

2022 개정 교육과정  
경상북도교육감 인정  
22-경북-61-초교-25-002

초등  
학교

교사용 지도서

# 마음 성장

4학년 사회정서학습 인정도서







# 차례



- 들어가는 글 4
- 마음성장 교육과정의 이해 6
  - 1. 성격 및 목표
  - 2. 내용체계 및 성취기준
  - 3. 교수·학습 및 평가
- 차시별 프로그램의 전개 16
- 교수·학습의 실제 18
  - 자기 인식 1. 소중한 나를 이해해요 19
  - 자기 관리 2. 긍정적인 나를 만들어요 47
  - 관계 인식 3. 달라서 좋아요 77
  - 관계 관리 4. 사이좋게 지내요 101
  - 책임 있는 의사결정 5. 책임 있는 선택을 해요 127
- 자료 출처 158
  - 1. 그림책 자료
  - 2. 자료 목록

# 들어가는 글

오늘날 전세계적으로 학교 교육에서 사회정서학습(Social-Emotional Learning)의 중요성은 날로 더 강조되고 있습니다. 학생들이 자신과 타인에 대한 이해와 공감을 바탕으로 건강한 사회적 관계를 맺으며, 효과적으로 감정을 관리하고 의사결정을 내릴 수 있도록 돋는 사회정서학습은 이제 학교 교육에서 반드시 필요한 과제가 되었습니다. 오랫동안 이어져온 이성의 발달과 지적인 성장만을 강조하는 분위기 속에서, 우리의 감정과 마음을 돌보고 관계를 다루는 방법에 대한 교육은 학교 현장에서 오랫동안 간과되어 왔고 가정에서 이루어져야 하는 것으로 간주되어 왔습니다. 한창 친구들과 어울려 놀며 사회성을 기르고 건강한 자존감을 길러야 하는 시기에 과중한 학업으로 인한 스트레스, 코로나로 인한 사회적 단절, 디지털기기 과몰입 등으로 인해, 학교는 신체는 건강하지만 마음이 아프고 병들어 있는 아이들이 넘쳐나고 있습니다. 학생들의 아픔은 교사들의 고통과 소진으로도 이어지고 있습니다. 이러한 안타까운 현실 속에서 학생들의 마음 건강과 전인적인 성장을 도울 체계적인 사회정서학습 교과가 절실히 필요하게 된 현 시점에서, 이를 위한 프로그램인 ‘마음성장’을 학교 현장의 교사들이 직접 개발했다는 소식은 정말 고무적입니다.

사회정서학습은 학생들의 스트레스 감소, 자아 존중감 향상, 그리고 사회적 갈등 해결 능력을 증진시키는 데 긍정적인 영향을 미칠 뿐 아니라, 학업 성취 또한 향상시키는 것을 저는 학교 현장에서 직접 목격해왔고, 여러 연구들 또한 이를 입증해 주고 있습니다. 사회정서학습을 실행해 본 교사들은 이러한 교육이 학생들에게만 유익한 것이 아니라, 교사 자신의 감정 조절, 갈등 해결능력, 스트레스 관리, 학생과의 관계향상에도 많은 도움이 됨을 깨달았다고 말합니다. 한편, 사회정서학습이 학교에서 효과적으로 실행되어 이러한 긍정적인 효과를 거두기 위한 필수요건들이 있습니다.

필수 요건들 중에서 가장 우선되어야 하는 것은 교사의 ‘성장 마인드셋’ (Growth Mindset)입니다. 발달 심리학자인 드웩(Dweck) 박사가 제시한 성장 마인드셋이라는 개념은 ‘사람이 갖고 태어난 재능이나 능력이 그대로 고정되어 있는 것이 아니라 환경과 노력 등에 의해 변하고 성장할 수 있다는 마음가짐’을 말합니다. 우리가 사회정서학습을 통해 기르고자 하는 정서 지능(EQ)은 인지능력(IQ)에 비해, 타인과의 상호작용, 교육 환경, 개인의 의지와 노력에 의해 더 쉽게 변하고 키워질 수 있는 능력입니다. 따라서, 현재 우리가 만나는 학생에게 감정조절 능력이나 공감능력이 결핍되어 있더라도 교육과 연습의 기회를 제공할 때 부족한 능력이 발달할 수 있다는 마음가짐을 교사가 가지고, 교사의 말과



행동을 통해 학생들도 성장 마인드셋을 갖도록 하는 것이 ‘마음성장’ 수업에 있어 무엇보다 우선되어야 할 것입니다. 둘째, 마음성장 수업은 매주 정기적으로 최소 1차시씩 단원의 순서대로 체계적으로 진행하는 것이 좋습니다. 그러나, 학급 상황이나 필요에 따라 단원의 순서를 바꾸어 수업하는 것도 가능합니다. 그리고, 국어, 도덕, 사회, 음악, 미술, 체육 등과 같은 교과목과 연계하여 재구성하거나 응용해서 활용할 수도 있습니다. 사회정서학습이 효과적이기 위해서는 교육의 지속성이 필요함을 기억하시기 바랍니다. 셋째, 학생들이 수업에서 배운 지식과 기술을 내재화할 수 있도록 수업시간 이외에도 이를 충분히 연습할 기회를 제공해 주고 피드백을 제공해 주어야 합니다. 예컨대 쉬는 시간이나 점심 시간에 학생들 사이에 갈등 상황이 생겼을 때 교사가 문제를 해결해주기보다는 필요한 만큼만 안내하고, 학생들이 수업에서 배운 지식과 기술을 활용해 갈등을 스스로 해결하도록 기회를 준 다음에 피드백을 주는 것이 필요합니다. 또한 마음성장 수업으로 그치지 않고 학급경영, 교과목 수업을 비롯해 학교생활 전반에 연계할 것을 권합니다. 이렇게 해서 학교 전체가 사회정서 역량을 기르는 장이 되도록 학교 차원에서 환경을 조성하는 것이 필요합니다. 넷째, 마음성장 교육의 효과를 극대화하기 위해서는 가정에서도 이러한 교육이 이어질 수 있도록 학부모의 도움과 협조를 유도하는 것이 필요합니다. 학교에서 실행하는 교육을 알림장이나 SNS 등을 통해 부모와 정기적으로 공유하고 학부모 핸드북을 활용해 가정에서도 이를 함께 실천하기를 적극 권합니다. 더 나아가, 학교마다 마음성장 운영 위원회(또는 사회정서학습 운영 위원회)를 만들고 여기에 교사와 학생, 학부모를 참여시켜 함께 계획하고 실행하고 평가하며 개선의 방법을 모색해 나가는 것이 좋습니다. 마지막으로, 효과적이고 지속적으로 마음성장 교과를 실행하기 위해서, 교사들을 위한 연수와 교사 전문학습공동체 참여를 통한 지원이 필요합니다. 특히, 교사들의 학습공동체에서 마음성장 수업의 실패와 성공 사례를 나눌 뿐 아니라 교사들이 서로 정서적인 지원과 지지를 얻을 수 있는 공간과 시간을 가지는 것이 마음성장 교과를 지속적이고 효율적으로 실행하는 방법입니다. 아무리 좋은 프로그램이 있다할지라도 지치고 소진된 교사가 교육을 할 때 그 효과는 줄어들 수 밖에 없기 때문입니다. 교육의 효과는 프로그램의 질 보다 그 프로그램을 실행하는 교사가 더 중요하다는 것을 잊어서는 안될 것입니다.

부디 이러한 방법으로 ‘마음성장’을 활용한 사회정서교육이 지속적으로 학교 현장에서 실행되어, 학생들의 마음 건강이 회복되고 이들이 자신을 이해하고, 타인을 존중하며, 사회적 책임을 다하는 성숙한 인격체로 성장하는 데 필요한 기초를 다지는데 기여할 수 있기를 바랍니다. 동시에 교사의 소진을 예방하여 궁극적으로는 학생과 교사 모두가 행복한 학교를 만들어 가는데 큰 도움이 되기를 소망합니다.

사회성감성교육연구소 소장 金社

# 마음성장 교육과정의 이해

## 1. 성격 및 목표

### 가 성격

모든 것이 빠르게 변화하고 복잡하며 불확실한 시대, 우리 교육은 단순한 지식 습득을 넘어 다른 사람과 소통하고 협력하며 문제를 해결하는 능력이 더욱 중요해지고 있다. 이러한 시대에 우리 아이들이 행복하고 건강하게 성장하기 위해서는 자신과 타인을 이해하고 공감과 소통으로 협력하는 사회정서 역량을 키우는 것이 무엇보다 중요하다.

'마음성장'은 학생들이 자신을 이해하고, 감정을 조절하며, 다른 사람과 공감하고 소통하며, 건강한 사회 구성원으로 성장하는데 요구되는 지식, 기능, 태도를 습득함으로써 사회정서 역량 발달을 돋는 교과이다.

초등학교 3, 4학년 시기는 학생들이 학교생활에 적응하고 자아를 형성해 나가는 중요한 시기로 신체적, 인지적, 사회적 발달에 있어 급격한 변화를 겪는다. 구체적인 사고에서 추상적인 사고가 가능해지고 친구들과의 관계에 큰 관심을 가지며, 또래 집단에 속하고 싶어 하는 욕구도 강해진다. 또한 자신의 능력과 가치를 인식하고 자존감을 형성해 나가며 스스로 판단하고 행동하려는 독립심이 증가한다.

'마음성장'은 이러한 특성을 고려하여 단순히 이론적인 지식을 전달하는 데 그치지 않고, 학생들이 직접 참여하고 경험하며 사회정서 역량을 키울 수 있도록 다양한 활동을 제공한다. 또한 학교생활뿐만 아니라 가정생활, 사회생활 등 다양한 상황에서 발생할 수 있는 문제 해결을 위한 실질적인 방법을 제시하여 학생들이 스스로 문제를 해결하고 성장할 수 있도록 하였다.

'마음성장'은 학생들이 다양한 사회적 상황에서 자신을 이해하고 타인과 원만한 관계를 형성하며, 어려움을 극복하고 긍정적인 마음으로 살아갈 수 있도록 내용을 구성하였다. 인지적, 정서적, 실천적 측면을 모두 포함하며 학생들의 마음을 성장시키고 인성을 발달시키기 위한 사회정서 역량 증진에 중점을 둔다.

사회정서 역량은 '자기 인식', '자기 관리', '관계 인식', '관계 관리', '책임 있는 의사결정'의 다섯 가지 역량으로 구분할 수 있다.

첫째, 자기 인식 역량은 자신의 감정, 생각, 가치를 이해하고 그것들이 행동에 미치는 영향을 이해하는 능력이다. 이 능력은 자신의 강점과 한계를 인식하고, 자신감과 목적인식을 갖는 것을 포함한다.

둘째, 자기 관리 역량은 다양한 상황에서 자신의 감정을 알아차리고 올바른 행동으로 표현하고, 스스로에게 긍정적인 동기를 부여하여 성장할 수 있음을 의미한다. 정서 표현, 정서 조절, 정서 관리를 통해 자기 관리 역량을 기를 수 있으며, 여러 가지 감정에는 이유가 있음을 인정하고 더 나은 자신으로 발돋움하는 데 중점을 두었다.

셋째, 관계 인식 역량은 타인의 감정을 공감하고 나와 다른 관점을 이해하며, 다양성을 수용하는 능력으로, 타인의 정서에 공감하고 민감하게 반응하기, 경청하기, 타인의 관점 이해하기, 다양성 존중하기를 포함한다.

넷째, 관계 관리 역량은 다양한 개인 또는 집단과 건강하고 지지적인 관계를 만들고 유지하는 능력으로, 분명하게 의사소통하기, 경청하기, 협동하기, 부적절한 사회적 압력에 저항하기, 갈등을 건설적으로 조율하기, 필요할 때 도움을 구하고 제공하기를 포함한다.

다섯째, 책임 있는 의사결정 역량은 윤리적 기준, 안전, 사회적 규범, 다양한 행동의 결과에 대한 현실적인 판단과 경험에 근거해 책임 있는 선택을 하는 것을 말한다. 즉, 자신과 타인 모두의 건강과 안전에 도움이 되는 결정을 내리는 능력으로, 결정을 내릴 때 발생하는 문제를 확인하고 대안 마련하기, 자기반성 및 자기 평가 능력 갖추기, 도덕적·개인적·윤리적 기준에 따라 결정하기, 개인·학교 및 지역사회에 영향을 미치는 책임 있는 결정 내리기 등을 포함한다.

'마음성장'은 사회정서 역량을 함양하기 위해 각 하위 역량별로 알맞은 주제를 설정하고 학교뿐만 아니라 가정, 사회에서도 학생들이 스스로 문제를 해결하고 성장할 수 있도록 구성하였다. 학생들이 배운 내용을 일상에서 꾸준히 실천하여 건강한 성장 발달을 지원하고, 학교생활 적응력을 높이며, 나아가 행복한 삶을 살아가는 데 필요한 기반을 마련하는 데 기여할 것으로 기대한다.

## 나 목표

'마음성장'은 자신을 이해하고 다른 사람과의 관계를 잘 맺으며 건강한 사회생활을 할 수 있도록 하는 사회정서 역량 발달을 통해 학생들의 인성을 발달시키는 것을 목표로 하며 이를 위한 세부 목표는 다음과 같다.

- (1) 자신의 감정, 생각을 이해하고, 자신의 강점과 약점을 파악하여 건강한 자아를 형성할 수 있다.
- (2) 감정을 조절하여 스트레스를 효과적으로 관리하고, 자신에게 긍정적인 동기를 부여하며 변화를 가져올 수 있는 목표를 세워 실천할 수 있다.
- (3) 다른 사람의 다양한 관점을 이해하고 서로 다름을 존중하며, 타인의 마음을 공감할 수 있다.
- (4) 자기 생각과 감정을 전달하는 방법을 알고, 타인과 협력하고 소통하는 과정을 통해 긍정적인 관계를 만들 수 있다.
- (5) 다양한 상황에서 자신과 타인 모두의 안전과 사회적 · 윤리적인 판단을 바탕으로 개인 · 사회 · 공동체를 위한 책임 있는 의사결정을 할 수 있다.

## 2. 내용체계 및 성취기준

### 가 내용 체계

#### (1) 자기 인식

핵심 아이디어	내용 요소
핵심 아이디어	<ul style="list-style-type: none"><li>• 자신에 대한 탐구와 성찰은 자신의 소중함을 알고 더 나은 삶을 살아가려는 마음을 기르는 기초가 된다.</li><li>• 자신의 감정에 대한 정확한 이해는 다양한 감정을 인지하고 적절하게 표현하는 것을 가능하게 한다.</li></ul>
지식 · 이해	<ul style="list-style-type: none"><li>• 감정의 종류를 알고 감정의 소중함과 역할 이해하기</li><li>• 자신의 강점과 약점을 알고 자신의 가치 이해하기</li></ul>
과정 · 기능	<ul style="list-style-type: none"><li>• 자신을 탐구하여 자기 소개하기</li><li>• 자신의 감정을 인식하고 이름 붙이기</li><li>• 자신의 강점과 약점을 점검하며 더 나은 자신이 되기 위한 방법 찾기</li></ul>
가치 · 태도	<ul style="list-style-type: none"><li>• 자신을 소중히 여기는 자세 가지기</li><li>• 자신의 감정을 이해하고 적절하게 표현하는 태도 기르기</li><li>• 긍정적인 태도로 더 나은 자신이 되기 위해 노력하는 자세 가지기</li></ul>

## (2) 자기 관리

핵심 아이디어	<ul style="list-style-type: none"><li>다양한 상황에서 경험하는 감정을 바르게 표현하고, 조절하는 것은 나의 생각과 행동을 발전하도록 하는 데 도움이 된다.</li><li>긍정적인 마음을 가지는 것은 부정적 상황을 새롭게 바라볼 수 있는 관점을 제공하고 행복한 삶을 향한 태도를 기르게 한다.</li></ul>
범주	내용 요소
지식 · 이해	<ul style="list-style-type: none"><li>여러 가지 상황에서 경험하는 감정을 바르게 표현하는 것이 중요한 이유 이해하기</li><li>화, 슬픔, 답답함 등 감정을 조절하고 다스리는 방법 알아보기</li><li>부정적 상황을 새롭게 바라보려면 어떤 삶의 태도가 필요한지 생각하기</li></ul>
과정 · 기능	<ul style="list-style-type: none"><li>여러 가지 상황에서 경험하는 자신의 감정을 바르게 표현하기</li><li>화, 슬픔 등 감정을 알아차리고 적절하게 조절하기</li><li>부정적 상황을 새로운 관점으로 생각하는 것의 좋은 점 알아보기</li></ul>
가치 · 태도	<ul style="list-style-type: none"><li>자신의 감정을 소중히 여기는 태도 가지기</li><li>화와 슬픔 등 감정을 조절하기 위해 노력하는 태도 지니기</li><li>부정적인 상황을 극복하고 긍정적으로 바라보며 실천하는 자세 기르기</li></ul>

## (3) 관계 인식

핵심 아이디어	<ul style="list-style-type: none"><li>공감은 경청을 통해 타인의 감정을 파악하여 타인의 관점과 경험을 나눈다.</li><li>다양성 이해는 나와 타인의 관점이 서로 다른 것을 존중하며 더불어 살아가는 삶의 태도를 이끈다.</li></ul>
범주	내용 요소
지식 · 이해	<ul style="list-style-type: none"><li>공감의 필요성을 이해하고 경청의 방법 알기</li><li>사람마다 관점이 다른 이유 이해하기</li><li>다양성이 필요한 이유 이해하기</li></ul>
과정 · 기능	<ul style="list-style-type: none"><li>상대의 말에 경청하며 감정을 예측하고 반응하기</li><li>나와 타인의 다른 관점을 탐색하기</li><li>사람들의 다양한 모습을 떠올리며 다양성 탐색하기</li></ul>
가치 · 태도	<ul style="list-style-type: none"><li>상대를 공감하는 자세 갖기</li><li>타인의 생각을 존중하는 태도 지니기</li><li>다양성을 존중하는 생활 실천하기</li></ul>

#### (4) 관계 관리

핵심 아이디어	<ul style="list-style-type: none"> <li>타인과 협력하고 소통하는 과정은 긍정적인 관계를 만들고 유지하는데 기여한다.</li> <li>사과, 거절, 자기 주장 등의 분명한 말하기는 타인과의 갈등을 원만하게 해결하는 것을 가능하게 한다.</li> </ul>
범주	내용 요소
지식 · 이해	<ul style="list-style-type: none"> <li>협력의 필요성 이해하기</li> <li>자기 생각과 감정을 분명하게 전달하는 방법 알기</li> <li>긍정적인 관계를 만들고 유지하기 위한 노력의 중요성 이해하기</li> <li>올바른 자기 주장이 필요한 이유 이해하기</li> </ul>
과정 · 기능	<ul style="list-style-type: none"> <li>공동체 활동에 타인과 협력하는 자세로 참여하기</li> <li>다양한 상황에서 현명하게 부탁하고 거절하는 대화하기</li> <li>다른 사람과 어울리며 올바른 대화법과 행동 실천하기</li> <li>효과적으로 자기 주장하기</li> </ul>
가치 · 태도	<ul style="list-style-type: none"> <li>사람의 강점이 모두 다름을 인정하고 협력하는 태도 가지기</li> <li>배려하며 분명하게 말하는 방법을 생활에서 실천하기</li> <li>내가 먼저 긍정적인 관계를 만들어 나가려는 실천 의지 가지기</li> <li>상대방을 배려하며 자기 주장하는 태도 기르기</li> </ul>

#### (5) 책임 있는 의사결정

핵심 아이디어	<ul style="list-style-type: none"> <li>책임 있는 의사결정은 모두의 안전과 사회적 · 윤리적 규범을 고려하여 이루어진다.</li> <li>개인 · 사회 · 공동체를 위한 다양한 대안의 결과를 예상하고 비교 · 평가하여 스스로 책임질 수 있는 결정을 하는 것은 중요하다.</li> </ul>
범주	내용 요소
지식 · 이해	<ul style="list-style-type: none"> <li>선택할 때 고려해야 할 것 알기</li> <li>책임 있게 행동하는 일의 중요성 알기</li> </ul>
과정 · 기능	<ul style="list-style-type: none"> <li>문제를 민감하게 인식하고 명확하게 분석하기</li> <li>다양한 상황에서 결과를 예상하고 책임 있게 결정하기</li> </ul>
가치 · 태도	<ul style="list-style-type: none"> <li>나와 공동체 모두를 고려하여 선택하는 태도 기르기</li> <li>책임 있는 의사결정을 실천하는 자세 가지기</li> </ul>

## 나 성취기준

### (1) 자기 인식

[4도-마음01-01] 자신에 대해 탐구하여 자기 소개를 하고 자신을 소중히 여기는 태도를 가진다.

[4도-마음01-02] 감정의 종류와 소중함을 알고 자신의 감정을 인식하여 이름을 붙이며 감정을 이해하고 적절하게 표현하는 태도를 기른다.

[4도-마음01-03] 자신의 강점과 약점을 찾아 자신의 가치와 필요를 이해한다.

[4도-마음01-04] 긍정적인 태도로 더 나은 자신이 되기 위해 노력하는 자세를 갖는다.

#### (가) 성취기준 해설

- [4도-마음01-01] 자신에 대한 탐구와 성찰하는 과정을 통해 자신의 소중함을 깨닫고, 더 나은 삶을 살아가려는 마음과 태도를 기르는 데 초점을 두도록 한다.
- [4도-마음01-02] 학생들이 일상에서 자신의 마음을 들여다보고 감정을 올바르게 인식하는 것의 필요성과 중요성을 이해하도록 한다. 또한, 자신의 감정을 정확하게 인식하는 활동을 통해 다양한 감정에 대해 이해하고 감정을 적절하게 표현하는 기초를 다지도록 한다.
- [4도-마음01-03] 자신의 강점과 약점을 다양한 방법으로 탐색하는 과정을 통해 자신의 가치를 이해하고 소중히 여기며 자신의 필요를 구체적으로 떠올릴 수 있도록 한다.
- [4도-마음01-04] 자신의 삶에 대한 낙관적인 인식을 바탕으로 미래의 더 나은 내 모습에 대해 구체적인 방법을 찾는 데 초점을 두도록 한다. 또한, 자신의 부족한 모습을 변화시키고자 하는 발전적인 태도의 필요성과 중요성을 이해하여 주도적인 삶의 기초를 다지도록 한다.

#### (나) 성취기준 적용 시 고려 사항

- 학생이 다양한 관점에서 자신을 성찰하고, 자신에 대한 관심을 높여 긍정적인 방향으로 자아를 인식하는 데 중점을 둘 필요가 있다.
- 학생들이 자신을 긍정적인 시각으로 바라볼 수 있도록 편안한 분위기를 조성하고, 서로를 존중하는 태도를 기를 수 있도록 지도한다.
- 감정 이름 붙이기 활동을 할 때, 학생들이 다양한 상황에서 느낄 수 있는 감정을 올바르게 인지하고 표현할 수 있도록 감정의 의미를 충분히 설명하며 이를 이해할 수 있도록 지도한다.
- 감정의 종류를 배우면서 감정을 단순히 긍정적 또는 부정적으로 이분화하지 않고, 모든 감정이 소중하다는 것을 느낄 수 있는 기회를 제공한다.
- 강점과 약점을 탐색하는 과정에서 모든 사람이 각자의 강점과 약점을 가지고 있음을 이해하며 서로의 모습을 존중하는 태도를 기를 수 있도록 지도한다.
- 자신의 강점을 아는 것에서 더 나아가 강점을 발휘할 수 있는 구체적인 모습을 떠올리고 이를 실천하며 자아효능감을 형성할 수 있는 기회를 제공한다.
- 약점을 탐색하는 과정에서 약점에 대한 부정적인 인식을 변화시키고, 더 나은 자신이 되기 위해 발전시켜야 할 점을 스스로 찾을 수 있도록 지도한다.
- 삶에서 미래에 대한 낙관적인 태도가 중요하며, 더 나은 자신이 되기 위해 노력하는 자세가 가치 있음을 이해할 수 있도록 지도한다.

## (2) 자기 관리

[4도-마음02-01] 여러 가지 상황에서 경험하는 나의 마음을 바르게 표현한다.

[4도-마음02-02] 부정적인 결과를 가져올 수 있는 감정을 다스리고 조절하는 방법을 실천한다.

[4도-마음02-03] 나의 생활을 긍정적으로 바라보며 변화를 가져올 수 있는 목표를 세운다.

### (가) 성취기준 해설

- [4도-마음02-01] 여러 가지 상황에서 경험하게 되는 나의 마음을 알아차리고 바르게 표현하는 것을 목적으로 한다.  
감정에는 좋고 나쁨이 있지 않으며 다른 사람들과 살아가는 공간에서 바르게 표현하는 것이 중요하므로 이를 강조한다.
- [4도-마음02-01] 화가 났을 때, 슬픔과 답답한 마음이 들 때에 조절하고 다스리는 방법을 학습한다. 화가 나거나 답답한 마음이 들 때, 몸의 상태를 느끼고, 실천할 수 있는 방법(심호흡, 좋아하는 일들을 떠올리며 슬픔과 답답함을 흘려보내기 등)을 찾아 행동으로 옮기도록 한다.
- [4도-마음02-03] 삶의 목표를 설정하고 달성하기 위해 스스로에게 동기를 부여하는 것을 목적으로 한다. 살아가면서 힘든 순간에 부딪히더라도 긍정적으로 생각하며 변화를 위한 태도를 기르도록 한다. 이를 위해 작은 단위의 목표를 세우고 성공하는 경험을 더해 성장에 대한 마음가짐을 기른다.

### (나) 성취기준 적용 시 고려 사항

- 나의 마음을 표현하지 못하는 학생들에게 접근하는 방법이 필요하다. 감정카드와 감정날씨도 이외에 구체적으로 있었던 일을 그림이나 글로 표현하고 대화하면서 알아차리도록 유도할 수 있다. 경험을 이야기하며 마음을 전환하고 긍정적인 행동으로 발전할 수 있다.
- 놀이 활동을 통해 마음을 조절하는 방법을 찾을 수 있지만 나를 포함한 다른 사람과의 소통(일기 쓰기, 지속적인 대화 등)을 통해 성찰의 기회를 갖는다. 화가 나거나 슬픔과 답답함의 마음을 다스리는 것이 참는 것과 동일시되지 않도록 지도한다.
- 새로운 모습의 나로 거듭나려면 자신이 약속한 바를 실천하고 가정과 학교에서 많은 도움을 주어야 한다. 목표 달성을 중요하지만 실천 과정을 소중히 여기며, 실패를 경험하더라도 좌절하지 않고 끈기를 갖고 노력하는 자세를 강조한다.

## (3) 관계 인식

[4도-마음03-01] 공감의 필요성을 알고 상대의 감정을 예측하여 반응한다.

[4도-마음03-02] 경청의 필요성과 방법을 알고 다른 사람을 존중하는 자세를 기른다.

[4도-마음03-03] 사람마다 관점이 다른 이유를 알고 서로 다른 관점을 탐색하여 존중하는 태도를 가진다.

[4도-마음03-04] 다양성이 필요한 이유를 알고 다양한 특성을 탐색하여 존중하는 생활을 실천한다.

### (가) 성취기준 해설

- [4도-마음03-01] 일상의 여러 상황에서 대화 상대의 표정, 행동, 말을 통해 상대방의 기분과 감정에 관심을 가지고 이를 예측하여 알맞게 반응하는 공감 능력을 함양하고자 한다.
- [4도-마음03-02] 다른 사람의 말을 주의 깊게 들으며 적절하게 반응하는 경청 태도를 기르고자 한다. 역할극을 통해 경청하는 대화를 반복적으로 실시하여 학생이 자연스럽게 경청의 필요성과 방법을 알게 한다.
- [4도-마음03-03] 사람마다 관점이 다름과 그 이유를 인지적으로만 이해하는 것이 아니라 서로 다른 관점을 존중하는 태도도 기르고자 한다. 역할극과 놀이를 통해 서로 다른 관점을 탐색하여 존중하는 경험을 제공하도록 한다.
- [4도-마음03-04] 학생이 다양성의 가치에 관해 성찰하는 기회를 제공하여 다양성이 존중되는 사회로 발전해 가는 토대를 마련하고자 한다. 학생이 사람마다 가지고 있는 다양한 특징들을 탐색하고 이를 존중하는 생활을 실천함으로써 다양성의 가치를 내면화할 수 있도록 한다.

### (나) 성취기준 적용 시 고려 사항

- 대화할 때 상대의 말에 대한 언어적 반응과 비언어적 반응을 모두 표현해 볼 수 있는 기회를 제공하여 언어적 메시지뿐 아니라 비언어적 메시지에도 집중하면서 상대의 감정을 추측해 적절하게 반응할 수 있도록 한다.
- 일상 경험을 나누는 대화를 통해 주어진 여러 상황에서 자신의 직, 간접적 경험에 비추어 상대의 감정을 예측하도록 함으로써 공감을 실천할 수 있는 학습 기회를 제공한다.
- 여러 가지 상황에서 관점이 다른 사례를 탐색하고 관점의 차이가 발생할 때 어떻게 판단하고 행동하여야 하는가를 구체적으로 다루도록 한다.
- 자신이 주변의 다양한 사람들과 관계를 맺고 있음을 인식하고 다양성을 탐색하며 존중하는 태도를 갖추도록 한다. 더불어 다양성 가치에 대한 이해의 과정을 확장하여 자신의 가치에 대한 이해까지 이어지도록 한다.

## (4) 관계 관리

- [4도-마음04-01] 협력의 필요성을 이해하고 자신의 강점을 발휘하여 공동체 활동에서 타인과 협력한다.

[4도-마음04-02] 자기 생각과 감정을 분명하게 전달하는 방법을 알고 자신이 처한 갈등 상황을 고려하여 부탁 또는 거절로 대처한다.

[4도-마음04-03] 긍정적인 관계를 만들고 유지하기 위한 노력의 중요성을 이해하고 올바른 대화법과 행동을 실천한다.

[4도-마음04-04] 올바른 자기 주장의 필요성을 이해하고 자신의 의견을 표현한다.

### (가) 성취기준 해설

- [4도-마음04-01] 공동체에서 자신의 역할과 자신이 줄 수 있는 도움에 대해 탐색하고 또래와 협력하는 경험을 통해 협력 기술을 익히도록 한다. 놀이나 문제 해결 활동, 봉사 학습 등을 통해 자신의 강점을 발휘하여 각자의 역할에 최선을 다하고 서로 격려함으로써 공동의 목표를 기쁘게 달성하는 경험을 제공하도록 한다.

- [4도-마음04-02] 자신의 생각과 감정을 3단계의 나 전달법을 활용하여 상대방을 지적하는 태도가 아니라 상대방에게 요청하는 태도를 이해하고 연습할 수 있도록 한다. 또한 상대방의 요구와 내가 원하는 것이 다를 때 발생하는 갈등 상황에서 부드러운 거절의 표현을 하며 다른 대안을 제시하는 등의 구체적인 대처 방법을 연습한다.
- [4도-마음04-03] 다른 사람들과 건강하고 지지적인 관계를 만들고 유지하는 능력을 기르기 위해 인사하기, 먼저 말 건네기, 관심 가지고 질문하기, 이야기를 듣고 맞장구치기 등 주변 사람들에게 일상생활에서 실천 해야 할 대화법과 행동을 익히도록 한다.
- [4도-마음04-04] 평소 자기의 생각을 어떻게 표현하고 주장하는지 돌아보고 올바른 자기 주장의 중요성에 대해 이해하여 원-원 전략으로 자신의 의견을 표현하는 방법을 연습한다.

#### (나) 성취기준 적용 시 고려 사항

- ‘관계 관리’ 영역에서는 다양한 개인 또는 집단과 건강한 관계를 형성하고 유지하며 긍정적인 관계를 발전시키기 위해 분명하게 의사소통하기, 경청하고 협력하기, 부적절한 압력에 대처하기, 갈등을 건설적으로 조율하기, 필요할 때 도움을 구하고 제공하기를 다룬다.
- 긍정적인 사회적 관계를 맺고 유지하기 위해 학생들의 경험적 상황을 활용하고 대화법과 행동을 연습하는 기회를 충분히 제공하는 데 중점을 둔다.
- 놀이, 역할극, 토의 및 토론, 봉사 학습 및 프로젝트 활동을 통해 올바른 의사소통을 하고 협력하며 자기 주장을 펼칠 수 있도록 한다.
- 관련 그림책 활용, 실천 활동 결과물 전시, 캠페인 활동을 통해 학습한 사회적 기술을 일상에서도 지속적으로 활용하고 성찰하는 환경을 조성하여 성장할 수 있도록 지원한다.

#### (5) 책임 있는 의사결정

- [4도-마음05-01]** 다양한 상황에서 문제를 인식하고 사회적 · 윤리적 규범을 고려하여 분석할 수 있다.  
**[4도-마음05-02]** 자신의 행동에 따르는 결과를 예상하고 책임 있는 의사결정을 할 수 있다.

#### (가) 성취기준 해설

- [4도-마음05-01] 학생들이 다양한 상황에서 발생하는 문제를 민감하게 인식하고 사회적 · 윤리적 규범을 고려하여 상황을 명확하게 분석하도록 하는 데 초점을 둔다. 상황에 대해 충동적인 행동을 멈추고 안전, 사회적 규범, 윤리적 기준 등을 고려한 긍정적 사고로 문제를 해결하기 위한 상황을 분석한다.
- [4도-마음05-02] 자신이 내린 선택이 어떤 결과를 초래할지 여러모로 예상하고 비교 · 평가하는 일련의 과정을 통해 일상생활 속에서 책임 있는 의사결정 능력을 기르도록 연습하면서 책임 있게 행동하는 일의 중요성을 이해하도록 한다.

#### (나) 성취기준 적용 시 고려 사항

- 책임 있는 의사결정 역량은 자기 인식, 자기 관리, 관계 인식, 관계 관리 역량을 종체적으로 활용하여 자신과 타인에 대한 이해를 바탕으로 공동체 구성원으로서의 역할을 수행할 수 있도록 하는 데 중점을 두어 지도한다.
- 신뢰 관계를 바탕으로 한 분위기 속에서 자신의 생각을 자유롭게 이야기할 수 있도록 격려하고 혼자 결정하기 어려운 의사결정 상황에서는 주변 사람들의 도움을 받을 수 있음을 지도한다.

### 3. 교수 · 학습 및 평가

#### ① 교수 · 학습

##### (1) 교수 · 학습의 방향

- (가) 자기 인식, 자기 관리, 관계 인식, 관계 관리, 책임 있는 의사결정의 5가지 사회정서 역량의 계발에 중점을 두어 교수 · 학습을 설계한다.
- (나) 인지적, 정서적, 신체적으로 변화하는 초등 3, 4학년 학생들이 자신과 타인의 마음을 이해하고, 공감하며 바람직한 관계를 만들고 긍정적인 태도로 문제를 해결하는 사회정서 역량을 기르는 데 초점을 둔다.
- (다) 교사는 학생들의 정서적 성장을 돋는 안내자와 조력자로 포용적인 학습 환경을 조성하고, 상호 협력과 격려를 통해 교수 · 학습을 진행한다.
- (라) 경쟁 대신 협력, 소통, 격려를 통해 또래와 상호작용하며 건강한 공동체를 만들고 사회정서 역량을 향상할 수 있도록 학습활동을 구성한다.
- (마) 학생들의 실생활과 밀접한 주제로 역할극, 신체 놀이 활동을 제시하는 등 학생 활동 중심의 다양한 교수 · 학습 방법을 적용하여 학생 주도적 학습이 이루어지도록 지도한다.
- (바) 자신과 타인에 대한 이해를 바탕으로 감정 조절 및 갈등 조절 능력을 키우고 이를 바탕으로 책임 있는 의사결정을 하여 공동체 구성원으로서의 역할을 수행할 수 있도록 사회정서 역량을 함양하는 데 중점을 둔다.

##### (2) 교수 · 학습 방법

- (가) 학생들의 발달 특성을 고려하여 학생들이 흥미를 갖고 참여할 수 있는 다양한 놀이, 그림책, 역할극 등을 활용한 참여형 활동을 중심으로 수업을 진행한다.
- (나) 학생들이 사회정서 역량을 내면화할 수 있도록 관련 교과 내용과 연계하여 지도할 수 있으며, 자신의 삶과 연계하여 실천할 수 있는 기회를 제공한다.
- (다) 학습 내용을 내면화하고 지속적으로 실천할 수 있도록 그림책을 활용한 독후활동 및 실생활에서 적용할 수 있는 과제를 제시한다.
- (라) 학습 종료 이후에도 관련 그림책 읽기를 통한 글쓰기, 활동 결과물 공유 및 전시, 캠페인 활동 등을 통해 소통하고 공유하는 기회를 제공한다.

## 나 평가

### (1) 평가의 방향

- (가) '마음성장'의 성격 및 목표를 반영하여 평가 시기와 방법 등을 사전에 계획하고, 배운 내용을 실생활에서 얼마나 잘 실천하는가에 중점을 두어 평가한다.
- (나) 학습 활동에서 교사와 학생 간 적절한 피드백을 제공하는 과정중심평가를 실시한다.
- (다) 사회정서학습에 대한 이론적 지식보다는 자신의 감정을 인식하고 관리하는 능력, 타인과 원활한 관계를 유지하는 능력, 협력과 소통을 통해 다양한 상황에서 문제를 해결하는 능력 함양에 중점을 두어 평가를 실시한다.

### (2) 평가 방법

- (가) 관찰 평가, 구술 평가, 프로젝트 평가 등 다양한 평가 방법을 활용하되, 교수 · 학습 과정의 다양한 결과물과 참여 과정을 종합하여 학생에게 일어난 변화와 성장을 평가한다.
- (나) 학습의 결과로 측정 가능한 지식이나 행동 변화에 대한 평가뿐 아니라, 학습 과정에서 나타나는 다양한 기능과 태도 측면을 함께 평가한다.
- (다) 정의적, 과정적 요소가 평가에 반영되어야 하므로 결과뿐만 아니라 교수 · 학습 과정에서의 수시 평가, 모둠 단위의 활동에 대한 평가 등 과정에 대한 평가가 이루어져야 한다.
- (라) 형성평가에 중점을 두어 교사 평가, 동료 평가, 자기 평가 등의 방법을 활용하여 종합적으로 평가하고, 학생들이 수업의 과정에서 다양한 피드백을 통해 사회정서 역량을 증진시킬 수 있도록 한다.
- (마) 개별 및 집단 학습 결과의 평가는 사전 준비 상황, 참여 태도 및 집단 간의 협력적 태도, 결과 활용도 등을 중심으로 실시한다.

