

유아를 위한 창작 무용 수업 연구

이 강 순* · 최 희 아**

Abstract

Research of A Creative Dance Class for Young Children

Lee, Kang-Soon (Soong-Wui Women's College)

Choi, Hee-Ah (Pratt Institute)

This research has been created especially for young children, four to six years old in Korea. Among many art activities, the creative dance class helps young children to getting self-esteem, learning self-control, creating free movements, and expressing feelings.

This creative dance class for young children emphasizes self-control, so children could learn how to control themselves physically and emotionally. There are four steps of the creative dance class--beginning movement, creative dance, closing movement, and talking. The beginning movement is warming-up, children do body stretches, so they are to be ready to move physically and emotionally. In the creative dance, children create their own movements, express themselves, and learn self-control. Also, children are to be aware of their bodies. There are ten classes--introducing of themselves, awareness of body, shaping of body, learning directions, moving with partners, learning pathways, changing of body sizes and levels, feel the body energy, creating natural movements, and bowing. Closing movement is to make children clam down and be ready to do the next class. In talking, children and teachers talk about the class how they move and feel.

Chapter I contains the introduction of this research. Chapter II contains basic theory and purposes of creative dance class, and Chapter III contains steps of creative dance class for young children. Chapter IV contains a conclusion and recommendation by the researcher.

* 송의여대

** 미국 프랫 석사과정 중

I. 서 론

21세기는 고도의 지식 정보화 사회로 개방화와 다양화라는 특징을 가지고 있다. 또한 과학 문명의 발달로 인하여 인간성 상실과 핵가족화의 현상에 따른 이기주의 생활 등의 변화가 일어나고 있다. 특히, 최근 한국의 어린이들을 살펴보면, 핵가족화 현상으로 독자 집안이나 소수의 자녀로 구성된 가정이 많아지고 있다. 이런 현상으로 인해 많은 사랑과 관심을 독차지하고 자라면서 어린이들이 자칫 자기 중심이 되거나 산만해지는 경우가 대부분이다. 어린이들을 그대로 방치하는 부모들에게도 문제가 있지만, 그렇다고 너무 행동을 자제시키면 어린이들은 어떠한 일을 하려고 하는 마음이 상실되고 창의력도 잃게 된다. 어린이들에게는 약간의 규율과 자유, 모방과 창의력이 조화롭게 어우러지는 교육이 효과가 있고 성장 발달에도 도움을 준다. 특히, 유아기 때부터 스스로 감정과 신체를 조절할 수 있도록 교육을 받는다면 어느 장소나 환경에서도 어린이들 스스로 판단하여 신체적으로 또 정서적으로 자기 조절을 할 수 있다.

유아들의 산만하고 불안정한 정서의 변화는 여러 가지 이유로부터 발생할 수 있다—자기 중심적인 생각, 다른 사람들의 관심과 사랑, 새로운 환경과 사람들에 대한 두려움, 부모의 곁을 떠나야 하는 두려움, 새로운 규칙과 시간 조절에 대한 긴장 등. 그러므로 여러 가지 친근감과 편안함을 주는 예술 활동의 기회를 유아들에게 주어 그들 스스로 자기 표현을 할 수 있도록 도와주고, 그 과정을 통해 어른들은 유아들의 내적인 감정과 생각을 이해하고, 그에 알맞은 행동 변화를 관찰할 수 있다. 또한 예술 활동을 통해 유아들은 또래 집단과 함께 어울리면서 남을 배려하고 같이 생활하는 방법도 배울 수 있다.

본 논문은 유아들에게 필요한 자기 조절을 중심으로 이루어진 창작 무용 수업을 연구하는데 그 목적이 있다. 따라서 여러 상황에서 어떻게 움직여야하고, 어떻게 움직임을 자제해야 하는지, 또 어떠한 느낌이 드는지 유아들 스스로 직접 경험하게 하고 이해하는 시간이 될 수 있도록 창작 무용 수업을 구성하고 있다.

II. 창작 무용 수업의 이론적 배경과 주제

현대 무용 교육의 아버지라고 불리는 루돌프 라반(Rudolf Laban)에 의하면, 어린이 창작 무용 교육에 있어서 가장 중요한 것은 자발적인 표현 기능 강화와 창의적인 능력 함양

이라고 한다(Laban, 1975: 14). 창작 무용 수업을 통해 동작의 자연스러운 흐름을 이해하고 자기 조절에 의한 신체 에너지의 사용을 직접 경험하는 것은 유아들에게 무엇보다도 중요하다.

특히, 유아기 때 음악과 미술 등 여러 가지 예술 수업을 통해 어린이들은 교육의 문에 들어서게 된다. 음악 수업을 통해 유아들은 어떻게 악보를 읽고, 노래를 하고, 악기를 다루는지 배우고, 미술 수업을 통해 어떻게 그림을 그리고, 만들고, 종이를 접는지 배운다. 무용도 교육의 한 분야로 어떻게 신체를 움직이고, 표현하고, 창작하는지 수업을 통해 꼭 배워야 한다(Smith-Autard, 1994: 46).

