

학습과목명	몸다스리기 I	학 점	3	교·강사명	
강의시간	4시간	이론 / 실습	이론+실습	전화번호	
<b>학습목표</b>					
<p>몸에 대한 이해는 연기 세계를 보다 효과적이고도 구체적으로 구축해 갈 수 있게 하는 출발점이자 창조의 과정이다. 따라서 본 수업에서는 몸의 기관을 이해하고 감각과 정서적 반응에 대한 체득과 형상화의 반복, 자각적 훈련을 통해 자유로운 신체표현을 창조 할 수 있게 한다. 이를 통해 학생들은 첫째, 자신의 몸을 정확하게 이해하게 된다. 둘째 자유로운 움직임에 위한 몸의 이완을 할 수 있다. 셋째 움직임과 정서의 관계를 이해하고 정서적 움직임에 대해 자신감을 갖게 된다. 넷째, 움직임에 맞는 음성적 표현을 통해 연기에 대한 자신감과 이를 통해 자유로운 배가가 될 수 있는 기초를 다질 수 있다.</p>					
<b>교재 및 참고문헌</b>					
<p>주교재 : 배우수련, 안민수, 헤르메스미디어, 2009  부교재 : 신체훈련론. 이흥진, 교학연구사, 2008</p>					
<b>성적평가방법</b>					
중간고사	기말고사	과제물	출결	기타	합계
30	30	20	20	0	100
<b>주차별 강의(실습·실기·실험) 내용</b>					
주차	차시	강의(실습·실기·실험) 내용	과제 및 기타 참고사항		
1	1	<강의주제> 오리엔테이션 및 배우의 몸	강의계획서 주교재: p19~51 교수 이론 강의		
	2	<강의목표> 배우에게 있어 몸의 기능과 신체훈련의 필요성에 대해 숙지 이해시킨다.			
	3	<강의세부내용> - 삶과 연기예술의 관계 - 몸과 마음의 관계			
	4	- 몸다스리기의 의미와 필요성 <수업방법> 강의 및 토의			
2	1	<강의주제> 몸과 마음의 준비	주교재: p.57~71 편한복장, 트레이닝복 항상 착용		
	2	<강의목표> 몸을 다스리기 위한 준비단계			
	3	<강의세부내용> - 창조의 공간, 수련장 - 창조적 기운과 명상법 : 명상을 통해 숨의 집중과 완전한 명상으로의 방법을 습득 체험한다.			
	4	<수업방법> 강의, 실기			
3	1	<강의주제> 몸 풀기와 다듬기	주교재: p.77~95 교수 시범을 통한 실기 훈련		
	2	<강의목표> 움직임과 호흡의 관계를 이해하고 몸의 긴장을 이완하는 방법			

		을 체득한다. <b>&lt;강의세부내용&gt;</b> - 바로 선 자세와 몸 풀기 - 마루에 편안히 눕기 - 바로서기 - 몸의 중심 찾기 - 다양한 자세에서 몸풀기 <b>&lt;수업방법&gt;</b> 강의 및 실기	
4	1	<b>&lt;강의주제&gt;</b> 머리와 얼굴기관의 운동 <b>&lt;강의목표&gt;</b> 머리와 얼굴에 있는 근육, 관절들을 풀어주는 훈련을 한다. <b>&lt;강의세부내용&gt;</b> - 머리와 얼굴 근육의 이완과 수축 : 머리, 목, 눈, 코, 귀의 근육 이완 수축 - 발성과 발음 기관의 근육 풀기 : 입과 혀의 운동 <b>&lt;수업방법&gt;</b> 강의 및 실기	주교재: p.96~102
	2		
	3		
	4		
5	1	<b>&lt;강의주제&gt;</b> 움직임을 부호로 기억하기 <b>&lt;강의목표&gt;</b> 몸의 중심으로 부터의 움직임을 통해 신체움직임을 부호화 기억한다. <b>&lt;강의세부내용&gt;</b> - 중심으로부터 느리게 길 찾아가기 - 움직임의 흐름과 맺고 끊고 가기 - 공간 익히기 - 기관들의 결합을 통한 율동 창작 <b>&lt;수업방법&gt;</b> 강의 및 실기	주교재: p.103~112 과제: 몸으로 정서 표현하기
	2		
	3		
	4		
6	1	<b>&lt;강의주제&gt;</b> 인물 간 움직임으로 교감하기 <b>&lt;강의목표&gt;</b> 인물 간 움직임을 통해 반응과 행동의 정서적 원리를 체득한다. <b>&lt;강의세부내용&gt;</b> - 움직임의 반응, 행동, 반응의 원리 - 군중 속에서 중심 찾기와 이동 - 균형과 조화를 이루는 반응과 행동 <b>&lt;수업방법&gt;</b> 강의 및 실기	주교재: p.113~121 파트너십을 통한 모의 실기
	2		
	3		
	4		
7	1	중간고사	-평가기준에 의거하여 채점
	2		
	3		
	4		
8	1	<b>&lt;강의주제&gt;</b> 의미 있는 움직임 하기 <b>&lt;강의목표&gt;</b> 의미 안에서 반응하고 행동하고 다시 반응하는 훈련을 한다. <b>&lt;강의세부내용&gt;</b> - 의미 있는 반응-> 행동-> 반응	주교재: p.122~127 조별 즉흥 움직임 발표
	2		
	3		