# 차시별 프로그램 전개

순	단원명	사회정서역량	하위 역량	성취기준	차시	주제
1 소중한 나를 이해해요	자기 인식	정체성 발달	[4도-마음01-01]	자신에 대해 탐구하여 자기를 소개하고 자신을 소중히 여기는 태도를 가진다.	1/6	나는 정말 누구일까?
		정서 이해	[4도-마음01-02]	감정의 종류를 알고 자신의 감정을 인식하여 이름을 붙이며 감정을 이해하고 적절하게 표현하는 태도를 기른다.	2~3/6	감정, 넌 누구니?
		자기 가치 인식	[4도-마음01-03]	자신의 강점과 약점을 찾아 자신의 가치와 필요를 이해한다.	4~5/6	진정한 내 모습, 찾아볼까?
		자기 가치 설계	[4도-마음01-04]	긍정적인 태도로 더 나은 자신이 되기 위해 노력하는 자세를 갖는다.	6/6	더 나은 나를 만들어요!
2 긍정적인 나를 만들어요	자기 관리	정서 표현	[4도-마음02-01]	여러 가지 상황에서 경험하는 나의 마음을 바르게 표현한다.	1/6	내 마음의 이야기를 들려줄게 (1)
		정서 조절	[4도-마음02-02]	부정적인 결과를 가져올 수 있는 감정을 다스리고 조절하는 방법을 실천한다.	2/6	내 마음의 이야기를 들려줄게 (2)
		정서 관리	[4도-마음02-03]	나의 생활을 긍정적으로 바라보며 변화를 가져올 수 있는 목표를 세운다.	3/6	내 마음을 바라보며 돌보아 줄게 (1)
					4/6	내 마음을 바라보며 돌보아 줄게 (2)
3 달라서 좋아요	관계 인식	공감	[4도-마음03-01]	공감의 필요성을 알고 상대의 감정을 예측하여 반응한다.	1/5	마음이 통해요
			[4도-마음03-01]	공감의 필요성을 알고 상대의 감정을 예측하여 반응한다.	3/5	마음을 나눠요
		경청	[4도-마음03-02]	[4도-마음03-02] 경청의 필요성과 방법을 알고 다른 사람을 존중하는 자세를 기른다.	2/5	마음을 들어요
		타인 관점 이해	[4도-마음03-03]	사람마다 관점이 다른 이유를 알고 서로 다른 관점을 탐색하여 존중하는 태도를 가진다.	4/5	우리는 모두 같을까?
4 사이 좋게 지내요	관계 관리	다양성 이해	[4도-마음03-04]	다양성이 필요한 이유를 알고 다양한 특성을 탐색하여 존중하는 생활을 실천한다.	5/5	우리는 모두 달라요
		협력하기	[4도-마음04-01]	협력의 필요성을 이해하고 자신의 강점을 발휘하여 공동체 활동에서 타인과 협력한다.	1/6	으쌰으쌰, 힘을 모아요
		의사소통하기	[4도-마음04-02]	[4도-마음04-02] 자기 생각과 감정을 분명하게 전달하는 방법을 알고 자신이 처한 갈등 상황을 고려하여 부탁 또는 거절로 대처한다.	2/6	원하는 것을 표현해요
			[4도-마음04-02]	자기 생각과 감정을 분명하게 전달하는 방법을 알고 자신이 처한 갈등 상황을 고려하여 부탁 또는 거절로 대처한다.	3/6	거절해도 괜찮아요
5 책임 있는 의사 결정을 해요	책임 있는 의사 결정	관계 기술	[4도-마음04-03]	긍정적인 관계를 만들고 유지하기 위한 노력의 중요성을 이해하고 올바른 대화법과 행동을 실천한다.	4/6	친구가 되는 멋진 방법
		자기 주장	[4도-마음04-04]	올바른 자기 주장의 필요성을 이해하고 분명하게 표현한다.	5~6/6	내 의견을 자신있게 말해요
		문제 인식 ↓ 상황 분석 ↓ 도덕적 윤리적으로 책임감 있는 행동하기 ↓ 평가 및 성찰	[4도-마음05-01]	[4도-마음05-01] 다양한 상황에서 문제를 인식하고 사회적·윤리적 규범을 고려하여 분석할 수 있다.	성취기준 복합작용	어떤 말을 해야 할까?
			[4도-마음05-02]	[4도-마음05-02] 자신의 행동에 따르는 결과를 예상하고 책임 있는 의사 결정을 할 수 있다		친구 사이에는 존중이 필요해
						최선의 선택
						양심, 보일까? 안 보일까?
						선택에는 책임이 필요해

		활동 내용		
순		알아보기	함께하기	실천하기
1 소중한 나를 이해해요	자신에게 가장 소중한 것 떠올리며 자신의 소중함 생각하기	나 탐구 질문 만들기 질문으로 자기 소개서 만들고 소개하기 자신을 가장 잘 나타내는 말 적기		나와 관련된 그림책 읽기
	감정의 의미와 필요성 알아보기	얼굴 표정 보고 감정의 종류 말하기 감정 놀이로 감정 단어 익히기 자신의 감정에 이름 붙이기		감정 단어 사용하여 글이나 일기 쓰기
	'강점', '약점' 단어를 보고 떠오르는 생각 나누기	다양한 관점에서 나의 강점 찾기 '나의 강점 소개서' 만들기 그림책을 읽고 약점 떠올리기 '빨간 점? 괜찮아!' 놀이하기		나의 강점사전 만들기
	변화시키고 싶은 나의 현재 모습 떠올리기	미래의 '더 나은 나'가 되기 위한 방법 탐색하기 미래의 내 모습을 상상하며 성장 미로 완성하기		미래에 바라는 내 모습을 찾아 나만의 꽃 완성하기
2 긍정적인 나를 만들어요	초성 퀴즈를 하며 마음 알아보기	나의 마음 상태 살펴보고 감정 날씨 표현하기 감정 날씨도를 만들며 좋았던 점, 아쉬운 점 이야기하기		매일 아침 나의 마음을 감정 날씨도에 표현하며 친구들과 함께하기
	『마음을 담은 병』 읽으며 이야기 나누기	병에 넣어 숨기고 싶은 나의 마음을 적기 병에서 꺼내고 싶은 마음을 글과 그림으로 표현하기		가족과 함께 내 마음을 담은 병 만들기
	화가 났던 경험 나누기	탄산수 실험을 하며 면증의 중요성 느끼기 화가 있었던 경험을 떠올리며 다스리는 방법 찾기		심호흡하며 마음을 다스리고 지속적으로 실천하기
	슬프거나 답답했던 경험 나누기	슬프거나 답답한 마음을 흘려 보내는 방법에 대해 생각하기 놀이를 하며 슬프거나 답답한 마음을 흘려보내는 방법 찾기		내가 실천할 수 있는 방법을 찾아 꾸준함 더하기
	1분 동안 할 수 있는 일에 도전하며 기록 재기	나의 24시간 되돌아보기 효율적인 시간 관리를 위한 일의 우선 순위 정하기		나의 하루 계획 세워 실천하기
3 달라서 좋아요	긍정적으로 생각하는 연습하기	나의 모습을 새롭게 바라보며 성장 도넛 만들기 긍정적인 나를 만들기 위한 목표 세우기		내가 만든 목표에 대한 실천 여부 성찰하기
	'마음통통' 놀이로 공감 경험하기	주어진 상황에 대한 인물의 감정 추측하기 '마음 초성 퀴즈' 놀이로 공감 경험하기		『알사탕』 속 등장 인물의 감정 추측하고 작품 표현하기
	『왜 우니?』를 읽고 위로 받았던 경험 나누기	공감 대화 방법을 알아보고 역할 놀이하기 감정카드를 이용하여 공감 대화 나누기		'우리반 사연 라디오'로 공감 실천하기
	대화하고 싶은 유형 탐색하기	역할극, 거울 놀이로 경청의 필요성 이해하기 경청하는 방법을 알고 경청하며 3분 대화하기		다양한 주제로 대화하며 경청하는 자세 실천하기
	동서양 관점의 차이 파악하기 사람마다 관점이 다른 이유 알아보기	작시 그림과 '만약에' 놀이로 나와 타인의 서로 다른 관점 탐색하기		『반이나 차 있을까 반 밖에 없을까?』에 대한 서로 다른 관점에 대해 이야기 나누기
4 사이좋게 지내요	'만약에' 질문으로 달라서 좋은 점 생각해 보기	'장점 쇼핑몰' 놀이를 통해 나와 친구의 장점 비교하기		우리반 '다다다 다른 별' 꾸미기
	협력했던 경험 떠올려 나누기	'으쌰으쌰, 힘을 모아요' 협력놀이하기		일상에서 협력을 실천하고 '함께했어요!' 보드에 실천 경험 공유하기
	두 친구의 말 비교하고 선택하기	현명하게 거절하는 대화 연습하기		내 마음 포스터 만들기
	거절 경험 떠올려 이야기 나누기	나 전달법 3단계 통과하기		말하기 비법 카드 만들기
	〈친구가 되는 멋진 방법〉 노래 듣고 떠오르는 장면 표현하기	'마음으로 들어주기' 놀이하기		'먼저 말 걸기' 캠페인을 위한 키링 만들고 실천 다짐하기
5 책임 있는 의사 결정을 해요	평소 나는 자기 의견을 분명하게 말할 수 있는지 생각해보기	올바른 자기 주장이 필요한 이유 생각해 보기 Win-Win 할 수 있는 자기 주장 방법 연습하기		생활 속에서 단계별 자기 주장 연습하기
	내가 평소 자주 사용하는 언어 생각해 보기	우리 반의 바르고 고운 말과 나쁘고 거친 말 찾기 우아한 글판 만들어 바른 말 사용 실천 다짐하기		우리 주변의 아름다운 말 수집하기
	그림책 읽고 주인공의 마음 짐작하기	역할극을 통해 친구 존중을 위한 올바른 선택과 책임 생각해보기 학교폭력 예방 구호와 캐릭터 만들기		학교폭력 예방 구호와 캐릭터로 캠페인하고 인증사진 찍기
	선택을 했던 경험 생각해보며 이야기 나누기	그림책 속 상황에서 선택에 따른 결과 예상하여 선택하기		다양한 선택의 상황에서 어떤 선택을 할지 서로 이야기 나누기
	〈주인 없는 무인점포〉 뉴스 보기	양심에 따른 선택을 해야 하는 이유 알기 내가 생각하는 양심 있는 행동에 대해 이야기 나누기		생활 속 다양한 상황에서 양심에 따른 올바른 선택 연습하기 (이런 활동도 있어요) 교실에서 양심 문방구 활동하기
	〈유기견 없는 도시〉 샌드아트 영상 보기	반려동물을 대하는 책임 있는 행동 생각해 보기 반려동물을 대하는 책임 있는 행동을 위한 다짐 표현하기		릴레이 생명 존중 일기 쓰기 (이런 활동도 있어요) 나만의 반려 동물 키우고 식물을 사랑하는 마음 표현하기

# 교수 · 학습의 실제

# 1. 소중한 나를 이해해요



## 1 단원 설정의 취지 및 지도 종점

이 단원은 ‘자기 인식 역량’을 기르고자 설정된 단원이다.

‘자기 인식 역량’은 자신의 감정, 생각, 가치를 이해하고 그것들이 행동에 미치는 영향을 이해하는 능력이다. 이 능력은 자신의 강점과 한계를 인식하고, 자신감과 목적 의식을 갖는 것을 포함한다.

따라서 이 단원에서는 학생들이 자신에 대해 탐구하여 자신의 관심과 가치를 이해하고, 자신의 감정을 인식하고 그 감정이 행동에 어떻게 영향을 미치는지 알아차리도록 돋는 것이 중요하다. 또한, 강점과 약점을 찾아 이해함으로써, 더 나은 자신이 되기 위한 구체적인 계획을 세우고 이를 꾸준히 실천할 수 있는 목적 의식을 갖도록 지도해야 한다.

## 2 단원의 성취 기준

- [4도-마음01-01] 자신에 대해 탐구하여 자기를 소개하고 자신을 소중히 여기는 태도를 가진다.
- [4도-마음01-02] 감정의 종류를 알고 자신의 감정을 인식하여 이름을 붙이며 감정을 이해하고 적절하게 표현하는 태도를 기른다.
- [4도-마음01-03] 자신의 강점과 약점을 찾아 자신의 가치와 필요를 이해한다.
- [4도-마음01-04] 긍정적인 태도로 더 나은 자신이 되기 위해 노력하는 자세를 갖는다.

## 3 단원의 핵심 아이디어와 내용 요소

핵심 아이디어	<ul style="list-style-type: none"> <li>자신에 대한 탐구와 성찰은 자신의 소중함을 알고 더 나은 삶을 살아가려는 마음을 기르는 기초가 된다.</li> <li>자신의 감정에 대한 정확한 이해는 다양한 감정을 인지하고 적절하게 표현하는 것을 가능하게 한다.</li> </ul>
범주	내용 요소
지식 · 이해	<ul style="list-style-type: none"> <li>감정의 종류를 알고 감정의 소중함과 역할 이해하기</li> <li>자신의 강점과 약점을 알고 자신의 가치 이해하기</li> </ul>
과정 · 기능	<ul style="list-style-type: none"> <li>자신을 탐구하여 자기 소개하기</li> <li>자신의 감정을 인식하고 이름 붙이기</li> <li>자신의 강점과 약점을 점검하며 더 나은 자신이 되기 위한 방법 찾기</li> </ul>
가치 · 태도	<ul style="list-style-type: none"> <li>자신을 소중히 여기는 자세 가지기</li> <li>자신의 감정을 이해하고 적절하게 표현하는 태도 기르기</li> <li>긍정적인 태도로 더 나은 자신이 되기 위해 노력하는 자세 가지기</li> </ul>

## 4 단원의 내용 체계

차시	학습 주제	학습 내용	준비물
1	나는 정말 누구일까?	• 질문으로 자기소개서 만들고 소개하기 • 자신을 가장 잘 나타내는 말 적기	붙임쪽지
2~3	감정, 넌 누구니?	• 감정 놀이로 감정 단어 익히기 • 자신의 감정에 이름 붙이기	감정 목록표
4~5	진정한 내 모습, 찾아볼까?	• ‘나의 강점 소개서’ 만들기 • 그림책을 읽고 나의 약점 떠올리기	그림 도구 빨간색 원 스티커 큰 종이(4절지 등)
6	더 나은 나를 만들어요!	• 더 나은 내가 되기 위한 방법 탐색하기 • 성장 미로 완성하기	

## 5 평가 방법

- 감정, 강점과 약점 알기는 관찰 평가, 구술 평가와 포트폴리오 평가 등 다양한 방법으로 평가하여 학생들이 감정과 강점, 약점에 대한 지식적인 변화뿐 아니라 태도 측면도 함께 평가한다.
- 탐구 질문 만들기에서는 질문의 수준이 아닌 학생들이 자신에 대해 깊이 탐구하는 기회를 제공하는 측면에 중점을 두어 평가한다.
- 더 나은 나를 위한 방법 찾기에서는 자신의 미래에 대한 목적감을 가지고 주체적인 태도로 노력하는 모습을 중요한 평가 대상으로 삼아 평가한다.
- 학습의 전 과정에서 다양한 피드백을 통해 자기 인식 역량을 충분히 증진할 수 있도록 평가를 실시한다.

## 6 단원 지도 시 유의 사항

- 학습 활동 중 다양한 경험을 통해 학생들이 지속적으로 자신을 탐구하고 성찰할 수 있도록 하여 자기 인식 역량을 계발하는 데 중점을 둔다.
- 학생들이 감정에 대해 흥미를 가지고 참여할 수 있도록 다양한 놀이를 활용한 참여형 활동을 제시한다.
- 학생들이 자신의 강점과 약점을 탐색하는 과정에서 긍정적인 자기 인식을 통해 자신의 가치를 이해하고 존중할 수 있도록 지도한다.
- 학생들이 미래에 대한 긍정적인 자아상을 바탕으로 자신의 약점을 보완하기 위해 스스로 노력하는 주체적인 태도를 지닐 수 있도록 지도한다.
- 학습 종료 이후에도 관련 그림책 읽기, 자기 탐구와 성찰 활동 결과물 공유 및 전시를 통해 학습 내용을 내면화하고 지속적으로 실천할 수 있도록 소통하고 공유하는 기회를 제공한다.

# 1. 소중한 나를 이해해요

☑ 나는 어떤 사람일까요?

나에 대해 잘 알게 되면 어떤 점이 좋을까요?

☑ 더 나은 내가 되기 위해서는 어떻게 해야 할까요?

- 이 단원에서는 자신의 가치를 인식하고 다양한 감정을 이해하며 더 나은 삶을 살기 위한 긍정적인 태도를 연습하도록 지도합니다.



# 내가 원하는 가치 있는 삶을 살아가기 위해 가장 중요한 것은 무엇일까요?

● 이 단원에서는 자기 인식의 하위 역량인 정체성 발달, 정서 이해, 자기 가치 인식, 자기 가치 설계를 배웁니다.

① 나를 탐구하고 소개하기

② 다양한 감정에 대해 알아보고  
나의 감정 이름 붙이기

④ 더 나은 내가 되기 위한  
방법 탐색하기





## ‘나’는 정말 누구일까?

>>> 교과서 9~12쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 내가 어떤 사람인지 생각하며 나를 소개할 수 있다.

### 2 수업의 흐름

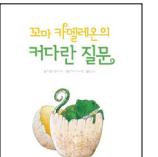
단계	교수 · 학습 활동
알아보기	<ul style="list-style-type: none"> <li>자신에게 가장 소중한 것을 떠올리며 나를 생각하기</li> </ul>
함께하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>질문으로 나 탐구하기</li> <li>탐구 질문으로 자기소개서 만들고 소개하기</li> <li>자신을 가장 잘 나타내는 말 적기</li> </ul>
실천하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>‘나’를 주제로 한 그림책 읽기</li> </ul>

### 3 성취 기준

- [4도-마음01-01] 자신에 대해 탐구하여 자기를 소개하고 자신을 소중히 여기는 태도를 가진다.

### 4 도움 자료

 요시타케신스케 글 · 그림	<b>『이게 정말 나일까?』</b>	 다나카와 쑨타로 글 · 그림	<b>『나』</b>
	자신을 대신해 줄 로봇을 구해 자신에 대해 하나하나 알려 주고 있어 자신에 대해 자세히 생각해 볼 수 있고 자신의 소중함을 느낄 수 있다.		다른 사람의 시선에서 보이는 아이의 모습을 보여주고 있어 많은 사람과 관계를 맺고 사는 나 자신의 정체성에 대해 생각해 볼 수 있다.
 신혜은 글 · 그림	<b>『내 이름』</b>	 토니 뒤랑 글 · 그림	<b>『나는 누구인가요?』</b>
	자신과 꼭 붙어 다니는 이름의 중요성과 그것이 가지는 의미에 대해 소개하고 있다.		나에 대해 수없이 던지는 질문에 답하며 스스로 자신이 누구인지에 대해 생각하고 관심을 가질 수 있다.

 이동연 글 · 그림	<b>『나에겐 비밀이 있어』</b>	 카롤린 펠리시에 글 · 그림	<b>『꼬마 카멜레온의 커다란 질문』</b>
 김희경 글 · 그림	<b>『나는요.』</b>	 마스다 미리 글 · 그림	<b>『너는 어떤 힘을 가지고 있니?』</b>
외모 콤플렉스를 주제로 한 이야기로 있는 그대로의 모습을 인정하고 사랑하는 것이 행복하다는 것을 알려준다.	생김새와 성격이 천차만별인 여러 동물들을 보면서 내 안에 있는 다양한 모습을 떠올리며 진짜 자신의 모습에 대해 탐색할 수 있다.	여러 모습으로 변신할 수 있는 카멜레온의 특징으로 자신이 누구인지 혼란스럽지만 결국 세상에서 자신이 가장 소중한 존재임을 알게 된다.	보기엔 보잘것없어 보이는 아주 작은 자동차 안에 무엇이든 할 수 있는 힘이 들어있는 상자가 있다는 것, 그 상자가 누구에게나 있다는 사실을 알려주고 있다.

## 5 피도의 유의점

- 이 차시는 자신에 대해 탐구하여 질문을 만들고 자기를 소개함으로써 자신을 소중하게 여기고 긍정적으로 바라보는 태도를 가지는 것이 목적이다.
- 이 차시의 학습으로 올바른 정체성은 모든 학생이 가져야 하므로 자기 소개를 위한 질문과 답하기에서 허용적인 분위기와 구체적인 피드백이 이루어지도록 해야 한다.

# ‘나’는 정말 누구일까?

내가 어떤 사람인지 생각하며 나를 소개해 봅시다.



세상에 하나뿐인 특별한 나에 대해 얼마나 알고 있나요?



나에게 가장 소중한 것이 무엇인지 떠올리며 이야기해 봅시다.

- 학급 상황에 따라 쪽지가 아닌 다른 방법 ‘돌아가며 말하기’ 등을 활용해도 좋아요.



1

자신에게 가장  
소중한 것 1가지를  
쪽지에 적어요.

2

짝과 서로 질문하며  
쪽지에 적힌 것을  
알아맞혀 봐요.

3

자신에게  
가장 소중한 이유를  
말해요.



위의 활동을 하면서 어떤 생각이 들었나요? 활동 소감을 나누며 가장 소중한 것에 대해 한 번 더 생각해 봅시다.

- ( )안에 자신의 이름을 쓰고 ‘이런 나를 어떻게 해야 할까요?’라는 질문을 해 보세요. 학생들이 자신에 대해 깊이 알아가는 것이 중요하다는 생각을 가지고 나를 탐구하는 질문을 만들도록 해요.

세상에서 가장 소중한, 이 세상에 오직 하나밖에 없는 그건 바로 ( )예요.  
이런 나를 어떻게 해야 할까요?



## 함께하기



나에 대해 자세하게 알아보기 위해 탐구 질문을 만들어 봅시다.

### 질문으로 나 탐구하기

- 나를 탐구하기 위한 다양한 질문을 만들어 봅요.

(예) 내가 가장 좋아하는  
놀이는 무엇인가?

(예) 내가 가장 좋아하는 색깔은  
무엇인가?

(예) 이름에 담긴 의미는 무엇인가?

(예) 친구들은 나를 어떻게 표현할까?

- 학생수와 학급 상황에 맞게 포스트잇, 쪽지, 보드판 등을 자유롭게 활용해서 다양한 질문을 만들 수 있도록 해요.
- 좋아하는 음식이나 장소 같은 개인적인 선호도뿐만 아니라 자신을 동물이나 단어로 표현하는 것, 또한 다른 사람이 바라보는 자신의 모습 등을 통해 다양한 관점에서 자신을 탐구하고 생각해 볼 수 있도록 해요.

- 모둠에서 각 질문을 모으고 분류해서 모둠별 질문 목록을 만들어요.

- 모둠에서 친구들의 질문을 살펴 보고 같거나 비슷한 질문은 모은 뒤에 시간이 된다면 질문을 조금 수정해서 더 좋은 질문으로 만들어 보는 방법도 하는 것이 좋아요.

- 각 모둠의 질문 목록을 칠판에 게시해요.

- 학급 전체가 잘 볼 수 있도록 게시하도록 해요.

- 칠판에 있는 질문 목록 중 자신을 소개하는 데 꼭 필요하다고 생각하는 질문 몇 가지를 선택해요.

- 자기를 소개할 때 꼭 넣고 싶은 내용의 질문을 선택하도록 해요.

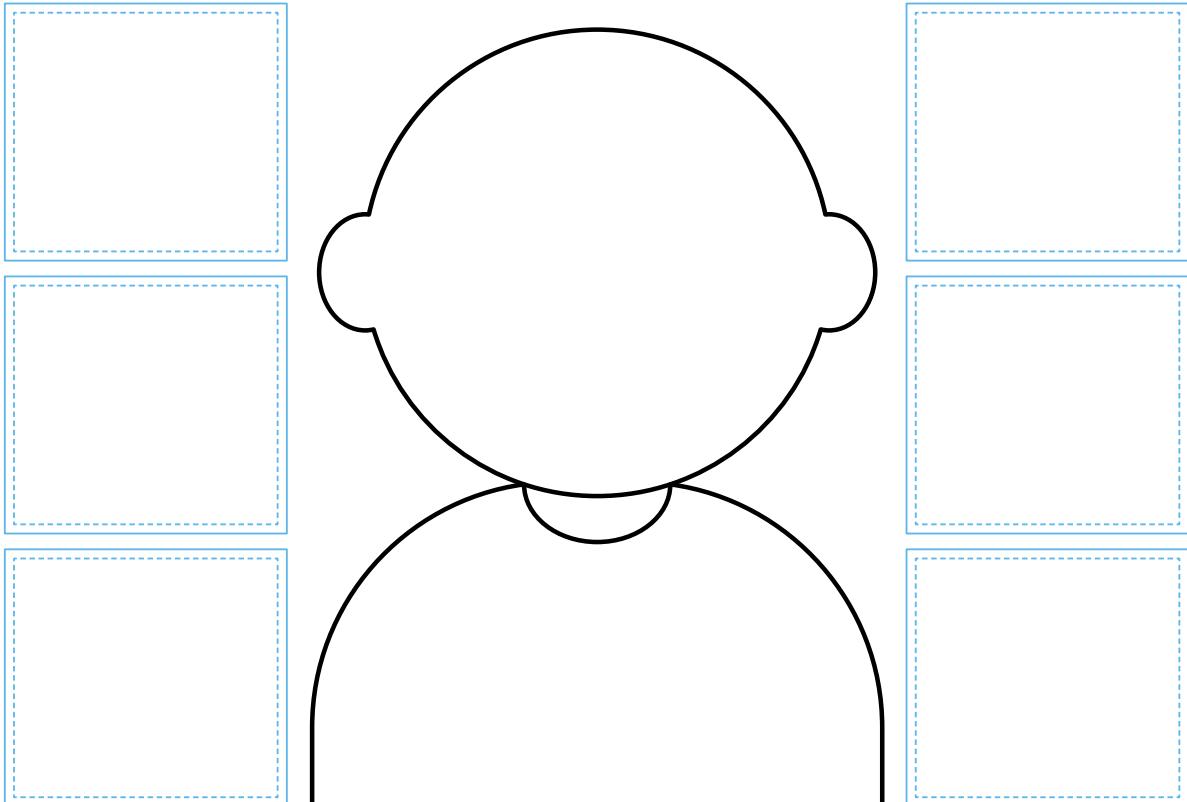
- 선택한 질문에 대한 답을 ‘이게 바로 나예요!’ 활동지에 적어요.

- 선택한 질문에 대한 답을 생각하면서 자신에 대해 자세히 들여다보는 기회가 될 수 있게 분위기를 조성해요.



탐구 질문을 활용하여 ‘이게 바로 나예요!’를 완성하고 자신을 소개해 봅시다.

## 이게 바로 나예요!



- 자신의 특징이 잘 드러나도록 자신의 모습을 완성하는 활동도 함께 하도록 해요.  
선택한 질문이 아니어도 활동 중에 생각이 나는 내용은 추가할 수 있도록 해요.  
답을 적는 곳이 부족한 경우에 붙임쪽지 등을 활용하도록 해요.  
자기 소개하기는 학급 전체, 모둠, 짹 등 다양하게 할 수 있도록 하되 모든 학생이 참여하도록 해요.

친구들의 소개를 잘 들으면서 나와 비슷한 점과 다른 점을 찾아봐요.  
서로에 대해 더 이야기하며 좋은 점을 칭찬하고 응원하는 말도 나누어 봐요.





나에 대해 탐구하고 소개하는 활동을 하고 난 소감을 나누어 봅시다.

- 나 자신에 대해 무엇을 알게 되었나요?
- 새롭게 알게 된 것은 무엇인가요?
- 나 자신에게서 발견한 가장 소중한 것은 무엇인가요?

친구와 활동 소감을 나누고  
나를 가장 잘 나타낼 수 있는 말을  
적어 보아요.



# 나( )은/는 \_\_\_\_\_  
이다.



내 안에 빛이 있으면 스스로 빛나는 법이다.

가장 중요한 것은 나의 내부에서 빛이 꺼지지 않도록 노력하는 일이다.

- 알버트 슈바이처(1875~1965) -

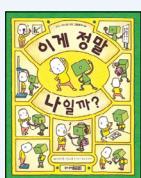
- 자신을 소중하게 여기고 긍정적인 자아상을 가지게 하기 위한 활동이므로 다른 사람과 비교하지 않고 자신만의 특별함과 고유성을 인식하고 표현하도록 지도해요.

## 실천하기



‘나’에 대해 더 자세히 알아보는 시간을 갖기 위해 그림책을 찾아 읽어 봅시다.

① 이게 정말 나일까?



② 나



③ 내 이름



④ 나는 누구인가요?



⑤ 나에겐 비밀이 있어



⑥ 나는요,



⑦ 꼬마 카멜레온의  
커다란 질문



⑧ 너는 어떤 힘을  
가지고 있니?



## 감정 넌 누구니?

>>> 교과서 13~16쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 다양한 감정에 대해 알아보고 나의 감정에 이름을 붙일 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 감정의 의미와 필요성 알아보기</li> </ul>
함께하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 얼굴 표정 보고 감정의 종류 말하기</li> <li>• 감정 놀이로 감정 단어 익히기</li> <li>• 자신의 감정에 이름 붙이기</li> </ul>
실천하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 감정 단어 사용하여 글이나 일기 쓰기</li> </ul>

### 3 성취 기준

- [4도-마음01-02] 감정의 종류를 알고 자신의 감정을 인식하여 이름을 붙이며 감정을 이해하고 적절하게 표현하는 태도를 기른다.

### 4 도움 자료

	〈감정 공감놀이〉	〈감정 단어 활용 글쓰기, 일기쓰기〉
	<p>• ‘너도’, ‘나만’이라고 외치는 방법 외에 술래가 감정을 말하면 ‘왜요’라고 묻고 같은 상황일 때 자리를 바꾸는 방법으로 놀이를 하는 감정 공감놀이를 소개하고 있어 학급 선호도에 맞게 활용하도록 한다.</p> <p>〈출처: Youtube, 이종대왕 수업놀이   감정공감놀이〉</p>	 <p>• 감정 단어를 분류해서 감정에 대해 좀 더 자세히 알 수 있도록 하고 감정 단어를 활용한 글쓰기를 할 때 ‘나에게 물어보는 질문’에 대해 답하고 이유를 쓰게 하는 활동으로 연계해서 활용하도록 한다.</p> <p>〈출처: Youtube, 진로수업 감정카드 UP〉</p>

### 5 지도의 유의점

- 이 차시는 다양한 감정의 종류에 대해 알아보고 자신의 감정을 인식하여 이름을 붙임으로써 자신의 감정을 이해하고 적절하게 표현하며 소중히 여기는 태도를 가지는 것이 목적이다.
- 이 차시의 학습으로 감정 이름 붙이기를 모든 학생이 연습할 수 있도록 학급 학생 수나 상황에 따라 적절하게 짹 및 모둠 또는 전체 활동으로 구성하여 지도하며, 사전 활동인 다양한 감정을 나타내는 말 익히기가 충분히 이루어진 후에 활동하도록 한다.

# 감정, 넌 누구니?

다양한 감정에 대해 알아보고 나의 감정에 이름을 붙여 봅시다.



마음속에는 다양한 감정들이 있어요. 매일 느끼는 소중한 나의 감정에 대해 함께 알아볼까요?

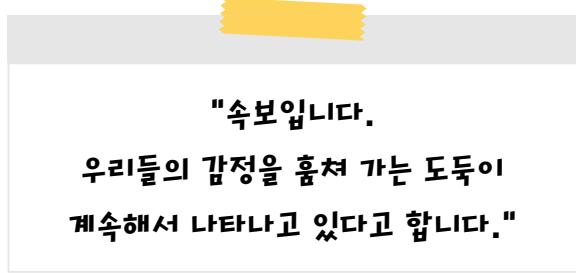


다음 내용을 보고 떠오르는 것을 다 같이 말해 봅시다.

- 우리는 매일 이것을 느끼며 살아요.
- 우리에게 일어나는 상황에 따라 변할 수 있어요.
- 우리의 몸과 마음에 영향을 주어요.
- 친구들과 지낼 때 중요한 역할을 해요.



글을 읽고 친구들과 함께 이야기를 나누어 봅시다.



- 교사가 직접적으로 설명하지 않고 학생들이 자신의 말로 표현할 수 있도록 짹, 모둠활동 등을 통해 활발하게 생각을 나눌 수 있는 기회를 제공하도록 해요.

감정이 모두 사라져 버리면  
어떻게 될까요?



<출처: 우당탕탕 잡았다, 내 감정!(2023). 이다솜 글. 개띠랑 그림. 개띠랑>



## 함께하기



얼굴 표정을 보고 어떤 감정인지 3가지 이상 적어 봅시다.



(예) 기쁘다



(예) 화나다



(예) 슬프다



(예) 놀라다



짝과 함께 감정 단어를 말하고 그 감정과 관련된 자신의 경험을 나누어 봐요.

### 나는 이럴 때 이런 **감정**을 느꼈어!

- 위에 적힌 감정 외에 다양한 감정 단어를 말하도록 허용해요.  
 '나는 이럴 때 이런 감정을 느꼈어!'에도 학생들이 자신의 감정을 충분히 인식하고 표현할 수 있도록 해요.



감정 목록표에 있는 감정 단어로 친구들과 함께 여러 가지 감정 놀이를 해 봅시다.

- 놀이의 종류와 형태(반 전체, 모둠별, 팀 대항, 팀별 등)는 학급의 상황에 맞게 선택해서 하도록 해요.

부록1

107쪽, 109쪽

여러 가지 감정 단어를 익히고 자신의 감정을 정확하게 이해하고 표현하는데 초점을 두는 것이 중요하다는 것을 계속 강조하면서 놀이에 임하도록 해요.

감정 목록표에 있는 감정 단어를 다 같이 살펴보고 놀이를 시작해 볼까요?



### 놀이명

### 활동 방법

#### 감정 텔레파시 놀이

- ① 반 전체를 두 팀으로 나누어 제한 시간을 두고 팀별로 활동해요.
- ② 팀에서 한 명이 '텔레파시 보내는 사람'이 되어 감정 단어를 보고 몸짓이나 표정으로 표현하면 다른 팀원들은 '텔레파시 맞히는 사람'이 되어 활동해요.
- ③ 역할은 서로 돌아가면서 하도록 하고, 몸짓과 표정을 이용하여 적극적으로 감정을 표현하도록 해요.

#### 감정 이구동성 놀이

- ① 반 전체를 두 팀으로 나누어 팀별로 감정 목록표에 있는 감정 단어를 선택해요.
- ② 팀 안에서 감정 단어의 글자수 만큼의 인원을 선택하여 해당 단어를 동시에 큰소리로 외쳐요.
- ③ 상대 팀에서 맞히면 맞힌 팀이 점수를 얻어요.
- ④ 감정 단어를 말할 때 큰 소리로 외치는 것이 가장 중요해요.

#### 감정 공감 놀이

- ① 반 전체나 모둠별로 둉글게 앉아요.
- ② 각자 감정 단어를 선택하고 한 명이 원 가운데로 가서 그 감정을 느낀 상황을 이야기해요.
- ③ 이야기를 듣고 같은 감정을 느낀 학생들은 일어서면서 '나도'라고 손을 들고 외쳐요. '나도'라고 외치는 사람이 없으면 '나만'이라고 외치고 자리로 돌아 가서 앉아요.
- ④ 한 사람이 끝나면 다음 차례로 넘어가면서 해요.

- 학생들이 어떤 상황에서 느끼는 감정이 다양하다는 것을 인지하고 이런 감정들에 대한 원인과 이것이 행동에 미치는 영향에 대해 생각해 보는 시간이 되도록 지도해요.



내가 지금까지 느꼈던 감정을 떠올려 보고 감정의 이름을 붙여 봅시다.

감정을 느낀 상황	감정	얼굴 표정
마음에 드는 생일 선물을 받았을 때	(예) 행복하다 기쁘다 만족하다	

어떤 일이 일어났을 때 자신의 감정을 떠올려 보고, 어울리는 감정의 이름을 붙여 봅요.  
얼굴 표정을 표현하기 어려울 때는 거울을 활용해 보세요.



감정 목록표를 보고 오늘 나의 감정과 그 이유를 짹에게 말하고 활동 소감도 나누어 봅시다.

- 일상 생활에서 자신의 감정을 인식하고 잘 표현할 수 있도록 글쓰기 이외에도 감정 카드, 감정 단어 목록 등을 교실에 비치, 게시해 두도록 해요.

### 실천하기



앞으로 자신의 생각과 느낌을 글이나 일기로 쓸 때 감정 단어를 사용하도록 노력해 봅시다.



## 진정한 내 모습, 찾아볼까?

&gt;&gt;&gt; 교과서 17~22쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 나의 강점과 약점을 찾아 자신의 가치를 발견할 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• '강점', '약점' 단어를 보고 떠오르는 생각 나누기</li> </ul>
함께하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 다양한 관점에서 나의 강점 찾기</li> <li>• '나의 강점 소개서' 만들기</li> <li>• 그림책을 읽고 나의 약점 떠올리기</li> <li>• '빨간 점? 괜찮아!' 놀이하기</li> </ul>
실천하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 나의 강점사전 만들기</li> </ul>

### 3 성취 기준

- [4도-마음01-03] 자신의 강점과 약점을 찾아 자신의 가치와 필요를 이해한다.

### 4 도움 자료

	제목	『오늘은 나도 슈퍼 영웅!』 2022, 사파리
	작가	스테파니 클락슨, 그웬 밀워드
	소개	자신을 평범하다고 생각하는 아이들에게 내가 가진 특별함에 대해 생각해 볼 수 있게 하는 이야기. 교과서 19쪽의 '나의 강점 소개서 만들기' 활동 전에 이 그림책을 함께 읽으면 활동에 대한 이해도를 높이고 학생들의 긍정적인 자아상 형성에 도움을 줄 수 있다.
	제목	『빨간 점』 2024, 길벗어린이
	작가	김지영
	소개	나만 가지고 있는 것 같았던 크고 선명한 약점이 사실은 누구나 가지고 있는 것이었음을 깨달을 수 있는 이야기. 부끄럽고 숨기고 싶은 것으로 여기던 약점에 대해 학생들이 다시 생각해보고 있는 그대로의 자신을 받아들이고 인정할 수 있도록 독려하기 위해 본 차시의 학습 자료로 사용한다.

