



# 8월 인성교육 계획안

한국스포츠인성교육원

■ 8월 인성교육 계획안

주차	발달과업	학습내용	연관프로그램
8월 1주차	<1단계> 인식능력 육성과 감정어휘 계발	<p>학습목표 : 감정과 감정을 표현하는 말과 행동에 관심을 갖는다.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 사랑이의 다양한 감정에 관심을 갖고 왜 그런 감정을 느꼈는지 생각해본다.</li> <li>2. 감정을 표현하는 다양한 말(어휘)과 표정, 행동을 알아본다.</li> </ol>	<p>감정표현 익히기</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-언어카드</li> <li>-스피드퀴즈</li> </ul>
8월 2주차	<2단계> 타인의 감정에 반응하는 감수성 강화 I	<p>학습목표 : 친구나 가족 등 만난 적 있는 타인의 감정에 관심을 갖는다.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 생일초대를 받지 못 한 하루의 감정이 어떨지 생각해본다.</li> <li>2. 친구의 감정을 예측할 수 있는 단서(언어, 비언어적 요소) 찾는 방법을 알아본다.</li> </ol>	<p>감정 인식하기</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-표정으로 감정 맞추기</li> <li>-상황극</li> </ul>
8월 3주차	<2단계> 타인의 감정에 반응하는 감수성 강화 II	<p>학습목표 : 만난 적 없는 타인의 감정에 관심을 갖고 예측해본다.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 관장님의 봉사활동 사진에 찍힌 친구들의 표정이 왜 그럴지 생각해본다.</li> <li>2. 타인의 감정을 예측할 수 있는 단서(사회적, 환경적 요소)를 찾는 방법을 알아본다.</li> </ol>	<p>감정 인식/예측하기</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-감정 찾기</li> <li>-감정 인생극장</li> </ul>
8월 4주차	<3단계> 타인의 생각에 대한 공감능력 계발	<p>학습목표 : 타인의 입장에서 생각해본다.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 몸이 불편한 할머니와 그런 할머니에게 친절을 베푸는 대한이의 입장이 되어본다.</li> <li>2. 할머니의 입장과 대한이의 입장, 사랑이의 입장을 생각해본다.</li> </ol>	<p>감정 예측하기</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-패널티 게임</li> <li>-나라면?</li> </ul>

■ 주차별 인성교육 진행안

회차	주차	인성덕목	학습단계	월	화	수	목	금
001	8월 1주	공감	1단계 : 인식능력 육성과 감정어휘 개발	애니메이션 “창피하단 말이야”	감정퀴즈1 ‘내 감정을 맞춰봐’	감정퀴즈2 ‘내 감정을 표현해 봐’	감정 스피드 게임 (감정어휘 익히기)	
즐거리	<p>여름방학을 맞아 태권도를 배우게 된 사랑이.                      걱정 반 기대 반으로 첫 수업에 참여하는데 도복 띠를 리본으로 맨 사랑이를 놀리는 말썽 대마왕 친구!                      사랑이는 창피한 마음에 얼굴이 빨개지지만 계속 놀려대는 친구와 결국 크게 싸우고 만다.</p>							
학습 목표 내용	<p><b>1. 감정에 관심을 갖는다.</b>                      ① 사랑이의 다양한 감정에 관심을 갖고 왜 그런 감정을 느꼈는지 생각해본다.                      ② 감정을 표현하는 다양한 말(어휘)과 표정, 행동을 알아본다.</p>							
학부모 상담안내	<p><b>[8월 1주차 학부모 안내사항]</b></p> <p>안녕하세요, 이번 주는 아이들의 [공감능력] 향상을 위한 첫 걸음을 시작하는 주입니다.                      공감의 기초는 감정에 대한 이해입니다. 도장에서 아이들이 다양한 감정에 대해 관심을 갖도록 수업을 준비하였으니 학부모님께서도 자녀들의                      감정에 관심을 갖고 다양한 감정어휘를 익힐 수 있도록 관심 가져주세요.</p> <p>아이가 웃고 재미있어하면 왜 웃고 있는지? 화내고 있을 때 어떠한 감정인지 물어봐주시고 “그렇구나”하고 감정을 인정해주세요.                      아이가 느끼고 있는 감정과 비슷한 경험을 한 학부모님의 이야기도 들려주세요.                      아이의 즐거운 감정은 크게 북돋아 주시고 (“너는 이럴 때 기쁘구나? 즐겁구나? 행복하구나? 엄마가 꼭 기억하고 있을게. 네가 기쁘다니 엄마                      의 마음도 기쁘다”) 아이의 문제행동에 부모님이 어떠한 감정인지도 알려주세요. (“네가 힘들어하니깐 엄마도 속상하다. 네가 짜증이난다고 하                      니 아빠가 그 기분을 풀어주고 싶다. 나도 예전에 어떠한 상황에서 짜증난 적이 있어서 네 마음을 알 것 같다”)</p> <p>이렇게 사소한 감정 커뮤니케이션을 통해 아이들은 감정에 대해 좀 더 많이 알게 되고, 자신의 기분을 이해하게 된다면 그들의 공감능력도 발                      전하게 되어 타인의 고민과 욕구를 훨씬 더 잘 이해하고 느낄 수 있게 될 것입니다.</p>							

