

2021년  
10월 4주차



---

# 치매 예방을 위한 효돌이 학습지

---

글/구성 황인옥  
그림 윤정렬

**(주) 효돌**

안녕하세요?

효돌이 인사드립니다. ~♡

단풍은 짙게 물들고 가을은 깊어만 갑니다.

어느덧 10월의 마지막 주가 되었네요.

이맘때면 들려오는 “잊혀진 계절”이란 노래를 다시 한번 불러 봅니다.

♪지금도 기억하고 있어요~10월의 마지막 밤을~♪  
기억하고 그리워할 추억이 있다는 것도 이 가을에 감사함으로 느낍니다.

학창 시절 친구 얼굴도 한번 떠올려 보고 첫사랑  
그 사람도 한번 떠올려 보시면서 그윽한 가을 향  
기에 하루하루 평안하고 행복게 보내세요.~

안녕~♡

2021년 10월 25일

효돌이 올림



## 차 례

1. 오늘의 시(언어력 강화)
2. 단어 찾기(집중력 강화)
3. 사자성어(이해력 강화)
4. 숫자 찾기(기억력 강화)
5. 계산하기(수리력 강화)
6. 같은모양 그림 찾기(관찰력 강화)
7. 따라 그리기(시·공간력 강화)
8. 색칠하기(소근육 강화)
9. 일기 쓰기(회상)
10. 교사 지침서

## 1 오늘의 시

풍경은 흐른다

임 보

내가 걸어왔던 같은 길이지만  
돌아다보는 풍경은 얼마나 낯선가?  
풍경 속에 들면 이미 그 풍경은 아니다  
걸음마다 산이 무너지고 호수가 다가선다



임보(林步, 본명: 강홍기, 시인 1940~)

## 1-1 시를 옮겨 써 보세요.

## 2 단어 찾기 - 가을 풍경

들녘 허수아비 잠자리 귀뚜라미  
기러기 노을 가을운동회 추억

|   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 다 | 주 | 미 | 리 | 노 | 무 | 라 |
| 밀 | 억 | 아 | 기 | 동 | 비 | 운 |
| 들 | 리 | 수 | 화 | 뚜 | 매 | 기 |
| 귀 | 자 | 허 | 을 | 잠 | 메 | 온 |
| 라 | 장 | 을 | 러 | 녘 | 회 | 녹 |
| 초 | 가 | 과 | 수 | 추 | 수 | 귀 |

### 3 사자성어 四子成語

|              |                              |
|--------------|------------------------------|
| 만추가경         | 晩秋佳景 晩秋佳景                    |
| 만추가경         | 晩秋佳景 晩秋佳景                    |
|              |                              |
| 뜻            | 늦가을의 아름다운 경치.                |
| 뜻을 따라<br>쓰세요 |                              |
| 천하태평         | 天下泰平 天下泰平                    |
| 천하태평         | 天下泰平 天下泰平                    |
|              |                              |
| 뜻            | 온 세상이 태평하여 세상 근심<br>모르고 편안함. |
| 뜻을 따라<br>쓰세요 |                              |

## 4 숫자 찾기 - 4단계: 1~49

|    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 3  | 42 | 26 | 12 | 47 | 28 | 6  |
| 36 | 11 | 44 | 17 | 38 | 2  | 30 |
| 15 | 31 | 22 | 35 | 10 | 40 | 23 |
| 29 | 49 | 1  | 33 | 20 | 46 | 14 |
| 19 | 27 | 24 | 41 | 7  | 16 | 39 |
| 45 | 4  | 37 | 13 | 43 | 18 | 25 |
| 8  | 32 | 21 | 48 | 5  | 34 | 9  |



## 5 계산하기 - 얼마예요?(4단계)

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
|  |  |  |  |
| <b>축구공</b><br>45,000원   | <b>야구공</b><br>6,500원  | <b>농구공</b><br>25,000원  | <b>배구공</b><br>8,500원  |

