

[1인 미디어 콘텐츠 기획 공모전] 콘텐츠 제작 기획안

한국체육대학교 교양교직과정부에서 개최하는 공모전입니다.

※ 표식부분은 삭제 후 기재바랍니다. 모든 사항에 반드시 기재바랍니다.(미기재시 불이익이 있을 수 있습니다.)

✓ 콘텐츠 제작 기획안을 작성해주시기 바랍니다. 분량과 작성 방법은 자유입니다.

주제	<p><스토리텔링을 기반한 동기부여형 미디어콘텐츠></p> <p>필자의 실제 경험을 바탕으로 부상을 겪고, 꿈을 잃었다고 생각하는 체대생들에게 희망과 방향을 전달하는 동기부여 형 콘텐츠. 본 콘텐츠는 필자가 3년이라는 시간 동안 여러 시행착오 끝에 꿈을 찾고 당당하게 나아가는 모습을 발단, 전개, 위기, 결말의 서사로 제작예정 임. 이를 통해 부상으로 힘들어 하는 체대생에게 동기부여를 하고, 용기를 주는 영상.</p> <p>-> 필자는 체육교사를 꿈꾸는 학생이었지만, 갑작스럽게 찾아온 원인 모를 불치병과 2번의 수술로 꿈을 잃었다는 생각에서 헤어 나오지 못했다. 3년이 지난 지금 필자는 새로운 꿈을 찾으며 당당하게 살아가고 있다. 그 과정에서의 시행착오와 깨달음을 다룬 영상을 제작하고자 한다.</p>
참가작품명	<p><“삶이 나에게 레몬을 건네면, 레몬에이드로 만들어라.”></p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=6u7Hu7eQuiw <i>(나의 인생을 바꾼 지나영 박사의 강연 영상)</i></p> <p>-> 모든 일이 나의 뜻대로 이루어지면 좋겠지만, 삶을 살아가다 보면 뜻대로 되지 않는 순간을 많이 마주하게 된다. 그리고 그 순간이 꽤나 고통스럽게 다가올지도 모른다.</p> <p>하지만 여기서 기억해야 할 것이 있다. 삶이 나에게 아주 신 레몬을 던지면, 그것을 달콤한 레몬에이드로 만들 수 있다는 것이다. 그리고 희망의 끈만 놓지 않는다면 결국에는 레몬이 레몬에이드로 바뀔 수밖에 없다는 사실이다.</p> <p>필자는 꼭 전달하고 싶다. 고통을 이겨나가는 과정은 후에 자신에게 엄청난 깨달음과 자양분을 남긴다는 사실을.</p> <p>그런 의미에서 참가작품명은 “삶이 나에게 레몬을 건네면, 레몬에이드로 만들어라.”로 선정하였다.</p>
분야(장르)	<p><개인 크리에이터 콘텐츠></p>

