인지 프로그램 연간 계획서

1. 프로그램 목적

000 센터에서 서비스를 이용 중인 어르신의 인지기능, 신체활동, 사회성 향상 및 유지를 위하여, 기억력 인지활동, 공간지각능력 인지활동, 주의 집중력 인지활동, 신체기능 훈련 등 인지기능 관련 활동을 충분히 제공함으로써 일상생활 기능 회복 및 잔존기능의 극대화, 심리적 안정감을 제공하고자 함. 또한 정기적으로 어르신의 인지와 신체, 프로그램 만족도를 조사하고 반영하여, 어르신과 가족의 삶의 질이 향상되도록 하고자 하는데 목적이 있음.

2. 프로그램 목표

1) 어르신의 오감 자극을 통하여 인지기능의 향상 및 공간지각 능력 향상
2) 손을 사용하는 소근육의 운동 및 회상 활동을 통하여 뇌를 자극시켜 인지기능 향상, 즐거움, 자존감의 향상, 잔존능력의 유지 및 향상
3) 즐겁게 활동할 수 있는 기회를 제공하여 일상에서 타인과 자신을 이해하고 상호작용 할 수 있는 기회를 제공하여 사회적· 심리적으로 안정감 경험
4) 주의 집중력의 향상, 성취감, 신뢰감 등 바탕으로 삶의 통합 형성

3. 프로그램 내용

1) 프로그램은 대상 어르신의 특성 및 인지능력에 따라서 제공
2) 개인의 능력에 따른 개별적 접근과 적합한 집단 프로그램을 병행하여 실시
3) 어르신이 충분히 수행할 수 있고, 지루하지 않으며 즐거운 프로그램 기획

4. 프로그램 기대효과

1) 소근육, 대근육, 시지각 활동 등을 통한 인지능력의 향상 및 유지
2) 삶의 동기부여로 자존감의 회복 및 향상
3) 타인과의 상호작용을 통한 정서적 지지의 경험
4) 즐거움과 편안함, 심리적 단절감의 저하
5) 잔존능력을 최대한 유지하여 독립적인 일상생활 가능
6) 우울과 불안의 감소로 인지기능 개선

5. 프로그램 계획

1) 프로그램 내용

- 인지활동 프로그램 주 5회(토요일 이용자는 주 6회)

프로그램명	횟수	비고
인지활동	매일	만족도 조사 및 반영
신체활동	주 3회	
사회적응	분기 1회	
가족지지	반기 1회	

2) 프로그램 주요사업내용

① 인지활동 프로그램 ② 신체활동 프로그램 ③ 사회적응 프로그램
④ 만족도 조사 및 반영

3) 대상자

- 000 센터 이용 어르신

4) 프로그램 기획자 및 진행자

① 기획 : 사회복지사
② 진행 및 진행보조 : 요양보호사
③ 진행 : 외부강사

6. 프로그램 연간계획표

인지활동			신체활동		사회적응	가족지지
월	횟수	프로그램 내용	횟수	프로그램 내용	프로그램 내용	프로그램 내용
1	매일	기억력, 주의집중력, 지남력, 계산력, 실행력 인지향상을 위한 인지활동 프로그램(인지미술, 인지음악, 인지공예, 인지이야기치료, 퍼즐, 인지요리활동, 워크북 활동, 인지교구 활동, 원예치료 등 인지자극 활동 돌아가며 수행)	주3회	즐겁고 신나는 음악에 맞추어 신체활동 및 스트레칭, 오자미, 풍선치기, 투호던지기, 윷놀이, 딱지치기 등	뉴스, 라디오 청취, 시장놀이, 일일찻집 등	가족이 함께 참여하여 프로그램, 원예 요리교실 시장놀이 부모님 손발 맛사지, 생일잔치 등
2	매일	기억력, 주의집중력, 지남력, 계산력, 실행력 인지향상을 위한 인지활동 프로그램(인지미술, 인지음악, 인지공예, 인지이야기치료, 퍼즐, 인지요리활동, 워크북 활동, 인지교구 활동, 원예치료 등 인지자극 활동 돌아가며 수행)	주3회			

