

# 2023 부산광역시 청소년활동 프로그램 개발 자료집

청소년학과 연계 개발 및 공모전



여성가족부  
Ministry of Gender Equality and Family



부산광역시  
BUSAN METROPOLITAN CITY



부산광역시 Youth Service Center

청소년활동진흥센터



# 2023 부산광역시 청소년활동 프로그램 개발 자료집

청소년학과 연계 개발 및 공모전



# [ 목 차 ]

## 1. 청소년 학과 연계 프로그램 개발

- **(우수)** 부산가톨릭대학교 내 마음이 들리니 ‘RELAX&RENES’ ..... 7
- **(우수)** 동서대학교 CNC-B ‘디지털 리터러시, 레벨업!’ ..... 22
- 부산가톨릭대학교 M&Ms ‘스.불.재’ ..... 38
- 동서대학교 CNC-A ‘우리들의 바른말 공략법’ ..... 63
- 동의대학교 아띠 ‘Hoping-Hoping’ ..... 77
- 동의대학교 하이파이브 ‘꿈 사냥꾼’ ..... 87

## 2. 청소년활동 프로그램 공모전

- **최우수)** 동명대학교 정지수 외 4명 ‘중학생의 스트레스 해소와 체력증진을 위한 체육프로그램  
“A(Athletics). B(Beat). C(Competition)” ..... 103
- **우수)** 기장청소년센터 육은정 ‘요(料, Yo)테라피’ ..... 123
- **우수)** 부산진구 가야 청소년센터 한다희 ‘우리들의 민주주의’ ..... 135
- 부산가톨릭대학교 정다원, 배민서 ‘위캔두잇’ ..... 147
- 동명대학교 제희 외 4명 ‘청소년들의 온라인 게임 중독 예방 및 미래 직업 탐구 프로그램  
보고 싶어! (보드게임 고수가 되고 싶은 어린이)’ ..... 164
- 동명대학교 남근희, 김수현 ‘환.타! (환경을 지킬 타이밍!)’ ..... 202
- 부산광역시금곡청소년수련관 백지원 ‘2030 부산 세계박람회 유치 기원 활동 바다를 건다,  
세계를 담다, 미래를 열다!’ ..... 214



# 1

청소년학과 연계  
청소년활동 프로그램 개발





## RELAX &amp; RENEW

## 1. 개발 배경

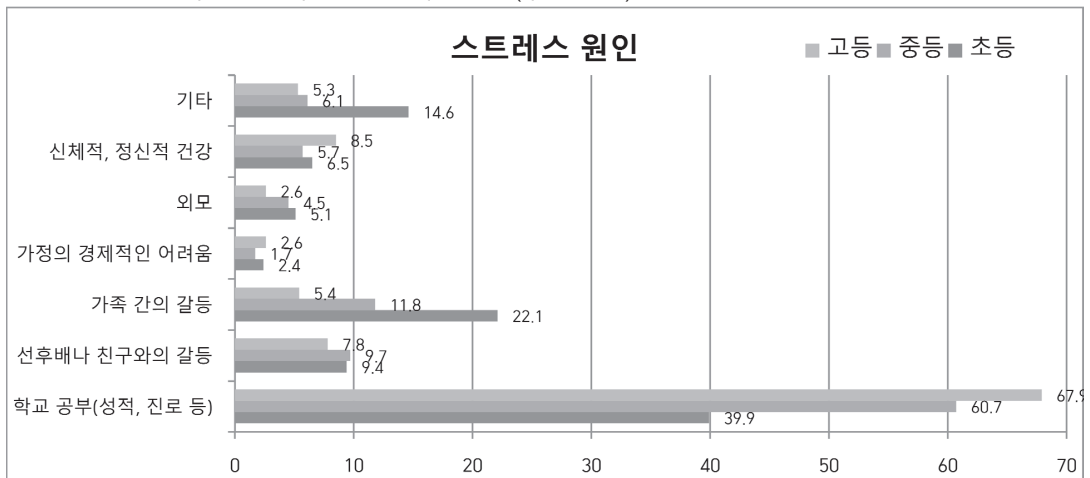
## 1) 중, 고등학생의 주요 스트레스 원인이 진로문제, 학업문제

우리나라 청소년들은 중학교로 진학하면서 학습량의 증가, 상대적 기준에 따른 평가가 경쟁 중심의 학습환경으로 인해 높은 학업 스트레스를 경험한다. 이후 고등학교로 진학해서도 입시 위주 학교 교육에서의 과도한 경쟁과 학업성취에 대한 부모와 교사의 기대 및 압력으로 인해 높은 학업 스트레스가 지속되고 있다. (이유정, 원성준, 2021).<sup>1)</sup> 2022년 통계청에 따르면 스트레스 정도가 초등학생 42.5%, 중학생 48.8%, 고등학생 47.7%으로 조금 느낀다에 가장 높게 나타났다. 그들의 스트레스 원인을 보면 학교 공부(성적, 진로 등)가 초등학생 39.9%, 중학생 60.7%, 고등학생 67.9%으로 가장 높게 나타났다. 그러므로 청소년들의 스트레스를 완화시키고 진로와 관련한 정보를 제공하고자 한다.

표 1 2022. 통계청 스트레스 - 스트레스 정도

	스트레스 정도			
	전혀 느끼지 않는다	별로 느끼지 않는다	조금 느낀다	매우 많이 느낀다
초등	10.9	31.2	42.5	15.4
중등	7.4	33.1	48.8	10.7
고등	5.7	33.6	47.7	12.9

그림 1 2022. 통계청 스트레스 - 스트레스 원인(주된 응답)



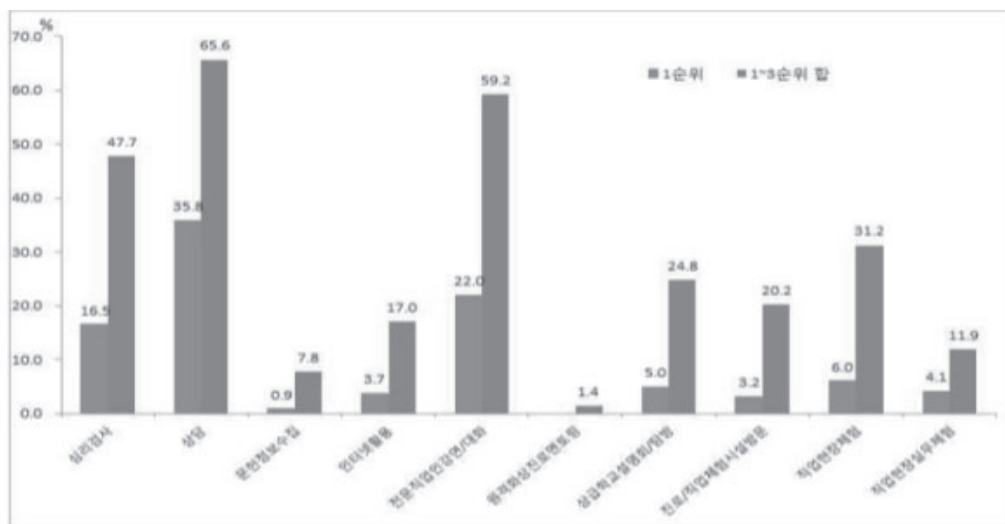
1) 문주연(Jooyeon Moon), and 이은주(Eunju Lee). "청소년의 학업스트레스 대처전략의 잠재프로파일에 따른 자기결정성동기, 수업참여와 이탈, 주관적 안녕감의 차이." 教育問題研究 36.1 (2023): 35-66.

## 2) 다양한 분야에 대한 경험 부족

중·고등학교에서 진행되고 있는 진로체험활동이 청소년에게 도움이 되고 있다는 것은 사실이지만 학교에서 진행되고 있는 진로체험활동의 비율도 상담, 전문직업인 강연, 심리검사가 가장 높게 나타나고 있다. 특히 진로심리검사는 학교에서 가장 많이 활용하는 진로체험활동임에도 불구하고 청소년들이 자신의 적성이나 흥미를 충분히 파악하지 못했다고 나타나고 있다. 이는 진로심리검사의 활용성을 재검토할 필요가 있다고 판단되고 있다.

결과적으로 학교에서 진행되고 있는 진로체험의 유형으로는 중·고등학생들이 수동적으로 참여하는 경향이 높은 간접체험활동이 주로 이루어지고 있다는 것을 알 수 있다.

그림 2



【그림 Ⅲ-14】 학교에서 역점을 두는 진로체험활동

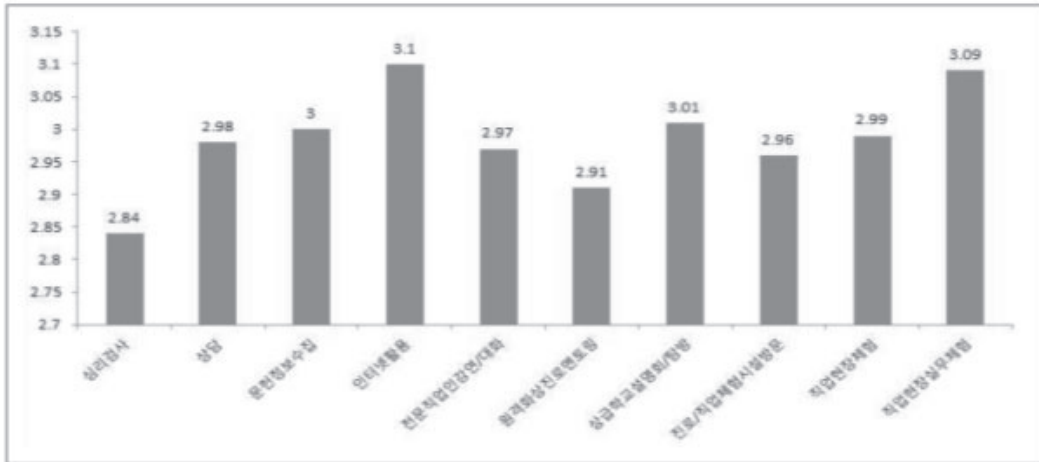
출처: 김현철 외(2016), 아시아 청소년 진로체험활동 국제비교 연구 I, 한국청소년정책연구원, p.192

학교가 아닌 청소년들의 진로체험 유형별 경험률을 봐도 심리검사, 인터넷활용, 상담이 가장 높게 나타나고 있는 것을 알 수 있다.

진로체험활동에 대한 성과, 만족도, 유용성을 알아보면 직업현장실무체험, 인터넷활용, 직업현장체험순으로 높게 나타났고 이러한 활동들은 청소년들이 능동적으로 참여할 수 있는 직접 체험활동을 보다 긍정적으로 인식하고 있다는 것을 확인할 수 있다. 이처럼 학교에서 진행하고 있는 진로체험과 청소년들이 원하는 진로체험의 비율에 거리가 있다.

결과적으로 직접체험의 효과에도 유의미한 차이가 존재한다. 2016 NYPI 조사에 따르면 자신이 관심 있는 분야의 직접체험의 경험을 할 때 보다 효과적이며, 적극적인 참여, 흥미도가 높고, 관련한 분야에 대한 지식도 더 많이 얻는 것으로 나타났다.

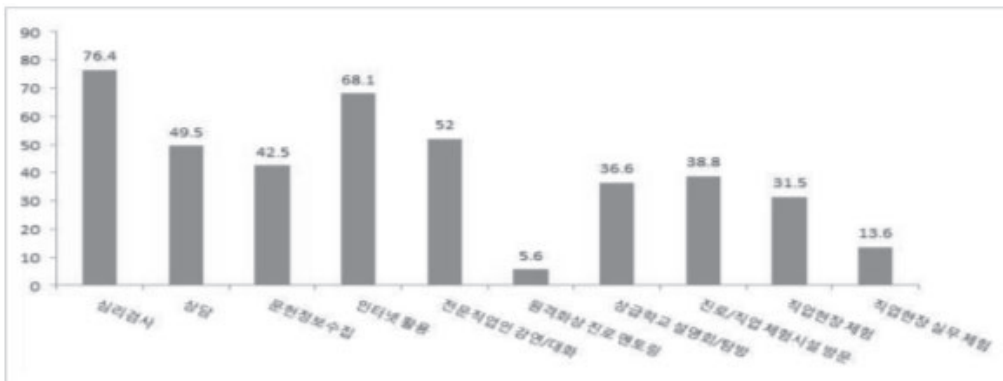
그림 3



【그림 Ⅲ-12】 진로체험 유형별 도움에 대한 인식 정도

출처: 김현철 외(2016). 아시아 청소년 진로체험활동 국제비교 연구 I. 한국청소년정책연구원. p.164

그림 4



【그림 Ⅲ-8】 진로체험 유형별 경험률(%)

출처: 김현철 외(2016). 아시아 청소년 진로체험활동 국제비교 연구 I. 한국청소년정책연구원. p.163

청소년의 진로탐색을 위해 개인의 적성을 맞춰 특정직업과 매칭시키기보다 다양한 가능성, 사회변화 등에 대한 정보를 입수하고 다양한 시각에서 일과 자신의 삶을 생각해 보는 경험들이 중요하다. 따라서 진로심리검사를 진행하고 그에 알맞은 프로그램을 제공하고자 한다.

## 2. 프로그램 목적과 목표

### 1) 목 적

: 중·고등학생이 겪고 있는 스트레스를 완화하고 진로에 대해 알아가는 시간을 가진다.

### 2) 목 표

#### (1) 산출목표

세부 사업명	산출목표	모니터링 방법
스트레스 풍선 터트리기	참여자 전원 1인당 1개 이상의 스트레 스 요인을 찾아적이고 풍선 터뜨리는 활 동하기	- 활동지 각 회기마다 작성 - 출석부 확인
응급상자 만들기	참여자 전원 1인당 1개의 응급상자 만 들기 활동하기	- 활동지 각 회기마다 작성 - 출석부 확인
직업 알아보기	빙고게임을 진행시 조원 1명당 1개 이상 설명하기	- 활동지 각 회기마다 작성 - 출석부 확인
나의 진로검사	참여자 전원 1시간 안에 진로검사를 완료 하기	- 활동지 각 회기마다 작성 - 출석부 확인
학과소개	참여자 전원 1개 이상 질문지(포스트잇) 부착하기	- 활동지 각 회기마다 작성 - 출석부 확인
진로체험	참여자 전원 부스활동에 2개이상 참여하기	- 활동지 각 회기마다 작성 - 출석부 확인

#### (2) 성과목표

성과목표	평가 도구 및 방법	측정 시기
중·고등학생의 진로 성숙도 증가	. 성과지표 : 진로 성숙도 10% 증가 . 평가도구 : KYCI 진로 성숙도검사 . 평가방법 : 프로그램 참여 대상 중·고등학생 사전 사후 설문조사	사전(2회기), 사후(3회기)
스트레스 완화	. 성과지표 : 학업 스트레스 20점 이하 . 평가도구 : 학교 생활 스트레스 척도(SLSI) . 평가방법 : 프로그램 참여 대상 중·고등학생 사전 사후 설문조사	사전(1회기), 사후(3회기)

### 3. 프로그램 일정표

#### 1) 개 요

- (1) 사업추진 기간 및 시간 : 3회기
- (2) 사업추진 장소 : 중, 고등학교
- (3) 사업추진 대상 및 인원 : 중, 고등학생 대상/30명

#### 2) 프로그램 일정

##### < 회기형 일정표 예시 >

구분	시간	소요시간	단위 프로그램명
1회기	10:00~10:50	50분	스트레스 풍선 터트리기
	11:00~11:50	50분	응급상자 만들기
2회기	10:00~10:50	50분	직업 알아보기
	11:00~11:50	50분	나의 진로 검사
3회기	10:00~10:50	50분	학과소개
	11:00~11:50	50분	진로체험

## 4. 단위 프로그램 내용

### 1-1 단위프로그램

단위프로그램명	스트레스 풍선 터뜨리기 (50분)		
단위프로그램 목표	스트레스 완화	대상 및 인원	30명
활동장소 (실내,실외,야외)	실내		
준비물	스트레스 척도 검사지, 풍선, 펜, 프로그램 만족도 조사지		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 스트레스가 일상생활에 미치는 여러 가지 영향에 대하여 설명한다.</li> <li>- 앞으로 우리가 진행할 풍선 터뜨리기 프로그램에 대해 간단히 설명한다.</li> </ul> <p>(예상 소요 시간 25분)</p>		
전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 스트레스 척도 검사지(SLSI)를 통하여 자신의 스트레스 정도를 파악하고 스트레스 원인에 대해 생각해본다.</li> <li>- 풍선에 스트레스를 받는 원인을 적고 풍선을 분다.</li> <li>- 자신의 스트레스 원인이 적혀있는 풍선을 직접 터뜨려본다.</li> </ul> <p>(예상 소요 시간 20분)</p>		
마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 프로그램 만족도 시행</li> </ul> <p>(예상 소요 시간 5분)</p>		

## 1-2 단위프로그램

단위프로그램 명	응급상자 만들기 (50분)		
단위프로그램 목표	스트레스 완화	대상 및 인원	30명
활동장소 (실내,실외,야외)	실내		
준비물	OHP 필름, 유성매직, 박스, 사진, 스티커, 향수, 간식, 프로그램 만족도 조사지		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	<얼굴 그리기> - 투명 OHP 필름에 상대방의 얼굴에 대고 얼굴을 그린다. (예상 소요시간 15분)	- 아이스브레이킹으로 간단하게 진행 - 2인 1조 진행	
전개	<마음 구급상자 만들기> - 구급상자에 대한 설명과 만드는 방법 설명한다. - 시각, 후각, 촉각, 미각 등을 사용하여 구급상자를 만든 후, 스트레스를 받거나 마음이 힘들때 구급상자를 이용하여 스트레스를 완화시킨다. - 젤리, 향수, 원하는 사진의 엽서 등을 넣어 마음 구급상자를 완성한다. - 스티커나 매직으로 상자도 꾸민다. (예상 소요 시간 30분)	각자 하나씩 만들기	
마무리	- 프로그램 만족도 시행 (예상 소요 시간 5분)		

## 2-1 단위프로그램

단위프로그램명	직업 알아보기 (50분)		
단위프로그램 목표	진로 탐색	대상 및 인원	30명
활동장소 (실내,실외,야외)	실내		
준비물	설문지(장단점 적기 위해), 펜, 직업카드, 빙고판, 프로그램 만족도 조사지		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 설문지 배부, 설문지에 본인의 장단점, 취미 적기</li> <li>- 직업카드 살펴본 후 본인의 적성에 맞다고 생각되는 직업은 설문지에 같이 작성하기</li> </ul> <p>(예상 소요시간 15분)</p>		- 5인 1조로 활동
전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 25개의 빙고칸이 만들어진 빙고판을 각 조에 하나씩 배부한다.</li> <li>- 직업카드에 총 100개의 직업이 있으므로 모두가 겹치는 직업을 만들어주기 위해 7개의 직업을 지정하여 빙고 칸에 필수로 작성하도록 한다.</li> <li>- 그 외 빈칸은 조안에서 직업명만 보이도록 카드를 깔아두고 조원중에서 한명이라도 해당 직업에 대해 설명 할 수 있어야지만 빙고판에 작성이 가능하다.</li> <li>- 빙고게임 진행시 본인 차례에 직업을 외치는 것이 아닌, 키워드에 대한 설명을 통해 외칠 수 있다.</li> <li>- 그 후 각 조가 돌아가면서 하나씩 직업 설명 후 다른 조에서 누군가 맞췄을 시, 직업카드에서 해당 직업을 찾은 뒤 모두가 정답 체크가 가능하다.</li> </ul> <p>(예상 소요시간 30분)</p>		- 정답이 맞는지 해당 조 담당자가 확인할 것
마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 빙고 3줄이 형성되면 우승</li> <li>- 2교시에 진행한 진로검사 진행 결과와 비슷한지 알아보기 위해 설문지는 본인이 계속 가지고 있기</li> <li>- 프로그램 만족도 시행</li> </ul> <p>(예상 소요시간 5분)</p>		



## 2-2 단위프로그램

단위프로그램명	나의 진로 검사 (50분)		
단위프로그램 목표	진로 탐색	대상 및 인원	30명
활동장소 (실내,실외,야외)	실내		
준비물	진로검사지, 펜, 설문지(1교시와 동일), 프로그램 만족도 조사지		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 진로 검사지 작성 설명 후 검사를 진행한다.</li> </ul> (예상 소요시간 10분)		강사님이 진행 예정
전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 진로검사를 온라인으로 진행한 후 결과를 확인한다. 강사님이 결과에 대한 설명 진행한다.</li> <li>- 검사 결과에 대한 질의 응답시간을 가진다.</li> <li>- 앞에서 진행했던 설문과 진로검사 결과에서 나온 직업과 비슷한지 살펴보기</li> </ul> (예상 소요시간 35분)		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 강사님이 진행 예정</li> <li>- 진로검사결과 추천 직업과 설문지에서 작성했던 직업이 다르다면 본인이 좋아하는 것과 잘 할 수 있는 것이 다를 수 있음을 설명할 것, 꼭 일치될 필요가 없음</li> </ul>
마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 프로그램 만족도 시행</li> </ul> (예상 소요시간 5분)		

### 3-1 단위프로그램

단위프로그램명	학과체험 (50분)		
단위프로그램 목표	진로 탐색	대상 및 인원	30명
활동장소 (실내,실외,야외)	실내		
준비물	프로그램 만족도 조사지		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3회차 일정 소개</li> <li>- 5개 학과 소개 (사회복지상담심리학과, 간호학과, 물리치료학과, 방사선학과, 경영학과)</li> <li>* 학과는 변경될 수 있음</li> </ul> <p>(예상 소요시간 10분)</p>		
전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 한 학과당 5~7분 학과소개를 진행한다 (총 5개)</li> <li>*어떤 학과인지?</li> <li>*무엇을 배우는지?</li> <li>*졸업 후 어디로 취업할 수 있는지?</li> </ul> <p>(예상 소요시간 35분)</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 실제 대학교 해당학과에 재학중인 학생이 진행할 예정</li> <li>- 프로그램 진행시 발표내용은 봉사자가 작성해줄 것</li> </ul>
마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 프로그램 만족도 시행</li> </ul> <p>(예상 소요시간 5분)</p>		

## 3-2 단위프로그램

단위프로그램명	진로체험 (50분)		
단위프로그램 목표	진로 탐색	대상 및 인원	30명
활동장소 (실내,실외,야외)	실내		
준비물	프로그램 만족도 조사지		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3회차 2교시 일정 소개 (예상 소요시간 5분)</li> </ul>		
전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 5개의 학과 각각의 특색에 맞는 체험 간소화된 부스 운영</li> <li>*띄엄띄엄 5개의 책상을 두고 각각 한 학과가 책상 2~3개를 이용함</li> <li>*그 자리에서 진로체험 운영</li> <li>(예상 소요시간 40분)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 실제 대학교 해당학과에 재학중인 학생이 진행할 예정</li> <li>- 프로그램 진행시 활동내용은 봉사자가 구성해줄 것</li> </ul>
마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 프로그램 만족도 시행</li> <li>(예상 소요시간 5분)</li> </ul>		

## 5. 안전관리 계획

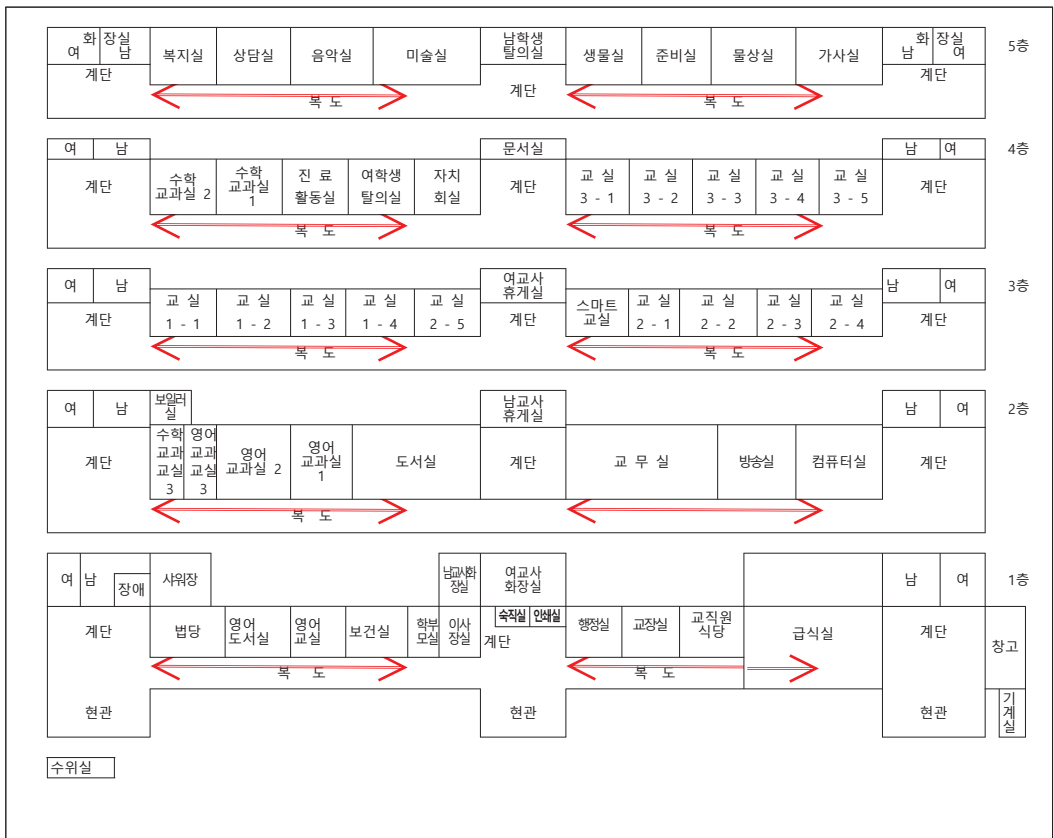
### 1) 안전관리 계획

안전교육 진행	김찬서
응급상황 시 응급전화	남유영
응급상황 시 담당교사 호출	정재선
응급상황 시 응급처치	정서현
응급상황 시 응급처치 보조	권유리, 윤영인
화재 시 학생대피	김찬서
화재 시 1차 진압	남유영, 정재선
화재 시 소방서 호출	정서현
분쟁 발생 시 격리	권유리, 김찬서, 남유영, 윤영인

### 2) 안전관리 교육

#### (1) 해동중학교

\* 비상대피 안내도 - 본관



\* 비상대피 안내도 - 강당

2층

계단

체육교사실

현관(2층 출입구)

준비실

무대

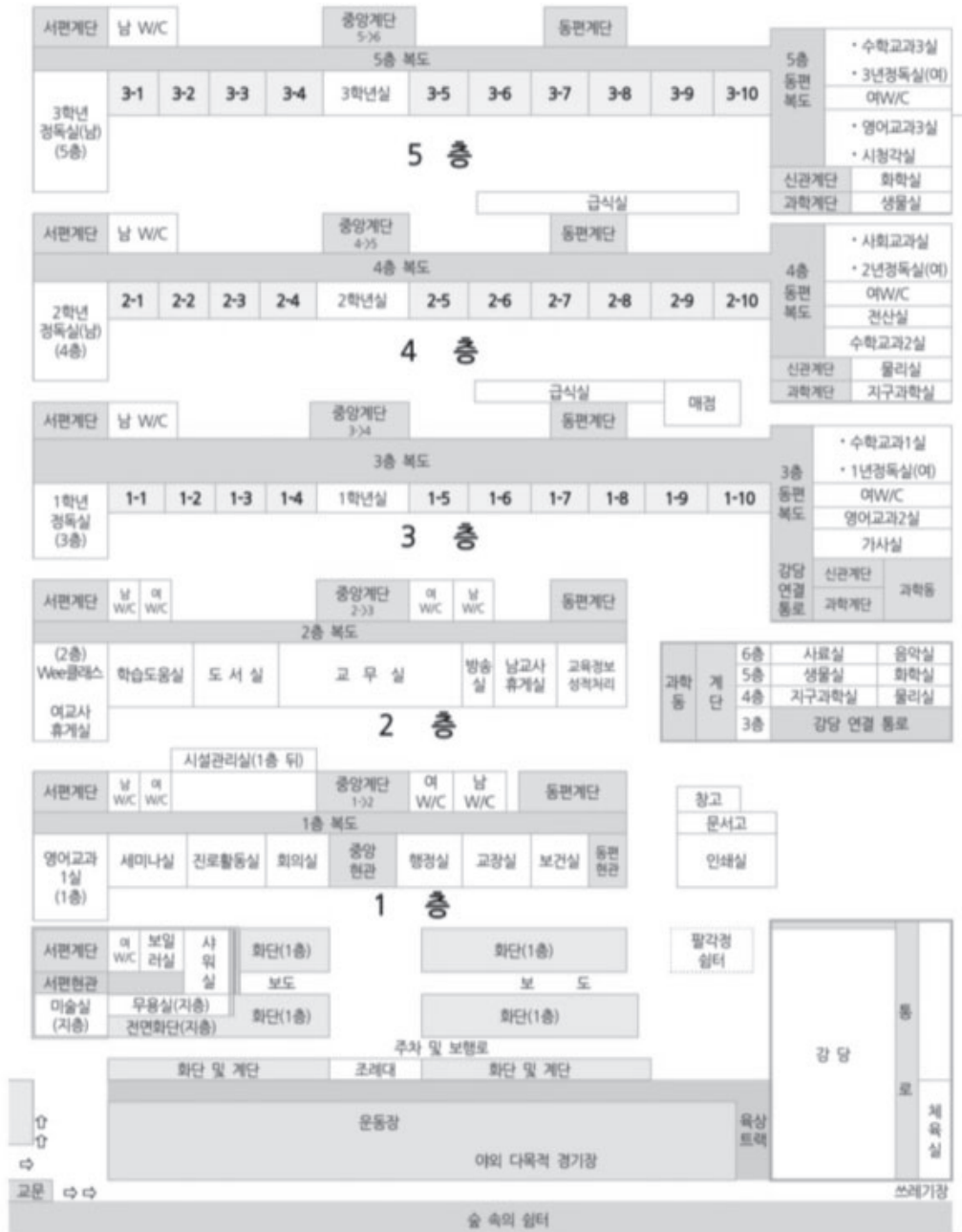
방송실

\* 응급상황 시 연락처

구분	부서	연락처
부산시교육청	학교안전팀	051-860-0862~866
서부교육지원청	행정지원과	051-250-0514
영도병원	영도병원	051-412-8881
해동병원	해동병원	051-410-6300
부산항만소방서	항만소방서	051-760-4980
동삼 파출소	파출소	051-403-9129
무인경비	시티캡	051-630-9331
유인경비	주)두성보안공사	051-635-1510
소 방	(주)남경이엔지	051-317-3119
승 강 기	주)영진엘리베이터	051-784-7043
덤웨이트	구룡산전	051-328-1226
전 기	주)쌍용전기안전공단	051-806-0001
전 산	일성시스템	051-638-6740
방 역	주)더정화	051-995-8140

## (2) 부산대학교사범대학부설고등학교

\* 학교배치도



\* 비상 연락처

- 부곡지구대 051-514-8505 (경찰서)
- 금정소방서 051-760-4700 (소방서)
- 화창한병원 051-514-9119 (병원)

## 6. 프로그램 평가계획

### 1) 평가계획 :

평가시기	내용	평가도구
사전·사후평가	스트레스 파악	학교 생활 스트레스 척도(SLSI)
	진로 성숙도검사	KYCI 진로 성숙도검사
과정평가	만족도	인터뷰
총괄평가	만족도	설문지

### 2) 평가도구 :

(1) KYCI 진로 성숙도검사 : 진로성숙도 검사는 여러분이 진로관련 문제를 해결하고 대처해 나갈 수 있도록 준비되어 있는지를 알아보기 위한 것이다. 진로성숙도는 여러분의 진로 선택과 결정에 대한 태도, 능력, 행동을 갖춘 정도로, 진로성숙도 검사 결과를 통해 여러분의 진로발달을 위해 어떠한 영역을 개발하는데 노력을 기울여야 하는지 확인하는데 도움이 될 것이다.

(2) 학교 생활 스트레스 척도 (School Life Stress Inventory, SLSI): 학업 관련 스트레스에 초점을 둔 척도로, 학교 생활에서 느끼는 스트레스 수준을 측정한다. SLSI는 학생들이 학교 생활에서 어떤 스트레스를 느끼는지를 평가하기 위해 다양한 질문 항목들로 구성된다. 이러한 질문 항목들은 학교 환경, 학업 부담, 동료 관계, 교사 관계 등 다양한 측면의 스트레스 요인을 다룬다.

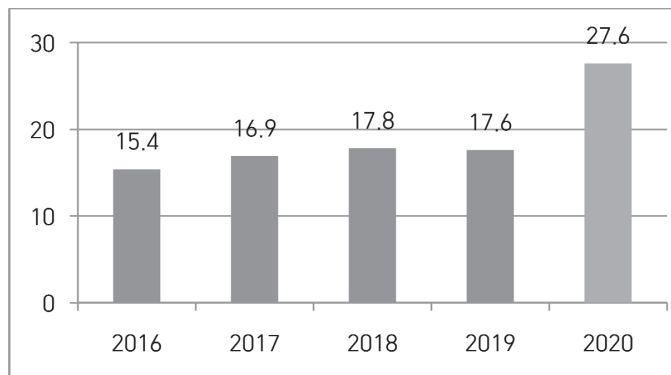
## 7. 기대효과

- '풍선 터트리기'와 '마음의 구급상자 만들기'를 통해 스트레스 해소 방법을 알고 자신의 스트레스를 해소해 나아갈 수 있다.
- 다양한 직업을 알고 체험을 통해 경험을 쌓아 자신의 진로에 대해 생각할 수 있다.

## 디지털 리터러시, 레벨업!

### 1. 개발 배경

최근 우리나라는 COVID-19 이후로 비대면, 언택트 문화가 활성화되어 인터넷 사용량이 증가하였다. 과학기술정보통신부·한국지능정보사회진흥원의 「인터넷이용실태조사」<sup>1)</sup>에 따르면 COVID-19 이전에 비해 10대의 인터넷 이용시간이 대폭 증가하였으며, 이는 사회적 거리두기에 의한 비대면 수업 등 언택트 문화의 영향이라고 볼 수 있다. 교육 분야에서도 비대면 개학, 온라인 수업 활성화 등 많은 부분이 디지털화되어 청소년에게 인터넷이 필수적인 요소가 되었기에 청소년을 대상으로 하는 인터넷 관련 프로그램도 같이 증가했다.



<10대의 주 평균 인터넷 이용시간 (단위 : 시간)>

기존에 청소년을 대상으로 하는 인터넷 관련 프로그램에는 인터넷중독예방프로그램, 스마트폰과 거리두기 등 인터넷과 청소년을 분리시키는 프로그램이 많았다. 그러나 최근 제7차 청소년정책 기본계획[2023-2027]에서는 '디지털 시대를 선도하는 글로벌 K-청소년'을 비전으로 수립했으며, 중과제 '청소년 디지털역량 활동 강화'의 세부내용에서 디지털·미디어 문해력(Literacy) 함양을 위해 디지털·미디어 교육을 제공할 것이라고 했다. 이렇듯 정부와 청소년 정책에서 청소년과 인터넷을 분리시키지 않고 있으며, 디지털 리터러시 능력을 정책에서도 강조함에 따라 청소년이 디지털 리터러시 능력을 함양할 수 있도록 도와주어야 함을 알 수 있다.

1) <http://www.ypec.re.kr/board?menuId=MENU00357>  
(과학기술정보통신부·한국지능정보사회진흥원, 「인터넷이용실태조사」)



실제 부산시교육청은 2018년부터 디지털 리터러시 전용교실을 설치하여 시범적으로 10개 학교에서 운영중이며, 2021년부터는 중학교 디지털 리터러시 교과서를 개발했다.<sup>2)</sup> 2022년에는 '디지털 리터러시 말키트'를 제작하여 보급하고, 온라인 잡지를 연재하는 등 지속적으로 사업을 진행하는 모습을 통해 디지털 리터러시 교육의 중요성이 점차 강조됨을 알 수 있다.

따라서 우리는 4차 산업혁명 시대를 살아가게 될 청소년들에게 점차 필수적으로 요구되는 디지털 리터러시 역량을 기를 수 있도록 할 것이며, 생소할 수 있는 개념을 자연스럽게 접하고 청소년들의 흥미를 이끌어내기 위하여 디지털 리터러시를 다양한 활동과 접목시킨 프로그램을 개발하고자 한다.

## 2. 프로그램 목적과 목표

### (1) 목 적

- 프로그램을 통해 비판적, 창의적 사고력을 향상시킴으로써, 청소년의 디지털 리터러시 역량을 강화할 수 있다.

### (2) 목 표

- 디지털 리터러시 단어를 가지고 진행하는 브레인스토밍 활동을 통해 디지털 리터러시에 대해 창의적 사고력을 기를 수 있다.
- 청소년이 디지털 리터러시에 관한 학습을 통해 디지털 리터러시와 미디어 리터러시를 구분할 수 있다.
- 뉴스 제작 활동을 통해 허위 정보를 판별하는 비판적 사고력을 기를 수 있다.
- 자체 개발한 보드게임을 통해 청소년들이 스스로 디지털 리터러시 능력을 점검할 수 있다.

---

2) <https://www.ekoreanews.co.kr/news/articleViewAmp.html?idxno=62921>  
("부산시교육청의 '디지털리터러시'교육이 돋보이는 이유" 2022.09.23. 현기호 기자)

### 3. 프로그램 일정표

#### (1) 개 요

- 1) 사업추진 기간 및 시간 : 3회기 프로그램(회기당 90분 소요)
- 2) 사업추진 장소 : 중학교 교실 크기의 실내공간(약 21평)
- 3) 사업추진 대상 및 인원 : 중학생 20명

#### (2) 프로그램 일정

구분	시간	소요시간	단위 프로그램명
1회기	~ 14:00		출석 확인
	14:00~14:05	5	프로그램 소개
	14:05~14:15	10	안전교육
	14:15~14:30	15	두뇌폭풍
	14:30~15:00	30	디지털 리터러시 공략법
	15:00~15:20	20	팀별 발표
	15:20~15:30	10	만족도 조사 및 회기 마무리
2회기	~ 14:00		출석 확인 및 자리 배치
	14:00~14:05	5	회기 소개
	14:05~14:15	10	안전교육
	14:15~14:30	15	문장 읽고 스킬 UP
	14:30~15:10	40	속보입니다!
	15:10~15:20	10	팀별 발표
	15:20~15:30	10	만족도 조사 및 회기 마무리
3회기	~ 14:00		출석 확인 및 자리 배치
	14:00~14:05	5	회기 소개
	14:05~14:15	10	안전교육
	14:15~14:35	20	디지털 리터러시 재정비
	14:35~15:15	40	디지털 리터러시 완전정복
	15:15~15:30	15	전체 회기 정리 및 만족도 조사

## 4. 단위 프로그램 내용

## [1회기]

단위프로그램명	Lv.1 디지털 리터러시를 알아보자!		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 브레인스토밍 활동을 통해 다양한 분야를 디지털 리터러시와 접목할 수 있다.</li> <li>- 디지털 리터러시의 정의를 이해하고 자신만의 단어로 표현할 수 있다.</li> </ul>	대상 및 인원	중학생 20명
활동장소 (실내,실외,야외)	중학교 교실 크기의 실내공간(약 21평)		
준비물	<p><b>사전:</b> PPT자료, 빔프로젝터, 현수막, 명찰, 구급 약품</p> <p><b>도입:</b> 볼펜, 전지, 싸인펜, 색연필</p> <p><b>전개:</b> 정보강의 자료, 단어카드, 보드마카</p> <p><b>마무리:</b> 간식, 만족도 조사지</p>		
활동단계	활동내용		유의사항
도입 (30분)	<p><b>[출석 확인 및 회기 소개] (5분)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 출석 여부 확인</li> <li>- 지도자 소개</li> <li>- 전체 및 해당 회기 프로그램 소개</li> </ul> <p><b>[안전교육 실시] (10분)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 코로나 19 예방 교육</li> <li>② 프로그램 진행 시 안전사고 대비 교육</li> <li>③ 재난 안전교육</li> </ol> <p><b>[두뇌폭풍] (15분)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- '디지털 리터러시'를 주제로 브레인스토밍 진행</li> <li>- 청소년의 디지털 리터러시 배경지식 확인 및 팀원 간의 라포형성</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 앉은 자리대로 5명씩 4팀 구성 후 자기소개</li> <li>② 브레인스토밍 방법 설명</li> <li>③ 전지, 볼펜, 싸인펜, 색연필 팀별로 제공</li> <li>④ 팀별 브레인스토밍 활동 진행 (10분 제공)</li> <li>⑤ 필기구 정리 후 지도자에게 집중</li> </ol>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 모든 청소년의 출석 파악 후 프로그램 진행</li> <li>- 지도자는 미리 정한 별명을 사용하여 진행</li> <li>- 안전교육에 집중할 수 있도록 지도</li> <li>- 모든 청소년이 참여할 수 있도록 유도</li> <li>- 팀 내 갈등 발생 시 지도자가 관계 개선에 도움</li> <li>- 청소년이 어려움을 겪는 경우 지도자가 개입</li> </ul>

<p><b>전개 (50분)</b></p>	<p><b>[디지털 리터러시 공략법] (30분)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 정보 강의 진행             <ol style="list-style-type: none"> <li>① 디지털 리터러시</li> <li>② 미디어 리터러시</li> <li>③ 가짜뉴스</li> <li>④ 창의적 사고력 및 비판적 사고력</li> </ol> </li> <li>- 디지털 리터러시 재정의하기             <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 각 팀의 '두뇌폭풍' 결과를 활용하여 디지털 리터러시 정의 만들기</li> </ul> </li> <li>- 문장 배열하기             <ol style="list-style-type: none"> <li>① 디지털 리터러시 정의 문장을 분리하여 청소년에게 제시</li> <li>② 청소년은 단어를 조합하여 문장을 완성</li> <li>③ 지도자는 풀이 및 관련 정보 전달</li> </ol> </li> </ul> <p><b>[팀별 발표] (20분)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 팀 활동 결과물을 팀별로 발표             <ol style="list-style-type: none"> <li>① 브레인스토밍 활동 결과</li> <li>② 디지털 리터러시 재정의 문장</li> </ol> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 디지털 리터러시의 생소함과 어려움에 공감하며, 적극적으로 지지</li> <li>- '문장 배열하기' 활동 시작 전 준비물 미리 준비</li> <li>- 발표 시 청소년들이 서로 격려하고 응원할 수 있는 분위기 조성</li> <li>- 발표자에게 집중할 수 있도록 지도</li> </ul>
<p><b>마무리 (10분)</b></p>	<p><b>[만족도 조사 및 회기 마무리] (10분)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 만족도 조사지 배부 및 진행</li> <li>- 1회기 프로그램 복습 후 2회기 프로그램에 대해 간략하게 소개</li> <li>- 마무리 인사를 통해 해당 회기를 종료</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 만족도 조사에 모두 참여할 수 있도록 지도</li> <li>- 주변 정리 후 귀가 지도</li> </ul>

**[2회기]**

<b>단위프로그램명</b>	Lv.2 디지털 리터러시를 실천해보자!		
<b>단위프로그램 목표</b>	- 뉴스 제작 활동을 통해 비판적 사고력을 길러 가짜 뉴스를 판별할 수 있다.	<b>대상 및 인원</b>	중학생 20명
<b>활동장소 (실내,실외,야외)</b>	중학교 교실 크기의 실내공간(약 21평)		
<b>준비물</b>	<b>사전:</b> PPT자료, 빔프로젝터, 현수막, 명찰, 구급 약품 <b>전개:</b> 문장 제시 용지, 문장 읽고 스킬 UP 상품, 활동지[붙임 1], 볼펜, 속보입니다! 상품, 모형 마이크, 고무줄 나비넥타이 <b>마무리:</b> 간식, 만족도 조사지		
<b>활동단계</b>	<b>활동내용</b>	<b>유의사항</b>	
<b>도입 (15분)</b>	<b>[출석 확인 및 회기 소개] (5분)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 출석 여부 확인</li> <li>- 지도자 소개</li> <li>- 2회기 프로그램 소개</li> </ul> <b>[안전교육 실시] (10분)</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 코로나 19 예방 교육</li> <li>② 프로그램 진행 시 안전사고 대비 교육</li> <li>③ 재난 안전교육</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 프로그램 시작 전 1회기와 동일한 팀으로 자리 배치</li> <li>- 모든 청소년의 출석 파악 후 프로그램 진행</li> <li>- 지도자는 미리 정한 별명을 사용하여 진행</li> <li>- 안전교육에 집중할 수 있도록 지도</li> </ul>	
<b>전개 (65분)</b>	<b>[문장 읽고 스킬 UP] (15분)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 활동 방법 설명 후 활동 진행</li> <li>- 복습을 위해 1회기 때 만들었던 문장을 뽑아 팀원이 돌아가며 한 글자씩 읽는 활동</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 팀 대표끼리 가위바위보를 통해 순서 정하기</li> <li>② 차례가 되면 팀 대표가 문장이 적힌 종이 중 하나 뽑기</li> <li>③ 지도자가 시작을 외치면 뽑은 문장을 120초 안에 한 글자씩 돌아가며 읽기</li> <li>④ 모든 팀의 활동이 끝난 후 가장 빨리 읽은 팀에게 상품 증정</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 활동을 시작하기 전 보조지도자가 문장이 적힌 종이 미리 준비</li> <li>- 분위기가 과열되지 않도록 유의</li> <li>- 보조지도자는 팀별 시간 측정 및 순위 정리 후 상품 제공</li> <li>- 활동에 팀원 모두가 참여할 수 있도록 유도</li> </ul>	

	<p><b>[속보입니다!] (40분)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 팀별로 뉴스를 만드는 활동</li> <li>- 청소년의 가짜뉴스 판별 능력 향상을 위해 진행</li> <li>① 1회기에서 배운 가짜뉴스에 대해 복습 후 실제 사례 소개</li> <li>② 팀별로 활동지 1부(6장)씩 배부</li> <li>③ 활동 방법 설명 (PPT 자료 및 활동지 활용)</li> <li>④ 팀별 활동 진행</li> </ul> <p><b>[팀별 발표] (10분)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 발표 방법 및 체크리스트 작성 방법 안내</li> <li>- 아나운서 역할은 넥타이, 기자 역할은 마이크를 활용하여 팀별로 만든 뉴스를 발표</li> <li>- 발표 중 청소년은 다른 팀의 발표 내용에 대해 체크리스트 작성</li> <li>- 발표가 끝난 팀에게는 상품 제공</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 팀 활동을 진행할 때 팀원들과 장난치지 않고 활동에 집중할 수 있도록 지도</li> <li>- 보조지도자는 발표 전 넥타이, 마이크 배분</li> <li>- 발표 시 발표하는 팀에 집중할 수 있도록 지도</li> <li>- 지도자는 모든 팀이 발표할 수 있도록 시간 분배에 유의</li> </ul>
<b>마무리 (10분)</b>	<p><b>[만족도 조사 및 회기 마무리] (10분)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 만족도 조사지 배부 및 진행</li> <li>- 2회기 프로그램 복습 후 3회기 프로그램에 대해 간략하게 소개</li> <li>- 마무리 인사를 통해 해당 회기 종료</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 만족도 조사에 모두 참여할 수 있도록 지도</li> <li>- 주변 정리 후 귀가 지도</li> </ul>

**[3회기]**

<b>단위프로그램명</b>	Lv.3 디지털 리터러시를 정복해보자!		
<b>단위프로그램 목표</b>	- 보드게임을 통해 디지털 리터러시 역량을 점검할 수 있다.	<b>대상 및 인원</b>	중학생 20명
<b>활동장소 (실내,실외,야외)</b>	중학교 교실 크기의 실내공간(약 21평)		
<b>준비물</b>	<b>사전:</b> PPT자료, 빔프로젝터, 현수막, 명찰, 구급 약품 <b>전개:</b> 부저, AAA 건전지, 보드게임 판[붙임 2], 게임 말, 스케치북, 게임카드, 주사위, 디지털 리터러시 완전정복 상품 <b>마무리:</b> 볼펜, 만족도 조사지		
<b>활동단계</b>	<b>활동내용</b>		<b>유의사항</b>
<b>도입 (15분)</b>	<b>[출석 확인 및 회기 소개] (5분)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 출석 여부 확인</li> <li>- 지도자 소개</li> <li>- 3회기 프로그램 소개</li> </ul> <b>[안전교육 실시] (10분)</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 코로나 19 예방 교육</li> <li>② 프로그램 진행 시 안전사고 대비 교육</li> <li>③ 재난 안전교육</li> </ol>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 프로그램 시작 전 1회기와 동일한 팀으로 자리 배치</li> <li>- 모든 청소년의 출석 파악 후 프로그램 진행</li> <li>- 지도자는 미리 정한 별명을 사용하여 진행</li> <li>- 안전교육에 집중할 수 있도록 지도</li> </ul>
<b>전개 (60분)</b>	<b>[디지털 리터러시 재정비] (20분)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1, 2회기 내용을 토대로 한 퀴즈 풀기 활동</li> <li>- 다음 규칙에 따라 활동 진행</li> <li>① 한 팀씩 돌아가면서 퀴즈 풀기</li> <li>② 10초 안에 답하면 점수 10점 추가, 제한시간 안에 답을 못하거나 틀릴 경우 다른 팀에게 기회 제공(맞출 시 5점 추가)</li> <li>③ 문제가 모두 끝나면 팀별 점수에 따라 이후 진행될 보드게임 활동 순서 지정</li> </ul> <b>[디지털 리터러시 완전정복] (40분)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 보드게임을 통해 디지털 리터러시 역량 점검</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1, 2회기 내용을 청소년들이 떠올릴 수 있도록 유도</li> <li>- 퀴즈 진행 시 보조지도자가 시간을 측정</li> <li>- 퀴즈를 틀릴 경우 비난이 아닌 격려 하도록 유도</li> <li>- 보조지도자는 활동 전 준비물 확인</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 활동 규칙</li> <li>① '디지털 리터러시 재정비' 활동의 1등 팀부터 오른쪽으로 돌아가며 진행</li> <li>② 주사위를 굴려 나온 숫자만큼 말 이동</li> <li>③ 도착한 칸의 점수에 따라 준비된 미션 중 하나를 뽑아 진행 (성공 시 점수 획득, 실패 시 점수 획득 X)</li> <li>④ 한 바퀴를 돌 때마다 5점씩 추가로 획득</li> <li>⑤ 한팀이 50점을 획득 시 게임 종료</li> <li>⑥ 순위에 따라 상품 차등 지급</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 모든 청소년이 활동에 참여할 수 있도록 기회 제공</li> <li>- 보드게임 진행 시 분위기가 과열되지 않도록 주의</li> <li>- 이동이 필요한 경우 안전사고에 유의</li> </ul>
<b>마무리 (15분)</b>	<p><b>[전체 회기 정리 및 만족도 조사] (15분)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 전체 회기 내용을 되짚어 보며 소감 발표</li> <li>- 만족도 조사지 배부 및 진행</li> <li>- 단체사진 촬영 후 귀가 안내</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 발표 시 발표자에게 집중하도록 지도</li> <li>- 만족도 조사에 모두 참여할 수 있도록 지도</li> <li>- 주변 정리 후 귀가 지도</li> </ul>



## 5. 안전관리 계획

- 프로그램 진행 시 안전교육을 실시하며 상황이 발생했을 때, 대처하기 위한 방법을 교육하여 안전을 보장한다.

