽃을 말리면 좋을까요?

❸ 함께 활동하기

준비물 누름 꽃, 양초, 카드세트, 코팅지, 목공용 풀, 이쑤시개, 종이, 핀셋, 연필

· 각자 앞에 놓인 재료를 보며 각각 소개하고 익숙하게 합니다.
· 각 단계를 설명하며 함께 활동을 시작합니다.

---

1. 종이 위에 카드를 놓고 원을 따라 그립니다.
2. 원을 따라 그린 모양에 꽃과 잎을 먼저 놓아봅니다.
   "꽃과 잎을 어떻게 놓으면 좋을까요?"
3. 풀은 반드시 꽃의 뒷면에 바른다는 것을 설명한 후 꽃의 뒷면에 풀을 조금 발라 종이에 놓은 그대로 카드에 붙입니다.
   "종이에 놓았던 모양처럼 카드에 붙여 주세요."
   "꽃과 잎을 어떤 순서로 붙여야 할까요?"

4. 풀이 다 마른 후 꽃 위에 코팅지를 공기가 생기지 않도록 꼼꼼이 눌러 붙여 마무리합니다.

5. 양초에 붙일 것을 상상하여 꽃과 잎을 종이 위에 먼저 놓아 보도록 합니다.
"꽃과 잎을 어떻게 놓으면 좋을까요?"

6. 꽃의 뒷면에 풀을 조금 발라 종이에 놓은 그대로 양초에 붙입니다.
"종이에 놓은 모양대로 양초에 붙여보세요"

7.양초의 꽃 위에 접착한지를 붙여 마무리합니다.

1

2

3

4

5

6

7

완성

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 만든 카드와 양초를 어떻게 활용할지에 대해 이야기 합니다. 참여자와 함께 뒷정리를 하고 마무리합니다.

> 모두 정말 잘 만드셨네요. 완성된 카드를 보여주고 누구에게 선물할지 이야기 해볼까요?

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

누름 꽃 꾸미기 » 카드에 편지를 적어 양초와 함께 선물하기 » 누름꽃을 만들어 부채, 컵 받침 장식하기

8
회기

롤링페이퍼& 사진 수료증 전달

시간 60분

활동목적

· 롤링페이퍼에 마음을 표현하면서 긍정적 상호작용을 경험하여 사회성을 증진시킵니다.
· 참여기간동안 활동한 사진을 보며 성취감을 느끼고 자아 존중감을 향상시킵니다.
· 참여자들끼리 대화를 통해 공감대를 형성하고 의사소통기능을 향상시킵니다.

준비물

· A4 색 한지, 수료증, 다과
: 1인 기준 4,500원
· 인화한 사진, 색 볼펜

역할

진행자 역할
▶ 모두가 알기 쉽게 진행 방법을 설명하고 순서에 맞게 활동하고 있는지 확인합니다.
▶ 지난 시간 했던 활동의 역할, 방법, 힘들고 즐거웠던 부분을 자유롭게 이야기 하도록 합니다.

참여자 역할

역할1 **사진 나눠주기**
▶ 개인 사진과 단체 사진을 모든 분들에게 나누어 주세요.

역할2 **롤링페이퍼 꾸미기**
▶ 롤링페이퍼에 그림을 그려 꾸며주세요.

역할3 **사진촬영하기**
▶ 롤링페이퍼를 쓰는 장면을 촬영 해 주세요.

역할4 **뒷정리하기**
▶ 활동이 끝난 후 테이블과 도구를 정리해 주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

"오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?"

- 일상생활에서 편지를 주고 받았던 기억을 이야기하며 흥미를 가질 수 있도록 합니다.

- 선택한 역할을 스스로 할 수 있도록 합니다.
- 롤링페이퍼에 편지뿐 아니라 좋은 글귀도 자유롭게 써보도록 합니다.

인지 능력

"오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?"

- 사진에 대해 진행자가 질문을 합니다.
- 진행자가 미리 준비한 글귀를 인용하여 롤링페이퍼를 씁니다.

- 사진 내용(무슨 활동, 누구와 있는지)을 스스로 이야기합니다.
- 참여자가 능동적으로 편지를 쓰고 이야기 할 수 있도록 합니다.

신체 능력

"오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?"

- 글씨를 쓰기가 어려운 경우 손을 잡고 도움을 줍니다.
- 발판, 팔걸이를 제공하여 앉아있는 자세를 지지할 수 있도록 합니다.

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지 하도록 합니다.

주의사항

· 아쉬운 기억 보다는 즐거웠던 기억을 할 수 있도록 합니다.
· 역할이 없어 소외감을 느끼는 분들이 없도록 모두가 나온 사진이나 모든 분들의 개인사진을 준비합니다.

활동방법

활동 소개하기
재료를 나눠주고
주제를 **소개**해주세요.

활동 알아가기
'편지'에 대해
이야기해요.

함께 활동하기
마음이 담긴 한마디를
써보세요.

활동 마무리하기
오늘 활동을
정리해요.

❶ 활동 소개하기

준비물 고무판

· 고무판 위에 필요한 도구와 재료를 모두 준비합니다.
· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘은 그동안 했던 활동에 대해 이야기 나누고, 롤링페이퍼를 쓰며 서로에게 하고 싶은 말을 전하는 시간입니다. 마지막 시간이므로 수료증 전달 순서도 갖겠습니다.

❷ 활동 알아가기

· 참여자들과 '편지'에 대해 이야기합니다.

> 편지를 써보신 적이 있으세요? 편지를 누구에게 가장 많이 써보셨어요?

❸ 함께 활동하기

준비물 A4 색 한지, 수료증, 다과, 인화한 사진, 색 볼펜

· 각자 앞에 놓인 재료를 보며 각각 소개하고 익숙하게 합니다.
· 각 단계를 설명하며 함께 활동을 시작합니다.

1. 참여자들에게 종이를 한 장씩 나누어 주고 상단에 본인이 이름을 크게 적을 수 있도록 합니다.
   "먼저 본인의 이름을 크게 종이 위에 써주세요."
2. 이름이 적힌 종이를 차례대로 옆으로 전달하며, 전달 받은 종이의 이름을 보고 그 분 에게 하고 싶은 말을 쓸 수 있도록 합니다. 모든 분들이 편지를 쓰면 본인 것을 받아 읽습니다.
   "종이에 적힌 분에게 하고 싶은 따뜻한 한마디를 적어주세요."
   "모두 쓰셨으면 본인의 것을 받아 읽어 보세요. 편지에 무슨 말이 적혀있나요?"

3. 그동안 참여하면서 만들었던 작품사진과 활동 사진을 보며 느낀점을 이야기합니다.

"사진 속에 누구와 함께 있나요? 어떤 사진이 가장 마음에 드세요?"

"어떤 활동이 가장 기억에 남으세요?"

4. 참여자들에게 수료증을 전달합니다.

1

2

3

4

완성

④ 활동 마무리하기

· 롤링페이퍼와 받은 수료증에 대해 이야기 합니다. 참여자와 함께 뒷정리를 하고 마무리합니다.

> 그동안 모두 잘 참여해 주셨습니다. 편지를 주고받으니 기분이 어떠셨나요?
> 모두에게 감사의 말씀을 전합니다.

+ PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

사진 감상 & 롤링페이퍼 쓰기 » 가족이나 친구 등 지인에게 편지를 써서 우편으로 보내기 » 참여자들과 다른 장소에 모여 담소나누기

흥이
나는 시간 !

즐거운 음악 활동을 하며
생활에 활력을 불어넣습니다.

VI

음악치료

VI 음악치료

시간 60분
장소 테이블과 등받이 의자가 있는 곳

활동목적

· 노래나 음악활동을 통해 나를 표현하고 상대방을 이해하면서 사회성을 증진시킵니다.
· 참여자들과 함께 노래를 부르며 즐거움과 삶의 활력을 느낍니다.
· 모두 함께 하나의 곡을 완성하며 본인의 역할을 찾고 성취감과 자아실현을 경험합니다.
· 악기를 연주하거나 악보를 보는 활동으로 인지 기능을 자극합니다.
· 음악을 감상하며 마음의 안정감을 느낍니다.
· 음악과 관련된 이야기를 하며 서로 경험을 공유합니다.

준비물

· 노래 파일, 악보, 악기, 발성연습 도구, 스피커, 마이크 등

역할

진행자 역할

- 목소리는 크게 말하고 속도는 천천히 하여 참여자가 적절히 이해하는지 반응을 보며 진행합니다.
- 음악을 감상하거나 노래를 들을 때는 모든 참여자들이 잘 들을 수 있게 음악 볼륨을 조절합니다.
- 악보에 있는 기호나 가사순서를 자세히 설명하여 악보를 보는 데에 어려움이 없도록 합니다.
- 노래를 배우는 중간 질문을 던지거나 이야기를 하며 주의와 관심을 끌어 지루하지 않도록 합니다.
- 노래를 완벽하게 배우고 깊게 감상을 하는 것 보다 즐겁고 활기차게 활동에 참여할 수 있도록 진행합니다.

참여자 역할

역할1 **재료, 도구 준비하기**
▶ 악보나 악기를 인원수에 맞게 나눠 주세요.

역할2 **시범보이기**
▶ 먼저 큰 소리로 노래를 불러주세요.

역할3 **사진촬영하기**
▶ 함께 혹은 각자 노래하는 장면을 촬영 해 주세요.

역할4 **뒷정리하기**
▶ 사용했던 마이크나 악보를 정리 해 주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

"오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?

- 평소 좋아하는 노래를 선택하여 흥미를 가질 수 있도록 합니다.
- 실수를 하더라도 잘한 부분을 강조하여 칭찬합니다.

- 노래 시범을 보일 수 있는 기회를 줍니다.

인지 능력

"오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?

- 악보를 보고 노래하거나 악기연주를 합니다.
- 노래를 시작하거나 끝맺는 시점을 맞출 수 있도록 언어적, 신체적인 도움을 줍니다.

- 악보를 보지 않고 노래하거나 악기연주를 합니다.
- 노래를 부르는 동시에 박수를 치거나 동작을 같이 합니다.

신체 능력

"오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?

- 음악 감상 시 적절한 볼륨을 맞추어 잘 들릴 수 있도록 합니다.
- 손 움직임이 불편하다면 손을 잡고 도움을 줍니다.
- 발판, 팔걸이를 제공하여 앉은 자세를 지지할 수 있도록 합니다.

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지하도록 합니다.

주의사항

· 혼자서 노래하거나 연주 하는 것을 부담스러워 하는 분이 있다면 진행자나 주변 사람들이 도움을 주어 격려합니다.

· 마무리 단계에서는 흥분했던 상태를 가라앉힐 수 있게 합니다.

· 소리에 대해 반응하는 것을 잘 관찰하고 소리가 너무 크거나, 노래하는 활동 자체가 큰 스트레스로 작용하지 않도록 합니다.

1
회기

옛 노래 감상 및 새로운 노래 배우기

시간 60분

활동목적

· 과거 유행했던 음악을 듣고 참여자들과 추억을 이야기 하며 경험을 공유합니다.
· 노래나 음악활동을 통해 나를 표현하고 상대방을 이해하면서 사회성을 증진시킵니다.
· 참여자들과 함께 노래를 부르며 즐거움과 삶의 활력을 느낍니다.

