

# VR 솔루션 인지강화 | 가이드북 |

저자 **한정원**

(부산가톨릭대학교 노인복지보건학과 교수)



# VR솔루션 인지강화 가이드북

본 가이드북은

VR솔루션 인지강화워크북 활동을 도와주시는 분들을  
위한 안내서입니다.

워크북은 건강한 뇌활동을 위해 총 8회기로 구성되어  
있습니다.

치매 및 인지 장애를 예방하기 위해서 두뇌운동과  
신체운동이 함께 이루어지도록 도와주세요.



# 인지 강화 훈련은 왜 필요할까요?

현재 우리 사회는 고령화가 급속하게 진행됨에 따라 치매 및 인지장애 환자가 급증하고 있습니다.

중앙치매센터의 '대한민국 치매 현황 2019 보고서'에 따르면 65세 이상 치매 유병률은 노인 인구 100명당 10명 수준인 10.3%로 추정 치매 환자 수는 79만 명(남성 29만 명·여성 50만 명)으로 추산된다고 보고되었습니다. 치매 전 단계로 인지 장애는 있지만, 사회생활에는 큰 어려움이 없는 경도인지장애 환자는 훨씬 더 많으며 유병률은 65세 이상 22.6%로 노인 5명 중 1명이 경도인지장애 환자로 추정됩니다.

국내 60세 이상 노인 220만 명(남성 100만 명·여성 120만 명)과 65세 이상 노인 166만 명(남성 57만 명·여성 109만 명)이 경도인지장애 환자일 것으로 추정됩니다. 따라서 초기 단계에서 치매를 진단하는 것도 중요하지만 치매 발병의 진행을 늦추기 위한 올바른 예방과 관리가 무엇보다 중요합니다.

치매 및 인지장애를 예방하기 위해서는 두뇌운동과 신체운동이 모두 필요한데 VR솔루션 인지 강화 워크북은 기존에 인지훈련과의 차별성을 위해 가상현실(Virtual Reality, VR)을 기반으로 한 게임형식의 콘텐츠를 결합해 재미와 동기를 부여합니다. 또한 뇌 기능 활성화와 인지장애 개선에 효과를 위한 훈련으로 신체적인 운동과 인지워크북을 활용하여 즐겁고 편안하게 수행할 수 있도록 만든 프로그램입니다.

본 VR솔루션 인지 강화 워크북은 두뇌활동과 신체적인 운동을 통해 치매 뇌 표면을 자극하여 뇌를 유연하게 만들어 줍니다. 유연하게 만들어진 뇌에 인지력향상을 위한 학습지로 뇌를 자극하여 뇌기능 유지향상에 도움을 줍니다. 프로그램이 끝나면 하루를 마무리하는 그림일기를 통해 자극된 뇌 기능을 극대화하고 활용하며 마무리 짓도록 구성되었습니다.

---

두뇌 운동의 구성은 일상생활에 필요한 주의력, 기억력, 지각능력, 계산능력, 판단력, 문제해결력, 계획능력, 시·지각 능력, 언어능력과 함께 치매 및 인지장애 시 나타나는 증상과 관련도에 따라 일상생활 시 많은 영향을 미치는 인지 영역인 주의집중력, 기억력, 집행기능, 운동 조절능력과 관련된 가상현실 프로그램으로 구성하였습니다.

VR솔루션 인지 강화 프로그램은 1회차에서 8회차까지 여러 단계로 실행할 수 있도록 제작되었습니다. 각각의 회차마다 인지 영역별로 한 프로그램씩 배치하여 뇌 기능 활성화와 뇌 가소성을 촉진하게 됩니다.

인지란 우리의 삶의 질적으로 많은 영향을 주는 부분으로 삶의 만족도를 높이기 위해서는 꼭 필요한 요소라고 생각합니다.

본 워크북을 통해 두뇌와 신체운동으로 치매 예방 효과를 누리며 가상현실이라는 공간에서 재미와 만족감을 얻어 삶의 질 향상에 도움이 되길 바랍니다.



# 워크북 학습 순서

## 회기 별 구성

| 회기           |                     |      |     |
|--------------|---------------------|------|-----|
| 순서           | 내용                  | 소요시간 |     |
| 준비운동         | 인지강화 건강 체조          | 5분   |     |
| VR(가상 현실) 활동 | 뇌채움 프로그램            | VR   | 15분 |
|              |                     | 휴식   |     |
|              |                     | VR   |     |
| 인지자극활동       | 치매 예방 및 인지강화 훈련 워크북 | 5분   |     |
| 마무리          |                     | 5분   |     |

## 학습 문제 별 구성



**지남력**

시간, 장소  
상황 인식



**집중력**

마음,  
주위에 집중



**기억력**

인상과  
경험을 간직



**언어 계산 능력**

올바른  
언어 활용



**시지각 능력**

시각과  
지각 능력 향상

# 5분 운동 으로 건강을 되찾을 수 있습니다~.



▲ 한 손으로 지긋이 머리 누르며 당겨 주기 (좌·우)



