

초등음악수업에서 활용할 수 있는 신체표현활동

최 미 영*

음악수업에서 신체표현활동은 학생들로 하여금 학습에 관한 흥미와 관심을 높이고, 능동적으로 수업에 참여하게 하며, 음악적 개념과 기능을 향상시키고, 더 나아가 음악성을 발달시키는데 효과적이다. 이에 본 연구는 초등학생들을 대상으로 그들의 음악적 개념의 이해와 표현을 위해서 관련 문헌을 통해 현장 교사들이 실제 음악수업에서 쉽게 활용할 수 있는 신체표현활동에 대해 제시하고자 한다. 이를 통해 교사들이 수업 현장에서 신체표현 교수-학습 활동에 대한 나름의 독창적인 지도방안을 개발하여 보다 자신 있게 적용할 수 있도록 고무시키고 궁극적으로 학생들이 능동적으로 수업에 참여하여 신체표현을 통해 음악적 개념과 기능을 자연스럽게 익힐 수 있도록 도움을 주고자 한다.

※ 주제어 : 신체표현, 달크로즈 유리드믹스, 초등음악교육, 음악적 이해, 적극적 음악 참여

차 례

I. 서 론

II. 이론적 배경

III. 신체표현활동을 통한 음악 지도방안

IV. 결론 및 제언

* 경인교육대학교 강사

I. 서 론

최근 개정된 2007 음악과 교육과정의 중점방향을 보면 학교음악교육은 활동 중심의 음악수업을 더욱 강조하고 있다. 활동 중심의 음악수업이란 단순히 노래를 부르거나 악기를 연주하는 음악 기술의 습득을 위주로 하기보다 음악에 대한 이해를 높이고 미적 즐거움을 체험하기 위해 다양한 음악활동을 통한 학생들의 직접적인 경험을 중심으로 수업을 해 나가는 것이다. 이를 위한 효과적인 방법 중 하나가 신체표현으로, 음악과 신체동작을 결합하여 교육하면 음악요소에 대한 이해와 표현이 자연스럽게 즐겁게 형성되기 때문에 아이들의 음악학습에 있어서 중요한 경험이 된다.

인간은 본능적으로 음악을 듣고 신체로 표현하는 경향이 있다. 인간은 태어나기 전 어머니의 뱃속에서부터 소리를 듣고 반응하고, 자라면서 본능적으로 들리는 음악 소리에 맞추어 고갯짓이나 손뼉 치기, 발을 움직이는 등 몸을 움직여 표현한다. 아이들은 어른들보다 더 적극적으로 음악에 대한 이해와 느낌을 신체의 움직임으로 나타낸다. 겨우 설 수 있는 영아들조차도 텔레비전이나 라디오에서 나오는 경쾌한 리듬에 맞추어 몸을 위아래로 흔드는 모습을 보고 경탄한 적이 있을 것이다. 이처럼 누군가 가르치지 않아도 스스로 음악에 대해 신체적으로 반응하는 것은 인간의 본능이며, 이런 본능에 의해 음악의 아름다움을 직접 경험하고 표현하도록 하는 것은 음악학습에 있어 가장 적절하고 기본적인 방법이다.

이러한 점에서 달크로즈, 코다이, 오르프 외 여러 음악교육자들이 강조하는 것처럼 음악 학습에서 학생들로 하여금 신체의 모든 감각 기능을 살려서 자기 자신의 음악적 이해와 표현 방법을 동작으로 찾아내게 하는 것은 중요하다. 그러나 음악교육현장을 보면 예전의 음악 수업과 질적으로 크게 달라진 것이 없이 아직도 대부분의 음악수업이 의자에 조용히 앉아서 교사의 범창에 따라 노래를 부르거나 리코더나 실로폰, 멜로디언 등의 가락악기와 리듬악기를 연주하고 악보를 읽고 쓰는 전통적인 수업방식을 취하고 있다. 이런 주입식 수업은 음악에 대한 이해와 느낌을 갖고 그

것을 표현하기보다 음에 대한 지식이나 기술의 학습을 위주로 하기 때문에 학생들에게 음악의 제반 기초적인 능력을 발달시켜 음악을 내면화하고 음악을 몸 전체로 느끼며 표현하기에 알맞은 수업이라 할 수 없다. 아울러 더욱 문제시되는 것은 가르치는 교사들조차 신체표현에서 오는 음악수업의 즐거움을 스스로 맛보고 경험해보지 않았기 때문에 다양한 수업을 이끌고자 하여도 실제 수업에서 적용할 수 있는 신체표현에 관한 아이디어가 부족하다는 것이다.

이에 본 연구는 기본적인 신체 운동 기술을 어느 정도 갖고 있으나 여전히 독창적이고 자유분방한 초등학생들을 대상으로 그들의 음악적 개념의 이해와 표현을 높이기 위해서 관련 문헌을 통해 교사들이 현장에서 실제 사용하는 음악교과서를 가지고 수업에서 활용할 수 있는 신체표현활동에 대해 제시하고자 한다. 이를 통해 교사들이 수업 현장에서 신체표현 교수-학습 활동에 대한 나름의 독창적인 지도방안을 개발하여 보다 자신 있게 적용할 수 있도록 고무시키고 궁극적으로 학생들이 능동적으로 수업에 참여하여 신체표현을 통해 음악적 개념과 기능을 자연스럽게 익힐 수 있도록 도움을 주고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 선행연구에 나타난 신체표현활동의 효과

음악수업에서 신체표현활동과 관련된 대부분의 연구는 주로 학령기 이전의 아이들을 대상으로 이루어졌고 이에 비해 학령기 아동이나 청소년기의 학생들을 대상으로 한 연구의 수는 다소 적은 편이다. 이것은 학생들의 나이가 들어갈수록 음악수업에서 신체표현의 사용이 줄어들고 있다는 사실을 반영한다. 초등학생을 대상으로 한 음악수업에서의 신체표현활동에 관한 연구를 살펴보면, 크럼플러(Crumpler, 1983)는 달크로즈의 유리드

믹스 활동이 1학년 학생들의 가락 변별 능력에 긍정적인 영향을 미쳤다는 결과를 얻어내고 가락 개념을 학습할 때 신체표현활동을 포함시킬 것을 제안하고 있다. 다른 연구들도 이와 유사한 결과를 보여주는데, 체계적인 신체표현의 경험은 4학년 학생들의 음악 요소에 대한 이해에 중요한 변화를 가져왔고(Cheek, 1979), 비유적인 상상과 관련지어 사용된 신체표현은 6학년 초급 기악반 학생들의 연주 실력을 향상시켰다(Rohwer, 1998). 또한 음악수업에서 규칙적으로 신체표현활동을 한 7-8세의 학생들은 새로운 음악을 감상할 때 운동감각적 경험을 사용하여 그 음악의 도식(musical schemata)을 이해하였다(Shiobara, 1994). 이는 운동감각적 상상이 음악 감상에 필요한 일련의 도식을 개발하는데 있어 그림 그리기 등과 같은 다른 활동들보다 더 효과적인 활동임을 의미한다.

