

노인 놀이 독서

- 친구 -

장해숙(삼봉초등학교 사서)

1. 노인 놀이 독서의 개념

놀이 독서란 독서의 즐거움과 흥미를 갖도록 동기부여를 할 수 있는 활동으로, 즐거운 독서를 통해 체험해 볼 수 있는 독서교육을 의미한다. 노년기의 발달단계 특징은 신체적 능력이 다소 감퇴, 반응시간이 더디어져 여러 가지 기능에 영향을 미치며, 지적능력과 기억력 감퇴, 다가오는 죽음에 대비하여 삶의 목적을 찾음을 알 수 있다. 따라서 노년기의 놀이 독서는 신체적, 정신적으로 감퇴해가는 기능들에 도움을 준다. 즉 표현놀이는 독서흥미와 소통, 추리놀이는 집중력과 기억력에, 구성놀이와 요술놀이는 손의 힘과 상상력에 도움을 준다. 이러한 모든 활동들은 노인들의 인지기능 향상에 효과가 있으며, 또한 감성을 자극시켜 자존감을 업 시킬 수 있어 부정적인 죽음의 불안을 긍정적사고로 전환시켜 삶의 즐거움을 느낄 수 있는 건 강한 노년기를 맞이할 수 있다.

2. 프로그램의 필요성 및 목적

일과(日課)라는 말은 날마다 하는 일정한 일 이라는 뜻으로 일상생활의 ‘틀’ 이기도 하다. 노년의 삶을 계획적으로 사는 것이 일과를 가지고 사는 것이다. 즉 일과가 있는 삶을 살기 위해서는 먼저 육체적으로 건강해야하고 정신적으로는 자기 철학이 있어야 한다. 읽고, 쓰고, 생각하는 정신작업은 뇌 훈련을 도와 치매예방에도 좋은 사례들이 나오고 있으며, 또한 여가시간에 즐거움을 맛보기위해 자주하는 흥미로운 일은 노년의 삶을 풍요롭고 풍족하게 만들어준다. 토마스 에디슨의 철학자는 “독서가 정신에 미치는 영향은 운동이 육체에 미치는 영향과 같다”라는 말처럼 건강한 노후생활을 위한 자발적 책 읽기를 통해 노년의 삶을 돌아볼 수 있는 기회를 만들고자 책과 함께 감각놀이, 표현놀이, 역할놀이를 노년기 발달단계에 중요한 통합감을 형성해 보다 만족스러운 삶을 살아 갈 수 있도록 도움을 줄 수 있는 것을 목적으로 하며 또한 프로그램을 제공하는 것이 필요하다. 따라서 정서적 공감대 형성이 쉬운 노년의 놀이 독서를 통해 소통과 공감으로 상실감을 극복하고 자존감을 회복하여 밝고 긍정적인 인생관의 변화로 독서내용의 범위와 깊이를 풍부하게 함으로써 독서 의욕이 지속될 수 있도록 한다.

3. 프로그램 구성

- 1) 기 간 : 2018년 5월~
- 2) 운영시간 : 10:00~12:00 (120분씩 3차시)
- 3) 참여대상 : 노인 (10명 내외)
- 4) 장 소 : 도서관

4. 프로그램 세부 계획

차시	세부주제	세부목표	선정 자료	관련 활동
1	함께하는 즐거움 (표현놀이)	게임을 통해 자신의 생각 을 표현하고 서로를 이해 하기	-우정 지속의 법칙/설흔/ 창비 -가슴이 쿵쿵/하세기와 슈헤이/ 북뱅크	-몸풀기 -감각에 집중하기 (거울놀이) -몸으로 표현하기 (무궁화꽃이 피었습니 다. 조각상 만들기)
2	자연과 함께 놀이 (구성놀이 요술놀이)	자 연 놀 이 의 관점에서 새 롭게 바라는 경험해보기	-자연미술이 뭐지?/이성 원/구름서재 -내가 만난 나뭇잎 하나/ 윤여림/웅진주니어	-자연미술작품 제작
3	다른 이미지 상상하기 (추리놀이)	당연한 것을 다른 시각으 로 바라보는 시각적 상상 력을 자극할 수 있다.	-바로 또 거꾸로/ 앤조나 스 / 비룡소	-숨은 그림 찾아 색 칠 하기 -거꾸로 그림그리기

5. 프로그램 운영 방법 및 실습 (세부지도안)

그림책을 통한 다양한 책 놀이로 접근한다. 책 놀이 프로그램으로는 표현놀이, 추리놀이, 구성놀이, 요술놀이 등 4개 유형의 놀이로 구분하여 진행되며, 놀이의 특징에 따라 놀이제목, 놀이유형을 제시하며, 놀이에 대한 간단한 설명을 안내하고 놀이 목표와 준비물을 제시한다.