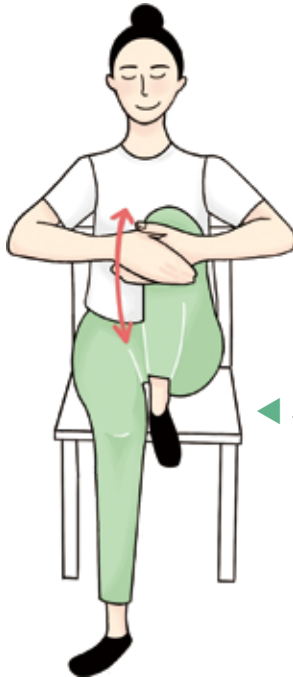
◀ 양손 깍지 껴서 지긋이 머리 누르기



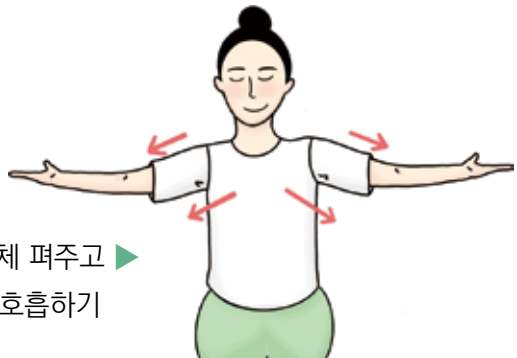
▲ 한쪽 팔 머리 뒤로 구부러 당겨 주기(좌·우)



▲ 바로 앉은 몸통 돌리기 (좌·우)



◀ 의자에 앉아 다리를 가슴 쪽으로 당기며 누르기



▶ 팔 벌려 상체 펴주고 깊은 호흡하기

# 1회기

## 부산 갈매기

부산 갈매기 프로그램은 어떤 대상에 집중할 수 있는 주의집중력을 향상시키는 활동입니다. 대상에 주의를 기울이지 않으면 기억하는데 어려움이 생기며 일상적인 활동을 수행하는 것이 어려워집니다. 그러므로 일상생활과 비슷한 프로그램을 연습, 반복하는 것은 뇌를 건강하게 해줍니다.



바닷가의 평화를 어지럽히는 까마귀들을 쏘아서 쫓아내는 훈련입니다.



## 동영상에 대한 리뷰

- 화면에서 본 것은 무엇인가요?
- 갈매기는 무슨 색이었나요?
- 까마귀는 몇 마리였나요?
- 갈매기가 날아다니는 장소는 어디였나요?
- 갈매기를 실제로 본적이 있나요?

VR훈련을 마치면  
동영상에 대한 간단한  
질문을 해주세요.



## 워크북 1회차 해설

### 1. 질문에 알맞은 답을 보기에서 고르시오.(지남력)

- 년도, 월, 날씨 등을 질문함으로 어르신이 환경과 상황을 파악하고 있는지 확인할 수 있습니다. 정해진 정답은 없으며 당일, 당월에 적합한 정답을 확인해 주시기 바랍니다.

### 2. 작은 수부터 차례로 선을 연결해주세요.(집중력)

- 1부터 70까지의 수 중 작은 수와 큰 수를 파악하고 차례로 연결하는지 확인해 주시기 바랍니다.
- 선을 모두 연결하였다면, 작은 수부터 차례로 숫자를 적어주시면 됩니다.

정답 : 1 > 9 > 15 > 21 > 29 > 30 > 36 > 67 > 70

### 3. 아래의 그림자가 무슨 동물인지 맞춰 보세요.(기억력)

- 제시된 그림의 동물과 단어를 알맞게 맞추는지 확인해 주시기 바랍니다.

정답 : ② 코끼리 | ① 말

### 4. 다음의 제시된 단어와 상관이 없는 것을 <보기>그림에서 골라 보십시오.(기억력)

- 제시어 '학교'와 상관없는 그림을 어르신이 찾을 수 있는지 확인해 주시기 바랍니다.

정답 : 쇼핑 카트

### 5. ()안에 들어갈 적절한 단어를 골라 보십시오.(언어 계산 능력)

- 각 질문의 빈칸에 들어갈 적절한 단어를 어르신이 파악하고 선택할 수 있는지 확인해 주시기 바랍니다.

정답 : ② 깡총깡총 | ① 어흥 | ③ 우끼끼 | ① 까악까악

### 6. 그림을 보고 인물이 어떠한 감정을 느끼고 있는지 찾아 표시 하십시오.(언어 계산 능력)

- 그림의 표정을 파악하고 감정을 연결할 수 있는지 확인해 주시기 바랍니다.

정답 : ④ 기쁨 | ① 슬픔 | ③ 화남

### 7. <보기>의 도형과 모양이 같은 도형을 찾아서 동그라미 해보십시오.

- 모양을 파악하고 색깔이 달라짐에도 모양을 파악하여 같은 도형을 찾을 수 있는지 확인해 주시기 바랍니다.

정답 : 정오각형의 도형

### 8. 활동놀이

- 갈매기를 자유롭게 색칠하도록 도와주시기 바랍니다.

