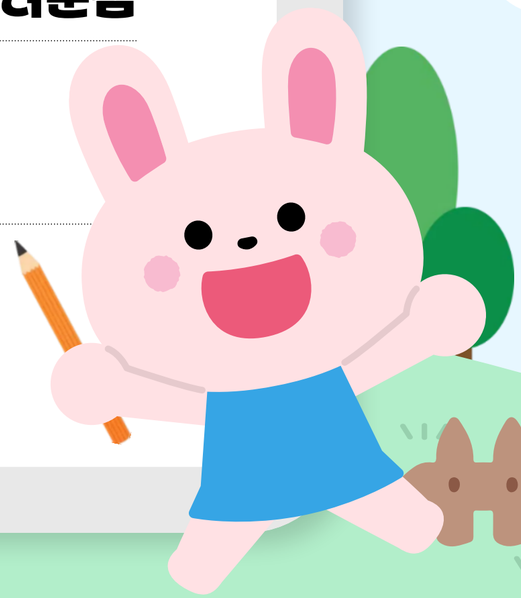
그림책을 활용한 기본생활습관 지원

그림책과 함께 자람

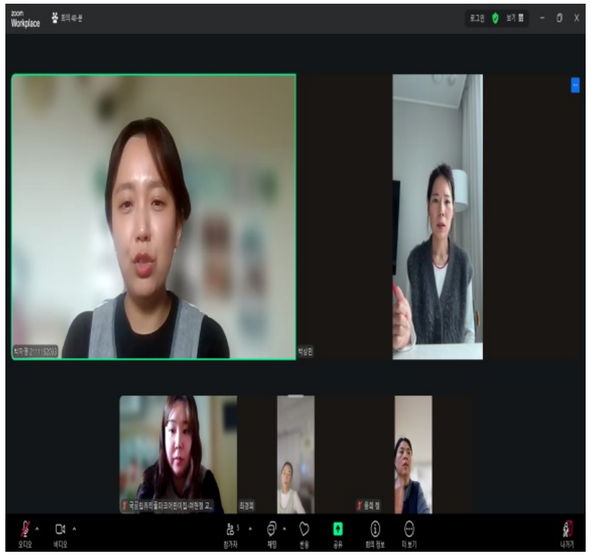
(11회기 모임 결과보고서)

[배움과 나눔]

1. 11회기 모임 보고
2. 영아의 식습관 성장을 위한 가정연계 실천 방법 고민
3. 컨설팅 방문 -놀이과정, 상호작용, 보고서 작성에 대한 어려운점
4. 차기 회기 계획



11회기 모임 보고



- 일시 : 2026. 1. 16 (금)
- 방법 : ZOOM모임
- 참석인원 : 함께 자람 구성원 5인
- 주요활동 : 놀이사례 논의

0세



놀이에 귀기울기 - 동물들이 음식을 먹는 모습을 보며 영아는 그림책에 음식을 손으로 가리키며 관심을 보임.



영아는 그림책을 보고 난 후 음식 모형을 가지고 와서 친구와 함께 음식을 차리면서 먹어봐~ 음식을 차리면서 여러 과일을 가지고 와서 음식을 차려 보면서 놀이를 함.







놀이 지원 - 그림책을 보던 영아들이 수저를 가지고 와서 먹는 흉내를 내는 모습에 관심을 갖고 놀이가 진행 되어 영아들에게 튀밥을 제공 함.
영아들이 튀밥을 손으로 만져 보고 글스에 담아 보고 쏟아 보며 놀이를 함.
통에 튀밥을 넣어 흔들어 놀이 하는 모습을 보고 비닐 팩에 튀밥을 넣어 주자 영아들은 비닐 팩을 흔들어 놀이 하는 모습이 관찰 됨. 영아들은 통에서 그릇으로 튀밥을 옮겨 보면서 놀이를 함.

