

우리 아이의 안전하고 건강한

디지털 생활을 위한 부모 지원 자료





CONTENTS

1. 우리 아이 디지털 사용, 언제부터 어떻게?	06
2. 디지털 시대의 이해와 유아의 일상 모습	09
3. 디지털 미디어에 대한 오해와 올바른 이해	11
4. 디지털 역량 이해하기	13
5. 건전한 디지털 사용 습관	16
6. 함께 알아보고 지키는 디지털 안전	18
7. 존중을 실천하는 디지털 윤리	20
8. 과의존 예방을 위한 자녀와의 소통	22
9. 디지털 미디어 선별	25

우리 아이의 안전하고 건강한
디지털 생활을 위한
부모 지원 자료

- 10. 건강한 디지털 문화 만들기 27
- 11. 가정에서의 언플러그드 놀이 29
- 12. 가정에서 부모와 함께 하는 디지털 놀이와 활동 33
 - ① 안전하고 건강하게 디지털을 사용해요 “디지털 건강 체조 송”
 - ② 스마트폰 타이머 기능 활용 놀이 “아빠를 잡아라! 수건 꼬리잡기”
 - ③ 스마트폰 타이머 기능과 걷기 앱 활용 놀이 “우리 가족, 함께 걷고 건강하게!”
 - ④ 스마트폰 카메라 활용 놀이 “정리 전 vs 후 사진 놀이”
 - ⑤ 스마트폰 카메라 활용 놀이 “그림으로 변하는 사진”
 - ⑥ 스마트폰 음성 녹음 기능 활용 놀이 “우리 가족의 음성 동화 만들기”
 - ⑦ 스마트 렌즈 활용 놀이 “나뭇잎이 궁금해”
 - ⑧ 크롬 뮤직 랩 활용 놀이 “내 이름이 음악이 된다면?”
 - ⑨ 스톱모션 스튜디오 앱 활용 놀이 “꿈꾸는 스튜디오!”
 - ⑩ 디지털 미디어 활용 놀이 “미디어 시청도 배움이 될 수 있어요.”
 - ⑪ 가정에서 할 수 있는 언플러그드 놀이 “컴퓨팅 사고를 위한 보드게임”
 - ⑫ 건강하고 안전한 디지털 습관 “놀이 고수의 가방!”



우리 아이의 안전하고 건강한 디지털 생활을 위한 부모 지원 자료

01. 우리 아이 디지털 사용, 언제부터 어떻게?

- 연령에 따른 미디어 사용에 대한 권고
- 유아 발달에 좋은 점과 해로운 점
- 디지털 미디어 노출 시기와 유의점

02. 디지털 시대의 이해와 유아의 일상 모습

- 디지털 환경에서 태어나 생활하는 유아의 일상 들여다보기
- 새로운 놀이의 경험을 제공하는 디지털과의 만남으로 건강한 성장 돕기

03. 디지털 미디어에 대한 오해와 올바른 이해

- 디지털 미디어, 시력을 저하시킨다?
- 디지털 미디어, 과몰입을 유도한다?
- 디지털 미디어, 사회성과 창의성을 억제한다?
- 부모의 디지털 미디어 양육태도 점검해 보기

04. 디지털 역량 이해하기

- 디지털 역량이란?
 - 유아기에 필요한 6가지 디지털 역량 알아보기
- ※ 제공된 리플릿 참고

- 건강하고 안전한 디지털 미디어 사용을 위해 필요한 규칙 만들기
- 부모의 디지털 습관형성을 위한 자기점검 10가지

05. 건강한 디지털 사용 습관

- 온라인 세상에서 안전하려면?
- 적절하지 않은 콘텐츠를 접했을 때는?
- 유익하지 않은 디지털 환경과의 만남에서 스스로를 보호할 수 있는 부모-자녀 대화법

06. 함께 알아보고 지키는 디지털 안전

07. 존중을 실천하는 디지털 윤리

- 유아의 삶의 안전과 연결되는 개인정보의 중요성
- 타인의 권리와 사생활을 존중하는 정보 공유

08. 과의존 예방을 위한 자녀와의 소통

- 과사용을 불러오는 부모의 잘못된 습관
- 주변 탐구와 호기심을 격려하는 소통
- 온라인과 오프라인을 넘나드는 놀이

09. 디지털 미디어 선별

- 디지털 미디어 선택을 위해 부모가 알아야 할 5가지 선별 기준
- 건강한 디지털 생활을 위해 가족이 함께하는 콘텐츠 리뷰

10. 건강한 디지털 문화 만들기

- 가족 간의 대화를 풍성하게 하는 디지털 놀이
- 가족 브이로그 제작하기
- 가족이 함께하는 소중한 순간들이 모여 우리 가족의 건강한 문화 만들기

11. 가정에서의 언플러그드 놀이

- 컴퓨팅 사고력 어떻게 높일까?
- 언플러그드란 무엇일까?
- 컴퓨팅 사고력을 높이는 언플러그드 놀이 함께 해보기

12. 가정에서 부모와 함께하는 디지털 놀이와 활동

1. 디지털 건강 체조 송
: 안전하고 건강한 디지털 습관
※ 제공된 체조 영상 참고
2. 아빠를 잡아라! 수건 꼬리잡기
: 스마트폰 타이머 기능 활용
3. 우리 가족, 함께 걷고 건강하게
: 스마트폰 타이머 기능과 걷기 앱 활용
4. 정리 전 vs 후 사진 놀이
: 스마트폰 카메라 활용
5. 그림으로 변하는 사진
: 스마트폰 사진 활용
6. 우리 가족의 음성 동화 만들기
: 스마트폰 음성 녹음 기능 활용

7. 나뭇잎이 궁금해
: 스마트 렌즈 활용
8. 내 이름이 음악이 된다면?
: 구글 뮤직 랩 활용
9. 꿈꾸는 스튜디오!
: 스톱모션 스튜디오 앱 활용
10. 미디어 시청도 배움이 될 수 있어요
: 디지털 미디어 활용
11. 컴퓨팅 사고를 위한 보드게임
: 가정에서 할 수 있는 언플러그드 놀이
12. 놀이 고수의 가법!
: 건강하고 안전한 디지털 습관



01. 우리 아이 디지털 사용, 언제부터 어떻게?

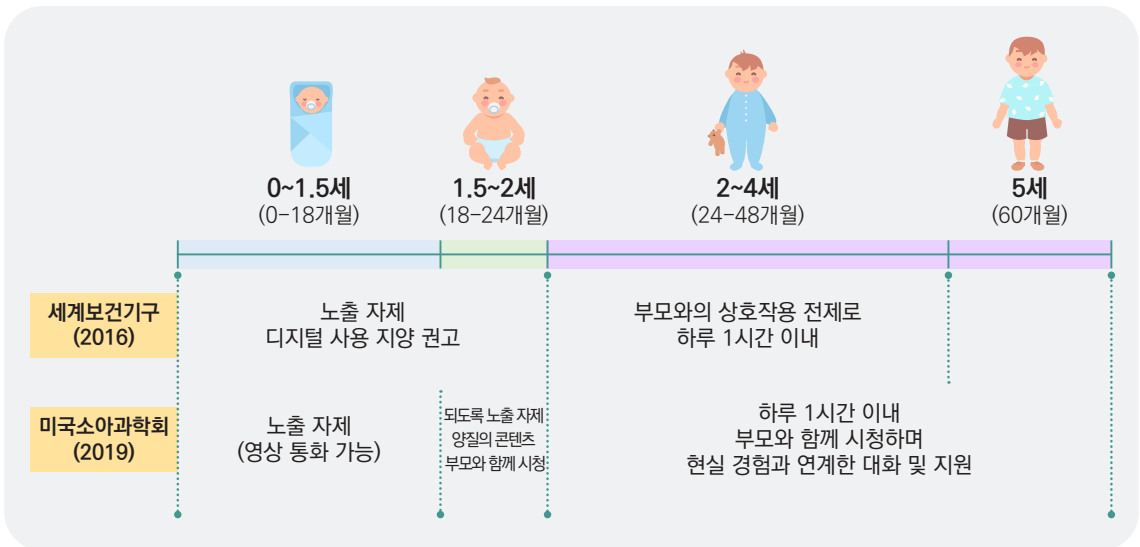
부모들의 디지털 이야기: 우리들의 고민



“한때는 어린 시기에 일찍부터 디지털에 노출되면 위험하다고 디지털 기기 주지 말라고 했잖아요.
그런데 요즘은 유아기부터 디지털 역량을 함양해야 한대요.
도대체 뭐가 맞는 건지 모르겠어요.”

디지털 양육의 나침반: 전문가와 읽기

디지털 미디어 사용, “언제부터, 어떻게” 시작해야 하나요?



[그림 1] 영유아 연령에 따른 디지털 미디어 사용

- ▶ 부모는 영유아기 디지털 미디어 사용에 대해 신중히 생각해 보아야 합니다. 특히 24개월 미만의 영아는 뇌가 빠르게 발달하는 시기입니다. 이때 영아는 다른 사람과 눈 맞춤하기, 표정 읽기, 목소리 변화

알아차리기와 같은 사람과 관계 맺는 기본적인 능력을 발달시킵니다. 또한 충분한 수면과 몸을 움직이는 활동이 매우 중요한 시기입니다. 이런 시기에 디지털 미디어를 많이 사용하면 영아의 발달에 좋지 않은 영향을 줄 수 있어, 디지털 미디어 노출을 자제하는 것이 좋습니다.

- ▶ 세계보건기구(WHO)는 24개월까지의 영아는 디지털 미디어 사용을 제한할 것을 권고합니다. 이후 2~4세 시기에는 부모와 함께 시청하며 이야기를 읽거나 듣기 등으로 미디어를 사용하며 하루 1시간 이내로 제한할 것을 권고하고 있습니다.
- ▶ 미국소아과학회(American Academy of Pediatrics, AAP)에 따르면, 18개월 미만 영아는 영상통화 외에는 디지털 미디어 사용을 제한해야 합니다. 18~24개월 사이의 영아가 디지털 미디어를 접할 때는 반드시 고품질 프로그램을 선택하고, 부모가 함께 시청하며 내용을 설명해 주어야 합니다. 이후 2~5세 유아의 경우 하루 1시간 이내로 고품질 프로그램을 선택하고, 부모와 함께 시청하는 것이 중요합니다. 더불어 시청한 내용을 일상생활에서 놀이나 대화로 연결하여 학습 효과를 높이는 것이 좋습니다.
- ▶ 정리해보면, 되도록 2세 이전에는 디지털 미디어 사용을 제한하고, 2~5세 유아의 경우 하루 1시간 이내로 디지털 미디어 사용을 제한할 것이 권장됩니다. 이때도 고품질 프로그램을 선택하고, 부모와 함께 대화를 나누며 시청해야겠습니다.

디지털 미디어, 우리 아이 발달에 이런 점이 좋아요!

- ▶ 생각하는 힘이 자라나요.
 - 디지털 놀이를 하면서 현실과 가상을 오가는 경험을 해요.
 - 이런 경험은 자신의 생각과 행동을 스스로 살펴보고 조절하는 능력을 키워줘요.
- ▶ 상상력과 표현력이 자라나요.
 - 디지털 미디어로 다양한 가상 세계를 경험하면서 상상력이 풍부해져요.
 - 성인과 함께 디지털 미디어로 영상, 음악 등을 만들면서 다양한 방법으로 자신을 표현할 수 있어요.
- ▶ 감각 운동 능력이 발달해요.
 - 화면을 보며 손가락으로 그림을 그리거나 퍼즐을 맞추는 활동은 손과 눈의 협응력이 좋아져요.
 - 동영상을 보면서 춤추기, 체조, 운동을 따라 하면서 몸을 잘 움직이는 법을 배워요.
- ▶ 새로운 것을 배울 수 있어요.
 - 디지털 미디어를 사용하면서 새로운 어휘를 배워요.
 - 여러 가지 새로운 개념도 자연스럽게 익힐 수 있어요.



디지털 미디어 사용, 어떤 점에서 해로울 수도 있나요?

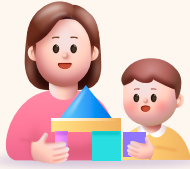
- ▶ 영유아의 건강한 뇌 발달을 위해서는 '다른 사람과 함께하는 시간'과 '몸을 움직이고 감각을 사용하는 신체 활동'이 매우 중요합니다. 따라서 디지털 미디어 사용이 실제 체험과 대면 상호작용을 대체하지 않도록 주의가 필요합니다.
- ▶ 유아가 혼자서 오랫동안 동영상을 보거나 게임을 하면 '시각적인 정보'에만 너무 집중하게 되어, 말하기와 듣기, 다른 사람의 마음 이해하기, 주의 집중력과 기억력 등의 발달이 늦어질 수 있습니다.
- ▶ 반대로 어른과 함께 그림책을 보면 어떨까요? 같은 것을 보면서 이야기도 나누고, 서로의 표정과 목소리 변화도 볼 수 있습니다. 이런 경험은 유아의 뇌를 골고루 발달시키고, 서로 더 가까워지는 느낌도 들게 합니다.