인지활동			신체활동		사회적응	가족지지
월	횟수	프로그램 내용	횟수	프로그램 내용	프로그램 내용	프로그램 내용
3	매일	기억력, 주의집중력, 지남력, 계산력, 실행력 인지향상을 위한 인지활동 프로그램(인지미술, 인지음악, 인지공예, 인지이야기치료, 퍼즐, 인지요리활동, 워크북 활동, 인지교구 활동, 원예치료 등 인지자극 활동 돌아가며 수행)	주3회	즐겁고 신나는 음악에 맞추어 신체활동 및 스트레칭, 오자미, 풍선치기, 투호던지기, 윷놀이, 딱지치기 등	뉴스, 라디오 청취, 시장놀이, 일일찻집 등	가족이 함께 참여하여 프로그램, 원예, 요리교실 시장놀이 부모님 손발 맛사지, 생일잔지 등
4	매일	기억력, 주의집중력, 지남력, 계산력, 실행력 인지향상을 위한 인지활동 프로그램(인지미술, 인지음악, 인지공예, 인지이야기치료, 퍼즐, 인지요리활동, 워크북 활동, 인지교구 활동, 원예치료 등 인지자극 활동 돌아가며 수행)	주3회			
5	매일	기억력, 주의집중력, 지남력, 계산력, 실행력 인지향상을 위한 인지활동 프로그램(인지미술, 인지음악, 인지공예, 인지이야기치료, 퍼즐, 인지요리활동, 워크북 활동, 인지교구 활동, 원예치료 등 인지자극 활동 돌아가며 수행)	주3회	즐겁고 신나는 음악에 맞추어 신체활동 및 스트레칭, 오자미, 풍선치기, 투호던지기, 윷놀이, 딱지치기 등	뉴스, 라디오 청취, 시장놀이, 일일찻집 등	가족이 함께 참여하여 프로그램, 원예, 요리교실 시장놀이 부모님 손발 맛사지, 생일잔지 등
6	매일	기억력, 주의집중력, 지남력, 계산력, 실행력 인지향상을 위한 인지활동 프로그램(인지미술, 인지음악, 인지공예, 인지이야기치료, 퍼즐, 인지요리활동, 워크북 활동, 인지교구 활동, 원예치료 등 인지자극 활동 돌아가며 수행)	주3회			
7	매일	기억력, 주의집중력, 지남력, 계산력, 실행력 인지향상을 위한 인지활동 프로그램(인지미술, 인지음악, 인지공예, 인지이야기치료, 퍼즐, 인지요리활동, 워크북 활동, 인지교구 활동, 원예치료 등 인지자극 활동 돌아가며 수행)	주3회	즐겁고 신나는 음악에 맞추어 신체활동 및 스트레칭, 오자미, 풍선치기, 투호던지기, 윷놀이, 딱지치기 등	뉴스, 라디오 청취, 시장놀이, 일일찻집 등	가족이 함께 참여하여 프로그램, 원예, 요리교실 시장놀이 부모님 손발 맛사지, 생일잔치 등

