

들어 가면서

‘출발! 우리는 새내기’는 자연권 수련시설에서 활용할 수 있도록 개발한 청소년 특별수련거리입니다.

‘출발! 우리는 새내기’는 진학이나 취업을 앞두고 있는 청소년(초등학교 6학년, 중학교 3학년, 고등학교 3학년)이 함께 참여하여 더불어 즐길 수 있도록 개발된 3박 4일 일정의 겨울방학용 수련거리이다. 본 수련거리는 진로선택의 기로에 서 있는 다양한 연령층의 청소년들이 모여 우정을 다지면서 자신들의 미래를 함께 설계하고 올바른 자아정체성을 확립해 갈 수 있도록 구성한 수련거리이다. 수련거리는 청소년들이 처해있는 현실이해를 바탕으로 자신의 과거를 회상하여 반성하고 앞으로 자신이 살아갈 미래사회를 전망하면서 자신의 꿈과 이상을 키울 수 있도록 과거-현재-미래의 시간적 흐름을 바탕으로 구성되어 있다.

본 수련거리는 수련활동의 영역별 전문화나 특성화보다는 시설의 유형이나 특수성에 관계없이 대부분 자연권 수련시설이 큰 수정보완없이 실행할 수 있는 수련거리 개발을 목적으로 하고 있다. 이에 따라 수련거리는 강당, 분임토의실, 운동장 등의 기본시설을 비롯하여 지도자의 일반적인 지도 능력, 비교적 저렴한 비용이 드는 설비 및 준비물 등 자연권 수련시설의 평균적인 제반여건을 기초로 개발되었다.

본 수련거리는 크게 수련활동의 의의와 전체적인 내용을 간략하게 설명하는 수련거리의 개요와 단위활동의 세부실행계획안인 단위수련거리 지도안의 두 부분으로 구성된다. 수련거리의 개요 부분은 활동목표 및 내용, 장소, 기간, 대상, 인원,

지도자, 유의사항 등 수련거리가 실행하는 과정에서 여러 가지 영향을 미치는 관련요소들을 제시하고 있는 수련거리 구성안, 수련거리를 구성하고 있는 여러 활동의 세부목적, 내용, 시간, 유형 등을 나타내고 있는 수련거리 내용구성안, 일정한 기간동안 이루어져야 할 수련활동을 시간적 순서에 따라 구체적으로 제시하는 수련거리 일정표로 구성되어 있다.

단위수련거리지도안은 단위활동의 전반적인 내용을 요약하여 진술한 활동개요, 세부활동진행표, 도움자료로 구분된다. 활동개요는 활동목표, 내용, 시간, 인원, 장소, 지도자, 준비물, 지도상 유의사항 등이 제시된다. 활동진행표는 활동전개의 원리에 기초하여 활동내용과 방법이 단계별로 상세히 기술된다. 활동진행표에는 활동단계, 활동내용, 소요시간, 장소, 주의 및 참고사항을 위한 비고란으로 구분되고 활동내용은 다시 지도자활동과 청소년활동으로 나누어져 기술된다. 도움자료는 단위수련거리 지도에 필요한 참고자료를 제공하고 있다.

‘출발! 우리는 새내기’

수련거리 개요

수련거리 조성

□ 활동목표

- 상급학교 진학 및 취업을 준비하는 청소년들의 적응력 향상
- 청소년기의 올바른 진로 탐색을 토대로 미래의 인생 조명
- 청소년들간의 우정을 다지고 형제자매 결연관계 모색

□ 활동내용

- 자아개발활동 : 선배와의 만남, 인생곡선 그리기, 미래사회 전망, 내가 꿈꾸는 직업세계, 직업박람회
- 전통문화활동 : 택견, 동채싸움
- 체력증진활동 : 오리엔티어링
- 문화예술활동 : 뮤지컬 창작과 공연
- 기 타 활 동 : 자원봉사활동, 야간담력훈련, 가면축제, 레크리에이션

□ 활동장소

- 실내 : 강당, 세미나실, 분임토의실, 실내체육관
- 실외 : 운동장, 자연체험장, 수련마을 일대

□ 활동기간 / 활동대상 / 활동인원

- 12월 - 2월 중 3박 4일 / 초6, 중3, 고3 청소년 / 90명(학년별 30명씩)

□ 지도자

- 전문지도자 4명 : 심성개발, 택견, 뮤지컬, 오리엔티어링 활동 지도 가능한 자
- 일반지도자 3명 : 각종 레크리에이션, 동채싸움 등 지도 가능한 자

□ 유의사항

- 청소년들이 발달단계에 맞는 융통성있는 프로그램 운영을 통해 앞으로 계획을 세우는 데 실질적인 도움을 얻을 수 있도록 지도
- 청소년들 각자 자신의 경험에 대해 솔직하게 이야기할 수 있도록 분위기를 조성하여 서로에 대한 신뢰를 쌓을 수 있도록 지도
- 수련활동 이후 지속적인 유대관계 방안 마련

수련거리 내용구성

영역	활동명	활동목표	활동내용	활동시간	비고
자아 개발 활동	축하합니다!	· 사회적응력 배양 · 미래계획 수립	· 선배와의 만남 · 인생스케치	90분	공통
	나를 찾아 시간속으로	· 자기이해 및 정체감형성 · 표현력 강화	· 현인과의 만남 · 인생곡선그리기	90분	선택
	미래사회 전망대	· 미래사회 변화이해 · 올바른 진로 탐색	· 미래사회변화 · 직업준비사례	120분	공통
	나래를 펴라!	· 자신의 진로에 대한 올바른 인식 · 상상력과 협동심 배양	· 신문활용 : 내가 꿈꾸는 직업 · 직업박람회	240분	공통
전통 문화 활동	배워봅시다 I II	· 민족문화 긍지 함양 · 신체단련과 호신술체득 · 정신력강화 및 단결배양	· 택견의 이해 · 품밟기와 활개짓 · 공방기에 · 놀이택견	240분	공통
	함께 흘리는 땀방울	· 민족문화 자긍심 함양 · 동체싸움 기술 습득 · 어려움 극복의지 배양	· 동체싸움 이해 · 동체싸움	240분	공통
체력 증진 활동	하얀나라! 생생나라!	· 창의성과 문제해결능력 배양 · 협동심 증진	· 오리엔티어링 : 썰매만들기, 썰매타기, 눈놀이, 장애물 통과 등	210분	공통
문화 예술 활동	우리가 살아 가는 이야기	· 자신의 과거 반성 · 상상력과 창의력 배양 · 문화예술체험	· 뮤지컬 이해 · 뮤지컬 감상 · 뮤지컬 창작과 공연	210분	선택
가다 활동	새마음! 새출발!	· 상호이해 및 친목도모 · 공동체 의식 배양	· 트리플게임 · 티셔츠제작	120분	공통
	밤으로의 짧은 여행	· 용기와 의지 배양 · 친밀감 강화	· 공포영화 관람 · 공포체험	120분	공통
	더불어 사는 세상	· 사회문제 올바른 인식 · 자원봉사활동에 대한 적극적인 자세 확립	· 자원봉사활동의 올바른 이해 · 자원봉사활동실천방안토의 · 자원봉사표어와 로고작성	120분	공통
	새내기 미래축제	· 미래계획 실천 다짐 · 협동심 증진	· 가면축제 준비 · 가면축제 · 모닥불 의식	180분	공통

출발! 우리는 새내기

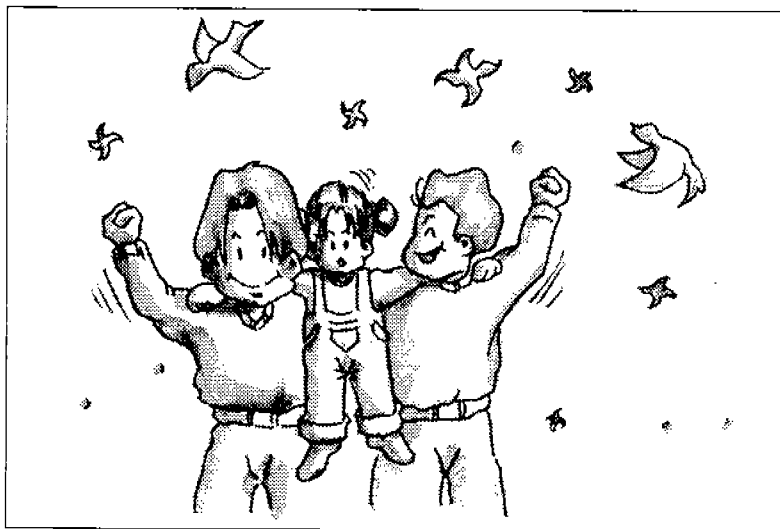
시간 \ 일	과거의 날	현재의 날	미래의 날	출발의 날	
06:00		일어나요 (선택 : 레크체조, 민속체조)			
07:00		아침식사			
08:00		배워봅시다Ⅰ (택견의 이해, 품밧기와 활개짓)	배워봅시다Ⅱ (택견 공방기에, 놀이택견)	함께 흘리는 땀방울 (동채싸움)	
09:00					
10:00		더불어 사는 세상 (청소년자원봉사활동)	미래사회 전망대 (미래의 직업세계와 직업준비사례 비디오 상영)		
11:00	등록 및 방배정				
12:00	점심식사				
13:00	새마음! 새출발! (친교레크리에이션, T-shirt 만들기)	하안나라! 썩썩나라! (오리엔티어링과 썰매의 만남)	나래를 펴라! (NIE : 나의 직업, 직업박람회)	다짐의 시간	
14:00				퇴 소 식	
15:00	축하합니다! (선배와의 만남)				
16:00	나를 찾아 시간속으로 (인생곡선 그리기)				우리가 살아가는 이야기 (뮤지컬 이해와 감상)
17:00					
18:00	저녁식사				
19:00	밤으로의 짧은 여행 (야간 담력 훈련)	우리가 살아가는 이야기 (뮤지컬 창작)	새내기 미래축제 (가면축제)		
20:00					
21:00	자유시간				
22:00	꿈나라로				

‘출발! 우리는 새내기’

단위수련거리

새마음 ! 새출발 !

‘새마음 새출발!’은 상급학교 또는 직장에서 새로운 시작을 준비하는 예비중학생, 예비고등학생, 예비대학생 그리고 예비직장인을 대상으로 하여 다양한 레크리에이션 활동을 진행함으로써 자신을 개방하고 서로를 이해하는 가운데 따뜻한 형제자매애를 느낄 수 있도록 하는 관계형성활동이다.



□ 활동목표

- 자신을 개방하고 상호간의 이해 및 친밀감 형성
- 형제애 및 공동체 의식 배양

□ 활동내용

- 트리플게임
- T-shirt 제작
- 협동게임

□ 활동시간 / 활동인원 / 활동장소

- 120분 / 90명 / 강당

□ 지도자

- 전문지도자 2명 : 레크리에이션을 전공한 지도자 1명, 나염을 전공한 지도자 1명
- 보조지도자 2명

□ 준비물

- 게임준비 : White Board, 메직, 지우개, 코팅된 숫자표(1- 30번까지 숫자를 3개씩 제작), 옷핀, 녹음기, 카세트 테이프, 폴라로이드 카메라 및 필름, 도화지(100장), 필기도구
- 염색준비 : T-shirt(90장), 각종 형지, 염료, 분무기, 드라이어기, 옷걸이, 칼, 스퀴이지

□ 유의사항

- 자연스럽게 자율적인 분위기 조성
- 첫만남속에서 자신의 감정과 정서를 솔직하게 표현할 수 있도록 유도
- 참가자의 연령수준이 다양함으로 레크리에이션의 내용과 시간을 융통성있게 조절

□ 응 응

- 다양한 자기표현 수련거리로 대체 가능

□ 활동진행

단 계	지 도 시 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
준 비	▶활동 소개 - 첫만남 인사→트리플게임 →T-shirt만들기→협동게임 ▶또래별(예비중·고·대 또는 직장인) 조편성 지도 - 30명 1조 구성	▶활동 개요 경청 ▶조구성 및 자기소개 - 또래집단별로 앉아서 간단하게 자기소개를 함	10분	강당	
트리플 게임	▶의형제·자매 찾기 지도 - 예비중학생, 예비고등학생, 예비대학생(예비직장인 포함)으로 구분하여 3개조로 편성 - 조별로 숫자의 번호가 적혀있는 카드(1-30번까지)를 잘 섞은 후 각 조원의 등에 핀으로 고정시키고 자유롭게 돌아다니며 같은 번호를 찾을 수 있도록 함 - 예비중학생, 예비고등학생, 예비대학생(예비직장인 포함)이 고루 한명씩 편성되었는지 확인 - 같은 번호끼리 의형제 또는 의자매를 맺도록 함 ▶가위바위보 게임 지도 - 의형제·자매끼리 마주 보도록 하여 가위바위보 진행 ① 곤지곤지 가위바위보 · 가위 : 곤지곤지 · 바위 : 도리도리 · 보 : 잼잼잼	▶의형제·자매 찾기 - 자유롭게 움직이면서 등의 숫자를 읽은 후 같은 번호 3명을 찾으면 손을 맞잡고 “찾았다”를 외침 - 서로에게 등의 숫자를 가르쳐 주면 안됨 ▶가위바위보 게임 - 의형제·자매끼리 마주 보고 지도자의 진행에 따라 가위바위보를 함	30분	강당	

단 계	지 도 시 활 동	청 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
트리플 게 임	② 송구리당당 가위바위보 · 율동게임송 송구리 당당 에 맞추어 가위바위보 ③ 훔랄라 가위바위보 · 율동게임송 훔랄라에 맞 추어 가위바위보 ④ 팽먹고 가위바위보 · 율동게임송 팽먹고에 맞 추어 가위바위보 ▶별척지도 : 세계의 인사법 - 가위바위보게임을 진행하 면서 진 청소년들에게 세 계의 인사법을 별척으로 실시하도록 지도 ① 스페인 · “브에노스디아스” 하 며 서로 끌어안아 한 바퀴 돌려 사랑의 표 시를 함 ② 하와이 · “알로하, 알로하” 하며 서로 끌어안아 양쪽 볼을 대며 인사 ③ 알라스카 · “브덴니 음음” 하며 코 에 두 주먹을 붙여 서 로 끌어 비비면서 인 사 ④ 인도 · “살로모어, 오! 살로모 어” 하며 양손을 입에 붙였다가 떼면서 앞으 로 나아가 서로 끌어 안음 ⑤ 네팔 · “나마비스테” 3번 하면서 양손을 머리에 얹고 허리를 90° 구부 려 인사 ⑥ 이스라엘 · “샬롬 샬롬” 하며 서로 상대방의 어깨를 주울 러 주면서 인사	- 가위바위보에서 진 청소 년은 지도자가 주는 별척 을 따라함 ▶세계의 인사법 익히기 - 의형제 · 의자매 게임에 서 진 청소년은 지도자 가 지시하는 동작을 따 라하면서 세계 여러나라 의 인사법을 익힘 - 모든 청소년이 세계의 인 사법을 따라 하면서 서로 에 대한 어색함을 없애고 자연스럽게 가까워짐			

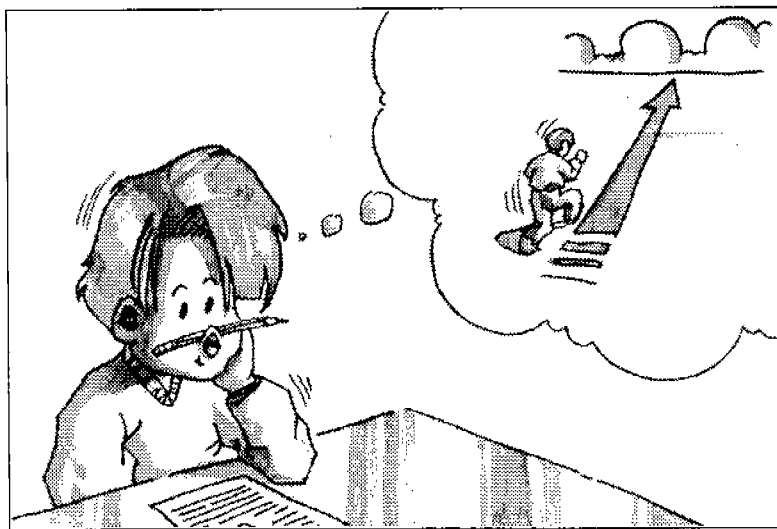
단 계	지 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
트러플 세 임	▶베스트 의형제 · 의자매 (트리플) 선발 지도 - 베스트 의형제 · 자매(트리플)로 뽑힌 청소년들에게 점수부여 · 1등 100점, 2등 80점 3등 60점, 기본 50점	▶베스트 의형제 선발 - 의형제 · 자매 게임에서 가장 즐겁고 신나게 즐긴 의형제 · 자매를 서로 추천하기			
티셔츠 만들기	▶활동준비 및 준비물 분배 - 새롭게 땃어진 의형제끼리 티셔츠를 만들어 입는 활동 ▶수날염(handprinting)을 이용한 무늬염색 방법소개 - 다양한 염색방법을 통해 무늬를 찍은 견본을 제시하면서 설명 - 수날염이란 · 부분염색법으로서 형지, 블록, 스크린, 스텐실, 금속판, 고무판 등 여러 가지 재료로 무늬를 만들어 염료를 정착시켜 프린트하는 방법 - 수날염의 종류 · 형지날염 : 종이나 금속판으로 본을 떠서 천 위에 올려 놓고 날염호로 밀어서 찍어 내 무늬를 만듦 · 블록날염 : 모양을 조각한 목재블록이나 금속제 등의 무늬를 찍어냄 · 스크린날염 : 틀에 망사를 팽팽하게 끼워 방수성 피막으로 무늬를 만들어 제판한 다음 스크린을 천 위에 올려 놓고 날염호로 찍음	▶활동이해 및 준비물 확인 - 새로운 만남을 기억할 수 있는 이름과 문양으로 의형제 티셔츠 만들기 ▶수날염의 종류와 방법 이해 - 수날염에 대한 간단한 설명을 듣고 분무날염을 이용하여 티셔츠 문양을 만듦	40분	강당	※각종 형지, 염료, 분무기, 드라이어기, 옷걸이, 칸, 스쿼이 지 등