### 5 피드백의 유의점

- 이 차시는 자신의 강점과 약점을 탐색하고 이해하는 과정을 통해 자신의 가치와 필요를 긍정적으로 인식하는 것이 목적이다.
- 이 차시의 학습으로 교사의 다양한 질문과 학생들 간의 대화를 통해 강점과 약점에 대한 올바른 인식을 가지고 긍정적인 자아상을 형성하도록 지도하며, 학생들이 서로의 강점과 약점에 대해 존중하는 태도로 수업에 참여하도록 유의한다.

# 진정한 내 모습, 찾아볼까?

나의 강점과 약점을 찾아 진정한 내 모습을 발견해 봅시다.



모든 사람들은 강점과 약점을 함께 가지고 있어요.

나의 강점과 약점은 무엇일까요? 나의 강점과 약점을 어떻게 바라보면 좋을까요?



다음 낱말을 보고 떠오르는 것을 자유롭게 적어 봅시다.

(예) 잘하는 것, 자신있는 것, 자랑하고 싶은 것…

강점

(예) 못하는 것, 자신없는 것, 숨기고 싶다, 창피하다…

약점

- 단어의 의미, 느낌, 구체적인 내용 등을 마인드 맵핑을 통해 자유롭게 적을 수 있도록 지도하고, 두 단어에 대한 인식을 학급 친구들과 공유할 수 있도록 해요.

수업이 모두 끝난 후 처음 수업을 시작할 때와 어떻게 생각이 달라졌는지 이야기 나누면 좋아요.



나의 강점이나 약점을 발견했던 순간이 있었나요? 그 때 어떤 마음이 들었나요?  
친구들과 이야기를 나누어 봅시다.

- 강점과 약점에 대한 경험을 떠올리고 그에 대한 감정과 생각을 충분히 나누어요.  
'짝-전체' 형태로 활동을 전개할 수 있어요.

- 모둠 친구들과 [강점 릴레이 놀이]를 통해 더 많은 강점을 찾을 수 있어요.
1. 모둠 친구들끼리 강점을 종이 카드에 최대한 많이 적어요. (한 장에 강점 1가지)
  2. 순서를 정해 돌아가며 카드를 내고 강점을 1가지씩 말해요.
  3. 내 강점이라고 생각하는 카드가 나오면 '잠깐, 내 강점이야!'라고 외치고 카드를 가지고 가서 뒤집어 놓아요.
  4. 2명 이상이 동시에 외치면 빈 종이에 카드를 복제해서 가지고 갈 수 있어요.
  5. 모둠 친구들이 처음 만들었던 카드가 모두 사라지면 놀이를 마무리하고, 뒤집어 둔 자신의 강점 카드를 살펴봐요.

## 함께하기



사람들은 저마다 다른 강점을 가지고 있어요. 아래의 다양한 강점 카드를 살펴보고 나의 강점을 모두 찾아 표시해 봅시다. 카드에 없는 나만의 강점이 있다면 빈 카드에 적어 봅시다.

그림을 잘 그려요.	종이접기를 잘해요.	노래를 잘 불러요.	춤추는 걸 좋아해요.
달리기를 잘해요.	축구를 잘해요.	줄넘기를 잘해요.	힘이 세요.
밥을 골고루 잘 먹어요.	발표를 잘해요.	심부름을 잘 해요.	아침에 혼자서 잘 일어나요.
재미있는 말과 행동으로 웃음을 줘요.	글씨를 또박또박 잘 읽어요.	수업 시간에 집중을 잘해요.	창의적인 생각을 자주 해요.
책을 많이 읽어요.	물건 정리를 잘해요.	청소를 깨끗하게 잘해요.	동물들을 잘 보살펴요.
친절하게 말해요.	양보를 잘해요.	예의 바르게 인사해요.	친구들과 협동을 잘해요.

생각하기에 따라 무엇이든 강점이 될 수 있어요.  
짝꿍이나 모둠 친구들과 서로의 강점을 찾아 주고 이야기를 나누어 보는 건 어떨까요?



- 활동 전에 지도서 34쪽 도움 자료의 그림책 『오늘은 나도 슈퍼 영웅!』를 함께 읽으면 활동에 대한 이해도를 높이고 스스로에 대한 자신감과 긍정적인 태도를 가지도록 지도할 수 있어요.

 내가 가진 강점을 어떻게 잘 활용하면 좋을까요? 가장 마음에 드는 나의 강점 1가지를 골라 강점을 멋지게 발휘하는 모습을 상상하며 '나의 강점 소개서'를 만들어 봅시다.

## 나의 특별한 강점을 소개합니다.

- 자신의 강점을 앞으로 어떻게 활용할 수 있을지 생각하며 자신의 가치와 필요를 스스로 느낄 수 있도록 지도해요. 사소한 강점이어도 누가 어떻게 활용하는지에 따라 특별한 강점이 될 수 있음을 학생들이 이해하도록 설명해요.



- 원하는 모습으로 캐릭터를 꾸미고, 뒤편의 원 안에는 자신의 강점을 발휘하는 모습을 상상하여 그릴 수 있도록 지도해요.

★ 어떤 강점인가요?

(예) 웃음이 많아요.

★ 이 강점으로 무엇을 할 수 있나요?

(예) 친구들의 말과 행동에 잘 웃어주고 싶어요. 그러면 친구들을 기분 좋게할 수 있고 우리 반 분위기가 즐거워질 거 같아요.

- 그림책을 읽으며 교사-학생, 학생-학생 간 다양한 질문과 대화를 통해 '약점'에 대한 부정적인 인식을 개선하고 새롭게 생각해 볼 수 있는 기회를 제공해요.
- 주인공이 가진 '빨간 점'이 '약점'의 의미를 가진 비유적 표현임을 이해할 수 있도록 지도해요.



그림책 『빨간 점』을 읽고 이야기를 나누어 봅시다.



## 함께 읽어요!

### '괜찮아! 우린 누구나 다 빨간 점이 있는 걸!'



어느 날 갑자기 얼굴에 빨간 점이 생긴 주인공은 빨간 점을 숨기려고 애써요. 하지만 빨간 점은 물로 씻으면 씻을수록, 거울을 보면 볼수록 오히려 더 커졌어요. 친구들이 놀러 오지만, 혹시라도 빨간 점이 보일까 걱정되어 제대로 놀 수도 없었어요. 어느 순간, 그토록 숨기고 싶었던 빨간 점이 드러나요. 놀림거리가 될 거라는 생각에 눈 앞이 캄캄해진 주인공.

그런데 무슨 일일까요? 각자의 빨간 점이 드러난 친구들의 모습이 보이고, 그 모습에 그간 주인공이 느꼈던 긴장과 불안은 사라져요. 그리고 모두 빨간 점을 잊고 자유롭게 어울려 놀게 되지요.

- 주인공은 왜 '빨간 점'을 숨기려고 했을까요?

(예) 다른 사람들이 알아채는 것이 부끄러워서, 자신의 약점이라고 생각해서

- 주인공이 가진 '빨간 점'은 어떤 것이었을지 예상해 보고, 모둠 친구들과 이야기를 나누어 보아요.

(예) 달리기를 못한다. 친구들과 사이좋게 지내기 어렵다. 혼자 머리를 못 감는다.

- 빨간 점이 들킬까 봐 불안해하는 주인공에게 어떤 말을 해주고 싶나요?

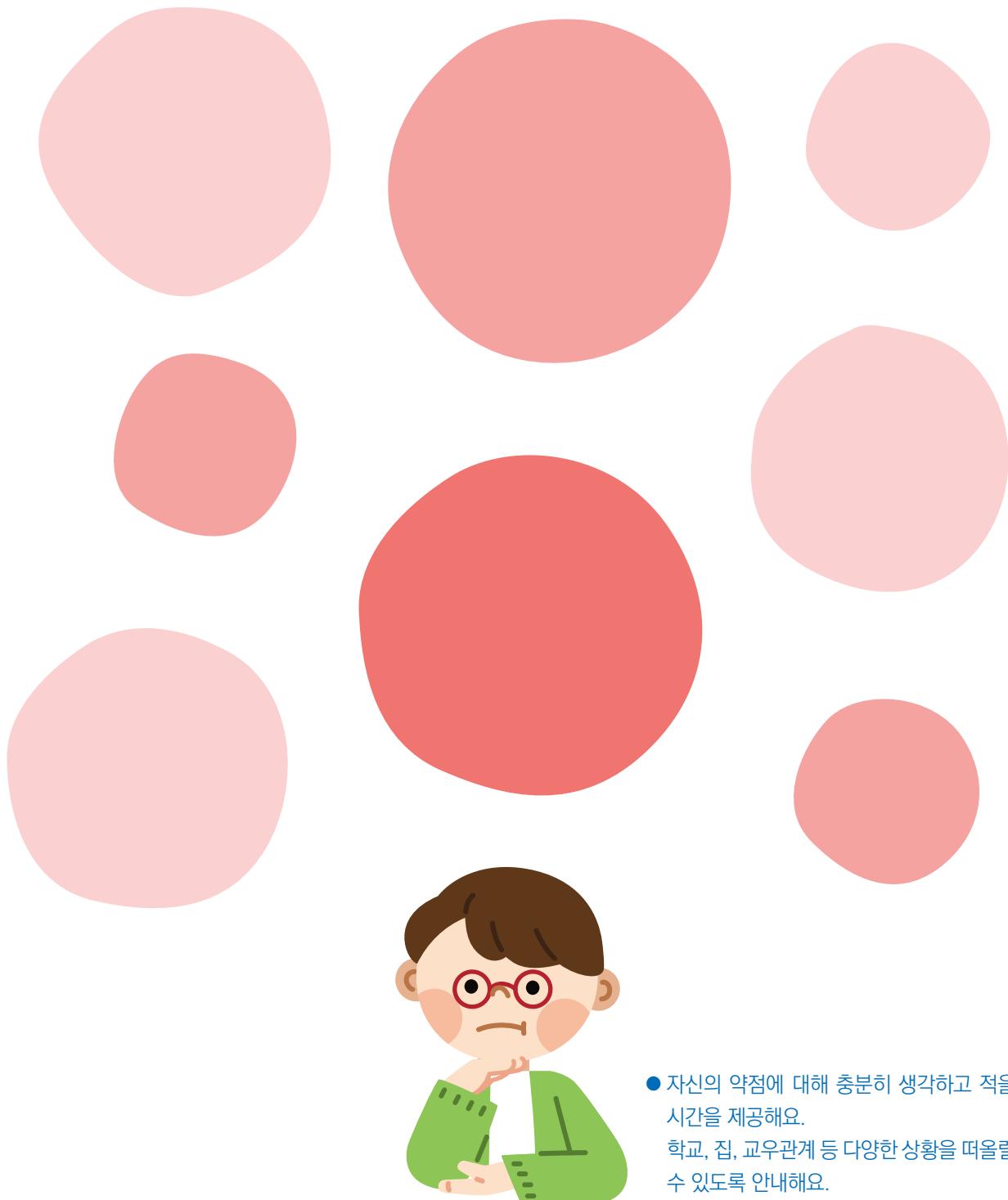
(예) 괜찮아! 모든 사람들은 다 자기만 아는 빨간 점을 가지고 있어.  
빨간 점은 누구나 가지고 있는 거야. 부끄러운 게 아냐.

- 내가 주인공이라면, 빨간 점을 발견하고 나서 어떻게 행동하고 싶나요?

(예) 부모님이나 선생님에게 말하고 도움을 요청할 것이다. 친구들에게 솔직하게 보여주고 이해해달라고 할 것이다.



누구나 자신만의 강점을 가지고 있듯이, 누구나 자신만의 약점도 가지고 있어요. 나에겐 어떤 약점이 있는지 떠올려보고, 아래의 빨간 점 안에 하나씩 적어 봅시다.



- 자신의 약점에 대해 충분히 생각하고 적을 시간을 제공해요.  
학교, 집, 교우관계 등 다양한 상황을 떠올릴 수 있도록 안내해요.

- 자신의 약점을 친구에게 솔직하게 말하는 놀이를 하기 위해서는 안전한 학급 분위기를 형성하는 것이 중요해요. 모두가 약점을 가지고 있음을 인지하고, 친구를 존중하고 이해하는 마음을 가지고 놀이에 참여하도록 지도해요. 특히, 놀이 중에 알게 된 친구의 약점을 가지고 놀리거나 장난을 칠 경우에 일어날 문제 상황을 충분히 설명하고, 서로의 비밀을 잘 지켜줄 수 있도록 안내해요.



학급 친구들과 ‘빨간 점? 괜찮아!’ 놀이를 해 봅시다.

### 놀이 방법

- ① 앞의 활동에서 찾은 약점의 개수만큼 내 손등에 빨간 점 스티커를 붙여요.
- ② 교실을 자유롭게 돌아다니며 손등에 스티커가 붙은 친구와 만나요.
- ③ 만난 친구에게 자신이 가진 약점의 내용을 솔직하게 말해줘요.
- ④ 내용을 들은 후, 친구에게 다정한 위로의 말을 건네주고 친구의 손등에 있는 스티커 1개를 떼줘요.  
(예) 괜찮아~그럴 수도 있지, 나도 그런 걸? 누구나 그래!, 속상하겠다..그렇지만 너는 잘하는 것도 많잖아!
- ⑤ 서로의 스티커를 떼줬다면 함께 ‘빨간 점? 괜찮아!’라고 외치며 신나게 하이파이브를 해요.
- ⑥ 친구의 손등에서 떼낸 스티커는 교실에 있는 큰 종이에 붙여서 모두 모아요.
- ⑦ 친구들의 손등에 스티커가 모두 없어질 때까지 놀이를 하고 자리에 앉아요.

- 신체적, 정서적인 이유 등으로 얼굴에 스티커를 붙이기 어려워하는 학생이 있다면 스티커를 손등 또는 팔 위에 붙여 활동에 참여할 수 있도록 지도해요.

● 칠판에 모은 우리 반 친구들의 빨간 점 스티커를 보니 어떤 생각이 드나요?

● 놀이를 하며 약점에 대한 생각이 어떻게 변했는지 친구들과 이야기를 나누어요.

### 실천하기



일상에서 나의 멋진 강점들을 찾아 나만의 ‘강점 사전’을 만들어 봅시다.

부록2

111쪽

집에서 나를 가장 많이 보는 가족들에게 나의 강점을 물어볼까요?  
학교에서 발견하지 못했던 놀라운 나의 강점을 찾을 수도 있어요!





## ‘더 나은 나’를 만들어요.

>>> 교과서 23~26쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 더 나은 내가 되기 위한 방법을 탐색하며 미래의 내 모습을 상상할 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 변화시키고 싶은 나의 현재 모습 떠올리기</li> </ul>
함께하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ‘더 나은 나’가 되기 위한 방법 탐색하기</li> <li>• 미래의 내 모습을 상상하며 성장 미로 완성하기</li> </ul>
실천하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 미래에 바라는 내 모습을 찾아 나만의 꽃 완성하기</li> </ul>

### 3 성취 기준

- [4도-마음01-04] 긍정적인 태도로 더 나은 자신이 되기 위한 구체적인 방법을 탐색한다.

### 4 도움 자료

 (예)	<b>〈‘더 나은 나’가 되기 위한 방법 탐색하기〉</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 활동 전에 (예)를 제시하여 활동 방법을 정확히 이해하고 활동에 참고하도록 활용할 수 있다.</li> <li>• 학급 상황에 맞게 모둠활동 또는 학급 전체 활동으로 전개하여 ‘더 나은 나’가 되기 위한 방법을 다양하게 찾을 수 있도록 한다.</li> <li>• 협동 학습으로 전개하여 모두가 각자의 고민을 가지고 있다는 사실을 인지하고, 서로의 고민과 약점을 수용하고 도와주는 학급 분위기를 형성할 수 있도록 유의하여 활동한다.</li> </ul>

### 5 지도의 유의점

- 이 차시는 스스로에 대한 긍정적인 인식을 바탕으로 미래에 더 나은 자신이 되고 싶은 마음을 가지고 구체적인 방법을 탐색하는 것이 목적이다.
- 이 차시의 학습에서 더 나은 자신이 되기 위한 과정을 다양한 방법으로 탐색하고 미래의 모습을 구체적으로 상상하도록 하여, 미래의 자신에 대한 목적 의식과 향상심을 가질 수 있도록 지도한다.

## ‘더 나은 나’를 만들어요.

더 나은 내가 되기 위한 방법을 탐색하며 미래의 내 모습을 상상해 봅시다.

 앞으로 나는 어떤 사람이 되고 싶나요?

내가 원하는 미래의 내 모습을 위해 어떤 노력을 할 수 있을까요?



 아래의 그림을 보고 함께 이야기를 나누어 봅시다.

요즘 왜 자꾸 친구들과 다투게 될까? 내가 짜증을 많이 내는 것 같은데…

나는 친구들과 사이좋게 지내는 사람이 되고 싶은데, 어떡하지?



- 그림 속 친구가 고민하고 있는 것은 무엇인가요?
- 그림 속 친구를 도와주기 위해 어떤 방법을 알려주면 좋을까요?
- 나에게도 그림 속 친구처럼 변화시키고 싶은 현재의 모습이 있나요?

지난 수업에서 찾은 나의 약점이나

일상생활 속에서 발견한 나의 아쉬운 점을 떠올려 봅시다.



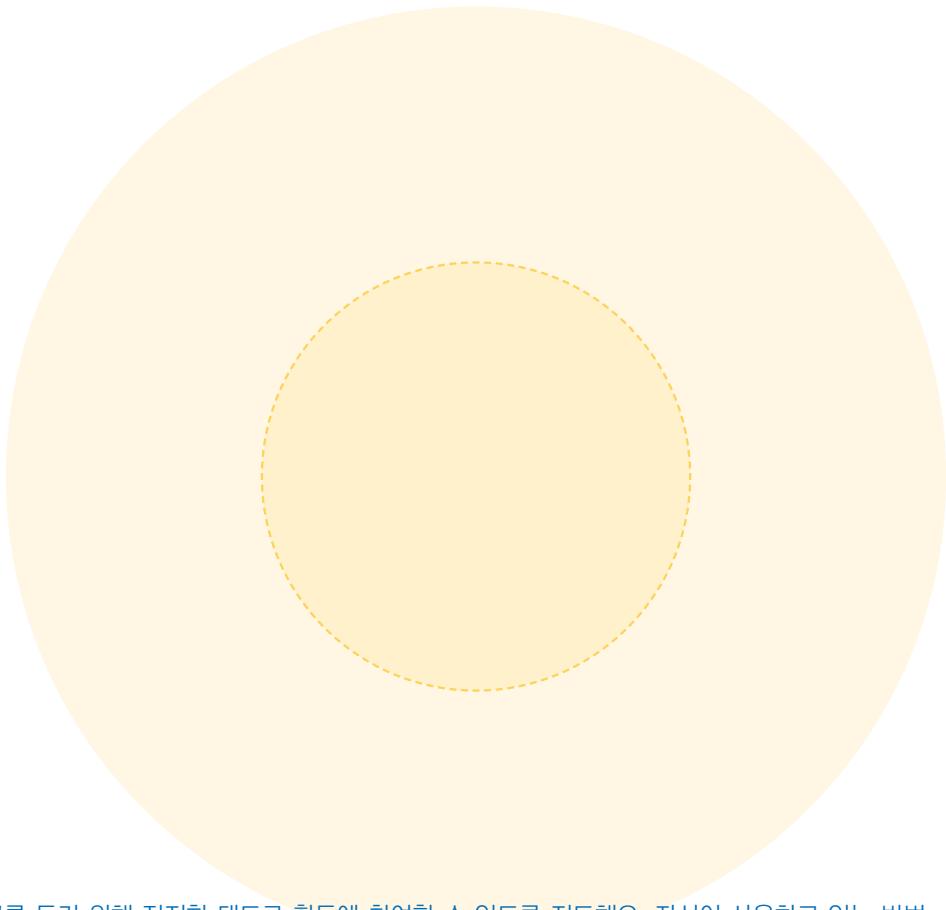


## 함께하기

- 지도서 41쪽 활동 (예)를 제공하여 활동 방법을 정확히 이해하고 참고하도록 지도해요.



친구들과 함께 미래의 ‘더 나은 나’가 되기 위한 방법을 찾아 봅시다.



- 친구를 돋기 위해 진지한 태도로 활동에 참여할 수 있도록 지도해요. 자신이 사용하고 있는 방법, 새롭게 제안하는 방법 등 많은 방법을 적을수록 친구를 도와줄 수 있어요.

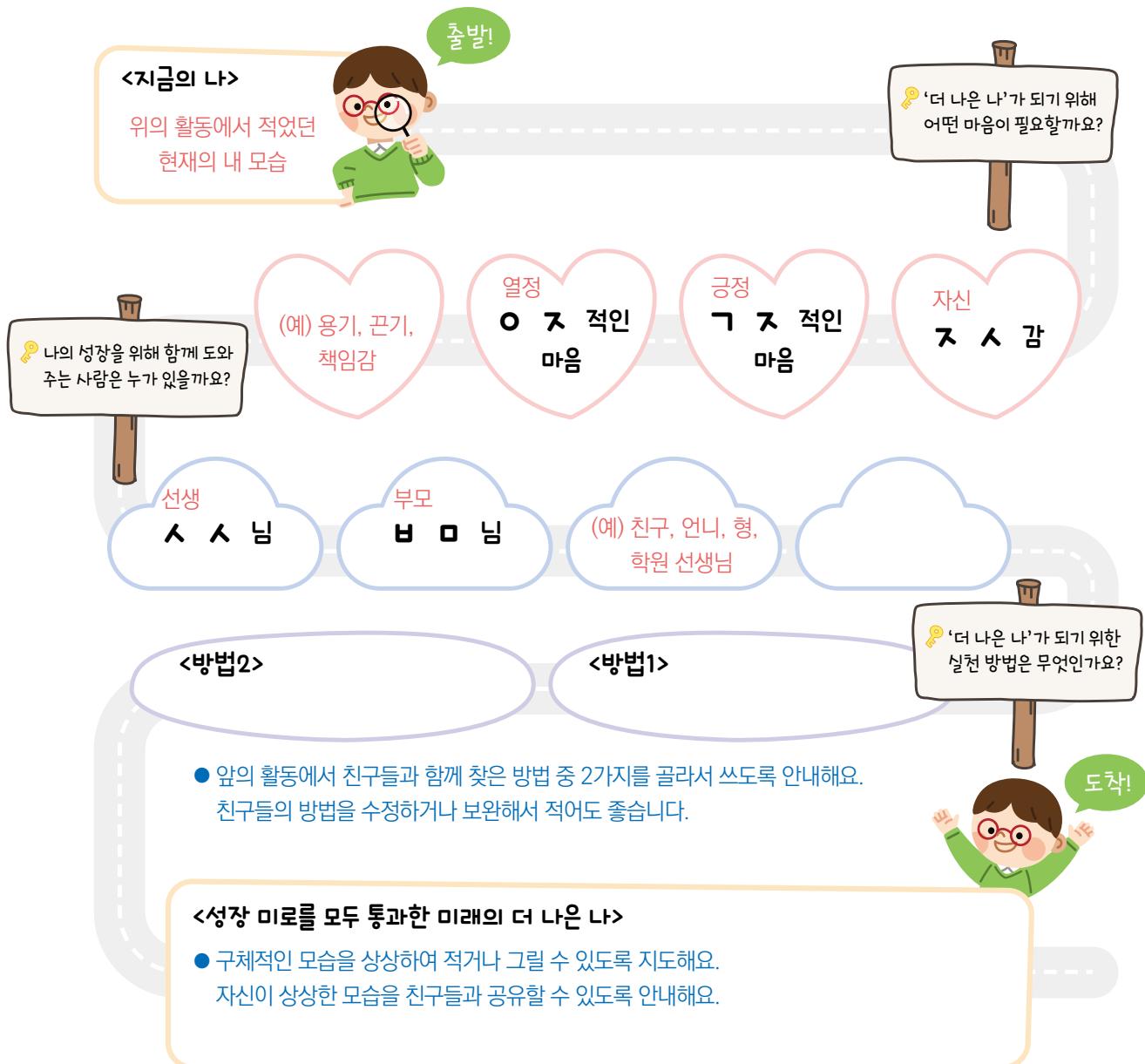
### 활동 방법

- ① 변화시키고 싶은 현재 나의 모습에 대한 고민을 작은 원 안에 적어요.
- ② 모둠 친구들끼리 한 칸씩 자리를 옮기며 활동해요.
- ③ 친구의 작은 원을 보고 도움이 되는 방법을 바깥 원에 자유롭게 적어 주어요.
- ④ 한 바퀴를 돋 후, 자기 자리에 돌아와 친구들이 적어 준 내용 살펴봐요.
- ⑤ 친구들이 적어 준 것을 보며 실천하고 싶은 방법에 동그라미를 치고 함께 이야기를 나누어요.



친구들과 찾은 방법을 바탕으로 ‘성장 미로’를 완성하고 미래의 ‘더 나은 나’를 상상해 봅시다.

- ① <지금의 나> 칸을 채운 뒤, 미로를 따라 선을 그으며 출발해요.
- ② 질문에 대한 답을 완성해야 미로를 통과할 수 있어요. ► 초성 단어 완성하기 **빈칸** 내용 채워 넣기
- ③ 모든 질문을 통과한 후, ‘더 나은 나’의 모습을 상상해 자세히 적어요.

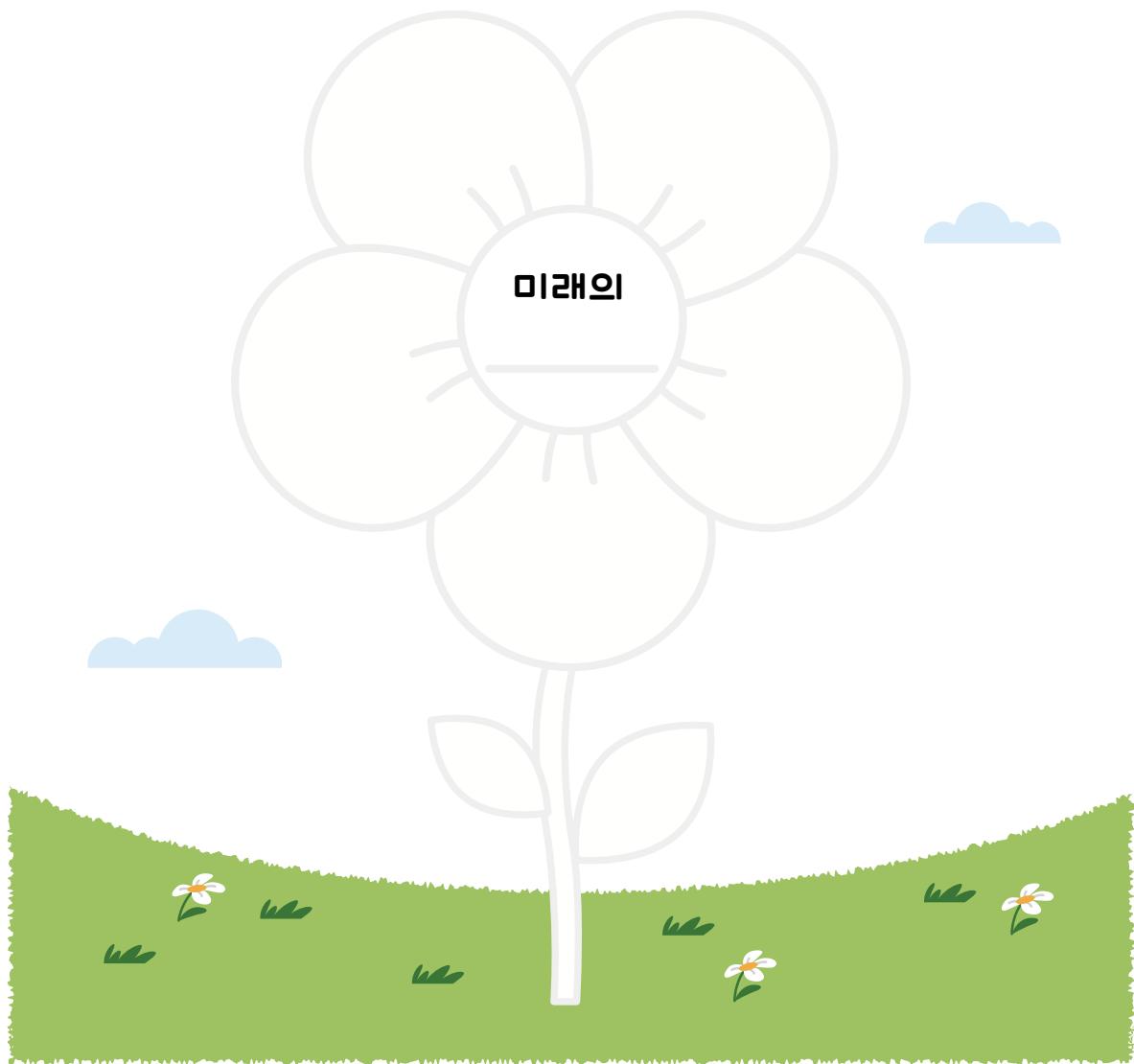


## 실천하기



일상 속에서 더 나은 내 모습을 찾아 미래에 활짝 필 나만의 꽃을 완성해 봅시다.

- ① 꽃 중간 밑줄이 있는 곳에 나의 이름을 적어요.
- ② 꽃잎 한 장마다 내가 바라는 미래의 더 나은 내 모습을 1가지씩 적어요.  
(예) 누구에게나 친절한 나 / 정리 정돈을 깨끗하게 잘하는 나 / 동물들과 행복하게 지내는 나
- ③ 꽃잎의 내용이 다 채워졌다면 나만의 꽃을 예쁘게 꾸며요.



MEMO

## 2. 긍정적인 나를 만들어요



### 1 단원 설정의 취지 및 지도 중점

이 단원은 ‘자기 관리 역량’을 기르고자 설정된 단원이다.

‘자기 관리 역량’은 다양한 상황에서 자신의 감정을 알아차려 올바르게 표현하고, 스스로에게 긍정적인 동기를 부여하여 성장할 수 있음을 의미한다. 정서 표현, 정서 조절, 정서 관리를 통해 ‘자기 관리 역량’을 기를 수 있으며, 여러 가지 감정에는 이유가 있음을 인정하고 더 나은 자신으로 발돋움하는 데 중점을 두었다.

따라서 이 단원에서는 자신의 감정을 올바르게 표현하며 화와 슬픔을 조절하는 것, 조금씩 변화하기 위한 노력들을 중심으로 지도하는 것이 효과적이다. 목표를 수립하여 달성하는 것도 중요하지만 긍정적인 동기 부여와 실천이 이루어지지 않는 부분에 대한 성찰을 중요시한다.

### 2 단원의 성취 기준

- [4도-마음02-01] 여러 가지 상황에서 경험하는 나의 마음을 바르게 표현한다.
- [4도-마음02-02] 부정적인 결과를 가져올 수 있는 감정을 다스리고 조절하는 방법을 실천한다.
- [4도-마음02-03] 나의 생활을 긍정적으로 바라보며 변화를 가져올 수 있는 목표를 세운다.

### 3 단원의 핵심 아이디어와 내용 요소

핵심 아이디어	<ul style="list-style-type: none"> <li>다양한 상황에서 경험하는 감정을 바르게 표현하고, 조절하는 것은 나의 생각과 행동을 발전하도록 하는 데 도움이 된다.</li> <li>긍정적인 마음을 가지는 것은 부정적 상황을 새롭게 바라볼 수 있는 관점을 제공하고 행복한 삶을 향한 태도를 기르게 한다.</li> </ul>
내용 요소	
지식 · 이해	<ul style="list-style-type: none"> <li>여러 가지 상황에서 경험하는 감정을 바르게 표현하는 것이 중요한 이유 이해하기</li> <li>화, 슬픔, 답답함 등 감정을 조절하고 다스리는 방법 알아보기</li> <li>부정적 상황을 새로운 관점으로 생각하는 것의 좋은 점 알아보기</li> </ul>
과정 · 기능	<ul style="list-style-type: none"> <li>여러 가지 상황에서 경험하는 자신의 감정을 바르게 표현하기</li> <li>화, 슬픔 등 감정을 알아차리고 적절하게 조절하기</li> <li>부정적인 생각을 긍정적으로 전환하여 변화를 가져올 수 있는 목표 세우기</li> </ul>
가치 · 태도	<ul style="list-style-type: none"> <li>자신의 감정을 소중히 여기는 태도 가지기</li> <li>화와 슬픔 등 감정을 조절하기 위해 노력하는 태도 지니기</li> <li>부정적인 상황을 극복하고 긍정적으로 바라보며 실천하는 자세 기르기</li> </ul>

## 4 단원의 내용 체계

차시	학습 주제	학습 내용	준비물
1	내 마음의 이야기를 들려줄게 (1)	<ul style="list-style-type: none"> <li>초성 퀴즈를 하며 마음 알아보기</li> <li>나의 마음 상태 살펴보고 '감정 날씨도'에 나타내기</li> </ul>	붙임쪽지(하트 모양)
2	내 마음의 이야기를 들려줄게 (2)	<ul style="list-style-type: none"> <li>『마음을 담은 병』 읽으며 이야기 나누기</li> <li>가족과 함께 내 마음을 담은 병 만들기</li> </ul>	『마음을 담은 병』 색깔 카드, 투명한 병 색연필, 사인펜
3	내 마음을 바라보며 돌보아 줄게 (1)	<ul style="list-style-type: none"> <li>'탄산수 실험'을 하며 면총의 중요성 느끼기</li> <li>화가 났던 경험을 떠올리며 다스리는 방법 찾기</li> </ul>	탄산수 2병, 걸레
4	내 마음을 바라보며 돌보아 줄게 (2)	<ul style="list-style-type: none"> <li>슬프거나 답답한 마음을 흘려보내는 방법에 대해 생각하기</li> <li>내가 실천할 수 있는 방법을 찾아 꾸준함 더하기</li> </ul>	붙임쪽지
5	더 성장하는 내가 될게 (1)	<ul style="list-style-type: none"> <li>효율적인 시간 관리를 위한 일의 우선순위 정하기</li> <li>나의 하루 계획 세워 실천하기</li> </ul>	
6	더 성장하는 내가 될게 (2)	<ul style="list-style-type: none"> <li>나의 모습을 새롭게 바라보며 성장 도넛 만들기</li> <li>긍정적인 나를 만들기 위한 목표 세우기</li> </ul>	색연필, 사인펜

## 5 평가 방법

- 감정을 경험했던 상황을 떠올리고 관련된 그림책을 읽고 여러 가지 활동을 하면서 새롭게 알게 된 사실과 느낌을 나누며 학생들이 자기 관리 역량에 대해 생각하도록 한다.
- 학생들이 숨기고 싶은 마음, 다른 사람이 알기 바라는 마음을 글과 그림으로 구체적으로 표현할 수 있는지 확인한다. 활동지의 물음에 답한 내용을 구술형, 서술형 평가와 연결하도록 한다.
- 학생들이 선택한 방법을 가정과 학교에서 실천했는지 확인하며 점검하도록 한다. 점검 목록을 작성한 후, 계획대로 실천하고 있는지 살피며 발전을 도모하도록 한다.

## 6 단원 피드 유의 사항

- 퀴즈와 그림책 읽기 등 동기유발을 통해 여러 가지 상황에서 느낄 수 있는 마음을 알아보고, 구체적으로 표현하도록 한다.
- 학생들은 화와 슬픔, 답답함을 느꼈던 경험을 이야기하며 공감대를 형성한다. 간단한 실험과 놀이 활동을 통해 학생들은 다른 사람에게 피해를 주지 않으며 조절하는 방법에 대해 느낄 수 있다.
- 부정적인 상황에 대해 학생들이 어렵게 느낄 수 있으므로 실패만 생각하려는 자세, 나에 대해 좋지 않은 면만 바라보는 모습들(부정적인 관점)도 포함됨을 말한다.
- 실천하기 어려운 계획보다는 실천 가능성을 높일 수 있는 방법을 소개한다. (예) 계획: 운동하기, 실천 가능성을 높이기 위한 방법: 운동화를 신고 외출하기

## 2. 긍정적인 나를 만들어요

☑ 나의 마음을 표현하지 못하여 힘들었던 적이 있나요?

나의 마음을 올바르게 표현하고 조절하려면 어떻게 해야 할까요?

☑ 나의 생활을 긍정적으로 돌아보며

변화를 가져올 수 있는 방법에는 무엇이 있을까요?

- 다른 사람들과 어울려 살아가기 위해 나의 감정을 긍정적인 방향으로 표현하고 조절할 수 있어야 합니다. 이것을 '자기 관리 역량'이라고 합니다.



# 나의 마음을 바르게 표현하며 긍정적으로 변화하기 위한 노력, 지금부터 시작해 볼까요?

● 이 단원에서는 자기 관리의 하위 역량인 정서 표현, 정서 조절, 정서 관리를 배웁니다.

③ 생활 습관을 만들며  
나의 모습 관리하기

④ 긍정적인 나의 모습을 바라보며  
새로운 목표 세우기

① 다양한 상황에서 경험하는  
나의 마음 표현하기

② 화가 나거나 슬퍼하는 마음을  
알아차리고 다스리기





## 내 마음의 이야기를 들려줄게 (1)

&gt;&gt;&gt; 교과서 29~31쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 다양한 상황에서 나의 마음을 정확하게 표현할 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	• 초성 퀴즈를 하며 마음 알아보기
함께하기	• 나의 마음 상태 살펴보고 ‘감정 날씨도’에 나타내기 • ‘감정 날씨도’를 만들며 좋았던 점, 아쉬운 점 이야기하기
실천하기	• 매일 아침 나의 마음을 ‘감정 날씨도’에 표현하며 친구들과 함께하기

### 3 성취 기준

- [4도-마음02-01] 여러 가지 상황에서 경험하는 나의 마음을 바르게 표현한다.