음악 적성과 관련된 연구로 무어(Moore, 1984)는 신체표현활동이 2-3학년 학생들의 리듬 적성능력을 향상시켰다는 결과를 얻어냈다. 음악 성취와 신체표현의 효과에 관한 더글라스(Douglass, 1977)의 연구는 리듬지도에 있어 신체표현의 사용으로 인해 4학년 학생들의 전체적인 음악 성취도가 향상되었음을 보여준다. 한편, 로웬(Rowen, 1967)은 교사가 신체표현을 통해 학습내용을 제시할 때 학생들의 학습에 관한 흥미와 관심이 높아졌고 리듬감과 감각 지각력이 향상되었다고 하였다. 이러한 연구들의 결과는 신체표현이 학생들의 학습활동에서 사용되었건 혹은 교사의 교수활동에서 사용되었던지 간에 신체표현활동이 학생들의 음악 학습의 향상을 가져옴을 증명해주고 있다.

신체표현이 다른 교수 양식과 결합되어 사용된 연구들도 종종 있는데, 이러한 연구를 통해서 다른 교수 양식과 결합된 신체표현에 대한 학생들의 선호도가 음악학습의 성공 여부를 가늠하는 하나의 요인으로 작용할 수 있음을 알 수 있다. 감상활동의 경우, 조용히 앉아서 하는 활동은 초등학생에게 낮은 수준의 감상 선호도를 갖게 한 반면, 신체표현과 결합된 활동은 대체적으로 높은 감상 선호도를 갖게 하였다(Bolwes, 1998). 3학년 학생들을 대상으로 시각과 운동 감각적 자극을 가미한 감상활동의 강화를 연구한 던(Dunn, 1999) 역시 청각적 양식으로만 음악을 제공하는 것

보다 여러 가지 양식으로 제시하는 것을 학생들이 압도적으로 선호하고 있음을 보여주었다. 칼슨(Carlson, 1983)은 신체표현의 사용이 5학년 학생들의 음악수업 태도에 미치는 영향을 연구한 결과, 학생들이 학습과정에서 신체표현활동을 포함한 음악 프로그램에 대해 더 호의적이었다고 하였다. 이는 신체표현이 학생들의 음악학습 뿐만 아니라 태도에도 긍정적인 효과를 미치고 있음을 보여준다.

신체적 반응에 영향을 주는 요인으로는 개별 학생의 발달 단계와 성향, 교실에서의 상호작용, 동료 그룹 등 다양한 요인들이 밝혀졌다(Metz, 1986). 그 중 플로어와 브라운(Flohr & Brown, 1979)은 동료 모방에 대해 연구하였는데, 신체적 반응은 혼자서 하는 것보다 그룹으로 하는 것이 훨씬 자연스럽게 행해지고 특히 친숙하지 않은 음악에 대해서는 동료 학생들의 신체적 반응을 모방하는 것과 같은 사회적 촉진에 매우 강하게 작용한다고 하였다. 이 연구는 학습은 그룹에 의한 신체적 활동에 적합한 사회적 형태로, 음악수업의 신체표현에 있어 반 친구들의 관찰과 모방을 통해 독창적인 표현을 할 수 있도록 유도하고 권하고 있다.

한편, 모리스(Morris, 1993)는 유치원 아동들이 인형이나 장난감과 같은 소품을 이용한 신체표현활동을 통해 음악적 개념의 이해를 나타낼 수 있다는 것을 알아내었는데, 신체 뿐만 아니라 물체를 조작하는 동작을 통해서도 학생들의 음악적 이해를 파악할 수 있다. 버크(Berke, 2001)의 연구 역시 유사한 결과를 보여주는데, 3-4세 아이들은 색종이 카드를 만지거나 두드림으로써 으뜸화음과 딸림화음의 진행에 대한 인지를 증명할 수 있었다.

이상과 같이 많은 연구들이 보여주는 것처럼 음악수업에서 신체표현활동은 학생들로 하여금 학습에 관한 흥미와 관심을 높이고, 능동적으로 수업에 참여하게 하며, 음악적 개념과 기능을 향상시키고, 더 나아가 음악성을 발달시키는데 효과적이다. 그러므로 음악교육에 있어 신체표현활동의 중요성을 인식하고 이를 음악학습에 적극적으로 적용하는 것은 매우 중요한 일이다.

2. 음악수업에서의 신체표현

20세기에 들어와서 신체표현은 달크로즈의 유리드믹스 음악 교수법과 듀이의 진보주의 교육이론의 영향을 받아 음악수업에 도입되었다. 이전의 교실에서의 신체활동은 주로 긴장을 풀거나 자세를 교정하기 위한 목적으로 사용되었고, 진보주의 교육의 영향에 의해서야 신체표현은 음악수업에서 정식 교수활동으로 사용되기 시작하였다(Campbell, 1991).

음악수업에서 사용되는 신체동작은 넓은 신체 부위를 사용하는 동작에서부터 손가락과 같은 적은 신체 부위를 사용하는 동작까지 다양하다. 역사적으로 음악수업에서 큰 운동 근육을 쓰는 동작을 사용할 것인지 미세한 근육을 쓰는 동작을 사용할 것인지에 대해 음악교육자들 간에 의견 대립이 있었는데, 이 대립은 리듬 교육에 대한 철학적 차이에서 기인한 것이었다(Campbell, 1991). 당시에 보수적인 성향을 띤 기딩스(T. P. Giddings), 이얼하르트(Will Earhart), 시쇼어(Carl E. Seashore), 크왈와서(Jacob Kwalwasser) 등과 같은 학자들은 리듬은 훈련을 통해 변화될 수 없는 타고난 특징이라고 주장하면서 음악수업에서 소근육의 동작을 사용하거나 심지어는 동작의 사용을 부정하였다. 반면에 판스워스(Charlse H. Farnsworth), 게르킨스(Karl K. Gehrkins), 글렌(Mabelle Glenn), 머셀(James L. Mursell) 등과 같은 진보주의 학자들은 경험적 활동에 의해 리듬에 대한 이해가 발달될 수 있다고 믿고 손가락과 같은 소근육에 의한 반응은 리듬의 움직임을 제대로 느낄 수 없기 때문에 큰 근육의 사용을 강조하였다. 이러한 두 입장 간의 대립과 관계없이 오늘날 음악수업에서는 적은 신체 부위에서부터 넓은 신체 부위를 사용하는 크고 작은 근육들의 신체표현활동을 모두 포함하고 있다.