준비물

· 노래파일 : 서울찬가, 나성에 가면, 하숙생, 커피한잔, 아름다운 강산 등 1950~1970년대 유행했던 노래
· 음악 악보 : 내가 찾는 아이/들국화
· 마이크, 스피커

역할

진행자 역할

- 진행자는 목소리를 크게 말하고 속도는 천천히 하여 참여자가 적절히 이해하는지 반응을 보며 진행합니다.
- 음악을 감상하거나 노래를 들을 때는 모든 참여자들이 잘 들을 수 있게 음악 볼륨을 조절합니다.
- 악보에 있는 기호나 가사순서를 자세히 설명하여 악보를 보는 데에 어려움이 없도록 합니다.
- 노래를 배우는 중간 질문을 던지거나 이야기를 하며 주의와 관심을 끌어 지루해 하지 않도록 합니다.
- 노래를 완벽하게 배우고 깊게 감상을 하는 것 보다 즐겁고 활기차게 활동에 참여할 수 있도록 진행합니다.

참여자 역할

역할1 **음악 감상 곡 선정하고 재생하기**
- 기억나는 옛 노래를 선정해 주세요.
- 모두가 잘 들을 수 있게 노래를 재생해 주세요.

역할2 **시범보이기**
- 먼저 큰 소리로 노래를 불러주세요.

역할3 **사진촬영하기**
- 함께 노래하는 장면을 촬영 해 주세요.
- 각자 마이크를 들고 노래하는 장면을 촬영 해 주세요.

역할4 **뒷정리하기**
- 사용했던 마이크나 악보를 정리해 주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

"오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?"

- 평소 좋아하는 노래를 선택하여 흥미를 가질 수 있도록 합니다.
- 새로운 노래를 배울 때 실수를 하더라도 잘한 부분을 강조하여 칭찬합니다.

- 노래 시범을 보일 수 있는 기회를 줍니다.

인지 능력

"오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?"

- 진행자와 다른 참여자들이 박수를 치면 노래만 부릅니다.
- 악보를 보고 노래를 부릅니다.

  노래를 시작할 때 진행자가 언어적으로 도움을 줍니다.

- 혼자서 박수를 치는 동시에 노래를 부릅니다.
- 노래가 익숙해지면 악보를 보지 않고 노래를 부릅니다.

신체 능력

"오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?"

- 진행자가 함께 크게 목소리를 내어 노래를 부릅니다.
- 음악 감상 시 적절한 볼륨을 맞추어 잘 들릴 수 있도록 합니다.
- 발판, 팔걸이를 제공하여 앉은 자세를 지지할 수 있도록 합니다.

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지하도록 합니다.

주의사항

· 혼자서 노래하는 것을 부담스러워 하는 분이 있다면 진행자나 주변 사람들이 도움을 주어 격려합니다.

· 마무리 단계에서는 흥분했던 상태를 가라앉힐 수 있게 합니다.

활동방법

활동 소개하기
시작을
알려주세요.

활동 알아가기
옛 노래를
감상해요.

함께 활동하기
새로운 노래를
배워요.

활동 마무리하기
차분하게 정리해
주세요.

❶ 활동 소개하기

준비물 시작음악– I SING YOU SING

· 'I SING YOU SING' 을 들으며 경쾌한 분위기를 만들어 음악치료가 시작됨을 알립니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘은 예전에 유행했던 노래를 듣고 이야기를 나눈 후에 새로운 노래 한 곡을 배우려고 합니다. 적극적이고 즐겁게 참여해 주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 노래파일 – 서울찬가, 나성에 가면, 하숙생, 커피한잔, 아름다운 강산 등 1950~1970년대 유행했던 노래

〈음악감상〉

· 서울찬가, 나성에 가면, 하숙생, 커피한잔, 아름다운강산 을 차례대로 듣습니다.

> 가사를 보며 아시는 분들은 노래를 따라 불러도 좋습니다.

· 각각 노래가 끝나면 노래 제목과 가수가 기억이 나는지, 느껴지는 느낌이나 그려지는 장면에 대해서 이야기를 나눕니다.

> 이 노래의 제목과 가수는 누구일까요?
> 이 노래를 들으니 생각나는 것이 있나요? 어떤 감정이 느껴지시나요?

❸ 함께 활동하기

준비물 노래파일, 악보– 내가찾는아이

〈노래부르기〉

· 들국화의 '내가 찾는 아이'를 2번 들려줍니다.

> 오늘 배울 노래는 들국화라는 가수의 '내가 찾는 아이'입니다.
> 어떤 노래인지 들어볼까요?

· 악보를 보고 음악을 들으면서 자유롭게 노래를 따라 부르도록 합니다.

> 악보를 드릴 테니 보시고 따라 할 수 있는 분들은 같이 불러보며 한 번 더 듣겠습니다.

· 진행자가 한 마디 씩 먼저 부르고 다 같이 따라 불러 보며 노래를 익힙니다.

> 제가 천천히 노래를 불러보면 한마디씩 따라 불러주세요. '내가 찾는 아이~' 시작.

· 노래를 듣고 보고 싶은 사람이나 추억에 대해 질문하며 서로 대화를 나눕니다. '내가 찾는 아이'의 마지막 부분에 보고싶은 사람 이름으로 가사를 바꿔봅니다.

> 가사가 참 좋은 곡이지요. 마지막 부분에 보고 싶은 사람 이름을 넣어주세요. 예를 들면 '인권이형 성원이형 찬권이형 구희형 진태도 워워 ' 이 부분을 '우리 엄마, 친구 순자, 손자 미영, 큰딸 아들도 워워 볼 수 있지' 라고 바꿔 부릅니다.

· 마이크를 가지고 한사람씩 돌아가며 마지막 부분을 노래합니다.

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 했던 활동에 대해 이야기 하며 마무리 합니다.

> 오늘은 추억이 있는 예전 노래를 들어보고 새로운 노래를 배워보는 시간이었습니다.
> 많이 어려우셨나요? 처음이었지만 모두 훌륭하게 잘 따라해 주셨습니다.

+ PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

옛 노래 감상 및 새로운 노래 배우기 » 가정에 돌아가 좋아하는 노래 다시 들어보기 » 좋아하는 노래와 같은 시대의 노래 찾아보기

2
회기

민요 부르기

시간 60분

활동목적

· 민요의 기본인 장단을 배우며 학습능력과 순발력을 증진합니다.
· 함께 노래를 부르며 즐거움을 느낄 수 있습니다.
· 노래 가사를 바꾸어 불러보며 즐거움과 성취감을 느낍니다.

준비물

· 노래파일–'고사리꺾자', '쾌지나칭칭나네'
· 악보– '고사리꺾자', '쾌지나칭칭나네', 자진모리 장단 악보
· 악기– 소고, 장구 등

역할

진행자 역할

- 진행자는 민요를 미리 숙지하여 참여자들이 어려움 없이 따라 할 수 있도록 합니다.
- 진행자는 목소리를 크게 말하고 속도는 천천히 하여 참여자가 적절히 이해하는지 반응을 보며 진행합니다.
- 음악을 감상하거나 노래를 들을 때는 모든 참여자들이 잘 들을 수 있게 음악 볼륨을 조절합니다.
- 민요를 완벽하게 배우고 깊게 감상을 하는 것 보다 즐겁고 활기차게 활동에 참여할 수 있도록 진행합니다.
- 큰 목소리를 내기 힘든 분들이 있다면 반주 음량과 박자를 조절하는 등의 도움을 줍니다. 또한 진행자가 함께 큰 목소리로 노래한다면 용기를 얻어 큰 목소리를 낼 수 있습니다.

참여자 역할

역할1 장단 박수 치기
- 각 노래에 맞는 장단을 배우고 다른 분들이 노래를 할 때 장단을 맞춰주세요.

역할2 시범보이기
- 노래를 큰 소리로 먼저 불러주세요.

역할3 사진촬영하기
- 함께 노래하는 장면을 촬영 해 주세요.
- 각자 마이크를 들고 노래하는 장면을 촬영 해 주세요.

역할4 뒷정리하기
- 사용했던 마이크나 악보를 정리해 주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

"오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?

- 악기(소고)를 사용하여 흥미를 가질 수 있도록 합니다.
- 민요를 배울 때 실수를 하더라도 잘한 부분을 강조하여 칭찬합니다.

- 노래 시범을 보일 수 있는 기회를 줍니다.

인지 능력

"오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?

- 진행자와 다른 참여자들이 장단에 박수를 치면 노래만 부릅니다.
- 가사바꾸기를 할 때 적절한 예시를 주어 선택합니다.

- 혼자서 장단 박수를 치는 동시에 노래를 부릅니다.
- 악기(소고)를 준비하여 장단을 맞출 수 있도록 합니다.
- 가사바꾸기를 할 때 예시 없이 스스로 생각합니다.

신체 능력

"오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?

- 진행자가 함께 크게 목소리를 내어 노래를 부릅니다.
- 음악 감상 시 적절한 볼륨을 맞추어 잘 들릴 수 있도록 합니다.
- 발판, 팔걸이를 제공하여 앉은 자세를 지지할 수 있도록 합니다.

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지하도록 합니다.

주의사항

· 혼자서 노래하는 것을 부담스러워 하는 분이 있다면 진행자나 주변 사람들이 도움을 주어 격려합니다.

· 마무리 단계에서는 흥분했던 상태를 가라앉힐 수 있게 합니다.

활동방법

활동 소개하기
시작을
알려주세요.

활동 알아가기
민요에 대해서
이야기해요.

함께 활동하기
민요 2곡을
배워요.

활동 마무리하기
차분하게
정리해 주세요.

❶ 활동 소개하기

준비물 시작음악– I SING YOU SING

· '리얼 그룹 I SING YOU SING'을 들으며 경쾌한 분위기를 만들어 음악 치료가 시작됨을 알립니다.
· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘은 '고사리 꺽자' , '쾌지나칭칭나네' 라는 2가지 민요를 배우겠습니다. 먼저 '고사리 꺽자' 민요를 듣고 장단을 배운 후에 '쾌지나칭칭나네' 민요는 가사를 바꿔서 불러 보겠습니다. 적극적이고 즐겁게 참여해 주세요

❷ 활동 알아가기

· 민요에 대해 함께 이야기를 나누어 봅니다.

> 알고 있는 민요가 있나요? 제목이 무엇이며 언제 많이 부르셨나요?

❸ 함께 활동하기

준비물 노래파일, 악보– 고사리꺽자, 쾌지나칭칭나네

〈고사리꺾자 배우기〉

· 먼저 '고사리꺾자' 민요를 반복해서 들으며 익숙하게 합니다.

> 이 노래를 알고 계신 분이 있나요? 언제 들어보셨나요?

· 고사리 꺾자' 민요의 기본 장단인 자진모리장단을 익힙니다. 악보를 참고하여 먼저 노래에 맞추어 장단을 입으로 소리내어 봅니다. 익숙해지면 장단을 손으로 책상치기를 합니다. '덩' 은 양손으로 한번, '덕' 은 오른손으로 한번, '쿵' 은 왼손으로 한번, '기덕' 은 오른손으로 빠르게 두 번 칩니다. 처음에는 천천히 하고 서서히 속도를 맞추어 봅니다.

> 이 곡의 기본 장단은 자진모리장단입니다. 악보를 보고 장단을 배우겠습니다. 노래를 들으며 장단을 크게 따라할까요? '덩덩덩덕쿵' 입으로 소리를 내 익숙해지면 두 손을 책상 위에 놓고 장단을 치겠습니다.

