단위프로그램

옛 맛과 멋을 찾아 떠나는 무등산 힐링여행

활동장소	증심지구
소요시간	300분
참가대상	사회적약자
참가인원	30~40명 내외

활동목표	• 문화 혜택이 필요한 사회적 약자를 대상으로 무등산의 뛰어난 자연환경과 더불어 명품마을의 다양한 체험 프로그램을 경험해 봄으로써 몸과 마음을 힐링하고 새로운 삶음 원동력을 이끌어 낼 수 있다
준비물	• 기가폰, 구급약, 일정표
유의사항	• 야외활동에 따른 안전관련 의약품 준비 및 주의사항 안내

단계	교육내용	교육시간
도입	▪ 만남, 오리엔테이션 및 인사 ▪ 생태나누리 운영취지 및 일정소개 ▪ 몸 상태 체크 및 프로그램 운영 시 주의사항 전달	30분
전개	▪ 평촌명품마을 트래킹 및 체험 - 평촌명품마을 트래킹 - 나만의 도자기 머그컵 만들기 ▪ 생태탐방원 연계 프로그램 - 광주호 호수생태원 트래킹 - 드림캐처 만들기	200분
마무리	▪ 프로 그램 종료 후 설문조사 ▪ 운영자와 참여자 간의 상호 교감시간 갖기(마무리인사)	30분

시나리오

도입

▪ **인사 및 프로그램 소개**

- 진행 시나리오

: “여러분 안녕하세요? 저는 오늘 여러분과 생태나누리 프로그램을 함께 할 무등산국립공원 자연환경해설사 ○○○입니다. 만나서 반갑습니다~~~!!!
버스 타고 이른 아침부터 오느라 힘드시진 않으셨나요? 여러분들이 귀한 시간을 내주신 만큼 오늘 프로그램이 더욱 알차게 운영 될 수 있도록 저도 최선을 다하겠습니다.
오늘 일정을 이곳 명품마을 트래킹을 시작으로 특별한 의미를 담은 도자기컵도 만들고, 맛있는 점심을 드신 후에 생태탐방원으로 이동해 호수생태원을 보고, 자연물을 이용해 악몽을 쫓아 준다는 드림캐처 만들기가 준비되어 있습니다. 혹시 프로그램 운영 중에라도 몸이 불편하시다면 바로 말씀해 주시고 이동이 잦은 만큼 넘어지지 않도록 발밑을 주의해 주시기 바랍니다.”

전개

▪ **평촌명품마을 트래킹 및 체험**

- 평촌명품마을 트래킹

: “여러분들이 오늘 찾으신 이곳은 평촌명품마을입니다. 이곳 명품마을은 무등산국립공원의 북쪽 자락에 위치해 있으며 동림, 우성, 담안, 닭뫼라는 4개 마을이 하나 된 한적한 농촌마을입니다.
넓은 들녘에는 친환경 농법으로 쌀을 재배하고 있고, 무등산 원효계곡에서 흘러내린 맑은 물이 마을 한가운데 풍암천으로 흐르며, 수달과 반딧불이가 살고 있는 깨끗한 마을입니다.

(반디공원 이동)

: “이곳은 반디공원 입니다. 주변 논두렁이나 빈터에 들꽃들이 많이 보이지요! 우리 논두렁에 한 줄로 서서 두 팔을 펼치고 숨을 크게 들이쉬어 볼까요? 흠~후~ 산뜻한 향이 느껴지지요! 이렇게, 허수아비처럼 잠깐만 눈을 감고 오감으로 자연도 느껴보고, 또 논두렁을 걸으면서 주변에 어떤 들꽃들이 피었는지 관찰해 봅시다! (야생화해설)

(풍암천 이야기)

: “친구들, 이 풍암천 물은 어디에서 올까요? 네~~~ 무등산에 떨어진 빗방울들이 모이고 모여서 원효계곡 따라 이곳 풍암천을 지나, 영산강을 만나고 바다로 흘러간대요. 저기 징검다리를 건너가면서 물속에 어떤 생물이 사는지 관찰할텐데, 징검다리를 건너기 전 주의할게 있어요. 앞에 가는 친구를 빨리 가라고 밀면 안되고, 천천히 중심을 잡고 발밑을 보면서 미끄러지지 않게 조심해서 건너야 되요. 도움이 필요한 친구는 선생님을 부르면 도움을 받을 수 있어요.

(수서생물 관찰 활동)
--> 참여자의 연령 및 건강을 고려하여 마을 돌담길이나, 금산 숲길을 적절하게 배치운영

▪ **체험 프로그램(나만의 도자기 머그컵 만들기)**

- 평촌 도예공방 프로그램(분청기법을 이용한 도자기 머그컵 만들기)

: "이곳은 평촌도예공방입니다. 평촌도예공방은 무등산분청사기의 맥과 정신을 잇기 위해 분청기법을 재현하고 있는데요, 여기서 분청이란 여자들이 곱게 화장을 하듯 하얀빛을 띄는 백도로 덧칠을 하는 도자기 기법 중 하나입니다.

앞에 계신 선생님의 설명을 잘 듣고 세상에 하나 뿐인 나만의 예쁜 컵을 만들어 볼텐데 준비 되셨나요?"

--> 참여자의 연령 및 건강을 고려하여 머그컵이나 접시 만들기 적절하게 운영

▪ **광주호 호수생태원 트래킹**

- 호수생태원 트래킹

: "자~~여러분 주의를 한번 둘러볼까요? 햇빛을 받아 반짝반짝 빛나는 호수가 너무 아름답죠. 이곳은 광주호 호수생태원입니다. 호수생태원은 숲과 습지로 둘러싸인 공원입니다. 탐방 중에 큰소리로 떠들거나 큰 소음은 다른 탐방객이나 주위에 서식하고 있는 동·식물들에게 피해가 갈 수 있으니 주의해 주시고, 반대쪽에서 오는 탐방객과 마주친다면 오른쪽으로 살짝 비켜서 탐방을 이어가도록 하겠습니다.
자~~ 출발해 볼까요?"