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 반응-&gt;행동을 통한 울동화</li> <li>- 서로 다른 언어를 가지고 몸으로 소통</li> <li>- 소통을 통한 즉흥적인 움직임 찾기</li> </ul>	
	4	<p>&lt;수업방법&gt; 강의 및 실기</p>	
9	1	<p>&lt;강의주제&gt; 숨쉬기의 부호화</p> <p>&lt;강의목표&gt; 숨쉬기의 바른 방법과 자세에 대해 실습한다.</p>	주교재: p.135~155
	2	<p>&lt;강의세부내용&gt; - 숨쉬기의 바른 방법</p>	
	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 숨쉬기 기관과 여러 가지 호흡</li> <li>- 중심 찾기와 바른 자세</li> <li>- 숨과 몸의 반응</li> </ul>	
	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 여러 가지 자세에서의 숨쉬기</li> </ul> <p>&lt;수업방법&gt; 강의 및 실습</p>	
10	1	<p>&lt;강의주제&gt; 몸통으로 소리내기</p> <p>&lt;강의목표&gt; 호흡기관 및 공명기관들의 작용을 이해한다.</p>	주교재: p.156~169
	2	<p>&lt;강의세부내용&gt; - 소리내기 기관의 이완 훈련</p>	
	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 소리내기와 공명기관들</li> <li>- 몸통으로서의 의식작용과 인식</li> <li>- 소리 내서 띄어 보내기</li> </ul>	
	4	<p>&lt;수업방법&gt; 강의 및 실습</p>	
11	1	<p>&lt;강의주제&gt; 소리를 부호로서 기억하기</p> <p>&lt;강의목표&gt; 발성, 발음, 공명 기관의 세포들로 하여금 그 움직임을 구체적으로 기억하고 이해한다.</p>	주교재: p.186~199 조별 실기 발표
	2	<p>&lt;강의세부내용&gt; - 숫자 세기와 노래 읽기</p>	
	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 짧은 소리와 긴 소리</li> <li>- 소리의 높낮이와 강약</li> <li>- 혼자서 노래 만들기</li> <li>- 다수 인원이 소리로서 교감하기</li> </ul>	
	4	<p>&lt;수업방법&gt; 강의 및 실기</p>	
12	1	<p>&lt;강의주제&gt; 감각과 의식 훈련1</p> <p>&lt;강의목표&gt; 의식을 통해 주의를 집중하는 훈련을 체득한다.</p>	주교재: p.207~216
	2	<p>&lt;강의세부내용&gt; - 주의 집중하기</p>	
	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 오감에 대한 자각</li> <li>- 인물과 사물에 대한 주의 집중</li> </ul>	
	4	<p>&lt;수업방법&gt; 강의 및 실기</p>	

13	1	<강의주제> 감각과 의식 훈련2	주교재: p.217~222
	2	<강의목표> 감각기관의 작동에 따르는 정서적 반응에 대해 이해 습득한다.	
	3	<강의세부내용> - 감각기관과 정서적 반응 - 정서 반응의 단계 - 정서적 반응과 외적 행동	
	4	<수업방법> 강의 및 실기	
14	1	<강의주제> 감각과 이식훈련3	주교재: p.238~248
	2	<강의목표> 정서의 밀도와 크기에 대한 체험을 통한 반응을 훈련한다.	
	3	<강의세부내용> - 초월적 힘과의 대면 - 걱정과 비극 - 일상의 삶과 정서반응 - 관찰과 상상	
	4	<수업방법> 강의 및 실기	
15	1	학기말 공연 및 합평회(기말고사)	- 평가기준에 의거하여 채점
	2		
	3		
	4		