# 해설 시나리오

## 1. 프로그램 진행개요

| | | | |
|---|---|---|---|
| 프로그램명 | *숲속의 자연치유사* | 해 설 사 | *박 인 숙* |
| 해 설 주 제 | *숲속친구들이 숲속의 자연치유사임을 알게되어 몸과 마음이 더욱 풍요롭고 배려하는 생활을 만들어간다.* | | |
| 대상 및 인원 | *일반인 남녀 20명* | 소 요 시 간 | *20분* |

## 2. 세부 시나리오

안녕하세요? 여러분 만나서 반갑습니다.
내장산국립공원 자연환경해설사 박인숙입니다.
여러분들과 함께할 주제는 “숲속의 자연치유사”입니다.
숲속의 자연치유사는 누구일까요? 매우궁금하시죠
첫번째 자연치유사 나무를 만나보겠습니다. 모두 손을 쭉펴서 앞에 펼쳐져있는 자연풍경을 그려보겠습니다. 우리가 지금 어디에 있나요? 네, 맞습니다.나무들이 빽빽이 들어서있는 숲속에 있죠 , 혹시 지금 기분이 안좋은분 있나요? 네,없으시죠. 바로 숲속에 들어서 있는 나무들이 뿜어내주는 피톤치드와 상쾌한 공기가 우리가 숨을 쉴 때 우리의 몸속으로 들어와 우리의 기분을 좋아지게 하고 있습니다.
두 번째 숲속의 자연치유사 야생화를 만나보겠습니다.
봄,여름,가을,겨울에 피는 야생화를 지금 한번에 볼 수 없어 사진으로 담아왔습니다.
지금 나누어준 야생화 사진 반쪽을 받으신분은 나머지 반쪽을 찾아 짝궁이 되겠습니다. 짝궁과 가위 바위 보를 하여 진사람은 이긴사람 뒤로가서 어깨를 잡고 기차줄을 만들어 주시면 됩니다. 이긴사람들은 계속 가위 바위 보를 하여 기차줄을 만들어 주세요. 맨일등과 꼴등은 저의 손을 잡아주세요.
그리고 동그란원을 만들어 주세요.
야생화를 사진으로나마 만나보니 느낌이 어떠나요? 역시 기분이 좋죠
그러면, 세 번째 숲속의 자연치유사 햇빛을 만나보겠습니다.
양손을 높이 올려 하늘을 보세요. 눈이 부시죠, 옆에 서있는 나무들도 햇빛을 받아 광합성 작용을 하여 영양분을 만들고 있습니다. 우리도 나무들처럼 햇빛을 받으며 비타민D를 공급받고 있습니다. 비타민D는 우리의 뼈를 튼튼하게 하며 우리의 감정조절을 좋게하여 기분을 좋게하는 최고의 자연치유사입니다.
만약에 햇빛이 없다면 어떻게 될까요?
네,맞습니다. 모든 생명들이 사라지겠죠 , 하지만 좋다고 너무 많이 쬐면 피부가 상합니다. 손을 내려주세요, 팔이 많이 아프시나요?
네 운동을 하셔야 겠습니다. 왼쪽으로 걷기운동을 하겠습니다. 하나,둘,하나,둘
우리가 생활하고 있는곳은 시멘트건물과 아스팔트길로 포장되어 있습니다.

이렇게 생명을 키우는 어머니의 품같은 흙내음을 맡으며 햇빛과 나무와 야생화를 만나면서 숲속을 걷는 것은 어려운일이 아닙니다. 우리가 조금만 관심을 가지면 언제든지 만날 수 있습니다. 언제나 만날 수 있는 숲속의 자연치유사들은 우리의 감정을 좋게 만들어주는 특별한 능력을 가지고 있습니다. 숲속의 자연치유사들을 만나고 여러분들의 마음이 더욱 풍요로워지고 서로를 아껴주었으면 합니다.
이것으로 “숲속의 자연치유사”를 만나보았습니다. 감사합니다.

❑ 참고문헌

≪2006 그룹스터디 발표 자료집 3 ≫ p43, 44 ~ 47 (내장산국립공원 백암사무소)