- 가정연계

일상생활 대부분의 장소인 어린이집과 갖어과의 연계로 식습관 형성이 될 수 있도록 가정과 어린이집에서 지원 하였다.
영아들이 음식을 먹을 경우 수저와 포크를 사용해서 흘리더라도 스스로 먹을 수 있도록 가정과 어린이집에서 함께 즐겁게 음식을 먹을 수 있도록 하였다.
어린이집에서는 교사의 맛있게 먹는 모습과 긍정적인 상호작용을 통해서 영아들이 수저와 포크를 사용해서 음식을 먹어 보며 스스로 해 보았다는 성취감을 경험 하였다. 가정에서도 부모님들이 모델링이 되어서 수저와 포크 사용하는 법 을 보여 주고 즐겁게 식사하는 시간을 경험 할 수 있었다.



부모님과 형과 즐거운 저녁 시간

배움읽기 - 영아들은 튀밥의 바스락 거리는 촉감을 손으로 만져보며 감각적으로 탐색을 함. 튀밥을 통과 컵에 담았다가 쏟아 보는 반복 놀이를 통해 눈과 손의 협응이 이루어 지고 숟가락을 사용해 튀밥을 옮기며 놀이 하면서 생활 속 도구 사용에 관심을 보임.

배움지원 - 영아들이 튀밥을 다양한 방법으로 탐색 할 수 있도록 크기가 다른 용기와 도구를 제공 하여 영아들이 담아 보기, 옮기기, 쏟기 등의 놀이를 반복 하며 경험을 함. 놀이 중 느껴지는 감각을 언너로 표현 해 주며 "바스락" 바스락" 등의 감각 어휘를 모방하여 따라 해봄.

놀이평가 -영아들은 튀밥의 질감과 소리를 다양한 방법으로 경험 하며 적극적으로 놀이에 참여 함. 손으로 뿌리기, 담기, 등의 놀이를 반복하며 소근육과 대근육을 함께 사용하였고 교사의 언어적 상호작용에 반응 하여 옹알이로 표현 하며 감각을 느껴 보며 놀이에 몰입을 경험 함.

1세 - 귀 기울이기 책에 관심을 가진다.

책에 있는 그림과 이야기에 주의를 기울이는 행동을 보인다. 책의 그림등을 보며 표정과 손짓,
표정과 말소리로 표현하고 이야기를 듣고 책의 내용을 알아가는 경험을 갖는다.



영아 세명이 식습관에 관련된 그림책을 함께 보고 있다.
한 영아가 "밥이야?" 이야기를 하며
책장 한장을 넘겨본다. 그림책에 보여지는 음식들의 이름
을 말하며 손짓과 말로 표현하고
책을 함께 보며 관심을 보인다..

배움읽기 - 식습관 그림책 경험이 일상으로 이어지다





교사는 그림책 등장인물의 동작을 따라하며 "잘먹겠습니다" 목소리르 높여 읽어 주자 영아들도 한쪽 팔을 들며 "잘먹겠습니다" 큰소리로 자연스럽게 따라하는 모습을 보였다.

점심시간, 교사는 영아들에게 점심을 배식하며 “얘들아, 골고루 맛있게 먹어”라고 말하며 식사 전 인사를 나누었다. 이에 한 영아가 앞서 읽어준 그림책의 표현을 떠올리듯 한 팔을 들고 “잘 먹겠습니다”라고 인사하였고, 이를 본 주변 영아들도 같은 동작과 말로 인사를 따라 하며 즐거움을 표현하였다.

배움지원 - 그림책을 보며 즐겁게 익히는 식습관

영아가 그림책을 자유롭게 탐색하며 놀이로 확장할 수 있도록, 영아가 즐겨보는 다양한 식습관 그림책을 선정하였다. 책이 서로 겹치지 않도록 배치하고 표지 그림이 잘 보이도록 공간을 구성하여, 영아가 스스로 책을 선택하고 자연스럽게 놀이와 배움으로 이어질 수 있도록 지원하였다.