무용 교육의 일반적인 목표를 살펴보면, 골격 및 근육, 내장 기관, 감각 기관 등 신체 기능 발달과 율동적인 리듬 능력 발달에 도움을 준다. 또한 무용 교육은 공간 감각과 창의력에도 도움을 주고, 적극적인 자기 표현과 자기 조절에도 도움을 준다. 창작 무용 수업은 무용 전문가를 키우는 수업이 아니라, 무용 수업 참가자들 스스로 자유로운 움직임을 창작하고 표현하는 것으로, 유아기부터 무용의 창의적 표현과 즐거움은 어른이 된 후에도 이어진다(Laban, 1975: 12-13).

여러 가지 다양한 예술 활동 중, 특히 창작 무용은 어떠한 틀에도 매이지 않고, 어린이들 스스로 춤추고, 또 신체로 무엇인가를 만드는 예술 활동으로, 그 참여와 과정을 통하여 신체적, 정서적 성장에 필요한 자기 조절을 즐겁고 편안한 환경 안에서 배우고 느낄 수 있도록 도와주는 것에 목적을 둔 수업이다.

창작 무용 수업 참여는 특히 유아들에게 즐겁고 자연스러운 학습 효과를 제공해준다. 또한 유아들이 참여하는 예술 활동의 결과들은 그들의 내면에서부터 나오는 비언어적인 표현으로 언어 사용에 능숙하지 못한 유아들에게는 보다 직접적이다. 창작 무용 수업의 참여를 통하여 어른들의 방식 안에서의 기대와 교육 방법보다 유아들의 눈높이에서 예술 활동을 통해 그들이 무엇을 필요로 하는지, 왜 그렇게 행동했는지, 무엇을 이야기하고 싶은지 어른들이 진정으로 이해하게 된다.

창작 무용 교육의 역사를 살펴보면, 1930년대의 이사도라 던컨(Isadora Duncan)으로 거슬러 올라간다(Brown, 1979: 7-11). 던컨의 자연스러운 움직임을 바탕으로 하는 어린이 창작 무용은 여러 가지 다양한 음악에 맞추어 스스로 표현하는 것으로 신체적인 발달뿐 아니라 인지적, 정서적으로도 많은 도움을 준다. 자유로운 움직임에 발 맞추어 자유로운 의상과 표현으로도 이어지고, 창작 무용을 하는 과정을 매우 중요시한다.

그 후, 1940년대에 들어서면서 루돌프 라반에 의해 던컨의 자연스러움 움직임은 '현대 교육 무용' 또는 '창작 무용'으로 불리워지고 지금까지 이어져 내려오고 있다. 무용은 교육

의 한 분야로 스스로 움직이고 직접 표현하는 경험으로 결과도 물론 중요하지만, 유아들을 위한 창작 무용 수업은 그 과정이 더 중요하다. 팔과 다리를 높이, 많이 올리는 것도 중요하지만, 그보다 더 중요한 것은 어떠한 느낌으로 어떻게 올리는 가 하는 것이다. 즉 창작 무용 수업을 통해 신체를 움직이는 경험을 중요시하고 자기 표현과 조절에 중점을 둔다. 효과적인 창작 무용 수업을 위해 유아들의 특징을 인지적, 정서적, 심동적, 사회적으로 조사하고, 그에 맞는 창작 무용 수업 주제 10개와 시간, 장소를 아래에 제시한다.

1. 유아들의 특징

유아기는 성장과 발달에 있어서 매우 중요한 시기이다. 신체 크기의 양적인 변화와 함께 정서적으로 성숙되는 시기로 질적인 변화도 포함시킨다. 유아기란 만 4세부터 6세의 어린 이들로, 개인적인 차이가 있지만, 일반적인 특징을 인지적, 정서적, 심동적, 사회적으로 살펴보면 다음과 같다. 인지적 특징은 지식, 이해, 분석 등을 이야기하고, 정서적 특징은 감정을 이야기하며, 심동적 특징은 Bloom(1956)이 주장한 교육 목표--인지적(Cognitive)영역, 정의적(Affective)영역, 심동적(Psychomotor)영역--중 한가지로 반사적 동작, 기초적 동작, 운동 지각 능력, 신체적 기능, 숙련된 기능, 동작적 의사 소통의 의미 등이다(김철주, 1999 : 14, 재인용). 사회적 특징은 대인 관계와 남을 위한 배려 등을 이야기한다.

1) 인지적 특징

인지적 측면으로, 유아들은 집중할 수 있는 시간이 짧다. 하지만 차츰 나이가 들면서 집중 할 수 있는 시간이 길어진다. 또한, 유아들은 쉽게 주의가 산만해 지고, 신체와 신체 동작에 대한 호기심과 질문이 많다. 말이 많아지고, 창의적 활동이 두드러지게 나타나는 시기 도 바로 이때이다.

