우리 아이 인지와 사회성,

화면 속에 맡길 수는 없잖아요!

3편

영상 보는 우리 아이,
인지와 사회성 지키는 보호자 역할은?



교육부 대구광역시교육청 이화여자대학교 산학협력단

유아기 영상 시청에 관하여 판단하고, 결정하고,
조절하는 역할은 보호자에게 달려있어요!

우리 아이의 생각하는 뇌, 관계 맺는 뇌가
잘 자라날 수 있도록
보호자의 역할 네 가지를 기억해주세요.



"화면 밖에서 발달하는
인지와 사회성을 위해 !"

첫 번째 역할

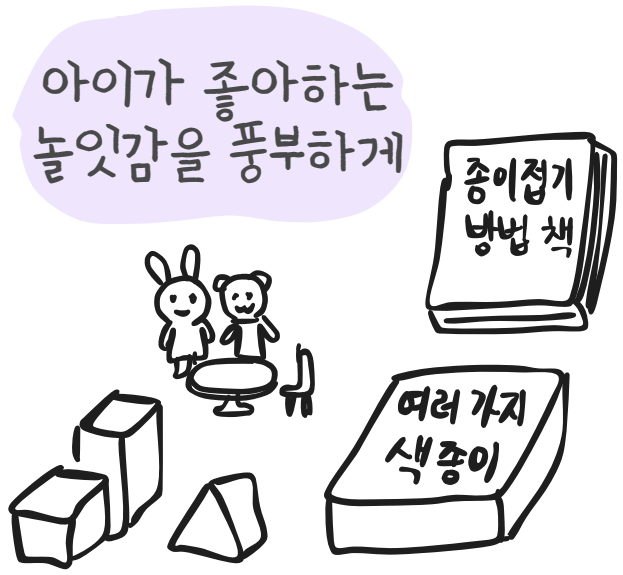
| 영상 시청 대안 찾아주기

* 영상 밖 즐거움을 찾아주세요!

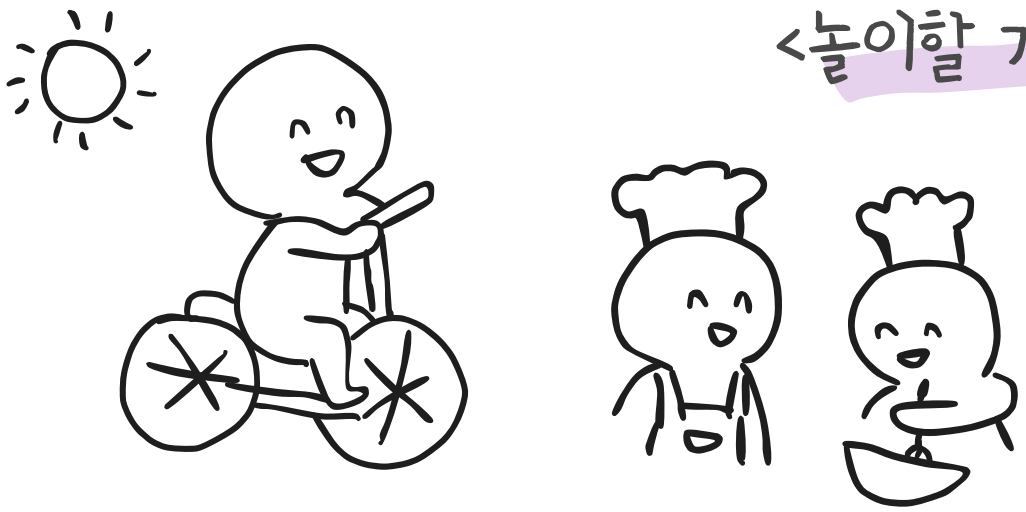
혹시, 우리 아이는 이미 영상을 많이 보고 있어서 걱정되셨나요?
영상 밖 즐거움을 느낀다면, 점차 영상을 찾지 않을 거예요.



<아이의 관심사를 찾고>



<놀이할 거리를 준비해 주고>



<야외 활동 및 보호자와 함께하는 시간>을
적극 활용해 보세요!

외출 시에도, 특히 식당, 카페, 비행기 등 제한된 장소에서도
바로 꺼내 쓰기 좋은 놀이 자료를 준비해서 다닌다면
영상 없이도 즐거운 시간을 보낼 수 있어요.

