문손에듀 · 9호

2027년 2월 셋째 주

정월 대보름



2월 셋째 주 — 정월 대보름

이번 주 이야기

보름달 아래 부럼을 깨고 오곡밥과 나물을 먹던 대보름을 떠올립니다. 한 해 소원도 빌어 봅니다.
가족과 함께 — 보름달을 함께 보며 올해 소원을 이야기해 보세요.

하루 진행 순서

오늘 장 10분 | 활동 A | 활동 B | 활동 C | 활동 D | 가족에게 한마디

하루 시간이 짧으면 네 가지 가운데 두세 가지를 골라 하시고, 남은 장은 다음 날 이어서 하셔도 됩니다.
모든 장은 도움 2단계(힌트)이고, 진행 방법은 장마다 아래 '진행' 줄에 있습니다.

날	A	B	C	D
1일째	■기억 오곡밥 짓기 순서 떠올리기	●살림 오곡밥 짓기 시간 셈	★그리기 어느 그림의 한 부분일까	▬이야기 내 인생 연표
2일째	■기억 장보기 목록 외우기	●살림 정월 대보름 장보기 셈	◆말글 낱말 카드로 문장 만들기	★그리기 쌓인 상자 세기
3일째	●오늘 나를 소개합니다	▲집중 잘 듣고 손뼉 치기	◆말글 정월 대보름 낱말 모으기	▬이야기 정월 대보름 이야기 나누기
4일째	▲집중 우리 동네 길 찾기	◆말글 노랫말 채우기 — 밀양 아리랑	●살림 약 상자 채우기	▬이야기 정월 대보름 — 그때와 지금
5일째	●오늘 이번 주 계획표	■기억 누가 무엇을 가져왔나	▲집중 규칙대로 표시하기	★그리기 점 이어 그림 완성

준비물

연필·지우개, 굵은 펜, 벽시계·달력

이번 주 이야기 거리

- 대보름에 깨던 부럼은 무엇이었나요?
- 오곡밥에는 무엇이 들어갔나요?
- 쥐불놀이를 해 보셨나요?
- 달님께 빌었던 소원은?
- 대보름 나물 중 좋아하던 것은?

오늘은 ____ 월 ____ 일 ____ 요일

날씨


맑음


구름


비


눈

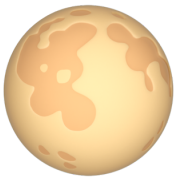
기분


좋아요


괜찮아요


그저 그래요


안 좋아요



이번 주 이야기 · 정월 대보름

보름달 아래 부럼을 깨고 오곡밥과 나물을 먹던 대보름을 떠올립니다. 한 해 소원도 빌어 봅니다.

오늘 할 일

- [ ] **A. 오곡밥 짓기 순서 떠올리기**
- [ ] **B. 오곡밥 짓기 시간 셈**
- [ ] **C. 어느 그림의 한 부분일까**
- [ ] **D. 내 인생 연표**

✂ 닫는 10분 — 오려서 가족에게 전해 주세요

가족에게 전하는 오늘의 한마디

어르신 한마디 (오늘 가장 좋았던 것, 하고 싶은 말)

제공자 메모

이름 _____ ____월 ____일 문손케어

오곡밥 짓기 순서 떠올리기

이렇게 해요

위의 순서를 소리 내어 읽고 외워 보세요. 접어서 가린 뒤, 아래 일에 순서대로 번호를 적어 보세요.

오곡밥 짓기

1. 곡식 씻기
2. 물에 불리기
3. 솥에 안치기
4. 불 올려 짓기

✂ 여기를 접어 위를 가린 뒤 아래를 풀어요

( ) 솥에 안치기

( ) 곡식 씻기

( ) 불 올려 짓기

( ) 물에 불리기

진행 실제로 해 본 적이 있으신지 여쭤보고, 집마다 다른 방법도 존중합니다.

