



적극적으로 아이와 소통하기

MY CALENDAR, Feelings board
활용 가이드 북

한국어 & 영어



적극적으로 아이와 소통하기

MY CALENDAR, Feelings board 활용 가이드 북 (한국어 & 영어)

지은이: 김민희, 옥찬샘

출판사: 맘트리

참고문헌: 맘스잉글리시 표현사전 (넥서스), 아홉살 마음사전 (창비)

1판 1쇄 발행: 2022.10.14

출판등록: 2021.07.21

주소: 경기도 고양시 일산서구 주엽로 150, 806호

전화: 070-8098-8745

적극적으로 아이와 소통하기

MY CALENDAR, Feelings board
활용 가이드 북

한국어 & 영어

"우리 아이 마음을 알고 싶는데.

같이 더 이야기 하고싶는데. 너무 어려워요"하시는

부모님들을 위해 가이드 북을 만들었습니다.

MY CALENDAR와 Feelings board와 함께

행복한 하루 하루가 되길 바랍니다.

목차

01. 아이들의 반응에 대한 반응 팁	04
02. 날짜와 요일 개념을 설명하기	07
03. 아이와 일상에 대한 이야기 나누기	11
04. 날씨와 계절에 대한 설명과 관련된 이야기 나누기	15
05. 시간에 대한 설명과 관련된 이야기 나누기	19
06. 감정과 관련된 이야기 나누기	21



01

아이들의 반응에 대한 반응 팁

1 아이의 비언어적 행동에 대한 반응

아이들이 낱자나 계절 등 맞지 않게 반응 할 수 있고 선택하는데 어려움이 있을 수 있습니다.

그럴 때 “틀렸어. 다시 해봐” “아니지” “빨리 좀 해봐”라고 바로 반응한다면

아이들은 흥미를 잃을 수 있습니다.

아이가 스스로 고민하고 선택하며 해 냈다는 것에 초점을 맞추어서 반응 해 주시면 좋습니다.

또한, 부모님은 아이의 행동과 표정 등 비 언어적인 표현에도 반응 해 주신다면 아이 스스로가 뿌듯함을 느끼고 더 적극적으로 활동 하는 동기가 될 것입니다.

예시

- (아이가 자석 마그넷을 붙히는 상황) 그것을 거기에 붙히는구나.

Are you going to stick it here?

- ▶ 행동에 대한 반응은 아동에게 초점을 두고 있다는 것을 전달 할 수 있습니다.

- (무엇을 선택해야 할 지 고민하는 상황) 음. 너는 여기에 있는 것들 중에 어떤 것을 할까 훑어 보고 있는구나.

Hmm. You're looking to choose which one to stick.

- ▶ 아이가 선택한 것을 하나하나 명명 하지 않아도 됩니다. 그것, 저것으로 표현해 줄 수 있습니다.

- (아이가 자신만의 달력을 완성 했을 때) 너가 선택한 자석들로 오늘의 달력이 완성되었네.

You completed today's calendar with the magnets you chose.

- ▶ “와~ 잘했네” “최고”와 같이 결과가 아닌 과정에 초점을 맞춰 주세요.

결과에 초점을 맞추다 보면 틀린 경우, 원하는 결과가 나오지 않는 상황에서의 좌절감이 더 클 수 있습니다.

그렇기 때문에 아이가 노력한 과정에 대하여 반응 해 주는 것이 좋습니다.

2 아이가 도움이 필요할 때

혼자서 달력을 완성하는 데 어려움이 있을 수 있습니다. 그럴 때 부모님은 옆에서 도와서 같이 할 수 있음에 대한 메시지를 전달 하는 것이 좋습니다. 그리고 다소 엉뚱한 이야기를 할 때에도 왜 그렇게 이야기를 하는지 귀를 기울여 주면 아이와 대화가 이어 질 수 있을 것입니다.

예시

- (혼자 못하는 상황) 우리 생각 해 보자 / 우리 같이 완성 해 보자.

Let's think about it. / Let's finish it together.

- (날씨를 고민하는 상황) 음.. 오늘의 날씨가 어떨까? 창문 밖을 봐봐. 어떤 것 같아?

Hmm. How's the weather like today? Look out the window. What do you think?

- ▶ 부모님이 무조건 리드하는 것이 아니라 하나하나 부분별로 물어봐 주고 생각 할 수 있게 하며 부모님이 힌트를 줄 수 있습니다. 그렇게 부모님과 함께 완성하게 되면 다음번엔 더 쉽게 혼자 할 수 있게 될 것 입니다.

3 언어적 행동에 대한 반응

아이가 달력을 꾸미다 보면 자연스럽게 아이들이 많은 이야기들을 할 수 있습니다.

오늘이 아이에게 특별한 날일 수도 있고, 학교에서 친구와 어떤 약속을 한 날일 수도 있습니다.

그렇기 때문에 그때 그때 다양한 이야기 거리로 대화를 이어나갈 수 있습니다.

이때 자칫, 아이가 무언가를 이야기 하려 할때 단순히 “알았어” “응”과 같이 너무 성의없는 대답을 하면 아이와 질적인 상호작용이 어려 울 수 있으니 아이가 하는 말에도 귀 기울여 주는 것이 중요합니다.

말하고 있는 아이의 표정을 보면서 감정을 읽어 줄 수도 있고, 아이가 하는 말을 요약하거나 다른 말로 다시 말 해 줄 수도 있습니다. 그리고 아이가 추가적으로 생각을 확장 할 수 있도록 적절한 질문을 할 수 있습니다.

예시

- (아이 : “오늘 기분은 슬픔이에요. 친구가 내가 가지고 노는 것을 가지고 갔거든요”)

그랬구나. 많이 속상했겠다. 엄마도 네 이야기를 들으니 속상하다. 그 친구는 왜 그랬을까.