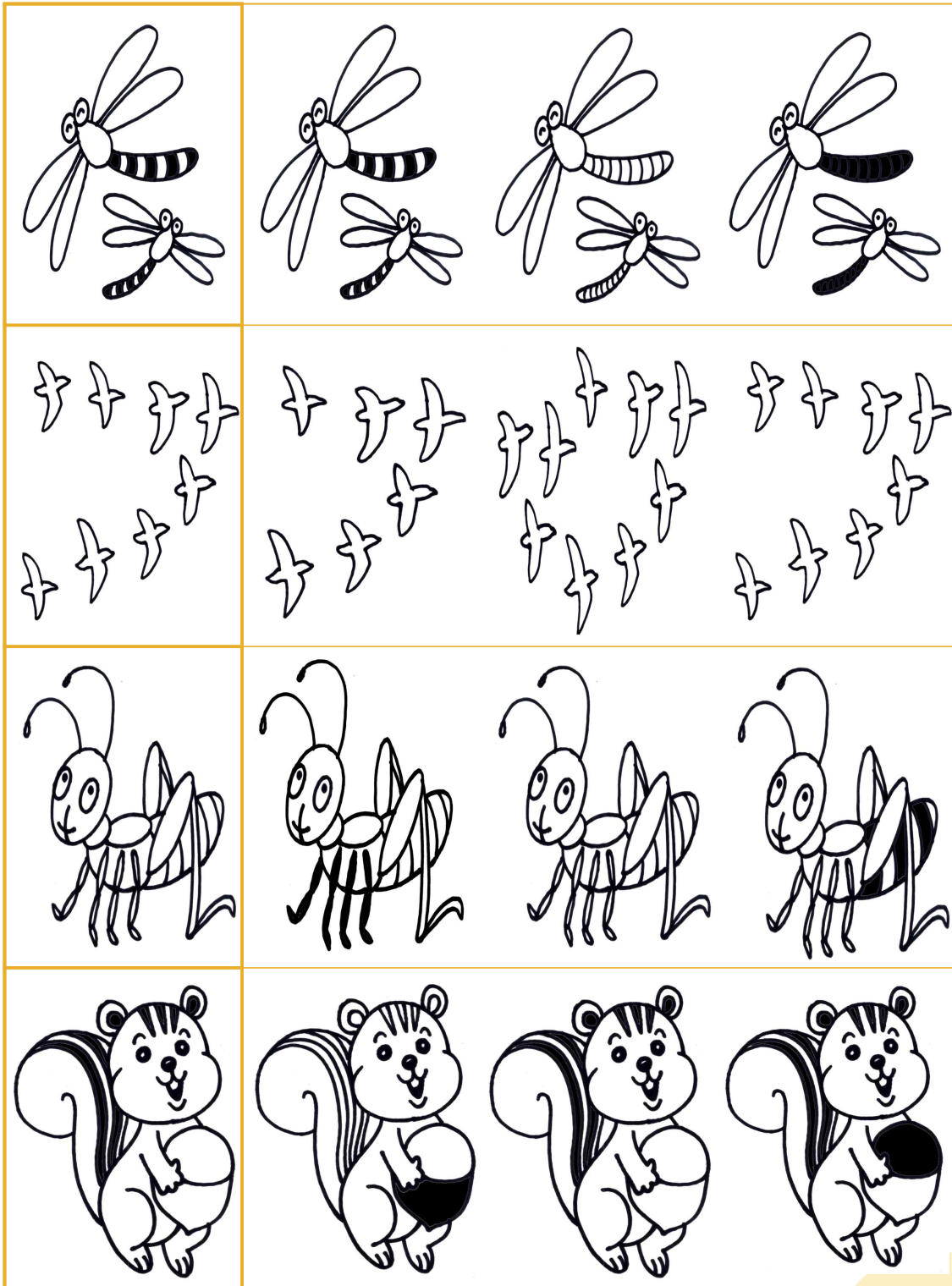
|   | 모두 더해 보세요       | 얼마예요? |
|---|-----------------|-------|
| 1 | 축구공 2개          | 원     |
| 2 | 야구공 2개          | 원     |
| 3 | 농구공 2개          | 원     |
| 4 | 배구공 2개          | 원     |
| 5 | 축구공 1개 + 야구공 1개 | 원     |
| 6 | 농구공 1개 + 배구공 1개 | 원     |
| 7 | 축구공 1개 + 농구공 1개 | 원     |
| 8 | 야구공 1개 + 배구공 1개 | 원     |