자녀와 함께하는 디지털 길잡이: 즐거운 실천 만들기

- ▶ 디지털 미디어를 잘 활용하면 유아의 발달에 분명 도움이 됩니다. 하지만 전문가들은 아직까지 디지털 미디어가 '대인 간 상호작용과 신체 운동 및 감각 자극'이라는 인생 초기 발달의 주요 기제를 얼마나 대체할 수 있는지 답을 얻지 못했다고 말합니다.
- ▶ 따라서, 디지털 미디어 및 콘텐츠에 대한 노출은 영아가 24개월이 되기 전까지는 피하는 것이 좋습니다. 2~5세 유아의 경우 양방향적으로 소통이 가능한 '고품질 프로그램'으로 '하루 1시간 이내'로 디지털 미디어 노출 시간을 제한하는 것이 필요합니다.
- ▶ 자녀가 3세에 접어들었다면 디지털 미디어 사용이 1) 보호자 및 또래와 질적으로 풍부한 상호작용의 시간을 빼앗고 방해하지 않도록 각별히 유의하고, 2) 자녀와 함께 디지털 콘텐츠를 시청하고 대화를 나누며 이를 지원해야 할 것입니다.





02. 디지털 시대의 이해와 유아의 일상 모습

부모들의 디지털 이야기: 우리들의 고민



“우리 아이가 디지털 미디어를 너무 좋아해서 걱정이예요.
책 읽기나 블록 놀이 보다 유튜브 보기나 디지털 게임을 더 좋아하는 것 같아요.
부모로서 어떻게 해야 할까요?”

디지털 양육의 나침반: 전문가와 읽기

유아는 태어나는 순간부터 디지털 환경 속에서 성장하고 있음을 이해해 주세요.

- ▶ 유아는 다양한 디지털 미디어를 자연스럽게 접하며 성인, 또래, 미디어, 자연, 장난감 등과의 관계에서 세상을 이해하고 탐구하며 세상과 소통하는 법을 배웁니다.

사례로 더 깊이 보기!

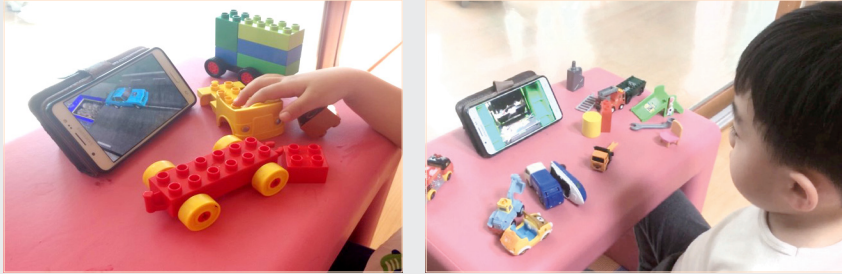
- ▶ 유아는 부모와 함께 스마트폰을 통해 예전 사진을 보며 달라진 나의 모습을 알고 시간의 흐름을 이해합니다.
- ▶ 멀리 떨어진 친척 및 친구와 영상 통화를 하며 새로운 관계를 형성해 나갑니다.
- ▶ 유아는 유튜브를 통해 다른 나라 사람의 문화와 생활방식 등을 알아갑니다.
- ▶ 유아는 디지털카메라로 다양한 상황을 찍으며 일상의 소중한 시간을 기록합니다.



- ▶ 디지털 미디어와 함께하는 유아의 일상은 새로운 놀이의 기회와 배움의 장을 열어줄 수 있습니다.
- ▶ 유아는 단순히 디지털 미디어가 제공하는 정보를 그대로 받아들이는 것을 넘어, 이전의 경험과 사물, 사람, 자연 등과 직접 관계 맺으며 자신만의 창의적인 놀이와 의미를 만들어 나갑니다.

사례로 더 깊이 보기!

- ▶ 유아는 자동차 동영상을 보다가 평소 좋아하는 장난감으로 자동차 놀이를 시작합니다.
- ▶ 유아의 자동차 놀이는 자동차 동영상의 내용을 그대로 따라 하는 것처럼 보이지만, 자세히 놀이를 살펴보면 유아는 자동차 동영상의 내용을 재해석하여 놀이합니다.
- ▶ 유아의 자동차 놀이 안에는 영상 관련 자동차 이야기와 유아의 자동차 사전 경험과 지식, 유아의 일상이 복잡하게 얽혀 자신만의 놀이를 즐기고 있습니다.



디지털과 아날로그가 함께 하는 유아 자동차 놀이의 예

유아는 다양하게 디지털을 경험하며 새로운 배움을 만들어 갈 수 있습니다.

- ▶ 모든 유아가 디지털 미디어를 좋아하거나 익숙한 것은 아닙니다. 유아의 경험과 사회적 환경, 가정 배경, 개인 성향에 따라 유아의 디지털 미디어 역량은 다르게 나타납니다.
- ▶ 유아의 디지털 경험의 차이는 향후 디지털 활용 능력의 격차로 나타날 수 있습니다.
- ▶ 다양하고 건강한 디지털 교육적 경험은 유아가 경험해야 하고 학습해야 할 권리로서 더욱 중요해졌습니다.
- ▶ 부모는 유아가 만들어가는 다양한 디지털 놀이와 배움을 이해하고 유아가 건강하고 즐거운 디지털 경험을 할 수 있도록 적극 지원해야 합니다.

자녀와 함께하는 디지털 길잡이: 즐거운 실천 만들기

▶ 우리 가족의 모습을 디지털로 기록하기

- ▶ 일상의 경험을 디지털 사진으로 기록하기
- ▶ 우리 가족 일상의 사진을 함께 감상하기

▶ 움직이는 디지털 그림/사진 만들기

- ▶ 좋아하는 사진을 선택하거나 그림을 그리기
- ▶ Animated Drawings 앱에 그림을 넣기
- ▶ 내가 원하는 동작 선택하기
- ▶ 가족이 함께 그 동작 대로 움직여보기



03. 디지털 미디어에 대한 오해와 올바른 이해

🔍 부모들의 디지털 이야기: 우리의 고민



“우리 아이가 스마트폰을 볼 때마다 시력이 나빠질까 봐 걱정돼요.”
 “우리 아이가 동영상 보는 걸 너무 좋아해요.
 동영상을 끄면 울어요. 디지털 미디어에 중독된 게 아닐까요?”

🔍 디지털 양육의 나침반: 전문가와 읽기

👤 디지털 미디어가 유아의 시력을 저하한다?

- ▶ 디지털 화면을 오래 보면 눈의 피로감이 느껴질 수 있지만, 시력은 자녀의 디지털 미디어뿐 아니라 유전, 일상 습관 등 다양한 요인에 따라 달라집니다.

- ▶ 디지털 미디어를 적절한 시간 동안 사용하고, 중간중간 눈을 쉬게해주는 게 좋습니다.
- ▶ 유아와 함께 디지털 미디어를 사용할 때, 밝기가 너무 어둡거나 밝은 환경에서 사용하는 것은 피하면 좋습니다.

👤 디지털 미디어에 지나치게 빠져들지 않을까?

디지털 과몰입은 유아의 평소 생활 모습을 바탕으로 신중하게 판단해야 합니다.

- ▶ 단순히 디지털 미디어를 좋아하고 더 하고 싶어 하는 유아의 적극적인 모습을 디지털 과몰입이라고 판단하는 것은 위험합니다.
- ▶ 유아의 디지털 과몰입은 유아의 일상생활에 지장을 줄 정도로 문제가 되는지에 따라 전문가와 함께 신중하게 판단해야 합니다.

- ▶ 디지털 미디어에 대한 부모의 일관적인 양육 태도가 필요합니다. 부모의 일관적이지 않은 양육 태도는 오히려 유아의 디지털 미디어에 대한 집착과 문제 행동을 더 일으키기도 합니다.
- ▶ 부모의 일관적이고 안정적인 양육 태도는 유아의 디지털 미디어 역량 및 자기 조절력 등을 키울 수 있습니다.

디지털 미디어가 유아의 사회성과 창의성을 억제하지 않을까?

디지털 미디어를 어떻게 사용하느냐에 따라 유아의 사회성과 창의성은 달라집니다.

- ▶ 유아는 혼자서 디지털 미디어로 놀이하기도 하지만, 부모나 친구 등 사람들과 함께 놀이하며 즐거움을 느끼고 함께 문제를 해결하는 등의 협력적 경험을 합니다.
- ▶ 디지털 미디어를 통해 유아는 현실 사회에서 표현할 수 없는 상상을 표현하고 놀이합니다. 디지털 놀이는 현실과 가상현실을 넘나들며 자신만의 독창적인 아이디어로 놀이를 즐길 수 있습니다.

- ▶ 부모는 유아의 창의적이고 새로운 디지털 놀이 과정을 지지하고 함께 놀이하며 교육적 가능성을 열어주는 것이 필요합니다.
- ▶ 부모와 함께 디지털 미디어를 사용하며 즐거웠던 유아의 긍정적인 경험, 부모와 함께 문제를 해결했던 협력적 경험은 유아의 사회성과 창의성을 발달시키고 문제해결력을 키울 수 있습니다.

자녀와 함께하는 디지털 길잡이: 즐거운 실천 만들기

▶ 우리 가족 눈 건강을 위한 놀이하기

- ▶ 위, 아래, 오른쪽, 왼쪽 눈을 움직이기
- ▶ 5초간 눈을 감고 뜨기
- ▶ 두 손바닥을 문질러 따뜻하게 만들어 손바닥으로 눈을 부드럽게 덮고 눈을 뜨기

▶ 부모의 디지털 미디어 양육 태도 점검하기

- ▶ 자녀와 함께 정한 디지털 미디어 사용 시간과 방법 등의 약속이 있는가?
- ▶ 자녀에게 일관적으로 디지털 미디어를 제공하였는가?
- ▶ 자녀가 스스로 디지털 미디어를 켜고, 혼자서 끌 수 있도록 지원하였는가?
- ▶ 부모는 자녀가 디지털 놀이를 마무리할 수 있도록 시간을 미리 안내하였는가?
(예: 약속 시간 이제 5분 남았어!)
- ▶ 자녀가 즐겨 보는 미디어 콘텐츠를 함께 보고 이야기 나누었는가?
- ▶ 부모는 스스로 건강하고 균형 잡힌 디지털 미디어 생활을 하고 있는가?



04. 디지털 역량 이해하기

부모들의 디지털 이야기: 우리의 고민



“요즘은 정말 디지털 기술이 급속도로 발전하는 것을 체감해요.
내 아이가 살아갈 미래 사회에는
디지털 역량이 더욱 중요해질 것이라 말을 많이 듣지만,
정작 디지털 역량이라는 말을 들으면 막연한 느낌이에요.
디지털 역량이 정확히 무엇인지 알아야
우리 아이가 디지털 역량을 기를 수 있도록 도움을 줄 수 있을 것 같아요.”

디지털 양육의 나침반: 전문가와 읽기

💡 디지털 역량은 무엇인가요?

- ▶ 일반적으로 디지털 역량은 개인이 디지털 시대에 스스로 잘 살아가기 위해 갖추어야 할 지식과 기술, 가치와 태도를 의미하며, 주로 디지털 기술과 미디어를 주체적이고 비판적으로 이해하고 활용할 줄 아는 역량을 의미합니다.
- ▶ 디지털 미디어를 능숙하게 다룰 줄 아는 것뿐 아니라, 각종 디지털 콘텐츠를 꼼꼼히 살피고 비판적 사고를 거쳐 받아들이고 창작하며, 디지털 세계에 주도적으로, 안전하게 참여하고 소통할 수 있는 능력을 말합니다.
- ▶ 최근에는 다른 사람을 배려하고 책임감 있고 윤리적인 태도로 디지털 미디어를 활용하고 온라인 공동체에 참여하며 더 좋은 사회를 만드는 데 도움이 되고자 하는 ‘디지털 사회의 구성원’으로서의 생각과 자세가 강조되고 있습니다.

유아교육기관에 다니는 우리 아이에게 어떤 디지털 역량¹⁾이 필요한가요?

- ▶ 우리 아이에게는 디지털 기기의 기본적인 작동과 사용법을 이해하고, 디지털 도구로 자신을 창의적으로 표현하며, 디지털을 활용해 궁금한 것을 해결하고, 디지털 환경에서 타인의 감정을 이해하고 배려하며, 안전하고 건강한 사용 습관을 기르고, 디지털을 통해 다른 사람들과 소통하고 참여하는 능력이 필요합니다.



[그림 2] 우리 아이가 갖추어야 할 디지털 역량

- ▶ 유아의 디지털 역량을 구성하는 6가지 하위 차원과 각 역량이 의미하는 구체적인 사례를 살펴보면 <표 1>과 같습니다.