표현놀이 : 역할극이나 공간 신체활동으로 표상하는 놀이

추리놀이 : 추론하거나 추리를 하며 노는 놀이

구성놀이 : 미술활동으로 표현하는 놀이

요술놀이 : 상상의 요소가 가미된 놀이

종합 목표	함께하는 즐거움	차시	1	시간	120분
세부 목표	게임을 통해 자신의 생각을 표현하고 서로를 이해하기				
선정 자료	- 우정 지속의 법칙 / 설흔 / 창비 - 가슴이 쿵쿵 / 하세기와 슈헤이 / 북뱅크				
준비물	음악, ppt				
지도 요소	관련 활동				
도입 (20')	· 참여자들이 도착을 하면 앉고 싶은 자리에 차례대로 앉을 수 있도록 안내한다. · 도착이 끝나면 프로그램에 대한 안내와 교사 소개를 한다. · 오늘의 선정자료에 대하여 이야기 하며, 그림책을 읽어준다 (ppt)				
전개 (90')	1. 몸풀기 (모두가 일어나 원을 만들어 동그렇게 선다) (20분) <ul style="list-style-type: none"> - 한명씩 돌아가며 몸을 풀 수 있는 동작을 한다.(처음은 진행자 먼저) - 진행자를 중심으로 오른쪽으로 돌며 한 사람이 하는 동작을 다른 사람들은 따라한다. (모든 동작은 동시에 진행되며 짧게짧게 한 번씩 본인이 하는 동작을 다른 사람들과 나눌 수 있다) - 얼굴 풀어주기: 손바닥 비비기→열어나는 손바닥을 얼굴을 감싸기→손으로 안쪽에서 바깥쪽으로 동글게 원을 그리며 마사지 한다) 2. 감각에 집중하기 (거울놀이) (20분) <ul style="list-style-type: none"> - 2인1조: 1명은 거울, 1명은 거울보는 사람 - 거울과 사람이 한 몸이 되어 사람의 모습을 따라한다. - 역할을 바꾸어 진행해 본다. 3. 몸으로 표현하기 (무궁화 꽃이 피었습니다) (40분) <ul style="list-style-type: none"> - 가위, 바위, 보로 술래를 정한다. - 한 명의 술래가 “무궁화 꽃이 피었습니다” 외치며(그 사이 다른 사람들은 술래를 향해 달려온다) - 말이 끝나면 뒤를 돌아본다. 그때 다른 참여자는 멈추어 있어야 함 (움직이는 사람 발견하면 술래가 이름을 부르고 술래에게 와서 새끼 손가락을 건다) - 이 같은 방법을 반복하여 가까이 온 사람이 술래와 술래가 아닌 사람의 연결 고리를 끊게 되고 그 순간 모두가 출발선으로 돌아간다. - 이때 출발선에 도착하기 전에 술래에게 잡히는 사람이 다음 술래가 된다. - 미션 추가 : “무궁화 꽃이 0 0 합니다” 0 0 안에 특정 동작이 들어갈 수 있게 술래가 이야기하고 나머지는 멈춤 동작에서 그 동작을 하고 있어야함. 예) 무궁화 꽃이 춤을 춥니다.(버스를 탑니다. 공부를 합니다., 화가 납니다. 행복합니다.)				

<p>전개 (90')</p>	<p>4. 몸으로 표현하기 (조각상 만들기) (10분)</p> <ul style="list-style-type: none"> - 2인 1조 : 한명은 조각가, 다른 한명은 조각품 (혼자 움직일 수 없음) - 조각가는 작품제목과 의도를 설명한다. - 역할을 바꾸어 진행한다. 	
<p>정리 (10')</p>	<ul style="list-style-type: none"> · 첫 수업에 참여한 소감을 나눈다. · 다음 프로그램의 목표를 간단히 알리고, 참여 시간을 엄수할 것 등을 상기시킨다. · 마무리 인사와 함께 종결을 한다. 	