인지활동			신체활동		사회적응	가족지지
월	횟수	프로그램 내용	횟수	프로그램 내용	프로그램 내용	프로그램 내용
8	매일	기억력, 주의집중력, 지남력, 계산력, 실행력 인지향상을 위한 인지활동 프로그램(인지미술, 인지음악, 인지공예, 인지이야기치료, 퍼즐, 인지요리활동, 워크북 활동, 인지교구 활동, 원예치료 등 인지자극 활동 돌아가며 수행)	주3회	즐겁고 신나는 음악에 맞추어 신체활동 및 스트레칭, 오자미, 풍선치기, 투호던지기, 윷놀이, 딱지치기 등	뉴스, 라디오 청취, 시장놀이, 일일찻집 등	가족이 함께 참여하여 프로그램, 원예, 요리교실 시장놀이 부모님 손발 맛사지, 생일잔치 등
9	매일	기억력, 주의집중력, 지남력, 계산력, 실행력 인지향상을 위한 인지활동 프로그램(인지미술, 인지음악, 인지공예, 인지이야기치료, 퍼즐, 인지요리활동, 워크북 활동, 인지교구 활동, 원예치료 등 인지자극 활동 돌아가며 수행)	주3회	즐겁고 신나는 음악에 맞추어 신체활동 및 스트레칭, 오자미, 풍선치기, 투호던지기, 윷놀이, 딱지치기 등	뉴스, 라디오 청취, 시장놀이, 일일찻집 등	가족이 함께 참여하여 프로그램, 원예, 요리교실 시장놀이 부모님 손발 맛사지, 생일잔치 등
10	매일	기억력, 주의집중력, 지남력, 계산력, 실행력 인지향상을 위한 인지활동 프로그램(인지미술, 인지음악, 인지공예, 인지이야기치료, 퍼즐, 인지요리활동, 워크북 활동, 인지교구 활동, 원예치료 등 인지자극 활동 돌아가며 수행)	주3회			
11	매일	기억력, 주의집중력, 지남력, 계산력, 실행력 인지향상을 위한 인지활동 프로그램(인지미술, 인지음악, 인지공예, 인지이야기치료, 퍼즐, 인지요리활동, 워크북 활동, 인지교구 활동, 원예치료 등 인지자극 활동 돌아가며 수행)	주3회	즐겁고 신나는 음악에 맞추어 신체활동 및 스트레칭, 오자미, 풍선치기, 투호던지기, 윷놀이, 딱지치기 등	뉴스, 라디오 청취, 시장놀이, 일일찻집 등	가족이 함께 참여하여 프로그램, 원예, 요리교실 시장놀이 부모님 손발 맛사지, 생일잔치 등
12	매일	기억력, 주의집중력, 지남력, 계산력, 실행력 인지향상을 위한 인지활동 프로그램(인지미술, 인지음악, 인지공예, 인지이야기치료, 퍼즐, 인지요리활동, 워크북 활동, 인지교구 활동, 원예치료 등 인지자극 활동 돌아가며 수행)	주3회			

※ 위 프로그램은 상황에 따라서 변동될 수 있습니다.

각 센터에 맞게 프로그램을 계획하세요.

7. 프로그램 세부내용

프로그램명	세 부 내 용	
인지미술	내용	미술이라는 매체를 활용하여 색칠하고, 오리고, 붙이며 기억력, 주의집중력, 지남력, 시지각력, 실행기능, 소근육의 발달, 눈과 손의 협응력 등의 인지기능을 향상시키는 활동
	프로그램	첨부 참조
회상활동	내용	어르신의 삶속에서 오랜 기억 중 즐겁고, 긍정적이고 행복한 경험을 기억해 내어 이야기를 나누며 타인과 기억을 공유함으로써 유대감을 형성하고 지지를 받으며 우울의 감소, 자아통합을 이루도록 도움을 주는 활동
	프로그램	※한국노인통합교육개발원과 건강보험공단 장기요양부 협업 사업으로 한, 유투브 <주주쌤의 인지활동>, 도서 < 기억 그 너머의 힘> 회상활동 45주 프로그램 수록. 센터의 활동에 맞는 프로그램을 자유롭게 선택하여 수행
인지 요리활동	내용	요리활동은 명절음식, 정월 대보름 음식, 김밥말기, 수박화채, 화전 만들기 등, 간단한 요리활동을 통하여 함께 음식을 만들고 시식함으로써 미각 감각활동, 소근육활동, 집단의 상호작용으로 사회성 향상 등 인지활동
	프로그램	명절음식, 정월 대보름 음식, 김밥말기, 수박화채, 화전 만들기 등
인지 음악활동	내용	회상 노래, 타악기 연주 등 음악활동을 통하여 행복감의 경험으로 거의 모든 사람들에게 편안하게 프로그램에 참여할 수 있는 활동으로 우울증, 무기력증 등을 완화하며 인지기능 향상 활동
	프로그램	첨부 참조
인지 교구활동	내용	다양한 교구를 활용하여 주의집중력, 소근육활동, 성취감, 사회성 향상 등 인지 활동
	프로그램	다양한 퍼즐, 칠교, 날짜 자석판, 미니 의자 쌓기, 도형 등
인지 공예활동	내용	손으로 직접 만드는 모든 활동으로 손의 근육, 시각활동, 눈과 손의 협응력, 창의력 등을 인지기능 향상 활동
	프로그램	카네이션 화분, 태극기 만들기, 개나리 만들기, 수탉 만들기 등 유투브 <주주쌤의 인지활동>에 간단한 공예활동 30회기 수록
원예치료	내용	식물을 만지고 기르면서 편안함, 불안감 해소 등을 경험할 수 있으며 식물을 관찰하고 가까이 대하며 주변에 대한 감수성이 높아져 계절에 대한 변화 및 물을 주어야 하는 시간 간격 등 지남력, 주의집중력, 소근육활동
	프로그램	개운죽, 다육이, 상추 등 식재료 키우기, 콩나물 기르기 등 다양한 활동
지필활동 워크북	내용	대상자의 난이도(상, 중, 하)에 따라 수행하는 지필활동으로 지남력, 집중력, 언어력, 계산력, 문제해결 능력 등 향상
	프로그램	노인장기요양보험(https://www.longtermcare.or.kr/npbs/indexr.jsp) 지필 워크북 수록되어 있으니 센터에서 필요한 부분을 프로그램에 사용(난이도에 따라 수행 가능 지필활동)

