



고려시대

중급 I

NAKS 수준별 역사 문화 교육 자료 개발 위원회

4 기

위원장: 김선미(디트로이트 세종학교)

위원:

정은정(벤엘한국학교)

고수지(영생한국학교)

유설아(시애틀 통합 한국학교)

학습 지도안(중급 I)

1. 학습단원: 고려시대
2. 학습목표: 세계와 활발하게 교류하며 독특하고 아름다운 문화를 이루어 낸 고려에 대해 안다.
3. 학습평가: 학습 참여도 위주로 평가 하며, 학생 참여를 적극적으로 하도록 유도한다.
4. 교수 및 학습 과정

과정	교수·학습 활동	시간	준비물과 유의점
도입	- Korea 란 이름이 어디서 왔을까? 질문하여 궁금증 유발과 영어 나라이름을 갖게 된 경위에 대해 상상하기 - 고려에 온 아라비아 상인	10 분	고려시대 아라비아 교류 이미지 자료
전개	- 고려시대의 수도 개경과 활발한 대외 무역 ➢ 중국 송나라, 일본, 아라비아와 교류한 국제 무역 도시 ➢ 나중에 원나라와의 교류 ➢ 교류 물품 소개 ➢ 인적 자원 이동 내용 소개 ➢ Korea 란 이름의 유래	10 분	개경 이미지와 지도
	백란도—고려의 대표 무역 도시	10 분	백란도 이미지와 지도
	수출품—다양한 문화 유산 소개	10 분	교류한 물품 이미지
	수입품—다양한 물품 소개		
	- 다른 나라와의 교류를 통한 독특한 문화 전래 ➢ 원나라의 영향—족두리, 연지, 만두 등 ➢ 고려의 영향—상추쌈, 복식 등	5 분	문화 교류 이미지
정리	- 세계와 교류를 통해 독특한 문화를 이룬 고려의 역사적 의미를 확인 - 확인 문제 풀기	5 분	

교사용 지도 자료

세계 속의 고려-Korea 란 이름의 유래

❖ 고려: The Goryeo Dynasty (918-1392)

—중국의 혼란기와 시기적으로 겹쳐 자주적으로 민족의 재통일 이룬 점에서 큰 의의

1. 신라 말기에 많은 민란이 발생했고, 반신라세력인 호족과 육두품이 세력을 확장했다.
2. 후고구려와 후백제의 성립으로 기존의 신라가 후삼국시대와 공존했다.
3. 후고구려의 장군이었던 왕건이 폭군 궁예를 내쫓고 918 년 고려를 건국, 옛 고구려를 계승한다는 의미로 나라 이름을 고려로 바꾸었다.
4. 신라의 경순왕이 고려에 항복하고 후백제가 멸망하면서 고려가 우리 민족의 재통일을 이뤘고 이 때 시기적으로 중국이 5 대 10 국의 혼란기였기에 고려가 당나라의 간섭없이 후삼국통일을 자주적으로 이룰 수 있었다.
5. 팔만대장경(정식 명칭: 해인사 대장경판)은 원나라의 침략에 맞서 불교의 힘으로 나라를 위기에서 구하려는 의도에서 만들어졌다. 팔만대장경은 현재 해인사에 보관되어 있고 불전(장경판전)과 경판 모두 유네스코 세계문화유산으로 등록되어 있다.
6. 이규보의 동국이상국집에는 상정고금예문을 1234 년에 금속활자로 찍었다고 한 기록이 있다. 이는 우리의 금속활자 인쇄술이 구텐베르크의 그것보다 200 여년 앞서 있었음을 알려주고 있으나 상정고금예문이 남아있지는 않다. 한편, 현재 프랑스 국립도서관에 보관되어 있는 직지심체요절은 현존하는 세계 최초의 금속활자본(1377)으로 유네스코 세계문화유산에 지정되어 있다.
7. 4 대 광종 때 유학을 기본으로 한 과거제도가 시행되면서 신진사대부라고 하는 새로운 지식 계급이 발생했고 이후 이들이 성리학을 적극적으로 받아들이면서 성리학이 고려 말기의 지식 문화 발전에 큰 역할을 했는데 당시 대표적인 성리학 학자로 정몽주가 있다.
8. 문文이 무武보다 중시되면서 문신 중심의 정치가 구현되었고 그에 불만을 품은 무신들의 반란으로 무신정권(1170-1270)이 성립되었다. 그러나 원나라의 침략과 간섭으로 나라 힘이 약해지고 자주성을 잃다가 1392 년 이성계의 위화도 회군을 계기로 새로운 나라인 조선이 세워졌다.

