

나물의 종류

단원명	1. 마음을 열며	교과서	4학년 10~11쪽
제재명	나물 노래	지도서	4학년 266~267쪽



고사리는 독성 때문에 생채로 먹으면 안 되고, 데쳐서 말리고, 또 물에 불리는 과정을 반복하는 묵나물(묵은 나물)로 만들어 먹어야 독성을 제거할 수 있다. 물에 불린 고사리는 삶은 뒤 서너 시간 동안 물에 담가 두어 부드럽게 만든 후 양념을 해서 무쳐 먹거나 육개장, 빈대떡 등에 넣어 먹는다. 뼈를 튼튼하게 하고 열을 내리며 설사 치료제로도 사용한다.

출처 이우주, “전래 동요의 주제 중심 통합 지도 방안 연구”, 한국교원대학교 교육대학원 석사학위 논문, 2010, 44쪽.



어린 순은 살짝 데쳐 무치거나 된장국에 넣어 먹거나 묵나물로 두고도 먹는다. 정월 대보름에 넘나물 국을 끓여 먹는 풍습이 있다. 이른 봄에 쑥이 약 10cm 정도 올라오면 채취하여 나물로 무쳐 먹는다. 약간 달면서도 씹을 때 부드럽다. 넘나물을 ‘원추리’라고도 하는데, 마음을 안정시키고 스트레스를 해소하는 기능이 있으며, 장 기능이 나빠서 변 상태가 좋지 않을 때, 소변이 잘 나오지 않을 때, 가슴이 답답할 때 먹으면 좋다.

출처 강진영, “나물”, 김영사, 2006, 70쪽.



냉이보다 크기가 커서, 짐승 가운데 큰 편인 말을 빗대어 밀냉이가 되었다. 밀냉이 잎은 냉이보다 짙은 녹색이고 두껍다. 잎이 어릴 때 뿌리째 캐서 냉이처럼 된장국을 끓여 먹거나 데쳐서 무치기도 한다. 콩가루를 묻혀 국을 끓이거나 콩가루를 묻혀 찐 다음 무쳐도 맛있다.

출처 이영득, “주머니 속 나물 도감”, 황소걸음, 2009, 254쪽.



이른 봄에 밭에 가 보면 냉이와 같이 나 있다. 지난해에 쑥이 나 겨울을 난다. 냉이처럼 꽂대가 올라오기 전에 뿌리째 캐다. 뿌리는 두고 잎만 뜯 따기도 한다. 꽂다지는 냉이와 된장국을 끓이거나, 다른 나물과 데쳐서 무쳐 먹는다. 쓴맛이 없고 부드럽다.

출처 이영득, “주머니 속 나물 도감”, 황소걸음, 2009, 258쪽.



예로부터 이른 봄에 먹으면 그해 여름 더위를 타지 않는다고 알려진 씀바귀는 나쁜 춘곤증에도 그만이다. 씀바귀는 첫맛은 쓰지만 사실 뒷맛은 오히려 달짝지근하다. 이른 봄에 채취해서 나물로 무쳐 먹거나 김치로 담가 먹는다. 나물로 먹을 때는 하루 정도 찬물에 담가 쓴맛을 어느 정도 빼 주는 것이 좋다.

출처 김태정, “집에서 기르는 야생화”, 대원사, 1994, 79쪽.



새 깃 모양으로 갈라지는 잎이 향긋하고 고소하다. 그냥 먹어도 좋고 데쳐서 무쳐도 맛있다. 연한 순은 꽃이 피기 전까지 먹을 수 있다. 뿌리는 석방풍이라 해서 기관지염, 중풍 등에 약으로 쓰며, 심어 가꾸기도 한다. 산 기름나물도 같은 방법으로 먹는다.

출처 이영득, “주머니 속 나물 도감”, 황소걸음, 2009, 258쪽.

