



도덕 5

사이버 생활 계획표

5학년 반 번 이름:

- ❖ 사이버 공간을 이용하는 나의 모습을 떠올려 보고 내가 버려야 할 습관과 들여야 할 습관을 써 봅시다.

 버려야 할 습관	 들여야 할 습관

- ❖ 사이버 공간을 바르게 이용할 수 있도록 계획을 세워 봅시다.

1단계 계획에 이름 붙이기	예 나는 할 수 있어!
2단계 내가 해야 할 일 쓰기	예 게임은 하루에 30분만 하기
3단계 실천 방법 쓰기	예 게임을 시작할 때, 30분 뒤에 끝낼 수 있도록 미리 알람 맞추기
4단계 주변에 도움 청하기	예 엄마, 아빠! 게임이 끝나면 스마트폰을 보관해 주세요.



1일째 2일째 3일째 4일째 5일째

사이버 생활 계획을 꾸준히 실천할 때마다 사이버 공간은 하루 한 칸씩 행복 에너지로 채워질 것입니다.

<출처: 교육부, 2009 개정 도덕과 교육과정, 『도덕 4』, 51쪽.>