(Child : “Today, I feel sad because my friend took my toy that I was playing with”)

I see. You must have been really upset. Hearing you say that, I feel upset too.

I wonder why your friend did that.

- ▶ 아이의 감정을 반영한다는 것은 아동의 감정과 욕구들을 이해하고 수용한다는 것을 의미합니다. 부모님께 감정을 공감 받으면 아이가 자신의 감정을 이해하고 표현하는데에도 많은 도움이 된답니다.

- (아이 : “엄마 오늘 날씨는 비예요”)

그러게. 창문 밖을 보니까 흐리고 비가 주룩 주룩 내린다.

(Child : “Mom, it is raining today”)

I know. It's cloudy and raining outside.

- ▶ 아이가 말한 내용을 반영하는 것은 아이에게 자신이 아동이 말하는 것을 귀담아 듣고 이해한다는 것을 알려주도록 합니다. 너무 반복적으로 이야기 하면 자칫 앵무새 같을 수 있기 때문에 적절한 타임에 반영 해 주는 것이 효과적입니다.

- (아이 : “엄마 오늘 미미 생일이야. 미미가 오늘 집에 생일 초대했는데”)

어머, 그렇구나. 엄청 신나 보이네. 미미 생일을 위해서 무엇을 준비 하면 좋을까?

(Child : “Mom. Today's Mimi's birthday. Mimi invited me to her birthday party”)

Oh, that's nice. You look so excited. What should we prepare for her birthday?

- ▶ 아이의 생각과 감정을 공감 후 아이가 생각 할 수 있는 거리를 자연스럽게 물어보면 놓치고 있는 부분을 생각 할 수 있게 됩니다.

계속 해서 가지고 와서 보여주거나 자신이 하는 것에 대해 자신감이 없는 모습을 보일 때 격려 해 주거나 엄마가 보지 않아도 스스로 잘 할 수 있고, 정답이 없음에 대하여 전달 할 수 있습니다.

예시

- (아이 : “엄마 엄마. 이것 봐요”) 엄마한테 너가 하는 것을 보여 주고 싶은가 보다.

00야. 그런데 엄마는 네가 엄마 없이도 혼자 할 수 있을 거라고 생각해.

(Child : “Mom. Look at this”)

You want me to know what you do. I think you can do it by yourself.

- ▶ 엄마에게 확인 받고 싶은 아이의 마음을 읽어 주되, 아이 스스로 할 수 있도록 격려 해 준다면 엄마 없이 스스로 해 볼 수 있는 기회가 될 것입니다.

- (아이 : “엄마가 만들어 주세요”) 음. 엄마가 대신 해 주기를 원하는구나. 엄마와 같이 해 볼까?

(Child : Can you make it?)

Hmm. You want me to do it for you. Let's just do it together.

- ▶ 아이가 스스로 하기 자신 없어 할 수 있습니다. 그럴 때에는 상황에 따라 함께 완성 할 수 있고, 아이가 혼자 할 수 있을 때에는 옆에서 조금 기다려 주면서 스스로 할 수 있도록 유도 할 수 있습니다



02

날짜와 요일 개념을 설명하기

날짜와 요일은 어른들에게 너무 일상적인 당연한 개념이지만, 아이들의 경우에는 눈에 보이지 않는 추상적인 개념이기 때문에 어려운 개념이기도 합니다. 그래서 일반 달력과 함께 설명 하는 것이 훨씬 더 잘 이해 할 수 있습니다. 보통은 만3세가 넘으면 10까지의 숫자를기계적으로 셀 수 있습니다. 점점 숫자가 커진다는 걸 어렵듯 하거나마 알게 되지요.

그래서 마이컬린더 옆에 일반 달력을 두고 함께 살펴보면 좀 더 빨리 이해하는데 도움이 됩니다. 그리고 추가적인 자석판을 사용해서 미리 월, 일을 붙여두고 “오늘” 날짜를 떼서 마이컬린더에 옮기도록 하는 것도 방법이 될 수 있어요. 요일의 경우에는 음력에 월동을 붙여서 월요일부터 일요일까지를 꼭 이해하게 하면 아이들이 좀 더 즐겁게 기억 할 수 있습니다.

예시

- “○○야~ 어제는 9월 1일이었지~ 그럼 오늘은 며칠이지?”

“○○~ Yesterday was September 1st. Then, what's the date today?”

▶ 아이가 대답하지 못해도 괜찮아요~ 나이에 따라 대답을 하기도 하고, 할 수 있어요. 그런 경우에는 자연스럽게 일반 달력을 보고 같은 숫자를 찾아 붙이게 도와주면 됩니다.

- “오늘은 트**니 가는 날이네~ 트**니 가는 날은 토요일이지~”

“Today, we're going to ***! That means it's Saturday~”

▶ 정해진 일과가 있는 요일은 일과를 통해서 아이가 자연스럽게 기억하게 해주시면 좋아요.

- (아이 : “산타할아버지는 언제 와?”)

산타할아버지 언제 오는지 궁금하구나~산타할아버지는 12월 25일에 오셔.

오늘은 10월 이니까 아직 두 달 정도 남았네.”

(아이: “두 달은 열 밤이야?”)

“두 달이 얼마나 많은지가 궁금해~ 음 두달은 열 밤씩 6번이야.

60밤을 자야하거든~그래서 아직 많이 남았어. 12월이 되면 엄마가 또 알려줄게~”

(Child : “When will Santa come?”)

“You're wondering when Santa is coming~Santa comes on December 25th.

It's still October, so there's about two months left”

(Child: “That means I have to sleep ten more day?”)

“You're wondering how many days are left from now~ Well. You need to sleep ten more days six times. You need to sleep for 60 days. So, we still have a lot left. I'll let you know when December comes”

▶ 추가 활용 표현

우리 달력 한번 보자.