8. 프로그램 연간 소요예산

세 부 예 산 내 역		
세 목	계	산출 근거
인지 미술 활동 사업비	600,000	준비물 등 문구류 월 50,000 * 12회 = 600,000원

※ 위 프로그램은 인지미술활동만 예산내역입니다.

9. 프로그램 세부 계획안

1) 인지미술 프로그램 세부 계획안 (첨부)

2) 인지음악 프로그램 세부 계획안 (첨부)

10. 프로그램 평가 및 관리

1) 목적

수급자, 보호자 그리고 직원들의 만족도 및 의견수렴을 통하여 향후 프로그램의 보완점, 개선점을 파악하고, 반영하여 향상된 프로그램을 계획하는 것을 목적으로 한다.

2) 목표 및 기대효과

① 프로그램 만족도 평가를 통하여 보안점 및 개선점 보완

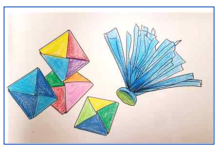
② 어르신들이 인지기능 상태의 변화 관찰 및 욕구확인

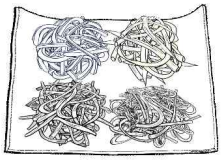
3) 평가 및 관리방법

구분	세부 내용	비고
프로그램 수렴 반영	프로그램 정기적 제공 후 반영	반기별 1회 이상 수렴 년 1회 이상 반영
차후관리	수급자(보호자), 직원들의 의견수렴을 종합하여 향후 프로그램 계획에 반영	

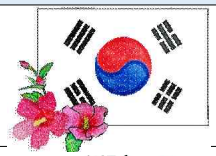
※ 첨부

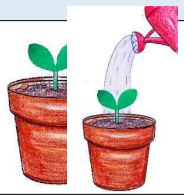
1) 인지미술 프로그램 세부 계획안

월	주	주제	프로그램	내용	준비물
1월	1주	복주머니, 연하장		주고 싶은 복과 받고 싶은 복 복을 주고 싶은 사람 대하여 이야기 나눔 복주머니를 입체적으로 만듦	도안 (기억 그 너머의 힘) 만들기 (유투브 공유)
	2주	소한 손이 시려워 꽁 발이 시려워 꽁		24절기 중 가장 추운 소한 장갑을 색칠하고 실을 붙여서 목에 걸어 봄	장갑 도안 색연필, 실, 가위
	3주	부엉 부엉새가 우는 밤		겨울 밤에 대한 이야기 부엉새 색칠하고 눈 붙이기	부엉이 도안 눈, 색연필 면봉, 흰색물감
	4주	뒤집어져라 딱지치기		딱지와 재기차기 도안 색칠 후 딱지 만들어서 게임	색칠 도안 딱지 만들 달력

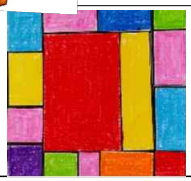
월	주	주제	프로그램	내용	준비물
2월	5주	입춘		입춘대길 한자 색칠하기	한자 색칠하기 색연필
	6주	떡국		음력 1월1일 구정 도안 색칠하고 떡국 붙이기	떡국 도안, 색연필 백업 지름 2cm 양면 테이프
	7주	윷놀이		윷놀이 색칠하고 윷 붙이기	도안, 백업 지름 2cm 양면 테이프 색연필
	8주	정월대보름		음력 1월 15일 나물 도안	나물 도안, 색연필

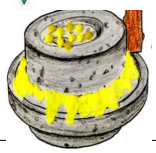
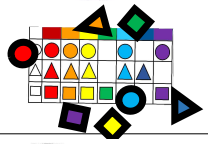
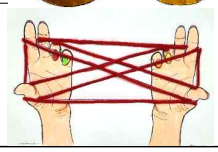
※ 위 프로그램은 상황에 따라 순서를 바꾸어 선택하여 실행하셔요.