· 노래가사를 리듬에 맞게 함께 읽어봅니다. 처음에는 천천히 읽어보고 속도를 조금씩 빠르게 합니다.

> 이제 장단은 다 익혔으니 노래를 배우겠습니다.
> 제가 먼저 가사를 말하면 큰 소리로 따라 읽어 주세요. '고사리 대사리 꺾자' 시작

· 반주에 맞추어 노래를 불러봅니다. 한명씩 돌아가면서 불러도 좋습니다.

> 한 명씩 돌아가면서 민요를 부르겠습니다.

· 두 팀으로 나누어 한 팀은 장단 치기를 하고 한 팀은 민요 부르기를 합니다.

〈쾌지나칭칭나네 가사바꾸기〉

· '쾌지나칭칭나네' 노래를 반복해서 들으며 익숙하게 합니다.

> 이 노래를 알고 있는 분이 있나요? 언제 들어보셨나요?

· '쾌지나칭칭나네' 민요 노래 가사를 리듬에 맞게 읽어봅니다. 노래가 익숙해 질 수 있도록 반복합니다.

> 제가 먼저 가사를 말하면 큰 소리로 따라 읽어 주세요.

· '쾌지나칭칭나네' 노래에 다른 주제를 가지고 가사를 바꿔봅니다. 모두 돌아가면서 한 소절씩 불러봅니다.

> 꽃집에는 많은 꽃들이 있습니다. 어떤 꽃들이 있는지 생각 해 주세요. 돌아가면서 노래를 하겠습니다.
> 예를 들면 제가 먼저 '꽃집에는 장미가 있고' 라고 하면 다같이 '쾌지나칭칭나네' 라고 노래 해 주시면 됩니다. 그 다음분이 '꽃집에는 백합도 있고' 라고 하면 됩니다.

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 했던 활동에 대해 이야기 하며 마무리 합니다.

> 오늘은 2가지 민요를 배워 보았습니다. 노래 제목이 무엇이었나요? 민요를 불러보니 어땠나요?

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

민요 부르기 » '쾌지나칭칭나네' 노래를 시장, 바다, 부엌 등의 다른 주제로 가사 바꿔 부르기 » 장구, 꽹과리 악기 연주하며 노래부르기

3
회기

핸드벨 연주

시간 60분

활동목적

· 처음 접해보는 악기를 배우며 뇌의 다양한 영역에 자극을 줍니다.
· 작은 악기를 다루어 대 근육 소 근육을 사용하며 운동 기능을 증진 시킵니다.
· 핸드벨 연주는 손을 움직여 음을 내기 때문에 눈과 손의 협응 능력을 증진시킵니다.
· 참여자들과 함께 하나의 곡을 완성하며 성취감을 느낍니다.

준비물

· 노래파일, 악보 – 학교종이 땡땡땡 (반주), 반짝반짝 작은별 (반주) 등 핸드벨 연주가 가능한 곡
· 핸드벨 1세트, 핸드벨 시범 동영상 자료

역할

진행자 역할

- 진행자는 핸드벨 연주를 미리 숙지하여 시범을 보여야 하며 참여자들이 어려움 없이 따라 할 수 있도록 연주법과 진행 방법을 쉽게 설명합니다.
- 핸드벨 연주를 완벽하게 하는 것 보다 즐겁고 활기차게 활동에 참여할 수 있도록 진행 합니다.
- 핸드벨 연주곡 반주 속도는 참여자의 수준에 맞추어 컴퓨터 프로그램을 이용해 치료사가 조절합니다.
- 핸드벨 소리가 제대로 나지 않는 경우, 개인 연습을 할 때 1:1로 손을 잡고 지도 하도록 합니다.

참여자 역할

역할1 **핸드벨 준비하기**
▶ 핸드벨을 순서에 맞게 참여자들에게 나누어 주세요.

역할2 **시범보이기**
▶ 핸드벨을 바르게 잡는 모습과 소리내는 법을 시범보여주세요.

역할3 **사진촬영하기**
▶ 함께 핸드벨 연주하는 장면을 촬영 해 주세요.

역할4 **뒷정리하기**
▶ 핸드벨과 악보를 정리해주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

"오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?

- 청량한 소리가 나게 도와주어 흥미를 가질 수 있도록 합니다.
- 핸드벨 연주 시 실수를 하더라도 잘한 부분을 강조하여 칭찬합니다.

- 연주 시범을 보일 수 있는 기회를 줍니다.

인지 능력

"오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?

- 악보에 계이름을 적고 본인 순서를 색깔 펜으로 표시합니다.
- 연주 시작 신호를 줄 때 언어적인 도움을 줍니다.
- 한 사람이 1개 핸드벨을 연주합니다.
- 반주 속도를 느리게 합니다.

- 악보에 계이름을 적지 않고 연주합니다.
- 한사람이 2개의 핸드벨을 연주합니다.
- 반주 속도를 빠르게 합니다.

신체 능력

"오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?

- 핸드벨 연주 시 맑은 소리가 나지 않을 경우, 손을 잡고 도와줍니다.
- 발판, 팔걸이를 제공하여 앉은 자세를 지지할 수 있도록 합니다.

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지하도록 합니다.

주의사항

· 연습시간이 너무 길어져 지루하지 않도록 합니다.

· 신호를 주어도 핸드벨을 맞추어 울리지 못하는 사람이 있다면, 연주해야 할 부분에 어깨나 등을 가볍게 쳐서 신호를 줄 수 있도록 합니다.

· 음을 연주할 기회가 너무 적거나 없어 실망하는 사람이 없도록, 적절하게 배분하여 연주할 수 있도록 합니다.

· 곡을 완성 해 가며 실수가 잦은 분들이 소외감을 느끼지 않도록 충분한 칭찬과 격려를 합니다.

활동방법

활동 소개하기
시작을
알려주세요.

활동 알아가기
핸드벨 연주자의
영상을 감상해요.

함께 활동하기
핸드벨을
연주해요.

활동 마무리하기
차분하게
정리해 주세요.

❶ 활동 소개하기

준비물 시작음악– I SING YOU SING

· '리얼 그룹 I SING YOU SING'을 들으며 경쾌한 분위기를 만들어 음악 치료가 시작됨을 알립니다.
· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘은 '핸드벨' 이라는 악기를 함께 연주 할 것입니다. 이것은 혼자 하는 것이 아닌 다 함께 해야 노래를 완성할 수 있습니다. 적극적이고 즐겁게 참여해 주세요

❷ 활동 알아가기

준비물 영상– 핸드벨 연주영상

· 악기에 대해서 이야기 합니다.

> 현재 또는 예전에 악기를 다루셨던 분이 있으세요?
> 좋아하는 악기 소리가 무엇인가요?

· 핸드벨 연주가들의 연주영상을 봅니다(You raise me up, Hungarian Dance No5). 영상을 본 느낌을 이야기합니다.

> 핸드벨 연주를 보니 어떠신가요? 두 곡의 차이점은 무엇일까요?

❸ 함께 활동하기

준비물 핸드벨 노래파일, 악보– 학교종, 작은별

· 먼저 핸드벨 음을 내는 방법을 배워 봅니다. 각자 한 개씩 핸드벨을 나누어 준 뒤 진행자는 직접 시범을 보이며 핸드벨 연주 기법을 가르쳐줍니다. 소리가 정확하고 제대로 날 수 있도록 합니다. 그 후 각자 연습할 시간을 가지고 연주를 익숙하게 할 수 있게 합니다.

> 핸드벨을 연주하는 방법은 먼저 가슴에서 일직선으로 핸드벨 잡은 손을 뻗은 뒤 손목의 스냅만을 이용해 소리를 내는 것 입니다.

· 연습을 충분히 한 뒤, 오늘 연주할 '학교종' 핸드벨 악보에 계이름을 적습니다. 반주(피아노 반주파일)에 맞추어 계이름으로 노래를 부르며 익숙 할 때 까지 반복합니다.

> 제가 계이름을 불러 주겠습니다. 계이름으로 노래를 불러주세요.

· '학교종' 핸드벨 동영상을 보고 따라할 수 있도록 합니다. 5명에게 도,레,미,솔,라 각 음계의 핸드벨을 하나씩 나누어 줍니다. 자신이 연주해야 할 음계에 빨간펜으로 표시하도록 합니다.

> OOO님은 '도' 음이 나오면 핸드벨을 소리 내 주세요. 악보에서 '도' 음인 것을 빨간색으로 표시하여 본인 음에 바로 핸드벨 소리를 낼 수 있도록 해주세요.

· '반짝반짝 작은별' 도 동일한 방법으로 연주합니다. (시간이 부족하면 2곡 중 1곡만 합니다.)

· 곡이 완성되면 녹음을 해보고 참여자들과 함께 듣습니다.

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 했던 활동에 대해 이야기 하며 마무리 합니다.

> 오늘 배웠던 악기 이름이 무엇이었나요? 악기를 다루어 보니 어땠나요?

+ PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

핸드벨 연주 » 다른 곡으로 핸드벨 연주하기 » 여러 가지 악기로 함께 연주하기

4
회기

음악감상 및 중창 연습하기
(발성, 박자, 멜로디)

시간 60분

활동목적

· 같은 곡이지만 다르게 연주된 음악을 감상하며 정서적인 안정을 느낄 수 있습니다.
· 노래를 하며 즐거움을 느낄 수 있습니다.
· 중창곡을 배우며 결과물을 만들어 성취감을 느낍니다.
· 참여자들과 함께 중창을 하므로 사회성을 증진합니다.

준비물

· 동영상 자료 – 캐논변주곡 다양한 버전(www.youtube.com)
· 노래파일, 악보 – 산타루치아
· 발성연습 도구, 산타루치아 곡 소개 자료, 마이크

역할

진행자 역할

- 진행자는 중창곡을 미리 숙지하여 참여자들이 어려움 없이 따라 할 수 있도록 알기 쉽게 설명합니다.
- 진행자는 목소리를 크게 말하고 속도는 천천히 하여 참여자가 적절히 이해하는지 반응을 보며 진행합니다.
- 노래 부르기를 완벽하게 하는 것 보다 즐겁고 활기차게 활동에 참여할 수 있도록 진행합니다.
- 중창곡 이므로 모두 함께 하나의 목소리를 낼 수 있도록 합니다.

참여자 역할

역할1 **악보 준비하기**
- 진행자를 도와 악보를 나누어 주세요.

역할2 **시범보이기**
- 발성연습을 할 때 시범을 보여주세요.
- 노래부르기를 할 때 시범 보여주세요.

역할3 **사진촬영하기**
- 함께 발성 연습 하는 장면을 촬영 해 주세요.
- 각자 마이크를 들고 노래 부르는 장면을 촬영해주세요.

역할4 **뒷정리하기**
- 사용했던 마이크와 악보를 정리해 주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?

- 산타루치아 곡에 대한 이해도를 높여 흥미를 가질 수 있도록 합니다.
- 함께 노래를 하며 실수를 하더라도 잘한 부분을 강조하여 칭찬합니다.

- 노래 시범을 보일 수 있는 기회를 줍니다.

인지 능력

오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?

- 진행자와 다른 참여자들이 박수를 치면 노래만 부릅니다.
- 악보를 보며 노래를 부릅니다.

- 노래가 익숙해지면 악보 없이 부릅니다.
- 혼자서 박수를 치는 동시에 노래를 부릅니다.