<표 1> 유아를 위한 디지털 역량 이해하기

하위 차원	이런 능력이에요	우리 아이는 이렇게 해요
디지털 작동 및 사용에 대한 이해	디지털 기기를 기본적으로 다룰 수 있어요.	<ul style="list-style-type: none"> • 디지털 기기를 켜고 끌 수 있어요. • 화면을 터치하고 밀어서 원하는 앱을 찾을 수 있어요. • 간단한 터치 동작으로 원하는 기능을 사용해요.
디지털 미디어 창작 및 감상	디지털 도구로 자신을 표현하고 다양한 콘텐츠를 즐길 수 있어요.	성인의 도움을 받아 <ul style="list-style-type: none"> • 그림 그리기 앱으로 작품을 만들어요. • 좋아하는 영상을 보고 상상놀이를 해요. • 간단한 음악 만들기를 시도해요.
디지털 문제해결력과 사고력	궁금한 것을 찾아보고 해결할 수 있어요.	<ul style="list-style-type: none"> • 궁금한 것을 부모님과 함께 찾아봐요. • 간단한 문제를 디지털 도구로 해결해요.

1) 취학 전 어린이를 위한 디지털 역량의 하위 차원은 학자 및 기관마다 다양하게 제안되고 있지만, 다음에서 소개하는 디지털 역량은 차기주(2024)가 다양한 국제기구 및 학자들의 연구를 종합하여 제안한 여섯 가지 하위 차원을 보다 이해하기 쉽도록 일부 용어를 수정한 것입니다.

하위 차원	이런 능력이에요	우리 아이는 이렇게 해요
디지털 사회정서	디지털 세상에서 다른 사람을 배려할 수 있어요.	<ul style="list-style-type: none"> • 친구들과 함께 디지털 기기를 사용해요. • 다른 사람의 감정을 이해하고 배려해요. • 예의 바르게 소통해요.
디지털 안전과 건강한 습관	건강하고 안전하게 디지털 기기를 사용해요.	<ul style="list-style-type: none"> • 약속한 시간만큼만 사용해요. • 개인정보를 조심해요. • 바른 자세로 사용해요.
디지털 소통과 참여	다른 사람들과 소통하고 경험을 나눌 수 있어요.	<ul style="list-style-type: none"> • 가족들과 화상통화를 해요. • 친구들의 이야기에 관심을 보여요. • 자신의 경험을 나누어요.

🔍 자녀와 함께하는 디지털 길잡이: 즐거운 실천 만들기

💻 디지털 역량, 이렇게 이해하면 좋아요!

- ▶ 지금까지 살펴본 것처럼, 디지털 역량은 단순히 디지털 기기를 잘 다루는 것이 아닙니다. 여기에는 더 많은 의미가 담겨 있습니다.
 - ▶ 디지털 세상에서 스스로 생각하고 배우기
 - ▶ 다른 사람들과 바르게 소통하기
 - ▶ 올바른 가치를 지키며 행동하기
- ▶ 이런 능력들은 하루아침에 생기는 것이 아닙니다. 일상생활 속에서 자녀가 자연스럽게 디지털을 경험하면서, 조금씩 키워나갈 수 있습니다.
- ▶ 우리 아이가 디지털 세상에서 지혜롭고 건강하게 자랄 수 있도록 함께 도와주세요. 더 자세한 방법들은 함께 제공해 드린 리플릿(우리 아이의 디지털 역량을 키우는 부모 안내서)을 참고해주세요.





05. 건전한 디지털 사용 습관

부모들의 디지털 이야기: 우리의 고민



“집안일을 할 때 조용하게 있으라고 태블릿PC 사용을 허락했는데 그만하라고 하면 떼를 쓰고 거친 행동을 합니다.”

“아이가 키즈카페에서 노는 동안 스마트폰을 보고 있었는데 엄마는 왜 오랫동안 스마트폰을 사용하냐며 불만을 말하네요.”

디지털 양육의 나침반: 전문가와 읽기

습관은 일상에서 반복적인 행위를 통해 몸에 익혀져 자연스럽게 나타나는 개인적 행동을 의미합니다. 디지털 사용의 연령층이 낮아지는 상황에서 부모는 디지털 노출에 따른 잘못된 습관이 형성될까 걱정이 많습니다.

“유연한 규칙으로 디지털 조절력을 길러주세요.”

- ▶ 규칙은 행동을 결정하는 기준이 됩니다.
- ▶ 건강하고 안정적인 질서를 만들어가는 유익한 규칙이 되려면 공정하고 실천이 가능한 내용이어야 합니다.
- ▶ 규칙을 실천하는 과정에서 새로운 규칙이 필요한 상황과 변경이 필요한 내용에 대해 이야기하여 조정합니다.
- ▶ 규칙은 한 번에 결정하지 않으며, 결정한 내용을 첫날부터 무조건 지켜야 하는 의무가 부여되지 않도록 조절합니다.
- ▶ 유아의 수준에서 건강하고 안전하게 사용할 수 있는 규칙을 만들어가는 과정은 규칙이 억압으로 느끼지 않도록 하며, 유아의 사고하기와 조절 능력을 높입니다.

- ▶ 언제 스마트폰을 사용할까? 왜 그렇게 생각했니?
- ▶ 스마트폰을 사용할 때 왜 부모님께 허락을 받아야 할까?
- ▶ 우리에게 필요하면서 우리가 지킬 수 있는 것을 말해 보자.
- ▶ 우리가 만든 규칙을 어디에 놓으면 잘 보고 지킬 수 있을까?
- ▶ 새로운 규칙이 더 필요할 땐 어떻게 할까?
- ▶ 만약 약속을 지키지 못한다면 어떻게 할까?
- ▶ 규칙을 만들고 지키면서 어떤 점이 좋아진 것 같니?

- ▶ 좋은 습관을 만들어가며 유아는 배운답니다.
- ▶ 습관을 바꾸는 과정에서 다양한 갈등을 극복하는 방법을 배우고, 행동의 변화를 위해 노력하는 과정에서 성취감을 느낍니다.
- ▶ 실천의 과정에서 유아는 스스로 조절하고 통제하는 능력을 키웁니다.



▶ 건강한 디지털 생활을 위한 규칙을 만들 때 활용해 보세요.

1. 사용시간 정하기: 디지털 기기를 사용할 때와 사용하지 않을 때(식사, 취침, 야외놀이 등)를 구분할 수 있어야 해요.
2. 휴식하기: 일정 시간 눈을 쉬게 하고 몸을 움직여요.
3. 다양한 활동 병행하기: 디지털 미디어 사용 외 독서, 운동, 놀이 등 균형 있는 활동을 해요.
4. 수면 시간 지키기: 잠자기 전에는 보지 않고, 수면 시간을 꼭 지켜서 생활해요.

자녀와 함께하는 디지털 길잡이: 즐거운 실천 만들기

디지털 시대의 현명한 부모 되기: “함께 실천으로 책임감을 높여주세요.”

- ▶ 건강하고 안전한 디지털 사용의 습관은 유아가 아닌 부모로부터 시작되어야 합니다.
- ▶ 자녀는 부모의 모습을 보며 자연스럽게 디지털 사용 습관을 형성하게 됩니다.
- ▶ 아래 체크리스트는 ‘조절’, ‘책임’, ‘실천’이라는 세 가지 핵심 영역에서 부모가 스스로를 점검하고 개선할 수 있는 구체적인 지침을 제시합니다.

부모의 디지털 습관 형성을 위한 자기 점검 10가지

조절	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 스마트폰 사용에 대한 긍정적 모델이 되기 위해 의식하고 행동한다. <input type="checkbox"/> 전이시간과 잠자기 전 스마트폰 사용을 의도적으로 줄인다.
책임	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 자녀가 디지털 미디어를 언제 어떻게 사용하는지 알고 있다. <input type="checkbox"/> 다양한 디지털 놀이를 알고 자녀와 함께 놀이한다. <input type="checkbox"/> 자녀와의 놀이 시간에는 촬영보다는 소통을 우선한다. <input type="checkbox"/> 개인정보의 중요성과 위험을 알고 자녀와 이야기 나눈다. <input type="checkbox"/> 디지털 사회문화의 변화를 인지하고 바람직한 교육방식에 관심을 가지고 참여한다.
실천	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 생활 속 디지털 경험에 자녀가 참여할 수 있는 기회를 제공하며 각각의 특징과 예의 있는 활용법을 자녀와 함께 이야기 나누며 실천한다. : 영상통화, 키오스크 사용, 댓글 달기, 다양한 앱 활용 등 <input type="checkbox"/> 건강하고 안전한 디지털 생활을 위해 가족이 필요한 규칙을 함께 정한다. : 어른들의 디지털 기기 사용이 어린이와 다른 이유에 대해 이야기 나누기 <input type="checkbox"/> 규칙을 실천하면서 불편한 상황과 긍정적으로 변화하고 있는 부분을 찾아 함께 이야기 나누며 조율한다.



06. 함께 알아보고 지키는 디지털 안전

부모들의 디지털 이야기: 우리의 고민



“아이가 게임에서 친구를 만났다고 하는데,
온라인에서 모르는 사람과 대화하는 것이 걱정돼요.”
“검색하다가 갑자기 부적절한 광고가 나와서 당황했어요.
이런 상황을 어떻게 대처해야 할지 모르겠어요.”

디지털 양육의 나침반: 전문가와 읽기

자녀가 온라인 세상에서 소통하게 될 때

- ▶ 유아는 가족이나 친구들과 함께 영상통화를 하면서 반가운 마음을 나누고, 서로 안부를 물으며 즐거운 시간을 보낼 수 있습니다.
- ▶ 그러나 화면 속에서 만나는 낯선 사람들은 우리가 잘 모르는 사람일 수 있습니다.
- ▶ 부모님께서 함께 계실 때만 온라인으로 다른 사람들과 이야기를 나누어야 한다는 것을 알려주세요.

인터넷에서 만나는 사람이나 상황에 대해 너무 의지하지 않고,
이상한 일이 생기면 주저하지 말고 부모님이나 선생님께 말하는 것이
자신을 지키는 가장 좋은 방법이라는 것을 이야기해 주세요.

자녀가 부적절한 콘텐츠를 접했을 때

- ▶ 유아와 검색을 하거나 영상을 보다 보면 부적절한 내용들을 접할 가능성이 있습니다.
- ▶ 검색 결과에서 자연스럽게 노출되기도 하고 알고리즘에 의해 자동으로 추천되는 콘텐츠가 적절하지 않을 때도 있을 것입니다.

- ▶ 이러한 상황이 생겼을 때 당황스러움이 앞서지만 디지털 교육에서 중요한 순간이 될 수 있습니다. 유아가 디지털 환경에서 올바른 판단을 하고 건강한 디지털 경험을 할 수 있도록 도울 수 있는 기회가 됩니다.

적절하지 않은 콘텐츠를 접했을 때에 바로 멈추고,
유아와 대화를 통해 올바른 판단 능력을 길러나갈 수 있도록 도와야 합니다.
인터넷이나 앱에서 제공하는 ‘필터링 기능’이나 ‘자녀 보호 기능’을 활용하면
유해 콘텐츠를 사전에 차단할 수 있습니다. 자녀의 안전한 디지털 미디어 사용을 위해
이러한 보호 기능을 반드시 확인하고 설정해 주세요.

- ▶ 안전한 디지털 환경을 만들어주고 건강한 사용 습관을 기르도록 돕는다면, 유아는 자신감을 가지고 디지털 세상에서 다양한 경험을 할 수 있을 것입니다.

자녀와 함께하는 디지털 길잡이: 즐거운 실천 만들기

온라인 세상에서 안전하게 생활하기 위해 이렇게 이야기해 주세요

“인터넷에서는 사람들이 실제와 다르게 행동할 수 있어.
인터넷에서 만나는 사람은 가면을 쓴 사람처럼
우리가 그 사람이 누군지 정확히 알 수 없단다.
친구라고 말해도 실제로는 나쁜 마음을 품고 있을 수도 있어.”

•

“그래서 인터넷에서 알게 된 사람에게
이름, 유치원·어린이집, 주소 같은 개인정보를 알려주면 안 돼.”

•

“놀이터에서 낯선 사람이 ‘같이 놀자’고 한다면
그냥 따라가서는 안 되는 것처럼 인터넷도 비슷해.
모르는 사람이 친구처럼 다가오더라도 항상 조심해야 해.”



적절하지 않은 콘텐츠를 접했을 때 이렇게 이야기해 주세요

“어떤 사진이나 영상은 우리의 기분을 안 좋게 하거나,
○○에게 좋지 않은 내용들이 있을 수 있어.
그럴 땐 바로 멈추는 것이 중요해.”

•

“네가 무섭거나 불편함을 느낄 때는
네 마음을 지키고 보호하는 것이 가장 중요하거든.
그래서 그런 상황에서는 꼭 멈추고 엄마나 아빠에게 이야기해 줘야 해.”

•

“아빠랑 엄마도 네가 안전하게 볼 수 있도록 도와줄게.”





07. 존중을 실천하는 디지털 윤리

부모들의 디지털 이야기: 우리의 고민

“놀이터에서 친구들이랑 놀다가 우연히 아이가 제 스마트폰의 비밀번호를 친구들한테 스스럼없이 말하는 걸 들었어요. 아이들끼리는 별일 없겠지만 개인정보를 보호해야 한다는 걸 어떻게 알려줘야 할지 모르겠어요.”

