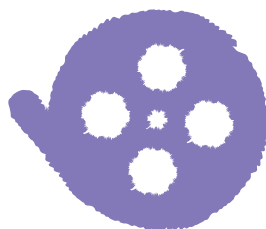
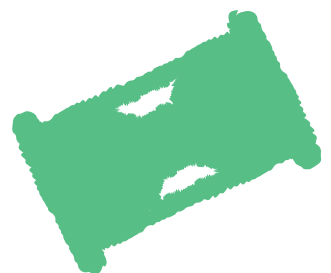


2023 꿈다락 문화예술학교



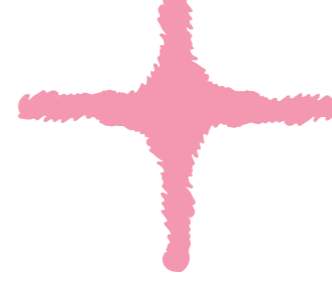
춤추는 영덕 결과자료집



2023 생애주기별 문화예술교육 지원사업

2023 꿈다락 문화예술학교

춤추는 영덕 결과자료집



목차

1

꿈다락 문화예술학교란? 07

2023 꿈다락 문화예술학교 “춤추는 영덕” 08

2

들썩들썩 춤추는 영덕의 발자취

춤추는 영덕 : 치얼업 베이비 11

춤추는 영덕 : 춤추는 마음 22

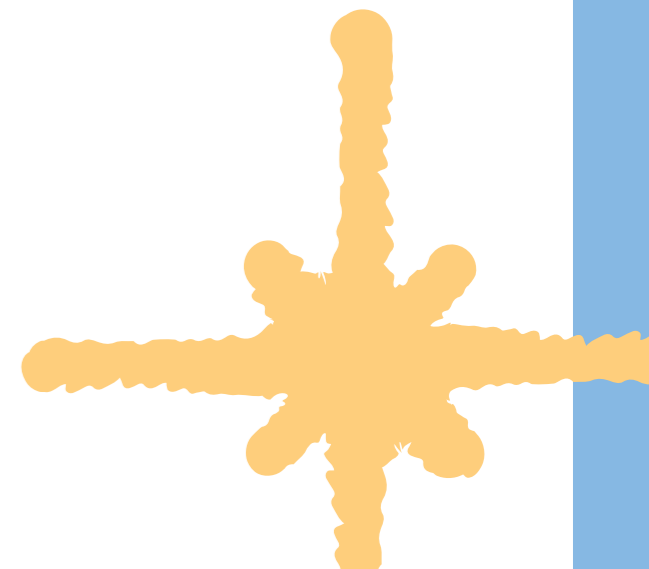
춤추는 영덕 : 중년돌 33

춤추는 영덕 : 비바 청춘! 트로트 발레 44

춤추는 영덕 : 우린 하나 55

3

우리들의 이야기 66





꿈다락
문화예술학교



(누구나, 가까이)

삶의 주기에 따라 필요로 하는 것이 다르고, 살아가는 방향도 다양합니다. 아동부터 노년까지 국민 누구나 일상 가까운 곳에서 문화예술을 경험하고 개개인의 삶 속에 다양한 꽃이 문화예술 교육을 통해 다양한 곳에서 피어나야 합니다.

이에 올해 첫발을 내딛는 '꿈다락 문화예술학교'는 한국문화 예술교육진흥원의 생애주기별 문화예술교육 지원사업으로 전 국민 누구나 일상 가까운 곳에서 문화예술교육을 만날 수 있는 환경을 조성하고, 우리의 생활권 안에서 문화예술적 경험을 통해 개개인의 삶이 좀 더 풍성할 수 있도록 생애주기별 문화예술교육 프로그램을 운영합니다.

2023 꿈다락 문화예술학교


「춤추는 영덕」

꿈다락 문화예술학교는 전 국민 누구나 일상 가까운 곳에서
문화예술교육을 만날 수 있게 기획되어
올해 첫발을 내딛는 문화예술교육 사업입니다.
영덕문화관광재단은 '아동·청소년, 청년, 중장년, 노년, 전 생애'
다섯 가지 생애주기를 통하여 영덕이 춤으로 하나 되어
들썩이길 바라는 마음을 담아 “춤추는 영덕”을 운영하였습니다.



사업기간	2023. 07 ~ 2023. 12
사업장소	예주문화예술회관, 영덕군가족센터, 영해새마을금고 3층
사업대상	아동·청소년, 청년, 중장년, 노년, 전 생애(가족)
프로그램	춤추는 영덕 : 치얼업 베이비 / 춤추는 영덕 : 춤추는 마음 / 춤추는 영덕 : 중년돌 / 춤추는 영덕 : 비바 청춘! 트로트 발레 / 춤추는 영덕 : 우린 하나

주최  문화체육관광부

주관  한국문화예술교육진흥원

운영  영덕문화관광재단

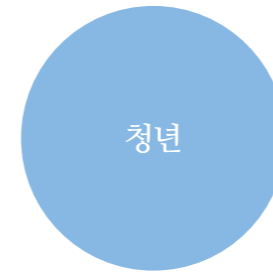


아동·청소년

춤추는 영덕 : 치얼업 베이비

음악과 무용의 융합 장르인 치어리딩을 배우며 다양한 움직임과 예술을 경험

인원 : 30명

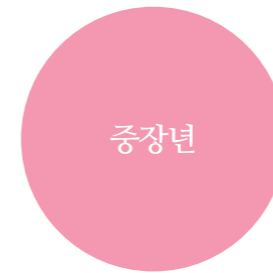


청년

춤추는 영덕 : 춤추는 마음

교사들이 예비 매개자로서 성장, 마음사전 제작을 통해 문화예술교육 프로그램 개발 및 확산

인원 : 20명

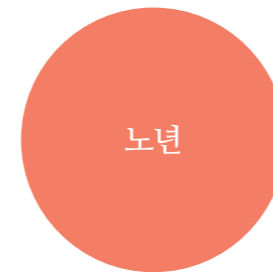


중장년

춤추는 영덕 : 중년돌 (영덕 줌인)

춤을 통해 우울증, 스트레스, 불안 등 감정적인 문제를 해결하고, 제2의 전성기를 맞이함

인원 : 29명



노년

춤추는 영덕 : 비바 청춘! 트로트 발레

트로트와 발레가 접목되어 영덕 시니어만의 발레 작품 제작을 통해 성취감과 창의성 증진

인원 : 23명



전 생애

춤추는 영덕 : 우린 하나

다문화 가정을 중심으로 다양한 문화 이해와 융합을 통하여 새로운 영덕의 예술을 만들어감

인원 : 25명

들썩들썩 춤추는 영덕의 발자취

치얼업 베이비
춤추는 마음
중년들
비바 청춘! 트로트 발레
우리 하나

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 치어리딩을 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 치어리딩에 다가가기 → 새로운 것에 대한 두려움 극복, 호기심 유발
- 2단계 치어리딩의 기본 교육 → 치어리딩의 기본 교육을 통하여 문화예술교육 진행
- 3단계 심화 교육 → 치어리딩에 대한 심화 교육을 통한 양질의 문화예술교육 제공

1 회차

일시 | 2023년 7월 22일(토) 10:00~13:00

내용 | 워밍업 및 기초 리듬 학습을 통한 아이스브레이킹
- 기본 박 이론 공부, 게임을 통하여 알아보기
- 치어리딩 영상을 감상하며 기본 박 찾기

진행사진



2 회차

일시 | 2023년 7월 29일(토) 10:00~13:00

내용 | 치어리딩에 대해 알아보기
- 치어리딩 단어의 어원과 치어리딩에서 사용하는 용어를 배우고 카드게임(짝 맞추기) 용어와 뜻을 이해하는지 파악하고 암기하기