진보주의 학자들의 리듬 교육철학을 지지하는 달크로즈는 전통적인 음악이론 위주의 인지적 학습에 대해 많은 문제점을 발견하고 모든 음악개념은 인간의 자연적인 신체활동에 그 근원이 있다는 사실에 기초하여 유리드믹스(Eurhythmics)를 창안하였다. 유리드믹스는 음악적 리듬을 몸동작으로 표현하는 독특한 리듬교육방법을 의미하며, 신체를 통한 음악학습 방법으로서 음악에 맞는 리듬동작을 익히는 것이다. 수업활동에서 학생들

은 자신의 신체를 하나의 악기로 생각하고, 신체동작을 통해서 다양한 음악적 개념들을 구체적으로 경험하게 된다. 즉 일정박, 박자, 템포, 리듬, 다이내믹, 음높이, 가락선, 형식, 음색, 아티큘레이션, 프레이징 등의 음악적 요소를 지도하기 위해 먼저 신체동작을 경험하게 함으로써 음악적 개념을 형성하도록 이끈다. 그러므로 음악에 따른 신체적 움직임은 모든 종류의 음악적인 움직임을 파악하는 수단이 된다(Dalcroze, 1930).

유리드믹스에 적용되는 기본동작은 안정성, 이동, 조작의 세 가지로 구분되어진다(Gallahue, 1976). 안정성 동작은 몸을 축으로 하여 장소를 옮기지 않고 움직이는 동작을 말한다. 이 동작에는 구부리기(bending), 뻗기(stretching), 꼬기(twisting), 회전하기(turning), 흔들기(swinging), 지휘하기(conducting), 손뼉 치기(clapping), 말하기(voice), 노래하기(singing) 등이 포함된다. 장소를 옮겨가며 움직이는 이동 동작은 공간 속에서 신체의 위치를 바꾸면서 일어나는 동작을 말하며, 걷기(walking), 달리기(running), 뛰기(jumping), 홉핑(hopping), 스키핑(skipping), 미끄러지기(sliding), 뛰어넘기(leaping), 오르기(climbing), 말뛰기(galloping), 기어 다니기(crawling) 등이 여기에 속한다. 조작 동작은 물체와의 관계에서 이루어지며 사물에 힘을 주고 사물로부터 힘을 받게 되는 동작으로 다른 동작의 유형에 물체가 결합되어 사용된다. 물체의 조작을 통해서 학생들은 공간 속에서 움직이는 물체의 관계를 탐색할 수 있게 된다. 이 동작에는 던지기(throwing), 받기(catching), 차기(kicking), 때리기(striking), 튕기기(bouncing), 굴리기(rolling) 등이 포함된다.

이러한 기본동작의 경험을 통해 학생들은 리듬적 동작능력과 표현능력을 증진시킬 수 있고 나아가 신체표현을 더욱 창의적으로 이끄는 준비를 하게 된다. 다양한 기초적인 움직임을 바탕으로 학생들은 상상력과 창의력을 발휘하여 음악에 대한 이해와 느낌을 자유롭고 창의적인 신체동작으로 표현할 수 있다.

Ⅲ. 신체표현활동을 통한 초등음악 지도

현행 7차 음악과 교육과정에서는 음악과 신체표현활동영역을 설명하면서 현재 학생들이 가지고 있는 느낌, 생각, 상상 등을 그 수준에서 표현할 줄 알고 스스로 신체표현 활동을 자유롭게 할 수 있는 기회가 마련되고 음악을 이해하고 즐길 수 있는 능력을 교육해야 한다고 기술하고 있다. 이 장에서는 학생으로 하여금 음악에 대한 예민한 감각을 가지게 하고 음악적 개념을 형성하도록 돕기 위해 초등음악 지도에 있어 실제 현장에서 사용하는 음악교과서에 대해 달크로즈 교수방법에 기초하여 지적인 이해에 앞서 신체적으로 음악을 경험시키는 학습활동을 제시하였다. 이를 위해 먼저 7차 음악과 교육과정에 의거하여 초등음악 교과서와 함께 개발된 초등음악 교사용 지도서의 연간 지도 계획을 이용하여 각 제재곡의 학습활동을 살펴보고 신체표현활동과 관련된 내용을 추출하였다. 추출된 내용의 신체표현활동을 통한 음악지도를 위해 아브람슨(Abramson)의 'Rhythm games for perception & cognition', 'Feel it!'과 문연경의 '코키와 함께 유리드믹스'에 나와 있는 달크로즈의 유리드믹스의 여러 기본동작을 중심으로 교사가 음악수업에서 활용할 수 있는 신체표현활동을 제시하였다.

1. 일정박

학년	제재곡	학습내용	학습활동
3	꼬까신	일정박	일정박 치며 노래 부르기

일정박의 학습은 인간의 맥박처럼 규칙적으로 반복되는 음악의 맥박에 대한 학습으로, '꼬까신'의 일정박을 익히기 위해 노래를 부르면서 다음의 방법으로 신체표현활동을 할 수 있다.

- 1) 걸으면서 박수치기: 일정박에 맞춰 박수치거나 걷는 활동은 일반적

으로 많이 사용하는 방법이다. 기존의 활동을 더욱 흥미 있게 하기 위해 교사는 다양한 형태의 박수치기(손가락 끝으로 박수치기, 손바닥만 마주쳐서 박수치기, 반대편 손바닥에 손가락 끝으로만 두드리 박수치기, 공기를 손바닥에 담아 박수치기 등)를 하거나 걷기와 박수치기를 동시에 사용할 수 있다. 원형 대열로 서서 제재곡을 부르면서 일정박에 맞춰 박수치기와 걷기를 동시에 한다. 이상의 동작을 하다가 교사가 사인을 주면 학생들은 걷기 동작을 멈추고 박수치기만 계속하고, 다시 교사가 사인을 주면 걷기와 박수치기를 병행한다. 반대의 방법도 가능하며, 교사의 사인에 따라 박에 맞춰 박수치기와 걷기를 번갈아 할 수 있다.

