

동생행복도우미
2017 서울동행프로젝트

동행 실천론

동행 실천론

동행행복도우미
2017 서울동행프로젝트

contents

chapter 1		
동행 단계별 활동 지침	05
chapter 2		
동생들과 친해지는 법	09
chapter 3		
동생들과 소통하는 법	16
chapter 4		
동생 사례별 유의사항	20
chapter 5		
참여형 수업 진행 방법론	24
chapter 6		
새 시대를 여는 자기주도학습	28

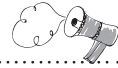
chapter 1

동행 단계별
활동 지침

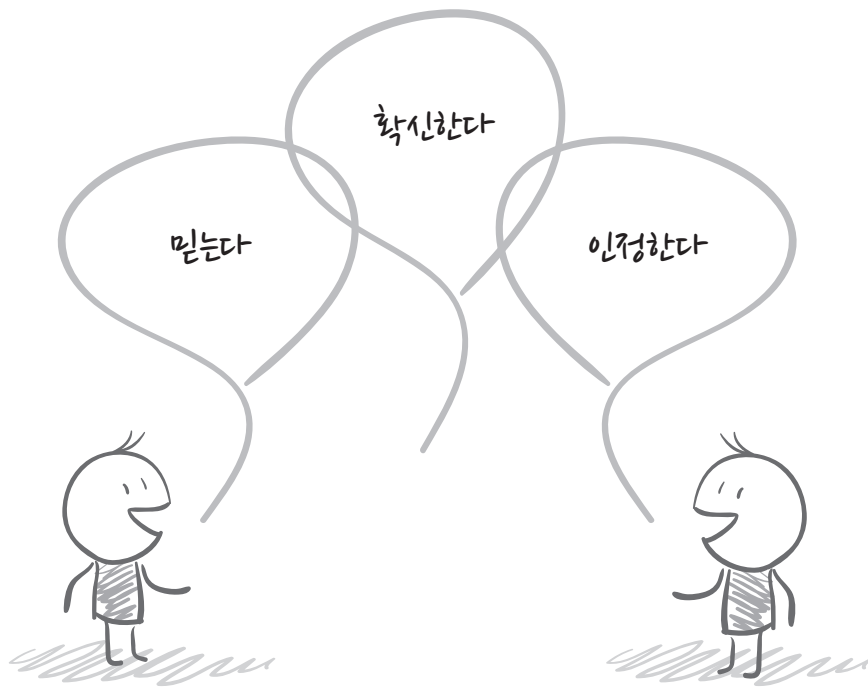
동행 단계별 활동 지침

01 시작 전

동행봉사단 활동을 시작 하기 전, 다시 한 번 마음을 다잡아 보세요~

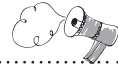


- ☛ 복장을 착용
- ☛ 자신이 지도할 내용을 에 준비
- ☛ 동행봉사단으로서 신분을 증명할 수 있는 패용
- ☛ 멘토의 에 대한 다짐



02 동행 그 첫 시간!

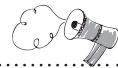
동행봉사단으로 출발하는 첫 시간, 꼭 해야 할 것들에 대해서 알아보세요.



- ▶ 인상적인
- ▶ 아이들과
- ▶ 참여 및 파악
- ▶ 전체 개관 및 구체적인 설정
- ▶ 우리들의 !
- ▶ 외우기

03 진행 단계

동행봉사 진행 시, 기억해야 할 것들에 대해 알아보세요.

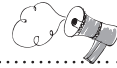


- ▶ 모든 학생들을 있게, 무조건 하라!
- ▶ , 언어 표현에 세심한 주의를 기울여라!
- ▶ 모든 학생의 을 마주하라!
- ▶ 배운 것을 축하하고, 모든 노력을 하라!
- ▶ 무리한 약속 No! 한 번 한 은 지킬 것! (개인 과외 금지)
- ▶ 학생들과 끊임없이 하면서 동행 프로그램을 발전시켜 나가라!

“아이들과 함께하는 모든 시간을 100% 활용하라!”

04 종료 및 마무리 단계

동행봉사 마무리 시, 기억해야 할 것들에 대해 알아보세요.



봉사활동 최종 종료시점을
사전 안내 및 마음의 준비

차기 봉사자가 참고할 수 있도록
봉사활동 내용 정리

봉사활동 종료 후
동행홈페이지에서 온라인 평가


A graphic consisting of three balloons at the top, connected by strings to a large, vertical scroll. The scroll contains three rounded rectangular boxes with text. The bottom of the scroll is curled up.

chapter 2

동생들과
친해지는 법

동생들과 친해지는 법

01 첫인상으로 알아보는 동행

처음 만났을 때 서로의 첫인상으로 어울리는 표현에 체크해 보세요. 한 사람당 3개씩 체크해 볼 수 있어요~ 여럿이서 함께 한다면 친구들이 생각하는 나의 첫인상이 어떤지 알 수 있겠죠?^^ 

나의 첫인상	체크	나의 첫인상	체크
너무 의리 있다		배짱이 있다	
쿨하고 결단력 있다		박력이 넘친다	
진짜 순수하다		항상 성실하다	
아주 달콤하다		예의가 바르다	
친해지고 싶다		언제나 부드럽다	
아주 아름답다		애교가 있다	
항상 적극적이다		아주 다정하다	
분명한 소신이 있다		진짜 사랑스럽다	
마음이 넓다		꽤 귀엽다	
차분하다		호감이 간다	
활동적이다		웃이 산뜻하다	
멋쟁이다		성격이 시원하다	
표정이 밝다		편안한 사람이다	
정말 매력 있다		무척 친근하다	
마음이 따뜻하다		왠지 끌린다	
매우 섬세하다		아주 똑똑하다	

- ☛ 친구들에게 가장 많이 들은 말은 무엇인가요?
- ☛ 친구들에게 들었던 첫인상 중 가장 마음에 드는 것은 무엇인가요?
- ☛ 듣고 싶었던 나의 첫인상은 무엇인가요?

02 공통 관심사 찾기

다음 목록 중에서 나의 주요 관심, 능력 항목을 체크해 보세요. 그리고 나의 관심사, 걱정거리, 취미 등 비중에 따라 뇌구조를 그려보세요.



