

터미타임 기록표 쓰는 법

아기를 엎드려 놀게 한 때를 어른이 적는 빈 기록지예요.

꼭 지켜 주세요

- 아기가 깨어 있고, 어른이 곁에서 지켜볼 때만 엎드려 놀아요.
- 엎드려 있다가 아기가 졸려 하면 바로 등을 대고 눕혀 재워요.
- 잠은 밤잠과 낮잠 모두 등을 대고 바로 눕혀 재워요.
- 카드는 어른이 세워 두고, 아기를 카드 곁에 혼자 두지 않아요.

이 종이는 빈 기록지예요

- 얼마나 오래, 몇 번 해야 하는지는 이 종이에 적혀 있지 않아요.
- 우리 아기가 한 그대로 적고, 궁금한 점은 소아청소년과에서 물어보세요.

하루 기록표 적는 순서

- 1 맨 위에 날짜를 적어요**
하루에 한 장을 써요. 줄이 모자라면 한 장 더 인쇄해요.
- 2 엎드려 놀 때마다 한 줄을 써요**
몇 번째인지, 시작한 시각과 한 시간을 적어요.
- 3 어디서 했는지 네모에 표시해요**
바닥에서 했는지, 어른 가슴 위에서 했는지 골라요.
- 4 아기 반응을 네모에 표시해요**
웃음, 고개 들기, 울음, 졸림 가운데 본 것을 골라요.

흑백 카드 세우는 법

- 4~6쪽을 두꺼운 종이에 인쇄하면 잘 서요.
- 가운데 점선을 따라 반으로 접어 ㄴ자 모양으로 세워요.
- 엎드린 아기 앞, 손이 바로 닿지 않는 곳에 어른이 놓아요.
- 놀이가 끝나면 카드를 바로 치워요. 코팅했으면 모서리를 둥글게 잘라요.

터미타임 하루 기록표

엎드려 놀 때마다 한 줄씩 적어요. 칸은 모두 비어 있어요.

____년 ____월 ____일 ____요일

몇 번째	시각	한 시간	어디서	아기 반응	
번째	:	분	☐ 바닥 ☐ 가슴 위	☐ 웃음 ☐ 울음	☐ 고개 들기 ☐ 졸림
번째	:	분	☐ 바닥 ☐ 가슴 위	☐ 웃음 ☐ 울음	☐ 고개 들기 ☐ 졸림
번째	:	분	☐ 바닥 ☐ 가슴 위	☐ 웃음 ☐ 울음	☐ 고개 들기 ☐ 졸림
번째	:	분	☐ 바닥 ☐ 가슴 위	☐ 웃음 ☐ 울음	☐ 고개 들기 ☐ 졸림
번째	:	분	☐ 바닥 ☐ 가슴 위	☐ 웃음 ☐ 울음	☐ 고개 들기 ☐ 졸림
번째	:	분	☐ 바닥 ☐ 가슴 위	☐ 웃음 ☐ 울음	☐ 고개 들기 ☐ 졸림
번째	:	분	☐ 바닥 ☐ 가슴 위	☐ 웃음 ☐ 울음	☐ 고개 들기 ☐ 졸림
번째	:	분	☐ 바닥 ☐ 가슴 위	☐ 웃음 ☐ 울음	☐ 고개 들기 ☐ 졸림
번째	:	분	☐ 바닥 ☐ 가슴 위	☐ 웃음 ☐ 울음	☐ 고개 들기 ☐ 졸림
번째	:	분	☐ 바닥 ☐ 가슴 위	☐ 웃음 ☐ 울음	☐ 고개 들기 ☐ 졸림
번째	:	분	☐ 바닥 ☐ 가슴 위	☐ 웃음 ☐ 울음	☐ 고개 들기 ☐ 졸림
번째	:	분	☐ 바닥 ☐ 가슴 위	☐ 웃음 ☐ 울음	☐ 고개 들기 ☐ 졸림

아기가 졸려 하면 바로 멈추고 등을 대고 눕혀 재워요.

