

춤

추

는

영

덕

# 치원원 네이/네

## 영덕문화관광재단 인사말

어느덧 2023년 계묘년(癸卯年)의 마지막 달이 되었습니다. 올해 마지막까지 귀 기관과 가정에 평안과 발전을 기원합니다.

올 한 해동안 영덕군에서는 한국문화예술교육진흥원에서 주관하는 생애주기별 문화예술교육을 실시하였습니다.

어린이, 청소년, 청년, 중장년, 노년에 걸친 생애주기별 접근을 통해 지역내 문화예술교육 활성화와 세대간 공감대를 형성하여 예술로 지역활력을 목표로 하여, 신나게 뛰어놀아야 할 어린이에게는 치어리딩을 통해 운동과 음악 리듬감을 익히며 친구들과의 유대감과 공동체 형성의 아름다움을 느끼도록 하였으며, 인구소멸 도시에 중요한 자산이며 세대간 허리역할을 하는 청년에게는 마음사전 만들기를 통해 세대간의 소통과 교류의 역할을 형성하고자 하였습니다. 어린이들이 치어리딩을 하는 동안 함께 온 엄마들을 중심으로 중장년을 대상으로 우리 청소년과의 교감과 청소년의 마음을 더욱 깊이 이해할 수 있도록 K-POP 커버댄스를 배우는 중년돌 프로그램을 진행하였습니다. 노년을 대상으로는 트로트 음악에 맞추어 발레를 진행 하였습니다. 어렵게만 느껴졌고, 멀게만 느껴진 발레라는 장르가 우리에게 친숙한 트로트와 만나 노년층에게 굉장히 뜻깊은 시간을 만들어 주고자 하였습니다.

2024년에도 다양한 프로그램을 통해 예술이 꽃피는 영덕이 되길 바라며 결과자료집에 녹아든 지난 6개월의 기록이 아름다운 추억으로 남으며 많은 분들에게 소개되었으면 좋겠습니다.

# 춤추는 영덕: 치얼업 베이비



- 목표** | 아동의 신체 및 문화감수성 발달, 개인적·사회적 관계에서의 본인 인지
- 기간** | 2023. 7. 17.(월) ~ 2023. 11. 30.(목) 매주 토요일 10:00 ~ 13:00(3시간)
- 대상** | 아동·청소년(초등학생 30명)

### 프로그램 내용

영덕군 거주 초등학생에게 음악과 무용의 융합 장르인 치얼리딩을 알려주며 다양한 움직임과 예술 경험

### 프로그램 주요 특징

- 음악과 함께하는 움직임을 통하여 초등학생의 성장에 도움
- 초등학교 시절 무용 교육을 통하여 문화수용력과 공감 능력 상승
- 움직임을 통한 감정표현 능력 향상 및 신체 능력 향상
- 오감을 사용하는 교육으로 아동들의 공감각적 능력 발달

### 단계별 교육 방법 및 효과

- 1단계** 아이스브레이킹(친해지기) 및 치얼리딩에 다가가기 → 새로운 것에 대한 두려움 극복, 호기심 유발
- 2단계** 치얼리딩의 기본 교육 → 치얼리딩의 기본 교육을 통하여 문화예술교육 진행
- 3단계** 심화 교육 → 치얼리딩에 대한 심화 교육을 통한 양질의 문화예술교육 제공

## 수업 내용

회차	내용	일시
1	워밍업 및 기초 리듬 학습을 통한 아이스브레이킹 : 기본 박 이론 공부, 영상·게임을 통해 알아보기	2023.07.22. (토) 10:00~13:00
2	치얼리딩에 대해 알아보기 : 치얼리딩 단어의 어원과 치얼리딩에서 사용하는 용어 배우기	2023.07.29. (토) 10:00~13:00
3	치얼리딩 기본 동작에 대해 배우기 : 치얼리딩 기본 동작의 이름과 뜻을 배우고 직접 움직여보기	2023.08.05. (토) 10:00~13:00
4	동작의 재구성 : 배운 기본 동작을 활용하여 팀을 구성하여 순서를 재조합하여 구성하기	2023.08.12. (토) 10:00~13:00
5	응용 동작에 대해 배우기 : 연속 동작과 단체 동작의 이름과 뜻을 배우고 직접 움직이며 배우기	2023.08.19. (토) 10:00~13:00
6	응용 동작의 재구성 : 기본 동작 재구성을 바탕으로 응용 동작을 순서에 삽입하여 재구성하기	2023.08.26. (토) 10:00~13:00
7	팝팝! 만들기 : 팝을 사용하는 이유와 이름의 유래에 대해 알아보기, 우리 팀의 팀명과 대표색을 선정하고 사용할 팝을 직접 만들어보기	2023.09.02. (일) 10:00~13:00
8	모방과 재창조 : 기존의 치얼리딩을 따라하기, 지금까지 배운 순서를 바탕으로 재창작 해보기	2023.09.09. (토) 10:00~13:00
9	팔을 움직여봐 : 팔의 움직임을 배워보고 기본 동작에 손동작까지 추가하여 디테일한 움직임 익히기	2023.09.16. (토) 10:00~13:00
10	우리만의 춤 구성 및 변형하기 : 곡의 가사나 리듬에 맞는 안무를 구성하고 만들어보며, 기존의 안무를 참고하여 변형 해보기	2023.09.17. (일) 10:00~13:00
11	나의 치얼리딩 복 만들기 : 치얼리딩 기본 동작의 이름과 뜻을 배우고 직접 움직이며 배우기	2023.10.07. (토) 10:00~13:00
12	치얼리딩 모방과 재구성 : 영상을 틀어놓고 기존의 치얼리딩을 따라해보고 이때까지 배운 치얼리딩 순서를 바탕으로 우리만의 순서로 재구성해보기	2023.10.14. (토) 10:00~13:00
13	팔을 움직여봐 : 팔의 움직임을 배워보고 만든 팝을 사용하여 기본 동작에 손동작까지 추가하여 디테일한 움직임 익히기	2023.10.21. (토) 10:00~13:00
14	직접 안무를 창작해보기 : 곡의 가사나 리듬에 맞는 안무를 구성하고 만들어보며, 기존의 안무를 참고하여 변형 해보기	2023.10.28. (토) 10:00~13:00
15	로코모션을 통해 더 다양한 움직임 만들기 : 이동 동선을 직접 구상하고 움직여보기	2023.11.04. (토) 10:00~13:00
16	로코모션을 통해 더 다양한 움직임 만들기 : 이동 동선을 직접 구상하고 움직여보기	2023.11.11. (토) 10:00~13:00
17	우리도 유튜브 크리에이터 - 촬영 : '우리들의 치얼리딩 하루' 다큐멘터리 제작, 각자 핸드폰으로 두 곡 로코 모션을 연습, 휴식, 수업 전후 등 모든 시간을 촬영하며 크리에이터의 삶을 경험하기	2023.11.18. (토) 10:00~13:00
18	우리도 유튜브 크리에이터 - 편집 및 감상 : 영상을 밴드에 공유하고 함께 감상하며 감상평 나누기	2023.11.19. (일) 10:00~13:00
19	디테일을 찾아봐 : 세심하게 신경써야 할 동작 체크, 최종 연습 및 디테일 합 맞추기	2023.11.24. (금) 10:00~13:00
20	발표회 리허설 후 발표회 진행	2023.11.25. (토) 10:00~13:00

## 참여자 소감

### 이예승

토요일이 엄청 기다려졌다. 우리에게 설렘을 주는 시간이었다. 다음에도 또 참여하고 싶다.