❖ 고려가 가지는 역사적 의미

1. 진정한 민족의 재통일을 이룬 (936 년)
 - 고려는 옛 삼국 뿐 아니라 발해의 유민까지도 받아들여 실질적인 통일을 이룬
 - 통일신라 북쪽에 고구려 후예들이 세운 발해가 있었기 때문에, 신라에 의해 이뤄진

삼국 통일은 민족 전체를 아우르는 통일이라고 보기 어려움 (통일신라와 발해가 함께한 이 시기를 남북국시대라고 함)

-고려는 발해 유민을 받아들이면서 통일신라가 잃었던 대동강 이북과 만주 영토 일부를 회복

2. 진정한 민족문화를 발전 시킴

-고려가 고구려와 백제, 신라와 발해의 후예들과 문화를 모두 받아들여 더욱 발전된 형태의 민족문화를 이룩함

❖ 고려의 수도인 개경

1. 개경: 활발한 국제 교류가 이루어진 도시

2. 개경에서 열린 팔관회 라는 축제에 당시 중국의 송나라에서 뿐만 아니라 거란과 여진에서도 사신을 보냈다.

-팔관회는 우리 민족 고유의 전통 의례와 불교 의례가 합쳐진 국가와 왕실의 평화를 비는 연중행사로 신라와 고려시대에 성행, 여러 토속신土俗神에 대한 제사와 가무歌舞도 포함한 팔관회는 종합적인 종교의식이자 문화행사였고, 고려시대에는 그 중요성이 더욱 강조되어서 연등회와 함께 국가의 2대 의식이 됨

3. 또한 멀리 아라비아에서도 상인들이 왔다. (Silk Road 로 중국과 한반도까지 옴)

4. 이때 서구에 알려진 고려의 이름이 '코리아'이고, 이것이 오늘날 한국이 Korea 로 불리는 기원이다.

5. 당시 개경의 인구가 약 50만으로 추정되는데 같은 시기의 피렌체의 인구가 약 10만으로 추정되는 것을 비교해보면 개경이 정말 큰 도시였음을 알 수 있다.

6. 국제 교류가 활발한 개경의 주 산업은 상업이었고, 중국 송나라와 아라비아까지의 상인들이 와서 묵을 수 있는 독립된 숙소도 있었다.