### 1. 코로나 19 예방 교육

- 증상 발현자에 대해 대처하는 방법 교육
- 청결 지침 교육(손 씻기, 손 소독하기)
- 손소독제 비치 장소에 대해 교육
- 마스크 착용 권장

### 2. 프로그램 진행 시 안전관리 교육

- 프로그램 시작 전후 안전교육 실시 및 주요 대비 이동경로 교육
- 프로그램 진행 간에 응급환자 발생 시 대처하는 방법 교육
- 프로그램 진행 시 사용하는 도구의 위험성에 대한 교육

### 3. 재난 안전교육

- 화재 발생 시 유의사항 및 대처법 교육
- 자연재해 발생 시 대피 경로 안내 교육
- 자연재해 대처하는 방법 교육
- 완강기 위치 및 사용법 교육

### 4. 전담인력배치

- 코로나19 인원 사전 확인 후 귀가 혹은 불참 조치
- 전담인력 지정 및 구급함 배치

## 6. 프로그램 평가계획

- (1) 평가계획 : 1회기 브레인스토밍 활동을 통해 청소년들의 디지털 리터러시에 대한 배경지식을 확인하고 3회기 보드게임 활동 내의 다양한 미션을 통해 청소년에게 교육이 효과적으로 적용되었는지 확인할 것이다. 또한, 회기별 만족도 조사를 통해 청소년들의 의견을 파악하여 다음 프로그램에 반영하고, 총괄평가를 통해 전체 프로그램에 대한 청소년의 만족도와 개선사항 등을 파악하여 차후에 개선함으로써 더 나은 프로그램으로 발전할 것이다.

평가시기	내용	평가도구
사전평가	디지털 리터러시 사전 지식 확인	브레인스토밍 활동
과정평가	회기별 만족도 조사	1, 2회기 만족도 조사지
사후평가	목표달성 확인	각 활동 활동지
총괄평가	프로그램 만족도 조사	프로그램 만족도 조사지

- (2) 평가도구 : 만족도 조사지[붙임 3], 프로그램 만족도 조사지[붙임 4]

## 7. 기대효과

- 청소년들의 디지털 리터러시 역량 함량을 통해 올바른 디지털 문화 형성에 기여할 수 있다.
- 디지털 리터러시의 역량 함량으로 자신만의 디지털 주관을 형성하여 올바른 디지털 문화 활동을 할 수 있다.
- ‘속보입니다!’ 활동을 통해 가짜뉴스 판별능력을 함양하여 사실에 근거한 정보를 구분할 수 있다.
- 비판적 사고를 통해 정보를 받아들이는 과정에서 자신의 가치관을 형성하여 합리적으로 판단할 수 있다.

## [붙임 1] 2회기 '속보입니다!' 활동지

다과일 리더서시, 해방집 2회기

### <'속보입니다!' 활동지>

팀원 이름 : \_\_\_\_\_

1. 뉴스로 알려고 싶은 사건 떠올리기  
예시 : OOO가 직업을 핑계로 양배를 몰래 숨췄던 일. ㅋㅋ가 연미문을 파운 일  
후후이가 일치를 잘 맞은 일 등 실제로 있었던 일을 적어주세요!

2. 위의 사건들 중 하나를 선택해서 정리하기  
국하한적 : 누가, 언제, 어디서, 무엇을, 어떻게, 왜

다과일 리더서시, 해방집 2회기

3. 정리한 내용으로 뉴스 대본 만들기  
(대본 작성에 어려운 경우 레퍼리자간 역사를 참고해주세요)

다과일 리더서시, 해방집 2회기

4. 역할 정하기  
(모두가 참여할 수 있도록 해주세요)  
필수 역할 : 아니온서, 기자

**활동지를 다 작성한 팀은  
발표를 준비해주세요!**

다과일 리더서시, 해방집 2회기

### <'속보입니다!' 대본 예시>

▶ 아니온서 : 지난주 부산시 사상구에서 한 학생이 통로길에 넘어져 화제가 된 사건이 있었는데, \*\*\*기자가 자세히 알려드리겠습니다.

▶ 기자 : 네 저는 현재 부산시 사상구 \*\*\*중학교에 나와 있습니다. 지난주 이 학교에서 학생 김모군이 동료하던 중 넘어졌다고 합니다. 현장을 목격한 학생을 만나보도록 하겠습니다.

▶ 목격한 학생 : 동료하고 있었는데 앞에서 갑자기 넘어지더라고요. 깜짝 놀랐지만, 친구를 위해 모른 척했어요.

▶ 목격한 학생2 : 저도 동료들 하고 있었는데 어떤 물체를 보고 놀라서 넘어지는 것 같았어요.

▶ 기자 : 김모군이 넘어진 이유는 갑자기 넘어진 물체 때문으로 밝혀졌습니다. 다행히 다친 사람은 없었지만, 김모군이 보고 있던 핸드폰이 흩날려 날라고 합니다. 어살 \*\*\*기자였습니다.

- 순서나 구성은 자유롭게 하셔도 됩니다  
- 간단한 상황극이나 그림을 보여주는 장면 등을 추가해도 좋아요!

다과일 리더서시, 해방집 2회기

### <가파뉴스 체크리스트>

1. 언론서명, 기자 이름이 있나요?  
(예 = 1점, 아니요 = 0점)
2. 실제를 알 수 있는 전문가의 의견인가요?  
(예 = 1점, 아니요 = 0점)
3. 방송 만한 언론사에서 나온 기사인가요?  
(예 = 1점, 아니요 = 0점)
4. 참고자료의 출처가 분명하나요?  
(예 = 1점, 아니요 = 0점)
5. 기사나 글을 처음 접한 곳이 믿을 수 있는 곳인가요?  
(예 = 1점, 아니요 = 0점)
6. 맥락에 불 적 있는 글인가요?  
(예 = 0점, 아니요 = 1점)
7. 공유 수가 비정상적으로 많은가요?  
(예 = 0점, 아니요 = 1점)
8. 상식에 어긋난 내용이 포함되어 있나요?  
(예 = 0점, 아니요 = 1점)
9. 한 쪽의 입장만 나와있나요?  
(예 = 0점, 아니요 = 1점)
10. 기사 제목이 자극적이나요?  
(예 = 0점, 아니요 = 1점)

체크리스트 출처 : 연세대학교 비평(CF)연구소

다과일 리더서시, 해방집 2회기

### <가파뉴스 체크리스트>

팀명					
모형					
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
총점					



[붙임 3] 만족도 조사지

## 만족도 조사지

이 만족도 조사지는 프로그램에 참가하신 여러분들의 만족도 파악 및 프로그램 개선을 위한 설문지입니다. 목적 이외에 다른 어떠한 상황에서도 사용되지 않습니다. 질문을 잘 읽어 보시고 솔직하게 작성해주시면 감사하겠습니다.

**1. 해당되는 학년에 표시해주세요.**

- ① 중학교 1학년                      ② 중학교 2학년                      ③ 중학교 3학년

**2. 해당되는 성별에 표시해주세요.**

- ① 여자                      ② 남자

**3. 오늘 진행한 프로그램에 전반적으로 만족하나요?**

- ① 매우 그렇지 않다    ② 그렇지 않다    ③ 보통이다    ④ 그렇다    ⑤ 매우 그렇다

**4. 프로그램에 참여하는데 어려운 점은 없었나요?**

- ① 매우 그렇지 않다    ② 그렇지 않다    ③ 보통이다    ④ 그렇다    ⑤ 매우 그렇다

**5. 프로그램 시작 전 안전교육이 잘 이루어졌나요?**

- ① 매우 그렇지 않다    ② 그렇지 않다    ③ 보통이다    ④ 그렇다    ⑤ 매우 그렇다

**6. 프로그램은 적절하게 구성되어 있었나요?**

- ① 매우 그렇지 않다    ② 그렇지 않다    ③ 보통이다    ④ 그렇다    ⑤ 매우 그렇다

**7. 프로그램 활동 시간은 적절하였나요?**

- ① 매우 그렇지 않다    ② 그렇지 않다    ③ 보통이다    ④ 그렇다    ⑤ 매우 그렇다

**8. 오늘 활동에 참여한 소감을 적어주세요. (좋았던 점, 개선할 점 등)**

- 감사합니다 -

## 프로그램 만족도 조사지

이 만족도 조사지는 '디지털 리터러시, 레벨업!' 프로그램에 참가하신 여러분들의 만족도 파악 및 프로그램 개선을 위한 설문지입니다. 목적 이외에 다른 어떠한 상황에서도 사용되지 않습니다. 질문을 잘 읽어보시고 솔직하게 작성해주시면 감사하겠습니다.

- 해당되는 학년에 표시해주세요.

①중학교 1학년

②중학교 2학년

③중학교 3학년

- 해당되는 성별에 표시해주세요.

①여자

②남자

	매우 그렇다	그렇다	보통이다	그렇지 않다	매우 그렇지 않다
1. 프로그램의 내용 및 일정을 전체적으로 평가했을 때 만족하나요?	⑤	④	③	②	①
2. 프로그램은 적절하게 구성되어 있었나요?	⑤	④	③	②	①
3. 본 프로그램에서 지도자는 열정적으로 지도하였나요?	⑤	④	③	②	①
4. 시설 및 장소가 프로그램을 진행하기에 적합했나요?	⑤	④	③	②	①
5. 본 프로그램을 통해 디지털 리터러시가 무엇인지 알게 되었다.	⑤	④	③	②	①
6. 본 프로그램을 통해 디지털 리터러시를 실천하는 방법을 알게 되었다.	⑤	④	③	②	①

7. 본 프로그램 통해 가짜뉴스를 판별할 수 있게 되었다.	⑤	④	③	②	①
8. 본 프로그램을 통해 창의적 사고력을 기를 수 있었다.	⑤	④	③	②	①
9. 본 프로그램을 통해 비판적 사고력을 기를 수 있었다.	⑤	④	③	②	①
10. 이후에 주변 친구들에게 본 프로그램을 추천할 의향이 있나요?	⑤	④	③	②	①

- 프로그램에 대한 소감을 적어주세요. (좋았던 점, 개선할 점, 지도자에게 하고 싶은 말 등)

- 감사합니다 -

# 10대 청소년의 스트레스 해소를 위한 취미 개발 프로그램

## 스불재 : 스트레스가 불러온 재미

### 1. 개발 배경

“청소년기를 잘 보내야, 이후의 삶에 긍정적 영향이 돼”

청소년 시기, 즉, 사춘기에는 신체 성장과 더불어 성적 성숙에서도 큰 변화가 나타난다. 하지만 청소년 시기에 개인의 사회경제적 환경에 따라 그 변화는 큰 편차를 보인다. 이는 스트레스의 증가, 반사회적인 행동 그리고 낮은 삶의 만족도 등의 청소년기 이후의 삶 속 정신건강에도 영향을 미친다.

청소년기 정신건강에 대한 올바른 이해와 유연한 대응이 있어야 하며 스스로가 관리할 수 있는 능력을 기를 수 있는 자기관리 능력이 향상되어야 한다.

“코로나19 팬데믹 이후 청소년 스트레스에 취약해”

코로나19 스트레스는 우울 및 불안, 충동성 및 공격성에 영향을 미친다. 또 청소년을 둘러싼 사회적 환경이 청소년의 적응에 영향을 주는 것으로 나타났으며 코로나19로 인한 정서적 발달에 대한 결손은 정신건강 문제를 유발하고 있다.

질병관리청에서 실시한 제18차 청소년건강행태조사 발표회자료에 따르면 청소년의 정신건강은 19년 대비 20년은 개선이 되었지만, 21년에 이어 22년까지 악화되었다. 이는 20년 코로나19로 대면 교류, 학교생활 등의 스트레스가 줄어들었으나 21년도부터는 단계적 일상 복귀로 인해 스트레스가 다시 나타났다는 것을 알 수 있다.

(단위 : %)

구분	19년	20년	21년	22년
스트레스 인지율	39.9	34.2	38.8	41.3
우울감 경험률	28.2	25.2	26.8	28.7

출처 : 2022 청소년건강행태조사 주요 결과 (정신건강)

코로나19를 경험하고 비대면에 익숙했던 학생 청소년들은 대면 학업, 대인관계 등에서 오는 스트레스를 다루는 능력이 미비한 것으로 나타난다.

“입시 위주의 교육 현실은 학업 스트레스로 이어져”

한국의 많은 학생과 학부모는 명문대학으로의 진학을 원한다. 이를 위해 학교와 학원 또한 입시 위주의 교육을 펼치고 있다. 이에 적응하지 못한 학생들은 입시에 대한 부담감을 이기지



못하고 자살을 선택한다. 청소년이 자살을 생각하는 많은 이유 중 학업 관련 스트레스가 가장 높은 비율을 차지하고 있다. 아동청소년인권실태조사에서 자살을 생각하게 된 주된 원인이 학교 성적이며, 국가 간 비교에서도 우리나라 청소년은 대입 경쟁으로 인한 공부 압력이 주요 원인이다. 청소년들의 학업 스트레스는 자살 생각에 영향을 미친다. 스트레스 해소와 자살 예방을 위해 학업 스트레스 해소를 위한 방편이 마련되어야 한다.

#### “청소년들에게 스트레스를 적절하게 해소하는 방법을 찾게 해주어야”

청소년들에게 여가 활동이 중요한 이유는 청소년의 정서 안정 및 순화, 사회성과 도덕성 함양을 도모하기 때문이다. 청소년들에게 여가 활동은 학교생활에서 얻는 경험보다 더 다양한 인지적, 정의적, 심동적 학습을 가능하게 한다. 충분한 여가 활동시간이 제공되었을 때, 스트레스 해소 및 기분전환을 할 수 있으며 다시 학업에 집중할 수 있을 것이다.

청소년들은 스트레스를 해소하기 위해 스마트폰 활용과 폭식 등을 한다. 하지만 이는 건강한 자기관리로 보기는 어렵다. 우울 및 스트레스를 예방하는 것도 중요하지만, 이를 실제로 경험하였을 때, 관리하는 방법들도 중요하다. 건강한 스트레스 관리 방법을 개발하는 것이 필요하며 일상에서 모든 청소년이 자유롭게 참여할 수 있는 여건을 구축하는 것이 중요하다.<sup>1)</sup>

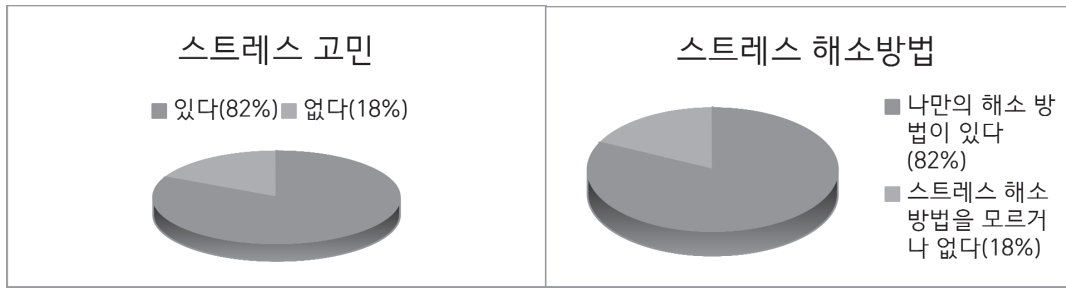
청소년들에게 적절한 스트레스 해소법을 찾게 해주어야 한다. 이는 우울, 자살뿐 아니라 학업에도 긍정적인 결과를 줄 수 있을 것이다.

#### “취미생활이 스트레스 완화에 긍정적인 영향을 미쳐”

교육콘텐츠 전문회사 스쿨잼에서 10대 청소년들의 스트레스 상태나 요인, 해소법 등을 알아보기 위해 10대 청소년 11명 대상으로 미니 인터뷰를 진행했다. 그 결과 스트레스로 고민해본 적이 있냐는 질문에 82%의 청소년이 있다고 답변하였다. 청소년의 스트레스 지수도 측정했다. 청소년에게 본인이 받는 스트레스를 측정한다면 10점 만점에 몇 점인지를 물어보았는데 인터뷰한 10대 청소년들의 스트레스 지수 평균은 6.3점이었다. 답변 중 가장 높은 스트레스 지수는 10점, 가장 낮은 스트레스 지수는 2점이었고, 스트레스가 아예 없다고 답한 청소년은 없었다.

스트레스 해소 방법에 대해 물었을 때 18%의 청소년들은 스트레스 해소 방법을 모르거나 없다고 답변하였고 82%의 청소년들은 나만의 스트레스 해소 방법이 있다고 답변하였다.

나만의 스트레스 해소 방법 중 책을 읽거나 악기 연주를 하는 등의 취미 생활하기가 답변으로 나왔다. 초등학교 고학년인 한 학생은 “제 스트레스 푸는 방법은 엄마에게 나에게 있었던 이야기를 실컷 쏟아내는 거예요. 다른 방법은 놀이터에 나가서 신나게 노는 것. 좋아하는 슬라임을 실컷 가지고 놀면 기분이 또 풀리기도 해요.”라고 답변하였다. 이를 통하여 취미생활을 하는 것이 스트레스 완화에 효과적이란 것을 알 수 있다.



### “청소년 활동, 이제는 학교로 찾아가야 해”

여성가족부는 코로나19로 인한 청소년의 활동 축소와 심리·정서적 문제를 해소하기 위해 여성가족부와 교육부, 교육청 등이 협력할 필요가 있다고 밝혔다. 이는 학교와 청소년기관과의 연계를 강화할 필요가 있음을 나타낸 것이다. 학교가 청소년시설과 협력하기 힘든 이유는 교육정책과 청소년정책이 상호 연계하는 중앙 차원의 시스템이 부족한 이유가 컸다. 코로나로 인하여 청소년들의 활동이 많이 축소되었다. 활동 축소에 따른 위와 같은 심리, 신체적 문제를 해소하기 위하여 노력해야 하며, 청소년들이 부담없이 참여하고, 양질의 프로그램을 제공하기 위해서는 청소년수련기관과 학교의 연계가 필요하다.

또한 청소년 수련시설 등은 학교가 가진 시설의 한계점을 받쳐줄 수 있으므로 학교에서 하지 못하는 활동들을 수련시설과 연계하여 진행한다면 보다 더욱 다양한 활동들을 청소년들에게 제공해 줄 수 있다. 다양한 활동들을 경험하고 체험하는 것이 청소년들의 능력향상에 도움이 된다. 한국청소년정책연구원의 보고서에 따르면 체험활동을 한 청소년이 그렇지 않은 청소년에 비해 학교생활 적응, 사회정서발달, 공동체의식, 타문화 수용도에서 보다 좋은 성취수준을 보이는 것으로 나타났다. 실제 인천광역시 청소년수련관에서는 학교연계 프로그램으로 ‘창의적체험활동’, ‘특수학급 환경생태교실’, ‘진로톡톡(Talk Talk)’ 등의 프로그램을 진행하고 있다.

청소년의 다양한 활동 연계를 위해 민관의 협력이 필요하며 학교와 청소년 수련시설의 연계가 필요하다.

위의 내용을 보면, 자기관리 능력(우울 및 스트레스 관리능력) 향상이 청소년들에게 필요하다. 청소년들 스스로가 스트레스를 적절하게 해소하는 방법과 취미를 찾아낼 수 있어야 한다. 그러기 위해서 국가, 정부, 정책, 제도 등 다방면으로 노력하여야 한다. 청소년이 스스로 스트레스를 관리할 수 있도록 자기관리 역량을 높이고, 더 나아가 타인의 자기관리 및 정신건강의 문제에 관심을 가지는 것을 목적으로 하여 청소년의 자기관리 능력을 향상할 수 있는 취미 개발 프로그램을 실시해보고자 한다. 또, 학생이 스스로 정신건강을 관리하며 더 나아가 타인의 정신건강까지 관심을 기울일 수 있는 존재로 만들고자 한다.

## 2. 프로그램 목적과 목표

(1) 목 적 : 복합적인 원인의 스트레스를 가진 청소년들을 대상으로 프로그램을 통해 자신의 스트레스 상태를 점검하고 해소할 방법을 찾는다.

### (2) 목 표

- ① 청소년의 자기 이해를 통해 스트레스 관리능력을 향상할 수 있다.
- ② 청소년의 우울(스트레스) 검사를 실시하여 자신의 스트레스 상태를 파악할 수 있다.
- ③ 청소년 스스로가 취미 소개 및 스트레스를 해소할 수 있는 취미를 개발할 수 있다.

## 3. 프로그램 일정표

### (1) 개 요

- 1) 사업추진 기간 및 시간 : 7회기 진행 (2주에 1회기씩 진행 예정)
- 2) 사업추진 장소 : 부산대학 사범대학교 부설 고등학교 교내 빈 교실, 부산대학교 주변 볼링장(클라운스트라이크), 부산가톨릭대학교 학생회관 2층 소극장
- 3) 사업추진 대상 및 인원 : 부산대학 사범대학교 부설 고등학교 고등학생 30명, 자원봉사자 5명

### (2) 프로그램 일정

구분	시간	소요시간	단위 프로그램명
1회기	14:10 ~ 15:00	50분	“스볼재 : 스트레스가 불러온 재미”
	15:10 ~ 16:00	50분	“나를 찾아서”
2회기	14:10 ~ 16:10	120분	“나 들여다 보기”
3회기	14:10 ~ 15:00	50분	“대나무 숲 놀이터 1”
	15:10 ~ 16:00	50분	“나에게도 얘기해줘”
4회기	14:10 ~ 16:10	120분	실내 취미개발 활동 1
5회기	14:10 ~ 16:10	120분	실내 취미개발 활동 2
6회기	14:10 ~ 16:10	120분	실외 취미개발 활동
7회기	14:10 ~ 15:00	50분	“대나무 숲 놀이터 2”
	15:10 ~ 16:05	55분	“나는 내가 지킨대.”

1) 한국청소년정책연구원. (2021). 10대 청소년의 정신건강 실태조사.

#### 4. 단위 프로그램 내용 (1회기-1)

단위프로그램명	“스불재 : 스트레스가 불러온 재미”		
단위프로그램 목표	8회기 프로그램의 진행을 이해할 수 있다. 대상 청소년이 스트레스 관리의 중요성을 이해할 수 있다.	대상 및 인원	부산대학교사범대학부설고등학교 학생30명
활동장소 (실내,실외,야외)	부산대학교사범대학부설고등학교 교실 (실내)		
준비물	인적 자원: 주요진행자 1명, 보조진행자 2명 물적 자원: 지각된 스트레스 척도(PSS-14) 설문지(30장 or 네이버 폼), 취미개발 욕구조사 설문지(30장 or 네이버 폼), 빔 프로젝트, 컴퓨터, 제비뽑기 통, 필기류(볼펜 30개), 책상, 의자		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	총 8회기로 진행되는 “스불재 : 스트레스가 불러온 재미”의 OT를 진행함. 프로그램 진행을 맡은 청소년지도사가 자기소개 및 프로그램 진행 이유, 목적을 알림. 진행자와 청소년의 어색함을 풀기 위해 아이스브레이킹을 실시함. 아이스브레이킹으로 청소년들이 순서대로 자기소개를 하는데, 그것을 다음 사람이 똑같이 말하며 자기소개를 이어감. 아이스브레이킹으로 기억 자기소개를 실시함. 청소년들이 순서대로 자기소개를 함. 5명 이상을 자기소개한 내용을 말하는 학생에게 소정의 상품을 전달함. (20분)	집중하지 못하는 청소년에게 관심을 기울인다.	
전개	전반적인 활동 과정에 관해 설명함. 스트레스 관리가 앞으로 중요한 점에 관해 설명함. 취미생활이 스트레스 관리에 긍정적인 영향을 끼침을 설명함. (15분)		
마무리	청소년의 욕구에 맞는 취미개발 활동을 진행하는 것을 설명함. 각 취미개발 활동에 관해 간략한 설명을 함. 실내(교내) 활동 2개와 실외(교외) 활동 1개를 선택하는 설명을 함. 취미개발 욕구조사지를 배포함. 지각된 스트레스 척도(PSS-14) 사전 설문지를 배포한 뒤 조사함. 제비뽑기를 통해 조를 구성하기 구성함. (10분)		

## 4. 단위 프로그램 내용 (1회기-2)

단위프로그램명	“나를 찾아서”		
단위프로그램 목표	자신을 돌아보는 시간을 가지며 자신을 이해할 수 있다.	대상 및 인원	부산대학교사범대 학부설고등학교 학생 30명
활동장소 (실내,실외,야외)	부산대학교사범대학부설고등학교 교실 (실내)		
준비물	인적 자원: 주요진행자 1명, 보조진행자 2명 물적 자원: 2등분한 4절지 30장(4절지 15장), 유성매직, 빔 프로젝트, 컴퓨터, 필기류(볼펜 30개), 책상, 의자		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	스트레스와 자기이해의 관련성 및 중요성을 설명함. 자기이해 마인드맵과 자신의 인생그래프를 그리는 것을 안내함. (15분)	보조진행자가 진행을 도움.	
전개	자기이해 마인드맵과 자신의 인생그래프를 작성함. 작성한 마인드맵과 인생그래프를 참여자들의 동의를 구해 발표하는 시간을 가짐. (25분)		
마무리	질의응답 시간을 가짐. 이번 회기 활동을 정리하며 자기이 해의 중요성을 한번 더 강조함. 1차시 “스볼재:스트레스가 불러온 재미”에서 진행한 취미개발 욕구조사 결과를 안내 함. 다음 회기 활동을 안내하며 마무리함. (10분)		

#### 4. 단위 프로그램 내용 (2회기)

단위프로그램명	“나 들여다 보기”		
단위프로그램 목표	스트레스 검사를 통해 스트레 스 정도를 파악할 수 있다. 스트레스를 겪는 상황을 공유 함으로써 또래 청소년들 간의 스트레스 요인을 파악할 수 있 다.	대상 및 인원	부산대학교사범대 학부설고등학교 학생 30 명
활동장소 (실내,실외,야외)	부산대학교사범대학부설고등학교 교실 (실내)		
준비물	인적 자원: 주요진행자 1명, 보조진행자 2명 물적 자원: Abell(1991) 스트레스 척도 25문항, Conger(1992) 경제 적 스트레스 척도 8문항 설문지(30장 or 네이버 폼), 빔 프로젝트, 컴퓨터, 필기류(볼펜 30개), 책상, 의자		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	회기를 시작하며 회기 활동을 소개함. 스트레스 관련 설문지를 배포 및 실시함. (30분)		활동 중간 참여자에게 쉬는 시간을 제공함. (10~15분)
전개	스트레스 관련 설문지를 검사한 뒤 설문지에 관해 설명함. 검사지 결과에 관해 설명함. (25분)  스트레스 정도 파악의 중요성에 관해 설명함. (10분)  스트레스 상황과 해소 방법에 관해 참여자 간 공유하는 시간을 가짐. 참여자 간 스트레스 관련 정보를 공유하며, 보편성을 경험함. (15분) (총 50분)		
마무리	질의응답 시간을 가짐. 다음 회기 활동을 안내하며 마무리 함. (15분)		

## 4. 단위 프로그램 내용 (3회기-1)

단위프로그램명	"대나무 숲 놀이터 1"		
단위프로그램 목표	자신의 걱정에 대해 구체적으로 파악할 수 있다. 걱정인형을 만들며 느낀점을 말하고 서로 공감함으로써 공감능력을 향상할 수 있다. 스트레스 관리 능력을 향상할 수 있다.	대상 및 인원	부산대학교사범대 학부설고등학교 학생 30 명
활동장소 (실내,실외,야외)	부산대학교사범대학부설고등학교 교실 (실내)		
준비물	인적 자원: 주요진행자 1명, 보조진행자 5명 (자원봉사자) 물적 자원: 빔 프로젝트, 컴퓨터, 필기류(볼펜 30개), 책상, 의자, 풀 (개인지참), 가위 30개 (개인지참), 뜨개실(12개), 4절지(5장)		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	스트레스 관리를 위한 취미활동 중 하나로 걱정인형을 만드는 것을 소개함. 걱정인형이 무엇인지, 만드는 방법에 관해 설명함. (10분)		발표한 학생에게는 소정의 상품 (문화상품권, 기관홍보물품 등)을 전달함.
전개	걱정인형 모양을 구상하고 직접 만드는 시간을 가져봄. (25분)		
마무리	걱정인형을 만들며 참여자들이 들었던 생각, 감정 등을 참여자끼리 공유하는 시간을 가짐. 소감 발표와 다음 회기 안내를 하며 마무리함. (15분)		

#### 4. 단위 프로그램 내용 (3회기-2)

단위프로그램명	“나에게도 얘기해줘”		
단위프로그램 목표	또래 청소년들과 취미활동을 공유하며 자신에게 맞는 취미를 찾을 수 있다.	대상 및 인원	부산대학교사범대 학부설고등학교 학생 30명
활동장소 (실내,실외,야외)	부산대학교사범대학부설고등학교 교실 (실내)		
준비물	인적 자원: 주요진행자 1명, 보조진행자 2명 (자원봉사자) 물적 자원: 빔 프로젝트, 컴퓨터, 필기류(볼펜 30개), 책상, 의자		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	조별로 착석한 뒤 시작함. 취미활동이 스트레스 관리에 긍정적인 영향을 미친다는 내용을 설명함. (10분)	발표한 학생에게는 소정의 상품 (문화상품권, 기관홍보물품 등)을 전달함.	
전개	참여자 간 취미생활을 공유하는 시간을 가짐. 적극적으로 참여하는 참여자에게 소정의 상품(문화상품권, 기관홍보물품 등)을 제공함. (10분) 조별로 공유한 취미생활을 정리한 뒤 발표를 하는 시간을 가짐. 누가, 어떤 취미를 가지고 있는지 등을 조별 기억력 테스트 게임을 진행함. (20분)		
마무리	질의응답 시간을 가짐. 이번 회기 활동을 마무리하며 취미 생활, 활동이 스트레스 관리에 긍정적이라는 점을 한번 더 강조함. (10분)		



## 4. 단위 프로그램 내용 (오일 파스텔)

단위프로그램명	“나의 이드를 찾아서”		
단위프로그램 목표	스트레스를 해소할 수 있는 여러 가지 취미 소개 및 취미활동을 공유하며 자신에게 맞는 취미를 찾을 수 있다.	대상 및 인원	부산대학교사범대 학부설고등학교 학생 30명
활동장소 (실내,실외,야외)	부산대학교사범대학부설고등학교 교실 (실내)		
준비물	인적 자원: 주요진행자 1명, 보조진행자 5명 (자원봉사자) 물적 자원: 소프트 오일파스텔 금속 24색 세트 (1개), 빔 프로젝트, 컴퓨터, 필기류(볼펜 30개), 책상, 의자, 가위 (각 30개 개인지참), 4절지 (21개)(1/2한 4절지 30장=4절지 15장, 6장), 마스킹테이프 (1개)		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	조별로 착석한 뒤 시작함. 주 진행자가 오일파스텔 그림 그리기에 관해 설명함. 오일파스텔 기획 동기, 활동으로 나 타나는 실제 효과 및 기대효과, 이름의 뜻 등을 설명함. (15분)		발표한 학생에게는 소정의 상품 (문화상품권, 기관홍보물품 등)을 전달함.  활동 중간 참여자에게 쉬는 시간을 제공함. (10~15분)
전개	참여자들은 각 조 구성원들이 개별적으로 그림 주제를 정하고, 미리 반으로 잘라놓은 4절지에 오일파스텔 그림 을 그리기 시작함. (40분)  모든 그림이 완성된 후에는 각 조원들이 자신의 그림 을 다른 조원들에게 설명함. 모든 조원들의 설명이 끝난 후에는 개별 그림을 조의 4절지에 맞춰서 오려서 붙임. (15분)  4절지를 꾸미며 조의 작품이 완성됨. 작품 완성 이후에는 조별로 완성된 작품에 대해 서로에게 그림 주제에 관한 설명과 그림 주제를 선택한 이유 등을 공유함. (10분)		
마무리	참여자끼리 활동 소감, 감정, 기분 등을 서로 나눔. 정리를 다 같이 한 뒤, 다음 회기를 안내하며 마무리함. (10분)		

#### 4. 단위 프로그램 내용 (디퓨저 만들기)

단위프로그램명	“나의 니치 룸”		
단위프로그램 목표	스트레스를 해소할 수 있는 여러 가지 취미 소개 및 취미활동을 공유하며 자신에게 맞는 취미를 찾을 수 있다.	대상 및 인원	부산대학교사범대 학부설고등학교 학생30명
활동장소 (실내,실외,야외)	부산대학교사범대학부설고등학교 교실 (실내)		
준비물	인적 자원: 주요진행자 1명, 보조진행자 5명 (자원봉사자) 물적 자원: 빔 프로젝트, 컴퓨터, 책상, 의자 1. 디퓨저공병 원형동용기 50ml 디퓨저 만들기 (30개) 2. 디퓨저 DIY 만들기 리필액 200ml (8개) 3. 디퓨저 스틱 (30개)		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	조별로 착석한 뒤 시작함. 주 진행자가 디퓨저 만들기에 관해 설명함. 디퓨저 만들기 기획 동기, 활동으로 나타나는 실제 효과 및 기대효과, 이름의 뜻, 만드는 방법 등을 설명 함. (20분)		활동 중간 참여자에게 쉬는 시간을 제공함. (10~15분)
전개	참여자 본인만의 디퓨저를 만듦. (30분) 디퓨저를 다 만든 뒤, 조별로 설명하는 시간을 가짐. 향을 고르게 된 이유, 향을 맡았을 때 자신 혹은 조원의 느낌은 어떠한지 등을 함께 앉아 있는 조원에게 설명함. (20분) 조원 간 상호 설명이 끝난 뒤 조별로 가장 우수작품, 독특 한 작품을 선별하여 설명 및 발표를 함. 발표한 학생에게는 소정의 상품(문화상품권, 기관홍보물품 등)을 전달함. (15분)		
마무리	참여자끼리 활동 소감, 감정, 기분 등을 서로 나눔. 정리를 다 같이 한 뒤, 다음 회기를 안내하며 마무리함. (15분)		

## 4. 단위 프로그램 내용 (석고 방향제 만들기)

단위프로그램명	“나의 방향을 향해”		
단위프로그램 목표	스트레스를 해소할 수 있는 여러 가지 취미 소개 및 취미활동을 공유하며 자신에게 맞는 취미를 찾을 수 있다.	대상 및 인원	부산대학교사범대 학부설고등학교 학생 30명
활동장소 (실내,실외,야외)	부산대학교사범대학부설고등학교 교실 (실내)		
준비물	인적 자원: 주요진행자 1명, 보조진행자 5명 (자원봉사자) 물적자원: 빔 프로젝트, 컴퓨터, 책상, 의자 1. 석고 방향제용 석고가루 1kg (2개) 2. 올리브 리퀴드 1L (1개) 3. 향 오일 30ml (12개) 4. 종이컵 80개입 (1개) 5. 나무젓가락 60개입 (1개) 6. 실리콘 틀 (3개) 7. 저울 (6개)		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	조별로 착석한 뒤 시작함. 주 진행자가 석고 방향제 만들기 기에 관해 설명함. 석고 방향제 만들기 기획 동기, 활동으로 나타나는 실제 효과 및 기대효과, 이름의 뜻, 만드는 방법 등을 설명함. (10분)	활동 중간 참여자에게 쉬는 시간을 제공함. (10~15분)	
전개	참여자들은 각자 자신만의 석고방향제를 만듦. (40분) 석고 방향제를 만든 후 자신이 선택한 향을 고른 이유와 그 향을 맡았을 때 자신 혹은 조원들이 느낀 감정 등을 함 께 앉아 있는 조원들에게 설명하는 시간을 가짐. (20분) 조원들 간 상호 설명이 끝난 뒤, 각 조는 가장 우수한 작 품 또는 독특한 작품을 선별하여 발표를 진행함. 발표한 학 생들에게는 소정의 상품(문화상품권, 기관홍보물품 등)을 제공함. (30분)		
마무리	참여자끼리 활동 소감, 감정, 기분 등을 서로 나눔. 정리를 다 같이 한 뒤, 다음 회기를 안내하며 마무리함. (10분)		

#### 4. 단위 프로그램 내용 (뜨개질)

단위프로그램명	"모여봐요 뜨개의 숲"		
단위프로그램 목표	스트레스를 해소할 수 있는 여러 가지 취미 소개 및 취미활동을 공유하며 자신에게 맞는 취미를 찾을 수 있다.	대상 및 인원	부산대학교사범대 학부설고등학교 학생 30명
활동장소 (실내,실외,야외)	부산대학교사범대학부설고등학교 교실 (실내)		
준비물	인적 자원: 주요진행자 1명, 보조진행자 2명 (자원봉사자) 물적 자원: 빔 프로젝트, 컴퓨터, 책상, 의자 1. 뜨개실 (10개) 2. 뜨개바늘 (30개) 3. 뜨개질 도안(4종류), 영상자료		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	조별로 착석한 뒤 시작함. 주 진행자가 뜨개질에 관해 설명함. 뜨개질 기획 동기, 활동으로 나타나는 실제 효과 및 기대효과 등을 설명함. 뜨개질 영상을 시청하며 활동 방법을 설명함. (25분)	활동 중간 참여자에게 쉬는 시간을 제공함. (10~15분)	
전개	참여자들은 주어진 도안과 영상을 참고하여 직접 뜨개질 작품을 만들어봄. 뜨개질을 시작하기 전에 참여자가 다른 도안을 원할 경우 휴대폰으로 검색할 수 있도록 주 진행자 또는 보조 진행자가 도움을 제공함. (50분) 뜨개질 작품이 완성된 후, 각 조는 설명하는 시간을 가짐. 이 시간 동안 참여자들은 선택한 도안을 고른 이유, 뜨개질을 할 때 느낀 기분, 작품을 완성한 후의 감정 등을 함께 앉아 있는 조원들에게 설명을 진행함. 각 조원들은 서로의 작품과 그 배경에 대해 이야기하고 공유함. (20분)		
마무리	참여자끼리 활동 소감, 감정, 기분 등을 서로 나눔. 정리를 다 같이 한 뒤, 다음 회기를 안내하며 마무리함. 발표한 학생에게는 소정의 상품(문화상품권, 기관홍보물품 등)을 전달함. (15분)		

#### 4. 단위 프로그램 내용 (보드게임)

단위프로그램명	“보드게임 챌린지”		
단위프로그램 목표	스트레스를 해소할 수 있는 여러 가지 취미 소개 및 취미활동을 공유하며 자신에게 맞는 취미를 찾을 수 있다.	대상 및 인원	부산대학교사범대 학부설고등학교 학생 30명
활동장소 (실내,실외,야외)	부산대학교사범대학부설고등학교 교실 (실내)		
준비물	인적 자원: 주요진행자 1명, 보조진행자 2명 (자원봉사자) 물적 자원: 빔 프로젝트, 컴퓨터, 책상, 의자 1. 보드게임 ‘사보타지’ (2개) 2. 보드게임 ‘보난자’ (2개) 3. 보드게임 ‘우노(UNO)’ (2개)		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	조별로 착석한 뒤 시작함. 조장을 선별함. 조장은 점수 책정, 게임 뒷정리 등 역할을 취함. 주요진행자가 보드게임에 관해 설명함. 보드게임 기획 동기, 활동으로 나타나는 실제 효과 및 기대효과 등을 설명함. (15분)		활동 중간 참여자에게 쉬는 시간을 제공함. (10~15분)
전개	한 게임당 30분의 진행 시간을 가짐. 30분간 보드게임을 즐기는 시간이 마무리 되면, 조별 게임을 교체하는 시간을 5분간 가짐. 총 3가지 보드게임을 모두 즐기면 보드게임 진행을 마무리함. (30분 – 5분 – 30분 – 5분 – 30분) (총 100분 소요)		
마무리	조별로 보드게임 뒷정리를 진행함. (5분) 참여자끼리 활동 소감, 감정, 기분 등을 서로 나눔. 정리를 다 같이 한 뒤, 다음 회기를 안내하며 마무리함. 발표한 학생에게는 소정의 상품(문화상품권, 기관홍보물품 등)을 전달함.(15분)		

#### 4. 단위 프로그램 내용 (공연 및 버스킹 관람)

단위프로그램명	“나의 슬기로운 문화생활”		
단위프로그램 목표	스트레스를 해소할 수 있는 여러 가지 취미 소개 및 취미활동을 공유하며 자신에게 맞는 취미를 찾을 수 있다.	대상 및 인원	부산대학교사범대 학부설고등학교 학생30명
활동장소 (실내,실외,야외)	부산대학교사범대학부설고등학교 교실 (실내)		
준비물	인적 자원: 주요진행자 1명, 보조진행자 2명 (자원봉사자), 밴드동아리(하얀목소리, 돌파구) 물적 자원: 빔 프로젝터, 컴퓨터, 책상, 의자 스피커, 의자, 마이크, 악기(신디사이저, 기타, 드럼 등), 보면대, 악보, 조명, 종이(타임테이블, 입장권 등)		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	주 진행자가 출발 전 문화생활이 스트레스 해소에 도움이 된다는 내용과 이번 회기 활동에 관해 설명함. 공연 장소로 이동 전 사전 안전교육을 진행함 (15분) 밴드 공연 장소로 이동함 (30분, 도보 기준)	보조진행자가 돌발상황에 대처할 수 있도록 주의함.	
전개	밴드 동아리 공연을 관람함. (40분 / 동아리별 20분 내외)		
마무리	다음 회기(7회기)까지 소감문 및 감상평을 작성 후 제출하라고 안내한 뒤 마무리 함. (5분) 인원을 확인한 뒤 학교로 복귀함. (30분, 도보 기준)		

#### 4. 단위 프로그램 내용 (볼링)

단위프로그램명	"손이 가요 손이 가 볼링에 손이 가요~"		
단위프로그램 목표	스트레스를 해소할 수 있는 여러 가지 취미 소개 및 취미 활동을 공유하며 자신에게 맞 는 취미를 찾을 수 있다.	대상 및 인원	부산대학교사범대 학부설고등학교 학생30명
활동장소 (실내,실외,야외)	클라운스트라이크 (교외. 실내)		
준비물	인적 자원: 주요진행자 1명, 보조진행자 2명 (자원봉사자) 물적자원: 볼링공, 볼링화, 수건 볼링장 이용비용, 신발 대여료		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	주 진행자가 출발 전 볼링에 관한 설명을 함. 볼링 활동의 기획 동기, 활동으로 나타나는 실제 효과 및 기대효과, 이 름의 뜻 등을 설명함. (10분) 활동 장소로 이동 전 사전 안전교육을 진행함. (10분) 활동 장소로 이동함. (20분, 도보 기준)	보조진행자가 돌발상황에 대처할 수 있도록 주의함.	
전개	볼링 한 게임당 30분 정도의 진행 시간을 가짐. 조별 2게임씩 진행함. (30분, 30분) (총 60분 소요)		
마무리	볼링 활동을 통해 스트레스가 풀렸는지, 취미생활로 적합한지 등을 참여자 간 묻고 답하는 시간을 가짐. (10분) 다음 회기(7회기)까지 소감문 및 감상평을 작성 후 제출하라고 안내한 뒤 마무리함. (5분) 학교로 복귀함. (20분)		

#### 4. 단위 프로그램 내용

단위프로그램명	"대나무 숲 놀이터 2"		
단위프로그램 목표	무엇이 스트레스인지 명확히 구분할 수 있다. 참여자의 스트레스를 해소할 수 있다.	대상 및 인원	부산대학교사범대 학부설고등학교 학생30명
활동장소 (실내,실외,야외)	부산대학교사범대학부설고등학교 교실 (실내)		
준비물	인적 자원: 주요진행자 1명, 보조진행자 2명 (자원봉사자) 물적자원: 빔 프로젝트, 컴퓨터, 책상(30개), 의자(30개) 반으로 자른 4절지 (30장, 4절지 15장), 유성매직 (3세트)		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	주진행자가 스트레스 관리를 위한 취미활동 중 하나로 종이 찢기 활동을 소개함. 각자 받은 종이에 걱정, 스트레스 등을 적고 종이를 찢는 행동으로 스트레스가 완화될 수 있음을 안내함. (10분)	주요진행자 1명 보조진행자 2명  발표자가 없을 시 주요 진행자는 보조 진행자에게 발표하는 것 등을 요청함.	
전개	종이에 참여자들의 걱정거리를 적고 찢는 활동을 하며 서로의 스트레스를 해소함. (25분)		
마무리	참여자들의 활동 소감, 감정, 기분 등을 서로 나눔. 정리를 다 같이 한 뒤, 다음 회기를 안내하며 마무리함. 발표한 학생에게는 소정의 상품(문화상품권, 기관홍보물품 등)을 전달함. (15분)		



## 4. 단위 프로그램 내용

단위프로그램명	“나는 내가 지킨다.”		
단위프로그램 목표	상황별 스트레스 요인을 정리 할 수 있다. 상황별 스트레스 대처 계획을 작성해보며 스트레스를 건강하 게 해소할 수 있다.	대상 및 인원	부산대학교사범대 학부설고등학교 학생30 명
활동장소 (실내,실외,야외)	부산대학교사범대학부설고등학교 교실 (실내)		
준비물	인적 자원: 주요진행자 1명, 보조진행자 2명 (자원봉사자) 물적자원: 빔 프로젝트, 컴퓨터, 책상(30개), 의자(30개) 4등분 한 4절지 (32장, 4절지 8장), 유성매직 (3세트)		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	스트레스 관리를 위해 스트레스 관리 계획서를 작성함. 각 자 받은 종이에 참여자들의 스트레스 관리 계획을 적고 확 인하는 활동임을 주진행자가 참여자들에게 안내함. 스트레 스 상황일 때, 어떻게 헤쳐나갈 것인지, 어떤 행동이 스트 레스 완화에 도움이 되는지 등을 예시를 통해 설명함. (10 분)	주요진행자 1명 보조진행자 2명  발표자가 없을 시 주요 진행 자는 보조 진 행자에게 발표 하는 것 등을 요청함.	
전개	참여자들이 개별 스트레스 관리 계획서를 작성함. (25분) 참여자 간 계획서를 공유하는 시간을 가짐. 적극적으로 참 여하는 참여자에게 소정의 상품(문화상품권, 기관홍보물품 등)을 제공함. (10분)		
마무리	참여자들의 활동 소감, 감정, 기분 등을 서로 나눔. 스트레 스로부터 ‘나를 지키고 너를 지키는 지킴 서약서’를 작성함. 활동 소감 및 서약서 내용을 발표한 학생에게는 소정의 상 품(문화상품권, 기관홍보물품 등)을 전달함. (10분)		

## 5. 안전관리 계획

### ○ 상황별 안전관리 계획

(공통) 안전교육 내용 중 참여자에게도 부상자 발견 시 진행자에게 연락하는 것을 알림.