매 회기는 한 주간의 이야기 거리와 활동 놀이로 마무리합니다.

활동하는 시간이 부족하면 숙제로 남겨주시고 다음 회기 전에 체크해주세요.

## 한 주간의 이야기 거리

| 년  | 월 | 일 |  |  |
|--|---|---|--|--|
| <p>이부분은 다음 회기 전까지 하셔야 할 그림일기입니다.<br/>기억나는 일을 그림으로 그려주세요.</p> |   |   |  |  |

|          |  |       |  |
|----------|--|-------|--|
| 방문한 곳    |  | 입은 옷  |  |
| 만난 사람    |  | 먹은 음식 |  |
| 기억에 남는 일 |  |       |  |

|                     |
|---------------------|
| 그림을 설명하는 일기를 적어주세요. |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |

# 2회기

## 불꽃놀이를 부탁해

불꽃놀이를 부탁해 프로그램은 기억력을 향상시키는 활동입니다. 기억이란 정보를 입력하고, 저장하고, 인출하는 과정으로 이해와 집중이 되지 않으면, 일상적인 활동을 수행하는 것이 어려워집니다. 그러므로 일상생활과 비슷한 프로그램을 연습, 반복하는 것은 뇌를 건강하게 해줍니다.



광안리 바닷가에서 쏘아올린 불꽃의 순서를 맞히는 훈련입니다.

## 동영상에 대한 리뷰

- 불꽃놀이는 언제 하나요?
- 불꽃놀이를 본적이 있나요?
- 불꽃은 뜨거운가요? 차가운가요?
- 불꽃놀이를 보면 기분이 어떤가요?
- 불꽃놀이를 누구와 함께 보고싶은가요?

VR훈련을 마치면  
동영상에 대한 간단한  
질문을 해주세요.



## 워크북 2회차 해설

### 1. 질문에 알맞은 답을 보기에서 고르시오.(지남력)

- 어르신이 거주하는 지역의 특성, 위치, 월, 나이를 정확히 파악하고 인지하고 있는지 확인해 주시기 바랍니다.
- 정해진 정답은 없으며 상황에 맞는 적합한 정답을 확인해 주시기 바랍니다.

### 2. 닭에서 병아리로 미로를 통과하여 보십시오.(집중력)

- 어르신이 집중하여 닭과 병아리를 이을 수 있는지 확인해 주시기 바랍니다.
- 진행 중 막다른 길에 도착하더라도 통과할 수 있는 다른 길이 있음을 설명해주시길 바랍니다.

### 3. 다음 글자의 위치를 잘 파악하고 뒷장 바른 위치에 그려보세요.(기억력)

- 제시된 글자의 위치와 단어를 기억하고 바르게 입력할 수 있는지 확인해 주시기 바랍니다.
- 어려워하시면 해당하는 단어를 연상할 수 있는 힌트를 줘도 좋습니다.

정답 : 배 | 사자 | 소 | 해

### 4. 치매예방수식 괄호 채우기(언어 계산력)

- 각 질문의 빈칸에 들어갈 적절한 단어를 어르신이 파악하고 선택할 수 있는지 파악해 주십시오.

정답 : ① 생선 | ① 정기적 | ② 긍정적인 | ① 식사

### 5. 치매예방수식 괄호 채우기(언어 계산력)

- 각 질문의 빈칸에 들어갈 적절한 단어를 어르신이 파악하고 선택할 수 있는지 파악해 주십시오.

정답 : ② 운동 | ① 생활화 | ① 끊기 | ① 여유

### 6. 아래의 시계를 보고 같은 시각끼리 선으로 이어보십시오.(문제해결능력)

- 시계와 시간을 파악하고 적절히 이을 수 있는지 파악해 주십시오.

정답 : ① 7:55 | ② 9:50 | ③ 4:45 | ④ 11:40 | ⑤ 1:35 | ⑥ 5:30

매 회기는 한 주간의 이야기 거리와 활동 놀이로 마무리합니다.

활동하는 시간이 부족하면 숙제로 남겨주시고 다음 회기 전에 체크해주세요.

## 한 주간의 이야기 거리

| 년  | 월 | 일 |  |  |
|--|---|---|--|--|
| <p>이부분은 다음 회기 전까지 하셔야 할 그림일기입니다.<br/>기억나는 일을 그림으로 그려주세요.</p> |   |   |  |  |

|          |  |       |  |
|----------|--|-------|--|
| 방문한 곳    |  | 입은 옷  |  |
| 만난 사람    |  | 먹은 음식 |  |
| 기억에 남는 일 |  |       |  |

|                     |
|---------------------|
| 그림을 설명하는 일기를 적어주세요. |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |

# 3회기

## 달라진 러브하우스

달라진 러브 하우스 프로그램은 기억력을 향상시키는 활동입니다. 기억이란 정보를 입력하고, 저장하고, 인출하는 과정으로 이해와 집중이 되지 않으면, 일상적인 활동을 수행하는 것이 어려워집니다. 그러므로 일상생활과 비슷한 프로그램을 연습, 반복하는 것은 뇌를 건강하게 해줍니다.



