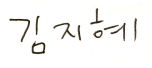


강 의 계 획 서

프로그램명	오늘의 나를 사랑합니다	담당 강사명	김지혜
강의목표	바쁜 일상 속에서 지나쳐 온 자신의 감정과 생각, 기억을 글로 천천히 들여다본다. 일상의 작은 장면과 감각을 발견하고 이를 자신의 언어로 기록하며, 하루의 끝에서 스스로에게 집중하는 시간을 갖는다.		
강의기간	2026. 11. 4. ~ 11. 25. / 매주 수요일 19:00~20:40 / 총 4 차시		
대 상	외동 주변 직장인 및 지역주민 성인	필요기자재	필기도구, 개인 노트, 빔프로젝터
수용인원	10 명	교재비 및 재료비	총액 : 0 원 (개인 필기도구 및 노트 지참)
수업 방향 : '잘 쓰는 법'보다 오늘의 감각과 기억을 발견하고, 나의 언어로 기록하는 경험에 초점을 둔다.			
오늘의 나를 사랑합니다.			

차시	세 부 강 의 내 용	관련책 및 준비물	교수자료 및 방법
1	오늘의 나를 쓰다 — 하루를 기록하는 첫 문장 ① 서로를 소개하는 짧은 글쓰기 ② '오늘 나에게 남은 장면' 떠올리기 ③ 오감으로 하루를 다시 바라보기 ④ 오늘 하루를 한 문장으로 표현하기 ⑤ 한 장면을 골라 짧은 글 완성하기	개인 노트 필기도구	이미지·짧은 글 활용 자유 글쓰기 함께 읽고 이야기 나누기
2	기억을 쓰다 — 오래 남아 있는 한 장면 ① 사진·장소·사물에서 기억 꺼내기 ② '나는 그때 어디에 있었을까' 질문 글쓰기 ③ 기억 속 공간과 사람 묘사하기 ④ 한 장면을 중심으로 기억 글 완성하기	오래된 사진 또는 기억이 담긴 물건 1 개 필기도구	사진·사물 활용 기억 회상 개인 글쓰기 선택적 낭독
3	마음을 쓰다 — 말하지 못했던 것들 ① 요즘 자주 떠오르는 감정 단어 찾기 ② 나에게 건네고 싶은 한 문장 ③ 누군가에게 보내지 않을 편지 쓰기 ④ 감정을 장면으로 표현해보기 ⑤ 글을 읽으며 지금의 나 돌아보기	개인 노트 필기도구	질문 글쓰기 편지 형식 글쓰기
4	나를 쓰다 — 지금의 나에게 보내는 글 ① 지난 세 번의 글 돌아보기 ② '요즘의 나'를 보여주는 단어 5 개 고르기 ③ 나의 일상에서 지키고 싶은 것 쓰기 ④ 미래의 나에게 편지 쓰기 ⑤ 네 번의 글쓰기에서 발견한 '나의 문장' 나누기	1~3 차시 작성 글 개인 노트 필기도구	이전 글 돌아보기 개인 글쓰기 낭독과 대화 수업 마무리

2026 년 9 월 8 일

작성자 : 김지혜 

경상북도교육청 외동도서관장 귀하