#### - 외부 활동 이동 시 교통안전 관리계획

외부 활동을 하기 위해 이동 시, "주요진행자"가 통솔하여 안전하게 이동함.

"보조진행자"가 3조 뒤, 6조 뒤에 있으며 안전에 유의하며 인솔함.

부상자가 발생한 경우, 부상자를 발견한 모든 사람은 즉각 "주요진행자"에게 연락하여 부상자 발생을 알림.

"주요진행자"는 "보조진행자"에게 부상자를 병원, 해당학교, 외부 활동 기관의 의료시설 등으로의 이동에 동행을 부탁함.

큰 부상일 경우 "보조진행자"은 119에 연락함.

"보조진행자"는 당황하고 있는 참여자들을 진정시킴.

"주요진행자"는 "보조진행자"의 의료시설 동행 출발을 확인한 뒤 다시 외부 활동 장소로 참여자들을 인솔함.

#### - 외부 활동 인원 관리 계획

"주요진행자"가 원활한 인원 파악을 위해 이동 전 각 조의 조장을 지정함. 조장에게 다음의 안내 사항을 전달함.

안내 사항 1. 조 인원의 연락처를 미리 파악하기.

안내 사항 2. 외부 활동을 위한 이동 시 조 인원을 수시로 확인하기.

안내 사항 3. 인원이 맞지 않을 시 이탈 인원에게 즉시 연락하여 위치를 파악하기.

안내 사항 4. 연락이 되지 않을 시 "주요진행자" 또는 "보조진행자"에게 즉각 알리기.

"보조진행자"는 "주요진행자"의 안내에 따라 인원을 수시로 파악함.

"진행자"는 이동 전, 이동 중, 이동 후에 인원 확인을 필수로 진행함.

이탈 인원 발생 시, "주요진행자"는 전 인원 이동을 잠시 멈춤. 인원 수를 파악하여 이탈한 인원을 파악 및 소재 파악을 함.

"주요진행자"와 "보조진행자"은 나머지 인원을 지도하여 마저 이동함. "보조진행자"는 이탈 인원과 연락하여 복귀할 수 있도록 인솔함.

복귀 시 "보조진행자"는 "주요진행자"에게 복귀를 알림.

#### - 칼/가위 등 이용 시 안전관리 계획

칼, 가위 등 날카로운 물건을 활용한 활동을 할 때, 참여자들에게 지도자들의 통솔에 잘 따라오라고 안내함.

장난 및 다툼이 일어나지 않도록 조마다 진행자 및 자원봉사자를 붙여 진행하도록 함.

활동 도중 부상자를 대비한 구급키트를 마련함. 실제 부상자가 발생했을 경우, 이를 발견한 "보조

진행자" 및 "참여자"는 "주요진행자"에게 부상자가 있다는 것을 알림. "주요진행자"는 활동 진행을 잠시 멈춘 뒤 "보조진행자"에게 응급처치를 요청함. "주요진행자"는 부상 정도를 살펴본뒤, 부상자의 의견에 따라 보건실 및 119를 부르는 등의 조치를 취함. 119 구조 요청을 할 경우, "보조진행자"가 연락을 신속히 취함.

#### - 볼링 프로그램 진행시 안전계획

볼링장으로 출발하기 전 학교에서 볼링 자세, 볼링 규칙 등을 안내함.

"주요진행자"가 볼링의 기본자세를 가르쳐주고 기본자세를 활용하여 "주요진행자"는 볼링자세 시범을 보임.

그 이후 손가락의 부상을 예방하기 위해 "주요진행자"와 "보조진행자"가 "참여자"와 함께 스트레칭 및 몸풀기를 진행함.

볼링 게임 중 각 게임이 마치게 되면, 각 조의 조장은 조원의 부상 여부를 파악하여 "진행자"에게 전달함. 부상 여부를 확인한 뒤, 다음 게임을 진행함.

만약 부상자가 발생한다면, "보조진행자"가 119를 부르거나 병원으로 이동함.

"주요진행자"는 리프팅 테이프로 손가락을 감는 등의 응급조치를 취함.

부상자에게 스프레이형 파스를 사용하며 "보조진행자"와 병원으로 이동하거나 119 응급대원을 기다림.

#### - 경쟁 과열로 인한 안전관리 계획

경쟁 과열로 분쟁이 생겼을 경우, 이를 발견한 "참여자", "보조진행자"는 "주요진행자"에게 이를 알림. "주요진행자" 및 "보조진행자"는 과열로 인해 마찰이 있던 양측 참여자의 동의를 구해 잠시 분리조치를 취함. "진행자"는 서로의 의견을 들어보며, 분쟁의 원인을 파악함. "진행자"는 분쟁의 해결을 위해 서로의 의견을 조율하며 합의점을 찾을 수 있도록 도움. "진행자"는 해당 참여자들이 다시 활동에 어울릴 수 있도록 유도함.

## 6. 프로그램 평가계획

### (1) 평가계획

#### ① '지각된 스트레스 척도(PSS-14)'를 통한 프로그램 효과성 평가

프로그램의 사전, 사후로 '지각된 스트레스 척도(PSS-14)'를 활용하여 참여자들의 스트레스 지각 정도를 파악함. 프로그램이 참여자들의 스트레스 관리 및 스트레스 지각에 미치는 영향을 파악함. 스트레스 지각의 변화를 확인하고자 프로그램 사전, 사후로 진행한 '지각된 스트레스 척도(PSS-14)'를 비교하여 프로그램의 효과를 평가하는 데 활용함.

#### ② 인터뷰를 통한 프로그램 만족도 평가

각 회차의 프로그램이 끝난 후에는 참여자들의 궁금증과 소감을 통해 프로그램의 유익한 점, 스트레스 관리에 어떤 도움이 되었는지 등의 정보를 얻음. 이러한 내용을 기반으로 프로그램 진행자는 프로그램 일지를 작성함. 작성한 일지를 통해 프로그램 진행 상황과 참여자들의 의견 및 소감을 종합하여 프로그램의 강점과 개선해야 할 부분을 평가하는 데 활용함.

#### ③ 출석부를 통한 참여자들의 프로그램 참여도 평가

프로그램 진행 전 참여자들의 출석을 기록하는 출석부를 작성함. 작성한 출석부를 통해 참여자들의 참여 정도를 평가하는 데 활용함.

#### ④ 프로그램 만족도 설문지를 통한 참여자들의 프로그램 만족도 평가

프로그램이 종료된 후 참여자들의 만족도를 평가하고 의견을 수집하기 위해 만족도 설문지를 활용함. 설문지를 통해 참여자들이 프로그램에 대해 얼마나 만족하는지를 파악하고, 프로그램의 강점과 개선이 필요한 부분을 평가함.

평가시기	내용	평가도구
사전평가	참여자의 사전 스트레스 지각 정도 파악	지각된 스트레스 척도(PSS-14)
과정평가	참여자의 프로그램 만족도 파악	인터뷰, 프로그램 진행 일지
	참여자의 프로그램 참여 여부 파악	출석부
총괄평가	참여자의 프로그램 만족도 파악	설문지
	참여자의 사후 스트레스 지각 정도 파악	지각된 스트레스 척도(PSS-14)

(2) 평가도구 :

- ① '지각된 스트레스 척도(PSS-14)'를 활용하여 참여자들의 스트레스 수준을 평가함으로써, 프로그램의 목표 중 하나인 스트레스 관리 능력을 향상시키는 데 어떻게 도움이 되는지 평가할 수 있음. 이뿐만 아니라, '지각된 스트레스 척도(PSS-14)'를 통한 검사를 실시하여 참여자들의 스트레스 수준을 파악할 수 있음으로써, 프로그램의 목표 중 하나인 참여자들의 스트레스 수준을 정량적으로 평가할 수 있음
- ② 인터뷰, 프로그램 진행 일지를 활용하여 참여자들의 프로그램에 대한 만족도를 평가함으로써, 프로그램의 목표 중 하나인 프로그램참여자 스스로 취미를 소개 및 개발하는데 얼마나 도움이 되었는지 평가할 수 있음.

프로그램 만족도

더 나은 프로그램 제공을 위해 프로그램이 어땠는지 소중한 의견을 듣고자 합니다.

	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1	지금까지의 활동에 만족하셨나요?					
2	활동 내용에 대한 설명이 이해하기 쉬웠나요?					
3	활동을 진행하는 시간대는 적절했나요?					
4	프로그램을 진행하며 취미를 자신의 개발하는 데 도움이 되었나요?					
5	필요하다고 생각되는 문항을 적어 주세요					
6	활동을 진행하며 불편했던 부분을 자유롭게 적어 주세요					

## 지각된 스트레스 척도(PSS-14)

아래 문항은 **지난 한 달** 동안 당신의 감정과 생각에 대한 질문입니다. 각 질문에 대해 **얼마나 자주** 그러했는지 비슷하다고 생각되는 것을 하나 골라 번호에 동그라미 표시해 주십시오

	지난 한 달 동안	전혀 없었다	거의 없었다	가끔 있었다	자주 있었다	매우 자주 있었다
1	예상치 않게 생긴 일 때문에 속상한 적이 얼마나 자주 있었습니까?	①	②	③	④	⑤
2	중요한 일을 조절할 수 없다고 느낀 적이 얼마나 자주 있었습니까?	①	②	③	④	⑤
3	불안하고 스트레스받았다고 느낀 적이 얼마나 자주 있었습니까?	①	②	③	④	⑤
4	일상적인 문제나 귀찮은 일들을 잘 처리한 적이 얼마나 자주 있었습니까?	①	②	③	④	⑤
5	생활에서 일어난 중요한 변화에 효과적으로 대처한 적이 얼마나 자주 있었습니까?	①	②	③	④	⑤
6	개인적인 문제를 잘 처리할 수 있다고 자신감을 가진 적이 얼마나 자주 있었습니까?	①	②	③	④	⑤
7	일이 내 뜻대로 진행되고 있다고 느낀 적이 얼마나 자주 있었습니까?	①	②	③	④	⑤
8	자신이 해야 할 모든 일에 잘 대처할 수 없었던 적이 얼마나 자주 있었습니까?	①	②	③	④	⑤
9	일상에서 짜증나는 것을 잘 조절할 수 있었던 적이 얼마나 자주 있었습니까?	①	②	③	④	⑤
10	자신이 일을 잘 해냈다고 느낀 적이 얼마나 자주 있었습니까?	①	②	③	④	⑤
11	자신의 능력으로는 어떻게 해 볼 수 없는 일 때문에 화가 난 적이 얼마나 자주 있었습니까?	①	②	③	④	⑤
12	자신이 해야 할 일들에 대해 고민했던 적이 얼마나 자주 있었습니까?	①	②	③	④	⑤
13	시간을 잘 조절해 사용할 수 있었던 적이 얼마나 자주 있었습니까?	①	②	③	④	⑤
14	어려운 일이 너무 많아져서 극복할 수 없다고 느낀 적이 얼마나 자주 있었습니까?	①	②	③	④	⑤

## 7. 기대효과

- 취미활동을 경험해 봄으로써 취미생활 개발에 도움을 줄 수 있다.
- 청소년들이 취미활동으로 스스로 스트레스를 관리할 수 있다.
- 취미활동 경험을 통해, 참여자 자신의 잠재력을 발견하여 개발하는 과정을 경험할 수 있다.
- 활동 후 자신이 느낀 점을 말하고 서로 공감하며 공감능력향상에 도움이 된다.
- 참여자들이 조별 활동을 통해, 조원 간 도움을 주고받을 수 있는 태도를 배우며 대인관계능력을 향상할 수 있다.
- 참여 청소년들이 정신건강 지킴이로 활동하며, 주변 또래의 위험 신호 등을 발견하여 도움을 줄 수 있다.

## ※ 참고문헌

### <논문>

- 김성현 and 주동범. (2016). 청소년의 학업스트레스와 자아존중감이 자살생각에 미치는 영향. 재활심리연구, 23(3), 569-583.
- 김수진. (2015). "청소년의 여가활동참여가 스트레스 해소 및 학교생활적응에 미치는 영향." 국내석사학위논문 목포대학교 대학원.
- 김운삼 and 구서연. (2019). 한국 청소년 자살문제와 예방대책 연구, 4(2), 39-52.
- 노본. (2021.06). 청소년활동과 학교교육 연계에 대한 지역 청소년의 인식연구. 석사. 고려사이버대학교 융합정보대학원. 39-68
- 문진영, 박재완, and 박지혜. "청소년의 스트레스가 스마트폰 과의존에 미치는 영향: 우울의 매개효과를 중심으로." 한국디지털콘텐츠학회논문지 24.4 (2023): 735-742.
- 우성실 and 권경인. "중학생의 또래관계 스트레스가 우울에 미치는 영향: 거부민감성과 인지적 유연성의 조절된 매개효과." 교육치료연구 13.1 (2021): 1-19.
- 이승진 and 유난숙. (2020). 청소년 자살시도 관련 변인이 자살시도 유형에 미치는 영향. 67-79.
- 이유진(Yu-Jin Lee), and 윤경순(Kyoungsun Yun). "청소년의 신체이미지 왜곡에 따른 정신건강과의 관계 : 제 17차 청소년건강행태(2021) 조사자료 이용." 한국산학기술학회논문지 24.3 (2023): 166-175.
- 최인하. "청소년이 지각한 학업 스트레스가 또래관계와 학교생활적응에 미치는 영향에 대한 긍정심리자본의 조절효과." 청소년상담학회지 3.4 (2022): 127-143.
- 최재광, 임소희 and 송원영. (2022). 청소년의 코로나19 스트레스가 자살사고에 미치는 영향 : 부적응적 인지적정서조절전략과 정신건강의 매개효과. 청소년상담연구, 30(2), 239-264.
- 하진의. (2015). 중학생의 학업스트레스가 자살생각에 미치는 영향: 부모애착 및 우울의 매개효과. 정서·행동장애연구, 31(1), 115-134.

### <연구 및 보고자료>

- 건강보험심사평가원. (2022). 최근 5년(2017~2021년) 우울증과 불안장애 진료현황 분석
- 질병관리청. (2023). 제18차(2022) 청소년건강행태조사.
- 한국청소년정책연구원. (2021). 10대 청소년의 정신건강 실태조사.
- 한국청소년정책연구원. (2012). 청소년 체험활동의 발달적 가치 및 사회·경제적 가치 연구.

### <인터넷 기사>

- 김주현. (2022.11.03.). "'성적 압박감이 있어요' 10대 청소년들이 말하는 스트레스 원인과 해소하는 방법은?". 허프포스트코리아. <https://www.huffingtonpost.kr/news/articleView.html?idxno=204429>.
- 배종갑. (2023.04.06.). 완주군 "아동·청소년 정신건강 지킨다". 전북도민일보. <http://www.domin.co.kr/news/articleView.html?idxno=1420300>
- 이영일. (2022.10.12.). 여가부, '청소년시설-학교 연계 청소년 지원방안' 추진. 한국NGO신문. <http://www.ngonews.kr/news/articleView.html?idxno=136112>
- 정현희. (2023.04.03). 경북교육청, 학생생명사랑 교육 강화로 학생 마음건강 보살피. 한국강사신문. <https://www.lecturernews.com/news/articleView.html?idxno=122789>



## 우리들의 바른 말 공략법

### 1. 개발 배경

청소년들의 언어생활에서 유행어, 은어, 비속어(욕설) 사용이 일상생활에 지장을 줄 정도로 청소년들의 언어사용 문제가 사회문제로 대두되어 왔다. 또한 인터넷과 모바일 메신저 등의 보편화로 신조어 사용이 일상화되며 맞춤법 오류의 사례가 증가하고 있다. 신조어를 자주 사용하는 것으로 인해, 맞춤법을 지켜서 글을 쓰는 것을 힘들어하며, 의미적 읽기 능력인 문해력도 난관에 봉착하는 경우가 늘어나고 있다. 신조어 및 줄임말의 사용은 청소년들의 맞춤법에도 영향을 주고 있다.

한 인문계고등학교 1학년 학생을 대상으로 초등학교 저학년 수준의 '받아쓰기' 시험을 치렀으나 10문제를 다 맞힌 학생은 한 명도 나오지 않았다. 청소년들이 많이 사용하는 모바일 메신저나 SNS 댓글을 보면 '닥본사', '제공내'와 같은 신조어 뿐만 아니라 '매우', '몹시', '아주'를 뜻하는 '개-' 또는 '캐-'라는 접두사를 요즘 청소년들이 즐겨 사용하고 있었다. 인천시교육청 관계자는 청소년들이 맞춤법을 어려워하는 데에는 그들의 일상 언어가 단축되거나 욕설을 섞어 사용하는 잘못된 언어 습관에 기인하기 때문이라고 말했다.<sup>1)</sup>

2021년 스마트학생복이 조사한 청소년 언어 사용 실태 설문조사에 따르면 '평소 올바른 한글을 사용하고 있는지'에 대한 질문에 '맞춤법에는 신경을 쓰지만 습관적으로 줄임말, 신조어를 사용한다.'고 응답한 청소년이 65.6%, '맞춤법에 크게 신경 쓰지 않고 줄임말, 신조어를 자주 사용한다.'고 응답한 청소년이 7.5% 이다. 과반수가 넘는 청소년이 줄임말 신조어를 사용하고 있는 것으로 볼 수 있다.<sup>2)</sup>

비속어는 뇌에 강한 자극을 줘 언어능력 저하 등의 부작용을 내며 공격적이고 폭력적인 행동을 유발하기도 한다. 더불어 맞춤법을 잘 지키지 못하게 되면 대화할 때 오해를 산다거나, 부정적인 인상을 가지게 될 수 있다. 한기택, 코리아교육연구소 이사장은 말은 그 사람됨의 표현이라고 전하였다. 이에 우리는 청소년이 자신의 언어 습관을 점검하고 자신의 말에 책임감을 가지며 타인을 배려하는 언어생활을 할 수 있도록 언어개선 프로그램이 필요하다고 판단되어 이 프로그램을 개발하게 되었다.

1) 기호일보, '한글 맞춤법 실력도 퇴보? 초등생 수준도 안되는 고교생들', 최미경 기자

<https://www.kihoilbo.co.kr/news/articleView.html?idxno=530896>

2) 스마트학생복 '청소년 언어 사용 실태' 설문조사

## 2. 프로그램 목적과 목표

(1) 목 적 : 자신의 언어 습관을 점검하고 자신의 말에 책임감을 가지며 타인을 배려하는 언어생활을 할 수 있다. 또한 올바른 맞춤법을 인지하며 원활한 의사소통을 할 수 있다.

(2) 목 표 :

- 자신의 맞춤법을 점검하고 올바른 맞춤법에 대해 이해하고 사용할 수 있다.
- 일상생활에서 사용하는 비속어의 뜻을 인지하고 언어를 순화하여 사용할 수 있다.
- 무분별하게 사용하는 신조어나 비속어를 대신할 대체 언어를 찾을 수 있다.
- 학생들이 일상에서 사용하는 비속어, 은어 등의 부적절한 언어들의 뜻을 알고 올바른 언어사용의 필요를 스스로 깨달을 수 있다.

## 3. 프로그램 일정표

(1) 개 요

- 1) 사업추진 기간 및 시간 : 3회기
- 2) 사업추진 장소 : 약 9M X 7.5M 정도의 학교 교실 크기의 공간  
(6개의 부스 운영이 가능한 크기)
- 3) 사업추진 대상 및 인원 : 자신의 언어습관에 대해 파악하고 싶은 중·고등학생 25명

(2) 프로그램 일정

구분	시간	소요시간	단위 프로그램명
1회기	10:00~11:30	90분	청바지(청소년 바른 말은 지금)!
2회기	10:00~11:30	90분	맞춤법 넌 내 거야!
3회기	10:00~11:30	90분	모여봐요, 바른말의 교실로!

## 4. 단위 프로그램 내용

### <1회기>

단위프로그램명	청바지(청소년 바른 말은 지금)!		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 청소년들이 국어파괴의 심각성을 인지하고 올바른 국어를 사용할 수 있다.</li> <li>- 청소년들이 스스로 자신들의 언어습관을 돌아볼 수 있고 개선할 수 있다.</li> </ul>	대상 및 인원	중 · 고등학생 25명
활동장소 (실내,실외,야외)	약 9M X 7.5M 정도의 학교 교실 크기의 공간		
준비물	<p><b>사전 준비:</b> 현수막, PPT 자료, 명찰, 구급상자, 노트북, 손 소독제</p> <p><b>도입:</b> 필기구, 팀 뽑기용 나무막대</p> <p><b>전개:</b> 보드마카, 보드 지우개, 화이트 보드판</p> <p><b>마무리:</b> 만족도 설문조사지, 간식 꾸러미</p>		
활동단계	활동내용		유의사항
도입 (15분)	<p><b>지도자 소개</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 별칭으로 소개</li> <li>- 지도자의 닉네임 맞추기 퀴즈 게임 진행</li> </ul> <p><b>전체 프로그램 소개</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 전체 1-3회기의 프로그램 내용 소개</li> <li>- 1회기 프로그램 소개</li> </ul> <p><b>안전교육</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 자연재해 예방 교육</li> <li>- 코로나 19 예방 교육</li> <li>- 안전사고 예방 교육</li> </ul> <p><b>아이스브레이킹</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 팀 뽑기 진행 및 팀 명 정하기 나무 막대 속 색이 같은 청소년이 같은 팀으로 배정 이때 배정되는 팀원들은 1-3회기 활동 전부 함께 활동 예정 팀원끼리 팀명을 정하는 시간을 가진 뒤 팀명 발표</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 본명 대신 별칭을 사용하기</li> <li>- 별칭 사용은 지도자와의 거리를 좁히기 위함</li> </ul>
전개 (60분)	<p><b>오늘은 어떤 활동을 할까?!</b></p> <p>1회기 활동과 관련되어 있는 내용으로 진행하여 1회기의 프로그램 내용을 청소년들이 추측할 수 있도록 한다.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 속담 이어 말하기 진행 + 세종대왕 님 업적 퀴즈 진행 ex) 가는 말이 고와야 / 오는 말이 곱다</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 팀 활동 진행 시 소극적인 청소년 주의</li> <li>- 퀴즈 진행 시 너무 과열되지</li> </ul>

	<p><b>꼭 꼭 숨어라! 자음 모음 보인다!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 비속어의 뜻에 대해 인지할 수 있고 인터넷 용어 및 신조어로 인해 파괴되고 있는 단어들을 원래의 뜻을 알고 말할 수 있도록 하기 위한 활동이며 자신의 언어습관을 되돌아 볼 수 있도록 한다.</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 팀별로 순서를 정한다.</li> <li>② 순서대로 PPT 화면의 숫자를 선택하고 해당 문제를 푼다.</li> <li>③ 문제의 정답을 맞출 시 해당 문제의 자음이나 모음을 획득하지만 틀릴 시 기회는 다른 팀으로 향한다.</li> <li>④ 문제를 모두 푼 뒤에 획득한 자음과 모음이 포함된 단어를 보드판에 작성한다. 이때, 한 단어에 획득한 자음 1개, 모음 1개를 포함하여 작성한다.</li> <li>⑤ 가장 많은 단어를 작성한 팀이 우승!</li> </ol>	<p>않도록 주의</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 게임 진행 시 팀별로 적절한 자음 모음 배분 주의 필요</li> <li>- 팀별 발표 시 경청할 수 있도록 지도</li> </ul>
<p><b>마무리 (15분)</b></p>	<p><b>마무리 내용 요약</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1회기의 활동 목표를 다시 한 번 인지할 수 있도록 하며 간단한 빈칸 퀴즈를 다 함께 풀어보는 시간을 가진다.</li> <li>- 간식 꾸러미 제공</li> </ul> <p><b>회기 만족도 조사 진행</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 회기 만족도 조사 결과를 다음 회기에 반영할 수 있도록 한다.</li> </ul> <p><b>다음 회기 안내 및 마무리</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 2회기 프로그램 안내</li> <li>- 마무리</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 참여자 전원이 회기 만족도 조사에 응할 수 있도록 지도</li> <li>- 다음 회기 안내 시 집중할 수 있도록 유도</li> </ul>

< 2회기 >

단위프로그램명	맞춤법 년 내 거야!		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 맞춤법 고사지를 통해 일상에서 흔히 헛갈려하는 맞춤법에 대해 파악할 수 있다.</li> <li>- 맞춤법 강의를 통해 맞춤법이 중요한 이유를 깨닫고 앞으로의 일상생활에서 올바른 맞춤법을 사용할 수 있다.</li> </ul>	대상 및 인원	중·고등학생 25명
활동장소 (실내,실외,야외)	약 9M X 7.5M 정도의 학교 교실 크기의 공간 (6개의 부스 운영이 가능한 크기)		
준비물	<p><b>사전 준비:</b> 현수막, ppt자료, 구급상자, 명찰, 손 소독제</p> <p><b>도입:</b> 사전 맞춤법 고사지, 볼펜</p> <p><b>전개:</b> OX종이, OX퀴즈 문제, 캡슐, 뽑기 통, 캡슐 안 문제 종이, 트럼프 카드, 트럼프카드 초성 종이, 악어 게임, 통아저씨 게임, 책상 2개, 마스킹 테이프, 하드보드지, 물고기 낚시, 번호표, 가위, 장기알, 박스테이프, AA건전지, 유성 매직, 문제리스트</p> <p><b>마무리:</b> 프로그램 만족도 조사지, 간식 꾸러미</p>		
활동단계	활동내용		유의사항
도입 (10분)	<p><b>지도자 소개</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 별칭을 사용하여 지도자 소개 진행</li> </ul> <p><b>프로그램 소개</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 2회기 프로그램 순서 및 진행 방법 소개</li> </ul> <p><b>안전교육 진행</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 코로나 19 예방</li> <li>- 프로그램 진행 시 안전사고 예방 및 대처</li> <li>- 재난재해 시 비상대피</li> </ul> <p><b>맞춤법 고사지 작성</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 맞춤법 고사지 작성을 통해 현재 참여자들의 맞춤법 인지 정도 파악</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 담당 지도자는 별칭으로 소개</li> <li>- 2회기 소개 시 집중할 수 있는 분위기 유도</li> <li>- 맞춤법 고사지, 볼펜 미리 준비</li> <li>- 맞춤법 고사 진행 중 부정 행위 하지 않도록 주의</li> </ul>
전개 (70분)	<p><b>함께 알아가는 우리 맞춤법! (맞춤법 강의)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 맞춤법의 정의 및 예시 설명(맞춤법 고사지 풀이)</li> <li>- 맞춤법이 왜 중요한지 설명</li> </ul> <p><b>탈출 탈출 부스 탈출!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 6개로 비치된 부스를 팀별 랜덤 순서로 게임에 참여하여 모든 부스 통과 도장을 받는다.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 강의 시 참여자가 집중할 수 있도록 지도</li> <li>- 1회기의 팀원 유지</li> <li>- 안전주의 (부스 간 이동 시 부딪힘 등)</li> </ul>

	<p>○ <b>OX퀴즈</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) 제작된 O X판을 교실 바닥에 부착</li> <li>2) 한 사람당 한 문제를 풀이</li> <li>3) 모든 사람이 판에 올라갈 시 진행자가 결과를 발표</li> <li>4) 오답 시 다시 맞출 수 있는 기회 2번 부여</li> </ol> <p>○ <b>캡슐뽑기</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) 한 사람당 한 개씩 뽑기 통에 있는 캡슐을 뽑기</li> <li>2) 캡슐 안에 있는 문제에 대한 정답 맞추기</li> <li>3) 팀원 중 3명 이상 맞출 시 통과</li> </ol> <p>○ <b>초성카드뽑기</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) 제작된 트럼프카드를 3장 뽑기</li> <li>2) 트럼프카드에 있는 초성을 모두 이용하여 문장 만들기</li> <li>3) 팀원 중 3명 이상 문장을 완성 시 통과</li> </ol> <p>○ <b>미니게임</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) 악어게임, 통아저씨 중 랜덤으로 게임 뽑기</li> <li>2) 랜덤으로 뽑은 게임 진행</li> <li>3) 게임에서 질 경우 1분 대기 후 다시 도전 가능</li> </ol> <p>○ <b>알까기</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) 책상 2개를 세로로 이어서 붙인 후 책상 위에 O, X로 나뉘어진 판 세팅</li> <li>2) 팀원 한 사람당 하나의 알을 제공</li> <li>3) 진행자가 보여주는 맞춤법 문장이 맞다면 O, 틀리다면 X 판 위로 알이 올라가도록 손가락으로 튕김</li> <li>4) 팀원 중 반이 정답이라면 통과</li> </ol> <p>○ <b>냇아라 물고기</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) 물고기 낚시 판에 번호가 적힌 물고기를 준비</li> <li>2) 팀당 3마리의 물고기 뽑기</li> <li>3) 번호가 적힌 물고기를 뽑은 후 해당하는 번호의 문제를 제시</li> <li>4) 문제를 틀릴 시 물고기를 다시 뽑기 기회 1번 더 제공 (기회 제공 후 다시 틀릴 시 뽑지 않은 다른 팀원이 다시 도전)</li> </ol> <p><b>활동 정리</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 도장판 지도자에게 제출 후 자리 착석</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 서로 간 과열 되지 않게 주의</li> <li>- 실패 시 참여자들에게 힌트 제공 및 긍정적인 동기 부여 유도</li> </ul>
<p><b>마무리 (10분)</b></p>	<p><b>소감 발표</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 2회기를 진행하면서 느낀 소감을 간단하게 발표</li> <li>- 간식 꾸러미 제공</li> </ul> <p><b>만족도 조사</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 회기 만족도 조사 결과를 다음 회기에 반영할 수 있도록 한다.</li> </ul> <p><b>활동 마무리</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 3회기 프로그램 안내</li> <li>- 마무리</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 소감 발표 시 친구를 비난하지 않도록 지도</li> <li>- 만족도 조사지 준비</li> <li>- 활동을 마무리하는 과정에서 어수선해지지 않도록 주의</li> </ul>

<3회기>

단위프로그램명	모여봐요, 바른말의 교실로!		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- '다함께 던져쫓' 게임을 통해 올 바른 맞춤법을 사용할 수 있다.</li> <li>- 비속어 대신 사용가능한 자신만의 언어습관을 형성할 수 있다.</li> </ul>	대상 및 인원	중·고등학생 25명
활동장소 (실내,실외,야외)	약 9M X 7.5M 정도의 학교 교실 크기의 공간		
준비물	<p><b>사전 준비:</b> 현수막, PPT 자료, 명찰, 볼펜, 구급상자, 손 소독제</p> <p><b>전개:</b> 옷놀이 판, 옷, 말, 참여자 핸드폰</p> <p><b>마무리:</b> 사후 맞춤법 고사지, 만족도 조사지, 볼펜, 간식 꾸러미</p>		
활동단계	활동내용		유의사항
도입 (10분)	<p><b>지도자 소개</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 별칭 사용하여 지도자 소개 진행</li> </ul> <p><b>프로그램 소개</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 3회기 프로그램 순서 및 진행 방법 소개</li> </ul> <p><b>안전교육</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 코로나 19 예방 교육</li> <li>- 안전 사고 예방 교육</li> <li>- 재난재해 사고 예방 교육</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 소란스럽지 않도록 주의 시키기</li> <li>- 지도자 별칭 사용</li> <li>- 프로그램 전반적인 소개 시 집중할 수 있는 분위기 유도</li> </ul>
전개 (60분)	<p><b>다함께 던져쫓!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 옷놀이 게임을 통해 1, 2회기를 총 정리하는 시간을 가진다.</li> <li>- 옷놀이 판에 적혀있는 질문에 틀릴 시 원래 위치로 이동</li> <li>- 비속어 사용 시 출발점으로 이동</li> <li>- 최종 1등 팀에게 상품 제공</li> </ul> <p><b>퀴즈속으로 고!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 퀴즈엔 사이트에 접속하여 지도자가 프로그램을 기반으로 제작한 퀴즈를 청소년들이 푼다.</li> <li>- 퀴즈를 진행하며 청소년들 스스로 문제를 풀며 성취감을 느낄 수 있도록 하며 1, 2회기 프로그램을 회상할 수 있도록 한다.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1회기의 팀원 유지</li> <li>- 말은 지도자가 임의로 지정함</li> <li>- 옷을 사람에게 던지지 않도록 주의</li> <li>- 서로에 비판하지 않도록 주의</li> <li>- 퀴즈엔 사이트에 모두가 접속할 수 있도록 확인하기</li> <li>- 퀴즈엔 진행 시 검색하지 않도록 안내</li> </ul>
마무리 (20분)	<p><b>사후 맞춤법 고사</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 사후 맞춤법 고사를 실시하여 사전과 비교하며 목표 달성 정도를 파악한다.</li> </ul> <p><b>만족도 조사</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 전체 프로그램 만족도 조사 실시</li> </ul> <p><b>활동 마무리</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1, 2, 3회기 동안 진행한 프로그램에 대한 소감 및 최종 마무리</li> <li>- 간식 꾸러미 제공</li> <li>- 단체사진 촬영</li> <li>- 전체 프로그램 마무리</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 사후 맞춤법 고사지 및 전체 프로그램 만족도 조사지 준비</li> <li>- 안전주의(간식 꾸러미 상품 배부 시 부딪힘 등)</li> </ul>

## 5. 안전관리 계획

- 모든 회기 진행 시 도입부에 안전교육을 실시한다.

### ○ 코로나 19 예방

- 손소독제 비치
- 마스크 올바른 착용법 교육
- 청결 지침 교육(손 씻기, 손 소독하기)
- 사전에 코로나 증상 유무를 파악한 뒤 유증상 청소년 귀가조치 예정

### ○ 프로그램 진행 시 안전사고 예방 및 대처

- 사전 교육장소 점검 및 안전사고 소지 제거
- 프로그램 시작 전 안전교육 실시 및 주요 대비 이동경로 교육
- 지도자는 프로그램 진행과 참가자의 행동에 주시
- 신체활동이 수반되는 프로그램은 반드시 준비운동을 실시한 후 진행
- 프로그램 진행 시 사용하는 도구의 위험성에 대한 교육
- 프로그램 진행 중 환자가 발생하면 반드시 응급조치하고 비상연락망을 가동한 후 즉시 병원으로 후송 조치
- 소방서, 경찰서, 응급실 등 기본적 비상연락망 확인
- 비상약품 비치

### ○ 자연재해 시 비상대피

- 자연재해에 대해 대처하는 방법 교육
- 완강기 위치 및 사용법 교육
- 자연재해 발생 시 대피 경로 안내 교육
- 화재예방과 비상대피
- 화기 취급 및 사용 최소화
- 소화전 위치 파악 및 활용법 교육
- 비상구 위치 및 비상 대피 장소 안내



## 6. 프로그램 평가계획

### (1) 평가계획

- 사전, 사후 평가는 문제는 다르나 유사한 수준으로 구성하여 청소년의 변화를 파악한다.
- 매 회기 프로그램이 끝난 이후 만족도 조사를 진행하여 다음 회기 진행 시 청소년들의 요구를 반영한다.

평가시기	내용	평가도구
사전평가	맞춤법 인지 정도 파악	맞춤법 고사지
과정평가	회기별 만족도 조사	만족도 설문지
총괄평가	전체 프로그램 만족도	만족도 설문지
사후평가	사후 목표달성 정도 파악	맞춤법 고사지

- (2) 평가도구 : [붙임 1] 사전 지식 파악 설문지, [붙임 2] 1회기 만족도 조사지, [붙임 2-1] 2회기 만족도 조사지 [붙임 3] 전체 프로그램 만족도, [붙임 4] 프로그램 목표 달성 정도 설문지 참고

## 7. 기대효과

- 청소년들이 활동을 통해 올바른 맞춤법을 알고 생활 속에서 적용할 수 있다.
- 청소년들이 비속어에 대한 경각심을 가지고 올바른 언어를 사용하며 생활할 수 있다.
- 청소년들이 팀별 활동을 통해 팀원과의 의사소통 과정에서 참여 청소년 스스로 자신의 언어 습관을 점검해 볼 수 있다.
- 활동을 통해 앞으로 개선해야 할 언어 습관이 무엇인지 인식할 수 있는 시간을 가질 수 있다.
- 청소년들이 팀별활동을 통해 협동심과 배려심을 함양할 수 있다.

## [붙임 파일]

[붙임 1] 사전 지식 파악 설문지

# 맞춤법 고사지

번호

1~5번, 다음 문장의 맞춤법이 옳다면 O,  
틀리다면 X를 고르시오.

1. 새벽녘에 너무 추웠다. (O, X)
2. 걸핏하면 내 탓이라고 하니 억울하다. (O, X)
3. 눈살을 지푸리다. (O, X)
4. 체지방량을 줄이세요. (O, X)
5. 환자가 들체에 실려나갔다. (O, X)

6. 다음 제시된 문장 중 맞춤법이 옳은 문장을  
모두 선택하시오.

- ① 닭 한마리가 통채로 들어간 삼계탕.
- ② 시력이 떨어져 안경을 돈구어야 한다.
- ③ 할아버지께서는 나를 끔찍이 귀여워하셨다.
- ④ 고향 집에서 잔치를 배풀다.
- ⑤ 집 뒤뜰에 장독대를 나누었다.
- ⑥ 깎두기가 맛있게 익었다.
- ⑦ 동전을 매무작거리다.
- ⑧ 적금을 달달이 붓다.

7. 한글 맞춤법에 맞게 표기된 문장은?

- ① 너도 어떻게 하는지 모르면 나는 어떡해.
- ② 셋방을 구하러거든 전세방부터 알아봐라.
- ③ 어렵살이 결심을 하고서도 하릴없이 시간을 보냈다.
- ④ 함께 음식을 만듬으로써 화목한 분위기를 만듭니다.

8. 다음 문자 중 맞춤법에 어긋난 것은?

- ① 여러 날을 주렸다.
- ② 얼마나 놀랐던지 몰라.
- ③ 전부터 알음이 있는 사이
- ④ 마차가 화물차에 부딪쳤다.

9. 밑줄 친 부분의 표기가 가장 옳지 않은 것은?

- ① 그는 제 친구예요.
- ② 이것은 햇밤이에요.
- ③ 내일부터 시작하는 것이에요.
- ④ 당신을 가해자 취급하는 것이 아니예요.

10~12번, 둘 중 올바른 맞춤법을 고르시오.

10. 화가 난 동생이 방문을 (잠궜다 / 잠갔다).
11. (배개 / 베개 / 베게)를 베고 잠에 들었다.
12. 새로 지은 건물의  
(안밖 / 안팍 / 안팍)을 둘러보았다.

13~14번, 아래 제시된 문장을 바르게  
고쳐 적으시오.

13. <보기> 무슨말인지당체모르겠다.

>

14. <보기> 내가청소하려고할때마다어머니께  
서꼼꼼이청소하라며잔소리하신다.

>

[붙임 2] 1회기 만족도 조사지

## 만 족 도 조 사 지

이 만족도 조사지는 ‘우리들의 바른 말 공약법’ 프로그램에 참가하신 여러분들의 만족도 파악 및 프로그램 개선을 위한 설문지입니다. 목적 이외에 다른 어떠한 상황에서도 사용되지 않습니다. 정답이 있는 것이 아니므로 솔직하게 작성해 주시면 감사하겠습니다.

< 인적사항 >

1. 귀하의 학년은?

- ① 중학교 1학년    ② 중학교 2학년    ③ 중학교 3학년  
④ 고등학교 1학년    ⑤ 고등학교 2학년    ⑥ 고등학교 3학년

2. 귀하의 성별은?

- ① 남성            ② 여성

3. 전반적인 프로그램에 만족하십니까?

- ① 매우 그렇지 않다    ② 그렇지 않다    ③ 보통이다    ④ 그렇다    ⑤ 매우 그렇다

4. 프로그램 시작 전 안전교육이 잘 이뤄졌다고 생각하십니까?

- ① 매우 그렇지 않다    ② 그렇지 않다    ③ 보통이다    ④ 그렇다    ⑤ 매우 그렇다

5. 프로그램 구성은 적절하다고 생각하십니까?

- ① 매우 그렇지 않다    ② 그렇지 않다    ③ 보통이다    ④ 그렇다    ⑤ 매우 그렇다

6. 프로그램이 흥미로웠고 주의를 집중시킬 수 있었나요?

- ① 매우 그렇지 않다    ② 그렇지 않다    ③ 보통이다    ④ 그렇다    ⑤ 매우 그렇다

7. 프로그램을 통해 비속어에 대한 경각심을 가지게 되었나요?

- ① 매우 그렇지 않다    ② 그렇지 않다    ③ 보통이다    ④ 그렇다    ⑤ 매우 그렇다

8. 해당 프로그램을 다른 사람에게 추천하시겠습니까?

- ① 매우 그렇지 않다    ② 그렇지 않다    ③ 보통이다    ④ 그렇다    ⑤ 매우 그렇다

9. 프로그램에 참여한 소감, 좋았던 점, 아쉬운 점을 자유롭게 작성해주세요.

[붙임 2-1] 2회기 만족도 조사지

## 만 족 도 조 사 지

이 만족도 조사지는 ‘우리들의 바른 말 공략법’ 프로그램에 참가하신 여러분들의 만족도 파악 및 프로그램 개선을 위한 설문지입니다. 목적 이외에 다른 어떠한 상황에서도 사용되지 않습니다. 정답이 있는 것이 아니므로 솔직하게 작성해 주시면 감사하겠습니다.

< 인적사항 >

1. 귀하의 학년은?

- ① 중학교 1학년    ② 중학교 2학년    ③ 중학교 3학년  
④ 고등학교 1학년    ⑤ 고등학교 2학년    ⑥ 고등학교 3학년

2. 귀하의 성별은?

- ① 남성            ② 여성

3. 전반적인 프로그램에 만족하십니까?

- ① 매우 그렇지 않다    ② 그렇지 않다    ③ 보통이다    ④ 그렇다    ⑤ 매우 그렇다

4. 프로그램 시작 전 안전교육이 잘 이뤄졌다고 생각하십니까?

- ① 매우 그렇지 않다    ② 그렇지 않다    ③ 보통이다    ④ 그렇다    ⑤ 매우 그렇다

5. 프로그램 구성은 적절하다고 생각하십니까?

- ① 매우 그렇지 않다    ② 그렇지 않다    ③ 보통이다    ④ 그렇다    ⑤ 매우 그렇다

6. 강의를 통해 맞춤법의 중요성을 깨달았나요?

- ① 매우 그렇지 않다    ② 그렇지 않다    ③ 보통이다    ④ 그렇다    ⑤ 매우 그렇다

7. ‘탈출 탈출 부스 탈출!’ 게임 시간이 적절하다고 생각하십니까?

- ① 매우 그렇지 않다    ② 그렇지 않다    ③ 보통이다    ④ 그렇다    ⑤ 매우 그렇다

8. 프로그램이 맞춤법 향상에 도움이 되었나요?

- ① 매우 그렇지 않다    ② 그렇지 않다    ③ 보통이다    ④ 그렇다    ⑤ 매우 그렇다

9. 해당 프로그램을 다른 사람에게 추천하시겠습니까?

- ① 매우 그렇지 않다    ② 그렇지 않다    ③ 보통이다    ④ 그렇다    ⑤ 매우 그렇다

10. 프로그램에 참여한 소감, 좋았던 점, 아쉬운 점을 자유롭게 작성해주세요.

[붙임 3] 전체 프로그램 만족도

## 프로그램 설문지

이 만족도 조사지는 ‘우리들의 바른 말 공략법’ 프로그램에 참가하신 여러분들의 만족도 파악 및 프로그램 개선을 위한 설문지입니다. 목적 이외에 다른 어떠한 상황에서도 사용되지 않습니다. 정답이 있는 것이 아니므로 솔직하게 작성해 주시면 감사하겠습니다.

1. 올바른 맞춤법을 알고 생활 속에서 적용할 수 있다.

- ① 매우 그렇지 않다      ② 그렇지 않다      ③ 보통이다      ④ 그렇다      ⑤ 매우 그렇다

2. 비속어의 뜻을 인지하고 언어를 순화하여 사용할 수 있다.

- ① 매우 그렇지 않다      ② 그렇지 않다      ③ 보통이다      ④ 그렇다      ⑤ 매우 그렇다

3. 올바른 맞춤법 사용이 중요한 이유를 깨닫고 앞으로의 일상생활에서 올바른 맞춤법을 사용할 수 있다.

- ① 매우 그렇지 않다      ② 그렇지 않다      ③ 보통이다      ④ 그렇다      ⑤ 매우 그렇다

4. 앞으로 개선해야 할 언어 습관이 무엇인지 인식하고 개선해 나갈 수 있다

- ① 매우 그렇지 않다      ② 그렇지 않다      ③ 보통이다      ④ 그렇다      ⑤ 매우 그렇다

5. 우리들의 바른 말 공략법 프로그램을 참여하기 전에 비교하여 나의 맞춤법 오류를 확인하는 정도는 얼마나 개선되었나요?

- ① 전혀 개선되지 않음      ② 약간 개선되었음      ③ 중간 정도로 개선되었음  
④ 상당히 개선되었음      ⑤ 매우 크게 개선되었음

6. 우리들의 바른 말 공략법 프로그램을 참여한 후 비속어 사용에 대한 인식이 어느 정도 개선되었나요?

- ① 전혀 개선되지 않음      ② 약간 개선되었음      ③ 중간 정도로 개선되었음  
④ 상당히 개선되었음      ⑤ 매우 크게 개선되었음

7. 우리들의 바른 말 공략법 프로그램 참여 이후 대화 중 비속어, 잘못된 맞춤법 등으로 이루어질 문제점이 감소 되었다고 느끼시나요?

- ① 매우 그렇지 않다      ② 그렇지 않다      ③ 보통이다      ④ 그렇다      ⑤ 매우 그렇다

8. 우리들의 바른 말 공략법 프로그램 참여 이후 작성한 글에서 틀린 맞춤법, 비속어 등을 찾고 고칠 수 있을 것 같다고 느끼시나요?

- ① 매우 그렇지 않다      ② 그렇지 않다      ③ 보통이다      ④ 그렇다      ⑤ 매우 그렇다

설문에 응답해주셔서 감사합니다 :)

# 맞춤법 고사지

번호

1~5번, 다음 문장의 맞춤법이 옳다면 O,  
틀리다면 X를 고르시오.

1. 네 말이 왜 말이야? (O, X)
2. 하루 섭취량을 넘었습니다. (O, X)
3. 자상하게도 바가지에 버들잎을 띄어 주었다. (O, X)
4. 편지를 갈갈이 찢어버렸다. (O, X)
5. 그는 번번이 매년 선물을 준다. (O, X)

6. 다음 제시된 문장 중 맞춤법이 옳은 문장을 모두 선택하시오.

- ① 스승님께서 경이를 표하셨다.
- ② 그런대도 지금까지 모르고 있었다니!
- ③ 옷에 보무라지가 일어났다.
- ④ 동생 옆구리를 간지르다.
- ⑤ 그 아이 눈은 쌍꺼풀이 젖어 있었다.
- ⑥ 좁따란 골목을 지나면 된다.
- ⑦ 다음 달 즈음 다시 상의하죠
- ⑧ 나는 네가 창피하다.

7. 다음 중 어법에 맞지 않는 것은?

- ① 철수도 오겠데?
- ② 그이가 말을 아주 잘하데.
- ③ 그 친구는 아들만 둘이데.
- ④ 고향은 하나도 변하지 않았데.

8. 맞춤법이 모두 옳은 것은?

- ① 일일이, 심부름꾼, 때갈, 유월
- ② 꿈꿈이, 뒤꿈치, 오뉴월, 승낙
- ③ 상당히, 귤대기, 판자때기, 곤란
- ④ 쓸쓸히, 팔꿈치, 젓갈, 희로애락

다음 중 한글 맞춤법에 어긋나게 표기한 것은?

- ① 걸레질을 구석구석 꼼꼼히 해야지.
- ② 어서 오십시오. 기다리고 있었습니다.
- ③ 나는 예전에 하던 방식이 더 나왔던 것 같아.
- ④ 내가 소식을 들었는데, 서운이가 다시 돌아왔데.

10~12번, 둘 중 올바른 맞춤법을 고르시오.

10. 너 (어따 대고 / 얻다 대고) 부모님께 반말이야?
11. 세대가 (되물림 / 대물림) 되었다.
12. 조금 이따 전화 (할 게 / 할 계).

13~14번, 아래 제시된 문장을 바르게 고쳐 적으시오.

13. <보기> 무슨말인지당채모르겠다.

>

14. <보기> 내가청소하려고할때마다어머니께 서꼼꼼이청소하라며잔소리하신다.

