

민속놀이교실활동*

한 승 회**
이 혜 연

- I. 민속놀이교실활동에 관해서
- II. 강강술래
- III. 동채씨름
- IV. 사물놀이
- V. 씨름
- VI. 연날리기
- VII. 줄다리기
- VIII. 탈놀이

I. 민속놀이교실활동에 관해서

우리의 삶은 일과 놀이가 적절하게 시간 배분되어 상호작용 할 때에 건강해지고 풍요로와 질 수 있다. 특히 가장 활동적인 시기에 놓여 있는 청소년들은 공부나 일로 쌓인 긴장과 피로를 적절한 놀이를 통해 풀어버림으로써 정서적, 신체적 면에서뿐만 아니라 정신적인 면에서도 건강한 생활을 해 나갈 수 있다. 놀이는 오락적인 기능을 할 뿐만 아니라 사회성과 창조성을 기르고, 심신

을 단련하는 등 다양한 기능을 갖고 있기 때문이다.

그러나 오늘의 우리 청소년들은 심리적인 긴장과 갈등을 크게 겪고 있음에도 이를 해소할 만한 그들 세대에 맞는 건전하고 다양한 놀이문화의 혜택을 누리지 못하고 있다. 따라서 건전한 청소년 놀이문화를 위한 다양한 놀이 프로그램이 요구되는데 우리의 민족적인 정신과 정서가 배어 있는 민속놀이가 다음과 같은 점에서 청소년들의 놀이거리로 개발·보급할만한 가치를 지닌다고 생각한다.

첫째 공동체 의식과 협동심, 사회성을 길러준다. 우리의 민속놀이는 대부분이 공동체 놀이의 성격을 띠고 있기 때문에 집단속에서 흥겹게 어울리는 경험을 통해 청소년들에게 공동체 의식과 협동심, 사회성을 키울 수 있는 기회를 마련해 준다.

둘째 우리 것에 대한 이해와 자긍심을 일깨워 준다.

청소년들은 우리의 민속놀이를 배워 함께 즐기으로써 우리문화를 체험하고 이해하여 애정을 갖

* 이 논문은 본 개발원의 1993년도 연구사업인 「민속놀이교실활동」을 요약한 것임.

** 공동연구자는 본 개발원의 한승희(연구위원), 이혜연(연구원)임.

고 계승할 수 있는 기회를 갖는다.

셋째 남북한간의 이질감을 극복할 수 있는 계기가 된다.

통일 승계세대인 청소년들은 분단 이전의 남북 공동 민속놀이를 습득함으로써 민족 고유의 정서와 민족적인 일체감을 느낄 수 있다. 이러한 경험은 통일후의 민족적 이질감을 극복하는 하나의 방안이 될 수 있다.

넷째 우리 정서에 맞는 멋과 신바람을 느낄 수 있다.

민족의 정서가 배어 있는 놀이를 통해 청소년들은 또 하나의 놀이문화를 경험할 수 있으며, 이러한 경험은 타민족으로부터 단시일에 습득한 놀이문화 보다 더욱 우리정서에 맞는 멋과 신바람을 느낄 수 있게 해준다.

다섯째 청소년 시기의 욕구·갈등을 올바르게 해소해 준다.

민속놀이는 노는 사람과 관람하는 사람으로 이분되지 않고 모두가 함께 참여함으로써 놀이자 모두를 놀이의 주체로서 능동적이고 적극적으로 놀이에 몰입하게 해 준다.

따라서 본 프로그램에서는 민속놀이 활동을 통해 우리 청소년들이 이상과 같은 효과를 얻기를 희망하며 우리 민속놀이의 가장 큰 특성인 공동체의식을 잘 담고 있으면서 청소년들의 특성과 능력에 맞는 놀이들을 우선적으로 선정하여 그 구체적인 놀이방법을 삽화와 함께 소개하였다. 활동적이고 신명나며 비교적 놀이기구 제작이 쉬운 강강술래, 동채싸움, 사물놀이, 씨름, 연날리기, 줄다리기, 탈놀이 등 7개의 민속놀이를 선정하여 각각의 놀이를 개요, 3~10의 단위활동, 심화자료·관련단체 순으로 구성하였다.

- 개요에서는 놀이의 의의와 활동내용을 간략하게 서술하였고

- 단위활동들은 그 활동의 목표와 구체적인 놀이방법을 삽화와 함께 상세히 설명하고 있으며
- 심화자료·관련단체는 각각의 놀이를 이론적, 시청각적으로 보강해 줄 수 있는 자료와 함께 놀이에 대한 활동정보를 줄 수 있는 단체를 소개하고 있다.

소개된 청소년 민속놀이 활동 프로그램들은 한두시간 즐길 수 있는 단위활동으로도 가능하다. 그러나 특별활동이나 동아리활동을 위한 자료로 사용하면 더 큰 효과를 얻을 수 있을 것이다. 예를 들어 ‘강강술래’는 수련회나 캠프활동시에 사용될 경우 10개의 놀이방법 중 일부를 선택하여 짧은 시간내에 한바탕 놀아 보는 활동이 되겠지만 학교행사나 특별활동 프로그램으로 사용될 때에는 좀 더 충분한 시간의 여유를 갖고 10가지의 다양한 놀이방법과 노래를 모두 배워 흥겹게 놀아봄으로써 강강술래가 갖고 있는 정취와 묘미를 진하게 느낄 수 있기 때문이다.