‘도라지타령’ 전문가창 가락선 악보

단원명

1. 마음을 열며

교과서

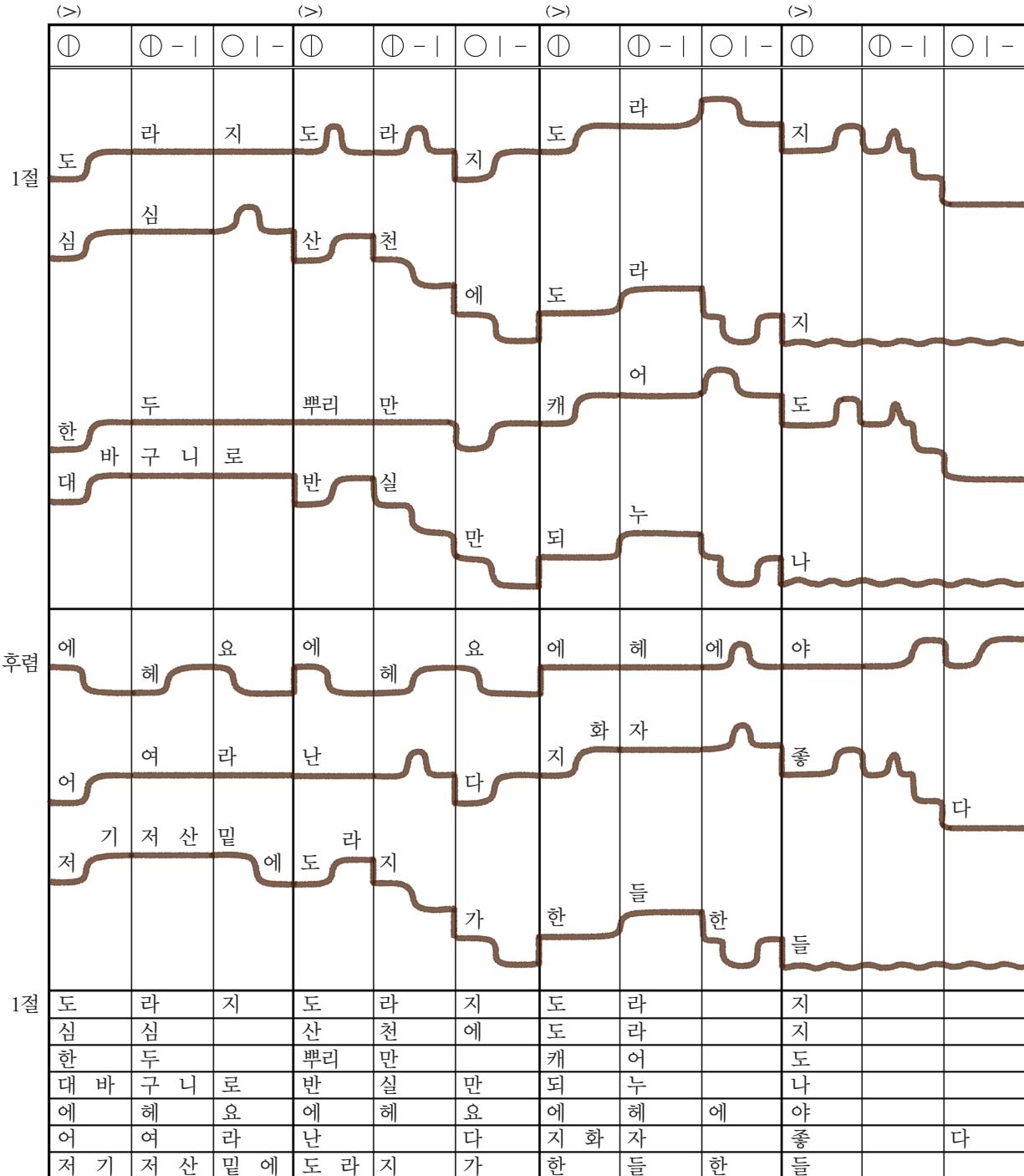
4학년 16~17쪽

제재명

도라지타령

지도서

4학년 272~273쪽



출처 구본삼, “경기 민요 가창 지도 연구: 가락선 악보의 활용을 중심으로”, 한국교원대학교 교육대학원 석사학위 논문, 2003, 79~83쪽.

'도라지타령'에 맞추어 신체 표현하기

단원명

1. 마음을 열며

교과서

4학년 16~17쪽

제재명

도라지타령

지도서

4학년 272~273쪽

도	라	지	도	라	지	백		도	라		지
심	심		산	천	에	백	도	라	지		
예	혜	요	예	혜	요	예	혜		요		
에	야	라	난		다	지	화	자		좋	다
얼	씨	구	좋	구	나	내	사	랑	아		

리코더 파♯ 운지법 연습곡

단원명

1. 마음을 열며

교과서

4학년 18~19쪽

제재명

파♯운지법

지도서

4학년 274~275쪽

1. 로렐라이

조금 빠르게

독고 선 역사 | 프리드리히 작곡

(8) 6/8
옛 날 부터 전 - 해 오 는 쓸 쓸 한 이 - 말 이 - 가

(8) 6/8
슴 속에 그 - 립 계 도 끝 없 이 떠 오 른 다 - 구

(8) 6/8
름 걷 힌 하 - 틀 아 래 고 요 한 라 - 인 강 - 저

(8) 6/8
넉 빛 이 찬 - 란 하 - 다 로 렐 라 이 - 언 덕 - .