>

# Hoping-Hoping (호핑 호핑)

## 1. 개발 배경

© Hoping-Hoping(호핑-호핑)

- “토끼 같은 아이들이 소망하는(Hoping) 참여를 향한 뽀박질(Hoping)”

“시간이 없다.”, “할 줄 모른다.”, “정보가 없다.” 오늘도 청소년들은 자신의 소망을 숨긴 채 뽀박질을 멈춘다. 청소년들은 자신이 무엇을 좋아하고, 무엇을 싫어하고, 무엇을 편해하고, 무엇을 불편해하는지 고민하는 시간보다 문학 지문을, 영어 본문을, 수학 문제를, 과학 보고서를 더 많이 보고, 풀고, 고민한다. 그렇기에 우리는 청소년들이 스스로 생각할 수 있는 시간을 만들어 주고 싶었다. 그리고 그 시간이 헛되지 않게 교육적인 의미를 넣고 싶었다. 청소년들이 진심으로 필요로 하는 것, 늘 스쳐 가지만 일생에서 가장 중요한 것, 똑같은 것이 아닌 색다르고 새로운 것. 이 모든 것들을 고려하고 진지하게 고민한 결과 우리는 지금의 프로그램을 만들게 되었다. 무분별하고 자극적인 미디어 속에서 스스로를 잃지 않을 수 있는 자아 정체감을 확립하며, 내가 살아가는 현실에 대한 파악과 성숙한 구성원이 되기 위한 사회 문제 관심 증진할 수 있는 프로그램을 말이다. 먼저 걸어가는 우리가 뒤에 걸어오는 청소년들에게 줄 수 있는, 어쩌면 과거에 대한 우리의 아쉬움도 함께 들어있는 주제라고 생각한다. 지나고 보니 아쉬웠던 부분들을 지금의 청소년들이 아쉬워하지 않았으면 했다. 이번 프로그램을 통해 청소년들이 사회 문제를 접해보고, 스스로 사회 문제에 대해 판단한 다음 어떻게 해결해 나갈 것인지 생각하는 과정을 통해 자신의 숨겨진 재능과 몰랐던 흥미를 발견하길 바란다.

### 1) “스마트폰 과의존 시대 청소년들의 자아 정체감 확립”

과학기술정보통신부가 지난 4월 4일에 발표한 2022년 스마트폰 과의존 실태조사 결과에 따르면 스마트폰 과의존 위험군은 23.6%로 전 년 대비 0.6% 감소, 지난 5년 대비 처음 감소하였지만, 청소년은 매년 상승세를 지속 중이다 전했다. 2022년 기준 청소년의 스마트폰 과의존 위험군은 40.1%(고위험군 5.2%, 잠재적 위험군 34.9%)이며, 이는 유아, 성인, 노년층과 비교 했을 때 평균 18.5% 높은 것으로 나타났다. 이를 봤을 때 지금 청소년들은 스마트폰 과의존 시대에 살고 있다. 발현성인기<sup>1)</sup>의 자아 정체감이 스마트폰 의존도에 미치는 영향을 확인하고 자아 정체감과 스마트폰 의존도의 관계에서 자아 탄력성의 매개효과 검증한 이미영(2023)의 연구에서는 ① 자아 정체감과 자아 탄력성은 밀접한 관계가 있으며, 자아 정체감이 자아 탄력성에 정적인 영향을 미침. ② 자아 탄력성이 스마트폰 의존도에 부적 영향을 준다. 즉, 자아 탄력성이 높으면 스마트폰 의존도가 낮아짐. ③ 자아 정체감이 스마트폰 의존도에 부적 영향을 미침. ④

1) 청소년기와 성인기 초기 사이에 있는 청년들이 독립된 사회구성원으로 성장하는 과정



자아 정체감과 스마트폰 의존도의 관계에서 자아 탄력성의 역할은 중요함. 이를 정리하면, “현 시대는 청소년들의 스마트폰 과의존 시대이며, 자아 정체감과 자아 탄력성이 높을수록 과의존에서 멀어진다.”라고 말 할 수 있다. 이를 통해 청소년들의 자아 탄력성과 밀접한 관련이 있는 자아 정체감을 확립하는 일이 현시대 상황 속에서 중요한 역할이라는 것을 알 수 있다.

## 2) “현 사회 문제에 대한 청소년들의 관심 증진”

2023년 여성가족부 청소년통계에 따르면 “2022년 초(4~6)·중·고등학생 85.7%가 사회 문제, 정치 문제에 의견을 제시하는 등 사회에 참여해야 한다고 생각함.”이라고 발표했다. 또한 학교 급이 높아질수록 사회 참여 의식도 높아진다고 말했다.<sup>2)</sup> 이를 통해 현시점에서 청소년들이 사회 참여에 많은 관심을 갖고 있다는 것을 확인할 수 있었다. 그렇다면 청소년들의 사회 참여에 대한 어려움은 단순히 선입견일까? 혹은 명확한 근거가 있는 것일까? 한국정책연구원의 [우리 사회에서 청소년 참여가 어려운 이유] (아동청소년 인권실태조사)(2023.06.01.)에 따르면, 2022년 기준 ① 시간을 내기가 어려움. (31.7%) ② 청소년을 미성숙한 존재로 보는 사회의 편견 때문. (29.6%) ③ 청소년들이 참여할 수 있는 활동에 대한 정보 부족. (23.2%) ④ 부모님 혹은 보호자가 못하게 함. (1.9%) ⑤ 학교에서 못 하게 함. (1.7%) 순으로 집계되었다. 이를 정리하면, “청소년들은 사회 문제 참여에 대한 관심은 높지만, 다양한 이유로 인해 사회 문제 참여에 어려움을 겪고 있다.” 라고 말 할 수 있다.

### ◎ 목적과 기대효과

- “토끼 마을에서 일어난 문제는 우리 스스로 해결해야 해!”
- 토끼 마을에 발생한 다양한 문제를 해결하고 발전을 꾀하는 토끼가 되어 선거에 당선되자!
- 청소년들을 토끼, 팀을 마을이라 컨셉 잡아 귀여운 이미지로 청소년들의 접근성을 높였다.

Hoping-Hoping 프로그램은 청소년들에게 무거운 프로그램이고 싶지 않았다. 그렇기에 우리는 가볍지만 그 가벼움 속에서 청소년들이 알게 모르게 챙겨 가는 것이 있는 그런 프로그램이고 싶었다. 스마트폰 과의존의 위험성과 예방을 위한 프로그램이 아닌, 이를 명분으로 청소년들이 잠시나마 스마트폰 화면을 벗어나 스스로를 바라보는 시간을 가지게 하고 싶었으며, 뉴스 볼 시간도 여유도 없고, 주변을 둘러보기 보단 앞의 교과서와 문제집만 바라봐야하는 청소년들을 위해 자신의 주변과 지금 사회가 어떻게 돌아가는지 생각해보는 시간을 만들어주고 싶었다. 이를 통해 청소년들이 조금이나마 여유를 가졌으면 했고, 프로그램 활동을 통한 감명과 감상이 일상생활 중 어렵듯이나마 떠오를 수 있다면 그것만으로도 이 프로그램은 제 역할을 충분히 했다고 생각한다.

---

2) 초등학교 80.6% → 중학교 85.9% → 고등학교 90.9%



## 2. 프로그램 목적과 목표

### (1) 목 적

1. 청소년들이 스마트폰 화면을 벗어나 스스로 생각해 볼 수 있는 활동을 제공함으로써, 스마트폰 이외의 활동의 대한 가치를 깨닫고 흥미를 유발시킨다.
2. 사회 문제 및 일상생활에서의 문제를 생각하고 대안점을 도출해내며, 이를 통해 문제점에 대한 관심 증진 및 자신의 생각을 정리하는 과정을 통해 자아정체감을 발전시킨다.

### (2) 목 표

1. 팀별 활동 과정에서 개인 의견 제시 및 협동과제 해결을 통해 자아정체감·협동심·공동체의식을 함양한다.
2. 현 사회 문제들에 대해 의견을 나누며 관심을 가지고, 대안을 생각하는 시간을 가진다.
3. 발표를 통해 자신의 의사를 전달하고, 선정 과정을 거친 결과를 통해 성취감을 느낄 수 있다.

## 3. 프로그램 일정표

### (1) 개 요

- 1) 사업추진 기간 및 시간 : 당일 프로그램
- 2) 사업추진 장소 : 해동 중학교, 부산대학교부속고등학교
- 3) 사업추진 대상 및 인원 : 중, 고등학생 예상 인원 30명

### (2) 프로그램 일정

시간	소요시간	단위 프로그램명
10:00~10:40	40분	안전교육 및 오리엔테이션
10:50~11:20	30분	첫 번째 Hoping!
11:30~12:30	60분	두 번째 Hoping!
13:40~14:30	50분	세 번째 Hoping!
14:30~15:30	60분	모두의 Hoping!

#### 4. 단위 프로그램 내용 (1)

단위프로그램명	안전교육 및 오리엔테이션		
단위프로그램 목표	프로그램의 전체적인 내용과 컨셉을 이해하며 흥미를 유발한다.	대상 및 인원	중·고등학생/ 30명
활동장소 (실내, 실외, 야외)	교실 (실내)		
준비물	안전교육, 오리엔테이션 ppt 자료, 팀 결성 도구, 사전평가지, 상품		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	1. 진행자 소개를 진행한다. 2. 활동의 안전을 위해 안전교육을 실시한다. - 각 활동의 세부적인 안전교육 진행 - 화재 시 비상대피소 안내, 지진 시 대처요령 안내 3. 사전평가를 실시한다.		
전개	1. 프로그램에 대한 내용과 컨셉 설명한다. 2. 프로그램에 대한 주제와 연관된 상식퀴즈를 진행한다. 3. 퀴즈의 1·2·3등 청소년들에게 상품을 증정한다. 4. 팀 편성을 하기 위해 각자 다른 5개의 토끼 마스코트를 보여준다. 5. 청소년들이 마음에 드는 토끼를 골라 선착순 6명으로 팀을 결성한다.	(1)청소년=토끼 팀=마을 컨셉=마을의 발전을 위한 토끼들의 선거 활동 (2)퀴즈는 카훗 프로그램으로 진행한다. (3)상품=문구류 (4)토끼는 향후 팀의 마스코트가 될 프로그램의 아이템이다.	
마무리	팀별로 자리 배치를 진행한 후 다음 활동을 준비한다.		

#### 4. 단위 프로그램 내용 (2)

단위프로그램명	첫 번째 Hoping!		
단위프로그램 목표	1. 팀원들과 친밀감을 형성한다. 2. 서로가 생각한 의견을 공유 및 토의함으로써 주어진 활동을 완료한다.	대상 및 인원	중·고등학생/ 30명
활동장소 (실내, 실외, 야외)	교실 (실내)		
준비물	활동지, 8절지, 색연필, 사인펜, 매직		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	1. 팀 구성 후, 아이스브레이킹 시간을 가진다. 2. 활동지를 함께 보며 이번 시간 활동을 청소년들에게 소개한다.		(1)간단한 소개 및 스몰 토크 (2)미리 준비한 활동지를 나누어준다.
전개	1. 팀별 역할 분담을 실시한다. 2. 팀명과 구호를 선정한다. 3. 팀을 상징하는 슬로건을 8절지에 제작한다.		(1)대표, 부대표, 총무부, 홍보부, 복지부
마무리	1. 팀별 선정된 내용을 발표한다.		(1) 발표 시간은 최대 10분

#### 4. 단위 프로그램 내용 (3)

단위프로그램명	두 번째 Hoping!		
단위프로그램 목표	티셔츠 제작 과정에서 청소년들의 생각과 표현하고자 하는 것을 자유롭게 나타낼 수 있다.	대상 및 인원	중·고등학생/ 30명
활동장소 (실내, 실외, 야외)	교실 (실내)		
준비물	무지 티셔츠, 패브릭 펜, 사인펜, 배지		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	1. 팀별 로고, 슬로건의 배치를 생각한다. 2. 티셔츠 도안을 배부한다. 3. 디자인을 스케치한다.		
전개	1. 스케치를 바탕으로 패브릭 펜을 이용해 팀별 대표색, 슬로건이 담긴 단체 티셔츠를 제작한다.  2. 배지를 활용해 티셔츠를 꾸민다.	(2)팀의 대표에게는 큰 토끼 배지를 지급한다.(고정) 일반 팀원들은 다양한 배지 중 한 가지를 선택하게 한 뒤 지급한다. 배지 중 태극기 배지는 모두에게 지급한다.	
마무리	1. 만든 옷을 직접 입어본다.		

#### 4. 단위 프로그램 내용 (4)

단위프로그램명	세 번째 Hoping!		
단위프로그램 목표	1. 자신의 생각을 정리하고, 말하는 과정을 통해 자아정체감을 향상한다. 2. 현 사회 문제들에 대해 의견을 나누며 관심을 가지고, 대안을 생각하는 시간을 가진다.	대상 및 인원	중·고등학생/ 30명
활동장소 (실내, 실외, 야외)	교실 (실내)		
준비물	점수표, 블루투스 마이크		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	1. 활동을 설명한다.  2. 점수표를 배부하고 설명한다.	(1) 전개 과정에 대한 설명	
전개	1. 팀별 공약 의논 및 결정을 한다.  2. 팀별 공약을 발표한다.  3. 팀별 피드백을 한다.  4. 피드백을 수용한다.	(1)자신이 평소에 불편하거나, 필요 하다고 느끼는 점 들을 모아 해결책을 공약으로 만든다. (공약은 현사회 문제 및 일상생활 문제 등 다양하게 선정 할 수 있다.) (3)피드백의 경우 발표 후 모든 인원이 자유롭게 의견을 제시한다.	
마무리	1. 공약을 발표한 내용을 각 팀별로 점수를 배점한다.	(1) 10점 만점	

#### 4. 단위 프로그램 내용 (5)

단위프로그램명	모두의 Hoping!		
단위프로그램 목표	발표를 통해 자기 의사를 전달하고, 선정되기 위한 과정과 결과에 성취감을 느낄 수 있다.	대상 및 인원	중·고등학생/ 30명
활동장소 (실내, 실외, 야외)	교실 (실내)		
준비물	제작 단체복, 띠, 상품		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	1. 최종 유세 준비 및 연설 연습 2. 발표 순서를 결정한다.	(1) 최대 2명의 대표가 발표한다. (2) 순서는 가위바위보를 통해 결정한다.	
전개	1. 발표 순서에 맞게 최종 유세 발표를 진행한다. 2. 발표한 내용을 바탕으로 각 팀의 점수를 배점한다. 3. 발표 종료 후, 총점을 계산한다.		
마무리	1. 가장 많은 점수를 받은 팀을 선정한 후, 시상식을 진행한다. 2. 시상 후 정리하며, 마무리 짓는다.	(1) 1등 선물(우산)과 왕관을 수여한다.	

#### 5. 안전관리 계획

- 여러 명이 앞으로 나올 때, 질서를 유지한다.
- 단체복 제작 시 마커 및 미술용품이 신체에 접촉하지 않도록 한다.

## 6. 프로그램 평가계획

### (1) 평가목적

- 사전평가를 통해 청소년들의 기초 수준과 욕구에 알맞게 활동 지도를 할 수 있도록 함.
- 과정평가의 청소년 인터뷰를 통해 현재 진행에 만족하는지, 더 추가되거나 보완점을 파악할 수 있음.
- 총괄평가의 사후평가지로, 이 프로그램이 도움이 되었는지 확인할 수 있고, 목적에 맞게 진행되었는지 알 수 있음.

평가시기	내용	평가도구
사전평가	계획수준의 적절성 (기대, 수준, 동기)	설문조사 및 욕구 파악
과정평가	만족도	인터뷰
총괄평가	만족도	설문지

### (2) 평가도구 :

## <사전평가지>

이름: \_\_\_\_\_

\* 자신이 해당하는 것에 체크하시오

질문	매 우 유 능	유 능	보 통	부 족	매 우 부 족
1. 귀하의 현재 능동적 사고 능력은?					
2. 귀하의 현재 논리력은?					
3. 귀하의 현재 협동심 증진 필요도는?					
4. 귀하의 현재 창의력은?					

5. 이번 활동을 통해 기대 되는 점

(서술)

## <사후평가지>

이름:

\* 자신이 해당하는 것에 체크하시오

질문	매우 그렇다	그렇다	보통	아니다	매 우 아니다
1. 프로그램 이후 능동적 사고 능력에 도움이 되었나요?					
2. 프로그램 이후 논리력에 도움이 되었나요?					
3. 프로그램이후 협동심 증진에 도움이 되었나요?					
4. 프로그램 이후 창의력에 도움이 되었나요?					

5. 프로그램에서 아쉬웠던 점과 좋았던 점 (서술)

## 7. 기대효과

- 스마트폰 화면에서 벗어난 활동을 통해 각자의 의견을 생각함으로써, 자아 정체감을 향상시킬 수 있다.
- 평소에 다루지 않은 사회적인 내용을 다루면서, 사회적인 문제에 관심을 이끌어 낼 수 있다.
- 각자의 역할 수행을 하며, 능동적이고 주도적인 능력을 제고시킬 수 있다.
- 팀 활동을 통해 각 팀원들과 친밀감을 형성하여, 앞으로의 학교생활에 도움을 줄 수 있다.
- 활동 과정 중 만들기를 통해 창의력을 증진 시킬 수 있다.



## 꿈 사냥꾼 (드림헌터)

### 1. 개발 배경

- 현재 지속적으로 변화해나가는 사회에서 청소년들에게 더 많은 기회와 경험을 갖게 해주는 것이 중요하다고 여겨져서 청소년이 최대한 자신을 돌아보게끔 하는 활동이 중요하다. 하지만 현재 상당수의 대학 신입생들이 진로문제로 고민하고 있는 현실은 고등학교에서 해야 할 진로 결정을 유보한 결과라고 할 수 있다.
- 한국 대학생을 대상으로 대입과정에서 보이는 타협유형을 연구한 임수영(2014)은 흥미적성과 전공을 고려하지 않고 학교 지위만 추구한 학생들이 그렇지 않은 학생들에 비해 대학 적응의 어려움을 경험하고 있고 진로와 관련한 혼란을 겪을 가능성이 높음을 밝혔다.
- Brown과 Brooks(1996)는 전공과 흥미가 일치할수록 진로 안정성, 만족도, 적응도가 높아진다고 하였으나, 한국의 대학생들은 전공을 선택 시 자신의 흥미보다는 사회적 지위나 부모의 기대, 대학의 명성에 더 비중을 두어 전공을 선택하는 경우가 많기 때문에(하혜숙, 2000; 황매향, 김계현, 2003) 진로에 대한 불안과 현재에 대한 불만족이 높아질 수 있다(양명희, 박명지, 김희정, 2010). 많은 대학생들이 대학교에 입학하기 전 단계인 고등학교에서부터 필수적으로 이루어져야 하는 진로 결정에 대한 준비가 미흡함을 의미한다. 따라서 청소년의 진로결정 수준에 영향을 주는 요인을 밝혀 인생을 좌우하는 선택인 청소년의 진로 결정을 효과적으로 조력할 수 있게 목표를 설정하도록 돕기 위해서 프로그램을 설계하고 진행하고자 한다.<sup>1)</sup>
- 한국청소년학회에서 청소년학연구로 청소년들의 진로역량 수준을 확인한 결과를 살펴보면 분석결과, 4가지 하위영역은 약간의 차이를 보였는데, 직업가치관의 수준이 평균 3.11점(4점 만점)으로 가장 높았으며, 직업탐색의 수준이 평균 2.79점으로 가장 낮았다. 다시 말해, 청소년들은 상대적으로 다른 영역에 비해 직업가치관

1) 라영안, 김경은(2016.08), “대학생 진로타협과 진로스트레스와의 관계: 진로결정수준의 매개효과를 중심으로”, 상담학연구, 제17권 제4호, 한국상담학회, 185 - 203

에 대한 역량은 높았지만 자신이 원하거나 관심 있는 직업에 대하여 이해하거나 알아보는데 있어서는 부족한 점이 있다고 할 수 있다. 자기탐색과 진로준비의 경우는 평균 3.06점과 2.84점을 보였다. 청소년들에게 진로역량의 함양이 매우 중요함에도 불구하고 전반적으로 높지 않아 적극적인 탐색이 절실히 필요함을 확인할 수 있다. 본 프로그램에서 다루고자 하는 자기탐색과 직업탐색은 다른 것보다 우선적으로 고려되어야 하는 부분이다. 따라서 본 프로그램으로 청소년들의 주체적인 자기탐색을 독려하고, 진로를 생각하고, 탐색하며, 준비할 수 있는 기회를 제공하고자 한다.<sup>2)</sup>

**<표 1> 청소년의 진로역량 수준**

구분	N	평균	표준편차
자기탐색	1,871	3.06	0.52
직업탐색		2.79	0.61
직업가치관		3.11	0.55
진로준비		2.84	0.56
진로역량전체	1,871	2.94	0.45

## 2. 프로그램 목적과 목표

(1) 목 적 : 시시각각 빠르게 변화하는 사회 속에서 과도한 대학 입시 중심으로 참 진로를 찾을 겨를도 없는 부산 지역에 거주하는 중고등학교 청소년을 대상으로 진로 검사, 진로직업카드제작, 버킷리스트를 담은 드림캐처 만들기 등 [꿈사냥꾼-드림헌터] 프로그램을 제공함으로써 직업적 의미의 진로에서 더 나아가 자신에 대해 깊이 생각하고 꿈을 품고 주체적으로 이루어가는 청소년의 모습을 스케치해 볼 수 있는 장을 마련하는 데 목적이 있다.

### (2) 목 표

- 진로검사를 통해 자신의 특성을 이해하고, 진로카드를 직접 제작하여 청소년의 진로 탐색 시기를 주체적이고 자유롭게 탐색할 기회를 가진다.

2) 문성호, 박승곤, 윤동엽, 정지윤(2016), “청소년진로활동의 실태와 프로그램 분석”, 청소년학연구, 제23권 제4호, 한국청소년학회, 319 - 343

- 버킷리스트와 드림캐쳐 활동을 통해 자아 영역에 긍정적인 영향을 주어 자아역량을 높일 수 있다.
- 자기탐색과 진로탐색을 통해 대학입시 중심이 아닌 자신이 원하는 진로 방향성을 설정할 수 있다.
- 프로그램 종료 후에도 지속적으로 이어지는 자기탐색으로, 진로에 대한 끊임없는 고민을 통해 진로목표를 세워 나아갈 수 있도록 진로결정수준에 영향을 준다.

### 3. 프로그램 일정표

#### (1) 개 요

- 1) 사업추진 기간 및 시간 : 오전 10시~오후 2시 30분
- 2) 사업추진 장소 : 중학교, 고등학교 등 교육시설
- 3) 사업추진 대상 및 인원 : 부산광역시에 거주하는 중고등학생 대상

#### (2) 프로그램 일정

시간	소요시간	단위 프로그램명
9:30~11:00	90분	안전교육 오리엔테이션 (게임 및 진로검사지)
11:10~12:30	80분	직업 맞추기 게임, 직업카드 제작, 포토카드 선물
12:30~13:30	60분	점심식사
13:30~15:00	90분	버킷리스트 작성, 드림캐쳐 제작, 마무리

#### 4. 단위 프로그램 내용

단위프로그램명	꿈을 찾다		
단위프로그램 목표	1. 친구들과 선생님 간의 친밀감 (라포)를 형성할 수 있다. 2. 워크넷 청소년 직업흥미검사를 통해 Holland의 자신의 흥미를 확인한다. 3. 자신의 흥미와 관련된 직업을 찾아보는 시간을 가진다.	대상 및 인원	중·고등학생 25명
활동장소 (실내,실외,야외)	실내 (교실)/1시간		
준비물	ppt자료, 상품, 진로검사지		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입(5분)	1. 간단한 질문을 통해 친밀감 형성하기 2. 학과 소개 및 자기소개하는 시간 가지기 3. 프로그램에 대해 소개하고 목표 및 전개과정 설명하기		
전개(80분)	1. 게임 활동 (30분) <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 부분 사진 게임: 자료화면을 보고 눈, 코, 입의 사진만을 보고 어떤 인물인지 맞춘다.</li> <li>■ 라이어 게임: 4~5개 조를 만들어 거짓말을 하고 있는 사람을 찾아내는 라이어 게임을 진행한다. (주제: 일반적인 주제부터 시작, 게임이 활발하게 진행되는 시점부터 직업이라는 주제로 진행)</li> </ul> *1등을 하거나 정답을 맞춘 학생들에게 소정의 선물 뽑기 기회를 제공한다. *부분 사진게임 예시 <div data-bbox="377 1544 1012 1760"> </div>	- 게임활동을 할 때 소외되는 학생들이 없도록 주의를 살피며, 골고루 기회를 줄 수 있도록 한다.	

2. 쉬는 시간(10분)
3. 진로검사 실시 및 탐색 활동 (40분)
- 진로검사를 통해 약 20분 동안 청소년 직업 흥미검사를 실시한 후 검사결과를 확인하고 이와 관련된 자신이 원하는 직업을 찾는다. (검사 결과 자료와 참고 자료를 제공하여 이해를 도운다.)

### \*진로검사 결과 예시


The screenshot displays a comprehensive career assessment interface. It includes sections for '성격 특성' (Personality Traits) with a bar chart, '능력 특성' (Ability Traits) with a table of scores, '관심 특성' (Interest Traits) with a radar chart, and '진로 탐색' (Career Exploration) with a list of potential careers. The interface is designed to help users understand their strengths and interests in relation to different career paths.

진로검사를 할 때에는 검사를 하는 개인마다 검사에 쓰이는 시간 차이가 있을 수 있으므로, 융통성을 발휘한다. (해석을 통해 이해를 돕거나, 자율적인 쉬는 시간을 가질 수 있도록 하는 등)

### 마무리(5분)

진행한 프로그램에 대한 소감을 나눈 후 소정의 상품을 지급하고 다음 시간에 할 프로그램을 간단히 설명하며 마무리 한다.

단위프로그램명	꿈을 좇다.		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 직업에 대한 이해의 폭을 넓힐 수 있다.</li> <li>- 자신의 진로카드를 직접 제작할 수 있다.</li> <li>- 자신의 직업 세계를 소개할 수 있다.</li> </ul>	대상 및 인원	중·고등학생 25명
활동장소	실내 (교실)/ 1시간		
준비물	다양한 직업이름표, 볼캡 25개, 예시용 직업카드, 청소년증 크기의 흰 바탕 종이, 코팅지, 카메라필름, 색연필, 싸인펜, 네임펜, 스티커, 마스킹테이프		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입 (10분)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 청소년과 반갑게 다시금 인사하는 시간</li> <li>2. 진행할 프로그램의 방법을 간단히 설명 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 양세찬 게임 방법을 알려줄 때, 동영상을 보여주어 이해를 도운다.</li> <li>- 칠판에 크게 진로카드 형식을 예시를 그려두고, 미리 만들어둔 직업카드를 보여주어 이해를 돕는다.</li> </ul> </li> <li>3. 프로그램의 취지와 의미를 간략히 소개 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 프로그램을 진행하는 선생님의 직업카드를 소개하면서 제작할 때 어떤 느낌이었는지를 공감하는 시간을 가지며 동기유발</li> <li>- 사진 촬영에 대하여서는, 꿈을 그리고 있는 모습을 간직하게 하고자 하는 의미임을 알려 준다. (본인 개인소장)</li> </ul> </li> </ol>		
전개 (60분)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 양세찬 게임 (20분) (<a href="https://youtu.be/B7VCUMyTPyc">https://youtu.be/B7VCUMyTPyc</a> 이와 같은 방법으로, 다만 주제를 각자의 '직업'으로 둔다.)</li> </ol>		

	<p>■ 방법</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) 이마에 직업이 적힌 카드를 붙인다. (랜덤)</li> <li>2) 돌아가면서 직업을 추리할 수 있는 질문을 던진다.</li> <li>3) 돌아가면서 질문과 답변을 이어간다.</li> <li>4) 추리가 끝난 사람은 자기 순서에 정답을 맞춘다.</li> <li>6) 가장 먼저 인물 추리에 성공한 사람이 우승</li> </ol> <p>2. 직업카드 제작 활동&amp;사진 촬영 (40분)</p> <p>-앞면: 직업명과 직업 특성을 살린 그림</p> <p>-뒷면: 선정 이유와 다짐, 목표 달성 시기 등을 적어보며 구체화</p> <p>■ 청소년 지도사(3명): 5개의 조를 돌아보며, 완성된 직업카드를 코팅해준다.</p> <p>■ 청소년 지도사(1명): 즉석카메라로 활동하고 있는 아이들의 모습을 개인별로 찍어준다.</p> <p>*직업카드 제작 예시</p> 	<p>- 선호 직업이 없거나 많을 수 있다. 청소년이 주체적으로 활동에 임할 수 있도록 지시보다는 지지자의 역할을 한다.</p> <p>- 사진 촬영을 싫어할 수 있다. 청소년의 요구를 존중하며, 정면이 아닌 모습이어도 괜찮다.</p>
<p><b>마무리 (10분)</b></p>	<p>- 인화된 사진과 자신이 만든 직업카드를 간직할 수 있도록 한다.</p> <p>- 소감과 헤어짐 인사를 나누며, 긍정적인 분위기 속에서 활동을 마무리 한다.</p>	<p>- 준비해온 물건들을 정리한다.</p>

<b>단위프로그램명</b>	꿈을 잡다 [버킷리스트 작성, 드림캐처]		
<b>단위프로그램 목표</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 청소년들이 진로 계획 외에도 자신의 삶 속에서 이루고자 하는 것을 주도적으로 생각하고 계획을 세울 수 있다.</li> <li>- 버킷리스트를 이루기 위해 진취적인 삶을 구성해 나갈 수 있다.</li> </ul>	<b>대상 및 인원</b>	중 • 고등학생 25명
<b>활동장소</b>	실내 (교실)/ 1시간 30분		
<b>준비물</b>	드림캐처 DIY, 사인펜, 네임펜, 딱 메모지, 스티커, 우드락, 상품		
<b>활동단계</b>	<b>활동내용</b>	<b>유의사항</b>	
<b>도입(5분)</b>	1. 이번 시간에 진행할 프로그램에 대해 소개한다. 1. 프로그램 진행 순서 및 방법 설명 2. 미리 제작해온 예시 결과물(드림캐처) 소개 3. 프로그램 시작	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 마지막 시간으로 청소년들의 집중력이 저하되지 않도록 주의하며 소개하기.</li> </ul>	
<b>전개(60분)</b>	1. 딱메모지와 네임펜, 사인펜을 활용하여 자신만의 버킷리스트 5~10가지 작성해보기. 2. 작성한 버킷리스트를 모둠 내에서 발표해 보는 시간 갖기. 3. 드림캐처 DIY 배부 후, 도입 단계에서 설명한 방법을 토대로 만들어 보기. <div data-bbox="381 1197 941 1517" data-label="Image"> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 버킷리스트 작성에 어려움을 겪는 청소년에게 예시 제공을 위해 청소년 지도사들의 버킷리스트 준비해 가기.</li> <li>- 발표가 진행되는 모둠을 대상으로 상품을 지급하되, 강요 없는 분위기 조성하기</li> <li>- 드림캐처 만들기를 힘들어 하는 청소년을 위해 청소년 지도사가 즉각적인 도움을 제공할 수 있도록 준비하기.</li> </ul>	
<b>마무리(25분)</b>	1. 딱 메모지 및 포스트잇 배부 후 프로그램을 통해 느낀점 작성하는 시간 갖기. 2. 작성된 포스트잇을 우드락 판에 직접 붙이기 3. 프로그램 활동에 대한 전체적인 마무리 및 인사 나누기		



## 6. 안전관리 계획

- 활동 중 안전사고 상황 발생 시, 즉시 도움을 요청한다.
- 비상약을 구비해둔다.
- 화재 위험, 지진 등이 발생할 때 대비하여 대피 방법 배우기
- 코로나 등과 같이 감염병 발생 위험이 있을 시 최대한 접촉을 피하도록 지도한다.
- 무단 이탈 방지를 위해 인력을 배치한다.
- 교실 내에서 일어날 수 있는 기본적인 교칙에 대해 준수한다.
- 활동 중 가위 등 날카로운 물건 사용시 주의하도록 한다.
- 심한 장난이나 소란이 발생하지 않도록 사전에 당부하여 주의를 주도록 한다.

## 7. 프로그램 평가계획

(1) 평가계획 : 프로그램의 목적인 직업적 의미의 진로에서 더 나아가 자신의 진로에 대해 주체적으로 탐방하고 이루어가는 청소년의 모습을 유도하기 위해 다음과 같이 평가한다.

<사전평가>를 통해 프로그램 대상자의 진로에 대한 사전지식과 관심 분야에 대해 파악하여 프로그램 대상자와 진행자 사이의 친밀감 형성과 동시에 대상자들의 적극적인 참여를 유도한다. 청소년이 쉽고 재미있게 접근할 수 있고, 운영자 뿐 아니라 응답자도 답변의 경향을 알 수 있어서 소통의 도구가 될 수 있다.

<과정평가>를 통해 프로그램의 흥미도와 참여의지에 대해 파악하고 참여 의지에 문제 발생시 적절한 응급조치를 취하며 향후 프로그램 계획에서도 참고할 수 있도록 한다.

<총괄평가>를 통해 프로그램 종료 후 내용에서 흥미로웠던 부분과 개선이 필요한 부분에 대해 파악하고 자신의 진로를 생각하는 것에 변화가 있었는지 파악하며 프로그램 개발팀의 목적, 목표인 '청소년들이 주체적으로 진로를 찾아가는 모습'에 근접할 수 있었는지 확인하여 향후 프로그램에 참고할 수 있도록 한다.

평가시기	내용	평가도구
사전평가(1안)	프로그램의 필요성 (프로그램 주제에 대한 사전지식) 및 수요 (관심 분야) 파악	질문지 (간단한 질문과 거수를 통한 대략적인 파악)
사전평가(2안)		설문지 및 판넬(+스티커)
과정평가	프로그램 참여의 흥미도 파악	수업 도중의 인터뷰
총괄평가	프로그램의 만족도(내용) 및 효과성(영향력) 파악	설문지

(2) 평가도구 : 평가도구의 경우 프로그램 진행 시간과 상황을 고려하여 적절하게 사용한다.

사전평가 1안의 <질문지>의 경우 간단한 질문과 거수를 통해 진로와 꿈에 대한 사전지식과 현재 관심 분야에 대해 대략적인 파악을 실시한다. 이는 프로그램 진행에 있어 시간적 여유가 없는 상황에서 실용적으로 작용하며 대상자의 흥미도를 유지하기 위해 긴 시간을 소요하지 않는 것을 의도로 한다.

사전평가 2안의 <설문지>의 경우 1안과 유사한 내용을 설문지로 배부한다. 그리고 설문지와 동일한 <판넬>을 제시하여 직접 스티커를 붙이게 함으로써 결과 도출에 있어 소요시간을 최소화 하면서도 대상들의 답에 세분화가 가능하다. 더해, 스티커를 붙이는 과정에서 붙이는 모양새나 붙이기까지의 고민하는 시간 등 대상자들에 대해 파악할 요소가 더 많아진다는 것이 프로그램 진행에 긍정적으로 작용할 것이라고 예상된다. 추가로 설문지 또한 회수하는데, 설문지의 5번 항목을 통해 향후 프로그램을 발전시키는 데에도 참고 자료로 활용할 수 있기 때문이다.

과정평가에서의 <인터뷰>는 준비한 프로그램이 개개인의 선호사항에 따라 흥미가 떨어지는 모습을 고려하여 해당 대상자들을 파악하고, 대상자들과의 소통을 통해 개선사항을 조사하며 진행상의 어려움에 대해 즉각적인 피드백을 통해 대상자들의 프로그램 참여를 장려하는 것을 목적으로 한다.

총괄평가의 <설문지>에서는 프로그램 종료 후 이 시간을 통해 청소년들이 주체적으로 진로에 대한 생각의 변화에 대한 서술식 문항과 이전과 다른 진로 역량을 함양하게 되었는지에 대해 평가하기 위한 문항을 준비한다.

## <사전평가 질문지>

사전평가 질문지	
질문지를 참고하여 질문에 답변해주세요!	
1	본인의 진로에 대해 생각해본 적이 있다.
2	직업적인 측면에서 하고 싶은 일이 있다.
3	버킷리스트와 같이 직업 외적으로 해보고 싶은 일이 있다.
4	관련 기술 학습 및 관련 현장 방문 등 포괄적인 의미에서 나의 진로와 관련된 활동 경험이 있다.
5	지금의 시기에 진로에 대해 생각해보는 활동이 필요하다고 생각한다.
6	나는 나의 진로에 대해 남들에게 설명할 수 있다.

## <사전평가 설문지 및 판넬> (판넬의 경우 각 칸의 넓이를 더 넓게 할 예정)

사전평가 설문지			
문항내용		예	아니요
1	나의 진로에 대해 생각 해본적이 있다.		
2	직업적으로 하고 싶은 일이 있다.		
3	버킷리스트와 같이 직업 외적으로 해 보고 싶은 일이 있다.		
4	관련 기술 학습 및 관련 현장 방문 등 포괄적인 의미에서 나의 진로와 관련된 활동 경험이 있다.		
5	2, 3번 항목의 하고 싶은 일이 무엇인지와 왜 그렇게 생각하였는지 자유롭게 작성 바랍니다.	(판넬에서는 제외 설문지에만 포함)	

## <과정평가 인터뷰>

과정평가 인터뷰	
1	프로그램의 설명이 이해가 잘 되었나요?
2	프로그램의 내용이 흥미롭게 다가왔나요?
3	프로그램의 주제가 적절하다고 생각되나요?
4	프로그램 진행에 어려움은 없었나요? 있었다면 어떤 부분이었나요?
5	프로그램 진행에 더 좋은 아이디어가 있을까요?

## <총괄평가 설문지>

총괄평가 설문지						
문항내용		매우 그렇다	그렇다	보통이 다	그렇지 않다	매우 그렇지 않다
1	프로그램을 통해 진로에 대해 생각해보게 되었다.	①	②	③	④	⑤
2	프로그램을 통해 하고 싶은 일이 무엇인지 알게 되었다.	①	②	③	④	⑤
3	프로그램의 목적이 적절했다.	①	②	③	④	⑤
4	프로그램의 진행이 매끄러웠다.	①	②	③	④	⑤
5	프로그램의 내용이 흥미로웠다.	①	②	③	④	⑤
6	프로그램에 대해 개선할 점이나 느낀 점 등 자유롭게 작성해주세요					

## 8. 기대효과

- 프로그램을 통해 청소년들이 꿈과 진로에 대해 긍정적인 전망을 기대하게 하고 청소년 시기를 뚜렷한 목표 없이 보내는 청소년들도 목표, 즉 '하고 싶은 일'에 대해 생각해보게 하여 청소년기 자아 탐색과 자기 개발의 원동력으로 이어질 수 있게끔 할 수 있다.
- 직업적 진로에 관심이 있는 경우, 학교 교육에서 다 해결하지 못하는 진로 고민에 대해 도움을 줄 수 있고, 나아가 스스로 관련된 정보를 찾고 비슷한 분야에 대해 접근하도록 유도할 수 있다.
- 버킷리스트와 같이 직업과 관련되지 않더라도 뚜렷한 목표를 가지고 있는 경우 기존 가지고 있는 버킷리스트의 요소에 대해 생각해보며 자신이 무엇을 중요시하고 어떤 것을 목표로 하는지 인지하게끔 할 수 있다.



# 2

청소년활동 프로그램 공모전





최우수 [동명대학교-정지수, 서예슬, 박정현, 배한서, 정유선]

# 중학생의 스트레스 해소와 체력증진을 위한 체육프로그램 “A(Athletics). B(Beat). C(Competition)”

## 1 프로그램 개발 배경

코로나 19 사태 장기화로 인하여 사회적 거리 두기에 따른 여파로 청소년은 점점 저체력이 되어 가고 있다. 57국 소아·청소년 신체활동 전문가들이 실시한 ‘글로벌 매트릭스’ 조사에서 우리나라 청소년의 신체활동 참여 점수는 D-를 받았으며 이는 참여한 57국 중 공동 37위로, 우리나라 청소년의 신체활동이 세계 최저 수준임을 알 수 있었다. 또한, 매년 실시하는 ‘학생건강체력평가(PAPS)’에서는 100점 만점에 40점 미만을 저체력으로 구분하는데 2018년 11.3%에서 2022년 16.6%로 50%까지 증가했음을 나타내고 있었다.<sup>1)</sup>

저체력 뿐만 아니라 비만, 고혈압, 고지혈 등 만성질환을 앓는 소아·청소년이 코로나 19 이전보다 최대 2배 이상 증가하였다. 2022년 국민건강보험공단의 자료 분석 결과 전체 소아·청소년 연령대 중 중학생의 비만·고지혈증 진료량이 각각 2.8배·2.2배로 가장 큰 폭으로 늘어났음을 알 수 있었다. 또한, 교육부·질병 관리청이 발표한 2022년 학생 건강검사 및 청소년 건강 행태 조사 결과에 따르면 전국 초·중고 학생 10명 중 3명꼴로 과체중 또는 비만이며 전체 학생 중 과체중 학생 비율은 11.8%, 비만 학생 비율은 18.6%로 합하면 30.5%인 것으로 나타났다.<sup>2)</sup> 이런 청소년의 비만의 증가는 스트레스와 다양한 합병증을 발생시킨다. 청년기 시기에 2형 당뇨병, 고혈압, 이상지질혈증, 지방간 등과 같은 비만 합병증이 발생하면 건강한 사회생활에 지장을 받을 수 있고, 평생 의료비 지출이 발생하여 국가 의료비도 급증할 것이다.<sup>3)</sup> 하지만 이렇게 청소년의 비만을 병적인 것으로 여기면서도 사후관리나 의학적 진료로 연결되지 않고 방치되어 청소년의 건강관리에 사각지대가 발생하고 있다.<sup>4)</sup>

1) 조선일보(2023.01.06.) “공 제대로 던지는 학생 드물고 비만·과체중이 30%… ‘저체력’ 방치 언제까지”

2) 부산일보(2023.04.15), “10명 중 3명 과체중 비만…코로나 이후 악화된 청소년 건강”

3) 디지털조선일보(2023.03.20.) “소아·청소년 비만 최근 2~3배 증가… 합병증 증가 추세 주목”

4) Kha 병원신문(2022.09.13) “코로나 기간 소아청소년 비만 증가, 만성질환으로 이어져”

또한, 본 프로그램을 시행하고자 하는 동명대학교는 청소년지도사를 양성하는 학과가 세 개나 있어서 예비청소년지도사들이 많다는 장점이 있다. 뿐만아니라 스포츠재활학과가 있어서 청소년들에게 체육활동을 지도할 수 있는 예비지도자를 활용하기에 좋은 조건이라고 할 수 있다. 동명대학교라는 인프라를 활용하여 신체활동이 부족한 청소년들에게 건강과 신체 활력을 제공하는 체육프로그램을 시행하고자 한다.

따라서 시행장소의 용이함을 바탕으로 청소년의 저체력 및 비만과 관련된 문제를 해결하고자 다양한 신체를 활용하여 체력을 증진시키는 프로그램으로 선정하였다.



자료=교육부



## 2 프로그램 목적과 목표

### □ 목적

- 다양한 신체를 활용하는 활동을 통해 청소년의 체력을 증진하고 스트레스를 해소한다.
- 체력을 증진시키는 프로그램을 통하여 청소년의 건강을 향상한다.

### □ 목표

- 중도 포기하지 않고 프로그램에 참여하여 운동에 대한 흥미를 느낄 수 있다.
- 재미있게 운동하는 방법을 터득한다.
- 다양한 신체 활동을 통해 청소년의 스트레스를 해소한다.

## 3

## 프로그램 개요

- 일시(기간): 8회기 진행(토요일 마다 격주로 진행)
- 장 소: 동명대학교
- 대상인원: 1순위 동명대학교 근처 중학교 재학생 중 14세~16세 20명  
2순위 부산광역시 남구에 거주하는 14세~16세(중학생)
- 주요내용: 청년기는 장년기를 대비하여 신체적 기능을 최고 수준으로 끌어올려야 하는 시기로 충분한 운동시간과 강도가 적용되도록 해야 한다. 하지만 코로나 19 이후 신체활동이 줄어들어 비만과 저체력 청소년은 증가하는 추세이며, 다양한 합병증까지 겪게 되는 결과가 초래되었다. 이런 배경을 바탕으로 신체를 활용한 다양한 활동을 통해 청소년의 체력을 증진시키는 프로그램을 진행한다.

## 4

## 프로그램 일정표

## □ 일정표

구분	시간	소요시간	단위 프로그램명
1회기	14:00~14:50	50분	오리엔테이션 및 아이스브레이킹
	14:50~15:50	60분	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 사전조사 설명 및 실시</li> <li>- 몸무게 측정 후 신체질량지수(BMI) 계산</li> <li>- 스트레스 반응척도 (SRI) 작성</li> <li>- 왕복오래달리기, 윗몸말아올리기, 제자리 멀리 뛰기 등 체력 측정</li> </ul>
	15:50~16:00	10분	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 간단한 소감 말하기(1~2명)</li> <li>● 활동 종료 후 다함께 뒷정리 및 청소</li> </ul>

2회기	14:00~14:50	50분	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 전통체육 대회 종목 설명 및 안전교육</li> <li>● 준비운동 및 팀 편성</li> <li>● 종목 별 연습시간 부여</li> </ul>
	14:50~15:50	60분	줄다리기, 박 터뜨리기, 원마커 낚다리 밟기 진행
	15:50~16:00	10분	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 간단한 소감 말하기(1~2명)</li> <li>● 활동 종료 후 다함께 뒷정리 및 청소</li> </ul>
3회기	14:00~14:50	30분	<ul style="list-style-type: none"> <li>● E스포츠 설명 및 안전교육</li> <li>● 준비운동 및 팀 편성</li> </ul>
	14:50~15:50	80분	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 닌텐도 스위치 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 닌텐도 스위치 스포츠, 저스트 댄스 (JUST DANCE)를 활용하여 대회 진행</li> </ul> </li> <li>● VR <ul style="list-style-type: none"> <li>- 비트세이버(BEAT SABER)를 활용하여 대회 진행</li> <li>- 예비게임 BOX VR을 두어 필요시에 활용</li> </ul> </li> </ul>
	15:50~16:00	10분	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 간단한 소감 작성하기</li> <li>● 활동 종료 후 다함께 뒷정리 및 청소</li> </ul>
4회기	14:00~14:30	30분	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 태권도 체험 설명 및 안전교육</li> <li>● 강사 소개 및 주의사항 안내</li> </ul>
	14:30~15:50	80분	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 태권도에 대한 간단한 교육 진행</li> <li>● 태권도 도복 및 띠 착용 체험</li> <li>● 기초 체력 훈련 및 기본동작, 태극 1장 교육 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 시간이 남을 경우 피구 경기</li> </ul> </li> </ul>
	15:50~16:00	10분	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 간단한 소감 작성하기</li> <li>● 활동 종료 후 다함께 뒷정리 및 청소</li> </ul>
5회기	14:00~14:50	50분	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 볼링 대회 설명 및 안전교육</li> <li>● 강사소개 및 준비운동 실시</li> <li>● 팀 편성 및 볼링장 이동</li> </ul>

	14:50~15:50	1시간	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 시범 후 한 게임 연습 시간 부여</li> <li>● 볼링대회 진행</li> </ul>
	15:50~16:00	10분	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 간단한 소감 작성하기</li> <li>● 활동 종료 후 뒷정리, 볼링공과 볼링화의 반납 확인, 인원수 체크 후 해산</li> </ul>
6회기	14:00~14:50	50분	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 전통놀이 종목 설명 및 안전교육 진행</li> <li>● 준비 운동 및 연습 진행</li> </ul>
	14:50~15:50	1시간	팽이치기, 윷놀이, 제기차기, 연날리기 등 진행
	15:50~16:00	10분	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 간단한 소감 작성하기</li> <li>● 활동 종료 후 다함께 뒷정리 및 청소</li> </ul>
7회기	14:00~14:50	50분	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 미니게임 종목 설명 및 안전교육</li> <li>● 시범 및 연습 시간 부여</li> </ul>
	14:50~15:50	1시간	단체줄넘기, 달리기 빙고, 협동 탑 쌓기 진행
	15:50~16:00	10분	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 간단한 소감 작성하기</li> <li>● 활동 종료 후 다함께 뒷정리 및 청소</li> </ul>
8회기	14:00~14:50	50분	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 프로그램 만족도와 인상 깊었던 활동 나누기</li> <li>● 사후검사 설명 및 준비운동</li> </ul>
	14:50~15:50	60분	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 사후검사 실시               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 몸무게 측정 후 신체질량지수(BMI) 계산</li> <li>- 스트레스 반응척도 (SRI) 작성</li> <li>- 왕복오래달리기, 윗몸말아올리기, 제자리 멀리 뛰기 등 체력 측정</li> </ul> </li> <li>● 모든 체력 측정이 끝나고 휴식을 취한 후 다과를 즐긴다.</li> </ul>
	15:50~16:00	10분	활동 종료 후 다함께 뒷정리 및 청소

## 5

## 단위 프로그램 세부내용

단위프로그램명	Orientation		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 전체적인 프로그램 이해</li> <li>- 아이스브레이킹을 통한 유대관계 형성</li> </ul>	대상 및 인원	14~16세(중학생) 20명
활동장소 (실내,실외,야외)	학생복지관(8번 건물) 4층 실내체육관 (실내)		
준비물	고깔, 줄자, 마실 것		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 오리엔테이션을 진행하여 프로그램 세부내용 및 진행일정 소개, 비만 및 저체력의 간단한 교육과 안전교육을 실시한다.</li> <li>- 아이스브레이킹을 진행하여 서로를 소개하고 MBTI, 좋아하는 것 등에 대한 이야기를 나눈다.</li> <li>- 사전검사 안내 및 준비운동을 실시한다.</li> </ul>		
전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 사전조사를 실시한다.</li> <li>● 몸무게 측정 후 신체질량지수(BMI)를 계산한다.</li> <li>● 스트레스 반응척도(SRI)를 작성한다.</li> <li>● 체력측정을 진행한다.</li> </ul> <p>(1) 윗몸말아올리기 (근력)</p> <p>① 머리와 등을 대어 눕고, 손은 넓적 다리 위에 두며, 무릎은 90도로 굽혀 세운다.</p> <p>② 3초에 한번씩 신호음에 맞춰 손이 넓적다리를 타고 올라가 손바닥으로 무릎을 감싸도록 상체를 말아 올린 후 제자리로 돌아온다.</p> <p>※ 실시 간격을 지키지 못했을 때 처음 한 번은 횟수를 기록하지 않고 두 번째에는 종료하고 총 횟수를 기록한다.</p> <p>(2) 제자리 멀리뛰기 (순발력)</p>		

	<p>① 출발선을 밟지 않고 선다.</p> <p>② 모뎀발로 해서 뛰는 것을 2회 실시하여 높은 기록을 최종기록으로 한다.</p> <p>※ 도약하는 순간 한쪽 발만 출발선을 넘어선 안된다.</p> <p>(3) 왕복오래달리기 (심폐지구력)</p> <p>① 20m 간격으로 고깔을 설치한다.</p> <p>② 일정 시간 간격의 신호음에 맞추어 반대편으로 달린다. (반복신호음이 울리면 즉시 방향을 전환한다.)</p> <p>③ 신호음이 울리면 즉시 방향을 전환한다.</p> <p>④ 위 과정을 반복하여 제한시간 안에 몇 번 했는지 작성한다.</p> <p>※ 첫 번째 실패에 △, 두 번째 실패시 X 표시하고 총 횟수를 기록한다.</p>	
마무리	모든 활동 종료 후 다함께 뒷정리 및 청소를 하도록 한다.	

