

## 미리 알아보는 자유학기제(자유학년제)

자유학기제에서는 중학교 과정 중 한 학기 동안 학생들이 시험 부담에서 벗어나 꿈과 끼를 찾을 수 있도록 학생 참여형 수업을 진행합니다. 다양한 체험 활동과 진로 탐색으로 자녀의 진로 찾기를 돕는 자유학기제와 자유학년제에 대해서 자세하게 알아봅시다.

자유학기제는 학생들이 스스로의 잠재력 및 자기 주도 학습 능력을 키우는 교육 실현을 위해 도입된 정책입니다. 자유학기제 기간 동안 이루어지는 학교생활은 크게 교과수업과 자유학기 활동으로 나눌 수 있는데 이 중 자유학기 활동은 주제선택 활동, 동아리 활동, 진로탐색 활동, 예술 체육 활동 등으로 구성됩니다. 교과 수업과 자유학기 활동은 별개로 이뤄지는 것이 아니라 학생들이 꿈과 끼를 찾을 수 있도록 밀접하게 연계 운영된다는 점을 참고합니다.

	월	화	수	목	금
오전	교과수업 (국어, 영어, 수학, 사회, 과학, 기술가정, 체육, 도덕)				
오후	자유학기 활동 (진로탐색 활동, 주제선택 활동, 예술·체육 활동, 동아리 활동)				
	월	화	수	목	금
	ex) 진로탐색 활동	ex) 교과 연계 주제선택 활동	ex) 스포츠 연계 주제선택 활동	ex) 음악 연계 주제선택 활동	ex) 동아리 활동

진로탐색 활동	주제선택 활동	예술·체육 활동	동아리 활동
진로검사, 초청강연, 직업탐방, 일터체험 등 적성과 소질을 탐색하여 스스로 미래를 설계해요!	헌법, 경제·금융, 고전 토론, 체험 수학 등 학생의 흥미와 관심사에 맞는 프로그램으로 학습동기를 유발해요!	연극, 뮤지컬, 오케스트라, 디자인, 축구 등 다양하고 내실 있는 예술·체육 교육으로 학생의 소질과 잠재력을 찾아줘요!	문제토론, 과학실험, 천체 관측 등 학생들의 공통된 관심사를 기반으로 운영되며, 이를 통해 학생의 특기와 적성을 개발해요!

더 자세한 내용이  
궁금하다면?

유튜브(youtube.com)

- > KEDI TV<한국교육개발원>
- > 학부모용 자유학기제 안내 영상
- '자유학기 토크쇼'



자유학기제로 바뀐 학교생활  
미리 체험해 보고 싶다면?

유튜브(youtube.com)

- > 서울특별시교육청
- > 자유학기제-학교를 바꾸다



자유학년제에 대해 학부모님이  
궁금하신 것을 풀어 드립니다!

유튜브(youtube.com)

- > 서울특별시교육청
- > (자유학년제, 이것이 궁금합니다)
- 2부 우리 아이가 경험할 자유학년제



진로 한 걸음 더

### 비슷한 듯 다른 자유학기제와 자유학년제의 차이 알아보기

자유학년제는 자유학기제의 확대형으로 중학교 과정 1년 동안 더 많은 참여형 수업과 다양한 체험 활동으로 꿈과 끼를 찾을 수 있도록 장려합니다. 자유학기제와 자유학년제의 차이점을 살펴봅시다.

\* 자유학년제에 참가한 1학년 학생은 고등학교 입학전형에 1학년 교과 내신이 반영되지 않습니다.

교육부 네이버 블로그(blog.naver.com/moeblog)  
> 국민 서포터즈 > 자유학기제? 자유학년제? 뭐가 다른 걸까요?