항목	체크	항목	체크	항목	체크	항목	체크
나		농구		음악		탈모	
연애		축구		만화		변비	
가족		야구		영화		여드름	
친구		수영		댄스		아토피	
애완동물		자전거		문화		다이어트	
돈		연예인		피자		성적	
종교		드라마		떡볶이		공부	
군대		텔레비전		초콜릿		학원	
취업		인터넷		콜라		친구관계	
자격증		게임		과자		기타	

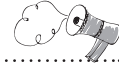


동생들과 공통 관심사를 통해 친밀해져 보세요^^

동생들과 친해지는 법

신나는 줄놀이

• 활동자료: 줄넘기(4개 이상), 호루라기



활동 내용 및 방법

1. 줄넘기로 할 수 있는 활동 이야기하기

줄넘기로 어떤 활동을 할 수 있는지 이야기 해 본다.

예) 일반적인 줄넘기, 양쪽에서 줄을 돌리면 가운데에서 뛰기 등 줄을 이용한 신체 놀이에 대해 알아본다.

2. 줄 놀이방법을 알고, 즐겁게 활동하기

- ① 줄넘기를 30~50cm 간격으로 길게 두 줄을 평행선으로 놓고, 학생들은 줄 사이에 선다.
- ② 돌봄전담사는 행동을 제시하고 호루라기를 분다.
예) 줄 사이에서 한 발로 5번 뛰기, 줄을 사이에 두고 안팎으로 7번 뛰기 등
- ③ 줄을 밟거나 제시한 행동이 틀리면 두 줄 밖으로 나와 앉아 친구들을 응원한다.
- ④ 줄을 다르게 배치한 후 활동해 본다.
예) 격자로 놓고 한 발로 뛰기, 물결무늬로 놓고 뒷짐 지고 줄 따라 걷기 등



▶ TIP

- 학생들 사이에 거리를 약간 두어 부딪치지 않도록 사전에 이야기 한다.
- 활동 규칙을 정한 후 따르기로 약속하고 시작한다.
- 격자무늬나 물결무늬로 놓은 줄넘기 위를 걸을 때 일정한 간격을 유지하도록 한다.

3. 줄넘기로 다양한 모양 만들어 보기

줄넘기가 줄이라는 성질을 이용하여 여러 가지 모양을 만든다.

예) 사각형, 삼각형, 원, 별, 하트 등 줄 놀이활동 중 재있던 점과 아쉬운 점을 이야기 하며 평가한다.

▶ TIP

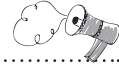
- 학생들과 줄을 다양한 방법으로 바닥에 놓아보고 어떤 활동을 할지도 함께 결정한다.

도움말 저학년 학생들은 아직 줄넘기를 잘 하지 못하기 때문에 줄넘기와 친숙해 지는 시간으로 생각하고 활동한다.

확장활동 신나는 음악을 틀어주고, 리듬에 맞춰 줄넘기를 해 본다.
예) 천천히 넘기, 빠르게 넘기, 한 발로 넘기, 걸어가면서 넘기 등

흔들고, 돌리고! 신나는 리본놀이

• 활동자료: 나무젓가락, 리본테이프(다양한 색깔), 스키치테이프



활동 내용 및 방법

1. 리본막대 만들기

리본테이프를 나무젓가락에 테이프로 붙여서 다함께 리본 막대를 만들어 본다.



▶ TIP

• 테이프 사용 시 커터기에 손이 다치지 않도록 주의한다.

2. 놀이방법을 알아보고, 즐겁게 활동하기

놀이 1 리본막대 모양 만들기 : 동글동글 원만들기, 회오리만들기, 뱀만들기, 물결만들기, x자만들기, 하트만들기 등



놀이 2 리본막대 글자쓰기 : 자기이름 · 친구이름 쓰기, 동물 이름 쓰기, 교실에 있는 물건 이름 쓰기, 여러 가지 단어 쓰기 등



놀이 3 무엇일까요? : 두 명이 짝이 되어 한명은 리본막대로 모양을 만들고 다른 학생은 무엇인지 알아맞힌다.



놀이 4 리본막대 피하기 : 두 명이 짝이 되어 한명은 리본막대를 바닥에 대고 뱀 모양을 만들어 흔들고 한명은 뛰어 넘으며 피한다.

▶ TIP

• 다른 친구에게 방해되지 않도록 공간을 확보하여 활동하게 한다.
• 리본막대를 흔들 때 뛰는 친구가 넘어지지 않도록 주의한다.

3. '흔들고, 돌리고! 신나는 리본놀이' 활동 평가하기

- ① 리본막대로 활동 한 후 어떤 느낌이 들었는지 이야기 해 본다.
- ② 리본막대로 어떤 활동을 하는 것이 가장 재미있었는지 이야기 해 본다.

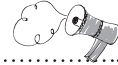
도움말 • 학생들의 신장을 고려하여 리본 줄을 사용 할 길이만큼 알맞게 잘라 놓는다.
• '놀이3'과 '놀이4'에서 학생이 역할을 바꾸어가며 활동 할 수 있도록 한다.

확장활동 '리본 체조요정이 되어보세요!' : 음악(느린 곡, 빠른 곡)에 맞추어 개인 또는 그룹별로 주어진 시간에 연습 해 보고 함께 발표하는 시간을 갖는다.

동생들과 친해지는 법

날아라 딱지야

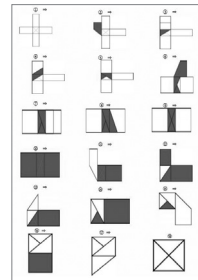
• 활동자료: 1인당 200ml 우유갑 2개, <부록> 우유갑 딱지 전개도



활동 내용 및 방법

1. 우유갑 양면 딱지 만들기

우유갑 딱지 전개도를 참고하여 딱지를 접어본다.