오곡밥 짓기 시간 셈

이렇게 해요

‘오곡밥 짓기’를 하는 날의 시간표입니다. 시계를 보고 물음에 답해 보세요.

할 일	시작	걸리는 시간
곡식 씻기	 1시	1시간
물에 불리기	____시 ____분	1시간
솥에 안치기	____시 ____분	30분
불 올려 짓기	____시 ____분	1시간

1. 빈칸에 시작 시각을 채워 보세요.

2. 모든 일이 끝나는 때는 몇 시 몇 분인가요?

____시 ____분

함께 이야기해요

하루 가운데 가장 좋아하시는 때는 언제인가요?

진행 실제 벽시계를 함께 보며 짧은 바늘(시)부터 읽게 합니다.

어느 그림의 한 부분일까

이렇게 해요

위의 동그라미는 그림 한 부분을 크게 본 것입니다. 아래 그림 번호를 찾아 적어 보세요.

Ⓐ



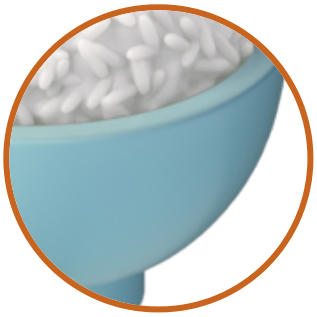
Ⓑ



Ⓒ



Ⓓ



1



땅콩

2



밥

3



콩

4



태극기

5



밤

Ⓐ → ( ) Ⓑ → ( ) Ⓒ → ( ) Ⓓ → ( )

함께 이야기해요

이 그림들 가운데 집에 있는 것은 무엇인가요?

진행 색깔·무늬·모양을 먼저 말로 짚게 합니다(“초록색에 잎맥이 있네요”). 어려우면 아래 그림을 손으로 가리며 하나씩 견주게 합니다.

내 인생 연표

이렇게 해요

살아온 때를 차례로 떠올리며 칸을 채워 보세요. 생각나는 때부터 해도 됩니다.

어린 시절	살던 곳과 즐겨 하던 놀이
학교 다닐 때	학교 가던 길과 친한 친구
젊은 시절	하던 일과 기억나는 일
자녀 키울 때	가장 바빴던 일과 보람
지금	요즘 즐거운 일

+ '정월 대보름'과 이어지는 추억은 어느 때의 일인가요?

진행 힘든 기억이 나오면 서두르지 말고 들어 드리고, 원하지 않으시면 다음 칸으로 넘어갑니다.

오늘은 ____ 월 ____ 일 ____ 요일

날씨


맑음


구름


비


눈

기분


좋아요


괜찮아요


그저 그래요


안 좋아요



이번 주 이야기 · 정월 대보름

오늘 할 일

- [ ] A. 장보기 목록 외우기
- [ ] B. 정월 대보름 장보기 셈
- [ ] C. 낱말 카드로 문장 만들기
- [ ] D. 쌓인 상자 세기

✂ 닫는 10분 — 오려서 가족에게 전해 주세요

가족에게 전하는 오늘의 한마디

어르신 한마디 (오늘 가장 좋았던 것, 하고 싶은 말)

제공자 메모

이름 _____ ____월 ____일 문손케어

장보기 목록 외우기

이렇게 해요

장보기 목록을 소리 내어 두 번 읽고 외워 보세요. 다 외웠으면 종이를 접어 목록을 가립니다.

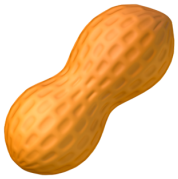
정월 대보름 장보기 목록



검은콩

나물
모둠

호두



땅콩

✂ 여기를 접어 위를 가린 뒤 아래를 풀어요

첫 글자를 보고 목록에 있던 것을 적어 보세요.