단 계	지 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
티셔츠 만들기	· 분무남염 : 천에 형지를 대고 그 위에 분무기를 이용하여 염료액이나 안료액을 천에 뿌려 무늬를 내는 방법 ▶염색활동 지도 - 각 의형제 · 자매를 상징할 수 있는 독특하고 개성 있는 티셔츠 제작 - 주의사항 · 지나치게 복잡한 문구나 문양은 피하도록 한 것 · 각종 염료 사용 주의 - 염색을 마친 청소년들은 염색한 T-shirt가 마르는 동안 협동게임을 할 수 있도록 T-shirt를 한곳에 가지런히 정열 ▶다함께 노래와 율동 지도 - 협동게임을 시작하기 전에 분위기를 전환할 수 있는 노래부르기	▶염색 활동 : 티셔츠문양찍기 ① 각 의형제 · 자매의 상징 구호나 문양 구상 : 색의 수 결정 ② 형지에 문양의 밑그림을 그려서 칼로 오리거나 틀에 조각하고 신문지로 숨기 제거 특히, 색의 수에 따라 형지에 문양을 만들어야 함 ③ 티셔츠에 형지를 대고 염료액이 든 분무기를 이용하여 무늬를 나타내거나 문양틀을 옷에 대고 스퀘이지를 이용하여 염료를 바름 ④ 염료가 고르게 소머들었으면 형지나 문양틀을 제거하고 옷걸이에 걸어서 드라이어로 충분히 건조 시킴 - 염색을 마친 후 한곳에 가지런히 정열하고 협동 게임 준비 ▶즐겁게 노래와 율동 따라하기			*염료외에 금은가무, 색모래 등 다양한 재료를 사용하여 의형제 · 자매별 특성을 나타낼 수 있도록 함
협동 게임	▶노래대항 게임 지도 - 22-24명씩 1조 편성 - 조별 노래 대항 실시 · 춘하추동 노래대항 · 추억의 노래대항 · 노래 이어부르기 · 숫자 맞추어 노래부르기 : 일-일송정 푸른솔은~ 사-사랑해 당신을~ 등	▶노래대항 게임 - 조장 선출 및 조이를 정하기 - 조장의 지시에 따라 모두 협동하여 노래를 선정하여 부름	40분	강당	

단 계	지 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
협 동 개 임	▶악기뺏기 게임 지도 - 게임방법 · 한 조근 제외한 다른 조는 자기조의 악기를 정할 · 악기가 정해지면 노래를 부르며 자기 조의 악기를 연주하는 흥내를 내고 악기를 정하지 않은 조는 지휘를 함 · 노래를 하다가 지휘를 하는 조가 다른 조 몰래 피아노를 연주하면 피아노를 정했던 조는 빨리 지휘하는 흥내를 내야 함 · 조의 구성원이 통일되지 않은 연주를 하면 실격	▶악기뺏기 게임 - 조장의 지시에 따라 일사분란하게 움직이며 다른 조의 악기를 뺏아서 연주를 하고 악기를 뺏긴 조는 재빨리 지휘를 함			
	▶베스트 조 선발 지도 - 협동게임에서 단결이 잘된 조에게 점수부여 · 1등 100점, 2등 80점 3등 60점, 기본 50점	▶베스트 조 선발 - 협동게임에서 우수한 활동을 보인 조 선정			
	▶패션쇼 지도 - 개성있는 티셔츠를 만들고 패션쇼를 재미있게 구성한 의형제·자매에게 점수 부여 · 1등 100점, 2등 80점 3등 60점, 기본 50점	▶패션쇼 진행 - 의형제끼리 만든 티셔츠를 입고 패션쇼를 하는 동안에 자기의 의형제·자매의 이름과 장점소개			
	▶베스트 의형제·자매 선발 - 종합성적을 발표하여 가장 멋있는 베스트 의형제·자매 선발 - 베스트 의형제·자매로 뽑힌 청소년들에게 폴라로이드 사진을 찍어서 선물로 줌	▶베스트 의형제·자매선발 - 선출된 조는 재미있는 표정과 동작으로 사진을 찍음			
	▶뒷정리 지도	▶뒷정리 활동			

축하합니다!

‘축하합니다’는 예비새내기들의 진학과 취업을 축하하며 예비 중·고·대학생 그리고 직장인으로서 역할과 자세에 대하여 선배들로 부터 경험담을 듣고 자유롭게 이야기를 나누는 과정에서 앞으로의 계획을 세우고 다짐하는 활동이다.



□ 활동목표

- 예비 중·고·대학생 및 예비직장인으로서 새로운 생활에 대한 적응력 배양
- 자신의 미래 계획을 동료들과 토론함으로써 자신의 계획을 수정·보완

□ 활동내용

- 선배 발자취
- 인생스케치

□ 활동시간 / 활동인원 / 활동장소

- 90분 / 90명 / 분임토의실

□ 지도자

- 전문지도자 1명 : 교육학 전공 또는 진로지도 전문가
- 보조지도자 4명 : 대학을 졸업한 남·여 지도자 2명, 고등학교를 졸업하고 취업경험이 있는 남·여 지도자 또는 외부 남·여 강사 2명
- 사례발표 4명 : 참가자 중 예비고등학생, 예비대학생에서 남·여 각각 2명씩 선발

□ 준비물

- 필기도구, A4용지 90장

□ 유의사항

- 참가자중 사례발표자를 미리 선발하여 준비시간 부여
- 자신의 감정과 정서를 솔직하게 표현할 수 있도록 유도
- 전반적으로 분위기가 산만해지지 않도록 주의

□ 응 용

- 사례발표자를 외부의 전문가로 대체 가능

□ 활동진행

단 계	지 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
준 비	▶ 사례발표자 선발 - 입소식후 예비고등학생, 예비대학생에서 남녀 각각 1명씩 선발하여 사례발표를 준비시킴 - 사례발표자 선발시 모범 청소년이 선발되도록 유의 - 예비대학생과 예비직장인은 지도자중 해당되는 지도자를 선발하여 준비할 수 있도록 함 · 예비중학생 사례발표자 : 예비고등학생에서 남녀 각각 1명씩 선발 · 예비고등학생 사례발표자 : 예비대학생에서 남녀 각각 1명선발 · 예비대학생 사례발표자 : 지도자중 해당자 선발 · 예비직장인 사례발표자 : 지도자중 해당자 선발 ▶ 활동 소개 - 선배 발자취→인생스케치→조별 토론회활동 ▶ 또래별 조 편성 지도	▶ 사례발표 준비 - 사전에 선발된 청소년은 사례발표 준비 ▶ 활동 이해 ▶ 조편성 - 지도자의 지시에 따라 예비중학생, 예비고등학생, 예비대학생, 예비직장인으로 구분	10분	분임 토의실	
선 배 발자취	▶ 사례발표 준비지도 - 4개조(예비중학생, 예비고등학생, 예비대학생, 예비직장인)로 구성후 분임토의실로 이동 - 분반별로 지도자 참가	▶ 사례발표 준비 - 조별 지정된 분임토의실로 이동 - 조별로 진행을 담당할 사회자 선정	40분	분임 토의실	

단 계	지 도 지 원 동	정 소 년 활 동	시 간	정 소	비 고
선 배 발치취	▶예비중학생을 위한 선배의 조언 전개방법 지도 - 사례 발표는 2명이 20분 씩 발표하도록 함 - 사례발표 내용 · 초등학교와 중학교의 차이 · 중학생의 자세 · 공부방법 및 성적관리 · 교우 및 이성관계 · 권하고 싶은 책 · 중학교 시절에 꼭 해야할 일	▶분반별 사례발표 활동 - 발표자는 지도자가 제시 한 발표 내용을 중심으로 너무 지루하지 않게 재미 있게 발표 - 발표자는 자신의 지나온 과거를 회상하며 다양한 에피소드를 함께 발표 - 청소년들은 발표자의 발 표 중간에 질문은 삼가하 고 발표 후에 궁금한 점 질문			
	▶예비고등학생을 위한 선배의 조언 전개방법 지도 - 사례발표 내용 · 중학교와 고등학교의 차이 · 고등학생의 자세 · 공부방법 및 성적관리 · 교우 및 이성관계 · 권하고 싶은 책 · 고등학교 시절에 꼭 해야 할 일				
	▶예비대학생을 위한 선배의 조언 전개방법 지도 - 사례발표 내용 · 고등학교와 대학교의 차이 · 대학생의 자세 · 교우 및 이성관계 · 권하고 싶은 책 · 대학교 시절에 꼭 해야할 일				
	▶예비직장인을 위한 선배의 조언 전개방법 지도 - 사례발표 내용 · 학교와 사회의 차이점 · 직업선택의 유의사항 · 직장에서의 인간관계 · 사회초년생이 꼭 해야할 일				

단 계	지도자 활동	청소년 활동	시 간	장 소	비 고
선배 발자취	▶질문과 대답 지도 - 선배들의 조언을 듣고 의문사항이 있으면 질문을 하도록 분위기 조성 - 진지한 분위기에서 진행 되도록 지도	▶조언에 대한 질문 - 선배들의 조언을 듣고 의문사항이 있으면 질문			
인 생 스케치	▶인생 스케치 지도 - 청소년들이 선배의 발자취를 통해 얻은 지식으로 미래 계획을 세울 수 있도록 지도 · 예비중학생 : 3년 계획 · 예비고등학생 : 3년 계획 · 예비대학생 : 4년 계획 · 예비직장인 : 4년 계획 - 1년 단위로 계획을 세울 수 있도록 지도	▶인생 스케치 - 청소년들은 자신의 미래에 대하여 계획을 세움	20분	분임 토의실	
조 별 발 표	▶조별 발표 지도 - 조원들에게 자신의 계획을 조리있게 발표할 수 있도록 지도 ▶활동평가 지도 - 청소년들의 각자 계획이 꼭 이루어 질 수 있도록 격려	▶조별 발표 - 자신의 계획을 조원들에게 조리있게 발표 ▶활동 평가 - 나의 계획과 다른 청소년들의 계획을 비교 검토하여 스스로 훌륭한 계획을 세우고 이를 꼭 실행할 것을 다짐	20분	분임 토의실	

나를 찾아 시간속으로

‘나를 찾아 시간속으로’는 현인과의 만남을 통해서 자신의 무의식 세계에 있는 생각이나 고민을 찾고 스스로 해결 방안을 모색해 본 후 다른 청소년들과 함께 공감을 이루는 과정속에서 지난 날을 되돌아보고 새로운 미래를 계획하고자 하는 심성개발활동이다



□ 활동목표

- 무의식 세계의 고민을 찾고 해결방안 모색
- 자신의 마음을 여는 과정에서 표현력을 키우고 다른 청소년의 이야기 속에서 서로간에 이해를 높힘
- 자신의 과거 반성 및 자신의 미래를 계획하고 설계

□ 활동내용

- 현인과의 만남
- 인생곡선 그리기
- 조별 토론

□ 활동시간 / 활동인원 / 활동장소

- 90분 / 90명 / 강당

□ 지도자

- 전문지도자 1명 : 심리학 또는 심성계발 수련거리 전문가 1명
- 보조지도자 2명

□ 준비물

- 필기도구, 녹음기, 카세트 테이프

□ 유의사항

- 자연스럽고 자율적인 분위기 조성
- 첫만남속에서 자신의 감정과 정서를 솔직하게 표현할 수 있도록 유도

□ 응 응

- 다양한 자아개발 프로그램으로 대체 가능

□ 활동진행

단 계	지 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
준 비	▶ 활동 개요 소개 - 조편성→현인만나기→인생 그래프 그리기→조별 토론활동 ▶ 또래별 조편성 지도 - 10명 1조 구성 운영 · 예비중학생 3조 · 예비고등학생 3조 · 예비대학생 2조 · 예비직장인 1조 · 지난 활동과 중복되지 않는 레크리에이션으로 재구성 · 예비대학생·직장인은 인원 구성에 따라 융통성 있게 재구성	▶ 활동 이해 ▶ 조편성을 마치면 조별로 조용히 앉음	10분	강당	
현 인 만 나 기	▶ 현인 만나기 - '지금부터 현인을 만나러 갑니다. 조용히 눈을 감고 몸에 긴장을 풀고 힘을 뺍니다. 나는 이강당 문을 열고 밖으로 나가고 있습니다. 그 앞에는 산이 보입니다. 그 산을 향하여 걸어 갑니다. 나는 산 입구에 도착했습니다. 그 산 주위에 무엇이 있는지 잘 살펴 보시기 바랍니다.(30초후) 다시 발걸음을 옮깁니다. 한참 걸어가다 보니 산중턱까지 왔습니다. 다시 주위에 무엇이 보이는지 잘 보시기 바랍니다.(30초후)	▶ 현인 만나기 - 편안한 자세로 지도자의 지시대로 생각함	20분	강당	⇒잔잔한 음악을 들려줌

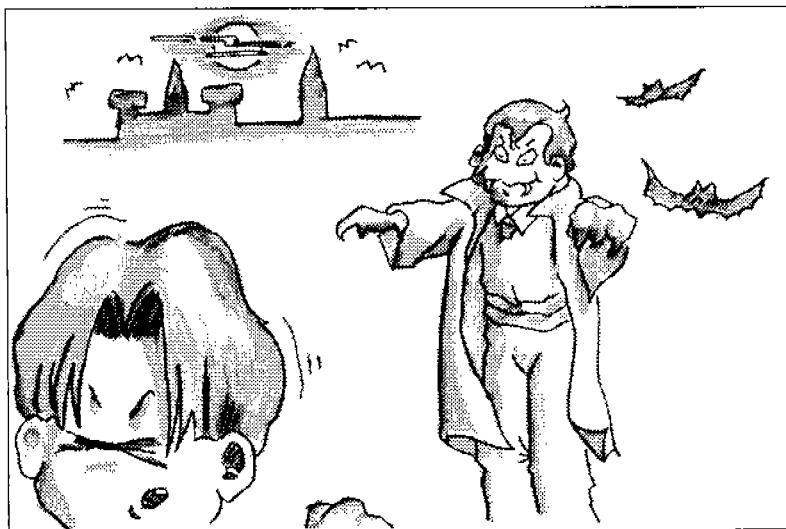
단 계	지 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
현 인 만나기	다보았으면 다시 이동을 합니다. 한참 가다가 보니 동굴이 보입니다. 그 동굴이 어떻게 생겼는지, 크기가 얼마인지 잘 보시기 바랍니다. (30초후) 나는 동굴 안으로 들어갑니다. 벽에 햇불이 꽃혀 있는 길을 따라 한참 걸어다니 모닥불이 희미하게 보입니다. 모닥불 앞에는 이 세상의 모든 것을 잘 아는 현인이 계십니다. 그 현인이 어떤 자세로, 어떤 복장으로, 어떤 표정으로 앉아 계신지 잘 보시기 바랍니다. (30초후) 나는 내가 현인에게 제일 고민하는 2가지 질문을 할 수 있습니다. 그러면 첫번째 질문을 합니다. (1분후) 현인이 무엇이라고 답해주시는지 잘 들으시기 바랍니다. (1분후) 2번째 질문을 합니다. (1분후) 무엇이라고 답해 주시는지 잘 들으시기 바랍니다. (1분후) 고민에 대한 상담을 해주셔서 감사하다는 말과 함께 돌아서는 순간 현인은 자기 옆에 있던 낡은 가방에서 물건을 꺼내 주십니다. 그 물건이 무엇인가를 잘 보시기 바랍니다. (30초후) 이제 여러분은 현인을 뒤로 하고 동굴 밖으로 나옵니다. 처음 들어갈때 느낌과 비교하시기 바랍니다. (1분후)	- 질문과 답을 정확하게 들음			

단 계	지 도 지 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
현 인 만나기	다시 발걸음을 옮기기 시작하여 산 중턱에 도착했습니다. 올라갈 때 느낌과 어떻게 다른지 잘 비교하시기 바랍니다. (30초후) 다시 발걸음을 옮겨 산아래 까지 도착하였습니다. 처음 올라 갈 때와 어떻게 다른지 비교하시기 바랍니다.(30초후) 나는 다시 감당 안으로 들어와 나의 자리로 돌아왔습니다. 눈을 뜨시기 바랍니다.				
인 생 곡 선 그리기	▶인생곡선 그리기 지도 - 개인별로 A4 용지를 나누어 주고 인생 그래프를 그리도록 함 - 인생의 경제적 · 심리적 · 가정적인 문제를 복합적으로 생각하여 하나의 선으로 표현(0-100세까지) - 뒷장에는 자신이 죽은 뒤 세울 비문에 대하여 생각하고 비문 제작	▶인생곡선 그리기 - 개별적으로 A4용지를 받고 인생곡선과 자신의 비문을 작성	20분	강당	
조 별 토 론 활 동	▶조별 토론 지도 - 조별로 다시 모이도록 지도 - 조별활동에 대하여 설명 · 조장 선반 · 현인 만나기에서 처음 출발에서 돌아올때까지의 모든 과정을 빠짐없이 이야기 하도록 지도	▶조별 토론 활동 - 조별로 다시 모임 - 지도자의 조별활동에 대하여 경청 - 개인별 발표(2분씩) · 현인 만나기에서 지도자의 전개 방법 그대로 느낀 점을 표현	30분	강당	

단 계	지 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
조 별 토 론 활 동	· 현인만나기가 끝나면 바로 이어서 인생곡선과 비문제작에 대하여 그래프와 비문을 보이며 설명 · 개인발표가 끝나면 같은 조원중 궁금사항이 있으면 질문하도록 하고 좋고하고 싶은 것이 있으면 말해줌	· 인생그래프를 조원들이 볼 수 있도록 제시하고 이에 대하여 설명 · 비문 내용은 제시하고 그 이유를 설명 - 개인별로 발표가 끝나고 궁금한 사항이 있으면 질문			
정 리	▶활동 평가 및 정리 - 조별토론 활동이 끝나면 현인 만나기에 대하여 설명 · 현인 만나기의 핵심은 2가지 질문 및 답과 선물이다. 질문은 자신의 가장 큰 고민을 표현한 것이고 답은 자기 스스로 해결할 수 있는 방안을 제시한 것이다. 선물은 가장 갖고 싶은 물건 또는 고민의 문제를 해결 할 수 있는 상징적인 물건일 수 있음을 설명 - 지도자가 자기 인생관에 대하여 청소년들에게 이야기를 해주고 앞으로 더불어 사는 사회에서 최선을 다하는 사람이 되자는 다짐과 격려	▶활동 정리 - 지도자의 현인 만나기의 설명을 듣고 자기 나름대로 활동을 정리함 - 그래프와 비문은 개인적으로 어려운 일이 생길때 볼 수 있도록 개인이 보관	10분	강당	

밤으로의 짧은 여행

‘밤으로의 짧은 여행’은 깊은 겨울밤에 수련시설 곳곳에서 일어나는 예상하지 못한 상황에 부딪혀서 여러 가지 정신적·육체적 긴장을 해소함으로써 어려움을 극복하는 용기와 의지를 키우고 청소년들간에 친밀감과 일체감을 강화하는 활동이다.