월	주	주제	프로그램	내용	준비물
3월	9주	삼일절 (태극기 휘날리며)		태극기 색칠하고 퍼즐 맞히기	태극기 도안 색연필, 풀, 가위
	10주	푸른 소나무 숲		소나무 색칠하고 칫솔로 솔잎 색칠	소나무 도안 색연필, 칫솔, 물감
	11주	꽃 고무신		꽃고무신에 대한 추억 색칠하고 비즈 붙이기	도안, 비즈, 색연필
	12주	동백꽃 필 무렵		동백꽃 색칠하고 꽃병은 한지 붙이기	도안 (기억 그 너머의 힘) 한지, 색연필, 풀
	13주	봄소식 (우체통)		우체통 색칠, 편지접기	우체통 도안

월	주	주제	프로그램	내용	준비물
4월	14주	식목일 새싹 화분		화분 색칠하고 새싹은 색종이 접기	도안, 색종이 색연필, 풀
	15주	개나리 처녀, 개나리 총각 (협동화)		개나리 색칠 개나리 접기	도안, 전지, 풀 색연필, 종이접기
	16주	화전 놀이		화전을 색칠하여 오리고 접시에 붙임	도안, 색연필, 풀 , 가위
	17주	노란 민들레		민들레 색칠하고 허니컴으로 오려 붙임	도안, 허니컴, 색연필 풀

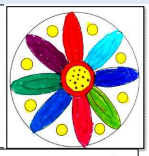
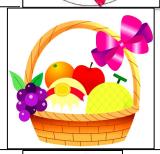
※ 위 프로그램은 상황에 따라 순서를 바꾸어 선택하여 실행하셔요.

월	주	주제	프로그램	내용	준비물
5월	18주	어버이날 (카네이션)		카네이션 색칠 화분 접기	카네이션 만들기
	19주	딸기 새콤 달콤		딸기 도안 색칠하여 접어 붙이기	도안, 색연필, 풀, 가위
	20주	봄나들이 경대와 동동구루무		색칠하고 거울 부분 금은색종이 붙이기	도안 (기억 그 너머의 힘) 금은 색종이, 색연필 풀,가위
	21주	상보, 조각보 퍼즐		색칠하여 붙이기	도안, 색연필, 풀, 가위

월	주	주제	프로그램	내용	준비물
6월	22주	현충일 태극기 입체적 만들기		태극기 색칠하고 바깥부분 말아서 나무 젓가락 붙이기	도안, 풀, 가위 나무 젓가락
	23주	맷돌의 추억		도안을 색칠하고 클레이 아트로 콩과 콩물 붙이기	도안 (기억 그 너머의 힘) 색연필, 클레이아트
	24주	퍼즐 일곱 빛깔 무지개		색칠하고 오려 붙이기	도안, 색연필, 가위, 풀
	25주	막걸리 한잔		색칠하고 금은 색종이 붙이기	도안 (기억 그 너머의 힘) 금은색종이, 풀, 가위
	26주	실뜨기		손 색칠하고 실 붙이기	도안, 색연필, 풀, 실

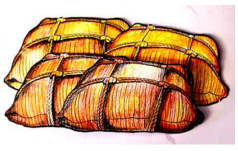
※ 위 프로그램은 상황에 따라 순서를 바꾸어 선택하여 실행하셔요.