단위프로그램명	전통체육대회		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 팀별 경기를 통한 협동심 향상</li> <li>- 팀별 경기를 통한 집중력 향상 및 스트레스 해소</li> </ul>	대상 및 인원	14~16세(중학생) 20명
활동장소 (실내,실외,야외)	학생복지관(8번 건물) 4층 실내체육관(실내)		
준비물	장갑, 밧줄, 표시용 테이프,박,오재미,원 마커, 고깔, 마실 것		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 체육대회 종목에 대해 간단히 설명하고 한 번씩 연습해볼 수 있도록 한다.</li> <li>- 활동 시 주의해야 할 점 등 안전교육을 진행한다.</li> <li>- 활동 전 준비운동을 실시한다.</li> <li>- 각 종목별로 다 같이 연습해 볼 수 있는 시간을 잠시 가진다.</li> </ul>		
전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 각 종목에 따라 팀을 나누어 체육대회를 진행한다.</li> <li>● 줄다리기               <ol style="list-style-type: none"> <li>① 10명씩 2개의 팀을 편성한다.</li> <li>② 신호에 따라 정해진 시간내에 자신의 팀 방향으로 줄을 당긴다.</li> <li>③ 줄 중간 표시 부분이 중앙 기준선을 넘어서면 넘어가지 않은 쪽이 승리한다.</li> </ol> </li> <li>● 박 터뜨리기               <ol style="list-style-type: none"> <li>① 5명씩 4개의 팀을 편성한다.</li> <li>② 바구니에 있는 공을 던져 자신의 팀의 박을 터뜨린다.</li> <li>③ 박이 가장먼저 터지는 팀이 승리한다.</li> </ol> </li> <li>● 원마커 낚다리 밟기               <ol style="list-style-type: none"> <li>① 5명씩 4개의 팀을 편성한다.</li> <li>② 각 팀에서 원마커를 밟고 이동할 주자를 한명 뽑는다.</li> <li>③ 나머지 팀원들이 주자가 이동할 수 있도록 원마커를 이동방향에 깔아준다.</li> <li>④ 주자는 원마커를 밟고 고깔이 세워져있는 목적지까지 이동한다.</li> <li>⑤ 가장 먼저 결성승에 도착한 팀이 승리한다.</li> </ol> </li> </ul>		
마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 모든 활동 종료 후 다함께 뒷정리 및 청소를 하도록 한다.</li> <li>- 간단한 소감 작성하기</li> </ul>		



단위프로그램명	E 스포츠 대회		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 팀별 활동을 통해 협동심 향상</li> <li>- 전자기기로 신체활동을 함으로써 새로운 관점과 호기심 유발</li> </ul>	대상 및 인원	14~16세(중학생) 20명
활동장소 (실내,실외,야외)	사회과학관(4번 건물) 505호		
준비물	닌텐도 스위치, VR 기기, 마실 것		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 안전교육과 활동 참여 시 주의해야 할 행동, 언어 등의 교육을 진행한다.</li> <li>- 5인 4조로 팀을 나누어 닌텐도 스위치 2팀, VR 2팀으로 편성한다.</li> <li>- 활동 전 준비운동을 진행한다.</li> </ul>		
전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 닌텐도 스위치와 VR의 신체활동이 포함된 게임을 활용하여 대회를 진행한다.</li> <li>● 닌텐도 스위치 스포츠               <ol style="list-style-type: none"> <li>① 5명씩 2개의 팀으로 편성한다.</li> <li>② 배구, 배드민턴, 볼링, 축구, 검술, 테니스 6가지 종목 중 선택된 3가지를 통해 경기를 진행한다.</li> <li>③ 경기의 승패에 따라 점수를 부여한다.</li> </ol> </li> <li>● 저스트 댄스(JUST DANCE)               <ol style="list-style-type: none"> <li>① 5명씩 2개의 팀으로 편성한다.</li> <li>② 저스트 댄스 칩에서 고른 춤과 노래를 통하여 대회를 진행한다.</li> <li>③ 춤의 정확도에 따라 점수를 부여한다.</li> </ol> </li> <li>● 비트세이버(BEAT SABER)               <ol style="list-style-type: none"> <li>① 5명씩 2개의 팀으로 편성한다.</li> <li>② 음악에 맞추어 광선검으로 날아오는 블록을 자르는 형식으로 같은 곡 5곡을 선정하여 경쟁하는 대회를 진행한다.</li> <li>③ 블록을 자르는 정확도에 따라 점수를 부여한다.</li> </ol> </li> <li>● BOX VR(예비 게임)               <ol style="list-style-type: none"> <li>① 5명씩 2개의 팀으로 편성한다.</li> <li>② 복싱 펀치를 통해 날아오는 풍선을 리듬에 맞추어 터뜨리는 형식으로 같은 곡 5곡을 선정하여 경쟁하는 대회를 진행한다.</li> </ol> </li> </ul>		
마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 모든 활동 종료 후 다함께 뒷정리 및 청소를 하도록 한다.</li> <li>- 간단한 소감 작성하기</li> </ul>		

단위프로그램명	태권도 체험		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 무도기술을 배워보는 시간을 통해 운동에 대한 관심을 가질 수 있도록 유도</li> <li>- 기초체력 훈련을 통해 스스로 운동할 수 있도록 유도</li> </ul>	대상 및 인원	14~16세(중학생) 20명
활동장소 (실내,실외,야외)	학생복지관(8번 건물) 4층 실내체육관 (실내)		
준비물	고깔, 공, 마실 것		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 활동 전 안전교육을 진행한다.</li> <li>- 태권도 사범에 대한 간단한 소개를 진행한다.</li> <li>- 배운 무도기술을 일반 사람에게 무분별하게 사용해선 안된다는 주의사항을 알린다.</li> </ul>		
전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 태권도에 대한 간단한 소개를 진행한다.</li> <li>- 태권도 도복과 띠 묶는 방법을 배워본다.</li> <li>- 태권도 사범과 함께 체력 증진에 도움이 될 수 있는 신체활동과 기술을 배워본다.</li> <li>● 기초 체력 훈련               <ul style="list-style-type: none"> <li>① 운동 전 스트레칭을 진행한다.</li> <li>② 짝고 돌아오기, 구르기, 고깔 피해 달리기 등 기초 체력 운동을 진행한다.</li> </ul> </li> <li>● 태권도               <ul style="list-style-type: none"> <li>① 꺾기, 지르기, 찌르기, 찌기, 차기, 치기 등의 공격 기술과 막기, 빼기, 피하기 등의 방어 기술이 포함된 기본동작을 배운다.</li> <li>② 태권도의 품새에 대한 간단한 교육 후 태극 1장을 배워본다.</li> </ul> </li> <li>- 시간이 남을 경우 피구 게임을 진행한다.</li> </ul>		
마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 모든 활동 종료 후 다함께 뒷정리 및 청소를 하도록 한다.</li> <li>- 간단한 소감 작성하기</li> </ul>		

단위프로그램명	볼링대회		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 집중력 향상 및 자기개발</li> <li>- 운동 부족 해소</li> </ul>	대상 및 인원	14~16세(중학생) 20명
활동장소 (실내,실외,야외)	전체 인원 수용 가능 볼링장(예정: 대연김스볼링장)		
준비물	마실 것		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 볼링강사에 대한 간단한 소개를 진행한다.</li> <li>- 볼링, 치는 자세, 경기 규칙, 용어 등 간단한 교육과 안전교육을 진행한다.</li> <li>- 활동 전 준비운동을 실시한다.</li> <li>- 다함께 모여 볼링장으로 이동한다.</li> <li>- 4명씩 5팀으로 편성한다.</li> </ul>		
전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 볼링치는 자세 시범을 보고 배워본다.</li> <li>- 강사의 지도하에 한 게임을 연습으로 진행한다.</li> <li>- 볼링 대회를 진행한다.</li> <li>- 볼링대회               <ol style="list-style-type: none"> <li>① 각 팀원이 돌아가면서 볼링을 친다.</li> <li>② 팀원들이 서로 더 많은 점수를 얻을 수 있도록 응원하고, 협력한다.</li> <li>③ 팀원 4명의 점수를 총 합산하여 점수를 비교하고 높은 점수를 가진 팀 순으로 순위를 결정한다.</li> </ol> </li> </ul>		
마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 사용한 각 라인의 자리를 깨끗하게 정리한다.</li> <li>- 자신이 사용한 볼링공과 볼링화를 제대로 정리 및 반납하도록 한다.</li> <li>- 간단한 소감 말하기</li> <li>- 출발 전 인원을 체크하고 그 장소에서 해산한다.</li> </ul>		

단위프로그램명	전통 놀이 대회		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 놀이를 통해 공동체 의식 함양</li> <li>- 놀이 과정에서 사회적 규칙 배움 및 사회성 발달을 유도</li> </ul>	대상 및 인원	14~16세(중학생) 20명
활동장소 (실내,실외,야외)	학생복지관(8번 건물) 4층 실내체육관 (실내)		
준비물	팽이, 채, 윷, 제기, 연, 마실 것		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 전통놀이에 대한 간단한 교육을 진행한다.</li> <li>- 팽이치기, 윷놀이, 제기차기, 연날리기 등 게임 방법에 대한 간단한 교육을 진행한다.</li> <li>- 안전교육 및 준비운동을 실시한다.</li> <li>- 각 종목별로 다같이 연습해 볼 수 있는 시간을 가진다.</li> </ul>		
전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 연습한 것을 바탕으로 각 팀에서 종목별로 경기에 참여할 대표를 뽑는다.</li> <li>- 10명씩 2개의 팀으로 편성한다.</li> <li>- 전통놀이 대회를 진행한다.</li> <li>● 팽이치기               <ol style="list-style-type: none"> <li>① 각 팀에서 팽이싸움, 오래돌리기, 멀리차기 등 종목별 대표선수가 경기 장소로 모인다.</li> <li>② 종목별로 대결을 해서 두 팀의 승패를 가린다.</li> </ol> </li> <li>● 윷놀이               <ol style="list-style-type: none"> <li>① 팀의 대표선수끼리 가위바위보를 하여 순서를 정한다.</li> <li>② 팀 내에서 던지는 순서를 정한 후 번갈아 가면서 윷을 던진다.</li> <li>③ 말이 상대방보다 먼저 말판을 돌아오는 팀이 승리한다.</li> </ol> </li> <li>● 제기차기, 연날리기               <ol style="list-style-type: none"> <li>① 각 팀의 대표선수들이 나와 종목별 대결을 진행한다.</li> <li>② 제기의 경우 찬 개수에 따라 승패를 나누거나, 오랫동안 떨어뜨리지 않고 제기를 찬 팀이 승리 하도록 한다.</li> <li>③ 연날리기의 경우 떨어뜨리지 않고 오랫동안 연을 띄운 팀이 승리한다.</li> </ol> </li> </ul>		
마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 모든 활동 종료 후 다함께 뒷정리 및 청소를 하도록 한다.</li> <li>- 간단한 소감 작성하기</li> </ul>		

단위프로그램명	미니 게임 대회		
단위프로그램 목표	- 순발력 및 지구력 향상 - 두뇌 발달과 협동심 강화	대상 및 인원	14~16세(중학생) 20명
활동장소 (실내,실외,야외)	학생복지관(8번 건물) 4층 실내체육관 (실내)		
준비물	단체줄넘기줄, 고깔, 테이프와 종이(빙고판), 종이컵 30개, 노란 고무줄 5개, 끈 20개, 마실 것		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 단체줄넘기, 달리기 빙고, 협동 탑 쌓기 등의 미니게임 방법, 규칙에 대해 간단한 교육을 진행한다.</li> <li>- 준비 운동 및 안전교육을 진행한다.</li> <li>- 각 종목별로 시범을 보여주고 다같이 연습해 볼 수 있는 시간을 가진다.</li> </ul>		
전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 연습한 것을 토대로 미니게임 대회를 진행한다.</li> <li>● 단체 줄넘기               <ol style="list-style-type: none"> <li>① 제비뽑기를 통해 10명씩 2개의 팀으로 편성한다.</li> <li>② 팀 내에서 순서를 정하여 단체줄넘기 줄에 10명 전원이 차례로 줄을 넘고 그 시간을 측정하여 승패를 결정한다.</li> </ol> </li> <li>● 달리기 빙고               <ol style="list-style-type: none"> <li>① 단체줄넘기 활동에서 편성된 팀대로 게임을 진행한다.</li> <li>② 각 팀에서 순서대로 주자가 달려와 바닥에 준비된 5x5 빙고판 위에 고깔로 한 줄 빙고를 먼저 만드는 팀이 승리한다.</li> <li>③ 각 팀에서 5명까지 새로운 고깔을 들고 나올 수 있고 6번째 주자 부터는 빙고판에 놓여진 기존의 고깔로 방어와 공격을 한다.</li> </ol> </li> <li>● 협동 탑 쌓기               <ol style="list-style-type: none"> <li>① 4명씩 5개의 팀으로 새롭게 편성한다.</li> <li>② 노란 고무줄에 끈을 연결하여 4명이 하나씩 끈을 잡고 고무줄을 늘리고 조일 수 있는 도구를 5개 준비한다.</li> <li>③ 각 팀에 종이컵을 6개씩 배부하고 시작점에서 출발 하여 도착지점에 3-2-1 종이컵 탑을 도루를 이용 해서 쌓을 수 있도록 한다.</li> <li>④ 3-2-1 종이컵 탑을 먼저 완성시키는 팀이 승리한다.</li> </ol> </li> </ul>		
마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 모든 활동 종료 후 다함께 뒷정리 및 청소를 하도록 한다.</li> <li>- 간단한 소감 작성하기</li> </ul>		

단위프로그램명	평가회		
단위프로그램 목표	- 프로그램에 대한 이야기를 나 눔으로써 종결 후에도 운동에 대 한 관심이 지속될 수 있도록 유도	대상 및 인원	14~16세(중학생) 20명
활동장소 (실내,실외,야외)	학생복지관(8번 건물) 4층 실내체육관 (실내)		
준비물	고깔, 줄자, 마실 것, 다과		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	- 이때까지 진행한 프로그램에 대한 만족도와 인상 깊었던 활동에 대해 이야기 하는 시간을 가진다. - 사후 검사에 대해 설명한다. - 스트레스 반응척도(SRI)를 작성한다. - 몸무게 측정 후 신체질량지수 (BMI)를 계산한다. - 사후 체력 검사 전 준비운동을 실시한다.		
전개	- 사후검사를 진행한다. (1) 윗몸말아올리기 (근력) ① 머리와 등을 대어 눕고, 손은 넓적 다리 위에 두며, 무릎은 90도로 굽혀 세운다. ② 3초에 한번씩 신호음에 맞춰 손이 넓적다리를 타고 올라가 손바닥으로 무릎을 감싸도록 상체 를 말아 올린 후 제자리로 돌아온다. (2) 제자리 멀리뛰기 (순발력) ① 출발선을 밟지 않고 선다. ② 모뎀발로 해서 뛰는 것을 2회 실시하여 높은 기록을 최종기록으로 한다. ※ 도약하는 순간 한쪽 발만 출발선을 넘어서 안된다. (3) 왕복오래달리기 (심폐지구력) ① 20m 간격으로 고깔을 설치한다. ② 일정 시간 간격의 신호음에 맞추어 반대편으로 달린다. (반복신호음이 울리면 즉시 방향을 전환한다.) ③ 신호음이 울리면 즉시 방향을 전환한다. ④ 위 과정을 반복하여 제한시간 안에 몇 번 했는지 작성한다. ※ 첫 번째 실패에 △, 두 번째 실패시 X 표시 하고 총 횟수를 기록한다. - 모든 체력 측정이 끝나고 휴식을 취한 후 다과를 즐긴다.		
마무리	모든 활동 종료 후 다함께 뒷정리 및 청소를 하 도록 한다.		

## 6

## 프로그램 평가 계획

평가시기	내용	평가도구
사전평가	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 몸무게 측정 후 신체질량지수(BMI) 계산</li> <li>- 스트레스 반응척도(SRI) 작성</li> <li>- 체력 측정(왕복오래달리기, 윗몸말아올리기, 제자리 멀리뛰기)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 체중계</li> <li>- 스트레스 반응척도 단축형</li> </ul>
과정평가	매 회기 마다 소감 말하기	인터뷰 또는 소감 작성지
총괄평가	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 만족도 조사 실시</li> <li>- 사전조사 결과와 사후조사 결과 비교</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 설문지</li> <li>- 사전조사 자료</li> </ul>

## 7

## 안전관리 계획

## □ 요소별 안전관리 계획

구분	안전관리 계획
위험요소 점검	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 프로그램 실시 전 건강관찰 대상자 명단 확보 후 유의하며 진행</li> <li>● 안전사고가 발생할 수 있는 시설 및 공간은 매 시간 안전 교육을 통해 사고를 예방</li> </ul>
프로그램 운영 시 안전관리	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 매시간 프로그램 시작 전 장소 및 사물의 안전점검을 실시하여 사고를 예방</li> <li>● 신체를 활용하는 프로그램이므로 시작 전 준비운동 실시</li> <li>● 프로그램 진행 중 환자 발생 시 응급조치 후 즉시 전문가의 조치를 받도록 함</li> <li>● 무리한 신체활동으로 안전사고가 발생하지 않도록 지도자는 세심한 관찰과 중재를 실시</li> </ul>
시설 및 장비이용	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 지도자의 지시 없이 청소년이 독자적으로 시설 및 장비를 사용하지 않도록 함</li> <li>● 청소년들에게 사용방법을 충분히 교육 시켜 사용 미숙이나 다른 용도로 사용하는 것을 방지</li> </ul>

환자 관리	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 전문가의 판단하에 참여할 수 있는 활동에만 참여 하도록 함</li> <li>● 환자 발생 시 지도자는 필수적으로 응급조치를 우선적으로 취해야 함</li> <li>● 중환자 발생 시 지도자는 신속히 보고하여 빠른 조치가 이루어질 수 있도록 함</li> </ul>
응급환자 후송대책	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 발생한 안전사고가 대규모 인명피해로 이어질 가능성이 있는 경우 지도자는 참여자 전체에 대피 명령을 내리고 긴급연락 및 비상관리체제에 따른 조치를 취함</li> <li>● 안전사고가 간단한 조치로 수습이 가능한 경우 지도자가 응급조치 후 필요 시 병원으로 이송</li> <li>● 응급환자를 병원으로 이송해야 할 경우 지도자는 119 및 응급실에 연락하여 구급차를 요청함</li> </ul>

#### □ 재난대응협의체

동명대학교	● Tel: 051-629-2111
부산광역시	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 아동청소년과 Tel: 051-888-1621</li> <li>● 사회재난과 Tel: 051-888-2951</li> </ul>
남구	● 복지정책과 Tel: 051-607-4310
남구소방서	● 부산남부소방서용당119안전센터 Tel: 051-621-1195
남구경찰서	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 용호지구대 Tel: 051-610-8237</li> <li>● 부산남부경찰서용호1치안센터 Tel: 051-623-4054</li> </ul>
부산성모병원	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 대표전화 Tel: 051-933-7114</li> <li>● 응급센터 Tel: 051-933-7119</li> </ul>



## □ 상황별 응급처치

진단명	증 상	14세~16세
소화불량	속이 답답할 때	소화제 1알
	구역질, 구토	활명수 2/3병
복통 (아랫배, 윗배)	통증만 있을 때	복부를 따뜻하게 해준다.
	몸을 가누지 못할 때	병원 후송
두드러기	음식 알레르기 피부질환 (가려울 때)	코나진, 액티피드(알레르기 치료제) 복용, 찬물 찜질 (2시간 경과 후 호전이 없을 경우 병원 이송)
늑골통증	숨 쉬기 힘들 때	안정을 취한 후 호전이 안되는 경우 후송
설사	완전 설사(물 형태)	지사제 복용 17세 미만 1정
	중간 설사(죽 형태)	지사제 복용 17세 이상 2정
천식	호흡 곤란	안정 유지
	안전 후 호흡 곤란	병원 후송
간질	발작 있을 때	1. 옷을 느슨하게 풀어준다. 2. 기도유지, 주위 위험물 제거 3. 정숙 유지 4. 취식, 취수 금지
생리통	약할 때	복부를 따뜻하게 해준다.
	심할 때	타이레놀 1알(진통제) 복용
코피	약할 때	1. 숨뭉치로 막는다.(15분 가량) 2. 눕혀 놓는다.
	심할 때	피 덩어리로 계속 나오는 경우 병원 후송
두통	약할 때	눕혀 놓는다
	심할 때	타이레놀(진통제) 320mg 복용      타이레놀(진통제) 1알(500mg)복용
치통	약할 때	찬 얼음을 수건에 싸서 얼굴을 찜질한다.
	심할 때	타이레놀(진통제) 반알(250mg) 복용      타이레놀(진통제) 1알(500mg) 복용
눈이 아플 때	렌즈착용(장시간)	렌즈를 뺀다. 식염수로 자주 씻는다. 눈감고 쉰다.
	눈곱, 분비물, 충혈, 통증	1. 인공눈물 투여 2. 손을 자주 씻는다.
입술 갈라짐	입술이 빨갛게 된다.	바세린 연고를 발라준다.

## 8

## 기대효과

- ☐ 체육활동과 관련한 다양한 경험을 통해 운동에 대한 관심을 유도하여 프로그램 종료 후에도 스스로 운동을 할 수 있다.
- ☐ 신체를 활용하는 활동을 통해 저체력 청소년의 체력을 증진할 수 있다.
- ☐ 다양한 신체적 활동을 통하여 청소년이 가진 스트레스 해소 효과를 기대할 수 있다.
- ☐ 프로그램을 통한 체력 증가로 청소년의 건강한 생활을 유지할 수 있다.

## &lt; 첨부 &gt;

● 스트레스 반응척도(SRI)<sup>5)</sup>

각 문항을 주의 깊게 읽으면서 오늘을 포함하여 지난 일주일 동안에 어느 정도로 경험했는지를 해당 되는 빈칸에 O표를 하십시오. 너무 오랫동안 생각하지 마시고 될 수 있으면 빨리 응답하시기 바랍니다. 그리고 문항을 하나도 빠뜨리지 말고 반드시 한 곳에만 표시하십시오

	설문문항	전혀 그렇지 않다	약간 그렇다	웬만큼 그렇다	상당히 그렇다	아주 그렇다
1	일에 실수가 많다.	0	1	2	3	4
2	말하기 싫다.	0	1	2	3	4
3	가슴이 답답하다.	0	1	2	3	4
4	화가 난다.	0	1	2	3	4
5	안절부절 못한다.	0	1	2	3	4
6	소화가 안된다.	0	1	2	3	4
7	배가 아프다.	0	1	2	3	4
8	소리를 지르고 싶다.	0	1	2	3	4
9	한숨이 나온다.	0	1	2	3	4
10	어지럽다.	0	1	2	3	4
11	만사가 귀찮다.	0	1	2	3	4
12	집념이 생긴다.	0	1	2	3	4
13	쉽게 피로를 느낀다.	0	1	2	3	4
14	온몸에 힘이 빠진다.	0	1	2	3	4
15	자신감을 잃었다.	0	1	2	3	4
16	긴장된다.	0	1	2	3	4
17	몸이 떨린다.	0	1	2	3	4
18	누군가를 때리고 싶다.	0	1	2	3	4
19	의욕이 떨어졌다.	0	1	2	3	4
20	울고싶다.	0	1	2	3	4
21	신경이 날카로워졌다.	0	1	2	3	4
22	내가 하는 일에 전망이 없다.	0	1	2	3	4
23	멍하게 있다.	0	1	2	3	4
24	누군가를 미워한다.	0	1	2	3	4
25	한가지 생각에서 헤어나지 못한다.	0	1	2	3	4
26	목소리가 커졌다.	0	1	2	3	4
27	마음이 급해지거나 일에 쫓기는 느낌이다.	0	1	2	3	4
28	행동이 거칠어졌다.(난폭운전, 욕설, 몸싸움 등)	0	1	2	3	4
29	무엇인가를 부수고 싶어졌다.	0	1	2	3	4
30	일이 없어졌다.	0	1	2	3	4
31	머리가 무겁거나 아프다.	0	1	2	3	4
32	가슴이 두근거린다.	0	1	2	3	4
33	누군가를 죽이고 싶다.	0	1	2	3	4
34	얼굴이 붉어지거나 화끈거린다.	0	1	2	3	4
35	지루하다.	0	1	2	3	4
36	참을성이 없다.	0	1	2	3	4
37	얼굴표정이 굳어졌다.	0	1	2	3	4
38	나는 아무 쓸모가 없는 사람이다.	0	1	2	3	4
39	움직이기 싫다.	0	1	2	3	4
	계					
합계:						

5) 2000년 신경정신의학 학회지, 저자 : 고경봉, 박중규, 김찬영, 글로벌 사이버 대학교

- 점수에 따른 결과

점수 범위	해석 내용
50점 이하	스트레스가 적은 편
51점 ~ 80점	자신을 돌아보고 마음관리가 필요
81점 ~ 120점	스트레스가 많은 편, 스트레스 관리가 필요
120점 이상	심한 스트레스 상태, 상담치료가 필요

## 우수 [기장청소년센터-육은정]

## 요(料, Yo) 테라피

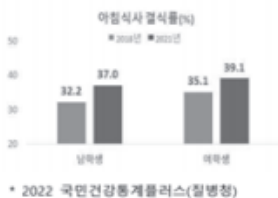
## 1 프로그램 개발 배경

□ 청소년의 신체적 건강 부문에서는 비만율이 이전 대비 증가하였으며, 정신·정서적 건강 부문에서 코로나 19 이후 우울증 진료, 불안장애 등 청소년의 정신·정서적 문제가 증가됨에 따라 청소년의 신체 건강 향상과 함께 정서·심리 문제 심화로 위기에 빠지지 않도록 조기 개입 및 지원 필요<sup>1)</sup>

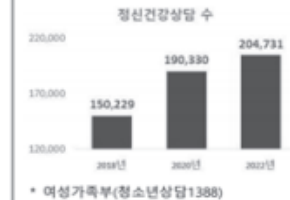
## □ [청소년 건강] 최근 청소년의 심신 건강 변화 발생

## ○ (신체적 건강) 청소년의 신체 건강 관련 지표가 전반적으로 나빠진 상황

- 아침식사 결식률 및 비만율이 이전 대비 증가하였으며, 비대면 환경 확산 등으로 신체활동 시간은 감소



## ○ (정신·정서적 건강) 코로나19 이후 우울증 진료, 불안장애 등 청소년의 정신·정서적 문제 증가



⇒ 청소년의 신체 건강 향상과 함께 정서·심리 문제 심화로 위기에 빠지지 않도록 조기 개입 및 지원 필요

1) 제7차 청소년 정책 기본계획 p6. '청소년 건강'부문 발췌

### 1. 주민참여 확대를 위한 「기장청소년센터에 바란다」 시행


**기장청소년센터 유동성**  
2023년 2월 25일 오후 5:00

2023년이 밝았습니다.

지역주민과 함께 운영하는 센터가 되기 위한 첫걸음 참여 프로그램

## 기장청소년센터에 바란다

기간 : 2023. 2. 25(목) ~ 9. 30(토) 10일간  
주제 : 2023년 센터에서 운영해 주셨으면 하는 청소년 사업은?  
\*2023년 1월 1일부터 2월 24일까지 접수  
\*“기장청소년센터”와 “기장청소년센터”를 주제로  
참여방법 : 댓글달기  
참여대상 : 누구나  
참여방법 : 교육문화재단 홈페이지 (홈) 우측 상단(2023. 2. 25) ~ 9. 30  
신청방법 : 2023  
결과발표 : 2023. 9. 6(토) 저녁 7시(센터에서 개최 예정)  
\*신청은 1인 1표로, 복수의 투표는 무효로 간주합니다.



### 기장청소년센터 꿈틀

기장청소년센터 꿈틀에서는 2023년 청소년사업 운영에 대한 지역주민의 의견을 수렴합니다.  
이름과 성실하게 운영되는 센터가 되고자 하는 청소년이 아닌 많은 참여 부탁드립니다.  
기장청소년센터에 바란다  
☆기간: 2023. 2. 25(목)~9. 30(토) 10일간  
☆주제: 2023년 센터에서 운영해 주셨으면 하는 청소년 사업은?  
☆참여방법: 댓글 달기  
☆참여대상: 누구나 \*별다른 이유없는 청소년을 특별히 더 많이 참여해주세요!  
☆참여목적: 교육문화재단 홈페이지 1회 우측 상단(2023. 2. 25) ~ 9. 30  
☆신청방법: 2023  
☆결과발표: 2023. 9. 6(토) 저녁 7시(센터에서 개최 예정)  
☆신청기간: 청소년 유학생, 학원의 구성원, 일반 가정집, 청소년, 청소년을 접한 기관을 적극 발굴하여 본문의 댓글과 의견 수렴을 위한 의견서를 작성해 주시기 바랍니다.  
☆신청처: 14 2월 27

☆기간: 2023. 2. 25(목)~9. 30(토) 10일간  
☆주제: 2023년 센터에서 운영해 주셨으면 하는 청소년 사업은?  
☆참여방법: 댓글 달기  
☆참여대상: 누구나 \*별다른 이유없는 청소년을 특별히 더 많이 참여해주세요!  
☆참여목적: 교육문화재단 홈페이지 1회 우측 상단(2023. 2. 25) ~ 9. 30  
☆신청방법: 2023  
☆결과발표: 2023. 9. 6(토) 저녁 7시(센터에서 개최 예정)  
☆신청기간: 청소년 유학생, 학원의 구성원, 일반 가정집, 청소년, 청소년을 접한 기관을 적극 발굴하여 본문의 댓글과 의견 수렴을 위한 의견서를 작성해 주시기 바랍니다.  
☆신청처: 14 2월 27

### 2. 꿈틀아카데미 프로그램 참가자 대상 프로그램 만족도 조사 결과

(+꿈틀아카데미 : 기장관내 청소년 대상 교육문화재단체형프로그램)

**꿈틀아카데미 3월 프로그램**

프로그램 참가자 대상 (2023. 3. 1 ~ 2023. 3. 31)

프로그램명	대상	신청기간	일시 및 기간	종류
1. 꿈틀아카데미 3월 프로그램	초등 3~5학년	3/1 ~ 3/31	3/1, 18, 25(토) 17:00 ~ 19:00	체육
2. 꿈틀아카데미 3월 프로그램	초등 3~5학년	3/1 ~ 3/31	3/1, 18, 25(토) 17:00 ~ 19:00	체육
3. 꿈틀아카데미 3월 프로그램	초등 3~5학년	3/1 ~ 3/31	3/1, 18, 25(토) 17:00 ~ 19:00	체육
4. 꿈틀아카데미 3월 프로그램	초등 3~5학년	3/1 ~ 3/31	3/1, 18, 25(토) 17:00 ~ 19:00	체육
5. 꿈틀아카데미 3월 프로그램	초등 3~5학년	3/1 ~ 3/31	3/1, 18, 25(토) 17:00 ~ 19:00	체육

**3월 꿈틀아카데미 프로그램 만족도 설문조사**

설문조사 기간: 3/1 ~ 3/31

설문조사 대상: 3월 프로그램 참가자

설문조사 방법: 온라인 설문조사

설문조사 결과: 3월 프로그램 만족도 95%

☆기간: 2023. 2. 25(목)~9. 30(토) 10일간  
☆주제: 2023년 센터에서 운영해 주셨으면 하는 청소년 사업은?  
☆참여방법: 댓글 달기  
☆참여대상: 누구나 \*별다른 이유없는 청소년을 특별히 더 많이 참여해주세요!  
☆참여목적: 교육문화재단 홈페이지 1회 우측 상단(2023. 2. 25) ~ 9. 30  
☆신청방법: 2023  
☆결과발표: 2023. 9. 6(토) 저녁 7시(센터에서 개최 예정)  
☆신청기간: 청소년 유학생, 학원의 구성원, 일반 가정집, 청소년, 청소년을 접한 기관을 적극 발굴하여 본문의 댓글과 의견 수렴을 위한 의견서를 작성해 주시기 바랍니다.  
☆신청처: 14 2월 27

2) 참고1. 기장청소년센터 프로그램 만족도&수요조사 정리

## 2 프로그램 목적과 목표

### □ 목적

- 건강한 식습관 형성 지원
- 자아 발견과 자아 개발 지원
- 자존감 증진 및 대인관계 능력 향상 지원
- 영양학적인 지식과 식사 관리 기술 습득 지원

### □ 목표

- 각각의 식재료와 영양정보, 조리방법 등을 알게 되어 건강한 식습관을 형성 도모
- 요리와 식사를 준비하고 즐길 수 있는 경험해보기
- 영양학적인 지식과 식사관리 기술 습득
- 요리 능력 향상을 통한 자존감 상승, 요리 재료를 타인과 함께 준비하면서 대인관계 능력 향상

## 3 프로그램 개요

□ 일시(기간): 2023. 10월 중, 3회기형

□ 장 소: 기장청소년센터 회의실

□ 대상 인원: 12세~16세 청소년(초등5~6학년, 중학생, 학교밖청소년) 12명 대상

□ 주요 내용: 식재료와 영양정보, 조리방법을 이해하고 요리만들기

- 1탄, 탄단지편 (탄단지 볼 샐러드만들기)
- 2탄, 식이치료편 (당근라페 샌드위치만들기)
- 3탄, 허브편 (나만의 차만들기)

## 4 프로그램 일정표

### □ 일정표

구분	시간	소요시간	단위 프로그램명
1회기	17:00~18:00	60분	요테라피 1탄. 필수 영양소, 탄단지편(이론)
	18:00~19:00	60분	요테라피 1탄. 탄단지 볼 샐러드만들기(체험)
2회기	17:00~18:00	60분	요테라피 2탄. 색, 맛, 건강을 위한 식이치료편(이론)
	18:00~19:00	60분	요테라피 2탄. 당근라페 샌드위치만들기(체험)
3회기	17:00~18:00	60분	요테라피 3탄. 스트레스 줄이기 허브편(이론)
	18:00~19:00	60분	요테라피 3탄. 나만의 차만들기(체험)

## 5

## 단위 프로그램 세부내용

## □ 1회기 활동지도안

단위프로그램명	요테라피 1탄, 필수 영양소 탄단지편(이론)		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 영양 섭취 습관 개선</li> <li>- 탄수화물, 단백질, 지방을 적정량 섭취하는 능력 배양</li> <li>- 청소년들이 영양소가 포함된 안전하고 맛있는 요리를 직접 만들어 볼 수 있는 기회 제공</li> </ul>	대상 및 인원	12세~16세 청소년, 12명 대상
활동장소 (실내,실외,야외)	기장청소년센터 회의실		
준비물	3대 영양소 자료, 탄수화물중독 체크리스트 <sup>3)</sup>		
활동단계	활동내용		유의사항
도입 (20분)	<p>&lt;오리엔테이션&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 프로그램 소개 및 프로그램 운영배경 공유</li> <li>○ 사전효과성 설문지 작성</li> <li>○ 안전교육 실시</li> </ul>		요리 활동시 주의할 사항 전달(조리도 구사용)
전개 (30분)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 탄수화물 중독 체크리스트를 활용한 자가체크하기</li> <li>○ 3대 영양소 설명(탄수화물, 단백질, 지방)</li> <li>○ 영양소 중요성에 대한 이론적인 설명과 함께 건강한 영양섭취 습관의 중요성 강조</li> </ul>		-
마무리 (10분)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 오늘 참가자가 먹은 음식을 적어보고 음식안에 포함된 영양소 찾아보고 발표하기</li> </ul>		-

3) 참고2. 탄수화물 중독 자가진단표(머니투데이)



단위프로그램명	요테라피 1탄, 탄단지 볼샐러드 만들기(체험)		
단위프로그램 목표	- 청소년들이 영양소가 포함된 안전하고 맛있는 요리를 직접 만들어 볼 수 있는 기회 제공	대상 및 인원	12세~16세 청소년, 12명 대상
활동장소 (실내,실외,야외)	기장청소년센터 회의실		
준비물	조리도구(오븐기, 불, 주걱, 도마, 칼, 숟가락, 접시 등), 식재료(고구마, 마요네즈, 꿀, 크랜베리, 각종 샐러드, 드레싱, 닭가슴살, 앞치마		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입 (10분)	○ 자리 정리, 손씻기 등을 통해 체험활동 준비 ○ 샐러드 만들 준비하기(준비물 정리)	-	
전개 (40분)	○ 식재료 확인하여 영양소 분석 ○ 오븐에 구워진 고구마를 활용하여 고구마 무스 만들기 ▷ 고구마 으깨기 ▷ 마요네즈, 꿀, 크랜베리 넣기 ○ 샐러드 종류 확인 ▷ 샐러드 드레싱 설명 ○ 닭가슴살, 샐러드, 고구마무스를 활용하여 볼 샐러드 만들기	실제적 요리 경험, 직접 만들어보고 영양소 정보 학습, 건강한 식습관 실천 유도	
마무리 (10분)	○ 건강한 영양소가 배합된 요리를 만든 후 시식 ○ 자리 정리 및 활동 마무리 ○ 1회기 만족도 조사 실시	-	

## □ 2회기 활동지도안

단위프로그램명	요테라피 2탄, 색, 맛, 건강을 위한 식이치료편(이론)		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 건강한 식습관 증진과 지속 가능한 식습관 형성을 위한 지식 제공</li> <li>- 영양상태 향상 및 영양 불균형 개선을 위한 실질적인 영양 교육 제공</li> </ul>	대상 및 인원	12세~16세 청소년, 12명 대상
활동장소 (실내,실외,야외)	기장청소년센터 회의실		
준비물	교육자료(건강한 식습관 관련 지식, 영양소 정보)		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입 (10분)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 안전교육 실시</li> <li>○ 식욕장애 자가진단 테스트 실시<sup>4)</sup></li> <li>○ 식이치료의 개념과 중요성 안내</li> </ul>	식욕장애 자가진단 결과 공유하거나 상대방 비하발언 하지 않도록 주의시키기	
전개 (40분)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 건강한 식습관 형성을 위한 의의 설명</li> <li>○ 청소년들의 식습관과 영양소 섭취 현황 파악을 위한 식단기록표를 작성하기</li> <li>○ 자신들이 작성한 식단기록표<sup>5)</sup>를 확인하여 다양한 식재료와 영양소 함량, 조리방법 기록해보기</li> <li>○ 식단기록표를 확인하고 식습관 개선 필요성을 제시하고, 영양 정보의 이해도 증진</li> </ul>	-	
마무리 (10분)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 식단 평가 및 기록 확인하여 건강한 영양방식에 대한 이해 고취</li> </ul>	-	

4) 참고3. 식욕장애 자가진단리스트(토닥정신건강증진 블로그 참고)

5) 참고4. 식단기록표

단위프로그램명	요테라피 2탄, 당근라페 샌드위치 만들기(체험)		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 즐겁고 창의적인 방법으로 청소년들에게 건강한 식습관에 대한 교육을 제공</li> <li>- 당근라페 샌드위치 제조를 통해 기본적인 조리기술과 영양 지식을 배울 수 있도록 지원</li> </ul>	대상 및 인원	12세~16세 청소년, 12명 대상
활동장소 (실내,실외,야외)	기장청소년센터 회의실		
준비물	절인 당근 준비, 양념재료(소금, 올리브유, 홀그레인머스타드, 레몬즙, 설탕, 후추), 샌드위치재료(식빵, 샌드위치햄, 샌드위치용 계란, 치즈, 딸기잼), 조리도구(양념만들 볼, 숟가락, 랩)		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입 (10분)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 책상 정리, 손씻기</li> <li>○ 위생교육 실시</li> <li>○ 식재료 맛과 색에 대한 이야기 나누기</li> </ul>	-	
전개 (30분)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 양념만들기</li> <li>○ 절여진 당근에 양념을 넣고 버무르기</li> <li>○ 식빵에 딸기잼을 바르고 치즈-샌드위치햄-샌드위치용 계란을 올리고, 다른 빵 한쪽을 덮어주면 완성</li> <li>○ 랩에 잘 싸두고 5~10분 정도 후에 잘라주면 완성!</li> <li>○ 기다리는 동안 책상 정리</li> </ul>	다듬기, 요리시간, 도구 사용과 관련한 안전사항 숙지	
마무리 (20분)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 서로의 샌드위치를 시식하고 평가</li> <li>○ 식단다이어리(참고7) 작성해보기</li> </ul>	코로나19 위기 단계시 시식 생략	

### □ 3회기 활동지도안

단위프로그램명	요테라피 3탄, 스트레스 해소 허브편(이론)		
단위프로그램 목표	- 청소년들이 허브를 사용하여 신체적, 정신적 건강상태를 개선하고, 스트레스를 효과적으로 극복할 수 있는 능력 배양	대상 및 인원	12세~16세 청소년, 12명 대상
활동장소 (실내,실외,야외)	기장청소년센터 회의실		
준비물	민트, 로즈마리, 카모마일, 라벤더, 페퍼민트, 계피 등 다양한 허브		
활동단계	활동내용	유의사항	
<b>도입 (10분)</b>	○ 안전교육 ○ 간단한 레크레이션을 통해 스트레스 해소 및 기분전환	-	
<b>전개 (40분)</b>	○ 허브테라피 전 청소년들끼리 스트레스를 받는 원인과 예방법에 대한 토크타임 제공 ○ 허브 치료의 개념과 중요성 소개 ○ 신장 및 간 건강, 면역력 개선을 위한 허브 사용의 의의 설명 ○ 허브를 실제로 식별하고, 허브제품에 대한 이해도 높이기	-	
<b>마무리 (10분)</b>	○ 참여자들끼리 함께 얻은 지식과 경험, 허브 향에 대한 이야기 나누기	-	

단위프로그램명	요테라피 3탄, 나만의 차만들기(체험)		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 청소년들에게 창의성과 협력을 기르며, 직접 자시만의 차를 만들고 즐길 수 있게 지원</li> <li>- 참가자들 간에 만족감과 쾌감을 공유할 수 있는 기회를 제공하여 자신에게 필요한 방식으로 스트레스를 해소할 수 있는 능력 배양</li> </ul>	대상 및 인원	12세~16세 청소년, 12명 대상
활동장소 (실내,실외,야외)	기장청소년센터 회의실		
준비물	생수 2리터, 전기주전자, 차만들기 재료		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입 (10분)	○ 차를 만들 수 있는 꽃, 허브 종류의 이해	-	
전개 (40분)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 차 다리기</li> <li>○ 차를 우리면서 스트레스 해소 방법 공유</li> <li>○ 나만의 차(茶) 제조하기</li> </ul>	뜨거운 물 주의하기	
마무리 (10분)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 제조한 차를 시음하고, 이야기 나누기</li> <li>○ 사후 효과성 검사, 만족도 조사 실시</li> <li>○ 프로그램을 통해 쌓은 소감 나누기</li> </ul>	-	

### □ 평가계획

- 본격적인 프로그램 시작 전 사전 효과성 설문지를 사용하여 참여자들의 청소년활동 역량기반 효과성 인식 수준 및 프로그램에 대한 기대, 수준, 동기를 파악한다. 매 회 프로그램 운영시 활동지를 참여자 개인별로 작성하여 활동에 대한 참여도와 이해도를 확인한다. 프로그램 종료시 사후 효과성 설문지를 통해 참가자가 프로그램 참가 전보다 수준이 얼마나 상승되었는지를 확인하고, 프로그램의 만족도를 통해 전반적인 만족도와 프로그램 개선사항을 확인한다.
- 프로그램 평가 내용 및 도구

평가시기	내용	평가도구
사전평가	- 계획 수준의 적절성(기대, 수준, 동기)	- 사전 효과성(청소년활동역량기반 측정) 설문지 <sup>6)</sup>
과정평가	- 활동지(탄수화물 중독 체크리스트, 영양소 확인서 등) - 회기별 만족도	- 프로그램 만족도 조사 <sup>7)</sup> - 인터뷰
총괄평가	- 계획 수준에 비해 기대, 수준, 동기 상승도 확인 - 건강한 식습관을 실천성 함양 수준 확인	- 사후 효과성(청소년활동역량기반 측정) 설문지 - 개별 향후 식습관다이어리 사용법 안내 <sup>8)</sup>

6) 참고5. 2023년 역량기반청소년활동가이드북\_청소년활동핵심역량 측정 온라인시스템 이용

7) 참고6. 회기별 프로그램 만족도 조사

8) 참고7. 식습관다이어리 참조

## 7

## 안전관리 계획

### □ 코로나19 예방 교육

- 손 올바르게 씻기와 소독하기 등 청결유지하기
- 코로나19 지침사항에 맞춰 코로나19확산세가 심각할 경우, 시식 금지  
(포장하여 자택에서 시식할 수 있도록 준비)
- 마스크, 앞치마, 비닐장갑 착용 후 조리
- 코로나 의심 증상 발생 시 대처방법 안내
- 손 소독제 및 활동실 입장 시 소독 예정

### □ 프로그램 진행 시 안전사고 대비

- 교육 장소 사전점검
- 프로그램 진행 전 참가자 대상 식품알레르기 대상군 확인
- 프로그램 진행 전 안전교육 필수 실시
- 강의실에서 주변 사람과 부딪힐 수 있으니 뛰어다니지 않도록 교육
- 조리도구 사용 시 장난치지 않도록 교육
- 지도자는 응급처치 방법 사전 교육
- 비상 약품 배치

### □ 재난 안전교육

- 화재 발생 시 유의사항 및 대처법 교육
- 자연 재난 및 사고에 대해 대처하는 방법 교육
- 비상구 위치 및 소화전 위치 교육
- 재난 상황 시 대피 장소 안내

#### □ 청소년들의 식습관 개선

- 청소년들이 건강한 식습관을 형성할 수 있는 기초를 다지는 것은 건강한 인생을 살아가기 위한 중요한 역할을 제공한다. 프로그램을 통해 청소년들이 건강한 식습관을 습관화하고, 식습관 개선에 대한 자신감을 키울 수 있다.

#### □ 건강한 식습관 인식 제고

- 청소년들은 건강에 대한 인식을 개선하고, 적절한 식단 구성과 영양섭취의 중요성을 이해하게 된다. 또한 다양한 식재료를 활용하여 다양한 맛과 건강 음식에 대한 긍정적 이미지 제고를 꾀할 수 있다.

#### □ 사회성, 커뮤니케이션 능력 도모

- 프로그램 참여 과정에서 식재료 준비를 하면서 참가자들간의 많은 대화와 도움이 이루어지고, 참여하는 청소년들끼리의 소통과 협력을 통해 대인관계 향상이 가능하다.

#### □ 영양 지식 증진

- 프로그램을 통해 참석한 청소년들은 영양 교육을 받고, 잘못된 영양 섭취 습관에 대한 인식을 할 수 있다. 이는 단순한 식사 이외에 영양소의 상호 관계 등을 이해할 수 있는 능력을 기를 수 있다.

#### □ 참가 청소년들의 인격적 발달 및 성장 촉진

- 프로그램을 통해 청소년들끼리 자신의 인생의 가치와 의의를 나눌 수 있는 기회를 가지게 되고, 이를 통해 청소년들의 인격적인 발달과 성장을 촉진하는 역할을 할 수 있다.