**[공감지능이란?]**

공감지능은 서로 다른 관점에 대해 사려 깊어지고 남의 생각과 의견을 보다 잘 이해하도록 돕는 도덕지능의 토대가 되는 덕목입니다. 공감지능이 충분히 발달되지 않으면 친절, 배려 등 다른 덕목을 이해하고 발달하는데 어려움을 겪기 때문에 아이들이 가장 우선적으로 학습해야 하는 필수덕목입니다.

**[공감지능 발달을 위한 대화기법]**

**1.아이의 기분을 이해하고 공감하여 이야기를 경청해주세요.**

- 아이의 감정을 부정하지 말고 “정말?” “오?” “저런~” 같은 가장 짧은 말로 너의 감정에 관심이 있음을 보여주세요.
- “그런 걸로 화낸 거야?” “난 또 뭐라고~” 와 같이 감정의 비난이나 무시는 절대 위험합니다.

교사  
TIP

**2.그런 기분을 들게 하는 원인을 파악하도록 대화를 이끌어주세요.**

- 아이의 상황에서 기분을 예측했다 하더라도 먼저 단정 짓지 말고 몇 가지 질문을 하며 확실한 이해의 단계를 거쳐주세요.
- (친구와 싸워서 운동하고 싶지 않아하는 아이에게) “운동이 싫거나 힘들어서 하기 싫은 거니? 아니면 다른 이유가 있니?”
- “혹시 친구와의 싸움이 운동하고 싶지 않은 마음에 영향을 주었니?”

**3.아이의 기분이 어떤 상태인지 정의해주세요.**

- “신경이 날카로워 보인다.” “짜증나니?” “실망했니?” “네 감정을 제대로 표현할 말이 없어서 답답하니?”
- “짜증났구나”가 아닌 “짜증나니?”처럼 아이들이 자신의 감정과 선생님이 정의내린 어휘를 비교하고 생각할 수 있도록 질문형으로 해주세요.

**4.아이 스스로 욕구에 대한 해결책을 찾도록 자극해주세요.**

- 아이들의 순간적인 감정은 타인이 공감해줌으로써 해소되는 경우가 많기 때문에 “네가 왜 그런 기분이 들었는지 알 것 같아.” “충분히 이해가 된다.”와 같이 공감을 충분히 해 주세요.
- 공감만으로 해결되지 않을 경우에는 “넌 그 문제를 어떻게 해결하고 싶니?” “네 문제를 해결하는 데에 내가 어떤 도움을 줄 수 있을까?” 의 질문을 통해 아이들이 스스로 해결책을 찾도록 도와주세요.

회차	주차	인성덕목	학습단계	월	화	수	목	금
002	8월 2주	공감	2단계 : 타인의 감정에 반응하는 감수성 강화 I	애니메이션 “너무너무 속상해”	감정 맞추기 (언어요소)	감정 맞추기 (비언어요소)	감정 이야기 만들기 (상황극, 역할극)	
즐거리	<p>태권도장을 가려던 사랑이, 놀이터에 혼자 앉아있는 하루를 발견한다. 고개를 푹 숙인 채 심각한 표정으로 있는 하루에게 말을 걸까 말까 고민하다가 말을 걸고, 하루의 고민을 들어준다. 친구의 고민을 듣는 게 어색한 사랑이는 안절부절 하기만 하는데...</p>							
학습 목표 내용	<p>1. 친구나 가족 등 만난 적 있는 타인의 감정에 관심을 갖는다. ① 생일초대를 받지 못 한 하루의 감정이 어떨지 생각해본다. ② 친구의 감정을 예측할 수 있는 단서(언어, 비언어적 요소)를 찾는 방법을 알아본다.</p>							
학부모 상담안내	<p><b>[8월 2주차 학부모 안내사항]</b></p> <p>안녕하세요, 아이들의 [공감능력] 향상을 위한 두 번째 걸음이 시작하는 주입니다. 다양한 감정이 있다는 것을 인식한 아이들에게 타인의 욕구와 고민을 좀 더 잘 아는 사람이 되도록 타인(만난 적 있는 주변인)의 기분에 반응하는 감수성을 강화하는 훈련을 하고자 합니다.</p> <p>아이들은 지난 주 부모님들이 자신의 감정에 관심을 가지고 질문한 것들을 기억하고 학습했을 것입니다. 아이들이 선생님과의 미션으로 부모님 또는 형제자매의 감정에 관심을 갖고 질문을 한다면 섬세하고 친절할 행동을 크게 칭찬해주세요.</p> <p>또 아무리 사소한 일이라도 자상하고 친절할 말과 행동은 그 결과를 알려줌으로써 자신의 말과 행동이 타인의 감정에 어떠한 변화를 주었는지 알려주세요. (네가 동생과 잘 놀아주니 엄마가 너무 고맙다 / 네가 할아버지께 용돈 받았을 때 감사인사를 크게 하니 할아버지께서 매우 기뻐하셨어. / 네가 그녀를 양보했을 때 그 친구가 살짝 미소 지은 거 봤니? 네 양보가 웃음 짓게 한 거야.)</p>							

