

# 4 징검다리

## 놀이 목표

- 징검다리를 이동하면서 균형감각을 기른다.
- 양발의 리듬감과 근력을 기른다.
- 상체와 하체의 전신 협응 능력을 기른다.
- 거리에 따른 힘의 조절 능력을 기른다.

## 준비물

- 원마커 18개(미끄러지지 않고 위치 확인이 쉬운 지름 35cm 원형 판)
- 콩주머니 유아 1명에 1개
- 상자 3개
- 출발선과 도착선을 표시할 수 있는 바닥 테이프

## 안전 수칙

- 징검다리과 징검다리의 간격을 충분하게 하여 서로 부딪치지 않게 한다.
- 원마커 대신 후프를 사용해도 되는데 이럴 경우는 후프를 밟지 않게 한다. 뛰면서 후프를 밟으면 발바닥이 아프거나 또는 미끄러져 넘어질 수 있다.
- 먼저 출발한 유아가 징검다리 2개를 지나간 다음 유아가 출발하게 한다.

## 유의 사항

- 너무 오랫동안 기다리지 않게 하려면 유아가 도전하고 싶은 징검다리에서 출발하여 실패하면 그 자리 또는 거리가 더 좁은 징검다리로 옮겨서 활동하게 한다.
- 다음 징검다리로 건너뛰기 전에 반드시 건너뛰고자 하는 징검다리를 쳐다보게 한다.
- 팔을 앞과 뒤로 흔들면서 뛰게 한다.
- 두발 모아뛰기를 할 때는 무릎을 구부렸다가 높이 뛰고 바닥에 내려올 때도 무릎을 구부리면서 착지하게 한다.



# 4 징검다리



## ● 놀이 확장

### 1단계

- 징검다리를 걸어서 건너는 거리로 만들어 준다.
- 점차적으로 징검다리의 간격을 50cm 또는 그 이하로 한다.
- 활동 1 : 징검다리에서 두 발로 공주머니를 잡는다.

### 2단계

- 징검다리 간격을 점점 넓게 한다.
- 징검다리를 지그재그로 놓는다.
- 놀이 1 : 징검다리에서 한 발로 중심을 잡고 공주머니를 잡는다.
- 놀이 2 : 여러 가지 방법으로 징검다리를 건너게 한다.

## ● 놀이 평가

- 징검다리를 벗어나지 않으면서 이동하는가?
- 몸의 중심을 잘 잡으면서 공주머니를 잡는가?
- 징검다리를 건너뛰면서 몸의 리듬감이 있는가?
- 팔을 사용하여 건너뛰기를 하는가?
- 무릎 구부리기를 할 수 있는가?

## ● 놀이 방법

1. 출발선에서 50cm 간격으로 6개의 징검다리(원마커)를 직선으로 놓고 반대편에는 도착선을 그린다.
2. 50cm 징검다리에서 1.5m 떨어진 지점에 같은 모양으로 징검다리 간격이 70cm인 징검다리를 만든다.
3. 70cm 징검다리에서 1.5m 떨어진 지점에 같은 모양으로 징검다리 간격이 100cm인 징검다리를 합쳐 총 3개의 징검다리를 만든다.
4. 처음에 유아들은 50cm 징검다리 출발선에서 1명씩 출발하여 건너편에 도착하면 다음 징검다리에 도전한다.
5. 발이 징검다리(원마커)에서 벗어나면 출발선에서 다시 출발하게 한다.
6. 100cm 징검다리도 잘 건너 유아는 자신이 원하는 징검다리를 건너게 한다.

## 놀이 1 : 물건 옮기기

- 2번째 징검다리(원마커) 주변(유아들의 팔이 닿는 거리)에 공주머니를 흩어놓는다.
- 유아들은 발이 징검다리를 벗어나지 않으면서 손으로 공주머니 1개를 주워 건너편으로 이동하여 상자에 담는다.
- 유아들은 징검다리를 한 발로 건너뛰기 또는 두발 모아 뛰기로 건넌다.

## 놀이 2 : 여러 가지 방법으로 징검다리 건너기

- 한 발로 건너뛰기를 하면서 징검다리를 건넌다.
- 두발 모아 뛰기로 징검다리를 건넌다.
- 두 발을 모아 옆으로 뛰면서 징검다리를 건넌다. 이때 징검다리 간격을 좁힌다.
- 뒤로 걸어가면서 징검다리를 건넌다. 이때 징검다리 간격을 최대한 좁힌다.