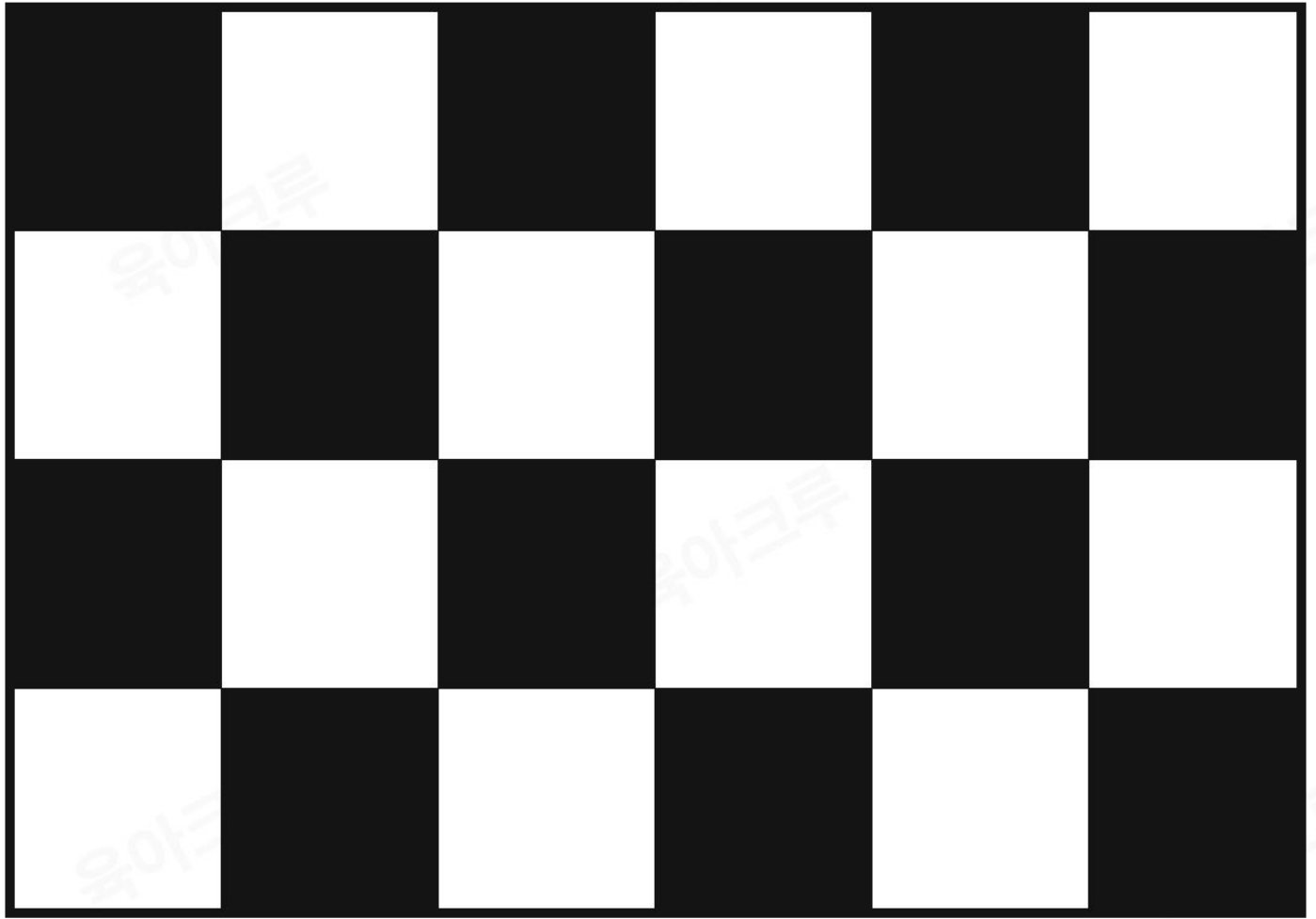
터미타임 일주일 기록표

하루를 한 줄로 적어 한 주를 한눈에 봐요.

