

울산·경남권역 공동활용 콘텐츠 강의계획서

□ [전문] 학습·심리 결손 회복 프로젝트

콘텐츠명		학습·심리 결손 회복 프로젝트		
교수자명	최은희, 이은석 임혜진, 손은경	소속대학	마산대학교 / 경남도립거창대학 마산대학교 / 마산대학교	
		학과 (전공)	간호학과, 교육혁신팀 교수학습지원센터 / 학생상담센터	
개발분야	전문대학	학점	1	
개발영역	비교과	주차	15	
		차시	51	
학습목표	코로나19 장기화에 따라 울산경남권역 내 대학생의 심화된 학습결손을 보완하고 심리·정서적 지원을 통한 교육결손을 해소할 수 있다.			
주차	주차명	차시	차시명	교수
			차시별 학습내용	
1	오리엔테이션	1	프로젝트의 필요성	최은희
		2	프로젝트 교수자 및 모듈 소개	
		3	프로젝트 활용 방법	
2	자기주도학습	1	자기주도학습의 이해	임혜진
		2	학습전략 이해하기	
		3	학습 목표 설정하기	
3	효율적인 시간관리	1	시간관리의 의미와 중요성	최은희
		2	시간관리 전략	
		3	시간관리 도구 활용하기	
		4	나의 시간활용 점검하기	
4	집중력과 수업듣기	1	집중력이란?	최은희
		2	집중해서 수업듣기	
		3	집중력 향상 전략	
		4	온라인 수업듣기	
5	효과적인 노트필기	1	노트필기, Why? How?	최은희
		2	노트의 종류	
		3	코넬노트법	
		4	나만의 노트를 개발하기 위한 방법	
6	학습과 읽기전략	1	읽기에 대한 이해	임혜진
		2	학습을 위한 읽기 전략	
		3	비판적 읽기 전략	
7	시험전략	1	효과적인 시험전략 이해하기	

		2	암기전략 활용하기	
		3	시험 계획 수립하기	
8	나는 어떤 사람인가?	1	자기이해의 중요성	손은경
		2	활동을 통한 나에 대한 이해	
9	스트레스와 효과적인관리	1	스트레스 이해	
		2	스트레스 검사와 활동	
		3	스트레스의 효과적인 관리 방법	
		4	함께 해보는 효과적인 스트레스 관리 활동	
10	감정조절 훈련	1	감정의 이해	
		2	나의 감정조절 패턴 찾기	
		3	감정조절 함량 기술	
11	자기돌봄 (내삶의행복한승자되기)	1	승자 / 패자 검사와 활동	
		2	스트로크 이해	
		3	I'm Ok You're OK 인생태도	
12	자존감 향상 훈련	1	자존감 검사와 활동	
		2	자존감의 이해와 중요성	
		3	자존감 향상 단계 별 훈련 방법	
13	학습동기와 직업가치관	1	학습동기, 욕구, 가치관?	이은석
		2	직업가치관검사 실시방법 안내	
		3	직업가치관검사 결과 해석	
		4	학습동기와 직업가치관 탐색	
14	진로정보탐색	1	삶과 진로선택	
		2	전공 중심 진로탐색	
		3	직업 중심 진로탐색(워크넷)	
		4	직무 중심 진로탐색(NCS)	
15	경력관리 및 경력개발계획	1	경력개발의 필요성	
		2	채용정보 탐색	
		3	희망구직 기관 탐색 및 GAP분석	
		4	GAP분석에 따른 경력개발 계획 수립	