
2026년 인지기능 프로그램 계획

2025년 12월 27일



참조은주간보호요양센터

1. 사업개요

노화로 인한 신체적·인지적·사회적 기능 저하를 예방하고, 지속적인 자극과 활동을 통해 어르신의 삶의 질을 향상시키기 위함입니다.

프로그램을 통해 어르신들이 자존감을 유지하고, 사회적 고립을 예방하며, 일상에 활력을 되찾을 수 있도록 지원합니다.

- 수급자의 신체·인지기능 유지 및 향상을 위한 신체기능 프로그램 제공
- 개별 심신상태를 고려한 인지기능 및 여가 프로그램 정기 운영
- 어르신의 특성과 욕구를 반영한 신체·인지·사회적응 프로그램 제공
- 즐겁고 의미 있는 활동을 통해 타인과의 교류 및 심리적 안정감 증진

2. 프로그램 일정

효과적인 일정 수립은 어르신의 건강 증진과 삶의 질 향상에 필수적입니다.

어르신의 개별 특성과 욕구, 잔존 기능 수준을 반영하여 다양한 영역의 활동을 균형 있게 구성함으로써 최적의 프로그램을 제공합니다.

※ 구성 원칙

뇌인지 : 매월 1주차 월요일

수인지 : 매월 2주차 월요일

수공예활동 : 매월 3주차 월요일

인지미술 : 매월 4주차 월요일

인지수(오감인지) : 매주 수요일(맞춤 프로그램)

아트별 : 매주 목요일(맞춤 프로그램)

언어기능 인지프로그램 : 1월 1주차 1회, 3월 5주차 1회, 4월 5주차 2회, 6월 5주차 1회, 7월 5주차 2회,
8월 5주차 1회, 9월 5주차 1회, 10월 5주차 1회, 11월 5주차 1회,
12월 5주차 2회 (맞춤 프로그램 공백기 추가 운영)

<1월 프로그램 계획>

주	일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1주		인지기능 뇌인지(기억력) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
2주		인지기능 수인지(계산하기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
3주		인지기능 수공예활동(종이접기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
4주		인지기능 인지미술 프로그램 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		

※ 횟수 : 13회 (5주차 목요일 “언어기능 인지프로그램”)

<2월 프로그램 계획>

주	일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1주		인지기능 뇌인지(지남력) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
2주		인지기능 수인지(숫자 분류하기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
3주		인지기능 수공예활동(만들기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
4주		인지기능 인지미술 프로그램 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		

※ 횟수 : 12회

<3월 프로그램 계획>

주	일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1주		인지기능 뇌인지(회상활동) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
2주		인지기능 수인지(암호 찾기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
3주		인지기능 수공예활동(아이클레이) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
4주		인지기능 인지미술 프로그램 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		

※ 횟수 : 13회 (5주차 월요일 “언어기능 인지프로그램”)

<4월 프로그램 계획>

주	일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1주		인지기능 뇌인지(기억력) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
2주		인지기능 수인지(계산하기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
3주		인지기능 수공예활동(종이접기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
4주		인지기능 인지미술 프로그램 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		

※ 횟수 : 14회 (5주 수요일, 목요일 “언어기능 인지프로그램”)

<5월 프로그램 계획>

주	일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1주		인지기능 뇌인지(지남력) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
2주		인지기능 수인지(숫자 분류하기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
3주		인지기능 수공예활동(만들기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
4주		인지기능 인지미술 프로그램 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		

※ 횟수 : 12회

<6월 프로그램 계획>

주	일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1주		인지기능 뇌인지(회상활동) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
2주		인지기능 수인지(암호 찾기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
3주		인지기능 수공예활동(아이클레이) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
4주		인지기능 인지미술 프로그램 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		

※ 횟수 : 13회 (5주차 월요일 “언어기능 인지프로그램”)

<7월 프로그램 계획>

주	일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1주		인지기능 뇌인지(기억력) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
2주		인지기능 수인지(계산하기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
3주		인지기능 수공예활동(종이접기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
4주		인지기능 인지미술 프로그램 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		

