

\* 조 보 미

목차

Abstract

- I. 연구의 필요성 및 목적
  - II. 기본무의 개념 및 특징
  - III. 아랫몸사위를 활용한 기본무
    - 1. 아랫몸사위의 유형 및 특징
    - 2. 아랫몸사위의 활용
    - 3. 아랫몸사위를 활용한 기본무 구성
  - IV. 결론
- 참고문헌

\* 대구가톨릭대학교 공연예술학과 박사과정

논문투고일 : 2015.01.30.

심사일 : 2015.02.28.

게재확정일 : 2015.03.10.

## A study on the constituent principle of basic dance of lower body movement in traditional Korean dance

Jo, Bo-mi.  
Catholic University of Daegu

As there is basic bar in ballet, there is basic dance in traditional Korean dance. Basic dance is literally a phase of warming-up with the most basic movements as structure to train dance. Dance beginners face the basic dance very first time and that is why the role of the basic dance is so important. If a systematic course to train students is established in educational field, it will be available for customized and more detailed curriculum for dance learners.

This study aims at focusing on lower body movements in traditional Korean dance and building the constituent principle of the basic dance of the lower body movement in traditional Korean dance for developing motions, in order to provide foundation for basic dance training which is available in the field by using and composing freely the basic dances suitable for objects and purposes.

Basic motions for lower body movements in traditional Korean dance are summarized with five basic movements didim(stepping), geuleum(walking), ttwim(running), maem and anjeum(sitting), focusing on motion itself. Basic dances of the lower body movement can be extended and used by breaths and motions.

Five basic motions mentioned above are basic forms of the lower body movement, and the constituent principle of basic dance can be extended as applied and extended structure by combining the basic forms and motions. Based on them, the basic dance of the lower body movement in traditional Korean dance can be formed and applied freely depending on necessities of the basic forms in geulum, ttwim, maem and breath.

key words) lower body movement, basic dance of lower body movement, composition principle of basic dance

주요어) 아랫몸사위, 아랫몸사위 기본무, 기본무 구성 원리

### 1. 연구의 필요성 및 목적

한국무용은 오랜 세월동안 우리의 삶속에서 민족적 정신과 철학적 사고를 바탕으로 자연스럽게 우리 생활의 일부로 존재해왔다. 무용예술이 가지는 구조가 특이하여 예술적 표출방법에 있어 물리적으로나 수학적 힘만으로는 규명하기 어렵다는 사실 때문에 한국무용은 학문적 체계화에 있어서 실제 활동에 비해 뒤떨어져 있고(정병호, 2004:13), 민속춤으로부터 유래하는 바가 많기 때문에 춤사위 용어에 있어서도 보편화되어 있지 않은 것이 현실(허순선, 2005:62)이다. 또 삶속에서 행하여진 행동 패턴들이 리듬을 가지면서 발전했고 유파, 혹은 도제의 성격을 띄고 있어 과학적이고 체계적이지 못한 한계(정선혜, 2013:215)가 있다. 이것은 교육현장에서 공통으로 사용할 수 있는 이론적 체계가 명확히 정립되어 있지 않은 이유와도 연결된다. 현장에서 겪고 있는 문제점에 대해 허순선(2014:138)은 춤사위의 용어 자체만으로는 동작의 범위가 정확하지 못하며, 같은 동작이라도 다양한 이름으로 불리어지고 있어 한국무용의 효율적이고 체계적인 실기교육과 이론의 체계화에 걸림돌로 작용하고 있다고 지적하였다. 이러한 교육현장에서의 한계를 보완하기 위해 이론적 체계의 정립이 절실히 필요하며 그러한 노력은 우리 문화를 지키고 한국무용의 예술성을 발전시키는 밑거름이 될 것이다.

발레에서 기본 동작연습 훈련체계의 방법으로 바 연습 Barre works과 센터연습 center works이 있듯이 한국무용에서는 기본무가 있다. 기본무란 말 그대로 춤을 훈련할 수 있는 구조로써 가장 기본이 되는 동작들로 몸을 푸는 단계라고 할 수 있다. 기본무는 처음 무용을 입문할 때 가장 먼저 접하게 되는 춤이라 할 수 있으며 그만큼 한국무용교육에서 기본무가 가지는 역할은 매우 중요하다. 하지만 실제 교육현장에서는 작품 중심의 반복 훈련과정 중심으로 이루어지고 있어 한국무용의 기본무가 충실히 이행되지 못하고 있다. 이에 대해 허순선(2014:139)은 한국무용의 실기수업은 교사에 의한 모방수업의 범주를 크게 벗어나지 못하고 있으며, 다양한 유형의 한국무용을 다루지 못하고 있다는 문제점을 지적하였다. 그렇다면 현장의 지도자들은 한국무용의 가장 기본적인 춤사위의 구조에 대해 얼마나 인지하고 있으며, 그것을 학습자들에게 전달하기 위해 어떠한 교육방식을 선택하고 있을까?