### 양아정

저는 춤을 잘 추지 못해서 춤에 대해 꼭 배워보고 싶었는데 영덕에서는 배울 곳이 없었어요. 그때 엄마가 '치얼업 베이비'를 신청해서 보내주셨는데 토요일마다 예주로 가는 시간이 너무 즐거웠어요. 선생님들 너무 잘 가르쳐 주셔서 고맙습니다.

### 양준혁

저는 '치얼업 베이비' 수업을 하면서 너무 재밌고 즐거웠어요. 아이돌이 되고 싶다는 꿈을 꾸기도 했어요. 내년에도 열심히 배워서 공연에 꼭 참여하고 싶어요. 예쁜 선생님들도 너무 좋아요. 고맙습니다.

### 김라임/김연두

한 해 동안 매주 토요일을 기다리면서 오늘은 어떤 것을 배우게 될까하며 우리는 설레었다. 매번 유튜브를 보거나 TV속에서 좋아하는 아이돌의 안무를 따라해보고 말았는데 '치얼업 베이비'라는 프로그램을 통해서 훌륭한 선생님들께 동작 하나하나 배우며 동작의 완성도도 높아지는 것을 느꼈다. 그래서 우리는 어디에서든 자신감 있게 배운 안무를 보여주며 자신감과 자존감이 높아지는 계기가 된 것 같다. 프로그램의 목적과 취지를 향해가며 춤을 배워야하는 것은 맞지만 그 외 다양한 지역의 친구들이나 선생님들과 어울리며 활동하고 맛있는 것도 먹어서 좋았다.

### 최예나

춤을 좋아하지만 시골에서 배울 곳도 없는데 이런 기회가 있어서 좋아요. 예쁜 무대의상 입고 무대에 올라가는 것 또한 큰 배움과 소중한 경험이 된 것 같아요. 매번 맛있는 간식 주셔서 감사합니다.

### 이나운

나는 다른 초등학교 친구들과 사귀었다는 것이 너무 좋았다. 여기서는 친구들과의 만남은 학교 외에는 큰 변화가 없이 지냈는데 타학교 학생들과 만나서 너무 행복했다. 특히 간식을 먹으며 이야기하고 뛰어놀아서 좋았다.

### 이하준

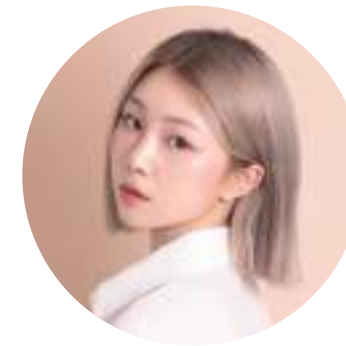
누나가 참여해서 같이 참여하게 되었다. 점점 자신감을 얻게 되었고 어느새 학교에서 발표를 할 수 있는 자신감도 생겼다. 이 프로그램 덕분에인 것 같다. 감사합니다.

### 황예담

모든 과정이 너무 즐겁고 재미있었다. 춤추고 공연하는 게 즐겁고 준비하는 게 특히 재밌었다. 선생님들과 꼭 또 만나고 싶다.

## 강사 소감

### 주강사 한수지 선생님



### 보조강사 최윤우 선생님



몇 개월 간의 '치얼업 베이비'를 하면서 '춤추는 것' 외에 아이들과 많은 것을 공유하며 저희도 아이들도 함께 성장한 시간이지 않았나 싶습니다. 주말 동안 놀고 싶었을 텐데도 매주 토요일마다 오는 아이들의 열정에 다시 한 번 박수 쳐주며 대단하다고 이야기 해주고 싶습니다. 길다면 길고 짧다면 짧은 기간 동안 저희와 함께 노력해준 아이들에게 정말 고맙고, 아이들의 열정에 열심히 뒷받침 되어주신 부모님들의 노력에도 너무 감사드립니다.



# 첫만남

:움직임의 기초 배우기



# 치어리딩에 대해 알아보기





# 치어리딩

:기본 동작에 대해 배우기





# 동작의 재구성





## 응용 동작에 대해 배우기





# 응용 동작의 재구성





# 팜팜팜! 만들기



# 모방과 재창조





팔을 움직여봐





# 우리만의 안무로 만들어보기









# 치어리딩을 알아보고 바꿔보기





팜과 함께!



# 디테일을 맞춰보기





# 우리만의 작은 파티







# 동선을 만들어보기



# 동선을 통해 이동 동작 익히기





# 우리도 크리에이터!

: 촬영



# 우리만의 작품 만들기





디테일에 합을 더하자







우리 모두 흔들어볼까?

































# 쉴쉴쉴 베이비

영덕문화관광센터





꿈다락 문화예술학교

춤

극

2023 생애주기별  
문화예술교육 지원사업  
꿈다락 문화예술학교

추

춤추는 영덕

마

임

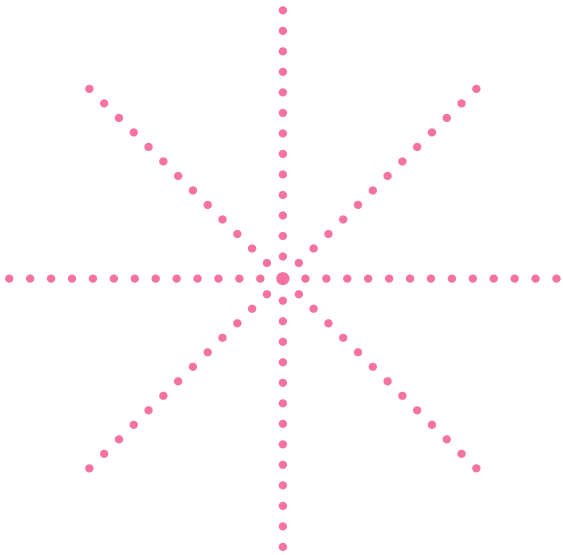
주최  문화체육관광부

주관  한국문화예술교육진흥원

운영  영덕문화재단







## 인사말

어느덧 2023년 계묘년(癸卯年)의 마지막 달이 되었습니다. 올해 마지막까지 귀 기관과 가정에 평안과 발전을 기원합니다.

올 한 해 동안 영덕군에서는 한국문화예술교육진흥원에서 주관하는 생애주기별 문화예술교육을 실시하였습니다.

