아이폰에서 동영상의 모든 프레임을 개별 사진으로 내보내는 방법

60fps로 찍은 10초짜리 4K 영상은 600장의 개별 이미지입니다. 아이폰에서 모든 프레임을 내보내는 방법, 저장 공간 비용, 어떤 앱이 맞는지 정리했습니다.

작성자: Lubor Šimůnek · 게시일: September 10, 2026 · 생산성
온라인 버전: https://appstoryo.com/ko/blog/export-every-frame-of-video-as-photos-iphone



아이폰에서 동영상의 모든 프레임을 개별 사진으로 내보내려면 프레임 추출 앱이 필요합니다. 사진 앱에는 그런 명령이 없기 때문입니다. **Video to Photo: Save Frames**는 iOS 13.0부터 동작하는 무료 도구로, 각 프레임을 동영상 자체의 해상도로 저장합니다. 60fps로 찍은 10초짜리 4K 영상은 600장의 개별 이미지가 됩니다.

공시: *AppStoryo*는 *Video to Photo: Save Frames*를 개발하는 스튜디오가 운영합니다. 아래 비교는 공개적으로 검증할 수 있는 기준을 사용하며 실제로 존재하는 대안을 이름으로 밝힙니다.

모든 프레임을 내보내면 실제로 사진이 몇 장이 되나요?

영상 길이에 프레임 속도를 곱하면 되는데, 결과는 거의 언제나 예상보다 큽니다. 애플이 공개한 카메라 사양에는 초당 24, 25, 30, 60, 100 또는 120프레임의 4K Dolby Vision 녹화가 적혀 있습니다. 즉 30fps로 찍은 1분은 서로 다른 1,800장의 프레임을 담고, 같은 1분이라도 120fps면 7,200장입니다. 이걸 전부 내보내는 일은 일괄 작업이지 한 번의 탭이 아닙니다.

바로 이 계산이 전용 도구가 존재하는 이유입니다. Video to Photo: Save Frames는 파일이 하나도 기록되기 전에 간격을 정하게 해 줍니다. 모든 프레임, 세 프레임마다, 0.5초마다 중에서 고를 수 있어 몇 장을 감당하게 되는지 미리 보입니다. Video to Photo: Save Frames는 App Store에서 무료입니다.

아이폰 사진 앱은 왜 모든 프레임을 내보내지 못하나요?

사진 앱은 잘라내기 위해 만들어졌지 분해하기 위해 만들어지지 않았습니다. 동영상을 이미지 연속물로 바꾸는 메뉴 항목은 없고, 흔히 쓰는 두 가지 우회 방법은 모두 데이터를 잃습니다. 스크린샷은 파일이 아니라 화

면을 담기 때문에 3,840×2,160 영상이 요즘 아이폰 화면에서는 1,179×2,556 이미지가 됩니다. 일시정지한 Live Photo를 공유해도 키 프레임 한 장만 나옵니다.

프레임 추출 앱은 다른 경로를 씁니다. AVFoundation은 요청한 시각의 배열을 받아 각각에 대해 비동기로 이미지를 돌려주는 생성기를 제공하며, 1,000장짜리 내보내기가 한 번의 처리로 끝나는 것은 이 덕분입니다. 여기 언급한 모든 앱은 Video to Photo: Save Frames를 포함해 이 기능 위에 서 있습니다.

Video to Photo: Save Frames로 모든 프레임을 어떻게 내보내나요?

앱을 열고 동영상을 고른 뒤 구간의 시작과 끝을 표시하고 간격을 선택합니다. 모든 프레임, N프레임마다, N초마다 중 하나입니다. 그다음 내보내기를 시작하면 됩니다. 이미지는 동영상 원본 해상도로, 최대 8K까지 사진 보관함에 들어가며 원본 촬영 날짜와 GPS, 카메라 정보도 함께 넘어갑니다. App Store 설명은 일괄 처리 동작을 이렇게 밝힙니다.

> Batch export: every N frames, every N seconds, or a range you choose.

이 문장은 2026년 8월 21일에 받아온, App Store에 공개된 이 앱의 설명에서 인용했습니다. 현재 버전은 1.0이고 용량은 23.1MB, iOS 13.0 이상이 필요하며 44개 언어로 제공됩니다. 2026년 8월 18일에 공개되어 아직 평가가 없습니다.

전체 프레임 내보내기에는 저장 공간이 얼마나 들고 비용은 어떻게 되나요?

4K 프레임 한 장은 3,840×2,160픽셀, 즉 8.3메가픽셀로 보관함에 이미 있는 대부분의 사진보다 큽니다. 여기에 30fps 1분치인 1,800장을 곱하면 내보내기는 더 이상 사소한 작업이 아닙니다. 애플은 HEIF가 같은 시각적 품질을 유지하면서 JPEG보다 더 잘 압축한다고 밝히고 있어, PNG 대신 HEIF를 고르는 것이 최종 용량에 가장 크게 작용합니다.

