조용한 실내 놀이 카드

뛰지 않아도 즐거운 놀이 4가지. 골라서 표시해요.

1 양말 캐치볼 · 양말 농구



깨끗한 양말을 돌돌 말아 공을 만들어요.

양쪽에 앉아 던지고 받아요. 바구니로 받기, 과녁 점수 매기기도 해요.

약속: 큰 소리 내지 않기

골랐어요 ☐

2 몸으로 말해요



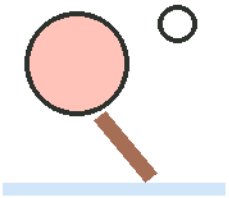
종이에 단어를 적고 몸으로 설명해 맞혀요.

타이머로 시간을 정해요. 음식 · 운동 · 동물처럼 주제부터 정해요.

골랐어요 ☐

3 이불 위 탁구공 주고받기

조금 큰 아이

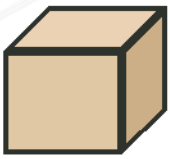


이불을 깔고 라켓과 탁구공을 준비해 거리를 두고 앉아요.

툭툭 받아내기부터 연습하고, 익숙해지면 살살 주고받아요.

골랐어요 ☐

4 박스로 만들기



박스 안을 인형의 집으로 꾸며요.

오리고 붙여 비행기, 놀이터도 만들어요.

보호자와 함께: 박스를 오릴 때 가위는 보호자가 도와주세요.

골랐어요 ☐

몸으로 말해요 단어 카드

주제마다 단어를 적고 오려요. 뒤집어 한 장씩 뽑아요.

음식	운동	동물
음식	운동	동물
음식	운동	동물
음식	운동	동물
음식	운동	동물

보호자와 함께

· 카드는 보호자와 함께 가위로 오려요.

너무 어려운 단어는 피해요. 어려우면 흥미를 잃을 수 있어요.

조용한 놀이 주간 계획표

요일마다 고른 놀이 카드 번호와 이름을 적어요.

이번 주 ____ 월 ____ 일 ~ ____ 월 ____ 일

요일	고른 놀이(번호 · 이름)	했어요	얼마나 재밌었나	아이 한마디
월 월 일		☐	○ ○ ○	
화 월 일		☐	○ ○ ○	
수 월 일		☐	○ ○ ○	
목 월 일		☐	○ ○ ○	
금 월 일		☐	○ ○ ○	
토 월 일		☐	○ ○ ○	
일 월 일		☐	○ ○ ○	

얼마나 재밌었나: 동그라미 하나는 조금, 셋은 아주 재밌었어요.

양말 하나, 종이 한 장, 이불 한 채면 충분해요.