어린이, 청소년, 청년, 중장년, 노년에 걸친 생애주기별 접근을 통해 지역 내 문화예술교육 활성화와 세대 간 공감대를 형성하여 예술로 지역 활력을 목표로 하여, 신나게 뛰어놀아야 할 어린이에게는 치어리딩을 통해 운동과 음악 리듬감을 익히며 친구들과의 유대감과 공동체 형성의 아름다움을 느끼도록 하였으며, 인구소멸 도시에 중요한 자산이며 세대 간 허리 역할을 하는 청년에게는 마음사전 만들기를 통해 세대 간 소통과 교류의 역할을 형성하고자 하였습니다. 어린이들이 치어리딩을 하는 동안 함께 온 엄마들을 중심으로 중장년을 대상으로 우리 청소년과의 교감과 청소년의 마음을 더욱 깊이 이해할 수 있도록 K-POP 커버댄스를 배우는 중년돌 프로그램을 진행하였습니다. 노년을 대상으로는 트로트 음악에 맞추어 발레를 진행하였습니다. 어렵게만 느껴졌고, 멀게만 느껴진 발레라는 장르가 우리에게 친숙한 트로트와 만나 노년층에게 굉장히 뜻깊은 시간을 만들어 주고자 하였습니다.

2024년에도 다양한 프로그램을 통해 예술이 꽃피는 영덕이 되길 바라며 결과자료집에 녹아든 지난 6개월의 기록이 아름다운 추억으로 남으며 많은 분들에게 소개되었으면 좋겠습니다.

# 춤추는 마음

- 목표** 건강한 문화예술교육 생태계 구축을 위한 매개자 육성,  
영덕 전 교급 학생들에게 문화예술교육 프로그램 보급
- 기간** 2023.07.17.(월)~2023.11.30.(목) 매주 수요일 18:00~21:00
- 대상** 청년(초·중·고 교사 20명)
- 내용** **마음 사전 만들기**  
다양한 감정들에 대한 문화예술교육을 매개로 표현할 수 있는  
프로그램 개발 · 연구를 통해 문화예술교육 교안 ‘마음 사전’ 제작
- 춤추는 마음, 제작을 통한 문화예술교육 프로그램 개발 및 확산**  
프로그램 대상자의 삶과 이야기를 동화로 제작, 동화 삽화 제작,  
스토리텔링을 기반으로 하는 나만의 움직임 창작, 이미지로 표상화하는 과정으로 진행  
예술인 x 교사들의 공동 연구를 통한 문화예술교육 프로그램 도출 후 교수 방법 개발 진행





# 수업내용

회차	내용	일시
1, 2	나와 우리를 알아가는 시간	2023.08.02. (수), 2023. 08. 03. (목) 18:00~21:00
3	희로애락의 시간	2023.08.09. (수) 18:00~21:00
4	불편한 감정	2023.08.10. (목) 18:00~21:00
5	불편한 감정을 소리로 표현하기	2023.08.16. (수) 18:00~21:00
6	설레는 마음	2023.08.23. (목) 18:00~21:00
7	설렘과 춤	2023.08.30. (수) 18:00~21:00
8	신나는 감정	2023.09.06. (수) 18:00~21:00
9	응원의 춤	2023.09.13. (수) 18:00~21:00
10	초조한 감정, 걱정하는 감정	2023.09.20. (수) 18:00~21:00
11	위로의 춤	2023.09.27. (수) 18:00~21:00
12	라바노테이션	2023.10.04. (수) 18:00~21:00
13	따로 또 같이 '캐논과 론도'	2023.10.11. (수) 18:00~21:00
14	거울과 그림자 움직임 놀이 연구	2023.10.18. (수) 18:00~21:00
15	움직임의 해체, 재해석, 재구성	2023.10.25. (수) 18:00~21:00
16	빛의 춤	2023.11.01. (수) 18:00~21:00
17	비디오 댄스	2023.11.08. (수) 18:00~21:00
18	춤추는 마음, 마음 사전에 담아내기	2023.11.15. (수) 18:00~21:00
19	춤추는 마음 콘서트	2023.11.22. (수) 18:00~21:00
20	지속 가능한 문화예술교육을 위한 영덕	2023.11.29. (수) 18:00~21:00

## 강사 소감



주강사 문봉규

자신의 다양한 감성, 감정에 대한 예술적 표현 프로그램 ‘춤추는 마음’은 프로그램 참여자 자신을 온전히 드러내 그려보는 신체 드로잉을 시작으로 서서히 소망으로 변화해 힐링이 되었으면 하는 생각에 시작되었습니다.

과거 생애 첫 번째 낙서를 통한 움직임 낙서, 현재 나에게 힘을 주는 어떤 것에 대한 상징적인 움직임, 그리고 미래의 청사진이 담긴 스카프 춤, 서로 이야기를 나누고 소통할 수 있었다는 그 자체로 좋은 시간이었습니다. 함께 나누는 이야기를 통해 서로 다른 관점을 알아 간다는 것이 재미있는 경험이었습니다.

필요한 것 또는 힘이 되는 예술 활동이 되었으면 좋겠습니다. 사유하고 성찰하는 움직임에서 기발하며 웃음이 남는 것으로 골라주를 활용한 움직임 표현, 이러한 예술적, 교육적 활동들이 확장하여 틀을 벗어난 자신만의 독특함을 보여주는 것을 시도해 보았습니다. 참여자 선생님들과 잊지 못할 추억과 경험이었습니다. 감사합니다.



주강사 김평수

문화예술교육의 불모지 영덕, 낙후된 지역의 이미지를 쇄신시키고자 처음 프로그램을 기획, 연구하게 되었습니다. 특히 문화예술교육 매개자로 중요한 역할을 하는 학교 교사분들을 대상으로 문화예술교육의 경험을 제공하고 문화예술교육에 대한 이해와 인식이 확대되어 교육 현장의 학생들에게 전이되기를 희망하였습니다.

다양한 감정을 움직임으로 표현하고 저마다 마음 속에 쌓아 두었던 감정을 표출하는 과정들을 통해 서로를 알아가는 과정은 정말 뜻 깊은 시간이었습니다. 자신의 교육적 철학을 담아낸 문화예술교육 프로그램 개발, 마지막 문화예술교육 부스를 통해 전파하는 노력이 결실을 맺기를 간절히 바랍니다. 함께한 시간 진심으로 감사드립니다.



보조강사 윤나영



보조강사 김주연



## 참여자 소감



처음에는 매개자라는 단어와 춤추는 마음이라는 제목으로 조금 접근하기 어려웠다. 하지만 아이들에게 또 다른 배움의 맛을 알려주고 싶어서 참여하게 되었다. 몸을 사용하기도 하지만 때로는 다양한 감정에 몰입하고 그 감정에 대해 이야기하는 시간이 좋았다. 때로는 교사로서의 고민을 나눌 수 있는 다른 교사 분들을 뵙고 문화예술교육으로서 풀어보는 방법을 제시해주는 강사 선생님들과 함께여서 소중한 시간이었다.