아마 거기에 대한 답변은 우리가 교육현장에서 흔히 볼 수 있는 유과별 기본 들이나 대학에서 교육되어지는 기본무들, 대다수 연구들이 작품을 중심으로 이루어지고 있는 점 등을 살펴보면 쉽게 알 수 있을 듯하다.

현재 우리의 교육방식들이 움직임의 근본적인 원리가 아닌 순서를 중요시 하는 잘못된 교육방식으로 인해 현장에서는 수많은 오류와 한계점에 부딪히고 있는 실정이다. 앞으로 교육현장에서 순서가 아닌 움직임의 원리로 접근해 갈 수 있는 체계화된 교육과정이 정립될 수 있도록 본질적인 문제들을 고민하고 그것에 대한 다양한 연구가 절실하다 하겠다. 이러한 체계화된 연구는 교육현장에서 목적이나 대상에 따라 기본사위들을 응용하고 구성하여 맞춤형으로 교육할 수 있는 무용교육과정 구성에 큰 영향을 끼치게 될 것이다.

본 연구는 한국무용의 춤사위 중 아랫몸사위를 중심으로 춤사위의 구조를 통해 기본무의 구성 원리를 이론적으로 밝히는 것을 목적으로 한다.

## II. 기본무의 개념 및 특징

한국무용에서 기본무란 말 그대로 한국무용의 기본이 되는 동작들을 말하며 춤을 훈련할 수 있는 구조로써 어떠한 작품을 하기 전에 근육을 이완시키고 몸을 푸는 단계에서 이루어지는 과정 및 내용이라고 할 수 있다. 기본무는 처음 무용을 입문할 때 가장 먼저 접하게 되는 춤이라 할 수 있으며 그만큼 기본무가 가지는 역할은 매우 중요하다.

우리나라 속담 중에 ‘한 번 킴으면 희기 어렵다(힐 줄 모른다)’는 말이 있다. 즉 흰 천에 한 번 킴은 물이 들면 아무리 빨아도 도로 희어지기 힘들다는 뜻으로, ‘나쁜 사상이나 버릇에 물들면 말끔히 씻어내고 깨끗이 고치기가 쉽지 않음’을 교훈적으로 이르는 말이다. 이러한 뜻처럼 무용도 처음에 제대로 배우지 않으면 춤에 잘못된 습관과 태도가 생기는 등 올바른 동작이 나오기 어렵다. 춤 움직임에 있어서 무용수 호흡의 적절한 배합과 통제를 통한 바른 자세는 가장 자연스런 몸짓으로 승화시킬 뿐 아니라, 어떠한 춤 스타일이든, 동작이든 소화해낼 수 있게 되며, 결국 무용수의 ‘바른 자세’는 가장 기본이 되어야 할 요소인 것이다(김영희, 1999:18).

이처럼 한국무용 기초훈련과정에서의 기본무를 통해서 자기의 마음과 호흡을 안정감 있게 가다듬을 수 있으며 신체의 움직임을 바로 잡을 수 있다.

배정혜(2004:18)는 한국무용을 체계적으로 가르치기 위해 ‘바기본’을 완성하였고 바기본을 통해 신체 모든 부분의 감각을 깨우고 특성을 이해하는데 목적을 두었으며, 동작에 필요한 신체원리를 터득케 한다고 설명하였다.

기본을 충실히 수행하지 않고 입시 혹은 공연이나 대회를 위해 작품을 중심으로 테크닉과 기량 늘리기에만 열중하는 무용 전공자들이 자기 작품 이외에 기초가 부족하여 슬럼프에 빠지는 경우를 종종 발견하게 된다. 이와 같이 교육현장 속에서 기본무의 중요성에 대한 인식이 현저히 떨어지고 있음을 확인할 수 있다. 전공자들에게 있어 기본무는 늘 춤추던 습관대로 몸을 움직이는 것이 아닌 자신의 바른 몸자세를 유지하고, 호흡조절능력을 기르며 자신이 부족하다고 느끼는 부분을 중점적으로 움직임용 체코하고 보완할 수 있는 훈련방법이 되어야 한다. 그러므로 기본무는 한국무용에서 가장 기본이 되는 동작들로 구성되는 것이 바람직하다.