유아기는 많은 배움과 갈등이 싹트는 시기이다. 주위에서의 많은 경험을 통해 유아들은 배우고, 자기 중심적이므로 사회성, 협동심, 인내심, 이해심, 배려 등을 배워야하는 시기이기도 하다.

2) 정서적 특징

정서적인 측면을 살펴보면, 유아들은 매우 불안한 상태이고, 개인주의적이며 자기 중심

적이다. 타인의 관심을 끌기 위해 여러 가지 행동을 보이기도 한다. 유아기는 자아에 차츰 눈을 뜨기 시작하는 시기이기도 하고, 남녀 차이가 거의 없고 소집단 활동을 하며 거친 동작을 좋아하는 시기이기도 하다.

3) 심동적 특징

유아들은 매우 활동적이다. 모방하기를 좋아하고 상상력이 풍부하여 엉뚱하면서도 기발한 생각을 가지고 있다. 또한 유아들은 리듬 감각이 뛰어나고 발달되는 시기이나, 쉽게 지치고 빨리 회복되는 특징을 가지고 있다.

유아들의 골격은 길이나 넓이 등 계속적으로 변화하는 상태이고, 골격의 조직은 부드럽고 유연하며, 상처나 충격에는 비교적 회복이 빠르나, 너무 심한 타격이나 모든 관절에 과도한 힘을 일시에 가하는 일은 피해야 한다.

뇌의 기능은 매우 빠른 발달을 보이고, 근육의 발달은 몸무게의 발달과 거의 같은 속도로 이루어지는데, 근육의 발달이 급격하다. 신체를 많이 움직이면 호흡을 많이 하게 되어 많은 산소량이 필요하므로 유아들의 신체 사용으로 신체 기능 발달과 함께 폐와 심장, 호흡 순환계의 기능도 활발해진다.

4) 사회적 특징

전반적으로 유아들은 새로운 수업 방식에 익숙하지 않다, 그러므로 조직적이고 반복적인 수업 방식이 필요하다. 기술적이고 이론적인 수업보다는 탐구적인 수업에 유아들은 더욱 흥미를 느끼며, 감정 변화가 심해지고, 또한 그들은 부모와 떨어지지 않으려는 경향이 심하고, 움직이는 것을 즐긴다. 특히 만 5세가 넘으면 유아들은 무언가에 참여하는 즐거움을 느끼게 되고, 음악을 좋아하며, 소품을 가지고 수업하는 것을 즐긴다. 칭찬이나 격려에 유아들은 잘 반응하므로, 될 수 있는 대로 많은 칭찬과 격려를 하여, 즐거운 수업 시간이 되도록 교사의 노력이 필요하다. 또한 많은 칭찬으로 유아들은 자신감을 얻게 된다.

2. 창작 무용 수업 주제

유아들의 산만하고 집중 시간이 짧으며 신체에 대한 호기심이 강한 인지적 특징, 불안하고 개인주의적인 정서적 특징, 활동적이며 상상력과 창의력이 풍부한 심동적 특징, 또래 집

단과의 많은 경험이 필요한 사회적 특징을 바탕으로 자기 조절, 자기 표현, 창의성, 자신감, 사회성, 상상력, 모방성 등 창작 무용 수업을 통해 얻을 수 있는 효과를 기본으로 아래의 10개 수업을 구성했다. 제 1 교시는 자기 소개 및 그룹과 친해지기, 제 2 교시는 신체 부위 익히기 및 신체의 부분적/전체적 사용하기, 제 3 교시는 신체로 모양 만들기, 제 4 교시는 방향 익히기, 제 5 교시는 파트너와 함께 움직이기, 제 6 교시는 동선 익히기, 제 7 교시는 신체의 크기와 높낮이 익히기, 제 8 교시는 신체 에너지 익히기, 제 9 교시는 신체의 자연스러운 움직임 이해하기, 그리고 제 10 교시는 작별 인사하기이다.

1) 제 1 교시

수업목표: 새로운 수업 환경 적응, 사회성, 심리적/신체적 준비

수업주제: 자기 소개 및 그룹과 친해지기

준비물: 이름 스티커

창작 무용 수업 시작에서 가장 중요한 것 자기 소개와 함께 그룹 친구들의 이름 외우기와 서로 친해지는 것이다. 첫 수업이기 때문에 유아들 모두 긴장하고 새로운 환경에 적응하기 힘들다. 각자 소개를 통해 두려움과 어색함을 없애는 좋은 시간이 필요하다.