2) 스윙 동작: 팔을 자유롭게 사용할 수 있는 공간을 확보하여 떨어져서 서서 노래를 부르면서 일정박마다 어깨 높이에서 스윙 동작을 한다. 두 팔을 겹쳐 박을 번갈아가며 오른쪽에서 왼쪽으로, 왼쪽에서 오른쪽으로 흔든다. 학생들에게 여러 가지 형태의 스윙 동작을 다양한 방향과 크기로 탐색해 보는 기회를 제공한다. 손가락만 사용한 스윙, 손목을 사용한 스윙, 팔 아랫 부분을 사용한 스윙, 몸통을 사용한 스윙, 상체와 무릎을 구부리면서 몸의 반동을 이용한 스윙 등 적은 신체 부위에서 넓은 신체 부위로 옮겨가면서 몸에서 만들어 낼 수 있는 다양한 동작을 한다. 이 때, 교사는 흥미로운 동작을 만들어낸 학생을 선정하여 시범을 보이게 하고 다른 학생들이 그 동작을 따라하게 하여 다양한 스윙 동작을 하며 제재곡의 일정박을 익힐 수 있다.

3) 공 전하기: 원형으로 서서 제재곡의 일정박에 맞춰 테니스 공(또는 종이로 뭉친 공)을 시계방향으로 전달한다. 교사가 노래에 맞춰 손북으로 일정박을 제시해주면 학생들의 청음 능력에 도움을 줄 수 있다. 제재곡의 빠르기를 달리하여 활동하는 것도 좋은데, 템포의 변화에 반응하여 자연스럽고 균형 있는 동작을 만들어 내기 위해 시간, 공간, 에너지의 상호 연관관계를 발견하고 익힐 수 있기 때문이다. 학생들이 일정박에 맞춰 공을 전달하는 활동에 익숙해지면 공을 전달하는 방향을 바꾸거나 공을 하나 더 추가하여 두 개의 공을 전달하게 하여 활동의 흥미를 더할 수 있다.

2. 강약

학년	제재곡	학습내용	학습활동
3	소풍	3/4박자	3/4박자의 강약을 표현하기
3	리듬악기노래	4/4박자	4/4박자의 강약을 이해하여 노래부르기
3	고기잡이	2/4박자 강약	2/4박자 강약치기
3	잠자리	4/4박자의 강약	4/4박자 강약 살려 노래부르기
3	누구를 닮을까	3박자의 강약	3박자의 강약을 신체 표현하기

박자는 강약에 의한 규칙적인 박의 그룹으로, 강약을 경험하고 표현하는 것은 박자를 구별하는데 기본이 된다. 강약을 표현하는 신체표현활동 중 풍선을 이용하는 방법이 있는데, 풍선을 불어 박자의 첫 박에 던지고 마지막 박에 받는다. 학생 개인 혹은 짝을 지어 던지고 받을 수 있다. 2박자에 비해 3박자와 4박자는 풍선을 보다 높이 멀리 던져야 하기 때문에 더 큰 공간과 에너지를 필요로 하게 된다.

‘고기잡이’의 2박자 강약을 표현하기 위해 손으로 공을 쥐었다 폈다 하는 동작을 하거나 테니스 공을 이용하여 강박에 공을 바닥에 튀기고 약박에 공을 잡거나 또는 강박에 공을 공중에 던지고 약박에 공을 잡는 활동을 한다. 같은 방식의 활동을 파트너와 함께 할 수 있다. 이 활동의 조합은 ‘리듬악기노래’와 ‘잠자리’의 4박자 강약 표현에 응용될 수 있는데, 제재곡을 부르면서 혼자 또는 파트너와 함께 튀기고(강)-잡고(약)-던지고(중강)-잡는(약) 동작을 한다.

‘소풍’과 ‘누구를 닮을까’의 3박자 강약은 왼쪽 아래에서 시작하여 오른쪽 위의 방향으로 아래, 중간, 위의 각기 다른 세 지점에서 박수를 치는 것으로 표현한다. 첫 박은 강세를 주고, 둘째 박은 약하게 치며, 셋째 박에서는 약하게 치면서 약간 힘을 모으면서 다음 첫째 강박을 준비한다. 또한 첫 박에는 땅을 파고, 둘째 박에서는 삼을 들어 올리고, 셋째 박에서는 어깨 너머로 삼을 넘기는 흉내를 내면서 3박자의 강약을 신체 표현한다.

3. 리듬꼴

학년	제재곡	학습내용	학습활동
3	꼬까신	리듬꼴	리듬꼴 치며 노래 부르기
3	구슬비	2/4박자의 리듬꼴	2/4박자 리듬꼴 치기
3	시계	4/4박자의 리듬꼴	♩ ♩, ♪, ♪의 음길이 관계 이해하기
3	잠자리	반복되는 리듬꼴	반복되는 리듬꼴 치며 노래부르기
3	가을 바람	반복되는 리듬	반복되는 리듬꼴 치며 노래부르기
3	즐거워지네	반복되는 리듬꼴	반복되는 리듬꼴 연주하기
4	가을 길	4/4박자 리듬꼴	4/4박자 리듬꼴 치기
5	눈꽃송이	3/4박자 리듬	3박자의 리듬 보고 연주하기

일정박을 들으면서 박의 흐름 속에서 리듬꼴을 표현하는 활동으로, 규칙적인 박을 손뼉치기하면서 동시에 리듬 패턴을 노래하거나 말한다. 이 활동은 학생들의 개별 활동에 앞서 학급을 두 그룹으로 나누어 한 그룹은 일정박을 손뼉치기하고 다른 그룹은 제재곡의 리듬꼴을 연주하며, 그룹이 역할을 바꾸어서 한다. 이 활동에 익숙해지면 학생들은 원형 대열로 서서 규칙적으로 흐르는 박을 손뼉치기하고 리듬 패턴에 맞춰 걷는다(예 1).

(손뼉)	♪	♪	♪	♪		♪	♪	♪	♪			
(리듬꼴)	♪		♪	♪	♪		♪		♪	♪	♪	
(노래/말)	아		트랄	랄랄		아		트랄	랄랄			
(발)	오		원	오원		오		원	오원			

<예 1> '가을 길'의 리듬꼴에 대한 신체표현활동

♩, ♪, ♪의 상호 관계를 이해하기 위해서는 교사가 학생들을 2명씩 짝을 지워 손을 잡고 한 학생이 4분음표의 기본박의 보폭으로 걸으면 다른 학

생은 2배 빠른 8분음표의 보폭으로 걷게 한다. 교사가 사인을 주면 학생들은 서로 음표를 바꾸어 걷는다. 4분음표와 2분음표의 관계도 이와 같은 방법으로 활동한다. 교사는 수시로 음표를 바꾸어 활동시키고 교실을 돌면서 동작으로 표현하게 한다.

