

특수학급을 위한 독후활동 워크북

「세상에 필요한 건 너의 모습 그대로」 마음 조절 프로그램

정가희, 최미진 지음



조안나 게인즈 글 | 줄리아나 스와니 그림 | 김선희 옮김

[마음 조절 프로그램]은 현직에 계신 특수학급 선생님들이
아이들의 필요에 꼭 맞게 직접 만든 독후활동 프로그램입니다.

특수학급을 위한 독후활동 워크북

「세상에 필요한 건 너의 모습 그대로」 마음 조절 프로그램

정가희, 최미진 지음



조안나 게인즈 글 | 줄리아나 스와니 그림 | 김선희 옮김

※본 교재의 무료 PDF 파일은 템북 홈페이지 자료실에 있습니다. www.tembook.kr



모래주머니 매달기

여러가지 모양의 바구니들

3m90cm

노랑 + 하양

풍선 줄무늬 풍선

2m60cm

조개무늬 바구니

60cm

파랑 + 초록

반쪽 줄무늬 풍선

노랑 + 하양

파랑 + 초록

풍선무늬 그려넣기

반쪽 줄무늬 풍선

전체 줄무늬 풍선

바구니 바닥짜기

연결그물

수직안정판

도르

연두색 바탕의 풍선

곤돌라

진분홍 + 주

초록 무늬 디자인

열풍선과 바구니 연결선

2m60cm

60cm

가느다란 줄무늬 풍선

3m90cm

조개무늬 바구니

170cm

여러가지 모양의 바구니들

모래주머니 매달기

뿔개천

뿔개아래부분

마음 조절 프로그램 소개



아이들이 갑작스럽게 화를 내고, 분노를 표출할 때 교사들은 당황합니다. 어떤 때는 계획했던 수업을 멈춰야 할 정도로 심각한 정서, 행동적 어려움을 보이는 경우도 있습니다. 아이들은 아직 자신의 화와 분노를 조절하기 어려운 상태입니다. 이럴 때 가장 중요한 것은 스스로에 대해 알아보고, 화를 조절하는 자기만의 방법으로 찾아가는 것입니다. 그렇지만, 현장에서 교과와 연계하여 아이들의 마음 조절을 진행하기는 어려운 일입니다. 따라서 아이들의 정서, 행동적 어려움이 발생했을 때 긴급하게 활용할 수 있는 프로그램을 제공하고자 합니다.

마음 조절 프로그램에 활용하게 될 『세상에 필요한 건 너의 모습 그대로』는 개개인의 특성을 존중하고 각자의 존재가 소중하다는 것을 깨닫게 해주는 그림책입니다. 정서, 행동적 어려움이 있는 학생들은 스스로의 가치를 평가절하하거나 주변에 자신을 도울 자원들을 생각하지 못하는 경우가 많습니다. 따라서 이 그림책을 활용한다면 스스로에 대해 깊이 알아보고, 자신의 분노를 받아들이고, 적절한 방법으로 화를 표출하도록 도울 수 있습니다. 그리고 자신의 감정뿐 아니라 다른 사람의 감정도 존중함으로서 함께 살아가는 방법을 배워나갈 수 있도록 지원하려고 노력했습니다. 이 프로그램이 갑작스러운 정서, 행동적 어려움을 겪는 학생들에게 긴급하게 지원하는 마음 조절 자원으로 활용될 수 있기를 기대합니다.

특수교사 정가희, 최미진 드림

정가희 12년 동안 특수학급, 특수교육지원센터, 학습종합클리닉센터와 같은 다양한 곳에서 학생들을 만났다. 좋은교사운동 배움찬찬이연구회에 소속되어 배움이 어려운 학생들을 지원하고 있으며, 한국교원대학교 특수교육 박사과정 중이다.

최미진 2016년부터 인천에서 특수교사로 교직생활을 시작하였다. 정서행동장애 학생 교육에 관심이 많아 연구와 실천을 함께 하며, 이화여자대학교 특수교육학과 정서행동장애 전공으로 박사과정 중이다.

프로그램 목차

순	주 제	내 용
1	출발! 그림책 속으로	[마음 열기] 책의 내용을 읽어보기 ... 7
2	내 기분은 무슨 색?	[감정 파악] 내가 느끼는 기분을 알고 다루기 ... 11
3	날아라! 풍선아!	[분노표현] 풍선을 불며, 내 안의 분노해소하기 ... 15
4	화가 날 땐, 이렇게~	[분노조절] 화가 날 때, 적절한 행동해보기 ... 17
5	모두모두 달라	[자존감 회복] 나만의 개성을 찾아 자존감 회복하기 ... 21
6	여행을 떠나자	[타인 존중] 다른 사람도 소중하다는 것을 인식하기 ... 25
7	도착!	[마무리] 실천계획 세우기 ... 29

※ 본 프로그램은 이야기 출발에서 도착까지 7단계로 이뤄져 있으나, 학생의 상황에 따라 프로그램의 순서 및 내용을 재조정하여 활용할 수 있습니다.



출발! 그림책 속으로

수업의 개관

학습 목표	책을 읽고, 책의 내용을 파악할 수 있다.
차시 배정	1차시
교수학습 자료	『세상에 필요한 건 너의 모습 그대로』 책

프로그램의 특징

차시의 특징	선생님이 읽어주는 책 내용을 듣고, 책의 내용을 파악한다. 학생에게 책을 소개하고, 책의 내용을 함께 읽어보면서 책의 중요한 가치를 파악해보는 시간이다.
지도상 유의점	책의 주요 가치로 '자기 존중'을 알아갈 수 있게 설명하는 것이 중요하다. 또한 자기조절능력 향상을 위해 읽기 전에 학습계약을 맺고, 바른 자세를 유지하도록 약속하는 것이 필요하다. 약속을 지킨 뒤에는 적절한 강화를 제공해주도록 한다.

수업의 흐름

도입	전개			정리
동기유발	활동 1	활동 2	활동 3	정리하기
책 표지 살펴보기	멋진 자세 만들기	궁금해, 궁금해!	내용이 어땠어?	제일 좋아!