검○○ _____

땅○ _____

나○ 모○ _____

호○ _____

진행 목록을 가린 뒤 1~2분 다른 이야기를 나누고 떠올리게 하면 더 좋습니다. 다음 활동 '장보기 셈'에서 같은 목록을 씁니다.

정월 대보름 장보기 셈

이렇게 해요

가게에서 아래 물건을 사려고 해요. 값을 보고 물음에 답해 보세요.



검은콩 한 봉지

4,000원

나물 모둠

한 팩

7,000원

호두

한 봉지

8,000원

1. 모두 사면 얼마인가요?

_____ 원

2. 20,000원을 냈다면 거스름돈은 얼마인가요?

_____ 원

셈하는 칸

진행 값은 연습용입니다. 동전·지폐 모형을 쓰면 더 쉽습니다.

낱말 카드로 문장 만들기

이렇게 해요

흩어진 낱말 카드를 알맞은 차례로 놓아 문장을 만들고, 아래 줄에 적어 보세요.

1.

부럼을 | 대보름 아침 | 가족들이 | 깨물었어요

2.

소리를 | 땅콩과 | 호두가 딱 | 냈어요

3.

오곡밥과 | 나물을 | 점심에는 | 먹었어요

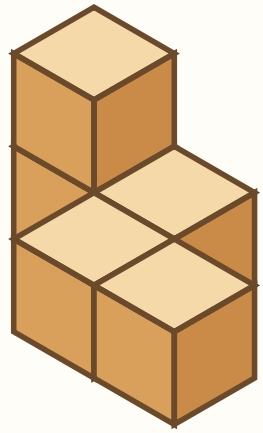
진행 카드를 오려서 손으로 옮겨 보게 하면 더 쉽습니다. 뜻이 통하면 차례가 조금 달라도 맞은 것으로 봅니다.

쌓인 상자 세기

이렇게 해요

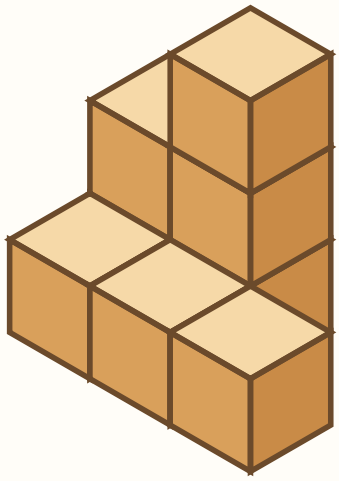
광에 상자를 쌓아 두었어요. 아래에 깔려 보이지 않는 상자까지 모두 세어 보세요.

1



상자는 모두 몇 개인가요? _____ **개**

2



상자는 모두 몇 개인가요? _____ **개**

위에 올린 상자 밑에는 받치는 상자가 있어요.

함께 이야기해요

짐을 차곡차곡 쌓던 기억이 있나요? 무엇이었나요?

진행 블록이나 각설탕, 빈 상자로 실제로 쌓아 보며 세면 쉽습니다. 한 줄씩(앞줄·뒷줄) 나누어 세게 합니다.

오늘은 ____ 월 ____ 일 ____ 요일

날씨


맑음


구름


비


눈

기분


좋아요


괜찮아요


그저 그래요


안 좋아요



이번 주 이야기 · 정월 대보름

오늘 할 일

- [ ] A. 나를 소개합니다
- [ ] B. 잘 듣고 손뼉 치기
- [ ] C. 정월 대보름 낱말 모으기
- [ ] D. 정월 대보름 이야기 나누기

✂ 닫는 10분 — 오려서 가족에게 전해 주세요

가족에게 전하는 오늘의 한마디

어르신 한마디 (오늘 가장 좋았던 것, 하고 싶은 말)

제공자 메모

이름 _____ ____월 ____일 문손케어

나를 소개합니다

이렇게 해요

작은 글씨 도움말을 보고 빈칸을 채워 보세요.