자유학기제		자유학년제	
1개 학기에 4개 영역 진행 (진로 탐색, 주제 선택, 예술 체육, 동아리)		영역에 대한 제한 없이 2개 학기에 걸쳐 4개 영역 진행	
1-1학기, 1-2학기, 2-1학기 중 1개 학기만 자유학기로 설정	1개 학기에 170시간 이상	1-1학기, 1-2학기 1학년만 자유학년제 실시	2개 학기에 총 221시간 이상



## 자유학기제 프로그램을 활용한 우리 자녀 진로 찾기

자유학기제에는 다양한 진로 탐색 활동이 진행됩니다. 이때 자녀는 관심있는 직업에 대해 알아보는 시간을 가집니다. 한국고용정보원직업진로동영상으로 관심 직업에 대한 정보를 알아보세요. 직업별 인터뷰 영상을 통해 진로탐색에 한 발 더 가까워질 수 있습니다. 동영상 시청 후에는 활동지를 작성하도록 돕고 자녀와 함께 이야기를 나누어봅시다.

### 진로 클릭

학부모On누리에는 예비 중학교 학부모를 위한 온라인 교육 강좌가 개설되어 있습니다. 6차시로 구성된 '우리 아이 중학교 보내기' 강좌에는 자유학기제, 자기주도학습 방법 등 다양한 주제로 자녀의 생활·진로지도법을 안내합니다. 강좌를 통해 자녀의 중학교 생활을 미리 준비해 봅시다.

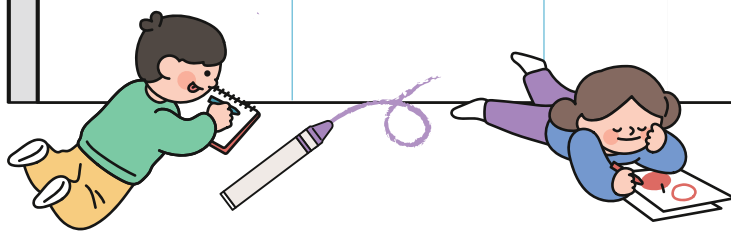
학부모On누리(parents.go.kr) >  
학습마당 > 수강신청  
> 우리 아이 중학교 보내기



### 직업별 인터뷰를 확인하고 꿈에 한 발 더 다가서기

한국고용정보원직업진로동영상 유튜브 채널에 있는 직업인 인터뷰 중 우리 자녀가 관심있어 하는 영상을 시청합니다. 영상 시청 후 활동지 작성으로 해당 직업에 대한 자녀의 흥미도의 변화와 직업에 대한 이해도를 확인해보는 시간을 가져봅시다.

우리 자녀가 관심 있는 직업	Q1 ex) 주로 어떤 업무를 하나요?	Q2 ex) 직업의 핵심 키워드는 무엇인가요?	Q3 ex) 어떤 능력이 있으면 도움이 될까요?	인터뷰를 보고 느낀점
ex) 라이브커머스 PD	ex) SNS나 모바일 애플리케이션, 인터넷으로 실시간 중계되는 쇼핑 방송을 만드는 일을 합니다.	ex) #상품기획 #섭외 #연출 #촬영 #실시간소통	ex) 다양한사람들의의견을 조율하는능력, 한번에 여러가지일을할수 있는멀티태스킹능력이 필요합니다.	ex) 라이브커머스PD라는 직업에대해더흥미를 가지게되는게가 되었습니다.



※ 유튜브(youtube.com) > 한국고용정보원직업진로동영상 >  
신직업\_라이브커머스PD 영상을 토대로 재구성하였습니다.



### 진로 레시피

#### 자유학기제(자유학년제) 기간을 알차게 보내는 방법

1년 동안 시험 스트레스에서 벗어날 수 있는 자유학년제는 노는 시간이라고 생각하기 쉽습니다. 이런 자유학년제 기간에 집중해야 할 3가지와 구체적인 진로탐색 과정 방법을 통해 자유학년제를 슬기롭게 활용하는 방법에 대해 알아보시다.

유튜브(youtube.com)  
> 학부모를 위한 진로레시피  
> 자유학년 1년, 어떻게 보내야할까?