교수-학습 지도안

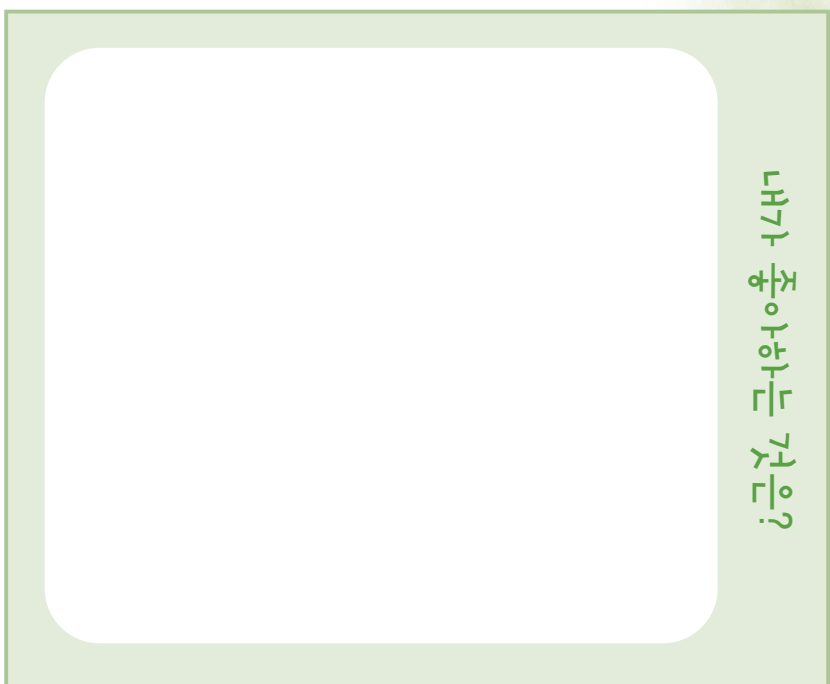
학습단계	학습과정	교수학습활동	시간 (분)	▲자료 ★유의점
도입	동기유발	【책 표지 살펴보기】 - 책표지만 보여주고, 내가 좋아하는 부분 찾아보기 - 책 내용에 대해 예측해보기	3분	▲ 책
	학습목표 확인	책을 읽고, 책의 내용을 알아봅시다.		
전개	활동 1	【멋진 자세 만들기】 - 내가 생각하는 가장 멋진 자세 만들어보기 - 멋진 자세를 책을 읽는 동안 유지하면, 좋아하는 보상 받기 - [붙임 1]의 멋진 자세 만들기에 보상내용 적거나, 그림 붙여주기 	5분	▲ [붙임 1]의 멋진 자세 만들기
	활동 2	【궁금해, 궁금해!】 - 선생님이 읽어주는 책 내용을 바른 자세로 앉아서 듣기 - 바른 자세로 앉아서 잘 듣고 나면 선생님께 보상받기	20분	▲ 책, 아동용 보상 (간식, 스티커)
	활동 3	【내용이 어땠어?】 - 오늘 배운 내용에 대해 [붙임 2] 이야기정리표를 활용 하여 정리해보기 - 학생이 어려워한다면 [붙임 3] 이야기정리표(2)를 활용 하여 골라보기	10분	▲ [붙임 2]의 이야기 정리표
정리	실천다짐 평가	【제일 좋아!】 - 학생과 가장 좋았던 문장, 가장 좋았던 장면을 골라보기 - 제일 좋은 말을 다시 한 번 말해보기	2분	

붙임 1 — 멋진 자세 만들기

멋진 자세로 공부해요!



내가 좋아하는 것은?



불임 2 이야기 정리표

▶ 알맞은 답을 써 보세요.

누가?	언제?	어디서?
-----	-----	------

↓

무슨 일이 생겼나요?

↓

해결하기 위해 어떤 것을 시도하였나요?

↓

시도해서 어떤 결과가 나왔나요?

불임 3 이야기 정리표(선택형)

▶ 알맞은 답에 ○해 보세요.

누가? 아이들 () 어른들 ()	언제? 아침 () 밤 ()	어디서? 아파트 앞 () 들판 ()
--------------------------------------	-----------------------------------	--

↓

무슨 일이 생겼나요? - 열기구를 만들어야 해요. () - 열기구를 사야 해요. ()
--

↓

해결하기 위해 어떤 것을 시도하였나요? - 각자가 원하는 방법으로 열기구를 꾸몄어요. () - 모두가 같은 방법으로 열기구를 꾸몄어요. ()

↓

시도해서 어떤 결과가 나왔나요? - 다양하고 열기구들이 모여 아름답게 떠올랐어요. () - 똑같은 열기구들이 하늘 위로 떠올랐어요. ()



내 기분은 무슨 색?

수업의 개관

학습 목표	내가 느끼는 다양한 감정을 알고 표현할 수 있다.
차시 배정	2차시
교수학습 자료	『세상에 필요한 건 너의 모습 그대로』 책, 색칠 도구

프로그램의 특징

차시의 특징	본 차시는 자신이 가진 감정을 이해하는 것에 중점을 둔다. 자신이 느끼는 감정과 상황을 알고 자신만의 색깔로 그 감정을 표현할 수 있도록 한다.
지도상 유의점	기본적인 감정 혹은 복잡한 감정을 학생의 수준에 적절하게 선택하여 지도하며, 학생이 어려워하는 '감정'이란 용어 대신에 '기분'이라는 용어를 사용해서 지도할 수 있다. 또한 학생에게 긍정적 감정과 부정적 감정이 모두 중요하다는 것을 알도록 한다.

