

# 나에게 필요한 강점 보완하기

지난 창체 시간에 우리는 자신의 강점을 알아봤습니다.  
강점은 자신이 잘하는 것을 말했어요.

선생님의 강점은  
대인관계능력과 자기 성찰 능력이 나왔었지요.

이번시간에는  
강점을 더 키우려면 어떻게 해야 하는 지 알아보시다.

공부 준비를 합시다. 공책에 아래처럼 적어요.  
(선생님은 잘 보이게 색을 넣을 게요. 여러분은 안해도 돼요.)

6교시		주제	나의 강점 보완하기															
과목	창체 (진로)	핵심 내용 정리																

적으면 다음으로~

# (1) 나의 높은 적성 유형인 ‘강점’을 더 키우려면 어떻게 해야 하나요? (다음의 자료를 참고하여 적어보세요.)

6교시		주제	나의 강점 보완하기
과목	창체 (진로)	핵심	<div> <div> <div>□ 나의 강점 :</div> <div>□ 강점 키우기</div> <div>활동 ①</div> <div>활동 ②</div> </div> </div>
		내용	
		정리	

나의 가장 점수가 높은 강점을 쓰세요.

## 공간·시각 키우는 방법

적성은 노력과 꾸준한 연습을 통해 개발될 수 있어요.  
잘하는 것은 더욱 발전시키고 부족한 점은 보충해보세요.

- |                         |                    |
|-------------------------|--------------------|
| 1) 약도 이용하여 길 찾기         | 12) 그림자의 비율을 통해    |
| 2) 밤하늘 보며 별의 위치 찾기      | 건물의 높이 구하기         |
| 3) 지도 그리기               | 13) 무게의 중심점을 찾아    |
| 4) 내비게이션 없이 목적지 찾아 가기   | 균형 맞추기             |
| 5) 꼬아진 매듭 보고 그대로 만들어 보기 | 14) 무게의 중심점을 찾아    |
| 6) 입체도형의 전개도 그리기        | 균형 맞추기             |
| 7) 앞면보고 옆뒤.밑면 그리기       | 15) 마인드맵 만들기       |
| 8) 퍼즐 맞추기               | 16) 수업내용을 그림으로     |
| 9) 4D 프레임 만들기           | 표현하기               |
| 10) 사진 찍기               | 17) 주위 사람들에게 가장 잘  |
| 11) 그림자 모양 유추하기         | 어울리는 색깔 찾아주기       |
|                         | 18) 하나의 사물을 다른 용도로 |
|                         | 변형시켜 보기            |
|                         | 19) UCC 만들기        |

### 관련직업

선장·항해사(8번), 시각디자이너(45번), 건축가(69번),  
비행기 조종사(90번) 등

## 손재능 키우는 방법

적성은 노력과 꾸준한 연습을 통해 개발될 수 있어요.  
잘하는 것은 더욱 발전시키고 부족한 점은 보충해보세요.

- |                |                |
|----------------|----------------|
| 1) 뜨개질하기       | 13) 펜글씨 쓰기     |
| 2) 십자수 하기      | 14) 종이접기       |
| 3) 퀼트 하기       | 15) 선물 포장하기    |
| 4) 컴퓨터 분해하고    | 16) 종이오리기      |
| 조립하기           | 17) 색종이에 그림 그려 |
| 5) 나만의 시계 조립하여 | 선대로 자르기        |
| 만들기            | 18) 도면 자르기     |
| 6) 조립하여 만들기    | 19) 액세서리 만들기   |
| 7) 흙으로 도자기 만들기 | 20) 선물포장하기     |
| 8) 그림 그리기      | 21) 다양한 매듭 만들기 |
| 9) 서예 쓰기       | 22) 음식만들기      |
| 10) pop        | 23) 퍼즐 맞추기     |
| 11) 네일아트       | 24) 젓가락으로 콩집기  |
| 12) 천 염색하기     | 25) 공기놀이       |

### 관련직업

요리사(10번), 제과제빵사(13번), 헤어 디자이너(17번),  
메이크업 아티스트(40번), 치과위생사(64번) 등



## 음악 능력 키우는 방법

적성은 노력과 꾸준한 연습을 통해 계발될 수 있어요.  
잘하는 것은 더욱 발전시키고 부족한 점은 보충해보세요.