내 이름	이름을 또박또박 적어 보세요
태어난 곳	고향 마을 이름
좋아하는 계절	그 계절이 좋은 까닭
좋아하는 음식	누가 해 주던 음식인가요
지금 오신 곳	기관 이름
오늘 함께한 사람	선생님 이름

+ 대보름에 깨던 부럼은 무엇이었나요?

① 땅콩 ② 호두 ③ 밤

진행 적은 내용은 기관 안에서만 보관합니다. 가족 사진이 있으면 함께 보며 이야기합니다.

잘 듣고 손뼉 치기

이렇게 해요

선생님이 낱말을 하나씩 읽어 드립니다. 아래 낱말이 들릴 때만 약속한 동작을 해 보세요.

호두

이 낱말이 들리면
손뼉을 한 번 치세요

들은 횟수

보름달

이 낱말이 들리면
손을 번쩍 드세요

들은 횟수

✂ 여기부터 제공자용 — 접어서 어르신 쪽에서는 보이지 않게 해 주세요

제공자가 읽는 낱말 (2초 간격, 같은 빠르기로)

1 달맞이 2 보름달 3 더위팔기 4 달맞이 5 나물 6 고마움 7 더위팔기
8 귀밝이술 9 호두 10 튜브 11 나물 12 억새 13 튜브 14 억새 15 더위팔기
16 호두 17 고마움 18 호두 19 튜브 20 더위팔기 21 억새 22 나물 23 만국기
24 호두

진행 낱말 목록은 제공자만 봅니다(어르신 쪽에서는 접어서 가려 주세요). 틀려도 멈추지 말고 끝까지 읽습니다.

정월 대보름 낱말 모으기

이렇게 해요

첫 글자를 보고 '정월 대보름'과 어울리는 낱말을 완성해 보세요.

1. 오 ☐ ☐
2. 부 ☐
3. 나 ☐
4. 찰 ☐
5. 호 ☐
6. 달 ☐ ☐

+ 완성한 낱말 하나를 넣어 짧은 말을 만들어 보세요.

함께 이야기해요

고른 낱말 가운데 가장 정겨운 낱말은 무엇인가요?

정월 대보름 이야기 나누기

> **이렇게 해요**
> 물음을 함께 읽고 떠오르는 대로 이야기해 보세요. 정답은 없습니다.

1. 대보름에 깨던 부럼은 무엇이었나요?

(예: 땅콩, 호두)

---

2. 오곡밥에는 무엇이 들어갔나요?

(예: 찹쌀, 팥)

---

3. 쥐불놀이를 해 보셨나요?

(예: 해 봤다, 구경만 했다)

---

4. 달님께 빌었던 소원은?

(예: 가족 건강, 풍년)

진행 한 물음에 오래 머물러도 괜찮습니다. 맞고 틀림을 따지지 않고 "그때 기분은 어떠셨어요?"처럼 느낌을 여쭙습니다.

오늘은 ____ 월 ____ 일 ____ 요일

날씨


맑음


구름


비


눈

기분


좋아요


괜찮아요


그저 그래요


안 좋아요



이번 주 이야기 · 정월 대보름

오늘 할 일

- [ ] A. 우리 동네 길 찾기
- [ ] B. 노랫말 채우기 — 밀양 아리랑
- [ ] C. 약 상자 채우기
- [ ] D. 정월 대보름 — 그때와 지금

✂ 닫는 10분 — 오려서 가족에게 전해 주세요

가족에게 전하는 오늘의 한마디

어르신 한마디 (오늘 가장 좋았던 것, 하고 싶은 말)

제공자 메모

이름 _____ ____월 ____일 문손케어

우리 동네 길 찾기

이렇게 해요

지도에서 '우리 집'을 먼저 찾으세요. 물음에서 말하는 대로 길을 따라가면 무엇이 나오는지 답해 보세요.