※ 횟수 : 14회 (5주 수요일, 목요일 “언어기능 인지프로그램”)

<8월 프로그램 계획>

주	일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1주		인지기능 뇌인지(지남력) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
2주		인지기능 수인지(숫자 분류하기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
3주		인지기능 수공예활동(만들기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
4주		인지기능 인지미술 프로그램 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		

※ 횟수 : 13회 (5주차 월요일 “언어기능 인지프로그램”)

<9월 프로그램 계획>

주	일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1주		인지기능 뇌인지(회상활동) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
2주		인지기능 수인지(암호 찾기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
3주		인지기능 수공예활동(아이클레이) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
4주		인지기능 인지미술 프로그램 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		

※ 횟수 : 13회 (5주 수요일 “언어기능 인지프로그램”)

<10월 프로그램 계획>

주	일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1주		인지기능 뇌인지(기억력) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
2주		인지기능 수인지(계산하기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
3주		인지기능 수공예활동(종이접기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
4주		인지기능 인지미술 프로그램 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		

※ 횟수 : 13회 (5주 목요일 “언어기능 인지프로그램”)

<11월 프로그램 계획>

주	일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1주		인지기능 뇌인지(지남력) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
2주		인지기능 수인지(숫자 분류하기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
3주		인지기능 수공예활동(만들기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
4주		인지기능 인지미술 프로그램 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		

※ 횟수 : 13회 (5주차 월요일 “언어기능 인지프로그램”)

<12월 프로그램 계획>

주	일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1주		인지기능 뇌인지(회상활동) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
2주		인지기능 수인지(암호 찾기) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
3주		인지기능 수공예활동(아이클레이) 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		
4주		인지기능 인지미술 프로그램 10:30~11:30(60분)		인지기능 인지 수 2026년 10:30~11:30(60분)	인지기능 아트별 2026년 10:30~11:30(60분)		

※ 횟수 : 14회 (5주 수요일, 목요일 “언어기능 인지프로그램”)

3. 프로그램 내용

프로그램명	뇌인지(기억력)	횟수(연간)	4회
목표	반복적이고 구조화된 기억 자극 활동을 통해 어르신의 단기 기억, 장기 기억, 작업 기억 기능을 유지·강화하고, 일상생활에 필요한 기억 능력의 저하를 예방한다. 연간 프로그램 목표 반복·연상 활동을 통해 단기 기억 유지 및 인출 능력을 강화한다. 과거 경험과 연결된 활동으로 장기 기억 회상 능력을 자극한다. 순서 기억, 짝짓기 활동 등을 통해 작업 기억과 주의집중력을 향상한다. 성공 경험 중심의 과제를 통해 자기효능감과 참여 의욕을 높인다.		
프로그램 내용	(1) 도입 이전 회기 또는 일상생활에서 기억과 관련된 경험을 질문하며 수업에 집중하도록 유도한다. 오늘 활동 주제를 간단히 소개하고, 활동 목표를 쉬운 언어로 안내한다. 간단한 주의집중 활동(단어 듣기, 그림 보기 등)을 통해 기억 자극을 준비한다. (2) 전개 단기 기억 활동 단어, 숫자, 그림, 사물 등을 제시한 후 일정 시간이 지난 뒤 기억해 내도록 한다. 작업 기억 활동 순서 기억, 짝짓기, 규칙 찾기 활동을 통해 기억 유지와 조작 능력을 자극한다. 장기 기억 연계 활동 과거 경험과 연결 가능한 소재를 활용하여 자연스럽게 기억 인출을 유도한다. 개인별 인지 수준에 따라 선택형 문제, 힌트 제공 등으로 난이도를 조절한다. (3) 평가 제시된 자극에 대한 기억 인출 여부와 정확성을 관찰한다. 과제 수행 과정에서의 집중 지속 시간과 참여 태도를 확인한다. 기억 실패 시 정서 반응을 관찰하여 무리 없는 활동 진행 여부를 평가한다.		