수업의 흐름

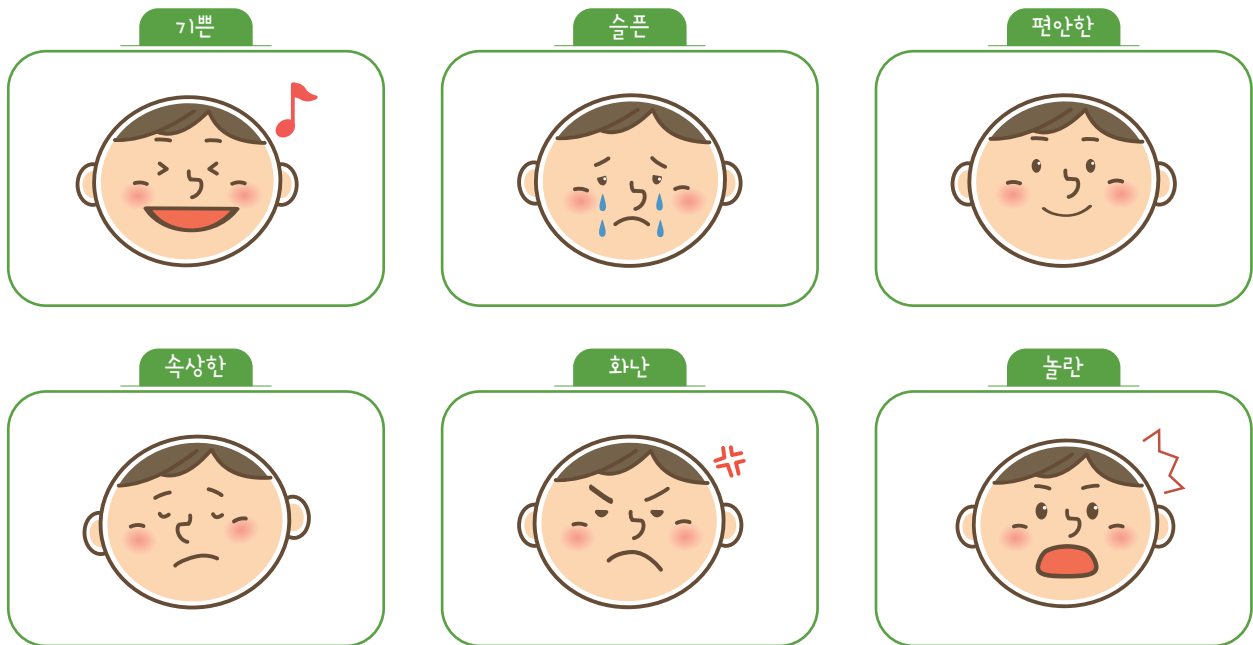
도입	전개			정리
동기유발	활동 1	활동 2	활동 3	정리하기
책 보며 이야기 나누기	어떤 기분이 있을까?	나는 이런 기분이야!	내 기분은 무슨 색?	기분은 내 친구

교수-학습 지도안

학습단계	학습과정	교수학습활동	시간 (분)	▲자료 ★유의점
도입	동기유발	【 그림책 4~5쪽을 보며 이야기 나누기 】 - 책의 그림 속 아이들이 어떤 색깔을 가지고 있는지 함께 이야기나누기 - 책에 나오지 않은 다양한 색 말하기	5분	▲ 책
	학습목표 확인	내 기분에는 어떤 것들이 있는지 알 수 있다.		
전개	활동 1	【 어떤 기분이 있을까? 】 - 다양한 종류의 기분에 대하여 이야기하기	10분	▲ [붙임 1] 다양한 기분 알기 ★ 학생들이 먼저 다양한 기분을 말할 수 있도록 한 후 붙임 활동지의 예시 제시하기
	활동 2	【 나는 이런 기분이야!! 】 - 생활 속 다양한 상황에서 느낄 수 있는 기분 알아보기 - 활동지에 “나는 _____할 때 _____한 기분이야.” 채워넣기	10분	▲ [붙임 2] 상황 알아보기
	활동 3	【 내 기분은 무슨 색? 】 - 풍선 안에 기분 써넣기 - 각 기분에 적절한 색으로 풍선 색칠하기 - 각 기분에 해당 색을 칠한 이유 발표하기	10분	▲ [붙임 3] 풍선 활동지, 채색도구 ★ 단순히 색칠만 하기 보다는 왜 그런 색으로 색칠했는지 말하도록 유도하기
정리	실천다짐 평가	【 기분은 내 친구! 】 - 내 안에 있는 기분은 모두 소중하며, 긍정적인 기분은 오래 가지고 있고 부정적인 기분은 좋은 방법으로 보내줘야 함을 안내 - 다음시간에는 ‘화가 나는 기분’을 바르게 보내주는 활동을 하겠다고 제시하기	5분	

붙임 1 — 다양한 기분 알기

▶ 다양한 기분에 대하여 알아보시다.



붙임 2 — 상황 알아보기

▶ 기분에 알맞은 상황에 대하여 써 봅시다.

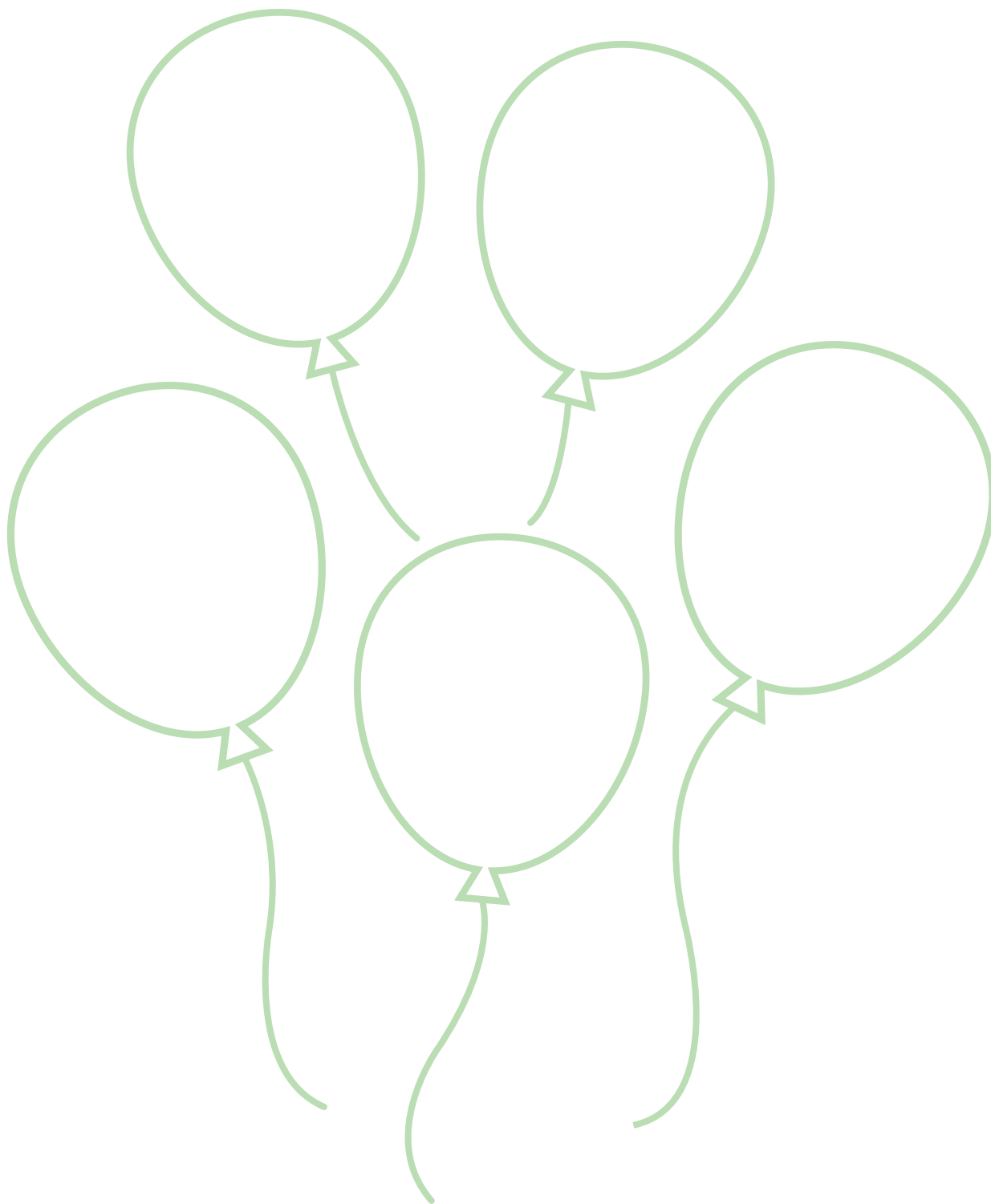
나는 _____ 할 때
_____ 기분입니다.