### Ⅲ. 아랫몸사위를 활용한 기본무

#### 1. 아랫몸사위의 유형 및 특징

한국무용 춤사위는 인간의 모든 움직임에서부터 시작되며 그 움직임에서 나오는 다양한 동작들이 모여 행태를 만들고 이것이 구조를 이루면서 완성된다. 이러한 춤사위는 상체중심의 윗몸사위와 하체중심의 아랫몸사위 그리고 윗몸사위와 아랫몸사위가 결합된 온몸사위로 구성된다.

그중 아랫몸사위는 몸부위가 붙어서 움직임으로 명확히 구분하기는 어렵지만 대체적으로 발사위, 다리사위, 무릎사위, 걸음사위, 도는 사위로 구분(허순선, 2005:69)될 수 있고, 발 디딤 행위의 구체적 내용들은 연(蓮), 회(回), 도(跳) 등의 동작들로서 이루어진다. 이때 연(蓮) 동작은 발과 발을 연결시켜주는 구실을 하고 회(回) 동작은 발을 구심점으로 삼아 몸 전체를 회전시키는 것을 말한다. 도(跳) 동작은 몸 전체 또는 발 일부가 바닥으로부터 떨어지도록 뛰게 하는 기법이다(양종승, 2002:88).

또 하체 동작 중 가장 기본이 되는 동작은 맨처음 발을 떼어놓는 동작에서부터 시작하여 발을 굽히는 동작, 펴는 동작, 뛰는 동작, 도는 동작 등(서희주,

2003:3)으로 으뜸체, 디딤체, 돌음체, 받침체, 무릎 굽힘체, 발 구름체, 까치 걸음체, 무릎 밟체, 무릎 뺨체, 뺨체 등 열 가지로 구분되기도 한다(김영희, 1997:44-62).

춤사위에 대한 연구를 기초로 살펴보면 아랫몸사위에서 공통적으로 사용하는 기본춤사위로는 크게 걸음사위, 뺨사위, 뺨사위, 앞몸사위로 구분지어 나타난다(허순선, 2014:142). 이처럼 아랫몸사위에 해당하는 기본적인 움직임은 서고, 걷고, 뛰고, 돌고, 앉는 동작을 중심으로 이루어지고 있다는 것을 알 수 있다. 이러한 기본사위들은 호흡에 의해 이루어지고 호흡으로 인한 자연스런 굴신이 기본적으로 이루어진다. 조보미(2014:43)는 이러한 연구들을 바탕으로 동작성을 중심으로 디딤, 걸음, 뺨, 뺨, 앞몸으로 기본적인 움직임 사위를 정리 하였다.

아랫몸사위에 해당하는 기본춤사위들은 모두 디딤에서부터 시작되는데, 디딤은 발바닥 전체로 발을 딛고 서있는 사위로써 모든 춤사위는 디딤으로 시작하여 디딤으로 끝맺음을 한다. 이에 서희주(2003:11)는 디딤을 춤을 시작하는 동작임과 동시에 마무리하는 동작이라고 설명하였다. 발디딤은 무릎으로 이루어지는 오금주기(발 굽히기)가 본질적으로 작동되며 이 오금주기의 근본적 작동은 발 디딤 동작을 만들어 내는데 효과적으로 대처하기 위한 디딤의 기본적 성질이다(양종승, 2002:87). 이렇듯 디딤은 춤사위의 시작과 끝을 정리해주거나 다음 사위로 연결해주는 중요한 연결체 역할을 하는 사위에 해당한다.

한국무용에서는 아랫몸사위를 어떻게 움직이느냐에 따라 몸의 표현이 달라진다. 발을 딛는 위치에 따라 몸전체가 변하게 되고 이에 따라 상체의 모양새도 달라진다(배정혜, 2004:58). 또한 아랫몸사위의 정확한 발의 디딤은 몸 전체의 균형을 유지하는데 매우 중요하며, 아랫몸 사위는 춤의 안전성과 숙련도 뿐 아니라 춤의 특성을 결정하게 하는 역할을 한다(허순선 외 4명, 2013:144).

