

스마트폰 생활 습관 경매 게임하기

1. 스마트폰 생활 습관 경매 게임방법을 알아보고 게임에 참여해봅시다.

① 카드 살펴보기

모든 카드를 우선 한 장씩 읽어보면서 어떤 습관들이 있는지 알아보세요.

② 습관 카드 설명 듣기

카드마다 해당 습관이 왜 중요한지 귀 기울여 듣고 중요한 이유를 기억해두면 좋아요.

③ 우리 팀의 우선 습관 3개 정하기

3~4명이 팀이 되어 우리 팀이 가장 중요하다고 생각하는 습관 카드 3장을 먼저 골라보세요.
친구들과 이야기하면서 정해야 해요.

④ 디지털 건강 포인트 받기

각 팀은 디지털 건강 포인트 100점을 받아요. 이걸 돈처럼 사용할 수 있어요.

이 포인트는 경매할 때 아주 중요해요!

⑤ 경매 시작

카드가 경매로 불리면 갖고 싶은 팀은 얼마를 낼지 손 들고 불러보세요.

⑥ 입찰해서 카드 얻기

우리가 갖고 싶은 카드를 얻기 위해 포인트를 걸고 가장 높은 포인트를 낸 팀이 그 카드를 가져가요. 포인트를 아껴 가며 똑똑하게 쓰는 게 중요해요!

⑦ 작전 바꾸기(중간 점검)

포인트는 정해져 있으니 전략이 필요해요. 중간에 남은 포인트를 보고 작전을 다시 세울 수 있어요.

⑧ 디지털 건강 챌린지 계획 세우기

게임이 끝나면 우리 팀이 얻은 카드들을 보고 그중 하나를 골라서 실천 계획을 세워요.

나만의 디지털 건강 챌린지 계획 세우기

▶ 내가 도전할 습관:

월	일	챌린지 ()일차 소감
실천 내용 기록		
월	일	챌린지 ()일차 소감
월	일	챌린지 ()일차 소감