< 외출 시 유용한 놀잇감 꾸러미 예시 >

미술 놀이 꾸러미

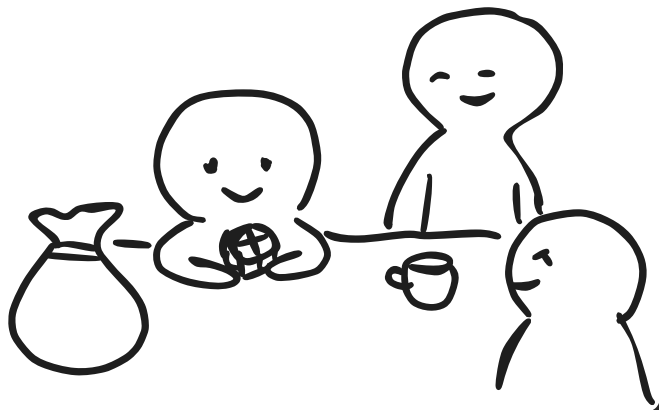
그리기 도구,
점토, 컬러링 북,
스티커, 색종이와
종이접기 책

상상놀이 꾸러미

사람, 동물, 자동차,
함께 어울리는 소품 피규어들
(예: 중장비 차와 공사장 소품,
작은 인형과 음식 소품)
스티커 북, 종이 인형

두뇌 놀이 꾸러미

퍼즐, 큐브,
카드, 나노 블록
미로, 숨은그림찾기 등
워크북(출력물)



"우리 아이를 지켜주는 울타리 !"

두 번째 역할
| 영상 시청 규칙 만들기

* 영상 시청 규칙으로 학습, 발달, 건강 지키기

자기조절력 발달은 여섯 살 어린이들의 중요한 과업!
자기 욕구를 조절하고
규칙을 따를 수 있는 마음의 힘을 키우는 시기예요.

혹시 영상 시청을 완전히 끊을 수 없다면
반드시 시청 규칙이 필요해요.

놀이 시간, 수면 시간, 가족 간의 대화 등,
학습과 발달에 필수적인 소중한 시간과
건강을 지키기 위해
규칙을 정하고 지키도록 도와주세요!



<우리 집 영상 시청 규칙, 이런 것을 정해주세요>

시간

하루(또는 한 주) 최대 시청 시간(또는 편수) 정하기

* 국내외 주요 기관(WHO, 보건복지부 등) 권고 규정
  2세 미만: 시청 금지 / 2-4(5)세: 하루 1시간 이하

상황

시청할 수 있는 상황 정하기(예: 하원 후 저녁 먹기 전)

* 특히 식습관 형성이나 수면을 방해하는 식사 시간,
  잠자기 직전은 시청하지 않도록 제한하기

시청 방법

건강한 시청을 위한 시청 방식 관련 규칙 정하기

예) 보호자와 함께 보기, 보호자가 고른 콘텐츠 보기
밝은 곳에서 보기, 거리를 두고 떨어져서 보기

TIP. 보호자도 함께 지키며 '우리 가족' 영상 시청 규칙으로
지켜야 효과적이에요.

"무엇을 볼까?
아이가 아닌 보호자의 몫!"

세 번째 역할
| 영상 콘텐츠 골라주기

* 이런 영상으로 골라주세요.

자동 시청 기능은 NO! 아이의 판단에 맡겨두는 것도 NO!
영상 시청의 역기능을 최소화할 수 있도록
아래와 같은 영상 콘텐츠로 보호자가 직접 골라주세요 !

첫째, 자극 수준이 낮은 것

화면이나 소리의 강한 자극은 자녀의 뇌가 생각할 겨를을 주지 않고 중독을 유발해요.

둘째, 발달 수준, 교육에 적합한 것

자녀가 내용을 이해하며 능동적으로 볼 수 있는 수준인지, 비교육적인 메시지는 없는지 점검해요.

셋째, 일상, 관심사와 연결되는 의미있는 주제

자녀의 일상이나 (예: 친구 관계, 기관 생활), 관심사와 관련되면 (예: 동물에 관심 → 동물 다큐멘터리 영상) 더 주도적으로 시청하고, 화면 밖으로도 경험을 넓힐 수 있어요.

3

<우리 아이가 보고 있는 콘텐츠 점검해 보기>

콘텐츠 이름: _____

✓ 적합해요 !	✓ 다른 콘텐츠를 골라 주세요.
☐ 화면 자극이 적어요.	☐ 화면이 너무 화려하거나 전환이 빨라요.
☐ 소리 자극이 적어요.	☐ 효과음이나 대사가 너무 많고 빨라요.
☐ 내용, 대사 등이 이해할 수 있는 수준이에요.	☐ 내용, 대사 등이 아직 이해하기 어려워요.
☐ 교육적인 내용이에요.	☐ 비교육적이에요(예: 폭력적, 성 고정 관념을 주는 내용).
☐ 자녀의 일상, 관심사와 관련된 내용이에요.	☐ 자녀의 일상, 관심사와 연결되기 어려운 내용이에요.