소개된 놀이중 탈놀이나 사물놀이는 적어도 지도하는 선생님들이 해당되는 놀이에 대한 기초적인 지식을 갖고 있어야 가르칠 수 있는 놀이이다. 선생님들과 청소년들이 함께 시작하여 청소년들의 취미문화로 정착되면 좋을 놀이들이다. 동채싸움이나 줄다리기는 놀이기구 제작에 청소년 지도자나 선생님들이 능동적으로 청소년들과 함께 동참해야 주어야 하는 놀이이다. 이미 만들어진 놀이기구를 사용하여 놀이에 직접 들어갈 수도 있겠지만 우리 민속놀이가 갖고 있는 대동놀이의 특성이 상실될 우려가 있다. 협동하여 놀이기구를 제작하는 과정이 민속놀이에서는 큰 의미를 지니고 있기 때문이다. 지도하는 선생님들의 노고와 정성에 비례해 청소년들이 받는 정신적·정서적 혜택도 커지리라 생각된다. 모든 것이 다 그렇지

만 특히 민속놀이는 놀이가 전승되어 온 과정에서 볼 수 있듯이 윗대가 함께 동참해 주는 것이 놀이가 갖고 있는 의미와 가치를 자연스럽게 충분히 전달해 줄 수 있다.

본 연구지에서는 7 종류 민속놀이 프로그램들의 개요와 그것의 주된 단위활동만을 선별하여 소개하고자 한다.

II. 강강술래

1. 개 요

‘강강술래’는 오랜 세월에 걸쳐 전국적으로 전승되며 내려오고 있어 한국인이면 한번쯤 직접 또는 간접으로 경험한 민속놀이이다. 수십명의 사람들이 강강술래라는 노래에 맞춰 손에 손을 잡고 둥근 원을 만들어 빙글빙글 돌면서 신나게 뛰노는 모습은 보는 사람들로 하여금 그 대열에 끼어들어 한바탕 뛰놀고 싶은 충동을 갖게한다. 이러한 강강술래를 우리는 흔히 그저 손을 잡고 둥글게 돌면서 뛰노는 단순한 놀이로 알고 있다. 그러나 실제로는 다양한 종류의 재미있는 놀이들로 구성되어 있다. 여기서는 강강술래 중 가장 대표적인 해남강강술래(무형문화재 8호)의 10종류의 놀이를 놀이순서에 그 놀이방법을 자세하게 소개한다.

2. 늦은(진) 강강술래

‘늦은 강강술래’는 강강술래놀이 중 가장 느린 가락과 동작으로 놀이의 서두를 장식하곤한다. 청소년들이 평소에 쉽게 접할 수 없었던 느린가락인 진양조를 익혀 우리 가락의 섬세함을 느끼고 그에 맞는 절제된 동작을 연출할 수 있게한다.

3. 중 강강술래

‘중 강강술래’는 늦은 강강술래에 뒤이어 행해지는 놀이로 늦은 강강술래에 의해 형성된 분위기를 무르익게 한다. 중중모리 가락이 주는 흥을 느끼면서 대열을 만든 사람들과 조화를 이룬 놀이동작을 할 수 있게 한다.

4. 잣은 강강술래

‘잣은 강강술래’는 강강술래 놀이중 가장 움직임이 빠르고 활달한 놀이이다. 진양조, 중중모리 가락으로 놀면서 유보시킨 흥이 신바람 나는 자진모리 가락에 맞춰 한바탕 신나게 뛰놀면서 몸과 마음의 긴장을 풀게 한다.

5. 남생아 놀아라

잣은 강강술래를 하다가 지치면 가쁜 숨을 돌리기 위해 발길을 늦추면서 ‘남생아 놀아라’를 놀이한다. 이것은 거북이나 자라와 비슷하게 생겼으며 흥내를 잘 내고 잘 놀라는 남생이의 몸짓을 흉내낸 놀이이다. 모두 한번씩 놀이의 주역을 해보게 함으로써 적극성과 자신감을 키워준다.

6. 고사리꺼자

산에서 고사리를 꺾는 것을 흉내낸 놀이인 ‘고사리꺼자’는 남생아 놀아라를 한바탕 놀고난 후 행해진다. 흥겨운 가락에 맞춰 고사리를 꺾어가는 놀이를 통해 우리문화의 정취도 느끼고 타인과 조화를 이루면서 조심성있게 타인을 배려하는 마음도 갖게한다.

7. 청어엮자/청어풀자

‘청어엮자/청어풀자’는 청어를 한 묶음으로 엮어가는 모습을 모의한 놀이로 일반적으로 고사리 격자 놀이 다음에 이어진다. 앞뒤 사람과 어깨 위로 팔을 감아 연결하는 동작을 통해 상호 친밀감과 유대감을 형성할 수 있다.

8. 덕석몰이/덕석풀기

‘덕석몰이/덕석풀기’는 청어풀기 다음에 이어지는 놀이로 농촌에서 곡식을 말리는데 쓰이는 덕석(명석)을 말았다 풀었다 하는 동작을 흉내낸 놀이이다. 자진모리 가락에 맞춰 놀이꾼 전원이 흥겨운 가운데 서로의 몸을 부딪히며 하나의 덕석을 말아감으로써 친밀감과 일체감을 느낄 수 있게 한다.

9. 지와밧기

‘지와밧기’는 부자집의 골기와 지붕을 밟아가는 모의회(模擬戲)이며 덕석풀기 다음에 놀아진다. 함께 놀이하는 동안 성원들간에 자연스럽게 협동심과 유대감이 형성하게 한다.