프로그램명	뇌인지(지남력)	횟수(연간)	4회
목표	시간·공간·상황 인식 활동을 통해 어르신의 현실 인지 능력과 일상 적응력을 유지·강화한다. 연간 프로그램 목표 날짜, 요일, 계절 인식을 통해 시간 지남력을 유지한다. 장소, 환경, 기관 인식을 통해 공간 지남력을 강화한다. 일상 상황 이해를 통해 현실 판단 능력을 향상한다. 반복 확인 활동을 통해 불안감 감소 및 안정감을 제공한다.		
프로그램 내용	(1) 도입 오늘의 날짜, 요일, 계절, 날씨 등을 함께 확인하며 수업을 시작한다. 현재 위치(센터 이름, 활동 공간)를 반복적으로 언급하여 현실 인식을 돕는다. 일상과 관련된 간단한 질문을 통해 지남력 자극을 준비한다. (2) 전개 시간 지남력 활동 달력, 시계, 계절 그림 등을 활용하여 시간 흐름을 인식하도록 돕는다. 공간 지남력 활동 기관 내부 공간, 생활 동선, 주변 환경 사진을 활용한 인식 활동을 진행한다. 상황 지남력 활동 ‘지금 무엇을 하고 있는지’, ‘다음 일정은 무엇인지’ 등 상황 이해 활동을 실시한다. 반복 확인과 긍정적 피드백을 통해 혼란과 불안을 최소화한다. (3) 평가 시간·공간·상황에 대한 반응 정확도와 이해 정도를 관찰한다. 지남력 확인 과정에서 나타나는 불안, 혼란, 안정 반응을 함께 평가한다. 반복 학습을 통한 반응 변화 여부를 기록한다.		

프로그램명	뇌인지(회상활동)	횟수(연간)	4회
목표	과거 경험과 삶의 이야기를 회상하는 활동을 통해 장기기억 자극과 정서적 안정을 도모하고, 자아 정체감과 삶의 의미를 강화한다. 연간 프로그램 목표 개인의 삶 경험을 회상하며 장기기억 인출 능력을 자극한다. 이야기 나눔을 통해 언어 표현력과 사회적 소통을 증진한다. 긍정적 기억 중심 활동으로 정서 안정과 자존감을 높인다. 공감 중심의 활동으로 집단 소속감을 강화한다.		
프로그램 내용	(1) 도입 회상 주제와 관련된 사진, 음악, 물건 등을 제시하여 관심을 유도한다. 주제와 연관된 가벼운 질문으로 자연스럽게 과거 기억을 떠올리도록 한다. 개인의 경험을 존중하는 분위기를 형성한다. (2) 전개 개인 회상 활동 가족, 직업, 어린 시절, 명절, 생활 문화 등 삶의 경험을 회상하도록 유도한다. 집단 회상 활동 공통된 시대 경험이나 사회적 기억을 중심으로 이야기 나눔을 진행한다. 감정 표현 활동 기억과 함께 떠오르는 감정을 말이나 표정으로 표현하도록 돕는다. 비교나 평가 없이 공감과 경청 중심으로 진행한다. (3) 평가 이야기 참여 정도와 언어 표현의 양·질을 관찰한다. 회상 과정에서 나타나는 정서 변화(웃음, 안정, 감정 표현 등)를 평가한다. 사회적 상호작용 및 타인의 이야기 경청 태도를 확인한다.		