### 4 도움 자료

내 마음 초성 퀴즈	• 「아홉 살 마음 사전」에 나오는 감정 단어 중 하나를 골라〈내 마음 초성 문제〉를 만들어 친구들과 퀴즈를 풀어볼 수 있다.
	제목 『아홉 살 마음 사전』 2023, 창비
	작가 박성우
	소개 여러 가지 상황에서 마음을 표현하는 단어 80개를 활용하여 구체적인 방법을 익힐 수 있다. 이 책은 자기가 느끼는 감정을 제대로 말하지 못하거나 단순한 표현을 반복해서 사용하는 학생들이 정확하게 이해하고 표현하는 데 도움을 준다. 특히, 수업의 도입 또는 정리 단계에서 활용하여 학생들이 더 많은 감정을 느낄 수 있도록 한다.

### 5 지도의 유의점

- 이 차시는 여러 가지 감정을 표현하는 것이 중요한 이유를 이해하고 상황에 따라 정확하게 표현하는 것을 목적으로 한다.
- 감정에 대하여 이야기하는 것을 어려워하는 학생들은 『아홉 살 마음사전』을 읽고 다양한 상황에서 경험하는 자신의 감정을 찾아 표현하도록 한다. 일상생활 속에서 꾸준히 반복하여 연습하도록 지도한다.
- 감정을 좋고 나쁜 것으로 나눌 수 없으므로 모든 감정에 허용적인 분위기를 만드는 것이 중요하다.

# 내 마음의 이야기를 들려줄게 (1)

다양한 상황에서 나의 마음을 정확하게 표현해 봅시다.



웃겨요! 기뻐요! 행복해요! 슬퍼요! 속상해요! 우울해요!

똑똑똑! 내 마음의 다양한 이야기에 귀 기울이고 있나요?



친구들과 ‘내 마음 초성 퀴즈’를 해 봅시다.

“필요한 것이 있으면 말해. 나도 빌려줄게.”

짝꿍이 지우개를 빌려줄 때 드는 마음.

ㄱ ㅁ ㅇ 고마워

어제까지는 날씨가 맑았는데 소풍 가는 날에  
비가 올 때 드는 마음. ‘왜 하필 오늘 비가 오는 거야.’

ㅅ ㅅ ㅎ 속상해

세수하고 머리 감고 친구를 만났는데

“너 세수 안했지?”라고 물어볼 때의 마음

ㄷ ㅎ ㅅ ㄹ ㅇ

당황스러워



『아홉 살 마음 사전』을 읽고, 나의 경험을 떠올리며 친구들과 이야기해 봅시다.



함께 읽어요!

- 책에 나오는 감정 단어를 선택하여 ‘내 마음 초성 퀴즈’ 문제를 만들고 짹, 모둠, 전체 활동으로 해도 좋아요.



여러분은 생각한 대로 일이 되지 않을 때, 어떤 표현을 사용하나요? ‘괴롭다’, ‘속상하다’는 말 대신 ‘짜증 난다’만 반복하고 있지 않은가요? 일상생활에서 우리는 자신이 느끼는 감정을 제대로 말하지 못하거나 단순한 표현을 반복해서 말하는 것을 볼 수 있어요.

감정을 정확하게 표현하는 것은 어려운 일이에요. 『아홉 살 마음 사전』에서는 상황에 맞는 여러 가지 감정 표현을 소개하고 있어요. 구체적인 방법을 익혀 생활에서 사용해 보아요.

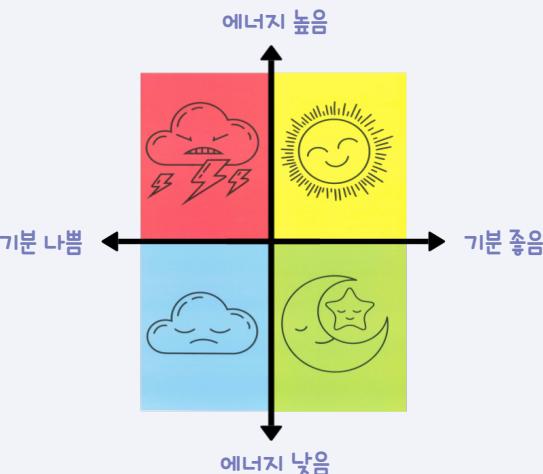


## 함께하기



나의 마음 상태를 살펴보고 감정 날씨를 표현해 봅시다.

- ‘감정 날씨도’에 대해 알고 있나요? ‘감정 날씨도’를 읽는 방법에 대해 알아보아요.



세로축은 신체 에너지의 높고 낮은 정도를, 가로축은 기분이 좋고 나쁜 정도를 나타냅니다. 노란색 영역은 기분이 좋으면서 에너지가 높은 상태(예: 신남), 초록색은 기분이 좋으면서 에너지는 낮은 상태(예: 편안함), 파란색은 기분이 나쁘면서 에너지가 낮은 상태(예: 슬픔), 빨간색은 기분이 나쁘면서 에너지가 높은 상태(예: 분노)를 나타냅니다.

<출처: 성진아(2020), 초등학생을 위한 사회성·감성 향상 프로그램 마음트리, 교육을 바꾸는 사람들>

- 우리 반의 ‘감정 날씨도’를 만들어 보아요.
- ‘좋아하다’, ‘짜증 나다’ 등 사람이나 상황에 따라 불분명하게 느껴지는 감정은 제외하도록 안내해요.
- 계속 변할 수 있으므로 위치를 바꾸면서 허용적인 분위기를 만들어요.

- ① 붙임쪽지(하트 모양) 1장에 자신의 이름을 쓰세요.
- ② 모두 둥글게 모여 앉아요.
- ③ 돌아가며 나의 마음 상태에 대해 말하고, 감정 날씨도에 붙임쪽지를 붙여요.

선생님의 시범을 보고 감정 날씨도의 적당한 위치에 붙임쪽지로 표시해요.  
감정은 계속 변하므로 언제든지 위치를 바꾸어 나타낼 수 있어요.



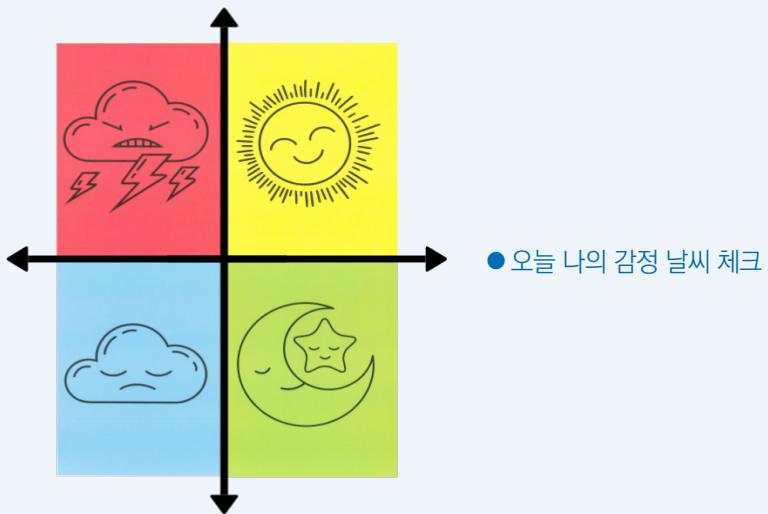
- 우리 반의 ‘감정 날씨도’를 함께 살펴보고 좋았던 점, 아쉬웠던 점 등 소감을 말해 보아요.
- 친구들의 이야기를 귀담아들을 수 있는 분위기를 만들어요.
- 자신과 친구들의 감정이 어떻게 바뀌는지 관심을 갖도록 지도해요.

## 실천하기



매일 아침 자신의 마음을 감정 날씨도에 표현하고, 친구들과 함께 마음을 나누어 봅시다.

부록3 113쪽



- ① 아침에 등교해서 친구들과 반갑게 인사를 나누어요.
- ② 오늘 아침 나의 마음이 어떤지 생각해 보고 감정 날씨도에 이름 자석을 붙여요.
- ③ 왜 그런 감정이 들었는지 그 이유를 친구들과 서로 이야기 나누어요.
- ④ 감정 날씨도에 나의 감정 위치를 표시하는 것이 익숙해졌다면 불임쪽지(하트 모양)에 나의 감정 단어를 적어 감정 날씨도에 붙여요.
- ⑤ 왜 그런 감정이 들었는지 그 이유를 친구들과 서로 이야기 나누어요.

<출처: 성진아(2020), 초등학생을 위한 사회성·감성 향상 프로그램 마음트리, 교육을 바꾸는 사람들>

- 감정에 대하여 구체적으로 이야기하기 어려워하는 친구들이 있다면 상황을 듣고 감정 단어를 찾아주려는 도움이 필요해요.
- 감정 표현을 스스로 해냈다는 경험을 느끼도록 하는 것이 중요해요.

감정을 정확하게 표현하기 어려울 경우,

부록4 115쪽, 117쪽 의 감정 단어를 활용해요





## 내 마음의 이야기를 들려줄게 (2)

&gt;&gt;&gt; 교과서 32~34쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 숨기고 싶은 나의 마음을 찾고 다양한 방법으로 표현할 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	• 『마음을 담은 병』 읽으며 이야기 나누기
함께하기	• 병에 넣어 숨기고 싶은 나의 마음을 적기 • 병에서 꺼내고 싶은 마음을 글과 그림으로 표현하기
실천하기	• 가족과 함께 내 마음을 담은 병 만들기

### 3 성취 기준

- [4도-마음02-01] 여러 가지 상황에서 경험하는 나의 마음을 바르게 표현한다.

### 4 도움 자료

내 마음을 담은 병 만들기	• 여러 가지 색깔 카드를 준비하여 감정을 색으로 표현할 수 있는 기회를 제공한다. 학생들은 병에 담긴 감정 카드의 색을 시각적으로 확인하고 꺼내고 싶은 카드의 색과 표현한 감정을 친구들과 이야기 나누며 비교하는 기회도 가질 수 있다.		
제목	『마음을 담은 병』 2023, 나는별	작가	데버라 마르세로
작가	데버라 마르세로		
소개	두려움, 슬픔, 외로움과 창피한 마음을 드러내는 것을 좋아하지 않는 르웰린은 자신의 감정을 병 속에 집어 넣고 숨긴다. 모든 감정은 자연스러운 것이며 좋고 나쁜 것으로 나눌 수 없다. 우리가 느끼는 감정이 부정적이라 하여도 있는 그대로 받아들이고, 올바르게 표현하는 것이 중요함을 알려줄 때 이 그림책을 활용할 수 있다.		

### 5 지도의 유의점

- 이 차시는 모든 감정은 우리에게 필요한 것이므로 있는 그대로 받아들이고 소중히 여기는 태도를 갖는 것을 목적으로 한다.
- 이 차시를 학습하며 학생들은 모든 감정을 소중히 여기는 마음을 갖고 여러 가지 색깔 카드에 숨기고 싶은 마음을 적어 '마음을 담은 병'을 만든다. '마음을 담은 병'에서 꺼내고 싶은 마음을 고르고 이유를 말하면서 표현하는 계기를 마련한다.

## 내 마음의 이야기를 들려줄게 (2)

숨기고 싶은 나의 마음을 찾고, 다양한 방법으로 표현해 봅시다.



기쁨, 화남, 자신감, 슬픔, 두려움, 창피함, 부끄러움…

혹시 이 중에 숨기고 싶은 마음이 있나요?



『마음을 담은 병』 책 표지를 보고 어떤 내용일지 추측해 봅시다.



### 함께 읽어요!



르웰린은 무서운 책이나 공포 영화를 좋아하지만 두려움을 느끼는 것은 싫어 했어요. 그래서 두려움을 병에 넣어 깊고 깊은 곳에 가두어 버려요. 르웰린은 자신의 감정과 마음을 '병 속에 넣는 방법'을 생각해 낸 것이지요.

혹시 르웰린처럼 나의 마음을 모른 척하거나 깊은 곳에 두고 있지는 않은가요? 나의 감정을 있는 그대로 받아들이고 표현할 때, 조금 더 행복한 삶을 살아갈 수 있어요.



『마음을 담은 병』 책 내용에 대해 이야기 나누어 봅시다.

- 르웰린처럼 마음을 꼭꼭 감추면 어떤 일이 일어날까요?
- 르웰린에게 해주고 싶은 말은 무엇인가요?



## 함께하기



내 마음을 담은 병을 만들어 봅시다. 병에 넣어 숨기고 싶은 나의 마음을 적어 봅시다.

부록5 119쪽

- ① 투명한 병과 색깔 카드를 준비해요.
- ② 색깔 카드에 숨기고 싶은 나의 마음을 적어 투명한 병에 넣어요.
- ③ 투명한 병 대신 **부록5**의 투명한 병을 사용할 수 있어요.
- ④ ③의 경우 불임쪽지에 나의 마음을 적어 활용할 수 있어요.



- 여러 가지 색깔 카드를 준비해요.

학생들이 숨기고 싶은 감정에 따라 색을 선택할 수 있도록 해주세요.

병에 담긴 카드 색을 관찰하여 친구의 감정 카드와 자신의 감정 카드를 비교할 수 있어요.

- 학생들이 적은 감정을 직접 확인할 수 있도록 투명한 병에 담는 것이 좋아요.

투명한 병 대신 테이크아웃 컵, 투명 보틀을 사용할 수 있어요.

- [부록 5-119쪽]을 사용할 경우 불임쪽지의 색과 모양을 다양하게 하거나 여러 가지 색의 색종이를 사용하는 것을 추천해요.



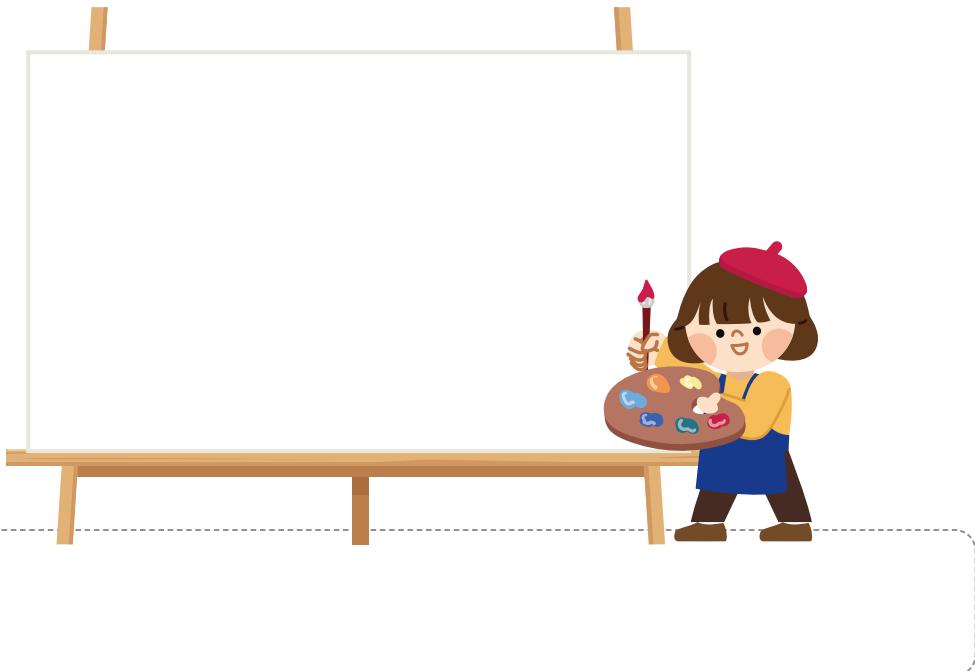
병에서 꺼내고 싶은 마음은 무엇인가요? 왜 그렇게 생각했나요?



꺼내고 싶은 마음을 글과 그림으로 나타내 봅시다.

부록6

121쪽



### 실천하기



집에서 가족과 함께 ‘내 마음을 담은 병’을 만들어 봅시다.

- ① 투명한 병과 색깔 카드를 준비해요.
- ② 색깔 카드에 숨기고 싶은 나의 마음을 적어 투명한 병에 넣어요.
- ③ 마음을 담은 병을 가지고 둥글게 모여 앉아요.
- ④ 돌아가며 병에서 꺼내고 싶은 마음을 1가지 선택하고, 그 까닭을 가족들과 이야기해요.



활동을 하고 난 후, 기분이 어떤지 가족들과 느낌을 나누어 봅시다.



## 내 마음을 바라보며 돌보아 줄게 (1)

&gt;&gt;&gt; 교과서 35~37쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 화가 났을 때 마음을 다스리는 방법을 찾을 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	<ul style="list-style-type: none"> <li>화가 났던 경험 떠올리기</li> <li>화가 났던 경험을 떠올리며 몸의 상태 느끼기</li> </ul>
함께하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>'탄산수 실험'을 하며 면충의 중요성 느끼기</li> <li>화가 나는 경험을 떠올리며 다스리는 방법 찾기</li> </ul>
실천하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>심호흡하며 마음을 다스리고 지속적으로 실천하기</li> </ul>

### 3 성취 기준

- [4도-마음02-02] 부정적인 결과를 가져올 수 있는 감정을 다스리고 조절하는 방법을 실천한다.

### 4 도움 자료

〈탄산수 실험〉	<ul style="list-style-type: none"> <li>탄산수 병 뚜껑을 한 번에 열면 위험할 수 있으니 안전하게 열도록 한다.</li> <li>탄산수 실험을 한 2병의 차이점이 무엇인지 이야기하도록 한다.</li> </ul> <p>1병은 화가 나거나 감정의 변화가 심했을 때 면충을 선택한 것, 다른 1병은 흥분된 감정을 계속 이어갔을 때를 뜻하는 것이다. 교사의 질문을 통해 자신의 마음을 조절하려면 면충이 필요함을 학생들이 느끼도록 한다.</p> <p>〈출처: 성진아(2020), 초등학생을 위한 사회성·감성 향상 프로그램 마음트리, 교육을 바꾸는 사람들〉</p>	
	제목	『소피아의 화를 푸는 방법』 2021, 교실어린이(교육과 실천)
	작가	제인 넬슨
	소개	사람은 누구나, 상황에 따라 화를 느끼거나 낼 수 있다. 중요한 것은 다른 사람에게 피해를 주지 않고 다스리는 방법을 찾는 것이다. 수업의 도입 또는 전개에 이 책을 활용하여 화를 다스리며 마음의 건강을 가져올 수 있다.

### 5 지도의 유의점

- 이 차시는 화가 났던 경험을 떠올리며 마음을 다스리는 방법을 찾는 것을 목표로 한다. '나의 감정을 소중히 여기고 표현하는 것도 중요하지만 그것에만 집중한다면 어떻게 될까'를 질문하며 학생들이 다른 사람에게 피해를 주지 않고 화를 다스리는 방법을 생각하고 찾도록 한다. 마음을 다스리는 심호흡 방법을 소개하며 가정과 학교에서 지속적으로 실천하도록 한다.

# 내 마음을 바라보며 돌보아 줄게 (1)

화가 났을 때 마음을 다스리는 방법을 찾아봅시다.



나의 감정이 소중하다고 하여 표현하는 것에만 집중한다면 어떤 일이 일어날까요?



다음의 물음을 읽고 답하여 봅시다.

- 화가 났던 경험을 떠올려 보아요.
- 무슨 일 때문에 화가 났나요? 친구들과 함께 이야기해 보아요.
  - 화가 나는 이유는 친구들마다 다를 수 있으므로 비난하지 않아요.
  - 화가 나는 원인을 찾아 분류한다면 다스리는 방법을 찾는데 도움이 될 것이에요.



눈을 감고 화가 났던 일을 떠올려 봅시다.

- 그때로 돌아가서 어떤 모습이었는지, 몸의 상태는 어땠는지 해당되는 내용에 'O' 표시를 해 보아요.

1

얼굴에서 열이 나나요?

얼굴이 차가운가요?

2

어깨와 팔에 힘이 들어가 있나요?

어깨와 팔에 힘이 들어가지 않고 쭉 늘어졌나요?

3

심장이 천천히 뛰나요?

심장이 빨리 뛰나요?

- 생각나지 않는 학생들이 있다면 최근 자신의 경험을 떠올리게 하거나 화가 나는 상황을 이야기로 전해주세요.
- 눈을 뜨고 내가 느꼈던 반응에 대해 말해 보아요.
  - 격한 감정을 느낄 수 있으므로 바로 눈을 뜨게 하는 것보다 심호흡을 한 후에 하는 것이 좋아요.
  - 내가 느꼈던 반응을 말하기 어렵다면 교사의 질문에 손을 들도록 해요.

## 함께하기



‘탄산수 실험’을 하며 마음 다스리기의 중요성을 느껴 봅시다.

- ① 바닥에 쟁반을 놓고 탄산수 두 병을 나란히 올려 놓아요.
- ② 탄산수 한 병을 들어 보이며 ‘이 병이 화난 마음 상태를 보여줄 것’이라고 말합니다. 자신이 화났던 일을 이야기하며 병을 세게 흔든 다음, 쟁반 위에 내려놓아요. 그 후, 가만히 두세요.
- ③ 한 사람씩 돌아가며 다른 탄산수 한 병을 차례로 흔들어요. 화가 많이 났던 일을 말하며 탄산수 병을 세게 흔든 다음, 옆 사람에게 전달하는 방식으로 진행해요.
- ④ 순서가 끝나면 마지막 사람이 병을 받아 뚜껑을 열어요.
- ⑤ 내려두었던 탄산수 병(순서 2에 해당)의 뚜껑을 열어요.

<출처: 성진아(2020), 초등학생을 위한 사회성·감성 향상 프로그램 마음트리, 교육을 바꾸는 사람들>

탄산수가 쏟아져 젖을 경우를 대비하여 주변을 정리하고 걸레를 준비해요.



화가 나서 세게 흔든 탄산수 병을 한참 놓아두었다가 열었을 때와 바로 열었을 때, 어떤 차이가 있었나요?

학생들의 발표 내용을 듣고 정리해 주어요.

세게 흔든 탄산수 병을 한참 놓아두었다가 열었을 때와 바로 열었을 때의 차이점은 ‘멈춤’임을 말해요.

‘탄산수 실험’을 하며 느낀 점을 말해 보아요.

- 화가 났을 때, 잠시 멈추거나 생각하기, 공간에서 떨어져서 마음 다스리기 등 멈춤에도 여러 가지 방법이 있음을 알려 주어요.
- ‘탄산수 실험’과 비슷한 경험이 있다면 발표하면서 멈춤의 중요성을 느껴요.



『소피아의 화를 푸는 방법』을 읽고 화를 다스리는 방법에 대해 생각해 봅시다.

## 함께 읽어요!



사람은 누구나 화가 날 수 있어요. 하지만 화가 났다는 이유로 상대방을 때리거나 상처를 주는 등의 행동은 해서는 안 돼요.

“화가 나서 엉킨 마음. 내가 선택한 방법으로 풀 수 있어요.”

오랫동안 공들여 만든 블록이 망가졌지만 다른 사람에게 피해를 주지 않고 바르게 다스리는 방법을 생각한 소피아처럼 우리 친구들도 노력해 볼까요?



## 다음 물음에 답하여 봅시다.

- 화가 난을 때 어떤 방법으로 마음을 다스리나요?

● 다스린다는 말이 학생들에게 어렵게 느껴질 수 있어요.

화가 난을 때 어떻게 참나요? 화가 난을 때 어떻게 마음을 차분하게 하나요? 등의 발문을 할 수 있어요.

- 친구들이 발표한 내용을 듣고 다른 사람이나 물건에 피해를 주는 방법(예: 주먹으로 때리거나 발로 차기, 종이를 찢어 다른 사람에게 뿌리기)과 피해를 주지 않는 방법으로 나누어 보아요.

피해를 주는 방법

피해를 주지 않는 방법

- 피해를 주지 않고 화를 다스리는 방법을 찾아 소리 내어 읽어 보아요.

● 다른 사람이나 물건에 피해를 주는 방법의 위험성을 설명해요.

● 다른 사람이나 물건에 피해를 주지 않고도 건강하고 안전하게 다스릴 수 있는 방법이 많음을 학생들이 느끼도록 해요.

● 소리 내어 읽은 후, 학급에 게시하여 일상생활에서 실천하도록 해요.

## 실천하기



## 심호흡을 하며 마음을 다스려 봅시다.

- 허리를 펴고 앉아 몸에 힘을 뺍니다.
- 두 손을 포개어 배꼽 주위에 앉습니다. 배 속에 풍선이 들어 있다고 상상합니다.
- 몸 속으로 공기가 들어가고 나갈 때의 느낌에 집중하며 천천히 심호흡을 합니다.
- 코로 숨을 깊게 천천히 들이 마십니다. 하나, 둘, 셋.
- 입으로 천천히 숨을 내쉽니다. 하나, 둘, 셋.
- 세 번 반복합니다.

<출처: 성진아(2020), 초등학생을 위한 사회성·감성 향상 프로그램 마음트리, 교육을 바꾸는 사람들>



## 위의 방법을 익혀 가정과 학교에서 실천해 봅시다.

- 리듬스틱, 에너지 차임벨 등을 이용하여 심호흡을 할 수 있어요.
- 가정과 학교에서 실천한 후, 나에게 일어난 변화에 대해 소개할 수 있어요.



## 내 마음을 바라보며 돌보아 줄게 (2)

&gt;&gt;&gt; 교과서 38~40쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 슬프거나 답답한 마음이 들 때 마음을 훑려보내는 방법을 찾을 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	• 슬프거나 답답한 마음이 들었던 경험 나누기
함께하기	• 놀이를 하며 슬프거나 답답한 마음을 훑려보내는 방법 찾기
실천하기	• 내가 실천할 수 있는 방법을 찾아 꾸준함 더하기

### 3 성취 기준

- [4도-마음02-02] 부정적인 결과를 가져올 수 있는 감정을 다스리고 조절하는 방법을 실천한다.

### 4 도움 자료

〈밸런스 게임〉	• 활동을 하며 학생들은 슬픔과 답답한 마음을 훑려보내는 여러 가지 방법을 생각하게 된다. 나에게 기쁨을 주는 일이나 좋아하는 일을 떠올리는 것만으로도 힘이 될 수 있음을 느낄 수 있다. • 2인 1조로 진행하면서 마음을 다스리며 돌보는 방법을 알고, 나에게 선택받지 못한 내용이 친구에게 최고의 방법이 될 수 있음을 경험한다.
	제목 「호텔맨 올프레드」 2023, 길벗어린이
작가	닉 블랜드
	무엇이든 하지 않는 규칙에 둘러싸인 주인공 올프레드의 마음은 답답하기만 하다. 올프레드는 일이 끝나면 하루 종일 본 것을 이야기로 써서 비행기로 접어 날리며 답답한 마음을 훑려보낸다. 수업의 도입에 활용하여 학생들이 슬픔과 답답한 마음을 보내는 방법을 생각하는 데 도움을 줄 수 있다.

### 5 피드백 유의점

- 이 차시는 슬픔과 답답한 마음을 중심으로 학생들의 경험을 이야기하며 공감대를 형성한다. 누구나 슬픔과 답답함 등의 감정을 느낄 수 있지만 자신만의 것으로 머무르지 않는 것이 중요하다. 2인 1조가 되어 밸런스 게임을 하면서 친구와 소통하고, 나에게 기쁨을 주거나 좋아하는 일을 하는 소소한 것들이 해결 방법이 될 수 있음을 느끼도록 한다. 2차시와 연결되는 부분이 있으며 우울한 마음도 충분히 극복할 수 있음을 알린다.

## 내 마음을 바라보며 돌보아 줄게 (2)

슬프거나 답답한 마음이 들 때 마음을 흘려보내는 방법을 찾아봅시다.



슬픈 마음이 드는 이유는 여러 가지가 있습니다.

슬퍼하는 감정에 오랫동안 머무른다면 어떻게 될까요?

- 슬픔과 힘듦, 답답한 마음은 누구나 경험합니다.

시간이 지나면 괜찮아진다는 생각에 감정에 깊이 빠지게 됩니다.

일상생활에서 내가 할 수 있는 작은 일부터 실천해 봅시다.



다음의 물음을 읽고 답하여 봅시다.

- 슬프거나 답답했던 일을 떠올려 보아요. ● 슬프거나 답답했던 마음이 들었던 이유를 생각하며 발표해요.
- 슬프거나 답답했던 일이 있을 때 어떻게 행동했나요? 친구들과 함께 이야기해 보아요.
  - 슬프거나 답답한 마음이 드는 이유가 친구들마다 다를 수 있으므로 비난하지 않아요.
  - 혼자서 아무 것도 하지 않았을 때, 사람들과 어울려 행동했을 때, 어떤 마음이 들었는지 비교할 수 있어요.



『호텔맨 울프레드』를 읽고, 슬프거나 답답한 마음을 흘려보내는 방법에 대해 생각해 봅시다.



함께 읽어요!



이 책의 주인공 울프레드는 제대로 된 작품을 만들지 못해 ‘번쩍번쩍 바지 타워 호텔’의 엘리베이터 지기로 일하게 돼요. 이곳에서 일하려면 몇 가지 규칙을 지켜야 해요. 인사하지 않기, 사람들과 이야기하지 않기, 엘리베이터 버튼만 누르면서 일하기. 사장은 이 규칙들을 어기면 해고라고 울프레드에게 말해요.

울프레드의 마음은 어땠을까요? 울프레드가 유일하게 할 수 있었던 것은 종이 비행기에 자신의 마음을 적어 날리는 것이었어요. 우리들도 힘들고 답답한 마음을 흘려보내기 위한 방법을 찾아볼까요?



## 함께하기

- 밸런스 게임에 익숙하지 않은 학생들이 있다면, 음식이나 좋아하는 소재로 연습해요.



슬프거나 답답한 마음이 들 때 마음을 흘려보내는 방법을 찾아봅시다.

- 순서에 따라 밸런스 게임을 해 보아요.

① 불임쪽지 5장을 받아요.

② 나에게 기쁨을 주는 일, 내가 좋아하는 일을 생각해요. 특히, 내가 슬프거나 힘든 마음이 들 때, 이러한 일을 했더니 편안한 마음이 들었다면 더욱 좋아요.

● 불임쪽지 5장에 적지 못한 경우, 전체 학생들과 함께 이야기해요. 이야기한 내용 중에서 선택하여 불임쪽지에 적도록 해요.

③ 불임쪽지 1장에 1가지씩 적어요.

④ 아래에 불임쪽지 5장 중 2장을 붙여요.

불임쪽지 1 붙이기

불임쪽지 2 붙이기

⑤ 불임쪽지 2장 중 내가 더 좋아하는 일은 무엇인가요? ● 선택하지 못할 경우, “나에게 기쁨을 주거나 위로가 되어준 방법은 무엇인가요?”로 질문을 해요.

⑥ ⑤에서 내가 더 좋아한다고 선택한 불임쪽지는 그대로 두고, 선택하지 않은 불임쪽지를 떼어 내요.

⑦ 떼어 낸 자리에 새로운 불임쪽지를 붙여요. ● 불임쪽지를 떼어 내지만, 버리지 않고 모아 두어요.

⑧ 불임쪽지 2장 중 내가 더 좋아하는 일은 무엇인가요?

⑨ ⑧에서 내가 더 좋아한다고 선택한 불임쪽지는 그대로 두고, 선택하지 않은 불임쪽지를 떼어 내요.

⑩ 떼어 낸 자리에 새로운 불임쪽지를 붙여요.

⑪ 같은 방법으로 진행해요.

⑫ 슬프거나 답답한 마음으로 가득할 때 마음을 흘려보내는 최고의 방법 1가지를 찾아 보아요.

2인 1조가 되어 밸런스 게임을 진행해요. 짹은 게임의 진행을 맡아요.





## 다음 물음에 답하여 봅시다.

- 밸런스 게임에서 탈락한 방법은 무엇인가요? ● '탈락한 방법은 별로일 것이야!'라고 생각하지 않도록 해요.

● 탈락한 방법을 이야기하면서 다른 학생들의 반응을 알아보아요. 친구들이 슬픔과 답답한 마음을 흘려보내는 데 좋은 방법이 될 수 있어요.

- 최종 우승한 방법을 적고, 선택한 이유를 써 보아요.

● 선택한 이유들을 살피며 공통점을 찾아보아요.

일상생활 속에서 경험할 수 있는, 작지만 소소한 행동들을 실천하는 것이 큰 힘이 될 수 있음을 느끼도록 해요.



## 활동을 하면서 새롭게 알게 된 점과 느낀 점을 이야기해 봅시다.

### 실천하기



- 다른 사람들에게 피해를 주지 않는 방향에서 실천하는 것이 중요함을 강조해요.
- 학생들의 다양한 반응에 귀 기울이며 학급 친구들이 함께 실천하는 밑거름으로 삼아요.  
(예) 친구가 필요해요 → 학급 마니또 활동하기



## 슬프거나 답답한 마음이 들 때, 아래의 방법 중 1가지를 선택하여 실천하여 봅시다.

- ① 행복한 상상하기
- ② 감정 표현하기: 가슴에 손을 얹고 나의 감정 이야기하기
- ③ 감정 해소하기: 나의 마음을 그림 또는 이야기로 표현하기
- ④ 즐거운 활동하기: 맛있는 음식 먹기, 음악 들으며 산책하기
- ⑤ 행복한 습관 만들기: 한 줄 일기 쓰기, 규칙적으로 운동하기, 주변 환경 정리하기, 웃는 연습하기

- 내가 선택한 방법 :

- 가정과 학교에서 실천한 날짜를 점검표에 써 보아요.

(   )월(   )일				
(   )월(   )일				



## 더 성장하는 내가 될게 (1)

>>> 교과서 41~44쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 나의 생활을 돌아보며 변화를 가져오는 생활 습관을 만들 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	<ul style="list-style-type: none"> <li>1분 동안 할 수 있는 일에 도전하기</li> </ul>
함께하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>나의 24시간 되돌아보기</li> <li>일의 우선순위 정하여 ‘나의 하루보틀’ 만들기</li> </ul>
실천하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>나의 하루 계획 세워 실천하기</li> </ul>

### 3 성취 기준

- [4도-마음02-03] 나의 생활을 긍정적으로 바라보며 변화를 가져올 수 있는 목표를 세운다.

### 4 도움 자료

나의 하루보틀 만들기	<ul style="list-style-type: none"> <li>나의 하루보틀을 만들기 전에 해야할 일을 정리한다. 정해진 기한이 있는 것을 생각하고 내가 해야할 일과 하고 싶은 일을 구분하여 우선순위를 정하는 것이 중요하다.</li> </ul>		
	제목	『도전 1분!』 2022, 한림출판사	
	작가	히어 디자인	
	소개	1분이란 시간은 누군가에게 짧게, 다른 누군가에게 길게 느껴질 수 있다. 그림책에 소개된 미션을 수행하며 1분동안 생각보다 많은 일을 할 수 있음을 알 수 있다. 수업 도입에 활용하여 1분의 시간을 어떻게 생각하며 행동하느냐에 따라 새로운 가치를 만들 수 있음을 깨닫는다.	

### 5 지도의 유의점

- 이 차시는 시간 계획, 시간 관리를 효과적으로 할 수 있는 방법을 이해하고 자신의 목표를 구체화하여 꾸준히 관리하는 힘을 기르는 것을 목적으로 한다.
- 이 차시를 학습하며 학생들은 시간을 계획하고 관리하는 생활 습관을 기를 수 있다. 우선순위를 정하여 내가 하고 싶은 일과 해야할 일을 계획하고 ‘나의 하루보틀’을 만든다. 학교생활뿐만 아니라 가정에서도 목표를 세워 꾸준히 실천하면서 자기 평가와 성찰의 기회를 갖도록 한다.

# 더 성장하는 내가 될게 (1)

나의 생활을 돌아보며 변화를 가져오는 생활 습관을 만들어 봅시다.



거꾸로 되돌릴 수도 없고, 멈추게 할 수도 없고, 은행에 저금하듯 모아 둘 수도 없는 시간! 그래서 시간을 더 소중히 여겨야 합니다. 어떻게 하는 것이 시간을 소중히 여기는 것일까요?



●『도전 1분!』 그림책을 함께 읽으며 1분 동안 할 수 있는 일을 기록하는 것도 좋아요.

그림책에서 나오는 활동들로 대체해도 괜찮아요.

● 도전 활동 종목은 상황에 따라 융통성 있게 운영할 수 있어요.



『도전 1분!』 1분 동안 무엇을 할 수 있을까요? 여러분의 도전을 기록해 봅시다.

도전 1분	나의 기록
1분 동안 60까지 세기	32초
1분 동안 팔 벌려 뛰기	77번
1분 동안 어제 한 일 기억해서 쓰기	태권도, 종이비행기 접기, 리코더로 작은별 연주하기, 줄넘기, 발야구, 양치, 세수
1분 동안 눈 깜빡이기	125번
1분 동안 손가락 두드리기	240번
1분 동안 머리 흔들기	77번
1분 동안 한 발로 콩콩 뛰기	220번
1분 동안 팔 흔들기	250번

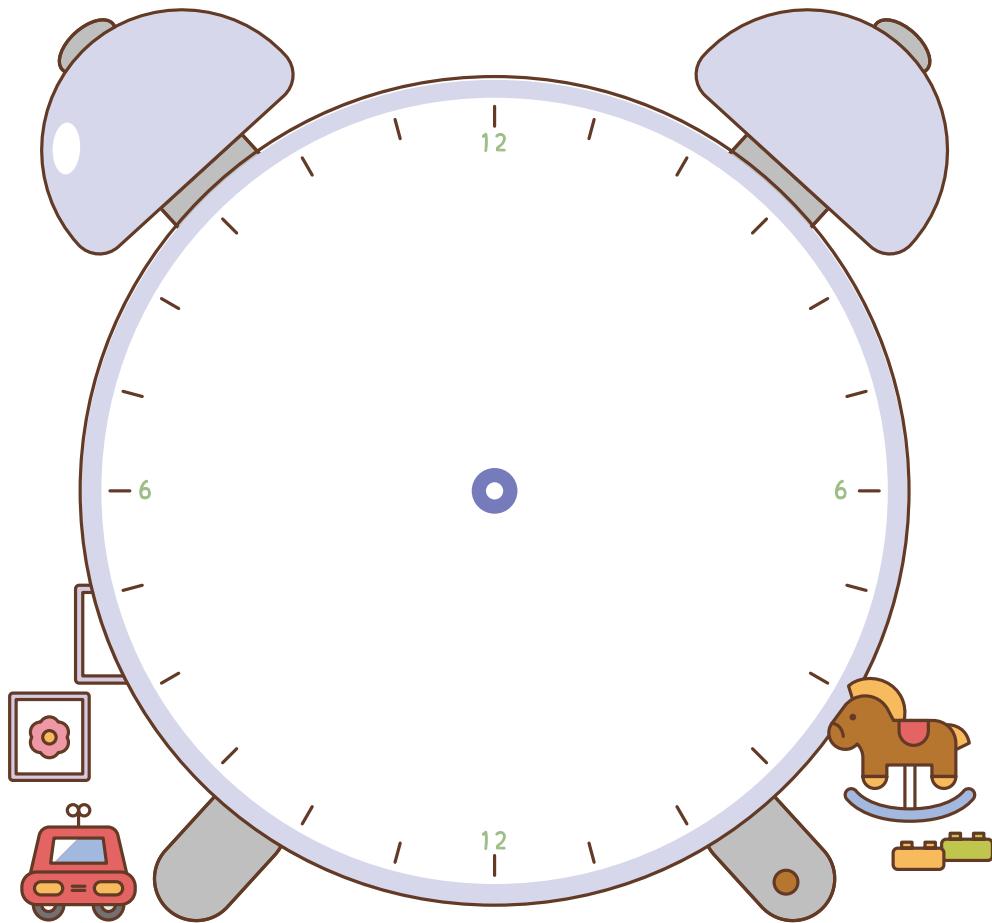


1분 동안 사람들은 무엇을 할 수 있을까요?