10. 문 열어라

‘문 열어라’는 두 사람이 양팔을 마주 뻗쳐 잡아 문을 만들고 그 밑을 다른 놀이꾼들이 앞 사람의 허리를 잡고 한 줄이 되어 통과하는 놀이이다. 이것은 지와밧기 다음에 놀이된다. 즐겁게 뛰놀면서 자연스럽게 마음의 문을 열어 유대감을 형성할 수 있게 한다.

11. 쥘쥘새끼놀이

‘쥘쥘새끼놀이’란 일렬로 논밭 독을 기어가는 들쥘 행렬의 맨 끝쥘을 잡아챈다는데서 기인한 놀이인데 문 열어라 다음에 놀이된다. 도망가고 잡고하는 재미있는 놀이를 통해 서로를 잊고 뛰놀면서 몸과 마음의 긴장을 풀게 한다.

Ⅲ. 동채싸움

1. 개 요

‘동채싸움’은 일명 ‘안동차전놀이’라고도 한다. 동채싸움은 20~50대의 장정 수백명이 정월 대보름날에 하는 놀이로 놀이방식은 줄다리기와는 정반대이다. 줄다리는 총력을 다하여 적을 끌어오는 것이고 이 놀이는 반대로 적을 밀어 제압케 하는 것이다. 이 싸움은 어디까지나 규율에 해박한 머리꾼들이 협동과 단결을 통해 만든 힘과 힘의 대결이지 동채 자체의 싸움은 아니다. 동채는 오직 지휘자의 발판에 불과하다. 그러나 승부는 지휘자가 서 있는 상대방 동채를 위에서 눌러 땅에 닿게 함으로써 결정된다. 동채싸움은 남자 청소년들이 기백과 준법정신을 높이고 지혜와 협동심을 키우기에 적합한 민속놀이로 생각되어 1) 규칙 알아보기 2) 동채만들기 3) 동채싸움 등의 과정으로 소개하였다.

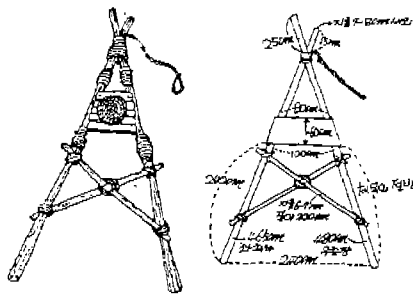
2. 규칙 알아보기

동채싸움은 수백명의 혈기왕성한 장정들이 참가하는 놀이이므로 사고를 방지하기 위한 여러가지 규칙들이 있다. 놀이의 진행요령과 여러가지

규정을 정확히 배워 깨끗한 승부를 겨루고 사고로 인한 부상자없이 모두 함께 동참하여 놀이를 즐길 수 있도록 한다. 놀이규제, 승부판정, 대장의 지휘신호, 동채꾼의 함성, 동채꾼의 구호, 싸움의 요령 등에 대해 알아야 한다.

3. 동채만들기

동채싸움에 사용되는 놀이기구인 동채에는 ‘정통채’와 ‘짜끼동채’가 있다. 정통채는 정식동채로서 대회전에서 사용했고 약식동채인 짜끼동채는 청소년들이 주로 사용 했고 소규모 행사에서도 사용했었다. 동채의 정확한 구조와 규격을 알아보고 최대한의 제기능을 발휘할 수 있는 짜끼동채를 실제로 만들어 봄으로써 스스로 만들었다는 뿌듯한 성취감과 자신감을 느끼게 한다. 짜끼동채의 구조는 다음과 같다.



가. 채목 2개 : 곧고 윗등과 밑동의 굵기에 차이가 없는 참나무

- 좌측 - 길이 465cm, 지름 7~8cm 내외
- 우측 - 길이 480cm, 지름 7~8cm 내외

나. 나무판자 1개 (사각형)

- 윗변 80cm
- 밑변 100cm

다. 가르새(원목 2개) : 길이 200cm,
지름 6~7cm.

라. 새끼줄

4. 동채싸움

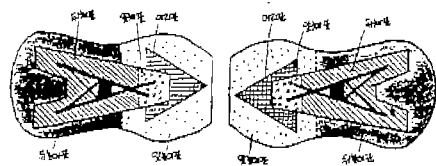
동채싸움의 실제적인 놀이과정을 배우고 이것을 청소년들의 현실여건에 맞게 변형하여 놀아봄으로써 규율을 엄수하는 준법 정신을 심어주고 함께 행사를 계획하고 준비하고 실행하는 과정을 통해 협동정신을 키우고 호쾌한 기상을 갖게한다.

1) 놀이과정

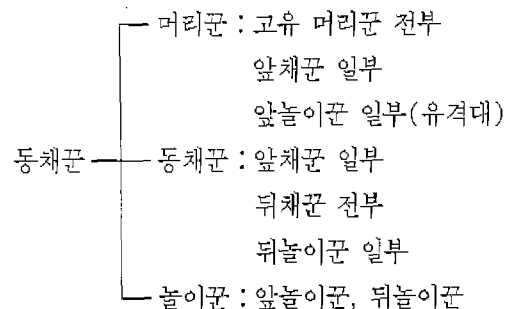
‘동채싸움’은 추수가 끝난 후 마을 유지들이 모여 다음해 정월에 열릴 동채싸움을 계획하는 일로부터 시작된다. 그러나 지역의 모든 주민들이 참가하게 되는 본격적인 놀이는 대전 전날 우군을 환영하는 행사부터 시작된다고 할 수 있겠다. 즉 행사를 위해 각 마을에서 하나 둘씩 모여들어 펼승을 준비하는 훈련과정과 당일 대전이 놀이의 절정이라 하겠다. 우군맞이 환영행사와 본시합으로 놀이과정이 이루어진다.

