

베갯머리 독서 카드

잠들기 전 한 권을 짧게 만나고, 같은 책의 익숙함을 아이가 참여할 틈으로 바꿔요.

우리 집 잠자리 다섯 걸음



화면과 큰 몸놀이는 조금 일찍 마치고, 매일 비슷한 흐름을 사용하세요. 책을 다 읽지 못해도 괜찮습니다.

같은 책을 다시 읽는 네 가지 가치

예측

다음 장면을 기다려요.

참여

익숙한 말을 이어 봐요.

언어

소리와 뜻을 연결해요.

안정

아는 흐름에서 편안해져요.

사용법은 아주 짧게

- ① 오늘 아이가 고른 책 한 권을 펼쳐요. ② 카드 한 장만 골라 시도해요.
 - ③ 피곤 신호가 보이면 중간에 멈춰요. ④ 매일 같은 끝인사로 마쳐요.
- 카드는 학습 과제가 아닙니다. 아이가 듣기만 하거나 같은 장면만 봐도 충분해요.

수면 건강 확인

큰 소리의 지속적인 코골이, 숨이 멎는 듯한 모습, 힘든 호흡, 낮 시간 심한 졸림이 이어지면 의료진과 상담하세요. 이 자료는 수면 장애의 진단·치료를 대신하지 않습니다.

베갯머리 독서 카드 1~4

같은 책의 표지·그림·다음 장면·익숙한 문장을 다른 방식으로 만나 보세요.

1 표지만 천천히 모든 연령 어른의 말 “오늘은 누가 나올까?” 함께 해요 제목을 읽고 표지에서 아이가 오래 보는 곳을 함께 바라봐요.	2 그림 하나 찾기 돌 이후 어른의 말 “여기에서 네가 찾은 건 뭐야?” 함께 해요 정답을 재촉하지 말고 아이가 가리키거나 소리 낼 때까지 기다려요.
3 다음 장 기다리기 반복 읽기 어른의 말 “다음에는 무슨 일이 있었지?” 함께 해요 익숙한 장면 앞에서 잠깐 멈추고 표정·몸짓·말로 예상하게 해요.	4 문장 이어 보기 반복 읽기 어른의 말 “곰이 문을 열었더니....” 함께 해요 자주 나오는 말 앞에서 멈춰요. 아이가 듣기만 해도 바로 이어 읽어요.

점선을 따라 자르면 A6에 가까운 카드로 사용할 수 있어요.

베갯머리 독서 카드 5~8

아이에게 이야기할 차례를 주고, 하루와 연결한 뒤, 낮은 목소리와 같은 끝인사로 마쳐요.

5 역할을 바꿔요 3세 이후 어른의 말 “오늘은 네가 이 장면을 읽어 줄래?” 함께 해요 글자를 정확히 읽지 않아도 그림을 보고 자기 말로 들려 주게 해요.	6 오늘과 연결해요 3세 이후 어른의 말 “우리 오늘 본 것과 닮은 게 있네.” 함께 해요 질문은 하나만 하고, 아이가 짧게 답하면 한 문장만 덧붙여요.
7 목소리를 낮춰요 잠자리 어른의 말 “이제 목소리도 천천히 쉬어 갈게.” 함께 해요 마지막 몇 쪽은 속도와 음량을 낮추고 찾기 놀이는 낮으로 미뤄요.	8 같은 말로 끝내요 잠자리 어른의 말 “오늘 이야기는 여기까지. 잘 자.” 함께 해요 책을 덮고 포옹이나 짧은 노래 뒤 불을 꺼요. 더 읽기는 내일로 약속해요.

점선을 따라 자르면 A6에 가까운 카드로 사용할 수 있어요.