책에 소개된 미션을 따라하여 모든 사람에게 주어진 시간이 얼마나 다르게 느껴지는지 이야기할 수 있어요. 지루하게 생각했던 시간이더라도 많은 일을 하며 새로운 가치를 만들 수 있다는 것을 느낄 수 있어요.



나의 24시간을 되돌아봅시다. 어제 하루 생활시간을 표시해 봅시다.



- 수면, 식사, 학교생활 등 매일 고정으로 사용하는 시간은 얼마나 되나요?
- 아깝다고 생각되는 시간 중 줄일 수 있는 시간을 써 보세요.
- 내가 스스로 관리할 수 있는 시간을 표시해 보세요.
- 내가 스스로 관리할 수 있는 시간을 어떻게 늘릴지 써 보세요.



효율적인 시간 관리를 하려면 일의 우선순위를 정해야 합니다. 일의 우선순위에 따라 할 일을 정해 봅시다.

- <보기>의 일들을 살펴보며 알맞은 위치에 정리해 보세요.

### <보기>

- |                      |                         |
|----------------------|-------------------------|
| - 영화 보기(오늘 오후 3시 예매) | - 책 읽기                  |
| - 리코더 시험 연습하기(내일 시험) | - 청소하기                  |
| - 음악방송 시청(오늘 오후 5시)  | - 엄마 생신 편지 쓰기(일주일 뒤 생신) |
| - 핸드폰 게임 하기          | - 수학 문제집 풀기(하루 두 장 약속)  |



- 나의 하루 일과를 생각하며 '하루보틀'을 완성해 보세요.

부록7 123쪽

- 파란색 공에는 우선순위 첫 번째에 해당하는 일들을 적어요.
- 노란색 공에는 우선순위 두 번째에 해당하는 일들을 적어요.
- 초록색 공에는 우선순위 세 번째에 해당하는 일들을 적어요.
- 흰색 컵에는 내가 휴식 시간에 하고 싶은 일들을 적어요.



## 실천하기



나의 하루 계획을 세워 실천해 봅시다.

### [목표 세우기]

해야 하는 일



하고 싶은 일



### [계획하기]

시간

할 일

실천

### [실천하기]

- 시간 계획을 실천하고, 계획표의 오른쪽 칸에 실천 여부를 O, X로 표시하세요.
- 예상하지 못한 상황이 생기면 계획을 수정하여 실천해 보세요.

### [평가하기]

- 계획한 대로 잘 실천하였나요?
- 계획대로 되지 않았다면, 그 이유는 무엇인가요?
- 낭비한 시간은 없었나요? 있다면 언제인가요?
- 다음 계획에 반영해야 하는 것은 무엇인가요?

### [나에게 칭찬해 주고 싶은 점]

학교→가정(선생님이 기록해요)

가정→학교(먼저 기록하지 않아요)



## 더 성장하는 내가 될게 (2)

&gt;&gt;&gt; 교과서 45~47쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 나의 모습을 긍정적으로 바라보며 목표를 세울 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	<ul style="list-style-type: none"> <li>『기린은 너무해』를 읽고 생각을 전환하는 것의 중요성 느끼기</li> <li>긍정적으로 생각하는 연습하기</li> </ul>
함께하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>나의 모습을 새롭게 바라보며 성장 도넛 만들기</li> <li>긍정적인 나를 만들기 위한 목표 세우기</li> </ul>
실천하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>내가 만든 목표에 대한 실천 여부 성찰하기</li> </ul>

### 3 성취 기준

- [4도-마음02-03] 나의 생활을 긍정적으로 바라보며 변화를 가져올 수 있는 목표를 세운다.

### 4 도움 자료

	<b>〈나를 성장시키는 도넛 만들기〉</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>활동을 어려워하는 학생들에게 QR 코드를 보여주면서 설명한다.</li> <li>짝 활동, 모둠 활동으로 전개하며 친구들이 적어준 글을 통해 내가 단점이라고 생각했던 부분이 장점으로 작용할 수 있음을 깨닫는다. 친구의 고민에 공감하여 진지한 분위기에서 활동이 이루어 지도록 한다.</li> </ul>	
	<b>제목</b>	『기린은 너무해』 2019, 미디어 창비
	<b>작가</b>	조리 존
	<b>소개</b>	자신의 외모에 불만이 많은 주인공 에드워드. 스스로를 부정적으로 바라보는 데 급급한 에드워드에게 사이러스는 칭찬의 말을 건네며 따뜻하게 다가갑니다. 에드워드가 생각했던 단점이 사이러스에게는 부러움의 대상이 된다는 사실을 알게 되면서 에드워드는 조금씩 변화합니다. 수업의 도입, 정리에 활용하여 나의 모습을 긍정적인 관점에서 바라보는 데 도움을 줍니다.

### 5 피드백 유의점

- 이 차시는 부정적인 관점으로 생각하기 쉬운 요즘, 긍정적인 의미를 생각하며 동기부여를 하는 것을 목표로 한다. 다른 사람과 비교하여 부족한 부분을 찾기보다 나의 모습을 온전하게 바라보며 긍정적인 관점을 형성하도록 한다. 학습을 통해 실패 하더라도 딛고 일어서는 힘을 기를 수 있으며 가정에서 실천이 더해지며 발전할 수 있다. 활동지 작성에만 그치지 않고 실천하고 있는지 확인하며 성찰하도록 지도한다.

## 더 성장하는 내가 될게 (2)

나의 모습을 긍정적으로 바라보며 목표를 세워 봅시다.

 여러분은 스스로에 대해 어떻게 생각하고 있나요?

단점보다는 장점, 부정적인 시선보다는 긍정적인 시선에서 나를 바라보며 새롭게 나아가는 것은 어떨까요?



 『기린은 너무해』를 읽고 물음에 답하여 봅시다.

● 『기린은 너무해』를 읽어 보아요.



(북트레일러 영상)



에드워드는 자신의 모습이 마음에 들지 않아요.

목이 길어서, 너무 잘 휘어서, 너무 가늘어서, 너무 무늬가 많아서, 너무 잘 늘어서, 너무 높아서, 너무 우뚝해서. 얼룩말과 코끼리, 사자의 목은 멋있어 보이는데 에드워드는 자신의 모습이 부끄러워 숨고만 싶어져요.

하지만 사이러스는 에드워드가 생각하는 단점을 오히려 부러워하고 칭찬을 아끼지 않아요. 사이러스의 말과 행동으로 인하여 에드워드는 어떻게 달라졌을까요?

- 학생들이 쓴 내용을 들으며 성격이 급하고 고집이 센 것이 나쁜 것이 아님을 알려주세요. 상황에 맞게 대처하는 것이 중요함을 알려주세요.
- 긍정적인 관점에서 생각하며 빈칸의 내용을 써 보아요.

(예)

집중력이 짧다.

다양한 분야에 관심이 많다.

까다롭다.

무슨 일이든 꼼꼼하게 한다.

성격이 급하다.

고집이 세다.

## 함께하기

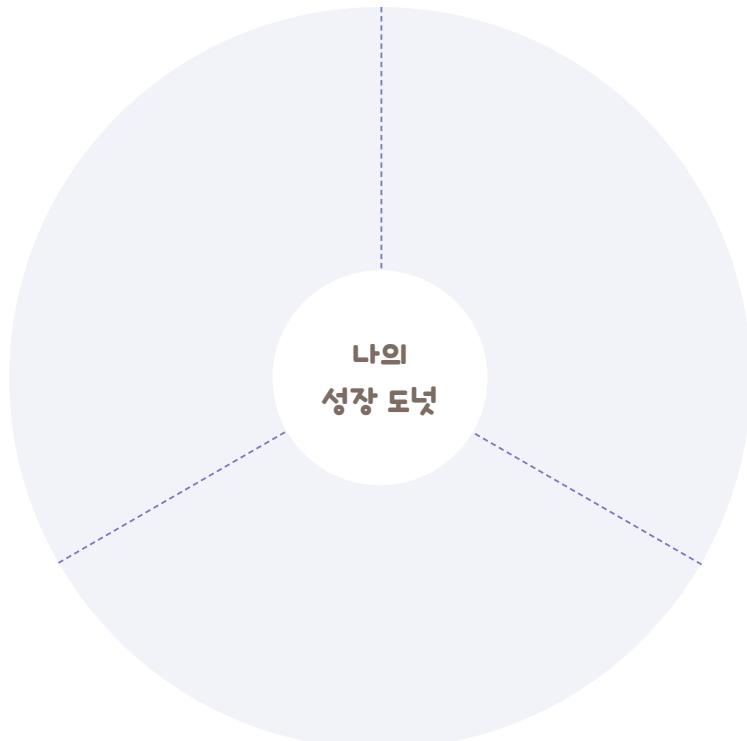


나를 성장시키는 도넛 만들기 활동을 해 봅시다.

- 나의 단점 또는 고쳤으면 하는 부분을 3가지를 써 보아요. (신체적인 특징과 외모에 대한 부분은 적지 않도록 해요.)

- 다른 사람이 찾아주는 것보다 스스로 생각하여 적도록 해요.
- 단점 또는 고쳤으면 하는 부분에 대해 적지 못한다면 “나에게 아쉬운 점은 없을까?”라고 질문해요.
- 
- 

- 친구의 단점 또는 고쳤으면 하는 내용을 읽고 긍정적으로 생각하여 바꾸어 써 보아요.



<출처: 김성환(2019), 하루 한 장 '긍정의 학급' 실천 노트, (주) 시공미디어>

선생님이 소개한 (예)를 참고하여 단점이라고 생각한 부분을  
장점으로 바꾸어 생각할 수 있는 말(조언, 격려)을 써 보아요.

활동이 끝난 후에 색연필과 사인펜을 사용하여 도넛을 꾸밀 수 있어요.





## 긍정적으로 변화하는 나의 모습을 만들기 위하여 목표를 세워 봅시다.

- 목표는 내가 실천할 수 있는 범위에서 작고 구체적으로 세우는 것이 중요해요. 생활 습관, 친구 관계, 학교생활 중 1가지를 선택하여 표를 완성해 보세요.

### 주 제

생활 습관 / 친구 관계 / 학교생활

- 제시된 주제 외에 다른 주제를 생각하여 목표를 세울 수 있어요.
- ‘나를 성장시키는 도넛 만들기 활동’과 연결하여 표를 완성할 수 있어요.
- (예) 생활 습관
  - (예) 주제: 운동을 한다. → 매일 운동화를 신고 문 밖으로 나가서 10분 걷는다.
  - (예) 주제: 스마트폰 사용을 줄인다. → 스마트폰을 끄고 책상서랍에 넣는다.
  - (예) 주제: 책을 읽는다. → 하루에 책을 1쪽씩 읽는다.

- 완성한 표를 살펴보세요.

- 활동을 하면서 알게 된 점과 느낌을 발표해 보세요.
- 표를 완성하는 것도 중요하지만 실천이 뒷받침되었을 때 의미 있어요.



## 함께하기 단계에서 작성한 내용을 꾸준하게 실천하고 있는지 기록하여 봅시다.

### 실천한 내용:

- 1주일, 1달 등 간격을 정해 실천 여부를 확인해요.

### 실천하지 못한 내용:

- 실천하지 못하는 것이 잘못된 것이 아니라 원인을 찾고 개선하려는 자세가 중요해요.

MEMO

### 3. 달라서 좋아요



#### 1 단원 설정의 취지 및 지도 중점

이 단원은 ‘관계 인식 역량’을 기르고자 설정된 단원이다.

‘관계 인식 역량’이란 타인의 감정을 공감하고 나와 다른 관점을 이해하며, 다양성을 수용하는 능력으로, 타인의 정서에 공감하고 민감하게 반응하기, 경청하기, 타인의 관점 이해하기, 다양성 존중하기를 포함한다.

따라서 이 단원에서는 학생들이 공감과 경청을 통해 타인의 감정을 파악하여 타인의 관점과 경험을 나누면서 다름을 존중하며 함께 더불어 살아가는 삶의 태도를 지니는 것에 중점을 두어 지도한다.

#### 2 단원의 성취 기준

- [4도-마음03-01] 공감의 필요성을 알고 상대의 감정을 예측하여 반응한다.
- [4도-마음03-02] 경청의 필요성과 방법을 알고 다른 사람을 존중하는 자세를 기른다.
- [4도-마음03-03] 사람마다 관점이 다른 이유를 알고 서로 다른 관점을 탐색하여 존중하는 태도를 가진다.
- [4도-마음03-04] 다양성이 필요한 이유를 알고 다양한 특성을 탐색하여 존중하는 생활을 실천한다.

#### 3 단원 설정의 취지 및 지도 중점

핵심 아이디어	<ul style="list-style-type: none"> <li>공감은 경청을 통해 타인의 감정을 파악하여 타인의 관점과 경험을 나눈다.</li> <li>다양성 이해는 나와 타인의 관점이 서로 다름을 존중하며 더불어 살아가는 삶의 태도를 이끈다.</li> </ul>
내용 요소	
지식 · 이해	<ul style="list-style-type: none"> <li>공감의 필요성을 이해하고 경청의 방법 알기</li> <li>사람마다 관점이 다른 이유 이해하기</li> <li>다양성이 필요한 이유 이해하기</li> </ul>
과정 · 기능	<ul style="list-style-type: none"> <li>상대의 말에 경청하며 감정을 예측하고 반응하기</li> <li>나와 타인의 다른 관점을 탐색하기</li> <li>사람들의 다양한 모습을 떠올리며 다양성 탐색하기</li> </ul>
가치 · 태도	<ul style="list-style-type: none"> <li>상대를 공감하는 자세 갖기</li> <li>타인의 생각을 존중하는 태도 지니기</li> <li>다양성을 존중하는 생활 실천하기</li> </ul>

## 4 단원의 내용 체계

차시	학습 주제	학습 내용	준비물
1	마음이 통해요	• '마음 통통' 놀이로 공감의 필요성 알아보기 • 인물의 감정을 추측하고 '마음 초성 퀴즈' 놀이하기	채색 도구, 활동 음악, 그림책『알사탕』
2	마음을 들어요	• 역할극, 거울놀이로 경청의 필요성 알아보기 • 경청하는 대화 연습하기	채색도구
3	마음을 나눠요	• 공감과 관련된 자신의 경험 나누기 • 역할 놀이, 감정 카드로 공감 대화하기	감정카드, 불임쪽지, 그림책『왜우니?』
4	우리는 모두 같을까?	• 사람마다 관점이 다른 이유 알아보기 • 나와 타인의 서로 다른 관점 탐색하기	그림책 『반이나 차 있을까 반밖에 없을까?』
5	우리는 모두 달라요	• 다양성이 필요한 이유 알아보기 • '장점 쇼핑몰' 놀이로 다양성 탐색하기	불임쪽지, 채색도구, 가위, 풀

## 5 평가 방법

- 공감과 경청 부분에서는 대화 상대의 감정을 예측하고 경청하는 방법과 같은 인지적 요소뿐 아니라 태도적 측면도 자기 평가, 관찰 평가, 구술 평가, 산출물 평가 등 다양하게 평가한다.
- 타인 관점 이해 및 다양성 이해 부분에서는 나와 타인의 다른 점을 탐색하는 것에만 집중하기보다는 다음을 이해하고 존중하는 자세에 중점을 두어 평가한다.
- 학습의 전 과정에서 다양한 피드백을 통해 관계 인식 역량이 충분히 발전하도록 평가를 실시한다.

## 6 단원 피드백 유의 사항

- 학생들이 타인의 말에 경청하고 공감하기 위한 올바른 행동과 대화법을 익혀 실제로 활용하도록 활동을 설계한다.
- 학생들이 흥미를 가질 수 있도록 학생들의 실생활과 밀접한 주제로 역할극, 신체 놀이 활동을 제시한다.
- 학습 내용을 내면화하고 지속적으로 실천할 수 있도록 그림책을 활용한 독후 활동 및 실생활에서 적용할 수 있는 과제를 제시한다.
- 타인의 감정을 예측하여 공감할 때는 감정 단어의 적절성이나 수준보다 상대를 배려하고 존중하며 대화하는 태도를 기르는데 중점을 두어 지도한다.
- 관련된 교과 내용과 연계하여 재구성된 학습으로 진행할 수 있다.

### 3. 달라서 좋아요

✓ 다른 사람의 마음을 어떻게 이해할 수 있을까요?

✓ 다양한 사람들이 조화롭게 살기 위해서 우리의 역할은 무엇일까요?

- 이 단원에서는 공감과 경청을 통해 타인의 관점과 경험을 나누고 서로 다른 것을 존중하며 더불어 살아가는 삶의 태도를 지니도록 지도합니다.



<출처: 다다다 다른 별 학교(2018). 윤진현. 천개의바람>

# 다양한 사람들이 살아가는 곳에서 다름을 이해하고 존중하기 위해 우리에게 필요한 것은 무엇일까요?

- 이 단원에서는 관계 인식의 하위 역량인 공감, 경청, 타인 관점 이해, 다양성 이해를 배웁니다.

③ 여러 상황 속 사람들의  
관점이 다름을 이해하기

④ 달라서 좋은 점 알아보기

② 경청하는 말과 행동을  
알아보고 대화하기

① 다른 사람의 감정에 공감하기





## 마음이 통해요

>>> 교과서 50~52쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 공감의 의미를 알아보고 다른 사람의 감정을 추측할 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ‘마음 통통’ 놀이하기</li> <li>• 공감한 소감 이야기하기</li> </ul>
함께하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 주어진 상황에 대한 인물의 감정 추측하기</li> <li>• 공감의 의미를 알고 ‘마음 초성 퀴즈’ 놀이로 공감 경험하기</li> </ul>
실천하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 『알사탕』 속 등장인물의 감정 추측하고 작품 표현하기</li> </ul>

### 3 성취 기준

- [4도-마음03-01] 공감의 필요성을 알고 상대의 감정을 예측하여 반응한다.

### 4 도움 자료

	<b>〈인공지능이 절대 가질 수 없는 것은?〉</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 사람은 인공지능과 달리 공감 능력을 가진다는 내용으로 ‘알아보기’ 단계에서 공감의 의미와 필요성을 알아볼 때 활용 할 수 있다.</li> </ul> <p style="text-align: right;">〈출처: EBS 교양, 세상의 모든 법칙, 인공지능이 절대 가질 수 없는 것은?〉</p>	
	<b>제목</b>	<b>『내 마음 ㅅㅅㅎ』 2021, 사계절         </b>
	<b>작가</b>	김지영
	<b>소개</b>	일상에서 주인공 아이가 느끼는 마음의 단어를 ‘ㅅㅅㅎ’ 초성으로 표현하는 이야기로 마음 초성 퀴즈 놀이의 도입 또는 정리에서 활용할 수 있다.

### 5 지도의 유의점

- 이 차시는 공감의 필요성을 이해하고 상황에 따른 상대의 감정을 예측하여 공감하는 자세를 가지는 것이 목적이다.
- 이 차시의 학습으로 모든 학생들이 공감하는 경험을 할 수 있도록 지도에 유의하고 감정 단어는 정답이 한정적이지 않고 다양한 단어를 활용하여 예측할 수 있도록 지도한다.

# 마음이 통해요

공감의 의미를 알아보고 다른 사람의 감정을 추측해 봅시다.



다른 사람과 좋은 관계를 맺기 위해 필요한 능력은 무엇일까요?



‘마음 통통’ 놀이로 친구는 언제 나와 같은 감정을 느낄지 짐작해 봅시다.

## 놀이 방법

- ① 학급 또는 모둠에서 여러 가지 감정 중 1가지를 주제로 정해요.
- ② 정해진 감정을 언제 느꼈는지 관련된 단어 또는 상황을 떠올려 보아요.  
(예) 행복-떡볶이 먹을 때, 방학, 친구랑 놀기
- ③ 손가락 다섯 개를 편 상태로, 순서를 정해 한 명씩 돌아가며 발표를 해요.  
(예) 떡볶이 먹을 때 행복한 사람 접어!
- ④ 이때 마음이 통한 사람은 ‘통통’하고 외치며 손가락을 접어요.
- ⑤ 다섯 개가 다 접힌 친구는 다시 손가락을 하나씩 펴요.
- ⑥ 모든 친구가 하나씩 이야기하면 놀이가 끝나요.

- 친구가 말한 내용이 나와 같지 않다고 비난하는 말을 하지 않도록 지도해요.
- 놀이를 모둠별로 진행할 경우 빨리 끝난 모둠은 다른 감정을 주제로 새롭게 놀이를 진행해도 좋아요.
- 친구와 마음이 통했을 때 어떤 생각이나 느낌이 들었나요?
- 마음이 통했다는 표현을 ‘공감’으로 바꾸어서 공감의 의미와 필요성을 학생들의 경험 발표를 통해 자연스럽게 지도해요.



## 함께하기



주어진 상황에서 어떤 감정이 들지 ‘감정 목록표’에서 골라 봅시다.

부록1

107쪽, 109쪽



조금 있다가 내 발표 차례야. 다른 사람들 앞에서 말을 잘 못하는데... 잘할 수 있을까?



처음으로 반장이 되었어. 믿어지지 않아!

● 어떤 감정이 들까요?

(예) 걱정되다, 망설여지다, 조마조마하다.

● 어떤 감정이 들까요?

(예) 설레다, 기쁘다, 행복하다, 뿌듯하다.



아까 체육 시간에 친구들이 나에게만 공을 안 줬어.



친한 친구가 다른 동네로 이사한다고 전학을 간대.

● 어떤 감정이 들까요?

(예) 속상하다, 알밉다, 화나다, 짜증 낸다.

● 어떤 감정이 들까요?

(예) 섭섭하다, 속상하다, 슬프다, 아쉽다.



자신이 고른 감정을 친구와 서로 비교하고 그 감정을 선택한 이유를 이야기해 봅시다.

- 같은 상황이라도 사람마다 느끼는 감정은 다를 수 있음을 지도해요.
- 공감한다는 것은 ‘상대의 입장에서 생각해 보고 마음을 함께 느끼는 것’임을 학생들의 발표를 통해 자연스럽게 지도해요.

- 내 마음을 알아준 친구에게 “맞아! 내 마음을 알아줘서 고마워!”와 같이 고마움을 전하도록 지도해요.
- 마음 톤 대신 간식이나 작은 선물을 준비해서 주어도 좋아요.

 ‘마음 초성 퀴즈’ 놀이로 친구의 감정을 추측해 봅시다.

부록8

125쪽

### 놀이 방법

- ① 활동지에 감정 단어 초성을 적어요.
- ② 노래에 맞추어 교실을 돌아다니다가 노래가 멈추면 친구와 만나 인사해요.
- ③ 만난 친구에게 초성을 보여주고 그 감정을 언제 느꼈는지 상황을 설명해요.
- ④ 상황을 들은 친구는 초성에 알맞은 감정을 추측해서 말해요.
- ⑤ 친구가 정답을 맞히면 마음 톤을 선물해요.
- ⑥ 정답을 맞히지 못한다면 하이파이브 인사를 하고 다음 친구를 만나요.

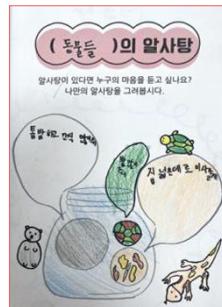
- 친구들과 놀이를 하며 느낀 점을 나누어 봅시다. ● 공감한 경험에 대해 솔직하고 자유롭게 발표할 수 있도록 지도해요.



 『알사탕』 그림책을 읽고 등장인물의 감정을 추측해 봅시다.



(예)



공터에서 혼자 구슬치기를 하고 있던 주인공 동동이는 반려견 구슬이를 데리고 새 구슬을 사려 문방구로 향합니다. 그곳에서 여러 가지의 알사탕을 집어 드는데, 알사탕을 하나 입에 넣는 순간 누군가의 목소리가 들리기 시작합니다. 사탕을 빨고 있는 동안 리모콘에 옆구리가 아픈 소파, 나이 든 반려견 구슬이, 잔소리하는 아빠, 돌아가신 할머니, 인사하는 낙엽의 목소리가 각각 들립니다. 마지막 투명한 사탕은 아무 소리도 들리지 않았습니다. 그때 동동이는 본인처럼 혼자 노는 아이를 발견합니다. 동동이는 먼저 말을 걸기로 하고 그 아이에게 다가가 “나랑 같이 놀래?”라고 이야기 합니다.

- 내가 만약 동동이라면 투명한 알사탕을 먹고 어떤 말을 했을까요?

(예) 혼자 노는 건 너무 심심해. 친구들아 나랑 같이 놀자.

- 만약 나도 신기한 알사탕이 있다면 누구의 마음을 듣고 싶나요? 나만의 알사탕을 그려 보고 누구의 속마음을 들을 수 있을지 상상해 봅시다. 그리고 속마음을 추측하여 친구들에게 소개해 보아요.

부록9

127쪽



## 마음을 들어요

>>> 교과서 53~55쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 경청하는 말과 행동을 실천할 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 대화하고 싶은 상대의 유형 탐색하기</li> </ul>
함께하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 역할극, 거울 놀이로 경청의 필요성 이해하기</li> <li>• 경청하는 방법을 알고 경청하며 3분 대화하기</li> </ul>
실천하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 다양한 주제로 대화하며 경청하는 자세 실천하기</li> </ul>

### 3 성취 기준

- [4도-마음03-02] 경청의 필요성과 방법을 알고 다른 사람을 존중하는 자세를 기른다.

### 4 도움 자료

	<b>〈대화하기 싫은 유형! 대화하기 싫은 친구! 이런 친구 꼭 있다?!〉</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 본 차시의 '알아보기' 활동을 하기 전 참고 영상을 보고 대화하기 싫은 기분이 들었던 경험을 나누어 볼 수 있다.</li> </ul>	
	<small>〈출처: Youtube, 슬기로운 초등생활〉</small>	
	제목	『남의 말을 듣는 건 어려워』 2024, 풀빛
	작가	마수드 가레바기
	소개	<p>새장에 갇힌 물총새가 앵무새들과 탈출 방법에 대해 이야기하는 와중 '듣기'의 중요성을 깨닫는 이야기로 경청의 필요성을 느낄 수 있도록 수업의 도입 또는 정리에서 활용할 수 있다.</p>
	<small>〈출처: 출판사 책 소개〉</small>	

### 5 지도의 유의점

- 이 차시는 경청의 필요성과 방법을 이해하고 경청하는 태도를 가지는 것이 목적이다.
  - 이 차시는 경청하는 태도를 지닐 수 있도록 경청의 여러 가지 방법들을 반복적으로 연습하는 활동으로 구성하였다.
- 연습 시 말의 내용뿐만 아니라 비언어적, 준언어적 표현도 활용할 수 있도록 지도한다.

# 마음을 들어요

경청하는 대화를 실천해 봅시다.



상대를 존중하는 대화를 하기 위해 어떤 자세가 필요할까요?



## 알아보기

- 도움 자료의 영상 또는 그림책을 보고 관련된 경험을 나눈 후 활동할 수 있어요.



나는 어떤 사람과 대화하고 싶은지 색칠해 봅시다.

자기 이야기만 하는 사람	나의 눈을 바라보고 이야기하는 사람	나를 비난하는 사람	나의 이야기를 궁금해하는 사람	부정적으로 말하는 사람
하던 일을 멈추고 나의 이야기를 들어주는 사람	대화 중에 끼어드는 사람	긍정적으로 말하는 사람	나의 말을 중간에 끊는 사람	나의 이야기에 고개를 끄덕여 주는 사람
하던 일을 계속하며 내 이야기를 듣는 사람	공감해주는 사람	말꼬리 잡는 사람	나를 칭찬해 주는 사람	남을 험담하는 사람
다른 곳을 보며 이야기하는 사람	항상 자기 말이 맞다고 이야기하는 사람	나의 이야기를 들으며 미소 짓는 사람	나의 이야기를 공감하지 않는 사람	욕을 사용하는 사람



## 함께하기

- 학생들이 경청의 필요성을 자연스럽게 떠올릴 수 있도록 “친구가 나의 이야기를 듣지 않고 옆을 보고 있을 때 기분이 어땠니?”와 같이 발문 해요.



다음의 행동을 하며 대화를 한 후 느낀 점을 이야기해 봅시다.



아래의 규칙에 따라 거울 놀이를 한 후 느낀 점을 이야기해 봅시다.

- 1 두 명씩 짹을 지어요.
- 2 주인공 역할과 거울 역할을 정해요.
- 3 주인공 역할을 맡은 사람은 자유롭게 표정이나 몸짓을 상대에게 보여 줘요.
- 4 거울 역할을 맡은 사람은 그대로 따라 해요.
- 5 2~3분 후 역할을 바꾸어 놀이를 해요.



상대를 존중하는 대화를 하기 위해서는 경청의 자세가 필요합니다. 경청하는 방법을 다 같이 읽어봅시다.



눈 마주치기



고개 끄덕이기



미소 짓기



친구가 말할 때  
맞장구치기



친구의 말을  
중간에 끊지 않기



위의 방법 외에도 경청의 방법에는 어떤 것이 있을지 생각해 봅시다.

(예) 메모하며 듣기, 청찬하기, 질문하기 등



경청의 방법을 이용하여 ‘이번 주말에 할 일’에 대해 친구와 3분 대화를 나누어 봅시다. 대화를 나누며 내가 사용한 경청 방법을 아래에 표시해 봅시다.



- 대화 주제는 다양하게 변경할 수 있어요.
- 학급 및 학생 실태에 따라 학생들과 대화 주제를 선정해도 좋아요.

#### 내가 사용한 경청 방법

체크하기
<input type="checkbox"/> 눈 마주치기
<input type="checkbox"/> 고개 끄덕이기
<input type="checkbox"/> 미소 짓기
<input type="checkbox"/> 맞장구치기
<input type="checkbox"/> 친구의 말을 중간에 끊지 않고 듣기
<input type="checkbox"/> 청진하기
<input type="checkbox"/> 질문하기
<input type="checkbox"/> 메모하기
<input type="checkbox"/> 기타: ( )



#### 실천하기



경청의 방법을 활용하여 다음 미션을 수행해 봅시다. 미션을 성공한 후 아래 별을 하나씩 칠해 봅시다.

- 학생들이 스스로 미션을 수행할 수 있도록 교사가 지속적으로 독려해요.



##### 미션 1

친구와 눈을 떼지 않고 ‘내가 좋아하는 인물’에 대해 1분 대화하기

##### 미션 2

‘우리 가족’에 대해 1분 대화하며 친구와 질문 1개씩 주고받기

##### 미션 3

‘지난 주말에 있었던 일’에 대해 1분 대화 후 친구의 이야기 요약하기

관계 인식

3차시

공감

경청

타인 관점 이해

다양성 이해



## 마음을 나눠요

&gt;&gt;&gt; 교과서 56~58쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 다른 사람의 감정에 공감하며 대화할 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	<ul style="list-style-type: none"> <li>『왜 우니?』 속 등장인물에게 위로하기</li> <li>위로 받았던 경험 나누기</li> </ul>
함께하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>공감 대화 방법을 알아보고 역할 놀이하기</li> <li>감정 카드를 이용하여 공감 대화 나누기</li> </ul>
실천하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>‘우리 반 공감라디오’로 공감 실천하기</li> </ul>

### 3 성취 기준

- [4도-마음03-01] 공감의 필요성을 알고 상대의 감정을 예측하여 반응한다.
- [4도-마음03-02] 경청의 필요성과 방법을 알고 다른 사람을 존중하는 자세를 기른다.

### 4 도움 자료

	제목	『고민식당』 2019, 한림출판사
	작가	이주희
	소개	고민이 있는 사람들이 식당에 와서 고민을 이야기하면 어울리는 음식으로 위로를 해주는 이야기로 ‘사연 라디오’ 활동 도입에 활용하거나, 고민을 들어주고 위로의 음식을 전달하는 활동으로 대체할 수 있다.
〈공감적 듣기에서 활용되는 표현〉		
<ul style="list-style-type: none"> <li>관심 표현</li> <li>공감 표현</li> <li>동정 표현</li> <li>기쁨 표현</li> <li>놀라움 표현</li> </ul>	<p>그래서?/그런데? 그러게 말이야./정말 그렇고 말고. 저런./쯧쯧./저걸 어째? 정말 잘됐다./멋지다./신난다. 어머./정말?</p>	〈출처: 2학년 2학기 국어 지도서, 103쪽 참고 자료〉

### 5 피드백 유의점

- 이 차시는 대화 시 상대의 말에 경청하며 감정에 공감하는 자세를 가지는 것이 목적이다.
- 이 차시는 이전 1~2차시에서 배운 내용을 적용하는 활동으로 구성하였다. 학생들이 대화하는 활동 과정에서 상대의 말을 비판하거나 판단하지 않는 수용적 분위기를 조성하도록 지도에 유의한다.

# 마음을 나눠요

다른 사람의 감정에 공감하며 대화해 봅시다.



마음을 알아주고 위로하는 대화를 하려면 다른 사람의 말에 어떻게 공감하면 좋을까요?



『왜 우니?』를 읽고 공감했던 경험을 나누어 봅시다.



## 함께 읽어요!



주인공 남자 아이는 다양한 장소에서 울고 있는 스물다섯 명의 사람들을 찾아가 말을 건넵니다. “왜 우니?”, “왜 울어?”라는 물음에 돌아오는 대답은 다 제각각입니다. 자다가 깼는데 엄마가 없어서 우는 아이, 딱 한 번만 보드라운 강아지의 털을 다시 쓰다듬고 싶어 우는 아이, 엄마가 점점 작아져서 사라져 버릴까봐 우는 할머니 등 스물다섯 명의 사람들은 각자의 사연을 번갈아 이야기합니다. 모두의 이야기가 끝나면 서로 눈물을 줄줄이 닦아 주며 위로해 줍니다.

- 『왜 우니?』 속 ‘자다가 깼는데 엄마가 없어서 우는 아이’에게는 어떤 위로를 해주면 좋을까요?

(예) 괜찮아? 토닥여주기

- 이야기 속 인물들처럼 울었던 경험이 있나요? 나에게 위로가 되는 말이나 행동은 무엇인지 이야기해 보아요.

경험

(예) 친구랑 같이 자전거를 타다가 넘어져서 울었다.

위로의 말이나 행동

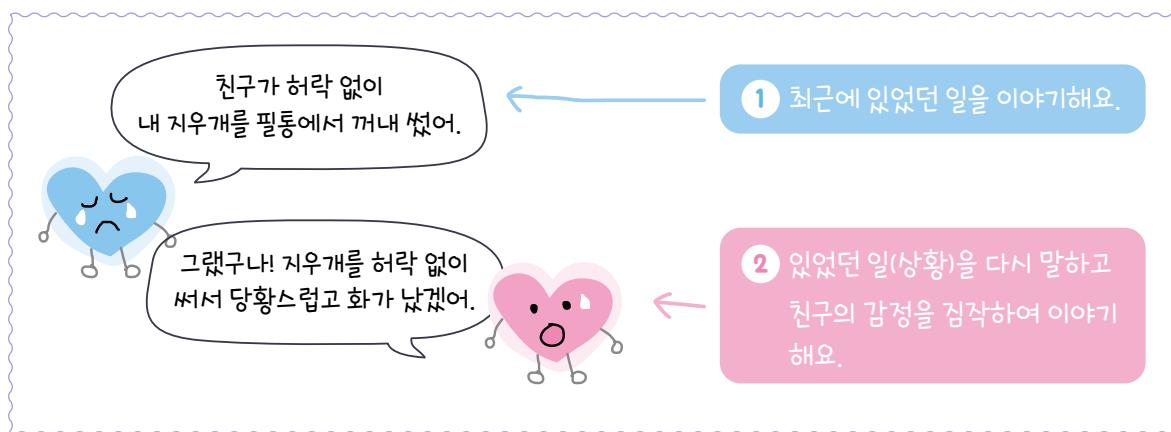
(예) 친구가 내 등을 토닥이면서 “아팠겠다. 괜찮아?”라고 위로해 주었다.

- “괜찮아?”, “힘내!”, “넌 할 수 있어!”, “네 곁에는 내가 있어.”처럼 기분을 좋게 하는 말들과 ‘경청해 주기’, ‘등 토닥이기’, ‘손 잡아주기’처럼 행동으로도 위로가 될 수 있음을 지도해요.