❖ 활발했던 고려의 대외 무역

1. 고려 전기의 대외 무역

-송나라, 일본, 거란(요), 여진(금) 등 주위의 나라들과 활발한 무역을 했음

-멀리 아라비아의 대식국大食國과도 교류할 만큼 활발한 무역이 이뤄짐

-각국의 해상 선단이 개경의 문호인 벽란도로 몰려와 벽란도는 국제 무역항으로 성장

2. 벽란도

-벽란도는 푸른 물결의 나루 라는 뜻

-고려 당시 수도였던 개경과 가까운 예성강 하류에 위치

-6.25 이전에는 남한 땅이었으나 현재는 북한 영토



3. 백란도가 국제 무역항이자 요충지일 수 있었던 이유
 - 수도인 개경과 가까움
 - 서해안의 그 어느 항구보다 강이 깊어서 많은 물건을 실은 큰 배가 드나들기에 편리
 - 백란도에는 '백란정' 이라고 불리는 외국 상인이나 사신이 머무는 건물이 있었음
4. 고려의 대외 무역 나라와 물품
 - 1) 송나라: 백란도를 통해 가장 활발히 무역
 - 수출품: 금, 은, 나전칠기, 인삼, 화문석, 부채
 - 수입품: 비단, 약재, 서적, 자기 (주로 귀족 계층을 위한 사치품)
 - 2) 거란(요나라), 여진(금나라): 육로를 이용하여 활발하게 무역
 - 수출품: 은, 모피, 말
 - 수입품: 곡식, 문방구, 농기구
 - 3) 일본倭
 - 수출품: 서적, 인삼
 - 수입품: 유황, 수은
 - 4) 아라비아의 대식국大食國
 - 수출품: 금, 은, 비단
 - 수입품: 수은, 향료, 산호
 - 대식국이라고 불린 이유는 아라비아 사람들이 많이 먹어서가 아니라 아라비아에 '타직' Tajik 이라는 부족 이름을 소리 나는 대로 쓴 것
 - 아라비아와의 무역을 통해 고려가 코리아라고 알려짐

5) 역사에 나온 아라비아인들과의 교류

-고려사에 따르면 아라비아 상인들이 벽란도로 들어와 무역을 청하며 왕에게 선물을 바쳤다는 기록이 여러 차례 등장

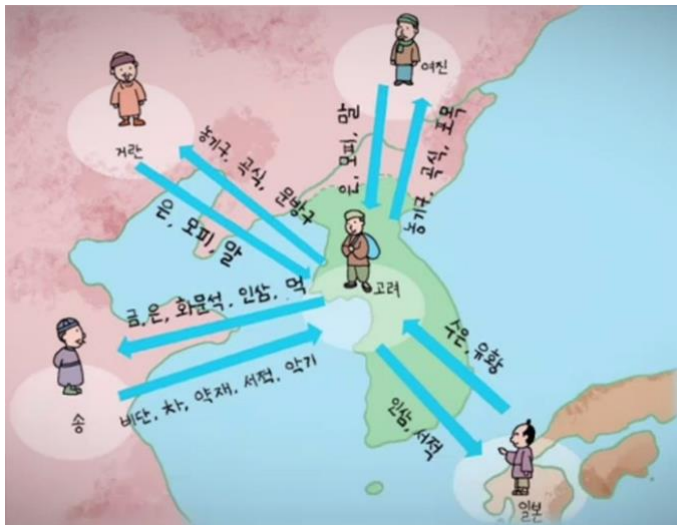
현종 15 년 “이슬람 상인들 100 명이 벽란도에 들어와서 토산물을 바쳤다” 정종 6 년 “아라비아 상인들이 수은, 용치, 점성향, 몰약, 대소목 등 각종 특산물을 바쳤다”