나는 _____ 할 때
_____ 기분입니다.

나는 _____ 할 때
_____ 기분입니다.

붙임 3 — 풍선 활동지

▶ 풍선 안에 감정을 쓰고, 색칠해보세요.



3

분노 표현



날아라! 풍선아!

수업의 개관

학습 목표	언제 화가 나는지 알고, 활동을 통해 화를 표출할 수 있다.
차시 배정	3차시
교수학습 자료	『세상에 필요한 건 너의 모습 그대로』 책, 풍선, 종이

프로그램의 특징

차시의 특징	본 차시는 분노를 표출하는 것이 중점을 둔다. 자신이 언제 분노를 느끼는지 알고 이를 말로 표현해보도록 한다. 또한 자신이 느끼는 분노를 다양한 활동을 통해 해소해 볼 수 있는 경험을 갖는 기회를 제공한다.
지도상 유의점	학생들이 자신이 느끼는 분노를 이해하도록 하는 것이 중요하다. 지나치게 놀이 중심으로 가지 않도록 유의하고 활동을 통한 분노 표출을 통해 스트레스를 해소할 수 있도록 도움을 제공하는 것이 필요하다.

수업의 흐름

도입	전개			정리
동기유발	활동 1	활동 2	활동 3	정리하기
책 보며 이야기 나누기	화가 나요!	날아라! 풍선아!	나는 소중한!	내 기분은?

교수-학습 지도안

학습단계	학습과정	교수학습활동	시간 (분)	▲자료 ★유의점
도입	동기유발	【그림책 26~27쪽을 보며 이야기 나누기】 - 어떤 열기구들이 날아가고 있는지 이야기 나누기 - 지난시간 활동 자료를 보며 ‘화가 나는 기분’은 무슨 색이었는지 확인하기	5분	▲ 책 ▲ 지난 시간 활동 자료
	학습목표 확인	언제 화가 나는지 알고, 화를 표출할 수 있다.		
전개	활동 1	【화가 나요!】 - 언제 화가 나는지 이야기해보기 - 무엇이 나를 화나게 하는지 이야기해보기	10분	★ 학생들이 화가 나는 상황을 충분히 표현할 수 있도록 촉진한다.
	활동 2	【날아라! 풍선아!】 - 특정 상황을 제시하고 이 상황에서 내가 화나는 만큼 풍선을 붙여보기 - 풍선이 커지면 손을 놓아 날려보기	10분	▲ 풍선
	활동 3	【나는 소중한!】 - 내가 화나는 상황을 종이에 적어보기 - 종이를 찢어서 날려보기 - 종이를 날리면서 ‘나는 소중한!’라고 외치기	10분	▲ 종이
정리	실천다짐 평가	【내 기분은?】 - 풍선을 날리고 종이를 찢으면서 분노를 날려버린 후, 나의 지금 기분은 어떠한지 이야기하기	5분	

4

분노 조절



화가 날 땐, 이렇게~!

수업의 개관

학습 목표	화가 날 때, 다양한 조절 기술을 사용할 수 있다.
차시 배정	4차시
교수학습 자료	붙임 자료

프로그램의 특징

차시의 특징	분노조절을 통해 자기 관리 능력을 습득하도록 중점을 둔다. 화가 났을 때 적절하게 표현하는 방법의 중요성과, 그 방법들을 학습함으로써 실생활에서 분노조절 기술을 실천할 수 있는 능력을 기르는 차시이다.
지도상 유의점	화가 났을 때 잠시 멈추는 것을 강조하며, 화를 적절하게 표현할 다양한 기술이 있다는 것을 학습하도록 하는 것이 중요하다. 또한 화를 적절하게 표현하는 방법을 다양한 상황에서 할 수 있도록 연습함으로써 실제 상황에서 그 기술을 사용할 수 있도록 하는 것이 필요하다.

수업의 흐름

도입	전개			정리
동기유발	활동1	활동2	활동3	정리하기
지난 시간 수업 사진 살펴보기	왜 화를 조절해야 할까?	이렇게 해봐요	함께 해보자!	이제부터는!