## 우리들의 민주주의

### 1 프로그램 개발 배경

#### □ 세상 변화에 맞춰 사회 참여 프로그램 개발의 필요성

최근 우리 사회 전반에서 인권 의식의 성장과 성숙한 민주주의에 대한 요구가 증대되고 있는 사회에서 청소년의 사회 참여에 대한 관심과 논의가 늘어나고 있다. 청소년은 점차 사회변화를 이끌어가는 주체로 인정받기 시작하여 서서히 참정권 또한 만 18세로 하향되며 민주주의에 대한 교육은 늘어나고 있는 추세이다.

#### □ 우리지역을 배움으로 장으로 인식

청소년들은 학교에서 배우는 역사가 끝이기에 학교만 배움으로 인식하는 경우가 많다. 하지만 역사를 나타내는 것은 지역 곳곳에 있으며 우리가 살아가는 곳 이 역사를 증명하는 곳이기에 우리 지역을 배움의 장으로 인식하도록 하는 것이 중요하다.

지역사회는 인격 발전과 사회화를 위한 교육적 기능을 수행하기에 청소년들에게 있어 가장 가까운 직접적인 배움의 장이다.

#### □ 우리지역을 배움으로 장으로 인식

민주시민은 주권자로서 그 역할을 실천하고 민주주의 정치체제 속에 살며 의사 결정에 적극적으로 참여하여 개인의 권리를 누리고 국가에 대한 의무와 책임을 질 수 있는 사람을 의미한다. 민주시민은 그 정체성과 자질을 가지고 태어나는 것이 아닌 교육을 통해 형성되는 것이기에 민주시민 교육이 필요하다. 하지만 요즘 청소년들은 자신의 권리는 당연히 여기며 요구하는 경향이 있다. 민주시민 자질을 함양할 수 있도록 민주주의 원리를 이해하고 자신의 권리와 자유를 누리며 공정하고 평등한 사회를 실현하기 위해 민주주의 프로그램이 필요하다.

민주주의 교육은 개개인의 권리와 자유를 누리고 공정하고 평등한 사회를 실현하기 위한 가치이다. 이를 통해 자신의 권리를 보호하고 사회적으로 책임을 다할 수 있도록 하는 것이기에 요즘 역사와 민주주의, 사회에 무지한 청소년들에게 필요한 프로그램이라 생각하여 개발하게 되었다.

이 역사와 민주주의를 알아감으로서 청소년들은 사회적 책임 함양과 함께 자아 정체성 확립 등 청소년들의 인성발달에 영향을 주기에 공동체 의식과 민주시민의 기본적 자질을 갖추는데 긍정적으로 작용할 가능성이 높다.

## 2 프로그램 목적과 목표

### □ 목적

- 청소년 사회참여활동의 중요성이 강조되고 있는 우리 사회에서 청소년들이 우리지역의 민주주의 역사와 민주주의를 깊이 알 수 있다.
- 지역 사회 구성원인 청소년들이 우리 지역을 배움의 장으로 한다.

### □ 목표

- 올바른 민주주의 의의를 배우며, 교육이 아닌 체험으로 깊이 알 수 있다.
- 청소년들이 주권자로서 민주주의 정치체제에 올바른 의사결정을 할 수 있다.
- 자신의 권리뿐만 아니라 타인의 권리도 존중할 수 있다
- 청소년들이 우리 지역에 역사가 담긴 공간을 직접 가 느끼며, 지역사회를 배움의 장으로 인식할 수 있다.
- 탐방 활동을 통해 교과서로만 학습했던 역사에 대한 이해의 폭을 넓힐 수 있다.
- 직간접적인 체험을 통해 역사를 이해하고 민족에 대한 자부심을 고취할 수 있다.

## 3 프로그램 개요

- 일시(기간): 5회기 프로그램
- 장 소: 부산진구 가야 청소년센터 및 부산광역시 일대
- 대상인원: 중학교 1학년~ 중학교 3학년 이에 준하는 청소년

## □ 주요내용

사회 전반에서 인권 의식의 성장과 성숙한 민주주의에 대한 요구가 증대되고 있고 청소년들은 사회변화를 이끌어가는 주체로 인정받고 있어 올바른 민주주의 프로그램이 필요하다. 우리가 살아가는 곳이 역사, 사회를 증명하는 장소이기에 우리 지역을 배움의 장으로 인식할 수 있도록 체험형 프로그램을 제공한다. 청소년 스스로 민주주의에 대해 이해하고, 직접 민주주의 장소를 탐방하는 등 청소년이 만들어 갈 수 있도록 기회를 제공한다.

## 4 프로그램 일정표

### □ 일정표

구분	시간	소요시간	단위 프로그램명
1회기	10:00~10:40	40분	오리엔테이션 및 안전교육,
	11:00~12:00	60분	민주주의에 대한 이해도 높이기
2회기	10:00~12:30	150분	민주주의 간접적으로 느껴보기 - 영화 감상
	12:40~13:30	50분	중식
	13:40~14:40	60분	영화 감상문을 작성하고 자신의 의견 발표해보기
3회기	10:00~12:00	120분	민주주의 역사의 길 따라가기1
	12:00~13:00	60분	중식
	13:00~14:00	60분	느낀 점 보고서로 나타내기
4회기	10:00~12:00	120분	민주항쟁 기념관 관람
	12:00~13:00	60분	중식
	13:00~14:00	60분	느낀 점 보고서로 나타내기
5회기	10:00~12:00	120분	현재의 민주주의 꽃, 투표- 선거관리위원회 방문
6회기	10:00~11:30	90분	우리 지역의 민주주의 알리기- 카드뉴스 만들기, 지도 만들기
	11:30~12:00	30분	만든 홍보물 부착 및 마무리

## 5

## 단위 프로그램 세부내용

단위프로그램명	민주주의에 대한 이해도 높이기		
단위프로그램 목표	민주주의 정의 알기, 우리지 역의 민주주의 알기	대상 및 인원	중학교 1~3학년 10명
활동장소 (실내,실외,야외)	부산진구 가야 청소년센터 4층 e-누리존 (실내)		
준비물	종이, 펜, 컴퓨터, 핸드폰		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 프로그램 안내</li> <li>- 안전교육 실시</li> <li>- 구성원 간 소개</li> <li>- 프로그램 소개</li> </ul>		
전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 민주주의에 관해 알아보기</li> <li>- 민주주의란? (투표, 민주주의 정의 등)</li> <li>- 민주주의에 관련된 사람 조사하기</li> <li>- 부산의 민주주의, 민주화운동 찾기</li> <li>- 민주주의에 관한 자신의 생각 나누기</li> <li>- 민주주의 꽃, 투표 관해 퀴즈해보기</li> </ul>		
마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 프로그램 마무리</li> <li>- 프로그램 소감 나누기</li> <li>- 다음 일정 안내</li> </ul>		

단위프로그램명	민주주의 간접적으로 느껴보기		
단위프로그램 목표	영화를 보며, 민주화운동에 대해 간접적으로 느낌	대상 및 인원	중학교 1~3학년 10명
활동장소 (실내,실외,야외)	부산진구 가야 청소년센터 4층 e-누리존 (실내)		
준비물	종이, 펜, 컴퓨터, 핸드폰		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 프로그램 안내</li> <li>- 안전교육 실시</li> <li>- 영화에 대해 소개 및 주의하며 볼 부분 알려주기</li> <li>- 시작 전 관련 영상 시청</li> </ul>		
전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 민주주의에 관해 알아보기</li> <li>- 영화를 보며 감상문 적기 (느낀점, 나의 생각, 현재와 다른 점, 만약 나라면)</li> <li>- 영화 감상 후 중 느낀 점 발표하기</li> <li>- 그 당시 사진보고</li> </ul>	시대와 사건의 내용을 생각하며 영화 감상	
마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 프로그램 마무리</li> <li>- 프로그램 소감</li> <li>- 다음 프로그램 안내</li> </ul>		

단위프로그램명	부산의 민주주의 역사의 길 따라가기		
단위프로그램 목표	지역사회를 배움의 장으로 인식하며, 민주주의에 대해 깊이 이해	대상 및 인원	중학교 1~3학년 10명
활동장소 (실내,실외,야외)	부산광역시 일대 (실외)		
준비물	핸드폰, 수첩, 펜, 교통카드		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 프로그램 안내</li> <li>- 안전교육 실시</li> <li>- 가야할 곳에 대해서 안내 ( BIFF 광장→ 구뚝방골목→ 광복동 부마민주 항쟁 표적→ 국제시장→ 보수동 책방골목 &amp; 부산중부교회 )</li> </ul>		
전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 부산에서 일어난 과거역사 알아보기 (예시)</li> <li>- BIFF 광장</li> <li>- 구뚝방골목</li> <li>- 광복동 부마 민주 항쟁 표적</li> <li>- 국제시장</li> <li>- 보수동 책방골목 &amp; 부산중부교회</li> </ul>	지역사회를 배움의 장으로 인식하며, 그 공간에서 어떻게 민주화 운동을 하였는지 생각해보기	
마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 프로그램 마무리</li> <li>- 프로그램 소감</li> <li>- 다음 프로그램 안내</li> </ul>		

단위프로그램명	민주항쟁에 대하여		
단위프로그램 목표	지역사회를 배움의 장으로 인식 하며, 민주주의에 대해 깊이 이 해, 역사 알아보기	대상 및 인원	중학교 1~3학년 10명
활동장소 (실내,실외,야외)	부산 민주공원 (실내)		
준비물	핸드폰, 수첩, 펜, 교통카드		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 프로그램 안내</li> <li>- 안전교육 실시</li> </ul>		
전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 민주항쟁기념관 탐방</li> <li>- 민주주의의 역사, 민주 항쟁을 알아본다.</li> <li>- 민주항쟁 당시 기록물을 보며 간접적으로 느껴본다.</li> <li>- 다양한 체험을 통해 민주주의에 대한 마음을 되 새겨본다.</li> </ul>	<p>그 시대에 어떻게 민주화 운동을 하였는지 생각해보기</p>	
마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 프로그램 마무리</li> <li>- 프로그램 소감</li> <li>- 다음 프로그램 안내</li> </ul>		

단위프로그램명	현재의 민주주의의 꽃, 투표		
단위프로그램 목표	지역사회를 배움의 장으로 인식하며, 우리의 권리를 소 중히 여김	대상 및 인원	중학교 1~3학년 10명
활동장소 (실내,실외,야외)	부산광역시 선거관리위원회 (실내)		
준비물	핸드폰, 수첩, 펜, 교통카드		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 프로그램 안내</li> <li>- 안전교육 실시</li> <li>- 가야할 활동에 대해 안내 ( 선거관리위원회 연력 및 역할 등 소개, 다양한 선거장비, 용품, 제도 설명, 투표를 간접적으로 알 수 있도록 체험)</li> </ul>		
전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 선거관리위원회 홍보관 관람</li> <li>- 메타버스 투표체험</li> <li>· 메타버스 플랫폼 게저 타운 이용 '부산시 선거관리위원회 선거 체험월드'</li> <li>· 가상공간에서 공직선거 (사전)투표 절차 이해할 수 있도록 체험</li> <li>- 디지털 포센식 선거탐정단</li> <li>· 선거범죄 혐의자의 서재로 꾸며진 공간에서 힌트를 찾고 모바일 포렌식 모의체험을 통해 증거 찾는 선거 범죄 조사 체험</li> <li>- 후보자방송 연설 체험</li> <li>· 프롬프트를 활용한 연설문 낭독과 스피치 기회 제공</li> <li>· 선거운동 체험 기념사진 촬영 및 즉석 사진 제공</li> <li>- 온라인 투표 체험</li> <li>· 청소년들 스마트폰으로 온라인 투표, 개표 체험 등</li> </ul>	지역사회를 배움의 장으로 인식하며, 그 공간에서 어떻게 민주화 운동을 하였는지 생각해보기	
마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 프로그램 마무리</li> <li>- 프로그램 소감</li> <li>- 다음 프로그램 안내</li> </ul>		



단위프로그램명	부산 민주주의의 역사의 길 알리기		
단위프로그램 목표	부산 민주주의 역사의 길을 갔던 기억을 떠올리며 더 깊 이 이해하고, 다른 청소년들 에게도 홍보	대상 및 인원	중학교 1~3학년 10명
활동장소 (실내,실외,야외)	부산진구 가야 청소년센터 (실내)		
준비물	핸드폰, 컴퓨터, 종이, 팬, 우드락, 네임팬, 마카펜, 색연필, 종이, 풀, 테이프 등		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 오늘 할 활동 안내</li> <li>- 안전교육( 소방안전 및 실별 안전교육)</li> <li>- 카드뉴스와 지도를 그림</li> <li>- 팀을 나누어 활동함</li> </ul>		
전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 카드뉴스               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 카드뉴스에 맞는 사진을 추릴 수 있도록 함</li> <li>- 갔던 곳에 대해 조금 더 조사함</li> <li>- 카드뉴스를 만들어 서로 확인함</li> </ul> </li> <li>○ 지도               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 갔던 장소를 지도로 나타내며 위치를 알릴 수 있도록 함</li> <li>- 지도의 위치를 정확히 알 수 있도록 하며, 안에 다양한 내용을 넣어 사람들이 보고 역사 탐방을 할 수 있도록 함</li> </ul> </li> </ul>	카드뉴스에 정확한 정보를 넣도록 하며, 사진을 올바른 것으로 넣도록 함. 지도는 장소를 잘 나타내고, 설명을 적어주도록 함	
마무리	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 기관 홈페이지와 기관 내에 부착하여 홍보</li> <li>○ 프로그램에 참여한 소감을 나누며, 만족도 조사</li> </ul>		

## 6

## 프로그램 평가 계획

평가시기	내용	평가도구
사전평가	참여 동기 및 기대 수준(수준, 동기) 프로그램 기대도	설문조사 및 욕구파악
과정평가	프로그램 진행도, 기대 만족 수준, 보완점 등 프로그램 전반적 만족도	인터뷰
총괄평가	프로그램 이해도, 만족도, 참여도	설문지

## 7

## 안전관리 계획

구분	확인 항목
전문 지도자	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 프로그램 관련 지도자 성범죄, 아동학대 경력 조회</li> <li>- 청소년, 보호자, 지도자, 안전전문인력 등의 비상연락망 숙지</li> <li>- 프로그램 안전에 관한 유의사항 전달 및 숙지</li> <li>- 청소년 특성 파악</li> <li>- 다양한 재난 상황에 대한 대피 요령 숙지하기</li> </ul>
보조 지도자	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 프로그램 진행시 청소년들의 건강상태 확인하기</li> <li>- 청소년 장소 이탈 관리</li> <li>- 야외활동시 청소년 인원 수시 확인</li> <li>- 구급 상자 지침</li> </ul>
프로그램	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 프로그램 전 안내 (화재 발생 시 유의사항 및 대처법 교육, 자연 재난 및 사고에 대처 교육, 비상구 위치 및 소화전 위치 안내, 재난 시 완강기 위치 안내, 대피장소 안내)</li> <li>- 위험요소 확인하기</li> <li>- 문으로 장난치지 않도록 주의</li> <li>- 활동 중 특이 사항 아닐시 뛰지않도록 주의하기</li> </ul>
활동환경	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 활동실에 대한 안전 사항 미리 공지</li> <li>- 의자, 책상 등으로 장난치지 않도록 주의하기</li> </ul>

## 8

## 기대효과

- ☐ 직간접적 체험을 통해 역사를 이해하고 민족의 자부심을 고취한다.
- ☐ 역사 탐방을 통해 교과서로만 학습해왔던 역사에 대한 이해의 폭을 넓힐 수 있다.
- ☐ 민주주의 역사의 공간에 직접 가서 느껴보며 지역사회를 배움의 장으로 인식할 수 있는 계기를 제공한다.
- ☐ 사회 변화를 이끌어가는 주체로 인정받으며 지역사회의 일원으로 인식할 수 있다.

## 민주주의 프로그램 사전 설문지

인적정보	이름	
	소속/ 학년	

민주주의 인지도 평가	매우 그렇다	그런 편이다	보통 이다	그렇하지 않다	매우 그렇하지 않다
1. 나는 민주주의를 말할 수 있다.	⑤	④	③	②	①
2. 우리나라의 사상 또는 정치제도를 알고 있다.	⑤	④	③	②	①
3. 국호에 민주주의가 들어간 곳과 아닌 곳의 차이를 안다.	⑤	④	③	②	①
4. 민주주의의 상반되는 정치 사상을 알 수 있다.	⑤	④	③	②	①
5. 우리가 어떤 세상에서 살고 있는지 알고 있다.	⑤	④	③	②	①
6. 다양한 정치 사상에 대해 알고 있다.	⑤	④	③	②	①
우리 지역 인지도 평가	매우 그렇다	그런 편이다	보통 이다	그렇하지 않다	매우 그렇하지 않다
1. 우리지역 역사에 대해 말할 수 있다.	⑤	④	③	②	①
2. 우리지역의 역사 공간을 알고 있다.	⑤	④	③	②	①
프로그램 기대도	매우 그렇다	그런 편이다	보통 이다	그렇하지 않다	매우 그렇하지 않다
1. 프로그램이 학업에 도움이 될 것 같다.	⑤	④	③	②	①
2. 나는 적극적으로 참여할 것이다.	⑤	④	③	②	①

프로그램 참여하기 전 바라는 점이나 기대되는 점 등 자유롭게 적어주세요~!

## 민주주의 프로그램 사후 설문지

인적정보	성별	<input type="checkbox"/> 남 <input type="checkbox"/> 여
	학년	

프로그램 효과성	매우 그렇다	그런 편이다	보통 이다	그렇지 않다	매우 그렇지 않다
1. 나는 민주주의를 말할 수 있다.	⑤	④	③	②	①
2. 우리나라의 사상 또는 정치제도를 알고 있다.	⑤	④	③	②	①
3. 국호에 민주주의가 들어간 곳과 아닌 곳의 차이를 안다.	⑤	④	③	②	①
4. 민주주의의 상반되는 정치 사상을 알 수 있다.	⑤	④	③	②	①
5. 우리가 어떤 세상에서 살고 있는지 알고 있다.	⑤	④	③	②	①
6. 다양한 정치 사상에 대해 알고 있다.	⑤	④	③	②	①
7. 우리지역 역사에 대해 말할 수 있다.	⑤	④	③	②	①
8. 우리지역 역사 공간을 알고 있다.	⑤	④	③	②	①
프로그램 환경요인에 대한 평가	매우 그렇다	그런 편이다	보통 이다	그렇지 않다	매우 그렇지 않다
1. 프로그램 교육 장소는 적절하다.	⑤	④	③	②	①
2. 프로그램 교육 시간은 적절하다.	⑤	④	③	②	①
프로그램의 성과에 대해 평가	매우 그렇다	그런 편이다	보통 이다	그렇지 않다	매우 그렇지 않다
1. 다음에도 다시 참여할 의향이 있다.	⑤	④	③	②	①
2. 주변 사람들에게 추천할 의향이 있다.	⑤	④	③	②	①
4. 프로그램에 전반적으로 만족한다.	⑤	④	③	②	①

프로그램에 참여해서 좋았던 점이나 불편한 사항을 적어주세요.

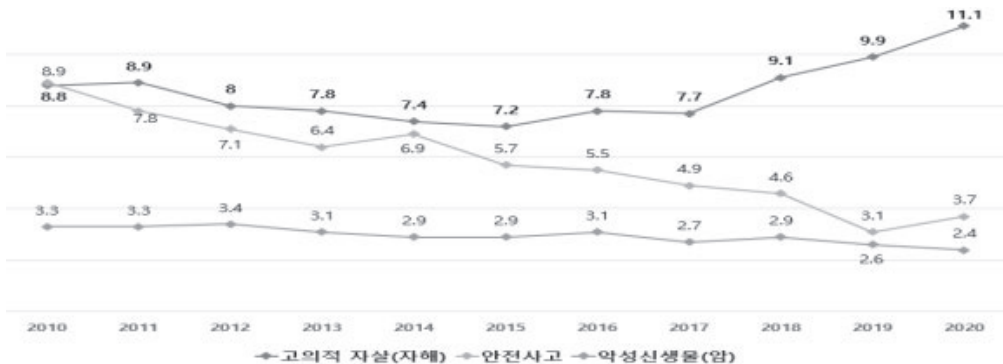
[부산가톨릭대학교-정다원, 배민서]

## 자해 경험이 있는 학교 밖 청소년을 대상으로 자살 생각 감소를 위한 역할극 프로그램 “위캔두잇”

### 1 프로그램 개발 배경

#### □ 청소년 사망원인의 1위인 고의적 자살(자해)

‘2021년 사망원인통계<sup>1)</sup>’를 바탕으로 청소년의 사망 원인을 살펴보면, 2010년을 제외한 2011년부터 2020년까지 고의적 자살(자해)이 1위인 것을 확인할 수 있다. <그림 1>을 보면 2015년까지는 1위와 2위의 비율 폭이 2% 이상 넘어가진 않았지만, 2016년부터 1위와 2위의 폭이 점차 커지면서 2020년에는 1위와 2위의 값이 7.4% 차이 나는 것을 확인할 수 있다. 이를 통해 과거에 비해 현재 청소년의 자살(자해) 문제가 점차 심각해지고 있다는 것을 확인할 수 있다.



<그림 1> 청소년 사망원인

출처: 통계청(2022), 2021년 사망원인통계.

#### □ 높은 자살·자해의 위험을 지닌 학교 밖 여자 청소년

‘10대 청소년의 정신건강 실태조사<sup>2)</sup>’ 결과를 보면, 학생 청소년(0.5%)보다 학교 밖 청소년(1.83%)의 자살 위험성이 1.33% 높다는 것을 확인할 수 있다. 또한 성별에 따른 학교 밖 청소년의 자살위험성을 보면, 학교 밖 남자 청소년(1.08%)보다 학

1) 통계청(2022). 「2021년 사망원인통계」.

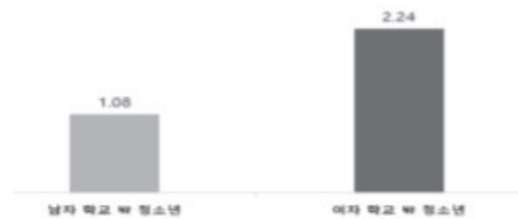
2) 최정원, 문호영, 전진아, 박용천(2021). 10대 청소년의 정신건강 실태조사. 한국청소년정책연구원 연구보고서, 1-504.

교 밖 여자 청소년(2.24%)의 자살 위험성이 2.16% 높다는 것을 확인할 수 있다. 이와 같이 현재 우리나라의 청소년들 가운데 높은 자살위험성을 가진 학교 밖 여자 청소년을 대상으로 '위캔두잇' 프로그램을 진행하고자 한다.



<그림 2>

학생 청소년과 학교 밖 청소년의 자살위험성



<그림 3>

성별에 따른 학교 밖 청소년의 자살위험성

출처: 한국청소년정책연구원(2021), 10대 청소년의 정신건강 실태조사.

## □ 자살생각률과 스트레스·우울과 자살과의 연관성

'제 17차 청소년건강행태조사<sup>3)</sup>'에서 청소년의 자살생각률을 살펴보면, 청소년 10명 중 1명(12.7%)이 자살에 대해 심각하게 생각한 경험이 있다는 것을 확인할 수 있다. 또한 스트레스 인지율과 우울감 경험률이 과거에 비해 줄어든 수치이지만, 작년과 비교하였을 때 스트레스 인지율은 4.6%, 우울감 경험률은 1.6%이 증가한만큼 꾸준히 청소년의 스트레스 및 우울감을 해소할 수 있는 장치들이 필요한 시점이다. 우울과 관련하여 청소년 4명 중 1명이 우울감을 경험하며, 치료를 받는 청소년보다 치료를 받지 않는 청소년이 더 많은 양상을 띄고 있다. 또한 청소년 10명 중 1명이 자살에 대해 심각하게 생각한 경험이 있으며, 학년이 올라갈수록 비율 또한 함께 증가하고 있다.

'청소년의 스트레스 및 우울감이 자살생각에 미치는 영향: 자아존중감을 조절효과로<sup>4)</sup>'의 논문을 보면, 스트레스 및 우울감이 높을수록 자살 생각을 많이 한다는 것을 확인할 수 있다. 논문 내용을 바탕으로 자살 문제를 예방하기 위해서는 청소년 개개인에게 적합한 해소 방법을 찾아나갈 수 있는 시간을 만들하고자 한다. '위캔두잇' 프로그램을 통해 스트레스 및 우울감을 해소할 수 있는 방법을 찾아보고, 비슷한 경험 및 어려움을 가지고 있는 참여자들과의 소통을 이끌어낸다. 이를 통해 다양한 방법을 실시해보면서 자신만의 방법을 찾아나갈 수 있는 시간을 만들어나가고자 한다.

3) 교육부, 질병관리청(2022). 「제17차(2021년) 청소년건강행태조사」.

4) 이미영(2021). '청소년의 스트레스 및 우울감이 자살생각에 미치는 영향:자아존중감을 조절효과로'. 청소년문 화포럼, 66, 83-104.

## □ 역할극을 통한 자살생각 감소

역할극은 자신이 맡은 역할을 연기하는 극을 말한다. '역할극을 활용한 중학생 학교폭력 예방프로그램 개발 연구<sup>5)</sup>'에서 역할극이 "여러가지 갈등 상황을 경험하고 주어진 갈등 상황을 해결해 봄으로 다양한 문제 상황에서도 문제 해결력을 높일 수 있다"고 한다. '위캔두잇' 프로그램을 통해 자살·자해 당사자, 선생님, 친구, 가족의 역할을 연기해보면서 비슷한 상황이 주어졌을 때 어떻게 대처해야할지, 들었을 때 위로되는 말과 위로되지 않는 말에 대해 생각해볼 수 있는 시간을 만들어나가 고자 한다.

## 2 프로그램 목적과 목표

□ 목적: 역할극 활동을 통해 학교 밖 청소년의 자살 생각 감소

□ 목표

- 역할극 활동을 통해 자살 생각 5% 감소
- 스트레스 및 우울감 해소 방법 2개 이상 찾기
- 참여자간의 소통을 통해 의사소통 능력 향상
- 프로그램 만족도 80% 이상 달성

## 3 프로그램 개요

□ 일시(기간): 4회기(0월 둘째주/넷째주 토요일, 0월 둘째주/넷째주 토요일)

□ 장소: 부산광역시청소년상담복지센터

□ 대상인원

- 1회 이상 자살·자해 경험있는 학교 밖 청소년(04~07년생) 16명, 봉사자 3명
- 최근 자해 경험이 있는 사람(1순위), 자해 시도 경험이 많은 사람(2순위)

□ 주요내용: 자살 교육, 스트레스 해소 방법 찾기, 역할극 진행, 리플렛 제작

5) 허미경(2008). 역할극을 활용한 중학생 학교폭력 예방프로그램 개발 연구. 한국사이코드라마학회지, 11(2), 37-52.

## 4

## 프로그램 일정표

## □ 프로그램 일정표

주요 내용 \ 기간	0월	0월	0월
홍보 및 참여자 모집			
1회기			
2회기			
3회기			
4회기			
모니터링			
평가회			

## □ 회기별 시간, 소요시간, 단위 프로그램명

구분	시간	소요시간	단위 프로그램명	
1회기	13:00 ~ 15:30	150분	“우, 알, 자” (우리 한 번 알아보자)	프로그램 오리엔테이션
				아이스 브레이킹
				자살 관련 교육
2회기	13:00 ~ 15:30	150분	“우, 함, 생” (우리 함께 생각해봐요)	스트레스 해소 방법 찾아보기
				역할극(주제:자살)
3회기	13:00 ~ 15:30	150분	“우 리” (우리들만의 스토리)	리플렛 제작
4회기	13:00 ~ 15:30	150분	“우, 즐, 마” (우리들의 즐거운 마무리)	제작한 리플렛을 바탕으로 조별 토의
				프로그램 마무리



## 5 단위 프로그램 세부내용

### □ 1학기

단위프로그램명	“ 우리 한 번, 알(아), (보)자 ”		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 참여자들간의 친밀감을 형성한다.</li> <li>- 자살 관련 교육을 통해 자살에 대한 지식을 습득한다.</li> </ul>	대상 및 인원	16명
활동장소	(실내)		
준비물	출석부, 명찰, A4용지, 필기도구, 아이스브레이킹 활동지 빔프로젝터, 노트북, 만족도조사지, 사전설문조사지		
활동단계	활동내용	유의사항	
<b>도입 (25분)</b>	1. 출석 확인 및 안전교육(10분) 2. 오리엔테이션(10분) 3. 사전 설문조사(5분)	전염병 예방을 위한 수칙 안내	
<b>전개 (115분)</b>	1. 아이스 브레이킹(45분) 1) 빙고게임 (이름적기 10분, 빙고 10분) - 게임 설명 : 청바지를 입고 온 사람, 염색을 한 사람 등 제시어에 해당하는 참여자의 이름을 적고 이름으로 빙고 게임 진행 - 4X4줄, 4줄 빙고 2) 랜덤으로 팀(4인1조) 나누고 자리에 앉기(5분) 3) 게임(20분) - 포스트잇 자신을 표현할 수 있는 단어 3가지를 통해 자신을 소개하기(조별)  2. 자살 관련 교육 진행(50분) - 부산생명의전화(자살예방교육 신청)	쉬는시간 20분	
<b>마무리 (10분)</b>	1. 만족도조사(5분) 2. 다음 활동 안내 후 귀가(5분)		

□ 1회기 - 아이스브레이킹 활동지

“위캔두잇” 프로그램 아이스브레이킹 활동지																			
Q1. 청바지를 입고 온 사람은?	Q2. 염색을 한 사람은?	Q3. 네일/패디를 한 사람은?	Q4. 귀걸이를 한 사람은?																
Q5. 목소리가 이쁜 사람은?	Q6. 얼굴에 점이 있는 사람은?	Q7. 내 이름은?	Q8. 노래 잘 부를 것 같은 사람은?																
Q9. 그림 잘 그릴 것 같은 사람은?	Q10. 구두 신은 사람은?	Q11. 눈이 예쁜 사람은?	Q12. 내 옆 자리는?																
Q13. 자유질문	Q14. 자유질문	Q15. 자유질문	Q16. 자유질문																
<table border="1"> <tbody> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>																			

## □ 2회기

단위프로그램명	“ 우리, 함께, 생각해봐요 ”		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 스트레스 및 우울감을 해소할 수 있는 방법을 2가지 이상을 적을 수 있다.</li> <li>- 역할극을 통해 상황에 맞는 문제해결 능력을 향상한다.</li> </ul>	대상 및 인원	16명
활동장소	(실내)		
준비물	출석부, 명찰, A4용지, 필기도구, 노트북 역할극 활동지, 역할극 명찰, 빔프로젝터, 만족도조사지		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입 (15분)	1. 출석 확인 및 안전교육(10분) 2. 활동 안내(5분)	전염병 예방을 위한 수칙 안내	
전개 (125분)	1. 스트레스 및 우울감 해소 방법(25분) <ul style="list-style-type: none"> <li>- 각자 2개 이상 생각해보기(5분)</li> <li>- 조별로 자신의 스트레스 및 우울감 해소 방법 이야기하기(5분)</li> <li>- 각 조별로 이야기 나온 방법을 전체 인원들과 이야기하기(15분)</li> </ul> 2. 역할극(4인 1조) <ul style="list-style-type: none"> <li>1) (30분)               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 자살·자해 당사자, 선생님, 친구, 가족</li> <li>- 역할극(각자 하나씩 다 경험해보기)</li> <li>- 한 타임당 5~7분 / 5~7분 X 4명 = 20~28분</li> </ul> </li> <li>2) (30분)               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 당사자에게 하면 좋은 말, 하면 안되는 말</li> <li>- 만약 내가 이런 상황에 처해 있다면 어떤 도움을 받고 싶을지(각 조당 5개 이상 작성)</li> </ul> </li> <li>3) (20분)               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 조별로 한 명씩 지원해 참여자 앞에서 역할극 1회 진행하면 좋은 말로 한 번, 하면 안되는 말로 한 번</li> <li>- 다양한 해석과 생각의 폭을 넓힐 수 있도록</li> </ul> </li> </ul>	쉬는시간 20분 - 소란이 일어나지 않도록 유의하기	
마무리 (10분)	1. 만족도조사(5분) 2. 다음 활동 안내 후 귀가(5분)		

□ 2회기 - 역할극 활동지

OO 프로그램 역할극 활동지 (이름 : )		
A : 자신(자살·자해 시도자)에게 응원·위로가 되는 말 / 해서는 안 되는 말 B : 부모님이 자살·자해 시도자에게 해줄 수 있는 응원·위로가 되는 말 / 해서는 안 되는 말 C : 친구가 자살·자해 시도자에게 응원·위로가 되는 말 / 해서는 안 되는 말 D : 선생님이 자살·자해 시도자에게 해줄 수 있는 응원·위로가 되는 말 / 해서는 안 되는 말		
	응원 · 위로가 되는 말	해서는 안 되는 말
<b>A</b> 자살·자해 시도자		
<b>B</b> 부모님		
<b>C</b> 친구		
<b>D</b> 선생님		

## □ 3회기

단위프로그램명	“ 우리들만의 (스토리) ”		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 마인드맵을 통해 자살에 대한 개념을 정리한다.</li> <li>- 조별 활동을 통해 의사소통 역량을 향상한다.</li> <li>- 각 팀당 1개의 자살예방 리플렛을 제작한다.</li> </ul>	대상 및 인원	16명
활동장소	(실내)		
준비물	출석부, 명찰, A4용지, 필기도구, 빔프로젝터, 노트북, 만족도조사지		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입 (15분)	1. 출석 확인 및 안전교육(10분) 2. 활동 안내(5분)	전염병 예방을 위한 수칙 안내	
전개 (125분)	1. 마인드맵 작성(15분) - 주제 : 자살예방 교육 키워드(각자)  2. 전체 회의(20분) 1) 공통적으로 들어가야 할 내용에 대해 - 예시 : 자살·자해 개념 / 자살·자해를 하는 학생을 보면 어떤 말을 해줘야할까? / 하지 말아야 하는 말은 무엇일까?, 도움 받을 수 있는 기관은? 2) 어떤 기관에 전달할 지에 대해 - 종합사회복지관, 청소년수련원, 청소년수련관, 청소년문화의집, 청소년쉼터, 청소년상담복지센터, 꿈드림 등 여러 기관 중 4곳 선정 - 추후 다른 기관에서 문의가 들어올 시 추가주문 예정  3. 리플렛 제작(70분) - 작성한 마인드맵을 바탕으로 추가할 내용, 수정할 내용 및 디자인 회의 진행 후 제작	쉬는시간 20분	
마무리 (10분)	1. 만족도조사(5분) 2. 다음 활동 안내 후 귀가(5분)		

□ 3회기 - 마인드맵 활동지

“위캔두잇” 프로그램 마인드맵 활동지	
(이름 : )	
(예시사진)	
(작성)	

## □ 4학기

단위프로그램명	“우(리들의), 즐(거운), 마(무리) ”		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 조별 활동을 통해 의사소통 역량을 향상한다.</li> <li>- 제작된 리플렛을 참여자들과 함께 피드백한다.</li> </ul>	대상 및 인원	16명
활동장소	(실내)		
준비물	출석부, 명찰, A4용지(색지), 포스트잇, 필기도구, 제작한 리플렛 빔프로젝터, 노트북, 칠판, 만족도조사지, 사후설문조사지		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입 (20분)	1. 출석 확인 및 안전교육(10분) 2. 활동 안내(10분)	전염병 예방을 위한 수칙 안내	
전개 (110분)	1. 각 조의 제작된 리플렛 확인(30분) - 조의 리플렛에 대해 잘한 점, 아쉬운 점을 포스트잇에 작성하여 칠판에 붙이기 - 포스트잇에 조 이름을 적고, 칠판에 붙이기  2. 다른 조의 리플렛 확인(30분) - 다른 조의 리플렛에 대해 잘한 점 - 포스트잇에 조 이름을 적고, 칠판에 붙이기  3. 프로그램 활동 소감(30분) - 롤링페이퍼 적기 - 각 팀당 종이 하나에 소감 적기	쉬는시간 20분 - 조별로 다른 색상의 포스트잇 전달 (총 4가지 색상)	
마무리 (20분)	1. 만족도조사(5분) 2. 사후 설문조사(5분) 2. 단체 사진 촬영 후 귀가(10분)		

## 6

## 프로그램 평가 계획

평가시기	평가주체	내용	평가도구
사전평가	청소년	기대수준 및 동기 청소년 중심의 프로그램 수준	사전 설문지(자살생각척도)
과정평가	청소년	프로그램 참여도 평가	출석부, 만족도조사지
	실무자		모니터링
총괄평가	청소년	프로그램 만족도 평가	출석부, 만족도조사지
		프로그램 평가 (프로그램 목표 달성 정도)	만족도조사지 사전·사후 설문지
	실무자		모니터링 수퍼비전
	강사		프로그램 피드백



□ 평가도구 - 사전/사후 설문지

“위캔두잇” 프로그램 설문지								
<p>문항들을 읽고 해당하는 곳에 ✓표 바랍니다.</p> <p>  0 : 전혀없다   1 : 지난 달 없다   2 : 한 달에 1번   3 : 한 달에 2~3번  </p> <p>  4 : 일주일에 한 번   5 : 일주일에 2~3번   6 : 매일  </p>								
자살시도를 위한 구체적인 계획을 세운 적이 있다.	0	1	2	3	4	5	6	
내가 죽으면 모든 문제가 해결될 것이라고 생각한다.	0	1	2	3	4	5	6	
내가 죽으면 다른 사람들이 더 편해질 것이라고 생각한다.	0	1	2	3	4	5	6	
자살할 때 유서에 쓸 내용을 생각한다..	0	1	2	3	4	5	6	
사람들한테 내가 자살하려 한다는 것을 말할까 고민해본 적 있다.	0	1	2	3	4	5	6	
내가 없으면 주위 사람들이 더 행복할 것이라고 생각한다.	0	1	2	3	4	5	6	
자살·자해 충동을 느끼지만, 실제 행동으로 옮기지는 않을 것이다.	0	1	2	3	4	5	6	
내가 죽거나 살거나 아무도 관심을 가지지 않을 것이라고 생각한다.	0	1	2	3	4	5	6	
내 존재를 알리는 유일한 방법은 자살하는 것이라고 생각한다.	0	1	2	3	4	5	6	
내 인생은 너무 형편없이 엉망이어서 더 이상 살아갈 이유가 없다고 생각한다.	0	1	2	3	4	5	6	
자살할 권리가 있었으면 좋겠다.	0	1	2	3	4	5	6	
<p>- 당신만의 스트레스 해소 방법이 있나요? 있다면 적어주시기 바랍니다.</p>								
<p>☺ 프로그램에 바라는 점이 있다면 적어주시기 바랍니다. ☺</p>								

□ 평가도구 - 만족도 조사지

<b>“위캔두잇” 프로그램 만족도 조사지</b> 질문을 읽고 해당하는 문항에 ✓표 바랍니다.			
자살·자해에 대해 생각해볼 수 있는 시간이 되었나요?	매우 그렇지 않다	보통이다	매우 그렇다
스트레스 및 우울감을 해소할 수 있는 방법을 2개 이상 찾아볼 수 있는 시간이 되었나요?	매우 그렇지 않다	보통이다	매우 그렇다
자살·자해 시도 경험이 있는 상대방에게 해서는 안되는 말을 2개 이상 찾아볼 수 있는 시간이 되었나요?	매우 그렇지 않다	보통이다	매우 그렇다
제작한 리플렛이 자살·자해 예방에 도움될 것이라고 생각하나요?	매우 그렇지 않다	보통이다	매우 그렇다
프로그램에 대한 만족도는 어떠한가요?	만족한다	보통이다	불만족한다
프로그램을 통해 의사소통 능력이 향상되었나요?	매우 그렇다	보통이다	매우 그렇지 않다
참여자들과의 친밀감을 형성할 수 있는 시간이었나요?	매우 그렇다	보통이다	매우 그렇지 않다
담당자가 프로그램에 대해 상세한 설명을 하였나요?	매우 그렇다	보통이다	매우 그렇지 않다
담당자가 청소년들을 인격적으로 대우하였나요?	매우 그렇다	보통이다	매우 그렇지 않다
프로그램 장소는 활동하기에 적합했나요?	매우 그렇다	보통이다	매우 그렇지 않다
향후 본 프로그램에 참여할 의향이 있으신가요?	매우 그렇지 않다	보통이다	매우 그렇다
본 프로그램을 다른 사람들에게 추천할 의향이 있으신가요?	매우 그렇지 않다	보통이다	매우 그렇다
😊 프로그램을 참여하면서 좋았던 점, 아쉬웠던 점 등에 대해 적어주시기 바랍니다. 😊			

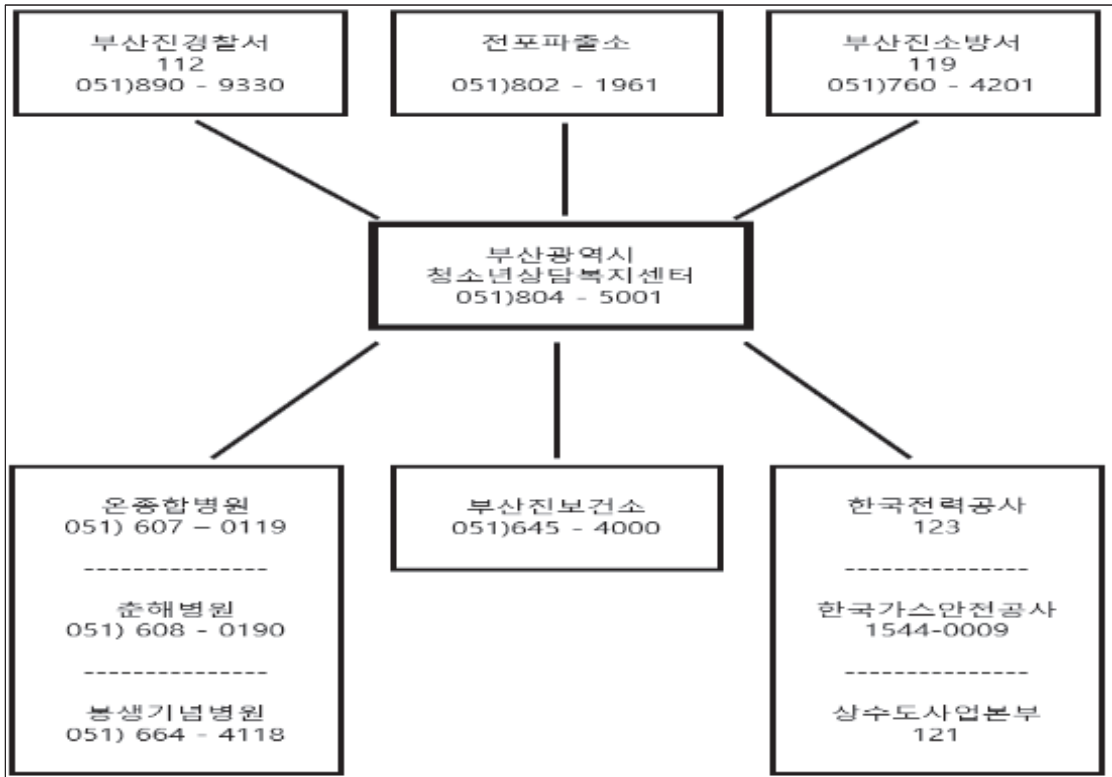
## 7

## 안전관리 계획

## □ 청소년 안전교육

일 시	매 활동 시	대 상	프로그램 참여자
장 소	활동 장소	시 간	10분
교육내용	시설 안내 및 안전교육		
비고	<p>○ 기초생활교육</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 시간 약속 지키기</li> <li>- 쓰레기는 쓰레기통에 버리도록 지도</li> <li>- 분실물이 생기지 않도록 관리하고, 분실물 발생 시 담당 지도사에게 즉시 알리도록 지도</li> </ul> <p>○ 담당자 및 관계자 : 응급처치 교육 진행</p> <p>○ 안전사고 예방 교육</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 안전사고 예방 관련 교육 진행 (안전의 의미, 사고의 실태와 양상, 사고 원인, 대처방법과 기술)</li> <li>- 소화기 위치 및 사용방법, 비상구 위치 안내</li> <li>- 활동장소 내에서는 개인적으로 소지한 화기물품 절대 사용금지</li> <li>- 화재발생 시 집결장소 공지</li> </ul> <p>○ 성희롱·성폭력 예방 교육</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 상대방에게 성적 수치심을 느끼게 하는 행위 발생 시 담당 지도자에게 알리도록 지도</li> <li>- 자신의 특정 신체부위를 고의적으로 노출하거나 만지는 행위를 하지 않도록 지도</li> <li>- 육체·언어·시각적 행동 등 상대방에게 성적 굴욕 또는 혐오감을 느끼게 하는 행위 발생 시 담당 지도사에게 즉시 알리도록 지도</li> </ul> <p>○ 실내 활동 시 유의 사항</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 실내 및 계단에서 뛰어다니지 않도록 지도</li> <li>- 참여자들간의 심한 장난이나 싸움으로 인해 안전사고가 발생하지 않도록 지도</li> </ul> <p>○ 간식예절 교육</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 음식으로 다투지 않도록 지도하고 간식은 지정 장소 내에서만 섭취할 수 있도록 지도</li> <li>- 섭취 후 스스로 자리를 깨끗하게 정리하도록 지도</li> </ul> <p>○ 전염병 예방 및 관리</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 기관 방문 시 손소독 진행</li> <li>- 활동 중 몸에 이상이 있을 경우 담당 지도사에게 즉시 알리도록 지도</li> <li>- 2시간마다 실내 환기 진행</li> </ul>		

## □ 비상연락체계



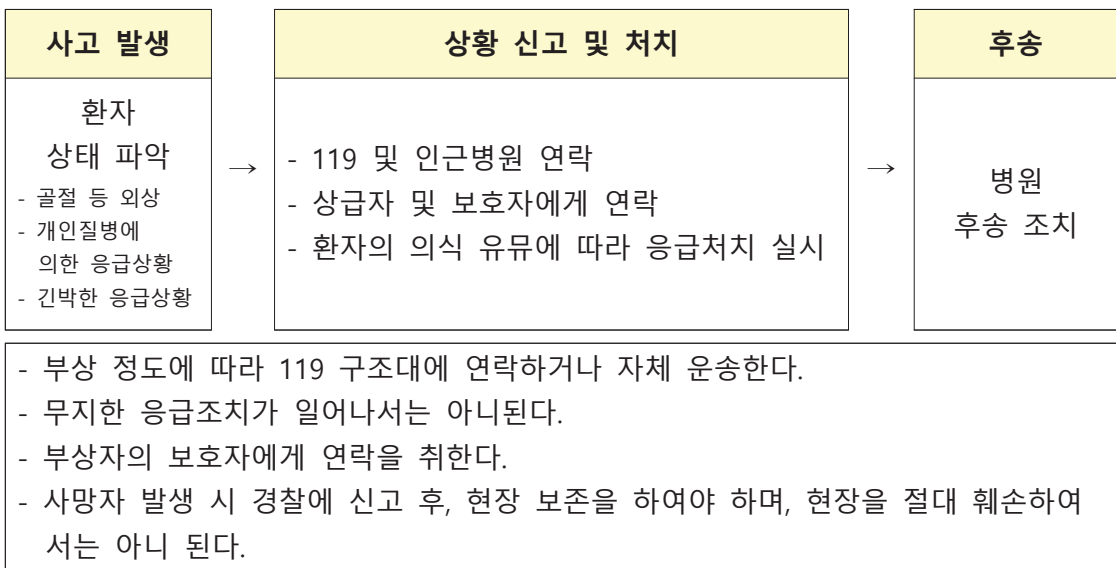
## □ 비상연락기관

기 관 명	종 류	소 재 지	전 화 번 호
부산진소방서	소방서	부산광역시 부산진구	119 051) 760 - 4201
부산진경찰서	경찰서	부산광역시 부산진구	112
부산진보건소	보건소	부산광역시 부산진구	051) 645 - 4000
한국전력공사	전력공사	부산광역시 부산진구	123
부산진안전관리팀	가스안전공사	부산광역시 부산진구	1544 - 0009
부산광역시 상수도사업본부	상수도사업본부	부산광역시 부산진구	121

## □ 관내 병원현황

병 원 명	종 류	소 재 지	전 화 번 호
온종합병원	종합병원	부산광역시 부산진구	051) 607 - 0119
춘해병원	종합병원	부산광역시 부산진구	051) 608 - 0190
봉생기념병원	종합병원	부산광역시 동구	051) 664 - 4118

## □ 긴급후송대책



## 8 기대효과

- 미래의 주역인 청소년이 자살 생각에 휘둘리지 않고 성장할 수 있도록 도움을 줄 수 있다.
- 제작한 리플렛을 통해 지역사회 내 청소년 연계 기관이 있다는 인식을 제고할 수 있다.
- 프로그램을 통해 참여자들간의 사회적 관계망을 형성하고, 공동체 의식 및 의사소통 능력이 향상될 수 있다.
- 참여자들의 사회적 관계망을 통해 자살·자해 청소년 발굴 및 연계할 수 있다.
- 자살 및 자해를 시도하려는 청소년을 발견 시, 도울 수 있는 방법을 강구할 수 있다.