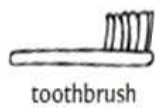
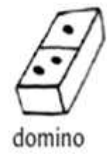
종합 목표	자연과 함께 놀기	차시	2	시간	120분
세부 목표	자연놀이의 관점에서 새롭게 바라는 경험해보기				
선정 자료	-자연미술이 뭐지? / 이성원 / 구름서재 -내가 만난 나뭇잎 하나 / 윤여림 / 웅진주니어				
준비물	백색 점토 10개(각1개), 싸인펜, 하드보드지10장(각1장), 자연물 5가지(개인준비)				
지도 요소	관련 활동				
도입 (20')	· 참여자들이 도착을 하면 앉고 싶은 자리에 차례대로 앉을 수 있도록 안내한다. · 『자연미술이 뭐지?』 책에 대한 설명 과 삽화 보여주기(필요한삽화ppt) · 『내가 만난 나뭇잎 하나』 그림책을 읽어준다 (ppt) -이야기 나누기				
전개 (90')	1. 작품구상 및 아이디어 드로잉 (20분) - 예시로 보여준 『자연미술이 뭐지?』 나온 작품들을 바탕으로 자신만의 상상력과 아이디어를 이용하여 작품 구상하고, 색지에 간단하게 그림을 그려본다. 2, 자연물 구해오기 (미리 준비해 온 것을 위에 올려 놓는다) - 구해온 자연물5가지와 백색점토 준비 3, 자연미술 작품 제작 (60분) - 백색점토에 사인펜을 원하는 색으로 바꿔 표현할 수 있다, - 백색점토에 원하는 사인펜으로 점을 찍는다. - 색이 고르게 퍼지도록 점토를 버무린다. - 완성된 색의 점토를 필요한 곳에 사용한다. 4, 작품이 완성되면 제목을 붙여서 전시한다. 모든 참여자들은 작품 감상을 한다. (10분)				
정리 (10')	· 작품 감상에 참여한 소감을 나눈다. · 다음 프로그램의 목표를 간단히 알리고, 참여 시간을 엄수할 것 등을 상기시킨다. · 마무리 인사와 함께 종결을 한다.				

종합 목표	다른 이미지 상상하기	차시	3	시간	120분
세부 목표	당연한 것을 다른 시각으로 바라보는 시각적 상상력을 자극할 수 있다.				
선정 자료	-바로 또 거꾸로 / 앤조나스 / 비룡소				
준비물	숨은 그림 도안 (3종류): 활동지①~③, 색연필, 사인펜, 8절지 (10장), 그림책1권				
지도 요소	관련 활동				
도입 (30')	<ul style="list-style-type: none"> · 참여자들이 도착을 하면 앉고 싶은 자리에 차례대로 앉을 수 있도록 안내한다. · 『숨은 그림 찾아 색칠하기』 놀이 (최종적으로 가장 많이 맞추는 노인께 선물) · 『바로 또 거꾸로』 그림책을 읽어준다 (ppt) -이야기 나누기 				
전개 (80')	<p>1. 『바로 또 거꾸로』 책을 읽고 나서 (10분)</p> <ul style="list-style-type: none"> - 그림책을 다시 한 번 거꾸로 보기, 어떻게 보이나요? - 그림책의 장면 장면이 거꾸로 보았을 때 신기하게도 다른 이미지를 담고 있습니다. 어떤 이미지 인지 말해보기 <p>2. 거꾸로 그림 그리기 (60분)</p> <ul style="list-style-type: none"> - 마음에 드는 그림 동화책의 가장 마음에 드는 장면을 거꾸로 그림을 그려본다. - 거꾸로 그린 그림에 제목 붙여보기 - 어떤 이미지인지 설명해본다. <p>3. 친구들이 그린 그림을 감상하며 이야기 나눈다. (10분)</p>				
정리 (10')	<ul style="list-style-type: none"> · 참여한 소감을 나눈다. · 마무리 인사와 함께 종결을 한다. 				

(활동지①)



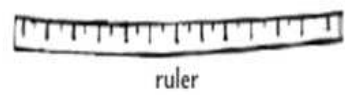
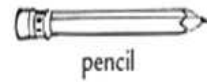
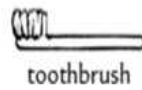
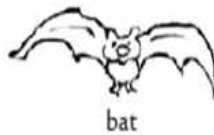
In the big picture, find these objects.