2) 동채꾼의 편성과 역할

(1) 동채꾼의 배치도



(2) 동채꾼의 조직



(3) 동채꾼 비율과 역할

① 대 장

대장 1명

② 머리꾼 30%

머리꾼은 군의 정예부대로서 민첩하고 인내심과 단결심이 강한자로 조직한다. 배열은 최전부에 1인, 그 뒤에 2인, 그 뒤에 3인 ...으로 '피라미' 형으로 서게 된다. 머리꾼은 언제나 팔장을 끼고 적을 어깨로 밀어서 분산 격퇴시킬 사명뿐이며 이 이외의 행동은 하지 못한다.

③ 앞채꾼 10%

앞채꾼은 최강력부대로서 장신거구의 굴강한 장사로 편성한다. 앞채꾼은 절대로 이탈하지 않고 동채와 행동과 생사를 같이 한다. 앞채꾼 일부는 동채 일부를 메고 일부는 최후 보루의 머리꾼이 된다. 앞채꾼에 한하여 적의 동채에 접근하였을 때 동채를 잡고 뜯으며 위에 올라타고 밑으로 누를 수 있다. 이 때 한 두 사람이 민첩하게 적의 동채에 접근하여 매어달리는 행동은 불법이며 어디까지나 집단체로서 자연접근하여 오·육명 이상이 동시에 적의 동채를 잡고 행동하여야 한다. 또 집단체라 할지라도 자기편 동채에서 멀리 나가서 행동할 수 없다.

③ 뒤채꾼 10%

뒤채꾼은 비교적 둔한 사람이라도 장신이며 힘 있는 사람으로 구성한다. 행동은 동채를 메고 지휘대로 움직이며 동채를 이탈하지 못한다.

④ 앞놀이꾼 30%, 뒤놀이꾼 20% (비율이 정확하지 않다)

놀이꾼은 유격대의 성격으로서 각자의 체력과 자신감을 감안하여 앞뒤에 임의로 가담한다. 앞놀이꾼은 때로는 머리꾼 행세도 하고 뒤놀이꾼은 뒤채꾼을 보호하며 교체도 한다. 놀이꾼의 본래의 사명은 아군의 군열과 분산을 방지하기 위하여

양군 접촉선의 중심을 향하여 포위하고 힘차게 밀어주는 것이다. 외변의 일렬은 팔을 펴고, 3~4명씩 싸고 밀 때도 있다.

IV. 사물놀이

1. 개 요

사물놀이는 우리 조상들이 제의를 갖거나 축제를 벌이는 등 여럿이 한 자리에 모이는 곳이면 항상 등장하여 흥겨운 가락을 선사하던 풍물가락에서 파생되어 기교를 더하며 전파된 우리의 가락이다. 따라서 사물과 사물가락에는 어떤 놀이와 음악보다도 우리 조상들의 숨결이 많이 배어 있다. 장단을 치면서 온 몸과 온 마음으로 가락의 맛을 느끼는 것이라 자기의 숨은 신명도 살리고 여럿이 서로 어울리어 즐기다 보면 공동체로서의 즐거움과 서로의 소중함도 느끼게 된다. 사물놀이는 그냥 보기만 해도 그냥 듣기만 해도 좋지만 여럿이 함께 모여 두드려 보고 춤을 추어 보면 더욱 좋다. 이 프로그램은 청소년들이 쉽게 우리의 장단을 익혀 선조들처럼 함께 어우러져 흥겨운 가락을 쳐볼 수 있도록 사물놀이에 필요한 기초 7과정으로 구성되었다.

2. 악기 소개하기

‘사물놀이’를 말 그대로 풀어 보면 ‘四物, 즉 네 가지 악기를 가지고 노는 놀이’이다. 네 가지 악기란 우리나라의 전통 민속악기인 <꽝과리>, <징>, <장고>, <북>을 말하는데 이것들은 두드려서 소리를 내는 타악기이다. 사물놀이의 가장 기본인 네 가지 악기의 모양과 특성 그리고 그 역할에 대해 자세히 알게 한다.

3. 사물 잡는법 익히기(앉은반)

사물을 익히려면 우선 악기들을 자기의 몸과 함께 하는 법을 배워야 한다. 악기를 놓고 앉는 법, 채를 잡는 법 등이 그것이다. 제대로 된 좋은 자세는 훌륭한 연주와 그를 위한 마음가짐의 기본이 된다. 사물놀이는 앉아서 할때와 서서 할때 달라지는데 우선 앉아서 하는 법을 익히게 한다.

4. 타법과 부호 익히기

사물을 다루는 데는 각 악기가 내는 소리를 사람이 흉내내는 구음(口音, 입장단)이라는 것이 있다. 팽과리를 한 번 치면 “깡” 복을 한 번 치면 “둥” 이라고 하는 것이 그것이다. 이러한 각 악기의 구음과 화법을 익히고 그것들에 맞는 부호를 약속하면 사물을 익히고 이해하는데 도움이 된다. 사물의 타법과 부호를 이해하고 기억하여 사물놀이의 가락을 쉽게, 효율적으로 배울 수 있게 한다.

5. 호흡법 익히기

호흡법을 바르게 익혀 우리가락의 한없이 깊고 높은 맛을 표현할 수 있는 바탕을 다지게 한다.