4. 쉼표가 있는 리듬꼴

학년	제재곡	학습내용	학습활동
3	고기잡이	2/4박자 리듬꼴	쉼표(8분 쉼표)가 있는 리듬꼴 치기
3	잠자리		쉼표가 있는 리듬꼴 치기

쉼표는 여전히 음악이 흐르는 공간이며 계산된 침묵의 시간이다. 먼저 교사는 쉼표가 포함된 짧은 리듬 패턴을 음표는 박수로, 쉼표는 소리내지 않고 동작으로 제시해 준다. 그런 후, 부가 리듬(complementary rhythm)-소리가 나지 않는 박에 소리를 채워 넣음으로써 생기는 리듬-의 효과를 만들기 위해 교사가 리듬 패턴을 연주할 때 학생들은 반대로 음표가 있는 박에는 소리가 나지 않게 동작으로 표현하고 쉼표가 있는 박에만 손뼉을 치게 한다(예 2). 익숙해지면 교사와 학생이 바꾸어 한다.

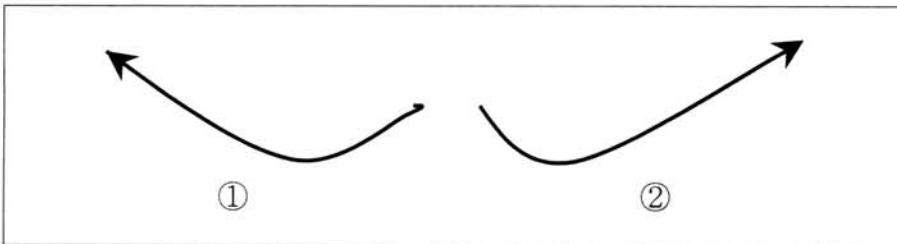
교사:	박수	동작	박수	동작
(리듬꼴) 2/4				
학생:	동작	박수	동작	박수

<예 2> '고기잡이'의 쉼표가 있는 리듬꼴에 대한 신체표현활동

5. 여린내기

학년	제재곡	학습내용	학습활동
5	어린이 노래	여린 내기	여린내기의 특징 알고 노래부르기
6	배꾸기	여린 내기	여린내기의 박자짓기

스윙 준비 동작을 통해 여린내기를 경험할 수 있다. 학생들을 양팔 간격으로 떨어져서 서게 하고 교사는 야구에서 배팅하는 동작을 보여준다. 그림 1의 ①번처럼 팔을 한쪽 위로 당겨 올리면서 못갖춘마디의 가사(e.g. “하늘,” “한적”)를 말하고, ②번과 같이 팔을 반대 방향으로 보내면서 다음 마디의 강박의 가사(e.g. “향해,” “한”)를 부르며 스윙 동작을 한다.



<그림 1> 여린내기의 스윙 동작

6. 변박자

학년	제재곡	학습내용	학습활동
4	화음 삼형제	2/4, 4/4박자 변화	2/4, 4/4박자의 변화 느끼기
5	모두모두 자란다	변박	박자의 변화에 맞게 지휘하기
6	초록 바다	변박	변박에 맞게 신체 표현과 지휘하기

교사용 지도서의 연간 지도 계획에 제시되어 있는 지휘 동작 외에 페인트칠 손뼉으로 변박을 경험할 수 있다. 페인트칠 손뼉은 왼손 손바닥을

오른손이 페인트를 칠하듯이 좌우로 문질러서 손뼉을 치는데, 첫 박은 왼쪽으로, 나머지 박은 오른쪽으로 박수친다. '화음 삼형제'와 '초록 바다'의 경우, 2박과 4박의 변박을 경험하기 위해 교사가 마지막 박에서 손가락으로 2 또는 4의 숫자를 제시하면 학생들은 제시된 숫자의 박을 페인트칠 손뼉치기 한다(예 3).

교사:	1 2 3 4	2	4	2	...
학생:	1 2 3 4 1 2 3 4 1 2 1 2 1 2 3 4 1 2 3 4 1 2 ...				

<예 3> 2박과 4박 변박의 페인트칠 손뼉 치기

'모두모두 자란다'의 3박과 4박의 변박을 지도하기 위해 교사는 첼판에 리듬을 그려 놓고 학생들에게 리듬에 맞는 가사를 노래 부르면서 페인트칠 손뼉으로 리듬치기를 하게 하거나 손뼉을 치면서 혼합박의 마지막 박에 음악실에 있는 사물의 이름을 말하도록 한다(예 4). 이 때, 박이 점점 빨라지지 않게 하기 위해 교사는 북이나 우드 블락(wood block)을 사용하여 일정박을 유지시킨다.

①	♪	♪	♪	♪		♪	♪	♪	
	우	리	들	이		자	라	요	
					첼판			피아노	
②	♪	♪	♪		♪	♪	♪	♪	
	나	무	가		자	라	나	요	
				책상				분필	

<예 4> 3박과 4박의 변박 지도

7. 썸여림

학년	제재곡	학습내용	학습활동
4	어머님 은혜		썸여림 살려 부르기
5	기차를 타고	썸여림	악상을 살려 노래부르기
5	앞으로	썸여림	썸여림 살려 연주하기
6	금강산	썸여림	썸여림을 살려 부분 2부 합창하기
6	봄비	썸여림	악곡에 맞는 썸여림으로 노래 부르기
6	과수원 길	썸여림	곡의 분위기에 맞는 썸여림으로 노래 부르기
6	나뭇잎 배	썸여림	악곡에 알맞은 썸여림 살려 합창하기
6	초록 바다	썸여림	썸여림을 살려 연주하기
6	끼리끼리	썸여림	썸여림 살려 노래 부르기
6	겨울 나무	썸여림	

교사는 학생들에게 썸여림의 다양한 신체표현을 제시해 준다. 예를 들어 피아노의 다이내믹은 손가락만으로 미세한 움직임을 만들고, 메조 피아노는 팔뚝으로, 메조 포르테는 팔 전체, 포르테는 몸통, 그 외 다리, 전신 등 다이내믹이 커지면 커질수록 몸의 움직임이 커지고 공간의 사용이 넓어지며 사용되는 에너지도 많게 표현할 수 있다. 반대로 다이내믹이 점점 줄어들 때는 몸, 공간, 에너지의 사용도 줄어든다. 학생들이 다이내믹에 관련된 신체표현을 파악한 후 제재곡의 썸여림 기호에 맞는 신체표현을 하면서 노래 부르도록 한다. 또한 모듬을 나누어 모듬별로 제재곡의 썸여림 기호를 표현할 학생을 정한 뒤 제재곡을 부르면서 교사가 해당하는 썸여림의 기호판을 제시하거나 말하면 그 썸여림 기호를 맡은 학생의 주위를 손을 잡고 빙글빙글 돈다. 이 때, 썸여림 기호를 맡은 학생은 자신의 썸여림에 맞는 신체표현을 하는데, 교사가 제시한 신체동작 외에 학생들이 스스로 창의적으로 표현할 수 있도록 격려해 준다.