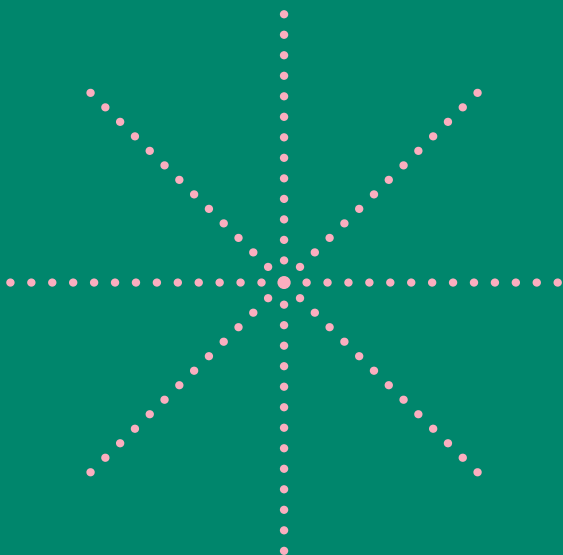


영덕에는 많은 것이 없다. 방과 후 활동이 많이 일어나고 있는 곳이지만 아이들은 할 것이 없고 주말에는 경험을 위해 다들 다른 지역으로 이동도 많이 한다. 예주문화예술회관에 다니면서 자연스럽게 공연을 알게 되고 아이들에게 소개를 해주며 때론 학생들과 같이, 아니면 학생들만 추천해줘서 공연관람을 진행하였는데 만족도가 높았다. 아이들을 다양한 예술에 노출시켜줌이 중요하다고 느꼈고, 우리가 매개자로서의 역할이 중요하다고 느꼈다.



프로그램에 참여를 하게 되면서 '나'에 대해 집중을 하며 살펴보는 시간이었다. 움직임에 참여하는 것이 부끄러웠지만 가면을 쓰고 나를 가리고 몸만으로 감정을 표현하는 것이 어렵기도 했다. 하지만 '나'라는 존재를 들여다보고 표출한다는 것이 우리에게도 어려운데 학생들은 얼마나 어려울까 생각이 들었다. 마음사전을 제작하여 책이 나오면 수업에서 아이들과 다뤄볼 생각에 가슴이 설렌다.