신체 능력

오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?

- 진행자가 함께 크게 목소리를 내어 노래를 부릅니다.
- 음악 감상 시 적절한 볼륨을 맞추어 잘 들릴 수 있도록 합니다.

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지하도록 합니다.

주의사항

· 곡을 완성 해 가며 실수가 잦은 분들이 소외감을 느끼지 않도록 충분한 칭찬과 격려를 합니다.

· 마무리 단계에서는 흥분했던 상태를 가라앉힐 수 있게 합니다.

활동방법

활동 소개하기
시작을
알려주세요.

활동 알아가기
같은 곡 다른 버전의
음악을 감상해요.

함께 활동하기
중창곡의 멜로디를
배워요.

활동 마무리하기
차분하게
정리해 주세요.

❶ 활동 소개하기

준비물 시작음악– I SING YOU SING

· '리얼 그룹 I SING YOU SING'을 들으며 경쾌한 분위기를 만들어 음악 치료가 시작됨을 알립니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘은 음악 감상하는 시간을 가지고, 중창을 할 곡이 무엇인지 들어볼 것 입니다. 이것은 혼자 하는 것이 아니고 다 함께 해야 완성할 수 있습니다. 적극적이고 즐겁게 참여해 주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 캐논변주곡 다양한 버전 음악 및 동영상

〈음악 감상〉

· 캐논변주곡의 다양한 버전을 동영상과 음악으로 감상합니다. 감상하기 전 곡에 대한 충분한 설명을 합니다.

> 같은 노래를 다양한 장르로 바꾸어 재탄생 시킨 음악을 들어보겠습니다. 한 곡씩 들어보고 공통점과 차이점에 대해 이야기해 볼까요? 눈을 감고 감상을 하셔도 좋습니다.

· 음악 감상 후 공통점과 차이점에 대해 이야기 나눌 수 있도록 합니다.

> 3개 곡의 각각 특징은 무엇인가요? 3개 곡의 공통점과 차이점은 무엇인가요?

❸ 함께 활동하기

준비물 노래파일, 악보– 산타루치아

〈노래 부르기〉

· 휴대폰 앱이나 인터넷 사이트를 이용하여 발성연습을 하며 중창연습의 시작을 알립니다.

> 자세를 바르게 하고 발성연습을 해보겠습니다. '아아아아아' 시작

· 본격적으로 중창곡을 소개하고 배울 수 있도록 합니다. '산타루치아'를 들려주며 이 곡에 대해 이야기 합니다. 진행자는 이해를 돕기 위해 유래에 대해서 설명을 하여도 좋습니다.

> "'산타루치아'라는 곡을 들어본 적이 있으신가요? '산타루치아'는 무엇을 뜻할까요?
> '산타루치아'는 이탈리아 나폴리 항구의 지명이자, 나폴리 수호신인 성녀 '루치아'를 의미합니다. 나폴리 뱃사공들은 항구를 떠날 때마다 3박자의 경쾌한 뱃노래를 부르면서 성 루치아에게 안전을 빈다고 합니다.

· 손뼉을 치고 박자를 맞추며 익숙 할 때 까지 곡을 여러번 듣습니다.

· 다함께 악보를 보며 진행자가 먼저 가사 대신 '라라라'를 붙여 한마디씩 노래하면 참여자들도 큰소리로 따라 합니다. 반복적으로 연습하며 이 곡의 멜로디와 박자를 이해하고 따라할 수 있도록 합니다.

> "제가 부르면 함께 큰소리로 따라해 주세요.

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 했던 활동에 대해 이야기 하며 마무리 합니다.

> "오늘 음악 감상 시간에는 어떤 곡을 들었나요?
> 오늘 배웠던 중창곡의 제목은 무엇인가요? 어려운 점은 무엇이었나요?

+ PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

중창 연습 » 집으로 돌아가 가족과 함께 연습해보기 » 율동이나 악기와 함께 중창하기

5
회기

표제음악 감상 및 중창연습

(산타루치아 가사익히기)

시간 60분

활동목적

· 한 가지 주제의 표제음악을 감상하며 정서적인 안정을 느낄 수 있습니다.
· 노래를 하며 즐거움을 느낄 수 있습니다.
· 중창곡을 배우며 결과물을 만들어 성취감을 느끼고 본인 역할의 중요함을 느껴 자존감을 높일 수 있습니다.
· 참여자들과 함께 중창을 하므로 사회성을 증진합니다.

준비물

· 노래파일 – 드뷔시 달빛, 달타령, 달맞이, 강강수월래, 베토벤 월광, 산타루치아 노래 및 반주
· 악보 – 산타루치아
· 마이크, 필기도구

역할

진행자 역할

▶ 진행자는 중창곡을 미리 숙지하여 참여자들이 어려움 없이 따라 할 수 있도록 알기 쉽게 설명합니다.
▶ 노래를 완벽하게 배우고 깊게 감상을 하는 것 보다 즐겁고 활기차게 활동에 참여할 수 있도록 진행합니다.
▶ 가사를 외울 때 도움이 필요한 경우, 이미지화 하여 외울 수 있도록 도움을 줍니다.
▶ 중창곡 이므로 모두 함께 하나의 목소리를 낼 수 있도록 합니다.

참여자 역할

역할1 **악보 준비하기**
▶ 진행자를 도와 악보를 나누어 주세요.

역할2 **시범보이기**
▶ 발성연습을 할 때 시범을 보여주세요.
▶ 노래부르기를 할 때 시범 보여주세요.

역할3 **사진촬영하기**
▶ 함께 발성 연습 하는 장면을 촬영 해 주세요.
▶ 각자 마이크를 들고 노래 부르는 장면을 촬영해주세요.

역할4 **뒷정리하기**
▶ 사용했던 마이크와 악보를 정리해 주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?

- 산타루치아 곡에 대한 이해도를 높여 흥미를 가질 수 있도록 합니다.
- 함께 노래를 하며 실수를 하더라도 잘한 부분을 강조하여 칭찬합니다.

- 노래 시범을 보일 수 있는 기회를 줍니다.

인지 능력

오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?

- 진행자와 다른 참여자들이 박수를 치면 노래만 부릅니다.
- 가사를 외우기 쉽도록 이미지화하여 외울 수 있도록 합니다.
- 가사 앞부분을 번호로 매겨 순서대로 부를 수 있도록 합니다.

- 혼자서 박수를 치는 동시에 노래를 부릅니다.
- 가사를 외울 때 본인의 방법을 소개할 수 있도록 합니다.
- 악보를 보지 않고 노래를 합니다.

신체 능력

오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?

- 진행자가 함께 크게 목소리를 내어 노래를 부릅니다.
- 음악 감상 시 적절한 볼륨을 맞추어 잘 들릴 수 있도록 합니다.
- 발판, 팔걸이를 제공하여 앉은 자세를 지지할 수 있도록 합니다.

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지하도록 합니다.

주의사항

· 곡을 완성 해 가며 실수가 잦은 분들이 소외감을 느끼지 않도록 충분한 칭찬과 격려를 합니다.

· 마무리 단계에서는 흥분했던 상태를 가라앉힐 수 있게 합니다.

활동방법

활동 소개하기
시작을
알려주세요.

활동 알아가기
같은 주제의 음악을
감상해요.

함께 활동하기
중창곡의 가사를
배워요.

활동 마무리하기
차분하게
정리해 주세요.

❶ 활동 소개하기

준비물 시작음악– I SING YOU SING

· '리얼 그룹 I SING YOU SING'을 들으며 경쾌한 분위기를 만들어 음악 치료가 시작됨을 알립니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘은 같은 주제를 가진 다른 여러 곡의 음악을 감상할 것입니다. 그리고 이전 시간에 배운 '산타루치아'곡의 가사를 익히는 시간을 가지겠습니다. 이것은 혼자 하는 것이 아니고 다 함께 해야 완성할 수 있습니다. 적극적이고 즐겁게 참여해 주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 드뷔시 달빛, 달타령, 달맞이, 강강수월래, 베토벤 월광

〈음악 감상〉

· 달을 주제로한 표제음악 5개(드뷔시 달빛, 달타령, 달맞이, 강강수월래, 베토벤 월광)를 차례대로 감상합니다. 감상하면서 한가지의 공통된 주제를 유추할 수 있도록 합니다.

> 지금부터 5개의 음악을 들을 것입니다. 이 5개의 음악은 모두 1가지의 주제를 가지고 있습니다. 무엇인지 잘 생각하면서 들어주세요.

· 음악감상 후 '달'과 관련된 추억에 대해 서로 이야기를 합니다.

> '달'을 보면 무엇이 떠오르세요?
> '달'이나 '밤'에 관련된 생각나는 노래가 있나요?

❸ 함께 활동하기

준비물 필기도구, 노래파일, 악보– 산타루치아

〈노래 부르기〉

· 휴대폰 앱이나 인터넷 사이트를 이용하여 발성연습을 하며 중창연습의 시작을 알립니다.

> 자세를 바르게 하고 발성연습을 해보겠습니다. '아아아아아' 시작

· 악보를 보며 '산타루치아'를 듣고 따라합니다. 악보 보는 방법을 충분히 설명합니다.

> 도돌이표는 도돌이표시가 있는 곳으로 돌아가서 다시 부르는 것입니다. 이 부분은 반복해서 부릅니다.

· 가사를 외우는 시간을 갖도록 합니다. 2인 1조로 함께 외울 수 있도록 하고 모두 외운 후 악보 빈칸에 가사를 채워 넣습니다. 2인 1조로 돌아가며 반주에 맞추어 '산타루치아'를 부릅니다.

> 중창을 하기 위해 가사를 외울 것입니다. 2명이 한 조가 되어 함께 가사를 외워 봅니다. 모두 외웠다고 생각하면 노래를 한번 해 본 후, 악보 빈칸에 외운 가사를 써 주세요.

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 했던 활동에 대해 이야기 하며 마무리 합니다.

> 오늘 음악감상 시간에 들었던 곡의 주제는 무엇이었나요? 다음시간까지 가사를 외워 주세요.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

중창 연습 » 집으로 돌아가 가족과 함께 연습해보기 » 율동이나 악기와 함께 중창하기

6
회기

박자가 다른 곡의 음악감상 및 중창연습

(산타루치아 화음)

시간 60분

활동목적

· 박자가 다른 음악을 들으며 표현하는 기회를 제공합니다.
· 노래를 하며 즐거움을 느낄 수 있습니다.
· 중창곡을 배우며 결과물을 만들어 성취감을 느끼고 본인 역할의 중요함을 느껴 자존감을 높일 수 있습니다.
· 참여자들과 함께 중창을 하므로 사회성을 증진합니다.

준비물

· 노래파일– 헝가리무곡, 쇼스타코비치 왈츠2번, 라데츠키행진곡, 산타루치아 노래 및 반주
· 악보– 산타루치아
· 마이크, 종이컵

역할

진행자 역할

▶ 진행자는 중창곡을 미리 숙지하여 참여자들이 어려움 없이 따라 할 수 있도록 쉽게 설명합니다.
▶ 음악감상을 할 때 종이컵으로 박자 맞추기 시범을 보입니다.
▶ 노래부르기를 완벽하게 하는 것 보다 즐겁고 활기차게 활동에 참여할 수 있도록 진행합니다.
▶ 중창곡 이므로 모두 함께 하나의 목소리를 낼 수 있도록 합니다.
▶ 화음을 어려워 할 경우 진행자가 대신 하거나 과정을 생략해도 좋습니다.
▶ 다음 시간 동영상 촬영을 미리 알려주어 기억 할 수 있도록 합니다.

