

제 6 교시

체 육

1. 다음 설명에 해당하는 운동 체력 요소는?

- 자극에 대해 빠르게 반응하는 능력이다.
- 신체를 재빠르게 움직이거나 방향을 바꾸는 능력이다.

- ① 근력 ② 민첩성 ③ 평형성 ④ 유연성

2. ㉠과 ㉡에 들어갈 용어를 바르게 짝지은 것은?

세계보건기구(WHO)에서는 “(㉠)은 질병이 없을 뿐만 아니라 신체적·정신적·(㉡)으로 완전히 안녕한 상태”라고 규정하고 있다.

- ㉠ ㉡ ㉠ ㉡

- ① 건강 사회적 ② 건강 정서적
③ 체력 사회적 ④ 체력 정서적

3. 학생건강체력평가에서 ‘제자리 멀리뛰기’로 측정하는 체력 요소는?

- ① 근력 ② 순발력 ③ 유연성 ④ 심폐지구력

4. 다음 설명에 해당하는 자연 재난은?



- 지구 내부 에너지에 의해 땅이 갈라지며 흔들리는 현상이다.
- 실내가 흔들리면 단단한 탁자나 책상 밑으로 대피한다.

- ① 지진 ② 태풍 ③ 해일 ④ 홍수

5. 육상 경기 중 스탠딩 스타트로 출발하는 달리기 종목은?

- ① 100m ② 200m ③ 400m ④ 800m

6. 다음 설명에 해당하는 응급 처치 방법은?



이물질에 의해 기도가 막혔을 때, 복부를 압박하여 이물질을 빼내는 응급 처치 방법이다.

- ① 부목법 ② 얼음찜질
③ 심폐소생술 ④ 하임리히법

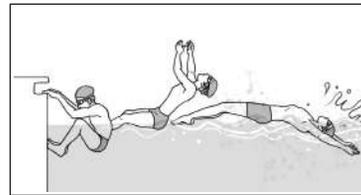
7. 태권도 중등부 경기에서 선수의 체중이 가장 가벼운 체급은?

- ① 핀급 ② 미들급 ③ 헤비급 ④ 라이트급

8. 육상 경기의 높이뛰기에 대한 설명으로 옳은 것은?

- ① 신호총 소리에 출발한다.
② 모뎀발로 발구르기를 한다.
③ 발구름판을 정확히 밟아야 한다.
④ 위로 뛰어올라 가로대를 넘는다.

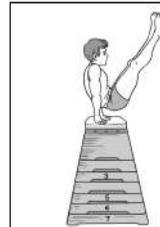
9. 다음 설명에 해당하는 수영 경기 영법은?



물속에서 출발하며 반듯이 누워 가슴이 위로 향한 채 헤엄치는 영법이다.

- ① 배영 ② 접영 ③ 평영 ④ 크롤

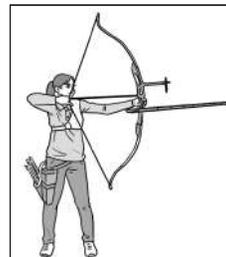
10. 다음 설명에 해당하는 뽀틀 운동 동작은?



도움닫기 후 한 발로 발구름하여 다리와 몸을 V자로 만들고 짙은 손을 밀면서 착지한다.

- ① 누워 뛰기 ② 손짚고 옆돌기
③ 다리 벌려 뛰기 ④ 고개 튀겨 돌기

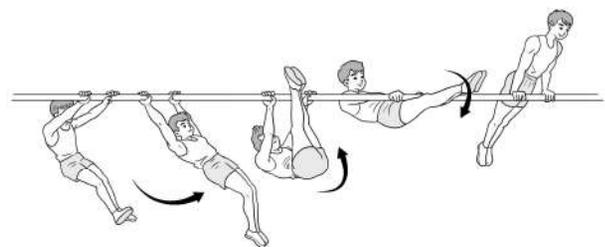
11. 다음 설명에 해당하는 종목은?



- 활로 화살을 쏘아 표적을 맞히는 표적 도전 활동이다.
- 노킹, 세트 업, 드로잉, 앵커링, 에이밍, 릴리스, 폴로 스루의 순서로 연속동작이 이루어진다.

- ① 다트 ② 사격 ③ 양궁 ④ 컬링

12. 그림과 같은 철봉 운동의 오르기 동작은?