달라지고 바뀐 거실에서 물건들을 제자리로 찾아주는 훈련입니다.



## 동영상에 대한 리뷰

- 거실에서 보이는 물건은 무엇인가요?
- 집에는 어떤 공간이 있습니까?
- 본인이 주로 생활하는 공간은 어디입니까?
- 본인의 거실에는 무엇이 있습니까?
- 거주하는 집 주소는 어디인가요?

VR훈련을 마치면  
동영상에 대한 간단한  
질문을 해주세요.



## 워크북 3회차 해설

### 1. 다음 중 <제시어>와 상관이 가장 적은 단어를 찾아 동그라미 하시오.(지남력)

- 제시어를 이해하고 단어 중 관계가 적은 것을 확인하고 선택할 수 있는지 확인해 주시기 바랍니다.

정답 : ③ 꽃 | ④ 경찰 | ② 불 | ④ 전화기

### 2. 위 칸의 그림을 보고 아래 모눈종이에 똑같이 그려주세요.(집중력)

- 위의 그림과 똑같이 집중하여 그리는지 확인해 주시기 바랍니다.  
- 그림을 완성한 후 어떤 모양의 그림인지 이야기를 나누면 좋습니다.

### 3. 손을 씻는 순서입니다. 기억해 두었다가 다음의 빈칸을 채워주세요.(기억력)

- 제시된 순서에 맞게 어르신이 기억을 하여 빈칸을 잘 채우는지 확인해 주시기 바랍니다.  
- 어려워하시면 해당하는 문장을 연상할 수 있는 힌트를 줘도 좋습니다.

### 4. ( ) 안에 들어갈 적절한 단어를 골라 보십시오.(언어 계산력)

- 각 문장을 이해하고 빈칸에 들어갈 적절한 단어를 어르신이 파악하고 선택할 수 있는지 파악해 주십시오.

정답 : ② 노랗게 | ① 보글보글 | ① 방긋방긋 | ① 용기종기

### 5. 치매예방수식 괄호 채우기(언어 계산력)

- 각 질문의 빈칸에 들어갈 적절한 단어를 어르신이 파악하고 선택할 수 있는지 파악해 주십시오.

정답 : ② 운동 | ① 생활 | ① 끊기 | ① 여유

### 6. 왼쪽 그림과 같은 방향의 도형을 오른쪽에서 찾아 직선으로 연결하여 보십시오.(시지각능력)

- 색깔이 달라짐에도 모양을 파악하여 같은 도형을 찾을 수 있는지 확인해주시기 바랍니다.

매 회기는 한 주간의 이야기 거리와 활동 놀이로 마무리합니다.

활동하는 시간이 부족하면 숙제로 남겨주시고 다음 회기 전에 체크해주세요.

## 한 주간의 이야기 거리

| 년  | 월 | 일 |  |  |
|--|---|---|--|--|
| <p>이부분은 다음 회기 전까지 하셔야 할 그림일기입니다.<br/>기억나는 일을 그림으로 그려주세요.</p> |   |   |  |  |

|          |  |       |  |
|----------|--|-------|--|
| 방문한 곳    |  | 입은 옷  |  |
| 만난 사람    |  | 먹은 음식 |  |
| 기억에 남는 일 |  |       |  |

|                     |
|---------------------|
| 그림을 설명하는 일기를 적어주세요. |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |

# 4회기

## 새똥 갈매기

새똥 갈매기 프로그램은 목적을 수행하기 위해 생각한대로 신체를 움직이는 운동조절 능력을 향상시키는 활동입니다. 신체와 환경으로부터 조직화된 적응반응이 일상생활 활동에 도움을 줍니다. 그러므로 일상생활과 비슷한 프로그램을 연습, 반복하는 것은 뇌를 건강하게 해줍니다.



날아오는 새똥을 피하거나 방패로 막으면서 까마귀를 맞추는 훈련입니다.

## 동영상에 대한 리뷰

- 새똥을 막는 도구는 무엇인가요?
- 갈매기 외에 다른 새는 무엇인가요?
- 까마귀를 본적이 있나요?
- 갈매기는 무엇을 먹나요? 까마귀는 무엇을 먹나요?
- 갈매기와 까마귀의 몸은 무슨 색인가요?

VR훈련을 마치면  
동영상에 대한 간단한  
질문을 해주세요.



## 워크북 4회차 해설

### 1. 지문에 알맞은 답을 보기에서 고르시오.(지남력)

- 시간, 온도, 장소에 관해 어르신이 이해하고 파악하고 있는지 확인해 주시기 바랍니다.
- 정해진 정답은 없으며 적합한 정답을 확인해 주시기 바랍니다.