□ 활동목표

- 어려움을 극복할 수 있는 용기와 의지 배양
- 청소년들간의 친밀감 강화 및 서로에 대한 소중함 인식

□ 활동내용

- 공포영화 관람
- 일곱가지 공포체험

□ 활동시간 / 활동인원 / 활동장소

- 120분 / 90명 / 강당, 공포체험장

□ 지도자

- 전문지도자 2명 : 레크리에이션 전문지도자 1명, 인명구조 전문지도자 1명
- 보조지도자 7명 : 포스트 활동 지도자

□ 준비물

- 시설내 준비물 : 폭죽(20개), 마네킹(2개), 줄, 녹음기, 스폰지 조각(20개), 빨간 고무 장갑(2개), 성황당 시설장비, 모형관, 모형뱀 (5개), 모형개구리(5개), 구슬(100개), 무서운 인형(2개), 여자소복 (6벌), 빨간 전구 (2개) 등

□ 유의사항

- 공포체험에 의한 안전사고 주의
- 심장질환 환자를 미리 파악하여 관람만시키거나 다른 활동으로 대처
- 각 시설설비의 철저한 준비 및 안전점검

□ 응 응

- 야간 오리엔티어링으로 대체 가능

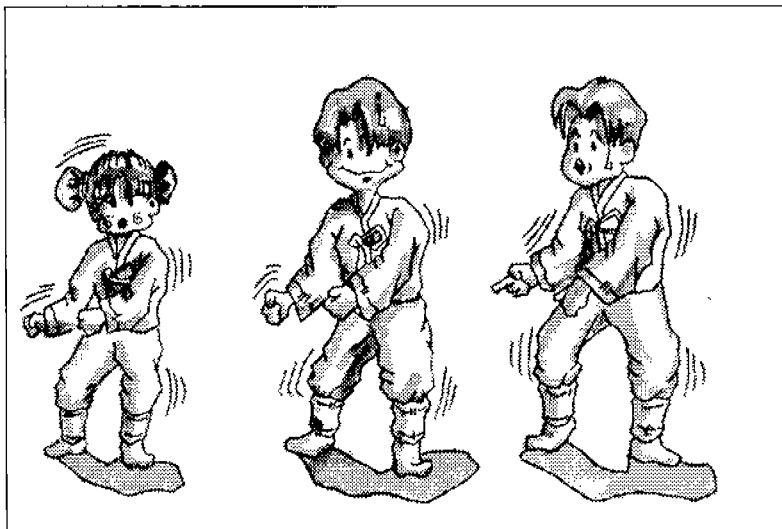
단 계	지 도 자 활 동	청 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
준 비	▶코스별 세팅 및 지도자 배치 - 사전에 포스트마다 세팅을 하고 이동 통로를 빨간리본 또는 야광천으로 표시 ▶활동 소개 - 영화관람→공포체험→정리활동 ▶조편성 지도 - 첫만남시간에 맺어진 의형제·자매 3쌍으로 구성	▶활동 이해 ▶각자 의형제와 의자매 확인	10분	강당	
영 화 관 랑	▶영화관람 - 시중에서 대여 또는 구입 가능한 짧은 공포영화나 다큐멘터리 상영 (예 : 전설의 고향, 오멘, 이야기속으로 등) - 영화가 중반을 지나가면 조별 5분 간격으로 출발 - 뒷열부터 출발하여 영화를 관람하는 청소년들에게 피해를 주지 않도록 주의	▶영화관람 - 영화관람중 지도자의 지시에 따라 조별로 공포체험장으로 출발	50분	강당	영화관람 중 반부터 조별 5분간격으로 출발
공 포 체 험	▶제1포스트: 축하 공포체험 - 강단에서 옥외로 나오도록 이동표시 부착 - 공포체험이 시작되는 입구에서 소복을 입은 지도자가 숨어 있다가 갑자기 나오면서 폭축을 터트림	▶축하 공포체험 - 강단에서 부터 이동표시를 따라 이동하며 공포를 체험함 - 의형제·자매끼리 서로 격려	50분	공포 체험장	

단 계	지 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
공 포 제 형	▶제2포스트 : 귀신 메시지 - 녹음기를 이용하여 잔잔한 음악을 틀고 음악을 배경으로 통과하는 조원 중 1명의 이름을 미리 파악하고 있다가 처절하게 부름 (예:00아 나 살려줘~, 00아 내팔 돌려줘~)	▶귀신 메시지 - 이동표시를 따라 이동 - '귀신메세지'를 체험 - 자신의 이름을 부른다고 동요되지 말 것			
	▶제3포스트 : 귀신과 함께 - 조별로 이동하고 있을 때 소복한 지도자가 숨어있다가 대열 맨 뒤에 붙어서 따라감 - 따라 오는지 인식을 못하면 맨뒤에 있는 청소년의 머리를 만짐 - 청소년에게 발각되면 빨리 몸을 숨김	▶귀신과 함께 - 이동표시에 따라 이동 - '귀신과 함께'를 체험			
	▶제4포스트 : 동굴에서 만난 빨간 손 - 청소년들이 기어서 통과할 수 있는 PVC관을 땅 위에 놓고 그위에 흙으로 덮어 위장 : 상단부분 위장 일부 제외 - PVC 안에 스폰지 조각을 넣어 청소년들이 기어가다가 문쿨한 것이 손에 닿도록 함 - 위장되지 않은 PVC관의 위부분에 구멍을 뚫음 - 구멍안으로 빨간 고무장갑을 낀손으로 지나가는 청소년을 만짐	▶동굴에서 만난 빨간 손 - '동굴에서 만난 빨간 손'을 체험 - 청소년들은 모두 동굴을 통과해야함			

단 계	사 도 자 활 동	청 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
공 포 재 형	▶제5포스트 : 나르는 귀신 - 줄로 연결되어 있는 귀신 복장을 한 마네킴(허수아비)을 제작 - 마네킴을 높은 나무가지에 걸어 둠 - 청소년들이 지나갈 때 지도자가 숨어 있다가 줄을 느슨하게 놓으면 줄이 풀려 마네킴이 아래로 내려오도록 함	▶나르는 귀신 - '나르는 귀신'을 체험 - 청소년들이 마네킴을 파손하지 않도록 주의			
	▶6포스트 : 성황당에서 만난 귀신 - 주변의 창고를 이용하여 성황당을 꾸밈 예)빨강색 조명등, 거미줄 - 성황당 위에 무서운 인형을 두어 문을 열면 떨어지게 함	▶성황당에서 만난 귀신 - '성황당에서 만난 귀신'을 체험 - 조원 모두 성황당에 들어감			
	▶제7포스트 : 관에서 사리찾기 - 성황당에 있는 관에서 조원 각자가 구슬을 하나씩 집어 나오도록 함 - 관의 뚜껑을 반쯤 열어둠 - 관에 모형 뱀, 개구리 등과 구슬을 함께 섞어 놓고 희미하게 그것들이 보이도록 조명 설치	▶관에서 사리 찾기 - '관에서 사리 찾기'체험 - 성황당에 있는 관에서 조원 모두 각자 관에 있는 사리를 집어 나눔 - 동료 청소년의 사리를 집어주는 일이 없도록 지도			
활 동 평 가	▶활동 정리 지도 - 청소년들의 건강상태 확인 - 청소년들의 사리를 확인하고 회수	▶활동 정리 - 5초간 크게 함성을 지르도록하여 긴장감 해소 - 자신감과 성취감 확인	10분	강당	

배워봅시다! | - 택견

‘배워봅시다! | - 택견’은 우리나라 고유의 전통무예인 택견의 뛰어난 기예를 습득함으로써 민족문화에 대한 긍지와 자부심을 높이고 건강한 신체단련 뿐만 아니라 자기를 방어할 수 있는 호신술을 체득하기 위한 활동이다.



□ 활동목표

- 민족문화에 긍지와 자부심 함양
- 건강한 신체단련 및 강인한 정신력 배양
- 자기를 방어할 수 있는 호신술 체득

□ 활동내용

- 태견의 이해
- 태견의 기본적인 움직임
- 태견의 공방기에

□ 활동시간 / 활동인원 / 활동장소

- 120분 / 90명 / 실내체육관 또는 운동장

□ 지도자

- 일반지도자 1명 : 체육활동 전반에 대한 지식을 가지고 있고 ‘태견’을 지도할 수 있는자
- 보조지도자 1명

□ 준비물

- 편안한 운동복, 운동화, 장이나 북, 민요테이프

□ 유의사항

- 호흡법을 최대한 정확히 익히도록 지도
- 정확한 동작을 익히기 보다는 자연스러운 몸동작을 하도록 지도
- 청소년들이 너무 과격해지지 않도록 지도

□ 응 용

- 태견의 기본동작을 이용하여 우리체조 익히기 활동으로 응용

□ 활동진행

단 계	지도자 활동	청소년 활동	시 간	장 소	비 고
준 비	▶ 활동 소개 - 중요무형문화재 제76호 택견의 다양한 기예 습득과 놀이택견 실시 ▶ 자리정렬 지도 - 조편성을 하지 않고 집단 활동으로 진행하므로 청소년들의 체격을 고려하여 자연스럽게 자리 배치	▶ 활동 이해 - 택견 활동의 의의를 되새김 ▶ 자리 정렬 - 지도자의 활동지도를 받는데 무리없는 대열로 자리를 정돈	10분	실내 체육관	
택견의 이해	▶ 택견 설명 - 택견의 정의 · 우리민족 고유의 전통무예로서 중요무형문화재 제76호로 지정 · 맨손의 겨루기 기예로써 상대의 힘이나 허점을 이용하여 넘어뜨리는 유술 - 택견의 역사 · 고대사 · 근대사 - 택견의 특성 · 자연과의 동화사상 : 우리민족의 자연친화적 사상과 문화가 택견의 자연스럽고 부드러운 움직임에 내포 · 실용성 : 다수의 민중들에 의해 전승되면서 특정한 형식에 구애되지 않고 자신의 몸을 지킬 수 있는 실제적이고 실용적인 기예들로 구성 - 택견의 구성 · 단(段), 급(級)제도나 형(型) 혹은 품세(品勢) 등에 얽매이지 않는 무형의 실전기에 · 기본마당 : 예법, 숨고르기, 풀기, 품받기와 활개짓, 올려채기와 손심내기 · 아랫마당 : 마주메기기 · 사잇마당 : 메기고 받기 · 윗마당 : 건주기	▶ 택견 이해 - 지도자의 설명 경청 및 동작 시연을 보면서 택견 이해	30분	실내 체육관	

단 계	지 도 자 활 동	참 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
몸풀기	▶예절 지도 - 바로 · 양발 뒤꿈치를 붙이고 양손은 포개어 아랫배 위에 둠 (남자는 왼손, 여자는 오른손 위에 둠) - 선생님께 예(禮) · 공손히 머리를 숙여 선생님께 예(禮) 포함 - 상호간에 예(禮) · 택견을 배울 친구들과 인사를 하며 열심히 잘 배워보자고 서로 격려	▶예절 익히기 - 지도자의 지도에 따라 선생님과 친구간에 예를 포함	20분	실내 체육관	
	▶숨고르기 지도 - 인승 자세로 서기 · 인간이 가장 편안하게 오래 서 있을 수 있는 지극히 자연스럽고 편안한 자세 - 주의사항 · 숨이 끊어지지 않게 연속적으로 이어서 함 · 자신의 호흡량에 약 70% 정도만 호흡 · 날숨일 때 배를 집어 넣고, 들숨일 때 의식적으로 배를 내밀	▶숨고르기 연습 - 인승 · 양 발을 자신의 어깨넓이 정도로 편안히 벌리고, 양팔의 힘을 뺀 상태에서 자연스럽게 내려놓음 - 숨고르기 · 먼저 입으로 숨을 내쉴 다음에, 코로 숨을 들이 마시고(들숨) 입으로 숨을 내쉴(날숨) 동작을 3회 반복			
	▶몸풀기 지도 - 직접 동작을 실연하여 청소년들이 바로 따라할 수 있도록 지도 - 몸풀기 지도 ① 오금절고 무릎비비기 (무릎 관절 풀기) · 양 발을 벌린채 앉았다가 일어나서 손바닥으로 양발 외 무릎이 따뜻해질 때까지 돌려 비빔 ② 다리접기(허벅지 근육풀기) · 편안히 선 채로 무릎을 접어 발 뒤꿈치가 엉덩이에 닿도록 교대로 양발을 접음	▶몸풀기 실시 - 지도자의 동작을 보고 몸풀이 실시 <그림 1> 오금절고 무릎비비기 <그림 2> 다리접기			

단 계	시 도 자 활 동	정 수 인 활 동	사 간	장 소	비 고
몸풀기	③ 발목돌리기(발목 관절 준비) · 양쪽 발목을 교대로 돌리며 발목을 부드럽게 함 ④ 허리돌리기(허리 풀기) · 양손바닥을 등허리에 대고 허리를 좌우로 3바퀴씩 돌림 · 처음에는 작게 시작해서 갈수록 큰원을 만들 듯 돌림 ⑤ 허리두드리기 (허리보호 및 신장강화) · 등주먹으로 등 허리를 여러번 세게 두드려 허리근 풀 ⑥ 상체풀기 · 왼발을 자신의 어깨 넓이 정도의 길이로 앞에 내어 놓으며 양 무릎은 약간 굽혀 몸을 숙여 준비자세삼 취함	 <그림 3> 발목돌리기  <그림 4> 허리돌리기  <그림 5> 허리두드리기  <그림 6> 상체풀기			
기 본 미 당	▶ 품밧기 지도 ① 품 앞뒤밧기 · 준비자세에서 앞의 발에 체중을 싣으며 오금(우릎의 뒤쪽)을 굽혔다가 뒷발로 체중을 옮기며 체중을 이동 · 몸을 앞으로 계속 굽혀가림 ② 품 좌우밧기 · 양 발을 어깨 넓이 정도로 자연스럽게 옆으로 벌린 자세(인승)에서 왼발의 오금을 굽혔다가 오른발로 체중을 이동 · 몸을 좌우로 계속 우쭈그러림 ③ 품 기본밧기 · 태견의 가장 대표적 보법 · 우리민족 고유의 '밧기'로서 3박자의 흥겨운 리듬(아리랑, 도라지)에 맞춰 밧을 · 인승에서 왼발과 오른발을 교대로 땅을 밧듯이 앞으로 연속해서 내미는 동작	▶ 품밧기 익히기  <그림 7> 품 앞뒤 밧기  <그림 8> 품 좌우 밧기	20분	실내 체육관	☞ 품밧기: 몸의 전체적인 호근을 탄츄처럼 경쾌하게 만듬 활개짓: 품밧기 동작들을 도와주는 역할

단 계	지 도 자 활 동	청 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
기 본 바 람	▶활개짓 지도 ① 활개 흔들기 · 양 팔을 편안히 내려 놓은 채로 품밧기를 하여 체중이 실려 오금이 구부러지는 쪽으로 양팔을 시계 주처럼 흔들 ② 활개 돌리기 · 활개흔들기와 같이 오금이 구부러 지는 쪽으로 팔을 구부러 연속적으로 돌림	▶활개짓 익히기  <그림 9> 활개 흔들기  <그림 10> 활개 돌리기			
공 방 가 예	▶공방기에 지도 - 12가지 공방기에 중 5동작만 가르침 ① 낚시끌기 · 발목을 낚시바는 모양으로 'ㄱ'자로 구부려 상대의 뒷 발꿈치를 앞으로 잡아당겨 넘어지게 함 ② 안덜미잡이 · 상대의 목덜미를 잡아 당겨 앞으로 넘어 뜨림 ③ 안덜미밀기 · 상대의 목덜미를 잡아서 뒤로 밀어 넘김 ④ 어깨 개부르기 · 상대에게 목덜미를 잡혔을 때 상대의 팔을 잡고 다른 팔로 상대의 안쪽 어깨를 밀어 넘어뜨림	▶공방기에 익히기  <그림 11> 낚시끌기  <그림 12> 안덜미잡이  <그림 13> 안덜미밀기  <그림 14> 어깨 개부르기	30분	실내 체육관	

단 계	지 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
공 방 기 예	⑥ 짚죽, 박달미젼이 발바닥으로 상대의 발안쪽을 바깥으로 밀어내며 상대의 목덜미를 그 반대쪽으로 잡아 당김	 <그림 15> 짚죽, 박달미젼이			
정 리 마 당	▶숨고르기와 평가 지도 - 앞에서 실시한 숨고르기와 같은 요령으로 호흡을 하면서 몸과 마음을 정리 - 택견기예로 친구를 때리거나 넘어 뜨리는 등 위험한 행동 자제 주의 ▶정리 활동 지도 - 바로 - 반뒤꿈치로 붙이고 양손을 포개어 아랫배 위에 뒹 - 선생님께 예 - 공손히 머리 숙여 선생님께 예컨 포함 - 상호간에 예 - 상호간에 예를 포함 “이것으로 활동을 모두 마치겠습니다.”	▶숨고르기와 평가 활동 - 인승자세에서 정숙하고 편안하게 숨고르기 ▶정리 활동 - 택견의 예절로 정리 활동 “감사합니다.”라고 인사한 뒤 고개를 약간 숙인 채, 두어 걸음 뒤로 물러남	10분	실내 체육관	

배워봅시다! II - 택견

‘배워봅시다! II-택견’은 우리나라 고유의 전통무예인 택견의 뛰어난 기예를 습득하고 이를 바탕으로 단체 겨루기를 실시함으로써 민족문화에 대한 긍지를 높이고 건강한 신체단련뿐만 아니라 강인한 정신력과 단결력을 배양하기 위한 활동이다.



