

아빠! 나랑 놀자!



1. 신체놀이 편

① 굴러라. 굴러.



준비물

포스트잇(정전기나 마찰을 이용해 붙을 수 있는 재료는 모두 사용 가능합니다. 작은 사이즈의 품품, 휴지, 셀로판지 자른 것, 털실 등 다양한 재료를 사용할 수 있습니다.)



응용놀이

- 바닥에 포스트잇을 접착 부분이 위로 오게 하여 바닥에 자유롭게 놓아둡니다.
- 동시에 여기저기 굴러다니며 온몸에 포스트잇이 달라붙도록 합니다.
- 마치는 신호에 구르기를 멈춥니다.
- 몸에 달라붙은 포스트잇의 개수를 세어봅니다.

- 출발 지점과 골인 지점을 정하여 마스킹테이프

로 길게 붙여줍니다.

- 포스트잇을 접착 부분이 위로 오게 하여 바닥에 자유롭게 놓아둡니다.

- 순서를 정합니다.

- 출발선에 맞춰 누워 출발 준비를 합니다.

- 출발 신호와 함께 데굴데굴 굴러 골인 지점까지 굴러갑니다.

- 골인 지점에 도착하면 몸에 붙은 포스트잇을 떼어 몇 장인지 세어보고 기록합니다.

1. 신체놀이 편

② 실내화 2인 3각



준비물

성인실내화(아빠의 한쪽 발과 아이의 한쪽 발을 함께 고정할 수 있는 물건으로 대체 가능합니다. 입구가 조여지는 주머니, 끈, 엄마의 헤어밴드 등 다양한 재료를 활용할 수 있습니다. 단,



응용놀이

--아빠와 아이가 한 쌍의 실내화를 함께 신습니다.
-아이가 조종사가 되어 가고 싶은 곳으로 안내합니다.
-아빠는 아이의 안내에 맞춰 이동합니다.

-아빠가 한 쪽 발에 실내화를 신고 그 안에 아이

도 발을 넣습니다.(아빠가 넣은 발의 반대발을 넣으면 됩니다.)

-출발 지점과 도착 지점을 정하여 함께 실내화를 신은 상태로 각각의 지점을 오가며 기록을 측정합니다.

-기록을 단축할 수 있도록 속도를 올려봅니다.

-또는 함께 실내화를 신은 상태로 아이가 이야기하는 장소로 이동해 보거나 미션을 수행해 봅니다.(미션의 예: 함께 실내화를 신은 상태로 오늘 입은 겉옷 세탁실에 가져다 두기 등)



1. 신체놀이 편

③ 비닐공 테니스



준비물

위생비닐(다양한 비닐봉투를 이용하는 것도 가능하며 풍선이나 종이 공을 만들어 사용하는 것도 좋습니다.), 라켓(볶음용 나무주걱 등 라켓으로 활용할 수 있는 도구는 모두 사용 가능합니다. 뾰족하거나 다칠 수 있는 도구를 사용하지 않도록 주의해주세요.)



응용 놀이

-위생비닐에 바람을 넣어 비닐공을 준비합니다.
-번갈아가며 라켓으로 공을 주고받으며 놀이합니다.
응용:
-출발지점을 정하고 바구니 골대를 만들어 둡니다.
-비닐공을 라켓으로 치며 골대까지 도착하여 안에 넣습니다.

-위생비닐에 바람을 넣어 비닐공을 준비합니다.

-번갈아가며 라켓으로 공을 주고받으며 놀이합니다.



1. 신체놀이 편

④ 신체 수수께끼



준비물

바디샴푸(또는 로션이나 크림)



응용놀이

- 목욕이 끝난 후 바디로션이나 크림을 이용해 똑같은 활동을 할 수 있습니다.
- 그림, 글씨 등 전달하고자 하는 메시지는 아이의 연령과 취향에 따라 조율합니다.

