

2026년 하반기 <오늘수업 ARTS | 수원> 커리큘럼

□ 강좌명	한국무용 [살풀이] (초급,입춤)	
□ 강사명	심규순	
□ 강의일시 및 장소	매주 목요일(10시~12시)	(수원) 소극장 지하 강습실
□ 수업소개	장단과 기본 춤사위를 통해 몸의 흐름과 호흡을 익히는 과정으로 손사위·발사위를 연결하여 한국무용의 대표적인 기본춤을 입춤순서를 중심으로 단계적으로 습득합니다.	
□ 준비물	풀치마, 버선	

[커리큘럼]

1주차	09.03.(목)	기본 자세로서 무릎을 살짝 굽히고 상체를 곧게 세워 중심을 잡는 법. 호흡 훈련: 들숨과 날숨을 장단에 맞춰 몸의 흐름과 연결.
2주차	09.10.(목)	발 디딤의 발끝부터 디디며 무릎을 부드럽게 굽혀 걷기. 옆걸음: 발을 교차하지 않고 옆으로 미끄러지듯 이동.
3주차	09.17.(목)	팔사위 기본의 팔을 원형으로 그리며 부드럽게 올리고 내리기. 손끝 표현: 손목을 꺾어 손끝까지 힘을 전달하는 법.
4주차	10.01.(목)	허리사위의 허리를 좌우로 돌려 상체의 흐름을 강조. 상체 이동: 무게 중심을 앞뒤로 옮기며 균형 잡기.
5주차	10.08.(목)	발사위의 발을 교차하거나 회전하며 공간 활용. 회전 동작: 발끝을 축으로 천천히 회전.
6주차	10.15.(목)	춤사위 연결: 팔·허리·발사위를 이어 자연스러운 흐름 만들기. 자른걸음, 홑디딤, 겹디딤 반복훈련
7주차	10.22.(목)	장단 맞추기: 굿거리 장단에 맞춰 기본 동작 반복. 감정 표현: 표정과 시선으로 동작에 의미 부여.
8주차	10.29.(목)	입춤작품 같은 동작을 맞추며 호흡 맞추기. 앞뒤·좌우로 자연스럽게 움직임.
9주차	11.05.(목)	입춤작품 작품 동작 연결. 동작 반복: 작품의 주요 부분을 반복해 숙련도 높이기.

10주차	11.12.(목)	무대 시선: 관객을 향한 시선 처리와 표정 유지. 치마잡기 활용한 동작 연습.
11주차	11.19.(목)	입춤작품 전체 연습: 처음부터 끝까지 흐름을 이어가기. 순서정리 혼자 표현할수 있는 방법 익히기
12주차	11.26.(목)	입춤작품 소규모 발표. 피드백과 성찰: 강사·동료 의견 공유 후 학습 방향 설정

※ 상기일정 및 커리큘럼은 변경될 수 있음.