나, 너  
그리고 우리

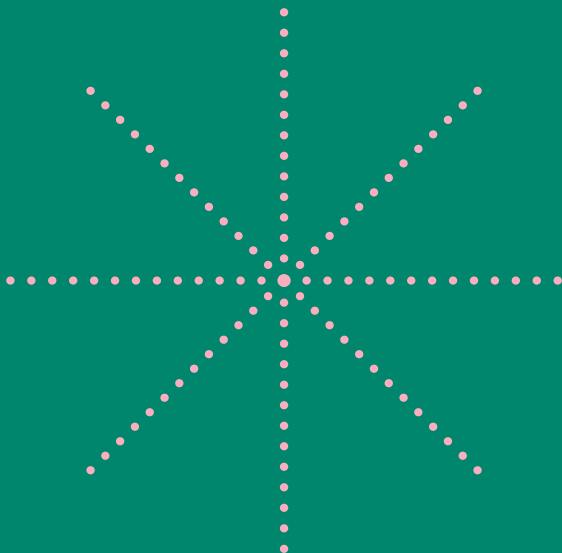






# 마음 사전 I

기쁜 감정 경험

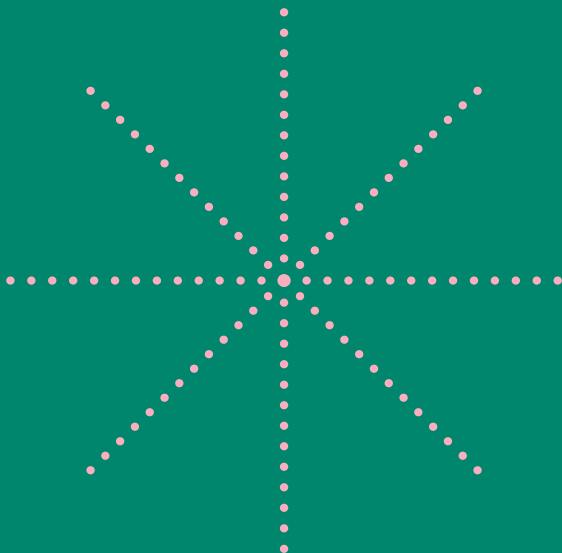




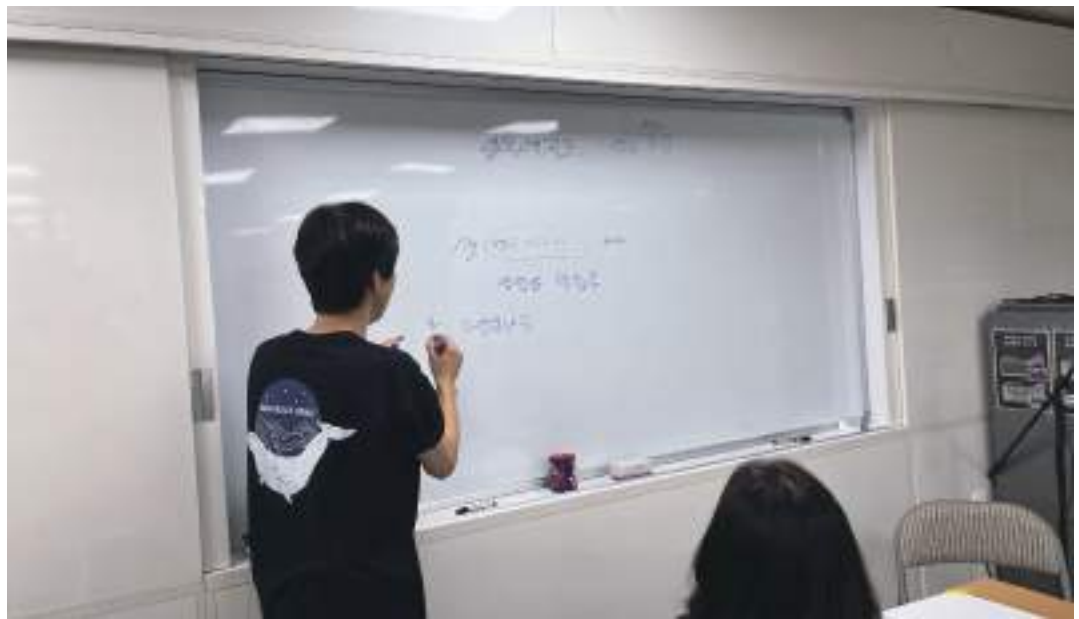


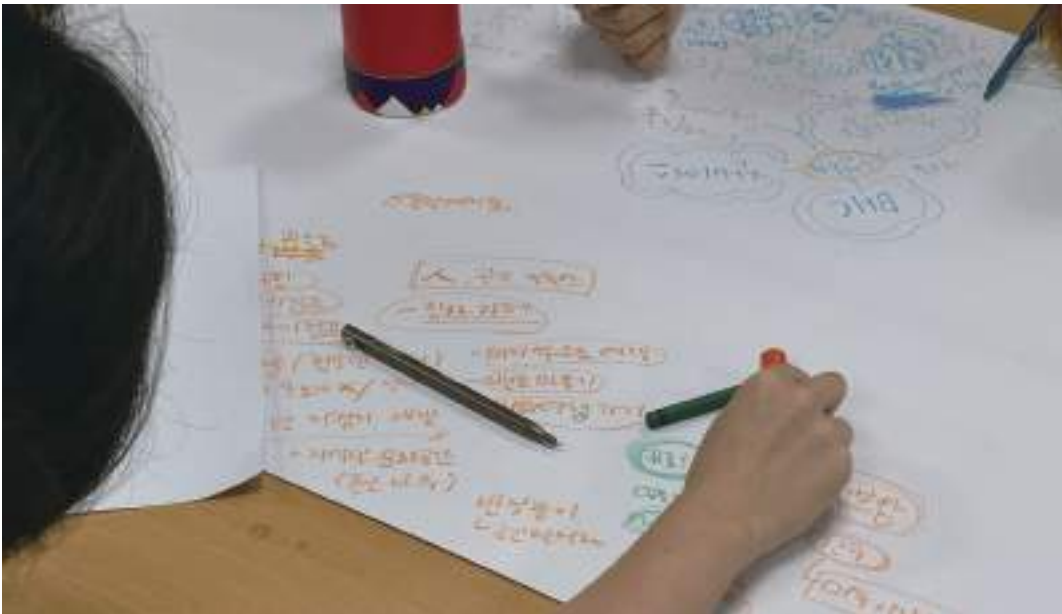
# 마음 사전 II

기쁜 감정 드로잉





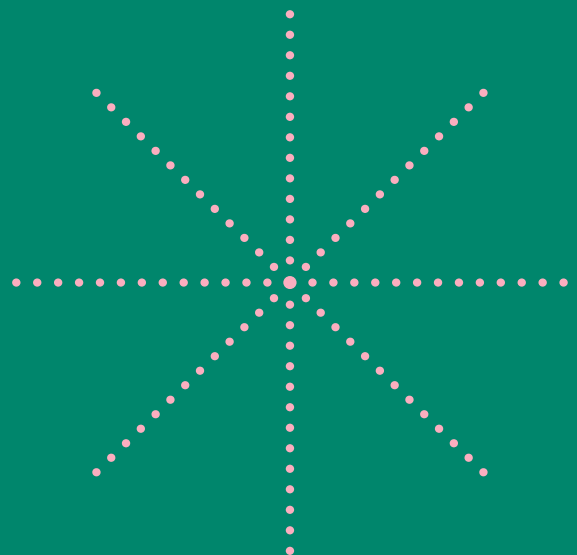






# 베리어 프리를 위한 움직임 I

감정 공유, 장애물을 통한  
불편한 감정 경험



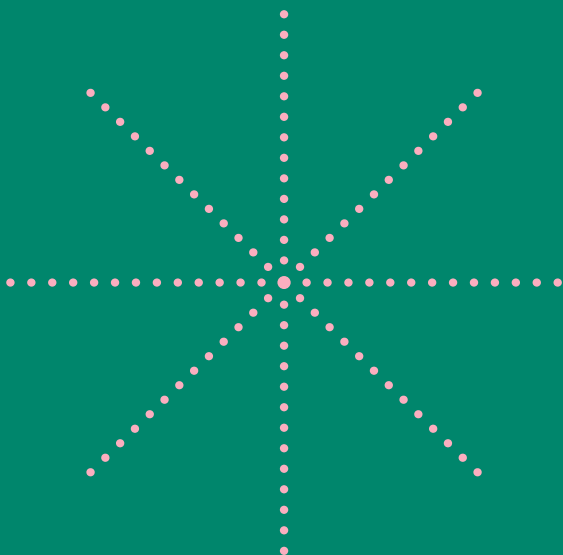






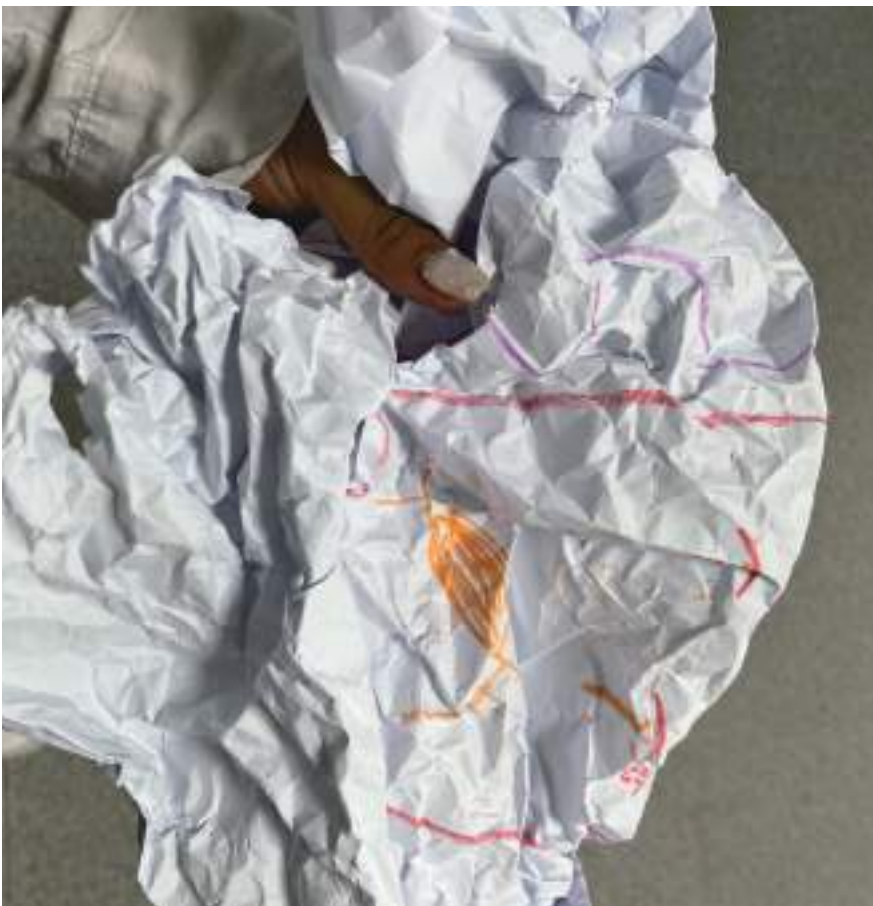
# 베리어 프리를 위한 움직임 II

불편한 감정을 해소하며  
오브제를 활용한 움직임 표현





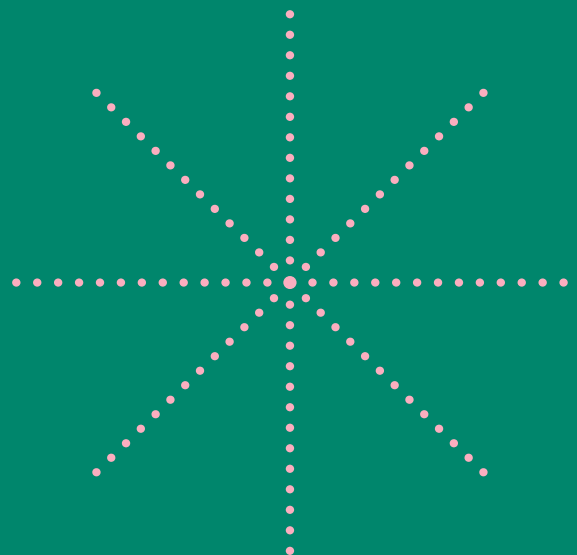






