


학습 지도안(중급)

1. 학습단원: 정월 대보름
2. 학습목표: 정월대보름의 의미를 알고 가족과 친지들이 함께 하는 우리의 고유 명절임을 인지 한다.
3. 학습평가: 학습 참여도 위주로 평가 하며, 학생 참여를 적극적으로 하도록 유도한다.
4. 교수 및 학습 과정

과정	교수·학습 활동	시간	준비물과 유의점
도입	보름달을 보여주고 달과 관련된 명절에 대한 설명 추석, 설과 함께 가장 중요한 3대 명절 중의 하나임을 소개	5분	애니메이션 시청 영상자료
전개	1. 정월대보름의 날짜와 정월의 뜻 설명 <ul style="list-style-type: none"> ➢ 음력 1 월을 정월이라 부름 ➢ 음력 15 일은 보름달이 뜨는 보름이고, 제일 큰달이 1 월과 8 월이다, 그중 1 년 중 첫번째 뜨는 보름달이면서 크기 때문에 대보름이라 부름 	10 분	1. 이미지와 용어 습득 위 한 사진 또는 영상자 료 준비 2. 오곡밥 준비 3. 부럼 준비 4. (참고 서적) 내 더위 사려! 글 박수현, 그림 권문희, 채익는곰 
	2. 정월 대보름의 유래 알아 보기 <ul style="list-style-type: none"> ➢ 농경을 기본으로 하였던 고대사회로부터 풍년을 기원하는 의미에서 유래 ➢ 동국 세시기 기록-488 년 신라 정월대보름에 제사를 지냈다는 역사적 기록이 있다. 	10 분	
	3. 정월 대보름 하는 일 알아 보기 오곡밥먹기, 부럼깨기, 달맞이, 더위 팔기	5 분	
	4. 정월 대보름 놀이 소개 <ul style="list-style-type: none"> ➢ 액막이 연날리기 - 액운을 멀리 보내는 연을 띄움 ➢ 다리 밟기 - 땅에 놓인 다리를 밟기 ➢ 지신 밟기 	15 분	
	5. 정월 대보름 음식 <ul style="list-style-type: none"> ➢ 부럼: 밤 잣 호두 등의 견과류 먹기(부스럼 방지) ➢ 오곡밥: 쌀 보리, 조, 수수등 다섯가지 이상 곡물로 지은 밥 ➢ 약밥: 신라 소지왕 때 먹기 시작 	5 분	
정리	정월 대보름 이름과 의미 그리고 특별한 음식과 활동 등 특징을 정리해 준다	5분	