진행사진



3 회차

일시 | 2023년 8월 5일(토) 10:00~13:00

내용 | 치어리딩 기본 동작에 대해 배우기
- 치어리딩 기본 동작의 이름과 뜻을 배우고 직접 움직이며 배우기

진행사진



4 회차

일시 | 2023년 8월 12일(토) 10:00~13:00

내용 | 동작의 재구성
- 배운 기본 동작을 활용하여 팀을 구성하여 순서를 재조합하여 구성하기

진행사진



5 회차

일시 | 2023년 8월 19일(토) 10:00~13:00

내용 | 응용 동작에 대해 배우기

- 연속 동작과 단체 동작의 이름과 뜻을 배우고 직접 움직이며 배우기

진행사진



6 회차

일시 | 2023년 8월 26일(토) 10:00~13:00

내용 | 응용 동작의 재구성

- 기본 동작 재구성한 것을 바탕으로 응용 동작을 순서에 삽입하여 재구성하기

진행사진



7 회차

일시 | 2023년 9월 2일(토) 10:00~13:00

내용 | 팜팜팜! 만들기

- 팜을 사용하는 이유와 이름의 유래에 대해 알아보기
- 우리 팀의 팀명과 대표색을 선정하고 사용할 팜을 직접 만들어보기

진행사진



8 회차

일시 | 2023년 9월 9일(토) 10:00~13:00

내용 | 모방과 재창조

- 영상을 틀어놓고 기존의 치어리딩을 따라하기
- 지금까지 배운 치어리딩 순서를 바탕으로 재창작 해보기

진행사진



9 회차

일시 | 2023년 9월 16일(토) 10:00~13:00

내용 | 팔을 움직여봐

- 팔의 움직임을 배워보고 만든 팜을 사용하여 기본 동작에 손동작까지 추가하여 디테일한 움직임 익히기

진행사진



10 회차

일시 | 2023년 9월 17일(일) 10:00~13:00

내용 | 우리만의 춤 구성 및 변형하기

- 곡의 가사나 리듬에 맞는 안무를 구성하고 만들어보며, 기존의 안무를 참고하여 변형해보기

진행사진



11 회차

일시 | 2023년 10월 7일(토) 10:00~13:00

내용 | 나의 치어리딩 복 만들기

- 치어리딩 기본 동작의 이름과 뜻을 배우고 직접 움직이며 배우기

진행사진



12 회차

일시 | 2023년 10월 14일(토) 10:00~13:00

내용 | 치어리딩 모방과 재구성

- 영상을 틀어놓고 기존의 치어리딩을 따라해보고 이때까지 배운 치어리딩 순서를 바탕으로 우리만의 순서로 재구성 해보기

진행사진



13 회차

일시 | 2023년 10월 21일(토) 10:00~13:00

내용 | 팔을 움직여봐

- 팔의 움직임을 배워보고 만든 팜을 사용하여 기본 동작에 손동작까지 추가하여 디테일한 움직임 익히기

진행사진



14 회차

일시 | 2023년 9월 17일(토) 10:00~13:00

내용 | 직접 안무를 창작해보기

- 곡의 가사나 리듬에 맞는 안무를 구성하고 만들어보며, 기존의 안무를 참고하여 변형해보기

진행사진



15 회차

일시 | 2023년 11월 4일(토) 10:00~13:00

내용 | 로코모션을 통해 더 다양한 움직임 만들기

- 이동 동선을 직접 구상하고 치어리딩을 하면서 직접 움직여보기

진행사진



16 회차

일시 | 2023년 11월 11일(토) 10:00~13:00

내용 | 로코모션을 통해 더 다양한 움직임 만들기

- 이동 동선을 직접 구상하고 치어리딩을 하면서 직접 움직여보기

진행사진



17 회차

일시 | 2023년 11월 18일(토) 10:00~13:00

내용 | 우리도 유튜브 크리에이터 - 촬영

- '우리들의 치어리딩 하루' 다큐멘터리 제작을 통해 두 곡 로코모션을 연습 시간과 쉬는 시간, 수업 전후 시간 등 모든 시간을 각자 핸드폰으로 촬영하며 크리에이터의 삶을 경험하기

진행사진



18 회차

일시 | 2023년 11월 19일(토) 10:00~13:00

내용 | 우리도 유튜브 크리에이터 - 편집 및 감상

- 지난 시간 찍었던 영상을 다 밴드에 공유하고 같이 감상하며 그때의 감정과 감상평 나누기
- 직접 편집점을 잡고 편집 후, 편집 전과 비교하며 감상하기

진행사진



19 회차

일시 | 2023년 11월 24일(금) 10:00~13:00

내용 | 디테일을 찾아봐

- 세심하게 신경 써야 할 동작 체크하기
- 로코모션으로 구성된 치어리딩에 팔까지 사용하여 최종 연습 및 디테일 합 맞추기

진행사진



20 회차

일시 | 2023년 11월 25일(토) 10:00~13:00

내용 | 발표회 리허설 후 발표회 진행

진행사진



춤추는 영덕 : 춤추는 마음



- 목표** | 건강한 문화예술교육 생태계 구축을 위한 매개자 육성, 영덕 전 교급 학생들에게 문화예술교육 프로그램 보급
- 기간** | 2023. 7. 17.(월) ~ 2023. 11. 30.(목) 매주 수요일 18:00 ~ 21:00(3시간)
- 대상** | 청년(초·중·고 교사 20명)

프로그램 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

운영 내용

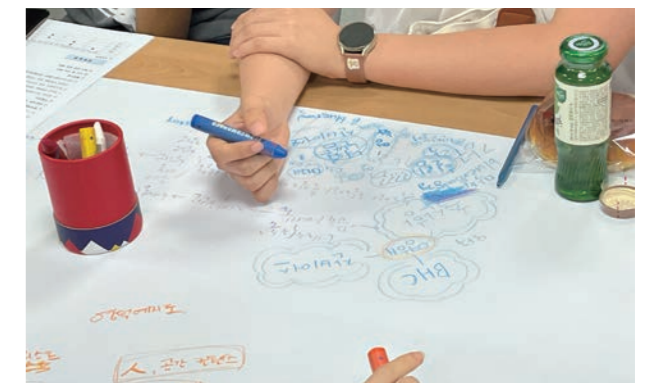
1 회차

일시 | 2023년 8월 2일(수) 18:00~21:00

내용 | 나와 우리를 알아가는 시간

- 영덕에서 교사로 살아가는 이야기 나누기(라포형성)
- 자신이 좋아하는 것, 싫어하는 것에 대해 소통하며 TEXT로 작성
- 영덕 문화예술교육 생태 조성을 위한 지역의 문제점 알아보기
- 예술 놀이로 노닐며 문화예술교육 친해지기

진행사진



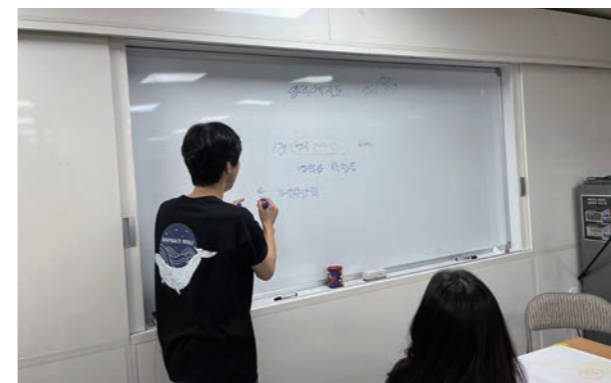
2 회차

일시 | 2023년 8월 3일(목) 18:00~21:00

내용 | 나와 우리를 알아가는 시간

- 기쁨 감정에 대한 감정의 경험 공유하기
- 해피트리 제작을 통한 기쁨 감정 상기하기
- 기쁨을 주제로 하는 움직임 경험하기
- 본 활동을 문화예술교육 교안으로 개발하기

진행사진



3 회차

일시 | 2023년 8월 9일(수) 18:00~21:00

내용 | 희로애락의 예술

- 지난 차시 기쁨에 관한 내용 상기
- 기쁨 감정을 드로잉으로 표현하기
- 드로잉을 활용한 움직임 표현하기
- 기쁨 감정 카드 만들기

진행사진



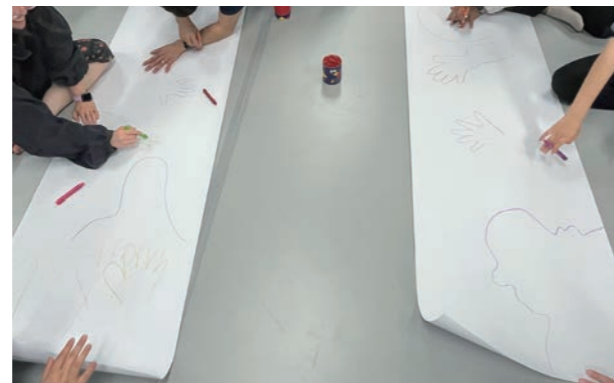
4 회차

일시 | 2023년 8월 10일(목) 18:00~21:00

내용 | 불편한 감정

- 불편한 감정에 대한 경험 공유하기
- 불편한 감정을 느낄 때 몸의 변화에 관해 이야기 나누기
- 장애물을 활용한 문화예술교육 놀이
- 불편한 감정을 해소하기 위한 소리와 움직임 연구
- 장애를 극복하기 위한 키워드 카드 제작

진행사진



5 회차

일시 | 2023년 8월 16일(수) 18:00~21:00

내용 | 불편한 감정을 소리로 표현하기

- 지난 차시 불편함에 대한 내용 상기
- 스트레스 해소를 위한 오브제를 활용한 소리 표현하기
- 감정을 음과 리듬으로 표현, 통일성, 개별성을 가미한 소리 표현
- 제작한 음악을 통해 움직임으로 표현하기

진행사진



6 회차

일시 | 2023년 8월 23일(목) 18:00~21:00

내용 | 설레는 마음

- 자신의 삶 속에서 설렘을 느낀 경험 공유
- 가족, 친구, 연인, 학생들을 떠올리면 드는 감정을 그림으로 표현하기
- 콜라주 기법을 활용한 화이부동 작품 제작