Let's have a look at the calendar

지금은 몇 월 이지?

What month is it now?

영어로 각 달에 이름이 있다고 했지?

I told you that each month has a name in English?

엄마가 말한 건 기억나요.

I remember you saying that

엄마 따라서 한번 말해 볼래?

Do you want to repeat after me?

1월, 2월, 3월, 4월, 5월, 6월, 7월,

January, February, March, April, May, Jun, July,

8월, 9월, 10월, 11월, 12월

August, September, October, November, and December.

일 년에 몇 개월이 있지?

How many months are there in one year?

열 두 달이요.

There are 12 months.

아홉 번째 달 이름이 뭐였지?

What is the name of ninth month?

4월 다음이 뭐지?

What is after April?

10월 전에 무슨 달이지?

What is before October?

오늘은 며칠일까?

What date is it today?

21일이요.

Twenty one.

21일 이라고 해야 해.

You should say twenty-first

날짜는 서수로 말해.

You use ordinal numbers when you say dates.

이번 달은 며칠까지 있지?

How many days are there this month?

어제는 며칠이었지?

What date was it yesterday?

내일은 며칠일까?

What date will it be tomorrow?

오늘은 무슨 요일이지?

What is the day today?

어제는 무슨 요일이었지?

What day was it yesterday?

어제는 놀이터 다녀왔지, 기억나?

We went to the playground yesterday, remember?

놀이터는 무슨 요일에 가기로 했지?

What day are we going to the playground?

토요일이요

Saturday.

이번 달은 일요일이 5번 있어요

There are five Sundays this month

일요일이니까 피자집 가요.

Let's go to the pizza shop as it Saturday

이번 달에 공휴일이 있나?

Do we have any holidays coming up this month?

~월에는 (공휴일)이 있어.

We have (Christmas) in (December).

▶참고자료 (한국어 버전 달력)

보드판 아래에 붙여놓고 그달의 날짜를 써 놓고 보고 오늘의 날짜를 확인 할 수 있도록 해주세요.
코팅 해서 사용 하시면 썼다 지웠다가 할 수 있어요.

월 간 일 기	월				
	일				
	화				
	수				
	목				
	금				
	토				
	일				

▶(영어 버전 달력)

[illegible]



03

아이와 일상에 대한 이야기 나누기

하루 중 아이와 나누는 대화 중 가장 많은 비중을 차지하는 건 역시 엄마와 함께하거나 혹은 엄마와 함께 보내지 못했던 일상 (예: 어린이집, 유치원, 학교 등) 이야기겠죠.

일상에 대한 이야기를 오히려 많이 어려워하시기도 합니다. 엄마가 “오늘 뭐했어?” 라고 물어 볼 때 대부분 아이들이 잘 대답 해 주기도 하지만 조금만 커도 “몰라~” 하고 대답을 얼버무리거나 “재밌었어.” 라고 뭉뚱그려 대답을 하는 경우가 많아져 대화가 길게 지속되지 못하는 경우도 있어요. 그래서 일상에 대한 것을 어떻게 물어봐야 할지 모르겠다고 말씀하시는 부모님도 계시죠.

아이들의 일상에 대한 대화는 구체적으로 하시는게 좋습니다. 예를 들어 “오늘 밥 맛있었어?”보다는 “오늘 반찬이 뭐가 나왔어? 너는 그 중에서 뭐가 제일 맛있었니? 안 좋아하는 반찬도 나왔어?” 등으로 아이가 대답할 수 있는 거리를 많이만들어주세요.

마이 캘린더의 일상이 이야기는 아침·저녁으로 모두 활용하실 수 있어요.

① 아침

아침에는 그 날 할 일을 아이에게 미리 알려주고 기억하게 하는 용도로 마이캘린더를 활용 해보세요. 기분 좋고 설레는 하루를 함께 만들어갈 수 있어요.

예시

- “아~ 오늘은 토요일이네~ 토요일에 우리 뭐 하기로 했는지 기억나?”

(아이 : “캠핑~”) or (아이가 대답하지 못할 때)

“잘 기억나지 않는구나~ 그럼 엄마가 좀 도와 줄게~ 우리 오늘 아빠랑 차 타고 갈건데, 거기에 수영장도 있고 저녁에 고기로 지글지글 구워 먹을거거든. 어딘지 기억이 났어?”

“Hey~ Today is Saturday. Can you remember what we’re going to do today?”

(Child : “Camping~”) or (Hesitate to answer the question)

“That’s okay~ Then, I’ll give you a hint. We’re going somewhere by car with dad today.

There’s a swimming pool there. We’ll barbeque for dinner at night. Can you guess where it would be?”

- ▶ 아이가 대답하지 못해도 괜찮아요~ 엄마가 설명해주시고 이야기해주시면 되요. 아이가 기억을 잘 해내지 못한다고 다그치거나 비난하게 되면 아이는 더 대답하기가 힘들어지거든요.

- (마이캘린더를가리키며) “어, 오늘 유치원 끝나고 △△랑 놀이터에서 놀기로 했어.

오늘의 할 일, 놀이터는 어디 있지? ○○가 놀이터 찾아볼래?”

“Oh, I’m going to play with △△ at the playground after school.

Today’s mission, where’s the playground? ○○, would you find where it is?”

② 저녁

저녁에는 그는 그날 있었던 일을 기억하고 회상하는 용도로 마이캘린더를 활용할 수할 수있어요.
그날 있었던 일들, 기억나는 일들을 이야기하고 내일은 어떤 일이 있을지 미리 이야기 해볼 수 도 있어요.

예시

● “야~ 오늘은 우리 어디 갔다 왔지?”

