



『나의 쓰담이』
유혜진 글 그림, 여름아이

책과의 첫 만남

★ 표지 보며 이야기 예측하기

	1. '나의 쓰담이'는 무슨 뜻일까요?
	2. 아이는 무엇을 하고 있는 것 같나요?
	3. 제목과 표지 그림으로 보니 어떤 이야기일 것 같나요?

★ 사람들에게는 다양한 감정이 있어요. 여러분이 기억하는 가장 행복했던 순간은 언제였나요? 또, 너무 슬프거나 속상한 적은 언제였나요? (말 할 수 있는 부분만 함께 적고 나눠볼까요?)

<예>#행복했던 순간 : 학교 운동회 때 줄다리기 시합에서 우리 편이 질 뻔 했는데, 선생님의 구호에 맞춰 '영차영차' 하면서 힘을 합쳐서 우리 편이 이겼을 때. 이 시간이 영원했으면 좋겠다는 생각을 했다.

<예>#슬펐던/속상했던 순간 : 우리 학년 대표로 핸드볼 대회에 나가서 시합을 하다가 결정적인 순간에 상대편 친구의 반칙으로 넘어지면서 다리를 다쳐서 더 이상 시합에 참여하지 못하게 되었을 때 : 시간이 빨리 지나갔으면 좋겠고 우리 반이 질까봐 걱정되고 내가 다쳤는데도 미안한 마음이 들었다.

#행복했던 순간 :

#슬펐던/속상했던 순간 :



『나의 쓰담이』
유혜진 글 그림, 여름아이

이야기 속으로 -운동회 이야기-

★ 운동회를 좋아하나요? 운동회에서 가장 좋아하는 종목은 어떤 것이 있나요?
아니면, 운동회가 싫은가요? 그 이유는?

★ 운동회 종목 중 '사람 찾아 달리기(예: 흰색 운동화를 신은 아저씨/ 풍선을 든 남자아이 등) 활동이
있어요. 위에 구멍이 뚫린 상자 안에 다양한 사람들을 찾아서 함께 결승선까지 달리는 활
동입니다. 만약 여러분이라면 어떤 사람을 찾고 싶은가요?

★ '열심히'의 사전적 의미는 '어떤 일에 온 정성을 다하여 골똘하게'라는 뜻입니다. 동화책
속에서 별이는 자기가 맡은 '열심히' 하고 싶어 합니다. 운동회에서도 '열심히' 해야합니다.
여러분은 '열심히'라는 말을 들으면 어떤 생각이 드나요? 운동회에서 '열심히'하려면 어떻게
해야 할까요?



『나의 쓰담이』
유혜진 글 그림, 여름아이

이야기 속으로

-내용 확인하기-

★ 책 속에서 '감정 시간'이 멈추니 어떤 일이 벌어졌나요?

★ '감정 시간'은 무엇일까요?

★ 같은 시간이지만 느끼는 감정에 따라 느끼는 속도가 다르다고 합니다. 행복한 순간은 시간이 정말 빨리 가는 것처럼 느끼고, 힘들고 지루한 순간은 시간이 느리게 가는 것처럼 느껴집니다. 책 속에서 '어떤 시간은 특별한 감정이 섞여 마음에 영원히 남는다'고 하는데 여러분에게는 그런 순간이 있나요?

★ 책 속에서 별이가 선생님, 엄마, 보영이에게 찾아가 자기의 솔직한 마음을 이야기 합니다. 엄마, 선생님, 보영이가 사과를 하는데. 별이는 사과를 (받습니다./ 받지 않습니다.) 진정한 사과는 어떤 걸까요? 영상을 함께 보고 진정한 사과에 대해 생각해 봅시다. 나 역시 친구에게 사과할 것이 있는지 생각해 봅시다.(참고영상:#손경이강사#진정한사과 #사피엔스)