썸여림의 학습활동과 관련된 제재곡들 중 '겨울 나무'는 곡의 소재에 걸맞게 학생 자신의 신체를 나무라고 상상하면서 바람이 부는 강도에 따라

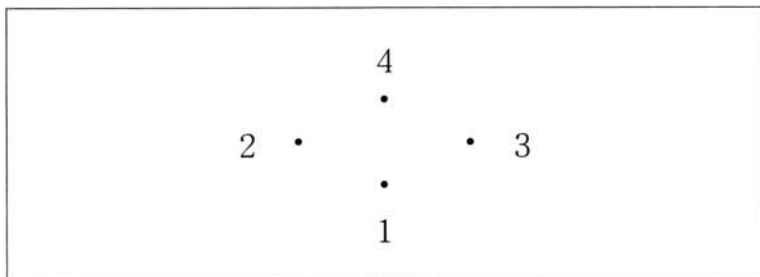
두 팔을 펴고 서서 몸의 흔들림을 달리 표현할 수 있다. 샘여름이 센 부분에서는 심한 바람에 흔들리는 나무처럼 온 몸을 사용하여 보다 크게 흔들고, 여린 부분에서는 산들바람에 가볍게 흔들리는 나뭇잎처럼 작게 흔들며 표현한다.

8. 스타카토

학년	제재곡	학습내용	학습활동
3	가을 바람	스타카토 주법	스타카토 주법을 익혀 멜로디언 연주하기

스타카토 주법을 익히기 위해서 레가토와 비교하여 아티큘레이션의 차이를 구별하여 표현할 수 있다. 교사와 학생들은 팔과 손가락을 사용하여 레가토와 스타카토를 연상시키는 동작을 만들어 본다. 일상생활에서 흔히 볼 수 있는 행동을 상상하면서 움직이면 더 효과적으로 동작을 만들어 낼 수 있다. 예를 들어, 레가토는 페인트칠 하는 동작이나 미끄럼틀에서 내려오는 동작으로 표현하고, 스타카토는 망치질하는 동작이나 손가락으로 가볍게 튀기거나 스냅핑하는 동작으로 표현한다. 이 외에도 신체의 다른 부분들을 사용하여 다양한 방법으로 표현할 수 있다.

또한 지휘 동작을 이용해서 레가토와 스타카토의 아티큘레이션의 차이를 구별할 수 있다. '가을 바람'을 부르면서 아래의 그림 2와 같은 4박자 지휘 패턴을 그리는데, 가사 중 “단풍잎,” “은행잎”의 스타카토를 표현할 때는 날카롭게 단절된 팔 동작으로 점들을 짚어주고 레가토는 미끄러지듯이 팔을 움직여 점을 연결하듯이 움직인다. 이 동작은 오른손 뿐만 아니라 왼손도 사용하여 양쪽 두뇌를 골고루 활용하도록 하는 것도 좋다.



<그림 2> 4박자 지휘 패턴을 이용한 스타카토 지도

9. 지휘

학년	제재곡	학습내용	학습활동
3	즐거워지네	3/4박자	3/4박자 지휘하며 노래부르기
4	이 몸이 새라면	3박자 지휘	지휘에 맞추어 연주하기

두 제재곡을 통해 3박자 지휘 동작을 익히기 위해서 종이에 3/4박자의 지휘모양 점을 찍어 벽에 붙여 놓고 오른손의 둘째 손가락으로 각 지점을 찍어가며 노래 부른다. 이 활동을 모둠으로 지도할 때는 모둠 학생들이 일렬로 지휘모양의 점이 찍힌 각자의 종이를 벽에 붙이고 세 지점을 찍다가 교사의 사인에 따라 방향을 바뀌서 혹은 건너뛰어 다른 학생의 종이에 3박자 지휘 패턴을 익히는 활동으로 할 수 있다.

이 활동이 익숙해지면 각 지점을 선으로 잇는 동작을 하는데, 이 때 움직임이 경직되지 않게 곡선을 그리면서 탄력 있게 반동을 이용해서 움직여야 한다. ‘즐거워지네’를 통해 보통 빠르기에서 3박자 지휘를 익힌 후, ‘이 몸이 새라면’의 조금 느린 템포의 제재곡에서는 팔뚝이나 팔 전체를 사용하여 지휘함으로써 템포(시간)의 변화에 따른 공간과 힘의 조화로운 균형의 움직임을 느낄 수 있다. 2박자, 4박자의 지휘도 이와 같이 학습할 수 있고, DDR(Dance Dance Revolution) 게임처럼 지휘 패턴을 바닥에 붙여놓고 발로 패턴을 익힐 수도 있다.

10. 국악 장단

학년	제재곡	학습내용	학습활동
3	참새 노래	장단의 기본박	자진모리장단 기본박 치며 노래부르기
3	실구대 소리	장단	자진모리장단 치며 노래 부르기
3	청어 엮자	자진모리장단	장단에 맞추어 노래 부르기
3	아리랑	세마치 장단	세마치 장단의 기본박 치기 아리랑에 어울리는 신체 표현하기
4	나물노래	자진모리 장단	자진모리 장단을 치며 노래부르기
4	도라지 타령	세마치 장단 민요에 맞는 신체표현	장단 치며 노래 부르기 제재곡에 맞추어 걷기 제재곡에 어울리는 춤 동작 만들기
5	떡노래	자진모리장단	자진모리장단 치며 노래하기
5	봄이 가고 여름 오면	자진모리장단	느린 자진모리장단 치며 노래 부르기