## 2. 아랫몸사위의 활용

현재 교육현장에서 이루어지는 기본무의 대부분은 보통 굽거리, 자진모리, 휘모리, 등 장단에 맞추어 춤사위를 연결해 놓은 온몸중심의 기본무이다. 그렇기에 훈련과정은 개인의 동작에 대한 자발적인 해석, 통제, 생성 및 조절에 대한 한계를 갖는다(배정혜, 2004:17). 더 이상 연결된 순서가 아니라 움직임

임의 근본적인 원리로부터 접근해야 하며 이를 위해서는 한국무용의 체계화된 교육과정이 필요하다. 이러한 교육과정은 무용 기초훈련과정의 밑바탕이 될 수 있다.

II장에서 살펴본 아랫몸사위의 유형에서 한국무용 아랫몸사위에 해당하는 기본적인 움직임은 서고, 걷고, 뛰고, 돌고, 앉는 동작성을 중심으로 이루어지고 있다. 또 이러한 동작성을 살린 용어는 디딤, 걸음, 땀, 맴, 앉음 등이다. 동작성에 기초한 5가지의 기본 춤사위는 춤사위의 응용과 확장에 기초가 된다. 기본사위들의 응용과 확장은 디딤과 걸음, 디딤과 땀, 디딤과 맴, 디딤과 앉음 등 다양한 결합을 통해 가능해진다. 이러한 춤사위의 결합을 통해 아랫몸사위의 기능과 동작성을 신장시킬 수 있다.

이러한 기본 춤사위는 빠르고 느림 등의 속도에 기초한 시간성과 전, 후, 좌, 우, 높고 낮음 등의 공간성에 대한 개념에 기초하여 더욱 확장될 수 있다. 공간과 시간은 춤의 필연적 존재요소로서 매우 중요하며, 공간과 시간을 운영하는 활용도에 따라 동작의 의미와 밀도, 표현, 에너지, 이미지, 테크닉 등이 달라진다(배정혜, 2004:24). 한국무용에서 시간성이란 장단을 의미하며 장단이 변함에 따라 춤사위의 표현이 달라질 수 있다. 이러한 장단은 굿거리, 자진모리, 휘모리, 타령, 진양 등 음악적으로 해석되는 박자, 즉 속도의 개념을 포함하고 있다. 또 공간성이란 내가 움직일 수 있는 모든 공간을 의미하며, 위·아래개념인 높고 낮음이나, 앞·뒤·옆·사선 등의 이동 방향, 몸의 회전 등과 같이 움직임에 변화를 줌으로써 공간으로 펼쳐져 나아가는 것을 의미한다.

정병호(2004:261-265) 역시 흥과 장단, 동작소의 결합, 위치나 움직임의 방향 등에 따라 동작구조의 변형체가 이루어진다고 하였으며 춤에서 시(時)와 공간(空間)은 움직임에서의 표현형식에 변화를 준다고 설명하고 있다. 따라서 이러한 디딤, 걸음, 땀, 맴, 앉음 등 5가지의 기본 춤사위들은 동작성에 의한 결합과 시간성과 공간성에 의한 확장 등으로 다양하게 활용할 수 있다.

### 3. 아랫몸사위를 활용한 기본무 구성 원리

앞에서 살펴본 바와 같이 기본무의 춤사위는 동작성과 시간성·공간성에 기초해서 움직임을 확장하고 활용할 수 있다.

기본무를 구성하기 위해서는 장단과 춤사위의 원리를 알아야 하며, 이러한 장단은 열고-닫고-맺고-풀고의 구조로 연결되어 있기에 장단과 춤사위는 하나

의 흐름으로 유기적 관계를 지닌다(오레지나, 2014:104-106).

춤사위의 원리는 II장에서 살펴본 5가지 기본적인 움직임 사위인 디딤, 걸음, 땀, 맴, 앉음 등 기본사위들의 결합을 통해 다양한 춤사위로 확장되고 응용될 수 있다. 이처럼 아랫몸사위의 응용과 확장은 동작성에 기초한 것이라 할 수 있으며, 동작성에 기초한 가장 기본이 되는 춤사위를 기본형이라고 한다(조보미, 2014:45). 또 기본형에 시간성을 결합시키면 장단의 빠르기에 따라 동작의 표현방법이 달라지고, 기본형에 공간성을 결합시키면 다양한 공간으로 확장됨에 따라 춤사위를 다양하게 변화시킬 수 있다. 이처럼 기본형의 춤사위에 시간성과 공간성이 결합되어 확장된 춤사위의 구조를 기본확장형이라고 한다(조보미, 2014:48).