2. 놀이방법을 알아보고, 즐겁게 활동하기

- ① 출발선과 도착선을 그린다.
- ② 두 팀으로 나눈 다음 팀원에 순번을 정한다.
- ③ 각 팀에서 두명씩 나와 출발선에 서서 딱지 2개를 차례로 도착선을 향해 던진다.
- ④ 이때 도착선에 가장 가깝게 던진 친구가 나머지 딱지를 전부 가진다.
- ⑤ 순번이 끝나면 각 팀의 팀원이 모은 딱지를 세어 승, 패를 결정한다.

▶ TIP

- 출발선에서 딱지를 던질 때 출발선을 밟지 않도록한다.
- 도착선을 넘기는 딱지는 탈락으로 간주 한다.
- 딱지를 셀 때 각 팀의 팀원이 한명씩 나와 동시에 바닥으로 던지며 세어본다.



3. 딱지를 매직으로 꾸며보기

딱지놀이 방법에 새로운 규칙을 생각해 보고, 친구들과 게임해 본다.

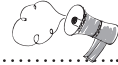
예) 뒤로 돌아 던지기, 발등에 올리고 던지기 등

도움말 우유갑이 두껍기 때문에 학생들이 가위로 자르기 힘들 수 있으므로 돌봄전담사가 미리 잘라서 준비한다.

확장활동 • 딱지밀어내기(일정한 구역을 정한 후 딱지 몇 개를 모아 자신의 딱지로 모인 딱지를 구역 밖으로 밀어 내는 놀이), 딱지뒤집기, 딱지벽치기 등의 놀이를 해 본다.
• 접은 딱지를 유성매직이나 스티커 등으로 꾸며본다.

후후 붙어 포켓볼

• 활동자료 : 우유갑(200mL 또는 500mL), 투명 테이프, 가위, 탁구공 2개(서로 다른 색), 굵은 빨대



활동 내용 및 방법

1. 포켓볼 골대 만들기

- ① 우유갑을 깨끗하게 씻어 말린 후 뒷부분을 잘라 빈 상자 모양으로 만든다.
- ② 500mL를 사용하면 공이 더 쉽게 들어갈 수 있으므로 학생 수준에 맞춰 준비한다.



▶ TIP • 우유갑 대신 빈 상자를 활용 할 수 있다.

2. 놀이방법을 알아보고, 즐겁게 활동하기

- ① 커다란 테이블 가장자리에 빈 우유갑을 투명테이프로 붙여 포켓볼 골대를 만든다.
- ② 두 팀으로 나누어 경기를 진행한다.
- ③ 탁구공의 색깔을 서로 다른 것으로 정한 후, 각자 자기 공을 빨대로 붙여 골대에 넣으면 1점을 얻는다.
- ④ 이때, 한손은 빨대를 잡고 다른 한 손은 뒷짐을 지어 공을 손으로 잡지 않도록 한다.
- ⑤ 팀별로 협동하여 자기 팀 공은 골인 시키고, 상대방 공은 골을 막으며 방어한다.
- ⑥ 골인이 되거나, 책상 밑으로 떨어진 공은 한가운데 지점에서 다시 출발시킨다.
- ⑦ 일정한 시간 경과하여 많은 득점을 한 팀이 승리한다.



▶ TIP

- 빨대는 가는 것보다는 굵은 것을 사용해야 공이 잘 굴러 간다.
- 공을 너무 세게 붙면 책상 밑으로 떨어지므로 강약 조절을 잘하도록 한다.
- 골판지를 사용하여 책상 테두리에 세워 붙여서 울타 리를 만들어 주면 공이 흘러 나가지 않는다.

3. '후후 붙어 포켓볼' 활동 평가하기

- ① 책상과 주변을 정리 정돈한다.
 - ② '후후 붙어 포켓볼' 활동 소감을 나누고 가장 열심히 참여한 친구를 뽑아 칭찬한다.
- ▶ TIP • 공을 많이 넣은 친구도 좋지만 포기하지 않고 즐겁게 경기에 참여한 친구를 칭찬하도록 한다.

도움말

- 경기에 너무 열중하면 승부에 집착할 수 있으므로, 과도한 경쟁은 지양하고 즐겁게 참여할 수 있도록 유도한다.
- 너무 장시간 빨대를 붙면 어지럼증을 호소하는 학생들이 있으므로 중간 중간 휴식할 수 있도록 한다.

확장활동

탁구공을 하나만 가지고 서로 경쟁하며 골인 시키도록 경기 규칙을 변형 시켜 본다.

chapter 3

동생들과
소통하는 법

동생들과 소통하는 법

01 동생들의 마음을 여는 커뮤니케이션

1) 먼저 경청하기

- 긍정적인 수용 태도
- 선입견과 고정관념은 배제
- 열심히 상대방에게 주목하고, 상대방의 행동을 관찰

2) 비판하고 따지기 전에, 먼저 충분히 공감하기

- 상대방의 입장에서 충분히 이해하려는 노력
- 공감의 표현
 - 신체적 표현 : 태도를 바르게 하고 상대방에게 집중하고 듣는 신체적 표현 (긍정적인 시선, 끄덕임 등)
 - 침묵의 표현 : 상대의 말을 있는 그대로 표현하는 침묵의 표현
 - 언어적 표현 : '오늘 친구랑 싸워서 속상했구나'
상대의 말에 언어로써 공감해주는 언어적 표현
- 무엇보다 중요한 것은 진심으로 상대의 입장에서 공감하려고 노력하는 것이다.

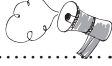
3) 상대를 비난하는 '너-전달법' 대신, 느낌을 표현하는 '나-전달법'

- 문제의 원인이 상대가 아닌 나에게 있다는 것을 전제로 한다.
- 상대를 비난하는 대신, 그 상황에서 느낀 자신의 솔직한 느낌이나 생각을 표현한다.
- '네가~~했잖아' 가 아니라 '내가~~했어. 나는~~생각이 들어' 로 표현한다.
- 자신의 솔직한 감정 표현을 위해 '느낌 말하기' 표를 참조한다.



동생들과 소통하는 법

02 도움이 되는 칭찬

칭찬을 받으면 기분이 좋아져 뇌로부터 '도파민'이라는 신경전달물질이 분비되고, 이로 인해 '인터루킨' 등 각종 면역강화 물질이 생성된다. 하지만 모든 칭찬이 약이 되는 것은 아니다!! 