진행사진



7 회차

일시 | 2023년 8월 30일(수) 18:00~21:00

내용 | 설렘과 춤

- 지난 차시 설렘에 관한 내용 상기
- 설렘에 대한 음악 탐색하기
- 나만의 벚꽃 제작하기
- 벚꽃 오브제를 활용한 설렘 춤 표현하기
- 움직임 유발을 위한 문화예술교육 교안 개발하기

진행사진



8 회차

일시 | 2023년 9월 6일(목) 18:00~21:00

내용 | 신나는 감정

- 최근 신나는 감정을 경험한 상황을 공유
- 손뼉 박수를 활용한 오케스트라
- 몸의 소리, 다양한 신체를 활용한 소리 표현하기
- 원초적인 즉흥 움직임에 대해 알아보기
- 즉흥 잼(연주) 경험하기

진행사진



9 회차

일시 | 2023년 9월 13일(수) 18:00~21:00

내용 | 응원의 춤

- 다양한 움직임을 활용하여 나만의 체조 만들기
- 창작한 체조 공유하기
- 솔로, 듀엣, 트리오 움직임으로 하나 되기
- 움직임 기반 문화예술교육 프로그램 교안 제작하기

진행사진



10 회차

일시 | 2023년 9월 20일(수) 18:00~21:00

내용 | 초조한 감정, 걱정하는 감정

- 현재 일상 중 초조한 감정과 걱정거리를 공유하기
- 아르 브뤼 기법을 활용한 심리 상태를 반영한 원초적 드로잉
- 아르 브뤼 작품에 대해 점, 선, 면 움직임으로 표현하기
- 점, 선, 면 회화 요소를 활용한 움직임 문화예술교육 프로그램 개발

진행사진



11 회차

일시 | 2023년 9월 27일(수) 18:00~21:00

내용 | 위로의 춤

- 지난 차시 초조한 감정, 걱정하는 감정에 대해 이야기 나누기
- 학생들이 느끼는 불안과 걱정의 감정 원인에 대해 알아보기
- 자신을 위로하는 움직임을 창작해보기
- 학생들을 위로하는 움직임 창작하기
- 공동체의 춤, 움직임으로 하나 되는 우리만의 군무 창작

진행사진



12 회차

일시 | 2023년 10월 4일(수) 18:00~21:00

내용 | 라바노테이션

- 루돌프 폰 라반의 라바노테이션에 대해 알아보기
- 나만의 무보법 그려보기
- 라바노테이션을 활용한 움직임 표현하기
- 무보법 제작을 통한 문화예술교육 교안 연구 · 개발

진행사진



13 회차

일시 | 2023년 10월 11(수) 18:00~21:00

내용 | 따로 또 같이 '캐논과 론도'

- 음악의 캐논과 론도 기법에 대해 알아보기
- 캐논과 론도를 활용한 움직임 창작하기
- 창작한 움직임을 작품화하기

진행사진



14 회차

일시 | 2023년 10월 18일(수) 18:00~21:00

내용 | 거울과 그림자 움직임 놀이 연구

- 미러링과 팔로잉 기법에 대해 알아보기
- 미러링을 활용한 움직임 모방하기
- 팔로잉을 활용한 움직임 탐색하기
- 즉흥 난장 짬을 활용한 문화예술교육 프로그램 개발하기

진행사진



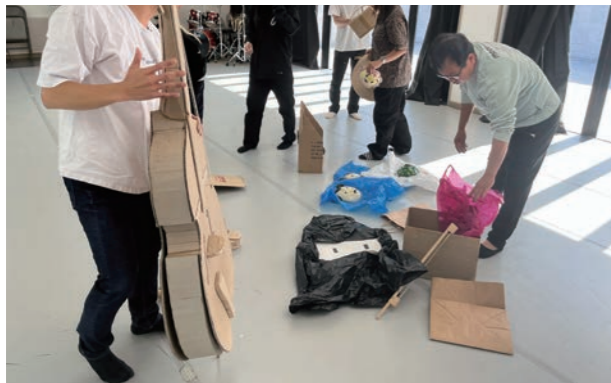
15 회차

일시 | 2023년 10월 25일(수) 18:00~21:00

내용 | 움직임의 해체, 재해석, 재구성

- 교과 과정 중 민속 무용 알아보기
- 민속 무용의 움직임 요소 및 특징 탐색
- 기존 민속 무용의 움직임 해체하기
- 나만의 민속 무용 창작하기
- 다양한 민속 무용의 오브제(부채, 소고, 장삼 등)를 활용한 컨템포러리 댄스 제작

진행사진



16 회차

일시 | 2023년 11월 1일(수) 18:00~21:00

내용 | 빛의 춤

- 다양한 빛을 내는 오브제(LED, 케미 라이트) 탐색
- 빛을 활용한 움직임 놀이
- 어둠 속에서 나만의 반딧불이 춤추기
- 다양한 미디어 매체 탐색하기
- 비디오 댄스 감상하기

진행사진



17 회차

일시 | 2023년 11월 8일(수) 18:00~21:00

내용 | 비디오 댄스

- 지난 차시 알아본 미디어 매체 및 비디오 댄스 상기하기
- '희로애락' 감정을 표현한 움직임 상기하기
- 영덕 자연 생태 환경을 배경으로 비디오 댄스 제작하기
- 미디어 매체를 활용한 문화예술교육 프로그램 교안 제작하기

진행사진



18 회차

일시 | 2023년 11월 15일(수) 18:00~21:00

내용 | 춤추는 마음, 마음 사전에 담아내기

- 감정의 변화에 따른 움직임의 변화를 마음 사전으로 제작하기
- 프로그램 전 회기 제작한 문화예술교육 프로그램 취합 작업
- 프로그램 과정 중 창작한 움직임 영상 공유 및 편집
- 춤추는 영덕, 춤추는 마음 콘서트 준비

진행사진



19 회차

일시 | 2023년 11월 22(수) 18:00~21:00

내용 | 춤추는 마음 콘서트

- 예주문화예술회관 야외무대에서 춤추는 마음 콘서트 진행
- 영덕 지역 내 교육 관련 인력 및 교사 간 네트워크 파티
- 영덕 문화예술교육 활성화 및 생태계 구축을 위한 간담회

진행사진



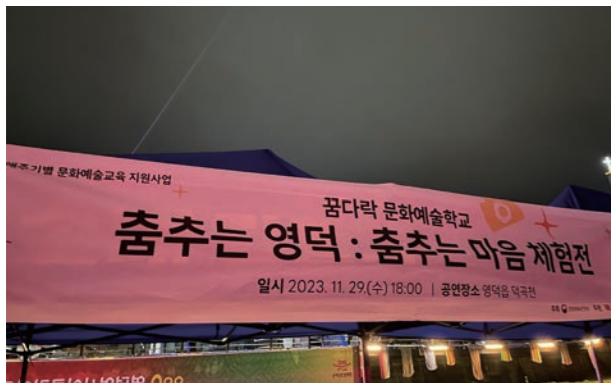
20 회차

일시 | 2023년 11월 29일(수) 18:00~21:00

내용 | 지속 가능한 문화예술교육을 위한 영덕

- 전 차시 개발된 문화예술교육 프로그램 교안 발표
- 문화예술교육 부스 운영을 통한 문화예술교육 경험 및 프로그램 소개하기
- 개별 개발된 영덕 지역 특화 문화예술교육 프로그램 시연
- 리셉션

진행사진



춤추는 영덕 : 중년돌 (영덕 줌인)



목표 | 춤을 통해 자신의 감정을 표현하고 긍정적인 에너지를 얻기,
문화예술교육을 통하여 인생에 대한 새로운 목표와 의미를 찾기

기간 | 2023. 7. 17.(월) ~ 2023. 11. 30.(목) 매주 토요일 10:00 ~ 13:00(3시간)

대상 | 중장년 (40~64세 사이 전체 29명)

프로그램 내용

감정 직시와 개선

춤을 통해 스트레스, 불안, 우울증 등의 감정적인 문제를 해결
감정을 직시하는 시간을 만들어 나의 현 상태를 알기
춤을 완성하고 뮤직비디오 촬영, 콘서트를 개최해 참석함으로 성취감을 느낌