□ 활동목표

- 민족문화에 대한 긍지와 자부심 함양
- 건강한 신체단련과 호신술 체득
- 강인한 정신력과 단결력 배양

□ 활동내용

- 택견의 공방기예
- 결련택견 : 놀이택견

□ 활동시간 / 활동인원 / 활동장소

- 120분 / 90명 / 실내체육관 또는 운동장

□ 지도자

- 일반지도자 1명 : 체육활동 전반에 대한 지식을 가지고 있고 ‘택견’을 지도할 수 있는 자
- 보조지도자 1명

□ 준비물

- 편안한 운동복, 운동화, 징이나 북, 민요테이프

□ 유의사항

- 정확한 동작을 익히기 보다는 자연스러운 동작을 할 수 있도록 지도
- 청소년들이 너무 과격해지지 않도록 지도
- 이긴 것에 대해 자만하지 않고 진 것에 대해 의기소침하지 않도록 격려
- 승패의 결과에 상관없이 다 같이 즐긴 대동화합의 장임을 느낄 수 있도록 지도

□ 응 용

- 다른 단체 및 학교와 친선경기 실시 가능

□ 활동진행

단 계	지 도 자 활 동	청 소 년 활 동	시 간	상 소	비 고
준 비	▶활동 소개 - 중요무형문화재 제76호 택견의 다양한 기예 습득과 놀이택견 실시 ▶자리정렬 지도 - 조편성을 하지 않고 집단 활동으로 진행하므로 청소년들의 체격을 고려하여 자연스럽게 자리 배치	▶활동 이해 - 택견 활동의 의의를 되새김 ▶자리 정렬 - 지도자의 활동지도를 받는데 무리없는 대열로 자리를 정돈	10분	실내 체육관	
공 울 기	▶예절 지도 - 바로 · 양 발 뒤꿈치를 붙이고 양손을 포개어 아랫배 위에 둠 (남자는 왼손, 여자는 오른손을 위에 둠) - 선생님께 예(禮) · 공손히 머리를 숙여 선생님께 예를 표함 - 상호간에 예(禮) · 택견을 배울 친구들과 인사를 하며 열심히 잘 배워보자고 서로 격려 ▶숨고르기 지도 - 인승 자세로 서기 · 인간이 가장 편안하게 오래 서 있을 수 있는 지극히 자연스럽고 편안한 자세 - 주의사항 · 숨이 끊어지지 않게 연속적으로 이어서 함 · 자신의 호흡량에 약 70% 정도만 호흡 · 날숨일 때 배를 집어 넣고, 들숨일 때 의식적으로 배를 내뱉	▶예절 익히기 - 지도자의 지도에 따라 선생님과 친구간에 예를 포함 ▶숨고르기 연습 - 인승 · 양 발을 자신의 어깨넓이 정도로 편안히 벌리고, 양팔의 힘은 뻗 상태에서 자연스럽게 내려놓음 - 숨고르기 · 먼저 입으로 숨을 내쉴 다음에, 코로 숨을 들이 마시고(들숨) 입으로 숨을 내쉴(날숨) 동작을 3회 반복	20분	실내 체육관	

단 계	지 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
몸풀기	▶몸풀기 지도 - 직접 동작을 실연하여 청소년들이 바로 따라할 수 있도록 지도 - 몸풀기 지도 ① 오금절고 무릎비비기 (무릎 관절 풀기) · 양 발은 벌린채 앉았다가 일어나서 손바닥으로 양방의 무릎이 따뜻해질 때까지 돌려 비빔 ② 다리절기(허벅지 근육풀기) · 편안히 선 채로 무릎을 접어 발 뒤꿈치가 엉덩이에 닿도록 교대로 양반을 접음 ③ 발목돌리기(발목 관절 풀기) · 양쪽 발목을 교대로 돌리며 발목을 부드럽게함 ④ 허리돌리기(허리 풀기) · 양손바닥을 등허리에 대고 허리를 좌우로 3바퀴씩 돌림 · 처음에는 작게 시작해서 갈수록 크원을 만들듯 돌림 ⑤ 허리두드리기(허리보호 및 신장강화) · 등주먹으로 등 허리를 여러번 세게 두드리려 허리근 풀음 ⑥ 상체풀기 · 원반을 자신의 어깨 넓이 정도의 길이로 앞에 내어 놓으며 양 무릎을 약간 굽혀 몸을 숙여 준비자세를 취함	▶몸풀기 실시 - 지도자의 동작을 보고 몸풀이 실시  <그림 1> 오금절고 무릎비비기  <그림 2> 다리절기  <그림 3> 발목돌리기  <그림 4> 허리돌리기  <그림 5> 허리두드리기  <그림 6> 상체풀기			

단 계	지 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
공 방 기 예	▶공방기에 지도 - 지난 시간에 배운 5동작을 복습한 후 나머지 7동작을 익힘 ① 낚시끌기 · 발목을 낚시바늘 모양으로 'ㄱ'자로 구부려 상대의 뒷 발꿈치간 앞으로 잡아당겨 넘어지게 함	▶공방기에 익히기  <그림 7> 낚시끌기	40분	실내 체육관	
	② 안덜미잡이 · 상대의 목덜미를 잡아 당겨 앞으로 넘어 뜨림	 <그림 8> 안덜미잡이			
	③ 안덜미밀기 · 상대의 목덜미간 잡아서 뒤로 밀어 넘김	 <그림 9> 안덜미밀기			
	④ 어깨 개부르기 · 상대에게 목덜미간 잡혔을 때 상대의 팔을 잡고 다른 팔로 상대의 안쪽 어깨를 밀어 넘어뜨림	 <그림 10> 어깨 개부르기			
	⑤ 편죽, 밖덜미잡이 · 반바닥으로 상대의 발안쪽을 바깥으로 밀어내며 상대의 목덜미를 그 반대쪽으로 잡아 당김	 <그림 11> 편죽, 밖덜미잡이			
	⑥ 뒷걸이, 안가지치기 · 상대의 뒤꿈치를 뒤꿈치로 걸면서 팔로 상대의 어깨 부분을 그 반대쪽으로 걸어 넘김	 <그림 12> 뒷걸이, 안가지치기			

단 계	시 도 지 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
공 방 기 예	⑦ 오금걸이, 칼잡이 · 상대의 오금을 뒤꿈치로 잡아당기며 손아귀로 상대의 목을 밀어 넘어 뜨림	 <그림 13> 오금걸이, 칼잡이			
	⑧ 오금잡이, 칼잡이 · 상대의 오금을 손으로 잡아당기며 손아귀로 상대의 목을 밀어 넘어 뜨림	 <그림 14> 오금잡이, 칼잡이			
	⑨ 손목잡이 · 상대의 몸이 앞으로 움직일때 손목을 잡아 당겨 넘어 뜨림	 <그림 15> 손목잡이			
	⑩ 어깨 맴돌리기 · 양 팔로 상대의 어깨를 잡아둘러 몸의 균형을 잃게 함	 <그림 16> 어깨 맴돌리기			
	⑪ 찢차기 · 옆차기식으로 발을 벌려 상대의 오금을 발뚨이 눌러 넘어지게 함	 <그림 17> 찢차기			
	⑫ 발등밟기 · 반바닥으로 상대의 발등을 밟아 움직이지 못하도록 함	 <그림 18> 발등밟기			

단 계	지 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
놀이 택견	▶팀 편성 지도 - 각 팀에 깃발과 응원용품 분배	▶팀 편성 및 역할 분담 - 45명씩 청군과 백군으로 나누기 - 택견선수 선발과 순서 정하기 및 응원단 구성 - 택견 선수 순서정하기	40분	실내 체육관	
	▶놀이택견 지도 - 경기규칙 설명 - 상대의 무릎이상 부분을 땅에 닿게 하거나 뒷발을 움직이게 하면 이김 - 연승제로 이긴 사람은 계속 해서 시합할 수 있고 상대편의 선수가 더 이상 나올 사람이 없으면 승리하게 됨	▶결련택견 : 놀이택견 실시 - 한 편의 선수가 먼저 나와 '쌌거라!'라고 외치면 상대편의 선수가 나와 '쌌다!'라고 응수한 뒤 둘이 마주섬 - 오른쪽 발을 앞으로 내밀어 무릎을 마주 댄다 - 품 앞 뒤 발기를 하며 서로 무릎으로 밀고 당기며 굽실거림 - 그동안 복이 '둥둥둥'거리며 긴장을 고조 시키다가 요란한 징소리와 함께 그동안 배운 택견의 기예로 상대를 넘어 뜨리거나 상대의 뒷발을 움직이도록 함 - 이긴 사람은 다시 '쌌거라!'라고 외쳐 상대편의 다음 선수를 불러내 시합 - 응원단들은 '얼쑤', '앗싸', '얼씨구', '지화자' 등을 외치며 자기편 선수 응원			
	▶판막음(축하 마당) 지도 - 결련택견 시합 중 최종승자(상대편의 마지막 선수를 꺾은 선수)를 '판막음'이라 칭함	▶축하 한마당 - 이긴 편은 '판막음'을 무릎 꿇고 복과 팽가리 등을 두드리며 함께 경기장 주위를 한 바퀴 돌면서 승리를 과시하고 행가를 쳐 줌 - 진 편은 박수를 치며 이긴편의 승리를 축하			

단 계	지 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
정 리 마 당	▶ 숨고르기와 평가 지도 - 앞서 숨고르기와 같은 요령으로 호흡을 하면서 몸과 마음을 정리 - 승패의 결과를 떠나 최선을 다한 학생들을 격려해주고 슬기로우면서도 웅망했던 선조들의 넋을 기리게 함 - 학생들에게 항상 태권시합을 하듯 정정당당하고 용기있게 최선을 생활해줄 것을 당부 - 태권기예로 친구를 장난삼아 때리거나 넘어뜨릴려고 하는 학생이 없도록 주의	▶ 숨고르기 - 인승자세에서 정숙하고 편안하게 숨고르기	10분	실내 체육관	☞ 인사하자마자 어론계 뒷모습을 보이는 것은 실례이며, "수고하셨습니다."라고 하지 않는다. '수고'는 아랫사람에게 하는 격려의 인사말임
	▶ 정리 활동 지도 - 바로 · 발 뒤꿈치를 붙이고 양손은 포개어 아랫배 위에둠 - 선생님께 예 · 공손히 머리 숙여 선생님께 예를 포함 - 상호간에 예 · 상호간에 예를 포함 - "이것으로 활동을 모두 마치겠습니다."	▶ 정리 활동 - 태권예의 예절로 정리활동			
		- "감사합니다." 라고 인사한뒤 고개를 약간 숙인채, 두어 걸음 뒤로 물러남			

더불어 사는 세상

‘더불어 사는 세상’은 우리 사회의 그늘진 삶의 모습 뿐만 아니라 여러 가지 지역문제에 대한 올바른 인식을 토대로 청소년들이 주인의식을 가지고 이웃과 행복을 나눌 수 있는 방법을 고민함으로써 건강하고 밝은 미래사회의 일꾼으로 성장을 도모하는 활동이다.



□ 활동목표

- 우리 사회 문제에 대한 올바른 인식
- 청소년자원봉사활동의 이해
- 자원봉사활동에 대한 자발적이고 적극적인 자세 배양

□ 활동내용

- 초청강연 : 청소년자원봉사활동의 의미와 필요성
- 자원봉사 실천방안 토의 : 자원봉사 표어와 로고 만들기

□ 활동시간 / 활동인원 / 활동장소

- 120분 / 90명 / 강당

□ 지도자

- 일반지도자 1명 : 각종 토론활동 진행에 능숙한 자
- 보조지도자 1명 : 각종 음향설비 조작 가능한 자
- 외부강사 1명 : 청소년자원봉사활동 지도에 대한 풍부한 이론과 경험을 가진 자

□ 준비물

- 마이크, 연단, OHP필름 및 기기

□ 유의사항

- 강사는 자신이 직접 체험하여 성과가 좋았거나 인상깊었던 활동사례 그리고 재미있었던 사건들을 곁들여 강연내용이 지루하지 않도록 주의
- 청소년들은 각자 자신들이 가지고 있는 지식과 경험을 활발하게 발표하여 서로 공감대를 이룰 수 있도록 격려

□ 응 용

- 실제로 지역사회에 필요한 각종 자원봉사활동을 실천(예 : 복지시설이나 농어촌 일손돕기활동, 위문활동, 유아지도활동, 환경·시설 보존활동 등)

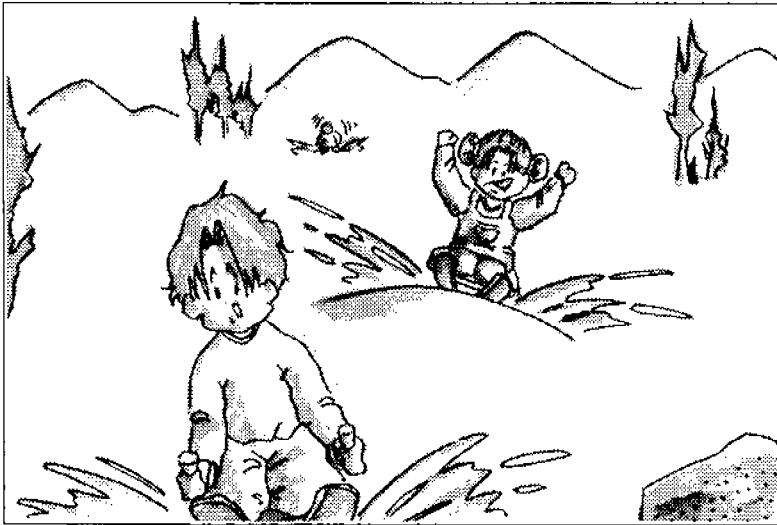
□ 활동진행

단 계	시 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
준 비	▶활동 소개 - 활동목적, 내용, 진행과정 설명 ·청소년자원봉사활동 강연 →자원봉사활동 실천방안 토의 및 표어와 로고 작성 - 조편성(9명 1조) 및 토론기록지 및 관련자료 배부 ▶강사소개 - 강사의 이름과 약력, 강연 주제 등 소개	▶활동 이해 - 활동의 내용 및 진행방법 이해 - 조구성 및 각종 준비자료를 받고 강사 소개 경청	30분	강당	
자 원 봉 사 활동의 이 해	▶청소년자원봉사활동의 이해 - 자원봉사의 의미 · 지역사회 공동체 회복을 위한 노력의 하나로 주민 모두가 자신이 살고 있는 지역사회에서 주인의식을 갖고 지역문제를 공동으로 해결하여 건강한 사회를 만들고자 하는 노력 - 자원봉사의 역사적 배경 · 노인을 섬기는 전통 · 이웃과 함께 하는 전통 · 상부상조의 공동체 의식 - 자원봉사의 필요성 · 개인의 자기 발전 : 덕성함양 및 인성계발 효과 · 사회적 책임의 공유 : 사회적 변화의 필요성과 민주 시민으로서 자질 배양 · 사회 공동체 형성 : 지역사회 유대강화 - 자원봉사의 유형 · 이웃돕기활동 · 구조·구호활동 · 업무지원활동 · 계몽·지도활동 · 지역사회개발활동	▶자원봉사활동 강연 경청 - 주요사항은 필기 - 평소에 자신이 생각하고 있는 자원봉사활동과 강연을 통해 새롭게 알게된 것을 바탕으로 올바른 자원봉사활동의 의미를 이해	40분	강당	※OHP필름 사용

단 계	지 도 자 활 동	청 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
자 원 봉 사 활동의 이 해	· 자연·환경보존활동 · 전통문화보존활동 · 교유협력활동 - 위의 활동유형에 따른 세 부내용을 제시				
자 원 봉 사 활동의 실 천 도 의	▶토의활동 지도 - 토의주제 설명 · 청소년자원봉사활동의 내용과 방법에 대한 구체적인 실천방안 - 토의시 주의사항 설명 · 경어 사용 · 또렷또렷한 음성으로 천천히 발표 · 타인의 의견을 최대한 존중하고 이야기 도중에 끼어 들지 않음 ▶자원봉사활동 표어와 로고 만들기 지도 - 조별 토의내용을 간결하고 상징적으로 나타낼 수 있는 표어과 로고 작성 · 표어와 로고는 누구나 알기 쉽게 간단명료한 문구 또는 마아크로 작성 ▶조별발표 지도 - 자원봉사활동 올바른 의미를 강조하고 수련활동 이후 실천할 수 있도록 격려	▶토의활동 - 우리 주변의 어려운 이웃들에 대한 이야기 또는 각자 자원봉사활동의 경험을 자연스럽게 발표 - 실천가능한 활동에 대해 토의하여 수련활동이 끝난 후 함께 실시할 수 있도록 구체적인 계획도 짜 봄 ▶자원봉사활동 표어와 로고 만들기 - 자원봉사에 대한 인식내용 및 실천방안 정리 - 창의력을 발휘하여 위의 토의 내용을 담아 낼 수 있는 표어와 로고 만들기 · 브레인스토밍의 과정을 통해 각자의 아이디어를 간결하게 표현 · 표어를 상징적으로 나타낼 수 있는 로고 제작 · 예 : 작은 힘이 큰 힘으로 주고보니 내 기쁨 등 ▶조별발표 - 각자 개성을 살린 표어와 로고를 발표	50분	강당	

하얀나라! 쌍쌍나라!

'하얀나라 쌍쌍나라'는 새출발을 준비하는 청소년들이 다양한 겨울철 놀이로 구성된 오리엔티어링 활동을 통하여 창의력을 발휘하여 어려운 상황을 슬기롭게 헤쳐 나감으로써 자신감을 갖고 서로에 대한 믿음을 키우는 활동이다.