(아이: “캠핑~”)

“맞아~ 잘 기억하고 있었네. 우리 캠핑가서 뭐했더라?”

(아이: “응~ 우리 수영장 갔지~ 거기서 친구 만났지~ 엄마. 그리고 고기도 먹고 소세지도 먹었지~”)

“우와~ 너는 오늘 친구 만난 거랑 고기 먹었던 게 정말 좋았나보구나.

수영장도 좋았고. 네가 재미있게 놀았던 것 같아서 엄마도 진짜 행복했어”

“○○, where did we go today?”

(Child : “We went camping~”)

“Right. You remember it very well. What did we do on our camping trip?”

(Child : “Umm, we went to the swimming pool. And, we met friends there.

Mom, we also ate meat and sausages~”)

“Wow~ You must have really enjoyed meeting friends and eating.

The swimming pool was so nice, too. I'm so happy to hear you really enjoyed camping”

▶ 아이에게 그제 그날 있었던 일을 모두 기억하라고 강요하지는 마세요. 기억해내지 못하면 함께 이야기를 하는 게 좋습니다.
그리고 그때 느꼈던 기분이나 느낌을 함께 이야기하며 나누어 보세요.

▶참고자료 (하루 일과 리스트)

보드판 아래에 붙여놓고 시간별로 오늘의 할 일을 적어 활용 해 보세요.

그날 그날의 계획을 세우고 계획적으로 시간을 활용하는데 도움이 될 수 있을 것입니다.

월

화

수

시간

할 일

▶ (하루 일과 리스트: 영어버전)

Day	<input type="text"/>	Month	<input type="text"/>	Date	<input type="text"/>
Time		To do list			
<div></div>		<div></div>			



날씨와 계절은 아이들 입장에서 제일 어려운 개념 중 하나입니다. 눈에 보이지도 않고 이해하기도 어려워요. 특히 계절은 만 5세 정도 되어야 이해할 수 있는 개념인데, 모호하고 추상적이라 아이들이 몇 월까지는 가을, 몇 월까지는 여름 이렇게 임의대로 구분해 놓기도 해요. 아이들이 이해하기는 어려운 개념이라 가정에서 먼저 관련된 이야기들을 먼저 들려주시는 것이 좋습니다.

예시

- “아이쿠~ 지난 주에는 더웠는데 오늘은 선선했네~”

(아이: “엄마 선선이 뭐야?”)

“오늘처럼 날이 조금 덜 더워진 거야. 이제 가을이 오고 있거든. 가을이 되면 덜 덥고 쌀쌀 해져”

(아이: “쌀쌀해?”)

“응 여름에는 어린이집 버스 기다릴 때는 더워서 땀이 났었지~ 그런데 지금은 땀도 안나고 긴 팔을 입었지~ 이렇게 시간이 지나면 가을이 지나고 겨울이 올거야.”

(아이: “그런데 엄마, 마이 캘린더에는 쌀쌀이 없잖아”)

“그럼, 하늘은 맑으니까 오늘은 맑음을 붙이고, 바람을 붙여보면 어떨까?

아니면 긴 팔을 붙여볼까?”

(“그럼 바람을 붙일래”)

“Wow~ It was hot last week, but today it's quite chilly”

(Child: “Mom, what does ‘chilly’ mean?”)

“It means it's a little less hot like today. Now autumn is coming.

When autumn comes, it gets chilly.”

(Child: “Chilly?”)

“Right. In summer, it was so hot that you were sweating a lot while waiting for a school bus. But now you're not sweating and wearing long sleeves~ Soon, autumn will pass and winter will come“

(Child: “Mom, there's no word like ‘chilly’ in My Calendar.”)

“Then, how about putting ‘Sunny’ or ‘Windy’ on today's weather?

The sky is clear outside. Or, how about putting ‘Long Sleeves’ here?”

(“Okay. I'll choose ‘Windy’”)

- ▶ 날씨와 계절은 명확한 개념이 아니기 때문에 아이들이 스스로 이해할 수 있도록 다양한 가능성을 열어두시는 게 좋습니다.

아니면 아이와 함께 추가 보드에 엄마와 함께 나만의 날씨 그림을 그려서 붙이셔도 좋아요.

▶ 추가 활용 표현

봄

날씨가 점점 따뜻해지고 있어.	It's getting warmer.
이제 겨울이 다 지나갔나 봐.	I think the winter is gone now.
동물들도 다 겨울잠에서 깨어나겠네.	All the animals should come out of hibernation.
겨울잠 자는 동물들이 뭐가 있지?	What animals go into hibernation?
곰, 개구리, 다람쥐, 오리.....	Bears, frogs, squirrels, ducks..
오리는 겨울잠 안 자.	Ducks don't go into hibernation.
여전히 꽃샘추위인 것 같아.	I think we are still having the last cold snap.
밖에 아직 추워.	It's still cold outside.
이번 주말엔 벚꽃 놀이 갈까?	Shall we go cherry blossom viewing this weekend?
지금 안 가면 금방 벚꽃이 질거야.	If we don't go now, the cherry blossoms will be gone soon.
이제 봄 인가봐. 꽃이 활짝 피었구나.	It's spring now. Flowers are in full bloom.
놀이공원에서 꽃 축제 한대.	They are having a flower festival at the amusement park.
봄맞이 대청소 할건데 도와줄래?	I'm going to do a big spring clean. Will you give me a hand?
오늘 황사가 아주 심하대.	They say the yellow dust is really bad today.
오늘은 밖에 나가지 말자.	Let's not go out today.
밖에 나갈 때는 마스크랑 모자 꼭 써야 해.	You should wear a mask and a hat when you go out.
집에 오면 손발을 깨끗이 씻어야 해.	When you come home, you must wash your hands and feet.

