

## 웃다리문화촌 전래놀이 한마당 강의계획서

강좌명	숨 쉬는 마음의 정원		
강사명	김현주	종목	전래놀이
수강대상(연령)	전연령	개설년도	2024년
소요시간	50분	금액	20,000원
강의개요	<p>○ 감정 코칭, 감정 테라리움 나의 감정 들여다보기</p> <p>○ 활동 목표</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 나를 위로하고 나를 격려하고 나를 사랑하기</li> <li>2. 꽃과 식물을 통한 심과 힐링의 시간 갖기</li> <li>3. 다육이 심기를 통하여 공감과 소통 능력 향상하기</li> </ol> <p>○ 주요 내용</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 마음 열기 : 간단한 체조 및 전래동요로 마음을 연다. (망치놀이 등)</li> <li>2. 색사를 보고 나의 인생길에 맞는 색을 찾아본다.</li> <li>3. 다육이에 대하여 알아본다.(예 : 다육이의 강점은?)</li> <li>4. 여러 색사와 배양토를 이용해 나만의 마음 정원을 만들어 본다. (여러 색의 나의 인생과 강인한 다육이가 만나 아름다운 마음 정원이 된다.)</li> <li>5. 돌과 미니어처를 이용해 정원의 완성도를 높여준다.</li> <li>6. 관리 방법을 설명한다.</li> </ol> <p>* 유리 화분은 플라스틱으로 변경 가능 * 다육이는 계절 및 상황에 따라 변경될 수 있음</p>		
강의방법	시청각자료	실습	견학 및 외부활동
	20	80	-
사진	 		