교수-학습 지도안

학습단계	학습과정	교수학습활동	시간 (분)	▲자료 ★유의점
도입	동기유발	【 지난 시간의 수업 사진 보기 】 - 지난 시간에 분노의 크기만큼 붙어 날렸던 수업 사진 보기 - 지난 시간에 종이에 분노를 적어 찢어 날렸던 수업 사진 보기 - 각자 분노가 발생하는 상황이 무엇이었는지 확인하기	5분	▲ 지난 시간 수업 사진
	학습목표 확인	화가 날 때, 화를 조절하는 방법을 알아봅시다.		
전개	활동 1	【 왜 화를 조절해야 할까? 】 - 화가 날 때 하는 행동 말해보기 예) 친구를 때린다, 소리를 지른다, 운다, 선생님께 이른다. - 공격적인 행동의 결과 말해보기 - “화가 날 때 마음대로 행동하면 다른 사람이나 내가 다칠 수 있기 때문에 올바른 방법으로 화를 표현하는 방법을 배워야 한다.”는 것을 정리하여 설명하기	5분	★ 화가 나는 것은 자연스러운 감정이지만 이를 공격적으로 표출하는 것은 잘못된 방법임을 설명한다.
	활동 2	【 이렇게 해봐요. 】 - 화 조절 방법 살펴보기(나에게 '멈춰'라고 작게 말하기, 깊게 숨쉬기, 화난 감정을 그림으로 표현하기, 화난 감정을 글로 써 보기, 10까지 세어보기, 인형을 꼭 끌어안기, 음악 듣기 등) - 각각의 화 조절 방법 연습해보기 - 나만의 화 조절 카드 만들고 발표하기(선택사항)	10분	▲ [붙임 1]의 화 조절 방법
	활동 3	【 함께 해보자! 】 - 화가 나는 다양한 상황 포스트잇에 적어 칠판에 붙이기 - 화가 나는 한 가지 상황을 골라 친구와 역할극 해보기 (친구가 실수로 밀어 넘어진 상황, 친구가 놀리는 상황, 친구들이 보드게임에 나를 끼워주지 않는 상황 등)	10분	▲ 포스트잇
정리	실천다짐 평가	【 이제부터는! 】 - 내가 앞으로 사용할 화 조절 카드를 활동지에 붙여 실천계획 세우기	10분	▲ [붙임 2] 실천계획 활동지로 다짐해보기

붙임 1 화 조절 방법

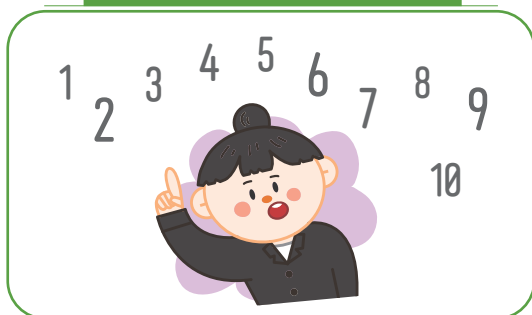
마음속으로 '멈춰' 말하기



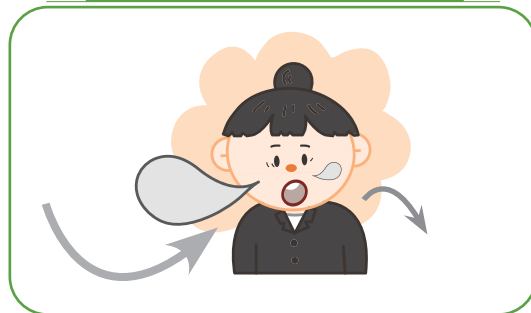
화난 감정을 그림으로 표현하기



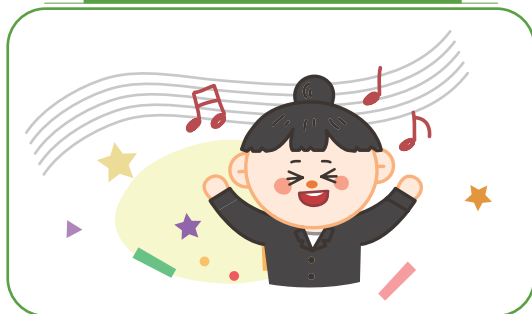
10 까지 세어보기



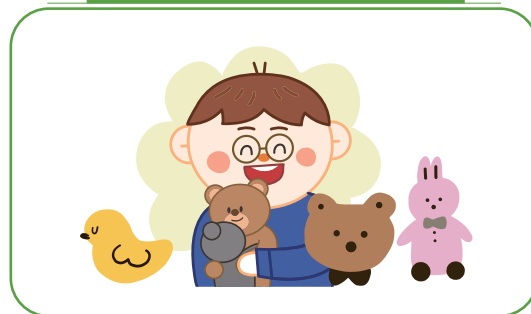
깊게 숨쉬기



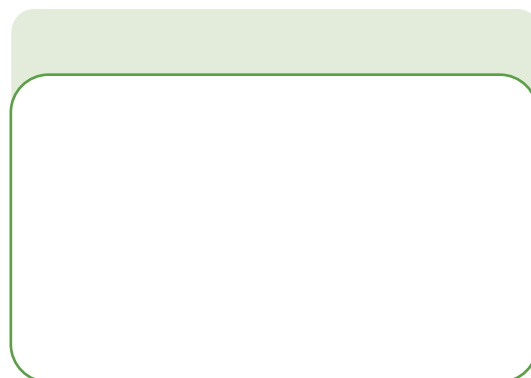
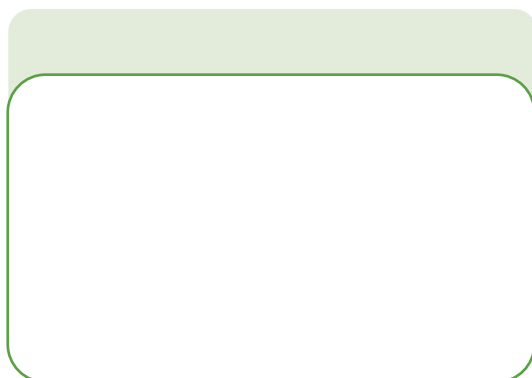
음악 듣기



인형을 꼭 끌어안기



▶ 나만의 화 조절 카드(선택)



붙임 2 실천 계획 활동지

▶ 실천 계획 활동지(나의 화 조절 카드는 붙임 1의 화 조절 카드에서 1개를 선택하여 붙여도 좋습니다.)

나의 화 조절 카드 ①



나의 화 조절 카드 ②



나는 화가 나면 _____ 하겠습니다.



나는 화가 나면 _____ 하겠습니다.