여름

6월인데 벌써 이렇게 덥네.	It's only June, and already so hot.
선풍기 꺼내야겠다.	We need to get the fan out.
엄마, 에어컨 키면 안 돼요?	Mom, can we turn on the air conditioner?
그래, 잠깐만 틀자.	Okay, turn it on for a while.
이제 추워요.	It's cold now.
그럼 에어컨 끄까?	Shall we turn it off then?
그래? 온도를 좀 높이자.	Is that right? I will turn up the heat a little.

추운게 아니라 시원한 거야.

It's not cold. It's cool.

아빠한테 수영장 가지고 해 봐.

Ask your dad to go to the swimming pool.

지금 장마철이라서 비가 많이 내려.

It's raining a lot as it's rainy season now.

아이스크림 먹어요.

Let's have some ice cream.

많이 먹으면 배탈 나니까 조금만 먹자.

If you eat too much, you might get tummy ache. Just have a little.

가을

밤에는 좀 서늘하네.

It's a bit chilly at night.

나무에서 나뭇잎이 떨어지고 있어.

The leaves are falling off the trees.

나뭇잎이 정말 알록달록 하네.

The leaves are really colorful.

이건 노란 은행나무 잎이야.

This is a yellow ginkgo tree leaf.

이건 빨간색 단풍나무 잎이야.

This is a red maple tree leaf.

거리에 낙엽이 수북이 쌓였어.

Lots of leaves are piled up on the street.

날씨 좋으면 단풍놀이 갈까?

Shall we go maple viewing if it's sunny?

선풍기를 싸서 집어넣어야 겠구나.

We need to pack up the fan and put it away?

우리 추석 때 할머니, 할아버지 댁에 갈거야.

We are going to visit Grandma and Grandpa this chuseok.

가을에 먹을 수 있는 과일이 뭐가 있을까?

What kind of fruit can we have in the autumn?

사과, 배, 감..

Apples, pears, pertsimmons...

겨울

아주 춥구나. 이제 진짜 겨울이야.

It is so cold. It's real winter now.

첫눈은 언제 와요?

When do you

첫눈은 11월쯤에 올 것 같아.

I think we will have the first snowfall around November.

눈 사람 만들어야지.

I will make a snowman.

눈 오면 눈썰매장 가요.

When it snows, let's go to the sledding slope.

너무 추워요.

It's freezing cold.

기침하네.

You are coughing.

계절별 옷차림

코트는 너무 더워.

It's too warm for a coat.

아직 밖에는 코트 입고 나가야 해.

You should put on a coat for outside still.

운동화 말고 샌들을 신어야겠네.

You should put on a pair of sandals rather than sneakers.

긴 바지 입으면 더 더울 거야.

If you wear long pants, you will get even hotter.

이 반바지 입자.

Put this pair of shorts on.

여름옷 꺼내야겠다.

We need to get summer clothes out.

이제 네 여름옷들이 다 작아졌구나.

All of your summer clothes are too small for you now.

새로 여름옷 좀 사야겠어.

We need to get some new summer clothes.

네 목도리랑 장갑 챙기렴.

Pack up your scarf and gloves.

옷 따뜻하게 입어.

Put on warm clothes.

손 시리면 장갑 꺼.

If your hands are freezing, put on the gloves.

기본 날씨 질문

오늘 날씨는 어때?

How's the weather today?

What's the weather like today?

지금은 어떤 계절이니?

What season is it?

What season are we in now?

날씨 묘사

햇살 좋은 날

(It's) sunny

바람이 (선선하게) 부는

breezy

기온이 내려간

cooled down

일교차

temperature swings

쌀쌀한

chilly



보통 아이들에게 시간 개념은 만3세부터 발달하는 개념입니다. 만3세가 되면, ‘빨리/늦게’ 정도의 개념과 ‘지금’이라는 개념을 이해합니다. 그리고 간단한 3가지 사건의 순서를 이해하거나 지나간 경험을 이해하기 시작하죠. 그래서 연령이 어린 아이들에게 하루에 있었던 일과를 기억하여 이야기를 할 수 있도록 돕습니다. 만4세 이후의 아이들은 밤과 낮을 구분할 수할 수있게 되고, 과거, 현재, 미래를 이해하게 됩니다. 그래서 이 시기가 지난 아이들이 많이 하는 말 중 하나가 “옛날에” 혹은 “어저께” 라는 말 입니다.

정확하게 몇 주전, 며칠 전을 알기는 어렵지만 과거라는 개념을 알고 이야기를 하는 시기예요. 그리고 만5세가 넘어가면 계절에서 이야기 했듯이 계절과 4가지 사건의 순서를 이해하게 되지요. 그리고 만6세가 넘어가면 ‘후에’, ‘나중에’ 라는 것들은 것을 이해합니다. 그래서 이전 시기의 아이들이 엄마에게 무언가를 해 달라고 조를 때 엄마가 “나중에”라고 이야기를 하면 5~10분만 지나도 와서 “엄마 이제 나중에 됐잖아.” 라고 이야기를 하기도 합니다.

예시

- “오늘 뭐했지? 아침에 일어나서?”

(아이 : “밥먹고”)

“밥먹은 다음엔?”

(아이 : “양치하고 웃입고”)

“맞아~ 그리고?”

(아이 : “어린이집 갔잖아”)

“맞아. 너. 너순서대로 정말 잘말 잘기억하는데~”

“What did you do today when you woke up in the morning?”

(Child : “I had breakfast”) “After breakfast?”

(Child : “I brushed my teeth and put on clothes”)

“Good~ Then, what did you do?”

(Child : “I went to school”)

“Perfect. You remember it very well.”