□ 활동목표

- 어려운 상황을 해결하고 극복해 나가는 과정을 통하여 창의성과 문제해결능력 고양
- 눈놀이 등의 자연체험을 통하여 자연의 아름다움을 되새기고 결속력과 협동심 증진

□ 활동내용

- 오리엔티어링 활동 : 썰매 만들기, 썰매 타기, 눈놀이, 설피 만들기, 지역조사, 지역관찰, 장애물 통과 등

□ 활동시간 / 활동인원 / 활동장소

- 180분 / 80명(5명 1조) / OL코스 및 자연체험장

□ 지도자

- 전문지도자 1명 : OL활동 지도 가능자
- 보조지도자 4명

□ 준비물

- 개인 준비물 : 방한복, 장갑
- 시설내 준비물 : OL지도, 나침반, 포스트마크, 활동기록표(체크카드), 과제물, 무전기, 포대, 짚풀, 노끈 등 눈썰매 제작 재료, 합판, 각목, 썰매날, 톱, 망치, 못 등 얼음썰매 제작 재료, 기타 활동에 필요한 물품

□ 유의사항

- 겨울철 야외에서 이루어지는 활동이므로 추위에 과도하게 노출되지 않도록 하며, 활동 시간이 장시간이 되지 않도록 주의
- 지도와 나침반 등을 사용하는 데 있어서 사전에 사용법 충분히 숙지하도록 지도

□ 응 용

- 라인OL이나 스코어OL, 콤팩스OL 등으로 변형 가능

□ 활동진행

단 계	시 도 시 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
준 비	▶ 활동 설명 - 겨울철 눈높이를 활용한 오리엔티어링 활동으로 총 13개의 포스트로 구성 ▶ 조편성 활동 지도 - 조편성 · 4-7명 단위로 모둠을 편성하여 자리에 동그랗게 둘러앉게 함 - 조장 선출 · 조원 중 팀을 이끌고 갈 유능한 사람을 조장으로 선출하여 자리에서 일어서게 함 ▶ 활동기록표 및 관련 도구 배부 - 활동기록표, 지도, 나침반, 필기도구 배부 · 활동기록표에는 출발시간을 기입 - 필요기자재사항 안내 · 활동기록표에 조장, 조원, 상황종료시간을 적도록 함 - 포스트에서 활동기록표를 사용하는 방법 안내 - 시계맞추기 · 참가자의 시계를 진행자의 시간에 맞추게 함 - 출발시간과 상황종료시간 확인 안내	▶ 활동 이해 ▶ 조편성 확인 - 5명 단위로 조를 구성하여 마주보고 앉음 - 구성원 중 조장 1명을 선출하여 자리에서 일어서게 함 ▶ 활동기록표 작성 - 활동기록표, 지도, 필기구를 받아와 지도자의 설명에 따라 기록(조장, 조원, 상황종료시간 등) - 포스트에서 활동기록표 사용방법 숙지 - 필요 메모사항 기록 - 지도자가 제시한 시간으로 시계를 맞춤 - 출발시간과 상황종료시간을 다시 확인	20분	실내	

단 계	지도자 활동	청소년 활동	시 간	장 소	비 고
활동 방법 설명	▶ 활동방법 설명 - 코스 이동요령 · 출발지점과 도착지점은 같은 장소이며 중간에 10개의 포스트를 통과하여 돌아옴 - 포스트 위치 · 지도에는 포스트 위치가 명시되지 않으므로 직접 걸어야 알 수 있음 - 과제내용 및 해결방법 · 포스트의 과제는 여러 가지 형태가 있으며, 과제를 모두 해결해야 함. 과제를 해결하지 못했을 경우 각각 10점씩 감점처리 됨 - 활동기록표 작성요령 · 포스트 통과여부, 과제 해결여부를 활동기록표에 기록하게 됨. · 유인포스트에서는 스스로 기록하고 유인포스트에서는 진행요원이 해줌. · 무인포스트에서 편치가 있는 경우 반드시 편침하고 과제가 있는 경우 과제 내용은 기록하면 됨. · '시간체크'가 있는 포스트에서는 통과시간을 반드시 기록 ▶ 활동규칙 설명 - 순위결정 · 얼마나 규정시간에 가깝게 활동했는가를 가지고 순위를 결정. · 규정시간은 이동시간과 과제시간이 있으며 이동시간은 시속 4km의 속도로 걷는 것을 기준으로 하였고, 과제시간은 과제별로 정함.	▶ 활동방법설명 경청 - 코스 이동요령과 포스트 위치, 과제내용 및 해결 방법, 활동기록표 작성요령에 대한 설명 경청	30분	실내	

단 계	지 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	정 수	비 고
활 영 방 법 설 명	각 포스트에는 출발지점으로부터의 이동거리와 과제 해결 시간만 명시하므로 포스트번 규정시간은 알 수 없고 공인지점에 도착했을 때 알 수 있음 - 상황증표시간 · 상황증표시간까지 공인지점에 돌아와야 됨. 늦은 시간마다 1분당 10점씩 감점 처리 - 규칙과 매너 · 참가자는 포스트마크를 훼손시키거나 이동시키는 행위, 다른 팀 참가자의 활동을 방해하는 행위, 타인에게 깊은 물어보거나 알려주는 행위, 기타 비신사적인 행위를 삼가하도록 지도 - 기권의 방법과 의미 · 참가자는 부득이한 사유로 기권할 수 있음. 기권할 때에는 가까이 있는 지도자에게 도움을 청할 것. 정당한 사유로 인정되지 않은 경우 실격처리 - 위급시 조치요령 · 활동중 위급한 상황이 발생했을 경우 가까이 있는 지도자에게 도움을 청할 것 ▶ 진행요원 포스트로 출발 - 진행요원은 무전기, 준비물 가지고 맡은 장소로 출발	▶ 팀워크게임 - 조구호 만들기 · 조구호를 박수 10회 이상 들어가게 하여 만들어 연습. 조구호를 함 때는 항상 동그랗게 서서 마주봄			

단 계	지 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
출 발	▶출발 진행 - 준비된 팀부터 출발시간이 되면 단상 앞으로 나와 출발보고를 하게 함. 진행자는 출발보고를 받고 상황종료시간을 다시 주지시키고 준비물 지급 장소에서 팀구호 후 준비물을 지급 받아 가게 함 - 휴대품 지급 · 제킨, 환동에 필요한 물품 가방을 지급하여 출발하게 함	▶출발보고 - 보고시까지 모뎀구호를 연습하여 출발시간이 되어 준비된 팀은 출발 보고를 하고 진행자의 지시에 따름 - 휴대품 지급장소로 가서 팀구호를 실시하고 휴대품을 받아 스타트지점으로 출발	20분	실내	
OL 과 정 완 동	▶포스트활동지도(진행요원) - 주지도자와 무전연락으로 진행상황 점검 - 참가자들이 도착하면 계획된 활동을 진행한 후 활동기록부에 서명해 줌 ▶코스순찰(진행자) - 차량을 이용하여 코스를 순찰하며 참가자의 코스 진행상태, 코스 이탈자, 포스트마크 유지상태 등을 파악하여 조치하고 진행상황을 각 포스트 진행요원에게 통보해 줌	▶코스이동 - 스타트지점으로 이동하여 지도에 따라 코스로 이동, 포스트마다 제시되는 과제 해결 ▶포스트활동 실시 1P-점자 암호해독 2P-U-TURN 3P-지역조사 4P-눈놀이 5P-6P-지역관찰 7P-썰매재료 찾기 8P-썰매 만들기 9P-눈썰매 찾기 10P-썰매타기 11P-설피만들기 12P-장애물 통과 13P-지역조사 - 활동중 포스트마크를 훼손시키거나 다른 모뎀의 활동을 방해하지 않도록 함	110분	OL 코 스	※도움자료 1 참고

단 계	지 도 자 활 동	점 수 년 활 동	시 간	장 소	비 고
활 동 정 리 및 평 가	▶집결유도 - 진행요원은 상황종료시간이 되면 활동을 중단하게 하고 출발장소로 집결하도록 지도 ▶도착보고 확인 - 도착시간 기록 · 조별로 도착할 때마다 활동기록표에 도착시간을 기록해주고 도착보고를 하게 함 - 도착보고 · 조별 도착보고를 받고 기준시간표상 보고 점수를 계산하여 제출하게 함 ▶지급품 회수 - 나누어준 물품 회수 ▶점수집계 - 순위를 결정하여 진행자에게 전달 ▶재집결 지도 - 대부분의 참가자가 도착 보고를 마치면 전체집결 안내 ▶종합점수 발표 - 모둠별 점수를 발표 - 상위 성적 3~5개조와 최하위 조를 발표 ▶소감발표 진행 - 결과가 좋은 2~3개조, 최하위조의 대표를 앞으로 나오게 하여 활동의 성과와 실패의 원인 및 소감을 발표하게 함	▶집결 - 상황종료시간이 임박하면 모든 활동을 중단하고 출발장소로 집결 ▶도착보고 - 집결장소에 도착하면 도착시간을 기록 받고 도착보고 - 도착보고 후 기준시간표를 보고 점수를 계산하여 제출 ▶지급품 반납 및 휴식 - 활동기록표, 지도, 필기구, 나침반, 제킨 등 지급 받은 물품을 반납한 후 휴식 ▶재집결 - 휴식후 지도자의 방송에 따라 조별로 집결 ▶종합점수 발표 경청 - 모둠별 점수발표 내용을 경청 ▶소감발표 - 지적받은 상위 팀과 최하위 팀의 대표자는 앞으로 나가 지도자의 지시대로 소감 발표	30분	OL 코 스 (출발 장소)	

단 계	지 도 지 환 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
활 동 정 리 및 평 가	▶활동정리 - 환동중 최선을 다했는지의 여부, 규칙을 준수했는지의 여부, 결과에 만족하는지의 여부를 질문 - 활동의 성과와 한계점을 지적 : 진행자가 활동과정을 관찰한 결과를 기준으로 환동중의 잘잘못 평가 - 환동중의 노고를 격려하고 조별로 조구호를 외치며 팀웍을 다지게 한 후 활동을 종료	▶활동정리 - 지도자의 질문에 대답하고 경청 - 조별로 동그랗게 모여 조구호를 외치며 팀웍을 다진 후 활동을 마칩			

도움자료 1

포스트 활동

포스트명	개 목	규정시간	진행요원	동과확인
1P	점자암호 해독	5분	무인	정답

■ 활동내용

시각장애인들이 사용하는 점자를 암호문으로 사용하여 풀어보게 하는 활동이다.

⇒ “점자표를 꺼내서 다음 내용을 해독하여 활동기록표에 기록하시오”

[문제]

○ ● ● ○ ○ ● ○ ● ○ ○ ○ ● ● ○ ○ ○ ● ○ ● ● ○ ○
● ○ ● ○ ○ ○ ● ○ ● ● ● ○ ● ● ○ ● ○ ○ ○ ○
○ ○ ○ ● ○ ● ● ○ ● ● ○ ○ ○ ● ○ ○ ● ○ ● ○ ● ○

정답 :

[점자해독표]

닿소리	ㄱ	ㄴ	ㄷ	ㄹ	ㅁ	ㅂ	ㅅ	ㅈ	ㅊ	ㅋ	ㅌ	ㅍ	ㅎ
○ ●	● ●	○ ●	○ ○	● ○	○ ●	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	● ●	● ○	● ●	○ ●
○ ○	○ ○	● ○	○ ●	○ ●	○ ●	○ ○	○ ○	○ ○	○ ●	● ○	● ●	○ ●	● ●
○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ●	○ ●	○ ●	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○

홀소리	ㅏ	ㅑ	ㅓ	ㅕ	ㅗ	ㅛ	ㅜ	ㅠ	ㅡ	ㅣ
● ○	○ ●	○ ●	● ○	● ○	○ ●	● ●	● ●	○ ●	● ○	
● ○	○ ●	● ○	○ ●	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	● ○	○ ●	
○ ●	● ○	● ○	○ ●	● ●	● ●	● ○	○ ○	○ ○	● ○	

받침	ㄱ	ㄴ	ㄷ	ㄹ	ㅁ	ㅂ	ㅅ	ㅇ	ㅈ	ㅊ	ㅋ	ㅌ	ㅍ	ㅎ
● ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	● ○	○ ○	○ ○	● ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○
○ ○	● ●	○ ●	● ○	● ○	● ○	○ ○	○ ○	● ●	○ ○	○ ○	● ●	● ○	● ●	○ ●
○ ○	○ ○	● ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	● ○	● ●	● ○	○ ○	● ○	● ●	○ ○	● ●

포스트명	제 목	규정시간	진행요원	통과확인
2P	U-TURN	-	무인	핀치

■ 활동내용

U-TURN 포스트는 오던 방향으로 되돌아 가는 곳이므로 특별한 활동은 없다. 단지 참가자들이 활동규칙을 충분히 알고 있는가를 평가하는 포스트이며 참가자들 사이에 진위여부를 놓고 우왕좌왕 하는 경우가 종종 발생하는 장소이다. 또한 지도를 정확히 읽지 않고 다른 팀을 따라 다니다가는 낭패를 보는 장소이기도 하다.

포스트명	제 목	규정시간	진행요원	통과확인
3P	지역조사 - 시설물	5분	무인	정답

■ 활동내용

코스 주변에 있는 지형지물, 시설물, 자연물 등을 조사하여 기록하는 활동이다. 직접 찾아가서 확인해야만 답을 얻을 수 있는 과제로 제시한다.

⇒“맞은 편 건물에는 엘리베이터가 있습니다. 엘리베이터의 운행구간이 몇층부터 몇층까지인지 확인하여 기록표에 적어주시기 바랍니다.”

포스트명	제 목	규정시간	진행요원	통과확인
4P	눈 놀 이	10분	유인	지도자 서명

■ 활동내용

참가자간 협력해서 눈을 이용한 과제를 해결하거나 놀이를 재현하는 활동이다. 눈사람을 만들어 보는 과정으로 쌓인 눈을 보면 누구나 동심에 젖게 되므로 매우 즐거운 활동이 될 것이다. 적설시에 지도자가 제시하는 지역에서 모듈별로 눈사람 하나씩을 만들어 장식하게 한다.

응용1) 눈 싸 움 : 일정한 구역과 규칙을 정하여 모듈 대항으로 눈싸움을 하게 한다. 일정한 거리에 있는 목표물을 맞추어 쓰러뜨려야만 통과하게 할 수도 있다.

응용2) 눈 조 각 : 삽과 양동이를 이용하여 주변에 있는 눈을 한 장소에 모아 조각품을 만들게 한다. 적설량이 많을 경우 일정한 장소에서 적용하면 멋진 조각공원이 될 수 있다.

응용3) 눈집만들기 : 눈을 다져 벽돌을 만들어 쌓아 집을 만들게 하거나 많은 양의 눈을 모아 설동(雪洞)을 과게 한다. 적설량이 많아야 하며 시간이 많이 걸린다.

포스트명	제 목	규정시간	진행요원	통과확인
5~6P	지역관찰	5분	무인	정답

■ 활동내용

제시한 지역을 자세히 관찰하게 하여 다음 장소에서 질문하는 활동이다.

⇒“지금부터 길을 가다보면 흰색 줄로 표시된 지역이 있습니다. 그 지역을 자세히 관찰한 후 다음 포스트로 이동하십시오. 질문은 다음 포스트에서 하기 때문에 자세히 관찰하지 않으면 되돌아와야 합니다.”

“앞에서 제시한 관찰지역에는 여러 종류의 꽃이 있었습니다. 그중에서 노란 꽃의 이름을 기록표에 적어주시기 바랍니다.”

포스트명	제 목	규정시간	진행요원	통과확인
7P	썰매 재료찾기	10분	무인	편지

■ 활동내용

나침반을 이용하여 활동에 필요한 물품(썰매 재료)을 찾는 장소이다.

⇒“나침반을 이용하여 다음 장소로 이동하십시오. 그곳에 과제가 있습니다. →방위각: 340°, 이동거리: 80m)” “이곳에 있는 물품 한 개를 다음장소로 가져가시오. 다른 팀을 위해 반드시 한 개만을 가져가야 합니다. →방위각: 210°, 이동거리 110m”

포스트명	제 목	규정시간	진행요원	통과확인
8P	썰매 만들기	20분	유인	지도자 서명

■ 활동내용

찾아온 재료를 이용하여 썰매를 제작하는 과정이다. 준비해온 톱과 망치를 가지고 견본품을 보며 협동하여 썰매를 제작하게 한다. 상황에 따라 잘 만든 썰매, 예쁘게 만든 썰매, 견고한 썰매를 선정하여 시상하는 것도 한 방법이다.

포스트명	제 목	규정시간	진행요원	통과확인
9P	눈썰매 찾기	10분	무인	편지

■ 활동내용

썰매 제작과정을 생략하여 완성품 썰매를 찾아 활용하는 방법이다. 많은 양의 썰매를 제작하기 곤란하거나 제작할 시간이 없을 때 적용한다. 찾아가게 하는 방법은 위와 같다.

포스트명	제 목	규정시간	진행요원	통과확인
10P	썰매타기	20분	유인	지도자 서명

■ 활동내용

제작을 마치면 제작한 썰매를 이용하여 지도자가 제시하는 장소에서 정해진 시간동안 자유로이 썰매타기를 하게 한다. 경우에 따라 팀별 경쟁으로 썰매타기 시험을 하는 것도 좋다. 포대썰매는 사용한 썰매를 모아 불을 지펴 휴식을 취하며 추위를 덜 수 있다.

주의사항) 제작하는 장소와 타는 장소가 한 장소이면 좋으나 그렇지 않을 경우 나침반을 이용하여 찾아가게 한다. 포대 눈썰매는 적설량이 5cm, 플라스틱 눈썰매는 10cm 이상이 되어야 하고 적당한 경사면이 좋으며, 눈이 없을 때에는 얼음판에서 타는 것도 한 방법이다. 얼음썰매는 눈바닥 등 수심이 깊지 않고 경사가 없는 얼음판에서 타는 것이 좋다.

포스트명	제 목	규정시간	진행요원	통과확인
11P	설피 만들기	20분	유인	지도자 서명

■ 활동내용

겨울철 무릎까지 빠질 정도로 눈이 쌓이면 보행이 어려워 진다. 산간지방에서 폭설이 내렸을 때 눈 위를 빠지지 않고 걸어가기 위하여 신발 밑에 덧붙여 사용하던 설상 보행용 구를 만들어 보는 활동이다. 싸리나무, 버드나무, 물푸레나무, 다래나무 등의 가지를 동그랗게 휘어서 철사나, 노끈, 줍닝쿨 등을 가지고 엮은 다음 아이젠을 착용하듯이 신발에 묶어 걸게 해 본다.

포스트명	제 목	규정시간	진행요원	통과확인
12P	장애물 통과	10분	무인	편치

■ 활동내용

지역에 있는 자연적인 또는 인위적인 장애물을 통과하는 과정이다. 수련시설 내에 있는 장애물 코스를 통과하는 방법이다.

⇒“이 출타기 시설물을 건너가서 맞은 편 기둥에 달려 있는 편치를 이용하여 활동 기록표에 편칭하시오 다치지 않도록 유의하시기 바랍니다.”

포스트명	제 목	규정시간	진행요원	통과확인
13P	지역조사-인터뷰	5분	무인	정답

■ 활동내용

지역에 있는 어른들과 이야기 하여 참가자들에게 필요로 하는 해당지역의 역사나 문화, 환경 등에 대한 지식을 알아보게 하는 활동이다.