▶ 한 주간 나의 모습을 되돌아봅시다.

나는 화가 나면 _____ 하겠습니다.

월

화

수

목

금

나는 화가 나면 _____ 하겠습니다.

월

화

수

목

금



모두 모두 달라

수업의 개관

학습 목표	내가 가진 특징에 대해서 찾을 수 있다.
차시 배정	5차시
교수학습 자료	『세상에 필요한 건 너의 모습 그대로』 책, 열기구 만들 도구 (도안, 풀, 가위, 끈)

프로그램의 특징

차시의 특징	본 차시는 나 자신을 더 잘 이해하고, 내가 가진 장점들을 발견하는 것에 중점을 둔다. 자신의 긍정적인 측면과 강점을 찾음으로써 자신을 더 존중하고 자신감을 갖도록 도와주는 차시이다.
지도상 유의점	학생들이 자신의 특징을 말할 때 외적인 것에만 치중하지 않도록 주의한다. 자신의 장점을 발견할 수 있도록 교사가 발문을 유도하고 그것에 대한 긍정적인 피드백을 제공한다.

수업의 흐름

도입	전개			정리
동기유발	활동1	활동2	활동3	정리하기
책 보며 이야기 나누기	나는 누구일까요?	나의 소원은?	열기구를 날려보자	나는 소중해!

교수-학습 지도안

학습단계	학습과정	교수학습활동	시간 (분)	▲자료 ★유의점
도입	동기유발	【그림책 24~31쪽을 다시 읽기】 - 그림책 24~31쪽을 다시 읽으며 모두 다르고 소중한 사람임을 상기하기	5분	▲ 책
	학습목표 확인	내가 가진 특징에 대해서 찾을 수 있다.		
전개	활동 1	【나는 누구일까요?】 - 내 이름, 학년, 반, 성별 말해보기 - 내 외적인 특징 말해보기 - 내가 잘하는 것, 좋아하는 것 이야기해보기 - 내가 어려워하는 것과 그것을 극복할 수 있는 방법 말해보기	10분	▲ [붙임 1] 나 소개하기 ★ 학생들이 자신의 외 적인 특징만을 말하 지 않도록 유의하고, 스스로 강점을 찾을 수 있도록 유도한다.
	활동 2	【나의 소원은?】 - 내 소원 말해보기 - 내 자신에게 바라는 것과, 친구, 교사, 형제, 부모님께 바라는 것 말해보기	5분	
	활동 3	【열기구를 날려보자】 - 5면으로 되어있는 열기구([붙임 1])도안에, 각 면에 자신의 특징(강점, 좋아하는 것 등) 쓰기 - 열기구를 만들어 완성하기	15분	▲ [붙임 2] 열기구 도안 ★ 학생들이 각자의 개 성에 따라 열기구를 만들 수 있도록 최대 한 허용하기
정리	실천다짐 평가	【나는 소중한】 - 모두 다른 특징을 가졌지만, 우리모두는 소중하다는 것을 말하며 정리하기	5분	

붙임 ① — 나 소개하기 —

▶ 빈 칸에 알맞은 말을 써 봅시다.

내 이름은 _____ 입니다.

나는 _____ 학년입니다.