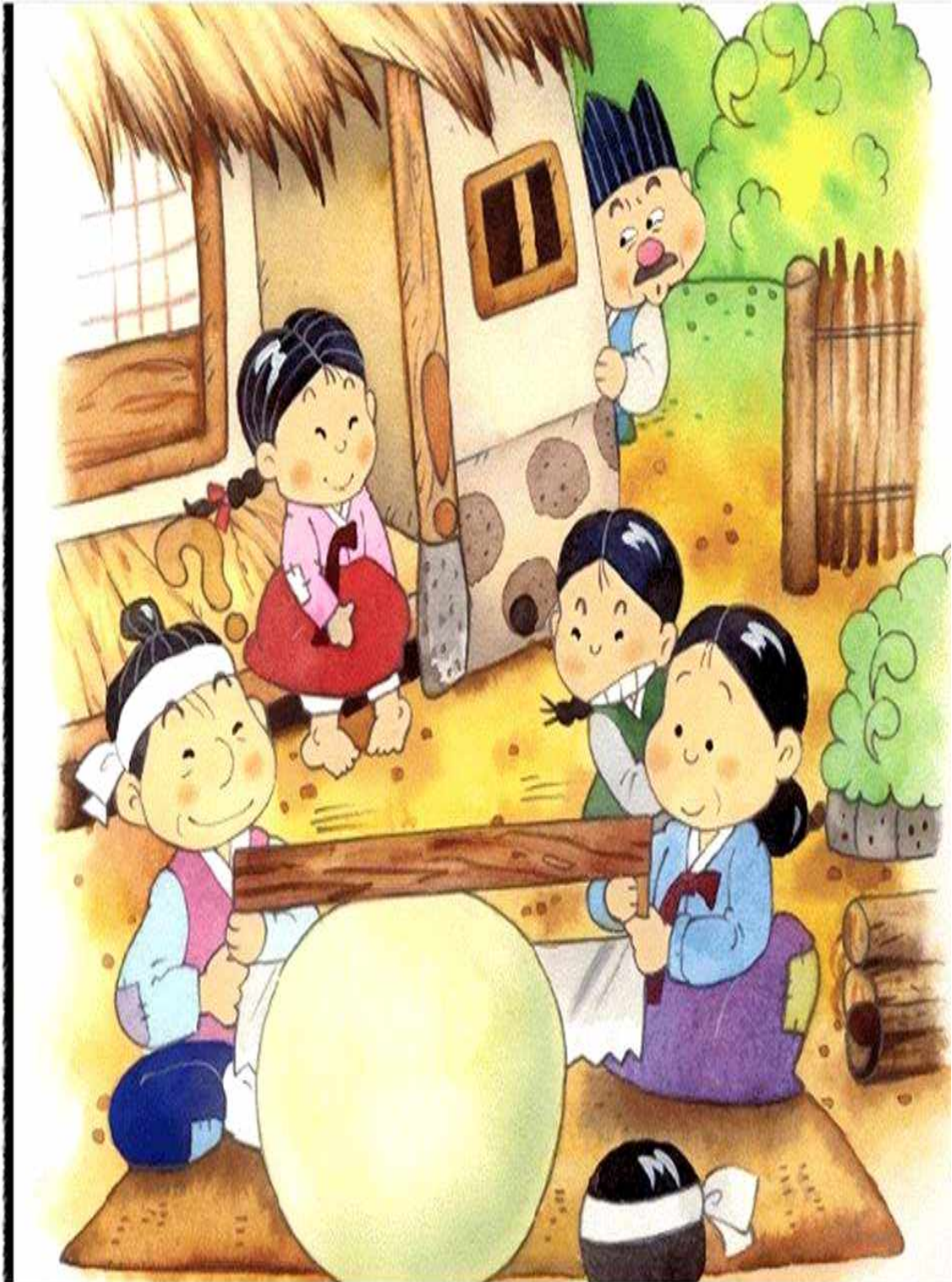
(활동지②)



In the big picture, find these objects.



(활동지③)



마침표, 느낌표, 큰따옴표, 물음표, 작은따옴표

(활동지④)



커피잔, 장갑, 화살,