이렇듯 기본춤사위의 다양한 결합은 새로운 춤사위의 변형도 가능하게 할 뿐만 아니라 동작의 표현방법까지 달라지게 한다. 기본형에서부터 기본확장형까지 기본사위들의 응용과 확장은 동작의 범위를 확대시켜 개인의 역량을 넓힐 수 있도록 제시하여 준다. 이러한 것을 토대로 동작성 신장을 위한 교육 대상 및 목적에 맞게 기본무를 구성할 수 있다.



그림 1. 한국무용 아랫몸사위 기본무 구성 원리

## IV. 결론

한국무용에서 기본무란 춤을 연습할 수 있는 구조로써 가장 기본이 되는 동작들로 몸을 푸는 단계라고 할 수 있다. 기본무는 처음 무용을 입문할 때 가장 먼저 접하게 되는 춤이라 할 수 있으며 그만큼 기본무가 가지는 역할은 매우

중요하다. 우리가 교육현장에서 흔히 볼 수 있는 기본춤들은 유파별 기본들이나 대학에서 교육되어지는 기본 춤들이 대부분이다. 이러한 교육방식들은 움직임의 근본적인 원리가 아닌 순서를 중요시하는 잘못된 교육방식으로 인해 현장에서 많은 문제에 봉착해 있다. 이러한 문제는 움직임의 원리에 기초한 체계화된 교육과정을 통해 해결될 수 있다.

본 연구는 동작성 신장을 위한 한국무용 아랫몸사위 기본무의 구성 원리를 이론적으로 밝히는 것을 목적으로 하였다.

기본무의 구성은 장단에 따른 변화와 기본형 동작의 결합으로 응용·확장되며, 이러한 기본형은 다시 시간성과 공간성에 따라 더 확장될 수 있다. 이렇게 동작성에 기초한 기본형 사위에 시간성과 공간성을 결합시키면 다시 기본확장형이 되고 이를 어떻게 적용시키는가에 따라 동작의 표현방법이 달라지며 새로운 춤사위의 변형도 가능하다. 한국무용의 아랫몸사위 기본무 구성 원리는 아랫몸사위의 기본 춤사위를 중심으로 동작성과 시간성·공간성의 결합으로 설명될 수 있다.

본 연구는 한국무용 교육현장에서 맞춤형 교육과정으로 활용할 수 있는 무용 기초훈련과정에 적합한 아랫몸사위 기본무 구성 원리를 밝히는 것을 목적으로 하였다. 한국무용 기본무는 다양한 대상을 고려하고 대상에 적합한 목적을 달성할 수 있는 내용으로 구성하여 활용될 수 있어야 한다. 그러므로 윗몸사위, 온몸사위 등 다양한 춤사위를 고려한 기본무들이 지속적으로 연구되기를 바라는 바이다.

#### 참고문헌

- |                                 |                                                                     |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| 김영희(1997).                      | <b>호흡기본</b> , 현대미학사.                                                |
| 김영희(1999).                      | <b>호흡창작기본</b> , 현대미학사.                                              |
| 배정혜(2004).                      | <b>배정혜의 7일간 춤여행</b> , 청아출판사.                                        |
| 서희주(2003).                      | <b>일기쉬운 한국무용 호흡법과 용어해설</b> , 일지사.                                   |
| 양종승(2002).                      | "민속무용과 예술", 비교민속학회, <b>비교민속학 23집</b> , 83-102.                      |
| 오례지나, 허순선, 김옥희, 양서정, 이유진(2014). | <b>고등학교 기초 한국 무용</b> , 전라남도교육청.                                     |
| 정병호(2004).                      | <b>한국무용의 미학</b> , 집문당.                                              |
| 정선혜(2013).                      | "한국무용 기본 춤 체계화를 위한 기초연구", 한국무용연구학회, <b>한국무용연구 31권 1호</b> , 215-241. |
| 조보미(2014).                      | "한국무용 아랫몸사위 원리와 구조", 미간행, 석사학위논문, 대구가톨릭대학교 대학원.                     |
| 허순선(2005).                      | <b>한국의 춤사위와 무보름</b> , 형설출판사.                                        |
| 허순선, 오례지나, 김옥희, 양서정, 이유진(2013). | "한국무용 기본춤사위의 구조와 용어", 한국무용연구학회, <b>한국무용교육학회지 제24집 2호</b> , 137-149. |