- 1) 명곡 감상하기
- 2) 뮤지컬, 오페라 등 감상하기
- 3) 작사 작곡해 보기
- 4) 비트 만들기
- 5) 가요를 듣고 추가하고 싶은 곳에 코러스 넣어보기
- 6) 음악을 듣고 악기 구별해 보기
- 7) 음악 듣고 악보 적기
- 8) 상황에 적합한 음악 선정해보기
- 9) 문학작품에 배경음악 삽입하기
- 10) 악기 연주하기
- 11) 악보만 보고 노래 불러 보기
- 12) 화음 맞춰보기
- 13) 처음 보는 악기 연주법 알려주고 연주해 보기

### 관련직업

작곡가(49번), 연주가(47번), 가수(36번) 등

## 신체·운동 능력 키우는 방법

적성은 노력과 꾸준한 연습을 통해 계발될 수 있어요.  
잘하는 것은 더욱 발전시키고 부족한 점은 보충해보세요.

- 1) 연극하기
- 2) 전달하고자 하는 내용을 몸으로 표현하기
- 3) 자전거타기
- 4) 등산하기
- 5) 조깅하기, 오래달리기
- 6) 구기 운동하기
- 7) 줄넘기
- 8) 계단 오르내리기
- 9) 턱걸이
- 10) 인라인스케이트 타기
- 11) 수영하기
- 12) 요가 하기, 스트레칭하기
- 13) 댄스나 율동 익히기
- 14) 윗몸 일으키기

### 관련직업

안무가(46번), 소방관(62번),  
경호원(71번), 군인(73번), 운동선수(82번) 등



## 자기 성찰 능력 키우는 방법

적성은 노력과 꾸준한 연습을 통해 개발될 수 있어요.  
잘하는 것은 더욱 발전시키고 부족한 점은 보충해보세요.

- |                                       |                                     |
|---------------------------------------|-------------------------------------|
| 1) 명상하기                               | 11) 화가 났을 때 마음 다스리기                 |
| 2) 일기 쓰기                              | 12) 칭찬이나 비난받은 것 기록하기                |
| 3) 나만의 달력 만들기                         | 13) 평소에 꾸준히 자신의 장점·단점 노트 작성하기       |
| 4) 하루 동안의 나의 감정 확인하기                  | 14) 평소의 언행관련 역할극 하기                 |
| 5) 내 행동이나 가치관이 보편적인 도덕적 기준에 맞는 지 생각하기 | 15) 자신의 행동이나 말에 따라 달라지는 사람들의 반응 살피기 |
| 6) 자신의 성격 성찰해 보는 시간 가지기               | 16) 1년 전 일기 찾아보고 자신의 생각의 변화 과정 살펴보기 |
| 7) 내 언어나 행동 돌아보기                      |                                     |
| 8) 자서전 만들기                            |                                     |
| 9) 자기소개서 쓰기                           |                                     |
| 10) 나의 기분 색깔로 표현하기                    |                                     |

관련직업

역사학연구원(26번), 사회복지사(59번), 상담전문가(60번) 등

## 수리·논리력 키우는 방법

적성은 노력과 꾸준한 연습을 통해 개발될 수 있어요.  
잘하는 것은 더욱 발전시키고 부족한 점은 보충해보세요.

- 1) 수학 토론(한 문제의 여러 해법 탐구)
- 2) 주변 상황에서 일어날 수 있는 확률 계산하기
- 3) 일상생활에서 수학적 원리 알아내기
- 4) 수학 공식이 생겨난 과정 예측하고 확인하기
- 5) 주어진 문제 해결 과정을 살펴보고 오류 발견하기
- 6) 도표 만들기, 그래프 분석하기
- 7) 멘사 논리 퍼즐 풀기, 유추 문제 만들기
- 8) 삼단논법 만들기, 증명 스스로 해보기
- 9) 수학 기호나 순서를 바꾸었을 때 달라지는 결과 확인하기
- 10) 하나의 수학 문제를 여러 방식으로 풀어보기
- 11) 나열된 숫자나 그림의 규칙 찾기
- 12) 금액과 식단을 제시하고 가장 합리적으로 장보기
- 13) 문장을 부호로 바꾸어 나타내기

관련직업

수학 · 통계연구원(94번), 약사(95번), 회계사(100번) 등



## 언어능력 키우는 방법

적성은 노력과 꾸준한 연습을 통해 개발될 수 있어요.  
잘하는 것은 더욱 발전시키고 부족한 점은 보충해보세요.