## 5-1 계산하기 - 얼마예요?(4단계)(정답)

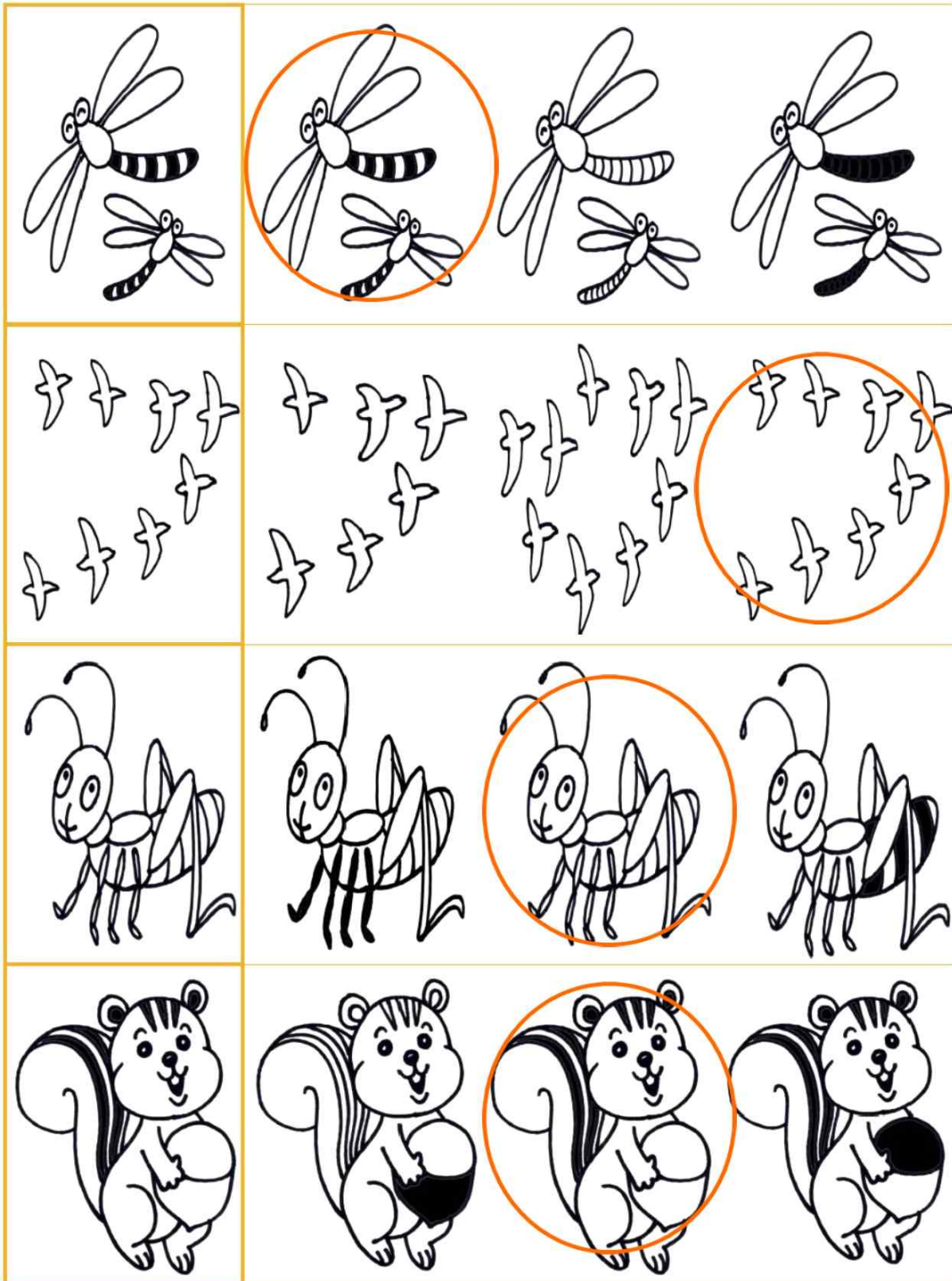
|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
|  |  |  |  |
| <b>축구공</b><br>45,000원   | <b>야구공</b><br>6,500원  | <b>농구공</b><br>25,000원  | <b>배구공</b><br>8,500원  |