6. 가락 익히기

사물놀이에 쓰이는 가락들은 그 쓰임새와 종류가 엄청나게 다양하고 각각의 변주 또한 셀 수가 없다. 앞서 익혀 온 것을 바탕으로 사물놀이에 쓰이는 가장 기본이 되는 휘모리, 삼채, 느린풍류 가락들을 배워 봄으로써 우리가락의 멋과 흥을 실체로 느껴 보게 한다.

1) 휘모리

휘모리는 휘몰아 간다고 해서 그 이름이 그렇게 됐을성 싶게 가장 빠른 호흡을 가지고 있다. 그래서 장단의 열개가 단순하다. 휘모리에는 두 개의 기둥이 있어서 호흡과 움직임을 두 번 하게 되어 있다. 악보 왼쪽에 1,2,8 이라고 적혀있는 것이 그 박자 표시이다. 이것은 ‘하나의 장단을 연주할 때 호흡과 움직임을 두 번 하는데 숨어서 잘게 나뉘어진 작은 박들을 다 합하면 8개 이다’라는 뜻이다. 그 기둥에 맞게 몸을 두 번 움직여야지 네 번 움직이면 맛이 달라진다.

2) 삼채

삼채는 그 모양이 조금씩 다르고 이름이 달라 지더라도 전국 어디를 가나 이 가락이 안쓰이는 곳이 없을 정도이다. 이것은 삼채 가락이 그만큼 재미나고 신명나기에 빼놓을 수 없기 때문이다. 삼채는 두 장단이 모여 쌍을 이루는데 먼저 나오는 장단을 ‘암(陰)가락’ 뒤이어 나오는 장단을 ‘숏(陽)가락’이라고 한다. 우리 조상들은 이렇게 가락에도 암, 수를 붙여 짝지어 치길 좋아하였다. 그리고 삼채 가락의 주제되는 부분은 뒤의 ‘덩 따 궁따’이기 때문에 여기서 맛을 잘 내주어야 한다. 악보 왼쪽에 1, 4, 12라고 되어 있으니 호흡을 네 번씩 해야 맞는 연주가 된다.

3) 느린풍류

느린풍류 장단은 현재 사물놀이 연주에서 쓰이지는 않지만 굿거리 장단의 기본호흡과 맞아 떨어지는 호남좌도지방의 가락이다. 호남좌도 지방의 가락은 산이 많아서 그런지 가락이 단순하고 굳세면서도 푸짐한 특징을 가지고 있다. 삼채처럼 3박자짜리 호흡을 네 번씩 하며 한 장단을 만드

는데, 역시 암, 수의 쌍을 이룬다. 다만 호흡이 삼채 보다 두 배 쯤 느리게 되니 여유를 가지고 푸지고 넉넉하게 친다.

7. 걸음걸기와 춤추기

사물가락에 맞춰 걷고 춤추는 것을 배움으로써 앉아서 할 때보다 더 흥미롭게 놀이할 수 있다. 앉아서 사물가락을 웬만큼 익혔다면 이제는 서서 놀 줄을 알아야 한다. 그러기 위해서는 우선 악기는 잠깐 놔 두고 입장단으로 앞서 배웠던 가락을 하면서 걸음을 걸어 보고 걸음에 맞춰 춤을 추어 본다.

8. 진풀이

몇가지 기본적인 진놀이 법을 익혀 지금까지 배운 모든 내용을 총 동원하여 우리가락을 신나게 그리고 우리 가락스럽게 즐길 수 있도록 한다. 사물을 치고 놀면서도 여러가지의 대형을 만들어 가며 놀 수 있는데 이를 진(陣)풀이라고 한다. 진풀이는 그 종류와 모양이 다양해서 그 뒤를 따라만 다녀도 재미있다. 흔히 사용되는 진법으로는 기본진, 태극진, 을(乙)자진, 방울진(명석풀이), 미지기전 등이 있다.

V. 씨 림

1. 개 요

‘씨름’은 우리나라에서 자연적으로 생겨나 전해 내려오는 순수 우리 기예의 하나로 두 사람이 살바나 띠 또는 바지의 허리춤을 잡고 힘과 기술을 겨루어 상대를 먼저 땅에 넘어뜨리는 것으로 승

부를 결정하는 민속놀이이자 운동경기이다. 씨름은 순박하면서도 흥겹고 누구나 할 수 있으며 시설이나 장소, 경비의 큰 제한을 받지 않을 뿐더러 경기자나 관람자 모두가 즐길 수 있어 우리의 민속축제가 벌어지는 곳이면 어김없이 등장하여 축제에 열기와 흥을 더해왔다. 우리의 청소년들이 씨름을 민속놀이의 하나로 즐길 수 있도록 그리고 운동경기의 한 종목으로 활용할 수 있도록 씨름에 필요한 기초적인 기술과 규칙을 세 단계로 나누어 설명 하고자 한다.

2. 씨름규정 배우기

기술습득 이전에 경기장 시설의 규격, 경기용구 및 복장, 선수의 체급, 경기방법 및 규칙 등에 대한 올바르게 정확한 지식을 갖추고 있어야 서로가 만족하는 공정한 경기를 운영하고 즐길 수 있다. 씨름경기를 진행하는데 필요한 여러가지 기본 지식을 습득함으로써 공정하고 즐거운 경기를 할 수 있도록 한다.

3. 기본자세 익히기

씨름의 기본자세란 살바를 매고 경기에 들어가기 전에 하게 되는 모든 준비와 행동 즉 살바 고리를 만들고 매는법, 살바 잡는법, 경기시작 준비 자세 등을 말한다. 기본자세를 바르게 익혀 체력을 최대한으로 활용하여 공정하게 능력을 발휘할 수 있게 한다.