	<p>개인의 경험을 바탕으로 실제 영상과 사진자료를 첨부하여 필자의 나레이션을 적용하여 영상을 제작한다.</p> <p>-> 현재 유튜브 쇼츠나 인스타그램 릴스에서는 자신의 스토리를 바탕으로 자신과 비슷한 상황에 놓인 이들에게 희망을 전달하는 동기부여 형 영상들이 붐을 일으키고 있다. 현재 미디어 콘텐츠 트렌드와 한국체육대학교라는 영역을 접목시켜 필자만의 스토리텔링으로 영상을 제작하고자 한다.</p>
<p>기획의도</p>	<p><부상으로 힘들어 하는 체대생들에게 희망과 방향을 설정해 주기 위해.></p> <p>우선 결론부터 말하자면 부상으로 힘들어 하고 있을 체대생들에게 강력한 동기부여를 전하기 위해 기획했다. 이는 단순한 동기부여 영상이 아닌 필자가 3년 동안 겪은 내용에 대해 구체적인 예시를 통해 깨달음을 전달하는 영상이다.</p> <p>한국체육대학교는 엘리트 선수들이 많은 학교이다. 그리고 학생들은 자신의 모든 것을 받쳐 오랜 시간 운동에 몰입하고, 그에 따른 결과로 교내외로 평가를 받게 된다. 이 같은 상황에서 학생의 발목을 잡는 가장 큰 걸림돌은 부상이다. 평생 운동만을 해오던 체대생에게 부상은 삶의 모든 것을 빼앗아 감을 느끼게 할 수 있다.</p> <p>하지만 결코 그렇지 않다는 것을 전하고 싶다. 필자도 체육교사를 꿈꾸며 한국체육대학교를 다니고 있지만, 군 복무 시절 갑작스럽게 찾아온 불치병과 2번의 수술로 꿈을 잃었다는 생각에 다시 일어설 수가 없었다. 하지만 지금은 누구보다 당당하게 살아가고 있다. 필자의 3년의 시간 속에 담긴 경험과 메시지를 학생들에게 전하기 위해 이 작품을 기획한다. 그리고 이 영상이 부상으로 힘들어 하는 많은 체대생에게 용기를 줄 수 있기를 간절히 바란다.</p> <p>“당신이 지금 정말 힘든 순간에 맞닥 드렸다면, 그것은 당신에게 주어진 기회일 수 있다. 그 기회를 놓치지 않길 바란다. 포기하지 않으면 당신은 반드시 해낼 수 있다.”</p>
<p>작품내용</p>	<p><“삶이 나에게 레몬을 건네면, 레몬을 레몬에이드로 만들어라”></p> <p><u>(실제 영상에 삽입 될 나레이션)</u></p> <p>나는 초등학교 때부터 학창시절 내내 체육 시간만을 기다리는 학생이었다. 체육이 있는 날이면 그 전 날 밤부터 설레고, 아침에는 ‘혹여나 비가 와서 체육을 못하진 않을까?’ 눈 뜨자마자 날씨를 확인했다. 그만큼 체육을 좋아하고 사랑하는 마음으로 12년의 학창시절을 누구보다 행복하게 보낼 수 있었다.</p>

자연스럽게 나의 꿈은 '체육교사'가 되었다. 모든 학생들에게 체육을 통해 행복을 전하는 교사가 되고 싶었다.

학창시절을 누구보다 행복하게 보내며 나는 체육교사라는 목표를 가지고 한국체육대학교 특수체육교육과(체육교육)에 입학하게 되었다.

중간에 코로나 19가 터져 대학생활은 거의 못했지만 나는 항상 운동도 하고 행복하게 지냈다. 그러다 나는 병역의 의무를 해결하기 위해 군대에 입대하게 되었다.

군대에서 하는 단체생활이며 체력단련, 뭐든 행복하게 하며 시간을 보냈다. 군대에서도 꾸준히 운동을 하기 위해 매일 같이 체단실에 가서 헬스를 했다.

그러던 어느날,

체력단련실에서 운동을 하던 중 나의 목 뒤와 쇄골이 조여오는 듯한 통증이 느껴지기 시작했다. '별일 아니겠지' 하며 생활을 하는데 시간이 지날수록 도저히 운동도 할 수 없고, 이제는 일상생활마저 힘든 그런 상황이 되었다.

나는 군대에서 가장 큰 병원인 수도병원에서 진료를 받고 MRI를 찍었다. 결과는 아무 이상 없다는 소견이었다. 나는 너무나도 아프고 힘든데 아무 이상이 없다니 믿을 수가 없었다.

나는 바로 대대장의 승인을 받고 내가 모아 놓은 휴가를 30일을 써서 정확한 진단을 받으러 나갔다. 30일 동안 대학병원, 민간 병원, 한의원 등등 병원을 10군데 이상 돌아봤지만 MRI 상은 문제가 없다는 소견이었다.

진짜 세상이 무너지는 것 같았다. 나의 아픔의 원인을 찾지 못 하는 것은 둘째치고 내가 정말 좋아하는 운동을 할 수 없는게 너무도 힘들었다. 그러던 와중 평소에 좋지 않던 발목에 있는 뼓조각 마저 떨어져 버려 정말 온 몸이 아픈 상황이 되었다.

전역을 하고 나는 바로 양쪽 발목에서 떨어진 뼓조각을 제거하는 부주상골 증후군 수술을 받았다. 정말 믿을 수가 없었다. 하루 아침에 양쪽 발목을 모두 수술하니, 심지어 발목을 수술하고도 목과 어깨 날개뼈 쇄골이 조이는 듯한 통증이 멈추지 않아 목발을 짚고 한의원에 갔다. 그것도 주 5일씩이나.