운영 내용

춤추는 영덕 : 중년들

1 회차

일시 | 2023년 7월 22일(토) 10:00~13:00

내용 | 제 2의 내 이름 짓기

진행사진



2 회차

일시 | 2023년 7월 29일(토) 10:00~13:00

내용 | 움직임의 기초 배우기

- 워밍업 및 기초 리듬 학습(스트레칭) 및 초급 난이도 방송 댄스 안무 학습

진행사진



3 회차

일시 | 2023년 8월 5일(토) 10:00~13:00

내용 | 감정 느끼기

- 나의 감정 중 부정적, 긍정적인 부분을 하나씩 정하기
- 그 감정을 느꼈던 상황을 공유해보기

진행사진



4 회차

일시 | 2023년 8월 12일(토) 10:00~13:00

내용 | 댄스 기본 동작 배우기

- 방송 댄스 기본 동작 학습(바운스 & 웨이브) 및 초급 난이도 방송 댄스 안무 학습

진행사진



5 회차

일시 | 2023년 8월 19일(토) 10:00~13:00

내용 | 댄스 응용 동작 배우기

- 방송 댄스 응용 동작을 활용한 기초 루틴 학습 및 초급 난이도 방송 댄스 안무 학습

진행사진



6 회차

일시 | 2023년 8월 26일(토) 10:00~13:00

내용 | 댄스 응용 동작 배우기

- 방송 댄스 응용 동작을 활용한 기초 루틴 학습 및 초급 난이도 방송 댄스 안무 학습

진행사진



7 회차

일시 | 2023년 9월 2일(토) 10:00~13:00

내용 | 안무 구성 만들어보기

- 구성을 추가한 방송 댄스 그룹 팀 티칭 및 초급 난이도 방송 댄스 안무 학습

진행사진



8 회차

일시 | 2023년 9월 9일(토) 10:00~13:00

내용 | 안무 구성 만들어보기

- 구성을 추가한 방송 댄스 그룹 팀 티칭 및 초급 난이도 방송 댄스 안무 학습

진행사진



9 회차

일시 | 2023년 9월 16일(토) 10:00~13:00

내용 | 안무 재창작해보기

- 기존 루틴을 변형한 방송 댄스 재창작 및 초급 난이도 방송 댄스 안무 학습

진행사진



10 회차

일시 | 2023년 9월 17일(일) 10:00~13:00

내용 | 움직임 테크닉 배우기

- 방송 댄스 테크닉 학습 및 초급 난이도 방송 댄스 안무 학습

진행사진



11 회차

일시 | 2023년 10월 7일(토) 10:00~13:00

내용 | 움직임 테크닉 배우기

- 방송 댄스 테크닉 학습 및 초급 난이도 방송 댄스 안무 학습

진행사진



12 회차

일시 | 2023년 10월 14일(토) 10:00~13:00

내용 | 퍼포먼스 따라 해보기

- 방송 댄스 퍼포먼스 액션 학습 및 초급 난이도 방송 댄스 안무 학습

진행사진



13 회차

일시 | 2023년 10월 21일(토) 10:00~13:00

내용 | 감정 표현하기

- 다양한 곡을 들어보고 내가 생각하는 곡의 대표 감정을 정하여 각 곡의 색을 정해 곡을 점, 선, 면으로 표현해보기
- 감정들이 섞여있는 작품명 짓기
- 이때까지 했던 동작들을 통해 작품을 몸으로 표현하기

진행사진



14 회차

일시 | 2023년 10월 28일(일) 10:00~13:00

내용 | 로코모션으로 구성만들기

- 방송 댄스 로코모션(이동 움직임) 학습 및 초급 난이도 방송 댄스 안무 학습

진행사진



15 회차

일시 | 2023년 11월 4일(토) 10:00~13:00

내용 | 로코모션으로 구성만들기

- 방송 댄스 로코모션(이동 움직임) 학습 및 초급 난이도 방송 댄스 안무 학습

진행사진



16 회차

일시 | 2023년 11월 11일(토) 10:00~13:00

내용 | 뮤직비디오 구상하기

- 뮤직비디오의 스토리, 의상, 소품을 직접 구상하고 준비하기

진행사진



17 회차

일시 | 2023년 11월 18일(토) 10:00~13:00

내용 | 뮤직비디오 촬영해보기
- 뮤직비디오 제작 및 영상 감상 후 활동 소감 공유

진행사진



18 회차

일시 | 2023년 11월 19일(일) 10:00~13:00

내용 | 뮤직비디오 제작, 감상하기
- 기존 루틴을 변형한 방송 댄스 재창작 및 초급 난이도 방송 댄스 안무 학습

진행사진



19 회차

일시 | 2023년 11월 24일(금) 10:00~13:00

내용 | 콘서트장 꾸미기
- 우리의 평소 수업 사진을 인쇄해 발표회장 꾸미기, 무대 소품·의상 준비
- 리허설

진행사진



20 회차

일시 | 2023년 11월 25일(토) 10:00~13:00

내용 | 댄스 동작 피드백 및 복습 마무리
- 방송 댄스 안무 학습 및 복습 작은 발표회

진행사진



춤추는 영덕 : 비바 청춘! 트로트 발레



- 목표** | 사고 예방, 스트레스 극복, 삶의 즐거움 제공
- 기간** | 2023. 7. 17.(월) ~ 2023. 11. 30.(목) 매주 금요일 18:00 ~ 21:00(3시간)
- 대상** | 노년 (65세 이상 23명)

프로그램 내용

흥겨운 트로트도 듣고, 의자에 앉아 발레를 즐기는 1석2조 프로그램
 쓰지 않던 근육을 갑자기 쓰면 경련이 나거나 통증이 발생할 수 있어
 무리가 되지 않도록 의자에 앉아 체어 발레 진행
 시니어가 발레를 쉽고 친근하게 느낄 수 있도록 기존의 클래식 음악이 아닌 트로트를 선택하여 흥미 유발

“영덕 긍정 발레” 제작
 우리들만의 발레 작품 제작을 통해 성취감과 창의성 증진
 협동심과 추진력을 통해 삶에 활기를 불어넣음

운영 내용

1 회차

- 일시** | 2023년 7월 21일(금) 18:00 ~ 21:00
- 내용** | 자신의 신체를 천천히 만져보며 몸의 감각을 일깨움
 - 나의 신체의 현 모습 그 자체를 알아가고 사랑하는 방법 배우기

진행사진



2 회차

- 일시** | 2023년 7월 28일(금) 18:00 ~ 21:00
- 내용** | 타인과 악수, 포옹 등 몸을 직접 접촉하며 교감
 - 타 참여자와의 접촉을 통하여 교감하며 친밀감 형성
 - 나와 다른 사람의 신체 차이를 인식하며 다양한 신체 접촉과 순서를 정하여 트로트에 맞춰 하나의 춤으로 승화함

진행사진



3 회차

일시 | 2023년 8월 4일(금) 18:00 ~ 21:00

내용 | 팔의 기본 동작 배우기

- 팔 동작의 기본 명칭을 알아보고 그 뜻을 이해하며 동작 따라하기
- 의자에 앉아 트로트 음악에 맞춰 발레 기본 팔 동작 포지션 (두 손을 모아 동그랗게 내린 양바, 두 손을 가슴 높이로 동그랗게 말아 올린 양아방, 두 손을 만세 하듯 올린 양호 등)을 배움

진행사진



4 회차

일시 | 2023년 8월 11일(금) 18:00 ~ 21:00

내용 | 팔 동작 응용하기

- 의자에 앉아 전차 시에 배운 발레 기본 팔 동작을 바탕으로 트로트 음악에 맞춰 응용된 팔 표현을 배움
- 팔동작 순서를 계속 교차하여 치매 예방을 도움

진행사진



5 회차

일시 | 2023년 8월 18일(금) 18:00 ~ 21:00

내용 | 발레 걸음걸이 익히기

- 트로트 음악에 맞춰 발레의 기본 발 포지션(두 무릎을 펴고 발뒤꿈치가 닿는 1번 발, 어깨 너비로 다리를 벌린 2번 발 등)과 걸음걸이(스텝, 투스텝 등)를 배움

진행사진



6 회차

일시 | 2023년 8월 25일(금) 18:00 ~ 21:00

내용 | 발레 걸음걸이 응용하기

- 트로트 음악에 맞춰 전 차시에 배운 기본 발 동작과 발레 걸음걸이를 이용한 응용 동작을 배움

진행사진



7 회차

일시 | 2023년 9월 1일(금) 18:00 ~ 21:00

내용 | 발레 응용 동작 표현하기

- 의자에 앉아 트로트 음악에 맞춰 4, 6차시에 배운 팔 동작 연습하기
- 트로트 음악에 맞춰 팔과 걸음 함께 움직여보기
- 팔 동작과 걸음걸이를 응용한 표현 배우기