내보내기가 iCloud 한도를 넘기면 가격은 공개되어 있습니다. 애플의 iCloud+ 요금 목록은 미국 기준 50GB 월 0.99달러, 200GB 2.99달러, 2TB 9.99달러를 보여 줍니다. 한국에는 같은 등급의 원화 요금이 따로 있습니다. 먼저 솎아 낸 구간만 내보내고 전체 연속 프레임은 정말 필요할 때만 내보내는 편이 저렴합니다.

프레임이 전부 비슷해 보일 때 어떤 것을 남겨야 하나요?

60fps 영상에서 연속한 두 프레임의 간격은 16.7밀리초라서, 이웃한 이미지의 차이는 그 사이의 흔들림보다도 작습니다. 거의 같은 600장을 손으로 살펴보는 일이 전체 내보내기의 진짜 대가이지 디스크 공간이 아닙니다.

두 가지 습관이 이 부담을 줄입니다. 먼저 세 장 또는 다섯 장마다 하나씩 내보내 솎아 낸 묶음을 확인하고, 그다음 중요한 2~3초만 전체 프레임으로 다시 내보내십시오. 선명도 판단은 소프트웨어에 맡기는 것도 방법입니다. Video to Photo: Save Frames는 기기 안에서 검사해 연속 프레임 중 가장 덜 흔들린 장면을 표시합니다. 휴대폰 화면에서 가장 내리기 어려운 판단이 바로 그것입니다.

결국 어떤 프레임 추출 앱을 써야 하나요?

아래 네 앱은 모두 2026년 8월 21일에 App Store의 현재 페이지와 대조해 확인했습니다. 네 앱 모두 무료로 내려받을 수 있고, 각각 유리한 상황이 다릅니다.

무손실 PNG와 가장 작은 내려받기 용량을 원하면 Frame Extractor: Video Photo

- Marco Tini, 버전 1.0, 2026년 7월 24일 업데이트, 2.2MB.

- 페이지에 구간 일괄 내보내기(모든 프레임, N프레임마다, N초마다)를 무손실 PNG 또는 가벼운 JPEG로 지원한다고 적혀 있습니다.
- iOS 17.0 이상이 필요하며 지원 언어는 2개뿐입니다.
- App Store에서 Frame Extractor: Video Photo 보기.

필름스트립 구간 지정과 고정된 솎기 간격을 원하면 **Video Freezer: Frame Grabber**

- Cow Cow Technologies LLC, 버전 1.2.1, 2026년 8월 20일 업데이트, 10.9MB, 11개 언어.
- Range 모드는 두 표시 사이의 모든 프레임을, 또는 2번째, 5번째, 10번째마다 저장합니다.
- iOS 17.0 이상이 필요하고 지금까지 평가는 한 건뿐입니다.
- App Store에서 Video Freezer: Frame Grabber 보기.

AI 보조 선택과 긴 이력을 원하면 **Video to Photo - Grab HD Pic**

- Osawa Shunsuke, 버전 4.0.4, 2026년 8월 15일 업데이트, 30.7MB, 154건 평가에 평균 4.7.
- AI Best Shot이 선택한 구간을 분석해 인물, 반려동물, 풍경 후보를 제안합니다.
- 페이지는 「Save multiple frames at once」를 월간 또는 연간 청구되는 Pro 기능에 넣어 두었으므로, 일괄 내보내기는 구독 뒤에 있습니다. iOS 18이 필요합니다.
- App Store에서 Video to Photo - Grab HD Pic 보기.

오래된 아이폰에서 제한 없는 일괄 내보내기가 필요하면 **Video to Photo: Save Frames**

- 버전 1.0, 23.1MB, iOS 13.0 이상으로 네 앱 가운데 요구 사항이 가장 낮습니다.
- 프레임 수, 초, 구간 기준의 일괄 내보내기. 구독도 광고도 워터마크도 내보내기 제한도 없습니다.
- 기기 안에서 선명도 순위를 매기고 EXIF 촬영 날짜, GPS, 카메라 항목을 유지합니다.
- 평가 0건에 출시도 한 번뿐이라 아직 이력이 없습니다. 검증된 안정성을 중시한다면 평가 154건인 앱을 고를 실질적인 근거가 됩니다.
- App Store에서 Video to Photo: Save Frames 무료로 받기.

모든 프레임 내보내기가 알맞지 않은 경우는 언제인가요?