- |                            |                                     |
|----------------------------|-------------------------------------|
| 1) 강의 듣고 요약하기              | 12) 말 꼬리 이어가기                       |
| 2) 신문사설 읽고 3문장으로 요약하기      | 13) 칼럼쓰기                            |
| 3) 신문 읽고 자신의 입장을 정리하여 기록하기 | 14) 강연 듣고 소감문 쓰기                    |
| 4) 독서하고 감상문 기록하기           | 15) 체험 활동 소감문 쓰기                    |
| 5) 좋은 글 필사하기               | 16) 신문 만들기 (진로관심분야)                 |
| 6) 보고서 기록하기                | 17) 사진 찍어 동화책 만들기                   |
| 7) 여러 가지 언어 비교해 보기         | 18) 자신이 좋아하는 작품을 홍보하는 문구 만들기        |
| 8) 어려운 단어 쉽게 설명하기          | 19) 여러 가지 명사.동사.형용사를 늘어놓고 의미 적어보기   |
| 9) 글 분석하기                  | 20) 주제 단어를 제시하고 그와 관련된 단어 마인드맵 작성하기 |
| 10) 토론하기                   |                                     |
| 11) 친구에게 영화나 책의 줄거리를 이야기하기 |                                     |

### 관련직업

변호사(88번), 국회의원(72번), 방송 작가(41번),  
기자(75번), 아나운서(63번) 등

## 창의력 키우는 방법

적성은 노력과 꾸준한 연습을 통해 개발될 수 있어요.  
잘하는 것은 더욱 발전시키고 부족한 점은 보충해보세요.

- 1) 한 가지 주제에 대해 아이디어 쏟아내기
- 2) 아이디어를 기록하는 창의 노트 만들기
- 3) 아이디어 단순화하기
- 4) 제품을 보며 아이디어 추가하기
- 5) 서로 다른 제품끼리 융합해보기
- 6) 릴레이 소설 만들기(한 문장씩 차례로)
- 7) 서로 관련 없는 그림이나 문장 및 단어 등을 놓고 이야기 만들기
- 8) 자율연기(음악사용, 상황설정)
- 9) 내가 만약~(만약이라는 설정하여 상상의 나라를 펼침)
- 10) 소설 끝부분 창작하기
- 11) 3가지 이상의 사건을 제시해 주고 연결지어 이야기 만들기
- 12) 하나의 사물을 다른 용도로 변형시켜 보기

### 관련직업

광고 기획자(20번), 기업고위임원 CEO (74번), 방송연출가(77번) 등



## 대인 관계 능력 키우는 방법

적성은 노력과 꾸준한 연습을 통해 개발될 수 있어요.  
잘하는 것은 더욱 발전시키고 부족한 점은 보충해보세요.

- |                    |                   |
|--------------------|-------------------|
| 1) 친구끼리 칭찬하기       | 10) 어색한 친구와 하루    |
| 2) 의사소통기술 익히기      | 같이 보내기            |
| 3) 상대방의 장점을 칭찬하기   | 11) 상대의 관심사를 분석하고 |
| 4) 상대방을 있는 그대로 대하기 | 그에 맞는 이야기거리       |
| 5) 조별 토론하여 발표하기    | 찾아 대화하기           |
| 6) 돌아가면서 모둠 활동     | 12) 협동 미션 수행하기    |
| 에서 조장 역할 하기        | 13) 갈등관리를 주제로     |
| 7) 회의나 모임을 운영하는    | 역할극 하기            |
| 사회자의 역할을 돌아가       | 14) 봉사 활동하기       |
| 면서 하고 서로 장.단점      | 15) 공동작업하기        |
| 지적해 주기             | 16) 대인관계도 그리기     |
| 8) 상대방의 입장 되어보기    | 17) 새로운 친구와 주제를   |
| 9) 거울보고 거울이 상대방    | 설정하여 대화하고 대화      |
| 이라 생각하고 말하기        | 내용 기록하기           |

### 관련직업

노무사(54번), 보육교사(57번),  
선생님(61번), 호텔컨시어지(68번), 여행안내원(80번) 등

## 자연 친화력 키우는 방법

적성은 노력과 꾸준한 연습을 통해 개발될 수 있어요.  
잘하는 것은 더욱 발전시키고 부족한 점은 보충해보세요.

- 1) 동식물 분류하기
- 2) 동식물 간의 상호의존성 알아보기
- 3) 동식물과 인간과의 관계 알아보기
- 4) 동식물을 길러보고 일지 기록하기
- 5) 동식물 특징 파악하기
- 6) 동식물 이름 찾아보기
- 7) 계절, 날씨, 기온의 변화에 따른 주변 식물들을 관찰  
하고 자신이 아름답다고 생각하는 부분을 사진을  
찍고 느낌 기록하기
- 8) 친구들과 같은 화분을 길러보고 시기별로 비교하기
- 9) 환경오염에 대한 공부하기
- 10) 환경단체에 가입하여 활동하기
- 11) 쓰레기를 재활용할 수 있는 방법 생각해보기

### 관련직업

동물조련사(22번), 수의사(25번),  
조향사(28번), 천문·기상학연구원(29번), 플로리스트(51번) 등



## 자기 성찰 능력 키우는 방법

적성은 노력과 꾸준한 연습을 통해 개발될 수 있어요.  
잘하는 것은 더욱 발전시키고 부족한 점은 보충해보세요.