월	주	주제	프로그램	내용	준비물
7월	27주	자랑스런 나의 발		발 색칠하고 비즈 붙이기	도안, 색연필, 비즈
	28주	워낭 소리		소 색칠하고 방울 달기	도안, 색연필, 방울
	29주	복날 (수박서리)		수박 색칠하고 한지 붙이기	수박도안, 한지, 풀
	30주	부채 만들기		여름 부채 만들기	부채 다양하게 만들기

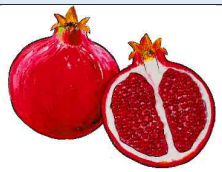
월	주	주제	프로그램	내용	준비물
8월	31주	만다라		만다라 도안 색칠하고 다양하게 활용	도안, 색연필
	32주	과일 바구니 선물		좋아하는 과일 색칠하여 바구니에 담기	도안, 색연필, 풀, 가위 (수박, 바나나, 참외 포도 ,과일바구니)
	33주	광복절 무궁화 색칠		무궁화 색칠하고 꽃잎 만들기	무궁화 도안
	34주	옛이야기 심청전		심청전 읽고 색칠하고, 꽃잎 만들기	도안, 색연필, 풀, 가위 주름지
	35주	파란 비닐 우산의 추억		파란 비닐 우산 만들기	도안, 풀, 가위

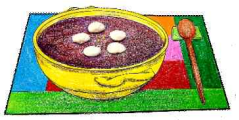
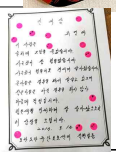
※ 위 프로그램은 상황에 따라 순서를 바꾸어 선택하여 실행하셔요.

월	주	주제	프로그램	내용	준비물
9월	36주	나의 살던 고향은 (퍼즐)		색칠하고 오리고 퍼즐 하기	도안, 풀, 가위
	37주	달려라 고향열차		열차 색칠하고 차표 써서 붙이기	도안, 풀, 가위, 색연필
	38주	추석 송편 만들기		송편 색칠하고 두개 정도 아이클레이	도안, 색연필, 풀, 거위 색종이, 아이클레이
	39주	가마솥과 아궁이		색칠하고, 수수깡 붙이기	도안 (기억 그 너머의 힘) 수수깡, 접착테이프, 색연필
	40주	포대기의 추억		포대기 색칠하고 천으로 붙이기	도안 (기억 그 너머의 힘) 풀, 가위, 색연필, 천

월	주	주제	프로그램	내용	준비물
10월	41주	가을 코스모스		코스모스 색칠하고 색종이 접어 붙이기	도안, 색종이, 색연필, 풀, 가위
	42주	호박이 넝쿨째 굴러온 고마운 사람		한지를 스티로폼에 붙이기	한지, 호박 스티로폼 풀
	43주	가을 편지		프로타주 기법으로 나뭇잎 문질러서 붙이기	편지지 도안, 나뭇잎 풀, 가위, 색연필
	44주	옛날 옛적에 (형님 먼저 아우 먼저)		가마니를 색칠하고 입체적으로 만듦	도안 풀, 가위, 색연필

※ 위 프로그램은 상황에 따라 순서를 바꾸어 선택하여 실행하셔요.

월	주	주제	프로그램	내용	준비물
11월	45주	석류 보석 같은 추억 (보석 같은 사람)		석류 색칠하고 비즈 붙이기	도안, 비즈, 색연필
	46주	감 만들기		감 한지로 붙이기	스티로폼, 한지 유투브
	47주	김장 담그기 (장보기)		김장에 들어가는 야채 색칠하고 오리고 붙이고 계산하기	도안, 색연필 풀, 가위
	48주	콩나물 기르기		시루 색칠하고 콩나물 아이클레이 붙이기	도안 (기억 그 너머의 힘) 아이클레이 색연필

월	주	주제	프로그램	내용	준비물
12월	49주	첫눈 첫사랑		첫눈에 대한 추억 이야기 우산 색칠하고, 흰색 물감 점묘법	도안 색연필 면봉, 흰색물감
	50주	장독대와 까치밥		장독대 색칠하고 눈 점묘법	도안, 색연필, 면봉 흰색 물감
	51주	동지 팥죽		색연필로 색칠하고 새알은 아이 클레이 붙이기	도안, 색연필 아이클레이
	52주	크리스마스 카드		스크레치 페이퍼 사용	스크레치 페이퍼
	53주	나에게 주는 상장		상장 대필해 드림	상장 도안

※ 위 프로그램은 상황에 따라 순서를 바꾸어 선택하여 실행하셔요.

