

[학기과제]

2026년 1학기용

# 성공학

**\* 나의 인생 시나리오 작성하기 \***

학과 : 물리치료학과

학번 : 22620022

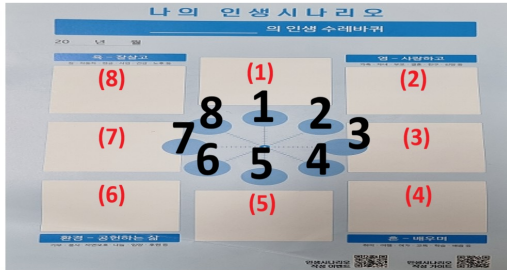
성명 : 정규리

1. 작성 후 (1단계로) LMS에 탑재하기
2. 작성 후 (2단계로) [cafe.daum.net/kncla](http://cafe.daum.net/kncla) 해당란에 올리기  
(중간고사/기말고사 올리는 곳)
3. 모르시면 이메일( [koshimyon@hanmail.net](mailto:koshimyon@hanmail.net) )로 제출하기!

# [학기 과제] 나의 인생 시나리오

\* 1-8번 등 빈칸 채우기(뒷장의 '견본 1/참고용' 참고)

\* 가치 추정 : 수천 억 원대 + 알파(?)

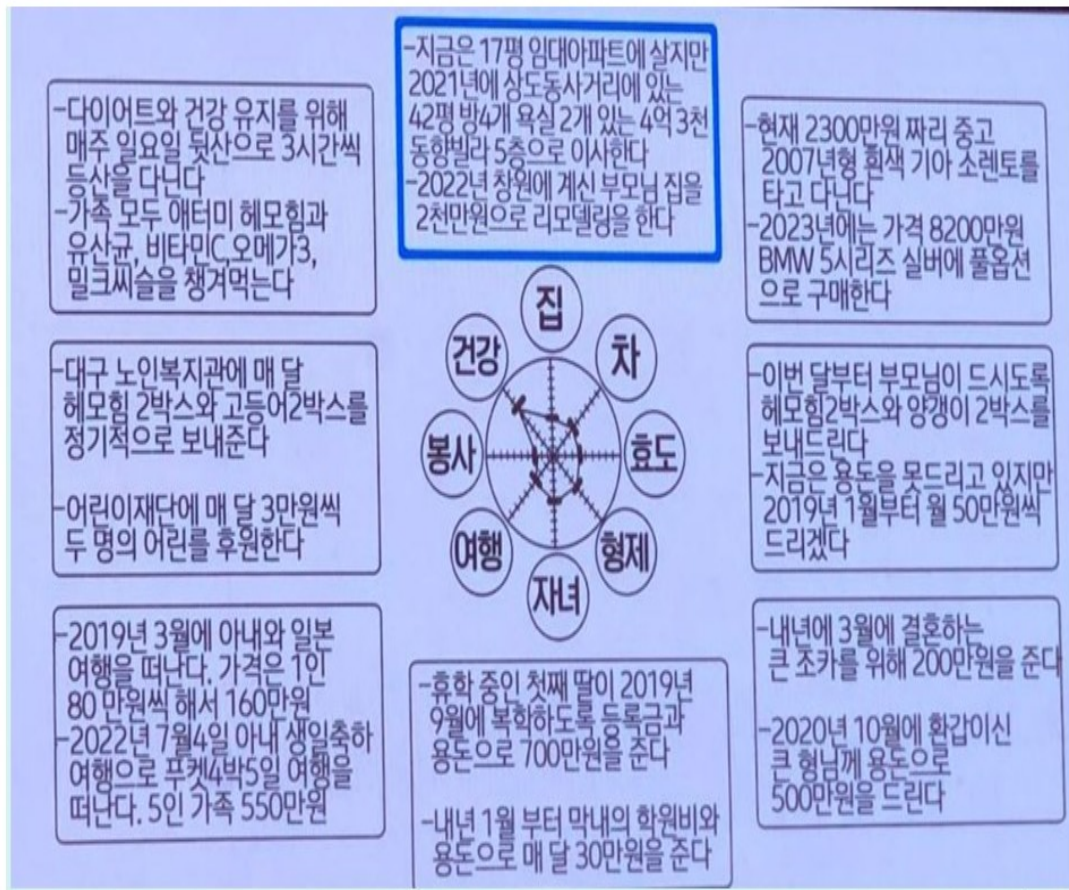


구분	내용
- 자유 구성 가능	- (꿈/미래 목표 등의) 내용은 매달 새로이 업그레이드 가능
1. 집	(1) 서울 또는 신도시, 인프라 좋은 38평대 아파트, 넓은 주방 화장실 2개 드레스룸 옵션
2. 차	(2) 마세라티 MC20 첼로
3. 효도	(3) 본가에 있는 주택 리모델링 해드리기 부모님의 통증과 기능 저하를 예방하고 개선할 수 있도록 꾸준히 운동과 재활 관리 해드리기 한달에 한번씩 다같이 밥먹는 자리 만들기 (시간 같이 보내기)