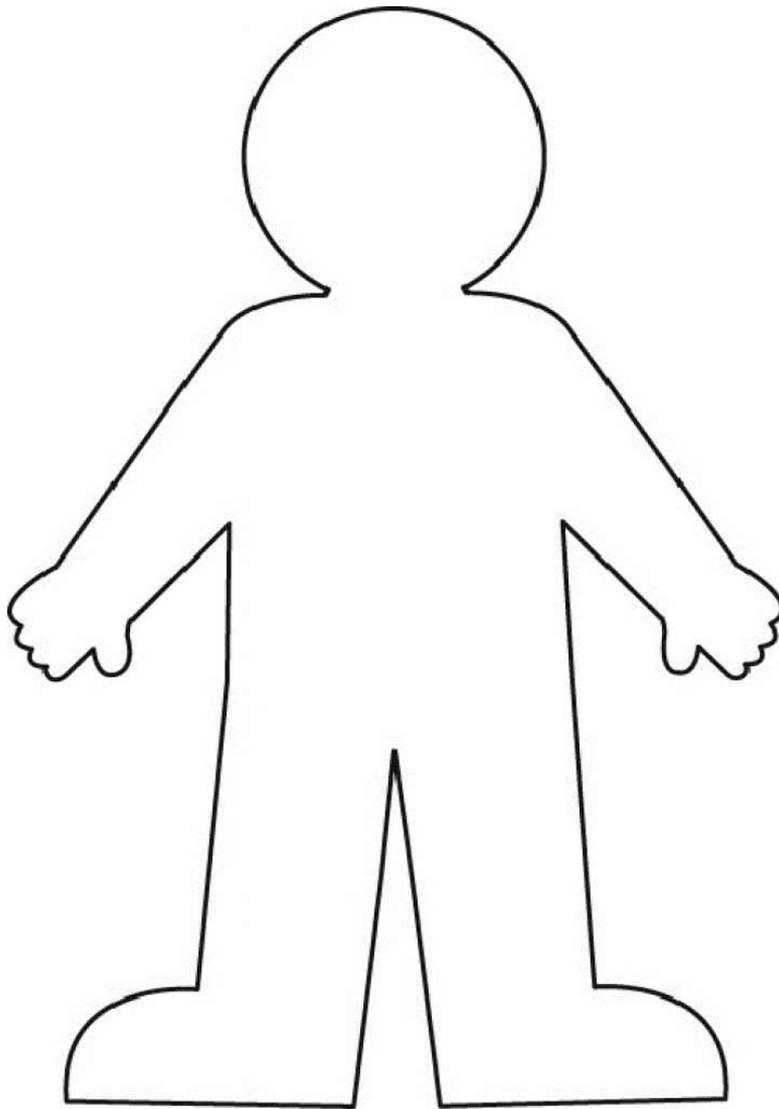
#진정한 사과란...



『나의 쓰담이』
유혜진 글 그림, 여름아이

나의 이야기로 -나의 쓰담이-

★ 책 속에는 나의 쓰담이가 나와요. 나만의 쓰담이를 표현해 볼까요?



*나만의 인형으로 만들어서 걱정인형처럼
활용해도 좋아요

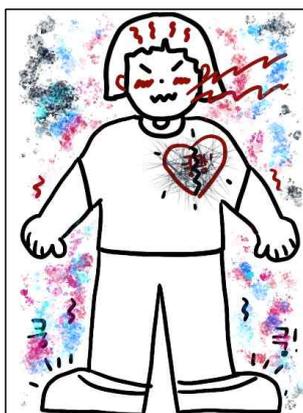
예시 작품은 행복 인형으로 양쪽에 다른
그림으로 표현했습니다. 한 쪽은 긍정적인
쓰담이 다른 한 쪽은 다른 감정의 쓰담이로
표현해서 이름을 지어주기도 해도 좋습니다.