- 아이의 등에 바디샴푸를 바른 후 거품이 날 수 있도록 손바닥을 이용해 부드럽게 문질러 줍니다.

- 거품이 충분히 생기면 손가락으로 글씨나 그림을 그려 아이가 맞춰볼 수 있도록 합니다.

- 역할을 바꾸어 아빠 등에 바디샴푸를 바른 후 아이가 손바닥을 이용해 거품이 나도록 문지릅니다.

- 거품이 충분히 생기면 손가락으로 글씨나 그림을 그려 아빠가 맞춰볼 수 있도록 합니다.

1. 신체놀이 편

⑤ 징검다리



준비물

쿠션(책, 종이 등 발을 딛을 수 있는 크기의 물건은 무엇이든 활용 가능합니다. 깨지거나 미끄러져 다칠 수 있는 물건은 사용하지 않도록 주의하세요.)



응용놀이

- 준비한 물건의 개수에 맞게 아빠와 아이가 다양한 미션을 만듭니다.
- 미션을 만들 때는 내용을 서로 공유해도 좋고 비밀로 하는 것도 좋습니다.
- 미션을 종이에 적어 준비한 물건의 바닥에 붙이고 징검다리를 만듭니다.
- 아빠와 아이는 각각 반대 편의 징검다리 끝에서 출발 준비를 합니다.
- 번갈아 가며 미션을 수행하고 징검다리를 건너도록 합니다.
- 상대방이 미션 수행을 인정해주어야 성공할 수 있고 다음 징검다리로 건널 수 있습니다.

-준비한 물건을 바닥에 뛰엄띄엄 놓아 징검다리를 만듭니다.

-아빠와 아이는 각각 반대편의 징검다리 끝에서 출발 준비를 합니다.

-가위바위보를 하여 이긴 사람이 한 칸씩 앞으로 나아갑니다.

-징검다리를 건너다 마주쳤을 경우에는 손바닥 밀기를 하여 징검다리에서 떨어지지 않고 살아남은 사람이 징검다리 끝까지 건넙니다.

1. 신체놀이 편

⑥ 쿠킹호일의 변신



준비물

.) 쿠킹호일(매직이나 품 품 등 작품을 꾸밀 수 있는 다양한 재료들)



응용놀이

- 투명한 접시나 컵(일회용 커피컵, 배달용기, 코팅용지 등)에 매직으로 그림이나 무늬를 그리고 색을 칠합니다.

- 쿠킹호일은 구겼다 펼쳐서 준비합니다.(똑똑 뭉쳐 버리거나 세게 구기면 펼치기 힘들어지니 주의해주세요.)

- 투명 접시나 컵에 그린 그림의 뒷면에 구겼다 펼쳐 준비한 쿠킹호일을 붙여주면 스테인드글라스를 만들 수 있습니다.

- 아빠와 아이가 함께 이야기 나누며 쿠킹호일을

가지고 무엇을 만들지 정합니다.

- 만들고자 하는 것이 정해지면 쿠킹호일을 뜯어 모양을 만들어 갑니다.

- 작품이 완성되면 준비한 꾸미기 재료로 작품을 마음껏 꾸며봅니다.

- 작품을 전시하거나 역할 놀이에 활용해 봅니다.



1. 신체놀이 편

⑦ 페트 병 볼링



준비물

페트병(또는 캔)



응용놀이

-볼링공 역할을 할 페트병에만 물을 담아 준비합니다.

-나머지 페트병은 볼링핀이 됩니다.

-아빠와 아이가 함께 정한 자리에 볼링핀을 세웁니다.

-페트병 볼링공을 굴려 페트병 볼링핀을 쓰러뜨립니다.

-서로의 점수를 기록하며 볼링놀이를 해봅니다.

-페트 병을 원하는 위치에 자유롭게 놓아둡니다.

-공이 될 순서를 정합니다.

-공이 된 사람이 이리저리 굴러다니며 볼링핀을 쓰러뜨립니다.