# 영덕의 봄 I

설렘의 경험 공유

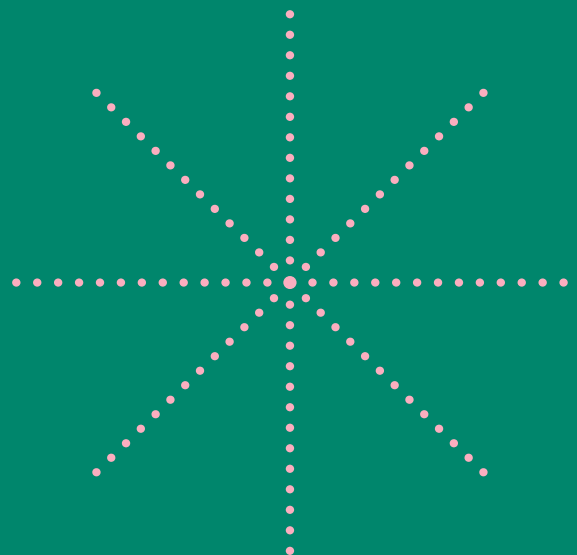






# 영덕의 봄 II

브레인 스토밍을 통한  
영덕의 특징 공유 및  
봄을 움직임화 하기



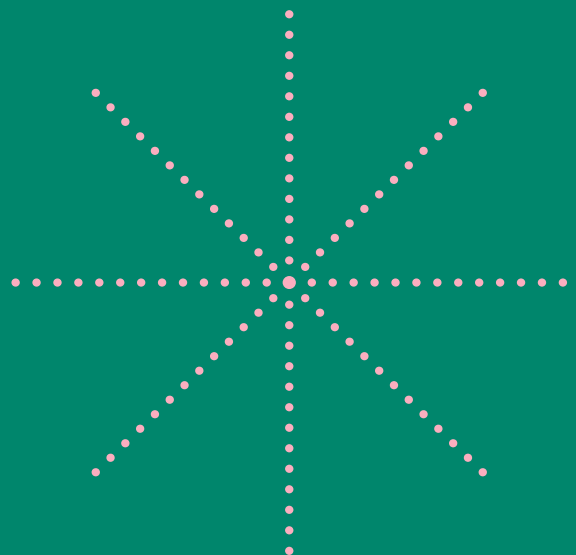






# 락樂 & 댄스 I

손뼉 박수를 활용한  
오케스트라, 즉흥 움직임으로  
신나는 감정 경험하기

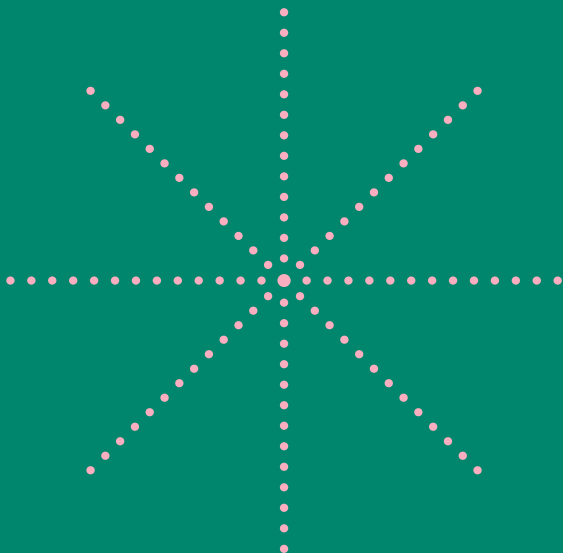






# 락樂 & 댄스II

움직임을 시각화하기

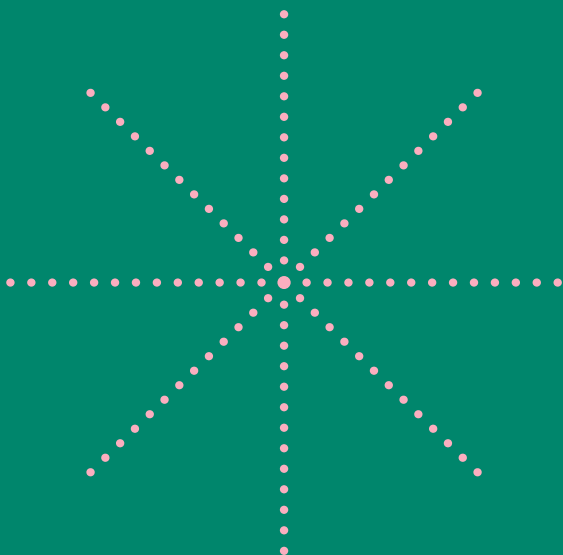






# 두려움을 극복하는 움직임

아르 브뤼 기법을 활용한 심리  
상태를 반영한 원초적 드로잉

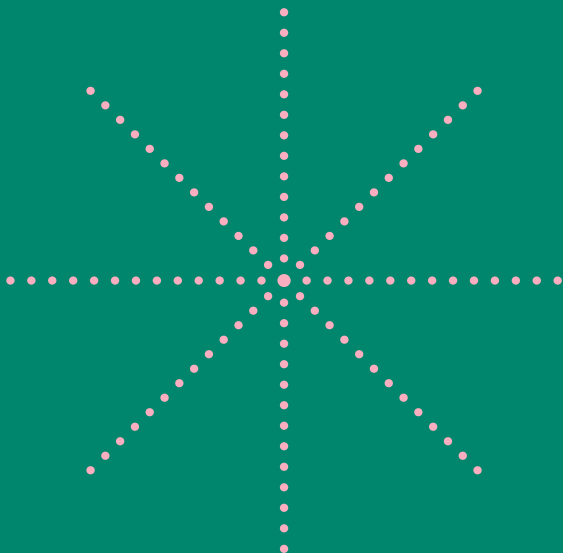






# 위로의 춤

초조함과 걱정  
에 대한 이야기,  
학생들을 위로하는 움직임 창작

