

알록달록 예쁜 단풍

알록달록 예쁘게 단풍이 드는 시기가 왔습니다. 아이들의 눈에는 이 모습들이 무척 신기한 경험으로 다가올 것 같습니다. 이번 주말에는 아이들이 직접 단풍을 가까이서 보고 자연과 계절의 변화를 눈으로 느낄 수 있도록 해주세요.

나뭇잎을 손으로 만져보고, 가까이서 살펴볼 수 있도록 합니다. 가을이 왔음을 알리는 자연의 변화에 대해 이야기도 나누어 보세요.

알록달록 나뭇잎 색이 변한 것, 주변에 떨어진 솔방울, 얼굴에 닿는 차가운 바람... 산과 숲에서 볼 수 있는 동물 친구 다람쥐와 ‘안녕?’하고 인사를 나누어 보아도 좋을 것 같습니다.

떨어진 단풍잎을 주워가 가정에서 단풍잎과 나뭇가지, 솔방울 등을 이용한 미술 활동을 해보는 것도 우리 아이들이 가을과 자연에 대해 느끼고 이해를 하는데 도움이 될 것 같습니다. 울긋불긋 물든 저 앞들처럼 가을에 물들어 보는 한 주 되시길 바랍니다.



가을에 하면 좋은 야외활동

날씨도 좋고 기분도 좋은 가을입니다. 아이들과 함께 다양한 야외 활동을 통해 몸을 움직이고 새로운 경험을 해보기를 권해드립니다. 요즘 우리 아이들은 스마트 폰, TV 등에 너무 많이 노출되어 있는 것 같습니다. 이런 생활에서 벗어나 아이들과 함께 야외에서 할 수 있는 다양한 활동을 시작해보세요.

1. 캠핑하기

자연을 가까이에서 느낄 수 있는 기분 좋은 야외 활동은 바로 ‘캠핑’입니다. 아이들에게는 신선한 경험이 될 것입니다. 나무와 풀, 다양한 곤충과 동물을 눈으로 보고 바람을 온 몸으로 느낄 수 있습니다. 밤하늘을 올려다 보며 듣는 풀벌레 소리, 졸졸졸 흐르는 물소리와 새들이 지저귀는 소리를 들을 수도 있지요. 이렇듯 캠핑을 통한 자극들은 우뇌발달에 강한 영향을 줍니다.

2. 가을 축제 즐기기

단풍축제를 비롯한 역사축제, 코스모스 축제 등 각 지역에서 열리는 가을 축제에 참가해보세요. 울긋불긋 화려한 단풍축제를 즐기는 것도 좋지만, 새하얀 역사책 사이를 걸어보는 것도 좋을 것 같습니다. 각 지역의 먹거리 역시 빼놓을 수 없을 것 같네요. 가을 축제를 통해서 가을을 온몸으로 느껴보세요. 공휴일과 주말을 이용하여 가족들과 함께 행복한 시간을 만들어보면 좋을 것 같습니다. 함께해서 더 행복한 것이 아닐까요?

3. 가벼운 운동하기

아이들과 함께 할 수 있는 인라인 스케이트 타기, 자전거 타기, 공놀이 등을 즐겨봅시다. 아이들이 쉽고 재미있게 즐길 수 있는 운동을 통해서 신체를 발달시키고 뇌 기능도 향상 시킬 수 있습니다.