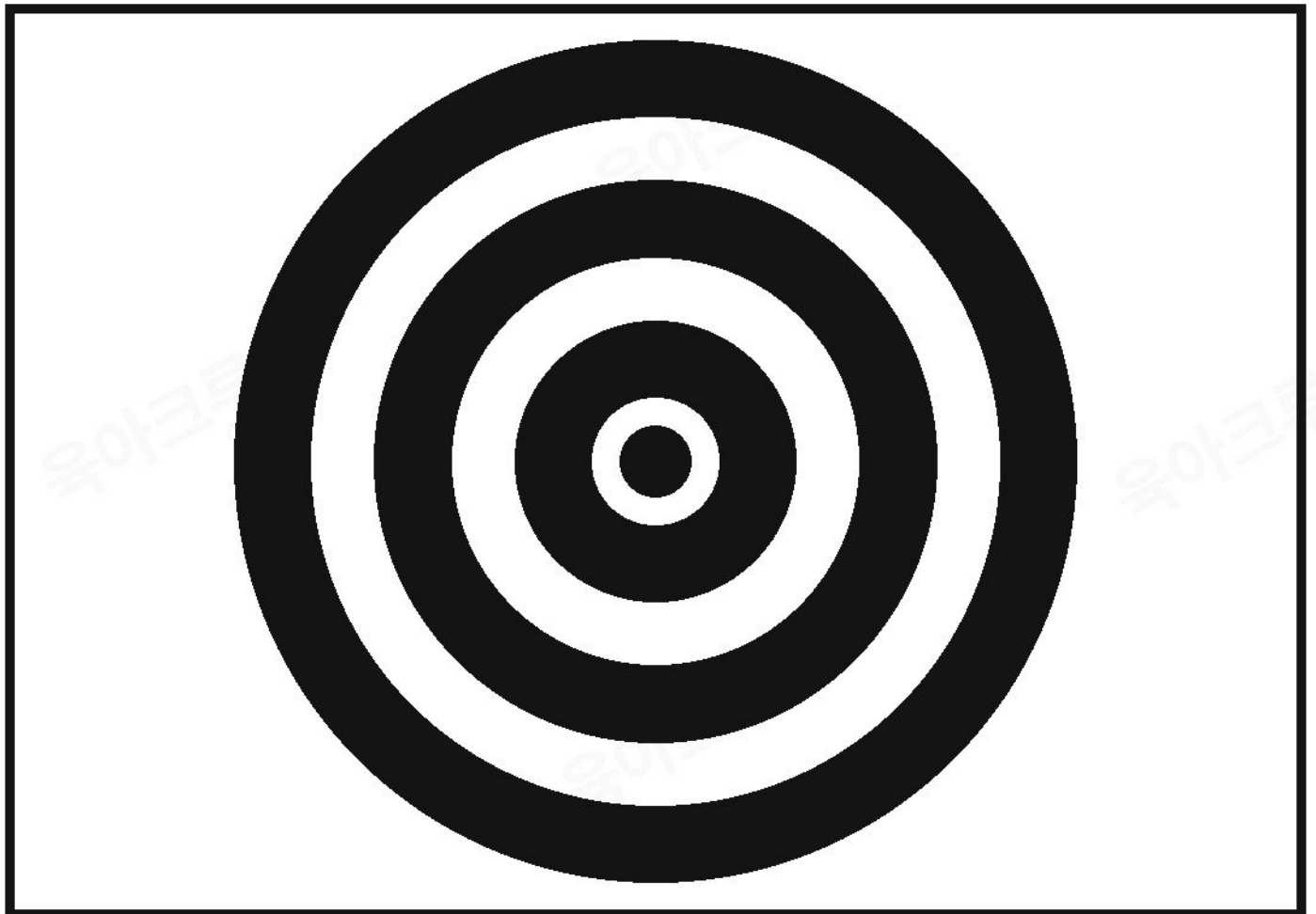
____년 ____월 ____일 ~ ____월 ____일

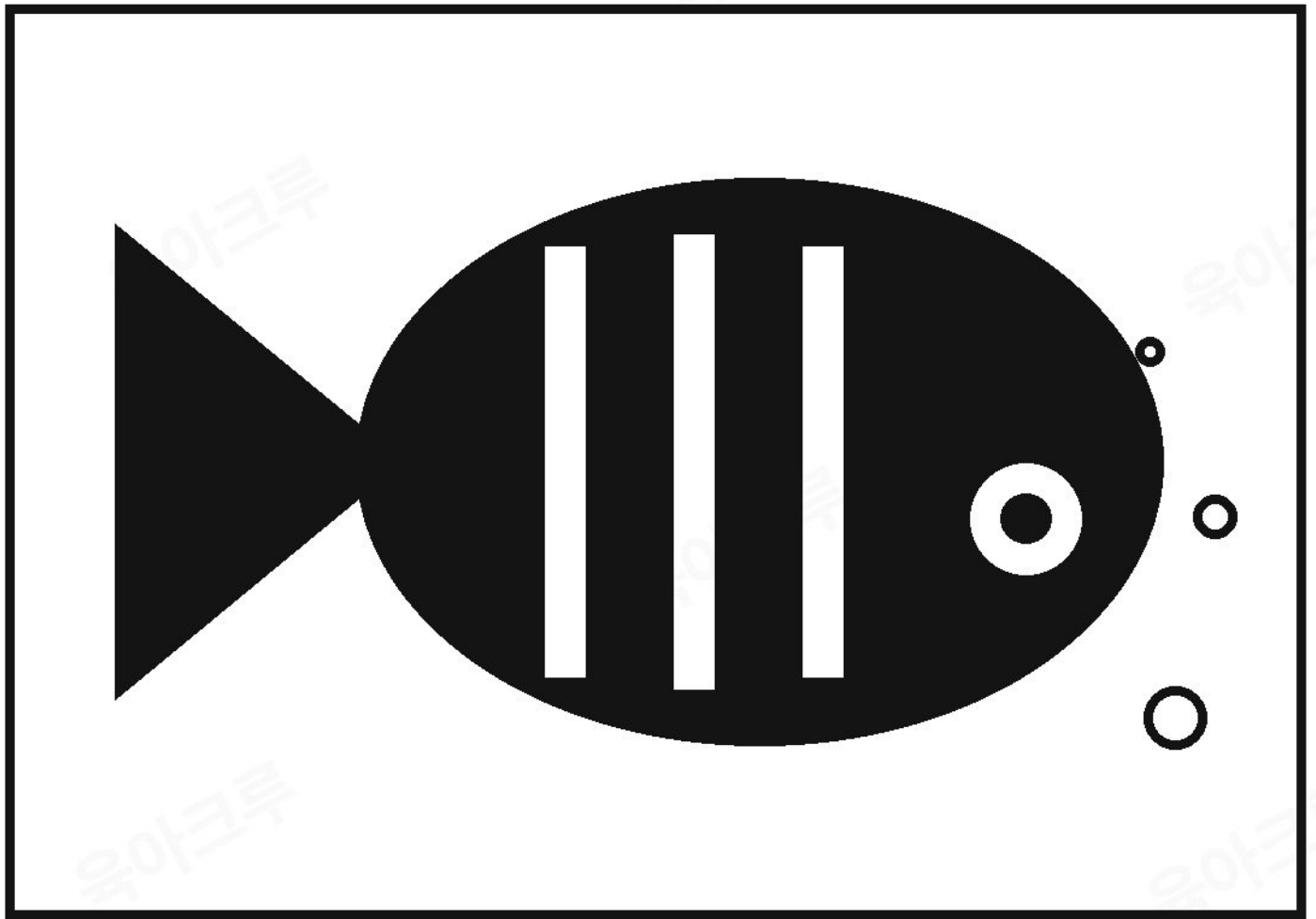
요일	할 때마다 하나씩 표시	오늘 본 모습	메모
월 ____일		☐ 웃음 ☐ 고개 들기 ☐ 울음 ☐ 졸림	
화 ____일		☐ 웃음 ☐ 고개 들기 ☐ 울음 ☐ 졸림	
수 ____일		☐ 웃음 ☐ 고개 들기 ☐ 울음 ☐ 졸림	
목 ____일		☐ 웃음 ☐ 고개 들기 ☐ 울음 ☐ 졸림	
금 ____일		☐ 웃음 ☐ 고개 들기 ☐ 울음 ☐ 졸림	
토 ____일		☐ 웃음 ☐ 고개 들기 ☐ 울음 ☐ 졸림	
일 ____일		☐ 웃음 ☐ 고개 들기 ☐ 울음 ☐ 졸림	

표시하는 칸 수는 정해져 있지 않아요. 바를 정 자나 동그라미로 한 만큼만 표시해요.