교사는 이름 스티커를 미리 준비하여 유아들 가슴에 붙여준다. 이름도 외우고 분위기도 편하게 만들기 위해서 각자 이름을 이야기하면서 동작을 하나씩 만들어서 서로에게 보여준다. 먼저 원을 만들어 서서 한 어린이가 자신의 이름을 말하는 동시에 동작을 하면, 다른 어린이들이 똑같이 그 어린이의 이름을 말하고 동작을 따라한다. 순서대로 모든 어린이들이 이름과 동작을 소개하고 반복하면서 외울 수 있도록 한다.

이름과 동작을 다 외운 후, 걸으면서 혹은 뛰면서 동작들을 반복한다. 신체의 두 부분, 상체와 하체의 움직임을 구별하여 직접 경험할 수 있는 시간으로, 상체만 움직였을 때, 또 상체와 하체를 같이 움직였을 때, 그 차이를 비교하고 느낌을 이야기한다.

2) 제 2 교시

수업목표: 자기 표현, 창의성, 자신감

수업주제: 신체 부위 익히기 및 신체의 부분적/전체적 사용하기

첫 번째로 신체의 여러 부분을 알아본다. 머리, 어깨, 팔, 다리, 엉덩이, 손, 발 등 신체를 구성하는 여러 부분의 이름과 위치를 정확하게 유아들이 알 수 있도록 신체를 직접 만져본

다. 신체의 한 부분만 움직이기, 두 부분만 움직이기 등 신체의 부분적 사용을 경험한다.

신체를 움직일 때는 작은 근육부터 큰 근육 사용으로 이어지는 것이 신체에 무리를 주지 않고 자연스럽게 움직이는 방법이다. 항상 부분적인 신체 사용을 시작으로 전체적인 사용으로 이어준다.

또한 교사는 직선과 곡선에 대한 설명을 한 후, 신체의 어느 부분이 곡선을 이루는지, 또 어느 부분이 직선을 이루는지 알아본 후, 유아들이 직접 경험하고 느껴본다. 팔과 다리로 곡선과 직선을 만든 후, 그 차이를 비교하고 느낌을 이야기한다.

2명씩 1조를 만들어, 파트너의 신체를 사용해서 여러 부분을 직접 만져도 보고, 또 여러 가지 모양과 위에서 배운 직선과 곡선 등도 만들어 본다.

3) 제 3 교시

수업목표: 자기 조절, 사회성, 창의성, 자신감, 자기 표현, 상상력

수업주제: 신체로 모양 만들기

준비물: 책, 그림, 사진

유아들은 책이나 그림, 사진을 주의 깊게 관찰하여 그 안의 동물이나 물건, 사람들이 어떠한 모양을 하고 있는지, 어떠한 색깔인지, 크기가 큰지 작은지 등 사실적인 묘사와 함께 친구들과 그 느낌을 이야기하고, 동작을 그대로 모방한다. 한 모양을 모든 어린이들이 만들어서 서로 어떻게 다른지 비교해 보고, 또 각자 다른 모양을 만들어서 서로 어떻게 어우러지는지 관찰도 한다.

유아들이 스스로 자신의 느낌이나 생각을 신체의 움직임으로 보여질 수 있도록 그 기회를 준다. 특히, 동물을 모방할 때는 소리와 함께 걷기, 달리기 등 평소 어린이들이 좋아하는 동물들을 모방한다.

4) 제 4 교시

수업목표: 자기 조절, 사회성, 창의성, 자신감, 자기 표현

수업주제: 방향 익히기

준비물: 테잎, 리본

공간 안의 여러 방향을 경험해 본다. 앞/뒤, 오른쪽/왼쪽, 위/아래, 사선 등 여러 방향으로 신체를 움직여 본다. 오른쪽, 왼쪽을 구별 못하는 유아들에게 좋은 기회로, 가벼운 걷기

를 하면서 여러 방향으로 움직여보고, 신체의 여러 부분을 다양한 방향으로도 움직여본다. 예를 들어 오른팔은 왼쪽 옆으로, 왼쪽 발은 오른쪽 옆으로 보내고, 그 위치를 알아본다.

교사는 바닥에 테잎이나 리본을 사용해서 직선, 곡선, 원, 지그재그 등을 그려놓고, 그 위를 어린이들이 걷기, 뛰기, 달리기를 하면서 여러 방향을 익히고, 방향에 대한 정확한 단어도 익히도록 도와준다.

5) 제 5 교시

수업목표: 자기 조절, 사회성, 창의성, 자기 표현, 협동성, 모방성

수업주제: 파트너와 함께 움직이기

두 명씩 짝을 지어 같이 움직인다. 서로 마주 보고 손을 잡는다. 한 어린이가 리더가 되어 움직이고 싶은 데로 움직이면, 다른 어린이는 그대로 따라 움직인다. 서로 역할을 바꾸어 움직인다. 그 다음, 손을 놓고 움직인다. 마주 본 상태에서 한 어린이가 움직이면 다른 어린이는 그대로 모방한다.