영상 편집기가 더 잘 해낼 일이라면 알맞지 않습니다. 슬로 모션이나 스톱모션 루프, 타임랩스를 만들 생각이라면 소재를 동영상으로 두십시오. 수천 장의 정지 이미지로 바꿨다가 되돌리면 소리와 타이밍 메타데이터를 잃습니다. 내 것이 아닌 영상일 때도 알맞지 않습니다. 한 프레임이라도 여전히 남의 저작물이기 때문입니다.

두 가지 제약도 분명히 말해 둘 만합니다. 이 앱들은 기기에 있는 것만 읽으므로 iCloud에 보관된 동영상은 내려받기가 먼저 끝나야 합니다. 그리고 어떤 도구도 녹화가 담지 않은 디테일을 더하지는 못합니다. 1080p 영상에서는 1080p 사진만 나옵니다. 이런 조건이 괜찮다면 Video to Photo: Save Frames가 내보내기를 무료로 처리합니다.

아이폰 프레임 내보내기에 대해 또 무엇을 묻나요?

30fps로 찍은 30초짜리 **4K** 영상은 사진이 몇 장이 되나요?

정확히 900장입니다. 30초에 초당 30프레임을 곱하면 서로 다른 900장의 프레임이 나오기 때문입니다. 같은 영상도 60fps면 1,800장, 120fps면 3,600장이 됩니다. 내보내기 전에 간격을 정하느냐가 다룰 만한 묶음과 다시 볼 수 없는 더미를 가릅니다.

내보낸 프레임은 원본 동영상의 해상도를 유지하나요?

앱이 화면이 아니라 동영상 파일을 읽는다면 유지합니다. 4K 녹화는 3,840×2,160픽셀 사진을, 1080p 녹화는 1,920×1,080픽셀 사진을 만듭니다. 스크린샷은 그렇지 않습니다. 휴대폰이 보여 주는 것만 담고, 그 화면은 4K보다 작기 때문입니다.

모든 프레임 내보내기는 무료인가요, 구독이 필요한가요?

앱에 따라 다릅니다. Video to Photo: Save Frames, Frame Extractor: Video Photo, Video Freezer: Frame Grabber는 모두 구독 없는 일괄 내보내기를 내세웁니다. Video to Photo - Grab HD Pic은 여러 프레임 동시 저장을 월간 또는 연간 청구되는 Pro 기능에 넣어 두었습니다.

많은 양을 내보낼 때 어떤 파일 형식을 골라야 하나요?

양이 많으면 HEIF, 호환성이 중요하면 JPEG, 무손실 사본이 필요할 때만 PNG입니다. 애플은 같은 시각적 품질에서 HEIF가 JPEG보다 잘 압축한다고 밝히고 있어, 8.3메가픽셀 이미지 1,000장에서는 형식 선택이 다른 어떤 설정보다 용량을 크게 좌우합니다.

전체 내보내기가 제 iCloud 저장 공간을 채울 수 있나요?

채울 수 있습니다. 30fps 4K 1분은 원본 해상도 1,800장이고, iCloud 사진은 이를 다른 사진과 똑같이 동기화합니다. 요금제를 넘긴다면 애플이 공개한 미국 요금은 50GB 월 0.99달러, 200GB 2.99달러, 2TB 9.99달러입니다.

비슷한 수백 장 중에서 가장 선명한 프레임을 어떻게 고르나요?

먼저 솎고 그다음에 판단하십시오. 다섯 프레임마다 하나씩 내보내 원하는 순간을 찾은 뒤, 그 1초만 전체 프레임으로 다시 내보내면 됩니다. Video to Photo: Save Frames는 기기 안에서 선명도 순위를 매겨 연속 프레임 중 가장 덜 흔들린 장면을 축소판을 훑는 것보다 빠르게 알려 줍니다.

촬영 날짜와 시간, 장소는 그대로 남나요?

Video to Photo: Save Frames에서는 그대로 남습니다. 내보낸 이미지가 원본 촬영 날짜와 GPS 좌표, 카메라 항목을 함께 지닙니다. 다른 앱은 처리 방식이 제각각이니 보관함을 날짜나 장소로 정렬한다면 큰 작업 전에 앱 페이지를 확인하십시오.

오래된 아이폰에서도 되나요?

Video to Photo: Save Frames는 iOS 13.0 이상을 요구해 다른 대안보다 몇 세대 더 거슬러 올라갑니다. Frame Extractor와 Video Freezer는 둘 다 iOS 17.0이, Video to Photo - Grab HD Pic은 iOS 18이 필요합니다. 오래된 기기라면 이 요구 사항이 선택을 대신 정해 줍니다.

인용 형식: Lubor Šimůnek (2026). 아이폰에서 동영상의 모든 프레임을 개별 사진으로 내보내는 방법. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o.. https://appstoryo.com/ko/blog/export-every-frame-of-video-as-photos-iphone
© 2026 lapnito.cz s.r.o.