* 이 노래는 파♯ 운지법 연습을 위하여 편곡하였습니다.

탬버린, 작은북, 큰북의 연주 자세와 주법

단원명	1. 마음을 열며	교과서	4학년 20~21쪽
제재명	리듬 악기 노래	지도서	4학년 276~277쪽

■ 리듬 악기 연주법

1. 탬버린

(1) 연주 자세와 주법

- 원손으로 가볍게 잡은 후 비스듬히 쥐고 가슴 높이로 듦다.
- 오른손 손가락을 구부려 북면의 중심부를 가볍게 치고, 크고 강한 소리를 원할 때는 주먹이나 손바닥으로 치기도 한다. 약한 소리를 원할 때는 북면의 테 쪽을 손가락을 모아 가볍게 친다.
- 트레몰로(♪) 주법은 울림쇠가 잘 울리도록 손목을 좌우로 잘게 흔든다. 짧은 트레몰로 연주 시에는 엄지로 테 쪽의 북면을 누르듯이 부드럽게 원을 그리며 돌려준다.



2. 작은북

(1) 음의 조절: 북의 옆면에 있는 조임쇠를 조절하여 습기나 기온에 따른 음정을 조정 한다.

(2) 연주 자세와 주법

- 북은 약간 경사지게 하여 밑면이 잘 울리게 받침대에 공간을 두도록 한다.
- 울림줄이 없는 면을 가볍게 두드려 연주한다.
- 북채는 위에서 $\frac{2}{3}$ 정도 되는 곳을 양손의 엄지와 집게손가락으로 잡고 다른 손가락은 가볍게 북채를 쥔다.
- 북채를 잡은 손의 각도는 90° 정도로, 북면과의 각도는 45° 정도로 유지한다.
- 손목을 이용하여 채를 떨구거나 굴리듯이 가볍게 친다.



3. 큰북

(1) 음의 조절: 북의 옆면에 있는 조임쇠를 조절하여 습기나 기온에 따른 음정을 조정 한다.

(2) 연주 자세와 주법

- 북을 정면으로 세우고 어깨너비로 발을 벌려 안정적이고 바른 자세로 선다.
- 오른손으로 가볍게 북채를 쥔다.
- 북채가 닿는 위치는 북면의 중심부에서 약간 위쪽으로 스치듯이 닿도록 한다.
- 북채의 방향은 그림과 같이 약간 곡선을 이루면서 위에서 아래로, 아래에서 위로 번갈아 친다.



가야금 병창 ‘새타령’ 악곡 해설

단원명	1. 마음을 열며	교과서	4학년 22~23쪽
제재명	새가 날아든다	지도서	4학년 278~279쪽

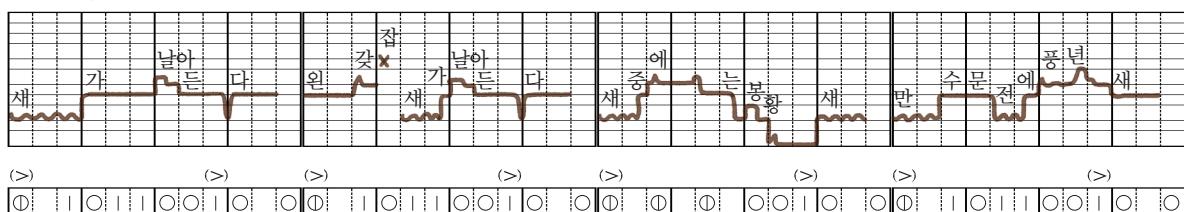
1. 노랫말 해설

새가 날아든다(새가 날아든다). 윈갓 잡새가 날아든다(온갓 종류의 새들이 날아든다). 새 중에는 봉황새(새 중의 새인 봉황), 만수문 전의 풍년새(만수문 앞의 풍년새), 산고곡심 무인처(산은 높고 계곡이 깊어 인적 없는 곳에) 울림비조 뭇새들이(울창한 수풀에서 날아다니는 많은 새가) 농춘화답에 짹을 지어(깊어가는 봄을 서로 짹을 지어) 쌩거쌍래 날아든다(쌩쌩 이 짹을 지어 이리저리 날아든다). 말 잘하는 앵무새(말을 잘하는 앵무새), 춤 잘 추는 학두루미(춤을 잘 추는 학 또는 두루미), 소탱이 쑥국, 앵매기 수리루(소찍새는 쑥국, 귀제비는 수리루), 대천의 비우 소로기(큰 내 위를 날갯짓하며 날아가는 솔개), 이산으로 가면 쑥국 쑥국(이 산으로 가면 쑥국 쑥국 울고), 저 산으로 가면 쑥쑥국 쑥국(저산으로 가면 쑥쑥국 쑥국 운다), 에이이이이이어 좌우로 다녀 울을 운다.

