

(재)은평문화재단 문화강좌

2026년 3학기 강의 계획서

강사명	설정례 (서명)		
강좌명	한국전통무용 (기본 입춤)	강의 시간	매주 목요일 12:00~13:10
강습대상	성인	수강료	90,000원(3개월)
강좌실		정원	

강의방법	<p>실기 중심의 체험형 수업으로 진행되며, 기본 자세와 손·발 동작, 호흡법을 단계별로 반복 연습합니다. 장단에 맞춘 기본 동작을 충분히 익힌 후 연결 동작으로 확장하여 자연스러운 흐름과 균형 잡힌 움직임을 완성하도록 지도합니다.</p> <p>개인별 수준에 맞춘 세심한 교정을 통해 정확한 기본기를 다질 수 있도록 합니다.</p>
강좌소개	<p>본 강좌는 한국전통무용의 기초가 되는 기본입춤을 중심으로 전통 춤사위의 기본 원리와 아름다움을 익히는 수업입니다. 입춤의 기본 동작과 호흡, 장단을 체계적으로 배우며 자연스럽게 절제된 움직임을 통해 한국무용의 기초 감각을 형성할 수 있도록 구성되어 있습니다.</p>
기대효과	<p>한국전통무용의 기초 동작과 신체 사용법을 익히며 유연성과 균형감, 리듬감을 향상시킬 수 있습니다. 또한 절제되고 품격 있는 움직임을 통해 표현력을 기르고, 전통문화에 대한 이해와 정서적 안정감을 높일 수 있습니다. 더불어 건강한 신체활동과 함께 자기표현 능력 및 문화적 감수성을 함양하는 데 도움이 됩니다.</p>
개인준비물	연습복, 버선
기타사항	수업 내용은 상황에 따라 달라질 수 있습니다.

□ 상세내용

주별	주제	강의내용
1	오리엔테이션 및 기본 교육	기본 춤사위 설명
2	동작배우기	손과 발 디딤새 기본 동작
3	동작배우기	중중모리 굿거리 장단 춤사위 동작 과정 1.
4	동작배우기	중중모리 굿거리 장단 춤사위 동작 과정 2.
5	동작배우기	중중모리 굿거리 장단 춤사위 동작 과정 3.
6	동작배우기	자진모리 장단의 춤사위 동작1과정
7	동작배우기	자진모리 장단의 춤사위 동작 2 과정
8	동작배우기	자진모리 장단의 춤사위 동작 전 과정
9	동작배우기	휘모리 장단의 춤사위 동작1과정
10	동작배우기	휘모리 장단의 춤사위 동작 2과정
11	동작배우기	휘모리 장단의 춤사위 동작 전 과정
12	종합평가	전 과정 종합 연습