세상이 나를 등진거 같았다. 치료를 받으면 조금은 증상이 호전되었지만 근본적인 원인이 해결되지 않는 듯한 느낌이 들었다.

그렇게 1년 동안 나는 절망에서 빠져나오지 못하고 잠도 제대로 자지 못하는 상황을 겪었다. 6개월 동안 나는 방에서 거의 나오지 않았다.

그러다 어느날 거울 속에 비친 나의 모습이 너무나도 피폐했다.(6개월 동안 머리도 자르지 않았으니... 그럴만도 하다.) 이렇게는 안 되겠다는 생각이 들었다. 나는 내가 할 수 있는 것들부터라도 하나씩 바꿔보자 생각했고, 우선 수술한 발을 정상적으로 회복하기 위해 재활을 매일 같이 열심히 했다.

그 이후에 가장 먼저한 것은 '이불 정리'와 '책 읽기'였다. 아무리 아파도 책은 읽을 수 있었고, 이불 정리는 할 수 있었다.

그때부터 나의 변화가 조금씩 시작되었다. 책 읽는 시간이 점점 길어지고 메모 하는 습관도 생기고 삶이 변화하는 듯한 느낌이 들었다. 평생 운동만을 생각하고 살던 내가 책을 읽으며 다양한 시각으로 삶을 바라볼 수 있게 되었다.

그리고 그때 생긴 독서하는 습관은 2년이 지난 지금도 유지하고 있다. 그리고 책은 나의 사고 확장과 단단한 마인드 셋 등 나의 많은 것을 바꿔 놓았다.

나는 갑작스럽게 불치병이 찾아오고 2번의 수술을 했을 때, 나의 미래가 너무나도 암울했다. 아니? 미래를 그려볼 수조차 없을 정도로 절망적이었다. 분명 2년간은 정말 힘들었다. 통증은 회복되지 않고, 아무것도 할 수 없다고 생각했다.

근데 돌아보니 그게 아니었다. 그냥 내가 있는 자리에서 내가 할 수 있는 것들을 하나씩 하면 되는 것이었다. 작은 성공경험을 바탕으로 나는 점차 나란 사람을 찾아가기 시작했고, 희망이 보이기 시작했다.

그리고 지금 나는 누구보다 당당하게 나의 도전을 향해 걸어나가고 있다.

비록, 갑작스러운 만성통증과 수술로 체육교사의 꿈은 잠시 내려놔야 하지만 나는 이 위기를 기회로 바꿔보려 한다.

“삶이 나에게 레몬을 건넸고, 나는 그 레몬을 레몬에이드로 만들고 있다.”

평소에 한국체육대학교에 다니면서 부상으로 운동을 그만두고 힘들어 하는 친구들을 너무나도 많이 봤다. 그리고 지금은 나도 그들과 비슷한 상황이다.

3년이라는 시간 동안 정말 절망 속에서 헤어 나오지도 못하고, 방에서도 거의 나오지 않았던 나도 결국에는 시련을 이겨내고 지금은 누구보다 행복하게 잘 살아가고 있다.

그리고 이제는 나의 경험과 이야기를 바탕으로 한국체육대학교에서 부상으로 운동

[제출양식②] 제작 기획안

을 그만두는 친구들에게 용기를 주고 싶다. 나도 정말 평범한 체대생이었다. 처음부터 강한 멘탈을 가진 것도 아니었고, 오히려 작은 일에도 많이 흔들리는 그런 학생이었다.

하지만 나는 3년 동안 나의 삶을 쉽게 포기하지 않았다. 너무 힘든 순간에도 버텼다. 그리고 결국 3년이라는 고통의 시간 동안 나는 정말 많은 것을 배울 수 있었다.

지금은 그런 생각이 든다. '이 시련이 찾아온 것이 오히려 나에게는 행운일 수 있겠다.' 만약 지금 이 순간, 삶이 너무 힘들고 모든 걸 포기하고 싶을 때, 한 번만 생각해보자.

'이 시기만 견디면 나에게 엄청난 보물이 찾아올꺼다.'

나도 했으니, 모두 할 수 있다.

나는 여러분의 도전을 응원한다!