2. 새타령 전체 가락선 악보

중증모리장단

정미영 채보



해금 독주곡 ‘조명곡’ 악곡 해설

단원명	1. 마음을 열며	교과서	4학년 22~23쪽
제재명	새가 날아든다	지도서	4학년 278~279쪽

1. 김영재(1947~)



1947년 1월 17일 서울에서 태어났다. 경희대 음대 동 대학원을 졸업하여 KBS 국악 대상 작곡상과 국민훈장 석류장을 수상하였고 전남대와 한국예술종합학교 교수를 거쳤다. 많은 창작 국악곡을 작곡하였으며 해금 연주자 겸 거문고 연주자이다. 현재 국가 무형 문화재 제16호 거문고 산조(신쾌동류) 보유자이다. 해금 창작곡으로는 동물을 소재로 한 ‘조명곡’, ‘계명곡’, ‘견명곡’ 등과 ‘적념’, ‘비(悲)’, ‘해금 수상곡’, ‘기원’ 등이 있다.

2. 조명곡

1985년에 작곡된 곡으로 김영재의 동물 묘사 음악 중 첫 작품이다. 새의 울음소리를 소재로 하여 빠른 가락을 발전시킨 곡이다. 새의 울음소리 묘사와 더불어 다양한 변화를 하며 즉흥성이 많고 고도의 기교와 빠른 활 놀림이 특징이라고 할 수 있다. 이 곡은 단악장으로 되어 있고 새의 내면 상태를 표현한 정적인 부분과 무장단으로 자유롭게 즉흥적인 전개를 해 나가는 것이 가락의 특징이다.

(1) 외로운 새의 자태(1~3장단)

(2) 새 울음소리 묘사(4~6장단)

(3) 사뿐거리며 걷는 모습(12~14장단)

(4) 모여든 새들의 즐거운 정경 묘사(34~36장단)

출처 성의신, “해금 독주곡을 통한 묘사기법 연구: 김영재의 ‘조명곡’과 ‘계명곡’을 중심으로”, 용인대학교 예술대학원 석사학위 논문, 1999, 79~83쪽.

놀이와 노래 오선 악보

단원명	1. 마음을 열며	교과서	4학년 24~25쪽
제재명	놀이와 노래	지도서	4학년 280~281쪽

1. 실구대 소리

자진모리장단

전래 동요 | 국립국악원

1. 실 구 대 실 구 대 - 실 구 대 틀 이 늘 어 가 네
2. 실 구 대 실 구 대 - 실 구 대 틀 이 늘 어 가 네
3. 실 구 대 실 구 대 - 실 구 대 틀 이 늘 어 가 네

앞 앞 앞 뜰 뜰 뜰 에 일 일 일 나 간 간 간 엄 아 아 아 마 빠 빠 빠 뱜 뱜 뱜 리 리 리 리 돌 돌 돌 돌 아 아 아 아 오 오 오 오 소 소 소 소

2. 이거리 저거리 각거리

자진모리장단

전래 동요 | 국립국악원

이 거 리 저 거 리 각 거 리 천 사 만 - 사 다 만 사

조 리 김 치 장 독 간 총 채 비 파 리 딱

3. 송아지 따기

중증모리장단

밭는소리

메

전래 동요 | 국립국악원

저 달 봤 나 난 도 봤 다 저 해 봤 - 나 난 도 봤 다
 메 받 메 받
 저 구름 봤 나 난 도 봤 다 저 물 봤 - 나 난 도 봤 다
 메 받 메 받
 저 별 봤 나 난 도 봤 다 저 배 봤 - 나 난 도 봤 다
 메 받 메 받
 저 사람 봤 나 난 도 봤 다 저 들 봤 - 나 난 도 봤 다
 메 받
 저 나무 봤 나 난 도 봤 다 우 리 사 지 어 테 갔 - 나
 음 메 - - 돌 아 간 다 돌 아 간 - - 다 물 - 래 실 실 돌 아 간 다