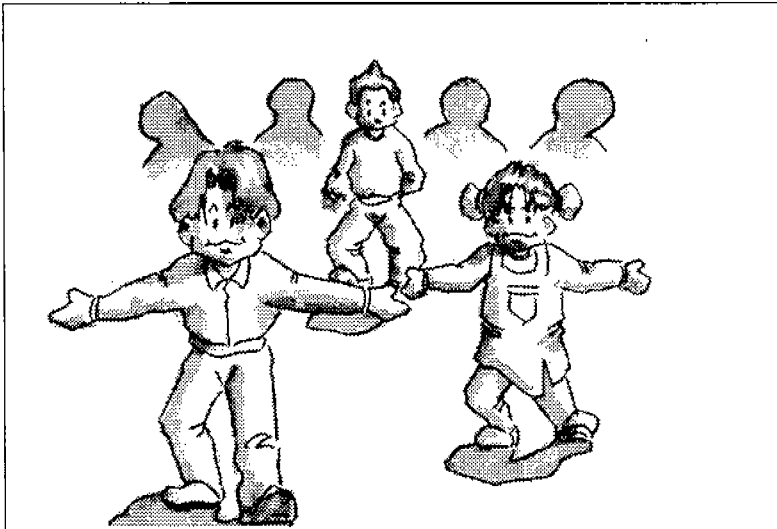
⇒“○○○○○이 몇 년도에 만들어졌는지를 이곳에서 일하는 분들께 질문하여 그 결과를 기록표에 적어주시기 바랍니다.”

<활동기록표>

활동기록표 Check Card			모 둠 명: _____ 모둠대표: _____ 모 둠 원: _____ 상황종료시간: _____ 최종점수: _____								
시 간 기 록	POST	통과시간		소요시간		기준시간		감 점		합 계	
	출발시간										
	3P			출발 → 3P							
	7P			3P → 7P							
	도착시간			7P →도착							
통 과 확 인	1P	2P	3P	4P	5-6P	7-8P	9-10P	11P	12P	13P	
	5분	-	5분	10분	5분	30분	30분	20분	10분	5분	
	(정답)	(편칭)	(정답)	(서명)	(정답)	(서명)	(서명)	(서명)	(편치)	(정답)	

우리가 살아가는 이야기

‘우리가 살아가는 이야기’는 청소년들의 생각, 고민, 갈등, 문제 등 일상생활 속에서 일어나는 다양한 이야기를 노래, 춤, 자연스러운 몸짓 등을 주요 매개로 하는 뮤지컬을 통하여 표현하는 문화예술 창작활동이다.



□ 활동목표

- 청소년생활의 이해
- 뮤지컬의 이해
- 작품창작을 통한 청소년의 창의성 개발

□ 활동내용

- 뮤지컬 소개
- 뮤지컬 작품 감상
- 뮤지컬 작품 창작 및 공연

□ 활동시간 / 활동인원 / 활동장소

- 210분 / 90명 / 강당 및 조별 활동장소

□ 지도자

- 전문지도자 1명 : 뮤지컬에 대한 전반적인 지식을 가지고 뮤지컬공연을 지도할 수 있는 지도자
- 일반지도자 2명 : 뮤지컬공연(춤과 노래) 지도 가능한 자

□ 준비물

- 시설내 준비물 : 뮤지컬 영상물, 비디오 상영 설비, 녹음기, 각종 소품

□ 유의사항

- 청소년들이 자유스러운 분위기 속에서 자율적으로 참여하여 그들의 이야기를 엮어 갈 수 있도록 지도
- 뮤지컬의 완성도를 강요하기보다는 자신들의 이야기를 뮤지컬로 준비하는 과정 중시
- 전체활동과 조별활동이 자연스럽게 연결되어 이루어 질 수 있도록 균형있는 시간 배정 및 여유있는 진행

□ 응 용

- 뮤지컬대신 연극, 마당극 등 다양한 형태로 대체 가능
- 뮤지컬 공연은 수련활동에 참가한 다른 청소년들이 함께 감상할 수 있도록 자유활동의 하나로 실시하는 것이 바람직함

□ 활동진행

단 계	지 도 자 활 동	청 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
준 비	▶ 활동 소개 - 활동의 의의, 내용, 진행 순서 설명 · 뮤지컬의 이해 → 뮤지컬 감상 → 뮤지컬 공연준비 → 뮤지컬 공연 ▶ 준비활동 - 조편성 지도 - 준비물 배포	▶ 활동 이해 - 전체활동과정 이해 - 의문사항 질문 ▶ 준비활동 - 조편성 · 1조에 20~25명씩 · 조장 선출 - 준비물 점검	10분	강당	
뮤지컬 이해	▶ 뮤지컬에 대한 설명 - 뮤지컬의 정의 · 원래 미국의 대중연극의 한 분야를 차지하는 뮤지컬, 뮤지컬 플레이 등을 일괄한 약칭으로 통용 · 오페라타에서 뮤지컬 플레이에 이르는 음악적 작품 - 특색 · 음악극 형태 : 오페레타방식을 도입한 대사극과 극적인 가창과의 혼성으로 이루어지며 극적인 의미를 지닌 댄스장면 등이 배함 · 소재 : 자유(시츄에이션코메디, 멜로드라마, 풍자극, 환상극 등에서 미국의 현실, 사회문제, 유명한 문학작품, 희곡 등) · 작품의 경향 : 스펙타클한 진행, 로맨틱하고도 쉬운 선율, 재즈적인 리듬감 등 - 뮤지컬의 역사 · 미국 : 영국의 식민지 시대인 1730년 '플로라' 와 1751년 '거지오페라' 공연	▶ 뮤지컬 이해 - 주요 내용 필기 - 의문사항 질문	20분	강당	

단 계	지 도 자 활 동	청 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
뮤지컬 이 해	· 한국 : 1986년 창작극 '살 짝기 읍서예' 공연이 시초 · 최근 '코러스라인', '에비 타', '레미제라블' 등 많은 뮤지컬이 공연				
뮤지컬 감 상	▶뮤지컬 작품 상영 - 청소년들에게 흥미롭고 그들의 작품창작에 도움이 될 만한 작품을 선정 - 뮤지컬에 대한 많은 관심을 가질 수 있도록 지도	▶뮤지컬 작품 감상 - 작품의 특징과 줄거리 생 각하면서 감상	40분	강당	≪도용자 료 1>의 뮤지컬 작품 목 록 참고
뮤지컬 작 품 창 작	▶ 뮤지컬 작품 제작 지도 - 작품구성의 원리 · 생활극 : 청소년들의 생활 은 뮤지컬형식으로 담아내 는 참신한 예술적 창작물 · 공동 창작 : 작품내용 및 노래와 춤 등은 서로의 잠 신한 의견을 모아가며 작 품을 만들도록 지도 · 노래가 있는 대사, 다양한 동작의 춤을 응용하거나 창작 - 하나의 주제안에 장면, 노 래, 춤동작 등이 통일성있 게 이루어 지도록 지도 - 각자의 소질과 능력을 최 대한 발휘할 수 있는 역 할분배가 될 수 있도록 지도	▶작품 구성활동 - 조별 토론을 통하여 작품 구성: 1조당 20분내 작품 - 전시간에 감상한 뮤지컬 작품을 참고로 작품구성 ▶내용만들기 - 주제 선정하기 · 일상생활에서 감동상황으 로 느끼고 있거나 흥미나 관심이 있는 사건 중에서 자유롭게 선정 - 장면 만들기 · 장면별 의도, 정서, 필요한 의상, 소품, 음향 및 음악 등 결정 · 노래와 춤으로 표현할 수 있는 장면만들기 - 대본 작성하기 · 만들어진 이야기를 즉흥 으로 발표하여 나온 대사 로 대본만들기 ▶역할분담 - 뮤지컬 공연을 위해 필요 한 여러 가지 역할에 대 해 이해하고 역할선정 · 연출, 배우, 음향, 소품, 의 상, 분장, 조명, 기획	40분	조별 환동실	

단 계	지 도 자 활 동	청 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
공 연 연 습	▶연습지도 - 배역에 따라 자유롭게 연습을 할 수 있도록 배려 · 필요하다고 판단될 때에는 일정한 정도에서만 개입. · 가능한 스스로 하도록 지도 - 기존의 형식에 얽매이지 않고 청소년들의 흥미와 정서를 자유롭게 창의적으로 표현할 수 있도록 지도 - 극적 요소를 지나치게 강요하지 않고 생활주변에서 흔히 접할 수 있는 자연스러운 동작을 유도 - 정확한 동작보다는 자연스럽게 극의 흐름에 빠져들 수 있도록 지도 - 장면별로 연습하다가 전체를 연습하도록 지도 ▶공연행사 준비 지도 - 조별 활동장소를 돌아보면서 작품준비과정 파악 및 준비율 지원	▶공연연습 - 협동을 통한 공동작업에 대해 이해하고 공연에 필요한 것을 역할별로 준비 · 연출 : 뮤지컬의 흐름을 검토하고 조절하여 연습 진행 · 배우 : 각자 맡은 등장인물의 성격을 이해하고 그에 맞는 춤과 노래 연습 - 각자 역할을 연습하면서 서로 도우면서 다듬기 · 생각나는 대로 즉시 표현 · 아무리 사소한 것이라도 정확하게 표현할 수 있도록 노력 · 다른 사람의 표현을 따라해 보면서 표현의 다양함을 익힘 - 대개는 여러 가지 역할을 다함께 진행 ▶공연행사준비 - 공연포스터 제작 및 공연장 셋팅 - 무대배경 꾸미기 · 독창적이고 재미있는 분위기 연출 - 독창적인 의상 및 분장준비	50분	조별 활동실	

단 계	지 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
공 연	▶행사장 점검 - 공연장 셋팅 점검 · 풀랭카드, 안내포스터 · 심사위원석 마련, 마이크 설치, 음향설비 점검 등 - 공연순서 및 내용 점검 · 참가자 및 참가작품명 확인 점검 · 심사기준표, 시상식, 소품 준비 ▶공연 지도 - 청소년들이 스스로 모든 행사를 진행할 수 있도록 지도 ▶정리활동 지도 - 주제가 선명하고 청소년들의 삶을 솔직하게 잘 표출하고 공동창작의 의미가 돋보이는 작품 칭찬 - 참가자들이 작은 느낌을 소중하게 생각하도록 지도 - 참가자들이 어렵게 느낀 부분을 잘 적어두었다가 다음 진행에 반영	▶공연준비 - 공연순서 확인 - 공연자, 의상, 분장 점검 ▶공연 참여 ① 개막식 ② 사회자소개 ③ 심사위원 소개 및 심사 기준 발표 ④ 작품발표 : 우리들이 살아가는 이야기 ⑤ 심사결과발표 · 총평 및 수상작 발표 · 시상식 ⑥ 폐막식 ▶정리정돈 활동 - 활동과정 평가 및 소감 발표 : 새롭게 자신을 발견했던 경험이나 자신을 힘들게 했던 내용을 솔직하게 발표 - 의상, 악기, 소품 등 관련 물품 정리 및 반납 - 주변정리 및 청소	90분	강당	☞사회자는 청소년 중에서 선출 ☞공연 준비 과정과 공연 장면 촬영

뮤지컬 작품 목록

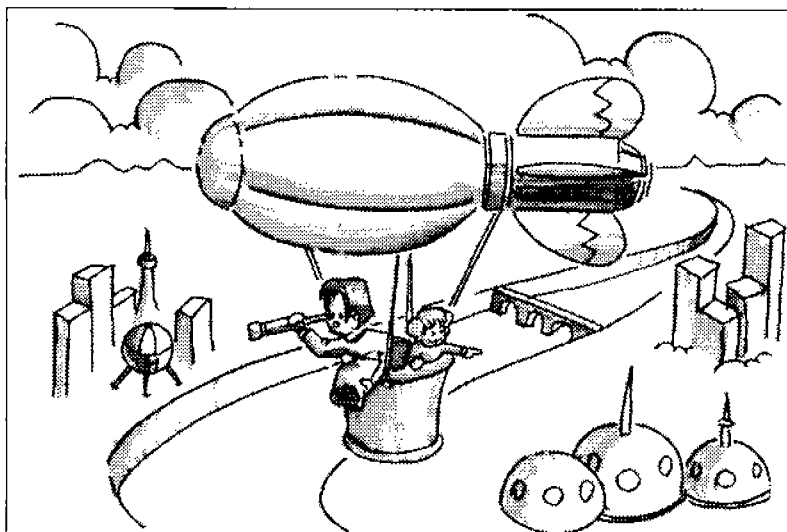
제 목	내 용	비 고
아가씨와 건달들 (Guys and Dolls)	· 유명한 도박꾼과 구세군으로 일하는 여성과의 사랑이야기 : 스카이 미스터슨은 뉴욕에서 잘 알려진 도박꾼으로 어느날 주사위도박으로 먹고 사는 네이슨과 내기를 한다. 그것은 청순한 구세군 요원인 사라와의 데이트성공으로 하바나에서 식사를 하러 같이 가게 됨으로써 내기에 이긴다. 스카이는 그녀를 사랑하게 되어 전도집회에 협력하면서 결국 두 사람은 결혼을 하게 된다. 한편 네이슨도 14년만에 약혼자인 아델레이드와 결혼식을 올린다.	· 원작 : 데이온 레니 안, ‘미스 사라 브라운의 스토리’ · 연도 : 1951년
왕과 나 (The King and I)	· 삼왕과 가정교사로 궁정에서 일하던 영국 영어교사와의 이야기 : 10세기중엽, 영국의 미망인 안나는 외아들과 함께 샘궁중으로 왕의 자녀들을 교육시키기 위해 부임한다. 그러나 그곳에는 여러 가지 봉건적 제도가 남아있어 안나는 왕과 충돌하게 된다. 계속되는 항의속에서 안나와 왕은 마침내 마음이 통하게 되고 그녀의 교육은 왕이 죽은 후 새로운 왕의 시대에 꽃을 피우게 된다.	· 원작 : 마가렛 랜든, ‘안나와 삼왕’ · 연도 : 1952 · 개막일 이후 1,246회 장기 흥행
마이 페어 레이디 (My Fair Lady)	· 촌스러운 꽃팔는 소녀를 귀부인으로 변하시키는 이야기 : 금세기초의 런던. 코벤트 화원에서 꽃을 팔고 있던 일라이자는 어느날 저력 언어학자인 하긴즈와 인도에서 온 피커링 대령과 우연히 알게 된다. 교수는 일라이자에게 코크니사투리를 고치고 예의범절을 몸에 익히면 일류화원에서 일할 수 있다고 말한다. 다음날 일라이자는 교수의 집에 머물면서 배우기 시작한다. 6개월 후 일라이자는 마침내 촌룩한 변신을 이루어 귀부인이 된다.	· 원작 : 버나드 쇼, 희곡 ‘피고 마리온’ · 연도 : 1957년
사운드 오브 뮤직 (The Sound of Music)	· 음악을 통하여 수녀견습생과 아이들간에 싹트는 사랑과 이해 이야기 : 수녀견습생 마리는 아내를 잃은 근엄한 트랩 대령의 말썽꾸러기 아이들의 가정교사가 된다. 엄마의 빈자리와 아버지의 엄격함 사이에서 방황하던 아이들은 마리의 음악과 보살핌속에서 안정을 찾게 된다. 마리는 우여곡절속에 트랩대령과 결혼을 하게 된다. 나찌의 침공으로 트랩대령과 마리는 아이들을 데리고 목숨을 건 탈출을 감행한다.	· 원작 : 트랩 패밀리, 전기영화 ‘보리수’ · 연도 : 1960

제 목	내 용	비 고
더 위즈 (The Wiz)	· 회오리에 휩쓸려 고향을 떠난 한 소녀가 역경속에서 집으로 돌아가는 이야기 : 캔의 소년 도로시는 맹렬한 회오리에 집전체가 만치킨의 나라로 옮겨진다. 집으로 돌아가고 싶은 도로시는 착한 마녀가 알려 준댈 집아래에 깔려 죽은 악한 마녀의 루비구두를 신고 오즈의 나라로 향한다. 도중에 길동무로 지혜를 원하는 허수아비, 심장을 원하는 양철 인간, 요기를 원하는 사자를 만난다. 서쪽의 악한 마녀를 물리치면 이들의 소원을 들어 주겠다는 마왕의 요구에 마녀를 물리치나 마왕은 단지 마법사에 불과했다. 캔사스로 향하는 마법사의 기구에 올라타지 못한 도로시는 착한 마녀가 말한 대로 구두의 뒷꿈치를 부딪치게 해서 본래의 자기집으로 돌아 온다	· 원작 : 프랭크 폼, '오즈의 마법사' · 연도 : 1975년
애니 (Annie)	· 고아소녀가 명랑하고 낙천적인 성격으로 자신의 행복을 찾아가는 이야기 : 1933년 대불황의 뉴욕. 파나간 선생이 경영하는 고아원에서 살고 있는 애니는 양친을 찾아 여행을 떠나는 것을 항상 꿈꾸고 있다. 대부호인 워박스사에서 크리스마스를 보내게 된 애니는 발랄하고 생기있는 성격으로 집안사람들을 때로시킨다. 워박스씨는 애니의 소원을 듣고 양친을 찾기 위하여 현상금을 걸고 캠페인을 벌인다. 언니인 파나간 선생과 공모한 루스터와 그의 애인은 애니의 부모로 가장하는 데 성공하지만 양친은 이미 죽었다는 사실이 알려져 파나간의 동생계획은 실패로 돌아간다. 결국 애니는 활기를 되찾고 워박스씨의 양녀가 된다.	· 연도 : 1977년 · 베트남 전쟁직후 국가전체가 경제적으로 정신적으로 피폐되어 있을 때 등장한 작품으로 시대의 분위기를 닮은 대공황시대를 배경으로한 명랑한 스토리로 여러 사람의 마음을 붙잡아 2,377회의 장기 흥행을 낳음
캐츠 (Cats)	· 구제라는 깊은 테마아래 다양한 고양이들의 개성을 표현한 이야기 : 영원한 생명을 얻은 캐츠의 선정 파티에 여러 고양이들이 찾아 온다. 아줌마고양이, 부자 고양이, 도둑고양이 한쌍, 늙은 광대 고양이, 절도 고양이 등 그리고 고양이들은 제각기 자기소개를 한다. 한창 파티가 진행되던 도중에 파티를 주관하던 장로고양이 올드 맥트로노미가 광패두목 고양이가 마케빌티에게 유괴된다. 그러나 마법사 고양이가 미스 크폴리즈의 대활약으로 장로고양이는 무사히 돌아오게 된다. 결국 늙은 창녀 고양이가 그리자벨라가 뽕혀 천상으로 올라가게 된다.	· 원작 : 엘리웃, 시집 'Old Possum's Book of Practical Cat's' · 연도 : 1983년 · 이전에 없었던 예매표를 발행하기도 한 사회적 화제작

제 목	내 용	비 고
레미제라블 (Les Miserables)	· 가난으로 인한 조그만 실수로 평생 쫓기다가 살아간 한 인간의 이야기 : 1815년의 프랑스, 한 조각의 빵을 훔치다 붙잡혀 감옥에서 10년을 보낸 후에 가석방된 장발장은 그 후 전과자로 외면당하는 신세이다. 그는 어느 성당에서 따뜻한 신부와 만나게 되어 새로운 인생을 시작한다. 13년후 이름을 바꿔 시장이 된 그는 자베르경관에게 쫓기게 되어 고아인 코젯트를 데리고 파리로 도망간다. 1833년 어느 혁명의 밤, 학생들과 싸우던 장발장은 코젯트가 사랑하는 학생 마리우스를 구하여 두 사람을 맺어지게 하고 그는 평온하게 저 세상으로 떠난다.	· 원작 : 빅토르 유고, '레미제라블' · 연도 : 1986 · 인생, 자기존재의 증명, 혁명이라는 테마를 떠오르게 하는 작품으로 전세계적으로 빅히트하였음
기 타	· 피터팬(1955) · 웨스트사이드 스토리(1958) · 화니걸(1964) · 지붕위의 바이올린(1965) · 그리아스(1972) · 42번가(1981) · 도시의 천사들(1990) 등	

미래사회 전망대

‘미래사회 전망대’는 진로탐색 및 준비기에 들어선 청소년들에게 미래사회 변화에 대한 기초지식을 제공하고 올바른 미래 설계의 중요성을 인식하도록 함으로써 자신의 진로에 대한 진지한 고민의 시간을 갖도록 하는 활동이다.