4. 씨름기술 익히기

여러가지 씨름기술을 다양하게 시도해 봄으로써 체력과 기술 그리고 투지를 조화롭게 활용할

는 방법을 익히고 더불어 씨름이 갖고 있는 묘미를 맛보면서 전통놀이에 대한 매력과 흥미를 느낄 수 있게 한다. 씨름에는 공격하고 반격하고 방어하는데 사용되는 100여 종의 기술이 있는데 이것들은 크게 손(팔)기술, 발(다리)기술, 허리기술, 혼성기술 등으로 구분된다. 여기서는 100여 가지 씨름기술 중 공격기술을 중심으로 현재 씨름판에서 보편적으로 널리 사용되고 있는 기초적인 기술들을 소개한다.

- 1) 손(팔)기술 : 앞무릎치기, 뒷무릎치기, 오금당기기
- 2) 발(다리)기술 : 안다리걸기, 밧다리걸기, 호미걸이
- 3) 허리기술 : 들배지기, 엉덩배지기, 돌림배지기
- 4) 혼성기술 : 정면뒤집기, 잡채기, 차돌리기

VI. 연날리기

1. 개 요

우리나라의 겨울철 농한기의 민속놀이로 ‘연날리기’가 성행하는데 연날리기의 절정은 정월 대보름날이다. 이 날은 ‘액막이(送厄)연날’이라 하여 각자 정성스레 독특하게 만든 연에 ‘送厄迎福’을 적어 하늘 높이 띄어 보내며 액을 막고 복을 빌었다. 그러나 오늘날에는 이러한 신앙적인 의미가 사라진 것은 물론 공장에서 천편 일률적으로 찍어낸 연을 손쉽게 구해 날리는 것에 그치고 있다. 따라서 우리나라 고유의 민속연을 만드는 과정과 연날리는 기술을 소개함으로써 민속놀이로서의 연날리기가 주는 의미를 되새기며 연날리기가 청소년들의 정서발달을 도모하는 민속놀이의 하나로 활용될 수 있도록 한다.

2. 연의 종류 알아보기

다양한 종류의 연을 소개함으로써 연에 대한 기본적인 아이디어를 제공해 줌과 동시에 이를 바탕으로 하여 연의 제작시 필요한 예술적 감각과 창작력을 키울 수 있게 한다. 우리나라 연은 연의 형태와 문양에 따라 분류되어 그 종류가 100여종에 이르고 있다. 형태면에서 보면 우리나라 전통연의 99% 이상을 차지하고 있는 사각 장방형의 ‘방패연’과 어린이들이 주로 많이 날리는 꼬리 달린 ‘가오리연’ 그리고 사람, 동물 등 제작자의 창의성에 의해 입체감있게 만든 ‘창작연’ 등 3종류로 크게 나뉜다. 문양에 따른 분류는 방패연에만 해당되는데 방패연 바탕에 그린 무늬와 색깔에 따라 8종류로 나뉘어 진다.

3. 연·연실·열레구조 알아보기

연을 잘 날리기 위해서는 연과 연실 그리고 열레의 삼위일체가 이루어져야 한다. 연실과 열레는 연 못지않게 중요하다. 아무리 잘 만든 연이라도 연실이 약하거나 열레가 엉성하면 잘 날릴 수 없다. 연날리기에 바람직한 연과 연줄 그리고 열레의 구조와 조건을 알아 연만들기와 연날리기에 필요한 기초지식을 갖게 한다.

4. 방패연 만들기

놀이기구인 연을 스스로 만드는 과정을 통해 창작력과 인내심을 얻고 작품 완성후 보람과 기쁨 그리고 자신감과 자신이 만든 작품에 대한 애착심을 느낄 수 있게 한다. 연의 크기는 연을 날리는 사람의 연령이나 바람이 강한 해안지방과

비교적 약한 내륙지방에 따라 차이가 있다. 여기서는 37cm x 55cm 규격의 방패연을 예로 들어 그 제작과정을 소개한다.

가) 재료 나) 제작도구 다) 종이마름질 라) 문양그리기 마) 연살다듬기 바) 연살붙이기 사) 목줄매기

5. 연날리기

연날리기에 적합한 여건과 기본기술 그리고 놀이방법을 자세히 배워 야외의 넓은 자연공간에서 맑은 공기를 마시며 마음껏 뛰놀면서 심신을 단련하게 한다. 또한 타인과 어우러져 다양한 연날리기 기법을 익히고 겨루면서 지혜를 얻고 유대감을 형성할 수 있게 한다.

VII. 줄다리기

1. 개 요

‘줄다리기’하면 우리는 운동회나 체육대회 때 청군 백군 양편으로 갈라 승부를 겨루는데 그쳤던 일본식 줄다리기를 연상하게 된다. 그러나 우리의 전통 줄다리기는 승부를 겨루는 것 보다는 풍년을 기원하는 공동체 의식에 중점을 두고 전승되어 왔다. 줄다리기는 행사는 대개 마을과 마을 대항으로 동부, 서부로 편을 갈라 겨루게 되는데 줄을 만드는 과정에서부터 놀이에 이르기까지 모든 과정이 공동체 전체의 이익을 추구하며 완전한 협동심에 의하여 이루어지므로 참가자들 모두는 이 놀이를 통하여 연대감과 향토애를 갖게 된다. 여기서는 영산에서 행해지는 줄다리기를 예로 들어 우리나라 정통의 민속줄다리기의 놀이과정과 놀이기구 제작과정을 알아보고 이를 바탕으로

청소년들이 지도자의 약간의 도움을 받으며 자체적으로 할 수 있는 간소화된 놀이방법을 소개하고자 한다.