용치(龍齒) 해마의 화석으로安神(安神)-강정(强精) 작용에 좋은 희귀한 약재

점성향(占城香) 인도차이나반도의 교지(交趾)에서 생산되는 향료

몰약(沒藥) 홍해 연안에서 나는 관목의 줄기 속에서 새어나오는 즙을 말린 반투명의 덩어리

대소목(大蘇木) 인도 동방에서 생산하는 소방목(蘇方木)을 가리킨 것인데, 약용 및 도료에 사용



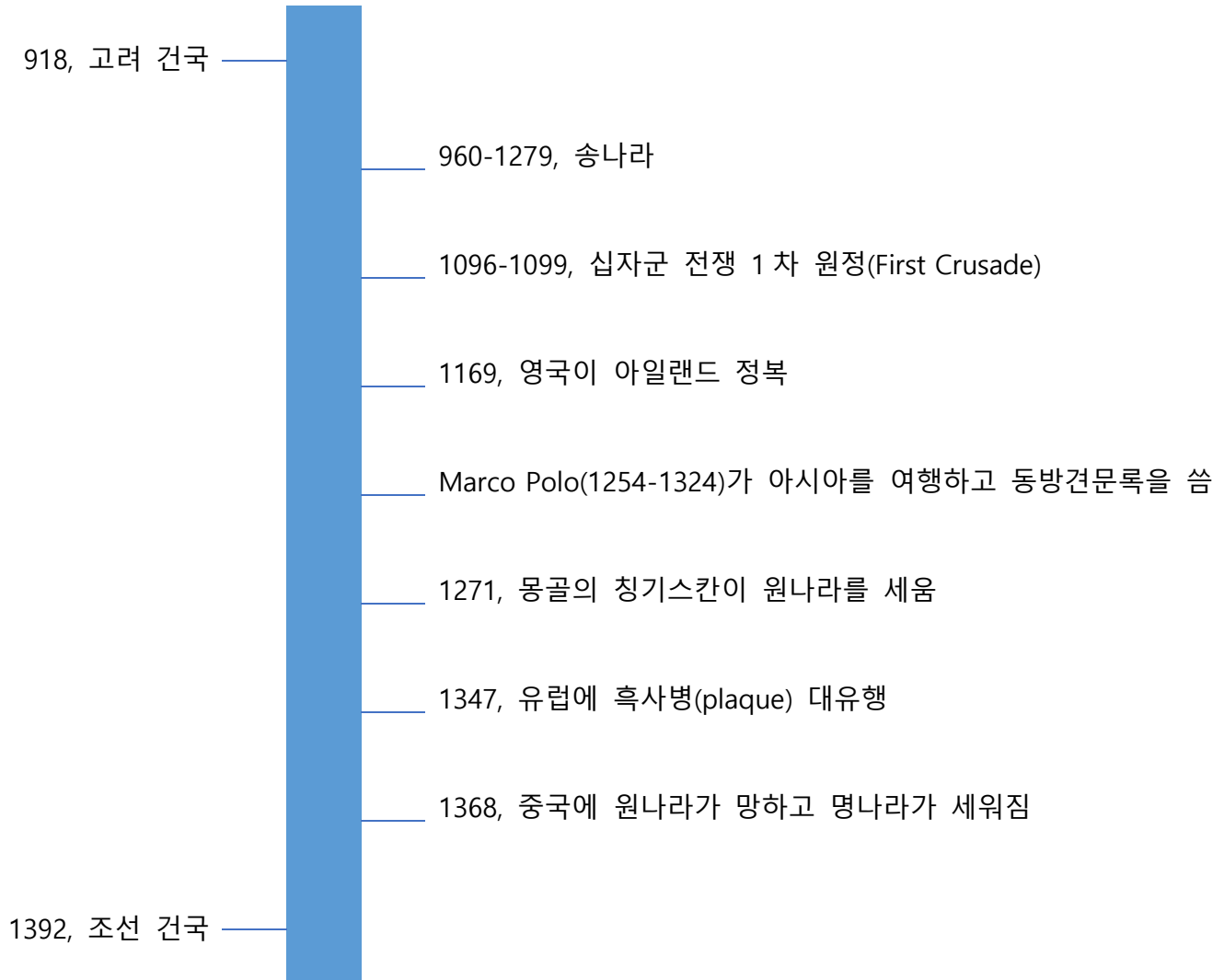
5. 중국의 송나라 멸망 후 몽골의 칭기스칸이 원나라 건국

- 1) 원나라에서 고려 문화가 성행하고 유행하였는데 이를 '고려양'이라고 함
 - 고려청자와 나전칠기, 고려의 먹과 종이 등이 유행
 - 지금도 몽골에서는 고려만두, 고려병(약과) 등의 용어가 사용되고 있음
 - 상추에 쌈을 싸서 먹는 것, 시루에 떡을 해먹는 것 등과 같은 식문화도 전파
 - 비파 등의 악기도 전파
 - 원피스 모양의 전통 중국식 한푸와 다른, 풍성한 치마와 저고리 조합의 고려 복식이 중국 여인들 사이에서 유행
- 2) 고려에서도 몽골의 영향의 문화가 성행했는데 이를 '몽골풍'이라고 함
 - 음식과 풍습: 설령탕, 소주, 만두, 족두리, 연지
 - 언어: 마마(왕과 왕비에게 붙이는 말), 수라(임금님의 밥상) 등