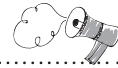
☉ 나에게 도움이 되었던 칭찬은?

Tip 도움이 되는 칭찬 방법

- ① '느낌 말하기'를 활용해서 구체적으로 칭찬한다.
- ② 미루지 말고 즉시 칭찬한다.
- ③ 1:5 칭찬 규칙!! 다섯 번 지적했으면 적어도 한 번은 칭찬하라.
- ④ 결과에 대한 칭찬보다는 노력한 과정에 대해 격려한다.
- ⑤ 타인과의 비교는 No!! 과거에 비해 조금이라도 나아진 부분은 칭찬!!
- ⑥ 해서는 안 되는 일을 하지 않았을 때도 칭찬한다.

03 제대로 하는 훈계

칭찬도 중요하지만, 그에 못지않게 중요한 것이 바로 훈계이다. 제대로 된 훈계하는 과정을 통해 멘토에게 존중받는다는 느낌을 가질 수 있고, 이러한 지지를 바탕으로 자신의 행동에 대해 스스로 성찰하고 반성하며 성장할 수 있다.



☉ 마음에 상처만 남았던 훈계는?

Tip

득이 되는 훈계 방법

- ① 객관적인 사실을 기준으로!! 심증만 가지고 몰아붙이지 말자.
- ② 잘못된 행동에 대해서만 최대한 짧게!!
- ③ 비난하거나 동생의 인격을 모욕하는 말은 하지 않는다.
- ④ 감정적으로 대응하지 말자. 기준을 가지고 일관성 있게!!
- ⑤ 남이 보는 앞에서는 꾸짖지 않는다.
- ⑥ 다른 사람과 비교하지 않는다.

chapter 4

동행 사례별
유의사항

동행 사례별 유의사항

case 01 불친절한 학교... 속상한 동행봉사단 민규

대학교 1학년인 민규는 올해 처음 동행봉사단 활동을 하게 되었다. 신청한 ○○학교에서 연락이 올 거라 해서 부폰 마음으로 연락을 기다리던 민규, 아무리 기다려도 연락이 오지 않았다. 민규는 불쾌했지만 먼저 학교 선생님께 연락해 학생들에 대한 정보, 장소, 시간 등 봉사활동 관련 사항에 대해서 확인했다. 멘토링 수업이 이루어지는 동안에도 학교 측에서 제대로 안내해주지도 않고, 덩달아 관리 선생님은 불친절하게 대하는 것 같아 점차 기분이 상했다.

도움말

학교 관리 선생님께서 많은 수업과 업무로 바빠 미처 동행봉사단에게 연락을 하지 못하는 경우도 종종 발생합니다. 그럴 때는 먼저 학교 측에 연락해서 봉사활동을 하기 위한 관련 사항, 준비 사항 등을 확인하는 적극적인 행동을 취하는 것이 좋습니다. 또한 봉사활동을 진행하다가 불쾌하거나 기분이 나쁘다고 감정적으로 대처하지 않도록 합니다. 정중하게 자신의 상황을 설명하고, 처한 상황에서 내가 할 수 있는 역할에 최선을 다하는 것이 좋습니다.

case 02 동행봉사활동을 가다가 다친 은경이

대학교 1학년인 은경이는 동행봉사단 멘토링 수업을 마쳤다. 수업이 끝나자 배가 고프다는 동생들을 위해 한턱 쏘겠노라며 동생들을 데리고 학교 근처 떡볶이집에 가기로 했다. 학교 운동장을 지나는 찰나, 빠른 속도로 자전거를 타고 오던 한 학생과 부딪쳐 은경이는 다리를 크게 다치게 되었다.

도움말

먼저 봉사활동이 끝나고 동생들을 데리고 나가는 것은 사고 위험이 있기 때문에 유의해야 합니다. 나가게 되는 경우에는 반드시 학교 선생님께 이동 경로, 도착 장소 등을 알리고 허락을 받은 후에 이동하도록 합니다. 또한 동행봉사단 활동을 위해 이동 시 사고가 발생했을 경우에는 즉시 자원봉사센터에 연락을 취하도록 합니다.

case 03 사랑에 빠진 동행봉사단 지숙이

대학교 1학년인 지숙이는 동행봉사단으로 ○○남고에서 멘토링 활동을 하게 되었다. 멘토링을 진행하는 한 학기 동안 자연스럽게 동생들과도 친해지게 되었다. 그 중 영민이라는 고3 학생이 유독 지숙이를 잘 따랐다. 자주 연락도 하고 가끔 밖에서도 만나기도 했다. 처음에는 귀여운 동생이었는데 점점 영민이가 이성으로 보이기 시작했다. 멘토링이 끝날 무렵, 영민이는 지숙이의 남자친구가 되어 있었다.

도움말

동행봉사단으로 역할과 봉사활동의 목적을 다시 한 번 인지합니다. 어린 동생들보다 모범이 되는 언니·오빠·형·누나로서 공과 사를 구분하여 엄격히 선을 그어야 하며 감성적이기 보다는 이성적으로 접근해야 합니다.

동행 사례별 유의사항

case 04 성추행범이 돼버린 동행봉사단 성준이

대학교 2학년 성준이는 동행봉사단으로서 '초등학교 돌봄교실' 프로그램 멘토링 활동을 시작하게 되었다. 어린 초등학생 동생들이 마냥 예쁘고 귀여운 성준이는 칭찬의 의미로 머리를 쓰다듬어 주고, 어깨를 두들겨 주었다. 특히 말을 안 듣던 말썽꾸러기 연아의 수업태도가 좋아지자 격려의 의미로 엉덩이를 토닥여 주며 안아 주었다. 그런데 며칠 후, 연아의 부모님께서 내 아이가 성추행을 당했다고 신고하셨다는 학교 측의 연락을 받은 성준이는 너무나 당황스러웠다.

도움말

동생들이 아무리 예쁘고 귀여워도 신체적 접촉은 피하도록 합니다. 장난이라도 어깨 누르기, 손이나 어깨를 꼭 쥐어서 아프게 하기, 발장난 등 귀엽다고 보거나 무릎에 앉히는 경우 등은 성추행으로 오해를 살 수 있으니 삼가야 합니다.