**[공감지능을 높여주는 정서지능은 무엇인가?]**

정서지능이라는 개념은 1990년 미국 예일대학교 심리학 교수인 피터 셀로비와 뉴햄프셔대학교 존 메이어 교수에 의해 처음으로 정의 되었습니다. 정서지능은 ‘정서라는 정보를 이성적으로 처리하는 능력’입니다. ‘감성이 풍부한 것’으로 축소, 왜곡되어 표현되는 경우가 많지만 그보다 훨씬 넓은 의미를 가지고 있습니다.

피터 셀로비 교수는 정서지능을 1.정서인식, 2.정서지식, 3.정서활용능력, 4.정서조절능력 등 4개의 영역으로 나누어 정의하였으며, 8월 2주와 3주에는 정서인식과 정서지식을 배우는 단계입니다.

**1.정서인식**

**교사  
TIP**

자기 자신과 다른 사람의 감정을 아는 것으로 내가 무엇을 느끼는지, 상대가 무엇을 느끼는지, 내가 이야기하는 것에 상대방이 관심을 갖고 있는지, 나의 감정이 불안인지 긴장인지 아는 능력을 말합니다.

**2.정서지식**

감정을 아는 것으로 끝나지 않고 이해하는 것을 말합니다. 느낀 감정을 언어로 표현할 수 있는지, 의사소통을 할 수 있는지, 감정과의 연계를 이해했는지에 관한 질문들에 답할 수 있어야 합니다. 예를 들면, 질투와 부끄러움의 차이, 부끄러움과 죄책감의 차이를 정확히 이해하고 표현할 수 있어야 합니다.

본 과정에서는 아이들이 다양한 감정어휘를 배우고, 표현함으로써 자신과 타인의 감정에 대한 정의를 내릴 수 있도록 지도바랍니다.

회차	주차	인성덕목	학습단계	월	화	수	목	금
003	8월 3주	공감	2단계 : 타인의 감정에 반응하는 감수성 강화Ⅱ	애니메이션 “도와주고 싶어”	감정 인식하기 (그림, 사진보고 감정 찾기)		감정 예측하기 (감정극장 : 같은 인물 다른 상황일 때의 감정 예측하기)	
즐거리	<p>탈의실에 옷 갈아입고 나온 사랑이와 하루는 앨범을 보며 키득 거리는 친구를 발견한다.</p> <p>관장님이 젊었을 때 다녀온 아프리카 봉사활동 사진에는 지금보다 젊지만 여전히 무뚝뚝한 관장님과 잔뜩 긴장한 표정의 아프리카 친구들의 모습이 담겨있다.</p> <p>관장님은 아프리카의 상황에 대해 아이들에게 이야기를 해주고 아이들은 그 아이들의 감정이 어떨지 이야기 나눈다.</p>							
학습 목표 내용	<p><b>1. 만난 적 없는 타인의 감정에 관심을 갖고 예측해본다.</b></p> <p>① 관장님의 봉사활동 사진에 찍힌 친구들의 표정이 왜 그럴지 생각해본다.</p> <p>② 타인의 감정을 예측할 수 있는 단서(사회적, 환경적 요소)를 찾는 방법을 알아본다.</p>							
학부모 상담안내	<p><b>[8월 3주차 학부모 안내사항]</b></p> <p>안녕하세요, 아이들의 [공감능력] 향상을 위한 세 번째 걸음이 시작하는 주입니다.</p> <p>이번 주에는 아이들에게 만난 적 없는 타인의 감정에 관심 갖고 예측해보는 시간을 갖고자 합니다. 그동안 아이들이 말과 행동으로 타인의 감정을 알아차렸다면, 이번 주에는 다양한 사회적, 환경적 요소를 단서로 감정을 예측하는 것입니다.</p> <p>만나거나 경험한 적이 없지만 자신의 자신이 누리고 있는 것들을 누릴 수 없는 사회적, 환경적 요소들을 생각해보고 그것에 대한 감정을 공유하고, 타인의 감정을 예측해보고자 합니다. (물이 없어서 불편하겠다 / 물을 뜨러 멀리까지 가야하니 귀찮겠다 / 도움을 받으면 고맙겠다 / 우물이 생기면 편해져서 기분 좋겠다 등) 학부모님께서도 다양한 상황, 사건, 동화 속 이야기를 가지고 아이들에게 “만약에~” 혹은 “나였다면 어떤 기분일까?”라는 주제를 던져주세요.</p> <p>이러한 타인에 대한 공감은 관대하며 남을 배려할 줄 알고 타인의 욕구를 이해하며 상처를 받거나 괴롭힘 당하는 사람들을 도와주고 싶어 하는 자상한 아이로 변화시키는 마음의 힘이 됩니다.</p>							