### 2. 아래 <보기>를 보고 <색깔>에 해당하는 숫자 또는 글자를 아래의 빈칸에 넣어 보시오. (집중력)

- 문제를 이해하고 집중하여 색깔과 그림을 연상하여 글자를 완성하는지 확인해 주세요.  
정답 : 사랑해 | 해요랑 | 요해사

### 3. ( ) 안에 들어갈 적절한 단어를 골라 보십시오.(언어계산력)

- 각 문장을 이해하고 빈칸에 들어갈 적절한 단어를 어르신이 파악하고 선택할수 있는지 확인해 주십시오.  
정답 : ③ 펄펄 | ① 철썩철썩 | ① 허허 | ① 꺼억

### 4. 상황에 적절한 대처방법을 찾아 보시오.(문제해결 능력)

- 문장의 상황을 파악하고 적절한 대처방법을 알고있는지 확인해 주시기 바랍니다.  
정답 : ① 경찰서 112에 신고한다. | ③ 신호와 상관없이 어디서든 빠르게 건넌다.

### 5. 상황에 적절한 대처방법을 찾아 보시오.(문제해결 능력)

- 문장의 상황을 파악하고 적절한 대처방법을 알고있는지 확인해 주시기 바랍니다.  
정답 : ① 가스밸브를 잠그고 냄비를 식힌다 | ③ 응급벨을 누르고 침착하게 기다린다.

### 6. 활동놀이

- 나머지 반쪽의 그림을 똑같이 그릴 수 있도록 도와주시기 바랍니다.

매 회기는 한 주간의 이야기 거리와 활동 놀이로 마무리합니다.

활동하는 시간이 부족하면 숙제로 남겨주시고 다음 회기 전에 체크해주세요.

## 한 주간의 이야기 거리

| 년  | 월 | 일 |  |  |
|--|---|---|--|--|
| <p>이부분은 다음 회기 전까지 하셔야 할 그림일기입니다.<br/>기억나는 일을 그림으로 그려주세요.</p> |   |   |  |  |

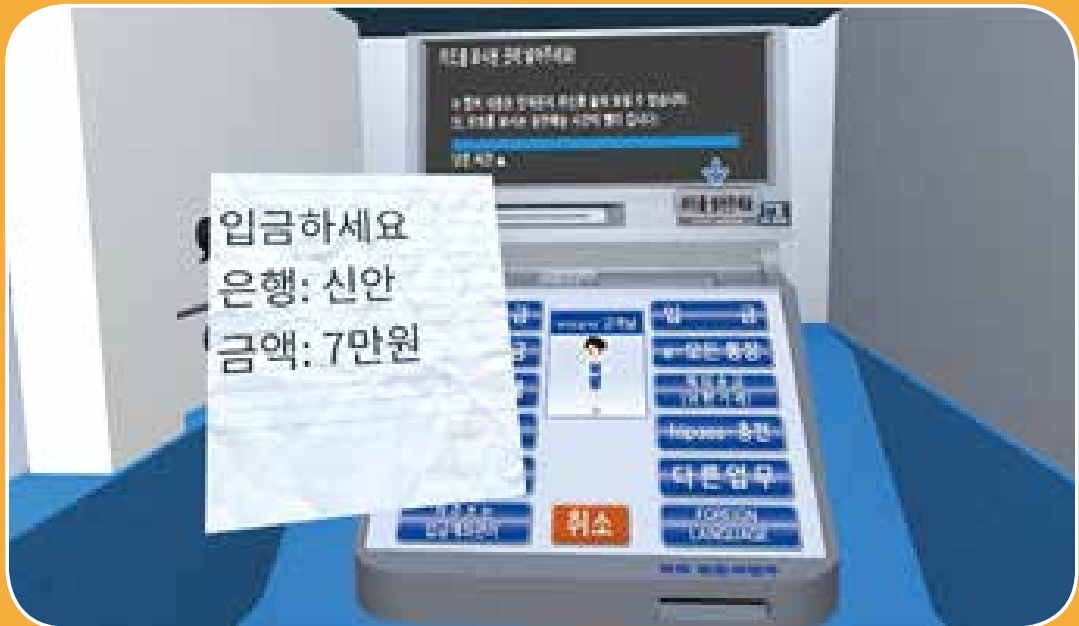
|          |  |       |  |
|----------|--|-------|--|
| 방문한 곳    |  | 입은 옷  |  |
| 만난 사람    |  | 먹은 음식 |  |
| 기억에 남는 일 |  |       |  |

|                     |
|---------------------|
| 그림을 설명하는 일기를 적어주세요. |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |

# 5회기

## 은행의 달인

은행의 달인 프로그램은 목표를 성취하기 위해 계획하고 실행하는 다양한 인지기능 요소의 통합인 집행기능을 향상시키는 활동입니다. 주의집중력과 기억력을 기반으로 목표 지향적인 활동을 가능하게 하므로 일상생활 활동에 도움을 줍니다. 그러므로 일상생활과 비슷한 프로그램을 연습, 반복하는 것은 뇌를 건강하게 해줍니다.



은행 ATM을 가상현실에서 사용하면서 일상작업을 연습하는 훈련입니다.