진행사진



8 회차

일시 | 2023년 9월 8일(금) 18:00 ~ 21:00

내용 | 발레의 예절 배우기

- 트로트 음악에 맞춰 귀족 발레의 인사와 표현 배우기

진행사진



9 회차

일시 | 2023년 9월 15일(금) 18:00 ~ 21:00

내용 | 내가 귀족이 되어보기

- 트로트 음악에 맞춰 귀족 발레 인사와 발레 마임을 배우기
- 다 함께 마임에서 배운 동작들로 무언극 만들기

진행사진



10 회차

일시 | 2023년 9월 22일(금) 18:00 ~ 21:00

내용 | 트로트 음악에 맞춰 간단한 귀족 발레 춤 배우기

- 귀족들이 발레를 즐겼던 배경에 대해 알아보기
- 귀족 발레를 통해 시대를 이해하기

진행사진



11 회차

일시 | 2023년 10월 6일(금) 18:00 ~ 21:00

내용 | 트로트 음악에 맞춰 간단한 귀족 발레 춤 재구성하기

- 발레 춤의 순서를 바꿔 우리만의 귀족 발레 순서 만들기
- 우리가 귀족이었다면 어떤 동작으로 우아함을 표현하였을지 생각해보고 우리만의 귀족 발레 순서에 추가해보기

진행사진



12 회차

일시 | 2023년 10월 13일(금) 18:00 ~ 21:00

내용 | 왈츠와 호흡

- 트로트 음악에 맞춰 다양한 왈츠 스텝을 배운 후 서로 마주 보며 왈츠 스텝을 밟으며 호흡을 맞춰봄
- 다른 참여자와 호흡을 통해 혼자 추는 것과 함께 추는 것의 장단점 공유하기

진행사진



13 회차

일시 | 2023년 10월 20일(금) 18:00 ~ 21:00

내용 | 프랑스 궁정 발레를 트로트 음악에 맞춰 작품 만들어보기 -I

- 박자를 나눠보고 걸음걸이 순서를 정하여 연습

진행사진



14 회차

일시 | 2023년 10월 27일(금) 18:00 ~ 21:00

내용 | 프랑스 궁정 발레를 트로트 음악에 맞춰 작품 만들어보기 -II

- 박자에 맞춰 팔 동작의 순서를 구성해보고 연습

진행사진



15 회차

일시 | 2023년 11월 3일(금) 18:00 ~ 21:00

내용 | 프랑스 궁정 발레를 트로트 음악에 맞춰 작품 만들어보기 - III
- 박자를 나눠보고 걸음걸이 순서를 정하여 연습

진행사진



16 회차

일시 | 2023년 11월 10일(금) 18:00 ~ 21:00

내용 | “영덕 궁정 발레” 스토리텔링
- 우리들만의 발레를 만들기 위해 영덕하면 떠오르는 것들을 5가지 선정
- 5가지 선정한 것을 배웠던 발레 동작들로 표현해보기

진행사진



17 회차

일시 | 2023년 11월 17일(금) 18:00 ~ 21:00

내용 | “영덕 궁정 발레” 안무 창작
- 5가지를 가지고 연결 동작을 만들어 안무를 직접 창작하고 구성하기
- 트로트 노래 선정, 춤의 배경 설정하기(년도, 상황 등)

진행사진



18 회차

일시 | 2023년 11월 24일(금) 18:00 ~ 21:00

내용 | “영덕 궁정 발레” 소품 만들기
- 영덕을 대표하는 것이나 우리의 스토리를 더 잘 나타낼 수 있는 것 선정하기
- 참여자만의 색으로 표현하며 소품 꾸미기

진행사진



19 회차

일시 | 2023년 11월 27일(월) 18:00 ~ 21:00

내용 | “영덕 궁정 발레” 완성하기
- 트로트에 맞춰 창작된 발레 안무와 소품을 사용하여 표현하기

진행사진



20 회차

일시 | 2023년 11월 29일(수) 18:00 ~ 21:00

내용 | “영덕 궁정 발레” 뽐내기
- 발표회를 통하여 무대에서 우리들의 “영덕 궁정 발레”를 연주하기

진행사진



춤추는 영덕 : 우린 하나



- 목표 | 문화예술교육을 통하여 다양한 문화에 대한 벽을 허물고,
다함께 한마음으로 노래하는 합창 교육을 통해 공동체 의식 고양 및 사회 참여 의식 제고
- 기간 | 2023. 7. 17.(월) ~ 2023. 11. 30.(목) 매주 월요일 18:00 ~ 21:00(3시간)
- 대상 | 전 생애 (다문화가정 25명)

프로그램 내용

영덕군에 터전을 잡고 살아가고 있는 다문화가정을 대상으로 합창 문화예술교육을
진행하며 그들의 삶의 질을 문화예술로 향상시키고 새로운 문화를 만들어 나가고자 함

프로그램 주요 특징

합창을 통하여 공동체 의식이 함양되고 문화감수성 향상됨
다양한 문화를 이해하고 문화 융합을 통하여 새로운 영덕의 다문화 예술을 만들어감

1 회차

일시 | 2023년 7월 18일(화) 18:00 ~ 21:00

내용 | 참여 인력의 나라 이해하기
- 언어와 문화 알아보기

진행사진



2 회차

일시 | 2023년 7월 20일(목) 18:00 ~ 21:00

내용 | 박자, 리듬
- 다양한 리듬을 구성하여 박자와 리듬을 구분하고 리듬을 타며 다양한 박자와 리듬을 알아보기

진행사진



3 회차

일시 | 2023년 7월 24일(월) 18:00 ~ 21:00

내용 | 합창의 역사, 음악이론
- 합창의 역사와 화성에 대해 배우고 합창 파트 이해

진행사진



4 회차

일시 | 2023년 7월 25일(화) 18:00 ~ 21:00

내용 | 악보 읽어보기
- 원 파트 '그대 내게 행복을 주는 사람'을 통해 악보를 읽는 법을 알아보기

진행사진



5 회차

일시 | 2023년 7월 31일(월) 18:00 ~ 21:00

내용 | 소프라노, 알토, 테너, 베이스 나누기
- 파트에 대한 정보를 복습하고 고음 불가 게임을 통해 파트 나눠보기

진행사진



6 회차

일시 | 2023년 8월 1일(화) 18:00 ~ 21:00

내용 | 베트남 언어와 문화 특징 알아보기
- 발음할 때 유의점, 전통의상, 식문화를 알아보며 문화적 공통점과 차이점을 이해하기

진행사진



7 회차

일시 | 2023년 8월 7일(월) 18:00 ~ 21:00

내용 | 베트남 민요 알아보기
- 베트남 민요의 특징과 노래를 부를 때 발음 유의점을 알아보고 주 멜로디로 불러보고 2 파트로 나눠서 노래 부르기
(곡 : Xuan Ve Ban Em)

진행사진



8 회차

일시 | 2023년 8월 14일(화) 18:00 ~ 21:00

내용 | 케냐 언어와 문화 특징 알아보기
- 발음할 때 유의점, 전통의상, 식문화를 알아보며 문화적 공통점과 차이점을 이해하기

진행사진



9 회차

일시 | 2023년 8월 21일(월) 18:00 ~ 21:00

내용 | 케냐 민요 알아보기

- 케냐 민요의 특징과 노래를 부를 때 발음 유의점을 알아보고 주 멜로디로 불러보고 2 파트로 나눠서 노래 부르기
(곡 : Jambo)

진행사진



10 회차

일시 | 2023년 8월 28일(월) 18:00 ~ 21:00

내용 | 이탈리아 언어와 문화 특징 알아보기

- 발음할 때 유의점, 전통의상, 식문화를 알아보고 문화적 공통점과 차이점을 이해하기

진행사진



11 회차

일시 | 2023년 9월 4일(월) 18:00 ~ 21:00

내용 | 이탈리아 가곡 알아보기

- 이탈리아 가곡의 특징과 노래를 부를 때 발음 유의점을 알아보고 주 멜로디로 불러보고 2 파트로 나눠서 노래 부르기
(곡 : O Sole Mio)

진행사진



12 회차

일시 | 2023년 9월 11일(월) 18:00 ~ 21:00

내용 | 독일 언어와 문화 특징 알아보기

- 발음할 때 유의점, 전통의상, 식문화를 알아보고 문화적 공통점과 차이점을 이해하기

진행사진



13 회차

일시 | 2023년 9월 18일(월) 18:00 ~ 21:00

내용 | 독일 가곡 알아보기

- 독일 가곡의 특징과 노래를 부를 때 발음 유의점을 알아보고 주 멜로디로 불러보고 2 파트로 나눠서 노래 부르기
(곡 : Ich Liebe Dich)