“아이랑 같이 찍었던 사진을 저도 모르는 사이에 이모한테 보냈어요. 사진을 마음대로 공유하는 것은 가족이라고 해도 허락을 구해야 할 것 같은데, 지금부터 이야기할 필요가 있을까요?”



디지털 양육의 나침반: 전문가와 읽기

개인정보보호를 위한 첫걸음

- ▶ 비밀번호의 중요성은 유아 삶의 안전과도 직접적으로 연결됩니다.
- ▶ 스마트폰에는 각종 개인정보들과 소중한 기록들이 저장되어 있고 이것이 유출될 경우 악용될 여지가 있기 때문입니다.

디지털 환경에서 사생활을 보호하는 것은 우리의 자유와 안전을 지키는 첫걸음이며, 이를 위해 비밀번호 관리나 개인정보보호에 대한 책임 있는 태도가 필수적입니다.

윤리적인 디지털 생활 실천하기

- ▶ 디지털 윤리의 관점에서 개인정보보호는 타인의 권리와 사생활을 존중하는 것입니다.
- ▶ 타인의 동의 없이 사진이나 이름, 위치 등의 정보를 공유하는 것은 주의가 필요하며, 이것은 사생활을 침해할 수 있는 일이라는 것을 설명해주세요.

- ▶ 가족이나 친구의 사진과 개인정보는 반드시 허락을 받고 공유해야 합니다. 이는 상대방의 권리를 배려하는 윤리적인 행동입니다.
- ▶ 이러한 디지털 윤리를 잘 지키는 것은 다른 사람들과 상호 신뢰를 쌓아가는 데 중요한 역할을 하게 됩니다.

자녀와 함께하는 디지털 길잡이: 즐거운 실천 만들기



비밀번호를 포함한 개인정보를 소중히 지키기 위해 이렇게 이야기해 주세요

“스마트폰 비밀번호는
우리 집 비밀번호와 같아.

집 비밀번호를 아무에게나 알려 주면 어떻게 될까?”

•

“다른 사람이 우리 스마트폰을 보면 무엇을 할 수 있을까?
어떤 나쁜 사람들은 그 정보를 이용해 우리에게 해를 끼칠 수도 있어.”

•

“우리가 비밀번호를 잘 지키면 위험한 일은 없을 거야.
비밀번호를 잘 지키는 건 아주 책임 있는 행동이야.”



다른 사람의 정보를 공유하기 전에 동의를 구하는 방법을 이렇게 이야기해 주세요

“사진을 보여주고 싶었던 네 마음은 이해하지만,
다음에는 보내기 전에 엄마한테 한 번 물어봐 주면 좋을 것 같아.”

•

“이모는 우리 가족이니까 큰 문제가 생기지는 않아.
하지만 사진도 엄마의 개인정보 중 하나야.
그래서 누구에게 보낼 때는 엄마에게 물어보는 것이 필요해.”

•

“그렇게 해도 된다고 허락을 구하는 것이 동의야.
어떤 일을 하기 전에 그 사람이 괜찮은지 물어보는 거지.”

•

“엄마의 동의를 구하고 보내면, 엄마도 안심할 수 있어.”





08. 과의존 예방을 위한 자녀와의 소통

부모들의 디지털 이야기: 우리의 고민



“잠깐은 괜찮겠지라는 생각에 식당에서 스마트폰 사용을 허용해 주었더니, 아이는 스마트폰을 사용하고 싶어 식당에 가자고 하네요.”

“어떤 장소를 가든지 아이와 함께 기다리는 시간은 너무 힘들고 어려워요. 틈새 시간 동안에 영상 시청 또는 게임을 하게 하는데 이 역시 염려됩니다.”

디지털 양육의 나침반: 전문가와 읽기

디지털 과의존, 우리 가족의 불편한 진실

- ▶ 부모는 편리함을 위해 디지털 기기 사용을 허락하지만, 이러한 무분별한 미디어 사용은 디지털 과의존으로 이어질 수 있습니다. 이를 예방하기 위해서는 다음과 같이 부모가 유아와 함께 시간을 보내는 방법이 필요합니다.
- ▶ 부모와 유아가 일상에서 마주하는 기다리는 시간, 특히 식당이나 이동 중의 시간은 종종 디지털 기기에 의존하게 되는 순간입니다. 하지만 이런 시간들은 오히려 부모와 유아가 풍부한 대화를 나누고 주변 환경을 탐색하며 상상력을 키울 수 있는 소중한 기회가 될 수 있습니다.

과의존 예방을 위해서 부모는
가족 내에서 디지털 기기 사용에 대한 규칙이 있는지 살펴봅니다.
이때 부모의 입장이 아닌 유아의 시선으로 바라보는 태도가 필요합니다.

유아가 주변 환경에 관심을 가지도록 부모는 질문하고 소통함으로써
자녀가 점차적으로 좋은 선택을 할 수 있도록 합니다.

“기다리는 시간이 지루할 거라고 생각하여 저에게 스마트폰을 주지 말아 주세요.”



▶ 식당에서 기다리는 동안

- 식당 메뉴판 같이 볼까? 어떤 맛있는 음식들이 있는지 찾아보자.
- 다른 식당 메뉴판이랑 좀 다르네. 어떤 점이 다른지 이야기해 볼까?
- 음식이 나오기까지 얼마큼의 시간이 걸릴까?
- 창밖에 무엇이 보이는지 찾아보자. 어떤 재미있는 것들이 있을까?



▶ 긴 이동시간을 함께하는 열차나 자동차 안에서

- 목적지까지는 40분이 걸린단다. 창밖을 보면서 어떤 놀이를 할지 생각해볼까?
- 저기 빨간색 간판에는 뭐라고 적혀있을까? 동그란 표지판은 무슨 뜻일까?
지금 지나가는 것은 무엇일까?
- 우리가 본 것 중에 아름다운 것을 찾아서 이야기 만들어볼까?
- 특별히 기억하고 싶은 멋진 장면이 있다면 사진으로 남겨볼까?



🔍 자녀와 함께하는 디지털 길잡이: 즐거운 실천 만들기

👤 외출할 때 필요한 물건을 자녀와 함께 준비해 보세요

- ▶ 외출 시 자녀가 장시간 기다리는 상황이 예상된다면 함께 외출 준비를 해 봅니다.
- ▶ 자녀를 위한 특별한 외출 가방을 준비해 보아도 좋습니다.

- 내일 가는 곳은 네가 앉아서 기다려야 하는 시간이 좀 더 많이 필요하단다.
여러 사람이 함께 있는 곳이라 마음대로 돌아다닐 수 없는 불편함도 있단다.
- 기다리는 시간 동안 무엇을 하며 시간을 보내면 좋을지 생각해 보자.
- 네가 생각한 놀이와 물건이 우리가 가는 장소에서 할 수 있는 것인지도 생각해 볼까?
- 네가 필요하다고 생각한 물건을 가방에 넣어 외출 준비를 해 보자.





오늘 제 외출 가방에는
색연필, 색종이, 태블릿PC를 챙겼어요!

▶ 외출하여 기다리는 시간 동안 자녀가 그림 그리기를 선택했다면, 부모는 새로운 필기도구를 제시하거나 태블릿PC를 활용하여 온라인과 오프라인이 자연스럽게 연결되는 경험을 할 수 있도록 합니다.

- 태블릿PC의 그림 도구를 이용하여 그림 그리기
- 부모와 자녀가 번갈아 그림을 그리며 완성 후 사진 찍거나 저장하기
- 종이접기를 좋아하는 경우 앱, 동영상 콘텐츠를 활용하여 종이접기 하기

▶ 자녀가 자신이 만든 결과물을 소중하게 다룰 수 있도록 보관할 수 있는 비닐이나 주머니 등을 사전에 준비합니다.

식당에서 어쩔 수 없이 스마트폰을 주면서
마음이 편치 않았는데... 아이가 챙긴 놀잇감으로 놀면서
아이도 부모도 즐거운 기다림의 시간이 되었네요.



집에 돌아온 후 자녀와 오늘 계획의 실행이 어땠는지 이야기하는 시간은 매우 중요합니다. 회상의 시간을 통해 유아는 계획의 적절성에 대해 생각해 보고 다음에 반영할 수 있기 때문이죠. 계획하고 실천하는 다양한 경험은 장소와 시간에 따라 스스로 챙겨야 할 것과 적합한 놀이 방식을 스스로 생각하게 합니다. 자녀의 연령과 관심에 따라 주도적으로 참여할 수 있는 기회와 가족이 함께 하는 놀이 시간을 늘려 다방향의 소통이 이루어지도록 해 주세요.



9. 디지털 미디어 선별

부모들의 디지털 이야기: 우리의 고민

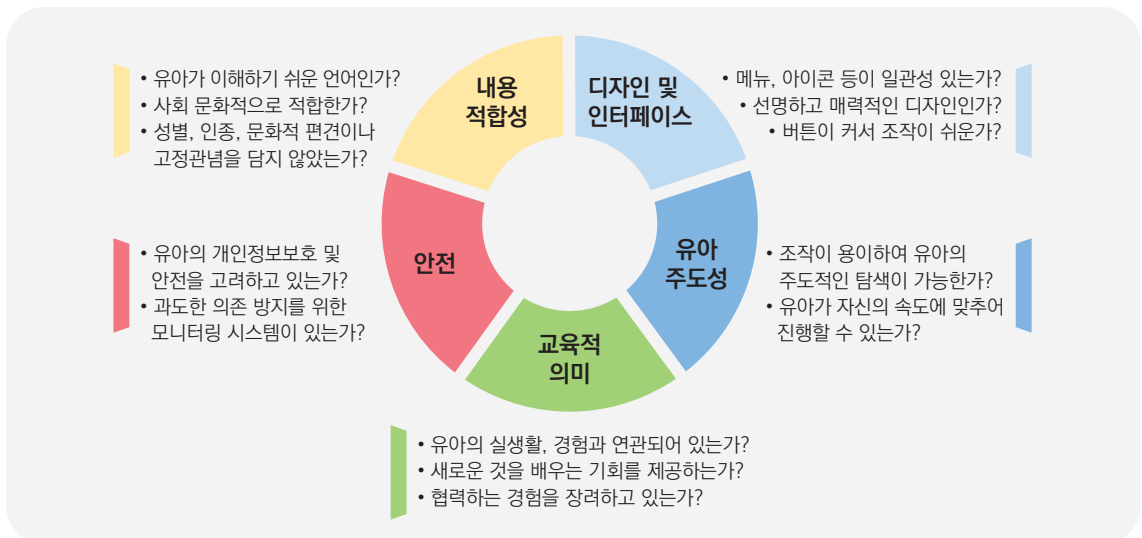


“교육용이라고 하는 앱이나 콘텐츠가 많은데,
정말 우리 아이에게 도움이 되는 건지 구분하기가 어려워요.”
“아이가 보는 영상이나 게임이 연령에 적합한지,
어떤 기준으로 선택해야 할지 고민이에요.”

디지털 양육의 나침반: 전문가와 읽기

디지털 미디어 선별 기준

- ▶ 디지털 미디어는 계속 빠른 속도로 늘어나고 있으며 너무나 많은 정보들로 때로는 혼란스럽기도 합니다.
- ▶ 모든 디지털 미디어가 신뢰할 수 있고 교육적인 것은 아니므로 유아가 건강하게 디지털 생활을 즐기기 위해서는 디지털 미디어의 홍수 속에서 어떤 것이 적절한지 판단이 필요합니다.
- ▶ 디지털 미디어를 선택할 때 내용 적합성과 디자인 및 인터페이스, 유아 주도성, 교육적 의미, 안전 측면에서의 기준을 다음과 같이 고려해 볼 수 있습니다.

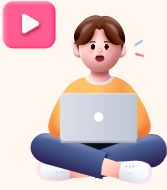


🔍 자녀와 함께하는 디지털 길잡이: 즐거운 실천 만들기

👤 가족이 함께하는 디지털 콘텐츠 리뷰

- ▶ 가족이 디지털 콘텐츠를 경험한 이후 참여한 소감과 느낌을 이야기하고 이를 온라인 댓글로 소통해 봅니다.
- ▶ 이러한 경험은 디지털 콘텐츠를 더 깊이 이해하고 비판적으로 생각하는 능력을 기르는 데에 도움이 되고 자연스럽게 가족 간의 유대감도 강화할 수 있습니다.
- ▶ 디지털 콘텐츠를 경험하고 함께 스티커를 붙이며 어떤 느낌이 들었는지 이야기를 나누어 보세요.
- ▶ 흥미로움, 교훈적임, 무서움, 매우 즐거움, 재미없음 등 다양한 스티커를 만들어 붙이며 시각적으로 평가 결과를 표현해 봅니다.

콘텐츠	우리 가족 평가	이유
“OOO” 앱	 매우 즐거움	우리가 직접 조작해서 이리저리 이동하고 탐험할 수 있어서 좋았음
“OOO” 영상	 감동적임	가족의 소중함을 느낄 수 있었음



10. 건강한 디지털 문화 만들기

부모들의 디지털 이야기: 우리의 고민



“디지털 미디어를 무조건 제한하기보다는 아이와 함께
좋은 경험을 만들어가고 싶은데,
어떻게 시작해야 할지 모르겠어요.”
“가족이 함께 즐길 수 있는 디지털 활동은 무엇이 있을까요?”