내가 좋아하는 것은

_____ 입니다.

내가 어려워하는 것은

_____ 입니다.

나

내가 잘 하는 것은

_____ 입니다.

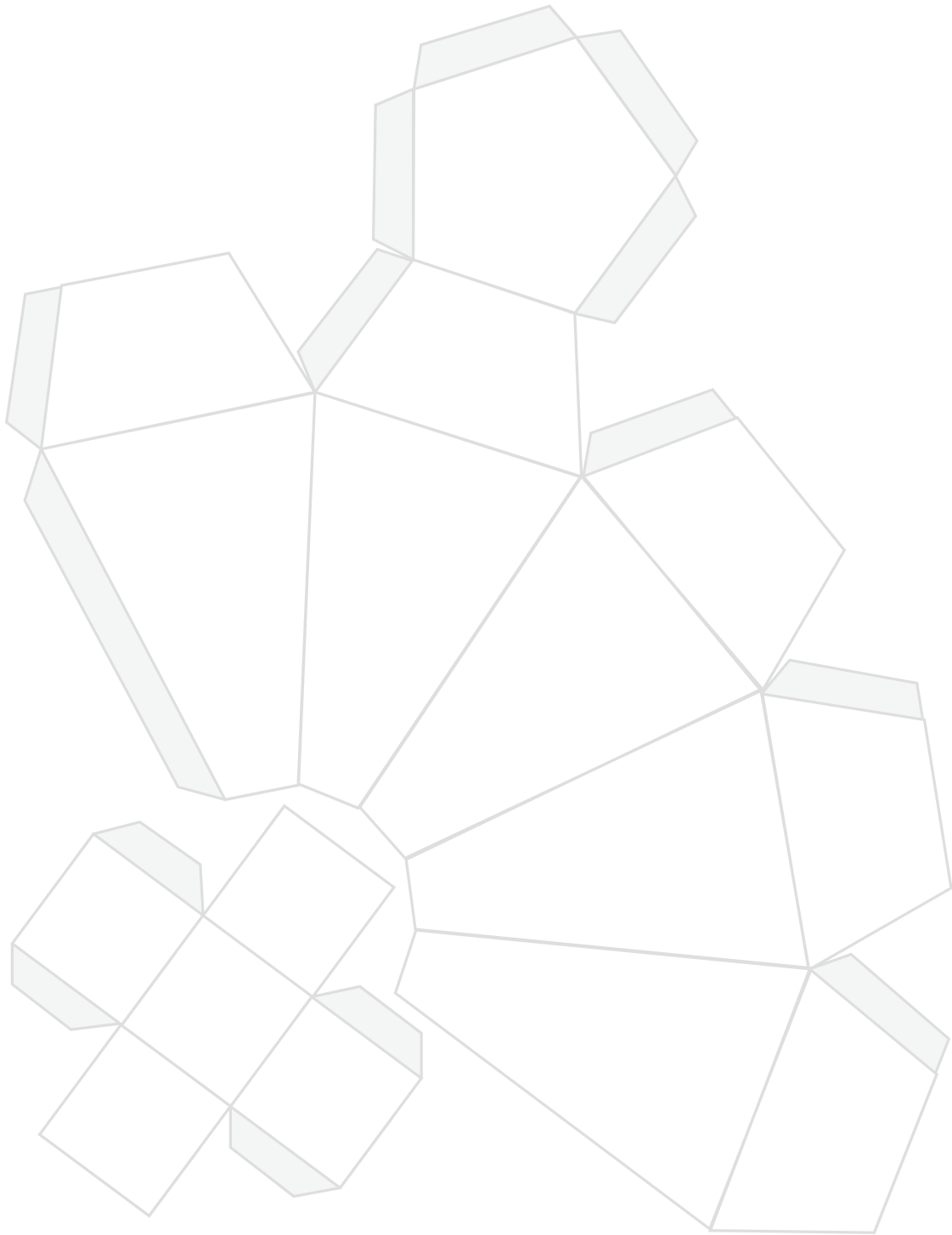
어려운 것을 할 때는

_____ 입니다.

붙임 2 열기구 도안

▶ 열기구에 나에 대해 적어보고, 열기구를 완성해 봅시다.

※ 회색 부분을 먼저 한번 접어 놓고, 다시 펴서 풀칠하여 붙이세요.



※ B4사이즈로 확대하여 사용하시길 권장합니다.

6

타인 존중



여행을 떠나자

수업의 개관

학습 목표	다른 친구들의 장점을 찾을 수 있다.
차시 배정	6차시
교수학습 자료	지난 시간에 만든 열기구, 채색 도구

프로그램의 특징

차시의 특징	본 차시는 나 뿐만이 아니라 타인도 소중하다는 것을 아는 것에 중점을 둔다. 각자 지난 시간에 만든 열기구를 타고 여행을 떠나 친구들에게 칭찬의 편지를 전해주는 활동을 통해 다른 사람의 장점을 발견하고 긍정적인 언어로 상호작용할 수 있도록 돕는다.
지도상 유의점	학생들이 자신의 특징을 말할 때 외적인 것에만 치중하지 않도록 주의한다. 자신의 장점을 발견할 수 있도록 교사가 발문을 유도하고 그것에 대한 긍정적인 피드백을 제공한다.

수업의 흐름

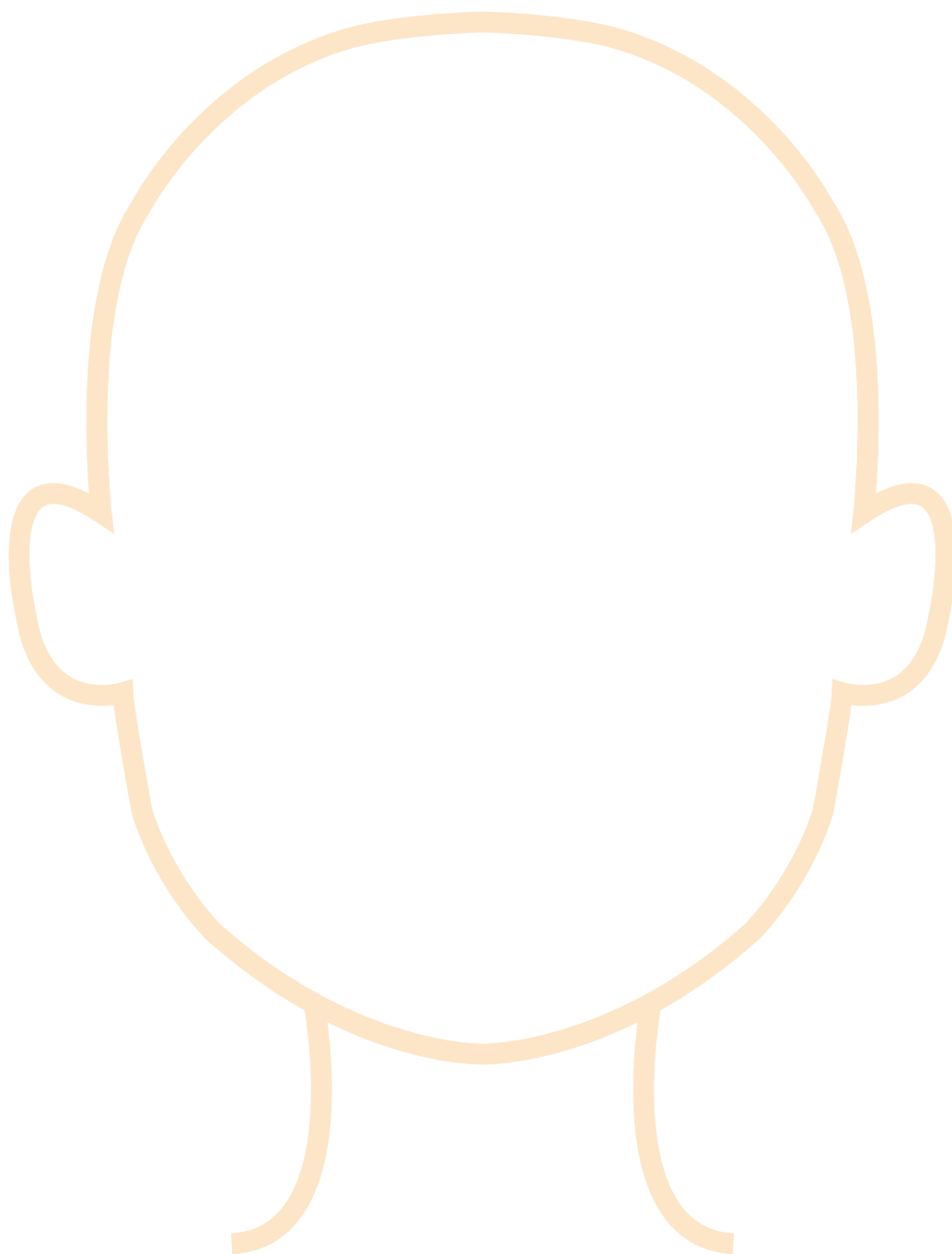
도입	전개			정리
동기유발	활동1	활동2	활동3	정리하기
열기구 안에서 호흡하기	얼굴을 그려보자!	너의 장점은	친구야 사랑해	우리 모두 소중해