**[아이가 타인의 감정을 잘 인식할 수 있도록 돕는 6가지 방법]**

**1. 섬세하고 친절한 행동을 칭찬한다.**

아이가 자상하고 사려 깊게 행동하는 것을 볼 때마다 그 자리에서 행동을 칭찬해주세요.

**2. 감수성의 결과를 보여준다.**

아무리 사소한 일이라도 자상하고 친절한 행동에 대한 결과를 알려주고 좋은 행동임을 알려주세요.

“네가 경비아저씨께 인사를 크게 해서 경비아저씨께서 매우 기뻐하셨어.” “네가 OO이를 도와주자 OO이 살짝 미소 짓던 거 봤니?”

**3. 비언어적 감정 단서들을 지적한다.**

“아까 OO이의 표정이 굳어있던데 무슨 일 있니?” “엄마 친구가 너에게 인사할 때 네가 썩 하고 가버려서 표정이 굳은 거 봤니? 많이 당황한 것 같았어. 다음에는 안 좋은 일이 있더라도 인사는 예의바르게 해주면 어떨까?”

**4. “그 사람 기분이 어떨까?”라고 자주 물어봐주세요.**

아이의 감수성을 기르는 가장 쉬운 방법은 다른 사람의 기분이 어떤지 잘 생각해 보게 하는 것입니다. 실제상황 뿐 아니라 책이나 TV, 영화에 나오는 상황을 이용하여 “어린 여자아이가 상을 탔을 때 그 애 엄마 기분이 어땠을까?” “OO에서는 장마 때문에 온통 큰일이 났대. 그 사람들은 기분이 어떨까?” “할머니가 많이 아프시다는 소식을 들으면 아빠 기분이 어떨 것 같니?” 등의 질문을 해주시고, 질문을 할 때에는 아이가 하던 행동을 멈추고 다른 사람의 고민에 대해 생각할 수 있는 환경을 만들어준 후 타인의 욕구에 대한 감수성을 길러줍니다.

**5. ‘감정+욕구’ 공식을 활용합니다.**

다양한 연구 결과 아이들의 감수성을 증진시키는 효과적인 방법은 다른 사람의 욕구와 감정을 찾아내는 데 도움을 주는 질문을 하는 것입니다. “물이 부족한 아프리카 아이들의 기분이 어떨 것 같니? 그 아이가 기분이 좋아지려면 무엇이 필요할까?” “장난감을 가지고 놀지 못하는 동생의 감정은 어떨 것 같니? 동생은 지금 무엇을 원하고 있을까?”

**6. 선생님이 왜 그런 식으로 느끼는지 이야기 해주세요.**

다른 사람의 감정에 신경을 쓰는 아이가 되도록 도와주는 최선의 방법은 어른 자신의 느낌을 이야기해 주는 것입니다. 어떤 상황이 발생하자마자 그 상황을 활용해서 선생님은 그것을 어떻게 생각하는지 그 이유가 뭔지 설명해주세요.