진행사진



14 회차

일시 | 2023년 9월 25일(월) 18:00 ~ 21:00

내용 | 합창할 때 지켜야 할 사항들 맞춰보기

- 합창할 때 기본자세, 자리 배치 방법 알아보기

진행사진



15 회차

일시 | 2023년 10월 5일(목) 18:00 ~ 21:00

내용 | 합창 '그대 내게 행복을 주는 사람' 화음 연습

- 원 파트로 불러본 후 한 파트씩 다 같이 연습 후 화음을 하나씩 쌓아 화음을 느껴보기

진행사진



16 회차

일시 | 2023년 10월 16일(월) 18:00 ~ 21:00

내용 | 다섯 글자 예쁜 말 알아보기

- 다섯 글자 예쁜 말이 뭐가 있을지 이야기를 해보고 '다섯 글자 예쁜 말' 합창 불러보기
- 우리들의 다섯 글자 예쁜 말을 정해서 개사해보기

진행사진



17 회차

일시 | 2023년 10월 23일(월) 18:00 ~ 21:00

내용 | 노래에 어울리는 안무 배우기
- 배운 노래에 맞는 안무를 배워보기

진행사진



18 회차

일시 | 2023년 10월 26일(목) 18:00 ~ 21:00

내용 | 안무 창작하기
- 각 나라만의 포징을 선정하여 합창 안무 만들기

진행사진



19 회차

일시 | 2023년 10월 30일(월) 18:00 ~ 21:00

내용 | 연주자의 마음가짐
- 연주자의 기본자세와 마음가짐, 무대매너에 대해 알아보고 이를 바탕으로 리허설 진행

진행사진



20 회차

일시 | 2023년 10월 31일(화) 18:00 ~ 21:00

내용 | 콘서트 형식의 발표회

진행사진



우리들의 이야기

치얼업 베이비

춤추는 마음

중년들

비바 청춘! 트로트 발레

우린 하나

총괄기획자

춤추는 영덕 : 치얼업 베이비

수강생

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 감사합니다.
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. 감사합니다.
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.
이나윤	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 덕분인 것 같다. 감사합니다.
황예담	모든 과정이 너무 즐겁고 재미있었다. 춤추고 공연하는 게 즐겁고 준비하는 게 특히 재밌었다. 선생님들과 꼭 또 만나고 싶다.

춤추는 영덕 : 치얼업 베이비

강사

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.

춤추는 영덕 : 춤추는 마음

수강생

- 가. 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 뵈고 문화예술 교육으로서 풀어보는 방법을 제시해주는 강사 선생님들과 함께여서 소중한 시간이었다.
- 나. 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.
- 다. 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.

춤추는 영덕 : 춤추는 마음

강사

주강사 문봉규 선생님



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 끌라주를 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 선생님



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 선생님



&

보조강사 김주연 선생님



춤추는 영덕 : 중년돌

수강생

- 가.** 처음 시작할 때는 할 수 있을까라는 의구심이 생겼다. 결석을 하지 않고 반복해서 연습하고 수업 내용을 톡에 올려주셔서 수업 참여에 많은 도움이 되었다. 우리의 이야기가 작품으로 승화되어서 주위 분들에게 무대를 보여준다는 것이 설레임이 앞섰다. 참여하면서 좋은 시간을 보낸 것 같다. 내 자신이 자랑스럽다. 동료분과 선생님들께 감사드리고 앞으로도 기회가 되면 또 참여하고 싶다.
- 나.** 오십이 넘어 취미생활로 프로그램에 참여하여 모르는 사람들과 만나는 일주일의 하루가 너무 즐겁고 신나는 시간이었어요. 작품이 되어가는 과정에 뿌듯함과 자신감도 생겨 지도해주신 선생님들께 새삼 고맙고 감사하네요. 다음에도 참여하고 싶네요.
- 다.** 춤추는 영덕 : 중년돌을 마치며 새로운 분들과 함께 해서 좋았습니다. 서로 얘기하며 동네 분위기도 파악하고 각 가정의 거의 비슷하게 살고 있음을 알게 되어 마음도 편안하고, 운동 안하던 몸을 스트레칭하며 많이 유연해져서 건강도 좋아졌습니다.
- 라.** 무기력했던 생활에 활력소가 되어준 것 같다. 앞으로도 이런 시간을 많이 접할 수 있는 기회가 있으면 좋겠다. 수고하셨고 감사합니다.
- 마.** 유연히 마주한 수업. 새로운 얼굴들과 즐겁게 여름을 지나고 가을, 겨울. 추억을 많이 쌓았어요. 신선한 충격입니다. 행복한 시간 감사합니다.
- 바.** 매주 주말이 기다려졌습니다. 몸을 움직일 수 있는 이 시간이 기다려집니다. 몸치였던 제가 춤이라는 걸 배워서 발표회에도 참여한다는 게 놀라웠습니다. 찬찬히 한 동작 한 동작 가르쳐 주심에 재미있게 잘 배웠습니다. 이렇게 좋은 프로그램 내년에도 부탁드립니다. 좋은 분들과 알게 되어서 너무 좋았습니다. 음악에 맞춰 몸을 흔드는 이 시간이 즐거웠습니다.
- 사.** 음악에 맞춰 움직이는 것이 스트레스 해소에 최고로 좋은 것 같다. 무딘 몸을 움직임으로써 유연해지는 느낌이 들고 건강해져서 좋았다. 반가운 사람들과 알게 되고 주말마다 반갑게 인사하며 즐거운 웃음이 만발하는 시간을 알게 되어 좋았다. 주변의 사람들에게 소개하며 추천하고 싶고 멋진 발표도 해보며 좋은 추억을 만들어 갈 수 있어서 행복했습니다~ 앞으로도 이 행복하고 즐거운 시간을 가질 수 있도록 지속적인 수업 부탁드립니다~ 정말 감사합니다.

춤추는 영덕 : 중년돌

강사

주강사 정혜원 선생님



&

보조강사 김근영 선생님



프로그램을 처음 시작하면서 단체명을 함께 지었습니다. '영덕 줌인' 영덕을 가까이서 보면 우리가 함께 살아가고 있음이 보이고 우리를 자세히 들여다 볼 수 있는 시간이 되었으면 하여 다같이 작명을 하게 되었습니다. 처음 춤을 접하는 분들이 많아 걱정하고 힘들어하셨는데 한곡씩 끝날 때마다 성취감을 느끼시고 재미있어하시는 모습을 보니 뿌듯했습니다. '영덕 줌인'으로 나의 몸에 대해 알아가고 서로의 상태를 알아가보며 서로 맞춰가며 열정적으로 움직임들을 따라와주셔서 저희도 열정적으로 움직일 수 있었습니다. 함께 공연을 준비하며 많이 웃고 즐거웠던 뜻깊은 프로그램이었습니다.

춤추는 영덕 : 비바 청춘! 트로트 발레

수강생

권길화

발레 배우면서 몸이 가벼워졌다는 느낌이 들어요. 자세가 바르게 된 느낌도 들고 등이랑 이런 부분들이 많이 유연해졌어요. 발레 동작을 처음 배울 때는 안 해본 동작을 하니까 조금 힘들기도 했어요. 그래서 처음에 조금 조심조심 배웠어요. 그런데 선생님들이 와! 해줄 때 너무 재미있었어요. 또 잘했어요! 해줄 때마다 너무 좋았어요. 퍼레이드도 선생님들이 앞에서 인도를 잘해주니까 선생님만 따라가면서 신났어요. 사실 줄이 안 맞고 뒤 팀 음악 소리가 너무 커서 우리 음악이 잘 안 들렸는데도 우리는 1등 해서 선생님들 기쁘게 해드리고 싶어서 최선을 다했던 것 같아요. 이번에 시내에서 우리 본 사람들이 하나같이 얘기하기를 옷이 너무너무 이뻐했다고 하더라고요. 선생님이 선택했는지 누가 선택했는지 너무너무 잘하셨어요. 우리 선생님들 아주 파이팅이에요. 파이팅!!

권복연

처음에 회장님 통해서 발레 배운다고 들었을 때 “와!” 했어요. 마음이 너무너무 설렜지요. 이 나이에 발레를 배운다니... 이런 촌에는 그렇게 발레를 배울 수 있는 곳이 없잖아요. 기대도 많이 됐고 했는데 배우고 나니까 하나하나 모든 게 다 재미있었어요. 발레 배우는 것도 재미있는데 이런 미남 선생님들이랑 함께한다는 것 자체도 너무 행복했어요. 열심히 가르쳐 주시니까 우리도 덩달아 열심히 하게 되고 밖에 나가서 시민들 앞에서 호응도 받고 하니까 힘든 줄도 모르고 너무 행복한 시간이었던 것 같아요.

권필향

매트 운동이 처음에 어렵고 힘들기도 했는데 집에 가서 보니까 정말 좋더라고요. 제가 골반이 조금 말려 있었는데 퍼지면서 넓어지는 느낌이 들었어요. 또 유연해지면서 몸도 전체적으로 좋아지는 느낌이 있었어요. 야외에서 발레로 퍼레이드도 했는데 오랜만에 설레는 느낌도 들고 너무 행복했어요. 이번에 2등을 했는데 12월 공연 때는 1등 하고 싶어요.

김경옥

우리가 발레라는 것을 받아들일 수 있을까? 너무 낯선 느낌이 들었는데 트로트랑 접목을 하니까 지루하지도 않고 신나면서 즐겁게 배울 수 있었던 것 같아요. 우리가 라인 댄스도 배우는데 라인 댄스랑 다른 점이 이거는 재미있으면서 몸매 교정도 되고 모든 모습이 가장 예뻐 보일 수 있는 동작들을 가르쳐주더라고요. 다음에 또 이 프로그램이 있으면 또 참여해서 할 거예요. 몸매 교정도 되면서 재미있는 프로그램으로는 트롯발레가 최고인 것 같아요.