2. 영산 줄만들기 알아보기

우리나라의 대표적인 줄다리기를 놀이에 쓰이는 줄의 형태와 제작과정을 알아봄으로써 놀이의 규모와 그 중요성을 짐작케 한다.

3. 영산 줄다리기 배우기

줄다리기의 놀이과정을 소개함으로써 우리 민속 줄다리기가 갖고 있는 놀이정신 즉 단순한 승부 의식을 떠나 풍년을 기원하는 것과 같은 공동체 전체의 이익을 추구할 줄 아는 놀이정신을 알게 한다. 우리의 전통 줄다리기는 앞서 언급했듯이 단순히 승부를 겨루는 놀이가 아니다. 줄을 만들기 시작하여 줄나가기, 진잡이, 결전, 줄의 처리 등으로 몇일간씩 지속되며 풍년을 기원하고 마을 주민들의 우애와 화합을 다지는 계기가 된다.

4. 청소년 민속줄다리기

청소년들이 함께 모여 자신들의 손으로 직접 줄을 만들어 놀이하는 과정을 통해 우리의 전통 줄다리기가 갖고 있는 화합과 조화의 정신을 깨닫고 체험할 수 있게 한다.

1) 재료

짚단 및 새끼줄, 통나무

2) 줄만들기

(1) 준비한 짚으로 세가닥 줄꼬기를 하여 50m

줄 10개를 만든다

- (2) (1)에서 꼬아진 줄 9가닥을 사용하여 3가닥 꼬기로 50m줄 1개를 만든다
- (3) (2)에서 꼬아진 줄 3가닥을 사용하여 3가닥 꼬기로 50m줄 1개를 만든다
- (4) (3)에서 만들어진 50m 줄은 반을 접어 (1)에서 10가닥을 만들어 9가닥 쓰고 남은 1가닥으로 둥글게 고리가 만들어진 목줄부분부터 책책 감은 후 두 줄이 합쳐지는 몸줄 부분은 두 줄을 같이 묶어 튼튼하게 감아가며 25m 줄 하나를 만든다
- (5) 양팀에서 이러한 줄을 각각 하나씩 만든다. 목줄의 고리는 어느 한쪽 팀이 다른 팀보다 커야한다.

* 이것은 양팀 각각 중학생 100명 규모의 놀이를 위해 어림잡아 만든것이다. 따라서 줄의 크기나 길이는 연령이나 참가자 수에 따라 변경될 수 있다. 만약 줄이 약해 당기는 힘을 감당하기 어려워 끊길 우려가 있다면 10개의 새끼줄 중 3개는 화학사로 만든 줄을 사용하는 방법도 있다. (2)번에서 엮는 줄 3개의 한 가닥씩을 화학사로 사용하면 끊길 우려가 없을 것이다.

3) 놀이과정

줄다리기는 단체 대항 놀이에서 빠지는 일이 거의 없을 정도로 축제나 행사에 꾸준히 등장하여 왔지만 우리의 전통적인 민속놀이 정신이 제대로 반영되지 않고 단순한 승부 겨루기에 그쳤다. 여기서는 우리의 전통 줄다리기 놀이 정신을 살리면서 청소년들이 그들의 능력과 여건에 맞게 즐길 수 있는 줄다리기를 소개하고자 한다.

- (1) 재료준비 : 행사 몇일 전부터 양쪽편 준비원들이 모여 줄을 만드는데 필요한 양만큼의 짚이나 새끼줄을 구입한다.

- (2) 줄만들기 : 양팀으로 나누어 가능한 많은 수가 참여하여 줄을 만든다. 줄다리기시합 자체보다 서로 협력하여 줄을 공동제작하는 과정이 중요하다. 행사규모나 참가자수를 고려하여 줄만들기에 충분한 시간의 여유를 두고 시합전부터 계획성있게 준비한다.

- (3) 줄나가기 : 모든 선수들이 (가능하면 양쪽 팀 전체) 풍물이나 사물놀이 가락에 맞춰 양편에서 줄을 들고 입장한다.

- (4) 결전 : 한 두판으로 단판을 내는 승부경기가 아니므로 땀흘려 만든 놀이기구인만큼 여유있게 충분히 즐길 시간을 갖는다.

- 줄의 암수가 잘 연결되면 줄을 땅에 내려 놓고 줄의 중앙에 줄다리기의 상징기를 꽂고 좌우에 각팀의 상징기를 꽂는다.
- 심판의 신호에 따라 첫 신호에 줄을 잡고 둘째 신호에 줄을 들고 세째 신호에 잡아당긴다.
- 양쪽에서 뽑은 대장의 구령에 따라 힘을 모아 잡아당긴다.
- 한판이 끝나면 풍물장단에 맞춰 양편 위치를 서로 바꾸고 대열을 재정비한다. 한판이 끝날 때마다 위치를 바꾸며 3판 2승이나 5판 3승으로 승부를 가린다.