#### 자유학기제(자유학년제) 기간 중 학부모의 역할

학부모는 자유학년제 기간 동안 자녀의 학업능력이 떨어지지 않는까 걱정하기도 합니다. 그러나 학업능력과 마찬가지로 진로 탐색에도 시간을 투자해야 합니다. 학업과 진로의 균형을 잡도록 만드는 학부모의 역할을 소개합니다.

유튜브(youtube.com)  
> 학부모를 위한 진로레시피  
> 자유학년제, 학부모의 역할은?



자녀의 꿈을 지원하는 학부모 진로소식지

# 드림레터

2022  
+  
다국어 4호  
중학교

## 자녀의 진로에 한 걸음 더, '고교학점제'에 대해 알아봐요!

고교학점제란 학생이 기초 소양과 기본 학력을 바탕으로  
진로 적성에 따라 과목을 선택 이수하고 이수 기준에 도달한  
과목에 대해 학점을 취득·누적하여 졸업하는 제도입니다.  
고교학점제가 무엇인지 알아보고, 우리 자녀가 고등학교에  
입학하는 시기에 적용될 변화를 미리 살펴봅시다.



진로 돋보기  
고교학점제는  
어떤 제도인가요?

### 진로·적성에 따라 과목을 선택·이수하는 제도예요

고교학점제가 시행되면 학생들은 자신의  
진로와 적성에 따라 희망하는 과목을  
선택하여 수업을 들을 수 있게 됩니다.

### 과목별 이수 기준에 도달하였을 때 과목을 이수하는 제도예요

고교학점제에서는 과목별로 이수기준  
(과목 출석률 2/3 이상, 학업성취율 40%  
이상)을 충족하였을 경우 과목 이수를  
인정해 줍니다.

### 누적학점이 기준에 도달한 경우 졸업하는 제도예요

학생들은 고등학교 3년 동안 자신이  
원하는 과목을 선택 이수하고,  
누적된 학점이 졸업 기준에 이르렀을 때  
졸업이 가능하게 됩니다.



진로 한 걸음 더  
고교학점제의 변화에 대해 알아봐요!

교육부는 2025년 모든 고등학교에 고교학점제를 적용하기 위해 단계적 이행 계획을 발표했습니다. 다가오는  
2022년에는 고교학점제를 미리 경험해 보는 고교학점제 연구·선도학교가 전체 고등학교의 80% 이상으로  
확대될 예정입니다. 우리 자녀가 고등학교를 다니는 시기에 적용될 제도에 대해 알아봅시다.



01

**교육과정**

학생 수요를  
반영한 교육과정

02

**수강신청**

진로·학업설계  
지도를 통한  
학생의 과목 선택

03

**수업운영**

학생 참여형 수업,  
미이수 예방 지도

04

**평가**

수업연계  
과정중심평가,  
성취평가 실시

05

**미이수**  
※ 보충이수  
지원

아수

06

**학점취득**

이수 기준  
도달 시 학점 취득

07

**졸업**

학점 기준의  
졸업요건 설정



- 2023학년도 고등학교 입학생부터 적용
- 정해진 교육과정을 듣는 형태에서 희망하는 진로 분야에 따라 수강 과목을 선택하는 방식으로 변화
- 진로선택과목에 한정되었던 성취평가제도가 모든 선택과목으로 확대
  - \* 공통과목(국어, 수학, 영어)은 성취도에 따른 9등급 표기
- 전과목 미이수제 도입
  - \* 미이수제: 과목별 출석률 2/3 이상, 학업성취율 40% 이상 충족을 하지 못할 경우 해당 과목을 다시 수강하는 제도



고교학점제 홈페이지(hscredit.kr)  
> 고교학점제 > 고교학점제 소개



참고: 교육부(moe.go.kr) > 보도자료 >  
2025년 일반계고 학점제 전면 적용을 위한 고교학점제 단계적 이행계획 발표

전국학부모지원센터 [www.parents.go.kr](http://www.parents.go.kr)

시·도교육청



국가평생교육진흥원



## 듣고 싶은 과목 선택하며 미리 고교학점제 체험해 보요!

고교학점제가 시행되면 학생은 고교학점제를 통해서 배우고 싶은 과목을 스스로 선택할 수 있습니다. 학생은 학교의 교육과정에 따라 교과 필수 이수 단위를 준수하는 선에서 자유롭게 과목을 선택하며, 학생의 수요에 따라 과목 개설도 가능해집니다.