참여자 역할

역할1 **악보 준비하기**
▶ 진행자를 도와 악보를 나누어 주세요.

역할2 **시범보이기**
▶ 종이컵으로 박자치기를 할 때 시범을 보여주세요.
▶ 노래 부르기를 할 때 시범을 보여주세요.

역할3 **사진촬영하기**
▶ 종이컵으로 박자치기 하는 장면을 촬영해주세요.
▶ 파트별로 연습하는 장면을 촬영해 주세요.

역할4 **뒷정리하기**
▶ 사용했던 마이크와 악보, 종이컵을 정리해 주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

"오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?"

- 산타루치아 곡에 대한 이해도를 높여 흥미를 가질 수 있도록 합니다.
- 함께 노래를 하며 실수를 하더라도 잘한 부분을 강조하여 칭찬합니다.

- 종이컵 박자치기와, 노래 시범을 보일 수 있는 기회를 줍니다.

인지 능력

"오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?"

- 진행자와 다른 참여자들이 박수를 치면 노래만 부릅니다.
- 악보를 보고 노래를 부릅니다.
- 빠른 박자치기가 되지 않을 경우 느리게 박자치기를 합니다.

- 혼자서 박수를 치는 동시에 노래를 부릅니다.
- 본 음이 아닌 화음을 할 수 있도록 합니다.
- 악보를 보지 않고 노래를 부릅니다.

신체 능력

"오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?"

- 진행자가 함께 크게 목소리를 내어 노래를 부릅니다.
- 음악 감상 시 적절한 볼륨을 맞추어 잘 들릴 수 있도록 합니다.
- 발판, 팔걸이를 제공하여 앉은 자세를 지지할 수 있도록 합니다.

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지하도록 합니다.

주의사항

· 곡을 완성 해 가며 실수가 잦은 분들이 소외감을 느끼지 않도록 충분한 칭찬과 격려를 합니다.

· 마무리 단계에서는 흥분했던 상태를 가라앉힐 수 있게 합니다.

활동방법

활동 소개하기
시작을
알려주세요.

활동 알아가기
종이컵을 이용해
박자가 다른 곡을 표현해요.

함께 활동하기
중창곡의
화음을 배워요.

활동 마무리하기
차분하게
정리해 주세요.

❶ 활동 소개하기

준비물 시작음악– I SING YOU SING

· '리얼 그룹 I SING YOU SING'을 들으며 경쾌한 분위기를 만들어 음악 치료가 시작됨을 알립니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘은 박자가 다른 음악들을 감상할 것입니다. 그리고 이전 시간에 배운 '산타루치아' 곡의 화음을 넣어 연습을 해보겠습니다. 이것은 혼자 하는 것이 아니고 다 함께 해야 완성할 수 있습니다. 적극적이고 즐겁게 참여해 주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 헝가리무곡, 쇼스타코비치 왈츠2번, 라데츠키행진곡

〈음악 감상〉

· 종이컵을 이용해 책상을 치며 2/4, 3/4, 4/4 박자치기를 합니다. 2/4박자는 왼손 한번 오른손 한번, 3/4박자는 왼속 한번 오른손 두 번, 4/4 박자는 왼손 한번 오른손 한번 왼손 한번 오른손 한번 이렇게 종이컵으로 책상치기를 합니다.

· 진행자가 먼저 시범을 보인 뒤 지시에 따라 박자를 맞춥니다. 박자가 연습이 된 후, 헝라기무곡(2/4), 쇼스타코비치 왈츠2번(3/4), 라데츠키행진곡(4/4) 3개의 곡을 감상하며 종이컵으로 박자치기를 합니다.

> 박자가 다른 노래를 듣겠습니다. 종이컵으로 책상을 치며 박자를 맞춰주세요.

❸ 함께 활동하기

준비물 필기도구, 노래파일, 악보– 산타루치아

〈노래 부르기〉

· 휴대폰 앱이나 인터넷 사이트를 이용하여 발성연습을 하며 중창연습의 시작을 알립니다.

> 자세를 바르게 하고 발성연습을 해보겠습니다. '아아아아아' 시작

· 악보를 보며 '산타루치아'를 듣고 따라합니다. 가사를 외울 수 있다면 악보를 보지 않고 1명씩 돌아가며 불러봅니다.

> 지난 시간 가사를 외웠는데요, 다 외운 분은 자신 있게 시범을 보여 주세요.

· 노래 부르기에 자신이 있는 참여자 2~3명을 뽑아 화음 음정을 연습합니다. 만약에 하기가 어렵다면 치료사가 알토 화음을 하도록 합니다.

· 다 같이 산타루치아를 반주에 맞추어 불러봅니다.

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 했던 활동에 대해 이야기 하며 마무리 합니다.

> 음악감상 시간에는 무엇을 이용하여 박자치기를 했나요?
> 다음 시간에는 동영상 촬영을 할 것입니다. 모두 집에서 반드시 가사를 외워와 주세요.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

중창 연습 » 집으로 돌아가 가족과 함께 연습해보기 » 율동이나 악기와 함께 중창하기

7
회기

고향이 주제인 음악 감상 및 중창 동영상 촬영

시간 60분

활동목적

· 고향을 주제로한 곡을 듣고 이야기를 나누며 즐거운 회상의 기회를 제공합니다.
· 노래를 하며 즐거움을 느낄 수 있습니다.
· 동영상을 찍어 결과물을 만들고 본인의 역할이 중요하다는 것을 느껴 자존감을 높이고 성취감을 느낍니다.
· 참여자들과 함께 중창을 하므로 사회성을 증진시킵니다.

준비물

· 노래파일– 고향의봄, 향수, 눈물젖은 두만강, 즐거운 나의집 등 주제가 고향인 곡, 산타루치아 반주
· 악보– 산타루치아
· 마이크, 카메라, 삼각대 등

역할

진행자 역할

▶ 중창을 완벽하게 하는 것 보다 즐겁고 활기차게 촬영을 할 수 있도록 진행합니다.
▶ 실수가 있어도 여러 번 촬영을 시도 하며 긴장하지 않도록 충분한 칭찬과 격려를 합니다.
▶ 중창곡 이므로 모두 함께 하나의 목소리를 낼 수 있도록 합니다.

참여자 역할

역할1 **촬영 준비하기**
▶ 촬영장비를 준비하고 카메라 위치를 정해주세요.

역할2 **촬영 구도 정하기**
▶ 동영상 촬영을 할 때 참여자들의 위치와 구도를 정해주세요.

역할3 **중창 촬영 시 인사하기**
▶ 중창 시작과 전에 모두 함께 동시에 인사 할 수 있도록 큰소리로 '차렷, 경례' 해주세요.

역할4 **뒷정리하기**
▶ 사용했던 촬영 장비와 악보를 정리해주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?

- 중창 촬영 시 중간에 위치하게 하여 적극적으로 참여할 수 있도록 합니다.

- 큰소리를 내어 중창을 할 수 있도록 합니다.

인지 능력

오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?

- 집중 할 수 있도록 앞에서 진행자가 시작과 끝을 알려줍니다.
- 가사를 외우지 못한 경우 앞에 가사를 보여 줍니다.

- 가사를 보지 않고 중창을 합니다.

신체 능력

오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?

- 서 있기 불편하신 분들은 의자에 앉아서 중창을 할 수 있도록 합니다.
- 의자나 벽 옆에 기대어 선 자세에서 지지할 수 있도록 합니다.

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지하도록 합니다.

주의사항

· 곡을 완성 해 가며 실수가 잦은 분들이 소외감을 느끼지 않도록 충분한 칭찬과 격려를 합니다.

· 마무리 단계에서는 흥분했던 상태를 가라앉힐 수 있게 합니다.

활동방법

활동 소개하기
시작을
알려주세요.

활동 알아가기
같은 주제의 음악을
감상해요.

함께 활동하기
중창곡을
동영상 촬영해요.

활동 마무리하기
차분하게
정리해 주세요.

❶ 활동 소개하기

준비물 시작음악– I SING YOU SING

· 'I SING YOU SING'을 들으며 경쾌한 분위기를 만들어 음악 치료가 시작됨을 알립니다.

· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘은 고향을 주제로 한 여러 곡의 음악들을 감상할 것입니다. 그리고 '산타루치아' 중창 곡을 동영상으로 촬영하여 다음시간에 보도록 하겠습니다. 이것은 혼자 하는 것이 아니고 다 함께 해야 완성할 수 있습니다. 적극적이고 즐겁게 참여해 주세요.

❷ 활동 알아가기

준비물 고향의봄, 향수, 눈물젖은 두만강, 즐거운 나의집

〈음악 감상〉

· 고향이 주제인 곡들을 (고향의 봄, 향수, 눈물 젖은 두만강, 즐거운 나의 집) 차례대로 감상합니다. 감상하면서 한가지의 공통된 주제를 유추할 수 있도록 합니다.

> 지금부터 5개의 음악을 들려드릴 것입니다. 이 5개의 음악은 모두 1가지의 주제를 가지고 있습니다. 무엇인지 잘 생각하면서 들어보세요.

· 음악감상 후 '고향'과 관련된 추억에 대해 서로 이야기를 나눕니다.

> '고향'에 관련된 생각나는 노래가 있나요?

❸ 함께 활동하기

준비물 노래파일, 악보– 산타루치아, 카메라, 삼각대

〈노래 부르기〉

· 휴대폰 앱이나 인터넷 사이트를 이용하여 발성연습을 하며 중창연습의 시작을 알립니다.

> 자세를 바르게 하고 발성연습을 해보겠습니다. '아아아아아' 시작

· 동영상 촬영을 위해 반주와 지휘에 맞추어 연습합니다. 대상자들과 함께 율동을 만들어 보아도 좋습니다. 촬영 구도에 맞게 서서 촬영을 합니다. 잘못된 점을 보완 후 여러 번 시도하여 실수 없이 동영상을 촬영하고 최종 완성본을 만듭니다.

> 지금부터 중창하는 모습을 동영상으로 촬영 할 것입니다. 모두 긴장을 푸시고 여러번 시도할테니, 앞에 있는 저의 지휘에 맞춰 한 목소리로 힘차게 노래를 불러주세요.

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 했던 활동에 대해 이야기 하며 마무리 합니다.

> 그동안 긴 시간 연습 했던 중창 곡 동영상을 촬영 해 보았습니다.
> 동영상 촬영을 하고 함께 중창을 해보니 어땠나요?

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

중창 연습 » 집으로 돌아가 가족과 함께 연습해보기 » 율동이나 악기와 함께 중창하기

8
회기

소감 나누기

시간 60분

활동목적

· 지난 활동에 대해 공통된 기억을 회상하고 공유함으로써 유대감을 형성하고 참여자들 간의 상호작용을 증진 시킵니다.

· 지난 활동에 대해 긍정적인 회상을 하면서 앞으로 일상생활에서의 활동의지를 얻고 동기부여를 향상시킵니다.

준비물

· 노래파일(지난 시간), 악보, 마이크, 동영상 자료, 사진자료

역할

▶이야기 주제가 크게 벗어나지 않도록 합니다.
▶한사람이 너무 오랫동안 이야기 하거나, 이야기에 참여하지 못하는 사람이 없도록 합니다.