교수-학습 지도안

학습단계	학습과정	교수학습활동	시간 (분)	▲자료 ★유의점
도입	동기유발	【 열기구 안에서 호흡하기 】 - 각자의 열기구를 타고 다른 친구들에게로 여행을 떠나며 편지를 전해줄 것이라고 안내하기 - 잔잔한 음악을 들으며 내가 만든 열기구를 타고 하늘을 날고 있다 생각하고 편안하게 호흡하기	10분	▲ 지난 시간 작품, 잔잔한 음악 ★ 편안한 호흡에 대하여 교사가 먼저 시범을 보인다.
	학습목표 확인	다른 친구들의 장점을 찾을 수 있다.		
전개	활동 1	【 얼굴을 그려보자! 】 - 친구들의 모습을 관찰하기 - 친구의(나의) 얼굴을 채워 넣기 - 지난 시간에 만든 열기구에 각자의 얼굴 붙이기	10분	▲ [붙임 1] 얼굴모양 ★ 학생의 특성에 따라 친구의 얼굴 대신 스스로의 얼굴을 그려 보는 것도 가능하다. ★ 그리기가 어려운 경우 사진을 붙이는 것으로 대체한다.
	활동 2	【 너의 장점은 】 - 돌아가면서 친구의 장점 하나씩 말하기 - 돌아가면서 친구에게 고마운 점 하나씩 말하기	5분	
	활동 3	【 친구야 사랑해 】 - 친구에게 편지쓰고 편지지 꾸미기(여러명에게 쓰는 것도 가능) - 친구의 열기구에 편지 넣어주기	10분	▲ [붙임 2] 편지지 ★ 편지에 긍정적인 내용을 쓸 수 있게끔 지도한다.
정리	실천다짐 평가	【 우리 모두 소중해 】 - 다른 생김새와 장점을 가진 서로 다른 친구들이 모두 소중하다는 점을 상기시키며 마무리하기	5분	

붙임 ① — 얼굴 모양틀 —

▶ 친구의 얼굴을 살펴보고, 그려봅시다.



붙임 2 편지지

▶ 친구에게 편지를 써 봅시다.



A large rectangular area with a light blue background and white clouds, containing ten horizontal lines for writing a letter.





수업의 개관

학습 목표	나와 친구를 소중히 여기기 위한 실천계획을 세울 수 있다.
차시 배정	7차시
교수학습 자료	『세상에 필요한 건 너의 모습 그대로』 책, 1~6차시 활동 사진, 도화지, 채색도구

프로그램의 특징

차시의 특징	본 차시는 지난 차시들을 마무리하며 앞으로 나의 기분을 긍정적으로 다루고 친구들과 사이좋게 지내기 위해 어떤 행동을 할 것인지 실천 계획을 세우게 된다. 마지막으로 스스로에게 응원 의 메시지를 보냄으로써 차시를 마무리한다.
지도상 유의점	지난 차시 동안 어떤 활동을 했는지에 대한 명확한 상기를 통하여 앞으로의 실천계획을 세우는 데 도움을 줄 수 있다.

수업의 흐름

도입	전개			정리
동기유발	활동1	활동2	활동3	정리하기
책 내용 다시보기	되돌아보자!	나의 목표는?	나를 응원해!	마무리하기

교수-학습 지도안

학습단계	학습과정	교수학습활동	시간 (분)	▲자료 ★유의점
도입	동기유발	【책 내용 다시보기】 - 그림을 중심으로 『세상에 필요한 건 너의 모습 그대로』 책 간략히 정리하기	8분	▲ 책
	학습목표 확인	나와 친구를 소중히 여기기 위한 실천계획을 세울 수 있다.		
전개	활동 1	【 되돌아보자! 】 - 1차시 책 내용을 정리했던 활동 되돌아보기 - 2차시 감정 풍선에 색깔을 입혔던 활동 되돌아보기 - 3차시 풍선을 날리고 종이를 찢으며 화를 날려버렸던 활동 되돌아보기 - 4차시 화가날 때 실천하기로 했던 행동 되돌아보기 - 5차시 자신의 장점을 찾으며 만들었던 열풍선 확인하기 - 6차시 친구에게 편지 썼던 활동 되돌아보기	10분	▲ 지난시간 활동지 및 작품들
	활동 2	【 나의 목표는? 】 - 나를 소중히 하기 위한 실천계획 세우기 (예: 화가 날 때는 심호흡하기) - 친구를 소중히 하기 위한 실천계획 세우기 (예: 하루에 친구에게 칭찬 1개씩 하기)	10분	▲ [붙임 1] 실천계획 활동지
	활동 3	【 나를 응원해! 】 - 스스로에게 응원의 문구 쓰고 꾸미기	10분	▲ 도화지, 채색 도구
정리	실천다짐 평가	【 마무리 하기 】 - 나에게 쓴 응원 문구 게시판에 붙이며 프로그램 마무리하기	2분	

붙임 1 — 실천 계획 활동지

▶ 나를 소중히 여기기 위한 계획을 세워봅시다.



나는 나를 소중히 여기기 위해서

하겠습니다.



나는 나를 소중히 여기기 위해서

하겠습니다.

▶ 친구를 소중히 여기기 위한 계획을 세워봅시다.



나는 친구를 소중히 여기기 위해서

하겠습니다.



나는 친구를 소중히 여기기 위해서

하겠습니다.



『세상에 필요한 건 너의 모습 그대로』 마음 조절 프로그램

초판 1쇄 인쇄 2022년 3월 3일

초판 1쇄 발행 2022년 3월 9일

저자 정가희 최미진

편집 김선희

디자인 정선형

제작 김혜정 이광우

인쇄 (주)한국학술정보

ISBN 979-11-89782-48-1

출판 템북TEMBOOK

주소 인천 중구 신도시남로 142번길 6, 402호

전화 032-752-7844

팩스 032-752-7840

이메일 tembook@naver.com

홈페이지 tembook.kr

출판등록 2018년 3월 9일 제2018-000006호

너의 무늬 그대로

※ 본 교재의 무료 PDF 파일은 템북 홈페이지 자료실에 있습니다. www.tembook.kr

※ 이 교재의 저작권은 템북(TEMBOOK)에 있으며 비영리 목적으로 배포하오니
학교와 교육기관에서 무료로 이용하실 수 있습니다.



63810

비매품 | 무료

ISBN 979-11-89782-48-1