우리나라 전래동요나 민요의 학습은 주로 장단을 허벅지나 무릎을 이용하여 신체리듬을 치는 활동이 많이 이루어지고 있고, 장단 혹은 곡에 어울리는 간단한 신체표현을 하는 활동도 늘고 있다. 장단에 어울리는 신체표현의 예로, 위의 제재곡 중 12/8박자의 자진모리 장단 노래의 경우, ‘덩 덕 쿵덕 (ㄱ ㄴ ㄴ ㄱ)’의 리듬에 맞춰 오른발로 딛으면서 왼발은 들고 오른쪽으로 몸을 통기듯이 움직이고 손은 ‘덩’에 오른손으로 왼손 손바닥을, ‘쿵’에 왼손 손등을 한 번씩 친다. ‘쿵 덕 쿵덕 (ㄱ ㄴ ㄴ ㄱ)’의 리듬에는 반대로 왼발로 딛으면서 오른발은 들고 왼쪽으로 몸을 통기듯이 움직인다. 이 때 첫 번째 ‘쿵’에는 오른손으로 왼손 둘째 손가락의 바깥쪽 측면을 한번 치고, 두 번째 ‘쿵’에는 오른손을 허공에 든다. 이 활동이 익숙해지면 손 동작을 대신하여 소고를 가지고 동작을 하면서 노래 부른다.

새로운 동작으로 자진모리 장단의 점 4분음표의 기본 박마다 다음과 같은 동작을 할 수 있다: 손뼉을 치면서 두 발을 구르기-두 팔을 사선으로 벌리면서 왼발은 들고 오른발을 구르기-다시 손뼉을 치면서 두 발을 구르기-두 팔을 사선으로 벌리면서 오른발은 들고 왼발을 구르기. 이 동작

의 발전된 동작으로 교사는 앞, 뒤, 오른쪽, 왼쪽, 사선, 원, 네모, 지그재그 등 여러 가지 방향을 지시하여 공간을 이동하면서 노래와 함께 동작을 하게 한다.

11. 감상

학년	감상곡	학습내용	학습활동
3	미뉴에트	감상<미뉴에트>	악곡에 어울리는 춤 동작하기
3	헝가리 춤곡 5번	ABA 형식	음악을 듣고 ABA형식 구별하기
4	아들의 여인 제1모음곡 중 '중'	ABA 형식	곡을 듣고 ABA 형식 구별하기
5	엘리제를 위하여	론도 형식	론도 형식 이해하기 론도 형식의 각 부분 구별하기

음악감상은 그저 단순히 음악을 듣는 것이 아니라 음악에 주의를 기울이고 집중하여 들으며 사고하는 것이다. 먼저 음악을 집중하여 듣게 하기 위해 학생들은 음악의 규칙적인 박자 흐름을 들으며 교사가 짚는 신체부위의 반대를 짚던지 교사의 신체표현을 반대로 따라한다. 교사가 머리를 짚으면 학생들은 무릎을 짚고, 교사가 양팔을 벌리면 학생들은 양팔을 오므린다. 교사는 박자 단위로 또는 박을 나누어 음악의 흐름에 따라 짚는 곳과 동작을 바꿔 좀 더 학생들의 집중과 흥미를 유도할 수 있다.

신체표현활동을 통한 음악감상은 주제의 움직임에 바탕으로 전반적으로 음악이 주는 느낌과 형식을 중심으로 익히게 된다. 악곡에 어울리는 움직임을 통해 구체적으로 음악의 흐름을 이해하기 위해 음악을 듣고 생각나는 단어에 대해 의견을 나누고 음악에 맞춰 교사의 동작을 따라한다. 가령, 비제(Bizet)의 아들의 여인 중 '중'의 경우, 교사가 종의 종류, 여러 가지 종 모양, 종이 쓰이는 용도, 종소리 등 구체적인 이야기를 나눈 후에 음악을 감상하면서 종소리를 흉내 낸 움직임을 표현한다. 이 때 교사는 위와 아래, 앞과 뒤, 오른쪽과 왼쪽, 돌기 등의 방향 감각과 크고 작게, 가볍고 무겁게, 짧고 길게, 날카롭고 부드럽게 등의 음악과 어울리는 자연스

학년	제제곡	학습내용	학습활동
3	매롱이 노래	가락 창작	3음으로 가락 짓기
4	나물노래	가락 창작	가락 창작하기
4	새노래	가락 창작	3음으로 가락 짓기

세 개의 제재곡 모두 계면조 곡으로, e'-a'-c''의 3음을 가지고 즉흥으로 가락 짓기를 하는 활동이다. 정확한 음정을 익히면서 가락 창작을 하기 위해 각 음에 해당하는 신체 부위를 손으로 짚어가며 가락 짓기를 할 수 있다(e.g. e': 무릎, a': 어깨, c'': 머리). 가락 창작의 경험이 부족한 학생들을 위해 교사는 제재곡의 주요 리듬을 이용하여 창작할 가락의 리듬을 제시한다(예 5).

12/8 ♩ ♩ ♩ ♩ ♩ ♩ ♩ | ♩ ♩ ♩ ♩ ♩ ♩ ♩ |

(신체표현) K K S S H H S H H S S K K S

(계이름) e' e' a' a' c'' c'' a' c'' c'' a' a' e' e' a'

(노래/말) 나 물종 아 하 나 요 매 우종 아 함 니 다

어 떤나 물 종 나 요 취 나물 이 종 아 요

(K=무릎, S=어깨, H=머리)

- 196 -

예 5에서처럼 먼저 교사와 학생이 해당 신체 부위를 손으로 짚어가며 계이름으로 주고받기식의 음정대화를 한 후, 제재곡의 주제나 다른 주제를 정해서 평상시의 대화로 노래함으로써 창작은 어려운 것이 아니라 단순한 것에서 출발한다는 개념을 심어준다. 노래를 대화하듯이 술술 만들어내기 위해 돌아가면서 학생들끼리 질문하고 대답한다.

IV. 결론 및 제언

음악지도의 효율성을 높이기 위해서는 학생 스스로가 능동적으로 참여하는 학습 방법을 적용하는 것이 중요한데, 그러한 방법 중 하나가 신체표현이다. 신체표현을 음악 학습에 도입하면 아동의 특성인 움직임의 욕구를 충족시켜주고, 음악 개념의 이해가 자연스럽게 즐겁게 형성되며, 창의적인 표현력과 심미적인 태도를 길러주는 등 학생들의 음악교과에 대한 흥미와 음악성 성장에 매우 효과적이다. 이에 본 연구는 학생들이 능동적으로 수업에 참여하여 신체표현활동을 통해 음악적 개념과 기능을 자연스럽게 익히는데 도움을 주기 위해서 관련 문헌을 통해 교사가 실제 음악수업에서 쉽게 활용할 수 있는 신체표현활동에 대해 제시하였다.