Tip

안전한 멘토링을 위한 성희롱 예방수칙

- 신체적** 동생들의 어깨, 가슴, 엉덩이 등 특정 신체 부위를 터치하거나 포옹과 같은 신체 접촉을 하지 않도록 하세요.
- 언어적** 봉사활동 시 동생들에게 음란한 농담, 성적으로 수치심을 느낄 수 있는 말은 하지 마세요.
- 시각적** 봉사활동 시 야한 사진, 그림, 낙서, 영상 등을 게시하거나 보여주지 마세요.
- 행동적** 봉사활동 시 노출이 심하거나 몸에 달라붙는 복장은 삼가도록 하세요.

도움말

▶ 성폭력과 성희롱의 차이!

• 성폭력

추행, 성적 가혹행위, 성기노출, 음란물 보기 등 성적 불쾌감을 일으키는 명확한 행위로서 상대방의 동의 없이 강제적으로 성적 행위를 하거나 성적 행위를 강요 또는 위협하는 행동을 말합니다.

• 성희롱

직접적인 접촉이 없더라도 피해자의 판단에 따라 간접적인 성적 괴롭힘, 성적 요구에 따르지 않았다는 이유로 받은 불이익까지 포함하는 행위로 지위나 권력을 이용하여 말과 행위로 상대방에게 성적 굴욕감이나 혐오감을 느끼게 하는 행위를 말합니다.



memo

chapter 5

참여형
수업 진행 방법론

참여형 수업 진행 방법론

01 진행단계 _ 수업 진행 가이드

도입

▶ 참여형 수업의 분위기 조성

- 이름 부르기
- 근황 확인하기
- 변화 포인트 파악하기
- 관심 소재를 활용한 일상의 나눔

전개

▶ 참여형 수업 기법 적용

- 과제 및 지난 수업 내용 확인
- 시선 모으기(영상, 사례, 가벼운 미션 등을 활용한 내용 도입)
- 주요 내용 확인하기(개념 학습)
- 깊이 들여다보기(수준별)

마무리

▶ 효과적인 수업 마무리 기법

- 확인 및 정리
- 2분 복습
- Answer 실습 (짝궁, 조별, 전체 등)
- 과제 및 다음 차시 안내

Tip

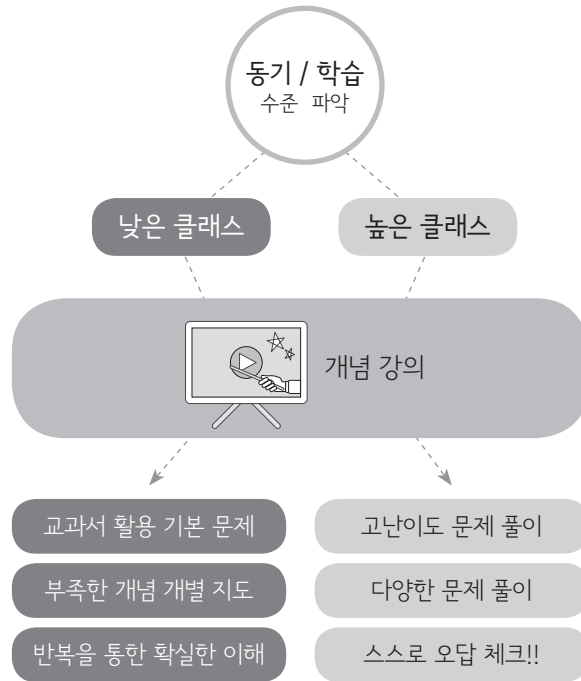
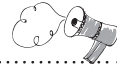
수업 진행 가이드

- ① 학생들을 향해 미소를 지으라!
- ② 모든 학생의 눈을 마주하라!
- ③ 학생의 개인의 수준에 따른 맞춤형 지도를 위한 노력을 아끼지 마라!
- ④ 배움에 학생들을 끊임없이 초청하라!
- ⑤ 반복, 반복, 반복!!!
- ⑥ 배운 것을 축하하고, 모든 노력을 칭찬하라!
- ⑦ 학생들의 태도와 관심, 그리고 행동에 끊임없이 주의하라!
- ⑧ 학생들과 끊임없이 소통하면서 수업을 발전시켜나가라!

우리는 절대 포기하지 않는다! 끝까지 최선을 다한다!

02 수준별 맞춤 지도 프로세스

수준별 맞춤형 지도를 위한 다양한 노력 필요!!



Tip 마지막 시간 수업 운영

● 프로그램 진행 과정을 학생들과 함께 돌아보기

- ① 좋았던 점, 도움이 되었던 점
- ② 수업을 들으면서, 스스로에게 아쉬웠던 점
- ③ 이런 기회가 또 생긴다면, 도움을 받고 싶은 점
- ④ 앞으로의 다짐!
- ⑤ 서로에게 격려의 한 마디

memo

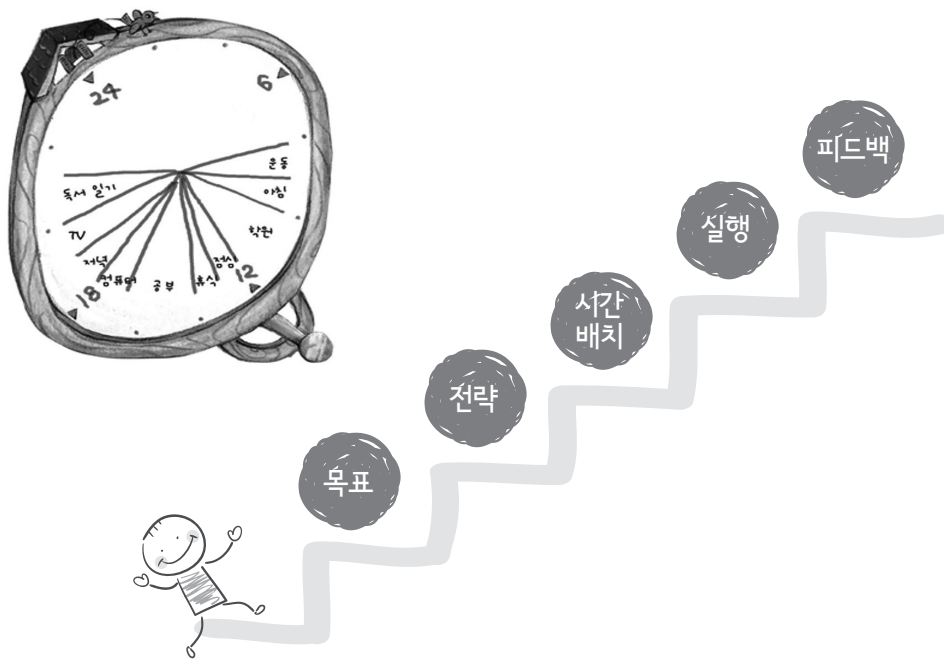
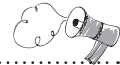
chapter 6