- |                                      |                                     |
|--------------------------------------|-------------------------------------|
| 1) 명상하기                              | 11) 화가 났을 때 마음 다스리기                 |
| 2) 일기 쓰기                             | 12) 칭찬이나 비난받은 것 기록하기                |
| 3) 나만의 달력 만들기                        | 13) 평소에 꾸준히 자신의 장점, 단점 노트 작성하기      |
| 4) 하루 동안의 나의 감정 확인하기                 | 14) 평소의 언행관련 역할극 하기                 |
| 5) 내 행동이나 가치관이 보편적인 도덕적 기준에 맞는지 생각하기 | 15) 자신의 행동이나 말에 따라 달라지는 사람들의 반응 살피기 |
| 6) 자신의 성격 성찰해 보는 시간 가지기              | 16) 1년 전 일기 찾아보고 자신의 생각의 변화 과정 살펴보기 |
| 7) 내 언어나 행동 돌아보기                     |                                     |
| 8) 자서전 만들기                           |                                     |
| 9) 자기소개서 쓰기                          |                                     |
| 10) 나의 기분 색깔로 표현하기                   |                                     |

관련직업

역사학연구원(26번), 사회복지사(59번), 상담전문가(60번) 등

# 선생님은 이렇게 적었어요.

활동들을 모두 읽어보고  
마음에 드는 활동을 2개 골라요.

## 나의 강점 보완하기

☐ 나의 강점 : 자기 성찰 능력

☐ 강점 키우기

활동 ① 일기 쓰기

활동 ② 하루 동안의 나의 감정 확인하기

**(2) 나의 낮은 적성 유형인 ‘부족한 점’을 보완하려면 어떻게 해야 하나요? (위의 자료를 참고하여 적어보세요.)**

6교시		주제	나의 강점 보완하기									
과목	창체 (진로)	핵심 내용 정리	<input type="checkbox"/> 나의 강점 : 자기 성찰 능력 <input type="checkbox"/> 강점 키우기 활동 ① 일기쓰기 활동 ② 하루 동안의 나의 감정 확인하기					가장 점수가 낮은 강점을 쓰세요. <input type="checkbox"/> 나의 부족한 점 : <input type="checkbox"/> 보완하기 활동 ① 활동 ②				



## 공간·시각 키우는 방법

적성은 노력과 꾸준한 연습을 통해 개발될 수 있어요.  
잘하는 것은 더욱 발전시키고 부족한 점은 보충해보세요.

- |                    |                    |
|--------------------|--------------------|
| 1) 약도 이용하여 길 찾기    | 12) 그림자의 비율을 통해    |
| 2) 밤하늘 보며 별의 위치 찾기 | 건물의 높이 구하기         |
| 3) 지도 그리기          | 13) 무게의 중심점을 찾아    |
| 4) 내비게이션 없이 목적지    | 균형 맞추기             |
| 찾아 가기              | 14) 무게의 중심점을 찾아    |
| 5) 꼬아진 매듭 보고 그대로   | 균형 맞추기             |
| 만들어 보기             | 15) 마인드맵 만들기       |
| 6) 입체도형의 전개도 그리기   | 16) 수업내용을 그림으로     |
| 7) 앞면보고 옆뒤.밑면 그리기  | 표현하기               |
| 8) 퍼즐 맞추기          | 17) 주위 사람들에게 가장 잘  |
| 9) 4D 프레임 만들기      | 어울리는 색깔 찾아주기       |
| 10) 사진 찍기          | 18) 하나의 사물을 다른 용도로 |
| 11) 그림자 모양 유추하기    | 변형시켜 보기            |
|                    | 19) UCC 만들기        |

### 관련직업

선장 · 항해사(8번), 시각디자이너(45번), 건축가(69번),  
비행기 조종사(90번) 등

# 선생님은 이렇게 적었어요.

활동들을 모두 읽어보고  
마음에 드는 활동을 2개 골라요.

□ 나의 부족한 점 : 공간·시각 능력

□ 보완하기

활동 ① 사진 찍기

활동 ② 수업 내용을 그림으로 표현하기

하기

# 과제 제출

: 4월 23일 하루 공책을 사진으로 찍어  
제출할 때 창체의 내용도 포함하세요.

6교시		주제	나의 강점 보완하기	
과목	창체 (진로)	핵심 내용 정리	<input type="checkbox"/> 나의 강점 : 자기 성찰 능력 <input type="checkbox"/> 강점 키우기 활동 ① 일기쓰기 활동 ② 하루 동안의 나의 감정 확인하기	<input type="checkbox"/> 나의 부족한 점 : 공간·시각 능력 <input type="checkbox"/> 보완하기 활동 ① 사진 찍기 활동 ② 수업 내용을 그림으로 표현하기