음악교과에서 신체표현을 지도할 때 신체활동은 행동 그 자체가 중요한 것이 아니라 음악을 듣고 개인의 마음 속에 느껴지는 주관적인 느낌을 신체 움직임으로 자연스럽게 표현하는 것이 중요하다. 그러므로 신체표현을 통한 효과적인 음악 수업을 이끌어가기 위해서는 교사가 무엇보다도 음악에 따른 신체 반응의 중요성이 학생들이 음악적 현상에 따라 몸을 움직이는 것을 경험하고 악곡에 의한 감정적, 미적 충동을 직접 동작으로 전환하는 것을 스스로 체험하는데 있음을 인식하고, 학생들로 하여금 자기의 생각과 느낌을 자유롭게 나타낼 수 있도록 다양한 기회를 제공하고 그들의 활동을 존중하여 독창적인 표현을 할 수 있도록 유도해주어야 한다. 또한 교사 스스로가 먼저 표현할 수 있어야 하고, 학생들의 표현을 판단

할 수 있는 음악적인 안목과 귀를 가지고 있어야 하며, 학생의 신체적, 음악적 발달단계와 특징을 잘 파악하여 가장 효과적인 지도 방안을 모색하는데 주력해야 할 것이다.

참 고 문 헌

- 교육부 (1997). 제 7차 음악과 교육과정. 서울: 저자.
- 교육부 (1998). 초등학교 교육과정 해설. 서울: 저자.
- 교육인적자원부 (2004). 초등음악 교사용지도서: 음악 3. 서울: 대한교과서.
- 교육인적자원부 (2004). 초등음악 교사용지도서: 음악 4. 서울: 대한교과서.
- 교육인적자원부 (2004). 초등음악 교사용지도서: 음악 5. 서울: 대한교과서.
- 교육인적자원부 (2004). 초등음악 교사용지도서: 음악 6. 서울: 대한교과서.
- 문연경 (2006). 코키와 함께 유리드믹스. 서울: 현대음악출판사.
- 유승지 (역) (1999). 달크로즈 유리드믹스에 기초한 리듬게임. 서울: 태림출판사.
- 유승지, 조수경 (역) (2001). 달크로즈 유리드믹스에 기초한 리듬게임 II. 서울: 태림출판사.
- Berke, M. K. (2001). *The ability of preschool children to recognize chord changes and audiate implied harmony*. Poster session presented at the meeting of the North Central Conference of the Music Educators National Conference: Peoria, IL.
- Bowles, C. L. (1998). *Music activity preferences of elementary students*. Journal of Research in Music Education, 46(2), 12-22.
- Campbell, P. S. (1991). *Rhythmic movement and public school music education: conservative and progressive views of the formative years*. Journal of Research in Music Education, 39, 193-207.
- Carlson, D. L. (1983). The effect of movement on attitudes of fifth

- grade students toward their music class. *Dissertation Abstract International*, 44(04), 1015A. (UMI No. 8319315)
- Crumpler, S. E. (1983). The effect of Dalcroze eurythmics on melodic musical growth of first grade students. *Dissertation Abstract International*, 43(08), 2587A. (UMI No. 8229498)
- Cheek, H. Y. (1979). The effect of psychomotor experiences on the perception of selected musical elements and the formation of self-concept in fourth grade general music students. *Dissertation Abstract International*, 40(05), 2530A. (UMI No. 7925121)
- Dalcroze, E. J. (1930). *Eurhythmics: Art and education*. New York: A. S. Barnes.
- Douglass, J. A. (1977). Rhythmic movement and its effect on the music achievement of fourth grade children. *Dissertation Abstract International*, 38(11), 6593A. (UMI No. 7804685)
- Dunn, R. E. (1999). *Stop, look, listen, and move: Children's perceptual modalities and music listening*. Paper presented at the Zimmerman Conference on Cognitive Processes of Children Engaged in Musical Activity, University of Illinois at Urbana-Champaign.
- Flohr, J. & Brown, J. (1979). The influence of peer imitation on expressive movement to music. *Journal of Research in Music Education*, 27(3), 143-148.
- Gallahue, D. L. (1976). *Motor development and movement experiences for young children*. New York: John Wiley & Sons Inc.
- Rohwer, D. (1998). *Effect of movement instruction on steady beat perception, synchronization, and performance*. *Journal of Research in Music Education*, 46(3), 414-424.
- Rowen, B. J. (1967). *Developing aesthetic concepts through movement*. *Bulletin of the Council for Research in Music Education*, 9,

45-59.

- Metz, E. (1986). *Movement as a musical response among preschool children*. Journal of Research in Music Education, 37(1), 48-60.
- Moore, J. L. S. (1984). Rhythm and movement: An objective analysis of their association with music aptitude. *Dissertation Abstract International*, 45(05), 1328A. (UMI No. 8417898)
- Morris, G. M. (1993). Movement as an indication of musical understanding in pre-school children. *Dissertation Abstract International*, 53(07), 2286A. (UMI No. 9236546)
- Shiobara, M. (1994). *Music and movement: The effect of movement on musical comprehension*. British Journal of Music Education, 11, 113-127.

ABSTRACT

Considerations on Body Movements in Elementary Music Education

Mi-Young Choi

A man has a tendency to express his/her feeling to music with body. This is the human nature, and based on which, it is very basic and important for students to learn and respond music by body movement. Also, movement in music classroom is very effective in arousing students' interests, participating in music actively, improving their musical understanding, and developing their musicality.

Today, however, without changes in quality compared with old music teaching methods, students still involve sitting, looking at the board, working on musical skills and concepts. The students would diligently sing and play after teacher's demonstration, and read and write music notation. More troublesome is that many teachers do not experience the enjoyable activities that accompanied movement for themselves in music classroom and do not have many ideas to create a deeper musical understanding for their students through movement.

The purpose of this study is to suggest teaching ideas on body movement that teachers can put into practice in elementary music classroom. In order to accomplish this purpose, the study selects resources using yearly teaching plans in the teacher's edition of elementary school music for the 3rd to 6th grade's use. Then, the study provides suggestions that teachers can teach effectively music through movement applying Dalcroze's eurythmics.

This study will be helpful for teachers to develop various teaching methods of body movement and encourage to apply them in their music lessons with confidence. Ultimately, it is hoped that students will foster musical understanding effectively through movement.

Key Words : body movement, Dalcroze eurhythmics, elementary music education,
musical understanding, active music participation

심사 날짜: 11월 7일

수정 날짜: 11월 28일