새 시대를 여는
자기주도학습

새 시대를 여는 자기주도학습

01 진짜 자기주도학습 플래닝

‘오늘은 무엇을 공부할까?’, ‘내일은 어떻게 하지?’ 등의 생각을 하면서 계획을 세운다. 그러나 매번 계획은 세우기만 할 뿐 지키지 못할 때도 있고 그러다 보면 자신감도 떨어지고 점점 계획 세우는 시간이 가까워져서 세우지 않게 된다. 나를 움직이게 하는 진짜 계획은 없는 것일까? 진짜 계획이라 불리는 플래닝이란 무엇일까?



To do list

- ❖ 잘못된 계획, 스케줄링
 - 목표와 전략 없이 해야 할 일만 나열
 - 형식적인 시간 배분
 - 발전하는 자신의 모습을 보기 어려움

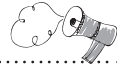
To be list

- ❖ 진짜 계획, 플래닝
 - 자발적인 목표 설정
 - 목표 실현을 위한 구체적인 전략 수립과 체계적인 시간 관리
 - 시행 착오, 자아성찰(피드백)을 통한 지속적인 성장
 - 최고의 학습 전략, 최고의 인생 전략!

새 시대를 여는 자기주도학습

02 피드백이란?

피드백이란, 어떠한 행동을 한 후 그 행동의 결과를 바탕으로 다음 행동의 방향을 결정하는 것이다. 피드백은 후회도 자책도 아니다. 피드백은 분석! '후회'하는 대신, '생각'하자!

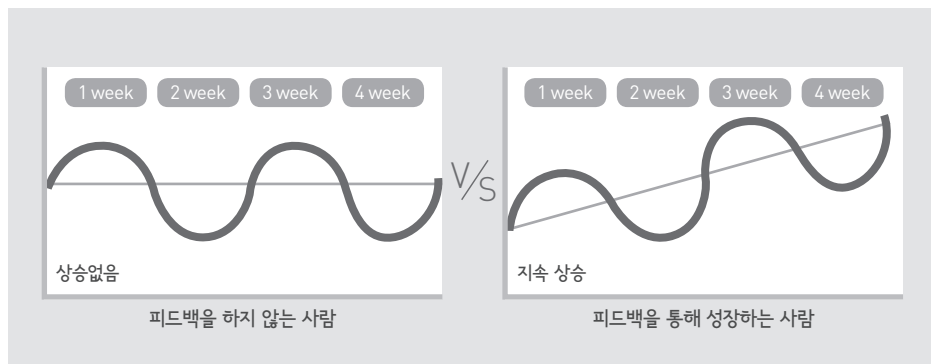
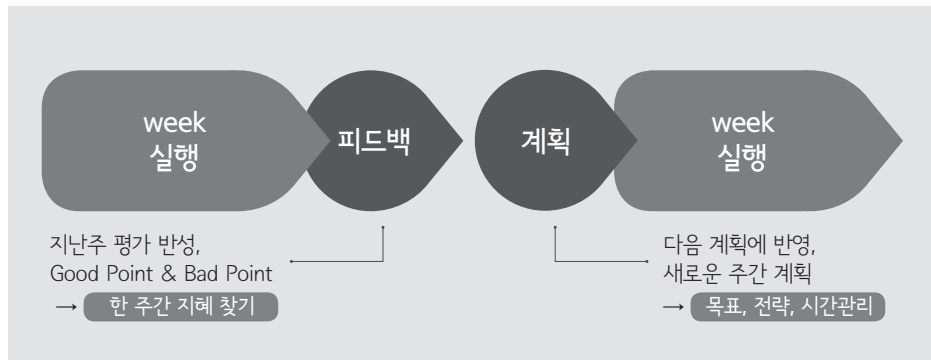


피드백이란?

50대의 아버지와 20대의 아들이 산에서 나무를 베고 있었다. 아들은 아버지에게 자랑스럽게 보이기 위해, 열심히 힘 자랑을 하며 쉬지 않고 신나게 나무를 베었다. 시간이 갈수록 체력이 조금씩 떨어지고 날도 무더워져서 조금씩 양이 줄긴 했지만, 중간중간 쉬는 아버지의 모습을 보면서 한편으로 안심했다. 드디어 하루의 일과를 마쳤다. 아들은 자신이 아버지보다 훨씬 많이 나무를 베었을 거라고 생각하고는 의기양양했다. 하지만 막상 세어보니 결과는 단판이었다. 아버지가 베 나무가 훨씬 많았던 것이다. 너무나 놀란 아들은 아버지에게 이유를 물어보았다. 아버지는 웃으면서 대답했다.

“중간 중간 도끼의 날을 다시 날카롭게 갈아 주었기 때문이다.”

사실 아버지는 쉬면서 날만 갈 게 아니었다. 지금까지 나무를 베온 동선을 살피면서, 이동을 최소화해서 나무를 벨 수 있는 동선까지 계산에 넣었던 것이다.



피드백은 이렇게!