위쪽 ↑ · 아래쪽 ↓ · 왼쪽 ← · 오른쪽 →

1. 우리 집에서 위쪽으로 3칸, 그다음 오른쪽으로 2칸 가면 무엇이 있나요?

_____

2. 우리 집에서 오른쪽으로 1칸, 그다음 위쪽으로 3칸 가면 무엇이 있나요?

_____

3. 우리 집에서 위쪽으로 1칸, 그다음 오른쪽으로 1칸 가면 무엇이 있나요?

_____

4. 우리 집에서 '약국'까지 가는 길을 지도에 손가락으로 따라가 본 뒤, 연필로 그려 보세요.

진행 물음을 천천히 읽어 드리고, 어르신 손가락이 지도 위에서 한 칸씩 움직이도록 함께 셉니다. 실제 동네 지도로 바꿔 해 봐도 좋습니다.

노랫말 채우기 — 밀양 아리랑

이렇게 해요

함께 노래를 불러 본 뒤, 빈칸에 들어갈 노랫말을 채워 보세요.

날 좀 보소 날 좀 보소 날 좀 보○

동○ 섣달 꽃 본 듯이 날 좀 보소

아리 아리랑 스리 스리랑 아라리가 났○

아리랑 고개로 날 넘겨주소

+ 노래를 함께 불러 보셨나요? ☐ 불렀다 ☐ 들었다

함께 이야기해요

기분이 좋을 때 흥얼거리시는 노래는?

진행 전래 민요는 지역마다 가사가 조금씩 다릅니다. 어르신이 아시는 가사가 다르면 그 가사를 정답으로 인정합니다.

약 상자 채우기

이렇게 해요

약속표를 보고 요일별 약 상자 칸에 표시를 그려 보세요. (연습용입니다. 실제 약은 처방대로 드세요)

● 혈압약: 날마다 아침 ▲ 소화제: 날마다 저녁

	월	화	수	목	금	토	일
아침							
점심							
저녁							

1. 약 상자에 표시를 모두 몇 개 그렸나요? _____

2. 수요일 저녁에 먹는 약은 무엇인가요? _____

함께 이야기해요

몸에 좋다고 즐겨 드시는 음식이 있나요?

진행 요일 줄을 손가락으로 따라가며 한 칸씩 표시하게 합니다. 실제 복약 지도는 하지 않습니다.

정월 대보름 — 그때와 지금

이렇게 해요

그때 모습을 읽고, 지금은 어떻게 하는지 적어 보세요.

그때(옛날)	지금(요즘)은 어떻게 하나요?
깡통에 불을 담아 쥐불놀이를 했어요	
나물을 가을부터 말려 두었어요	

안전 때문에 행사장에서만 해요 / 마트에서 나물 모둠을 사요

떠오르는 장면 그려 보기

이야기하며 떠오른 장면을 그려 보세요. 그리기 어려우시면 낱말로 적어도 됩니다.

진행 어르신이 겪은 그때 모습이 더 자세하면 그 이야기를 먼저 들어 주세요.

오늘은 ____ 월 ____ 일 ____ 요일

날씨


맑음


구름


비


눈

기분


좋아요


괜찮아요


그저 그래요


안 좋아요

이번 주 이야기 · 정월 대보름

오늘 할 일

- [ ] A. 이번 주 계획표
- [ ] B. 누가 무엇을 가져왔나
- [ ] C. 규칙대로 표시하기
- [ ] D. 점 이어 그림 완성

✂ 닫는 10분 — 오려서 가족에게 전해 주세요

가족에게 전하는 오늘의 한마디

어르신 한마디 (오늘 가장 좋았던 것, 하고 싶은 말)

제공자 메모

이름 _____ ____월 ____일 문손케어

이번 주 계획표

이렇게 해요

빈칸에 들어갈 일을 아래에서 골라 적고, 물음에 답해 보세요.