진행자 역할

참여자 역할

역할1 **자료 준비하기**
▶진행자를 도와 사진 자료와 음악 자료를 준비해 주세요.

역할2 **시범보이기**
▶기억에 남는 노래를 시범으로 불러주세요.

역할3 **사진 촬영하기**
▶지난시간에 대해 함께 이야기 하는 장면을 촬영 해 주세요.

역할4 **뒷정리하기**
▶함께 보았던 사진 자료를 각자에게 나눠주고 악보를 정리해주세요.

도움수준 조절하기

활동 의지

"오늘 얼마나 즐겁고 자신감 있게 참여할 수 있으신가요?"

- 사진 자료를 준비하여 흥미를 가질 수 있도록 합니다.
- 본인이 했던 역할을 기억하게 하여 자신감을 가질 수 있도록 합니다.

- 먼저 이야기 할 수 있도록 합니다.

인지 능력

"오늘 얼마나 활동순서를 잘 따라할 수 있으신가요?"

- 구체적으로 질문 하여 '예/아니오'로 대답 할 수 있게 합니다.
- 사진자료를 많이 보여주며 기억 할 수 있도록 합니다.

- 자신의 의견을 상세하게 이야기 하도록 합니다.

신체 능력

"오늘 몸 상태는 얼마나 좋으신가요?"

- 발판, 팔걸이를 제공하여 앉은 자세를 지지할 수 있도록 합니다.

- 스스로 균형을 맞추어 앉은 자세를 유지하도록 합니다.

주의사항

· 아쉬운 점 보다는 즐겁고 재밌었던 감정을 표현할 수 있도록 합니다.

활동방법

활동 소개하기
시작을
알려주세요.

활동 알아가기
지난 시간
활동 사진을 보아요.

함께 활동하기
촬영한 동영상을
보아요.

활동 마무리하기
차분하게
정리해 주세요.

❶ 활동 소개하기

준비물 시작음악– I SING YOU SING

· 'I SING YOU SING'을 들으며 경쾌한 분위기를 만들어 음악 치료가 시작됨을 알립니다.
· 오늘의 활동을 소개합니다.

> 오늘은 지난시간동안 배웠던 노래를 간략하게 불러보고 함께 불렀던 중창곡 동영상을 보도록 하겠습니다.

❷ 활동 알아가기

준비물 지난 시간 활동 사진

· 사진들을 보며 어떤 활동을 했는지 유추해 봅니다.

> 지난 시간 여러분들이 찍어주셨던 사진입니다. 어떤 활동을 하고 있었나요?

❸ 함께 활동하기

준비물 동영상파일, 지난시간 활동 음악파일

· 지난시간 동안 들었던 음악과 배웠던 노래를 모두 짧게 들어보고 불러봅니다.

> 이 음악을 기억하시나요?
> 가장 기억에 남는 음악이 무엇인가요?
> 기억이 나신다면 다시 함께 불러보겠습니다.

· 지난시간 촬영한 동영상을 함께 봅니다. 동영상을 보며 잘했던 부분과 아쉬운 부분을 함께 이야기 나눕니다.

> 모두 정말 잘해주셨습니다. 가장 잘 하신 분은 누구인가요?
> 중창과 동영상 촬영을 해보니 어떠셨나요?
> 가장 좋았던 점과 어려운 점은 무엇이었나요?
> 음악 활동이 즐거우셨나요? 소감 한마디씩 이야기 해볼까요.
> 한 분씩 돌아가며 말씀해 주셔도 되시고, 노래를 하셔도 됩니다.

❹ 활동 마무리하기

· 오늘 했던 활동에 대해 이야기 하며 마무리 합니다.

> 그동안 배운 노래가 마음에 드시나요? 그동안 모든 분들이 적극적으로 참여 해 주셔서 즐겁게 활동을 마무리 할 수 있었습니다. 감사합니다.

PLUS 활동 이어가기

오늘 활동을 적용하여 다양한 활동으로 이어갑니다.

소감 나누기 » 지난 시간 활동 사진으로 활동 표 만들기 » 프로그램에 대한 더 좋은 의견 내기

부록

Ⅰ. 참여자용

Ⅰ–1. 자가 점검표 193

Ⅰ–2. 현실인식훈련 활동지 194

Ⅱ. 진행자용

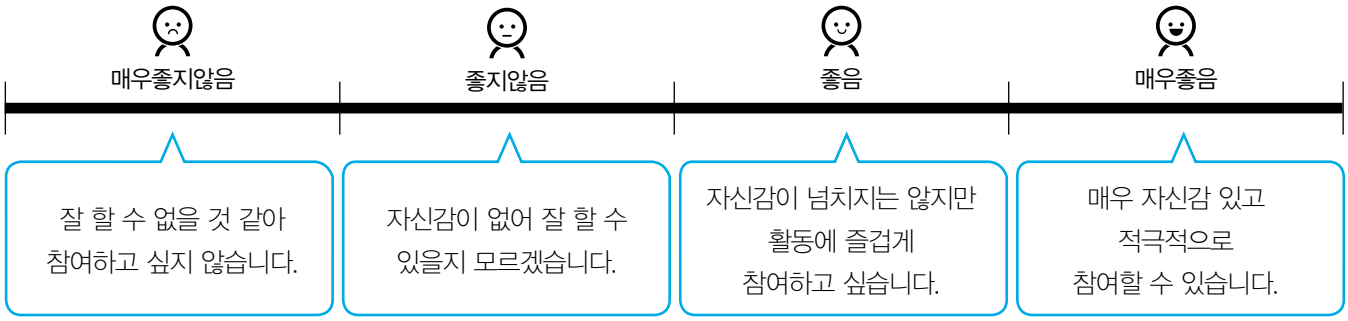
활동 관찰 기록 일지 218

자가 점검표

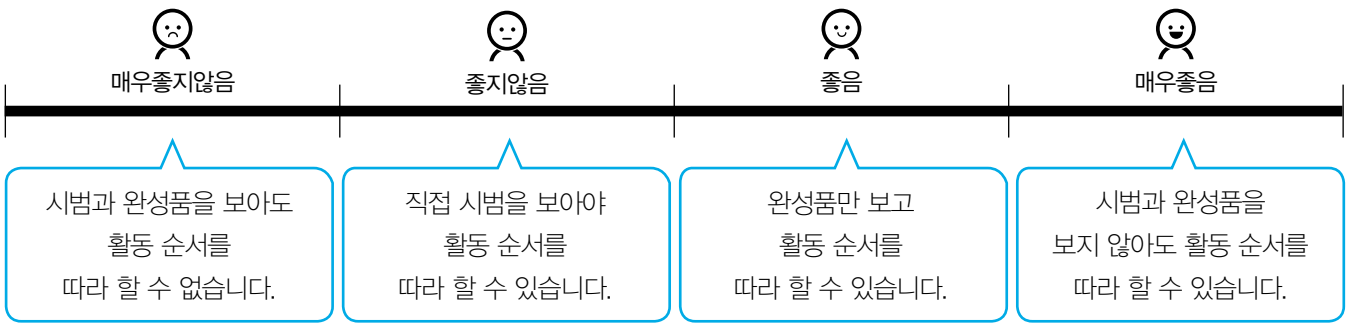
이름: _____

회기: _____

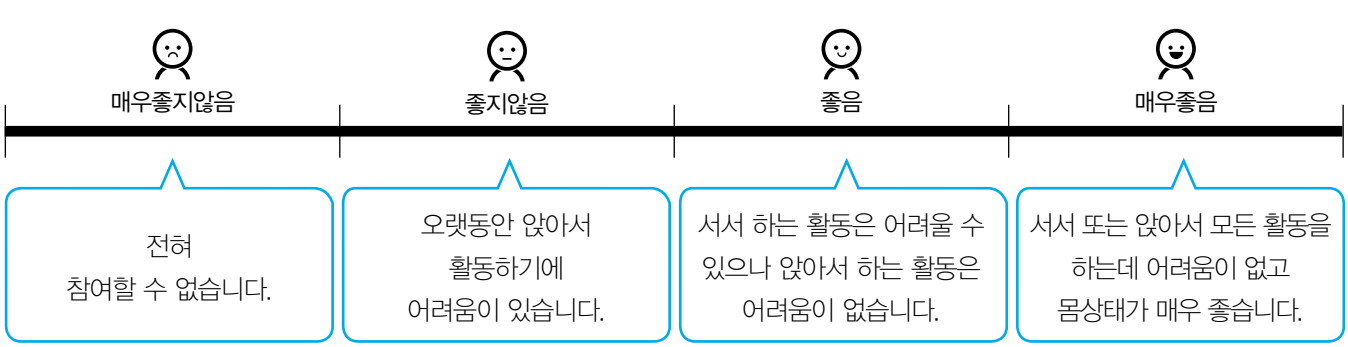
▶ 오늘 얼마나 즐겁고 자신감있게 참여할 수 있으신가요?



▶ 오늘 얼마나 활동 순서를 잘 따라할 수 있으신가요?



▶ 오늘 몸 상태가 얼마나 좋으신가요?



현실인식훈련 활동지

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 1

나를 소개합니다.

내용: 당신을 소개해주세요. 당신은 어떤 사람입니까?

▶ 아래 네모 박스 안의 밑줄에 내용을 적어주세요.

이름	내 이름은 _____이고, 이름의 뜻은_____ _____입니다. _____께서 내 이름을 지어 주었습니다.
나이	나는 _____살 이고_____띠 입니다.
가족	우리 가족은 _____ 총 _____명이 살고 있습니다.
성격의 장단점	내 성격은 장점은 _____ 단점은 _____입니다.
동물에 비유	나는 _____을(를) 닮았습니다(좋아합니다). 왜냐하면 _____ _____ 때문입니다. 예시) 나는 치타를 닮았습니다. 왜냐하면 행동이 빠르기 때문입니다.

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 2

나는 ○○에 살고 있습니다.

내용: 당신이 살고 있는 집에 대해 소개해주세요.

▶ 현재 거주하고 있는 곳이 어디입니까?
집 주소를 적어주세요.

도 시 구 동

▶ 이 곳에서 산지 얼마나 되었습니까?

▶ 사는 집의 구조를 설명해 주세요.

집의 좋은 점과 나쁜 점이 무엇입니까?

그림을 그리셔도 좋습니다.

제 이름은 _____ 입니다.