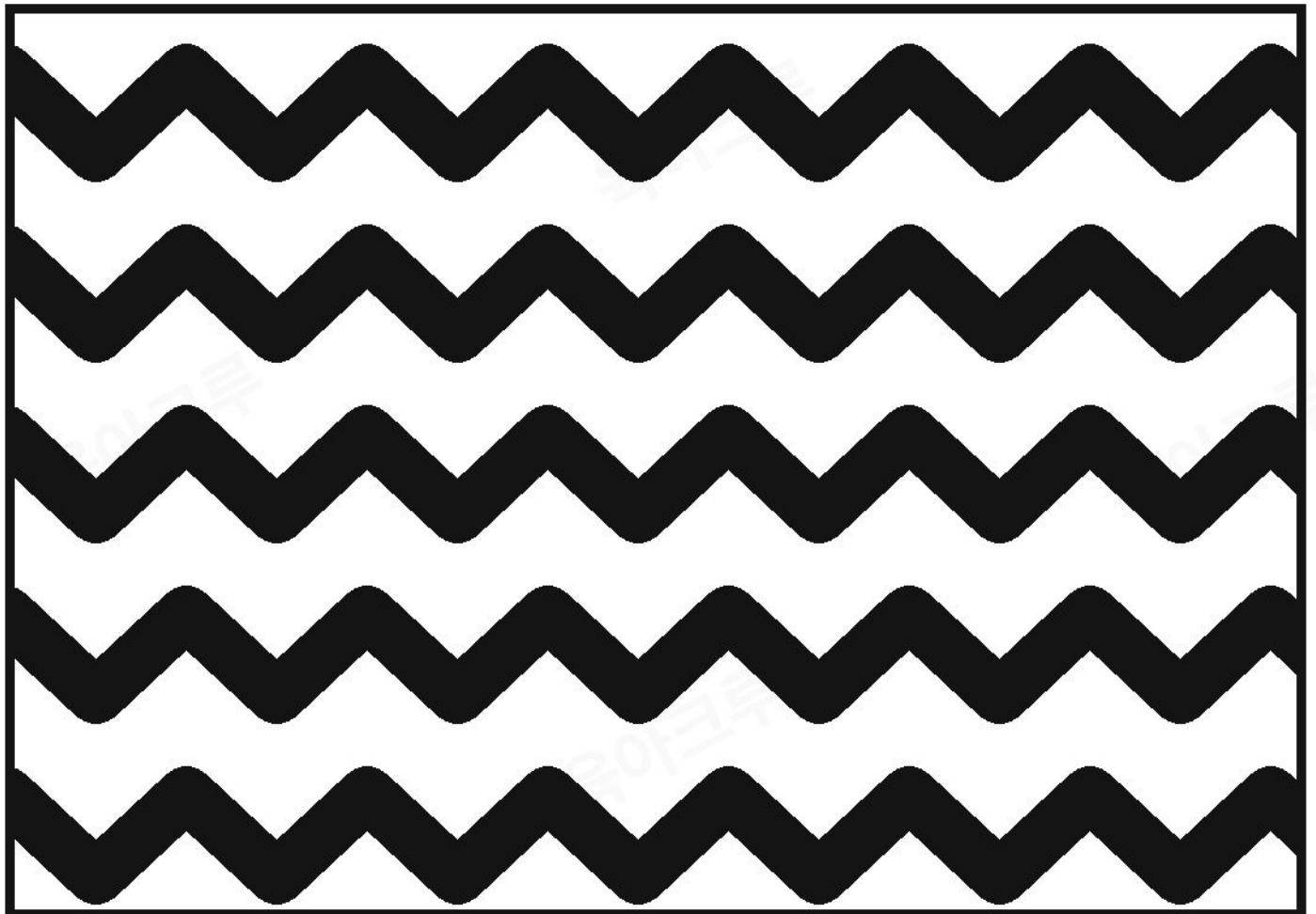