한 어린이는 앞을 보고 서고, 다른 어린이는 그 어린이의 등을 보고 서서, 앞의 어린이가 움직이는 대로 똑같이 따라한다. 서로 마주 볼 때와 그렇지 않을 때, 방향의 다름을 인식하고, 같이 움직이면서 유아들은 자기 조절도 배우고 서로 협동심을 키우고 나아가서 대인 관계에도 도움을 준다.

6) 제 6 교시

수업목표: 자기 조절, 사회성, 창의성, 자신감, 자기 표현

수업주제: 동선 익히기

준비물: 끈, 테잎, 신문, 천

교사는 바닥에 긴 끈이나 테잎으로 직선, 곡선을 그려놓고, 그 위로 어린이들이 한 발로 또는 두발로 걷거나 뛰게 한다. 한 발로 걷거나 뛸 때는 신체의 평형을 유지 할 수 있도록 신체 조절과 에너지 사용에 중점을 둔다.

신문이나 천을 조그맣게 접어 여러 개를 바닥에 놓는다. 한발로 뛰거나 두발로 뛰어서 한 신문에서 다른 신문으로, 또 한 천에서 다른 천으로 공간을 이동한다. 동그라미, 삼각형, 사각형, 지그재그 등 다양한 모양으로 신문과 천을 접어서 여러 가지 모양의 이름과 동선을 익히는 시간을 경험한다.

7) 제 7 교시

수업목표: 사회성, 창의성, 자신감, 자기 표현

수업주제: 신체의 크기와 높낮이 익히기

준비물: 신문, 천

유아들은 신체를 크게 또는 작게 만들어 본다. 여러 가지 동물이나 물건을 상상하면서 신체로 모양을 만든다. 예를 들어, 작은 생쥐, 커다란 코끼리 등 신체의 크기가 다른 동물들을 상상하면서 신체로 그 크기와 높낮이의 차이를 보여준다.

또한 구부리기, 피기, 일어나기, 앉기, 돌기 등 제자리에서 할 수 있는 동작들을 하면서 유아들이 신체를 스스로 조절할 수 있도록 한다. 신문이나 큰 천을 준비하여 넓이를 점점 좁게 만들어 그 안에서 어린이들이 신체를 조절하여 크기를 유지하도록 한다.

8) 제 8 교시

수업목표: 자기 조절, 사회성, 창의성, 자신감, 자기 표현

수업주제: 신체 에너지 익히기

유아들은 빨리 걷거나 달리다가 갑자기 멈춰 선다. 이때 신체가 앞으로 계속 가려고 하는 에너지와 멈추려고 하는 에너지를 경험한다. 또 제자리를 빨리 돌다가 멈추었을 때 일어나는 신체의 에너지를 느끼고 그 에너지를 유아들 스스로 조절할 수 있도록 한다.

9) 제 9 교시

수업목표: 자기 조절, 창의성, 자신감, 자기 표현

수업주제: 신체의 자연스러운 움직임 이해하기

준비물: 음악

부드럽고 조용한 음악에 맞추어 유아들은 팔을 좌, 우로 흔든다. 신체도 좌, 우로 팔과 함께 음악에 맞추어 움직인다. 걷기도 하고 뛰기도 하면서 음악이 이끄는 대로 신체를 자연스럽게 움직인다. 속도가 빠른 음악에 맞추어 신체를 움직인다. 속도가 다른 음악에 신체가 어떻게 반응하는지 비교해 본다. 유아들 스스로 움직임을 만들고 리듬감을 발달시킬 수 있도록 다양한 음악의 사용이 필요하다.

10) 제 10 교시

수업목표: 사회성, 자신감, 자기 표현, 창의성

수업주제: 작별 인사하기

그룹과 그동안 수업 중에 배운 것들을 점검하고, 긍정적인 내적 배움을 가질 수 있도록 한다. 지난 수업 중 가장 좋아하는 내용을 다시 한번 더 경험하는 시간으로, 그 수업이 왜 좋았는지 유아들 서로 이야기하고, 친구들과 선생들과 작별 인사로 서로 안아 준다.

표 1. 유아를 위한 창작무용 수업 목표와 주제

	목 표	주 제
제 1 교시	새로운 수업 환경 적응, 사회성, 심리적/신체적 준비	자기 소개 및 그룹과 친해지기
제 2 교시	자기 표현, 창의성, 자신감	신체 부위 익히기 및 신체의 부분적/전체적 사용하기
제 3 교시	자기 조절, 사회성, 창의성, 자신감, 자기 표현, 상상력	신체로 모양 만들기
제 4 교시	자기 조절, 사회성, 창의성, 자신감, 자기 표현	방향 익히기
제 5 교시	자기 조절, 사회성, 창의성, 자기 표현, 협동성, 모방성	파트너와 함께 움직이기
제 6 교시	자기 조절, 사회성, 창의성, 자신감, 자기 표현	동선 익히기
제 7 교시	사회성, 창의성, 자신감, 자기 표현	신체의 크기와 높낮이 익히기
제 8 교시	자기 조절, 사회성, 창의성, 자신감, 자기 표현	신체 에너지 익히기
제 9 교시	자기 조절, 창의성, 자신감, 자기 표현	신체의 자연스러운 움직임 이해하기
제 10 교시	사회성, 자신감, 자기 표현, 창의성	작별 인사하기