# 청소년들의 온라인 게임 중독 예방 및 미래 직업 탐구 프로그램 보고싶어! (보드게임 고수가 되고싶은 어린이)

## 1 프로그램 개발 배경

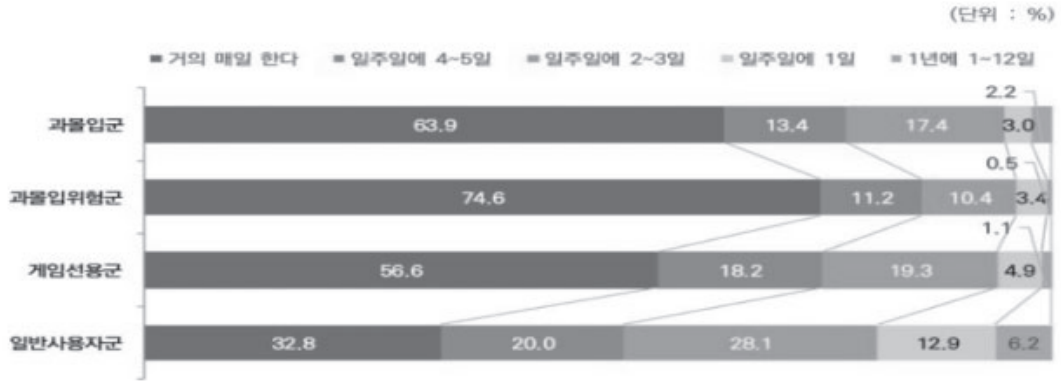
우리나라 인터넷 접속률은 2,236만 가구 중 2,136만 가구이다. 이는 99.96%로 우리나라 전체인구가 인터넷에 접속할 수 있다는 이야기이다. 그중에서 인터넷 이용자 수는 만 3세 이상 국민 5,081만명 중 약 4,725만명으로 93%이다. 성별 인터넷 이용률은 여성에 비해 남성이 3%정도 높다. 연령별 인터넷 이용률은 10대에서 40대까지 약99.7%이다. 모바일 인터넷 이용률은 18년 대비 1.6% 증가하였다. 인터넷 이용 시간도 18년 대비 5.6시간 증가하였다(한국지능정보사회진흥원, 2022). 이처럼 인터넷 이용이 일상화되면서 몇 년간 청소년 인터넷게임 이용 패턴도 크게 변화해왔다. 특히 스마트폰과 태블릿 PC 등 모바일 기기의 보급으로 인해 인터넷게임을 이용하는 방식과 패턴이 변화하고 있다.

과거에는 대부분의 인터넷게임이 PC에서 실행되었기 때문에, 집이나 학교에서만 게임을 즐길 수 있었다. 그러나 현재는 스마트폰과 태블릿 PC 등 모바일 기기로 인터넷게임을 즐기는 것이 대세가 되었고, 이러한 모바일 기기에서는 간편한 접속과 이용이 가능해져 청소년들의 게임 이용 시간과 빈도가 증가하고 있다.

2019년 발간된 '인터넷이용 실태조사'에 따르면, 10대 청소년 중 95.2%가 인터넷을 이용하고, 그중에서 91.9%가 게임을 즐기고 있다는 결과가 나왔다. 또한 이들 중 약 12.2%가 게임중독 위험이 있는 것으로 조사되었다(양혜정 외, 2020).

과학기술정보통신부와 한국지능정보사회진흥원(NIA)이 매년 실시하는 「스마트폰 과의존 실태조사」에 따르면 매년 전 연령대의 스마트폰 이용자(만 3세-69세) 중 청소년의 과의존 위험률이 가장 높은 것으로 보고되어 가정 및 관계 기관의 관심과 대책이 필요하다. 대상별 스마트폰 과의존 위험군 비율(2022, %)이 청소년(40.1), 유아동(26.7), 성인(22.8), 60대(15.3) 순으로 보고되었다.

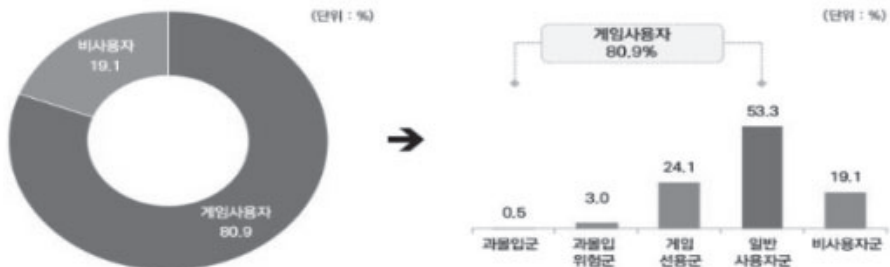
(2021년 기준)



주요결과 (3) 청소년(초등 4학년~고등 3학년) 게임이용 빈도

#### 청소년 게임이용 빈도

[한국콘텐츠진흥원 제공]



주요결과 (1) 청소년(초등 4학년~고등 3학년) 게임행동유형

#### 청소년 게임행동 유형

[한국콘텐츠진흥원]

인터넷이나 스마트폰을 통한 인터넷게임은 여가시간을 보내는 주된 활동 중 하나로 청소년들의 인터넷게임 증가와 관련된 충동성 및 공격성의 증가, 일상생활기능 저하, 중독 등과 같은 여러 문제들이 관심을 받고 있다.

우리나라에서 청소년들이 자주 이용하는 게임물에 대한 다양한 정책적 규제들이 시행되고 있지만, 대다수의 게임들은 폭력적이거나 선정적인 내용을 담고 있고, 게임 몰입을 유도하는 여러 가지 요소들을 내포하고 있다.

인터넷은 다양한 정보와 상호 간의 교류를 쉽게 이룰 수 있는 혁신적인 변화를 가져다주었다. 한국은 인터넷 보급률이 최상위 수준에 해당하며, 청소년은 이러한 사회 분위기 안에서 인터넷과 함께 성장하였다. 정보의 공유, 취미, 학습, 스트레스 해소 등 다양한 순기능도 가지고 있는 인터넷이지만 인터넷 과다사용으로 인한 역기능의 문제들도 점점 늘어나고 있으며, 특히 청소년들에게 문제양상이 더 심각해지고 있다(양혜정 외, 2020).

한편, 중독을 물질 또는 사람과의 관계나 행동 등의 범위로 확장하여 접근한다면, 게임이나 스마트폰에 몰두하는 것 역시 하나의 중독으로 바라볼 수 있다. 게임중독은 게임사용이 자신의 생활에 있어서 큰 비중을 차지하고 하나의 습관처럼 자리 잡음으로써 게임에 대한 통제력을 상실해 자신의 의지대로 통제하지 못하는 상태로 정의된다.

조정윤(2020)은 청소년들이 게임에 과도하게 몰입함으로써 단순한 오락과 유희의 수준을 넘어서 온라인상에서만이 아니라 일상생활에서의 일탈이나 범죄를 야기한다는 연구결과를 제시함으로써 ‘중독’이라는 청소년들의 행동이 일탈로 이어질 수 있음을 보여주었다.

게임 중독은 인터넷 게임이 불안정하거나 쉽게 실시간으로 이루어지는 요소를 가지고 있어, 자극적이고 끊임없이 새로운 도전을 제공하는 점이 영향을 끼치며, 이러한 영향이 게임을 하는 그들의 삶의 일부분을 차지하게 된다. 이에 따라 게임 중독은 청소년들에게 큰 문제가 될 수 있으며, 이에 대한 예방과 관리가 필요하다(조정윤, 2020). 따라서, 청소년 온라인 게임 중독 예방과 관리를 위해서는 가족, 교육자, 전문가들이 협력하여 적극적으로 대처할 필요가 있다.

최근 청소년들의 놀이문화는 대면활동에서 비대면 활동으로 변화를 이루어 가고 있다. 기성세대의 경우 친구들과 놀이를 하려면 대부분 함께 모여서 외부활동 건강한 놀이문화를 하였다. 이런 대면 활동은 서로를 격려해 주고 제어해 줄 수 있는 암묵적인 놀이문화 또는 규칙 또한 존재한다. 따라서 현대 청소년 또한 게임에 중독되지 않도록 다양한 놀이 프로그램이 필요하다.

보드게임은 대표적인 대면 놀이활동으로, 정해진 규칙으로 게임을 하며 사회성을 증진할 수 있고, 대면활동을 통해 서로를 이해할 수 있는 기회도 제공해준다. 전라북도교육청에서 실시했던 스포츠스태킹 대회는 대표적인 인터넷, 스마트폰 과몰입을 예방할 수 있는 대표적인 기능성 보드게임이다(조영란, 2018).

학교현장에서도 쉬는 시간이나 점심시간에 학생들이 스마트폰을 내려놓고 친구들과 얘기하면 재미있고 의미있는 시간을 보낼 수 있는 과몰입 예방 기능성게임이 많이 보급될 필요가 있다. 보드게임은 요즘 학교 현장에서 많이 사용되고 있는데, 이는 청소년의 복잡한 관계를 이해하고 파악하는 능력을 향상 시켜 줄 뿐 아니라 전략을 세우고, 결과를 예측하여 여러 가지 사고기능들을 자극해 줌으로써 학습자들이 명확한 사고를 하도록 하고 효율적인 의사소통이 가능하도록 도와준다(정유화, 2011).

한국 게임 산업개발원(2006)은 다른 일반적인 놀이와는 다르게 보드게임만이 가



지고 있는 특성이 있기 때문에 정서·행동특성검사 관심군 중학생들에게 상담과정 중 적절한 규칙을 통해 정서적 특성과 현실과 관련된 자기 조절에 많은 도움을 주고 게임의 승패과정에서 성취감과 즐거움, 아쉬움, 스트레스 해소 등의 다양한 정서를 체험할 수 있다고 하였다.

우리나라 청소년들에게 보드게임을 활용한 프로그램은 매우 한정적이다. 보드게임은 청소년들의 행복에 영향을 주는 요인이며 이를 통해 건강하고 행복하게 성장할 수 있는 새로운 놀이문화를 제공할 수 있을 것이다(조영란, 2018).

초등학교 저학년보다는 초등학교 4학년부터 보드게임 사전 사후 검사를 통해 학교 적응의 하위 요인인 학교생활 적응, 학업수행 적응, 또래 적응, 교사 적응과 사회성의 하위 요인인 준법성, 협동성, 사교성, 자주성, 책임성, 우월성, 안정성, 지배성, 정서성에서 긍정적인 영향이 관찰되었다. 자기효능감의 하위 요인인 자신감, 자기조절 효능감, 과제 난이도 선호에서도 긍정적인 영향이 관찰되었다(최혜선, 2015). 따라서 초등학생 4학년 이후 청소년들은 보드게임 활동을 통해 학교생활과 개인 정서적으로도 긍정적인 변화를 기대할 수 있다.

아동들은 보드게임 속에서 일어나는 상황에 몰입하여 지배적인 경험과 그에 따른 규칙을 지키면서 준법성을 향상시키고 팀별 게임을 수행하면서 서로 돕고 협력하면서 그에 따른 사교적인 경험을 하게 된다. 이와 같이 또래와 함께 보드게임을 하면서 다양한 사회적 기술을 경험하게 되고 학생들이 서로 적극적으로 상호작용을 하며 사회적 기술을 보드게임으로 익히는 것은 매우 효과적이다(최혜선, 2015).

또한 보드게임은 다음과 같이 게임을 통한 흥미유발로 학습의욕을 높이고 교과 학습과 연계하여 체계적인 사고능력 개발이 가능하다(조영란, 2018).

첫째, 게임을 즐기는 동안 수학적 호기심을 자극하여 스스로 원리와 개념을 터득하고 수 사고력이 향상된다.

둘째, 이해, 비교, 분석, 분류, 유추, 추리 지각 등 논리 사고력의 기본 개념을 게임을 통해 자연스럽게 접근하여 논리적 사고력이 향상된다.

셋째, 주어진 문제의 해결을 위해 다양하고 창의적인 해결 방법을 생각하는 기회를 제공하며 유창성, 독창성, 융통성 등의 창의적 사고력이 향상된다.

넷째, 다양한 게임과 심화활동을 통해 자신에게 유리한 전략을 세움과 동시에 효과적인 방법으로는 전략적 사고, 의사결정능력, 문제해결력이 향상된다.

다섯째, 게임이 진행되는 통한 선의의 경쟁을 통해 협동심과 사회성이 향상되며 자기 조절력이 발달된다. 우리나라도 보드게임지도사 자격증을 취득하여 방과후 수업과 홈스쿨링 등으로 활용하는 사례가 점차 늘어나는 추세이다(조영란, 2018).

방과후수업을 진행하는 보드게임 강사는 오랜 기간 교육효과가 검증된 교육 선진국에서 개발된 다양한 수업도구, 보드게임을 활용해서 영유아 및 청소년에게 창의력, 집중력, 수리력 등 종합적인 사고를 키울 수 있도록 도와주는 전문 지도사이다.

보드게임 강사가 되어 활동할 수 있는 대표적인 영역인 ‘방과후 수업’의 대부분은 수업을 듣는 아이들의 인원수에 따라 수익이 결정되기에 아이들이 관심을 가지고 재미있어하면서도 부모님이 관심 있어 하는 것이 중요한데, 공부를 강요하지 않아도 간단한 연산과 추리과정을 통해 두뇌 개발에 효과를 보이는 교육용 보드게임을 사용해서 수업을 진행하는 보드게임 강의는 재미와 교육 두가지를 모두 충족시킬수 있다. 요즘에는 이런 보드게임의 교육적 효과에 집중한 방과후 수업에서 보드게임교실이 인기라고 한다. 놀면서 배우는 문화에 대한 관심이 더욱 커지고 있는 분위기이기에 취업의 문이 넓다고 할 수 있다.

보드게임 지도사 자격증 취득 후 진로로는 초·중학교 방과후 학교 강사, 구청 및 문화센터 전문강사, 봉사단 자원봉사, 홈스쿨 창업학교 및 공공기관 아동게임 지도사, 특기적성지도 강사로 활동할 수 있으며, 기업교육, 지역아동센터, 자활센터, 복지시설, 문화센터, 구청 강사 등 다양한 분야에서 활동할 수 있다.

이에 초등학교 4학년부터 6학년들을 대상으로 하여 보드게임을 활용한 프로그램을 진행하고자 한다. 이들은 아동이면서도 청소년이기에 새로운 청소년 문화를 만들어가는데에 기여할 수 있을 것이라 생각한다.

특히 동명대학교는 사회복지학과, 상담심리학과, 아동·청소년상담학과에서 청소년지도사 양성을 위한 교육과정을 운영하고 있어 예비청소년지도사들이 많이 있는 곳이다. 이러한 예비청소년지도사들이 대학교에서 아동들을 대상으로 보드게임 프로그램을 제공하기에 유리한 환경을 갖추었다고 볼 수 있다. 따라서 동명대학교와 연계한 청소년프로그램을 통하여 즐거운 활동과 보드게임지도사 자격증 취득을 하여 진로탐색에 도움이 될 것으로 생각한다. 더불어 게임중독에서 해방되고, 보다 건전한 놀이문화를 형성하여 그들의 정서지능, 문제해결능력, 자기조절능력, 긍정적인 자기표현력이 향상되는 경험을 가질 수 있을 것이다.

## 2 프로그램 목적과 목표

### ☐ 목적

- ① 보드게임을 통하여 청소년들의 인터넷 게임 중독 및 스마트폰 과의존을 감소시킨다.
- ② 보드게임을 통하여 또래 간 대화와 이해를 증진한다.
- ③ 보드게임지도사 자격을 취득하여 미래 직업에 대한 탐구가 가능하다.

### ☐ 목표

- ① 보드게임 활동을 통하여 정서 지능이 향상된다.
- ② 보드게임 활동을 통하여 문제해결 능력이 향상된다.
- ③ 보드게임 활동을 통하여 자기 조절 능력이 향상된다.
- ④ 보드게임 활동을 통하여 긍정적 자기표현력이 향상된다.
- ⑤ 보드게임을 통하여 인터넷 게임 중독 및 스마트폰 과의존 점수를 낮출수 있다.

## 3 프로그램 개요

- ☐ 일시(기간): 2024.04.01. ~ 2024.07.01. 매주 월요일 (13회기)
- ☐ 장 소: 동명대학교 2번 건물(사505)
- ☐ 대상인원: 초등학교 고학년(4학년 ~ 6학년) 20명
- ☐ 주요내용: 보드게임을 통해 게임중독에 대한 치료 및 예방을 하고 궁극적으로 여러 보드게임들을 배우고 다른 사람들을 지도하며 보드게임 지도사라는 직업을 체험하고 관심을 가질 수 있도록 한다.

## □ 추진 일정

일자	내용	세부내용
2024.3.11 (월) ~3.25 (월)	모집	참여자 모집, 보드게임 강사 모집
	동원인원	예비 청소년 지도사 3명
2024.4.1 (월)	오리엔테이션	프로그램 소개 및 강사, 참여자 소개, 5개 설문지 사전조사 실시
	동원인원	예비 청소년 지도사 3명, 보드게임강사 1명, 참여자 20명
2024.4.8 (월) ~5.27 (월)	프로그램 진행	주차별로 준비한 보드게임 프로그램 진행
	동원인원	예비 청소년 지도사 3명, 보드게임강사 1명, 참여자 20명
2024.6.3 (월) ~6.24 (월)	프로그램 진행	참여자들의 보드게임 지도사 체험 및 선정한 보드게임 프로그램 진행
	동원인원	예비 청소년 지도사 3명, 보드게임강사 1명, 참여자 20명
2024.7.1 (월)	수료식	프로그램 마무리 및 참여자 수료장 수여, 5개 설문지 사후조사 실시
	동원인원	예비 청소년 지도사 3명, 보드게임강사 1명, 참여자 20명

□ 일정표

구분	시간	소요시간	단위 프로그램명
1회기	15:00-16:00	60분	오리엔테이션 (프로그램에 대한 설명 및 향후 계획 설명) 강사소개, 참여자 소개, 5개의 설문지 사전조사
2회기	15:00-16:30	90분	보드게임(루미큐브) 이론 교육, 실습 교육, 게임 교육후 토의
3회기	15:00-16:30	90분	보드게임(달무리) 이론 교육, 실습 교육, 게임 교육후 토의
4회기	15:00-16:30	90분	보드게임(젝스님트) 이론 교육, 실습 교육, 게임 교육후 토의
5회기	15:00-16:30	90분	보드게임(로보77) 이론 교육, 실습 교육, 게임 교육후 토의
6회기	15:00-16:30	90분	보드게임(부루마볼) 이론 교육, 실습 교육, 게임 교육후 토의
7회기	15:00-16:30	90분	보드게임(블리츠) 이론 교육, 실습 교육, 게임 교육후 토의
8회기	15:00-16:30	90분	보드게임(스플랜더) 이론 교육, 실습 교육, 게임 교육후 토의
9회기	15:00-16:30	90분	보드게임 지도사 되어보기(조별로 나누어 보드게임 지도사 체험), 게임 교육후 토의
10회기	15:00-16:30	90분	보드게임 지도사 되어보기(조별로 나누어 보드게임 지도사 체험), 게임 교육후 토의
11회기	15:00-16:30	90분	보드게임 지도사 되어보기(조별로 나누어 보드게임 지도사 체험), 게임 교육후 토의
12회기	15:00-16:30	90분	보드게임 지도사 되어보기(조별로 나누어 보드게임 지도사 체험), 게임 교육후 토의
13회기	15:00-16:00	60분	수료식(수료장 전달 및 사진 촬영), 5개의 설문지 사후조사

## 5

## 단위 프로그램 세부내용

- 1회차

단위프로그램명	오리엔테이션		
단위프로그램 목표	청소년 프로그램 설명 및 강사 소개, 참여자 소개	대상 및 인원	초등학교 고학년 20명, 예비청소년지도사 3명, 보드게임 지도사 1명
활동장소 (실내,실외,야외)	실내 동명대학교 2번 건물(사505)		
준비물	-		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	출석체크 및 인사 나누기		-
전개	1. 청소년 프로그램 목적 및 개요 소개 2. 강사 및 청소년 지도사 소개 3. 참여자 소개 (각자의 프로그램을 통한 기대감, 프로그램이 끝난뒤 바라는 자신의 개선 된 모습 등을 발표)		-
마무리	마지막 인사 나누고 각자의 자리 정리, 청소 후 귀가		-

- 2회차

단위프로그램명	루미큐브		
단위프로그램 목표	다양한 숫자 조합으로 주어진 상황 속에서 목표를 달성하기 위해 계획 하고 수정하며 수리 력, 논리력, 창의력, 문제해결능 력을 향상시킨다.	대상 및 인원	초등학교 고학년 20명, 예비청소년지도사 3명, 보드게임 지도사 1명
활동장소 (실내,실외,야외)	실내 동명대학교 2번 건물(사505)		
준비물	루미큐브 보드게임		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	1. 출석체크 및 인사 나누기 2. 루미큐브 소개하기 3. 모둠원 준비뽑기로 정하기		-
전개	1. 게임 준비 - 게임 구성이 다 있는지 확인한다. * 구성 : 받침대 4개, 타일 106개 (1~13까지 4색 2세트, 조커 2개)  2. 게임 방법 1) 용어정리 ·세트 : 루미큐브에서 말하는 세트에는 그룹과 연속이 있다. - 그룹 : 색깔이 다른 같은 숫자 3개나 4개의 타일 - 연속 : 색깔이 같고 숫자가 연속되는 3개 이상의 타일 2) 게임하기 ① 모든 타일을 숫자가 보이지 않도록 뒤집어서 골고루 섞는다. ② 게임자들은 각자 타일을 하나씩 집어서 가장 높은 숫자를 집은 사람부터 먼저 시작하고 시계방향으로 진행된다. ③ 타일을 7개씩 쌓아서 테이블에 두고 각각 타일 14개씩 가져가서 자신의 받침대에 놓는다. ④ 자신의 순서에 처음 세트를 내릴 경우 “등록”을 하여야 하며 반드시 타일 3개 이상의 숫자 합이		-

	<p>30이상 이어야 테이블에 내릴 수 있다. 등록을 할 때는 반드시 자신이 가진 타일로만 해야 하며 다른 사람이 테이블에 내려놓은 타일과 조합해서 할 수는 없다.</p> <p>또한 자신이 가진 조커를 이용하여 등록을 할 수 있다.</p> <p>⑤ 등록을 하면 자기 차례는 끝이 난다. 하지만 등록을 할 수 없거나 전략적으로 다음 차례에 등록을 하기로 한다면 타일을 한 개 가져가고 다음 게임자에게 순서가 넘어간다.</p> <p>⑥ 등록을 하고 난 후 자기차례가 되면 숫자조합을 할 수 있다.</p> <p>⑦ 게임자는 자신의 순서에 1분의 시간이 주어지며 이 시간 내에 숫자조합을 완료해야 한다.</p> <p>⑧ 자신이 가진 타일을 모두 내려놓고 "루미큐브"라고 외치면 게임에서 이긴다.</p> <p>출처 : 한국루미큐브 공식홈페이지</p> <p>3. 유의 사항</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· 자신이 가진 타일뿐만 아니라 친구가 낸 타일과도 조합해보며 사용할 수 있는지 살펴보고 다음 차례에 할 수 있도록 한다.</li> <li>· 주어진 조건에 맞는 타일이 없더라도 다음 기회를 위해 포기하지 않도록 격려한다.</li> </ul>	
마무리	<p>1. 사용한 게임의 구성품 점검 및 정리하기</p> <p>2. 소감문 작성하기</p> <p>3. 보드게임 후 느낀 감정, 생각 나누기</p>	



- 3회차

단위프로그램명	달무티		
단위프로그램 목표	자신의 입장과 처지가 변할 수 있다는 것을 알고 상황에 맞게 대처하며 판단력과 문제해결능력을 향상시킨다.	대상 및 인원	초등학교 고학년 20명, 예비청소년지도사 3명, 보드게임 지도사 1명
활동장소 (실내,실외,야외)	실내 동명대학교 2번 건물(사505)		
준비물	달무티 보드게임		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	1. 출석체크 및 인사 나누기 2. 달무티 소개하기 3. 모둠원 제비뽑기로 정하기		-
전개	1. 게임 준비 - 게임 구성이 다 있는지 확인한다. * 구성 : 1(달무티)~12(농노)카드 총 78장, 어릿광대 카드 2장  2. 게임 방법 ① 카드를 잘 섞은 뒤 1장씩 나눠 가진다. ② 제일 낮은 숫자를 뽑은 사람이 달무티가 되고, 나머지 사람들은 카드의 숫자가 낮은 대로 왕의 왼쪽으로 자리를 바꿔 앉습니다. ③ 신분이 제일 낮은 농노가 카드를 나눠준다. ④ 달무티부터 게임을 시작하여 시계방향으로 게임을 진행한다. ⑤ 달무티는 같은 숫자의 카드를 원하는 만큼 낼 수 있다. ⑥ 그 다음 사람은 앞 사람이 낸 카드보다 작은 숫자의 카드를 같은 수 만큼 내야 한다. ⑦ 낼 카드가 없다면 다음 사람에게 패스한다. 그 다음 순서에 있는 모든 사람들이 낼 카드가 없어 패스를 하게 되었다면, 이때까지 내려둔 카드들은 모두 사라지고 마지막으로 낸 사람부터 카드를 새롭게		-

	<p>낼 수 있다.</p> <p>⑧ 어릿광대라고 적혀있는 카드는 하나만 쓸 경우 숫자 13번으로 사용할 수 있고, 다른 카드와 사용할 경우 조커로 쓰일 수 있다.</p> <p>⑨ 손에 있는 카드를 먼저 모두 내려놓으면 그 사람이 달무티가 되고 게임은 계속 진행되며 마지막까지 카드를 다 내려놓지 못한 사람이 농노가 되면서 라운드가 끝난다. 다음 라운드에서 농노가 달무티에게 가장 낮은 숫자카드를 2장을 주고 달무티는 농노에게 자신이 주고 싶은 카드 2장을 준다. 같은 방식으로 소작농(11)과 총리대신(2)도 카드를 1장씩 주고 받는다.</p> <p>3. 유의 사항</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· 달무티였다가 농노가 될 수 있고, 농노였다가 달무티가 될 수도 있다는 것을 이해하고 자신의 처지가 계속해서 달라질 수 있다는 것을 받아들일 수 있도록 한다.</li> </ul>	
마무리	<p>1. 사용한 게임의 구성품 점검 및 정리하기</p> <p>2. 소감문 작성하기</p> <p>3. 보드게임 후 느낀 감정, 생각 나누기</p>	-

- 4회차

단위프로그램명	젝스닛트		
단위프로그램 목표	숫자의 오름차순을 이해하여 수와 연산 영역의 능력을 향상시키며 상대방의 전략을 알아채며 문제해결능력을 향상시킨다.	대상 및 인원	초등학교 고학년 20명, 예비청소년지도사 3명, 보드게임 지도사 1명
활동장소 (실내,실외,야외)	실내 동명대학교 2번 건물(사505)		
준비물	젝스닛트		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	1. 출석체크 및 인사 나누기 2.젝스닛트 소개하기 3. 모둠원 제비뽑기로 정하기		-
전개	1. 게임준비 - 게임 구성이 다 있는지 확인 한다. * 구성 : 1~104까지의 카드  2. 게임방법 - 1에서부터 104까지의 카드를 잘 섞고 각 플레이어에게 10장씩 배분한다. - 남은 카드 덱에서 맨 위의 4장을 뽑아 오름차순으로 네 행을 만든다. - 각 플레이어는 자신의 카드 중 한 장을 뒷면이 보이도록 내려놓는다. - 모든 플레이어가 카드를 내렸다면 동시에 공개한 후 가장 숫자가 작은 사람부터 카드를 배치한다. - 자신이 내린 카드와 현재 각 줄의 가장 오른쪽 숫자를 비교하여 자신이 낸 카드의 숫자와 행의 가장 오른쪽의 숫자와 비교하여 그 숫자보다 크면서 차이가 가장 작은 줄에 자신의 카드를 둔다. · 이때 자신이 내린 카드가 모든 줄의 오른쪽 숫자들보다 작은 경우에는 원하는 줄을 하나 골라 해당 줄에 있는 모든 카드를 가져간 뒤 해당 줄의 첫 번째 위치에 자신의 카드를 둔다.		-

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 이 규칙에 따라 자신이 놓은 카드가 해당 행의 6번째에 놓이게 된다면, 그 왼쪽의 5장을 별점으로 가져가야 한다. 그 후 자신이 놓은 그 6번째 카드를 그 행의 첫 번째 위치에 둔다.</li> <li>- 모든 카드를 배치하고 나면 3으로 돌아간다. 각 플레이어가 10장의 카드를 모두 쓰면 한 라운드가 종료된다.</li> </ul> <p>3. 게임종료</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>·별점을 계산한다. 별점은 자신이 가져간 카드에 그려진 소 머리 문양이 수로 일반적인 카드는 1개, 끝자리가 5인 수는 2개, 10의 배수는 3개, 11의 배수는 5개, 55 카드는 7개의 문양이 그려져 있다.</li> <li>·각자 별점만큼 현재 점수에서 더한다. 만약 66점 이상인 플레이어가 생길 경우 게임은 종료되며, 해당 시점에서 가장 점수를 적게 남긴 플레이어가 승리한다.</li> </ul>	
마무리	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 사용한 게임의 구성품 점검 및 정리</li> <li>2. 소감문 작성하기</li> <li>3. 보드게임 후 느낀 감정, 생각 나누기</li> </ol>	-

- 5회차

단위프로그램명	로보77		
단위프로그램 목표	- 로보77 보드게임을 통해 순발력을 키우고 암산을 통한 수학연산학습능력, 작업기억능력, 전략적 문제해결 능력, 시각-청각 주의집중력을 향상시킨다.	대상 및 인원	초등학교 고학년 20명, 예비 청소년지도사 3명, 보드게임 지도사 1명
활동장소 (실내,실외,야외)	실내 동명대학교 2번 건물(사505)		
준비물	보드게임 로보 77		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	1. 출석체크 및 인사 나누기 2. 로보77 소개하기 3. 모둠원 제비뽑기로 정하기		-
전개	1. 게임준비 - 게임 구성이 다 있는지 확인한다. * 구성 : 카드 56장, 생명칩 24개 2. 게임방법 ① 카드 5장, 생명칩 3개를 서로 나누어 받는다. ② 먼저 시작한 사람이 손에 있는 카드 중 1장을 내려놓고, 카드의 숫자를 크게 외친후 (ex. 숫자카드가 4면 4라고 외치기) 더미 속에 있는 카드 1장을 가져갑니다. (* 손에는 카드 5장을 꼭 가지고 있어야 한다.) ③ 그 후 다음 사람부터는 이전 사람이 말한 숫자에 내려놓는 카드의 숫자에 더한 수를 외칩니다.(ex. 내려진 숫자카드가 7일시 숫자카드 3를 내려놓는다면 10을 외치기) ④ 중간에 특수카드(-10, 0, 순서바꾸기, x2, 76) 5장이 있으며 특수카드는 2번 연속으로는 내지 못한다. 3. 게임종료 · 자기 차례에 카드의 합이 77이상이 되거나 11배수가 된 사람은 생명칩을 잃게 된다. (* 생명칩을 잃은 사람부터 게임은 다시 진행하며, 생명칩 3개를 다 잃은 사람은 탈락하게 되고, 남은 사람들끼리 진행하고, 마지막까지 생명칩을 가지고 있는 사람이 승리한다.)		-
마무리	1. 사용한 게임의 구성품 점검 및 정리 2. 소감문 작성하기 3. 보드게임 후 느낀 감정, 생각 나누기		-

단위프로그램명	부루마불		
단위프로그램 목표	부루마불에 나와 있는 다양한 국가의 도시들을 알고 상황에 따른 경제관념에 대해 배울 수 있다.	대상 및 인원	초등학교 고학년 20명, 예비청소년지도사 3명, 보드게임 지도사 1명
활동장소 (실내,실외,야외)	실내 동명대학교 2번 건물(사505)		
준비물	부루마불 보드게임		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	1. 출석체크 및 인사 나누기 2. 부루마불 소개하기 3. 모둠원 제비뽑기로 정하기		-
전개	<p>. 게임 준비</p> <p>- 게임 구성이 다 있는지 확인 한다.</p> <p>* 구성 : 게임판 1개, 씨앗증서 28장, 씨앗은행화폐 6종, 황금열쇠카드 30장, 호텔 21개, 빌딩 18개, 별장 30개, 게임말 4개, 주사위 2개, 설명서 1부</p> <p>① 말판을 펴고 주위에 둘러앉아 황금열쇠 카드를 지정된 칸에 뒤집어 두고 출발지점에 말을 둔다.</p> <p>② 각자 지폐를 공평하게 나눠가진다. 3~4인 기준으로 1인당 50만원권 4장, 10만원권 10장, 5만원권 이하 5장씩이며, 2인은 이의 2배로 받는다.</p> <p>2. 게임방법</p> <p>1) 전반전</p> <p>① 선을 정하고 시계방향으로 진행한다.</p> <p>② 자신의 순서에 주사위 2개를 던져 나온 수의 합만큼의 칸을 나아간다.③ 두 개의 주사위가 같은 숫자로 나오면 이를 더블이라고 하며 한 번 더 주사위를 굴릴 수 있다.</p> <p>④ 한 바퀴를 돌아 출발지를 지나갈 때는 은행에서 월급으로 20만원을 받는다.</p>		-

	<p>⑤ 도착한 곳의 증서를 정해진 금액대로 은행에 지불하고 살 수 있다. 이미 먼저 도착한 사람이 구입한 뒤면 살 수 없다.</p> <p>⑥ 증서가 5~6장 남았을 때 플레이어의 합의 하에 남은 증서를 경매한 후 희망자가 은행에 지불하고 구입한다. 한 증서를 여러 사람이 희망하면 주사위를 굴려 많은 숫자가 나온 사람에게 우선권이 있다.</p> <p>2) 후반전</p> <p>① 건물을 짓는다. 자신이 가지고 있는 증서에 적혀진 금액대로 은행에 지불하고 건물을 세울 수 있다.</p> <p>② 통행 요금을 받는다. 각 플레이어는 다른 플레이어가 소유하고 있는 곳에 멈추면 증서에 적혀진 금액을 걸릴 즉시 소유자에게 지불해야 한다.</p> <p>③ 자신의 차례가 오면 건물을 건설 혹은 매각할 수 있다.</p> <p>④ 건물을 지을 필요가 없는 곳은 통행료를 후반전부터 받을 수 있다.</p> <p>⑤ 지불해야 할 통행요금이 모자랄 경우 건물을 팔거나, 증서를 상대방에게 인계할 수 있다. 증서 인계 시 통행료보다 대지료가 비싸도 거스름돈을 받을 수는 없다.</p> <p>⑥ 은행에서 대출할 수 있다. 단, 게임 중 단 한 번만 다른 플레이어 한 사람의 동의가 있을 경우에 100만원 한도로 가능하며 3회전 안에 상환해야 한다.</p> <p>⑦ 지불할 능력이 전혀 없을 때에는 파산한다.</p> <p>⑧ 게임 종료 시 가장 많은 재산을 가진 사람이 승리한다.</p>	
마무리	<p>1. 사용한 게임의 구성품 점검 및 정리하기</p> <p>2. 소감문 작성하기</p> <p>3. 보드게임 후 느낀 감정, 생각 나누기</p>	-

- 7회차

단위프로그램명	블리츠		
단위프로그램 목표	빠른 단어 연상을 통해 언어에 대한 적응, 어휘력과 순발력을 기를 수 있다.	대상 및 인원	초등학교 고학년 20명, 예비청소년지도사 3명, 보드게임 지도사 1명
활동장소 (실내,실외,야외)	실내 동명대학교 2번 건물(사505)		
준비물	블리츠 보드게임		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	1. 출석체크 및 인사 나누기 2. 블리츠 소개하기 3. 모둠원 제비뽑기로 정하기		-
전개	1. 게임 준비 - 게임 구성이 다 있는지 확인 한다. * 구성 : 총 카드 120장, 조커6장, 6개 종류의 색깔 단어카드 19장씩 ① 2개의 카드더미중 한 개의 카드더미를 선택하여 잘 섞어준다 ② 1개의 카드더미를 2개의 더미로 나눈다. 테이블 중앙에 놓는다  2. 게임 방법 ① 카드를 섞어 게임준비를 한사람이 선이 된다. ② 선은 2개의 더미 중 원하는 더미에서 카드를 앞면이 보이도록 본인 앞에 놓는다. ③ 시계방향으로 돌아가며 진행하고 본인 순서가 되면 가운데 더미에서 카드를 1장 뽑는다. - 만약 이미 공개된 다른 사람의 카드와 같은 무늬가 없다면 다음 플레이어로 넘어간다. - 만약 2명의 카드에 그려진 무늬가 같다면 “스피드 단어 연상 대결”이 시작된다 ④ 정답은 게임을 같이 하는 사람들의 동의하에 결정 된다. - 예를 들어 야구선수처럼 유명인과 아마추어 같은		-



	<p>경우처럼 다른 사람들이 잘모르는 엉뚱한 이름을 대면 정답에 불만을 나타내는 사람이 있을 수 있으므로 투표로 결정하고 동물 이상이 나오면 정답으로 인정해 준다.</p> <p>3. 게임 종료 카드 뽑는 더미가 다 소진되면 게임이 종료되며 점수 더미에 가장 많은 카드를 가지고 있는 사람이 승리한다</p> <p>4. 유의사항 이미 답으로 쓴 단어는 게임하는 동안 다시 쓸 수 없다. 와일드카드를 뽑았다면 가운데 카드 사이에 공개 해둔다. 와일드카드는 새로운 와일드카드가 나오기 전까지 계속 효과를 발휘하며 와일드카드를 뽑은 사람은 카드 1장을 다시 뽑는다.</p>	
마무리	<p>1. 사용한 게임의 구성품 점검 및 정리하기</p> <p>2. 소감문 작성하기</p> <p>3. 보드게임 후 느낀 감정, 생각 나누기</p>	-

단위프로그램명	스플렌더		
단위프로그램 목표	입문용 보드게임으로 룰이 쉬워 누구나 게임을 즐길 수 있고 보 석의 종류를 깨닫고 카드를 사 며 사고력을 기를 수 있다.	대상 및 인원	초등학교 고학년 20명, 예비청소년지도사 3명, 보드게임 지도사 1명
활동장소 (실내,실외,야외)	실내 동명대학교 2번 건물(사505)		
준비물	스플렌더 보드게임		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	1. 출석체크 및 인사 나누기 2. 스플렌더 소개하기 3. 모둠원 제비뽑기로 정하기		-
전개	1. 게임 준비 - 게임 구성이 다 있는지 확인 한다. * 구성 : 보석 토큰: 에메랄드(녹색), 다이아몬드(백색), 사파이어 (청색), 줄마노(흑색), 루비(적색) 토큰이 각각 7개씩 있 고, 황금(황색)[1]은 5개가 있다. 총 40개 개발 카드: 1단계 카드(녹색) 40장, 2단계 카드(황색) 30장, 3단계 카드(청색) 20장으로 총 90장이 있다. 1 단계에선 각 보석별로 8장씩, 2단계는 6장씩, 3단계는 4장씩 구성 귀족 타일: 총 10개로 실존했던 역사 인물들로 구성 ·각 단계별 개발 카드를 잘 섞은 뒤, 4장씩 오픈하여 각 단계의 카드 더미 옆에 3줄로 늘어놓는다. 그리고 플레이어 수+1장의 귀족 타일을 임의로 뽑아 펼쳐 놓 는다. 이후 보석 토큰을 플레이어 수에 따라 정해진 수량을 종류별로 깔아놓는다. 2인이 하는 경우 4개씩, 3인은 5개씩, 4인은 7개씩 나열한다. 예외로 황금 토큰은 인 원 수에 상관없이 5개 모두 세팅한다.  2. 게임 방법		-

	<p>① (황금 토큰을 제외한) 서로 다른 종류의 3가지의 보석 토큰을 1개씩 집어 오거나, 한 종류의 보석 토큰 2개를 집어 올 수 있다. 다만 한 종류의 보석 토큰을 집어오는 선택을 하려면 남아있는 그 보석 토큰의 개수가 4개 이상이어야 한다. 플레이어가 소지할 수 있는 토큰의 수는 최대 10개이다. 만약 보석을 집어왔는데 10개가 넘게 되면, 초과되는 수만큼 가져온 토큰 전부나 일부를 버릴 수 있다.</p> <p>② 가지고 있는 보석 토큰을 지불하여 바닥에 놓인 혹은 자신이 보관하고 있는 개발카드 1장을 살 수 있다. 각 개발카드 좌측 하단에는 그 개발카드를 구입할 때 지불해야 하는 보석의 종류와 개수가 적혀있다. 그리고 이렇게 개발카드를 구입하면, 개발카드 우측상단에 보석이 한 종류씩 그려져 있는데, 이는 자신이 앞으로 다른 보석 카드를 구입할 때 할인받을 수 있는 보석을 의미한다. 카드는 토큰처럼 개발카드 구입 시에 소진되지 않기 때문에, 구입하는 개발카드가 늘어날수록 할인받을 수 있는 보석의 종류와 양이 늘어나면서 점점 개발카드의 구입이 원활해진다.</p> <p>③ 황금 토큰 1개를 이용하여 바닥에 깔려져 있는 개발카드 1장을 수중에 보관 할 수 있다. 공급처에 있는 황금 토큰을 바로 활용하여 보관 한 카드와 함께 소지하게 되는 것이다. 바닥에 깔린 개발카드 중에 마음에 드는게 없을 경우, 아예 개발카드 더미에 있는 카드를 1장 가져올 수 있는데, 이때는 카드내용을 보지 않고 임의적으로 가져와야 한다. 보관한 개발 카드는 나중 자신의 턴에 비용을 내고 구입할 수 있다.</p> <p>보관으로 가져온 황금 토큰은 다음 턴 부터 아무 보석 역할을 할 수 가 있다.</p> <p>황금 토큰은 보관하고 있는 건물카드 뿐만 아니라 바닥에 있는 개발카드를 구입하는데도 자유롭게 사용할 수 있다. 보관을 이용해서 소지할 수 있는 개발카드는 최대 3장이며, 게임 끝나기 전에 반드시 구매해야하는 건 아니지만, 다른 카드를 더 보관하고 싶다면, 반드시 보관한 카드 1장을 구매하여 소지한 카드를 2장 이하로 만들어야지만 보관이라는 행동을 할 수가 있다.</p>	
--	---	--

	<p>3. 게임 종료</p> <p>·보석을 구매하여 카드를 모아 승점 15점을 먼저 모으는 사람이 승리자이다.</p> <p>·규칙에서부터 먼저 15점을 달성한 플레이어가 있더라도 마지막 차례까지 진행하게 되어있다. 즉, 당신이 15점이어도 마지막 차례의 사람이 16점으로 게임을 끝낸다면 당신이 패배하는 것이다.</p>	
<p><b>마무리</b></p>	<p>1. 사용한 게임의 구성품 점검 및 정리하기</p> <p>2. 소감문 작성하기</p> <p>3. 보드게임 후 느낀 감정, 생각 나누기</p> <p>4. 다음 프로그램 준비를 위해 보드게임지도사가 될 모듈 뽑기 및 보드게임 선정하기</p>	-

- 9회차 ~ 12회차

단위프로그램명	보드게임 지도사 되어보기		
단위프로그램 목표	·사회적 상호작용을 통한 리더십과 커뮤니케이션 능력을 향상시킨다. ·문제 해결 능력 강화와 창의적 사고와 전략수립 능력을 향상시킨다.	대상 및 인원	초등학교 고학년 20명, 예비청소년지도사 3명, 보드게임 지도사 1명
활동장소 (실내,실외,야외)	실내 동명대학교 2번 건물(사505)		
준비물	보드게임		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	1. 출석체크 및 인사 나누기 2. 오늘의 보드게임 지도사인 모둠 소개하기		-
전개	1. 활동 준비 ·보드게임 지도사인 모둠이 선택한 보드게임 소개 및 선택한 이유에 대하여 설명한다. ·게임 구성이 다 있는지 확인한다.  2. 활동 방법 ·보드게임 지도사인 모둠이 보드게임에 대한 규칙에 대해서 설명한다. ·다른 모둠이 보드게임을 제대로 진행할 수 있도록 보드게임지도사 모둠이 도와준다.  3. 활동 종료 ·모든 모둠이 주어진 시간 동안 원하는 보드게임을 충분히 진행할 수 있도록 한다.		-
마무리	1. 사용한 게임의 구성품 점검 및 정리하기 2. 소감문 작성하기 3. 보드게임 후 느낀 감정, 생각 나누기 4. 다음 프로그램 준비를 위해 보드게임지도사가 될 모둠 뽑기 및 보드게임 선정하기		-

단위프로그램명	수료식		
단위프로그램 목표	프로그램을 끝내면서 느낀점들을 나누고 참여자들에게 수료장을 줌으로써 프로그램을 무사히 끝냈다는 만족감 및 자아효능감을 상승 시켜 준다.	대상 및 인원	초등학교 고학년 20명 예비청소년지도사 3명, 보드 게임 지도사 1명
활동장소 (실내,실외,야외)	실내 동명대학교 2번 건물(사505)		
준비물	-		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	출석체크 및 인사 나누기	-	
전개	1. 강사선생님의 프로그램을 진행 하면서 느낀 점 및 후기, 감사 나눔 진행 2. 참여자들도 짧은 소감 및 느낀점 발표 3. 수료장 전달 4. 단체 사진 촬영	-	
마무리	자리 정리 후 귀가	-	

- 13회차

## 6 프로그램 평가 계획

평가시기	내용	평가도구
사전평가	계획 수준의 적절성	설문조사 및 욕구파악
과정평가	프로그램 만족도	소감문, 인터뷰
총괄평가	청소년들의 온라인 게임중독 예방 및 보드게임을 통한 교육적 효과 발휘와 미래 직업탐구	1. 청소년용 인터넷 게임중독척도 2. 스마트폰 과의존 중독 척도 3. 정서지능척도 4. 문제해결력검사척도 5. 자기조절능력척도

출처)

- 청소년용 인터넷 게임 중독 설문지 척도(<https://brunch.co.kr/@maumdal/201>)
- 스마트폰 과의존 청소년 설문지 척도(<https://www.iapc.or.kr/kor/PBYS/diaSurvey.do?idx=8>)
- 정서 지능, 문제 해결력, 자기 조절 능력 설문지 척도, 2010, 박성옥 pp(87~93)  
(<https://dl.nanet.go.kr/SearchDetailView.do?cn=MONO1201107372>)

1. 청소년용 인터넷 게임 중독 설문지 척도

문항내용				전혀 그렇지 않다	때때로 그렇다	자주 그렇다	항상 그렇다
1. 게임을 하는 것이 친한 친구들과 어울리는 것보다 더 좋다.				1	2	3	4
2. 게임공간에서의 생활이 실제생활보다 더 좋다.				1	2	3	4
3. 게임 속의 내가 실제의 나보다 더 좋다.				1	2	3	4
4. 게임에서 사귄 친구들이 실제친구들 보다 나를 더 알아준다.				1	2	3	4
5. 게임에서 사람을 사귀는 것이 더 편하고 자신 있다.				1	2	3	4
6. 밤 늦게까지 게임을 하느라 시간 가는 줄 모른다.				1	2	3	4
7. 게임을 하느라 해야 할 일을 못한다.				1	2	3	4
8. 갈수록 게임을 하는 시간이 길어진다.				1	2	3	4
9. 점점 더 오랜 시간 게임을 해야 만족하게 된다.				1	2	3	4
10. 게임을 그만두어야 하는 경우에도 게임을 그만두는 것이 어렵다.				1	2	3	4
11. 게임 하는 시간을 줄이려고 노력하지만 실패한다.				1	2	3	4
12. 게임을 안 하겠다고 마음먹고도 다시 게임을 하게 된다.				1	2	3	4
13. 게임 생각 때문에 공부에 집중하기 어렵다.				1	2	3	4
14. 게임을 못한다는 것은 건디기 힘든 일이다.				1	2	3	4
15. 게임을 하지 않을 때에도 게임 생각을 하게 된다.				1	2	3	4
16. 게임으로 인해 생활에 문제가 생기더라도 게임을 해야 한다.				1	2	3	4
17. 게임을 하지 못하면 불안하고 초조하다.				1	2	3	4
18. 다른 일 때문에 게임을 못하게 될까봐 걱정된다.				1	2	3	4
19. 누가 게임을 못 하게하면 신경질이 난다.				1	2	3	4
20. 게임을 못하게 되면 화가 난다.				1	2	3	4
합 계							
				총 점		/ 80	
일반사용자	37점 이하	잠재적위험사용자	38점-49점	고위험사용자		49점 이상	

유형	분류기준	특 성	비고
고위험 사용자	게임중독 점수 45점 이상	<p>현실세계보다는 가상의 게임세계에 몰입하여 게임공간과 현실생활을 혼동하거나 게임으로 인하여 현실세계의 대인관계나 일상생활에 부적응문제를 보이며, 부정적 정서를 나타낸다.</p> <p>하루 2시간 30분 이상 매일 게임을 하는 경우가 많으며, 게임을 하느라 친구와 어울리지 못하는 등 게임행동을 적절하게 조절할 수 없는 상태이다.</p> <p>일반적으로 자기 통제력이 낮아 일시적인 충동이나 즉각적인 만족을 추구하며 인내력과 효율적인 문제해결 능력이 부족한 경향을 보인다. 또한 공격적 성향이 높으며 자신에 대해 부정적으로 생각하는 경향이 강하다.</p>	전문적 치료 지원 및 상담 요망
잠재적 위험사용자	게임중독 점수 38-44점	<p>고위험사용자에 비해 낮은 수준이나 가상세계에 대해 더 많은 관심을 보이며 게임에 몰입하여 게임과 현실생활을 혼동하거나 게임으로 인하여 현실세계의 대인관계, 일상생활에 문제를 나타내기도 한다.</p> <p>하루 2시간 이상, 주 5-6회 정도 게임을 한다.</p> <p>공격적 성향을 보이며 자기 통제력이 낮고 충동적이며 자기 위주로 생각하고 말보다는 행동이 앞서는 경향이 있다. 자신에 대해 부정적으로 생각하는 경향을 보인다.</p>	게임중독 행동 주의 및 예방 프로그램 요망
일반사용자	게임중독 점수 37점 이하	<p>게임 습관을 스스로 조절할 수 있으며, 게임과 현실세계에 대한 구분이 명확하고 게임으로 인한 정서적인 변화를 경험하지 않는다.</p> <p>하루 1시간 30분 이하, 주 1-2회 이하 게임을 하는 등 인터넷 게임 사용을 적절하게 조절할 수 있다.</p> <p>자신의 욕구를 적절히 조절할 수 있으며 효율적으로 문제를 해결하는 경향을 보인다. 일시적인 충동에 의하거나 즉각적인 만족을 주는 문제행동을 회피하고 인내할 수 있는 능력이 높다. 자신에 대해 긍정적으로 생각하는 경향이 강하다.</p>	지속적 자기점검 요망



## 2. 스마트폰 과의존 청소년 설문지 척도

※ 보기 :1점 - 전혀 그렇지 않다 / 2점 - 그렇지 않다 / 3점 - 그렇다 / 4점 - 매우 그렇다

<b>01</b>	스마트폰 이용시간을 줄이려 할 때마다 실패한다.	<input type="radio"/> 전혀 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇다	<input type="radio"/> 매우그렇다
<b>02</b>	스마트폰 이용시간을 조절 하는 것이 어렵다.	<input type="radio"/> 전혀 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇다	<input type="radio"/> 매우그렇다
<b>03</b>	적절한 스마트폰 이용시간을 지키는 것이 어렵다.	<input type="radio"/> 전혀 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇다	<input type="radio"/> 매우그렇다
<b>04</b>	스마트폰이 옆에 있으면 다른 일에 집중하기 어렵다.	<input type="radio"/> 전혀 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇다	<input type="radio"/> 매우그렇다
<b>05</b>	스마트폰 생각이 머리에서 떠나지 않는다.	<input type="radio"/> 전혀 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇다	<input type="radio"/> 매우그렇다
<b>06</b>	스마트폰을 이용하고 싶은 충동을 강하게 느낀다.	<input type="radio"/> 전혀 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇다	<input type="radio"/> 매우그렇다
<b>07</b>	스마트폰 이용 때문에 건강에 문제가 생긴 적이 있다.	<input type="radio"/> 전혀 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇다	<input type="radio"/> 매우그렇다
<b>08</b>	스마트폰 이용 때문에 가족과 심하게 다툰 적이 있다.	<input type="radio"/> 전혀 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇다	<input type="radio"/> 매우그렇다
<b>09</b>	스마트폰 이용 때문에 친구 혹은 동료, 사회적 관계에서 심한 갈등을 경험한 적이 있다.	<input type="radio"/> 전혀 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇다	<input type="radio"/> 매우그렇다
<b>10</b>	스마트폰 때문에 업무(학업 혹은 직업 등) 수행에 어려움이 있다.	<input type="radio"/> 전혀 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇지 않다	<input type="radio"/> 그렇다	<input type="radio"/> 매우그렇다

## ※ 스마트폰 과의존 사용자군 분류

스마트폰 과의존 경향의 정도에 따라 다음과 같은 사용자군으로 분류됩니다.