디지털 양육의 나침반: 전문가와 읽기

부모와 유아가 함께 성장하는 동반자적 관계

- ▶ 디지털 세상은 단순한 기술의 집합이 아닌 우리 유아가 자라나는 새로운 문화적 터전입니다.
- ▶ 부모와 유아가 함께 디지털 콘텐츠를 탐색하고 만들어가는 과정은 단순한 미디어 활용을 넘어, 미래 세대가 갖춰야 할 디지털 문화 역량을 키우는 소중한 기회가 됩니다.
- ▶ 이 여정에서 부모는 유아의 든든한 동반자가 되어 함께 배우고 성장하며 디지털 세상의 새로운 가능성을 발견해 갑니다.

디지털 미디어를 통한 창의적 표현과 정서적 교감

- ▶ 다양한 시각에서 디지털 콘텐츠를 바라보고 직접 만들어 보는 경험은 일상의 디지털 문화를 새롭게 만들어가는 즐거움을 느낄 수 있습니다.
- ▶ 유아는 수동적인 콘텐츠 소비자에서 벗어나 능동적인 창작자로 성장하며, 이 과정에서 디지털 도구를 책임 있게 다루는 법을 자연스럽게 배웁니다.
- ▶ 부모와 유아는 디지털 미디어를 더 깊이 이해하고, 창의적으로 활용하며, 서로의 생각을 나누고 공감하는 소중한 시간을 만들어갈 수 있을 것입니다.

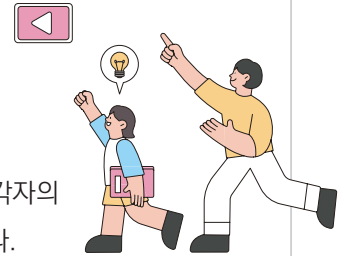
🔍 자녀와 함께하는 디지털 길잡이: 즐거운 실천 만들기

👤 디지털 콘텐츠 퀴즈 대결

- 디지털 콘텐츠를 시청하거나 경험한 후 퀴즈를 만들어서 서로 문제를 내보고 맞추어 봅니다.
- 문제를 만들거나 맞추면서 흥미로웠던 부분을 함께 나누고 중요한 메시지를 확인할 수 있습니다.
- 디지털 콘텐츠에서 제공하는 정보의 의미를 분석하고 그 내용을 비판적으로 바라보며 다양한 관점에서 해석할 수 있는 능력을 기를 수 있습니다.

자녀와 함께 퀴즈 대결을 해 볼까요?

- ① **콘텐츠 선택:** 자녀가 보고 싶은 애니메이션이나 사용해 보고 싶은 디지털 매체를 스스로 선택합니다.
- ② **퀴즈 만들기:** 함께 콘텐츠를 시청하거나 경험한 후 각자 문제를 만들어 봅니다. 중요한 장면, 인물의 감정 변화, 이야기의 내용, 매체의 경우 색이나 소리, 경험한 내용 등을 바탕으로 문제를 만들 수 있습니다.
- ③ **퀴즈 공유 및 풀기:** 서로 만든 퀴즈를 나누어 풀어 봅니다. 이 과정에서 각자의 생각을 공유하고, 서로 다른 관점에서 콘텐츠를 해석하는 기회를 갖습니다.



👤 가족 브이로그 제작하기

주말에 가족들이 함께 하는 나들이나 집에서 지내는 소소한 일상들을 브이로그로 기록해 보는 것은 어떨까요? 소중한 시간을 기록하고 함께 협력하여 콘텐츠를 만들어가는 과정에서 새로운 즐거움을 느낄 수 있을 것입니다.

- ① **주제 정하기:** 나들이, 자전거 타기, 요리 등 일상 속 테마를 정해봅니다.
- ② **역할 나누기:** 촬영자, 출연자 등 역할을 정해 장면을 기록합니다.
- ③ **영상 편집하기:** 간단한 편집 도구(블로, 캡컷 등)를 활용해 배경 음악을 추가하고 자막도 넣어봅니다.
- ④ **함께 감상하기:** 완성된 브이로그를 같이 감상하고 좋았던 점, 기억에 남는 장면 등을 나누어 봅니다.

제작한 브이로그를 감상할 때 서로의 시선을 공유하며 일상의 특별함을 발견하는 기쁨을 누릴 수 있어요. 그리고 가족이 함께한 순간을 더욱 소중히 간직할 수 있을 것입니다.





11. 가정에서의 언플러그드 놀이

: 디지털 기기 없이도 디지털 놀이를 할 수 있어요!

부모들의 디지털 이야기: 우리의 고민



“저는 아직 집에서 디지털 미디어를 사용하지 않도록 하고 있어요.
너무 일찍 사용하면 좋지 않다고 해서요.
디지털 미디어 없이 디지털 시대에
필요한 역량을 키울 수 있는 방법은 없을까요?”

디지털 양육의 나침반: 전문가와 읽기

컴퓨팅 사고력은 무엇인가요?



- ▶ 컴퓨팅 사고력(Computational Thinking)은 명칭 자체에서 알 수 있듯이 컴퓨터가 문제를 해결하는 방식과 유사한 사고방식을 의미합니다.
- ▶ 즉, “복잡한 문제를 순서대로 해결하기 위해 분석하고 단계적인 절차를 세우고 실행하는 사고과정으로 체계적이며 절차적인 사고력”을 의미합니다. 유아기 단계에서는 아래와 같이 나누어 생각해 볼 수 있습니다.

- ▶ 분해 - 문제를 작은 단위로 나누는 과정
- ▶ 패턴 인식 - 상황에서 반복되는 규칙이나 경향성을 인식하는 과정
- ▶ 추상화 - 핵심 요소를 추출하여 단순화하는 과정
- ▶ 알고리즘 - 문제 해결 혹은 목표 달성을 위한 단계를 순차적으로 구성하는 과정

- ▶ 컴퓨팅 사고력은 컴퓨터 과학 분야뿐만 아니라 고도화되는 디지털 사회의 다양한 분야에서 복잡한 문제를 체계적으로 해결하고 디지털 세계에서 자기 생각을 창의적으로 펼치는 데 중요한 기초 역량으로 여겨지고 있습니다.

디지털 기기 없이도 컴퓨팅 사고력을 키울 수 있나요?

언플러그드 놀이는 디지털 기기 없이 컴퓨팅 사고력을 키울 수 있는 놀이를 말합니다. 가정에서의 일상적인 하루가 컴퓨팅 사고력을 키울 수 있는 언플러그드 놀이가 된다면 어떨까요?

“아침 먹을 시간이야.”

“아침 먹었으면 양치질하고 세수하자.”

“이제 옷 입을까?”

“옷 입은 다음엔? 그래, 가방 메고 신발 신자.”

“그런데 양말을 안 신었네?”

“양말 다 신었으면 가방 메고 신발 신자.”



- ▶ 가정마다 순서는 조금씩 다를 수 있지만, 매일 아침 유아는 유치원이나 어린이집을 가기 위해 위와 같은 모습을 반복적으로 보이며 등원 준비를 합니다.
- ▶ 등원 준비를 할 때에는 ‘아침을 먹고 양치를 하고, 양말을 신고 신발을 신기’ 등 차례대로 준비가 되어야 합니다.
- ▶ 이러한 등원 준비가 차례대로 이루어지지 않는다면 어떤 일이 생길까요? 등원 준비 시간과 잔소리 시간이 늘어나겠지요.

매일 반복되는 등원 준비를 언플러그드 놀이로 바꿔볼까요?



“등원 준비를 하려면 무엇을 해야 할까?
어떤 순서로 해야 할까? 차례대로 등원 준비를 해서 빠르게 마치면
유치원·어린이집에 가기 전 네가 좋아하는 책을 읽을 시간이 더 많아질 거야!”


 문제 나누기(분해)

- ▶ 문제를 잘 해결하기 위해선 전체를 작은 단위로 나누는 과정(분해)이 필요합니다.
- ▶ 문제를 작은 단위로 나누어 생각하면, 문제를 해결하는 방법을 좀 더 쉽게 찾거나 전체적인 문제를 이해하기 쉬워지기에 문제를 신속하게 처리할 수 있습니다.

등원 준비 과정 분해하기

○ 아침 먹기	◇ 양치질하기	☆ 세수하기	□ 옷 입기
▷ 머리 빗기	◁ 양말 신기	▽ 신발 신기	△ 가방 메기

- ▶ 이렇게 문제를 나누어 생각해 보면, 유아가 등원 준비에서 가장 어려워하는 부분이 무엇인지 쉽게 알 수 있습니다. 그럼 가장 어려워하는 부분을 해결해 볼까요?

 문제 해결 순서(알고리즘)

- ▶ 문제를 해결하기 위해선 순서(알고리즘)가 필요합니다. 등원 준비 전체의 순서가 있듯이, 하나의 분해된 작은 문제도 순서대로 과정이 진행된다면 문제를 해결할 수 있습니다.

 양치질하기

칫솔 들기 → 치약 들기 → 치약 짜기 → 치약 내려놓기 → 칫솔로 이를 닦기
→ 입안에 생긴 거품 뱉기 → 물 틀기 → 컵에 물을 받기 → 물 잠그기
→ 컵에 있는 물을 입에 물기 → 입을 물로 행구기 → 물 뱉기
→ 칫솔을 물로 닦기 → 입을 물로 닦기 → 칫솔과 컵 제자리에 두기



- ▶ ‘양치질’을 잘 마치기 위해서는 문제 해결(알고리즘)을 위한 과정이 필요합니다.
- ▶ 칫솔을 들기 전에 치약을 짜든가, 입에 있는 거품을 뱉기 전에 물로 헹구는 일은 ‘양치질’을 잘 해결하기 위한 순서가 아닙니다.
- ▶ 작은 단위로 분해된 ‘양치질’의 과정이 해결된다면, ‘등원 준비’ 전체의 과정도 원활하게 이루어질 수 있습니다.
- ▶ 부모의 잔소리와 유아의 불평이 사라지는, 재미있고 논리적인 사고력을 키울 수 있는 등원 준비 시간을 만들어봅시다!

이처럼 유아는 일상의 여러 활동과 놀이를 통해 반복 패턴을 익히고 절차적 사고하기를 배울 수 있습니다. 디지털 기기 없이 컴퓨팅 사고력을 키울 수 있는 언플러그드 놀이를 해 보세요!

🔍 자녀와 함께하는 디지털 길잡이: 즐거운 실천 만들기

▶ 가정에서 함께하는 언플러그드 놀이 - 샌드위치 만들기

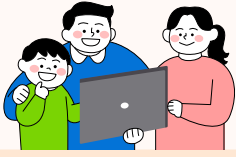
• 요리로 배우는 컴퓨팅 사고력

- ▶ 일상적인 요리 활동을 통해 컴퓨팅 사고력의 기초를 즐겁게 배워볼 수 있어요.
- ▶ 간단한 샌드위치 만들기도 하나의 프로그래밍이 될 수 있습니다.
- ▶ 재료를 준비하고, 만드는 과정을 순서대로 정리하고, 실제로 만들어보는 활동을 통해 문제 해결력과 논리적 사고를 기를 수 있습니다.

1. 샌드위치의 재료(식빵, 치즈, 햄, 소스 등)를 준비합니다.
2. 샌드위치를 만들기 위한 요리 순서를 자녀와 함께 적어봅니다(분해).
예시) 빵 올려두기 → 소스 바르기 → 햄 올리기 → 치즈 올리기 → 빵 올려서 마무리
3. 샌드위치를 순서도에 맞게 만들어봅니다(알고리즘).
4. 샌드위치를 만들며, 순서대로 만들지 않았을 때 어떤 문제가 생기는지 알아봅니다.
5. 하나하나의 과정 속 알고리즘에 관해 이야기를 나눠봅니다.
6. 순서와 선택, 반복이 요리 과정에서 나타납니다.

- ▶ 순서도에 없는 재료를 올린다면 어떻게 해결해야 할지 생각해 봅니다.
- ▶ 가정에서 간단하게 할 수 있는 모든 요리에 적용하여 컴퓨팅 사고력을 키울 수 있습니다.

12. 가정에서 부모와 함께하는 디지털 놀이와 활동



부모들의 디지털 이야기: 우리의 고민



“평소에 아이와 놀잇감을 가지고 함께 놀이하는 것처럼
의미 있게 디지털 미디어를 활용하고 싶어요.
그런데 무엇부터 시작해야 할지 막막해요.”

디지털 양육의 나침반: 전문가와 읽기

- ▶ 유아가 디지털 환경에서 안전하게 탐색하고 창의력을 발휘하며 배울 수 있는 기회를 제공하기 위해 부모와 유아가 함께 참여하는 놀이 과정이 중요합니다.
- ▶ 단순히 화면을 보는 활동에서 벗어나 유아가 주도적으로 참여하고 배움을 이루어가는 경험으로 전환할 수 있습니다.
- ▶ 디지털 놀이는 창작자, 탐험가로 성장할 수 있는 기회를 주며, 일상의 놀이와 디지털 경험을 연결하여 유아의 균형 잡힌 발달을 돕는 도구로 활용될 수 있습니다.
- ▶ 안전과 균형, 그리고 가족 간의 소통이 중심이 되는 디지털 놀이는 유아가 미래를 준비하는 새로운 교육의 장입니다.