2) 인지음악 프로그램 세부 계획안

NO	프로그램명	내용 및 효과	사용 악기
1	섬마을 선생님	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 세 가지 건강박수 모방, 번호-동작 암기 - 인지활동 2 : 세 가지 건강박수 번호, 동작-효능 암기 - 응용활동 : 번호, 효능 섞어서 기억 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력	-
2	찔레꽃	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 가사 단어 암기 - 인지활동 2 : 숫자 패턴 암기, 기호 암기 -기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육운동, 집중력, 기억력, 실행기능	리듬스틱
3	그대 없이는 못살아	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 세 가지 단어 . 동작 암기 - 인지활동 2 : 추가 단어-동작 암기 - 인지활동 3 : 후렴부분 탬버린의 두 가지 연주법 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 협응력	탬버린
4	고향의 봄	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 기호-박수 연주 - 인지활동 2 : 2가지 색깔-양손 교대연주 - 인지활동 3 : 뇌 운동, 팔 운동 - 악기응용활동 : 컵 타악기, 핸드벨 연주법 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 양손협응, 색인지	컵 타악기 (종이컵 2개, 빨강, 파랑) or 핸드벨
5	다함께 차차차	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 빠른 세 박 박수 - 인지활동 2 : 세가지 건강체조 동작-효능(숫자 암기) - 퀴즈시간 : 동작-숫자-효능 암기 확인 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 협응력, 순발력	-
6	서울의 찬가	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 준비활동 : 가사 단어 바꾸기(계절) - 인지활동 1 : 색깔-빠르기-숫자 연주 (북면) - 인지활동 2 : 기호-연주법 적용(테면) - 인지활동 3 : 방향-연주법 적용 (긁기) - 퀴즈시간 : 동작-숫자-효능 암기 확인 - 계절지남력, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 색깔인지	소고
7	노란샤쓰 입은 사나이	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 도형-숫자 연결 - 인지활동 2 : 방향인지 연주 - 응용활동 : 인지 1,2 패턴 암기 - 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 방향인지, 집중력, 기억력, 실행기능	리듬스틱

NO	프로그램명	내용 및 효과	사용 악기
8	**도라지 타령**	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 선택적 집중 단어 (정박, 엇박) - 인지활동 2 : 단어-동작 기억 - 인지활동 3 : 악기 음색 구분 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력,	소고, 핸드벨
9	**오동동 타령**	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 선택적 집중 단어 - 인지활동 2 : 기호-동작 암기(두 가지) - 인지활동 3 : 에그쉐이커를 활용한 연주 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 순발력	에그쉐이커
10	**굳세어라 금순아**	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 가사단어 암기 (세 음절, 네 음절) - 인지활동 2 : 리듬 연주(소고) - 활동정리: 인지활동 1 가사 암기 확인 - 인지활동 1, 2 합쳐서 연주 진행 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 순발력	소고
11	**반달**	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : '쿵짝짝' 리듬과 신체 타악 - 인지활동 2 : '쿵짝짝' 리듬과 소고 연주 - 인지활동 3 : '쿵' 리듬과 핸드벨 화음연주 - 활동정리 : 인지활동 1 가사 암기 확인 - 인지활동 1, 2 합쳐서 연주 진행 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 심미적	소고, 핸드벨
12	**아빠의 청춘**	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 반복 숫자패턴 암기 - 인지활동 2 : 구호-동작 암기 - 인지활동 3 : 리듬스틱 악기연주 - 심화활동 : 인지활동1, 2 암기 후 연주 - 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 실행기능	리듬스틱
13	**이별의 부산정거장**	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 숫자 모방 연주 활동 - 인지활동 2 : 숫자-건강 박수 적용 - 인지활동 3 : 탬버린 연주법 응용 - 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력	탬버린
14	**기타부기**	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 기호-동작 암기 - 인지활동 2 : 숫자-동작패턴 암기 (두 가지) - 인지활동 3 : 가사 단어-연주법 암기 - 활동정리: 인지활동 1-3에서 암기한 것 확인 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 순발력	에그쉐이커 or 마라카스