“수동적 시청에 “생각”과 ‘소통’ 더하기”

네 번째 역할

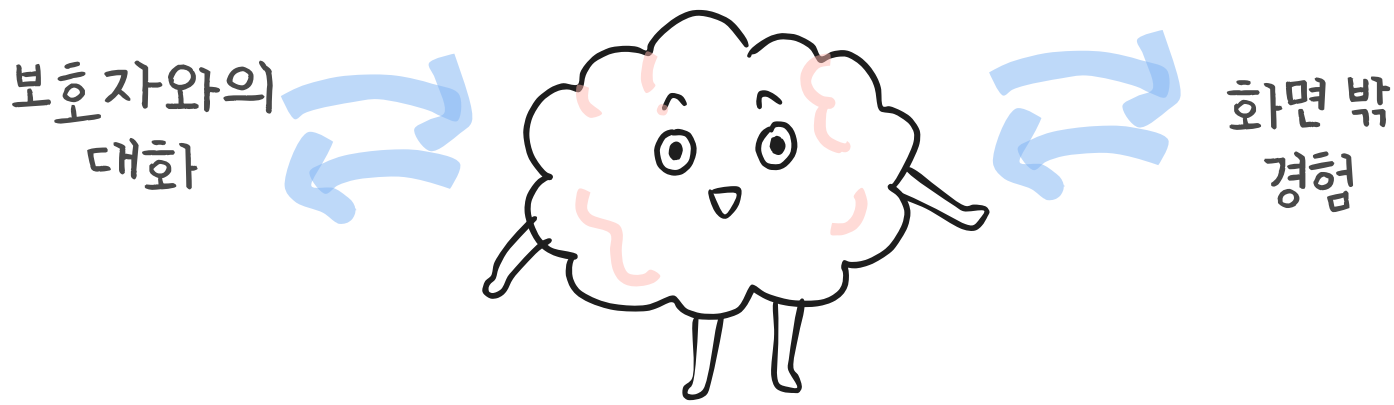
| 영상 함께 보기

* 왜 보호자와 함께 시청하면 좋을까요?

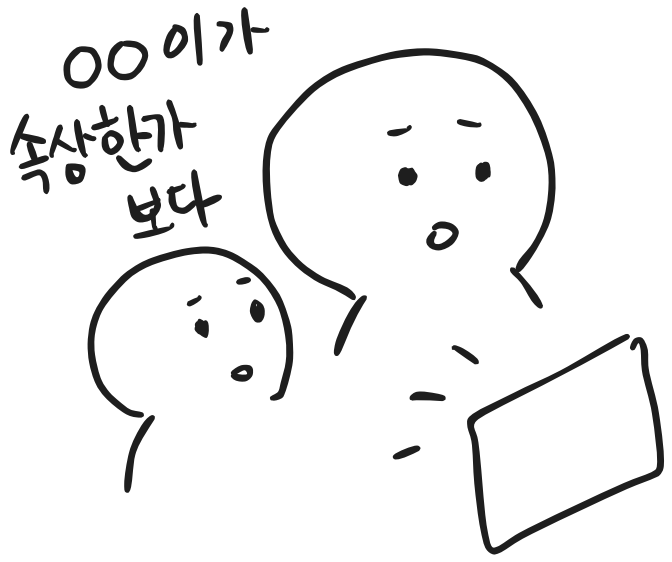
첫째, 수동적 시청이 되지 않도록
함께 시청하며 영상 내용에 대한 생각을 촉진해요.

둘째, 영상을 보면서 대화하면
영상 시청 때문에 저해될 수 있는
사회성, 의사소통 능력의 발달을 도와줄 수 있어요.

셋째, 보호자가 영상을 함께 보고 영상의 내용을 알면,
영상 내용을 이전의 경험, 혹은 시청 후의 경험과
연결되도록 도와줄 수 있어서 화면 밖 세상과도 이어져요.