날짜	요일	이번 주 할 일 — 정월 대보름
2월 15일	월요일	곡식 씻기
2월 16일	화요일	_____
2월 17일	수요일	솥에 안치기
2월 18일	목요일	_____
2월 19일	금요일	뜸 들여 푸기

불 올려 짓기 **물에 불리기**

1. 오늘은 몇 월 며칠 무슨 요일인가요? 표에서 오늘 줄을 찾아 ○ 하세요.

2월 _____ 일 _____ 요일

2. '솥에 안치기'는 무슨 요일에 하나요?

_____ 요일

3. 내일은 무엇을 하나요?

진행 실제 달력과 나란히 놓고 오늘 날짜를 손가락으로 짚어 보게 합니다.

누가 무엇을 가져왔나

이렇게 해요

‘정월 대보름’을 위해 이웃들이 하나씩 가져왔어요. 잘 읽고 외운 뒤 접어서 가려 보세요.

정월 대보름 모임에 가져온 것

- 👦 손자 민수 → **호두**
- 👩 미숙 아주머니 → 🫘 **검은콩**
- 👵 순자 할머니 → 🌰 **밤**
- 👧 손녀 지영이 → **나물 모둠**

✂ 여기를 접어 위를 가린 뒤 아래를 풀어요

사람마다 가져온 것을 적어 보세요.

👵 **순자 할머니** _____

👧 **손녀 지영이** _____

👦 **손자 민수** _____

👩 **미숙 아주머니** _____

밤 · **나물 모둠** · **호두** · **검은콩**

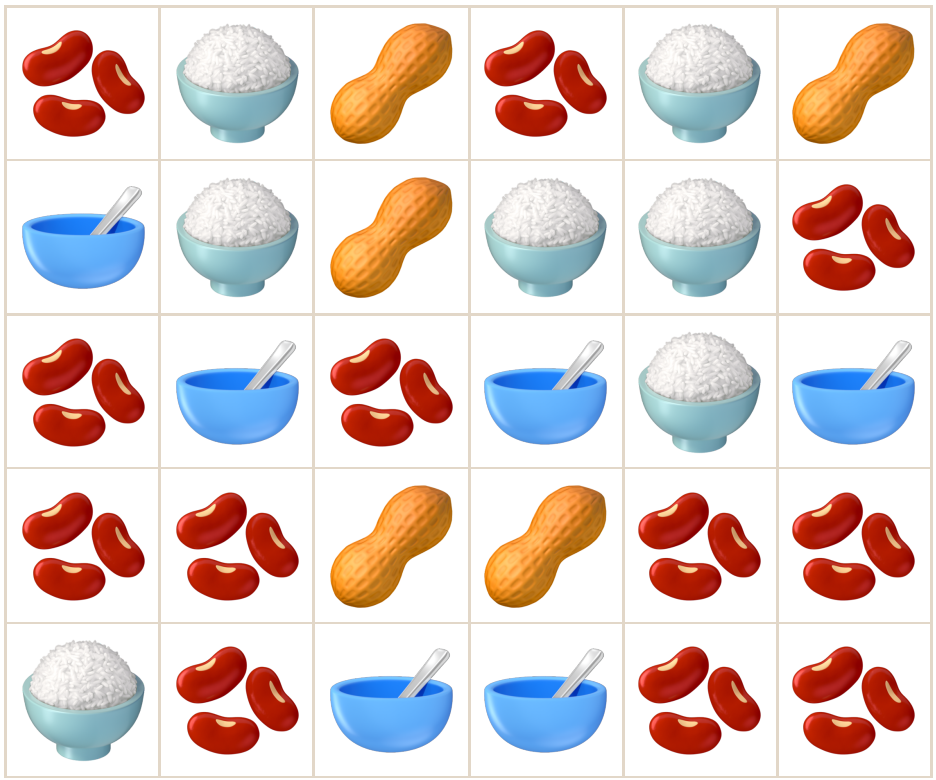
진행 사람 이름이 낯설면 “할머니”, “아저씨”처럼 부르기 쉬운 말로 바꿔 읽어도 됩니다.