교사는 영아가 그림책 내용에 흥미를 가질 수 있도록 그림 속 대화를 생동감 있게 표현하며, 등장인물의 동작과 음성의 높낮이를 조절하여 읽어주었다. 그 결과 영아들은 교사의 표현을 모방하며 “잘 먹겠습니다”와 같은 식사 전 인사를 자연스럽게 따라 하였고, 식습관과 관련된 내용이 영아에게 보다 생생하게 전달되는 모습을 보였다.

1세 - 놀이에서 귀 기울이기





영아들은 컵과 음식 모형을 활용해 서로 먹여 주는 흉내 놀이를 하며 즐겁게 상호작용한다. 친구에게 컵을 건네거나 “아~” 하며 먹는 모습을 따라 하며 식사 상황을 자연스럽게 모방한다. 놀이 속에서 웃음과 눈맞춤이 이어지며 긍정적인 식사 경험이 나타난다.
그림책 속에 국수 먹는 그림을 보며 '후루룩~후루룩~'의성어를 들려주자, 영아는 소리에 귀 기울이며 웃음을 보이고 따라 말도 하고 "후루룩후루룩"소리를 내며 그림책 속 국수먹는 흉내를 내기도 한다.반복되는 소리를 재미있게 받아들이며 그림책에 흥미를 보인다.

배움읽기







그림책 속 국수먹는 장면에 흥미를 보이는 모습이 국수를 활용한 식습관 놀이를 하였다. 기다란 국수를 만져보기도 하고 부러뜨려 보기도 하며 자연스럽게 탐색하는 모습이다. 아직 삶지 않은 국수를 만져보며 "가시처럼 따가워요"라고 이야기 한다. 점토에 국수를 꽂아 눈스티커를 붙여 고슴도치를 만들어보거 후라이팬을 가져와 국수를 넣어 요라하는
모습이다.삶은 국수를 만져보며 "끄적끚적해"라고 표현을 해 보거나 집게로 국수를 그릇에 담아보는 놀이를 하는 모습이다.

영아를 이해하는 평가





영아들은 그림책 속 국수먹는 장면을 실제놀이로 연결하며 경험하려는 모습을 보였고 삶지 않은 국수를 만져보고 점토와 소꿉놀이도구를 사용하여 점토에 꽂아보고 부러뜨려 후라이팬에 담아보는 반복적인 시도 와 몰입하는 모습을 보였다. 살은 국수를 만지고 탐색하며 촉감의 변화변화를 적극적으로 탐색하며 "끈적끈적해요"와 같은 표현과 함께 집게라는 도구를 사용해 옮겨보며 눈과 손을 집중해서 재료를 관찰하며 놀이 속에서 자신의 느낌을 말과 행동으로 표현하며 의미를 확장해 가고 있음을 보여 주었다.
또한 음식재료를 놀이재료로 자연스럽게 받아들이며 창의적으로 활용하는 모습에서 탐색욕구와 소근육 조절능력이 함께 발달하고 있음을 확인할수 있었다.