국민 MC 유재석, 많은 사람들이 알다시피 그가 처음부터 1인자였던 것은 아니었습니다. 그가 데뷔한지 벌써 20년이 넘었지만, 그 중 10년은 무명세월이었습니다. 그도 한때는 자신을 써주지 않는 PD를 탓하며, '어디 잘 되나 두고 보자!'라며 불평을 했었는데, 그 PD는 잘 되지만 했다고 합니다. 그래서 그는 자신이 TV에 나가는 모습을 다시 모니터링하고, 평소에도 거울을 보며 항상 자신을 돌아보고, 반성하며 스스로를 단련시켰다고 합니다. 그러던 어느 날 그가 당대 최고의 프로그램이었던 '서세원 쇼'에 출연하게 되면서 그 때부터 시청자들에게 '유재석'이라는 세 글자를 새길 수 있게 되었습니다. 그 무엇도 처음부터 완전한 것은 없습니다. 실수하고 넘어지면서 완성되어지는 것입니다. 피드백을 한다면, 이제 실수하는 것 쯤은 두려워할 필요가 없습니다!

목표달성률

- 구체적인 데이터를 기준으로 작성
- 실제 설통시간, 공부 목표 실천률

설통 시간 목표 달성률 %
 주간 가용시간:
 목표 설통시간:
 실제 설통시간:
 공부 목표 달성률 %

Good Point

- 달성한 부분에 대한 소감
- 효과적이었던 부분
- 한 주 동안 지내면서 좋았던 점
- 긍정적인 공부 감성 함양을 위한 것

Bad Point

- 놓치거나 제대로 실행되지 않아 아쉬운 점
- 미달성 사유 분석(구체적으로)
- 똑같은 실수를 반복하지 않기 위한 것

대안

- 미달성 사유에 따른 대책 마련
- Good Point 극대화 방안

Tip 한 주간 느낀 점

한 주를 돌아보면서 느낀점을 자유롭게 기록
 "매일매일 하루를 돌아보는 시간을 꼭 가져야겠다."
 "힘들어도 포기하지 말고 우선 하고 보자."

새 시대를 여는 자기주도학습

03 수업성공 습관 LAUA

Listening

몸과 마음의 바른 자세는 필수! 듣기에 성공했다면 수업의 80%는 성공

Asking

모르는 것을 모른다고 할 수 있는 용기는 필수 이해할 때까지 질문하라
질문에 성공했다면 수업의 90%는 성공

Understanding

듣기와 질문에 성공했다면 자연스럽게 따라오는 과정

Answer

설명하지 못하면 완벽히 아는 것이 아니다!
스터디그룹 활용, 선생님 놀이 하기
자신의 말로 정확하게 설명할 수 있다면 수업 성공 100%!!

Tip 수업 진행 시 질문 활용법

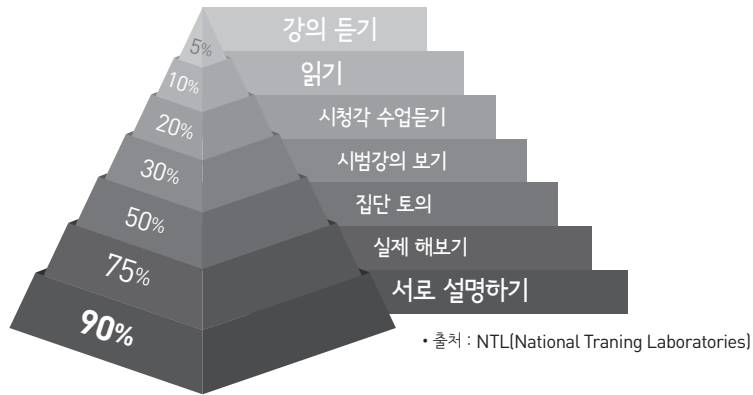
◆ 질문의 힘

- 사고의 자극
- 주의력 집중
- 강의에 대한 참여의식 제고
- 강의 효과 측정
- 피교육자의 흥미유발
- 참가자의 지식과 경험의 공유

◆ 금기사항

- 공격적인 질문
- 말끝마다 “그렇죠?”, “이건 왜 그럴까요?”
- 생각할 여유를 주지 않고 몰아치기
- 특정인에게만 질문을 계속 던지기
- 준비되어 있지 않은 학생에게 지나치게 어려운 질문
- 대답을 못 할 때 무시하거나 무안주기
- 순서대로 차례차례 질문

04 학습 효율성 피라미드



말하는 공부법

전 세계의 0.2%, 하지만 역대 노벨수상자 중 22%를 차지하고 있는 유대인. 많은 학자들은 유대인들이 금융, 경제, 법률, 문화, 모든 분야에서 성공하는 비결이 무엇인지 질문하고 있는데요. 그중 그들의 독특한 학습방식인 하브루타를 이야기합니다. 아래 이미지는 시끄러운 소리로 가득 찬 예시바 대학교 도서관의 모습입니다. 학생들은 책을 펴 놓고 큰 소리로 떠들고 있습니다. 언 듯 보면 상대에게 화가 나서 따지는 것 같지만, 이것은 두 사람이 짝을 이루어 배우는 '하브루타'라는 학습 방식입니다. 하브루타란 '두 사람이 짝을 이루어 배우는 학습 방식'을 말하는데요. 쉽게 설명하면 말하는 공부법입니다. 이들은 하브루타를 통해 혼자 공부하는 것보다 서로를 통해 더 잘 배울 수 있다고 합니다. 이런 묻고 토론하는 방식을 통해서 사고가 더 명확해 지고 더 잘 기억할 수 있다는 것이지요. 이처럼 말하는 공부의 효과는 간단한 실험을 통해서도 입증할 수 있습니다.

말하는 공부방과 조용한 공부방을 만들어 3시간 동안 같은 내용과 분량을 공부하고 그 결과를 측정해 보았습니다. 학습 방법만 다르게 공부한 것이지요. 예상하셨듯이 말하는 공부방이 학습 내용을 2배 가까이 더 잘 습득하게 되었는데요. 이것은 바로 메타인지 때문입니다. 메타인지란 '자신의 인지를 바라보는 또 다른 눈, 나의 사고능력을 객관적으로 볼 수 있는 인지'를 이야기합니다. 내가 아는 것과 안다고 착각하는 것을 파악할 수 있는 능력입니다. 바로 이 메타인지를 상승하게 하는 방법은 바로 설명입니다. 설명을 하다 보면 내가 아는 것과 모르는 것의 구분이 명확해지고 내가 알고 있는 지식이 인과관계를 즉 원인과 결과의 관계를 그리면서 정리되게 됩니다. 메타인지가 작동되게 되는 것이지요. 대한민국 상위 1%의 학생과 일반 학생들과의 비교실험에서도 이 메타인지의 차이를 들 수 있습니다. 상위 1% 학생들은 자신이 아는 것과 모른 것을 정확하게 구분할 수 있었고, 이 메타인지를 통해 자신이 완전히 익힐 때 까지 공부하고 또 공부하는 것이었지요. 또한, 일반학생들보다 더 많이 설명하고 있었습니다.