프로그램명	수인지 (계산하기)	횟수(연간)	4회
목표	일상생활과 밀접한 기초 계산 활동을 통해 어르신의 수 개념 이해, 계산 능력, 문제 해결력을 유지·강화하고, 금전·시간·수량 인식 등 실생활 적응력을 높인다. 연간 프로그램 목표 덧셈·뺄셈 중심의 계산 활동을 통해 기초 수 연산 능력을 유지한다. 반복 계산을 통해 주의집중력과 작업기억을 강화한다. 생활 속 계산 상황을 적용하여 실용적 사고력을 증진한다. 단계적 난이도 조절로 성공 경험과 자신감을 높인		
프로그램 내용	(1) 도입 일상에서 계산이 필요한 상황(물건 값, 날짜 계산 등)을 예로 들어 흥미를 유도한다. 오늘 다룰 계산 활동의 종류와 범위를 간단히 안내한다. 쉬운 구두 계산 문제로 주의집중을 유도한다. (2) 전개 기초 연산 활동 한 자리 또는 두 자리 수의 덧셈·뺄셈을 중심으로 계산 과제를 수행한다. 생활 연계 계산 활동 장보기, 용돈 계산, 시간 계산 등 실제 생활 상황을 적용한 문제를 제시한다. 단계별 계산 활동 개인별 인지 수준에 따라 계산 수 범위, 문제 개수를 조절한다. 필요 시 숫자 카드, 계산 도구를 활용하여 이해를 돕는다. (3) 평가 계산 수행의 정확도와 반응 속도를 관찰한다. 계산 과정에서의 집중 유지 여부와 참여 태도를 평가한다. 계산 실패 시 정서 반응을 확인하여 활동 적절성을 점검한다.		

프로그램명	수인지 (숫자 분류하기)	횟수(연간)	4회
목표	숫자 분류와 비교 활동을 통해 어르신의 수 개념 이해, 논리적 사고, 판단 능력을 유지·강화한다. 연간 프로그램 목표 숫자의 크기, 순서, 속성을 이해하고 분류 능력을 향상한다. 공통점과 차이점을 찾는 활동을 통해 논리적 사고력을 강화한다. 시각적 분류 활동으로 집중력과 인지 유연성을 증진한다. 단계적 분류 과제를 통해 문제 해결 경험을 제공한다.		
프로그램 내용	(1) 도입 숫자 카드 또는 그림 자료를 제시하여 관심을 유도한다. 분류의 기준(크기, 색, 개수 등)을 간단히 설명한다. 쉬운 예시를 통해 활동 방법을 이해시킨다. (2) 전개 기초 분류 활동 숫자를 크고 작음, 많고 적음 등의 기준으로 나누는 활동을 진행한다. 순서 배열 활동 숫자를 순서대로 배열하거나 묶는 과제를 수행한다. 시각 자료 활용 활동 카드, 그림, 실제 사물을 활용하여 분류 과제를 수행한다. 개인별 인지 수준에 따라 분류 기준을 단순 또는 복합적으로 조절한다. (3) 평가 분류 기준 이해 여부와 정확성을 관찰한다. 분류 과정에서의 집중력과 참여 태도를 평가한다. 혼동 시 반응과 수정 과정을 관찰한다.		

프로그램명	수인지 (암호 찾기)	횟수(연간)	4회
목표	숫자 규칙과 암호 해석 활동을 통해 어르신의 추론력, 문제 해결력, 집중력을 자극하고 인지 유연성을 강화한다. 연간 프로그램 목표 숫자 규칙을 발견하며 추론 능력을 유지·강화한다. 암호 해석 과정을 통해 사고의 유연성을 증진한다. 문제 해결 과정을 통해 성취감과 자신감을 높인다. 사고 활동을 통한 인지 자극의 다양성을 확보한다.		
프로그램 내용	(1) 도입 숫자 퍼즐이나 규칙 예시를 제시하여 호기심을 유도한다. 암호찾기 활동의 목적과 방법을 쉽게 설명한다. 간단한 예제를 함께 풀어본다. (2) 전개 규칙 찾기 활동 숫자 배열 속 규칙을 찾아보는 활동을 진행한다. 암호 해석 활동 주어진 단서에 따라 숨겨진 숫자나 답을 찾도록 유도한다. 단계별 문제 해결 활동 난이도를 조절하여 성공 경험을 제공한다. 힌트 제공, 선택형 문제 등으로 좌절을 최소화한다. (3) 평가 규칙 이해 및 추론 과정 참여 여부를 관찰한다. 문제 해결 시 집중도와 반응을 평가한다. 실패 시 재도전 의지와 정서 반응을 함께 관찰한다.		