## 동영상에 대한 리뷰

- 은행에는 무엇을 하러 가나요?
- 은행 ATM을 이용해 본적이 있나요?
- 은행에 갈 때 가지고 가야하는 것은 무엇인가요?
- 알고 있는 은행 이름은 무엇인가요?
- 돈의 단위를 세어보아요.

VR훈련을 마치면  
동영상에 대한 간단한  
질문을 해주세요.



## 워크북 5회차 해설

### 1. 지문에 알맞은 답을 보기에서 고르시오.(지남력)

- 질문을 인지하고 정답을 선택할 수 있는지 확인해 주세요.
- 정답이 왜 정답인지 이야기를 나누면 더욱 좋습니다.

정답 : ④ 이순재 | ⑤ 문재인 | ③ 평양

### 2. 아래의 질문에 적절한 답을 구하십시오.(집중력)

- 질문을 명확히 파악하고 나무를 관찰하여 알맞은 정답을 적으시는 확인해 주세요.

정답 : 사과 | 바나나

### 3. 아래의 그림 중 삼각형을 찾아 동그라미 하시오.(집중력)

- 삼각형을 인지하고 파악하여 모두 찾아 동그라미 하시는지 확인해 주세요.

### 4. 다음은 역대 대통령을 순서대로 익히고 뒷장 빈칸에 알맞은 이름을 채워 넣어 보세요.

(기억력)

- 역대 대통령들을 인지하고 있는지 파악하고 순서대로 채워 넣으시는지 확인해 주세요.
- 각 대통령의 시절에 어땠는지 이야기를 나누어 보면 기억력에 도움이 됩니다.

정답 : 이승만 | 노태우 | 김영삼

### 5. 아래 <보기>의 단어와 뜻이 반대인 말을 찾아보십시오.(언어능력)

- 보기의 단어를 이해하고 단어의 반대되는 말을 찾을 수 있는지 확인해 주세요.

정답 : ② 좁다 | ② 짧다 | ② 배부르다 | ④ 가볍다

### 6. 네모 칸 위쪽의 그림을 아래 칸에 따라 그려보십시오.(시지각 능력)

- 그림을 파악하고 빈칸에 똑같이 그려 넣을 수 있는지 확인해 주세요.
- 그림을 완성 후 어떤 도형인지 이야기해 보는 것도 좋습니다.

### 7. 활동놀이

- 지폐와 동전을 자유롭게 색칠하도록 도와주시기 바랍니다.

매 회기는 한 주간의 이야기 거리와 활동 놀이로 마무리합니다.

활동하는 시간이 부족하면 숙제로 남겨주시고 다음 회기 전에 체크해주세요.

## 한 주간의 이야기 거리

| 년  | 월 | 일 |  |  |
|--|---|---|--|--|
| <p>이부분은 다음 회기 전까지 하셔야 할 그림일기입니다.<br/>기억나는 일을 그림으로 그려주세요.</p> |   |   |  |  |

|          |  |       |  |
|----------|--|-------|--|
| 방문한 곳    |  | 입은 옷  |  |
| 만난 사람    |  | 먹은 음식 |  |
| 기억에 남는 일 |  |       |  |

|                     |
|---------------------|
| 그림을 설명하는 일기를 적어주세요. |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |

# 6회기

## 장보기

장보기 프로그램은 목표를 성취하기 위해 계획하고 실행하는 다양한 인지기능 요소의 통합인 집행기능을 향상시키는 활동입니다. 주의집중력과 기억력을 기반으로 목표 지향적인 활동을 가능하게 하므로 일상생활 활동에 도움을 줍니다. 그러므로 일상생활과 비슷한 프로그램을 연습, 반복하는 것은 뇌를 건강하게 해줍니다.



맛있는 요리를 위해 재료를 사오는 일상생활 활동 훈련입니다.

## 동영상에 대한 리뷰

- 화면에서 보이는 것은 무엇입니까?
- 장을 보러 어디로 가십니까?
- 장을 볼 때 주로 사는 것은 무엇입니까?
- 최근 장에서 사신 물건은 무엇입니까?
- 장에서 구매한 물건은 어디에 담습니까?

VR훈련을 마치면  
동영상에 대한 간단한  
질문을 해주세요.



## 워크북 6회차 해설

### 1. 서술 형식입니다. 아래의 질문을 읽고 답해보세요.(지남력)

- 질문을 인지하고 알맞은 정답을 쓰시는지 확인해 주세요.
- 정답과 관련된 질문을 나누어 보면 더욱 좋습니다.

### 2. 다음 중 각 도형의 개수를 세어보세요.(집중력)

- 도형을 파악하고 각 모양에 맞는 도형의 개수를 집중하여 셀 수 있는지 확인해 주세요.
- 정답 : 하트 7개 | 클로버 14개 | 다이아몬드 11개

### 3. 다음 무늬를 보고 기억한 후 뒷장에 그려 보세요.(기억력)

- 각 무늬의 특징과 색을 파악한 후 기억했다가 뒷장에 그릴 수 있는지 확인해 주세요.