□ 활동목표

- 미래사회 변화에 대한 올바른 인식
- 진로 탐색 및 준비기로서 청소년기 이해

□ 활동내용

- 강연 : 미래사회 변화와 직업 전망
- 비디오 상영 : 직업별 준비 사례

□ 활동시간 / 활동인원 / 활동장소

- 120분 / 90명 / 강당

□ 지도자

- 일반지도자 1명 : 미래사회 변화에 대한 지식을 가지고 있고 이를 강의할 수 있는 자(외부 강사 초청 가능)
- 보조지도자 1명

□ 준비물

- OHP필름, 직업준비사례 비디오 테이프, 마이크

□ 유의사항

- 강연은 이론적인 내용 보다는 구체적인 사례를 중심으로 구성
- 청소년들이 자신의 진로에 대해 진지하게 생각해 볼 수 있는 시간이 되도록 지도

□ 응 용

- 각 직업분야의 전문가를 초청하여 해당 직업 소개와 직업수행에 필요한 능력과 자세에 대한 강연으로 대체

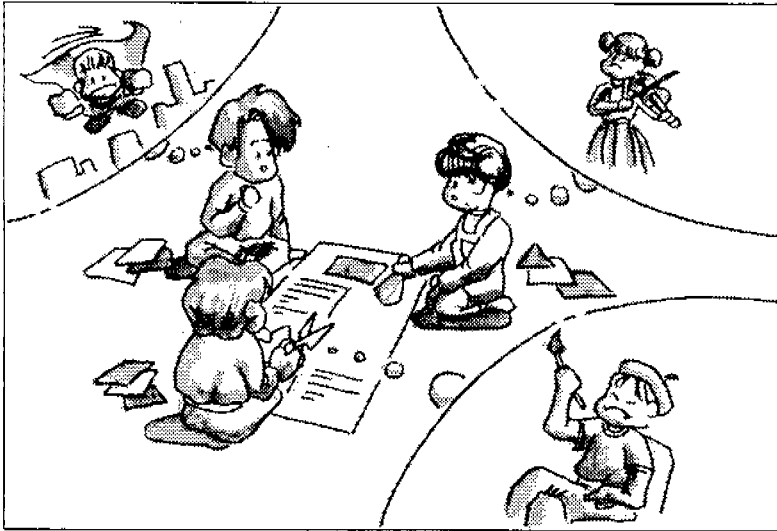
□ 활동진행

단 계	지도자 활동	청소년 활동	시 간	장 소	비 고
준 비	▶활동 소개 - 활동목적 : 진로발달측면에서 청소년기의 중요성을 인식하고 자신에 대한 올바른 이해와 진로 모색의 시간 - 활동과정 : 미래사회변화강연→직업준비사례 비디오 상영→소감발표 - 10명 1조 구성 - 관련 자료 배포	▶활동 이해 - 활동목적과 활동과정 경청 및 이해 - 조편성 및 관련자료 받음	20분	강당	
미 래 사 회 변 화	▶미래사회 변화 설명 - 미래사회 특징 · 정보화 시대 · 지구촌문화 시대 · 과학기술 대중화 시대 · 경제전쟁 시대 · 환경오염과의 전쟁 시대 · 문화적 수요증대 시대 - 미래의 직업세계 변화 · 직업군 유형별 변화 · 유망직종 ▶청소년기 직업준비 - 진로의 의미 · 개인의 타고난 흥미와 적성, 능력과 인성, 포부, 환경에 알맞은 진학 및 직업과정을 단계적으로 인식, 탐색, 계획, 선택, 준비하는 일련의 과정 - 진로발달측면에서 청소년기 · 진로탐색 : 중·고등학교 일의 세계에 대한 흥미유발 및 예비적인 탐색과 경험 · 진로준비 : 실업고·대학교 직업분야에 대한 전문적인 탐색과 훈련	▶미래사회 변화 및 청소년기 진로발달의 중요성에 대한 올바른 인식과 이해 - 주요사항 필기 - 의문사항 질문	30분	강당	45CHP필름

단 계	지 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
직 업 준 비 사 례 시 정	▶직업준비사례 비디오 상영 - 다양한 직업별로 각 직업에 필요한 자질과 능력을 소개하거나 현재 해당 분야에서 전문가로 활약중인 사람을 모델로 선정하여 그 사람의 일대기를 보여 줄 수도 있음 - 비디오 감상 후 자신에게 맞는 직업에 대해서 생각해 보도록 함	▶직업준비사례 비디오 시청 - 자신의 진로를 결정하는데 도움이 될 만한 사항 메모 - 평소에 자신이 희망하고 있는 직업인이 되기 위해서 구체적인 준비과정으로 무엇이 필요한 지를 생각해 봄	50분	강당	
소 감 발 표	▶소감발표 지도 - 조별로 자유롭게 강연과 비디오 시청내용에 대한 소감을 발표하도록 함 - 뒷정리 정돈	▶소감발표 - 조별로 강연과 비디오 시청내용에 대한 느낀 점 발표	20분	강당	

나래를 펴라!

‘나래를 펴라!’는 청소년들이 미래에 꿈꾸는 직업에 대해 스스로 정보를 수집하고 희망하는 직업이 같은 청소년들끼리 모여서 ‘○○○의 하루’를 주제로 협동하여 꾸며보는 과정을 통해 자신의 진로에 대한 불안감을 해소하고 능동적으로 자신의 삶을 개척하는 자세를 보여주는 활동이다.



□ 활동목표

- 미래의 직업에 대한 다양한 정보수집을 통한 인식확대
- 자신의 진로개척을 위한 자발적이고 적극적인 실천력 배양
- 창의력 계발 및 협동심 고양

□ 활동내용

- 나의 미래상
- ○○○의 하루 : 꿈꾸는 직업인의 생활 표현
- 직업박람회

□ 활동시간 / 활동인원 / 활동장소

- 240분 / 90명 / 강당

□ 지도자

- 전문지도자 1명 : NIE(신문활용교육)에 전문적인 지식을 가진 자
- 일반지도자 1명 : 창작활동 지도가 가능한 자

□ 준비물

- 신문이나 잡지 자료, 찢기도구 및 색채도구, 도화지(4절지), 가위, 풀 등

□ 유의사항

- 직업에 대한 충분한 정보수집이 이루어지도록 철저한 자료준비
- 서로 충분히 토의하여 의견을 교환할 수 있도록 자연스러운 분위기 조성
- 정답이 없는 활동이므로 단순히 오려 붙이는 것 보다 창의성과 표현력이 나타날 수 있도록 지도
- 정해진 시간에 끝내도록 무리한 요구를 하기 보다는 융통성 있는 진행 필요

□ 응 용

- ‘미래극장’을 통해 가상 연극활동으로 대체 가능

□ 활동진행

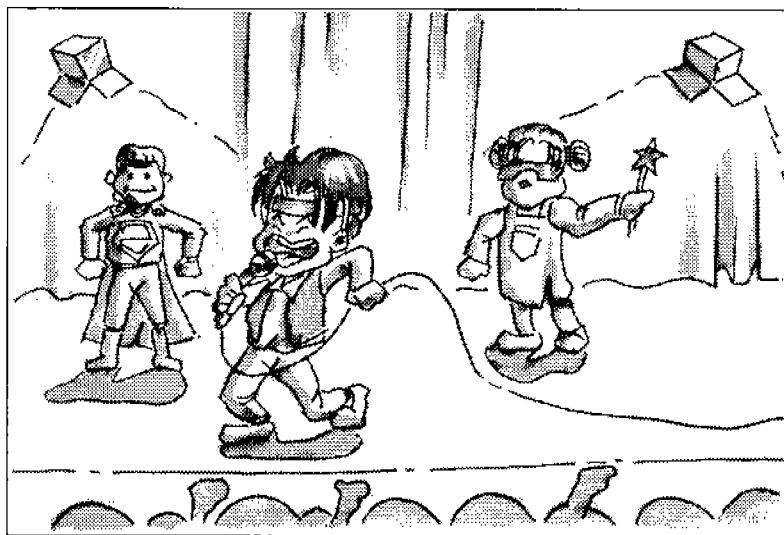
단 계	지도자 활동	청소년 활동	시 간	장 소	비 고
준 비	▶활동 소개 - 활동의 의의, 내용, 진행 순서 설명 ① 나의 미래상 표현하기 ② 같은 직업을 가진 청소년끼리 '○○○의 하루' 꾸미기 ③ 직업박람회 ④ 소감발표 - 관련 참고작품이나 자료 제시 - 다양한 직업에 관한 정보 자료 확보 ▶준비물 배부 - 9명 1조 구성 - 조별로 여러 가지 신문, 잡지 등 관련자료를 최대한 확보하여 부족하지 않도록 주의	▶활동 이해 - 의형제별로 모여 활동내용 이해 - 신문활용 작품 감상 및 신문활용교육(NIE) 이해 - 준비물 점검 및 확인	20분	강당	
나의 미래상	▶나의 미래상 표현하기 지도 - 자신의 미래모습에 대해 충분히 생각한 후 활동을 시작할 수 있도록 지도 ▶나의 미래상 발표하기 지도 - 청소년들의 미래상을 발표하도록 한 후 공통된 직업끼리 조편성 지도 - 다음활동을 위한 뒷정리	▶나의 미래상 표현하기 ① 각자 자신이 되고 싶은 미래의 모습을 생각한 후 직업으로 구체화하기 ② 신문이나 잡지에서 자신의 미래를 나타낼 수 있는 그림, 글씨, 기사 등을 찾아서 오려두기 ③ 도화지에 자신의 미래를 어떻게 표현할 것인지를 구상한 후 미리 오려 둔 자료를 가지고 붙이기 ④ 빈공간에 보충그림이나 글씨를 적절하게 그려 넣어 꾸미기 ▶나의 미래상 발표하기 - 조별로 자신의 미래모습에 대해 발표 - 지도자의 지시에 따라 공통직업끼리 조구성	50분	강당	명상활동은 통해 청소년들이 자신의 미래를 보다 구체적으로 그려볼 수 있도록 지도

단 계	지 도 자 활 동	청 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
직업인의 하루	▶‘○○○의 하루’ 만들기 지도 - 청소년들 모두가 참여할 수 있도록 역할분담에 유의하도록 지도 - 청소년들이 희망하는 직업이 미래에는 어떠한 모습으로 변화할 것인지를 상상하면서 이야기를 만들 수 있도록 지도 - 완성된 작품을 강당 벽면이나 복도에 전시할 수 있도록 지도	▶‘○○○의 하루’ 만들기 - 조별 토의를 하여 꿈꾸는 직업과 관련된 다양한 의견과 정보 교환으로 해당 직업인의 24시간을 하나의 이야기로 구성 예) 직업인의 하루: 축구감독 · 자기소개 : 이름, 소속팀, 선수단소개, 팀마크, 팀유니폼 등 자료수집 · 오늘의 경기상황 : 경기진행과정, 승리 후 방송인터뷰, 축하파티 · 선수들에게 한마디 - 이야기 장면에 따라 신문이나 잡지를 이용하여 글씨, 인물표정, 그림, 만화, 광고 등을 오리기 - 시간의 흐름보다는 다른 방식의 재미있는 구성으로 오려둔 것 붙이기 - 보충그림이나 글씨를 그리고 적기 - 직업박람회에 전시할 수 있도록 간단한 포스터나 플랭카드도 제작	100분	강당	
직업박람회	▶직업박람회 개최 지도 - 각 직업에 대한 다양한 정보를 얻을 수 있도록 자유롭게 관람 지도	▶직업박람회 참가 - 자신의 직업 특성을 잘 드러내 주는 마스코트와 직업관의 이름을 지음 - 자신의 직업관에 들른 청소년이나 지도자에게 성의껏 직업에 대한 소개와 설명을 해 줌 - 각자 직업을 알릴 수 있는 노래나 춤을 소개	40분	강당	※분위기에 적절한 음악 틀기

단 계	세 도 자 활 동	청 소 년 활 동	서 간	장 소	비 고
직업 박람회 시상식	▶ 직업박람회 시상식 - 시상 종류별로 비밀투표함과 투표용지를 마련 - 선정기준 · 직업에 관련된 정확하고 유익한 정보를 제공하고 독특한 아이디어로 이를 홍보한 조를 선정 - '나래를 펴라!' 활동을 계기로 청소년들이 자신의 직업준비를 위한 구체적인 계획을 세워 볼 수 있도록 당부 - 주변정리 지도	▶ 직업박람회 시상식 참가 - 각 직업관에 대한 평가는 청소년들도 스스로 참여하여 우수조를 선정하여 비밀투표를 함 - 우수조의 수상소감 발표 - 자유롭게 소감 발표 · 활동을 통해 새롭게 알게 된 점이나 느낀 점 또는 자신의 미래계획에 대한 다짐	30분	강당	

새내기 미래축제

‘새내기 미래축제’는 또 하나의 시작을 준비하는 청소년들이 한자리에 모여서 ‘미래의 나의 얼굴’을 만들고 상상 속의 내가 아닌 현재의 내가 되어 미래축제를 즐겁으로써 새출발에 대한 계획과 다짐을 확인하고 함께 격려해주는 활동이다.



□ 활동목표

- 앞으로 자신의 계획 실천에 대한 자신감 고양
- 참가자간에 친밀감과 일체감 형성
- 상상력과 창의력 개발

□ 활동내용

- 상상과 분장
- 장기자랑과 가면잔치
- 모닥불 의식

□ 활동시간 / 활동인원 / 활동장소

- 180분 / 90명 / 강당

□ 지도자

- 일반지도자 1명 : 다양한 레크리에이션 진행 경험이 풍부한 자
- 보조지도자 1명 : 각종 음향 및 조명설비 조작에 능숙한 자

□ 준비물

- 축제준비 : 다양한 크기의 색지 전지, 각종 필기도구, 분장소품
- 무대준비 : 각종 음향설비, 조명, 마이크, 캠프파이어 관련 비품, 소화기, 모래

□ 유의사항

- 청소년들의 각종 분장에 어려움이 없도록 충분한 시간 배려와 소품 지원
- 개별적으로 활동하기 보다는 서로 토론하고 도와주는 과정을 통해 미래에 대한 자신감을 키울 수 있도록 세심한 배려
- 불을 다룰 때 화재예방에 각별히 주의하고 소화가 다 되었는지 확인점검
- 원활한 활동진행과 분위기 조성을 위하여 조명과 음향 설비의 사전 준비 철저