NO	프로그램명	내용 및 효과	사용 악기
15	낭랑 18세	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 빠른 다섯 박 연주 - 인지활동 2 : 선택적 집중유도 활동(단어) - 인지활동 3 : 기호-연주법 암기 - 활동정리: 인지활동 1-3에서 암기한 것 확인 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력	탬버린
16	청실 홍실	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 양손 협응 연주 (색 인지) - 인지활동 2 : 세 박자 리듬 지휘 - 인지활동 3 : 기호-연주법 암기 - 활동정리 : 인지활동 1-3에서 암기한 것 확인 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 양손협응	에그쉐이커 or 핸드벨
17	소양강 처녀	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 가사-리듬 암기 - 인지활동 2 : 숫자 패턴 암기 - 인지활동 3 : 기호-연주법 암기 (소고 테부분) - 활동정리 : 인지활동 1-3에서 암기한 것 확인 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 실행기능	소고
18	처녀 뱃사공	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 생활동작-단어 (2가지) - 인지활동 2 : 리듬 암기 - 인지활동 3 : 반복 숫자 패턴 암기 - 활동정리 : 리듬스틱 적용, 인지활동 정리 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 실행기능	리듬스틱
19	빨간구두 아가씨	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 손 동작-단어 (2가지) - 인지활동 2 : 도형-숫자연주 암기 - 인지활동 3 : 선택적 집중 단어 -동작 - 활동정리 : 인지활동 정리 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 실행기능	리듬스틱
20	한 많은 대동강	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 가사 단어 암기(난이도 하) - 인지활동 2 : 가사 단어 암기(난이도 중상) - 인지활동 3 : 탬버린 활용 연주 - 활동정리 : 인지활동 정리 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 실행기능	탬버린

NO	프로그램명	내용 및 효과	사용 악기
21	타향살이	- 노래 부르기 및 가사 탐색 - 인지활동 1 : 세 박 연주 지휘 - 인지활동 2 : 소고 연주 (한 악기 사용) - 인지활동 3 : 양손교대연주(두 악기 사용) - 활동정리 : 인지활동 정리 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 양손협응	소고, 핸드벨, 에그쉐이커 (Am 라, 도, 미 - 진한 파랑, 빨강, 노랑)
22	닐리리 맘보	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 특정단어-구호 암기 - 인지활동 2 : 기호-동작 암기(세 가지) - 인지활동 3 : 선택적 집중 단어 -연주법 - 활동정리 : 인지활동 정리 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 실행기능	마라카스 or 에그쉐이커
23	눈물 젖은 두만강	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 무지개 색 숫자연결 - 인지활동 2 : 연주법-단어 연결 - 심화활동 : 인지활동 1 암기 - 활동정리 : 인지활동 정리 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 실행기능	탬버린
24	군밤타령	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 기억회상 - 인지활동 2 : 계절지남력 - 인지활동 3 : 숫자-동작 암기 + 악기사용 - 활동정리 : 인지활동 정리 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 계절지남력	리듬스틱
25	오빠생각	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 단어(새) -동작 - 인지활동 2 : 단어(곤충)-동작 - 인지활동 3 : 도형-악기연결 - 활동정리 : 인지활동 정리 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 지남력	리듬스틱
26	잘했군 잘했어	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 선택적 집중 연주 (한 단어) - 인지활동 2 : 역할 구분 인지 활동 - 인지활동 3 : 역할 구분 인지 활동 (악기) - 활동정리 : 인지활동 정리 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 실행기능	소고

NO	프로그램명	내용 및 효과	사용 악기
27	아리랑	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 세 박 연주 응용 (박수) - 인지활동 2 : 세 박 연주 응용 (타악기-소고) - 인지활동 3 : 화음악기연주 - 활동정리: 인지활동 정리 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 실행기능	소고, 핸드벨 (C코드 : C, E, G)
28	갑돌이와 갑순이	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 선택적 집중 단어 (손) - 인지활동 2 : 선택적 집중 문장 (악기사용) - 활동정리 : 인지활동 정리 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력	소고
29	비내리는 호남선	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 도형-동작 연결 (손) - 인지활동 2 : 도형-동작 연결 (악기 응용) - 심화활동 - 활동정리 : 인지활동 정리 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 기억력, 실행기능	탬버린
30	크레멘타인	- 노래 부르기 및 가사탐색 - 인지활동 1 : 가사 바꾸기 (예시, 보기 준비) - 인지활동 2 : 색깔-악기연주 (단음 연주) - 인지활동 3 : 단어 .악기연주 (화음 연주) - 활동정리: 인지활동 정리 - 기억회상, 긍정적 정서, 대·소근육 운동, 집중력, 색인지	핸드벨 (C,G)

※ 위 프로그램은 상황에 따라 순서를 바꾸어 선택하여 실행하셔요.