|   | 모두 더해 보세요       | 얼마예요?                        |
|---|-----------------|------------------------------|
| 1 | 축구공 2개          | 90,000원                      |
| 2 | 야구공 2개          | 13,000원                      |
| 3 | 농구공 2개          | 50,000원                      |
| 4 | 배구공 2개          | 17,000원                      |
| 5 | 축구공 1개 + 야구공 1개 | $45,000 + 6,500 = 51,500$ 원  |
| 6 | 농구공 1개 + 배구공 1개 | $25,000 + 8,500 = 33,500$ 원  |
| 7 | 축구공 1개 + 농구공 1개 | $45,000 + 25,000 = 70,000$ 원 |
| 8 | 야구공 1개 + 배구공 1개 | $6,500 + 8,500 = 15,000$ 원   |

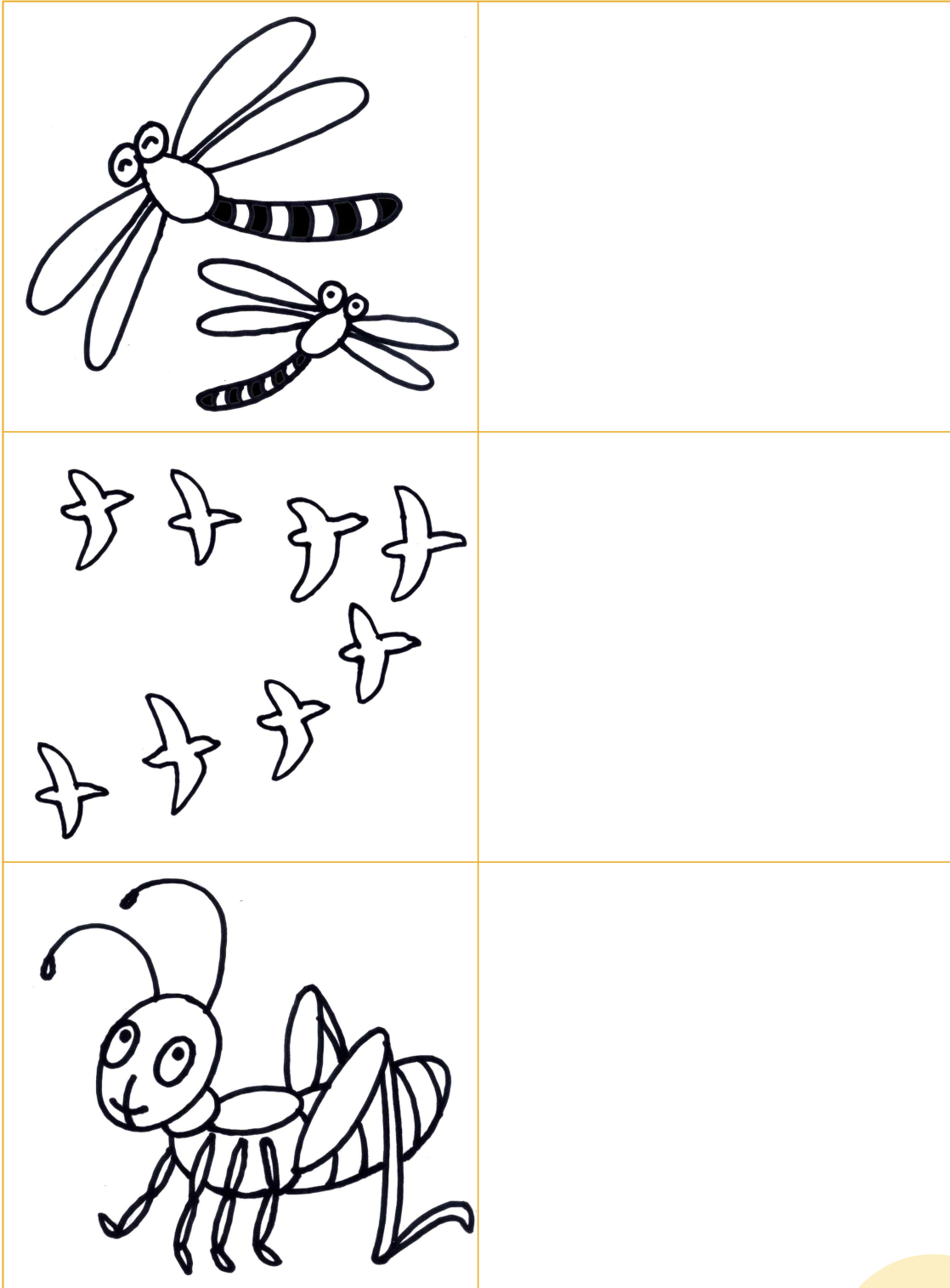
## 6 같은 모양의 그림 찾기



## 6-1 같은 모양의 그림 찾기(정답)



## 7 따라 그리기





## 8 색칠하기 - 산책하는 효순이(보기)



## 8-1 색칠하기 - 산책하는 효순이



## 9 일기 쓰기

| 날짜       | 년   | 월   | 일   | 요일   |