교사  
TIP



회차	주차	인성덕목	학습단계	월	화	수	목	금
004	8월 4주	공감	3단계 : 타인의 생각에 대한 공감능력 계발	애니메이션 “도움이 필요해”	패널티 게임 (왼발로 완주하기)	패널티 게임 (눈 가리고 범인찾기)	감정 예측하기 (상황으로 감정예측하기)	
즐거리	<p>놀이터에서 놀다가 태권도 수업시간에 늦은 사랑이. 열심히 달려서 1층 엘리베이터에 도착을 하고, 올라가기만 하면 지각을 면할 수 있는 상황! 그런데, 엘리베이터에서 만난 대한이가 몸이 불편한 할머니를 기다리느라 엘리베이터를 계속 붙잡고 있다. 대한이에게 짜증내는 친구와 사랑이. 결국 선생님한테 혼이 난 사랑이는 대한이가 알밋다.</p> <p>그런데, 다음 날 자고 일어났더니 할머니가 되어있는 사랑이??</p>							
학습 목표 내용	<p><b>1. 타인의 입장에서 생각해본다.</b></p> <p>① 몸이 불편한 할머니와 그런 할머니에게 친절을 베푸는 대한이의 입장이 되어본다.</p> <p>② 할머니의 입장과 대한이의 입장, 사랑이의 입장을 생각해본다.</p>							
학부모 상담안내	<p><b>[8월 4주차 학부모 안내사항]</b></p> <p>안녕하세요, 아이들의 [공감능력] 향상을 위한 네 번째 걸음이 시작하는 주입니다.</p> <p>이번 주에는 그동안 나와 타인의 감정에 관심을 가지며 키운 &lt;정서적 공감능력&gt;을 다른 사람의 생각을 이해할 수 있는 &lt;인식에 대한 공감능력&gt;으로 확장해 나아가고자 합니다.</p> <p>아이들이 자신보다 불리한 상황에 있는 사람의 입장이 되어 생각해 볼 수 있도록 구체적인 상황과 그 사람이 나(아이)라면 어떻게 질문을 많이 해주시고, 학부모님이라면 어떻게 이야기 해 주세요. 아이들의 도덕성은 부모님의 말과 행동을 모방하며 학습하는 성향이 있기 때문에 부모님의 공감을 아이에게 들려주고 대화하는 것만으로도 아이들에게는 큰 경험이 됩니다.</p>							

도덕지능의 유명한 권위자인 마틴 호프만 박사는 아이들이 여러 단계를 거쳐서 서서히 공감능력을 계발한다고 정의합니다.

### [공감능력 계발 단계]

#### 1단계 : 포괄적인 공감능력 (생후 1년)

아기는 자신과 주변세계를 분명히 구별하지 못하기 때문에 누가 고통을 당하고 있는지 분간하지 못하고 그것을 자기 자신이라고 판단합니다. 그 예로 다른 아이가 울면 따라 우는 행동이 그것입니다.

#### 2단계 : 자기중심적 공감능력 (만 1세부터)

다른 사람이 힘들어할 때 나타나는 아이의 반응이 서서히 변하기 시작합니다. 다른 사람의 고민이 자신의 것이 아니라는 것을 이해하고 엄마가 우는 것을 보면 엄마를 쓰다듬어주는 행동을 보입니다.

#### 3단계 : 정서적 공감능력 (학령기 전)

만 2~3세가 되면 아이의 역할이행 능력이 발달하여 아이는 다른 사람의 기분이 자신과 다를 수 있다는 것을 인지하고 다른 사람이 고통스러워하는 원인을 파악해낼 수 있습니다. 또 위로하고 용기를 북돋아줄 간단한 방법까지 찾아냅니다.

#### 4단계 : 인식에 의한 공감능력 (만 6세 이후~초등학교)

아이는 사물을 다른 사람의 관점에서 볼 수 있으며 도움이 필요한 사람들을 격려하고 위로하려고 노력하는 모습을 많이 볼 수 있습니다. 말로 타인을 위로하는 능력 또한 풍부해지며 타인의 욕구를 예측하고 행동할 수 있게 됩니다. ‘저 할머니, 엘리베이터 타시는데 도와드려야 될 것 같아.’

#### 5단계 : 추상적인 공감능력 (만10세~12세)

아이는 개인적으로 알고 있거나 직접 관찰할 수 있는 것을 초월하여 만난 적도 없는 사람에게까지 공감능력을 확장할 수 있습니다. ‘인도에 사는 사람들은 잘 먹지 못하니까. 내가 돕고 싶어.’

\*여기에서 연령은 길잡이 정도로 생각하시고 아이들의 경험과 능력에 따라 발달정도에 차이를 보일 수 있습니다. **다만, 연령과 관계없이 해당 단계를 거쳐야 다음 단계로 확장되어 교육이 진행됨을 알고** 아이들이 인식에 의한 공감능력이 부족하다면 그 앞의 단계인 정서적 공감능력은 충분히 계발되었는지를 확인해주시면 지도하시는 데 도움이 됩니다.

교사  
TIP