Think of
Good
Things



이야기 소개

이 이야기는 UN 지속가능발전목표 3번 '건강과 웰빙(Good Health and Well-being)'에 초점을 맞추고 있습니다. 사샤(Sasha)와 이만(Iman)은 주사를 맞기 위해 기다리고 있습니다. 그들은 마음 챙김을 통해 주사에 대한 두려움을 이기며 서로를 도와줍니다. 이 과정을 통해 마음 챙김을 하는 것이 도움이 되지만, 건강을 지키기 위해는 주사를 맞는 것도 중요하다는 것을 배우게 됩니다.

이 책을 읽는 팁

이 책에 나오는 단어에 대해

- 아이는 파닉스 실력을 이용해 이 책에 나오는 대부분의 단어를 읽을 수 있습니다. 새로운 단어를 만나면 소리를 하나씩 내어 읽고, 자연스럽게 이어 읽을 수 있도록 격려해 주세요.

- 다음 단어들은 자주 쓰이지만, 아이가 어려워할 수도 있습니다: **you her**
  책을 읽기 전에 아이와 함께 이 단어들을 읽어 보세요. 책을 읽다가 이 단어들이 나오면, 필요에 따라 부모님이 먼저 읽어 주셔도 괜찮습니다.

주제 단어

아이는 주제 단어를 어려워할 수 있습니다. 먼저 아이와 함께 단어의 소리를 하나씩 읽고 이어서 읽은 뒤, 단어의 뜻을 설명해 주세요.

mindful (m-igh-n-d-f-u-l):
좋은 생각을 하는 것
wellness (w-e-l-n-e-s):
몸과 마음이 건강한 상태

읽기 전에

- 앞표지를 보며 이렇게 말해 주세요: 여자아이들이 걱정하는 것처럼 보여요.

  질문: 왜 이런 기분일까요?
  이어서 jab는 주사기(바늘)로 맞는 예방접종을 뜻한다고 설명해 주세요.

- 제목을 함께 읽어 보세요.
  질문: 용기를 내야 할 때 어떤 좋은 생각을 하나요?

- 뒷표지의 질문을 함께 읽어 보세요.
  질문: Sasha는 무엇을 할 수 있을까요?

읽는 동안

- 아이가 책을 읽는 동안 그림을 함께 보며 이야기를 나누어 보세요.

- 아이가 책을 읽을 때는 단어의 소리를 왼쪽에서 오른쪽으로 하나씩 말하도록 격려해 주세요. 예를 들어 f-ee-l처럼 소리를 하나씩 읽고, 읽는 동안 해당 글자를 손가락으로 짚게 해 주세요. 그런 다음 소리를 자연스럽게 이어 feel라고 읽도록 해주세요.

- 6 페이지를 보며 질문해 보세요: Sasha는 Iman에게 무엇을 하라고 말했나요? 왜 그렇게 말했나요? (예: 숨을 내쉬라고 함, 메스꺼운 느낌이 들지 않도록 하기 위해)

  질문: Sasha는 이 방법을 누구에게서 배웠나요? (엄마)

- 12 페이지를 보며 질문해 보세요: Iman은 어떤 좋은 것들을 떠올렸나요?
  (나비와 꽃)

Think of Good Things

읽은 후

- 말해주기: 여자아이들은 자신에게 소중한 가족을 떠올리며 마음을 안정시켰어요.

  질문: 걱정되는 일이 있을 때 누가 도와줄 수 있나요?

- 말해주기: 대부분의 사람들은 무언가를 두려워하거나 긴장해요.

  질문: 언제 긴장했던 적이 있나요?
  (예: 새 학교에 처음 갔을 때, 치과에 갔을 때)

- 질문: 예방접종을 맞는 것이 왜 좋을까요?
  (예: 병에 걸리는 것을 예방할 수 있기 때문에)

- 16 페이지의 스토리맵에 있는 그림을 함께 살펴보세요. 그림을 활용해 아이가 자신의 말로 이야기를 다시 들려주도록 격려해 주세요.

[Think of Good Things]	
Wellness Room	Apron
Jabs	First-aid kit
Uniform	Jab
Scarf	Tie
Curly hair	Pot

Think of Good Things



Level 3 Fiction

Think of Good Things (좋은 것을 생각해요)

이야기 소개

이 이야기는 UN 지속가능발전목표 3번 '건강과 웰빙(Good Health and Well-being)'에 초점을 맞추고 있습니다. 사샤(Sasha)와 이만(Iman)은 주사를 맞기 위해 기다리고 있습니다. 그들은 마음을 집중하는 명상법(마인드풀니스)을 사용해 주사에 대한 두려움을 이기며 서로를 돕습니다. 이 과정을 통해 마인드풀니스가 도움이 되지만, 건강을 지키기 위해 주사를 맞는 것도 중요하다는 것을 배우게 됩니다.

☐ P2: 사샤는 주사를 맞기 위해 기다리고 있어요.

(건강 관리실)

☐ P3: 이만은 사샤와 함께 기다려요.

속이 안 좋아.

나도 속이 안 좋아.

☐ P4: 이만은 슬퍼해요.

사샤도 슬퍼해요.

☐ P5: 사샤는 엄마를 생각해요.

엄마는 그녀를 도울 만한 팁을 하나 알려주셨어요.

□ P6: 사샤는 이만에게 숨을 들이쉬고 내쉬라고 말합니다.

그러면 아프지 않을 거야.

□ P7: 이만도 팁을 하나 줬어요.

마음을 집중해.

좋은 것을 생각해.

□ P8: 사샤는 할머니와 할머니 음식 냄새를 생각해요.

□ P9: 사샤는 기분이 나아졌어요.

마음을 집중하는 것은 좋은 일이죠.

(건강 관리실)

□ P10: 사샤는 지금 들어가야 해요.

그녀는 자리에 앉아요.

그녀는 숨을 가쁘게 들이쉬고 내쉬었어요.

□ P11: 사샤는 할머니를 생각해요.

사샤는 찔리는 게 느껴지지만, 아프지는 않아요.

□ P12: 사샤는 이만을 봐요.

이만은 좋은 것을 생각해요.

□ P13: 아프지 않았어, 이만!

□ P14: 마음을 집중하는 것은 좋아요.

숨을 들이쉬고 내쉬면서 좋은 것을 생각하세요.

□ P15: 이제 우리는 아프지 않을 거예요.

주사를 맞았으니까요!

□ P16: 이야기를 다시 말해 보세요.