## ※ 스마트폰 과의존 상담 흐름도



3. 정서 지능, 문제 해결력, 자기 조절 능력 설문지 척도

V. 다중지능이론에 따른 보드게임 ■■■

부록3. 검사도구

문제해결력 검사

여러분은 수업시간에 풀어야 할 문제, 하고 싶은 일을 하지 못하는 문제, 가정에서 식구들과의 의견충돌, 친구와의 말다툼 등과 같은 여러 가지 문제를 어떻게 해결합니까? 여러분이 최근에 경험하였던 문제를 생각해 보십시오. 그 문제를 해결하기 위해 여러분은 아래에 있는 행동들을 어느 정도 하였는지를 생각해 보십시오. 여러분이 각각의 행동을 하는 정도를 잘 나타낸다고 생각하는 번호에 V표를 하십시오.

번호	문항	매우 드물게	드물게	보통	자주	매우 자주
1	내가 원하는 모습과 현재 모습 간의 차이가 무엇인지를 비교 한다.					
2	문제가 해결되지 않았을 때, 그 결과가 무엇인지를 생각해 본다.					
3	지금 해결해야 할 문제가 다른 사람에게 어떠한 영향을 미칠 것인지를 생각 한다.					
4	내가 해결해야 할 문제가 무엇인지를 먼저 확인 한다.					
5	내가 해결하여야 할 문제가 무엇인지를 분명하게 안다.					
6	고민하고 있는 문제의 원인을 알기 위해 비슷한 상황에 대한 정보도 수집 한다.					
7	문제를 해결하는데 도움이 되거나 필요한 내용만 찾는다.					
8	내가 좋아하는 방식으로만 문제해결에 도움이 되는 정보를 찾는다.					
9	내 나름대로 정답을 생각하고 문제해결에 도움이 될 것 같은 정보만을 찾는다.					
10	나에게 친숙한 방법으로만 문제해결에 도움이 되는 정보를 찾는다.					
11	여러 가지 자료 중에서 어느 자료가 문제해결에 더 도움이 되는지를 비교한다.					
12	어떤 문제에도 중요한 원인이 있다고 생각하고 그 원인을 찾는다.					
13	나의 입장에서만 문제의 원인을 생각하지 않고 다른 사람의 입장도 고려한다.					
14	문제가 생기면, 내가 전에 경험해본 적 이있는 문제의 원인들을 가장 먼저 생각한다.					
15	수집된 정보들에 대해서 서로 비슷한 점과 다른 점을 비교해 본다.					

■ ■ ■ 다중지능이론에 따른 발달교육문화적 향상을 위한 보드게임 프로그램 개발과 효과검증

16	다른 사람의 의견이 내 의견과 다르더라도 먼저 긍정적으로 생각하고 받아들인다.					
17	일상생활에서 일어나는 여러 가지 다른 일들과 나의 문제를 연관시켜 본다.					
18	지금까지 생각해 본 것과는 전혀 다른 방식으로 해결할 문제를 살펴 본다.					
19	문제를 해결하는데 전혀 관련이 없을 것 같은 생각들도 중요하게 된다.					
20	평소와는 달리 갑자기 떠오르는 새로운 생각대로 문제를 해결한다.					

번 호	문 항	매우 드물 게	드물 게	보통	자주	매우 자주
21	친구와 다투었을 때, 어떤 방법으로 화해할 것인지를 결정한다.					
22	문제를 해결하기 위해 생각한 방법들이 새롭고, 적절한 것인지를 서로 비교하여 본다.					
23	여러 가지 문제해결방법들 중에서 중요하다고 생각되는 우선순위를 정한다.					
24	지금 당장 해결해야 할 것이 무엇인지를 생각하며 해결방법을 결정한다.					
25	그 동안 사용했던 문제해결방법들이 노력한 만큼 도움이 되었는지 비교한다.					
26	모교를 달성하기 위하여 해야 할 일을 순서대로 자세하게 정한다.					
27	문제를 해결할 기간을 명확하게 정하여 둔다.					
28	현재 어느 정도 시간을 사용할 수 있는지를 생각하며 문제를 해결할 계획을 세운다.					
29	일정대로 계획을 추진할 때, 어려움이 생기는 경우를 대비하여 준비를 철저히 한다.					
30	문제해결을 위해서 먼저 해야 할 것과 나중에 해도 되는 것을 구분 한다.					
31	어떠한 어려움이 닥쳐도 하기로 정한 것은 끝까지 한다.					
32	이전의 경험이나 해오던 방식과 다른 새로운 방법을 사용 한다.					
33	실패도 성공만큼 중요하게 여기며 문제를 해결 한다.					
34	결과가 어떠한지 정확하게 알 수 없지만 성공할 가능성이 있으면 실제로 해 본다.					
35	지금 당장은 해결하지 못하지만, 앞으로 얻은 것이 있다면 한번 시도해 본다.					

V. 다중지능이론에 따른 보드게임 ■ ■ ■

36	지금은 결과가 좋지 않더라도 나중에 좀 더 잘할 수 있는 방법을 찾는다.					
37	다른 사람들이 내가 한 일에 대해서 어떻게 평가해 주느냐를 중요하게 여긴다.					
38	문제를 해결하고 나서 정말 잘 한 것인지 못한 것인지를 엄격히 따져본다.					
39	자신의 문제를 해결한 것에 대해서 다른 사람들은 어떻게 생각하고 있는지 물어 본다.					
40	처음 해결하려고 한 문제가 해결되었는지, 안되었는지를 확인해 본다.					
번 호	문 항	대우 드물 게	드물 게	보통	자주	대우 자주
41	문제를 해결하지 못하면, 실패하기보다는 더 잘할 수 있는 방법을 적극적으로 찾아 본다.					
42	문제를 좀 더 잘 해결할 수 있는 방법이 무엇인지를 다른 사람과 이야기 한다.					
43	앞으로 문제를 잘 해결할 수 있다면, 다른 사람의 비판이나 조언도 받아 들인다.					
44	나중에 문제를 해결할 때, 다른 사람의 충고에 따라서 나의 행동을 바꾼다.					
45	나의 잘못을 지적해 줄 수 있는 사람을 찾아서 충고를 부탁 한다.					

## 정서 지능

(답하는 요령)

질문에 대해 그런 일이 자주 있으면 → 자주 그렇다 3번에 V표를 하십시오.

질문에 대해 그런 일이 가끔 있으면 → 가끔 그런 편이다 2번에 V표를 하십시오.

질문에 대해 그런 일이 없으면 → 그렇지 않다 1번에 V표를 하십시오.

번 호	문 항	자주 그렇다	가끔 그런 편이다	그렇지 않다
1	나는 내 기분이 어떤지 정확하게 알 수 있다.	3	2	1
2	나는 슬플 때의 느낌과 부끄러울 때의 느낌이 다르다.	3	2	1
3	나는 얼굴 표정만 보고도, 그 사람의 기분이 어떤지 알 수 있다.	3	2	1
4	나는 목소리나 말투만 들어도, 그 사람이 화가 났는지 알 수 있다.	3	2	1
5	나는 내가 좋아하는 선생님을 길에서 만나면, 달려가서 반갑게 인사한다.	3	2	1
6	나는 친구가 놀리면, 기분 나쁘니 놀리지 말라고 말한다.	3	2	1
7	나는 친구들이 나를 좋아하는지 싫어하는지 잘 안다.	3	2	1
8	나는 친구가 진심으로 고맙다고 하는지, 아닌지 잘 안다.	3	2	1
9	나는 숙제를 하다가 친구가 부르면, 숙제를 덮어두고 친구를 따라 나간다.	3	2	1
10	학원에 가야 하는데, TV에서 재미있는 만화책을 한다. 이럴 때 나는 만화책을 끝날 때까지 다 보고 학원에 간다.	3	2	1
11	나는 몸이 약한 친구를 보면, 불쌍한 생각이 들고 걱정이 된다.	3	2	1
12	TV에서 주인공에게 슬픈 일이 생기면, 나도 슬프고 눈물이 난다.	3	2	1
13	나는 평소에 기분을 좋게 가지려고 애쓰는 편이다.	3	2	1
14	나는 기분이 나쁠 때 즐거웠던 일을 떠올려 보려고 노력한다.	3	2	1
15	나는 어떤 일이 잘 안될 때, 칭찬받았던 일을 생각하며 다시 해본다.	3	2	1
16	나는 하기 싫은 일을 해야 할 때 즐겁게 할 수 있는 나만의 방법이 있다.	3	2	1
17	나는 게임에서 적도 받아들이고 이긴 편을 축하해준다.	3	2	1
18	나는 친구가 나의 나쁜 점을 얘기해주면, 그 친구가 밉고 화가 난다.	3	2	1

V. 다중지능이론에 따른 보드게임 ■ ■ ■

19	나는 시험을 망쳐서 속상할 때, 더 열심히 하겠다고 마음먹고 오늘 시험은 빨리 잊는다.	3	2	1
20	나는 기본이 나쁘더라도 친구가 말을 걸어오면 웃으며 들어줄 수 있다.	3	2	1
번 호	문 항	자주 그렇다	가끔 그런 편이다	그렇지 않다
21	나는 화가 나면, 왜 화가 나는지 마음속으로 생각해 본다.	3	2	1
22	나는 친구가 미워지면, 왜 그런 생각이 드는지 곰곰이 생각해 본다.	3	2	1
23	나는 선생님의 기본이 안 좋아 보일 때, 조심스럽게 행동한다.	3	2	1
24	나는 친구가 슬피 보이면, 기본을 좋게 해 주려고 노력한다.	3	2	1
25	나는 친구를 좋아하는 감정과 미워하는 감정이 한꺼번에 생기기도 한다. ① 정말 그렇다.                      ② 그런 것 같다.                      ③ 그렇지 않다.			
26	나는 화가 나는 감정이 계속되면 본래진다. ① 정말 그렇다.                      ② 그런 것 같다.                      ③ 그렇지 않다.			
27	아버지가 갑자기 돌아가셨다는 소식을 듣고, 영영 울고 있는 친구가 있다. 이럴 때 나는 어떻게 해야 할까? ① 별로 신경 쓰지 않는다.                      ② 슬지 말라고 한다.                      ③ 친구의 어깨를 토닥거리며 위로해준다.			
28	영희는 갑자기 폭풍우를 만나 심하게 흔들리는 비행기 안에 타고 있다. 이럴 때 어떤 느낌이 들겠는가? ① 화가 난다.                      ② 걱정이 든다.                      ③ 무서워진다.			
29	나는 친구들 앞에서 실수하면, 실수한 것이 화가 나기도 하지만 친구들에게 창피하다.	3	2	1
30	나는 못하는 친구와 같은 모듬이 되면 싫지만, 그 친구를 생각하여 참고 같이 활동한다.	3	2	1
31	나는 친구와 싸웠을 때, 내가 먼저 사과하고 나면 마음이 가벼워진다.	3	2	1
32	나는 엄마를 도와 설거지하는 일이 힘들지만, 끝내고 나면 마음이 뿌듯하다.	3	2	1



### 자기조절 능력척도

번 호	문 항	전혀 그렇 지않 다	그렇 지않 은 편이 다	보통 이다	그런 편이 다	항상 그렇 다
1	나는 잊어버리지 않기 위해 메모를 자주 하는 편이다.					
2	나는 끝생문제를 보면 구구단이 빨리 떠오른다.					
3	나는 공부를 할 때 될 수 있는 한 많이 외우려고 한다.					
4	나는 방정식을 할 때 무엇부터 할 것 인지 순서를 정한 후에 시작한다.					
5	나는 책을 읽을 때 시간이 모자라면 중요하지 않는 부분은 건너 뛴다.					
6	나는 공부하는 도중에 내용을 잘 이해하고 있는지 스스로에게 질문해보곤 한다					
7	나는 새로운 내용을 배울 때는 그것과 관련된 상황을 머릿속으로 상상해보면서 이해한다.					
8	나는 사물을 맞추기 위해 여러면 설명듣는 것보다 직접 사물을 보는 것이 더 잘 이해된다.					
9	나는 내용이 복잡할 때는 도표를 그리거나 요약해본다.					
10	나는 여러 가지 문제를 해결할 때 나름대로 관계를 지어본다.					
11	나는 숙제나 공부를 하다가 모르는 내용이 있으면 관련자료나 인터넷을 찾아본다.					
12	나는 새로운 것을 배울 때 처음에 잘 하지 못하면 금방 포기하는 편이다.					
13	나는 우리반 다른 친구들에 비해 공부를 잘 할 수 있다.					
14	나는 쉬운 문제 푸는 것보다 어려운 문제를 푸는 것이 더 재미있다.					
15	내가 최선을 다하기 때문에 선생님께 칭찬을 받는 것이라 생각한다.					
16	나는 위인전을 읽으면 주인공처럼 되고 싶다는 생각이 든다.					
17	나는 미래의 직업을 선택하는데 공부가 커다란 역할을 할 것이라고 생각한다.					
18	나는 시험을 잘 보는 것보다 내용을 잘 익히는 것이 더 중요하다고 생각한다.					



V. 다중지능이론에 따른 보드게임 ■ ■ ■

19	나는 많은 노력을 몰이더라도 무엇이든 새로운 것을 배울 수 있는 것을 좋아한다.					
20	나는 갖고 싶은 것을 당장 가져야만 한다.					

번호	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않은 편이다	보통이다	그런 편이다	항상 그렇다
21	나는 오락을 하면 숙제를 할 수 있다는 것을 알면서도 오락을 한다.					
22	나는 비난이나 꾸지람을 받을 때, 좋지 않은 말대꾸를 한다.					
23	공부할 때 가족이 TV를 보면 공부를 계속하기가 어려워진다.					
24	나는 어떤 활동을 하는데 친구들이 같이 하자고 하지 않았는데도 끼어드는 경향이 있다.					
25	나는 다른 친구들과 규칙 지키기, 차례 기다리기, 협동하는 측면에서 잘 어울린다.					
26	나는 다른 사람의 기분을 이해할 수 있도록 항상 노력하고 있다.					
27	나는 어른들의 지도나 지시를 잘 따른다.					

- 보드게임을 할 때 활동적인 측면은 강하지 않아 안전사고가 일어날 경우는 미비하지만 혹시나 모를 사태에 대비하여 위험상황에서 아이들이 보드게임 지도사를 잘 따르도록 오리엔테이션 시간에 교육 및 점검 대피교육을 실시 한다.
- 코로나19 예방교육, 성희롱,성폭력 예방교육, 소방교육(비상대피로 안내) 등을 실시한다.
- 사고를 대비해 비상약을 준비한다.
- 위급상황 대처를 위해 지도자 안전교육을 실시한다.
  - 프로그램 총체적 안전관리 계획
  - 비상 대피로 안내
  - 실내/외 활동 시 안전 수칙 교육
  - 긴급상황(정전, 화재 등) 행동 요령
  - 음주/흡연 행위 금지
  - 응급상황 시 대처방안
  - 프로그램 시 지도자 준수 사항
  - 프로그램 시작 전 준비사항
  - 지도자 서약서 및 범죄경력조회 동의서
  - 신체 활동이 수반하는 프로그램은 반드시 준비운동 실시
  - 프로그램 진행 시 참가 청소년들이 지도사의 관리 범위에서 벗어나지 않도록 함
  - 프로그램 진행 중 환자 발생 시 반드시 응급 조치 후 즉시 전문가의 조치를 받도록 함
  - 무리한 활동, 부주의 등으로 안전사고가 일어나지 않도록 지도자는 항상 생활지도 실시
  - 프로그램 진행 전 항상 안전점검을 실시하여 사고 요인을 충분히 제거
- 청소년 안전교육 내용
  - 동명대학교 시설 소개 및 비상 대피로 안내
  - 성희롱·성폭력 예방 교육, 불법 촬영 금지 안내
  - 코로나19 등 전염병 예방 교육
  - 소방교육
    - 비상연락체계, 비상대피로, 소화기 위치 및 사용법 등
  - 활동 시 유의 사항
    - 활동시간 엄수, 쓰레기 분리수거, 귀중품 관리, 활동에 적합한 복장 준수, 청결 등 교육
  - 응급 상황 시 행동 요령
    - 응급 상황 발생 시 지도자에게 최우선으로 알리기, 보건실 안내
  - 지도자의 입회 없이 시설 및 장비를 독자적으로 사용하지 않도록 함
  - 청소년들에게 올바른 이용 방법을 숙지시켜 사용 미숙으로 인한 사고 예방

## 8

## 기대효과

- ☐ 청소년들의 사회성이 긍정적으로 변하고 문제행동이 전체적으로 감소한다.
- ☐ 보드게임을 하면서 대인관계기술과 사회규범이 좋아지고 보드게임을 통하여 협동하고 양보하는 태도를 통하여 문제행동을 감소시킬 수 있다
- ☐ 보드게임이 사회성 하위요소인 협동성, 주장성, 공감, 자기조절을 향상시키고 그로인해 사회성 향상에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다.
- ☐ 구조화된 보드게임을 활용한 프로그램이 내재화 장애 휘엄 청소년의 자기표현에서 부정적 자기표현은 감소시키고, 긍정적 자기표현을 증가시키는데 효과적이며 주의집중을 증가 시키는데 효과적이다.

# 환.타! (환경을 지킬 타이밍!)

## 1 프로그램 개발 배경

- 한국 환경연구원(KEI)의 2022 국민환경의식조사에 따르면, 우리나라가 직면한 환경문제로 쓰레기/폐기물 문제가 59.9%로 1위, 2021년 가장 시급한 환경문제로는 쓰레기 증가가 21.4%로 1위에 선정되었다. 이와 같이 환경의 문제가 대두되는 가운데, 여러 청소년 수련시설에서 환경과 관련된 프로그램을 다양하게 실시하고 있다. 이 중 일회용품 사용을 줄이고 일상 생활용품을 재활용하여 쓰레기 배출을 최소화 해 탄소중립을 실천하는 제로 웨이스트를 접목한 활동 또한 다양하게 증가하는 것을 발견할 수 있다,

## 2 프로그램 목적과 목표

- **목적:** 청소년들의 환경 의식 수준을 이해하고, 일상 생활의 제로 웨이스트 활동을 촉진한다.
- **목표:** 개별 포장, 중간 포장, 박스 포장 등 미리 과도하게 포장이 된 쓰레기를 양산하는 과자류를 직접 만들고 얼마나 쓰레기를 줄일 수 있는지, 청소년이 경험해보며 간단한 체험을 할 수 있도록 한다. 또한 베이킹 프로그램을 통해 청소년들의 흥미나 적성을 발견하고 성취함을 형성한다.

### 3 프로그램 개요

- 일시(기간): 3회기
- 장 소: 동래구청소녀수련관
- 대상인원: 20명 (14~16세 청소년)
- 주요내용: 청소년들의 환경에 대한 인식 교육 및 환경 보호 활동 중 일회용품 줄이기 제로 웨이스트를 기반으로 다양한 쓰레기가 발생하는 배달 및 구매 대신 간식을 직접 만들어보는 활동

### 4 프로그램 일정표

#### □ 일정표

구분	시간	소요시간	단위 프로그램명
1회기	13:00~13:55	55분	오리엔테이션
	13:55~14:05	10분	쉬는 시간
	14:05~14:50	45분	환경 교육
	14:50~15:00	10분	마무리
2회기	13:00~13:15	15분	오리엔테이션
	13:15~13:50	35분	베이킹 1차
	13:50~14:05	15분	쉬는 시간
	14:05~15:05	60분	베이킹 2차
	15:05~15:30	25분	포장 및 마무리
3회기	13:00~13:15	15분	오리엔테이션
	13:15~14:15	60분	베이킹 1차
	14:15~14:30	15분	쉬는 시간
	14:30~15:30	60분	베이킹 2차
	15:30~16:00	30분	포장 및 마무리

단위프로그램명	환경에 대해 알아보기		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 집단에 대한 기대 및 요구 파악</li> <li>- 프로그램의 구조화 및 집단원들과의 라포 형성</li> <li>- 환경 문제 인식과 실질적인 해결방안 알아보기</li> </ul>	대상 및 인원	14~16세 20명
활동장소 (실내,실외,야외)	동래구청소년술련관 2층 옹기종기 배움터		
준비물	사전 검사지, 볼펜, 화이트보드, 보드마카, 지우개, 다과, 환경교육 ppt		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	13:00~ 13:15	사전검사 실시 및 조 구성 별명 정하기 진행 방식 소개	
	13:15~ 13:35	활동에 필요한 조 구성	
	13:35~ 13:55	활동 퀴즈 (기업에서 실시하는 쓰레기 감소, 환경 활동 찾기)	
	13:55~ 14:05	쉬는 시간	
전개	14:05~ 14:50	환경 교육 1) 쓰레기 문제 인식 2) 쓰레기를 줄일 수 있는 일상에서의 실천 방안 3) 해당 실천 방안이 어떤 식으로 이득이 되는가. 4) 조별로 배달, 제품 / 포장, 수제의 쓰레기 발생량 차이 알아보기	
마무리	14:50~ 15:00	오늘 활동한 내용에 대해 이야기, 소감 나누기	

단위프로그램명	쓰레기 감소 베이킹 -쿠키 편		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 베이킹 및 포장 과정을 직접 경험하며, 얼마나 쓰레기를 감소시킬 수 있는지 인식하고 해결 방법을 알 수 있다.</li> <li>- 베이킹을 통해 흥미나 적성을 발견하고 성취감을 형성한다.</li> </ul>		<b>대상 및 인원</b>  14~16세 20명
활동장소 (실내,실외,야외)	동래구청소년술련관 3층 지글지글 요리실		
준비물	베이킹 재료(박력분, 중력분, 버터, 계란, 설탕(백,황), 소금, 바닐라익스트랙, 초코칩, 코코아가루, 녹차가루, 베이킹소다, 청크초코칩), 베이킹 도구(테프론시트, 스페츨러, 볼, 주걱, 오븐장갑, 오븐, 니트릴장갑), 포장 도구(틴케이스, 유산지), 다과		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	13:00~ 13:15	안전교육 포장법 사용시 이점 자연친화 교육	
전개	13:15~ 13:50	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 쿠키 만들기(버터쿠키, 초코칩쿠키)</li> <li>1-0) 오븐을 180도에 예열한다.(10분)</li> <li>1-1) 실온상태의 버터를 부드럽게 풀어준다.</li> <li>1-2) 설탕, 소금을 넣고 섞는다.</li> <li>1-3) 계란과 바닐라 에센스를 넣고 섞어준다.</li> <li>1-4) 버터 반죽 위에 가루류를 체쳐넣는다.</li> <li>1-5) 반죽을 손으로 살짝 다듬어서 기둥 모양으로 성형한다.</li> </ul> 냉장휴지.	오븐을 사용하므로 안전사고가 발생하지 않도록 관리

전개	13:50~ 14:05	쉬는 시간	
	14:05~ 15:05	<p>초코칩쿠키(버터쿠키 반죽 냉장 유지)</p> <p>2-0) 오븐을 170도에 예열한다.(10분)</p> <p>2-1) 버터를 풀어 설탕과 섞는다</p> <p>2-2) 계란과 바닐라오일을 함께 넣고 섞는다</p> <p>2-3) 박력분과 베이킹소다, 소금을 넣고 주걱으로 섞어준다.</p> <p>2-4) 날가루가 보이지 않으면 초코칩을 넣고 섞는다.</p> <p>2-5) 45g씩 나눈 반죽을 예열된 170도 오븐에 13분 정도 굽는다.</p> <p>1-6) 꺼내서 크기만큼 자르기</p> <p>1-7) 170도 오븐에서 11-12분간 굽기</p>	
마무리			
	15:05~ 15:30	포장해보고 조별로 의견 나누기	



단위프로그램명	쓰레기 감소 베이킹 -케이크 편		
단위프로그램 목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 베이킹 및 포장 과정을 직접 경험하며, 얼마나 쓰레기를 감소시킬 수 있는지 인식하고 해결 방법을 알 수 있다.</li> <li>- 베이킹을 통해 흥미나 적성을 발견하고 성취감을 형성한다.</li> </ul>	대상 및 인원	14~16세 20명
활동장소 (실내,실외,야외)	동래구청소년술련관 3층 지글지글 요리실		
준비물	베이킹 재료(박력분, 중력분, 버터, 계란, 설탕(흑,백), 소금, 바닐라익스트랙, 베이킹파우더, 황치즈가루, 꿀, 생크림, 바닐라빈, 커버춰 초콜릿), 베이킹 도구(테프론시트, 스페츨러, 볼, 주걱, 오븐장갑, 오븐, 니트릴장갑, 베이킹 틀, 핸드믹서), 포장 도구(친환경 상자, 유산지, 보자기)		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	<div>13:00~</div> <div>13:15</div>	<div>안전교육</div> <div>포장법 사용시 이점 자연친화 교육</div>	
전개	<div>13:15~</div> <div>14:15</div>	<div>- 빵류 만들기(브라우니, 큐브 파운드 케이크) 파운드케이크</div> <div>0) 오븐을 190도에 20분 예열한다.</div> <div>1) 실온 버터를 풀어주고 설탕을 넣는다.</div> <div>2) 버터와 설탕을 섞어주며 계란을 5번에 나누어 넣는다.</div> <div>3) 체친 밀가루를 넣어준다.</div> <div>4) 주걱을 이용해 11자를 그리며 반죽을 섞어준다.(이때 가루를 너무 섞지 않도록 조심한다.)</div> <div>5) 생크림을 넣어준다.</div> <div>6) 틀에 반죽을 채워준다</div> <div>7) 170도에 25분 구워준다</div>	오븐을 사용하므로 안전사고가 발생하지 않도록 관리

전개	14:15 ~14:30	쉬는 시간	
	14:30 ~ 15:30	브라우니 0) 오븐을 170도에 20분 예열한다. 1) 틀에 버터를 바른다. 2) 초콜릿과 버터, 커피 혼합물을 같이 섞어 녹여준다.(중탕, 녹인 버터 초콜릿은 50도에서 60도 유지) 3) 용기에 계란과 설탕을 풀어 주걱으로 살짝 섞어준다. (설탕 입자가 느껴질 정도) 4) 계란+설탕 혼합물을 핸드믹서를 이용해 색이 밝아질 때까지 10분 가량 휘핑해준다. 5) 계란 혼합물과 초코 혼합물을 넣고 섞어준다. 6) 밀가루와 코코아파우더를 체쳐 넣고 주걱으로 가볍게 섞어준다. 7) 틀에 반죽을 채워준다. 8) 170도에 15분 굽다가 중간에 꺼내어 바닥에 내리쳐 쇼크를 준다. 9) 이후 다시 넣어 10분 굽는다.	
마무리	15:30~ 15:50	포장하기	
	15:50~ 16:00	오늘 활동한 내용에 대해 이야기, 소감 나누기, 참여 선물 증정	

## 6

## 프로그램 평가 계획

평가시기	내용	평가도구
사전평가	참가 동기, 사전 환경 문제 인지 정도, 기대되는 점	사전 설문지
과정평가	현재 진행되는 활동의 만족도와 기대되는 방향성	인터뷰
총괄평가	전체적인 활동의 만족도	사후 설문지

## 사 전 설 문 지

본 설문지는 환경을 지킬 타이밍! 프로그램의 진행 및 개발을 위한 사항으로, 프로그램에 반영하고자 하오니 성심성의껏 작성해주시길 바라며, 프로그램 운영 목적 외에 사용되지 않음을 밝힙니다.

### ☐ 참가자 기본 사항

1. 귀하의 성별은?

1. 남자      2. 여자

2. 귀하의 연령은?

1. 14세      2. 15세      3. 16세

3. 환경 관련 프로그램에 참가하신 경험이 있습니까?

1. 예      2. 아니오

4. 본 프로그램에 참가하게 된 동기는 무엇입니까?

1. 친구나 주변의 권유  
2. 프로그램 내용에 개인적인 관심이 많아서 참가  
3. 현재 나의 삶에 도움이 되고자 참가  
4. 기타 (적어주세요: )

5. 본 프로그램에 대한 정보를 어느 곳에서 얻게 되었습니까?

1. 자발적으로 찾았다  
2. 부모님이 알려주었다  
3. 청소년 시설의 홍보 자료를 보고  
4. 기타 (적어주세요: )

6. 식품에 대한 알레르기가 있는 경우 기재해주세요.

□ 프로그램 기본 사항

1. 평소 환경에 대한 관심은 어느 정도인가요?

낮음

높음

1	2	3	4	5

2. 해당 프로그램의 기대되는 점은 무엇인가요?

설문에 답해주셔서 감사합니다.

## 사 후 설 문 지

본 설문지는 환경을 지킬 타이밍! 프로그램에 대한 여러분의 의견을 조사하여 이후 더 발전된 프로그램을 진행하기 위한 목적으로 실시하며, 본 목적 이외에 다른 어떠한 곳에도 사용되지 않음을 알려드립니다.

### ☐ 참가자 기본 사항

#### 1. 귀하의 성별은?

1. 남자      2. 여자

### ☐ 프로그램 및 운영에 대한 질문입니다.

#### 1. 여러분이 참여한 프로그램의 일정과 내용 전반을 전체적으로 평가해 보았을 때 어느 정도 만족하였습니까?

1. 매우 만족하였다.      2. 어느 정도 만족하였다.      3. 보통이었다  
4. 약간 미흡하였다.      5. 매우 미흡하였다.

#### 2. 여러분이 참여한 프로그램에 대한 질문입니다. 해당 항목에 체크해주세요.

프로그램의 만족도	매우 만족	만족	보통	불만	매우 불만
	5	4	3	2	1
프로그램 참여의 무리가 없었다					
원하는 내용이 잘 구성되어 있었다					
전달하고자 하는 내용을 이해할 수 있었다					
주제와 세부내용이 잘 맞게 운영되었다					
전체내용에 따른 일정이 적합하였다					
습득한 내용은 앞으로도 활용 가능한 내용이다					
시설 및 장소의 여건은 좋았다					
시설이나 도구 등은 프로그램 운영에 적합하였다					
프로그램 전개에 무리가 없게 시설이 안전하였다					
프로그램 지도자가 인격적으로 잘 대해주었다					
본 프로그램의 안전에 대한 교육이 잘 이루어졌다					

프로그램 참가에 따른 효과성 측정	매우 만족	만족	보통	불만	매우 불만
	5	4	3	2	1
본 프로그램을 통해 환경 문제에 대해 인식할 수 있었다					
본 프로그램을 통해 환경 문제에 대한 실천방안을 알 수 있었다					
베이킹 활동을 통해 흥미나 적성을 발견할 수 있었다					
알게 된 환경 보호 방안을 스스로 활용할 수 있다					
차후에도 프로그램에 참가할 의사가 있다					

☐ 참가자 소감문 작성란입니다.

본 프로그램에서 좋았던 점이 있으면 적어주세요.

본 프로그램에서 보충되어야 할 점이나 건의사항이 있으면 적어주세요.

설문에 답해주셔서 감사합니다.

## 7

### 안전관리 계획

- 활동은 실내에서 이루어지며 베이킹 활동은 실제 청소년들이 베이킹 활동을 할 수 있도록 마련된 청소년수련관에서 안전하게 진행할 것이다.
- 활동 할 때 프로그램 지도자가 돌아다니며 안전을 위한 상황을 알린다.
- 프로그램 지도자와 봉사자들은 미리 안전에 대한 교육을 받고 활동을 할 때 안전하지 못한 상황이 생기지 않도록 관리한다.

## 8

### 기대효과

- 해당 프로그램은 청소년이 직접 참여함으로써 첫째, 청소년이 쓰레기 문제의 심각성을 인지할 수 있게 된다. 둘째, 환경 문제에 대한 관심이 증가한다. 셋째, 쓰레기 문제 해결 방법을 알고 실생활에 적용할 수 있게 된다. 넷째, 베이킹 활동을 통해 청소년의 적성을 발견한다. 다섯째, 활동을 통해 청소년이 성취감을 경험할 수 있게 된다.

# 2030 부산 세계박람회 유치 기원 활동 ‘바다를 걷다, 세계를 담다, 미래를 열다!’

## 1 프로그램 개발 배경

- 영상 미디어 시청, 게임, 공부로 방과 후 시간을 보내는 청소년의 비율이 62.4%로, 청소년이 적극적으로 참여하고 주도적으로 활동할 수 있는 체험형 프로그램 부족  
(출처) 청소년 방과 후 활동(생활) 수요 및 현황 조사'(승인번호 제450001호)
- 부산 세계박람회 유치를 기원하며 관광, 환경, 산업별로 부산만이 가진 특색있는 프로그램 개발에 대한 필요성 대두
- 청소년의 수요와 발달 수준에 부합하는 프로그램을 운영하여 청소년이 주도적으로 이끌어가는 주도형 체험형 활동에 대한 욕구 충족
- 수동적·피동적인 청소년이 아닌 지역사회에 관심을 가지고 이타적이고 적극적인 자세로 참여할 수 있는 경험 제공의 필요성

## 2 프로그램 목적과 목표

### □ 목적

- 부산 세계박람회의 취지를 이해하고 자국을 세계에 알리는 이유와 중요성에 대해 인지
- 지역사회와 문제에 관심을 가지고 해결 방안을 모색·실천할 수 있는 사회 구성원으로서의 역할 확립
- 부산만이 가진 특색과 장점을 직접 체험해봄으로써 몸소 느끼고 부산에 대한 자부심과 책임감 향상
- 세계로 뻗어 나가는 부산의 에너지 기술을 체험하여 관련 활동을 체험해 봄으로써 미래 인재로의 성장 발판 제공



## □ 목표

- 환경문제를 실감하고 관련 활동을 통한 책임감과 소명의식 제고
- 미래 에너지사업의 전망을 예측하고 체험하여 진로적성 개발 및 진로 탐색의 기회 제공
- 청소년을 대상으로 생산적이고 직접 체험형 활동을 제공하여 건강한 여가 활동 및 시간 지원

**3 프로그램 개요**

- 일시(기간): 10월 2주-4주 수요일(10월 11일, 18일, 25일) 14:00-19:00(3회)
- 장 소: 부산광역시금곡청소년수련관 외 3곳
- 대상인원: 초등학교 4-6학년 20명
- 주요내용: 부산 트래킹, 환경 정화 활동, 에너지체험관 견학

**4 프로그램 일정표**

## □ 일정표

구분	시간	소요시간	단위 프로그램명
1회기	14:00-15:00	60분	오리엔테이션 및 이동(40분 소요)
	15:00-17:00	120분	바다를 걷다 : 부산 트래킹 '부산런'
	17:00-18:00	60분	식사
	18:00-19:00	60분	마무리 및 이동
2회기	14:00-15:20	80분	오리엔테이션 및 이동(60분 소요)
	15:20-17:00	100분	세계를 담다 : 환경 정화 활동 '다 함께 줍깅'
	17:00-18:00	60분	체험활동-요트체험(미정)
	17:10-18:30	80분	마무리 및 이동
3회기	14:00-15:10	70분	오리엔테이션 및 이동(50분 소요)
	15:10-17:10	120분	미래를 열다 : 기장 고리원자력홍보관 견학 '에너지 과학 기술 체험'
	17:10-18:30	80분	마무리 및 이동

## 5

## 단위 프로그램 세부내용

단위프로그램명	바다를 걷다 : 부산 트래킹 '부산런'		
단위프로그램 목표	청소년 주도 활동을 통한 자립심 향상 및 체력 증진	대상 및 인원	초등학교 4-6학년 20명
활동장소 (실내,실외,야외)	낙동강하굿둑(부산광역시 사하구 하단동 1163) ~명지오션시티(부산 강서구 명지동 3308-3)		
준비물	편안한 옷, 구급상자, 현수막, 미션 도구		
활동단계	활동내용		유의사항
도입	<input type="checkbox"/> 오리엔테이션 - 이름표 착용 - 프로그램 일정 및 취지 소개 - 조별 미션 내용 숙지  <input type="checkbox"/> 안전교육 진행 - 트래킹 시 안전사고 관련 교육 - 조별 이동 주의사항 안내 - 응급상황 발생 시 대처 방안 교육  <input type="checkbox"/> 트래킹 시작점 이동		
전개	<input type="checkbox"/> 인증사진 촬영 <input type="checkbox"/> 출발 스탬프 인증 <input type="checkbox"/> 트래킹 진행 <input type="checkbox"/> 2030 부산 세계박람회 기원 조별 미션 진행 <input type="checkbox"/> 식사(초밥 뷔페)		
마무리	<input type="checkbox"/> 인증사진 촬영 <input type="checkbox"/> 마무리 및 인원 점검 <input type="checkbox"/> 차량 탑승 후 이동		

단위프로그램명	세계를 담다 : 환경 정화 활동 '다 함께 줍깅'		
단위프로그램 목표	환경에 대한 경각심 유발 및 지역사회의 일원으로 역할을 할 수 있는 책임감 유도	대상 및 인원	초등학교 4-6학년 20명
활동장소 (실내,실외,야외)	해운대 해수욕장 일대		
준비물	편안한 옷, 구급상자, 현수막, 미션 도구, 집게, 장갑, 쓰레기봉투		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	<input type="checkbox"/> 오리엔테이션 - 이름표 착용 - 프로그램 일정 및 취지 소개 - 조별 미션 내용 숙지  <input type="checkbox"/> 안전교육 진행 - 바다 일대 도보 이동 시 안전사고 관련 교육 - 조별 이동 주의사항 안내 - 응급상황 발생 시 대처 방안 교육  <input type="checkbox"/> 해운대 해수욕장 이동		
전개	<input type="checkbox"/> 인증사진 촬영 <input type="checkbox"/> 환경 정화 활동 진행 <input type="checkbox"/> 요트 체험 <input type="checkbox"/> 2030 부산 세계박람회 기원 조별 미션 진행		
마무리	<input type="checkbox"/> 인증사진 촬영 <input type="checkbox"/> 마무리 및 인원 점검 <input type="checkbox"/> 차량 탑승 후 이동		

단위프로그램명	미래를 열다 : 기장 고리원자력홍보관 견학 '에너지 과학 기술 체험'		
단위프로그램 목표	미래 에너지사업에 대한 이해 및 체험을 통한 적성 개발의 기회 제공	대상 및 인원	초등학교 4-6학년 20명
활동장소 (실내,실외,야외)	기장 고리원자력홍보관(부산 기장군 장안읍 길천리 80)		
준비물	편안한 옷, 구급상자, 현수막, 미션 도구		
활동단계	활동내용	유의사항	
도입	<input type="checkbox"/> 오리엔테이션 - 이름표 착용 - 프로그램 일정 및 취지 소개 - 조별 미션 내용 숙지  <input type="checkbox"/> 안전교육 진행 - 체험관 이용 시 안전사고 관련 교육 - 체험관 내 기구 이용 시 주의사항 안내 - 조별 이동 주의사항 안내 - 응급상황 발생 시 대처 방안 교육  <input type="checkbox"/> 기장 고리원자력홍보관 이동		
전개	<input type="checkbox"/> 인증사진 촬영 <input type="checkbox"/> 견학 및 체험 진행 <input type="checkbox"/> 2030 부산 세계박람회 기원 조별 미션 진행		
마무리	<input type="checkbox"/> 인증사진 촬영 <input type="checkbox"/> 마무리 및 인원 점검 <input type="checkbox"/> 차량 탑승 후 이동		

## 6 프로그램 평가 계획

평가시기	내용	평가도구
사전평가	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 계획 수준의 적절성</li> <li>- 대상 청소년의 발달 수준과 프로그램 성격의 부합성</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 보호자 대상 설문조사</li> <li>- 청소년 욕구 파악</li> </ul>
과정평가	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 프로그램의 목적과 활동의 부합 여부</li> <li>- 청소년 만족도 및 보완점 파악</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 청소년 대상 인터뷰</li> </ul>
총괄평가	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 회기별 만족도 평가</li> <li>- 프로그램 종료 후 전반 평가</li> <li>- 목적 달성 여부 파악</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 보호자 전용 밴드</li> <li>- 청소년 만족도 조사 (네이버 폼)</li> </ul>

## 7 안전관리 계획

### □ 비상상황 발생 시 대처 교육

청소년 관점	
근처에 지도자가 있는 경우	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 상황 발견 즉시 지도자에게 상황 보고</li> <li>- 조장은 조별 인원 파악 실시</li> </ul>
근처에 지도자가 없는 경우	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 이름표 뒷면의 비상 연락망을 이용하여 빠르게 보고</li> <li>- 현장을 이탈하지 않고 침착하게 대기</li> </ul>
지도자 관점	
타박상 등의 경미한 사고	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 구급상자를 이용한 응급 처치</li> <li>- 해당 청소년 휴식 권고 및 지도자 1인 동반</li> </ul>
중상 사고로 판단되는 경우	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 119 호출 및 추가 부상 청소년 파악</li> <li>- 지도자 1인이 반드시 동반하여 병원으로 함께 이송</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 보호자에게 상황 설명 및 연락</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 남은 지도자는 청소년 인원 점검 후 활동 마무리 진행</li> </ul>

## □ 활동 시 지켜야할 규칙 교육

활동 구분	청소년 관점	지도자 관점
공통	- 이동 시 반드시 지도자의 지도하에 이동	- 활동 전, 중간, 활동 후 인원 파악 철저
	- 활동 및 미션 진행 시 반드시 조별로 함께 이동	- 청소년 개별 화장실 이용 시 담당자 1인 필수 동행
	- 비상 및 응급 상황 발생 시 사전에 숙지한 대처 방안에 따라 행동	- 활동 전반에 구급상자 필참
	- 비상 연락망 소지 및 활동 전반에 이름표 필수 지참	- 이름표 확인 및 여분 비상 연락망 스티커 필참
(1회기) 부산 트래킹	- 트래킹 시 인도로만 이동	- 활동 전반에서 선두, 중간, 후미에 담당자 배치
	- 뒷사람에게 피해를 주거나 시야를 방해하는 장난 금지	- 수시로 인원 점검 및 행동 점검 필수
(2회기) 환경 정화 활동	- 바다 인근에는 접근 금지	- 청소년의 바다 접근 단속 철저 및 단속
	- 집게로 장난을 치거나 휘두르는 행위 금지	- 활동 취지에 맞지 않는 행동 제재 및 수시 지도
요트체험	- 구멍 조끼를 벗거나 버클을 풀지 않기	- 구멍 조끼 착용 여부 수시 확인
	- 위험한 장난을 치거나 서로 미치는 행위 금지	- 수시 안전지도 및 단속 철저
(3회기) 기장 고리원자력 홍보관 견학	- 담당자의 인솔하에 이동	- 체험관 외부로 청소년이 이탈하지 않도록 단속
	- 체험 목적과 다른 용도로 기구 사용 금지	- 체험 기구로 장난치지 않도록 지도 및 수시 점검
	- 체험관 내에서 뛰어다니거나 고성방가 등의 행동 금지	- 올바른 체험에 대한 지도 및 행동 점검

## 8 기대효과

- 세계 박람회에 대한 이해 및 세계적인 대외활동에 대한 중요성 인지
- 청소년 자립심 및 지역사회 문제에 적극적으로 임할 수 있는 주인 의식 향상
- 함께 하는 미션 및 조별 활동을 통해 더불어 살아갈 수 있는 자세 함양
- 부산의 주요 관광지를 탐색하는 활동을 통해 부산에 대한 자부심 향상
- 환경에 대한 경각심을 인지하고 문제 해결에 직접 참여함으로써 주인의식 함양 및 책임감 유도



발간등록번호

BYSC-2023-4

2023 부산광역시 청소년활동 프로그램 개발 자료집  
청소년학과 연계 개발 및 공모전

인쇄일 : 2023. 11. 29.

발행일 : 2023. 11. 29.

발행인 : 김동철

발행처 : 부산광역시청소년활동진흥센터

(48792) 부산시 동구 중앙대로 311(초량동)

전화 (051) 852-3461~2

팩스 (051) 852-3463

홈페이지 [www.busan-youth.net](http://www.busan-youth.net) / [youth.go.kr](http://youth.go.kr)





# 2023 부산광역시 청소년활동 프로그램 개발 자료집

청소년학과 연계 개발 및 공모전

발 간 등 록 번 호

BYSC-2023-4

## 2023 부산광역시 청소년활동 프로그램 개발 자료집

인쇄일 : 2023.11.29.

발행일 : 2023.11.29.

발행인 : 김동철

발행처 : 부산광역시청소년활동진흥센터

(48792) 부산광역시 동구 중앙대로 311(초량동)

전 화 (051) 852-3461~2

팩 스 (051) 852-3463

홈 페이지 [www.busan-youth.net](http://www.busan-youth.net)

[youth.go.kr](http://youth.go.kr)



|| 부산광역시 || Youth Service Center

청소년활동진흥센터