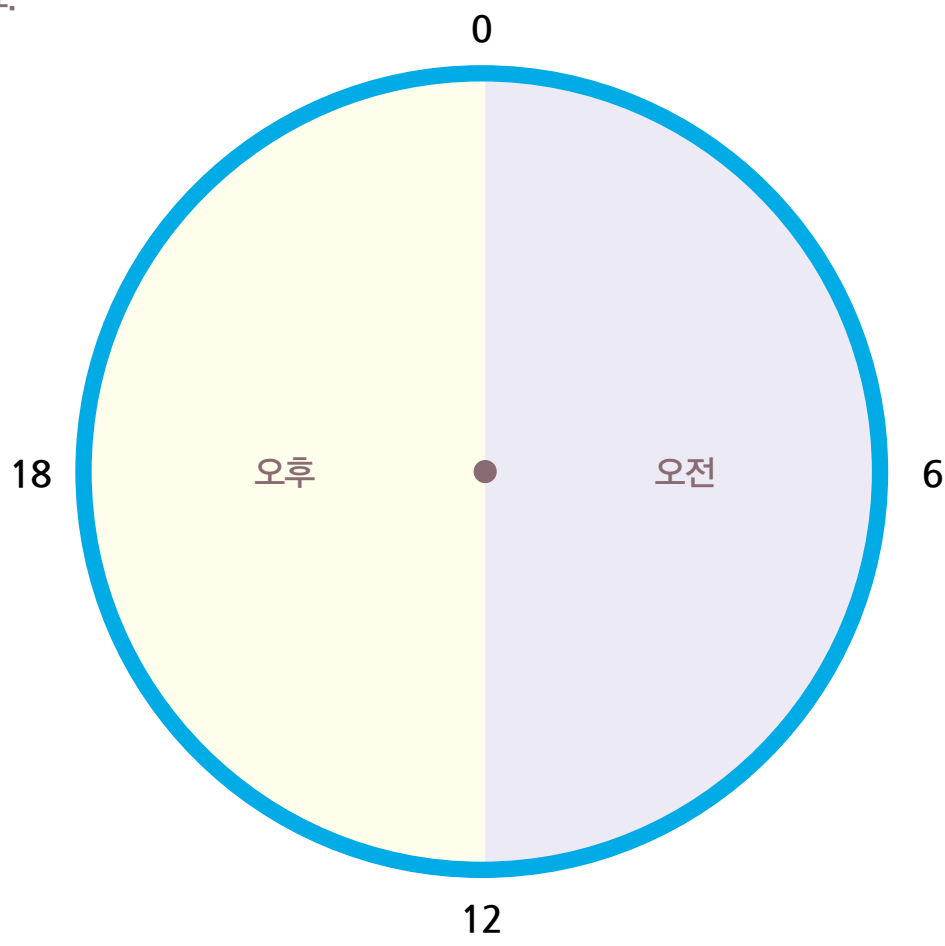
오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 3

나의 하루일과는 ○○입니다.

내용: 당신은 하루를 어떻게 보내세요? 매일 무엇을 하는지 하루일과를 말해주세요.

▶ 하루 일과를 그려주세요.



▶ 하루 중 나에게 가장 즐겁고 의미 있는 시간에 색연필로 칠해주세요.
그 이유는 무엇인가요?

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

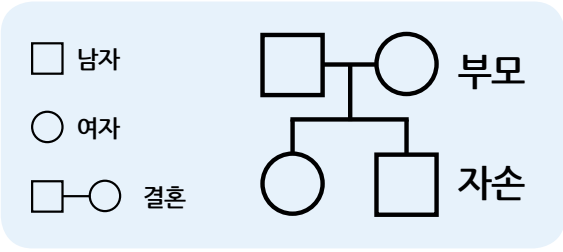
발표합시다 4

나의 가족을 소개합니다.

내용: 당신은 누구와 살고 있습니까? 배우자와 자녀에 대해 소개해주세요.

▶ 가족을 소개해주세요.

아래의 그림을 보고 가계도를 그려주세요.
남자는 ㅁ, 여자는 ㅇ입니다. 부부는 ㅁ—ㅇ 로 표시해주세요.



▶ 자녀의 이름을 적고, 아들/ 딸에 ○ 표시 해주세요.

첫째, _____(아들/ 딸)

둘째, _____(아들/ 딸)

셋째, _____(아들/ 딸)

넷째, _____(아들/ 딸)

다섯째, _____(아들/ 딸)

▶ 각각 성격과 사는 곳, 하는 일은 무엇인가요?

제 이름은 _____ 입니다.

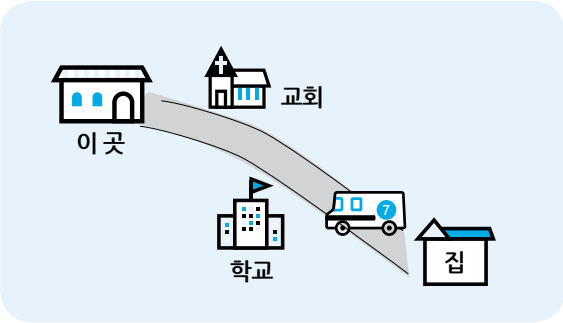
오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 5

우리는 ○○에 모였습니다.

내용: 오늘 이 장소에 많은 분들이 오셨습니다.
이 장소의 이름은 무엇인지, 어떻게 왔는지 이야기 해주세요.

▶ 이곳의 이름은 무엇입니까?
집에서 이곳까지 어떻게 오는지 아래와 같이 그림을 그리고 설명해주세요.



(예시) 나는 집에서 7번 버스를 타고 00학교건물을 지나고, 교회 건물을 지나 이 곳으로 옵니다.

▶ 이곳까지 오는 다른 방법은 무엇입니까?

▶ 이 곳 주변에 있는 건물을 표시해주세요.

□ 아파트 □ 부동산중개업소 □ 음식점 □ 마트 □ 교회 □ 학교 □ 핸드폰대리점

□ 패스트푸드점 □ 백화점 □ 편의점 □ 약국 □ 커피전문점 □ 기타_____

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 6

오늘의 뉴스는 ○○입니다.

내용: 오늘 라디오뉴스를 들려드리겠습니다. 듣고 관심이 있거나 기억에 남는 뉴스가 있다면 어떤 내용이었는지 구체적으로 써주세요.

▶ 기억에 남는 뉴스는 무엇입니까?
어떤 내용입니까? 다른 분들에게 설명해주세요.

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

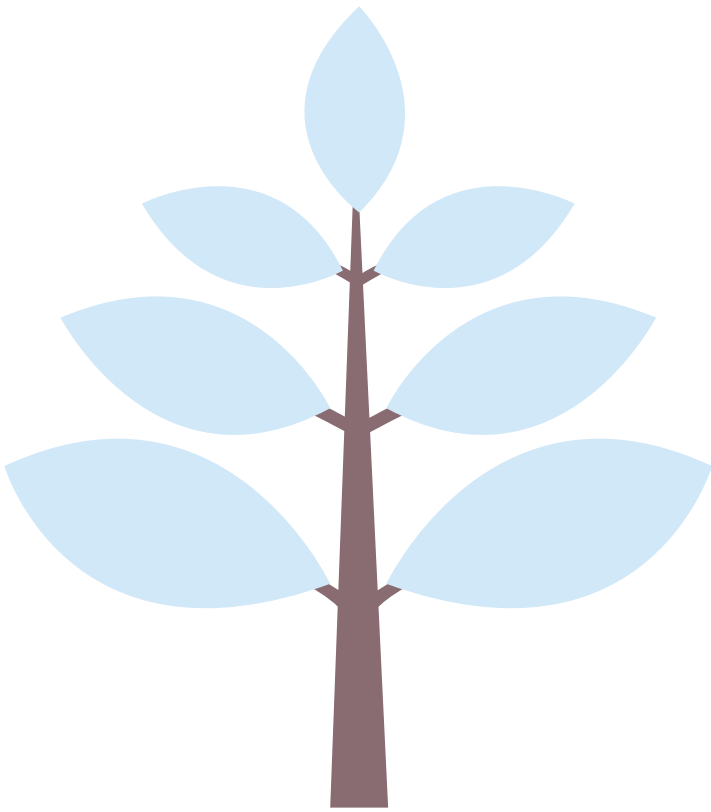
발표합시다 7

나는 ○○○을 좋아하고, △△△을 싫어합니다.

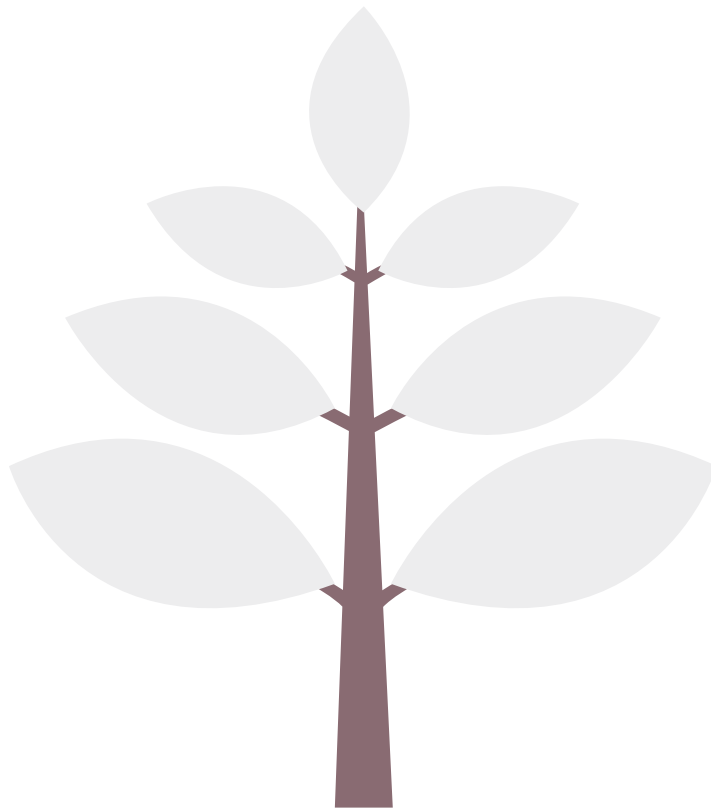
내용: 당신이 무엇을 좋아하고 싫어하는지 이야기 해주세요.

▶ 각각의 나무에 좋아하는 것과 싫어하는 것을 적고 이유를 말해주세요.
(음식, 계절, 취미생활, 어떤 성격의 사람, 동물, 색깔 등등)

좋아하는 것



싫어하는 것



제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 8

자주 가는 모임 장소는 ○○입니다.

내용: 지인과 모임이 있을 때 주로 어디에서 만나는지 적고 이유를 말해주세요.

▶ 친구들과 모임 하는 장소는 주로 어디입니까?
여러 군데 있다면 모두 위치와 이름을 말해주세요.

▶ 그 곳은 어떤 곳입니까?

▶ 다른 분들께 추천하는 곳과 그렇지 않는 곳을 말해 주시고 이유도 말해 주세요.

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 9

나는 ○○옷을 좋아합니다.

내용: 당신은 외출할 때 어떤 스타일의 옷을 입습니까? 좋아하는 옷 스타일을 생각해보세요. 오늘 같은 날씨에는 어떤 옷이 어울릴까요?

▶ 밖으로 나갈 때, 어떤 종류의 옷을 입고 나가세요?

_____

_____

_____

_____

▶ 오늘 입고 오신 옷을 그리고 색칠해주세요.

▶ 계절별로 봄, 여름, 가을, 겨울에 사람들이 주로 입는 옷차림을 설명해 주세요.

봄 : _____

여름: _____

가을: _____

겨울: _____

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 10

나는 당신을 알고 싶어요.

내용: 당신은 함께 프로그램에 참여하고있는 다른 참여자에 대해 많이 알고 있습니까? 인터뷰로 옆 사람에 대해 알아봅시다.

▶ 옆 사람을 인터뷰 해주세요. 그 후 다른 분들에게 소개합시다.
(아래에 옆 사람에 대해 인터뷰한 내용을 쓰세요.)

이름		나이	
성별		사는 곳	
생일			

· 가장 행복했던 순간은? (나를 웃게 만드는 것은?)

· 가장 힘들었던 순간은? (나를 울게 만드는 것은?)

· 좌우명: _____

· 그 외: _____

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 11

우리 집 근처엔 ○○이 있습니다.