❖ 국제 교류가 활발했던 고려는 다양한 문화를 접하면서 고려만의 독특한 문화를 이루어 냄

❖ 고려시대(918-1392)에 세계사에서 일어났던 일



학생 평가 문제

1. 다음 중 고려에 대한 설명으로 맞는 것은? 4
 - 1) 고려는 삼국시대 이전의 국가이다.
 - 2) 고려는 신라 사람인 견훤이 세운 나라이다.
 - 3) 고려는 오직 일본하고 교류했다.
 - 4) 고려는 오늘 날 한국이 Korea 라는 이름으로 불리는 기원이 된 시대이다.
2. 오늘날 우리나라의 정식 명칭은 대한민국이지만 줄여서 한국이라고도 한다. 세계적으로 널리 알려진 우리나라의 이름은 영어로 무엇인가? Korea
3. 고려 사람들이 당시 고려를 서양에 '코리아'로 널리 소개한 아라비아를 부른 말은 무엇인가? 4
 - 1) 대식국
 - 2) 중식국
 - 3) 소식국
 - 4) 미식국
4. 남북국시대를 지나 후삼국 시대에 후고구려의 장군으로서 나중에 고려를 세운 사람의 이름은 무엇인가? 왕건
5. 오늘날의 한국이 Korea 라고 알려진 것은 우리나라 역사에서 어느 시대인가? 고려
6. 고려시대에 고려가 아라비아와 무역을 하면서 한국이 코리아라고 불리기 시작했는데, 이때 아라비아 상인들이 아라비아에서 한국까지 온 길의 이름은 무엇인가? 비단길(Silk Road)
7. 고려는 세계의 여러 나라와 활발하게 교역했었다. 그 당시 고려와 교류한 나라가 아닌 것은? 3
 - 1) 아라비아
 - 2) 송나라
 - 3) 미국
 - 4) 일본
8. 고려가 다른 나라에 수출한 물품이 아닌 것은? 4
 - 1) 서적
 - 2) 화문석
 - 3) 인삼
 - 4) 유리
9. 조선시대 궁중 용어 중에는 고려시대에 쓰인 말을 그대로 사용한 것이 많았는데, 그 중 임금님의 밥상을 뜻하고 몽골의 영향을 받은 용어는 무엇인가? 소란
10. 13 세기 몽골의 칭기스칸이 중국 대륙에 세운 대제국의 이름은 무엇인가? 원나라
11. 원나라를 세운 왕의 이름은 무엇인가? 칭기스칸
12. 원나라에서 고려의 풍습과 전통이 유행하였는데 이를 부르는 말은 무엇인가? 고려양
13. 몽골풍은 고려에서 몽골의 풍습이 유행한 것을 말한다. 다음 중 몽골풍이 아닌 것은? 3
 - 1) 연지
 - 2) 만두
 - 3) 상추쌈
 - 4) 족두리

참고 이미지



고려가 수출품 종이와 인삼-종이는 희고 질기며 윤기가 흘러 최상품으로 인정 받았음



강화도 화문석



나전칠기



연지



죽두리



원래의 원나라 옷 (길게 이어져있다)



고려양 (윗도리. 풍성한 치마)