남위생

이 나이에 발레를 배울 수 있다는 것 자체가 너무 감사했어요. 배우면서 너무 즐거웠고 몸이 굉장히 가벼워졌어요. 발레라는 예술은 너무 매력있는 것 같아요. 우리가 발레를 배울 수 있다는 사실만으로도 너무 행복하고 기쁜 일이었어요.

박구만

처음에 트롯발레를 한다고 했을 때, 도시에서는 어떤지 모르겠는데 여기는 시골이라 발레라는 게 조금 생소하면서 기대가 많이 됐어요. 그런데 막상 배워보니까 너무 재미있었어요. 낯선 발레에 트로트 음악이 접목되니까 굉장히 즐겁더라고요. 흥겨운 트로트 음악에 발레 동작을 섞어서 퍼레이드도 나가니까 너무너무 즐거웠습니다. 퍼레이드 때도 별신 곳이라든지 이런 한국의 전통적인 악기들이 나와서 하는 게 많았는데, 나이가 많은 우리들이 발레라는 낯선 장르로 퍼레이드에 참여하다 보니까 신기하고 아름다웠다고 말해주는 사람들이 많이 있었어요. 나이 든 사람도 할 수 있구나, 우리도 하면 된다는 생각을 들게 해준 너무 행복했던 프로그램이었습니다. 그리고 선생님들이 너무 좋아서, 너무 상냥하고 잘 가르쳐주셔서 너무 행복했습니다.

박금화

맨 처음에 문화회관 팀장님께서 트롯발레가 나왔는데 회장님 해보실래요? 하시길래 걱정이 됐었습니다. 우리가 어떻게 발도 들고 하는 발레를 하나 싶었습니다. 하지만 제가 회장이기에 다른 팀 줄 바에는 우리가 해야지 싶어서 하겠다고 했는데 이게 운동도 되고 자세가 바르게 되더라고요. 그때 아 팀장님께 하겠다고 말하기를 잘했다 싶더라고요. 또 선생님들께서 수업을 웃기게 너무 잘해주셔서 수업하는 그날만을 기다리면서 일주일을 보냈습니다. 진짜 솔직하게 거짓 하나 없이, 웃음이 계속 나니까 모든 회원이 그날만을 기다렸습니다. 평소에 안 오는 회원들도 이날에는 나오더라고요. (웃음)

춤추는 영덕 : 비바 청춘! 트로트 발레

수강생

박옥자 트롯발레? 생소하고 낯선데.. 내가 과연 할 수 있을까 싶었어요. 그런데 선생님들이 보여주는 동작을 따라 하는 게 재밌고 아 이게 하나기 기분이 좋아지고, 젊어진다는 느낌이 들더라고요. 수업이 끝나도 또 하고 싶고.. 또 하고 싶고.. 동작이 안 맞아도 다음 주일이 기다려지고 그 시간이 기다려지고 행복하더라고요. 퍼레이드라는 것도 처음 해봤는데 멋있는 선생님이 앞에서 동작도 함께 해주시니까 너무 재밌고, 관중들이 박수도 쳐주고 사진도 찍고 하나기 제가 마치 초등학교 때로 돌아간 것 같이 행복하더라고요. 그날이 아주 행복하고 즐거운 기억으로 남아있어요.

안성자 힐링 요법을 하면서 자세가 바르게 되고 좋았어요. 트롯발레도 처음에는 낯설고 우리가 나이가 있어서 걱정이 많이 됐는데, 막상 해보니 너무 즐겁고 좋았어요. 선생님들이 앞에서 너무 잘 이끌어 주시고 재미있게 해주셔서 시간 가는 줄 모르게 배웠어요. 또 퍼레이드도 우리끼리 했으면 창피해서 못 했을 거예요. 선생님들이랑 함께 하나기 창피한지도 모르고 신나서 춤쳤어요. 올해 수업이 다 끝나도 나중에라도 선생님들 또 만나고 싶어요.

이명자 우리 손녀가 아직 어리지만 발레를 배우고 공연도 올리고 합니다. 막상 내가 트롯발레를 배우게 되니 내 나이에 과연 할 수 있을까 걱정이 있었지만, 지금은 딸에게 트롯발레를 배우는 사진과 영상을 보내주니 손녀가 보고 “어머 할머니!” 하면서 손녀와 대화가 통하고 더욱 친해지는 계기도 되었습니다. 또 서울에서 오신 선생님 세 분이 우리 눈높이에 맞게 잘 가르쳐준다고 하나기 딸도 좋아하고 주변 사람들도 좋아해 주더라고요. 선생님들이 바른 몸을 보는 안목들이 있으시다 보니 바른 자세를 만드는 데도 많이 도움이 되었습니다.

정생금 미스터트롯에 정민찬이라는 발레리노가 보여준 발레 동작들을 보면서 멋지다는 생각은 해봤지만, 내가 직접 트롯발레를 배운다고 하니 낯설기도 하고 나이 때문에 내가 과연 할 수 있겠나 하는 생각이 컸습니다. 그런데 막상 배우다 보니 우리 나이대에 맞춘 맞춤형 동작들이 준비가 되어있어서 재미있으면서 어렵지 않았고 운동으로 배우기에도 너무 적합하다는 생각이 들었습니다. 또 퍼레이드 행진을 하면서 양옆에 관중들이 호응도 해주고 관심을 가지고 사진도 많이 찍으시고 하시니까 생소했지만 그걸 보면서 우리들이 오히려 즐겁고 에너지가 넘치고 아주 행복한 시간이었습니다. 젊은 선생님들이 유머러스하게 우리들한테 너무 잘 맞춰주시고 하니 앞으로도 시간과 여건이 되면 오래도록 하고 싶습니다.

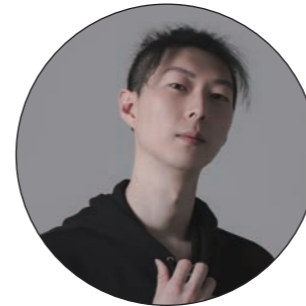
주정숙 우리가 전부 나이가 있는데 이런 걸 할 수 있을까, 걱정이 들었는데 막상 배우고 나니까 저는 제가 몸이 뼈뿔 어저 있다는 걸 이번에 처음 알게 됐어요. 누워있을 때도 자세를 똑바르게 해야겠다는 생각이 들면서 수업에 열심히 임하다 보니 몸이 많이 바르게 바뀐 것 같아요. 또 사실 우리가 사회활동, 단체활동을 많이 해봤는데도 발레라는 건 처음 해봤고, 트롯발레는 또 더 색다르게 다가와서 저는 우리가 1등 할 줄 알았어요. (웃음) 주변에서 나이 먹고 무슨 발레냐 하는 사람도 있었는데 트로트랑 섞이니까 이게 굉장히 재미있어요. 공연 준비 잘해서 그 사람들한테 멋지게 보여줘야겠어요.

홍인자 힐링 요법을 통해 온몸이 릴렉스된 느낌이고 뼈가 제자리를 찾아가는 느낌을 받았습니다. 퍼레이드를 준비하면서 많이 설레었고 행진하면서 즐겁다는 감정이 막 올라왔습니다. 이런 감정을 너무 오랜만에 느끼다 보니 행복했습니다. 1등 했으면 더 좋았을 텐데... (웃음) 2등도 잘한 거겠죠? ㅎㅎ

춤추는 영덕 : 비바 청춘! 트로트 발레

강사

주강사 우만제 선생님



‘트로트 발레’로 즐거움을 드린 주강사 우만제입니다. 생각의 전환을 많이 하게 된 수업이었습니다. 발레는 어렵다는 고정관념을 어떻게 바꿔야 할까, 트로트 음악으로 발레를 어떻게 취야 할까? 머릿속이 복잡한 심정이었습니다. 첫 수업을 하기 전까지는요. 즐겁게 참여하시고, 웃음이 사라지지 않는 수업의 연속이었습니다. 몸의 자세를 바르게 만들어 드리며, 근력을 향상시키고 나아가 재미를 찾아드리는 값진 수업이었습니다.

보조강사 김명훈 선생님



‘비바청춘! 트로트 발레’에서 힐링 요법을 강의한 김명훈입니다. 노령화 시대에 정신적 건강과 육체적 건강을 함께 병행할 수 있는 수업은 흔치 않지만, 트로트 발레는 음악에서 주는 즐거움과 발레 동작에서 주는 운동 에너지로 삶을 긍정적인 방향으로 지향할 수 있어 좋습니다. 아름다움을 찾아가는 과정을 즐기시는 트로트발레 참가자 어르신들의 소탕한 깔깔거리는 웃음소리에 저 또한 힐링의 시간이 되었습니다.