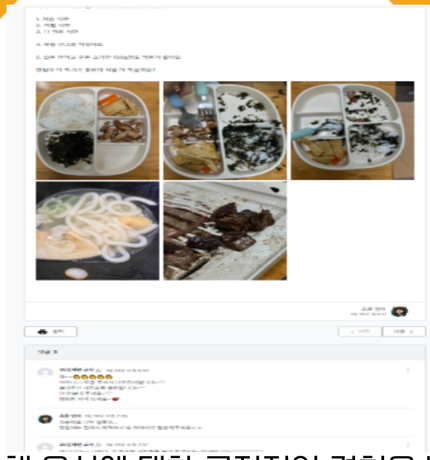
배움지원





앞으로도 그림책과 실제 식재료를 연계한 감각 놀이를 지속적으로 제공하며 영아들이 다양한 촉감과 질감을 충분히 경험할 수 있도록 지원한다.국수 외에도 채소,과일 등 여러 식재료를 활용해 만져보기,옮기기,꽂기 등의 놀이를 확장하고,집게,숟가락,국자 등 도구를 함께 제공하여 소근육 발달과 식사동작놀이로 자연스럽게 연결할 계획이다.
또한 놀이 중 영아의 표현을 언어로 되짚어 주고 공감해 주며 긍정적인 음식 경험이 기본적인 식습관 형성으로 이어질 수 있도록 그림책 읽기와 역할 놀이를 병행해 지원하고자 한다.

가정과의 연계활동



그림책을 통해 음식에 대한 긍정적인 경험을 나눈 후, 가정에서도 자연스럽게 식습관 놀이가 이어질 수 있도록 연계 활동을 진행하였다. 가정에서는 아이가 실제 식사를 하는 모습을 사진으로 기록하여 키즈노트를 통해 공유해 주었으며, 아이의 식판 구성과 식사 태도를 함께 살펴볼 수 있었다.가정과 어린이집이 영아의 식습관을 함께 공유하며 협력할 수 있었다.
앞으로도 그림책을 활용한 식습관 놀이를 지속하며, 가정과의 소통을 통해 영아가 다양한 음식을 즐겁게 경험할 수 있도록 지원하고자 한다. 또한 가정에서의 식사 모습과 어린이집 활동을 연계하여 영아 개개인의 식습관 발달을 세심하게 살펴볼 예정이다.





1세 - 놀이에서 귀 기울이기

영아가 실꿰기 활동 중 알록달록 실을 스파게티 면처럼 여기며 접시에 담고 포크로 먹는 시늉을 하며 “음~ 맛있다, 스파게티”라고 말하는 모습을 보였다. 교사는 영아의 말과 행동 하나하나에 귀 기울이며 함께 공감하고, 시늉 놀이와 언어 표현을 격려하며 상호작용을 이어갔다. 이를 통해 영아는 놀이 속에서 상상력을 확장하고 자신만의 표현을 즐겁게 시도하는 모습을 보여주었다.

배움읽기

스파게티 면을 가지고 놀이하던 영아는 클레이를 가져와 길게 늘려보며 다양한 모양을 만들어 표현하였다. 교사가 “우와, 길어졌다.”라고 말하자 영아는 “기다란, 면”이라고 말하며 자신의 성취를 인식하고 즐거워하였다. 이어서 다양한 꾸미기 재료를 활용하여 케이크를 만들어보며 놀이를 확장하였다. 놀이 과정에서 영아는 손의 조절력과 소근육을 사용하며 자신만의 표현을 시도하였고, 교사의 언어적 격려와 공감에 반응하며 자신의 생각과 표현을 말로 공유하는 즐거움을 경험하였다. 이를 통해 영아는 탐색과 표현을 연결하여 놀이를 확장하고, 창의적 사고와 성취감을 느끼는 모습을 보여주었다.





다양한 놀이를 경험해요



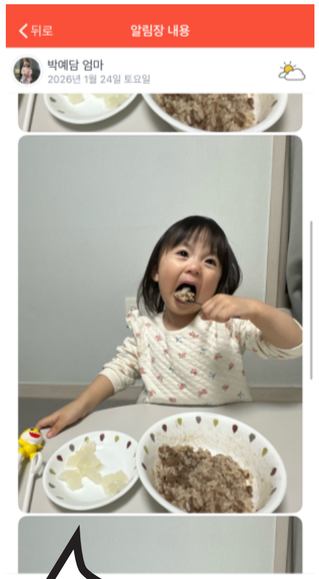


가정과의 연계활동

가정에서도 함께 실천하고 있어요~



아이와
함께 장보기



집에서도
스스로 먹어요

2세 - 귀 기울이기 (파티에 초대해요)





놀이의 시작

영아가 점토를 두 손으로 잡아 길게 늘인다. “선생님, 이것 보세요. 이거 치즈처럼 길게 늘어나요.”