진로 동영상

### 고교 학점제 Q&A

기존의 평가 방식에 큰 변화를 맞이하는 학부모는 혼란스러울 수밖에 없습니다. 고교학점제가 도입되면 대학교처럼 시간표도 직접 짜야 하는지, 시간표 기준으로 반 편성을 하는지 등 고교학점제 도입으로 변화하는 부분들에 대한 학부모의 궁금증을 교육부 담당자가 풀어드립니다.

유튜브(youtube.com) > 교육부 TV  
> 고교학점제 이 영상 하나면 정리 끝!  
교육부 담당자가 말하는 고교학점제



### 나만의 시간표 작성 해보기

고교학점제가 도입되면 1학년 때는 공통과목을 중심으로 수강하면서 자신이 희망하는 진로를 고려하여 학업 계획을 수립하고, 2학년부서는 본격적으로 선택과목을 수강하게 됩니다. 교육부의 고교학점제 운영 과목 안내 사이트에는 각 시·도교육청 마다 발간한 선택과목 안내서가 있습니다. 거주 지역에서 발간한 과목 안내서를 참고하여 자녀가 원하는 교과목을 배치한 시간표를 만들어 보며, 선택의 폭이 넓어지는 고등학교 생활을 간접 체험해 보십시오.

#### 자녀가 흥미 있는 교과



#### 자녀가 관심 있는 직업



#### 관심 교과와 관심 직업에 관련 있는 선택과목



교시	월	화	수	목	금
1교시				체육	
2교시		수학1	문학	체육	한국사
3교시	문학				영어
4교시	문학	한국사	한국사	수학1	
5교시		영어		수학1	수학1
6교시					창체
7교시	영어		학급자치		창체

각 시·도교육청에서 발간한  
선택과목 안내서를 참고해 봐요!

고교학점제 홈페이지(hscredit.kr)

> 고교학점제 운영 > 과목안내



### 진로 정보 Check!

학부모On누리에는 예비 고등학교 학부모를 위한 온라인 교육 강좌가 개설되어 있습니다. 6차시로 구성된 '우리 아이 고등학교 보내기' 강좌에는 진로지도, 학습시간 관리, 시험대비 등 다양한 주제로 자녀의 생활·진로지도법을 안내합니다. 강좌를 통해 자녀의 고등학교 생활을 미리 준비해 보십시오.

학부모On누리(parents.go.kr) > 학습마당 > 수강신청 > 우리 아이 고등학교 보내기



자녀의 꿈을 지원하는 학부모 진로소식지

# 드림레터

2022  
+  
다국어 4호  
고등학교

## 편견과 고정관념을 극복한 직업인들

직업에 대한 편견과 고정관념에도 물려서지 않고, 각자의 분야에서 최고의 위치에 오른 유명인들을 살펴봄으로써 우리 자녀가 직업에 대한 올바른 이해와 가치관을 지닐 수 있도록 안내해 보시다.



진로 돋보기

### 편견과 고정관념을 극복한 직업인들

#### Q 어떤 편견과 고정관념을 경험했고, 그것을 어떻게 극복했나요?



##### 미식축구선수 하인스 워드

미국인 아버지와 한국인 어머니 사이에서 태어난 하인스 워드는 아시아계 최초로 슈퍼볼 MVP로 선정된 미식축구 선수

주한미군이었던 아버지와 한국인 어머니 사이에서 태어났으며, 부모의 이혼으로 어머니와 함께 살게 되었습니다. 어린 시절 피부색이 다르고 흑인 혼혈이라는 이유만으로 차별을 당해 왔어요. 고등학생 때부터 미식축구를 시작해 실력을 인정받았지만 드래프트 직전 어린 시절 다친 십자인대 손상 문제가 발견되면서 가장 마지막으로 지명이 되었습니다. 피츠버그 스틸러스에서 꾸준한 노력 끝에 주전으로 자리 잡았고 아시아계 최초 슈퍼볼 MVP까지 올랐습니다.