보조강사 이성민 선생님



노년 발레 ‘트로트 발레’ 프로그램은 노년기 어르신들께 적절한 운동 및 활동을 통해 건강한 신체를 유지할 수 있도록 도움을 주고자 하는 취지로 제작되었습니다. 트로트 음악과 함께 발레의 기본 동작들을 어르신들의 난이도에 맞게 변형하여 일반적인 노화와 호르몬 변화 등을 통해 감소한 근육 조직과 신체 유연성을 향상시키고 무너져가는 신체 밸런스를 되찾는 힐링요법 프로그램을 조합해 간단하지만 다양한 운동적 효과를 가져올 수 있도록 하였습니다. 영해면의 어르신들께서 호탕한 웃음과 함께 수업에 누구보다 열정을 가지고 참여하신 덕분에 장거리 운전을 통해 찾아뵙는 매주의 시간이 즐겁지만 하였습니다. 다양한 효과를 보고 계시다는 어르신들의 말씀을 통해 감사들마저 힐링의 시간이 되었습니다. 먼 길 오느라 고생한다고 매주 많은 선물까지 챙겨주신 참가자 분들께 진심 어린 감사를 드립니다.

춤추는 영덕 : 우리 하나

수강생

류희정

우리 하나 처음 시작할 때와 비교해서 내적으로나 외적으로나 크게 변화한 게 느껴져 솔직하게 작성하는 후기예요! 저는 새로운 직장 근무를 시작한 지 3개월 됐는데 '우리 하나' 프로그램을 신청 시작을 하게 되었습니다. 그런데 일이 매우 바빠서 신청할 수 있을까 그때 고민 많이 했어요. 많이 생각해 봤지만 결국에 무지개 합창단을 신청했습니다. 너무 좋은 것 같아서 신청했습니다. 노래 실력이 부족해서 좀 걱정했습니다. 하지만 수업해 주시는 지휘자 선생님과 반주 선생님의 열정과 기본 좋아지는 수업이 너무 즐겁고 재미있습니다. 선생님들의 열정으로 즐거운 수업 시간이 되었습니다. 합창 연습할 때를 잊지 못했습니다. 진짜 눈물 날 뻔했어요. 다 같이 한 마음으로 힘든 사람들을 위해 노래를 부르는데 너무 감동적이고 몽클했어요. 모든 노래가 너무 감동적! 덕분에 합창단원끼리 좋은 공연 했습니다. 감사합니다.

나오

참 아름다운 영덕의 밤에 참 아름다운 시월의 멋진 축제에 참 아름다운 우리들의 참 아름다운 의상과 포즈와 표정 그리고 노래 부르는 행복한 모습은 지구촌 최고의 평화로움이고 최고의 아름다움의 극치입니다. 아낌 없는 찬미와 찬양을 보냅니다. 제가 다니는 교회 목사님이 어제 공연을 보시고 감동을 받고 이 멘트를 단원들에게 전해달라 하셔서 남깁니다. 모두에게 행복한 시간이었길 바랍니다. 우리를 이끌어주신 선생님들, 합창단 친구들 올해도 수고하셨고 감사합니다~

방무석

지휘자 선생님, 반주자 선생님, 안무 선생님 부족한 단원들 짧은 시간 가르쳐 주시느라 고생하셨습니다. 많이 부족했지만 그래도 무사히 마칠 수 있었네요. 짧은 기간 연습하고 발표까지 하느라 우리 무지개 합창단 여러분 다들 수고하셨습니다.

원지현

저 혼자 참석하는 합창단이 아니라 자녀랑 같이 하는 가족 합창단이라 더 뜻 깊었어요! 아름다운 노래 가사 덕분에 합창단 활동을 하면서 너무 행복했습니다. 지휘자, 반주자 선생님 덕분에 즐겁게 합창단 활동을 할 수 있었어요.

춤추는 영덕 : 우리 하나

강사

주강사 김상현 선생님



&

보조강사 김신희 선생님



&

보조강사 조소정 선생님



음악이란 소리로서 인간의 사상과 감정을 표현하는 예술이라 할 수 있다.

음악의 여러 장르 중 합창은 보통 16명 이상의 사람이 모여 하모니를 만드는 분야라 할 수 있는데 대개는 여성합창단, 남성합창단, 혼성합창단, 어린이 합창단 등 비슷한 연령대에서 합창단을 구성하게 된다.

특별히 '우리 하나'는 위의 4가지 형태 합창단의 성격을 모두 포함하고 있는 합창단이다. 거기에 다문화 가정이 추가 되는 합창단으로 지휘자로서 레파토리 선정 등 어떻게 프로그램을 이끌어 갈지 참 고민이 많을 수밖에 없다. 직장을 마치고 늦은 시간 합창 연습에 와 피곤도 할 텐데 항상 밝은 모습으로 연습에 임하는 단원들을 보며 지휘자로서, 강사로서 보람을 느꼈다. 올해는 특별하게도 어린이 10명 모두가 초등학교 4학년으로 구성됐는데 핸드폰이나 게임이 더 좋을 어린 아동들이 큰 결석도 없이 프로그램에 참여하는 것을 보면서 너무 기특하고 대견하게 느껴졌다. 어린이라 그런지 감정 표현도 너무 솔직하다. "나는 이 곡이 너무 좋아요", "오늘은 왜 이 노래를 안 불러요?" 하며 투정 아닌 투정을 부리는 모습에 관심이 더 느껴져서 오히려 고마웠다.

다른 합창단에는 없는 여러 연령대와 문화가 달랐던 사람들이 만들어 내는 하모니 속에서 '우리 하나'만의 사운드는 부족하지만, 누군가에겐 즐거움과 감동적이길 바라며 프로그램을 구성하고 모두가 임하였고 공연까지 즐겨주었다. 나름대로 바쁜 일과 속에 있는 단원들이지만 최선을 다 해준 단원들에게 감사를 드린다.

늘 건강하게 행복한 일들 가득한 날들이 되길 바라며 '우리 하나' 파이팅!

총괄기획자



안녕하세요. 어느덧 바쁘게 흘러가던 ‘춤추는 영덕’이 막을 내리고 마무리가 되었네요. 처음으로 기획부터 정산까지 다 담당하며 진행했던 사업이라 마음에 평생 새겨질 것 같습니다. **사업 기획 및 담당자 예술진흥팀 윤현정** 주임입니다.

남, 북으로 길고, 동서로 산맥과 평야와 바다로 구분되어지는 ‘영덕’이라는 지역에서 “춤”을 통해 많은 분들이 소통하고 연령의 벽을 허물 수 있는 발판이 필요하다 느꼈고, “춤추는 영덕”이 그 역할을 해주었으면 하는 마음으로 기획을 시작하게 되었습니다.

가족이 생애주기별로 참여를 하며 집에서 함께 춤을 추는 가족들의 이야기, 신청하고 보니 손녀도 프로그램에 참여하여 자연스럽게 자주 만나는 손녀를 소개해 주시며 행복해하시던 참여자 선생님, 프로그램을 통해 아이들이 주말을 기다린다는 후기를 전해주시는 부모님들까지. 프로그램 내에서부터 외부까지 많은 분들이 더 좋아해 주시고 즐겨주셔서 “춤추는 영덕”이 더 행복한 프로그램으로 막을 내리지 않았나 싶습니다.

바쁘실 텐데 2시간 또는 4시간씩 먼 거리를 대중교통이 불편한 영덕으로 달려와 더 좋은 프로그램과 참여자들을 고려하며 프로그램을 끊임없이 연구해 주시고 준비해 주신 모든 강사 선생님의 열정으로 참여자분들께서 더 만족하며 끝난 것 같습니다. 참여해 주신 강사 선생님들 너무 감사드립니다.

개인적으로 올 한해 처음 이끌어가는 사업이라 많은 어려움이 있었지만 참여자들의 행복한 웃음을 통해 많은 부분을 느끼고 발전하며 보람을 느꼈던 시기였던 것 같습니다. 이번 경험을 통해 모두가, 어디서나, 언제나 문화예술교육을 받을 수 있도록 다양한 프로그램을 개발하고 기획하여 문화예술교육으로 지역이, 지역민이 즐거운 삶을 영위할 수 있도록 노력하겠습니다.

늘 만나면 밝게 웃어주던 친구들, 참여자 선생님들, 강사 선생님들 덕분에 올 한해 정말 행복하게 지냈습니다. 감사합니다.

발행일 2023년 12월

발행처 영덕문화관광재단

기획·진행 예술진흥팀 김민섭 팀장, 윤현정 주임

연락처 Tel. 054-730-5830 Fax.054-730-5896

주소 경북 영덕군 영해면 318만세길 36, 2층

홈페이지 www.ydct.org

디자인 김나영, 강다은

※ 이 책에 실린 글과 이미지는 (재)영덕문화관광재단 허락없이 사용할 수 없습니다.



꿈다락

문화예술학교