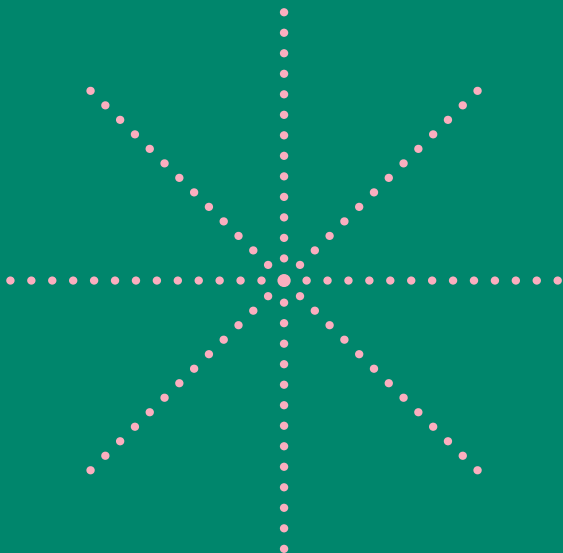


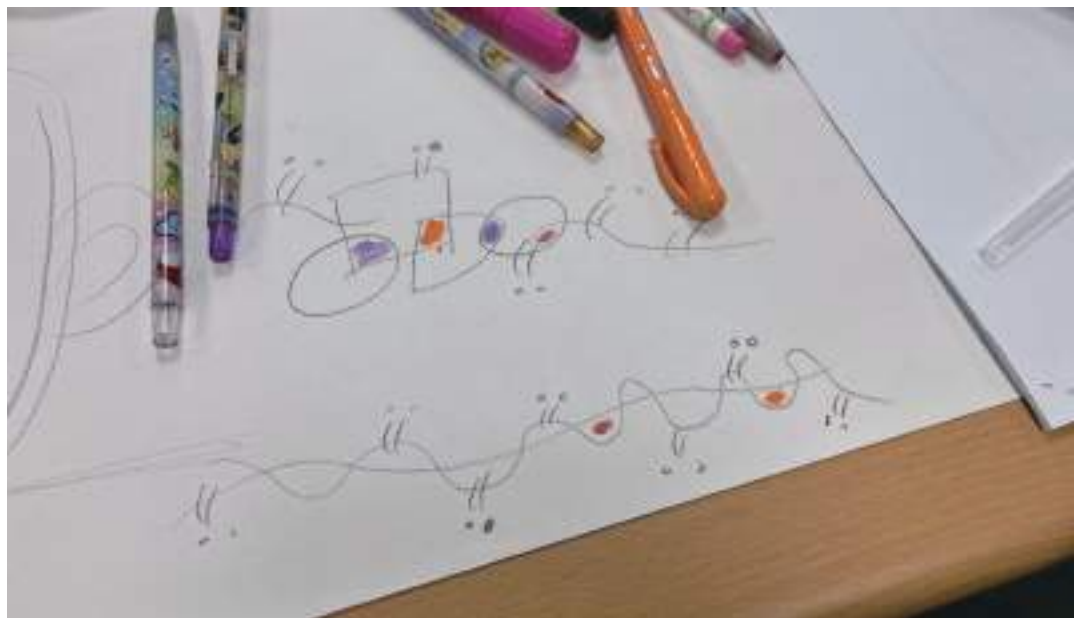




# 라바노테이션

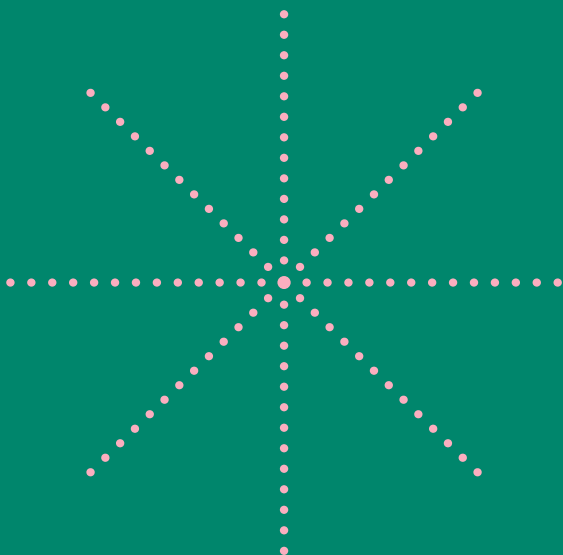
나만의 무보법 그리기





# 따로 또 같이 캐논과 론도

캐논과 론도를 활용한  
움직임 창작하기

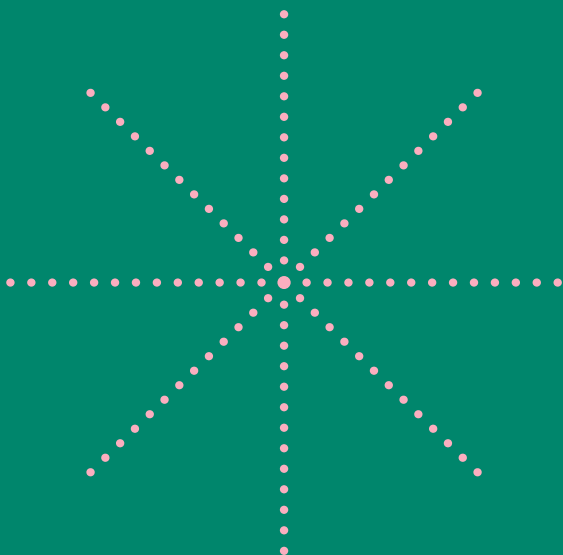






# 거울과 그림자 움직임 연구

미러링과 팔로잉 기법으로  
즉흥 난장 잼을 활용하기

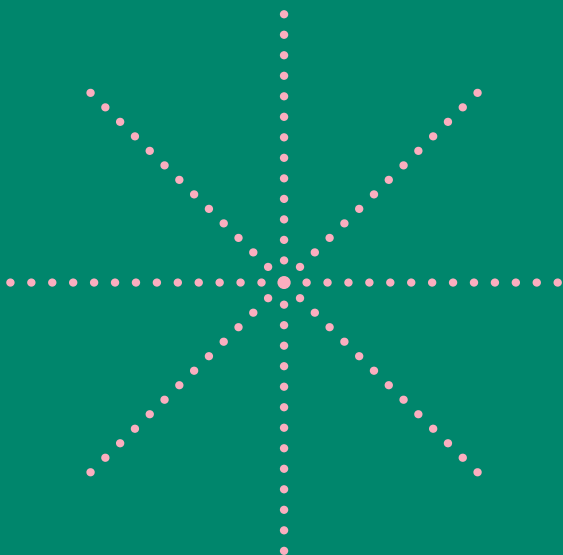






# 움직임의 해체, 재해석, 재구성

민속 무용에 대해 알아보고  
민속 무용의 오브제 활용,  
움직임 해체를 통해  
나만의 민속 무용 창작하기



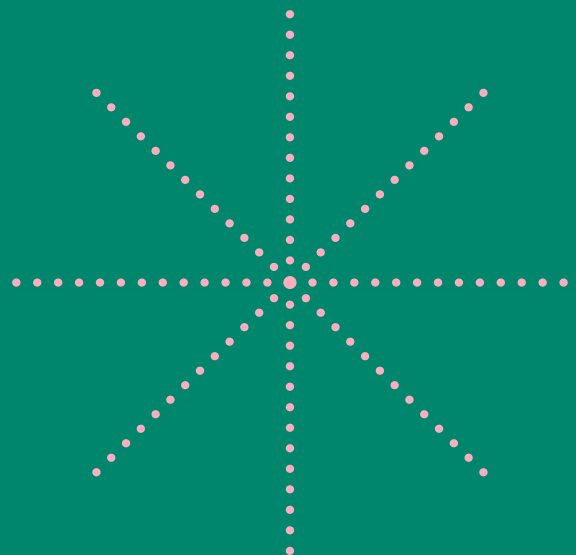






# 빛의 춤

어둠 속에서 빛으로 자신의  
감정을 언어로 표현하기