##### 피아니스트 이희아

선천적인 신체장애로 네 손가락으로 피아노를 치며 사람들에게 꿈과 희망을 주는 피아니스트

피아노를 처음 배우려고 학원을 찾아 다녔을 때도, 학원 선생님이 제 손가락을 보자마자 피아노를 배울 수 없다며 고개를 저었어요. 그럼에도 포기하지 않고 결국 피아노 스승님을 만나 피아노를 배우기 시작했어요. 처음 피아노를 배울 당시 건반소리를 내는 데만 3개월이 걸릴 정도였어요. 하지만 하루에 10시간씩 연습한 끝에 마침내 전국 장애인예술대회에서 입상했고, 피아니스트로 성공적인 데뷔를 마쳤어요.



##### 수학자 개서린 존슨

미국 최초의 유인 우주비행·유인 달 탐사 성공에 기여한 수학자

저는 흑인이면서 동시에 여성이에요. 그래서 저는 핵심 정보를 가진 업무만을 배정받을 수 있었어요. 또 유색 인종용 커피포트를 따로 써야 했고, '유색인종 화장실'을 가기 위해 매일 왕복 800m 거리를 걸어 다녀야 했습니다. 그러나 저는 해석기하학을 적용한 저만의 풀이 방식으로 주요 우주선의 비행 경로를 계산했어요. 초기 컴퓨터가 할 수 없는 일이었죠. 그렇게 저는 대체불가능한 사람이 됐고, 유색인종 화장실이 사라지고 여성이 펜타곤 보고회의에 참석할 수 있는 변화를 만들어냈죠.



##### 가수 스티비 원더

작사와 작곡뿐만 아니라 노래와 악기 연주에 능숙하며, 30개 이상의 히트곡과 25번의 그래미상을 수상한 살아있는 전설로 평가받는 가수

저는 미숙아로 태어나 시력을 잃었어요. 아무도 시각장애를 가진 제가 가수, 악기를 다루는 연주가가 될 거라 생각하지 않았죠. 초등학교 시절 교실에 쥐가 나타난 적이 있었어요. 수업을 진행하던 선생님이 저에게 쥐가 어디 있는지 물어봤어요. 저는 앞을 볼 수 없다고 반문했는데, 선생님은 제게 "너는 앞을 볼 수 없지만 누구보다 뛰어난 귀를 가졌단다."라고 말씀해주셨어요. 그 이후로 음악에 대한 꿈을 키워 가게 됐죠. 태어날 때부터 시력이 없었기에 더 발달된 청각을 토대로 음악의 꿈을 포기하지 않았어요.



##### 축구선수 마누에우 프란시스코 두스 산투스

여러 슈퍼스타를 배출한 브라질 축구계에서도 항상 맨 처음에 거론되는, 자타가 공인하는 역대 최고의 드리블러

저는 소아마비예, 가난하고 유아 수준의 지능을 가지고 있어요. 그것뿐만 아니라 척추는 S자로 휘고, 두 다리는 한쪽으로 휘었어요. 의사들은 그런 저를 보고 제가 운동선수가 될 수 없다는 진단을 내렸어요. 그러나 저는 1955년 처음 브라질 축구 국가대표팀에 뽑힌 뒤로 1966년까지 A매치 50경기에 12골을 기록했어요. 승률은 86%였죠. 장애 때문에 드리블 자세나 리듬이 다른 선수들과 미묘하게 달라서 상대 수비수들이 무척 혼란스러워 했어요. 장애를 극복한 것을 뛰어넘어 장애를 역이용해 경기를 유리하게 이끌 수 있었습니다.