|----------|---|---|---|--|
| 기상 시간    | 시   | 분   | 날씨  | ☀ ☁ ☔ 🌨  |
| 식사 시간    | 아침  | 점심  | 저녁  |  |
| 오늘 먹은 음식 |   |   |   |  |
| 오늘 먹은 약  |   |   |   |  |
| 오늘 입은 옷  |   |   |   |  |
| 만난 사람    |   |   |   |  |
| 방문한 곳    |   |   |   |  |
| 오늘 한 일   |   |   |   |  |
| 오늘 나의 감정 | <br>행복하다 | <br>편안하다 | <br>괜찮다 | <br>아프다 |



## 9 일기 쓰기

| 날짜       | 년   | 월   | 일   | 요일   |
|----------|---|---|---|--|
| 기상 시간    | 시   | 분   | 날씨  | ☀ ☁ ☔ 🌨  |
| 식사 시간    | 아침  | 점심  | 저녁  |  |
| 오늘 먹은 음식 |   |   |   |  |
| 오늘 먹은 약  |   |   |   |  |
| 오늘 입은 옷  |   |   |   |  |
| 만난 사람    |   |   |   |  |
| 방문한 곳    |   |   |   |  |
| 오늘 한 일   |   |   |   |  |
| 오늘 나의 감정 | <br>행복하다 | <br>편안하다 | <br>괜찮다 | <br>아프다 |