프로그램명	수공예 활동 (종이접기)	횟수(연간)	4회
목표	종이를 접는 반복적·단계적 활동을 통해 어르신의 소근육 기능, 눈-손 협응, 집중력을 자극하고, 완성 경험을 통해 정서적 안정과 성취감을 제공한다. 연간 프로그램 목표 종이 접기 동작을 통해 손가락 조절력과 소근육 기능을 유지·강화한다. 단계별 접기 과정을 따라가며 주의집중력과 순서 인식 능력을 향상한다. 완성 결과물을 통해 성취감과 자기효능감을 증진한다. 계절·주제에 맞는 작품 활동으로 정서적 안정과 흥미를 유도한다.		
프로그램 내용	(1) 도입 완성될 작품의 예시를 보여주어 흥미를 유도한다. 종이의 색감과 형태를 관찰하며 활동 주제를 소개한다. 손가락 스트레칭을 통해 활동 준비를 돕는다. (2) 전개 기본 접기 활동 한 번 접기, 반 접기 등 단순한 접기 동작부터 시작한다. 단계별 접기 활동 순서에 따라 종이를 접으며 단계별 과정을 반복 안내한다. 보조 활동 접기 어려운 어르신에게는 선 접기, 부분 접기 등 보조를 제공한다. 필요 시 색칠, 스티커 부착 등으로 완성도를 높인다. (3) 평가 손가락 사용 정도와 동작 수행 능력을 관찰한다. 단계 이해 여부와 집중 유지 시간을 평가한다. 완성 후 만족감, 표정 변화 등 정서 반응을 관찰한다.		

프로그램명	수공예 활동 (만들기)	횟수(연간)	4회
목표	다양한 재료를 활용한 만들기 활동을 통해 어르신의 소근육 기능, 창의적 표현, 문제 해결 능력을 자극하고, 생활 속 의미 있는 결과물을 완성하도록 돕는다. 연간 프로그램 목표 자르고 붙이고 꾸미는 활동을 통해 손 사용 능력과 협응력을 강화한다. 재료 선택과 구성 과정에서 창의적 사고와 판단 능력을 증진한다. 완성물 중심 활동으로 자존감과 참여 의욕을 높인다. 계절·생활 주제와 연계하여 일상 연관성을 강화한다.		
프로그램 내용	(1) 도입 만들기 주제와 완성 예시를 소개한다. 재료를 함께 살펴보며 사용 방법을 설명한다. 안전 수칙(가위, 풀 사용 등)을 안내한다. (2) 전개 기초 제작 활동 자르기, 붙이기, 조립하기 등 기본 공정 수행 구성 및 표현 활동 재료 배치, 색 선택 등 개인의 선택을 존중한다. 확장 활동 이름 쓰기, 장식 추가 등 개인화된 표현을 유도한다. 보조가 필요한 어르신은 부분 참여 형태로 진행한다. (3) 평가 손 사용의 안정성과 참여 지속 여부를 관찰한다. 창의적 표현과 선택 과정 참여를 평가한다. 완성 후 만족도 및 정서 반응을 확인한다.		

프로그램명	수공예 활동 (아이클레이)	횟수(연간)	4회
목표	말랑한 재질의 아이클레이를 활용하여 어르신들의 촉각 자극, 손 근력, 정서 안정을 도모하고, 자유로운 표현 활동을 통해 심리적 이완과 즐거움을 제공한다. 연간 프로그램 목표 주무르기·누르기 활동을 통해 손 근력과 소근육 기능을 강화한다. 촉각 자극을 통해 감각 인식과 정서 안정을 유도한다. 자유로운 형태 표현으로 창의성과 자기 표현력을 증진한다. 과정 중심 활동으로 스트레스 완화와 심리적 안정을 돕는다.		
프로그램 내용	(1) 도입 아이클레이의 색과 질감을 직접 만져보며 감각을 자극한다. 오늘 만들 주제나 표현 방향을 간단히 안내한다. 손 스트레칭으로 활동 준비를 한다. (2) 전개 기본 조형 활동 주무르기, 굴리기, 누르기 등 기본 동작 수행 형태 표현 활동 사물, 음식, 자연물 등 자유로운 형태 만들기 개인 표현 활동 색 혼합, 장식 추가 등 개별 표현을 존중한다. 결과물 완성보다 감각 경험과 참여 자체를 중시한다. (3) 평가 손 근력 사용 정도와 참여 지속 시간을 관찰한다. 촉각 자극에 대한 반응과 정서 변화를 평가한다. 활동 후 안정감, 만족감 등을 확인한다.		

