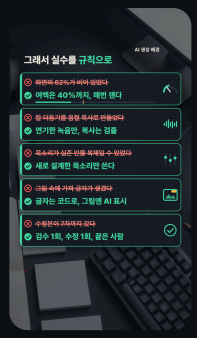
업무 생산성 개선 · 2026 AI 활용 사례 공모전

AI에게 영상 제작을 맡기고, 실수는 규칙으로 남겼습니다

혼자 공모전 영상을 만드는 컴퓨터학과 2학년이 Claude Code에게 리서치·제작·서류를 맡기고, AI가 한 번 한 실수는 '하지 말 것 + 이유' 규칙과 자동 측정으로 남겨 다시 반복하지 않게 만든 1인 영상 제작 방식입니다.



역할 나누기

내가 하는 일

어떤 공모전에 낼지 고르기, 방향 지시, 규칙 정하기, 최종본을 직접 보고 듣기, 서명·동의·제출

Claude Code

공고문·첨부 서식 읽기, 1차 출처로 숫자 확인, 기획, Remotion(코드로 만드는 영상) 작성, 렌더와 측정, 신청서 초안

생성 도구

배경: 내 PC의 로컬 모델(FLUX.2 [klein] 4B, Z-Image-Turbo, Depth Anything V2) · 목소리·효과음: ElevenLabs(Voice Design) · 음악: 코드로 작곡

작업 순서 공모전 하나당 한 번의 작업 세션

1 공고문·첨부 서식 읽기, 생성형 AI 허용 여부 확인

2 화면의 숫자·연도는 1차 출처로 확인해 출처표로

3 공통 키트 위에 작품 고유 부분만 코드로

4 여백·읽기 시간·음량(−14 LUFS)·섬광 자동 측정

5 AI 검수 1회 → 수정 1회, 최종 판단은 사람

6 신청서·AI 활용 설명 초안, 제출은 내가

실수 → 규칙 → 측정 규칙 메모는 다음 작업의 AI가 처음부터 읽습니다

AI가 한 실수	남긴 규칙	지키는 방법
한 작품의 화면 62%가 비어 있었다	**여백은 40%까지, 목표 30%**	프레임마다 빈 칸 비율을 재는 스크립트
말 더듬기를 같은 음절 복사로 만들었다	**실제로 연기한 녹음만 쓴다**	반복 음절 파형 유사도 0.95 이상이면 실패
라이브러리 목소리가 실존 인물 복제일 수 있었다	**새로 설계한 목소리만, 유명인 이름 목소리 금지**	이미 만든 영상 하나는 목소리를 다시 만듦
생성 그림 속에 가짜 글자가 생겼다	**글자는 코드로 조판, 그림엔 'AI 생성' 표시**	생성 그림을 사진이라 하지 않음, 엔드카드 AI 고지
모델마다 라이선스가 달랐다	**상업 이용 가능한 Apache-2.0 모델만**	비상업 전용·한국 제외 모델은 목록에서 제외
수정본이 7차까지 갔다	**검수 1회, 수정 1회, 끝은 사람**	2차 렌더를 최종본으로, 내가 보고 듣고 결정

결과 작업 기록과 파일에서 센 숫자

16편
10월 10~18일, 9일 동안 완성한 영상 (공모전용 15, 연습 1, 이 영상 제외)

7 → 1
검수 반복 횟수 (초기 5~7차 → 1회 검수·1회 수정)

약 70분
최근 55.6초 숏폼, 공고 확인부터 최종본·신청서까지

1,679건
생성 기록 (이미지 626 + ElevenLabs 1,053), 프롬프트·시드·해시 포함

수상 결과는 아직 없어 성과에 넣지 않았고, 측정하지 않은 '절약 시간'은 적지 않았습니다. 공통 키트로 작품마다 다시 만들던 기반 작업(AI 사용량의 약 30%)을 없앴습니다.

책임 있는 활용

- 공모전마다 AI 허용 여부를 먼저 확인, 금지된 곳에는 내지 않음
- 후기·수치를 지어내지 않음, 숫자는 출처표로
- 개인정보가 든 서류는 내 PC에만, API 키는 환경 변수에만
- 광과민성 섬광 검사, AI 사용량 상한(주간 70% 넘으면 한 작품씩)

따라 하기

- 코딩을 하지 않아도 핵심은 같습니다. AI가 틀릴 때마다 '하지 말 것 + 이유'를 문서에 한 줄 적고, 다음 작업을 시작할 때 그 문서를 먼저 읽게 합니다.
- 보고서·블로그·과제처럼 반복되는 일 어디에나 쓸 수 있습니다.

첨부 영상과 이 요약도 같은 방식으로 만들었습니다. 배경 이미지는 생성형 AI로 만들었습니다.

다른 공모전 출품작은 심사 중이라 화면을 싣지 않았습니다.