### 4. 한글로 조합된 수식의 답을 오른쪽에서 찾아 동그라미 표시하여 보십시오.(언어계산능력)

- 한글로 구성된 숫자를 파악하고 수식을 통해 계산하여 정답을 찾을 수 있는지 확인해 주세요.
- 정답 : 40 | 80 | 70 | 85 | 80 | 90 | 89 | 78 | 80

### 5. 가장 큰 숫자와 작은 숫자에 동그라미 하시오.(언어계산능력)

- 질문을 파악하고 제시된 단어를 숫자로 연상하여 정답을 찾을 수 있는지 확인해 주세요.
- 정답 : 백(100) | 십칠(17)

### 6. 물건을 사기 위해 더 필요한 금액을 찾아 보십시오.(문제해결능력)

- 만두의 가격과 가지고 있는 금액, 그리고 더 필요한 금액을 파악하여 찾을 수 있는지 확인해 주세요.
- 정답 : 3200(천원 3개, 백원 2개)

### 7. 가게의 메뉴판이 자음으로만 적혀 있습니다. 자음을 보고 어떤 음식인지 적어보십시오. (문제해결능력)

- 자음으로 구성된 메뉴판을 보고 어떤 음식인지 파악하여 적을 수 있는지 확인해 주세요.
- 정답 : 비빔밥 | 갈비찜 | 산적구이 | 호박죽 | 불고기 | 떡국 | 돼지국밥 |  
잡채 | 삼계탕

매 회기는 한 주간의 이야기 거리와 활동 놀이로 마무리합니다.

활동하는 시간이 부족하면 숙제로 남겨주시고 다음 회기 전에 체크해주세요.

## 한 주간의 이야기 거리

| 년  | 월 | 일 |  |  |
|--|---|---|--|--|
| <p>이부분은 다음 회기 전까지 하셔야 할 그림일기입니다.<br/>기억나는 일을 그림으로 그려주세요.</p> |   |   |  |  |

|          |  |       |  |
|----------|--|-------|--|
| 방문한 곳    |  | 입은 옷  |  |
| 만난 사람    |  | 먹은 음식 |  |
| 기억에 남는 일 |  |       |  |

|                     |
|---------------------|
| 그림을 설명하는 일기를 적어주세요. |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |

# 7회기

## 개똥벌레

개똥벌레 프로그램은 대상을 보고 인지하는 시 지각 능력을 향상시키는 활동입니다. 대상을 눈으로 확인하고 인지하지 못하면 일상생활에 어려움이 생기며 일상적인 활동을 수행하는 것이 어려워집니다. 그러므로 일상생활과 비슷한 프로그램을 연습, 반복하는 것은 뇌를 건강하게 해줍니다.



밤하늘의 아름다운 반딧불이를 잡아보는 훈련입니다.



## 동영상에 대한 리뷰

- 개똥벌레는 언제 볼 수 있나요?
- 개똥벌레를 실제로 본적이 있나요?
- 개똥벌레는 무엇으로 잡을 수 있나요?
- 개똥벌레는 어디에서 빛이 날까요?
- 개똥벌레 영상의 장소에 대해 말해보세요.

VR훈련을 마치면  
동영상에 대한 간단한  
질문을 해주세요.



## 워크북 7회차 해설

### 1. 질문에 알맞은 답을 보기에서 고르시오.(지남력)

- 질문의 계절(가을)을 인지하고 관련된 문제의 답을 잘 찾으시는지 확인해 주세요.
- 정답이 아니더라도 제시된 단어들에 무슨 뜻인지 이야기하면 더욱 좋습니다.

정답 : ② 유월(6월) | ③ 이열치열 | ① 입추

### 2. 아래의 사진은 가을풍경을 담은 사진입니다. 사진 속 단풍잎의 개수는 모두 몇 개인가요? (집중력)

- 단풍을 이해하고 그림 속 단풍의 개수를 집중하여 파악할 수 있는지 확인해 주세요.

정답 : 4개

### 3. 아래의 두 사진을 관찰하여 봅시다. 사진 속 다른 부분을 6가지 찾아보세요.(집중력)

- 위 그림과 아래 그림을 집중하여 비교해 다른 부분을 찾을 수 있는지 확인해 주세요.

### 4. 아래 그림의 전통 물건을 확인하여 물건의 이름을 적어보세요.(기억력)

- 그림을 보고 연상되는 물건의 이름을 적을 수 있는지 확인해 주세요.
- 각 그림에 해당하는 물건에 대해 있었던 이야기를 해보는 것도 좋습니다.

정답 : 버선 | 비녀 | 고무신 | 복주머니

### 5. 문장을 따라하기입니다. 아래의 속담을 10번씩 소리 내어 따라 읽어 보세요.(언어계산능력)

- 제시된 속담을 또박또박 정확히 읽으시는지 확인해 주세요.
- 속담의 뜻을 풀이하며 이야기를 나누어 보는 것도 좋습니다.

### 6. 활동놀이

- 추억을 생각하며 개똥벌레를 색칠할 수 있도록 도와주시기 바랍니다.

매 회기는 한 주간의 이야기 거리와 활동 놀이로 마무리합니다.