□ 응 용

- 우천시 실내에서 촛불의식으로 대체
- 청소년들의 미래설계를 담아낼 수 있는 다양한 형식(예 : 방송제, 연극공연)으로 응용

□ 활동진행

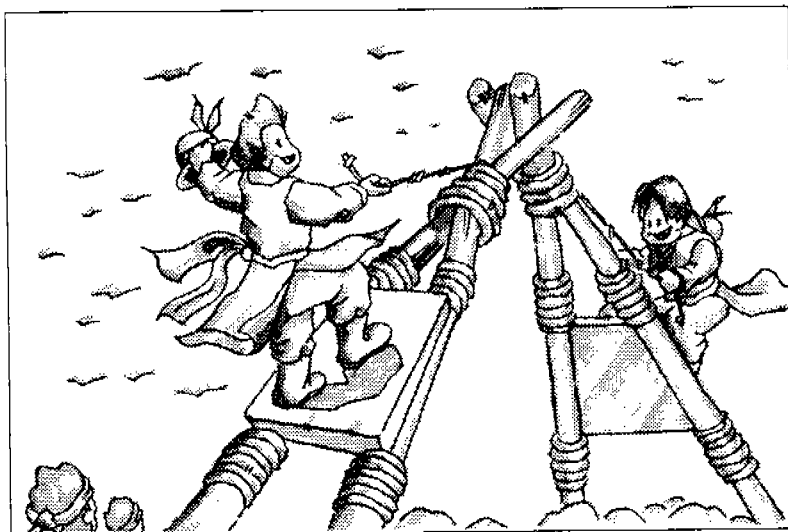
단 계	지도자 활동	청소년 활동	시 간	장 소	비 고
준 비	▶활동 소개 - 미래에 나의 모습을 상상하여 가면을 만들어 분장하고 다양한 축제행사를 즐기는 활동 ▶조편성 지도 - 6명 1조 구성	▶활동 이해 - '미래의 나'의 모습에 대한 꿈과 희망을 이루기 위해 열심히 생활하는 자세를 다짐 ▶조편성 및 준비물 받음	10분	강당	
습 습 만들어 볼~까	▶상상활동 지도 - 깨끗한 하늘과 기분좋은 느낌의 바람과 햇빛이 있는 들뜬에 누워 있다고 상상하면서 나는 무엇을 하고 있는 지를 생각하도록 함 - 앞으로 미래사회의 복잡한 변화를 염두해 두기 보다는 단지 각자 마음속에 떠오르는 자신의 모습을 그리는 데 집중하도록 함 ▶분장활동 지도 - 상상 속의 나의 모습을 잘 나타낼 수 있는 자와상을 그려보고 각자 적절한 분장을 하도록 함 - 가면과 의상준비에 필요한 준비물은 창의적인 아이디어를 통해 주변의 모든 자원들을 이용할 수 있도록 함	▶상상 속의 나 만들기 - 조용히 눈을 감고 현재의 내가 1년후, 5년후, 10년 후 그리고 더 먼 시간으로 가고 있는 자신을 상상해 봄 - 현재 그리고 미래에 나는 무엇을 하기를 원하는지 그리고 어떻게 살고 싶은 지에 대해 자유롭게 상상하여 점점 나의 모습을 구체화시켜 봄 ▶미래의 나 분장하기 - 조별로 상상 속의 자신을 소개하고 불리고 싶은 이름을 이야기 - 현재의 나를 감추고 새로운 모습으로 변화시켜 줄 가면을 만들고 이에 적절한 분장과 의상을 준비 - 조별 구성원간의 단결을 보여줄 수 있는 장기자랑 준비	50분	강당	▶전 활동 시간에 각자 꿈꾸는 직업인의 얼굴을 상상하여 가면을 만들도록 지도 ▶분장활동과 장기 자랑 준비가 끝나면 자유롭게 저녁식사곤 하러 감

단 계	지 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
가 면 축 제 준 비	▶ 캠프파이어장 설치 및 점검 - 장작쌓기 및 점화테이블 설치 - 여분의 장작과 만약의 경우를 대비하여 석유를 묻힌 신문지갑 준비 ▶ 조별활동 점검 - 조별로 발표할 장기자랑을 점검 확인하도록 함 - 사회자 선정하여 가면축제 순서 리허설	▶ 가면축제 준비 - 분장활동 - 미래의 나의 모습대로 가면과 외상을 가지고 분장 마무리 - 조별활동 - 조별 장기자랑 최종 리허설 : 음악과 조명 점검 - 조장은 행사진행 사회자에게 조별 장기자랑 주제와 참가자 명단을 알려줌	30분	운동장	간단한 캔음료를 준비하여 모든 청소년들이 가면축제 시작을 축하할 수 있도록 함
입장식 과 점화식	▶ 입장식 지도 - 청소년들이 각 활동장소에서 캠프파이어장을 중심으로 동그렇게 모이도록 안내 ▶ 점화식 진행 - 점화시작 - 점화를 알리는 말을 하면서 미리 설치된 케이블을 따라 불씨를 떨어뜨리는 스네이크식 점화 - 예) 불이 어둠을 밝히고 환하게 만들어 주듯이 이제 여러분 모두 이 불처럼 주위에 밝음과 희망을 전해주는 진정한 메신저이기를 바랍니다.. - 점화가 되면 다같이 환호성과 함께 노래부르기	▶ 입장식 참여 - 약간은 숙연한 분위기로 음악에 맞추어 조별로 자유롭게 행사장 주변으로 집합 - 이때, 미래에 꿈꾸던 자신이 현재의 내가 되었다고 상상하며 서로 자연스럽게 자기 소개를 하거나 인사간 하면서 입장 ▶ 점화식 참여 - 점화안내 경청 후 자리 정돈 - 점화가 되면 함성을 지르고 불꽃이 영원히 타올라 수 있기를 기원 - 다함께 가면축제의 시작을 즐겨워하는 노래 부르기	20분	운동장	

단 계	지 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
미 래 숙 제	▶미래축제 지도 - 특정한 순서에 따라 진행하기 보다는 자연스럽게 참가자들의 참여유도 - 가면축제로 꾸미는 미래 축제 선언 - 사회자의 진행에 따라 조별로 장기자랑 발표 ▶가면잔치 진행 - 다함께 즐길 수 있는 춤과 음악으로 무도회 지도 - 점차 흥분된 분위기 정리	▶미래축제 진행 - 조별 장기자랑 발표 - 장기자랑의 순위에 얽매이지 않고 단지 구성원의 단결과 특기를 발표하는 무대 ▶가면잔치 참여 - 지도자의 주도하에 다함께 집단적인 춤을 추거나 음악에 맞추어 조별 또는 각자 흥겨운 춤추기	40분	운동장	☞ 밝고 희망적인 분위기가 연출될 수 있는 조명과 음악의 효과적인 사용 주의
미 래 다짐	▶다짐의 시간 지도 - 지난 수련활동 시간을 정리하고 앞으로 자신의 생활에 대한 계획에 대한 새로운 각오의 시간을 갖도록 지도 예) 자, 이제 여러분과의 만남도 마지막 하루를 남겨 놓았습니다. 비록 저 사그라드는 모닥불의 불처럼 우리의 만남도 얼마남지 않았지만, 여러분의 가슴속에 담겨진 사랑과 우정의 불꽃은 영원히 기억되리라 생각합니다. 그 불꽃이 하나, 둘 타올라서 정말로 아름답고 환한 세상이 만들어 지기를 바랍니다. 이제, 마지막으로 여러분의 뜨거운 가슴속에서 넘쳐나는 희망과 열정을 우리 모두 이 시간과 함께 영원히 기억하고자 합니다. ▶뒷정리 지도 - 캠프파이어의 불씨가 완전히 소화되었는지 확인	▶다짐의 시간 - 지도자의 다짐의 시간을 알리는 말이 끝나면 자연스럽게 또는 순서대로 돌아가면서 각자 다짐의 말을 조용히 하거나 마음속으로 정리함 ▶뒷정리 활동 - 주변청소와 퇴장	30분	운동장	☞ 분위기에 맞는 배경음악 사용

함께 올리는 땀방울

‘함께 올리는 땀방울’은 청소년들이 우리나라의 동체싸움을 통하여 우리 조상들이 모두 힘을 합하여 어려움을 극복하는 과정을 체험함으로써 앞으로 다가올 국제화시대의 주인공으로서 씩씩하게 자신의 삶을 헤쳐 나갈 수 있는 강인한 의지를 키우고 협동심을 길러주는 활동이다.



□ 활동목표

- 민족문화에 대한 자긍심 고취
- 강인한 정신력과 준법정신 고양
- 지혜와 협동심 배양

□ 활동내용

- 안동차전놀이(중요무형문화재 제24호) 이해
- 청소년 찜통싸움 재현
- 대동놀이

□ 활동시간 / 활동인원 / 활동장소

- 240분 / 90명 / 강당, 운동장

□ 지도자

- 일반지도자 1명 : 민속놀이에 대한 전반적인 지식을 가지고 있고 동채싸움을 진행시킬 수 있는 자
- 보조지도자 2명

□ 준비물

- 찜통싸움, 깃발, 사물악기, 녹음기, 민요테이프, 분장소품, 구급약품

□ 유의사항

- 우리나라의 중요무형문화재로서 동채싸움이 현대에 맞게 잘 재현될 수 있도록 지도
- 청소년들이 각자 역할에 충실하고 서로 협동할 수 있도록 지도
- 격렬한 경기이므로 지나친 경쟁보다는 협동정신을 배우는데 중점을 두고 실시
- 청소년들이 흥미를 가지고 즐길 수 있도록 규칙을 완화하고 활동진행시 융통성 부여

□ 응 용

- 세시풍속 행사의 대동놀이 프로그램으로 활용
- 찜통싸움을 직접 제작하여 활동할 수 있도록 응용

□ 활동진행

단 계	시 도 자 활 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
준 비	▶활동 소개 - 중요무형문화재로 지정된 동채싸움을 실시하여 우리민족의 삶의 의지와 힘 등정신을 깨닫는 활동 ▶조편성 지도 - 45명씩 동군과 서군으로 나눔	▶활동 이해 ▶조편성 및 조별활동 - 조별 깃발 제작 - 동군과 서군을 상징할 수 있는 이름을 깃발에 적고 특색있는 장식은 함	20분	강당	
동 채 싸움의 이 해	▶동채싸움 설명 - 동채싸움의 명칭 · 1968년 중요무형문화재 제 24호로서 지정 명칭은 '안동 차전놀이'임 · '동채싸움' 또는 '동태싸움'으로 불리우는데 '동태'란 수레바퀴의 경상도 사투리이므로 차전놀이를 의미 · '동채(同體)싸움'은 싸움의 과정에 수많은 군중들이 한몸 동체가 되어 단결력을 보인다는 의미 · '동채'는 놀이도구의 이름으로 '동'은 한덩이, '채'는 걸채, 가마채로써 두 말의 합성어로 해석 - 동채싸움의 유래 · 안동사람들이 후백제의 왕 견훤을(지령이었다고 함) 몰아내기 위해 낙동강 물을 짜게 만들고 집단적으로 팔짱을 끼고 어깨로 밀어 지령이강물에 떨어뜨려 죽였다는 데서 동채싸움 생겨남 - 동채 소개 · 종류 : 정동채, 째끼동채	▶동채싸움 이해 - 동채싸움의 얽힌 전설과 구전되고 있는 이야기를 들으면서 동채싸움의 의미를 파악하고 우리조상들의 얼을 되새김 - 주요사항은 필기	60분	강당	

단 계	시 도 지 율 동	정 소 년 율 동	시 간	장 소	비 고
동 채 썬의 구성과 역할 동 채 썬의 싸움의 이해	- 동채꾼의 구성과 역할 · 대장 : 리더쉽이 강한 자로서 동채싸움을 전체적으로 지휘 · 머리꾼 : 민첩하고 단결심이 강한 사람으로서 '파라밀'형으로 서서 팔장을 끼고 적을 어깨로 밀 · 동채꾼 : 힘있는 거구의 사람으로서 앞채꾼은 적의 동채를 잡고 뜯으며 올라타고 누를수 있고, 뒤채꾼은 동채를 메고 동채꾼이 탈하지 못함 · 놀이꾼 : 유격대로서 앞뒤에 임의로 가담하여 아군의 균열과 분산을 방지하기 위하여 양군 접촉선의 중심을 밀	- 의문사항 질문			
	- 싸움요령 · 대장은 적의 주력이 집중하는 곳을 파악 · 동채와 동채는 대각선을 유지하고 머리꾼으로 밀집 · 머리꾼은 적의 머리꾼은 전력으로 밀어 해쳐 들어감 · 아군 머리꾼에 균열이 생기면 신속히 회전후퇴하여 적의 예봉 피함 · 머리꾼은 동채가 후퇴할 때 사력을 다하여 적의 공격 저지 · 적이 회전후퇴를 하면 반대편으로 회전하여 추격 · 뒤채꾼과 뒤놀이꾼은 대장 신호를 전군에 알림	▶ 동채꾼 편성 - 동채싸움 요령과 동채꾼의 역할을 숙지한 후 팀별로 동채꾼 구성 - 45명씩 동군과 서군 구성 · 대장(1명) · 머리꾼(12명) : 정예부대 · 앞채꾼(6명) : 최강력부대 · 뒤채꾼(6명) : 강력부대 · 앞놀이꾼(8명) : 유격대 · 뒤놀이꾼(8명) : 유격대 · 초향이부대(4명) : 응원부대			
	- 승부판정 · 결정패 : 동채가 땅에 닿거나 동채를 빼앗겼을 때 · 판결패 : 경기중 항상 수세로 물러어 중지해 빠진 편 · 벌칙패 : 규칙위반이나 비도덕적 행위로 주의를 받고 경기를 중단케 한 편	- 각팀별로 역할분담을 한 후 역할에 맞는 복색과 장비를 갖추			※대장 복 장: 동군과 서군은 청색과 홍색으로 구분하여 눈에 잘 띄도록 복장을 미리 준비

단 계	지 도 지 활 동	청 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
동 채 싸움의 인 습	▶구호익히기 지도 - 짧은 시간에 대장을 비롯한 동채꾼들이 각자 역할을 충분히 익힐 수 있도록 지도 · 전진 : 오른팔 '손바닥'을 앞으로 향하고 뒤에서 앞으로 흔들고 동시에 한쪽 발을 구를 수도 있음. 이때 팔은 뒤로 높이 올리지 않고 앞으로 90° 까지 올림 · 후퇴 : 오른팔 '손바닥'을 뒤로 향하고 앞에서 뒤로 직선으로 흔들 · 좌회전 : 오른팔 '손바닥'을 뒤로 향하고 옆에서 몸 뒤로 우회곡선으로 흔들 전진후퇴할 때 보다 팔과 몸 사이의 각도를 60-70°로 넓게 함 · 우회전 : 고삐를 오른손으로 바꾸어 잡고 왼팔 '손바닥'을 뒤로 향하고 옆에서 몸뒤로 우회곡선으로 흔들 · 정지 : 오른팔 '손바닥'을 밑으로 향하고 팔굽 이하 아래위로 수직으로 흔들	▶대장의 지휘에 따라 구호 익히기 - 동군과 서군 동채꾼 배치 - 지도자의 지시에 따라 양군의 대장은 자기팀의 동채꾼 지휘 - 지도자의 지시와 대장의 지휘에 따라 민첩하게 움직임 · 양군별로 각각 전진, 후퇴, 좌회전 등 구호에 따라 동작을 연습	60분	강당	
	▶동채꾼의 함성지르기 지도 - 동군과 서군을 번갈아가며 함성을 연습시킴으로써 양군의 전의를 미리 예측할 수 있도록 진행	▶동군과 서군의 동채꾼들 함성지르기 연습 - 함성의 종류 · 동(서)부야워! : 호흡을 일치케하여 행동을 통일하고 적에 대한 시위 · 이이히히... : 비전투시 전진할 때 · 월사! 월사! : 승전시 함성 - 각군의 춘향이 부대는 깃발 휘두르기와 사물로 흥을 돋움			

단 계	지 도 사 험 동	정 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
동 체 싸움의 연습	▶우군환영지휘 지도 - 우군을 영접하는 행사로서 처음 만나 기쁨을 나누며 필승을 다짐하는 혼련과정 - 동군과 서군은 서로 반대방향의 진영에서 본부석 쪽으로 이동 - 각군의 대장 지휘아래 소속 동체꾼의 행동이 일치될 수 있도록 충분한 시간 배려	▶우군환영지휘 실시 - 양군의 동체꾼들은 강당을 누비며 동(서)부야! 이히히! 하고 환성을 지르며 행진 - 양분하여 서로 밀면서 혼련을 하다가 또 행진 - 양군의 대장은 '전진', '후퇴', '좌회전', '우회전', '정지' 등 지휘 신호로 동체꾼들을 지휘 · 전진 : '밀어라' · 후퇴 : '빼라' · 회전 : '돌아라' - 동군이 서군마을에 오면 서군은 마중을 나감 · 약10m의 거리를 두고 마주보고 서서 일제히 환성을 지르고 춤은 추다가 서로 돌진하여 부둥켜 안고 '월사열사' 하며 환영의 뜻을 나타냄 - 이때 춘향부대의 깃발춤과 사물이 흥을 돋움 - 다시 양분하여 서로에게 진군하고 양군이 행진하는 방향쪽으로 비껴 지나감			
동 체 싸 움	▶동체싸움 지도 - 본부석에서 지도자는 경기 진행사항 설명 - 경기가 너무 과격해지지 않도록 주의 - 경기의 전체적인 승부판정을 내림 - 이긴편은 축하하고 진편에게도 격려 - 동체를 강당 중앙에서 이동	▶대장 지휘 아래 동체싸움 실시 - 먼저 선발대가 전진하여 상대군의 약점을 파악 - 주력부대는 진군 시기를 파악한 후 선발대와 합류 - 대장은 '밀어라'라는 구호를 외치고 앞으로 전진 - 대장은 항상 전세를 파악하고 명령을 내림	70분	강당	

단 계	시 도 시 활 동	청 소 년 활 동	시 간	장 소	비 고
동 제 싸 움		- 동채꾼은 하나 같이 일사 분란하게 전진후퇴 및 좌우회전 등으로 움직임 - 동군이 절대 유리한 순간 일지라도 서군의 대장이 넘어지면 즉시 후퇴하여 또 다시 승부를 겨룸 - 적의 동채를 점령하면 함성과 함께 신발을 하늘로 던져 올림 - 사물과 함성으로 승리를 축하하고 진편은 땅바닥에 앉아 '아이고 아이고'로 곡을 함			
대 동 놀 이	▶대동놀이 지도 - 지도자는 평과리를 치면서 동군과 서군으로 나눈 청소년들을 하나로 모아 진풀이 지도 ▶뒷정리 지도 - 동채 및 각종 소도구 반납 지도	▶대동놀이 - 지도자의 대열지도에 따라 진풀이를 하며 한바탕 뛰어 놀 ▶뒷정리 활동 - 지도자의 지시에 따라 동채를 반납하고 주변 청소	30분	강당	홍겨운 민요 테이프 준비

참고문헌

- 문화체육부(1994). 청소년현대수련거리 개발 연구 -진로탐색활동-. 문화체육부.
- (1997). 한국청소년수련마을 수련거리지침서(1), 조상의 숨결 따라 나의 뿌리 찾아. 문화체육부.
- (1997). 한국청소년수련마을 수련거리지침서(4), 들꽃바람 숲속여행. 문화체육부.
- (1997). 한국청소년수련마을 특별수련거리(2), 꿈을 먹고 사는 우리들. 문화체육부.
- 선성원(1993). 뮤지컬의 즐거움. 아름출판사
- 이부근(1993). 직업교육학 원론. 교육과학사.
- 중앙일보NIE 자료국(1997). 신문 살아있는 교과서(1), (2), (3). 중앙일보사.
- 한국교육개발원(1986). 진로교육의 이론과 실제. 한국교육개발원.
- 한국청소년개발원(1994). 지역사회봉사활동. 한국청소년개발원.
- (1996). 청소년자원봉사활동 어떻게 할 것인가?. 한국청소년개발원.