4. 형제	(4) 결혼하기 전에는 동생과 같이 여행 자주 다니면서 추억 쌓기 결혼 후 공동육아 하기
5. 자녀	(5) 아들1 딸 2 혹은 반대, 쌍둥이
6. 여행	(6) 취업후 경력 쌓은 뒤 워킹홀리데이 가기 1년에 한번씩 가족들과 힐링여행 가기
7. 봉사	(7) 한달에 한번 정도 스포츠 현장봉사 (테이핑, 근육 이완, 스트레칭) 가기
8. 건강	(8) 매일 수영 꾸준히 하기 러닝이랑 헬스도 병행하며 영양제 잘 챙겨먹기

# [견본 1-1/참고용] 나의 인생 시나리오

- \* 나의 꿈을 키워나가기
- \* 매월 1회 새로이 작성하여 업그레이드

## [작성 예시] 나의 인생시나리오



\* 출처 : "(박OO 애OO 회장) 목숨을 걸만한 나의 인생 시나리오", <https://blog.naver.com/atomyway2009/221229867190>.

# [견본 1-2-1/참고용]

## 권유\*의 나의 인생 시나리오



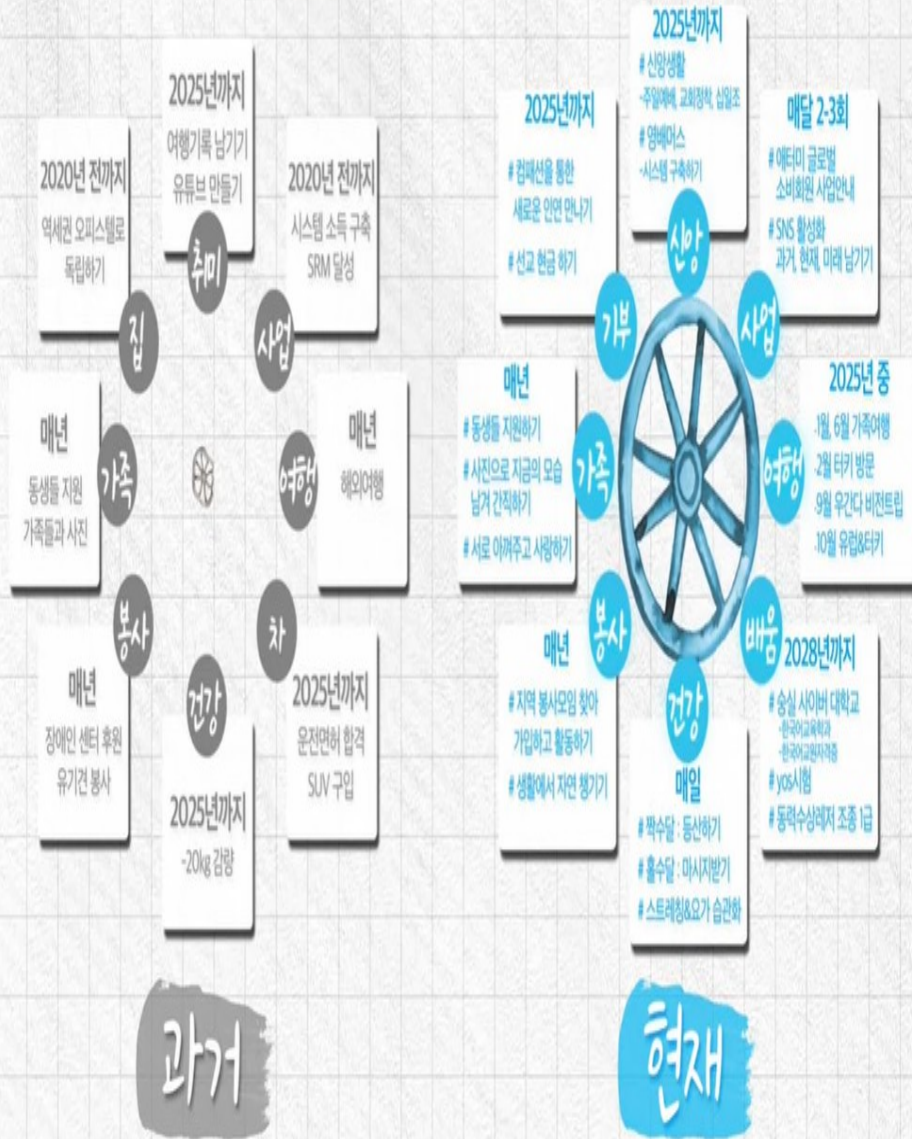
\* 출처: “인생시나리오 스토리-권유리RM”, [https://www.youtube.com/watch?v=8\\_a0mmO4ctE](https://www.youtube.com/watch?v=8_a0mmO4ctE)