전국학부모지원센터 [www.parents.go.kr](http://www.parents.go.kr)

시·도교육청



국가평생교육진흥원



## 편견을 극복한 직업인을 찾아 가상인터뷰를 해보요!

앞서 살펴본 유명인들뿐만 아니라, 우리 주변에도 일반적인 사람들의 편견과 고정관념을 극복하고 자신이 원하는 길을 묵묵히 걸어간 직업인들이 있습니다. 우리 주변에 있는 편견과 고정관념을 극복한 직업인을 찾아보고, 이를 참고하여 자녀가 원하는 진로로 나아갈 수 있도록 지원해줍니다.

### 편견 극복 직업인 가상 인터뷰 작성하기

먼저 우리 주변에 있는 편견과 고정관념을 극복한 직업인을 찾아봅니다. 해당 직업 관련하여 '커리어넷' > '직업정보'를 참고해 <직업 정보> 칸과 일반적으로 가질 수 있는 <편견과 고정관념>칸을 채웁니다. 영상과 기사를 더 찾아본 후, 직업인과 3개 문항으로 질의-답변을 이어나가는 가상 인터뷰를 <극복 스토리> 칸에 작성해 봅니다. 마지막으로 가상 인터뷰 작성 소감을 정리해 봅니다.

#### 편견과 고정관념을 극복한 직업인

ex) 국내 1호 다문화 모델 한현민 씨

#### 직업 정보

ex) 모델  
전시장 또는 패션쇼에서 디자이너가 만든 새로운 스타일의 의상을 입고 기능과 매력이 돋보이도록 다양한 포즈를 취하는 일을 합니다. 다채로운 워킹, 표정 등을 연출해내는 능력이 필요합니다.

#### 정보 Check!

커리어넷을 참고해  
가상 인터뷰를 작성해봅니다.

커리어넷(career.go.kr) > 직업정보



#### 편견과 고정관념

ex) 한국에서 우리나라 모델들과 한 무대에 선다는 것이 어색할 것 같다고 생각했습니다.

#### 인터뷰 작성 후 느낀점

ex) 여러 상황을 극복하고 모델로 활동하는 모습이 멋있다고 생각했습니다. 용기와 자신감이 자신을 빛나게 만든다는 걸 알 수 있었습니다.



진로 클릭

직업에 대한 편견과  
고정관념 살펴보기

커리어넷에서 소개하는 직업에 대한 편견과 고정관념에는 11가지가 있습니다. 직업에 대한 편견과 고정관념에는 어떤 것이 있는지 구체적으로 살펴보고, 이를 극복하는 방법까지 알아봅시다.

커리어넷(career.go.kr)

> 진로동영상 > 직업에 대한 편견과 고정관념



#### 극복 스토리

Q1

ex) 다문화 모델로서 불편한 점은 없었나요?

ex)

흑인이 할 수 있는 일은 되게 한정적이라고 생각합니다. 콘셉트가 다양적이면 저는 할 수가 없었어요. 그 부분이 어려웠습니다.

Q2

ex) 런웨이에 섰을 때 어떤 느낌이 들었나요?

ex)

처음에는 아무 생각 없이 걸었습니다. 걷고 나서 실감이 안 나고 짜릿하고 또 걷고 싶었습니다. 학교에서 수학여행을 가면 제가 튀니까 사람들이 쳐다보고 그런 시선이 싫었는데 모델을 하고 시선을 즐기다 보니깐 더 좋습니다.

Q3

ex) 전하고 싶은 말이 있을까요?

ex)

어릴 때부터 놀림을 많이 받았는데 어떤 프로그램에서 '피부색이 달라도 할 수 있어'라는 말이 와 닿았습니다. 다른 친구들도 저처럼 꿈을 펼쳤으면 좋겠고 꿈도 커졌으면 좋겠습니다.

유튜브(youtube.com) > 스포츠뉴스 >

패션계를 씹어먹은 한현민 인터뷰