: "무궁화~ 무궁화~ 우리~나라꽃~~ 삼천리 강~산에 우리나라 꽃~~"
여러분, 우리나라의 국화(나라꽃)가 무엇인지 혹시 아시나요? ("무궁화요~") 네, 너무 쉬운 질문이었죠? 그런데 우리 법령에 '국화'를 규정하는 법은 없다고 합니다. 단지 무궁화는 문화적으로 매우 친근한 꽃이었다는 것만큼은 역사에서 찾아볼 수 있습니다. 신라 효공왕 때 외국에 보내는 국서에서 우리나라를 '근화향(槿花鄕)'이라 표현한 만큼 무궁화가 많이 피어 있었으며, 고려시대에도 우리나라를 대표하는 꽃이었음이 이웃나라 일본의 사서에 기록되어 있기 때문입니다. 이러한 무궁화는 고대로부터 꾸준히 우리 민족의 관심을 받았던 화려한 꽃이었습니다. 그 덕분에 대한민국을 대표하는 꽃이 된 것이죠. 이곳에서는 다양한 무궁화를 보실 수 있습니다. (이동하며)

: "이 나무는 낙우송이라는 나무입니다. 가을에 잎이 지는 소나무라는 의미와 떨어지는 낙엽이 새의 깃털같이 생겼다고 해서 낙우송이라 부릅니다. 낙우송을 자세히 살펴볼게요. 보통의 나무에서 보이는 특징과는 조금 다릅니다. 바로 나무의



질문 하나 드리겠습니다. 나무의 뿌리는 어떤 역할을 할까요? (대답유도)
깊게 뻗은 뿌리는 땅 속의 물과 양분을 흡수하는 일을 합니다. 뿌리에서 흡수된 물과 양분은 줄기로 운반되어 잎과 가지로 보내줍니다.
그렇다면 저희가 둘러본 이 낙우송의 뿌리는 어떤 역할을 할까요? 낙우송은 물을 아주 좋아해서 긴 뿌리를 뻗는데, 질퍽거리는 습한 땅은 공기가 통하지 않기 때문에 뿌리의 일부를 땅 위로 내보내 호흡하는 겁니다. 바로 숨을 쉬기 위해 땅 위로 내보내는 거죠. 보통의 나무의 뿌리와는 다른 역할을 지니고 있으며 이름 또한 기근이라고 부릅니다.
(바닥에 떨어진 낙우송 잎을 챙긴다)
이 낙우송과 비슷해서 사람들이 잘 구분하지 못하는 나무가 있습니다. 잠시 후 보시게 될 메타세쿼이아 나무인데요, 이렇게 잎을 가져가 두 나무를 비교해보는 시간을 가져보겠습니다.
(메타세쿼이아 길 위)

--> 참여자의 연령 및 건강을 고려하여 관찰 시간 및 해설 소재 조절 운영

- 체험프로그램(자연 드림캐처 만들기)

: “여러분들은 혹시 악몽 때문에 자다가 벌떡 일어나본 적 있으신가요?
어떤 꿈이었나요? (악몽에 대한 대화를 나눈 뒤)
네, 여러 가지 이야기를 들어봤는데요, 아마 악몽이 엄~~청 꾸고 싶었던 분은 없을 거예요. 모두가 행복한 꿈을 꾸면서 푹 자고 일어나고 싶었겠죠.
하지만 꿈은 선택할 수가 없죠? 시대와 장소를 떠나 악몽은 누구나 피하고 싶었습니다.
북아메리카의 인디언 오지브와 족은 악몽을 피하기 위한 독특한 풍습을 가지고 있는데요. 바로 ‘드림캐처’입니다.
그들은 밤공기가 선과 악으로 나뉘어있다고 생각했는데, 드림캐처로 나쁜 공기 속에 들어있는 악몽을 끌어들여 좋은 꿈만 아이들에게 흘려보낼 수 있다고 믿었습니다.
또한 드림캐처에 들어가는 장신구는 부족의 수호신이자 거미여인인, '아시비카아시'의 눈을 상징한다고 해요. 부족의 규모가 커지면서 거미여인이 어디서든 지켜줄 방법이 이렇게 눈을 다는 거라고 합니다.
자, 이제부터 여러분과 아이들에게 좋은 꿈을 가져다줄 드림캐처를 만들어볼 건데요, 트레킹하면서 입수한 자연물을 앞에 꺼내놓으시고, 준비물을 확인해주세요.
자르는 도구에 손을 베지 않도록 주의해주시고, 글루건에 화상 입지 않도록 또한 신경써주세요.”
(드림캐처 예시를 보여주고, 만들기 시작한다.)

마무리

- **프로그램 종료 후 설문조사**
- **운영자와 참여자 간의 상호 교감시간 갖기(마무리인사)**
- 진행 시나리오

: "지금까지 국립공원 명품마을과 호수생태원도 둘러보고, 나만의 예쁜 머그컵도 직접 만들어 보았습니다. 어떠세요! 즐거우셨나요?
오늘 무등산국립공원에서 함께 하셨던 깨끗한 자연환경과 명품마을의 푸근한 인심이 여러분들에게 좋은 추억으로 기억되기를 바라며, 저는 무등산국립공원사무소 자연환경해설사 ○○○ 이였습니다. 감사합니다.