- ▶ 시간은 눈에 보이지 않는 개념이지만 주변에 늘 시계가 있기 때 기 문에 확인할 수 있습니다. 마이캘린더의 시계를 약속된 시간에 맞춰두고 일반시계와 비교하여 아이가 지켜야할 시간을 알려주는 용도로 사용해보실 수도 있어요.

- “야 여기 봐봐~ 엄마가 여기 긴 바늘이 3에 가게 맞춰놨거든.

저기 벽에 있는 시계가 이거랑 똑같이 바뀌면 우리 집에서 나가야 해”

“Look at this, ○○~ I set the minute hand to number three like this.

Once the clock on the wall looks the same as this one, we should leave“

- ▶ 시간을 아이에게 미리 이야기해주는 것은 아이가 상황을 예측하게 하고 준비할 수 있도록 합니다. 아직 숫자를 모르는 아이는 시계에 색깔 스티커로 표시해두셔도 좋습니다.

▶ 추가 활용 표현

시간 말하기

지금 몇 시야?

What time is it now?

Do you have the time?

하루는 몇 시간으로 되어 있지?

How many hours are there in a day?

오전12시간, 오후 12시간이니까
하루는 24시간이란단.

12 hours during the day and 12 hours during the night,
so 24 hours in one day.

여기 시계 한번 보자.

Let's have a look at this clock here.

작은 바늘이 숫자 몇을 가리키지?

What number is the small hand pointing to?

긴 바늘이 몇을 가리키지?

What number is the big hand pointing to?

이렇게 하면 몇 시지?

What time is it here?

3시10분이요.

It's three ten.

지금은?

How about now?

5시 30분이요.

Five thirty.

5시 반이라고도 말할 수 있어.

You could also say half past five.

이번엔 조금 더 어려운 걸 해 보자.

This time it will be a little harder.

10시 55분이요.

Ten fifty five.

11시 5분 전이라고 말할 수도 있어.

You could also say five to eleven.

지금은 세시 정각이야.

It's three o'clock.

15분.

Quarter.

30분.

Half.

정오.

Noon.

자정.

Midnight.

시계 바늘.

The hands of clock.

시침.

The hour(short) hand.

분침.

The minute(long) hand.



06

감정과 관련된 이야기 나누기

1 감정을 표현하게 하기

“감정에 대하여 아이들과 함께 나누어보세요.” 라고 말씀을 드리면 많은 부모님들이 당황스러워 하십니다. 보통은 부모님도 ‘좋다/나쁘다’ 정도로 표현하시는 경우가 많아요. 우리는 전반적으로 자신의 정서표현을 좋은 것이든 싫은 것 이든 드러내지 않는 것이는 것이 미덕이라고 알게 모르게 배웠습니다. 그러다 보니 정서표현이 필요하고, 내 아이에게 적절한 정서표현을 가르쳐야 한다는 것도는 것도알지만 사실, 잘 안되는 것이 사실입니다. 어렵게만 느껴지는 정서표현! 마이캘린더와 함께 노력 해 보자구요.

정서발달은 몇단계로 나누어 발달을 합니다. 정서의 요소들은 위계적으로 구성되어 있기 때문에 맨 아래의 능력이 발달하지 않으면 상위능력의 발달이 어려워요. 그래서 차근차근 발달을 시키는 것이는 것이 필요합니다. 정서발달의 첫 단계는 정서의 인식, 표현, 평가능력입니다. 마이캘린더에는 감정을 구분해놓은 단어카드가 없습니다. 다만, 표정카드가 있지요. 표정카드로 아이와 할 수있는 이야기는 생각보다 많답니다. 아이의 기분과 부모님의 기분을 솔직하게 나눠보세요

예시

● “오늘○ 어린이집에서 기분이 어땠어?”

(아이 : “좋았어”)

“응~ 기분이 좋았구나, 뭐, 뭐때문에 좋은 기분이 들었을까?”

(아이 : “응, 엄마 △△가 나한테 오늘 스티커 나눠줬어”)

“진짜? 진짜로 기뻐했다. 엄마는 오늘 기쁜 일도 있었고 속상한 일도 있었어.”

(아이 : “엄마는 무슨 일이 있었어?”)

“엄마가 오늘 회사에 새로 산옷 로 산옷 로 산옷 을 입고 갔거든. 그런데 밥을 먹다가 김치를 흘렸지 뭐야. 그래서 너무 속상했어. 그리고 오늘 △△네 이모를 우연히 만났거든. 그래서 반갑고 기뻐어. 그래서 엄마는 웃는 표정이랑 조금 속상해 보이는 표정 두 개야”

“How did you feel at school today?”

(Child : “Nice”)

“Umm, you mean you felt really nice. Then, what made you feel so nice today?”

(Child : “Mom. △△ gave me some stickers today”)

“Really? You must be so happy. But for me, I felt both happy and annoyed”

(Child : “What happened, mom?”)

“I went to work today wearing new clothes. But, I spilled kimchi while eating. So I was so annoyed. However, I happened to meet △△’s aunt. So, I felt so happy to meet her.

That is why I have two faces today, smile and annoyed”

▶ 소소한 일상 이야기에서 부모님이 느꼈던 감정에 대해 아이에게 이야기를 해주어 감정을 느끼는 것이 자연스러운 일이라는 점, 아이의 기분을 그저 ‘좋다/나쁘다’가 아닌 여러 가지 다양한 단어를 사용해서 아이가 자신의 정서를 구체적이고 다양하게 인식할 수 있도록 도와주세요. 다양한 정서에 대해서 알고 있어서 적절하게 자신의 정서를 잘 표현할 수 있게 됩니다.

2 서로의 감정을 공유하기 _ Feelings board 활용 팁!

Feelings board는 My calendar에 없는 더 많은 표정과 감정단어들이 있는 감정 보드판입니다. 어른들을 포함하여 어린 친구들이 자신의 감정을 표현하기 어렵기에 '자주 느끼는 20개 감정'중에서 오늘 내가 느낀 감정에 표시를 하는 방식입니다.