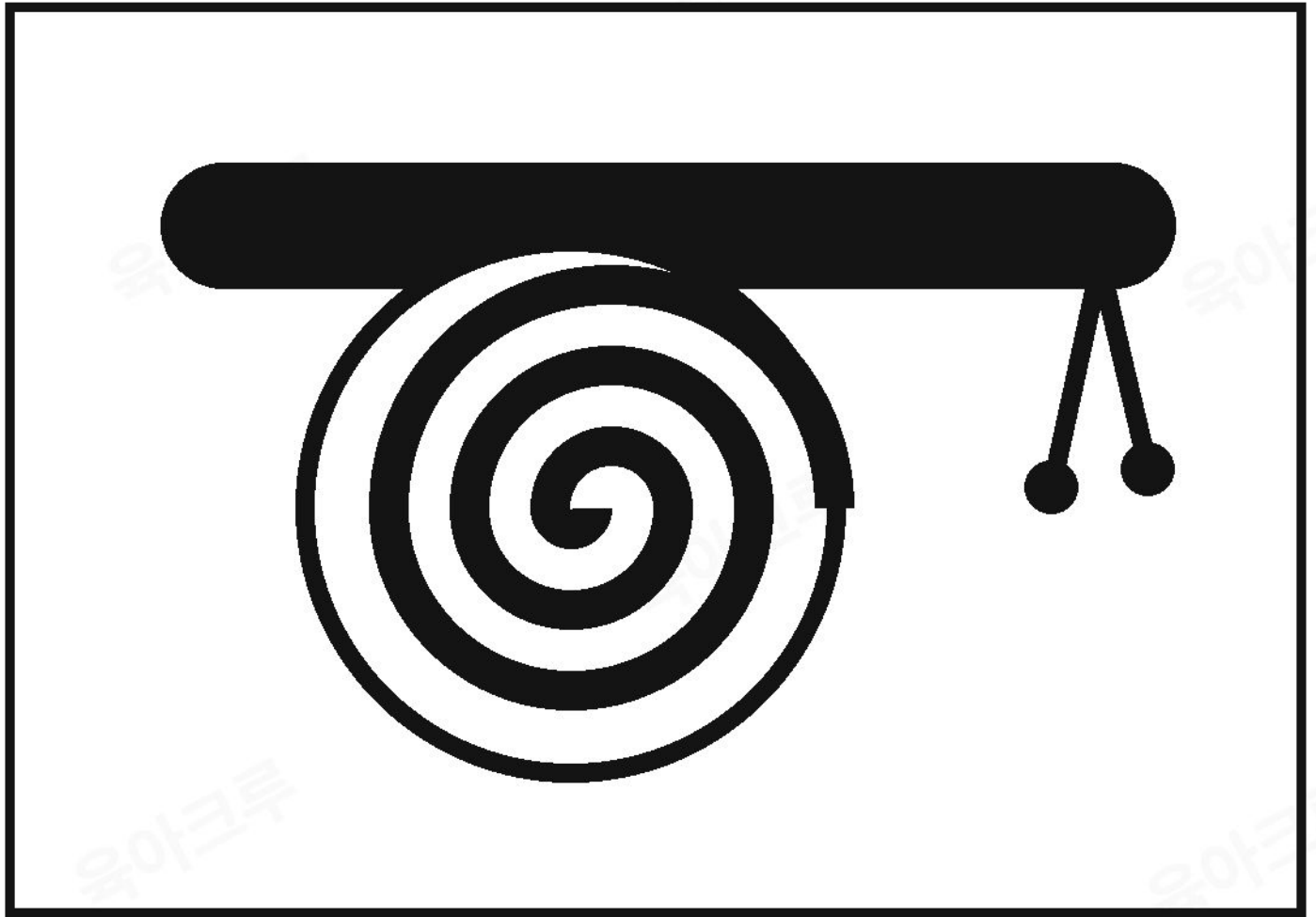
접는 선





접는 선





접는 선