자녀와 함께하는 디지털 길잡이: 즐거운 실천 만들기

- ▶ 자녀와 함께 안전하고 건강하게 즐길 수 있는 디지털 놀이 12가지를 소개합니다.
- ▶ 디지털 놀이를 통해 스스로 문제를 해결하는 방법을 배우고, 자신감 있게 디지털 세상을 탐색할 수 있는 다양한 활동을 만나보세요.

디지털 환경에서 자녀와 함께 건강하게 배우고 성장하는
소중한 시간을 만들어 보세요.



① 안전하고 건강하게 디지털을 사용해요

“디지털 건강 체조 송”



디지털 건강 체조 노래 부르고 체조하기

가정에서 디지털 미디어를 안전하고 건강하게 사용하는 습관을 형성해가는 것은 매우 중요합니다. 유아기에 형성된 습관은 아이가 성장하면서 건강한 디지털 사용 습관을 유지할 수 있는 기초가 되기 때문입니다. 건강한 디지털 미디어 사용 습관을 위해서 디지털 건강 체조 송을 부르고 체조를 하며, 우리 가족만의 디지털 약속을 만들어 가사에 붙여 노래를 부를 수도 있습니다. 체조를 통해 디지털 미디어 사용 후 눈, 목, 허리 등의 피로를 풀고 건강하게 사용하는 습관을 만들어 볼까요?



① 디지털 건강 체조 송 QR 코드



② 체조를 따라 해 보아요.



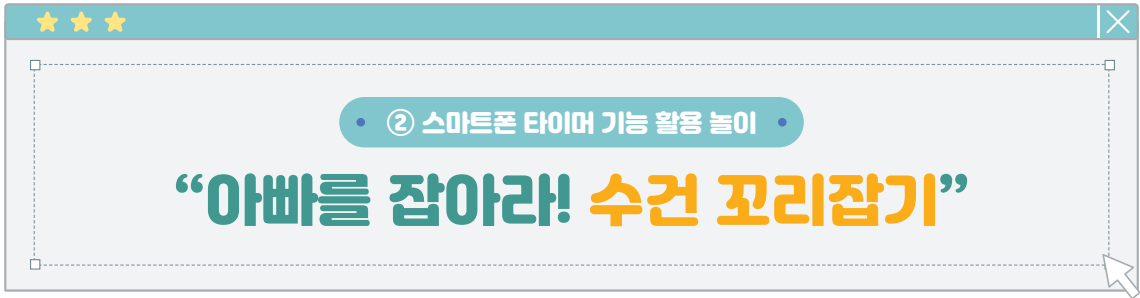
놀이 방법

- ① 디지털 미디어를 오래 사용하면 우리 몸에는 어떤 변화가 생길지 이야기를 나누어요.
“우리가 디지털 미디어를 오랫동안 사용하면 눈, 목 등 몸에 어떤 변화가 나타날까?”
- ② 디지털 미디어를 언제 얼마큼 사용하면 좋을지 함께 이야기를 나누어요.
“디지털 미디어를 언제 사용하고 싶어?”, “얼마나 사용할지 우리 가족만의 사용 약속을 정해 보자.”
- ③ 디지털 미디어를 다 사용한 후 부를 수 있는 디지털 건강 체조 송을 부르고 체조를 해요.
“우리 함께 노래 부르며 체조하자.”, “체조가 끝나면 우리 디지털 미디어를 꺼보는 거야!”
- ④ 우리 가족의 디지털 미디어 사용 약속을 정해 가사를 바꾸어보아요.
“노래 가사도 바꾸어보자. 우리 가족만의 약속을 만들어 불러보는 거야!”



즐거로운 디지털 놀이를 위한 한 걸음!

- 디지털 미디어 사용 시간을 확인할 수 있는 시계, 타이머 등을 활용해 보세요.
- 아이 스스로 약속을 정하고 실천하며 수정해 볼 수 있는 기회를 주세요.
- 디지털 미디어 활용 후에는 몸을 움직이는 신나는 놀이를 함께 해 보아요.



스마트폰 타이머 기능을 활용한 신체 놀이

아이와 즐겁게 놀이하려 마주 앉았는데……. 막상 어떻게 놀이해야 할지 모를 때가 있지요? 집 안, 놀이터, 공원 등 장소에 구애받지 않고 수건(스카프)만 있으면 아이와 즐겁게 놀이할 수 있는 수건 꼬리잡기 활동을 소개합니다.



① 놀이할 공간을 정합니다.



② 스마트폰 타이머 기능으로 시간을 설정합니다.



③ 알람이 울릴 때까지 놀입니다.



놀이 방법

- ① 수건(손수건, 스카프) 한 개를 준비합니다.
“아빠랑 수건으로 꼬리잡기 놀이를 해보자.”
- ② 꼬리잡기 놀이할 공간을 설정합니다.
“어디에서 놀이하면 좋을까? 거실에서 놀이방까지만 놀이 공간으로 하자.”
- ③ 수건을 긴 방향으로 두고 부모의 등 쪽 바지 허리춤에 수건 한 쪽을 꽂습니다.
- ④ 부모는 도망치는 사람, 자녀는 잡는 술래 역할이 되어 적당한 간격을 두고 섭니다.
“아빠는 꼬리를 달고 도망치는 여우가 될 거고, 너는 아빠의 꼬리를 잡는 거야.”
- ⑤ 스마트폰 타이머 기능으로 1분을 설정한 후 알람이 울릴 때까지 놀이를 진행합니다.
“시작 버튼을 누르면 스마트폰 알람이 울릴 때까지 아빠의 수건 꼬리를 잡는 거야.”



슬기로운 디지털 놀이를 위한 한 걸음!

- 놀이 시작 전에 아이와 약속된 공간 안에서만 안전하게 놀이 함을 이야기 나눕니다.
- 놀이를 진행하면서 아이와 상의하여 놀이 시간과 방법 등을 변형해 봅니다.
예) 아이와 역할 바꾸기, 뛰지 말고 걸어서 잡기, 2분 동안 잡기 등



③ 스마트폰 타이머 기능과 걷기 앱 활용 놀이

“우리 가족, 함께 걷고 건강하게!”



우리 가족 체력 UP! 친밀감 UP!

육아를 하다 보면 운동할 시간도 없고, 체력적으로도 힘이 들 때가 자주 있습니다. 아이를 돌보며 아이와 함께 놀이처럼 운동할 수 있다면 이보다 더 건강하고 행복한 놀이가 있을까요? 스마트폰 타이머 기능과 앱을 활용해서 온 가족이 함께 할 수 있는 걷기 신체활동을 소개합니다.



① 준비체조를 합니다.



② 스마트폰 타이머로 5분을 설정합니다.



③ 알람이 울릴 때까지 아이와 이야기를 나누며 산책합니다.



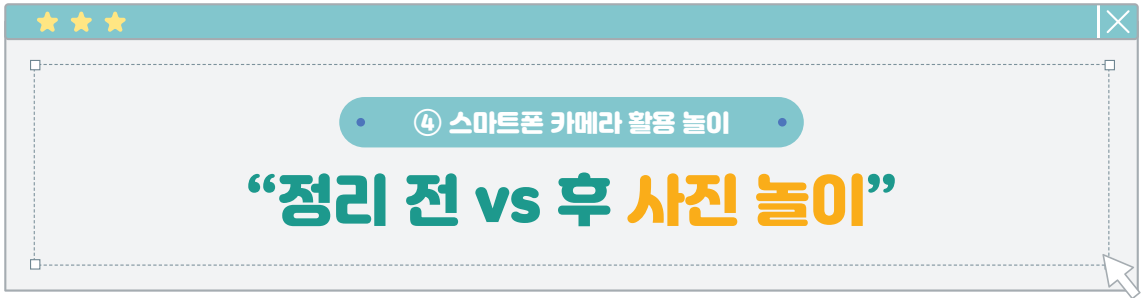
놀이 방법

- ① 편한 옷과 운동화를 갖추고 자녀와 집 근처 실외로 나갑니다.
“오늘은 엄마, 아빠랑 걸으면서 산책을 다녀올 거야.”
- ② 아이가 좋아하는 노래를 듣거나 같이 부르며 준비체조를 합니다.
“팔딱 팔딱 노래를 부르면서 높이 뛰어보자. 이번에는 팔 돌리기를 해볼까?”
- ③ 스마트폰 타이머로 5분을 설정하고 아이와 가볍게 집 주변 걷기를 합니다.
- ④ 매일 또는 주말마다 시간을 내어 주기적으로 아이와 이야기를 나누며 걷습니다.
“엄마, 아빠랑 같이 걸으니까 기분이 어때? 이 꽃은 어제보다 오늘 더 활짝 피었네.”
- ⑤ 아이가 걷기 활동에 적응을 했다면 10분, 20분으로 시간을 늘리며 활동합니다.
- ⑥ 운동 구간과 거리를 기록할 수 있는 앱을 활용해도 좋습니다.



슬기로운 디지털 놀이를 위한 한 걸음!

- 아이와 걸으며 서로의 이야기를 듣고 삶을 나누는 것에 중점을 두고 활동합니다.
- 운동 내용을 기록할 수 있는 앱을 활용할 수 있습니다.
예) 런데이(Run Day), 리라이브(Relive) 등



스마트폰 사진 촬영을 통한 정리 정돈 놀이

유아기는 기본생활습관이 형성되는 중요한 시기입니다. 이 시기에 아이가 스스로 자신의 일을 수행하며 책임감과 성취감을 느낄 수 있도록 도와주는 것이 중요합니다. 특히 정리 정돈은 아이가 매일 경험하는 일이기도 하지만 많은 가정에서는 정리 정돈 지도에 어려움을 겪습니다. 어떻게 하면 아이가 정리도 놀이처럼, 즐겁게 하도록 도울 수 있을까요?



① 정리할 곳을 찾아 출동! 사진 찰칵!



② 정리 미션 성공 후 사진 찰칵!



놀이 방법

- ① 놀이 시작 전, 디지털 미디어로 사진 촬영하는 방법과 유의점을 차근차근 알려주세요.
“다른 사람을 촬영하게 될 때는 허락을 구하고 촬영해야 한단다.”
- ② 정리가 필요한 곳으로 출동! 사진을 찍어요.
“대장님 큰일 났어요. 우리 집에서 정리가 필요한 곳으로 출동해서 사진을 찍어주세요!”
- ③ 촬영한 사진을 함께 봐요. 정리할 물건(미션)을 정해보세요.
“앗! 정리할 곳이 많군요. 어디부터 출동하죠?”, “어떤 색깔부터 정리할까요?”
- ④ 정리 후 다시 출동! 처음에 촬영했던 장소를 다시 촬영한 후, 전 vs 후를 비교해요.
“와, 사진을 보니 정말 깨끗해졌는걸요? 빨간색 놀잇감이 다 없어졌어요. 미션 성공!!”



즐거로운 디지털 놀이를 위한 한 걸음!

- 식사 준비 돕기, 신발 정리하기 등 다양한 일상생활에 적용할 수 있습니다.
- 아이가 직접 사진을 촬영할 때, 지켜야 할 부분(초상권, 예절 등)을 꼭 알려주세요.
- 아이가 디지털 미디어를 활용할 때, 사용 시간과 범위를 사전에 정하고 지도해 주세요.



⑤ 스마트폰 카메라 활용 놀이

“그림으로 변하는 사진”



상상력이 쑥! 손 사진 찍고 그림 그리기

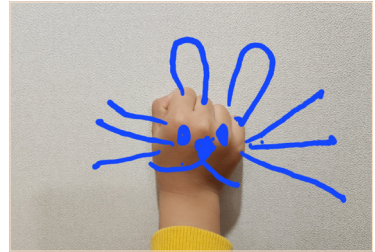
식당, 병원 등 아이와 공공장소를 이용할 때 내 차례가 될 때까지 조용히 자리에 앉아서 기다리는 것이 아이에게는 힘들 수 있습니다. 그때마다 우리 가족은 어떻게 차례를 기다리나요? 공간의 제약 없이 스마트폰만 있다면 할 수 있는 그림 그리기 놀이를 소개합니다.



① 아이와 손 모양을 탐색합니다.



② 촬영한 손 사진에 그림을 그립니다.



③ 나만의 그림 완성!



놀이 방법

- 가위, 바위, 보를 하며 손으로 만들 수 있는 다양한 모양을 탐색합니다.
“가위 모양을 손으로 어떻게 만들 수 있을까? 다른 모양으로 가위를 만들 수도 있지?”
“두 손바닥을 짝 펼치면 어떤 모양인 것 같아?”
- 아이가 원하는 손 모양을 만든 후 스마트폰 카메라로 촬영합니다.
“내가 좋아하는 손 모양으로 사진을 찍어보자. 엄마랑 손을 겹쳐서도 찍어볼까?”
- 촬영한 아이의 손 사진을 배경으로 그림을 그린다면 어떤 그림을 그릴 수 있을지 이야기를 나눕니다.
“내 손 사진에 그림을 그린다면 어떤 그림이 어울릴까? 어떤 색으로 칠하면 좋겠니?”
- 스마트폰의 사진 편집 기능을 활용해서 아이와 자유롭게 그림을 그려봅니다.