혼자 사용할 때는 구멍이 뚫린 네모난 자석을 사용 할 수도 있지만, 가족이나 여러명이 사용 할 때에는 동그란 자석을 이용하여 해당 감정 캐릭터 옆에 붙혀 놓을 수 있습니다. 그렇게 자연스럽게 Feelings board를 통하여 내 감정을 인식하고 타인의 감정을 알고 공유 할 수 있는 기회가 됩니다. 그리고 부모님은 아이가 자신의 감정을 표현 했을 때 격려 해 주는 것, 공감 해 주는 것, 더욱 깊이 이끌어 주는 것을 잊지 마세요.

그리고 Feelings board에 보이는 감정단어와 다음 장에서 보여드리는 감정 단어를 여러번 읽어보시고 입에 친숙하게 하시면 좋아요. 엄마가 이러한 감정단어를 많이 사용한다면 아이들도 자연스럽게 자신의 감정을 말로 표현하게 될거예요.

예시

- (아이가 감정 보드판에 자신의 감정에 해당하는 것을 찾기 힘들어 할 때) “네 마음이 어떤지 바로 선택하기가 어렵지? 그러면 엄마가 먼저 해 볼게. 엄마는 오늘 부끄러운 감정을 느꼈어. 조금전에 집에 들어올때 엘리베이터를 탔는데 배가 아파서 방귀가 나와버린거야.

사실 그때는 엄마 혼자있어서 괜찮았는데 바로 다음 층에서 누가 타는거지. 엘리베이터 안에 살짝 냄새가 났었는데, 얼마나 부끄러웠는지. 얼굴이 빨개지는 것 같았어. 하하하”

(When a child feels difficult to choose the emotion he feels from the board)

“It must be difficult to choose how you feel now. Then, I’ll start first.

You know what? I felt embarrassed today.

When I was in the elevator to get home, I farted because I had a stomachache.

It was okay as I was alone in the elevator, but someone got in the elevator on the next floor. The elevator must have smelled, and I was so embarrassed.

I felt like my face was burning. Haha”

- ▶ 아이가 감정 표현을 힘들어 할 때 엄마가 예시를 들어 감정을 이끌어 낼 수 있도록 돕습니다. 처음에는 너무 심각한 감정보다는 가볍고 일상적인 이야기로 해 주면 좋아요. 그래야 아이가 부담이 없이 자신의 감정을 탐색 할 기회가 될 것 입니다.

- (아이가 재미있는 감정을 표시 했을 때) ○○야. 오늘 무언가 즐거운 일이 있었나 보다. 무엇이 너를 즐겁게 했을까? 엄마도 같이 느끼고 싶다.

(When a child looks excited) “○○, it seems like you had a good day. What made you happy? Share it with me so I can be happy too”

- (아이가 우울한 감정을 표시 했을 때) ○○야. 요즘 힘든 일 있는 것 같은데. 맞을까? 너를 힘들게 하는게 뭔지 엄마한테 이야기 해 줄 수 있을까? 엄마가 도움이 되고 싶네.

(When a child looks sad) “○○, it seems like something is bothering you these days.

Am I right? Could you tell me what’s bothering you? I want to help you”

- ▶ 아이가 스스로의 감정을 표시 했을 때 적극적으로 공감과 함께 무엇 때문에 그 감정을 느꼈는지 물어보고 같이 이야기 한다면 부모님과 자연스럽게 일상의 즐거움과 고민을 나눌 수 있을 것입니다.

3 감정 설명하기

Feelings board에 나오는 감정을 아이에게 어떻게 전달해야 할지 어려워 하는 분들이 계실 수 있을 것 같아 간단하게 정리 해 보았어요. 아이가 해당감정에 대해서 물어본다면 참고하여 설명 해 주세요.

예시

- 재밌는 : 내가 가장 좋아하는 친구들과 게임을 해서 이겼을 때 마음.
Excited : the feeling after winning a game with your best friends.
- 뿌듯한 : 방학 숙제를 다 했을 때 드는 마음.
Proud : the feeling after finishing a difficult task.
- 미안한 : 친구랑 놀이터에서 만나기로 했는데 약속 시간보다 늦게 나갔을 때의 마음.
Sorry : the feeling of being late to meet your friend at the playground.
- 억울한 : 동생이 화분을 깨뜨렸는데 내가 혼날 때의 마음.
Unfair : the feeling after being scolded even though your younger brother was the one who broke the flowerpot.
- 걱정스러운 : 숙제를 하지 않고 학교에 가는 마음.
Worried : the feeling of going to school without finishing your homework.
- 지루한 : 무슨 말인지 이해가 안되는 두꺼운 책을 읽을 때 드는 마음.
Bored : the feeling of reading a thick book that you can't understand.
- 감동적인 : 예상치 못한 선물을 받을 때 드는 마음.
Emotional : the feeling of receiving an unexpected present.
- 자신있는 : 다른 친구보다 줄넘기는 내가 확실히 잘 할 수 있는 마음.
Confident : the feeling of being confident that you can do jump rope better than other friends.
- 즐거운 : 몸도 마음도 가벼워서 뽕뽕 떠오를 것 같은 마음.
Joyful : the feeling when playing with your favorite friend in the playground.
- 기대되는 : 선생님이 상을 주시기 전에 내가 불리지 않을까 하는 마음.
Expected : the feeling of wishing your teacher to call your name and give you a prize.

- 재밌는 : 내가 가장 좋아하는 친구들과 게임을 해서 이겼을 때 마음.

Excited : the feeling after winning a game with your best friends.

- 답답한 : 수학 문제를 한참 동안 들여다보았는데도 도저히 풀지 못할 때 드는 마음.