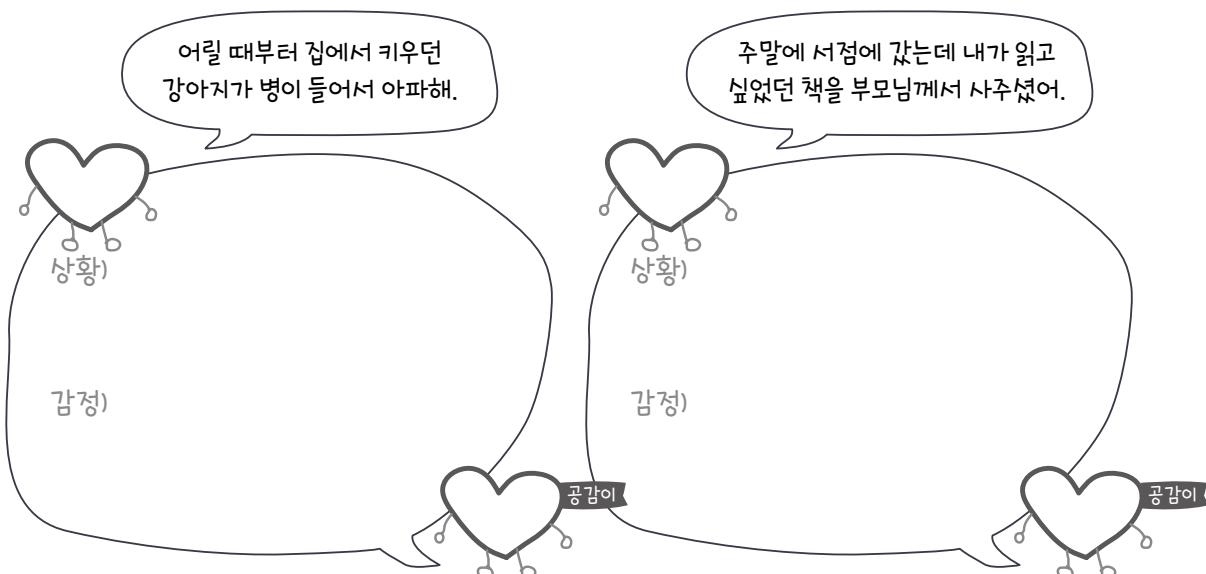


## 함께하기

 ‘공감이’가 되어 친구의 마음에 공감하며 대화해 봅시다.



- 감정 단어가 잘 떠오르지 않는다면 부록의 ‘감정 목록표’를 찾아보도록 안내해요.
- 어떤 표정으로 말할지 감정에 어울리는 표정도 그릴 수 있어요.



- 상황은 학생, 학급 수준에 맞게 다양하게 바꿀 수 있어요.  
짝과 실제로 있었던 경험으로 대화를 해 봄도 좋아요.

대화를 할 때 경청의 태도를 1가지 이상 실천해 보아요.



● 감정 카드가 없을 경우 메모지에 감정을 적어서 건네도 좋아요.



모둠 친구들의 감정에 공감하고 대화해 봅시다.

### 놀이 방법

- ❶ 모둠별로 동그랗게 모여 앉아 감정 카드를 책상에 넓게 펼쳐요.
- ❷ 순서를 정해 첫 번째 친구에게 다른 친구들이 질문을 해요.  
“OOO아, 너의 마음이 궁금해. 요즘 어떻게 지냈어?”
- ❸ 질문을 받은 친구는 최근에 있었던 일이나 고민거리를 이야기해요.
- ❹ 다른 모둠원들은 친구의 말을 듣고 내가 그 상황이라면 어땠을지 상상해 보고 느꼈을 감정의 카드를 한 장씩 골라요.
- ❺ 고른 카드를 보여 주면서 친구의 마음에 공감해 주고 카드를 건네요.

● 공감 대화를 한 후 느낀 점을 이야기해 보아요.

### 실천하기

- 친구의 눈을 보며 경청하고 비난, 충고, 판단은 하지 않게 유의해서 지도해요.
- 걱정이 있는 친구에게는 힘이 되는 위로와 격려의 말을 전하도록 안내해요.
- “이야기해 줘서 고마워.”, “내 마음을 알아줘서 고마워.”하고 공감해 준 친구와 서로 감사 표현을 하면 좋아요.



우리 반 공감라디오! 사연을 들고 공감 메시지를 남겨봅시다.

● 도움 자료의 『고민식당』을 함께 읽고 독후 활동으로 대체할 수 있어요.



- ❶ 사연 상자에 감정을 느낀 경험 또는 고민이나 함께 나누고 싶은 일들을 익명(선택)으로 작성하여 넣어요.
- ❷ 아침활동 시간, 쉬는 시간, 점심시간 등을 활용하여 사연을 들려줘요.
- ❸ 사연을 들은 친구들은 공감하거나 위로, 응원하는 메시지를 불임쪽지에 적어 게시판에 붙여요.

● 내가 가장 공감되었던 사연은 무엇인가요?



● 내가 남긴 공감 메시지는 무엇인가요?





## 우리는 모두 같을까?

&gt;&gt;&gt; 교과서 59~61쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 나와 다른 사람의 관점의 차이를 이해할 수 있다.

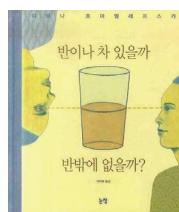
### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	<ul style="list-style-type: none"> <li>동서양 관점의 차이 파악하기</li> <li>사람마다 관점이 다른 이유 알아보기</li> </ul>
함께하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>작시 그림과 '만약에' 놀이로 나와 타인의 서로 다른 관점 탐색하기</li> </ul>
실천하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>그림책을 읽고 자신의 생각 정리하기</li> <li>그림책 속 상황을 바라보는 서로 다른 관점에 대해 이야기 나누기</li> </ul>

### 3 성취 기준

- [4도-마음03-03] 사람마다 관점이 다른 이유를 알고 서로 다른 관점을 탐색하여 존중하는 태도를 가진다.

### 4 도움 자료

 헬로 키티	<p><b>〈헬로 키티에 대한 동 · 서양의 관점 차이〉</b></p> <p>• 헬로 키티는 일본의 캐릭터 회사 산 리오에서 1974년 출시한 캐릭터다. 헬로 키티는 동양에서는 큰 사랑을 받았지만 서양에서는 그렇지 못했다. 그 이유는 바로 동양인과 서양인이 감정을 읽는 방법이 다르기 때문이다. 동양에서는 눈을 중심으로 감정을 읽지만 서양에서는 입을 중심으로 감정을 읽기 때문이다. 그러한 차이로 인해 서양에서는 입이 없는 헬로 키티가 다소 기이한 캐릭터였다.</p> <p style="text-align: right;">〈출처: 창원대신문, 2023. 11. 20.〉</p>
 제목 작가 소개	<p>『반이나 차 있을까 반 밖에 없을까』 2008, 논장</p> <p>이보나 흐미엘레프스카</p> <p>대상에 대한 두 가지 관점을 이야기하는 그림책으로 본 차시의 '실천하기' 단계에서 활용할 수 있다. 대상을 바라보는 두 가지 관점을 살펴보며 처한 상황에 대한 긍정적인 시선을 제시한다.</p> <p style="text-align: right;">〈출처: 출판사 책 소개〉</p>

### 5 지도의 유의점

- 이 차시는 사람마다 관점이 다른 이유를 이해하고 나와 타인의 다른 관점을 탐색하여 타인의 생각을 존중하는 태도를 지니는 것이 목적이다.
- 이 차시에서는 학생들이 타인과 나의 다른 점에만 몰두하여 편견이나 차별의 태도를 가지지 않도록 유의한다.

# 우리는 모두 같을까?

나와 다른 사람의 관점의 차이를 이해해 봅시다.



왜 사람들은 같은 것을 보았는데도 각자 다른 것을 발견하고 생각할까요?



우리나라와 다른 나라의 이모티콘은 어떤 차이점이 있나요?

● 도움 자료의 <헬로 키티에 대한 동·서양의 관점 차이>에 대해 이야기할 수 있어요.

우리나라

^.^ T.T

다른 나라

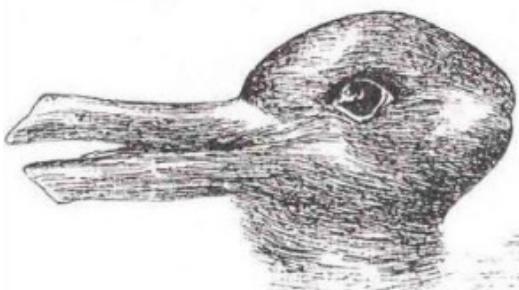
: ) : (



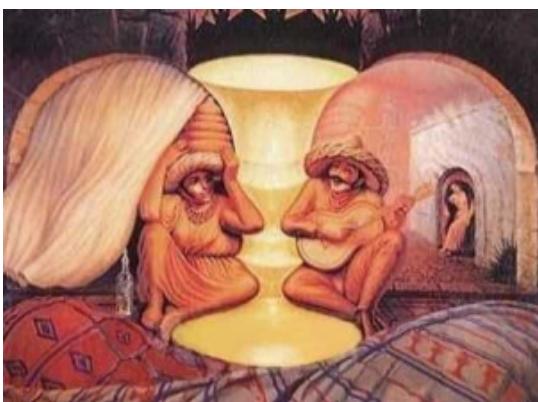
우리나라와 다른 나라의  
관점 차이 ▲



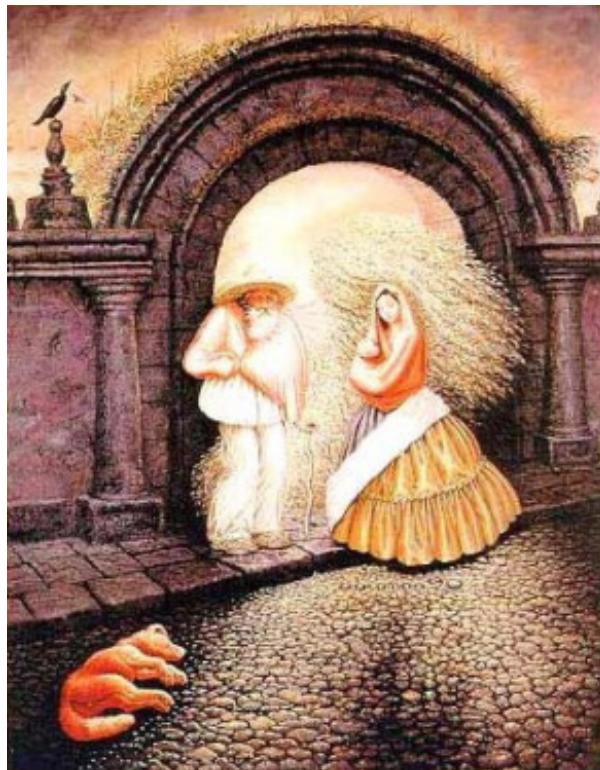
그림을 보고 이야기를 나누어 봅시다.



<출처: 조셉 지스트로의 토끼와 오리>



<출처: 옥타비아 오캄포의 착시그림>



● 눈을 감았다가 떴을 때 각 그림에서 가장 먼저 보이는 것은 무엇인가요?

(예) 오리, 토끼, 할아버지, 모자 쓴 아저씨와 아기를 안고 있는 여자, 누워 있는 개, 악기를 연주하는 사람들, 술잔,  
마주 보고 있는 노인들

● 친구와 나의 의견을 비교해 보고 함께 이야기해 보아요.

- 관점이란 대상 혹은 상황을 바라보는 태도나 방향을 의미해요.
- 같은 대상이라도 바라보는 관점에 따라 대상에 대한 평가는 다를 수 있음을 지도해요.
- 관점에 따라 생기는 생각의 차이는 서로 다른 것이지 틀렸다고 할 수 없음을 학생들에게 지도해요.



주어진 상황에서 나라면 어떻게 할지 선택하고 선택지에 따라 교실 안에서 이동해 봅시다. ● 교실 앞, 뒤 공간을 활용하거나, 책상을 옮겨 교실 반을 나누어 공간을 정해 움직일 수도 있어요.

순	질 문	선택지 1	선택지 2
1	만약에 모둠 과제가 주어진다면?	내가 조장할래!	나는 조원할래!
2	만약에 새로운 친구가 전학 온다면?	가서 말을 건다.	멀리서 관찰한다.
3	만약에 친구가 나를 별명으로 부른다면?	신경 쓰지 않는다.	기분 나쁘다.
4	만약에 화산이 터진다면?	도망가야지!	그런 상상을 왜 해?
5	만약에 친구가 배가 아프다고 한다면?	괜찮아? 많이 아파?	약은 먹었어? 보건실에 가 봐.
6	만약에 미술 시간에 아이디어가 떠오르지 않는다면?	계속 고민한다.	일단 시작한다.
7	만약에 친구가 갑자기 일이 생겼다고 약속 시간을 바꾸자 한다면?	아싸! 침대에 더 누워 있어야지.	갑자기 빈 시간에 뭐하지?

주어진 선택지 중에 마음에 드는 선택지가 없다면 둘 중에 나의 생각과 가장 가까운 선택지를 골라 봅시다.

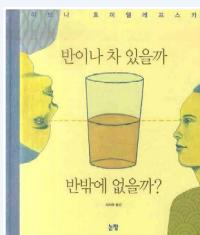


## 실천하기



『반이나 차 있을까 반밖에 없을까?』를 읽고 이야기를 나누어 봅시다.

## 함께 읽어요!



● 컵에 물이 반쯤 차 있다고 생각하나요? 반쯤 비었다고 생각하나요?

● 그렇게 생각한 이유는 무엇인가요?

● 친구와 의견이 다르다고 해서 서로 비난하지 않도록 지도해요.

● 관점을 바꾸어 세상을 긍정적으로 바라볼 수 있음을 이야기해도 좋아요.



## 우리는 모두 달라요

>>> 교과서 62~63쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 사람들의 다양한 모습을 인정하고 달라서 좋은 점을 설명할 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ‘만약에’ 질문 나누기</li> <li>• 달라서 좋은 점에 대해 생각하기</li> </ul>
함께하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ‘장점 쇼핑몰’ 놀이하기</li> <li>• 나와 친구의 장점 비교하기</li> </ul>
실천하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 그림책을 읽고 나의 별 소개하기</li> <li>• 우리반 ‘다다다 다른 별’ 꾸미기</li> </ul>

### 3 성취 기준

- [4도-마음03-04] 다양성이 필요한 이유를 알고 다양한 특성을 탐색하여 존중하는 생활을 실천한다.

### 4 도움 자료



#### 〈꼬마 철학자 휴고, 다름〉

- 꼬마 철학자 휴고가 ‘만약 모두 똑같은 모습인 세상에 산다면’이라는 질문에 대해 이야기하는 내용으로 ‘알아보기’ 단계에서 활용할 수 있다.

〈출처: EBS, 꼬마철학자 휴고, 7화 다름〉

#### 〈장점 런닝맨 놀이〉

- 장점 쇼핑몰 대체활동으로 활용할 수 있다.
- 게임 방법
  1. 여러 가지 장점들이 적힌 학습지를 자신의 등에 붙입니다.
  2. 배경 음악에 맞추어 돌아다니면서 친구 등에 있는 여러 장점 중에 가장 어울리는 장점에 스티커를 붙여 줍니다.
  3. 한 가지 장점뿐만 아니라 여러 가지 장점에 스티커를 붙여도 좋습니다.
  4. 활동이 끝나면 학습지를 떼어 어떤 장점이 가장 많은지 확인합니다.

### 5 지도의 유의점

- 이 차시는 사람들의 다양한 모습을 떠올리며 탐색하는 활동을 통해 다양성이 필요한 이유를 알고 존중하는 생활을 실천하는 것이 목적이다.
- 이 차시에서는 학생들이 타인과 나의 다른 점을 부러워하거나 비판하지 않고 나의 모습과 타인의 모습을 모두 존중하는 자세를 기르도록 지도한다.

# 우리는 모두 달라요

사람들의 다양한 모습을 인정하고 달라서 좋은 점을 알아봅시다.



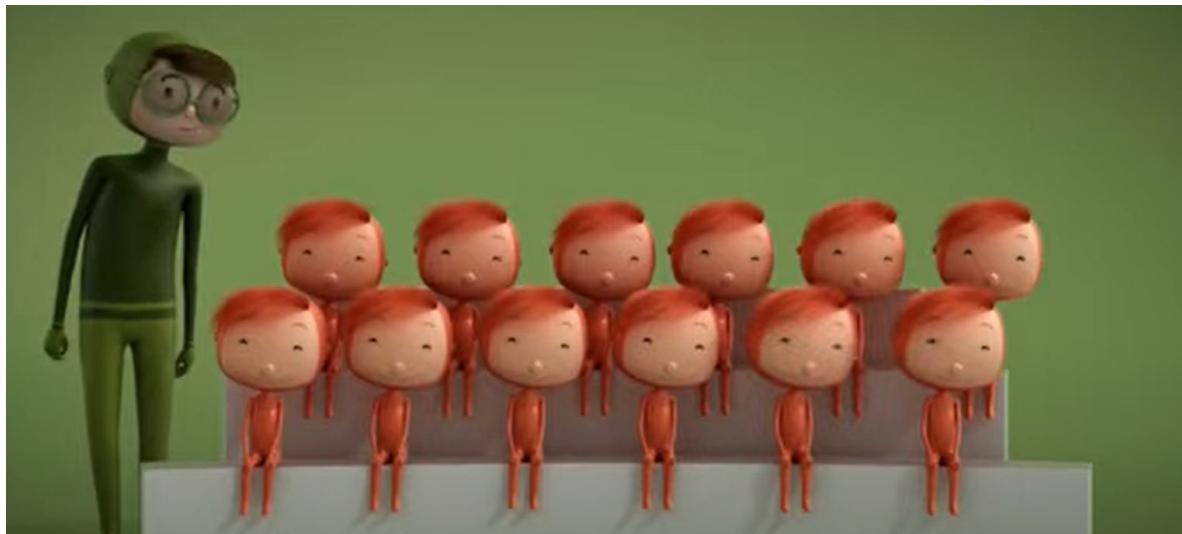
우리는 모두 다른 점을 가지고 있어요. 달라서 좋은 점은 무엇일까요?



주어진 질문을 읽고 함께 생각해 봅시다.

● 도움 자료의 참고 영상 <꼬마 철학자 휴고, 다름>을 보고 이야기해도 좋아요.

- ① 만약에 동물원에 갔는데 동물이 코끼리뿐이라면 어떨까요?
- ② 만약에 세상에 단 하나의 색만 존재한다면 어떨까요?
- ③ 만약에 사람들이 모두 똑같이 생기면 어떤 일이 생길까요?
- ④ 달라서 좋은 점은 무엇일까요?



<출처: What's the big idea 휴교 중 '다름'-Youtube(보니하니/EBS)>



## 함께하기



친구들의 다양한 모습을 떠올리며 ‘장점 쇼핑몰’ 놀이를 해봅시다.

부록10

129쪽, 131쪽

- 1 나의 장점 세 가지를 불임쪽지에 적어요.
- 2 활동지의 왼쪽 칸에 불임쪽지에 쓴 나의 장점 세 가지를 옮겨 적어요.
- 3 교실을 돌아다니며 친구와 장점을 교환해요.
- 4 단, 교환할 때는 친구들의 장점을 칭찬해요.
- 5 교환한 친구들의 장점은 나의 장점이 불어 있던 활동지의 오른쪽 칸에 붙여요.

- 나의 장점과 친구의 장점을 서로 비교해 보아요.

● 도움 자료의 <장점 런닝맨> 놀이를 대체활동으로 해도 좋아요.

● 나와 다른 친구의 모습을 비판하지 않고 존중하는 자세를 기르도록 지도해요.



## 실천하기



『다다다 다른 별 학교』를 읽고 이야기를 나누어 봅시다.

부록11

133쪽



## 함께 읽어요!



교실에 들어선 선생님은 깜짝 놀랐습니다. 아이들이 하나같이 남다른 모습을 하고 있었기 때문이에요. 학생들은 돌아가며 각자 자기가 온 별에 대해 이야기했습니다.

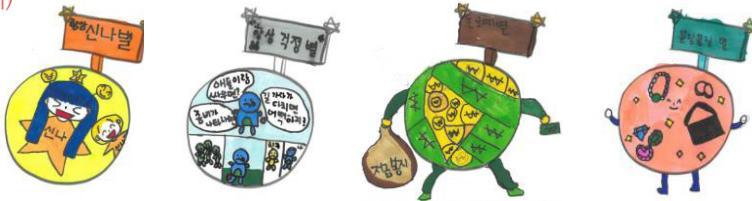
키가 작은 친구는 ‘작아도 별’에서, 부끄럼쟁이 친구는 ‘숨바꼭질 별’에서, 투덜투덜화를 잘 내는 친구는 ‘짜증나 별’에서 왔다고 해요.

듣다 보니 학생들 모두 다 다른 별에서 왔군요.

우리도 다 다른 별에서 왔기 때문에 모두 다른 모습을 하고 있어요. 여러분들은 어느 별에서 왔나요?

- 나는 어떤 별에서 왔는지 소개해 보아요.

(예)



- 다양한 친구들의 별에 방문해서 나의 별을 함께 붙여 ‘다다다 다른 별’을 꾸며요.

MEMO

## 4. 사이좋게 지내요



### 1 교수 · 학습 목표

이 단원은 ‘관계 관리 역량’을 기르고자 설정된 단원이다.

‘관계 관리 역량’은 다양한 개인 또는 집단과 건강하고 지지적인 관계를 만들고 유지하는 능력으로, 분명하게 의사소통하기, 경청하기, 협동하기, 부적절한 사회적 압력에 저항하기, 갈등을 건설적으로 조율하기, 필요할 때 도움을 구하고 제공하기를 포함한다.

따라서 이 단원에서는 학생들이 자신의 강점을 살려 타인과 협력하고 분명하고 현명하게 자기 주장하고 의사소통하며 공동체에서 긍정적인 관계를 유지하는 습관을 연습하고 꾸준하게 실천하는 것에 중점을 두어 지도하는 것이 중요하다.

### 2 단원의 성취 기준

- [4도-마음04-01] 협력의 필요성을 이해하고 자신의 강점을 발휘하여 공동체 활동에서 타인과 협력한다.
- [4도-마음04-02] 자기 생각과 감정을 분명하게 전달하는 방법을 알고 자신이 처한 갈등 상황에서 부탁 또는 거절로 대처한다.
- [4도-마음04-03] 긍정적인 관계를 만들고 유지하기 위한 노력의 중요성을 이해하고 올바른 대화법과 행동을 실천한다.
- [4도-마음04-04] 올바른 자기 주장의 필요성을 이해하고 자신의 의견을 표현한다.

### 3 단원의 핵심 아이디어와 내용 요소

핵심 아이디어	<ul style="list-style-type: none"> <li>타인과의 협력과 소통은 긍정적인 관계를 만들고 유지하는 데 기여한다.</li> <li>사과, 거절, 자기 주장 등의 분명한 말하기는 타인과의 갈등을 원만하게 해결하게 한다.</li> </ul>
범주	내용 요소
지식 · 이해	<ul style="list-style-type: none"> <li>협력의 필요성 이해하기</li> <li>자기 생각과 감정을 분명하게 전달하는 방법 알기</li> <li>긍정적인 관계를 만들고 유지하기 위한 노력의 중요성 이해하기</li> <li>올바른 자기 주장이 필요한 이유 이해하기</li> </ul>
과정 · 기능	<ul style="list-style-type: none"> <li>공동체 활동에 타인과 협력하는 자세로 참여하기</li> <li>다양한 상황에서 현명하게 부탁하고 거절하는 대화하기</li> <li>다른 사람과 어울리며 올바른 대화법과 행동 실천하기</li> <li>효과적으로 자기 주장하기</li> </ul>

가치 · 태도	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 사람의 강점이 모두 다름을 인정하고 협력하는 태도 가지기</li> <li>• 배려하며 분명하게 말하는 방법을 생활에서 실천하기</li> <li>• 내가 먼저 긍정적인 관계를 만들어 나가려는 실천 의지 가지기</li> <li>• 상대방을 배려하며 자기 주장하는 태도 기르기</li> </ul>
---------	---

## 4 단원의 내용 체계

차시	학습 주제	학습 내용	준비물
1	으쌰으쌰, 힘을 모아요	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 협력의 장점을 찾고 협력 놀이하기</li> <li>• 협력 실천 경험 공유하고 소통하기</li> </ul>	종이컵, 협력밴드(고무줄), 붙임쪽지, 스티커
2	원하는 것을 표현해요	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 나 전달법 3단계 통과하기 놀이하기</li> <li>• 내 마음 포스터 만들기</li> </ul>	필기구, 도화지, 채색도구
3	거절해도 괜찮아요	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 현명하게 거절하는 대화 연습하기</li> <li>• 말하기 비법 카드 만들고 활용하기</li> </ul>	A4용지 또는 도화지, 가위
4	친구가 되는 멋진 방법	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 먼저 인사하기, 맞장구치기 연습하기</li> <li>• 먼저 말 걸기 캠페인 실천하기</li> </ul>	채색도구, 가위, 편지, 키링 부자재, 스티커
5~6	내 의견을 자신 있게 밀해요	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 올바른 자기 주장의 필요성 알아보기</li> <li>• ‘원(win)-원(win)’ 자기 주장 연습하기</li> </ul>	필기구

## 5 평가 방법

- 협력하기는 관찰 평가, 자기 평가, 동료 평가를 통해 학생들이 실제 상황에서 경험한 감정과 태도, 변화 정도를 함께 평가한다.
- 의사소통과 자기 주장하기에서는 학생들이 다른 사람을 배려하는 태도로 자신의 의견을 솔직하고 분명하게 표현하는지 평가 한다.
- 올바른 대화법과 행동의 사회적 기술을 일상생활에서 실제로 실천하고 있는지를 중요한 평가 대상으로 삼아 평가한다.

## 6 단원 지도 및 유의 사항

- 학생들이 긍정적인 관계를 맺고 유지하기 위해 올바른 대화법과 행동을 실제로 연습하는 활동을 설계하고 진행한다.
- 학생들이 놀이와 역할극, 토론을 통해 자신의 생각과 의견을 실제로 표현하고 갈등을 해결하며 협력할 수 있는 활동을 제시 한다.
- 놀이 후 자신을 성찰하고 소감을 함께 나누는 활동을 할 때는 편안하고 차분한 분위기를 조성한다.
- 학습 종료 후에도 관련 그림책 읽기를 통한 글쓰기, 실천 활동 결과물 전시, 실천에 대한 소감 공유, 캠페인 활동 등을 통해 학습 내용을 내면화할 수 있는 지속적 실천 기회를 제공한다.
- 교과와 연계하여 사회정서 기술을 연습할 수 있는 기회를 더 제공하고, 자신의 말과 행동을 스스로 성찰할 수 있도록 지도한다.

## 4. 사이좋게 지내요

✓ 소중한 내 주변 사람들과 사이좋게 지내기 위해서

어떤 말과 행동을 하면 좋을까요?

✓ 가족이나 친구와 갈등을 겪은 적이 있나요?

갈등이 생기면 어떻게 말해야 할까요?

- 이 단원에서는 공동체의 다양한 사람들과 건강하고 지지적인 관계를 만들고 유지하기 위한 생각을 나누고 연습하도록 지도합니다.



# 소중한 사람들과 사이좋게 지내며 좋은 관계를 유지하기 위해 우리에게 필요한 것은 무엇일까요?

● 이 단원에서는 관계 관리의 하위 역량인 협력하기, 의사소통, 관계 기술, 자기 주장을 배웁니다.





## 으쌰으쌰, 힘을 모아요

>>> 교과서 66~68쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 나의 강점을 살리고 서로 존중하며 협력할 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	• 함께 힘을 모아 협력했던 경험 떠올리며 협력의 장점과 협력했을 때 어려웠던 점 이야기 나누기
함께하기	• ‘으쌰으쌰, 힘을 모아요’ 놀이하며 친구와 협력하기 • 협력놀이하며 느낀 점 돌아보고 자기 평가하기
실천하기	• ‘함께 했어요!’ 실천 보드에 협력을 실천한 경험 공유하고 소통하기

### 3 성취 기준

- [4도-마음04-01] 협력의 필요성을 이해하고 자신의 강점을 발휘하여 공동체 활동에서 타인과 협력한다.

### 4 도움 자료

	〈협력 컵 쌓기 놀이〉	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>종이컵과 고무줄 대신 점보스택스나 큰 상자로 놀이하는 등 다양하게 바꿀 수 있다.</li> <li>컵에 칭찬하는 말, 긍정언어 등을 쓰게 한 뒤 활동할 수도 있다.</li> </ul> <p>〈출처: Youtube, 초등홍선생, 교실놀이 고무줄놀이 #3 협동 종이컵 옮기기〉</p>	
	제목	『혜엄이』 2019, 시공주니어
	작가	레오 리오니
	소개	작은 존재들이 힘을 모아 커다란 존재에 맞서는 모습을 통해 공동체가 가진 ‘연대와 협력의 힘’을 강조하는 이야기로 수업의 도입 또는 정리에서 활용할 수 있다.
		〈출처: 출판사 책 소개〉

### 5 지도의 유의점

- 이 차시는 협력의 필요성을 이해하고 공동체 활동에 타인과 협력하는 자세로 참여하며 사람의 강점이 모두 다름을 인정하고 협력하는 태도를 가지는 것이 목적이다.
- 이 차시의 학습으로 협력하는 태도를 모든 학생이 연습할 수 있도록 학급 학생 수에 따라 적절하게 모둠 및 전체 서클을 구성하여 지도하며, 활동을 포기하지 않도록 격려하면서 소외되는 학생이 없도록 주의한다.

## 으쌰으쌰, 힘을 모아요

나의 강점을 살리고 서로 존중하며 협력해 봅시다.



함께 살아가는 공동체의 한 사람으로서 우리는 어떤 역할을 해야 할까요?



함께 힘을 모아 무언가를 해냈던 경험을 떠올려 봅시다.



- 떠오르는 경험이나 생각을 그림이나 짧은 글 등 자유롭게 표현하도록 지도해요.
- 도움 자료의 그림책『헤엄이』를 학생들과 함께 읽고 독후 활동으로 연결할 수도 있어요.



협력할 때 어떤 점이 좋았나요? 힘든 점은 없었나요? 함께 이야기 나누어 봅시다.

- 협력의 필요성과 장점을 학생들의 경험 발표를 통해 자연스럽게 지도해요.
- 협력하기 위해 실제로 필요한 사회정서 기술에 대해 생각해 볼 수 있도록 힘들었던 점도 솔직하게 발표할 수 있도록 지도해요.



## 함께하기

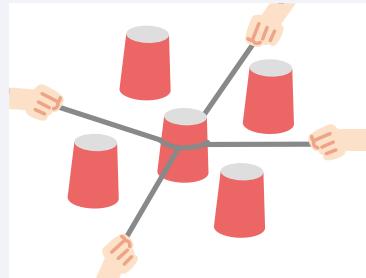


‘으쌰으쌰, 힘을 모아요’ 놀이를 하면서 친구들과 사이좋게 협력해 봅시다.

- ① 협력 고무줄을 사용하여 종이컵을 알맞은 위치로 옮기거나

정해진 모양을 만들어요.

- 1단계: 하나의 탑 만들기
- 2단계: 끝에서 끝으로 옮기기
- 3단계: 피라미드 쌓기



- ② 3단계를 모두 성공할 때까지 놀이를 계속해요.

- ③ 성공할 때마다 친구들과 함께 기념사진을 찍어요.



협력 활동 중 싸우지 말고 친구들과 서로 힘이 되는 말을 주고받아 보세요.

- 종이컵을 잘 배달하기 위한 전략을 친구와 함께 상의하며 찾아보고 다시 도전해 보는 기회를 제공해요.
- 다양한 협력 놀이를 교과와 연계해서 지도해요.



친구들과 협력 놀이를 하며 느낀 점을 나누어 봅시다.

느낀 점



느낀 점을 이야기하며 오늘 협력 놀이를 한 모둠 친구에게 칭찬하는 말을 전해요.

- 나와 친구의 잘한 점을 중심으로 먼저 이야기 나누고 격려와 칭찬을 전할 수 있도록 지도해요.



오늘 사이좋게 협력했나요? 놀이할 때 나의 모습은 어땠는지 생각해 봅시다.

맡은 역할에 최선을 다했어요.



즐겁게 놀이했어요.



친구와 사이좋게 놀았어요.



친구를 격려하는 말, 고마움을 표현하는 말을 했어요.



끝까지 도전했어요.



친구를 칭찬해 주었어요.



실천 다짐  
한 마디

다른 사람과 사이좋게 협력하기 위해 내가 더 노력해야 할 점을 찾아보아요.



- 차분하고 편안하게 자신을 솔직하게 돌아보고 스스로 노력할 점을 찾을 수 있도록 학급 학생들의 특성에 따른 분위기를 조성하여 지도해요.

## 실천하기



다른 사람과 사이좋게 협력하기를 실천하며 ‘함께했어요!’ 보드를 만들어 봅시다.

- ① 불임쪽지에 실천한 내용을 간단하게 기록해요.
- ② ‘함께했어요!’ 보드에 불임쪽지를 붙여요.
- ③ 친구가 적은 쪽지에 칭찬 스티커를 붙여 주어요.

(예) 오늘 친구 ○○이와 함께 우유 상자를 교실로 가져왔다.

- 다른 사람이 혼자서 하기 힘든 일을 발견하면 도와주고 나 혼자서 하기 힘든 일은 친구에게 도움을 요청하면서 협력을 실천하도록 지도해요.
- 더 해보고 싶은 놀이를 친구들과 사이좋게 함께해 보는 것, 경쟁 놀이를 할 때 정정당당하게 우리 팀이 이길 수 있도록 최선을 다하는 것도 협력이라는 것을 지도해요.
- 칭찬 스티커를 붙인 다음 친구에게 칭찬하는 말이나 고마움을 표현하는 말을 직접 전하도록 지도해요.
- 강점과 흥미에 따른 학생 동아리를 구성하여 협력을 실천하는 프로젝트를 계획하고 실천하도록 지도할 수 있어요.



## 원하는 것을 표현해요

>>> 교과서 69~71쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 내가 원하는 것을 분명하게 상대방에게 표현할 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	• 두 친구들의 말을 비교하여 선택하고 차이점 말하기
함께하기	• 나 전달법 3단계 통과하기 놀이로 분명하게 표현하기
실천하기	• 내 마음 포스터 만들고 게시하기

### 3 성취 기준

- [4도-마음04-02] 자기 생각과 감정을 분명하게 전달하는 방법을 알고 자신이 처한 갈등 상황에서 부탁 또는 거절로 대처한다.

### 4 도움 자료

 	<b>〈나 전달법 설명 영상〉</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>영상에 나오는 친구들의 대화 상황을 보고 참고할 수 있다.</li> <li>영상을 일시정지하며 나 전달법 말하기를 따라해볼 수 있다.</li> </ul> <p>〈출처: Youtube, 상권쌤, [수필킷]나전달법(I-message)으로 갈등을 해결해요!〉</p>	
제목	<b>『나도 상처 받지 않고 친구도 상처 받지 않는 말하기 연습』 2023, 위즈덤하우스</b>	
작가	강승임	
소개	크고 작은 친구 사이의 갈등으로 고민하는 학생들에게 갈등을 스스로 해결할 수 있는 방법을 제안한다. 다른 친구들의 고민 사연을 만화로 살펴보고 이야기 나누며 해결 방법을 생활에 적용해 볼 수 있다.	

### 5 지도의 유의점

- 이 차시는 자기 생각과 감정을 분명하게 전달하는 방법을 알고, 다른 사람과 어울리며 올바른 대화법과 행동을 실천하는 연습을 통해 배려하며 분명하게 말하는 방법을 생활에서 실천하는 태도를 기르기 위한 차시이다.
- 이 차시의 학습 활동으로 나 전달법 3단계 통과하기 놀이를 진행할 때 학생들에게 각 단계별 역할을 부여하고 돌아가면서 경험해 볼 수 있도록 지도하는 것이 필요하다.

# 원하는 것을 표현해요

내가 원하는 것을 분명하게 상대방에게 표현해 봅시다.



내 생각이나 느낌을 솔직하게 표현하면서도 상대방과 사이좋게 지내려면 어떻게 해야 할까요?



아래 두 친구의 말을 살펴보고 원하는 것에 'O' 표시를 하고, 그 이유를 적어 봅시다.

## 친구가 내 물건을 허락 없이 만진 상황

- 위의 상황 외에도 비슷한 상황에 대해 이야기해 볼 수 있어요.



왜 내 물건을  
맘대로 만져!



내 물건을 네 마음대로  
만지지 말아줘.

내가 선택한 말하기

왼쪽

오른쪽

선택한 이유

- 평소 자신의 의사소통 방법을 돌아보며 선택의 이유를 적어 보도록 지도해요.



두 친구가 했던 말의 차이점은 무엇일까요? 짹과 이야기 나누어 봅시다.

- 두 캐릭터의 말을 소리내어 말해보게 하며 느낌을 비교해요.
- 말투나 표현 등을 구체적으로 분석해 보면 차이점을 비교할 수 있게 도와요.



## 함께하기



‘나 전달법 3단계 통과하기’ 놀이를 하면서 원하는 것을 분명하게 표현해 봅시다.

- 교실 앞쪽과 교실 뒤쪽 사이에 맡은 역할대로 학생들이 설 수 있는 위치를 미리 정하고 안내해요.

부록12 135쪽

- 교실 앞쪽에서 ‘너 전달법’으로 적힌 카드를 뽑아서 출발해요.

- 사실을 말해주는 역할, 감정을 말해주는 역할, 표현을 알려주는 역할을 맡은 친구들은 ‘너 전달법’ 카드를 가지고 오는 친구들에게 선생님의 도움 카드를 보고 ‘나 전달법’에 맞게 바꾸어 말해줘요.

<교실 앞쪽>  
너 전달법  
카드 뽑기

사실로  
말해주는 역할

카드를 보고  
사실 부분을  
바꿔 말하는 데  
도움을 줍니다.

감정을  
말해주는 역할

카드를 보고  
감정 부분을  
바꿔 말하는 데  
도움을 줍니다.

표현을  
알려주는 역할

카드를 보고  
바라는 점을  
말하는 데  
도움을 줍니다.

<교실 뒤쪽>  
완성한  
카드보며  
말하기

이동

방향

- 마지막으로 교실 뒤쪽에 도착했다면 완성한 카드를 보며 말해 보아요.

- 〈부록〉의 나 전달법 3단계 통과 놀이 카드를 활용해요.

**<선생님의 도움 카드>**

**사실** 상대방이 실제로 한 말과 행동 표현

**감정** 상대방의 말과 행동이 나에게 주는 감정

**요청** 구체적으로 내가 바라는 것

**나 전달법이란?**

‘나’를 중심으로 상대방의 행동에 대한 자신의 생각 또는 감정을 명확하게 표현하는 대화 방식을 말합니다. 또한, 상대방을 지적하는 태도가 아니라 요청하는 태도로 말합니다.