슬기로운 디지털 놀이를 위한 한 걸음!

- 아이가 스마트폰을 사용할 때 부모는 옆에서 살피며 적절한 지원을 해 줍니다.
- 놀이의 끝 시간에 대해 먼저 얘기하여 아이가 놀이의 끝을 준비할 수 있게 합니다.
예) 음식이 나올 때까지, 아이의 이름이 대기 1번이 될 때까지 등



⑥ 스마트폰 음성 녹음 기능 활용 놀이

“우리 가족의 음성 동화 만들기”

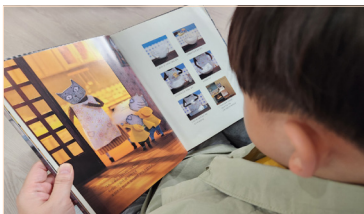


세상에 단 하나! 우리 가족 음성 동화 만들기

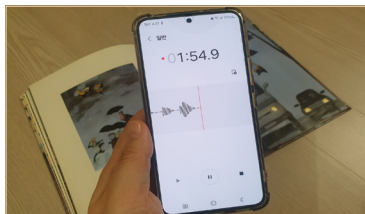
그림책은 아이의 삶에서 만나는 가장 오래되고 친숙한 놀이 친구입니다. 아이가 가장 좋아하는 그림책이 무엇인지 알고 있나요? 우리 가족이 가장 좋아하는 그림책은 무엇인가요? 온 가족의 목소리로 함께 만드는 우리 가족 음성 동화 만들기 활동을 소개합니다.



① 아이가 좋아하는 그림책을 함께 선택합니다.



② 각자 역할을 정하고 그림책 읽기 연습을 해 봅니다.



③ 스마트폰의 음성 녹음 기능으로 음성 동화를 녹음합니다.



놀이 방법

- ① 우리 집에서 아이가 가장 좋아하는 그림책을 3권 정도 함께 골라봅니다.
“○○이는 우리 집에 있는 그림책 중에서 어떤 책이 가장 재미있니?”
- ② 선택한 그림책 중에서 어떤 그림책을 음성 동화로 만들지 가족의 의견을 모읍니다.
“이 그림책을 우리 가족의 목소리로 녹음한 소리 동화로 만들어 볼 거야.”
- ③ 각 가족의 역할을 정하고 그림책 함께 읽기를 연습해 봅니다.
“그림책을 소리 동화로 만들 때 어떤 목소리가 필요할까?”
*역할 예시: 해설자 목소리, 각 등장인물 목소리, 다음 장으로 넘어가는 소리 등
- ④ 스마트폰의 음성 녹음 기능을 활용해서 음성 동화를 만들어 봅니다.
“빨간(녹음) 버튼을 누르면 목소리가 저장되는 거야.”
- ⑤ 음성 녹음 기능을 활용해서 음성 동화를 만들어 봅니다.



슬기로운 디지털 놀이를 위한 한 걸음!

- 아이가 여러 번 읽어서 익숙하고 너무 길지 않은 분량의 그림책을 선택합니다.
- 아이 연령과 놀이 횟수에 따라 아이 역할을 쉬운 역할에서 어려운 역할로 확대합니다.
- 맡은 역할을 잘 하지 못해도 가족이 즐겁게 함께하는 것에 중점을 두고 활동합니다.



⑦ 스마트 렌즈 활용 놀이

“나뭇잎이 궁금해”



스마트 렌즈¹⁾로 자연과 놀이해요

잠시 눈을 들어서 창밖을 바라보면 계절마다 달라지는 풀, 꽃, 나무와 같은 자연이 우리 가까이 있습니다. 아이와 집 앞, 공원, 놀이터 등 실외에 있을 때 주변에 있는 자연물과 스마트폰을 이용해서 할 수 있는 스마트 렌즈 활용 놀이를 소개합니다.



① 아이와 주변의 자연물을 탐색합니다.



② 나뭇잎으로 내 얼굴을 꾸며봅니다.



③ 스마트 렌즈¹⁾ 기능으로 나뭇잎을 찍고 이야기 나눕니다.



놀이 방법

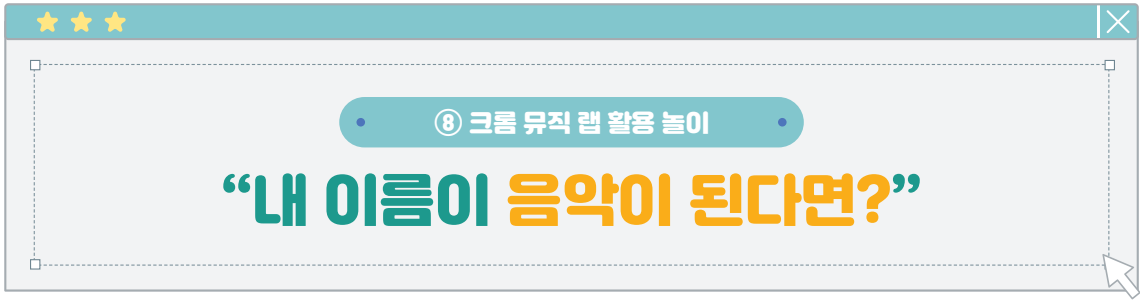
- ① 아이와 주변에 있는 풀, 꽃, 나무 등 자연물을 살펴봅니다.
“이 꽃은 노랑과 흰색이 있어서 계란같이 생겼네. ○○이는 어떤 나무가 마음에 드니?”
- ② 마음에 드는 나뭇잎으로 내 얼굴의 입, 코, 눈썹 등을 꾸며봅니다.
“이 나뭇잎은 빨간색이라 입술이랑 닮았네. 긴 나뭇잎이 머리카락 같지 않니?”
- ③ 내가 고른 나뭇잎이 어떤 나무의 나뭇잎인지 이야기 나누어 봅니다.
“이 나뭇잎은 어떤 나무의 나뭇잎일까? 이 나무는 어떤 이름일 것 같니?”
- ④ 스마트폰 검색 앱 기능 중 스마트 렌즈 기능으로 나뭇잎을 찍어봅니다.
- ⑤ 내가 생각한 나뭇잎이 맞는지 검색 결과와 비교하며 탐색해 봅니다.
“내가 생각한 이름이 맞았니? 왜 이런 이름을 가지게 되었을까?”



슬기로운 디지털 놀이를 위한 한 걸음!

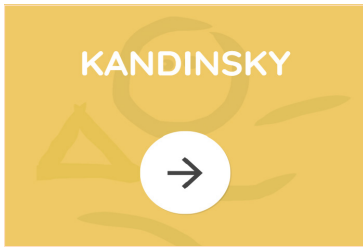
- 놀이에 사용하는 자연물은 이미 떨어진 것이나 자연물 그대로를 활용합니다.
- 스마트 렌즈로 촬영할 때 개인정보보호를 위해 아이가 선택한 자연물 외에 타인의 얼굴이나 모습을 찍지 않도록 주의해야 함을 알려주며 놀이합니다.

1) 스마트 렌즈란 사진이나 이미지를 통해 정보를 검색할 수 있는 앱으로, 궁금한 꽃의 이름을 찾거나 비슷한 모양을 찾고, 번역 등의 기능을 제공합니다. 대표적인 예로 구글 렌즈와 네이버 렌즈가 있습니다.

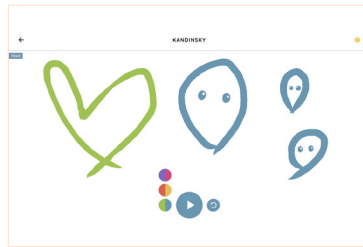


크롬 뮤직 랩을 활용한 이름 글자 음악 놀이

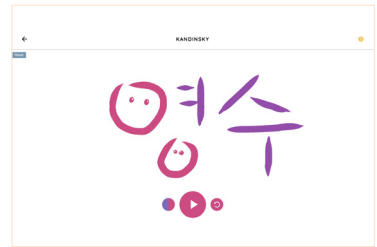
‘이름 글자’는 아이에게 듣기와 말하기, 읽기와 쓰기의 시작점이자 글자에 대한 관심의 출발점이라는 점에서 큰 의미가 있습니다. ‘이름 글자’로 아이와 재미있게 놀이할 방법은 없을까요? 가장 친한 글자인 ‘이름 글자’를 활용하여 글자에 대한 관심을 지원하고, 음색 탐색 경험도 제공할 수 있는 간단한 놀이를 소개합니다.



〈크롬 뮤직 랩 '칸딘스키' 기능〉



① 칸딘스키에 자유롭게 그림을 그려봅니다.



② 아이의 이름을 적고 음악을 감상합니다.



놀이 방법

- ① 크롬 뮤직 랩에서 칸딘스키(KANDINSKY)를 선택해요.
“○○이가 그리는 선, 모양, 낙서까지 모두 음악으로 들려준대.”
- ② 아이와 손가락이나 마우스로 칸딘스키를 자유롭게 탐색해요.
“무엇을 그려볼까?”
“(자유롭게 그려본 후) 어떤 음악이 나오는지 한 번 들어보자.”
- ③ 칸딘스키 화면에 아이와 이름 글자를 써요.
“○○이의 이름은 어떤 음악이 될까?”
- ④ 음색에 변화를 주며 이름 글자 음악을 감상해요.
“○○이는 어떤 색 이름 글자의 음악이 가장 마음에 드니?”



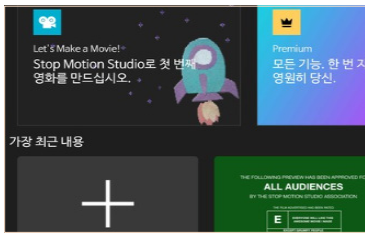
즐거로운 디지털 놀이를 위한 한 걸음!

- 칸딘스키 기능을 자유롭게 탐색할 수 있는 충분한 시간을 주세요.
- ‘가족 이름 음악 만들기’로 놀이를 확장할 수 있습니다.
- 놀이 과정에서 아이의 다양한 시도를 격려해 주세요.



놀이에 창의력과 상상력을 더해요!

아이들은 매일 비슷한 놀이를 반복하며 익숙하게 놀이하지만, 때로는 새로운 자극이 필요한 순간들이 있습니다. 이럴 때, 창의력과 상상력을 자극할 수 있는 새로운 활동을 소개할 수 있습니다. 아이와 이야기를 만들고 다양한 놀잇감을 활용해 애니메이션을 제작하는 놀이를 함께해보는 건 어떨까요?



① 태블릿PC에 앱을 설치합니다.



② 이야기를 상상하며 사진을 촬영합니다.



③ 여러 장의 사진촬영이 완성되면 재생 버튼을 눌러 감상합니다.



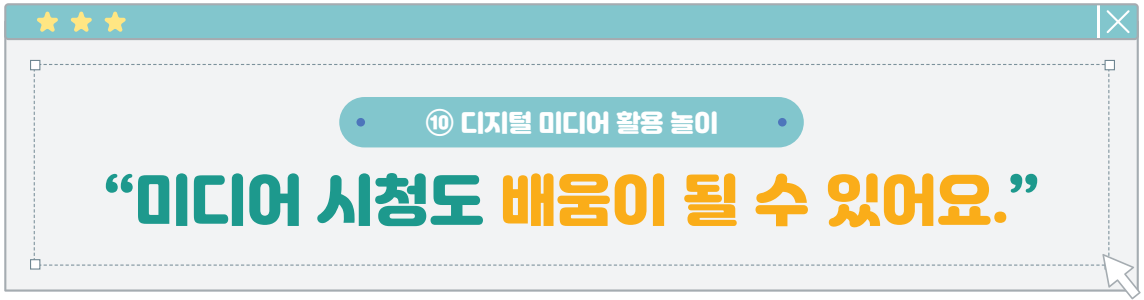
놀이 방법

- ① 아이와 앱을 켜고, 기능을 탐색합니다.
“촬영하려면 무엇을 눌러야 할까?”, “영상을 보려면 무엇을 눌러야 할까?”
- ② 앱에 탑재된 동영상 예시를 보며 동영상이 만들어지는 순서를 이해합니다.
“앞으로 나아가게 하려면 어떤 순서로 사진을 찍어야 할까?”
- ③ 아이가 가장 좋아하는 놀잇감을 활용해서 아이와 함께 촬영해 봅니다.
“누가 주인공이면 좋겠니?”
- ④ 아이와 촬영한 것을 재생해 보며 생각을 이야기 나눕니다.
“○○ 부분은 정말 실감 나고 재미있다!”



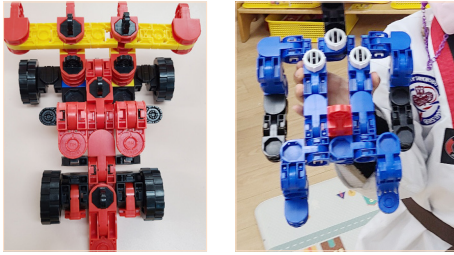
슬기로운 디지털 놀이를 위한 한 걸음!