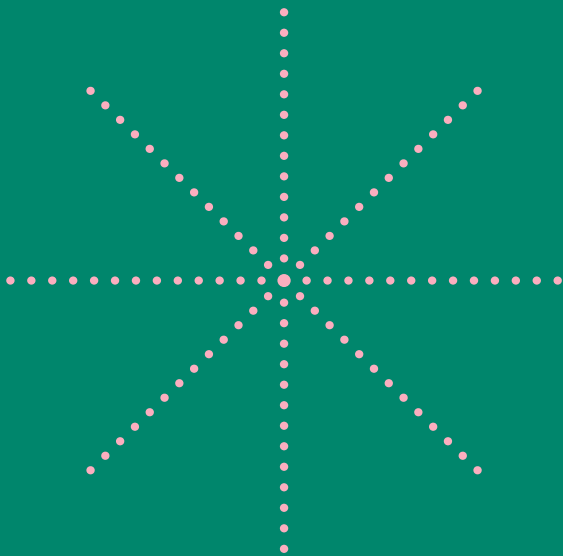






# 비디오 댄스

미디어 매체를 활용한  
문화예술교육 프로그램 교안 제작



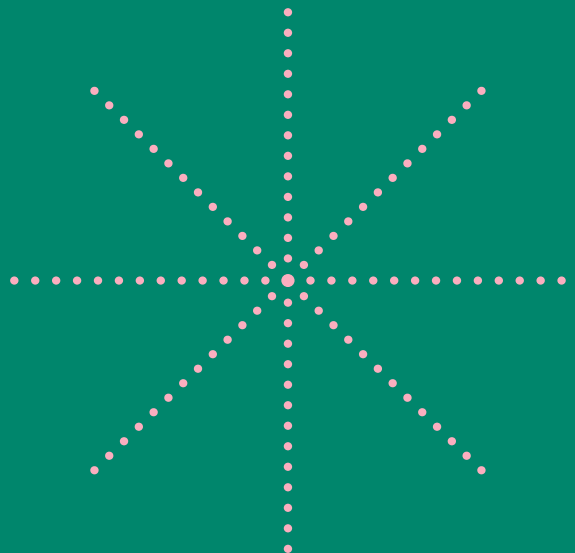






# 춤추는 마음, 마음사전에 담아내기

마음사전 제작 준비 및  
춤추는 마음 콘서트 준비







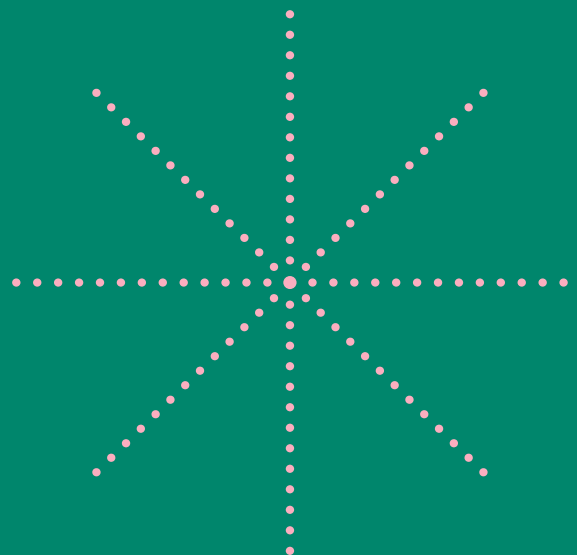






# 춤추는 마음 콘서트

교육 관련 인력 및  
교사 간 네트워크 파티,  
간담회 진행



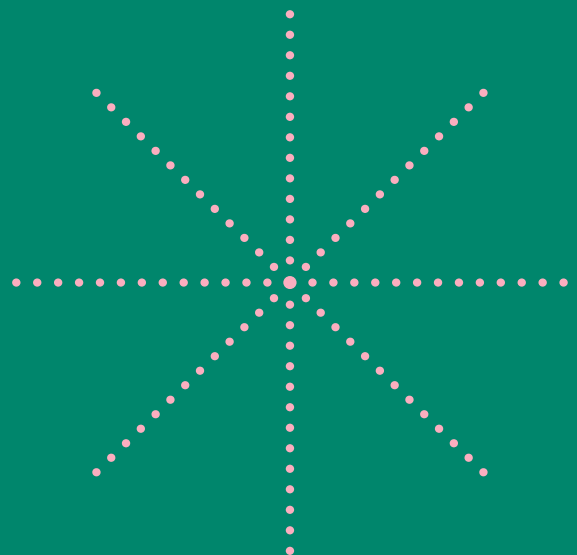


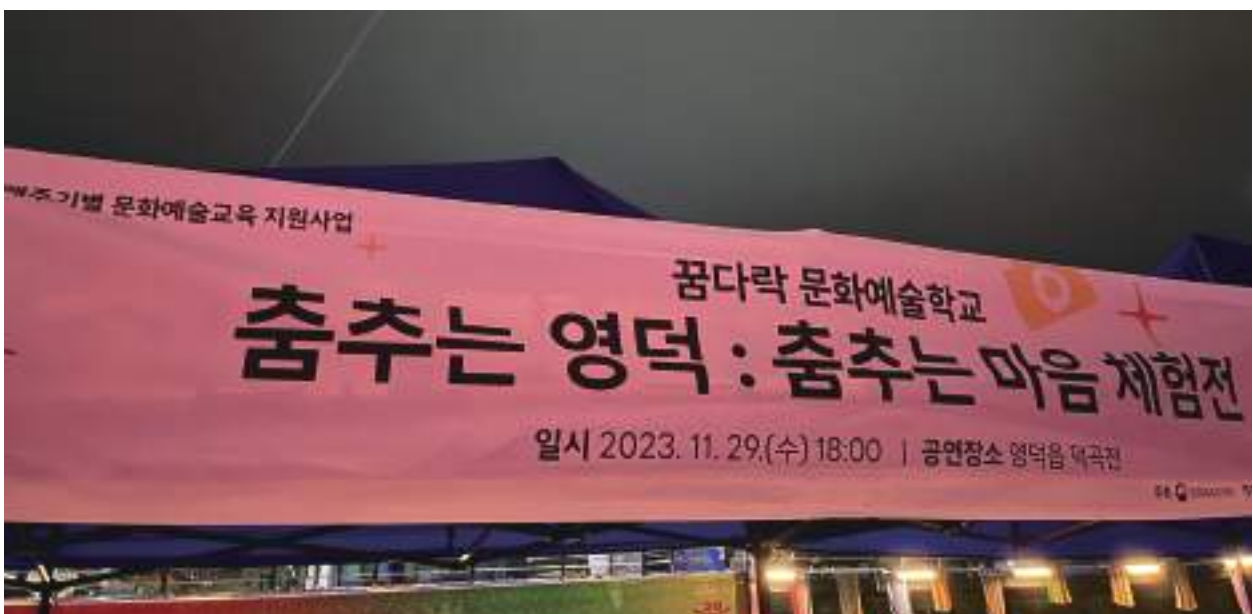




# 지속 가능한 문화예술을 위한 영덕

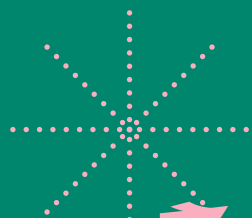
부스를 운영하여 마음사전  
프로그램 체험, 시연











# 춤추는 마음

영덕문화관광재단