학습 효율 피라미드에서 확인할 수 있듯이 듣는 방법으로 공부하면 학습 내용의 5%가 남지만 말하는 공부는 90%가 남는 다는 것을 확인할 수 있습니다. 이처럼 학생들이 스스로 사고하며 공부하지 않으면 열심히 배운 귀중한 내용을 한순간에 날려 버리게 됩니다.

- 2016 자기주도학습 문화조성을 위한 권역별 릴레이포럼 자료집 중

새 시대를 여는 자기주도학습

05 예복습 습관

예습을 선행학습과 혼동하는 경우가 많다. 예습을 지나치게 하는 것을 먼저 경고하고자 한다. 예습차원이 아니라 지나친 선행학습은 오히려 '공부희열도'(공부가 재미있음을 느끼는 정도)를 떨어뜨리는 것으로 나왔다. '공부희열도'란 공부를 잘 하는 학생들에게서 발견되었던 가장 중요한 요소였다. 잘 모르는 내용이 많고 자신에게 어려운 공부를 계속 무리하게 하면 공부희열도가 떨어지는 것이다. 또한 선행학습을 심하게 하여 모르는 내용이 거의 없을 정도로 선행을 하는 경우에도, 수업 자체의 흥미가 초기에 사라진다. 다 아는 내용이라고 생각하기 쉽기 때문이다.

가장 이상적인 예습의 정도는 목차를 중심으로 수업의 내용이 낯설지 않을 정도만 예습하는 것이다. 이는 수업자체의 즐거움을 선사한다. 따라서 예습은 최소한의 시간을 사용할 때 효과적이다. 대단원 중단원 소단원의 순서로 앞으로 우리가 가르쳐 줄 '목차유추예습'을 하고, 여기서 질문을 발생시킨 후, 수업을 통해 그 질문을 해소하는 공격적 경청과 몰입의 선순환을 만드는 것이 예습의 가장 큰 효과이다.

예습이란?

수업의 기대감 Up!!!

- ▶ 배울 내용을 미리 확인함으로써 수업 시간에 대한 기대감을 주어 수업 시간에 더 잘 집중 할 수 있게 한다.

수업의 이해도 Up!!!

- ▶ 모르는 부분을 미리 파악해서 그 부분을 귀 기울여 듣게 도와 주므로 수업의 이해도가 높아진다.

5분 예습법

Step 1

- ▶ 단원의 **큰** **제** **목** 을 보고, **중** **단** **원** 과 **소** **단** **원** 의 제목을 예측한다.

Step 2

- ▶ 진도 나갈 부분의 교과서 내용을 **1** 번 정도 읽는다.

Step 3

- ▶ 과목 당 **5** 분이면 충분하다.

확실한 복습법

복습이 중요한 이유는 우리의 망각능력 때문이다. 한번 들은 내용은 아무런 노력을 하지 않을 경우 1시간 안에 이미 50%가 기억에서 사라지고 24시간이 지나면, 10%전후만 남게 되는 것이다. 그런데 그 1시간 이내에, 더군다나 지식을 들은 후 바로 직후에 한번 훑어보는 것만으로도 사라지는 기억들을 막을 수 있다는 것이 복습의 핵심이다.

수업 직후 「2분 복습법」

- 수업 직후에 교과서나 노트를 펴고, 수업 내용을 훑어본다.
⇒ 선생님이 강조하신 부분을 2~3번 집중해서 본다.
- 수업 내용 중 이해되지 않은 부분을 체크한다.

귀가 후 「5분 복습법」

- 집 or 학원 자습실 등에서 오늘 배운 내용을 과목당 5분~10분
- 2분 복습 때 체크했던 부분 선생님이 강조하신 부분, 이해되지 않은 부분을 다시 읽어본다.

하루 예복습 시나리오

수업 직후

- ① 2분 복습 / 수업 직후
- ② 10시간 이내, 과목별 5분 복습 / 셀공 시간 활용
- ③ 하루 복습 시나리오

수업중

수업 중 배우는 내용을 순간적으로 떠오르는 생각과 계속 관련 지으며 동시에 복습하기

수업 직후

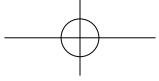
2분 복습
수업시간에 배운 내용들을 머릿속으로 그려 보기

하교길

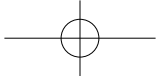
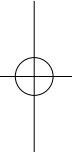
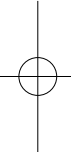
예습한 내용이나 수업 중에 배운 내용을 보지 않고 회상하기

집에서

2분 복습 시 확인한 내용 점검
새롭게 알게 된 내용을 잊지 않도록 완전히 이해하기



memo





memo

참고자료

- 『즐겁고 신나는 초등돌봄 놀이활동』, 한국교육개발원, 2016
- 『자기주도학습 문화조성을 위한 권역별 릴레이포럼』, 국가평생교육진흥원, 2016
- 『고봉익의 공부습관 4가지의 비밀』, 고봉익, 아리샘, 2015
- 『공부계획의 힘』, 고봉익, 이정아, 성기철, TMD북스, 2014

서울 프로젝트

(동행책도우미)

재능나눔을 실천하는 대학생! 동행프로젝트

서울특별시

서울시자원봉사센터 동행프로젝트팀 | TMD교육그룹

서울시자원봉사센터

서울특별시

서울시 중구 소파로 131(남산동 3가 34-5) 남산빌딩 302호

02-2274-7306~9

02-776-7003

www.donghaeng.seoul.kr

※ 본 저작물의 저작권 및 판권은 서울특별시와 서울시자원봉사센터에 있으며, 무단복제를 금합니다.