3. 시간과 장소

본 논문의 창작 무용 수업은 만 4세부터 6세의 유아들로 남녀 구분 없이, 인원은 10명에서 15명, 보조 선생 1명과 무용 선생 1명으로 한다. 너무 많은 수의 어린이들이 동시에 수업을 받으면, 산만하고 교사가 지도하기 어렵기 때문에 10명에서 15명의 어린이들이 가장

적당하다. 사정상 많은 수의 어린이들이 동시에 수업을 받게되면, 그만큼 많은 수의 교사들의 협조가 필요하다. 또한 가끔 그룹을 이탈하는 어린이들이 있는데, 보조 교사는 그룹을 이탈한 어린이를 잘 설득하여 다시 그룹으로 돌아올 수 있도록 도와준다. 부모들의 수업 관람은 허용하나, 만약 부모 곁을 떨어지지 않으려는 어린이가 있을 경우, 그 어린이의 부모도 같이 수업에 참여시킨다.

시간은 40분에서 1시간으로 일주일에 2번씩 5주, 10번의 수업을 기본으로 한다. 유아들이 수업에 참여할 수 있는 시간은 1시간 이내이므로, 수업 시간이 너무 길면, 어린이들이 지루해 하거나 집중하지 못하므로 효과적이지 못하다. 그러므로 어린이들의 집중 시간에 따라 상황에 맞게 교사의 즉흥적인 판단으로 정한다. 매일 창작 무용 수업을 하는 것이 물론 좋지만, 적어도 2일에 1번 또는 2번의 수업이 알맞다. 교사는 수업의 시작은 정확하게 하여 어린이들이 스스로 준비하고 시작하는 시간을 배울 수 있도록 한다. 수업이 매번 같은 시간에 끝날 수도 있지만, 그렇지 않고 어린이들이 춤추길 더 원할 때는 약간의 시간을 연장시켜도 좋고, 그렇지 않을 때는 일찍 끝맺음을 해도 좋다.

장소는 몸의 충격을 흡수할 수 있는 넓고 안전한 쿠션 기능이 있는 나무 바닥이 좋다. 딱딱한 바닥에서 떨어지는 경우는 발목이나 무릎에 무리가 오기 때문에 피하는 것이 좋다. 맨발로 뛰거나, 바닥을 굴러도 다치지 않도록 안전한 장소를 선택한다.

의상은 움직이기에 편한 상의와 바지가 좋다. 양말이나 실내화, 무용 슈즈는 신지 않고 맨발로 움직이는 것이 좋다. 미끄러지는 것도 방지할 수 있고, 발바닥으로 나무 바닥을 딛는 느낌과 발사용에 대한 잠재력을 키울 수 있다.

Ⅲ. 유아를 위한 창작 무용 수업 단계

유아들은 창작 무용 수업을 통해 스스로 신체와 감정을 조절할 수 있을 뿐만 아니라 일반 생활에서도 스스로 조절할 수 있도록 도움을 준다. 그 외 정서적으로는 자기 조절, 자기 표현, 사회성, 창의성, 자신감, 집중력, 그리고 스트레스 해소 등, 신체적으로는 유연성, 평형감각, 작은 근육과 큰 근육, 작은 움직임과 큰 움직임의 조화, 에너지의 올바른 사용법, 그리고 호흡법 등 유아들 성장 발달에 도움을 준다. 자기 조절 능력을 다양한 창작 무용 활동을 통해 유아들이 자연스럽게 즐겁게 스스로 움직임을 습득할 수 있도록 도와준다.

1. 수업 단계

전반적으로 무용 수업은 준비운동(Warm-Up), 본운동(Activity), 정리운동(Cool-Down)의 단계로 진행한다(Nichols & Scheff, 1995: 4). Gilbert(1992)는 준비운동, 개념탐구, 기술개발, 창작, 정리운동의 5단계 수업 계획 형식을 제시하고, 마츠모토 치요예(1997: 31)는 워밍업, 과제학습, 과제의 이미지 연결, 창작학습, 발표 및 정리의 5단계 학습 모델을 제시하고 있다. 또한 학생들이 수업 내용에 대해 원활한 이해가 가능하도록 최소한 도입, 전개, 정착의 세가지 단계를 거쳐야한다는 주장도 있다(김철주, 1999: 130). 이러한 지도 원리를 바탕으로 유아들을 위해서는 한가지 더 '이야기하기'라는 단계를 연구자는 이 논문에 포함한다. 유아들이 어떻게 움직이고 어떠한 느낌을 가지고 있는지 말로 설명함으로써 더 확실한 이해를 하도록 도와주기 위해서다. 유아들의 성장 발달 상 개인차가 조금씩 있지만, 이야기하는 시간을 가짐으로써 언어 교육에도 효과가 있고 발표력과 자신감도 키워준다.