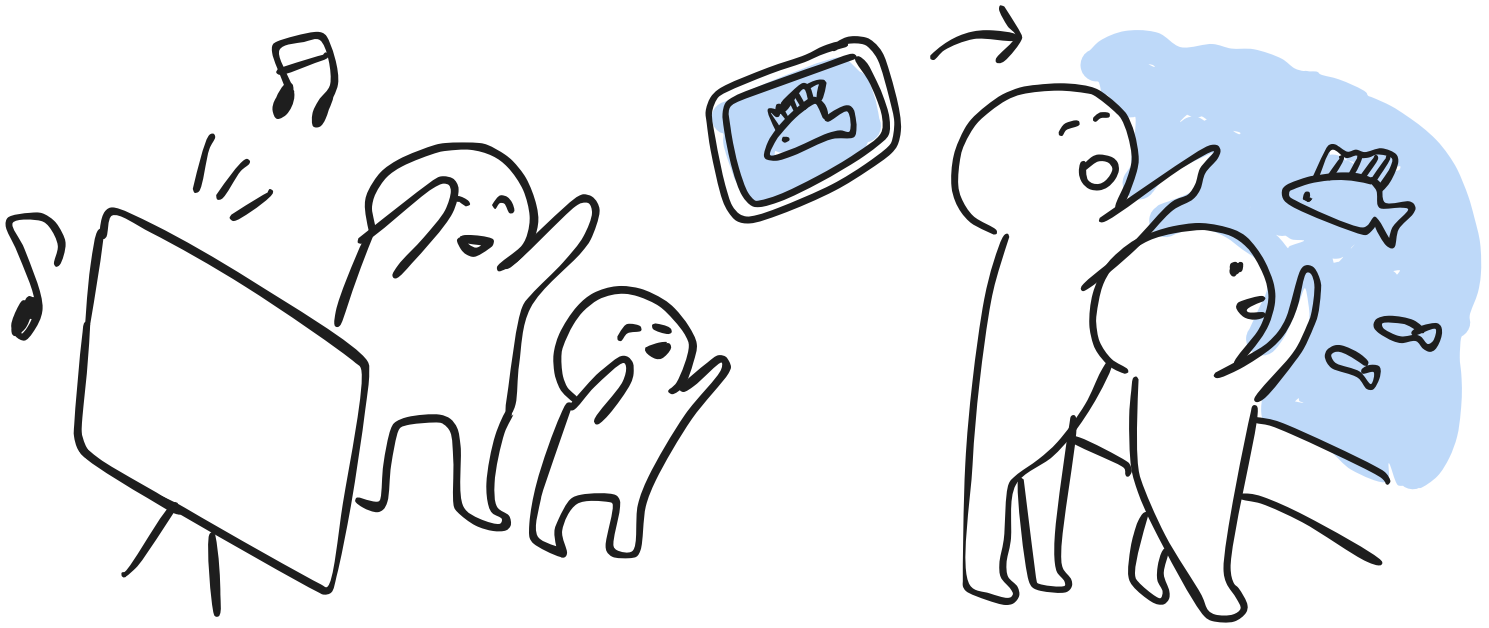
<함께 시청하는 방법 예시>



영상 내용, 등장인물, 사건 등에
관하여 생각 나누며 시청하기



영상 시청 중 생기는 궁금증,
질문에 대해 답해주기



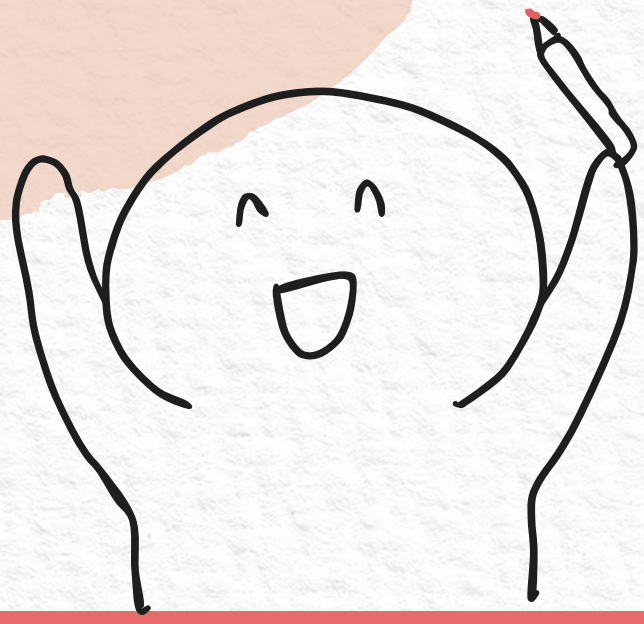
(시청 중 또는 시청 후) 영상 밖 실제 활동으로 연결하기

우리 아이 인지와 사회성,
화면 속에 맡길 수는 없겠죠?

평생 학습의 기초를 마련하는 유아기
&
주변 사람들과 **관계** 맺으며 세상을 배우는 네 살 !

영상 시청을 지도하고,
화면 밖 세상과 연결하는
보호자 역할이 중요합니다!





우리 아이 인지와 사회성 화면 속에 맡길 수는 없잖아요! < 끝 >

교육부 대구광역시교육청 이화여자대학교 산학협력단