(점토를 더 길게 늘이며 친구들에게 보여준다.) “어저께 피자 먹었을 때 치즈가 이렇게 늘어났어요.”



영아는 둥글게 편 점토 위에 작은 점토 조각을 올리며 " 이건 피자예요.”



이를 본 다른 영아는 점토를 동그랗게 빚으며 “나는 케이크 만들거야.”

또 다른 영아들은 음식 놀잇감을 가져와 "우리 이제 파티할거야"



그렇게 우리반 파티가 시작되었다. 다음날도 영아는 파티놀이를 지속하였다.

배움 읽기

점토를 늘이며 실제 경험했던 피자의 치즈를 떠올리고 놀이로 재현한다(예술경험-상상놀이를 한다). 자신의 경험을 언어로 표현하며 기억을 또래와 공유한다(의사소통-자신의 요구와 느낌을 말한다).

점토를 늘이고, 떼고, 붙이며 손가락과 손의 힘을 조절한다(신체운동·건강-대소근육을 조절한다). 점토의 성질을 탐색하며 늘어나는 특성을 감각적으로 경험한다(자연탐구-친숙한 물체를 감각으로 탐색한다).

또래들은 각자 케이크를 만들거나 음식 놀잇감을 가져와 상을 차리며 함께 놀이를 확장한다(사회관계-또래와 함께 놀이한다). 서로의 생각을 받아들이며 공동의 '파티' 놀이로 발전시킨다.

영아들은 일상 경험(피자 먹기)을 바탕으로 상상놀이를 확장하고, 또래와 함께 공동의 놀이 맥락을 만들어 가는 통합적 배움을 경험하고 있다.

배움 지원

상호작용지원, 자료 지원, 공간 지원, 일과 연계 지원

영아가 점토를 치즈에 비유하며 시작한 놀이가 또래와의 파티 놀이로 확장되도록 경험을 이야기 나누며 상호작용으로 지원한다. 또한 관련 그림책과 파티 소품을 제공하고 점토 놀이와 역할놀이 공간을 연결하여 놀이가 지속·확장되도록 돕는다. 나아가 놀이 경험을 실제 식사나 생일 파티 경험과 연결하여 일상과 놀이가 이어지도록 지원한다.

11차 모임을 마무리하며..



그림책을 통해 음식에 대한 거부감이 줄어들고, 영아가 식사 시간에 한결 편안하게 참여하는 모습을 볼 수 있었다. 놀이가 실제 식습관으로 자연스럽게 연결되었다는 점이 의미 있었다.



가정과 연계된 활동으로 아이의 식사 경험을 더 깊이 이해할 수 있었다. 식판 사진을 통해 가정에서의 모습까지 함께 살펴볼 수 있어 관찰의 폭이 넓어졌다.



영아가 스스로 음식을 탐색하고 먹어보려는 시도가 늘어났다. 교사의 개입보다 영아의 자율성을 존중하는 식습관 놀이의 중요성을 다시 느끼게 되었다.



그림책이라는 매개가 식습관 지도에 긍정적인 역할을 한다는 것을 확인하였다. 놀이 중심 접근이 영아에게 안정감을 주고 식사에 대한 긍정적인 인식을 형성하는 데 도움이 되었다.



가정과 어린이집이 함께 협력하는 식습관 지도의 필요성을 느꼈다. 앞으로도 그림책을 활용한 놀이를 통해 영아의 일상 속 경험이 자연스럽게 확장될 수 있도록 지원해야겠다.

다음 차시에는..

놀이의 실제사례 공유 및 평가

함께 자람

12회차 모임에서 만나요~

다음 모임 일정 : 2026. 1. 23 . / zoom