VIII. 탈놀이

1. 개 요

탈춤은 민중과 그리고 대중과 함께 하는 우리의 대표적인 전통문화이다. 탈춤의 묘미는 춤판이 한창 무르익으면 우러나는 흥을 주체 못해 한바탕 한데 어우러지 지는데 있다. 그러나 실제로 거

의 탈춤을 접할 수 없었던 청소년들로서는 신바람 나는 순간이 와도 춤판에 뛰어 들어 함께 즐길 수가 없다. 따라서 여기서는 다른 탈춤에 비해 춤사위가 활달하고 경쾌하여 청소년들의 호감을 쉽게 얻을 수 있다고 생각되는 봉산탈춤의 팔목중춤을 선정하여 청소년들이 쉽게 배울 수 있도록 그 기본 춤사위와 함께 비교적 쉬운 춤사위들로 구성된 둘째 목중춤, 네째 목중춤 추는 방법을 소개하려 한다. 또한 한바탕 어울려 탈춤판을 벌일 수 있도록 이것들을 활용하여 만든 ‘뭇동춤’을 소개하고자 한다.

2. 기본춤사위 익히기

청소년들이 탈춤의 가장 기본이 되는 춤사위를 배워 우리의 전통 문화를 보고 듣는데 그치지 않고 작은 동작이라도 스스로 해 보고 맛들일 수 있게 한다. 기본춤사위한 봉산탈춤에서 가장 활달하고 경쾌한 팔목중춤의 기본이 되는 12 종류의 춤 형태를 말한다. 팔목중춤은 여덟 명의 목중이 차례로 나와 각기 다른 춤사위를 선사하는데 이중 공통으로 등장하는 춤사위를 기본춤사위라 일컫는다. 기본춤사위는 타령 장단에 맞춰 추게 된다. 12가지 기본 춤사위를 무보를 보면서 배우기로 한다.

- | | |
|-------------|----------------|
| 가. 불림사위 1 | 나. 고개잡이 1,2,3, |
| 다. 다리올리기 | 라. 옆으로뛰기 |
| 마. 불림사위 2 | 바. 외사위 |
| 사. 겹사위 | 아. 양사위 |
| 자. 앉아뛰기 외사위 | 차. 앉아뛰기 겹사위 |
| 카. 연풍대 | 타. 까치걸음 |

3. 둘째 목중춤 배우기

기본 춤사위를 배운 후 하나의 독립된 형태의

춤을 추면서 우리 문화의 정취를 맛보고 성취감도 느낄 수 있게 한다. 둘째 목중춤은 팔목중춤의 기본 춤사위를 배운 후 처음으로 배우게 되는 비교적 쉬운 춤이다. 둘째 목중춤은 17 장단으로 구성되어 있다.

4. 넷째 목중춤 배우기

비교적 쉬운 춤사위들로 구성된 넷째 목중춤을 실제로 배워 다양한 동작을 해보게 함으로써 우리춤이 갖고 있는 흥겨움과 민족 고유의 정취를 맛볼 수 있게 한다. 넷째 목중춤은 20 장단으로 구성되어 있다. 이 춤도 둘째 목중춤과 함께 팔목중춤 중 비교적 쉬운 동작들로 구성되어 있어 기본춤사위를 배운 후 즉시 기초단계에서 활용할 수 있는 춤이다.

5. 등·퇴장 익히기

앞에서 배운 춤사위들로 하나의 꼴을 갖춘 작은 작품을 만들려고 할 때 하나 더 갖추어야 하는 것이 등·퇴장 동작이다. 시작과 끝 마무리가 선명하고 아름답아와야 작품 전체가 돋보이게 된다. 등·퇴장 동작을 배워서 작품의 완성도를 높일 수 있게 한다.

6. 뭇동춤(합동춤)추기

뭇동춤은 봉산탈춤의 기본춤사위, 둘째 목중춤, 넷째 목중춤 그리고 등·퇴장 사위 등을 배운 청소년들이 신명나게 한바탕 놀아볼 수 있도록 엮은 소품이다. 한 두차례 춤사위를 배워보는 것에 그치지 않고 인내와 노력을 요하는 과정을 거쳐 작지만 하나의 꼴을 갖춘 작품을 공연해 봄으로써 뿌듯한 성취감과 보람을 느낄 수 있게 한다.

참 고 문 헌

- 경북씨름협회. 1991. 씨름
고려대학교 민족문화연구소. 1981. 한국민속대관
(세시풍속 전승놀이)
국립영화제작소. 씨름 VTR
국립영화제작소. 줄다리기 VTR
국립영화제작소. 영산 민속놀이 VTR
대한씨름협회. 1987. 씨름경기
문예진흥원 제작. 봉산탈춤 VTR(마로니에 공원
공연녹화)
문예진흥원. 안동차전놀이 VTR(전국민속예술경
연대회 공연녹화)
문화재 관리국. 1985. 중요무형문화재해설(놀이
와 의식편)
뿌리깊은나무. 1991. 해남강강술래
심우성. 1990. 한국의 민속놀이, 대광문화사
안동차전놀이 보급회. 1972. 동채싸움
이성천. 1991. 나도 국악을 가르칠 수 있다, 도서
출판 풍남
일양약품. 1991. 씨름교본
한국전통예술연구보존회. 1992. 사물놀이 ①
한국전통예술연구보존회. 1993. 사물놀이 ②
한국청소년연구원. 1992. 전통문화활동
한국청소년연맹. 1983. 연날리기
KBS 제작. 봉산탈춤 VTR(주요무형문화재 발표
회 실황녹화)
KBS 제작. 강강술래 VTR(주요무형문화재 발표
회 공연실황녹화)
MBC 제작. 강강술래 VTR(전국민속예술 경연대
회 공연실황)
MBC 제작. 사물놀이 VTR(김덕수 사물놀이 초
청공연 녹화)