규칙대로 표시하기

이렇게 해요

약속한 표시를 지키며 그림마다 표시해 보세요. 한 줄씩 왼쪽부터 살펴보면 쉬워요.

🥜 땅콩 → ○ 🥣 그릇 → △



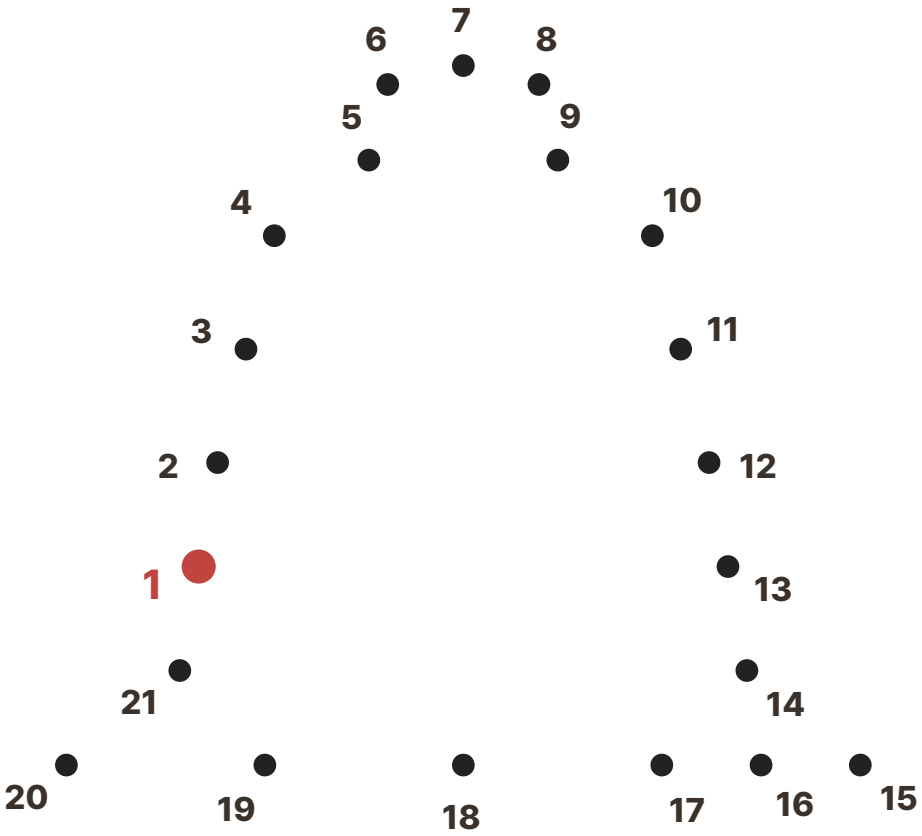
○ 땅콩	△ 그릇
( ) 개	( ) 개

진행 한 줄씩 손가락으로 짚어 가며 찾게 합니다. 표시를 바꿔 그려도 고치지 말고 다음 줄로 넘어갑니다.

점 이어 그림 완성

이렇게 해요

1번(빨간 점)부터 21번까지 차례로 이은 뒤, 마지막 점을 1번과 이어 보세요. 무엇이 나올까요?



힌트 · 땡땡 울리는 것

무엇이 나왔나요? _____ **다 그렸으면 색칠도 해 보세요.**

진행 다음 숫자를 소리 내어 말하며 찾게 합니다. 숫자를 찾기 어려우면 손가락으로 근처를 짚어 드립니다.

정답과 진행 메모

채점은 맞은 곳에 크게 동그라미를 그려 드립니다. 틀린 곳에 가위표(×)를 치지 않고, 함께 다시 해 본 뒤 고쳐 쓰신 답에 동그라미를 그려 드립니다.