찜만두, 보츠

군만두, 호쇼르

몽골 만두



한국 만두



6
팔관회

여러 신에게 제사를 지내고 국가와 왕실의
평안을 비는 행사

참고 단어

- 가무 Singing and dancing
- 거란 The Khitan; a nomadic people who inhabited an area corresponding to parts of modern Mongolia, Northeast China and the Russian Far East
- 건국 Establish a country
- 경판經板 Engraved Buddhist scriptures on metal panels
- 과거제도 The highest-level state examination to recruit ranking officials during the Goryeo and Joseon Dynasty
- 국제 교류 International exchange, interchange
- 금 Gold
- 금속 활자 Metal movable types
- 기원 Origin
- 나루 River port, dock
- 농기구 Farming tool
- 등록 Registration
- 명나라 Ming Dynasty
- 모피 Fur
- 문신 Civil officer
- 무신 Military officer
- 무역 Trade
- 무역항 Trading port
- 문방구 Stationary
- 문호 Gate to the international community
- 몰약 Myrrh
- 민란 Revolt of the people
- 바쳤다/바치다 Paying a tribute in honorific forms
- 불전 Buddhist scriptures
- 비단 Silk
- 사치품 Luxury item
- 서적 Books
- 성리학 Neo-Confucianism
- 수도 Capital
- 수라 Royal meal, the king's dinner
- 수은 Mercury

- 수입품 Imported goods
- 수출품 Exporting goods
- 신진사대부 Emerging scholar-gentry class
- 여진 The Jurchen; descendants of both the nomadic Tungus Malgal peoples and the remnants of Balhae kingdom of Manchuria and northern Korea
- 영토 Territory
- 예전 The old days, the past
- 원나라 Yuan Dynasty
- 약재 Medicinal stuff
- 요충지 Strategic point
- 유리 Glass
- 유학 Confucianism
- 유황 Sulfur
- 육두품六頭品 Central aristocracy in the Silla Dynasty
- 은 Silver
- 위화도 회군 *Wihwado* Retreat
- 인삼 Ginseng
- 인쇄술 Printing technique, typography
- 자기 Porcelain; china
- 조선 Joseon Dynasty
- 지정 Designation, appointment
- 직지심체요절 Anthology of Great Buddhist Priests' Zen Teachings
- 토산물 Local products
- 토속신 Local deities
- 특산물 Specialty
- 편리 Convenience, expediency
- 푸른 물결 Blue waves
- 폭군 Tyrant
- 현존 Existence, existing
- 해상 선단 Marine fleet
- 호족 Powerful family, clan
- 후예 Descendant
- 하류 Downstream
- 해동성국 Flourishing Land in the East

자료 출처

구완회. (2015). *재미있다! 한국사*. 창비.

국사편찬위원회. *신편 한국사*. <http://contents.history.go.kr/front/nh/main.do>

금현진 외 6 인. (2016-2017). *용선생의 시끌벅적 한국사 5: 고려, 위기 속에서 길을 찾다*. 사회평론.

불교타임즈. *컵으로 간단하게 작은 연등 만들기*. <https://bud1080.tistory.com/750>

세이브더칠드런. *전래동화 '임금님 귀는 당나귀 귀'*. <https://youtu.be/POhR4hbn9oM>

조선멤버스. *뉴스 속의 한국사: 왕건의 고향, 아라비아 상인 드나드는 국제 도시였어요*. http://newsteacher.chosun.com/site/data/html_dir/2016/02/22/2016022200416.html

지니키즈 역사. *고려, 코리아로 불리다! 고려의 국제 무역항 벽란도*. <https://youtu.be/xlc1lEvFnc8>

최미영, 김현주, 박은경. (2011). *재외 한국학교를 위한 한국 역사 문화 한국을 알자!* 재미한국학교 북가주협의회.

한국교육방송공사. (2018). *EBS 스토리/한국사 1 권*. <http://primary.ebs.co.kr/book/main/view?textbookId=TB10015316>

한국콘텐츠진흥원. *팔관회이야기*. http://www.culturecontent.com/content/contentView.do?search_div=CP_THE&search_div_id=CP_TH E013&cp_code=cp0219&index_id=cp02190001&content_id=cp021900010001&print=Y

소년한국일보. *[공부가 쉬워지는 한국사 첫걸음] 1046 년 문종-고려의 11 대 임금이 되다*. <http://kids.hankooki.com/lpage/culture/201806/kd20180605153624136190.htm>

대한민국 교육부 공식 블로그. *몽골의 침략과 고려의 저항*. <https://if-blog.tistory.com/6219>