『나의 쓰담이』
유혜진 글 그림, 여름아이

나의 이야기로 -나의 신체감정지도-

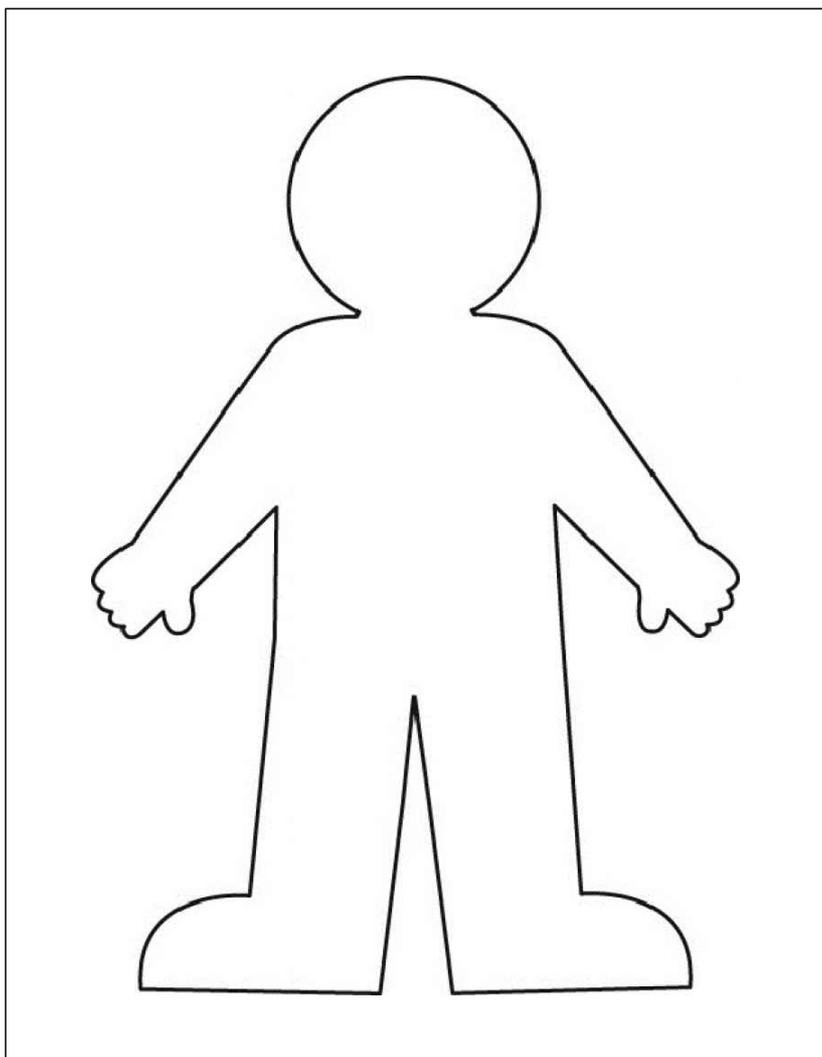
❖ 책 속에는 별이 마음에서 화가 점점 커지니 별이의 감정 시간이 멈추고, 마음에 가시가 하나둘 돌아났어요. 이렇게 화가 나거나 속상하면 몸에 변화가 일어납니다. 나는 화가 나면 어떤 신체 변화가 일어나는지 표현해 볼까요?



<예:나의 감정 지도 설명하기> 저는 화가 나면 머리와 귀가 뜨거워져요. 얼굴에도 열이 나서 불이 빨갛게 된 것 같아요. 입에서 불이 나는 것처럼 화가 나서 목소리가 커져요. 팔 다리에 힘이 들어가서 부들부들 떨려요. 발을 나도 모르게 쿵쿵 굴러요. 심장이 쿵쿵 빠르게 뛰고 마음이 갈기갈기 찢어진 것 같아요. 내 주변이 여러 감정이 섞여서 엉망이 된 것 같아요.

<나만의 화를 푸는 방법>

*책 속에서 쓰담이가 말해요. “화가 나면 화를 잘 보아야 해. 참거나 짜증만 내면 화난 이유가 숨어버려. 끝까지 네 마음의 이야기를 들어. 마음에 귀 기울여.”
-여러분만의 마음에 귀 기울이고 화를 풀 수 있는 방법을 적어봅시다.



<나의 감정 지도 설명하기>

<나만의 화를 푸는 방법>

- 1.
- 2.
- 3.



『나의 쓰담이』
유혜진 글 그림, 여름아이

나의 이야기로

★ ‘열심히와 열심히’ 별이처럼 열심히 노력하지만 잘 안 될 때가 있어요. 혹시 그런 적이 있나요? 그때 나의 마음은 어떨까요? 그런 나에게 해주고 싶은 말이 있을까요?

언제?	
어떤 일?	
그때 나의 마음은?	
나에게 해주고 싶은 말은?	

★ ‘쓰담쓰담’이라는 뜻은 ‘쓰다듬다’의 의미로 손으로 살살 쓸어 어루만져주어 마음이나 기분을 가라앉혀주는 것을 표현한 것입니다. 여러분은 누군가에게 어떤 일로 위로받고 ‘쓰담쓰담’ 받고 싶은가요? 그림으로 상황을 그려보고 듣고 싶은 말을 적어볼까요? (위의 이야기를 정리해서 표현해도 좋아요.)

<예>*나는 지금도 최선을 다해서 달리기 연습을 하고 있어요. 그런데 잘 못 달린다고 더 열심히 하라고 해요. 그래서 자꾸 자신감이 없어지고 '나 때문에 지면 어떡하지?'라는 생각이 들면서 걱정이 많이 돼요.
-괜찮아. 잘 하고 있어. 충분해!
최선을 다하는 네가 참 멋져!