교사용 지도 자료

- 정월 대보름-음력 1 월을 정월이라 부르고,음력 15 일은 보름달이 뜨는 보름이고, 제일 큰달이 1 월과 8 월이다. 그중 1 년 중 첫번째 뜨는 보름달이면서 크기 때문에 대보름이라 불렀다. 사실 정월 대보름에 뜨는 보름달이 가장 크려면, 그 때, 보름달이 지구에서 가장 가까워야 한다. 그러나 정월 대보름에 뜨는 보름달이 지구에서 가장 가까울 때도 있지만, 가장 멀 때도 있다. 대(大)를 큰,만이의 의미로 새해 첫 보름달로써 농사의 시작일을 의미하는 날로 볼 수 있겠다.1 년에 맨 처음 맞는 보름달은 풍요로움의 상징이었다. 한국에서는 대보름을 설과 같은 중요한 명절로 여겼다.
 - 하는 일-지방마다 차이가 있다. 보통 마을 제사와 부럼,오곡밥 ,묵은 나물,약밥을 먹고 달맞이를 간다
 1. 마을 제사- 대개 대보름날 자정을 전후로 마을의 평안을 비는 제사를 지냈다
 2. 오곡밥-쌀, 보리, 조, 수수, 팥 등의 다섯 가지 이상의 곡물을 섞어 밥을 지어 먹었다
 3. 묵은 나물 먹기-고사리·버섯·오이·고지·호박고지·가지·깍질·무시래기 등 햇볕에 말린 묵은 나물을 물에 잘 씻어서 먹으면 여름에 더위를 먹지 않고 건강하게 지낸다고 한다.
 - 1. 부럼깨기-아침 일찍 부럼이라고 하는 껍질이 단단한 견과류를 깨물어서 마당에 버리는데, 이렇게 하면 1 년 내내 부스럼이 생기지 않는다고 한다.
 - 2. 귀밝이술-이른 아침에 청주를 데우지 않고 마시면 귀가 밝아지고 귓병이 생기지않고 1 년동안 좋은 소식을 듣는다고 한다
 - 3. 더위팔기-보름날 해뜨기 전 다른 사람에게 더위를 파는 풍습
 - 4. 달맞이-밤에는 뒷동산에 올라가 달맞이를 하며 소원 성취를 빌고 1 년 농사를 점치기도 하였다. 즉 달빛이 희면 많은 비가 내리고 붉으면 가뭄이 들며, 달빛이 진하면 풍년이 오고 흐리면 흉년이 든다고 하였다.
- 정월 대보름에 하는 놀이
 1. 연날리기 - 대보름 날에는 겨울 내내 띄우던 연을 날려보낸다. 대보름 이후로는 연날리기를 하지 않고, 대보름 이후에 연을 날리면 '고리백정 (또는 백정)'이라 불렀다. 액운을 멀리 보낸다는 뜻으로 연을 띄움
 2. 쥐불놀이 - 대보름 밤에 쥐불을 놓아 벌레를 없앤다.
 3. 햇불싸움 - 두 마을이 다리를 사이에 두고 서로 햇불을 들고 싸운다.
 4. 널뛰기 - 정월대보름 밤에 널뛰기를 한다.
 5. 사자희 - 머리에 사자 가면을 쓰고 농악을 울리고 집집마다 다니면서 춤추며 논다.
 6. 다리 밟기- 땅에 놓인 다리를 밟으면 다리가 튼튼해 진다고 믿는다.
 7. 지신 밟기 - 영남지방 문화. 농민들이 행렬을 이루어 집을 찾아가는 문화
 8. 달집태우기 - 달집을 만들어 달이 떠오를 때에 태우면서 풍년을 빈다.

- 정월 대보름 음식과 관련된 전통-대보름날에는 세 집 이상 성이 다른 집 밥을 먹어야 그 해의 운이 좋다고 하였다. 그래서 하루 세번 먹는 밥을 이 날은 아홉 번 먹어야 좋다고 믿음.
1. 부럼 - 정월 보름날 새벽에는 부스럼이 생기지 말라는 의미에서 밤·잣·호두 등 단단한 견과류의 부럼을 먹는다. 이때 부럼(주로 밤의 껍질을 직접 깨물어 먹음).
 2. 오곡밥 - 쌀, 보리, 조, 수수, 팥 등의 다섯 가지 이상의 곡물을 섞어 지은 오곡밥을 먹음.
 3. 묵은 나물 먹기(진채식) - 무, 오이, 호박, 박, 가지, 버섯, 고사리 등을 말려둔 것을 먹는다. 여러 집에서 아홉 가지 나물을 아홉 번, 또는 열 가지 나물을 먹기도 함.
 4. 약밥 - 물에 불린 찹쌀을 시루에 찐 뒤 꿀이나 설탕·참기름·대추 등을 찌서 거른 것을 섞고, 다시 진간장·밤·대추·계피·곶감·잣 등을 넣어 시루에 찐 밥을 말함.
 5. 귀밝이술 - 보름날 새벽에 데우지 않은 찬 술을 남녀구별 없이 조금씩 마심.



오곡밥과 묵은 나물



부럼



쥐불놀이



달맞이와 달집 태우기