프로그램명	인지미술 프로그램	횟수(연간)	12회
목표	색칠, 오리기, 붙이기 등 복합적인 미술 활동을 통해 어르신의 시지각 능력, 집중력, 소근육 기능, 인지 기능을 자극하고, 계절과 생활 주제를 반영한 창작 활동으로 정서적 안정과 삶의 만족감을 증진한다. 연간 프로그램 목표 색채·형태 인식 활동을 통해 시각적 인지 기능과 집중력을 유지·향상한다. 색칠·오리기·붙이기 활동을 통해 소근육 사용 능력과 손-눈 협응력을 강화한다. 계절·생활·전통 주제를 활용하여 현실 인식과 회상 능력을 자극한다. 작품 완성 경험을 통해 성취감과 자기효능감을 높인다. 정서 표현 중심의 활동으로 정서적 안정과 긍정적 자아 인식을 도모한다.		
프로그램 내용	(1) 도입 월별 주제와 관련된 계절, 생활, 명절 경험에 대해 자유롭게 이야기를 나눈다. 완성될 작품의 예시를 제시하여 활동에 대한 이해와 흥미를 유도한다. 색, 모양, 재료를 함께 살펴보고 활동 준비를 한다. (2) 전개 색칠 활동 도안을 활용하여 색을 선택하고 채색하며 시지각 자극과 집중력을 유도한다. 오리기 활동 가위 사용을 통해 손 조절력과 소근육 기능을 자극한다. 붙이기 활동 구성 요소를 배치하고 붙이며 공간 인식과 손-눈 협응을 강화한다. 개인별 인지·운동 수준에 따라 활동 범위와 난이도를 조절한다. (3) 평가 활동 참여도와 집중 유지 시간을 관찰한다. 손 사용의 안정성 및 소근육 조절 능력을 평가한다. 색 선택, 표현 의도, 완성 후 만족도 등 정서 반응을 함께 관찰한다.		

프로그램명	아트별 2026년	횟수(연간)	48회
목표	명화 감상과 미술 표현 활동을 통해 어르신의 인지 자극, 정서 안정, 사회적 소통을 종합적으로 도모하고, 예술 경험을 일상 속에서 지속적으로 제공한다. 연간 프로그램 목표 (핵심) 다양한 시대·주제의 미술 작품을 감상하며 시지각 인지능력과 집중력을 유지·향상한다. 작품 속 장면과 주제를 매개로 회상 활동과 언어적 표현을 자연스럽게 유도한다. 색채·형태·구성 요소를 중심으로 한 활동을 통해 정서적 안정과 감성 자극을 제공한다. 미술을 매개로 한 소통 활동을 통해 사회적 교류와 참여 의욕을 증진한다. 계절과 생활 경험에 맞는 주제를 활용하여 삶의 의미와 일상 회복력을 강화한다		
프로그램 내용	(1) 기본 수업 흐름 (공통 적용) ●도입 ○해당 주제와 관련된 경험·기억 나누기 ○작품 및 주제에 대한 간단한 사전 안내 ●전개 ○명화 또는 예술 작품 감상 ○색채·형태·인물·배경 등 주요 요소 관찰 ○주제 중심의 대화 및 간단한 표현 활동 ●평가 ○작품에 대한 반응 및 참여도 관찰 ○정서 상태, 언어 표현, 집중도 확인 (2) 수업 운영 원칙 ●작품 감상 중심으로 정답 없는 표현 활동을 지향한다. ●개별 어르신의 인지·정서 상태에 따라 질문 난이도와 참여 수준을 조절한다. ●미술 기법보다 감상·느낌·회상 중심 활동을 우선한다. ●강사의 설명은 최소화하고 어르신의 반응과 대화를 중심으로 운영한다.		