내용: 당신이 살고 있는 동네를 소개해주세요.

▶ 집 근처에 있는 상점가, 백화점, 식료품점 등의 건물을 표시해 주세요.

· 건물이 집의 어느 쪽 방향에 있습니까?

· 가장 자주 가는 곳은 어디이고 간다면 무엇을 하십니까?

▶ 집주변에 유명한 곳이 있습니까? 그 곳은 사람들이 무엇을 하는 곳인가요?

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 12

오늘의 뉴스는 ○○입니다.

내용: 오늘 라디오뉴스를 들려드리겠습니다. 듣고 관심이 있거나 기억에 남는 뉴스가 있다면 어떤 내용이었는지 구체적으로 써주세요.

▶ 기억에 남는 뉴스는 무엇입니까?
어떤 내용입니까? 다른 분들에게 설명해주세요.

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 13

우리나라 대통령은 ○○입니다.

내용: 당신의 어린 시절부터 현재까지의 대통령을 생각해보세요.
어떤 대통령이 가장 기억에 남습니까?

▶ 아래에 역대 대한민국 대통령 이름이 적힌 11개의 네모상자가 있습니다.

김영삼	김대중	노태우	전두환	노무현
박정희	윤보선	이명박	박근혜	최규하	이승만

▶ 대통령에 관해 생각나는 단어나 업적을 이름 아래에 적어주세요.

▶ 기억에 남는 대통령의 카드에 “초록색”으로 색칠하고 이유를 말해주세요.

▶ 1대부터 지금까지의 대통령 순서를 나열해주세요.

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 14

우리나라, 대한민국 지리

내용: 대한민국은 8도로 이루어져 있고 특별시, 광역시로 나뉘어져 있습니다.
각 대표하는 도시가 어디인지 생각해보고 아래 질문에 대답해주세요.

▶ 한국의 수도는 어디입니까?

▶ 지도에 특별시, 광역시를 표시해주세요.

▶ 8도의 대표도시는 어디입니까?

▶ 한국에서 유명한 강 이름을 말씀해주세요.

· 모두 어느 지역에 있습니까?

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 15

봄 여름 가을 겨울

내용: 사계절마다 우리는 매번 다른 옷을 입고 다른 음식을 먹으며, 다른 활동을 합니다. 당신의 일상생활은 계절에 따라 어떻게 바뀌는지 생각해보고 발표해봅시다.

▶ 봄, 여름, 가을, 겨울에 무엇이 생각납니까?
모두 적어주세요. (놀이, 스포츠, 음식, 식물, 의복, 가전제품 등)

봄	여름	가을	겨울

▶ 현재 계절 또는 내가 가장 좋아하는 계절 한 가지를 골라 위에 적은 단어를 사용하여 이야기를 만들어주세요.

(예시) 봄 – 지원씨는 여의도에 **벚꽃**이 만개하여 가족들과 소풍을 가려한다. 점심으로 먹을 도시락으로는 **머위**와 **달래**를 재료로 한 **새싹**비빔밥을 준비하였다.

· 선택 계절:

· 이야기 내용:

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 16

내가 좋아하는 TV프로그램은 ○○입니다.

내용: 당신은 집에서 보통 무엇을 하십니까?
즐겨보는 TV 프로그램이 있는지 생각해보고 그 외에 취미생활은 무엇인지 말해주세요.

▶ 즐겨보시는 TV 프로그램을 체크해주세요. (중복체크 가능)

□ 드라마 □ 스포츠 □ 뉴스 □ 다큐멘터리 □ 예능 □ 가요 □ 종교 □ 영화

□ 기타_____

· 각 프로그램은 무슨 채널에서, 몇 시에 방송합니까?_____

· 프로그램이 무슨 내용인지 설명해주세요.

▶ 여가 시간에 무엇을 하는 것을 좋아하세요?

▶ 요즘 하고 있는 취미생활이 있습니까?

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 17

기억에 남은 해외여행

내용: 당신은 해외로 여행한 적이 있습니까?
여행을 했다면 국내와 다른 점은 무엇인지 생각해보고 질문에 답해주세요.

▶ 우리나라와 가까운 나라는 어디입니까?
그 나라의 특징을 설명해주세요.

▶ 해외로 여행 간 적이 있습니까? 언제 어디로 가셨나요? 소개해주세요.
(해외여행 경험이 없으시면 가보고 싶은 나라를 적어주세요)

나라이름	
방문한 도시	
함께 여행한 사람	
기억에 남는 음식, 유명한 음식	
그 나라의 좋았던 점	
또 가보고 싶은 나라	

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 18

오늘의 뉴스는 ○○입니다.

내용: 오늘 라디오뉴스를 들려드리겠습니다. 듣고 관심이 있거나 기억에 남는 뉴스가 있다면 어떤 내용이었는지 구체적으로 써주세요.

▶ 기억에 남는 뉴스는 무엇입니까?
어떤 내용입니까? 다른 분들에게 설명해주세요.

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 19

나의 주변사람 이름은 ○○입니다.

내용: 당신의 주변에 누가 있는지 생각해보세요.
가족, 친구, 옛 직장동료, 이웃사람 등등 아주 많이 있습니다.

▶ 당신의 담당의사, 작업치료사, 물리치료사 이름은 무엇인가요?

기억이 안 나신다면 친한 친구분들과 형제자매 이름을 말해 주세요.
그 사람의 생김새나 특징은 무엇입니까?

▶ 진행자와 그룹원의 이름을 적어주세요.

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 20

기억에 남는 국내 여행

내용: 당신은 국내여행을 다녀온 적이 있습니까? 그 곳이 어디였는지 생각해보세요.

▶ 경복궁, 인사동, 지리산, 설악산, 북한산, 63빌딩, 불국사, 정동진은 각각 어디에 있습니까? 아시는 대로 적어주세요.

경복궁		인사동	
지리산		설악산	
북한산		63빌딩	
불국사		정동진	

· 위 관광명소 중 가보신 곳이 있습니까? 언제 어떻게 가보셨는지 설명해주세요.

▶ 국내여행 가보신 곳을 생각나는 대로 모두 말씀해주세요.
그곳의 좋았던 점과 나빴던 점을 설명해주세요.

▶ 국내에 새로 가보고 싶은 곳이나 다시 여행하고 싶은 곳이 있는지 생각해보고 말씀해주세요.

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 21

올해의 공휴일은 ○○입니다.

내용: 1월부터 12월까지 법정공휴일이 11가지가 있습니다.
아래 질문에 대답해주세요.

▶ 아래 빈칸을 채워주세요.

명칭	날짜
신정	
	1월 1일(음력)
	3월 1일
어린이날	
	4월 8일(음력)
현충일	
	8월 15일
	8월 15일(음력)
개천절	
	10월 9일
성탄절	

▶ 각 공휴일의 의미는 무엇입니까?

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 22

우리나라 국가대표 선수는 ○○○입니다.

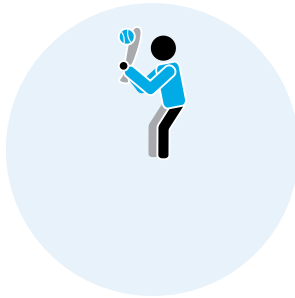
내용: 2002월드컵, 88올림픽을 기억하세요? 그 때에 기억에 남는 선수가 있습니까?

▶ 각 스포츠 분야에 알고 있는 선수가 있습니까? 그림 아래 이름을 써주세요.
이름이 생각나지 않는다면 생김새를 설명해주세요.

축구

수영

야구



피겨스케이팅

· 그 선수를 언제/ 어디서/ 어떻게 알게 되었습니까?

· 그 외 알고 있는 운동선수 이름을 써주세요.

▶ 요즘 스포츠 선수 중에 유명한 사람이 누구입니까?
그 이유는 무엇입니까?

제 이름은 _____ 입니다.

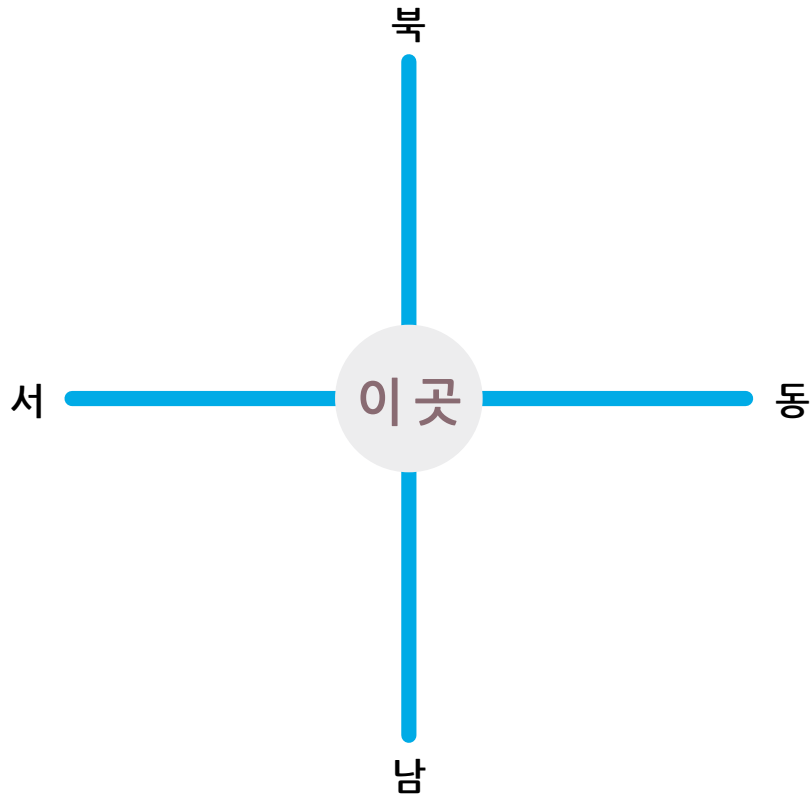
오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 23

그 도시는 여기에서 ○○방향에 있습니다.

내용: 이 곳은 어디인가요?
이 곳의 위치를 생각한 다음 동서남북쪽에 무슨 도시가 있는지 말씀해주세요.

▶ 이 곳에서 동서남북쪽에 있는 도시이름을 말씀해주세요.



· 그 중 가장 가까운 도시와 가장 먼 도시는 어디 입니까?

· 그 도시의 유명한 장소나 특산품이 있습니까?

제 이름은 _____ 입니다.

오늘은 _____년 _____월 _____ 일입니다.

발표합시다 24

오늘의 뉴스는 ○○입니다.

내용: 오늘 라디오뉴스를 들려드리겠습니다. 듣고 관심이 있거나 기억에 남는 뉴스가 있다면 어떤 내용이었는지 구체적으로 써주세요.

▶ 기억에 남는 뉴스는 무엇입니까?
어떤 내용입니까? 다른 분들에게 설명해주세요.

활동 관찰 기록 일지

활동 관찰 기록 일지								
회기		일시		참여자인원		시간	3시간	

	1교시		2교시		3교시		4교시	
활동명								
이름	참여도	특이사항	참여도	특이사항	참여도	특이사항	참여도	특이사항

* 참여도는 상,중,하로 표시해주세요.

담당 진행자 _____

머리가 반짝 맑아지고 마음이 활짝 밝아지는 **뇌운동 지침서**

반짝활짝 뇌운동

비매품
93510
9 791186 007211
ISBN 979-11-86007-21-1