Frustrated : the feeling of not solving a math problem after trying for a long time.

- 화난 : 두 시간 동안 완성한 만들기 숙제를 동생이 망쳤을 때 드는 마음.

Angry : the feeling that your bother ruins the homework that you made for two hours.

- 무서운 : 아빠와 산에 올라가는데 풀숲에서 뱀이 나올까 봐 걱정하는 마음.

Scared : the feeling of being worried that a snake may come out of the forest while hiking with your dad.

- 슬픈 : 잘 크던 햄스터가 죽었을 때 드는 마음.

Sad : the feeling that your pet hamster dies.

- 부끄러운 : 아빠가 친척들 앞에서 춤을 춰 보라고 할 때 몸이 비비 꼬이면서 얼굴이 빨개지며 드는 마음

Embarrassed : the feeling that your body twists and your face turns red when your father asks you to dance in front of your relatives.

- 행복한 : 아빠가 밀어 주는 그네를 타고서 우주까지 날아갈 수 있을 것만 같은 마음.

Happy: the feeling that you feel like you're going to fly to space on the swing your dad pushes.

- 우울한 : 엄마한테 혼나고 나서 방문을 닫고 혼자 책상에 엎드려 있을 때의 마음.

Depressed: the feeling of closing your door and lying on your desk alone after being scolded by your mother.

- 기쁜 : 좋아하는 친구의 생일 파티에 초대받았을 때 드는 마음.

Delighted: the feeling of being invited to your favorite friend's birthday party.

- 고마운 : 누나가 만들기 숙제를 도와줄 때 드는 마음.

Grateful: the feeling of being helped by your older sister with your homework.

- 편안한 : 숙제를 다 하고 나서 푹신푹신한 소파에 앉아 텔레비전을 보는 마음.

Comfortable: the feeling of watching TV on a soft couch after finishing your homework.

▶ 추가 활용 표현

대표감정 : 기쁘다. : Joyful

감동적이다.	Emotional	신나다.	Excited
감사하다.	Thankful	뿌듯하다.	Proud
만족스럽다.	Satisfied	재미있다.	Funny
반갑다.	Glad	편안하다.	Comfortable
행복하다.	Happy	사랑스럽다.	Lovely
설레다.	Thrilled	자신있다.	Confident

대표감정 : 화나다. : Angry

답답하다.	Frustrated	억울하다.	Unfair
분하다.	Furious	지긋지긋하다.	Tiresome
싫다.	Hateful	짜증나다.	Irritated

대표감정 : 두렵다. : Afraid

걱정하다.	Worried	긴장하다.	Nervous
깜짝 놀라다.	Surprised	당황하다.	Baffled
부끄럽다.	Embarrassed	무섭다.	Scared
부담스럽다.	Burdensome	불안하다.	Anxious
부럽다.	Envious	혼란스럽다.	Confused
불편하다.	Uncomfortable	지루하다.	Bored

대표감정 : 슬프다. : Sad

실망하다.	Disappointed	그리워하다.	Miss
외롭다.	Lonely	미안하다.	Sorry
우울하다.	Depressed	피곤하다.	Tired
후회하다.	Regretful	속상하다.	Annoyed
억울하다.	Unfair	괴롭다.	Painful

기본 물어보기

할머니 못 오셔서 실망했니?	Are you disappointed that Grandma can't come?
새 옷 마음에 들어?	Are you happy with your new dress?
아까 왜 화났던 거야?	Why were you upset a while ago?
너 때문이 아냐.	It wasn't you.
잘 잤어?	Did you sleep well?
왜 그렇게 짜증이 났니?	Why are you so annoyed?
오늘은 기분이 안 좋아 보이네.	You look upset today.
무슨 일인지 몰라도 화가 단단히 난 것 같구나.	I don't know what's happened but you look terribly mad.
오늘 기분이 아주 좋아 보이는구나.	You look so happy today.
넌 뭐 할 때 기분이 좋니?	What can make you feel good?

위로하기, 타이르기

엄마가 그렇게 말해서 기분 상했어?	Did you get upset when I said that?
이리와. 엄마가 안아줄게.	Come here. Let me hug you.
안아줘.	Give me a hug.
미안해. 다시는 안 그렇게.	Sorry, I won't do that again.
아이쿠. 누가 우리 공주님을 울렸어?	Gosh, who made my little princess cry?
엄마가 그 사람 혼내 줄게.	Mom will have a word with the person.
네 마음대로 안 돼서 속상했구나.	You feel upset because things didn't go your way.
다음엔 더 조심하자.	Be more careful next time.

격려하기

좋아! 잘 하고 있어.	Good! You're doing fine.
잘하는 것보다 최선을 다하는 것이 중요해.	It's more important that you do your best rather than do it well.
잘했어. 처음인 것 치고 잘 한 거야.	There you go. It is good for your first time.
연습하다보면 점점 늘게 될거야.	You will improve by practicing
그럼 엄마랑 같이 할까?	Then would you like to do it together?
포기하지 않고 끝까지 열심히 했네.	You did your best without giving up. Well done.

넌 뭐 할 때 기분이 좋니?

엄마는 오늘 기쁜 일도
있었고 속상한 일도 있었어

응.오늘의 날씨가 어떨까?
창문 밖을 봐봐. 어떤 것 같아?

잘 기억나지 않는구나~
그럼 엄마가 좀 도와 줄게~



아이는 부모에게 이해받을 때 눈부시게 꽃 피입니다.

조금 이해되지 않더라도 우리 아이를 '작은 어른'으로 대해주세요.

우리 아이들은 아름답게 피어날거예요.

적극적으로 아이와 소통하기

MY CALENDAR, Feelings board

활용 가이드 북

한국어 & 영어