- 아이가 앱을 스스로 탐색할 수 있는 충분한 기회를 주세요.
- 아이들은 처음에는 촬영 자체에 집중하기도 하지만 차츰 이야기가 있는 영상이 주는 재미를 발견하고 자신만의 이야기를 구성하려는 동기를 가지게 됩니다.



아이의 디지털 미디어 시청 관촬을까요?

만화, 유튜브, 게임, 디지털 미디어를 좋아하는 아이를 보면 부모의 입장에서 때로는 걱정이 되기도 합니다. 하지만 디지털 미디어 시청이 무조건 나쁜 것은 아닙니다. 아이는 디지털 미디어 시청을 통해 다양한 경험과 사고를 할 수 있고, 언어 표현과 사회 기술을 배우며 이를 바탕으로 놀이의 영감을 얻고, 확장시키기도 합니다.



〈블록으로 만화 속 로봇 구성하기〉

“만화 속 자동차나 로봇을 따라 만들고 놀이하면서 블록을 구성하는 능력이 향상되고 놀이가 확장되는 것을 관찰할 수 있어요.”



놀이 방법

- ① 아이가 좋아하는 디지털 미디어에 대해 이야기 나눠요.
“00이는 어떤 만화(게임, 동영상 등)가 좋니? 이유는 무엇이니?”
- ② 디지털 미디어의 내용과 관련된 이야기를 나눠요.
“좋아하는 캐릭터나 주인공은 누구니?”, “어떤 이야기가 기억에 남니?”
- ③ 디지털 미디어와 관련된 놀이를 해요.
“00이는 어떤 역할을 할래?”, “놀이를 하려면 무엇이 더 필요할까?”
- ④ 다음 번 디지털 미디어 시청 시 함께 상호작용해요.
“우리가 지난번에 재미있게 놀이한 내용이 나오네.”



슬기로운 디지털 놀이를 위한 한 걸음!

- 아이가 어떤 디지털 미디어를 좋아하는지 관심 가져주세요.
- 아이가 좋아하는 디지털 미디어를 함께 시청하고, 놀이로 연결해요.
- 미디어와 관련된 장난감이 아닌 블록 등으로도 놀이할 수 있어요.

⑪ 가정에서 할 수 있는 언플러그드 놀이

“컴퓨팅 사고를 위한 보드게임”



컴퓨팅 사고력과 보드게임

보드게임은 다양한 물리적 도구를 이용한 놀이로 규칙을 정하고 결과에 도달하기 위해 전략을 세워 참여하는 게임의 형태로 되어 있습니다. 목표 달성을 위해 어떤 행동을 어떤 순서로 할지 아이가 스스로 고민하며 문제 해결을 위한 컴퓨팅 사고력을 키울 수 있습니다. 또한 게임 형식으로 가족이 함께 즐겁게 할 수 있기에 유아 발달에 적합합니다.

아이와 함께 할 수 있는 보드게임 소개

<p>꼬치의 달인</p>		<p>꼬치 가게 사장이 되어 꼬치를 만드는 게임입니다. 카드에 제시된 꼬치 그림을 보고서 재료를 어떤 순서로 배치해야 할지 고민해야 합니다.</p>
<p>팀3</p>		<p>3명이 함께 하는 협력 게임입니다. 각자 역할을 맡아 서로 제한된 조건으로 소통을 하면서 카드에 제시된 구조물을 완성해야 합니다.</p>
<p>기즈모</p>		<p>연구, 수집, 획득, 제작의 4가지 행동을 유기적으로 연결하여 높은 점수를 내는 게임입니다. 실제 구슬을 사용하여 게임의 재미를 높여줍니다.</p>



슬기로운 디지털 놀이를 위한 한 걸음!

- 처음에는 아이가 자유롭게 게임을 탐색할 수 있는 기회를 주세요.
- 아이가 익숙해질 때까지는 규칙을 쉽게 변형해서 놀이해 주세요.
- 승패에 연연하지 않고 게임하는 과정을 즐길 수 있게 도와주세요.
- 유아의 발달 수준과 흥미를 고려하여 보드게임을 선택해 주세요.

☆☆☆

⑫ 건강하고 안전한 디지털 습관

“놀이 고수의 가방!”



건강하고 안전한 디지털 습관을 만들어요

아이의 언제 스마트폰을 하고 싶어 할까요? 음식을 기다리거나 장거리 여행처럼 무료하고 심심한 순간에 스마트폰을 찾게 됩니다. 이럴 때, 놀이 고수의 가방을 챙겨 창의적인 활동으로 시간을 보내는 건 어떨까요? 스마트폰 대신 재미있고 유익한 놀이로 지루함을 날려보세요.



① 아이와 함께 외출용 놀이 가방을 준비합니다.



② 외출 시 기다림이 필요한 때에 놀잇감을 꺼내어 시간을 보냅니다.



〈아이들이 외출 가방에 담고 싶은 것들〉



놀이 방법

- ① 아이와 함께 외출 시 놀잇감을 넣어갈 가방을 정합니다.
“우리 외출할 때 ○○가 사용할 놀이 가방을 만들어 보자.”
- ② 아이가 선호하고 휴대가 간편한 놀잇감을 놀이 고수 가방에 담아봅니다.
예) 퍼즐, 클레이, 책, 큐브, 블록, 종합장, 사인펜, 색종이, 스티커, 미니카, 인형, 그림 도구, 오목 게임 등
- ③ 아이와 외출할 때 놀이 고수 가방을 챙겨서 외출합니다.
“우리 오늘 ○○에서 기다릴 때 무얼 하면서 기다리면 좋을까?”
- ④ 외출 시 놀잇감으로 놀이하며 기다림의 시간을 보내봅니다.
가방을 준비하지 못한 날에는 끝말잇기, 목찌빠, 수수께끼, 초성퀴즈 등을 할 수 있어요.



슬기로운 디지털 놀이를 위한 한 걸음!

- 가방에 담을 품목은 여행 전 아이가 스스로 정하고 챙길 수 있도록 도와주세요.
- 스마트폰을 단순히 시간을 보내는 도구로만 사용하지 않도록 합니다.
- 외출 시 지속적으로 놀이 고수의 가방을 사용함으로써 습관이 형성되도록 합니다.

참고문헌

- 임수진, 유지영 (2024). 유아 디지털 시민성 교육 프로그램 개발. *어린이미디어연구*, 23(3), 299-340. <https://doi.org/10.21183/kjcm.2024.09.23.3.299>
- 차기주 (2024). 유아 디지털 역량 구성요소 탐색 연구. *학습자중심교과교육연구*, 24(8), 1-26.
- Ahmed, S. K., Mitchell, P., & Trevitt, J. (2021). Rapid review of effective practice principles in the design and delivery of digital resources for teachers. Australian Council for Educational Research. <https://doi.org/10.37517/978-1-74286-671-0>
- Center for Digital Education. (2016). Guide to choosing digital content and curriculum. Retrieved from https://bplaw.assets.learningaccelerator.org/artifacts/pdf_files/CDE16-DOE-GUIDE_V.pdf
- Common Sense Media. (n.d.). How we rate and review. Retrieved September 18, 2024, from <https://www.common SenseMedia.org/about-us/our-mission/about-our-ratings>
- European Schoolnet. (2020). Positive online content for children: Best practice guide. Retrieved from <https://www.betterinternetforkids.eu/>
- Esafety Commissioner. (2024). eSafety Kids. Retrieved from <https://www.esafety.gov.au/kids>
- Feldman R. (2007). Parent-infant synchrony and the construction of shared timing: physiological precursors, developmental outcomes, and risk conditions. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*, 48(3-4), 329-354. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2006.01701.x>
- Fleer, M. (2014). Digital placeholders and virtual pivots in meta-imaginary situations. In *Theorising Play in the Early Years*. Port Melbourne, Victoria : Cambridge University Press.
- Griffith, S. F., Hagan, M. B., Heymann, P., Heflin, B. H., & Bagner, D. M. (2020). Apps As Learning Tools: A Systematic Review. *Pediatrics*, 145(1), e20191579. <https://doi.org/10.1542/peds.2019-1579>
- Hutton, J. S., Dudley, J., DeWitt, T., & Horowitz-Kraus, T. (2022). Associations between digital media use and brain surface structural measures in preschool-aged children. *Scientific Reports*, 12(1), 19095. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-20922-0>
- Hutton, J. S., Dudley, J., Horowitz-Kraus, T., DeWitt, T., & Holland, S. K. (2020a). Associations Between Screen-Based Media Use and Brain White Matter Integrity in Preschool-Aged Children. *JAMA Pediatrics*, 174(1), e193869. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2019.3869>
- Hutton, J. S., Dudley, J., Horowitz-Kraus, T., DeWitt, T., & Holland, S. K. (2020b). Associations between home literacy environment, brain white matter integrity and cognitive abilities in preschool-age children. *Acta paediatrica (Oslo, Norway : 1992)*, 109(7), 1376-1386. <https://doi.org/10.1111/apa.15124>
- Hutton, J. S., Dudley, J., Horowitz-Kraus, T., DeWitt, T., & Holland, S. K. (2020c). Differences in functional brain network connectivity during stories presented in audio, illustrated, and animated format in preschool-age children. *Brain imaging and behavior*, 14(1), 130-141. <https://doi.org/10.1007/s11682-018-9985-y>

- Marsh, J., Murriss, K., Ng'ambi, D., Parry, R., Scott, F., Thomsen, B. S., Bishop, J., Bannister, C., Dixon, K., Giorza, T., Peers, J., Titus, S., Da Silva, H., Doyle, G., Driscoll, A., Hall, L., Hetherington, A., Krönke, M., Margary, T., ... Woodgate, A. (2020). *Children, technology and play*. The LEGO Foundation.
- Marsh, J., Plowman, L., Yamada-Rice, D., Bishop, J. C., Lahmar, J., Scott, F., Davenport, A., Davis, S., French, K., Piras, M., Thornhill, S., Robinson, P., & Winter, P. (2015). Exploring play and creativity in pre-schoolers' use of apps: Final project report.
- Nguyen, T., Schleihauf, H., Kayhan, E., Matthes, D., Vrtička, P., & Hoehl, S. (2020). The effects of interaction quality on neural synchrony during mother-child problem solving. *Cortex*, *124*, 235-249. <https://doi.org/10.1016/j.cortex.2019.11.020>
- Reindl, V., Gerloff, C., Scharke, W., & Konrad, K. (2018). Brain-to-brain synchrony in parent-child dyads and the relationship with emotion regulation revealed by fNIRS-based hyperscanning. *NeuroImage*, *178*, 493-502. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2018.05.060>
- Teaching Strategies. (2021). *Five things to consider when selecting digital learning experiences for young children*. Retrieved from <https://teachingstrategies.com/blog/five-things-to-consider-when-selecting-digital-learning-experiences-for-young-children/>
- Twait, E., Farah, R., Shamir, N., & Horowitz-Kraus, T. (2019). Dialogic reading vs screen exposure intervention is related to increased cognitive control in preschool-age children. *Acta Paediatrica*, *108*(11), 1993-2000. <https://doi.org/10.1111/apa.14841>
- Wernhlo, M. (2021). A theoretical framework for understanding children's learning at play in a hybrid reality. *International Journal of Play*, *10*(3), 261-284.
- World Health Organization. (2019). *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age*. World Health Organization.

우리 아이의 **안전하고 건강한**
디지털 생활을 위한
부모 지원 자료

연구책임자

- 김 호 경인교육대학교 유아교육과 교수

공동연구원

- 김 연 진 유아교육디자인연구소 소장
- 동 풀 잎 국립창원대학교 유아교육과 교수
- 유 정 인 안산대학교 유아교육과 교수
- 이 철 현 경인교육대학교 생활과학교육과 교수
- 조 소 영 안산대학교부설석학유치원 원장
- 차 기 주 가천대학교 유아교육학과 교수

연구보조원

- 강 서 경 초롱별유치원 교사
- 김 주 영 하일초등학교병설유치원 교사
- 양 정 은 아이숲유치원 교사
- 이 하 영 배곧누리유치원 교사
- 이 혜 빈 여수성산유치원 교사
- 장 슬 아 조남유치원 교사
- 한 주 희 큰나래유치원 교사
- 홍 정 기 영천유치원 교사
- 이 민 진 경인교육대학교 유아교육과 조교

연구협력진

| 교육부 교육보육과정지원과

- 유 현 종 과장
- 박 현 정 교육연구원
- 김 우 정 교육연구사
- 최 진 원 교육연구사

| 경기도교육청 유아교육과

- 장 현 우 과장
- 허 인 영 장학관
- 임 자 옥 장학사

펴낸 날

2024년 12월

펴낸 곳

경기도교육청 (11759)경기도의정부시 동일로700

디자인 및 인쇄

피피디자인(전화 031-247-2227)

ISBN 979-11-92629-36-0

※ 본 출판물의 무단 전재와 복제를 금합니다.