## 9 일기 쓰기

|          |  |   |   |  |
|----------|--|---|---|--|
| 날짜       | 년  | 월   | 일   | 요일   |
| 기상 시간    | 시 분  | 날씨  | ☀ ☁ ☔   | ☞  |
| 식사 시간    | 아침   | 점심  | 저녁  |  |
| 오늘 먹은 음식 |  |   |   |  |
| 오늘 먹은 약  |  |   |   |  |
| 오늘 입은 옷  |  |   |   |  |
| 만난 사람    |  |   |   |  |
| 방문한 곳    |  |   |   |  |
| 오늘 한 일   |  |   |   |  |
| 오늘 나의 감정 | <br>행복하다  | <br>편안하다 | <br>괜찮다 | <br>아프다 |
|          | <br>슬프다 |   |   |  |

## 10 교사 지침서

### ■ 오늘의 시(언어력 강화)

천천히 읽고 종이에 옮겨 써 본다. 옮겨 쓴 시를 다시 한번 읽어 본다.  
글을 모르시는 어르신은 교사가 시를 한 줄씩 읽어 주고 따라서 낭송하시도록 한 후 시 감상을 이야기로 나눈다.

### ■ 단어 찾기(집중력 강화)

네모 칸 안에 제시한 단어를 아래 낱말에서 찾아 동그라미 친다.

들녘 허수아비 잠자리 귀뚜라미  
기러기 노을 가을운동회 추억

|   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 다 | 주 | 미 | 리 | 노 | 무 | 라 |
| 밀 | 억 | 아 | 기 | 동 | 비 | 운 |
| 들 | 리 | 수 | 화 | 뚜 | 매 | 기 |
| 귀 | 자 | 허 | 을 | 잠 | 메 | 온 |
| 라 | 장 | 을 | 러 | 녘 | 회 | 녹 |
| 초 | 가 | 과 | 수 | 추 | 수 | 귀 |

### ■ 사자성어(이해력 강화)

사자성어를 알고 뜻을 익힌 후 소리 내서 읽고 반복해서 따라 써 본다.

### ■ 숫자 찾기(기억력 강화) - 4단계

1부터 순서대로 찾아서 동그라미를 친다.

반드시 순서대로 찾도록 유도한다.

[주의사항] 마음이 급하면 순서를 놓칠 수 있으니 조금하지 않도록 기다려 준다.

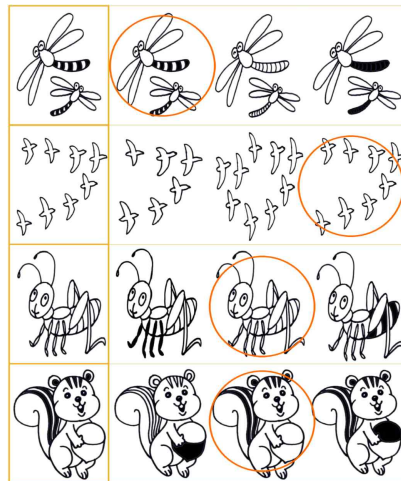
## ■ 계산하기(수리력 강화) - 4단계

제시한 그림의 물건값을 알고 계산해본다.

천천히 하실 수 있도록 시간을 주고, 만약 계산하기 어려워하시면  
계산기를 사용하는 방법으로도 응용할 수 있다.

## ■ 같은 모양 그림 찾기(관찰력 심화)

제시한 그림과 똑같은 그림을 찾도록 한다.



## ■ 따라 그리기(시·공간력 강화)

제시한 그림을 잘 보고 옆 빈칸에다 똑같이 따라서 그린다.

## ■ 색칠하기(소근육 강화)

색연필이나 크레파스를 이용하여 예쁘게 색칠해 본다.

색칠한 후에 무엇을 하는 그림인지를 물어보고 이야기 나눈다.

## ■ 일기 쓰기(회상) - 주 3회

일기 쓰기는 충분히 더 인쇄해서 나눠드린 후 매일 쓰실 수 있게 하고, 어렵다고  
생각하시면 최소한 일주일에 3회 이상은 하실 수 있도록 유도한다.