활동하는 시간이 부족하면 숙제로 남겨주시고 다음 회기 전에 체크해주세요.

## 한 주간의 이야기 거리

| 년  | 월 | 일 |  |  |
|--|---|---|--|--|
| <p>이부분은 다음 회기 전까지 하셔야 할 그림일기입니다.<br/>기억나는 일을 그림으로 그려주세요.</p> |   |   |  |  |

|          |  |       |  |
|----------|--|-------|--|
| 방문한 곳    |  | 입은 옷  |  |
| 만난 사람    |  | 먹은 음식 |  |
| 기억에 남는 일 |  |       |  |

|                     |
|---------------------|
| 그림을 설명하는 일기를 적어주세요. |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |

# 8회기

## 낱말 맞추기

낱말 맞추기 프로그램은 일상 생활에 필요한 단어를 연상하고 활용할 수 있는 언어능력을 향상시키는 활동입니다. 언어능력이 감퇴하면 일상적인 언어사용에 어려움이 생기며 일상적인 활동을 원활히 수행하는 것이 어려워집니다. 그러므로 일상생활과 비슷한 프로그램을 연습, 반복하는 것은 뇌를 건강하게 해줍니다.



낱말을 맞추어 보는 훈련입니다.

## 동영상에 대한 리뷰

- 화면에 무엇이 보이나요?
- 자음과 모음을 입을 크게 벌리고 말해보세요.
- 어떤 사물을 보았나요?
- 내가 놓친 단어는 무엇인가요?
- 나는 몇 개를 맞췄나요?

VR훈련을 마치면  
동영상에 대한 간단한  
질문을 해주세요.



## 워크북 8회차 해설

### 1. 질문에 알맞은 답을 보기에서 고르시오.(지남력)

- 질문의 계절(겨울)을 인지하고 관련된 문제의 답을 잘 찾으시는지 확인해 주세요.
- 정답이 아니더라도 제시된 단어들에 무슨 뜻인지 이야기하면 더욱 좋습니다.

정답 : ② 반팔티, ⑤ 반바지(정답이 2개) |

② 처서에 비가 오면 십리 안 곡식 천석을 감한다 | ① 입동, ⑤ 동지(정답이 2개)

### 2. 아래의 사진을 따라 쥐불놀이의 가장 선명한 불길을 따라 선을 그려보세요.(지남력)

- 그림을 보고 집중하여 선명한 선을 따라 선을 끝까지 그릴 수 있는지 파악해주세요.
- 정월 대보름과 쥐불놀이에 관한 이야기를 나누면 더욱 좋습니다.

### 3. 아래의 표에서 특정 글자를 찾아 개수를 세어 숨겨진 문장을 만들어 봅시다.(집중력)

- 각 글자판을 파악하고 겨와 울을 찾아 개수를 셀 수 있는지 확인해 주세요.

정답 : 겨 5개, 울 : 3개

### 4. <보기>에 있는 설명과 한글 초성을 보고 동물 이름을 적어보세요.(집중력)

- 보기에 제시된 설명과 초성을 연관 지어 정답을 맞힐 수 있는지 확인해 주세요.
- 정답을 맞힌 후 동물과 관련된 이야기를 해보면 더욱 좋습니다.

정답 : 호랑이 | 강아지

### 5. 아래의 노래 가사를 읽고 빈칸에 들어갈 알맞은 단어를 찾아보세요.

- 노래 가사를 읽고 파악하여 빈칸에 들어갈 적절한 단어를 보기에서 찾아 넣을 수 있는지 확인해 주세요.
- 다음의 노래가 어떤 노래인지 이야기하면 더욱 좋습니다.

정답 : 순서대로(홍시, 엄마, 친구, 누이)

### 6. 아래의 사진 속 상황에 맞는 알맞은 해결 방법으로 맞는 것을 2가지 고르세요.(문제해결능력)

- 제시된 상황을 파악하고 적절한 해결 방법을 찾을 수 있는지 파악해 주세요.

정답 : 1번(①, ④) | 2번(②, ③) | 3번(③, ④) | 4번(②, ④)

### 7. 활동놀이

- 오목놀이를 함께 진행할 수 있도록 도와주시기 바랍니다.

매 회기는 한 주간의 이야기 거리와 활동 놀이로 마무리합니다.

활동하는 시간이 부족하면 숙제로 남겨주시고 다음 회기 전에 체크해주세요.

## 한 주간의 이야기 거리

| 년  | 월 | 일 |  |  |
|--|---|---|--|--|
| <p>이부분은 다음 회기 전까지 하셔야 할 그림일기입니다.<br/>기억나는 일을 그림으로 그려주세요.</p> |   |   |  |  |

|          |  |       |  |
|----------|--|-------|--|
| 방문한 곳    |  | 입은 옷  |  |
| 만난 사람    |  | 먹은 음식 |  |
| 기억에 남는 일 |  |       |  |

|                     |
|---------------------|
| 그림을 설명하는 일기를 적어주세요. |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |
|                     |