\* 출처: “인생시나리오 스토리-권유리RM”, [https://www.youtube.com/watch?v=8\\_a0mmO4ctE](https://www.youtube.com/watch?v=8_a0mmO4ctE)

# 권유리의 인생시나리오

atom  
ATOM



\* 출처: "인생시나리오 스토리-권유리RM", [https://www.youtube.com/watch?v=8\\_a0mmO4ctE](https://www.youtube.com/watch?v=8_a0mmO4ctE)

# [견본 2/참고용] 나의 만다라트

## \* U1 Boosting \*

\* 가치 추정 : 수천 억 원대 + 알파(?)

실용하기

활동지 1 나의 만다라트 만들기

다음페이지에 있는 100선수 오타니의 만다라트를 참고하여 자신의 목표를 설정하기 위한 만다라트를 만들어 보세요.


예시) 프로야구 선수 오타니의 만다라트

몸관리	영양제 먹기	FSQ 90kg	인스텝 개선	몸통 강화	축 흔들지 않기	각도를 만든다	위에서부터 공을 던진다	손목 강화
유연성	몸 만들기	RSQ 130kg	릴리즈 포인트 안정	제구	불안정 없애기	힘 모으기	구위	하반신 주도
스टे미너	가동역	식사 저녁7순갈 아침3순갈	하체 강화	몸을 열지 않기	멘탈을 컨트롤	볼을 앞에서 릴리즈	회전수 증가	가동력
뚜렷한 목표·목적	일희일비 하지 않기	머리는 차갑게 심장은 뜨겁게	몸 만들기	제구	구위	축을 돌리기	하체 강화	체중 증가
핀치에 강하게	멘탈	분위기에 휩쓸리지 않기	멘탈	8구단 드래프트 1순위	스피드 160km/h	몸통 강화	스피드 160km/h	어깨 주변 강화
마음의 파도를 안안들기	승리에 대한 집념	동료를 배려하는 마음	인간성	운	변화구	가동력	라이너 캐치볼	피칭 늘리기
감성	사랑받는 사람	계획성	인사하기	쓰레기 줍기	부실 청소	카운트볼 늘리기	포크볼 완성	슬라이더 구위
배려	인간성	감사	물건을 소중히 쓰자	운	심판을 대하는 태도	늦게 낙차가 있는 커브	변화구	좌타자 결정구
예의	신뢰받는 사람	지속력	긍정적 사고	응원받는 사람	책임기	직구와 같은 폼으로 던지기	스트라이크 볼을 던질 때 제구	거리를 상상하기

\* 출처 : 정미란, 임종아, 김장곤, 박용덕 편(2025), U1 부스팅 교수용 가이드북, 영동, 유원대학교 교육혁신원, 교육과정혁신센터, 2025, 162면.