따라서 유아들을 위한 창작 무용 수업은 4가지 기본 단계를 중심으로 이루어진다—준비 움직임, 창작 무용, 마무리 움직임, 이야기하기. 처음부터 무리한 동작이나 창작을 하면, 적응하지 못하는 유아들에게는 즐거운 무용 시간이 아니라, 무언가 만들어 내야하는 괴로운 시간이 된다. 서서히 준비 움직임으로 시작하여, 구체적인 움직임과 창작, 그리고 마무리 움직임으로 진행한다. 또한 이야기하는 시간을 제공하여 어린이들의 생각과 느낌을 발표하고 듣는다. 다른 사람들의 의견을 듣고 이해하는 시간으로 수업을 정리하는데 매우 중요하다.

구체적인 창작 무용 수업을 들어가기 전에는 항상 간단한 준비 움직임을 한다. 5분에서 10분 정도 유아들의 신체와 마음을 준비하는 시간으로 신체의 작은 부분부터 시작하여 큰 부분으로 스트레칭 한다. 근육과 골격이 유연해지고 신체의 온도가 올라간다. 매 시간마다 교사의 즉흥으로 준비 움직임을 시작할 수 있도록 교사의 철저한 준비가 필요하다. 원을 만들어 엉덩이를 바닥에 대고 앉는다. 두 다리를 앞으로 편 상태에서 팔목, 발목을 가볍게 돌리고, 그 다음은 팔꿈치, 어깨, 머리 순으로 돌린다. 가볍게 걷기와 뛰기, 위로 점프하기 등 간단하면서도 주변에서 쉽게 보고 할 수 있는 움직임이 좋다. 신체의 부상도 예방할 수 있는 시간으로 유아들에게 꼭 필요하다.

또한 준비 움직임은 간단한 게임이나 혹은 신체 각 부분을 움직이면서 어린이들 자신이 그룹의 일원으로 자기 스스로를 소개 할 수 있도록 도와준다. 새로운 친구들과 교사들, 환경에 적응할 수 있도록 편안한 분위기로 창작 무용과 잘 연결시키고, 수업 목표가 잘 이루어 질 수 있도록 어린이들과 교사들의 관계 형성이 매우 중요하다.

창작 무용 시간은 10분에서 15분으로 정해진 수업 목표와 내용에 맞게 신체를 표현한다. 상상력과 창의력도 키우고, 움직임을 통해 자기 조절과 자신감, 만족감을 느낀다.

마무리 움직임은 신체와 마음을 정리하는 시간으로 5분에서 10분 정도 근육과 호흡이 제자리로 돌아오도록 도와주는 시간이다. 간단하면서도 지속적인 동작을 반복한다. 다음 수업에 지장이 없게 안정을 찾도록 크게 호흡을 하고, 바닥에 누워서 조용한 음악을 들으면서 긴장이 풀리도록 한다.

댄 마지막은 서로 이야기하는 시간으로 5분에서 10분 정도 그 시간에 무엇을 배우고, 느끼고, 익혔는지 알아보는 시간이다. 어린이들은 이 시간을 통해서 개인적인 움직임을 향상시키고, 창의성과 비평성도 익히게 된다. 어린이들 자신의 움직임에 대해서 이야기도 하고 다른 친구들 움직임도 이야기하면서 서로의 의견을 교환한다. 교사와 어린이들의 많은 단어 사용과 설명으로 언어 실력이 유창하게 향상되도록 한다.

표 2. 유아를 위한 창작무용 수업 단계

단계	시간	내용
도입 : 준비 움직임	5-10분	신체와 마음을 준비하는 시간 (신체의 작은 부분부터 큰 부분으로 스트레치)
전개 : 창작 무용	10-15분	신체로 표현하고 창작하는 시간 (상상하고 창작해서 새로운 움직임 만들기)
정리 : 마무리 움직임	5-10분	신체와 마음을 정리하는 시간 (바닥에 누워서 조용한 음악을 들으면서 긴장 풀기)
이야기하기	5-10분	무엇을 배우고 느꼈는지 알아보는 시간 (무엇을 느끼고, 어떻게 움직였는지 서로 이야기)

2. 지도상 유의점

창작 무용 수업을 하는 교사들은 유아들의 특징을 잘 연구하고 그들의 상태를 바르게 이해해야 한다. 유아들의 나이에 맞는 움직임과 단어 사용으로 너무 무리한 동작과 어려운 설명은 피한다. 또한 흥미를 자극하는 움직임으로 교사와 어린이들 모두 즐기는 시간을 만들어야 한다.