‘나 전달법’으로 표현을 바꾸어 보는 놀이를 하며 느낀 점을 나누어 봅시다.

느낀 점

- 잘되었던 점과 아쉬운 점을 떠올려보면서 활동을 되돌아보도록 지도해요.



내 마음을 표현할 때 ‘나 전달법 3단계’를 활용해서 말할 수 있나요? 확인란에 ‘V’표시를 해 봅시다.

상대방이 한 말과 행동을 사실대로 말할 수 있다. ‘네가 ~했을 때’

상대방의 행동으로 인한 내 기분을 말할 수 있다. ‘많이 속상했어.’

내가 바라는 것을 요청이나 부탁하는 말투로 표현할 수 있다.

‘~해 주면 좋겠어.’ ‘다음에는 ~해 줘.’

실천 약속하기

- 나 전달법의 3단계를 활용해서 구체적으로 말할 수 있는지 스스로 확인해볼 수 있도록 안내해요.

### 실천하기



내 마음 분명하게 표현하기를 생활에서 실천하며 내 마음 포스터를 만들어 봅시다.

(예) 1단계: 니가 내 필통을 만져서 / 2단계: 화가 나. / 3단계: 허락을 구해야 해.

- 1 내 마음을 분명하게 표현해야 할 때 살펴보기 위해서 ‘나 전달법 3단계’로 나타내는 포스터를 만들어 봅시다.
- 2 ‘나 전달법 3단계’의 말과 요청하는 태도가 들어가게 포스터를 꾸밉니다.
- 3 게시판이나 사물함에 완성한 내 마음 포스터를 붙입니다.

(예) 네가 순서를 안 지켜서  
화가 나. 순서를  
지켜주면 좋겠어.



## 거절해도 괜찮아요

&gt;&gt;&gt; 교과서 72~74쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 거절을 해야 하는 상황이 있을 때 상대방의 기분을 배려하며 표현할 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	거절이 필요한 상황 살펴보고 경험 이야기 나누기
함께하기	상대방을 배려하며 현명하게 거절하는 대화 연습하기
실천하기	말하기 비법 카드 만들고 활용하기

### 3 성취 기준

- [4도-마음04-02] 자기 생각과 감정을 분명하게 전달하는 방법을 알고 자신이 처한 갈등 상황에서 부탁 또는 거절로 대처한다.

### 4 도움 자료

	<p>제목 『거절은 너무 어려워!』 2023, 국민서관</p> <p>작가 윤미경</p> <p>소개 부모님이나 친구를 실망시키지 않으려고 무조건 남의 말을 들어주는 주인공이지만 정작 마음이 아프다. 다른 사람들이 나를 싫어할까봐 매일 걱정하기 때문이다. 싫은 것은 자혜롭게 거절하면서 나 자신을 소중히 여기는 법에 대해 생각하고 토의 자료로 활용할 수 있다.</p>
	<p>제목 『동의』 2020, 아울북</p> <p>작가 레이첼 브라이언</p> <p>소개 현명하게 거절하는 것은 동의와도 연관되어있다. 상호 존중을 위해 경계선이라는 개념을 이해하고 적절하지 않은 제안에 대해서 동의하지 않는 상황에 대해서 어떻게 대처할지에 대한 방법을 안내하고 연습해볼 기회를 제공할 수 있다.</p>

### 5 지도의 유의점

- 이 차시는 자기 생각과 감정을 분명하게 전달하기 위해서 필요한 노력이 무엇인지 구체적인 방법을 알아보고 연습해 보도록 구성되었다. 거절을 할 때 이유를 함께 제시하거나 다른 방법을 제안하는 등의 대화를 연습하며 거절, 동의, 경계 존중의 의미를 이해한다.
- 거절이 필요한 다양한 상황을 학생의 경험에서 떠올려 보게 하고, 현명하게 거절하는 대화의 기술을 연습해 볼 수 있는 기회를 충분히 제공한다.

## 거절해도 괜찮아요

거절을 해야 하는 상황이 있을 때

상대방의 기분을 배려하며 표현하는 방법을 연습해 봅시다.



친구의 부탁을 거절하면 사이가 나빠질까 걱정되었던 적이 있나요?

상대방의 부탁이나 요구를 거절해야 할 때는 어떻게 해야 할까요?



아래의 상황을 살펴보고 비슷한 경험을 떠올려 봅시다.

수업 시간에 친한 친구가

선생님께서 정해주신 자리 말고

잠깐만 마음대로 바꿔 앉자고 하는 상황

방과 후에 다른 것을 하러 가야하는데

친구가 같이 놀자고 하고 지금 안 놀면

친구 안 한다는 상황

- 표현 방법을 자유롭게 선택하도록 지도해요.



거절할 때 어려운 점이 있었나요? 상대방의 반응은 어땠나요? 이야기해 봅시다.

- 짝과 대화하거나 모둠별로 이야기를 해 보도록 안내해요.



## 함께하기



상대방의 기분을 배려하며 현명하게 거절하는 대화를 연습해 봅시다.

- ① 친구나 가족의 들어줄 수 없는 부탁을 듣고 곤란했던 내 경험을 떠올려 적습니다.
- ② 상대방의 기분을 생각하며 부드러운 거절의 표현을 생각하여 적습니다.



(예) 미안해 + 이유(지금 다른 걸 먼저 해야 해서/ 몸이 안 좋아서)

(예) 미안해 + 해줄 수 있는 것 만 말하기(같이 ~해줄 수는 있어. ~는 안 돼.)

(예) 미안해 + 다른 방법 말해 보기(대신 ~~로 해볼까? /~한테 이야기해 볼까?)

- ③ 위의 대화 연습 카드를 완성해서 짹과 역할을 정해 대화를 연습해 봅시다.

- 친구나 가족의 들어줄 수 없는 부탁에는 어떤 것들이 있었나요?

- 위 상황에서 나는 어떻게 거절하는 표현을 어떻게 말할까요?

- 상대방에게 다른 방법을 제시한다면 어떻게 말할까요?

상대방의 부탁을 모두 들어줄 수는 없어도 할 수 있는 만큼 들어줄 수는 있어요.



- 짹과 바꾸어 대화한 후에 다른 모둠의 친구들과 대화해도 좋아요.



현명하게 거절하는 대화에 대한 내 생각을 이야기해 봅시다.

- 거절에 대한 내 생각이 바뀐 점이 있는지 활동을 돌아보고 소감을 나눠요.



부탁을 하거나 거절을 할 때 나의 말과 행동을 생각하며 해당되는 곳에 'V' 표시를 해 봅시다.

상대방에게 부탁할 때 '~해도 돼?' 질문을 할 수 있다.

상대방이 내 부탁을 들어줬을 때 고맙다는 말을 할 수 있다.

거절할 때 '미안하지만~ 안 돼.' '싫어. 대신 다음에는~.' 같은 말을 할 수 있다.

상대방이 내 부탁을 거절했을 때 화내거나 짜증 내지 않고 받아들일 수 있다.

앞으로  
필요한 노력  
한 마디

상대방의 부탁을 들어주거나 거절하며 사이좋게 지내기 위해  
앞으로 더 노력해야 할 점을 찾아보아요.



## 실천하기

- 상대방의 요청에 동의하거나 거절할 때도 부드럽게 말하는 연습을 해보면 좋아요.
- 완성한 말하기 비법 카드를 꾸미고 적절한 곳에 게시하여 필요할 때 보면서 말할 수 있도록 평소 생활에서도 지도해요.



상대방에게 부탁하거나 거절할 때를 떠올려 '말하기 비법 카드'를 만들어 봅시다.

- ① 친구와 서로 존중하는 관계를 만드는 데 필요한 말을 떠올려 보아요.

(예) 거절의 말: 미안하지만, 다음에 같이 놀자. 지금은 다른 할 일이 있어.

(예) 부탁하는 말: 혹시 우유 당번 같이 가 줄 수 있어?

- ② 존중하는 마음을 담아 부탁하거나 거절할 때 할 말을 종이에 크게 쓰고 꾸며요.

- ③ 교실이나 복도 창문 등에 게시하여 말하기 비법을 활용해서 친구와 이야기해요.





## 친구가 되는 멋진 방법

>>> 교과서 75~77쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 타인과 사이좋게 지내기 위해 해야 할 말과 행동을 알고 따뜻한 마음을 표현할 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	<ul style="list-style-type: none"> <li>친구, 가족과 마음이 통하는 대화를 나눈 경험 이야기 나누기</li> </ul>
함께하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>‘마음으로 들어주기’ 놀이하며 친구와 대화하기</li> <li>맞장구치며 공감하는 대화를 하면서 느낀 점을 돌아보고 자기 평가하기</li> </ul>
실천하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>‘먼저 말 걸기’ 캠페인을 위한 작품 만들고 실천하기</li> </ul>

### 3 성취 기준

- [4도-마음04-03] 긍정적인 관계를 만들고 유지하기 위한 노력의 중요성을 이해하고 올바른 대화법과 행동을 실천한다.

### 4 도움 자료

	제목	친구 되는 멋진 방법, 2008 서덕출 창작동요제 금상
	작가	정수은 작사, 임수연 작곡
	소개	사이좋은 관계 형성 및 유지를 위한 사회적기술을 ‘친구 되는 멋진 방법’으로써 노래 가사를 통해 알려준다. 인사하기, 내 이야기보다 친구 이야기를 먼저 듣기, 맞장구치기, 공감하기(마음으로 들어주기)를 학생들이 기억하는 데 도움이 된다.
<b>〈먼저 말 걸기 캠페인〉</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>‘안전한 공동체를 위한 실천 캠페인’으로 좋은교사운동에서 제안한 것으로, 하루 한 명에게 먼저 말 걸기를 매일 실천하는 활동이다.</li> <li>학급 학생들과 가족에게 말 걸기, 다른 반 친구에게 말 걸기, 일주일 동안 실천하기 등 다양한 실천 과제를 함께 정하고 미션 챌린지 형태로 제시하여 학생들이 즐겁게 실천하도록 도울 수 있다.</li> </ul> <p>〈출처: 좋은교사운동〉</p>		

### 5 지도의 유의점

- 이 차시는 긍정적인 관계를 만들고 유지하기 위한 노력의 중요성을 이해하고 올바른 대화법과 행동을 실천하며 내가 먼저 긍정적인 관계를 만들어 나가려는 실천 의지를 가지는 것이 목적이다.
- 이 차시의 학습을 통해 학생들이 긍정적인 관계를 만들고 유지하기 위해 관심을 직접 표현하는 것이 중요하다는 것을 경험하며 느낄 수 있도록 활동 중심으로 지도한다.

# 친구가 되는 멋진 방법

소중한 사람에게 따뜻한 마음을 표현해 봅시다.



소중한 내 주변의 사람들과 사이좋은 관계를 맺고 유지하기 위해 어떤 말과 행동을 하면 좋을까요?



동요 ‘친구 되는 멋진 방법’을 듣고, 떠오르는 장면을 그려 봅시다.



- 표현 방법을 자유롭게 선택하도록 지도해요.
- 기억에 남는 가사를 쓰거나 가사에 있는 낱말을 사용하여 마인드맵을 그리는 것도 좋아요.

떠오르는 경험이나 생각을 글로 쓰거나 만화로 표현해도 좋아요.



친구나 가족이 내 말을 잘 들어주었을 때 기분이 어땠나요? 이야기 나누어 봅시다.

- 친구나 가족이 말을 잘 들어주어서 행복했던 경험, 반대로 말을 잘 들어주지 않아 속상했던 경험 등을 나누며 서로 공감하는 시간을 가질 수 있도록 지도해요.
- 학생 수가 많다면 모둠별로 이야기를 나누도록 지도해요.
- 노래 가사에 나오는 “맞아맞아.” “그래그래.” 등 맞장구치는 말을 발표하고 먼저 연습한 다음 친구의 말에 맞장구치며 이야기 듣는 것을 바로 실천해 보도록 지도해도 좋아요.



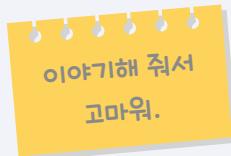
## 함께하기



‘마음으로 들어 주기’ 놀이를 하며 친구와 따스한 대화를 나누어 봅시다.

### 놀이 방법

- ① ‘친구 되는 멋진 방법’을 들으면서 만든 작품과 하트 스티커를 가지고 교실을 돌아다니며 친구를 만나요.
- ② 만난 친구와 인사하고 가위바위보를 한 뒤, 이긴 친구가 먼저 친구에게 작품을 보여 주면서 작품에 담긴 경험에 대해 이야기해요.
- ③ 진 친구는 맞장구치며 이야기를 끝까지 듣고, 이긴 친구의 이야기가 다 끝나면 ‘이야기해 줘서 고마워.’라고 말해요.
- ④ 역할을 바꿔서 진 친구의 작품에 대해서도 이야기해요.
- ⑤ 서로의 작품에 하트 스티커를 붙이고 궁금한 점이 있으면 질문도 해 봅요.
- ⑥ 주어진 시간 동안 5명의 친구와 이야기를 나누고 제자리로 돌아와요.



인사는 내가 먼저! 상대방을 바라보고 밝게 웃으며 인사를 주고받으면 더 좋아요.



- 온몸 가위바위보를 활용하면 학생들이 더 즐겁게 활동에 참여할 수 있어요.
- 소극적인 학생들도 5명의 학생을 만나 대화 나눌 수 있도록 학생들을 살피면서 혼자 있는 학생들에게 짹을 만들어 주거나 5명의 친구를 다 만난 친구들이 아직 활동을 마치지 못한 친구의 짹이 되어주는 역할을 만드는 등 학급 상황에 맞게 소외되는 학생들이 없도록 지도해요.



친구들과 ‘마음으로 들어주기’ 놀이를 하며 느낀 점을 나누어 봅시다.

### 느낀 점

- 느낀 점 쓰기 대신 친구에게 편지 쓰기, 부모님께 마음쪽지 쓰기, 먼저 SNS 대화 남기기 등 다른 활동이나 챌린지로 바꾸어도 좋아요.



오늘 따스한 대화를 나누었나요? 놀이할 때 나의 모습은 어땠는지 생각해 봅시다.

5명의 친구를 만났어요.



친구에게 먼저 인사했어요.



친구의 말을 귀 기울여 듣고 맞장구치는 말을 했어요.



친구를 격려하는 말, 고마움을 표현하는 말을 했어요.



친구를 칭찬해 주었어요.



친구의 마음을 살펴 질문했어요.



내 생각과 느낀 점을 잘 말했어요.



실천 다짐  
한 마디

- 실천 다짐을 쓸 때는 언제, 어디서, 누구에게, 몇 번 등을 언급하며 구체적인 실천 계획으로 작성할 수 있도록 지도해요.

다른 사람과 좋은 관계를 유지하기 위해 내가 더 노력해야 할 점을 찾아보아요.



## 실천하기

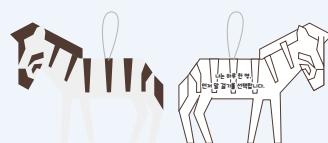
- 학생들이 완성한 말 그림을 코팅해 주거나 마술 종이(플라스틱 종이)에 말 그림을 그리고 꾸민 뒤 열을 가열하여 플라스틱 키링으로 만들면 더 오래 사용할 수 있어요.
- 키링 대신 모빌, 가랜드 만들기로 바꾸어 학급 환경 꾸미기로 활용해도 좋아요.



사이좋은 관계를 만들고 유지하기 위해 ‘먼저 말 걸기’를 실천해 봅시다.

부록13 137쪽

- ① 말 그림에 쓰여 있는 말을 큰 소리로 함께 읽어요. “나는 하루 한 명, 먼저 말 걸기를 선택합니다.”
- ② 내가 좋아하는 색깔과 형태로 말 그림을 꾸며요.
- ③ 완성하면 구멍을 뚫고 고리를 연결하여 가방에 걸어요.
- ④ 매일 만나는 사람 한 명에게 ‘먼저 말 걸기’를 실천해요.





## 내 의견을 자신 있게 말해요

>>> 교과서 78~81쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 올바른 자기 주장의 필요성을 알고 분명하게 내 의견을 표현할 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	• 평소 올바른 방법으로 자기 주장을 잘 하고 있는지 나의 모습 되돌아보기
함께하기	• 올바른 자기 주장이 필요한 이유에 대해 생각해보기 • 'Win(원)-Win(원)' 할 수 있는 자기 주장 방법 연습하기
실천하기	• 실제 상황을 정하여 단계별 자기 주장 연습한 후 소감 나누기

### 3 성취 기준

- [4도-마음04-04] 올바른 자기 주장의 필요성을 이해하고 자신의 의견을 표현한다.

### 4 도움 자료

	제목	『내 말이 맞아!』 2008, 예림당
	작가	카트린 셔러
	소개	곰과 늑대와 오소리가 싸움을 하며 벌어지는 내용을 담고 있다 자기 주장만 내세우는 아이들에게 상대방의 말에 귀기울이는 습관과 친구와 화해하는 방법을 알려주는 내용이다. 도입 또는 정리에서 활용할 수 있다. (출처: 출판사 책 소개)
	제목	『그건 내 조끼야』 2008, 비룡소
	작가	나카에 요시오
	소개	엄마가 짜 준 조끼를 입고 자랑하는 쥐돌이, 동물친구들이 그 조끼를 하나하나 입어본다. 결국 코끼리가 입은 빨간 조끼는 늘어나서 더 이상 쥐돌이가 입을 수 없게 된다. 친구가 하자는대로 따라하는 모습을 생각하게 할 수 있어 도입 단계에 활용하면 좋다. (출처: 출판사 책 소개)

### 5 지도의 유의점

- 이 활동은 2차시로 구성하였으며 평소 자기 의견을 분명하게 표현하는지를 되돌아 보게 하고, 올바른 자기 표현의 중요성과 방법에 대해 연습해 보는 차시이다.
- 단순히 남의 의견을 따르고 자신의 주장을 내세우지 않는 것이 옳은 것이 아니라 적절한 선에서 자기의 의견을 주장할 줄 아는 것도 필요함을 지도하고자 한다.

## 내 의견을 자신 있게 말해요

나의 의견을 올바른 방법으로 상대방에게 분명하게 표현해 봅시다.



사람들에게 내 의견을 분명하고 정확하게 전달해야 할 때가 있나요?  
상대방의 기분을 상하지 않게 내 생각을 솔직하게 전달할 수 있을까요?



평소 자신에 대해 생각 해보고 아래 질문에 대한 답을 손을 들어 표시해 봅시다.



맞아요!



보통이에요.



아니에요!

- 평소 나는 내가 하고 싶은 것, 가고 싶은 곳, 하고 싶은 말 등이 분명한가요?
- 내 생각을 사람들이 이해할 수 있도록 차근차근 잘 말할 수 있나요?
- 나와 생각이 다른 상대방을 잘 설득할 수 있나요?
- 나는 내가 싫어도 다른 사람이 하자고 하는 대로 잘 따르는 편인가요?



평소 내 의견을 제대로 말하지 못해 속상했던 경험이 있다면 써 봅시다.

- 학교뿐 아니라 학원, 가정, 온라인 등 다양한 곳에서 경험한 것들을 이야기할 수 있도록 지도한다.

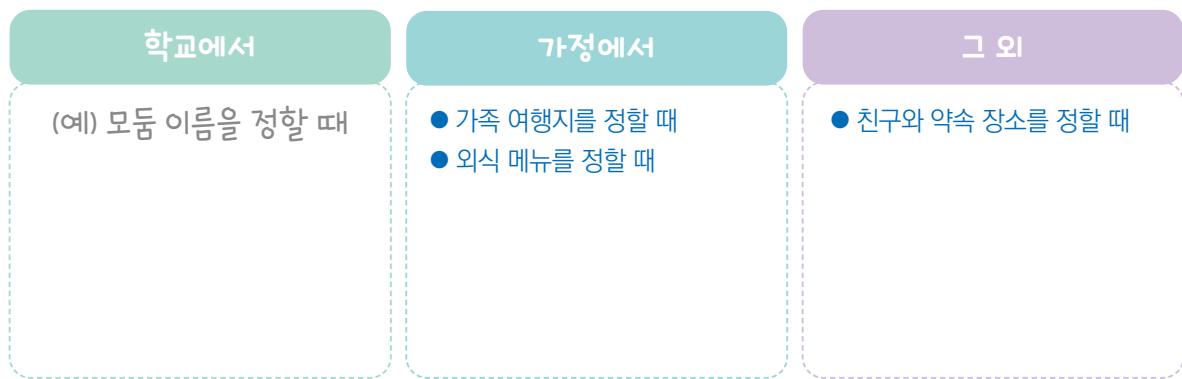
나는 평소 내 감정이나 의견을 상대방에게 분명하게 말할 수 있나요?



## 함께하기



일상생활에서 자기 주장이 필요한 경우를 생각해 봅시다.



자기 주장이 너무 약하다면 어떤 문제가 있을까요?

반대로 자기 주장이 너무 강하다면 어떤 문제가 있을지 생각해 봅시다.

### 자기 주장이 너무 약하다면?

(예) 내가 하고 싶은 것을 할 수 없다.

- 사람들이 나를 무시한다.
- 진짜 필요할 때 내 의견을 말하기 힘들다.
- 사람들이 내 의견에 관심을 갖지 않게 된다.

### 자기 주장이 너무 강하다면?

(예) 다른 사람과 다투 수 있다.

- 항상 마음대로 하려고 하는 사람으로 인식될 수 있다.
- 앞선 동의했지만 뒤돌아서 불만을 이야기할 수 있다.



- 자기 주장이 너무 부족한 것도 문제가 될 수 있음을 함께 지도하며 자기 주장의 적절한 정도에 대해 생각해 보도록 안내합니다.

### 올바른 자기 주장이란?

상대방의 감정을 상하지 않게 하면서 내 감정이나 의견을 분명하게 전달하는 것입니다.





‘원(Win)-원(Win)’하는 효과적인 자기 주장 방법에 대해 알아봅시다.



‘원(Win)-원(Win)’이란? 나와 상대방이 모두 만족할 수 있는 자기 주장 방법이에요.

#### 상대방과 내가 모두 ‘원(win)-원(win)’하는 자기 주장 방법 4가지!

- ❶ 내가 원하는 것 먼저 하고 친구 원하는 것을 다음에 하기
- ❷ 이번에는 친구가 원하는 것 하고 다음에는 내가 원하는 것 하기
- ❸ 양쪽이 원하는 것을 조금씩 섞어서 하기
- ❹ 둘 다 만족하는 새로운 것 하기

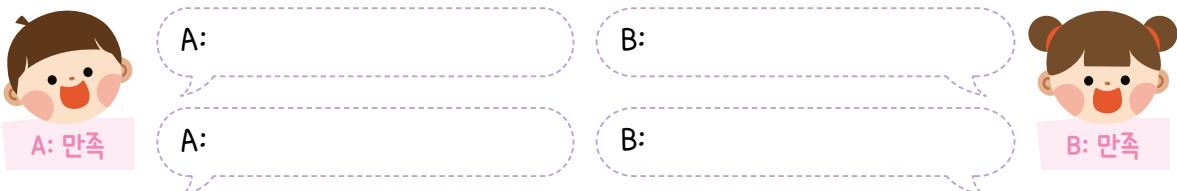


위의 네 가지 방법 중 1가지를 골라 모두가 만족할 수 있는 효과적인 자기 주장 대화를 만들어 봅시다.

● 대화를 만들기 어려워한다면 예시를 통해 도와주는 것도 좋아요.

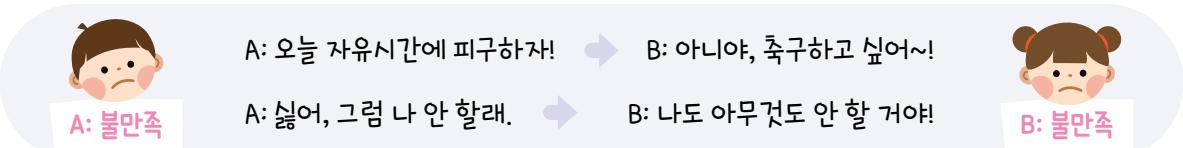
내가 선택한 방법: 번

- A의 입장 : 나는 자유 시간에 피구를 하고 싶다. 하지만 B는 축구를 하고 싶다고 한다.

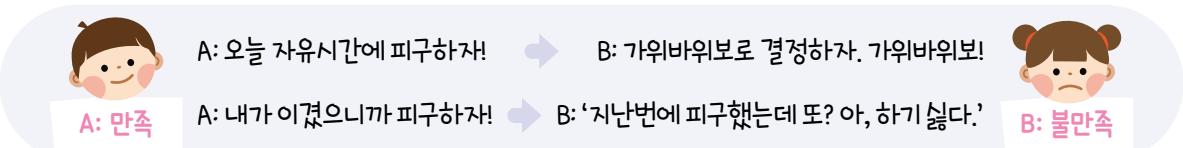


● 대화를 만들고 역할극처럼 발표할 수 있도록 한 뒤 기분에 대해 서로 소감을 나누어요  
‘원(Win)-원(Win)’ 대화를 하지 않으면 어떤 일이 생길까요? 아래 두 가지 대화를 보며 함께 이야기 나누어 봅시다.

- 불만족(Lose)-불만족(Lose): 서로 자기 주장만 하다 결정하지 못하고 끝나는 경우



- 만족(Win)-불만족(Lose): 한쪽 의견으로 결정해서 다른 한쪽의 기분이 상한 경우



## 실천하기



### 단계별 자기 주장 연습하기

- 1가지 상황을 골라 체크하고 효과적인 자기 주장을 연습해 보아요.

- 가족과 같이 갈 가족 여행 장소 또는 외식 메뉴를 정할 때
- 다니고 싶은 학원 또는 그만두고 싶은 학원을 이야기할 때
- 친구들과 점심시간에 하고 싶은 놀이를 정할 때
- 그 외 내가 선택한 상황 ( )

#### 1단계 내가 원하는 것이 무엇인지 정확히 파악하기

- 실천하기 단계에서는 실제로 내 의견을 분명하게 나타내면서 서로의 기분을 상하지 않도록 문제를 해결 해야하는 구체적인 상황을 설정합니다.

#### 2단계 내가 하고 싶은 말(내 감정과 의견 포함)을 글로 써 보기

- 자신이 원하는 것, 말하고 싶은 것이 정확히 무엇인지 글로 미리 정리한다면 조금 더 명확하게 자기 주장을 할 수 있어요.

#### 3단계 거울 보며 실제 상황처럼 연습하기

- 글로 쓴 것과 실제로 말하는 것은 많이 다를 수도 있습니다. 말하는 것도 연습이 필요해요.

#### 4단계 실천한 후 느낌 써 보기

- 올바른 자기 주장을 했다고 해서 모든 나의 주장이 받아들여진다는 것은 아님을 지도할 필요가 있습니다. 모두에게 받아들여지지 않더라도 내 의견을 분명히 이야기할 필요가 있음을 함께 생각하고 얘기해 봅니다.

자기 주장을 잘했다고 해서 모든 내 의견이 받아들여지는 것은 아닙니다.  
내 의견이 받아들여지지 않더라도 인정하고 수용하는 태도를 가지는 것도 중요합니다.



MEMO

## 5. 책임 있는 선택을 해요



### 1 단원 설정의 취지 및 지도 중점

이 단원은 ‘책임 있는 의사결정 역량’을 기르고자 설정된 단원이다.

‘책임 있는 의사결정 역량’은 윤리적 기준, 안전, 사회적 규범, 다양한 행동의 결과에 대한 현실적인 판단과 경험에 근거해 책임 있는 선택을 하는 것을 말한다. 즉, 자신과 타인 모두의 건강과 안전에 도움이 되는 결정을 내리는 능력으로, 결정을 내릴 때 발생하는 문제를 확인하고 대안 마련하기, 자기반성 및 자기 평가 능력 갖추기, 도덕적 · 개인적 · 윤리적 기준에 따라 결정하기, 개인 · 학교 및 지역사회에 영향을 미치는 책임 있는 결정 내리기 등을 포함한다.

따라서 이 단원에서는 학생 스스로 자신이 내린 결정과 선택이 어떤 결과를 초래할지를 예상하여 문제를 해결하는 역량을 키워 올바른 선택으로 조금 더 행복한 삶을 살도록 중점을 두어 지도하는 것이 중요하다.

### 2 단원의 성취 기준

- [4도-마음05-01] 다양한 상황에서 문제를 인식하고 사회적 · 윤리적 규범을 고려하여 분석할 수 있다.
- [4도-마음05-02] 자신의 행동에 따르는 결과를 예상하고 책임 있는 의사결정을 할 수 있다.

### 3 단원의 핵심 아이디어와 내용 요소

핵심 아이디어	<ul style="list-style-type: none"> <li>책임 있는 의사결정은 모두의 안전과 사회적 · 윤리적 규범을 고려하여 이루어진다.</li> <li>개인 · 사회 · 공동체를 위한 다양한 대안의 결과를 예상하고 비교 · 평가하여 스스로 책임질 수 있는 결정을 하는 것은 중요하다.</li> </ul>
범주	내용 요소
지식 · 이해	<ul style="list-style-type: none"> <li>선택할 때 고려해야 할 것 알기</li> <li>책임 있게 행동하는 일의 중요성 알기</li> </ul>
과정 · 기능	<ul style="list-style-type: none"> <li>문제를 민감하게 인식하고 명확하게 분석하기</li> <li>다양한 상황에서 결과를 예상하고 책임 있게 결정하기</li> </ul>
가치 · 태도	<ul style="list-style-type: none"> <li>나와 공동체 모두를 고려하여 선택하는 태도 기르기</li> <li>책임 있는 의사결정을 실천하는 자세 가지기</li> </ul>

## 4 단원의 내용 체계

차시	학습 주제	학습 내용	준비물
1~2	어떤 말을 해야 할까?	• 우리 반의 바르고 고운 말과 기분 나쁘고 거친 말 찾기 • 우.아.한. 글판 만들어 바른말 사용 실천 다짐하기	붙임쪽지, 도화지, 유성 매직
3~4	친구 사이에는 존중이 필요해	• 역할극을 통해 친구 존중을 위한 올바른 선택과 책임 생각해보기 • 학교폭력 예방 구호와 캐릭터 만들기	도화지, 채색 도구
5~6	최선의 선택	• 그림책 속 상황에서 선택에 따른 결과 예상하기 • 선택에 대한 서로의 생각 나누기	
7~8	양심, 보일까? 안 보일까?	• 양심에 따른 선택을 해야 하는 이유 알기 • 내가 생각하는 양심 있는 행동에 대해 이야기 나누기	붙임쪽지, 태블릿PC
9~10	선택에는 책임이 필요해	• 반려동물을 대하는 책임 있는 행동 생각해보기 • 반려동물을 대하는 책임 있는 행동을 위한 다짐 표현하기	채색 도구

## 5 평가 방법

- 관찰 평가, 구술 평가, 프로젝트 평가 등 다양한 평가 방법을 활용하되, 교수 · 학습 과정의 다양한 결과물과 참여 과정을 종합하여 학생에게 일어난 변화와 성장을 평가한다.
- 지식이나 행동 변화에 대한 평가뿐 아니라 학습 과정에서 나타나는 다양한 기능과 태도 측면을 함께 평가한다.
- 다양한 상황에 대해 민감하게 인식하고 사회적 · 윤리적 규범을 고려하여 분석하는 능력, 자신의 행동에 따르는 결과를 여러모로 예상하여 책임 있는 의사결정을 하는 능력 등을 평가한다.
- 문제를 인식하고 분석하는 능력, 문제 해결을 위한 동료들과의 협업 능력, 활동 결과에 대한 발표 능력 등을 교사 평가, 동료 평가, 자기 평가 등의 방법을 활용하여 종합적으로 평가한다.

## 6 단원 지도 시 유의 사항

- 학습 내용, 학생의 발달 수준, 삶의 맥락 등을 종합적으로 고려하여 글판 꾸미기, 캐릭터 만들기, 역할극 하기 등의 학생들이 흥미를 갖고 참여할 수 있는 다양한 참여형 교수 · 학습 방법을 제시한다.
- 학생들의 삶과 관련된 공감할 수 있는 다양한 그림책 이야기와 영상을 활용하여 학생들이 사회정서학습에 몰입하게 하고 나아가 자신의 삶과 연계하여 사회정서 역량을 실천할 수 있도록 기회를 제공한다.
- 민주적 소통과 참여에 중점을 둔 허용적인 학습 분위기를 조성하여 학생들이 교수 · 학습에 자기주도적으로 참여할 수 있게 한다.
- 학습의 과정과 결과를 학교와 가정, 지역사회 등과 함께 지속적으로 공유하고 실천하여 사회정서 역량을 내면화할 수 있도록 한다.

## 5. 책임 있는 선택을 해요

- ✓ 올바른 선택이란 어떤 선택일까요?
- ✓ 우리는 왜 올바른 선택을 해야 할까요?

● 이 단원에서는 사회적 · 윤리적 규범을 고려하여 문제를 분석하고 개인 · 사회 · 공동체를 위한 책임 있는 의사결정을 내리도록 하여 공동체 구성원으로서의 역할을 수행할 수 있도록 지도합니다.



# 나와 다른 사람 모두에게 유익하고 도덕적으로 올바른 선택을 하기 위해서 우리는 어떻게 해야 할까요?

- 이 단원에서는 책임 있는 의사결정의 하위 역량인 문제 인식하기, 상황 분석하기, 도덕적·윤리적으로 책임감 있는 행동하기, 평가 및 성찰을 배웁니다.





## 어떤 말을 해야 할까?

&gt;&gt;&gt; 교과서 84~86쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 일상생활 속에서 바른 언어를 선택하여 사용할 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	• '가시 소년' 그림책 읽고 내가 평소 자주 사용하는 말 생각해 보기
함께하기	• 우리 반의 바르고 고운 말과 기분 나쁘고 거친 말 찾기 • 우.아.한. 글판 만들어 바른말 사용 실천 다짐하기
실천하기	• 우리 주변의 '아름다운 말' 수집하기

### 3 성취 기준

- [4도-마음05-01] 다양한 상황에서 문제를 인식하고 사회적 · 윤리적 규범을 고려하여 분석할 수 있다.
- [4도-마음05-02] 자신의 행동에 따르는 결과를 예상하고 책임 있는 의사결정을 할 수 있다.

### 4 도움 자료

	제목	『가시 소년』 2021, 천개의 바람
	작가	권자경 글 · 하완 그림
	소개	스스로를 지키기 위해 주변 사람들에게 거칠게 소리치고 화를 내어 상처가 되는 말을 하지만, 정작 이로 인하여 외로워하는 가시 소년의 이야기이다. <small>〈출처: 출판사 책 소개〉</small>
	제목	『낱말 공장 나라』 2009, 세용
	작가	아네스드 레스트라드 글 · 발레리아 도캄포 그림
	소개	공장에서 만들어진 낱말을 사서 삼켜야만 말을 할 수 있는 나라에 살고 있는 가난한 소년이 사랑하는 소녀에게 소중하게 간직했던 세 낱말로 마음 속 사랑을 노래하는 이야기이다. <small>〈출처: 출판사 책 소개〉</small>

### 5 피드백 유의점

- 이 차시는 학생들이 실생활 속에서 사용하는 언어들을 살펴보는 활동을 통해 평소 나의 언어생활을 돌아보게 하여 바른 언어 사용의 중요성을 알고 바른 언어생활 습관을 기르도록 실천해보는 것이 목적이다.

## 어떤 말을 해야 할까?

일상생활 속에서 바른 언어를 선택하여 사용해 봅시다.



다른 사람과의 좋은 관계를 맺기 위해 우리는 어떤 언어를 선택하여 사용해야 할까요?



『가시 소년』을 선생님과 함께 읽어 봅시다.

- 그림책 『낱말 공장 나라』를 활용해서 지도할 수도 있어요.



여러분은 어떤 말들을 자주 사용하나요? 붙임 쪽지에 쓴 후 친구들과 함께 이야기 나누어 봅시다.

고마워

짜증 나

어쩌라고?



## 함께하기



단어 수집가가 되어 우리 반의 단어를 수집하여 봅시다. 수집한 단어를 듣는다면 어떤 기분이 들까요?

바르고 고운 말			기분 나쁘고 거친 말		
(예) 고마워			(예) 짜증나		
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
이런 기분이 들었어요			이런 기분이 들었어요		
<input type="text"/> 뿌듯했다	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/> 화가 났다	<input type="text"/>	<input type="text"/>



우리 반에 기분 나쁘고 거친 말만 있다면 어떻게 될까요? 활동을 하며 느낀 점을 쓴 후 함께 이야기 나누어 봅시다.

우리 반에 거친 말만 있다면

친구와 이야기하기 싫어질 것 같습

니다.

왜냐하면

서로의 거친 말 때문에 기분이 상해서 싸움이 많이 생길 것 같기

때문입니다.



우.아.한. 글판을 만들어 바른 언어 사용하기를 지속적으로 실천해 봅시다.

- ① 모둠을 만들어요. (4~5명)
- ② 자신이 가장 좋아하는 말, 듣고 싶은 말을 자유롭게 생각해요.
- ③ 선생님이 주시는 하트 모양 나절 도화지에 내가 생각한 말을 적어요.
- ④ 글자의 크기와 색깔은 다양하게 하고, 강조하고 싶은 말은 크게 적어요.
- ⑤ 완성된 우.아.한. 글판은 잘 보이는 곳에 게시하여 바른 언어 사용하기를 지속적으로 실천할 수 있도록 해요.

애플리케이션 활용 글판 만들기 (예)

우.아.한.(우리반 아름다운 한글)

행복해  
불우리  
최고야  
기쁨  
우정  
우리가족  
구름  
우리나라  
나  
사랑  
해  
소소리  
예쁜  
예뻐  
아름다워  
한글  
이뻐  
할수 있어  
최고  
음식 사랑  
행복  
달보드레  
달빛

도화지 활용 글판 만들기 (예)



실천하기



우리 주변이나 책 속에서 ‘아름다운 말’을 찾아 수집해 봅시다.