1일째 A	기억 오곡밥 짓기 순서 떠올리기	3 / 1 / 4 / 2 (위에서부터)
1일째 B	살림 오곡밥 짓기 시간 셈	1. 1시, 2시, 3시, 3시 30분 / 2. 4시 30분
1일째 C	그리기 어느 그림의 한 부분일까	Ⓐ 땅콩(1번), Ⓑ 콩(3번), Ⓒ 밤(5번), Ⓓ 밥(2번)
1일째 D	이야기 내 인생 연표	정답이 없는 활동입니다. 다 채운 연표는 다음 달 이야기 나누기에 다시 써도 좋습니다.
2일째 A	기억 장보기 목록 외우기	검은콩, 나물 모둠, 호두, 땅콩
2일째 B	살림 정월 대보름 장보기 셈	1. 19,000원 / 2. 1,000원
2일째 C	말글 낱말 카드로 문장 만들기	1. 대보름 아침 가족들이 부럼을 깨물었어요 / 2. 땅콩과 호두가 딱 소리를 냈어요 / 3. 점심에는 오곡밥과 나물을 먹었어요
2일째 D	그리기 쌓인 상자 세기	1번 5개, 2번 8개
3일째 A	오늘 나를 소개합니다	정답이 없는 활동입니다. 이름·기관 이름·오늘 함께한 사람을 바르게 썼는지만 확인합니다.
3일째 B	집중 잘 듣고 손뼉 치기	'호두' 4번, '보름달' 1번
3일째 C	말글 정월 대보름 낱말 모으기	오곡밥, 부럼, 나물, 찰밥, 호두, 달맞이
3일째 D	이야기 정월 대보름 이야기 나누기	정답이 없는 활동입니다. 어르신이 하신 이야기 가운데 기억할 만한 것을 주간 진행 기록에 적어 두세요.
4일째 A	집중 우리 동네 길 찾기	1. 버스 정류장 / 2. 공원 / 3. 교회 / 4. 오른쪽으로 1칸, 그다음 위쪽으로 2칸
4일째 B	말글 노랫말 채우기 — 밀양 아리랑	보소, 동지, 났네
4일째 C	살림 약 상자 채우기	1. 14개 / 2. 소화제
4일째 D	이야기 정월 대보름 — 그때와 지금	깡통에 불을 담아 쥐불놀이를 했어요 → 안전 때문에 행사장에서만 해요 / 나물을 가을부터 말려 두었어요 → 마트에서 나물 모둠을 사요
5일째 A	오늘 이번 주 계획표	1. 2월 19일 금요일 / 2. 수요일 / 3. 이번 주 계획표에 없음 (주말)
5일째 B	기억 누가 무엇을 가져왔나	손자 민수: 호두 / 미숙 아주머니: 검은콩 / 순자 할머니: 밤 / 손녀 지영이: 나물 모둠

5일째 C	▲ 집중 규칙대로 표시하기	○ 땅콩 5개, △ 그릇 6개
5일째 D	★ 그리기 점 이어 그림 완성	종 (점 21개)

더 많은 활동지는 문손케어 블로그에서 받아 보세요

새 활동지를 주기적으로 올립니다. 네이버나 구글에서 이렇게 찾아보세요.

문손케어

네이버 구글 문손케어 블로그

- 기관·가정 어디서든 자유롭게 인쇄해 쓰세요. 판매·재배포는 삼가 주세요
- 써 보시고 좋았던 점, 고쳤으면 하는 점을 알려 주시면 다음 호에 반영합니다

문의 · 문손케어 son@moonsoncare.com

문손에듀는 문손케어의 인지활동 자료입니다. 인지활동 프로그램 운영을 돕는 학습 자료이며, 치료나 증상 개선을 보장하지 않습니다. 글꼴: Pretendard(SIL Open Font License 1.1) · 그림: Google Noto Emoji(SIL Open Font License 1.1).