IV. 결 론

창의성이란 태어날 때부터 가지고 있는 능력으로 상상력과 함께 잠재되어 있다(Tegano, Moran, & Sawyers, 1991: 111). 생각하고, 행동하고, 배우고, 정리하고, 기회를 선택하는 모든 행동에 창의성이 포함되어 있다. 많은 예술 활동 중 특히, 창작 무용을 통해 어린이들은 스스로 그들의 신체에 대해 이해하고, 자기 조절을 배운다. 감정을 표현하고 조절하는 방법을 배우면서 자신감을 얻고, 창의력, 리듬, 신체의 동작으로 개개인이 독특한 존재라는 사실을 일깨워준다(Fleming, 1976: 24-30).

유아들을 위한 창작 무용 수업은 크게 4단계--준비 움직임, 창작 무용, 마무리 움직임, 이야기하기--로 나누어진다. 준비 움직임은 움직일 수 있도록 신체와 마음을 준비하는 시간으로 신체의 부분적 사용에서 전체적인 사용이 필요하다. 창작 무용은 사회성, 창의성, 자기 표현, 자기 조절, 자신감과 스트레스 해소를 위한 심리적인 효과와 유연성, 평형 감각, 작은 근육과 큰 근육, 작은 움직임과 큰 움직임의 조화, 에너지의 올바른 사용법 그리고 호흡법을 위한 신체적 효과를 달성한다. 특히 자기 조절에 도움을 주는 10개의 창작 무용 수업 내용은 자기 소개 및 그룹과 친해지기, 신체 부위 익히기 및 신체의 부분적/전체적 사용하기, 신체로 모양 만들기, 방향 익히기, 파트너와 함께 움직이기, 동선 익히기, 신체의 크기와 높낮이 익히기, 신체 에너지 익히기, 신체의 자연스러운 움직임 이해하기, 그리고 작별 인사하기이다. 마무리 움직임은 정리를 하는 움직임으로 수업의 끝맺음을 의미한다. 이야기를 통해서 수업 내용을 정리하고, 발표를 통해서 자신감을 갖고 서로의 의견을 교환한다.

인지적, 정서적 발달 특징상 집중력이 짧고 정서의 변화가 심한 유아들의 창작 무용 수업의 인원은 10명에서 15명, 보조 선생 1명과 무용 선생 1명이 적당하다. 수업 시간은 40분에서 1시간 정도로 일주일에 2번씩 5주, 10번의 수업을 기본으로 한다.

교사들과 부모들은 유아들에게 창의성을 기를 수 있는 기회를 많이 주어 발달시키도록 해야 한다. 특히 교사들은 수업의 성공 여부를 확인 할 수 있도록 항상 메모를 하고 다양한 수업 계획을 세워서 새로운 수업으로 이끈다. 창작 무용 수업에는 맞고 틀리는 것이 없다. 교사의 긍정적인 반응과 격려가 어린이들에게 힘이 되어 좀 더 적극적으로 수업에 참가하도록 도움을 주고, 나아가 모든 일에 적극적으로 참여하게 도와준다.

창작 무용을 통해 자유롭게 자연스러운 움직임을 만나고, 자기 조절과 함께 생각과 감정의 표현으로 즐거움을 동반하는 경험은 모든 어린이들에게 꼭 필요한 기회로 모두에게 주

어려야 한다. 이 논문은 유아기 어린이들을 대상으로 연구한 논문으로, 아동기나 그 밖의 대상의 연령이 달라질 경우는, 대상의 특징에 따른 재구성이 필요하다.

참고문헌

- 김철주(1999), 효과적인 교수방법의 탐구, 용인: 강남대학교 출판부.
- 마츠모토 치요예(1997), “창작학습의 모델과 그 전개”, 한국무용교육학회, 제4회 국제학술세미나 자료집, 57-74.
- Brown, J. M., ed.(1979), *The Vision of Modern Dance*, Princeton, N.J.: Princeton Book Company, Publishers.
- Fleming, G. A.(1976), *Creative Rhythmic Movement: Boys and Girls Dancing*, Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.
- Gilbert, A. G.(1992), *Creative Dance for All Ages*, Reston, Va.: The American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance.
- Jacob, E.(1993), *Dancing*, N.Y.: Variety Arts.
- Laban, R.(1975), *Modern Educational Dance*, London: Mac Donald & Evans.
- _____(1988), *The Mastery of Movement*, Plymouth, England: Northcote House.
- McGreevy-Nichols, S. & Scheff, H.(1995), *Building Dancing*, Champaign: Human Kinetics.
- Smith-Autard, J. M.(1994), *The Art of Dance in Education*, London: A & C Black.
- Tegano, D. W., Moran, J. D., & Sawyers, J. K.(1991), *Creativity in Early Childhood Classrooms*, Washington D.C.: National Education Association of the United States.