넌 소중해

최고야

난 널 믿어

그럴 수도 있지

힘내

도와줄게



## 친구 사이에는 존중이 필요해

&gt;&gt;&gt; 교과서 87~89쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 일상생활 속에서 상대방을 존중하는 태도를 기를 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	<ul style="list-style-type: none"> <li>'내 탓이 아니야' 그림책 읽고 주인공의 마음 짐작하기</li> </ul>
함께하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>역할극을 통해 친구 존중을 위한 올바른 선택과 책임 생각해 보기</li> <li>학교폭력 예방 구호와 캐릭터 만들기</li> </ul>
실천하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>학교폭력 예방 구호와 캐릭터로 캠페인하고 인증 사진 찍기</li> </ul>

### 3 성취 기준

- [4도-마음05-01] 다양한 상황에서 문제를 인식하고 사회적 · 윤리적 규범을 고려하여 분석할 수 있다.
- [4도-마음05-02] 자신의 행동에 따른 결과를 예상하고 책임 있는 의사결정을 할 수 있다.

### 4 도움 자료

	제목	『내 탓이 아니야』, 2023, 고래이야기
	작가	레이프 크리스티안손 글 · 딕 스텐베리 그림
	소개	왕따 문제를 소재로 하여 회피하고 숨기고 모르는 척하며 그 상황을 모면하려는, 우리의 부끄러운 모습 속에서 과연 그 책임이 누구에게 있는 것인지 생각해 보게 하는 이야기이다. <small>〈출처: 출판사 책 소개〉</small>
	제목	『우리 학교에 여우가 있어』, 2023, 한솔수북
	작가	올리비에 뒤팽, 룰라 뒤팽 글 · 로낭 바델 그림
	소개	학교 폭력이 계속되도록 내버려 둘 때 괴롭힘의 강도는 더 세지고, 괴롭힘을 당하는 아이의 두려움도 더 커지는 모습을 보여주며 결국 문제가 해결되어 괴롭힘을 멈출 수 있는 유일한 방법은 '침묵을 깨는 것'임을 알려주는 이야기이다. <small>〈출처: 출판사 책 소개〉</small>

### 5 지도의 유의점

- 이 차시는 우리 주변에서 자주 일어나는 학교폭력 사례를 통해 친구를 존중하기 위한 올바른 선택과 책임이 무엇인지 배우고 실천해보는 것이 목적이다.
- 누구도 책임지지 않고 넘어가는 다양한 사회적 문제(장애 인권, 전쟁, 환경 파괴, 성차별 등)에 대해서 과연 그 책임이 누구에게 있는지를 생각해 보게 한다. 그리고 더 나아가 나에게도 이를 해결하기 위한 역할과 책임이 있음을 인식하고 이를 해결하기 위해 노력할 수 있게 지도한다.

# 친구 사이에는 존중이 필요해

일상생활 속에서 상대방을 존중하는 태도를 길러 봅시다.

 남을 나처럼 소중하게 생각하고 존중하려면 어떤 태도를 길러야 할까요?



 『내 탓이 아니야』를 선생님과 함께 읽어 봅시다.

● 그림책 『우리 학교에 여우가 있어』를 활용해서 지도할 수도 있어요.



 학교폭력을 당한 주인공은 지금 어떤 마음일까요? 친구들과 이야기 나누어 봅시다.

주인공은 정말 속상하고 억울하고 외로울 것 같습니다.  
왜냐하면 아무도 도와주지 않고 관심도 주지 않기 때문입니다.  
또, 친구들이 나를 싫어하고 미워해서 때리기도 하기 때문입니다.



## 함께하기



역할극을 통해 올바른 선택과 책임에 대해 생각해 봅시다.

### 놀이 방법

- 1 모둠을 만드세요.(4~5명)
- 2 역할극 대본 카드를 고르세요.
- 3 맡은 사람 이름을 적으세요.
- 4 주어진 대사에 내용을 추가하세요.
- 5 실감 나게 역할극을 하세요.

**둘째 아이** 사실 난 알고 있어. 언제 어떻게 시작되었는지… 그렇지만 내 탓은 아니야.  
알고는 있었지만 내가 때리자고  
한 것은 아니니까 내 잘못은 아닌걸.

맡은 사람 ( )

**넷째 아이** 아이들이 그 앤 때리기 시작했어. 모두 같이 때렸지. 나도 때리긴 했지만 조금밖에 안 때렸어.  
그러니까 나는 잘못이 별로 없어.

나는 조금만 때렸는걸.

맡은 사람 ( )

**첫째 아이** 나는 진짜 몰라. 그 일이 어떻게 시작되었는지 정말 모르겠어.  
그러니까 나는 잘못이 없어.  
나는 아무것도 모르니까.  
맡은 사람 ( )

**셋째 아이** 난 겁이 났어. 말릴 용기도 없었고. 그래서 그냥 보고만 있었어.  
보고만 있었을 뿐 내가 그런 건 아니니까  
내 탓은 아니야.

맡은 사람 ( )

**다섯째 아이** 시작한 건 내가 아니야. 다른 애들이 먼저 그 애를 때렸어. 내 탓이 아니야.  
내가 시작한 것이 아니니까  
내 탓은 아니지.

맡은 사람 ( )



이 상황에서 가장 잘못한 친구는 누구라고 생각하나요? 친구들과 이야기 나누어 봅시다.

나의 선택은 ( 넷 )째 아이입니다.

왜냐하면 많이 때리든, 조금 때리든 친구를 때린 것은 잘못이기 때문입니다.



활동을 통해 느낀 점을 이야기 나누어 봅시다.

조금만 괴롭혔다고 해서 잘못이 없는 것은 아닙니다.  
그리고 나와 상관없는 일이라고 해서 도와주지 않고 보기만 하는 것도 바른 행동은 아님을 알게 되었습니다.



우리 반 학교폭력 예방 구호를 만들어 봅시다.

부록14 139쪽

(예) 학교폭력 예방 구호

모 른 척하지 않아요!  
대 리지 않아요!  
용 기를 내어요!



우리 반 학교폭력 예방 캐릭터를 만들어 게시해 봅시다.

부록15 141쪽

- 학교폭력 예방 구호와 캐릭터는 온·오프라인의 도구를 활용하여 다양한 방법으로 만들 수 있어요.

(예) 친구 지킴이 모래용



실천하기



학교폭력 예방 구호와 캐릭터로 학교와 우리 동네에서 캠페인을 하고 인증 사진을 찍어 봅시다.

- 캠페인을 통해 학생들에게 사회적 책임을 배우게 하고, 지역사회에 긍정적인 영향을 미칠 수 있는 기회를 제공해요.

학교폭력 NO!





## 최선의 선택

>>> 교과서 90~95쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 다양한 선택의 상황에서 더 나은 선택을 할 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	• 선택을 했던 경험 생각해 보며 이야기 나누기
함께하기	• ‘지각’ 그림책 속 상황에서 선택에 따른 결과 예상하여 선택하기
실천하기	• 다양한 선택의 상황에서 어떤 선택을 할지 서로 이야기 나누기

### 3 성취 기준

- [4도-마음05-01] 다양한 상황에서 문제를 인식하고 사회적 · 윤리적 규범을 고려하여 분석할 수 있다.
- [4도-마음05-02] 자신의 행동에 따르는 결과를 예상하고 책임 있는 의사결정을 할 수 있다.

### 4 도움 자료

	제목	『지각』 2022, 위즈덤하우스
	작가	허정윤 글 · 이명애 그림
	소개	일상의 사소한 선택의 순간에 좀 더 나은 사람, 좀 더 나은 삶을 위한 선택이 무엇일지에 대해 생각해 볼 수 있게 하는 이야기이다. <small>〈출처: 출판사 책 소개〉</small>

### 5 지도의 유의점

- 이 차시는 생활 속에서 맞닥뜨릴 수 있는 다양한 선택의 상황에서 각 선택에 따른 결과를 예상하여 보고 최선의 선택을 할 수 있도록 지도하는 것이 목적이다.
- 올바른 선택이란 무엇이며, 우리는 왜 올바른 선택을 해야 하는지 깊이 있게 생각해 보도록 지도한다.

# 최선의 선택

다양한 선택의 상황에서 더 나은 선택을 해 봅시다.



더 나은 선택을 하려면 무엇을 생각해 보아야 할까요?



## 알아보기



‘선택’을 하였던 경험을 떠올려 보고 짹과 질문을 주고받아 봅시다.

(예) 용돈 사용, 친구 생일 선물, 주말 보내기 등

(짝1) 선택과 관련된 너의 경험은 뭐야?

(짝2) 용돈을 어떻게 쓸지 선택해야 했던 경험이 있어.

(짝1) 용돈으로 무엇을 하고 싶었는데?

(짝2) 사고 싶던 게임 아이템이 있었거든. 그런데 게임 아이템을 사버리면 친구의 생일 선물을 살 수 없게 되니까 고민했었어.

(짝1) 그래서 너는 어떻게 했어?

(짝2) ...



나는 ‘선택’을 할 때 무엇을 가장 중요하게 생각하나요?

- 부모님이나 선생님이 원하는 것(가치/목표)
- 내가 원하는 것(나의 생각)
- 선택의 결과
- 선택의 책임
- 기타( )



## 함께하기

 『지각』을 선생님과 함께 읽어 봅시다.



 그림책을 읽고 생각해 봅시다.

- 버스 안 사람들의 말에서 알 수 있는 마음(생각)은 무엇인가요?

누가	어떤 말을	어떤 마음(생각)일까?
학생 1	딱 한 번만 눈 감는 거야.	오늘은 도와줄 수 없으니 모른 척할래. 다음에 도와주자.
학생 2	괜히 마음 아프게 보지 말자.	고양이가 불쌍은 하지만 내가 도와줄 수는 없으니 차라리 못 본 척하자.
학생 3	어떡해….	고양이가 다칠 것 같아. 불쌍해.
어린아이	왜 아무도 안 도와주지?	고양이가 죽을지도 모르는데 왜 어른들은 아무도 도와주지 않는 거야?
여자	설마 차에 치이는 건 아니겠지?	고양이를 그냥 둔다고 해서 차에 치이는 건 아니겠지? 설마 그렇게까지야 되겠어.
남자	어휴, 오늘도 지각이네.	어제도 지각했는데 오늘도 지각이라니 출근하면 혼나겠는걸. 우울해.
할아버지	저 조그만 것이 살겠다고….	저렇게 어린 고양이가 어미도 없이 살겠다고 애쓰는 모습이 너무 안쓰럽고 불쌍해.

● 주인공은 아기 고양이가 보이지 않자 왜 심장이 서늘해졌을까요?

차에 치여 다치거나 죽은 것은 아닐지 걱정되었기 때문입니다.



선택에 따른 결과를 예상해 봅시다.

아기 고양이를 구한다면?

- 아기 고양이가 다치지 않아요.
- 학교나 회사에 지각해서 혼나요.
- 중요한 일이 있는데 늦어져서 문제가 생길 수 있어요.

아기 고양이를 모른 척 한다면?

- 아기 고양이가 다치거나 죽을 수 있어요.
- 내가 도와주지 않아서 아기 고양이가 죽었을 수도 있다는 생각에 하루 종일 마음이 찜찜해요.



만약 내가 다리 위를 지나가는 사람 중 한 명이었다면 나는 어떤 선택을 했을까요?

내가 (      학생이      )라면 아기 고양이를 (      모른 척      ) 했을 것이다.

왜냐하면, 고양이를 구하려면 위험하기도 하고, 또 학교에 지각하면 선생님에게 혼나기 때문이다. 내가 아니더라도 다른 누군가가 고양이를 발견하고 구할 것 같기 때문에 굳이 내가 나서서 고양이를 구할 필요는 없다.



친구들은 어떻게 생각했을까요? 모둠별로 서로의 생각을 이야기 나누어 봅시다.

친구 이름

친구의 생각

□□

고양이는 불쌍하지만 도와주려다가  
내가 사고가 날 수도 있으므로 도와주지 않을 것이다.

☆☆

지각해서 혼이 나더라도 생명이 더 중요하기 때문에  
차를 잠시 멈추고 고양이를 구할 것이다.

△△

내가 직접 구하는 것은 위험하기도 하고 어려울 것 같으니  
119에 전화해서 고양이의 상황에 대해 알려 구출될 수 있도록 도울 것이다.



친구들과 생각을 나눈 후 내 생각에 변화가 있었나요? 변화가 있었다면 그 이유를 이야기해 봅시다.

친구들과 생각을 나눈 후 나의 생각은 (변하였습니다./변하지 않았습니다.)

왜냐하면, 고양이를 구하기 위해서는 내가 직접 나서야 한다고만 생각했는데 친구의 생각을 들어보니 직접 구하는 방법이 아니더라도 고양이에게 도움을 줄 수 있는 방법이 있었기 때문입니다.

- 활동 내용에 대해 깊이 있게 생각하고 이야기 나눌 수 있도록 충분한 시간을 제공하고, 다양한 의견을 수용하는 허용적인 분위기를 조성하여 활동해요.

## 실천하기



다음의 상황을 살펴봅시다.





나는 어떤 선택을 할지 선택을 해 보고, 친구 또는 가족들의 선택은 어떠한지 서로 이야기 나누어 봅시다.

나의 선택

친구들에게 맛있는 것을 사주며 반장에 뽑아 달라고 하지 않을 것이다.

선택한 까닭

맛있는 것을 사주어서 반장이 된다면 스스로에게 떳떳하지도 않고 친구들도 나를

진짜 반장으로 생각하지 않을 것 같기 때문이다.

의 선택

\_\_\_\_\_

선택한 까닭

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

의 선택

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

선택한 까닭

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## 양심, 보일까? 안 보일까?

>>> 교과서 96~99쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 다양한 양 갈래의 상황 속에서 양심에 따라 선택을 할 수 있다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• '주인 없는 무인점포' 뉴스 보기</li> </ul>
함께하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 양심에 따른 선택을 해야 하는 이유 알기</li> <li>• 내가 생각하는 양심 있는 행동에 대해 이야기 나누기</li> </ul>
실천하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 생활 속 다양한 상황에서 양심에 따른 올바른 선택 연습하기</li> </ul>

### 3 성취 기준

- [4도-마음05-01] 다양한 상황에서 문제를 인식하고 사회적 · 윤리적 규범을 고려하여 분석할 수 있다.
- [4도-마음05-02] 자신의 행동에 따른 결과를 예상하고 책임 있는 의사결정을 할 수 있다.

### 4 도움 자료

	<p><b>키오스크 30번 누른 어린이… “보는 눈 없어도”</b></p> <p>-Youtube(2023. 05. 10./뉴스데스크/MBC)</p> <p>(URL: <a href="https://youtu.be/jZzBF49zWLw?si=1L98qpcX0UtQGk">https://youtu.be/jZzBF49zWLw?si=1L98qpcX0UtQGk</a>)</p>
---	--

### 5 지도의 유의점

- 이 차시는 양심이 무엇인지 생각해 보고 우리 주변에서 일어나는 상황 속에서 내가 선택한 양심 있는 행동이 어떤 결과를 만드는지 알아보는 것이 목적이다.
- 양심 있는 선택은 사소해 보이지만 단순히 개인의 이익을 넘어서서 공동체의 이익을 고려하는 것이며, 이러한 선택들이 모여 더 건강하고 지속 가능한 사회를 만들어 가는 데 기여할 수 있음을 인식하도록 지도한다.

# 양심, 보일까? 안 보일까?

다양한 양 갈래의 상황 속에서 양심에 따라 선택을 해 봅시다.



우리는 평소 생활 속에서 양 갈래의 선택 상황에 놓이는 경우가 많습니다. 그럴 때 우리는 '양심'에 따라서 선택을 하고는 합니다. 하지만 때때로 양심에 따르지 않는 선택을 하기도 합니다. 양심은 무엇일까요? 양심은 지켜도 그만, 지키지 않아도 그만일까요? 어떤 것이 우리에게 좀 더 나은 선택일까요?



양심에 의한 선택, [주인 없는 무인점포] 뉴스 영상을 시청해 봅시다.



키오스크 30번 누른 어린이...

<출처: 키오스크 30번 누른 어린이... “보는 눈 없어도” -Youtube(2023.05.10./뉴스데스크/MBC)>

- 양심과 관련된 다른 영상이나 학생들의 실제 경험을 예시로 제시할 수도 있어요.



## 함께하기



뉴스에 등장한 학생들은 어떤 선택을 하였나요?

첫 번째 학생

(

돈을 내지 않고 훔치는

) 선택을 하였습니다.

두 번째 학생

(

제대로 돈을 내고 물건을 사는

) 선택을 하였습니다.



선택에 따른 학생들의 마음을 짐작하여 봅시다.

첫 번째 학생

물건의 값을 계산하지 않고 물건을 가져갔습니다.

● 왜 물건의 값을 계산하지 않고 물건을 가져갔을까요?

- 물건을 살 때 아무도 없었기 때문입니다.

● 물건의 값을 계산하지 않고 가져갔는데도 아무런 일이 일어나지 않았을 때 어떤 생각을 했을까요?

- 다음에도 물건의 값을 계산하지 않고 가져가야겠다고 생각했을 것 같습니다.

두 번째 학생

물건의 값을 정확하게 계산하고 물건을 가져갔습니다.

● 왜 물건의 값을 정확하게 계산한 후 물건을 가져갔을까요?

- 가게에 아무도 없더라도 물건을 살 때는 정확한 값을 계산해야 하는 것이 당연한 일이기 때문입니다.

● 물건의 값을 정확하게 계산하여 가게 주인에게 칭찬을 받았을 때 어떤 생각을 했을까요?

- 앞으로도 가게에 아무도 없더라도 물건의 값을 정확하게 계산하고 가져가야겠다고 생각했을 것 같습니다.



## 왜 무인점포에서 물건의 값을 계산하지 않고 가져가면 안 될까요?

아무도 없는 무인점포라도 물건을 살 때는 물건의 값을 정확하게 계산하고 물건을 가져가는 것이 양심을 지켜 행동하는 것이기 때문입니다.



## 양심은 무엇일까요? 그리고 내가 생각하는 양심이란 무엇인지 적어 봅시다.

### 양심이란,

나의 행동에 대하여 옳고 그름과 선과 악의 판단을 내리는 도덕적 의식을 말합니다.

(예)

#### 내가 생각하는 양심이란?

아무도 없는 무인점포에서  
물건의 가격에 맞게  
계산을 하는 것

#### 내가 생각하는 양심이란?

교실에서 함께 쓰는 색연필을 사용하고 난 후  
제자리에 다시 두는 것



## 양심에 따르는 올바르고 현명한 선택을 위한 한마디를 공유 애플리케이션으로 친구들과 공유해 봅시다.

(예)

### 양심은 무엇일까요?

양심을 따르는 올바르고 현명한 선택을 위한 한마디를 친구들과 공유해 봅시다.

#### 선생님

양심에 따르는 올바르고 현명한  
선택을 위한 한마디를 적어봅시다.



#### 양심꾸러기

쓰레기를 아무 데나 버리지 말자  
산에 가면 버려진 쓰레기들을 볼 수 있습니다. 자연과 다른 사람들을 위해 쓰레기는 반드시 쓰레기통에 버리거나 집에 가져와서 버리도록 합시다.



#### 양심맨

학급 문고를 잘 정리하자  
교실에 있는 책을 읽고 나면 다음에 읽을 친구를 위해서 제자리에 끊어두도록 하자.



## 실천하기



다양한 상황 속에서 양심에 따라 선택해 봅시다. 그리고 왜 그렇게 선택하였는지 친구 또는 가족들과 서로 이야기 나누어 봅시다.



학원이 끝난 후  
혼자 집에 가고 있었어.  
그런데 길에 지갑이 떨어져 있었어.  
나는 어떻게 하면 좋을까?



친구와의 약속에 늦었는데  
횡단보도는 빨간불이야.  
그런데 지나가는 차가 없었어.  
나는 어떻게 하면 좋을까?



### 이런 활동도 있어요!

● 양심 문방구 외에도 양심 우산, 양심 도서관 등으로 운영해 볼 수도 있어요.

친구들과 교실에서 양심 문방구를 운영하여 봅시다.

- 모둠 친구들과 쓰지 않는 문구용품(연필, 지우개, 자, 각도기 등)을 가지고 와서 바구니에 담아요.
- 우리 모둠 양심 문방구 이름을 정하고, 바구니에 담긴 문구용품이 무엇이 있는지 목록을 만들어요.
- 양심 문방구 바구니 속의 물건들을 자유롭게 반 친구들이 사용할 수 있도록 합니다.
- 사용한 문구용품을 사용이 끝나면 바구니에 다시 돌려 놓도록 합니다.
- 일주일 동안 양심 문방구를 운영하고 바구니 속에 남아 있는 문구용품을 확인해 봅니다.
- 양심 문방구를 운영한 소감을 친구들과 이야기해 봅니다.



## 선택에는 책임이 필요해

&gt;&gt;&gt; 교과서 100~104쪽

### 1 교수 · 학습 목표

- 생명을 존중하는 마음을 가지며, 책임 있는 행동을 연습한다.

### 2 수업의 흐름

단계	교수 · 학습 활동
알아보기	• '유기견 없는 도시' 샌드아트 동화 영상 시청하기
함께하기	• 반려동물을 대하는 책임 있는 행동 생각해 보기 • 반려동물을 대하는 책임 있는 행동을 위한 다짐 표현하기
실천하기	• 릴레이 생명 존중 일기 쓰기

### 3 성취 기준

- [4도-마음05-01] 다양한 상황에서 문제를 인식하고 사회적 · 윤리적 규범을 고려하여 분석할 수 있다.
- [4도-마음05-02] 자신의 행동에 따른 결과를 예상하고 책임 있는 의사결정을 할 수 있다.

### 4 도움 자료



경기도반려동물입양센터 샌드아트 동화 ep1 “마지막 밤산책”

– Youtube(2022. 02. 24./유기견없는도시)

<URL: <https://youtu.be/GiBGa08fbI4?si=osndFAggwcH2azes>>

### 5 지도의 유의점

- 이 차시에서는 반려동물을 키울 때 우리가 고려해 보아야 할 여러 가지가 무엇인지 생각해 보고, 우리가 왜 반려동물을 함부로 키우면 안 되는지 알아본다. 그리고 생명을 존중하는 마음을 가지고 반려동물을 키울 때 지켜야 할 책임 있는 행동을 선택할 수 있게 하는 것이 목적이다.
- 나의 상황을 고려하여 내가 키울 수 있는 가장 합리적이고 적절한 반려동물이나 반려 식물을 선택해 보는 활동을 통해서 차선의 선택도 결과적으로 더 나은 결정을 내리기 위한 과정임을 알도록 지도한다.

## 선택에는 책임이 필요해

생명을 존중하는 마음을 가지고 책임 있는 행동을 연습해 봅시다.



반려동물과 함께 생활하는 가정이 늘어나고 있습니다. 하지만 방치되고 학대 받으며 버려지는 반려동물의 수도 함께 늘어나고 있습니다. 우리에게는 반려동물을 마음대로 대할 권리가 있을까요? 우리는 어떻게 반려동물을 대해야 할까요?



주인을 기다리는 철종이, [유기견 없는 도시] 샌드아트 동화를 시청해 봅시다.



유기견 없는 도시\_ep1

<출처: 경기도반려동물입양센터 샌드아트동화 ep1 '마지막 밤산책'-Youtube(2022.02.24./유기견없는도시)>

- 유기견과 관련된 다른 영상이나 학생들의 실제 경험을 예시로 제시할 수도 있어요.





## 함께하기



철종이는 왜 버려졌을까요?

철종이를 기르던 사람들이 더 이상 철종이를 기를 수 없거나  
기르고 싶지 않아서 그랬을 것 같습니다.



눈을 감고 철종이가 되어 봅시다. 철종이가 느낄 감정을 친구들과 이야기 나누어 봅시다.

철종이는 낯선 장소가 너무 무서웠을 것 같습니다.  
자기가 버려졌다고 생각하면서 슬프고 두려웠을 것 같습니다.



반려동물을 키웠을 때 좋은 점과 불편한 점을 생각해 봅시다.

반려동물을  
키웠을 때  
좋은 점은?

나에게 기쁨을 주는 소중한 가족이 생기는 것이 좋습니다.

반려동물을  
키웠을 때  
불편한 점은?

반려동물을 돌보아 주어야 하는 것이 귀찮을 것 같습니다.



## 나는 반려동물을 키울 수 있나요? 키울 수 없다면 다른 방법은 없을까요?

### 상황 1

반려동물을 키울 수 있는 상황이에요.

● 어떤 반려동물을 키우고 싶나요?

- 고양이를 키우고 싶습니다.

● 반려동물을 키우기 위해 필요한 것은 무엇인가요?

- 먹이 주기, 예방 접종하기, 고양이 털 손질하기 등

● 반려동물을 키울 때 꼭 해야 하는 일(먹이 주기, 예방 접종하기, 집 청소하기 등)에 대하여 함께 알아본 후 써 보도록 지도해요.

● 어떻게 키워야 하나요?

- 고양이가 외롭지 않게 잘 보살피고 먹이도 시간에 맞게 주어야 합니다.

### 상황 2

반려동물을 키울 수 없는 상황이에요.

● 왜 반려동물을 키울 수 없는 상황인가요?

- 학원을 다녀야 해서 반려동물을 돌볼 시간이 없어요.

● 반려동물을 키울 수 없다면 어떤 다른 선택을 할 수 있을까요?

- 관상용 새우처럼 키우기 쉬운 반려동물이나 마리모처럼 반려 식물을 선택해 키울 수 있어요.

● 차선의 선택도 더 나은 결정을 위한 과정임을 학생들이 이해할 수 있도록 지도해요.



## 우리는 왜 반려동물을 함부로 키우거나 대하면 안 될까요?

반려동물은 사람과 같이 생명이 있는 소중한 존재입니다.

키우기가 귀찮다고 버리거나, 말을 못 한다고 함부로 대하거나 때리면 안 됩니다.

생명이 있는 것들은 모두 소중하게 대해야 합니다.

반려동물을 키울 때 우리가 고려해 보아야 할 여러 가지가 무엇인지 생각해 보고,  
우리가 왜 반려동물을 함부로 키우거나 대하면 안 되는지 알아보아요. 그리고 생명을  
존중하는 마음을 가지고 반려동물을 키울 때 지킬 수 있는 책임 있는 행동을 연습해요.





반려동물을 키울 때 우리가 지킬 수 있는 책임 있는 행동을 위한 다짐을 그림과 글로 표현해 봅시다.



- 다양한 방법으로 자유롭게 표현하도록 지도해요.

## 실천하기

 우리 주변의 다양한 생명을 소중히 여기는 행동을 실천한 후 친구들과 함께 릴레이 생명 존중 일기를 써 봅시다.

- 작은 생명을 소중히 여기는 행동이 생명 존중의 시작임을 학생들이 알도록 지도해요.

오늘 내가 생명을 소중히 여긴 행동은...

(예)

나비가 집에 들어왔는데  
창문을 열어 밖으로 내보냈어요.

이런 활동도 있어요!

생명을 존중하는 마음을 가지고 나만의 반려 식물을 키워보고 식물을 사랑하는  
마음을 글로 표현해 봅시다.

부록16 143쪽, 145쪽

MEMO

# 자료 출처

## 1. 그림책 자료

단원	쪽		그림책 제목	저자	출판
	교과서	지도서			
1단원	12쪽	23쪽, 28쪽	이게 정말 나일까?	요시타케 신스케 글 · 그림   김소연 역	주니어김영사, 2015.
1단원	12쪽	23쪽, 28쪽	나	다니카와 쁘타로 글   초 신타 그림   엄혜숙 역	한림출판사, 2011.
1단원	12쪽	23쪽, 28쪽	내 이름	신혜은 글   이철민 그림	장영, 2014.
1단원	12쪽	23쪽, 28쪽	나는 누구인가요?	토니 뒤팡 글 · 그림   안수연 역	소원나무, 2021.
1단원	12쪽	24쪽, 28쪽	나에겐 비밀이 있어	이동연 글 · 그림	올리, 2022.
1단원	12쪽	24쪽, 28쪽	나는요,	김희경 글 · 그림	여유당, 2019.
1단원	12쪽	24쪽, 28쪽	꼬마 카멜레온의 커다란 질문	카롤린 펠리시에 글   마티아 프리망 그림   정순 역	웅진주니어, 2018.
1단원	12쪽	24쪽, 28쪽	너는 어떤 힘을 가지고 있니?	마스다 미리 글 · 그림	책속물고기, 2016.
1단원	없음	34쪽	오늘은 나도 슈퍼 영웅!	스테파니 클락슨 글   그웬 밀워드 그림   고영이 역	사파리, 2022
1단원	20쪽	34쪽, 38쪽	빨간 점	김지영 글 · 그림	길벗어린이, 2024.
2단원	29쪽	51쪽, 52쪽	아홉 살 마음 사전	박성우 글   김효은 그림	창비, 2017.
2단원	32쪽	55쪽, 56쪽	마음을 담은 병	데버라 마르세로 글 · 그림   김세실 역	나는별, 2023.
2단원	36쪽	59쪽, 61쪽	소피아의 화를 푸는 방법	제인 넬슨 글   빌 쇼어 그림   김성환 역	교실어린이, 2021.
2단원	38쪽	63쪽, 64쪽	호텔맨 울프레드	닉 블랜드 글 · 그림   김여진 역	길벗어린이, 2023.
2단원	41쪽	67쪽, 68쪽	도전 1분!	히어 디자인 글 · 그림   이승숙 역	한림출판사, 2022.
2단원	45쪽	72쪽, 73쪽	기린은 너무해	조리 존 글   레인 스미스 그림   김경연 역	미디어창비, 2019.
3단원	없음	81쪽	내 마음 ㅅㅅㅎ	김지영 글 · 그림	사계절, 2021.
3단원	52쪽	84쪽	알사탕	백희나 글 · 그림	스토리보풀, 2024.
3단원	없음	85쪽	남의 말을 듣는 건 어려워	마수드 가레바기 글 · 그림   이정은 역	풀빛, 2024.
3단원	없음	89쪽	고민 식당	이주희 글 · 그림	한림출판사, 2019
3단원	56쪽	90쪽	왜 우니?	소복이 글 · 그림	사계절, 2021.
3단원	61쪽	93쪽, 96쪽	반이나 차 있을까 반밖에 없을까?	이보나 흐미엘레프스카 글 · 그림	논장, 2008.
3단원	63쪽	99쪽	다다다 다른 별 학교	윤진현 글 · 그림	천개의바람, 2018.
4단원	없음	105쪽	헤엄이	레오 리오니 글 · 그림   김난영 역	시공주니어, 2019.
4단원	없음	109쪽	나도 상처 받지 않고 친구도 상처 받지 않는 말하기 연습	강승임 글   김규정 그림	위즈덤하우스, 2023.
4단원	없음	113쪽	거절은 너무 어려워!	윤미경 글   할미잼 그림	국민서관, 2023.
4단원	없음	113쪽	동의	레이첼 브라이언 글 · 그림   노지양 역	아울북, 2020.
4단원	없음	121쪽	내 말이 맞아!	카트린 샐러 글 · 그림	예림당, 2008
4단원	없음	121쪽	그건 내 조끼야	나카에 요시오 글   우에노 노리코 그림   박상희 역	비룡소, 2000.
5단원	84쪽	131쪽, 132쪽	가시 소년	권자경 글   하완 그림	천개의바람, 2021.
5단원	없음	131쪽	낱말 공장 나라	아네스드 레스트라드 글   발레리아 도캄포 그림   신윤경 역	세용, 2009.
5단원	87쪽	135쪽, 136쪽	내 탓이 아니야	레이프 크리스티안손 글   딕 스텐베리 그림   김상열 역	고래이야기, 2023.
5단원	없음	135쪽	우리 학교에 여우가 있어	올리비에 뒤팡, 롤라 뒤팡 글   로낭 바델 그림   명혜권 역	한솔수북, 2023.
5단원	91쪽	139쪽, 141쪽	자각	허정윤 글   이명애 그림	위즈덤하우스, 2022.

## 2. 자료 목록

단원	쪽		자료 제목	출처	비고
	교과서	지도서			
1단원	없음	29쪽	감정 공감 놀이	Youtube, 이종대왕	동영상 자료
1단원	없음	29쪽	감정 단어 활용 글쓰기, 일기 쓰기	Youtube, 진로수업 감정카드 UP	동영상 자료
1단원	13쪽	30쪽	"속보입니다. 우리들의 감정을 훔쳐 가는 도둑이 계속해서 나타나고 있다고 합니다."	우당탕탕 잡았다, 내 감정!(2023). 이다솜 글. 개띠랑 그림. 개띠랑	읽기 자료
2단원	30쪽, 31쪽, 113쪽	53쪽, 54쪽	감정 날씨도	초등학생을 위한 사회성 · 감성 향상 프로그램 마음트리(2020). 성진아. 교육을 바꾸는 사람들	그림 자료
2단원	36쪽	59쪽, 61쪽	탄산수 실험	초등학생을 위한 사회성 · 감성 향상 프로그램 마음트리(2020). 성진아. 교육을 바꾸는 사람들	읽기 자료
2단원	37쪽	62쪽	심호흡을 하며 마음 다스리기	초등학생을 위한 사회성 · 감성 향상 프로그램 마음트리(2020). 성진아. 교육을 바꾸는 사람들	읽기 자료
2단원	45쪽	73쪽	『기린은 너무해』 북 트레일러 영상	Youtube, 창비TV	동영상 자료
2단원	46쪽	72쪽, 74쪽	나를 성장시키는 도넛 만들기	하루 한 장 '긍정의 학급' 실천 노트(2019). 김성환. (주)시공미디어	읽기 자료
3단원	없음	81쪽	인공지능이 절대 가질 수 없는 것은?	EBS교양, 세상의 모든 법칙, 인공지능이 절대 가질 수 없는 것은?	동영상 자료
3단원	없음	85쪽	대화하기 싫은 유형! 대화하기 싫은 친구! 이런 친구 꼭 있다?!	Youtube, 슬기로운 초등생활	동영상 자료
3단원	없음	89쪽	공감적 듣기에서 활용되는 표현	2학년 2학기 국어 지도서, 103쪽 참고 자료	읽기 자료
3단원	없음	93쪽	헬로 키티에 대한 동 · 서양의 관점 차이	창원대신문, 2023. 11. 20.	읽기 자료
3단원	59쪽	94쪽	동서양의 관점 차이	Youtube, 상권쌤	동영상 자료
3단원	60쪽	95쪽	착시 그림	조셉 지스트로의 토키와 오리, 옥티비아 오캄포의 착시 그림	그림 자료
3단원	62쪽	97쪽, 98쪽	꼬마 철학자 휴고, 다음	EBS, 꼬마철학자 휴고, 7화 다음	동영상 자료 그림 자료
4단원	없음	105쪽	협력 컵 쌓기 놀이	Youtube, 초등홍선생	동영상 자료
4단원	없음	109쪽	나 전달법 설명 영상	Youtube, 상권쌤	동영상 자료
4단원	없음	117쪽	친구 되는 멋진 방법	Youtube, KBS 누가누가 잘하나	동영상 자료
4단원	없음	117쪽	먼저 말 걸기 캠페인	좋은 교사 운동	읽기 자료
5단원	84쪽	132쪽	『가시 소년』 북 트레일러 영상	Youtube, 천개의바람	동영상 자료
5단원	87쪽	136쪽	『내 탓이 아니야』 북 트레일러 영상	Youtube, 여산통신	동영상 자료
5단원	91쪽	141쪽	『지각』 북 트레일러 영상	Youtube, 위즈덤하우스	동영상 자료
5단원	96쪽	146쪽, 147쪽	키오스크 30번 누른 어린이	Youtube, MBCNEWS	동영상 자료
5단원	100쪽	151쪽, 152쪽	유기견 없는 도시 샌드 아트 동화	Youtube, 유기견없는도시	동영상 자료

### 연구 위원

\* 대표 연구 위원

권 윤 신 경상북도교육청연구원 \*  
정 선 희 경상북도교육청연구원

박 효 진 경상북도교육청연구원  
안 주 연 경상북도교육청연구원

### 집필 위원

\* 대표 집필 위원

남 호 정 안동초등학교 \*  
권 성 교 을진교육지원청  
김 한 솔 풍천풍서초등학교  
도 예 린 남양초등학교  
박 미 선 포항해맞이초등학교  
이 경 애 신흥초등학교  
최 이 레 구미원당초등학교

신 영 은 옥계동부초등학교  
권 보 경 풍천풍서초등학교  
김 홍 경 내성초등학교  
박 나 희 성암초등학교  
박 재 현 봉화초등학교  
최 상 현 월곡초등학교

### 자문·검토

성 진 아 사회성감성교육연구소

### 심의 기관

경상북도교육청

### 심의 위원

\* 심의위원장

이 경 순 안동강남초등학교 \*  
윤 은 애 왜관동부초등학교  
정 유 진 포항여자중학교

김 동 육 가은초등학교  
정 우 철 은풍초등학교

### 편찬 기관

경상북도교육청연구원

교육부장관의 위임을 받아 경상북도교육감이 2025년 2월 11일 인정 승인을 하였음

**초등학교 마음성장** 4학년 사회정서학습 인정도서 **교사용 지도서**

2025. 3. 1. 초판 발행

정가 13,000 원

지은이 위원장 외 20인

발행인 경상북도교육감

인쇄인 한빛인쇄기획(안동시 태사길 140)

이 교과서의 본문 용지는 우수 재활용 제품 인증을 받은 재활용 종이를 사용했습니다.

교과서에 대한 문의사항이나 의견이 있는 분은 교육부와 한국교과서연구재단이 운영하는 교과서민원바로처리센터  
(전화: 1566-8572, 웹사이트: <http://www.textbook114.com> 또는 <http://www.교과서114.com>)에 문의하여 주시기 바랍니다.

이 도서에 게재된 저작물에 대한 보상금은 문화체육관광부장관이 정하는 기준에 따라  
사단법인 한국문학예술저작권협회(02-2608-2800, [www.kolaa.kr](http://www.kolaa.kr))에서 저작재산권자에게 지급합니다.

**내용 관련 문의** 경상북도교육청(경상북도 안동시 풍천면 도청대로 511) 전화: (054) 1396

**공급 업무 대행** (사)한국교과서협회(경기도 파주시 문발로 439-1)

**개별 구입 문의** (사)한국교과서협회(홈페이지 주소 [www.ktbook.com](http://www.ktbook.com), 031-956-8581~4)

ISBN 979-11-90568-34-0 63190