프로그램명	인지 수 2026년	횟수(연간)	48회
목표	다양한 주제 중심의 인지활동을 통해 어르신의 기억력, 주의집중력, 지남력, 사고력, 언어기능을 균형 있게 자극하고, 일상생활 유지에 필요한 인지 기능을 지속적으로 강화한다. 연간 프로그램 목표 (전체 공통 목표) 반복적·다각적 인지 자극을 통해 기억력 및 주의집중력 저하를 예방한다. 수·공간·언어·추론 과제를 활용하여 문제 해결 능력과 사고 전환 능력을 유지·향상한다. 일상과 밀접한 소재를 활용하여 현실 인지력과 지남력을 강화한다. 대화·회상·표현 활동을 통해 언어 유창성과 의사소통 능력을 증진한다. 성공 경험 중심의 활동을 통해 자기효능감과 정서적 안정감을 높인다.		
프로그램 내용	(1) 기본 수업 구조 ●도입 ○주제와 관련된 경험 질문 및 사전 회상 ○활동 목표 간단 안내 ●전개 ○주제 기반 인지 과제 수행 (기억, 수인지, 언어, 시지각, 추론, 지남력 등) ○개별 또는 소그룹 활동 병행 ●평가 ○참여도, 반응 속도, 과제 수행 태도 관찰 ○정서 반응 및 집중 유지 여부 확인 (2) 인지수업 운영 원칙 ●정답 중심이 아닌 과정 중심 인지 자극을 지향한다. ●어르신의 인지 수준에 따라 힌트 제공, 선택형 과제, 난이도 조절을 실시한다. ●실패 경험을 최소화하고 성공 경험을 강화하는 방식으로 진행한다. ●생활 속 소재를 활용하여 현실 연계 인지활동으로 확장한다.		

프로그램명	언어기능 인지 프로그램	횟수(연간)	13회
목표	대화, 이야기 나눔, 언어 표현 중심의 인지활동을 통해 어르신의 언어 이해력, 표현력, 의사소통 능력을 유지·강화하고, 정규 맞춤 프로그램 운영이 어려운 주차(5주차 발생 월)에도 인지 자극의 연속성을 확보한다. 연간 프로그램 목표 말하기·듣기 활동을 통해 언어 표현력과 이해 능력을 유지한다. 질문-응답 중심 활동으로 사고 조직력과 집중력을 자극한다. 일상 대화 및 경험 공유를 통해 사회적 의사소통 능력을 강화한다. 부담 없는 언어 활동으로 정서적 안정과 참여 의욕을 높인다. 정규 인지 프로그램의 공백을 보완하여 인지활동의 지속성을 유지한다.		
프로그램 내용	(1) 도입 오늘의 날씨, 날씨, 현재 상황 등을 함께 이야기하며 수업을 시작한다. 가벼운 질문을 통해 자연스럽게 발화를 유도하고 참여 분위기를 조성한다. 오늘 활동이 ‘대화 중심 인지활동’임을 안내한다. (2) 전개 일상 대화 활동 식사, 날씨, 일정, 최근 경험 등 생활 주제를 중심으로 대화를 나눈다. 의견 표현 활동 간단한 질문에 자신의 생각이나 선택을 말해보도록 유도한다. 이야기 나눔 활동 사진, 그림, 단어 카드 등을 활용해 자유로운 언어 표현을 유도한다. 언어 확장 활동 짧은 문장 만들기, 단어 연결하기 등 난이도를 조절한 언어 과제를 진행한다. ※ 어르신의 언어·인지 수준에 따라 질문 난이도와 참여 방식을 유연하게 조절한다. (3) 평가 언어 표현 참여 여부와 발화 빈도를 관찰한다. 질문 이해 및 반응 적절성을 확인한다. 대화 과정에서 나타나는 정서 반응과 사회적 상호작용을 함께 평가한다.		