- ① 차 오르기 ② 거꾸로 오르기
③ 흔들어 오르기 ④ 다리걸어 오르기

13. 그림의 장비를 사용하는 종목은?



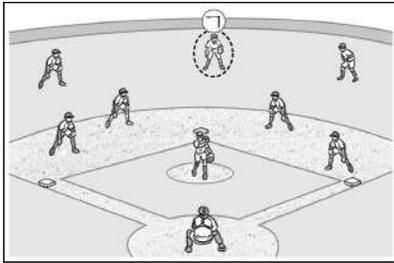
- ① 탁구 ② 테니스
③ 핸드볼 ④ 배드민턴

14. 다음의 용어들을 모두 사용하는 경기 종목은?

펜홀더 그립, 셰이크핸드 그립, 에지, 쇼트, 커트

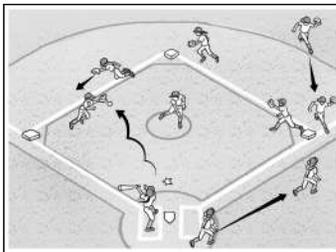
- ① 골프 ② 야구 ③ 탁구 ④ 핸드볼

15. 야구 경기에서 ⑦ 선수의 수비 포지션은?



- ① 우익수 ② 유격수
③ 중견수 ④ 좌익수

16. 다음 설명에 해당하는 야구 전술은?



- 공이 수비수 뒤로 빠지는 것을 대비하는 수비 방법이다.
- 다른 수비수가 이중으로 막는 전술이다.

- ① 더블 플레이 ② 백업 플레이
③ 중계 플레이 ④ 스퀴즈 플레이

17. 다음 설명에 해당하는 축구 킥의 종류는?



- 공과의 접촉 면적이 크고, 가장 정확하게 찰 수 있는 킥이다.
- 가까운 거리의 패스나 슈트에 사용한다.

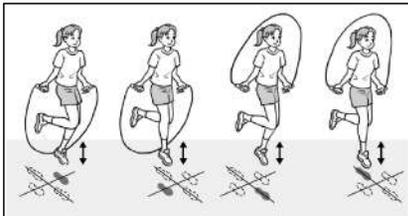
- ① 인스텝 킥 ② 인사이드 킥
③ 인프런트 킥 ④ 아웃프런트 킥

18. 다음 설명에 해당하는 운동 종목은?

반드시 자신의 코트에 한 번 바운드된 다음, 네트 너머 상대 코트에도 바운드되도록 서비스를 한다.

- ① 배구 ② 탁구 ③ 테니스 ④ 배드민턴

19. 다음 설명에 해당하는 음악 줄넘기 동작은?



좌우 2박 뛰기와 앞뒤 2박 뛰기를 혼합한 뛰기 방법이다.

- ① 2단 뛰기 ② 되돌리기
③ 십자 뛰기 ④ 발바퀴 뛰기

20. 다음 설명에 해당하는 빙상 경기는?



얼음판 위에서 스케이트를 신고 음악에 맞추어 다양한 동작으로 아름다움을 표현하는 운동이다.

- ① 쇼트트랙 ② 아이스하키
③ 피겨스케이팅 ④ 스피드스케이팅

21. 다음 설명에 해당하는 운동 경기는?



- 물속에서 음악에 맞추어 헤엄 치면서 표현의 아름다움을 겨루는 경기이다.
- 싱글, 듀엣, 단체 등의 종목이 있다.

- ① 수구 ② 스노클링
③ 스쿠버 다이빙 ④ 싱크로나이즈드 스위밍

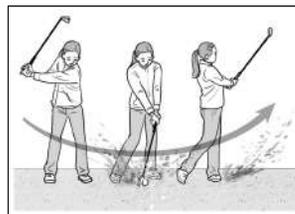
22. 다음 설명에 해당하는 우리나라의 전통 표현 활동은?



- 얼굴에 탈을 쓰고 추는 한국의 전통 가면무이다.
- 사회의 부조리나 권선징악을 해학적으로 표현한다.

- ① 승무 ② 탈춤 ③ 농악무 ④ 강강술래

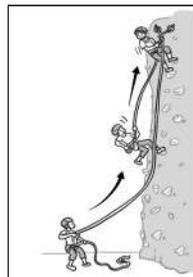
23. 다음 설명에 해당하는 골프 용어는?



- 모래에서 하는 까다롭고 어려운 샷이다.
- 어드레스를 할 때 클럽이 모래에 닿으면 안 된다.

- ① 퍼팅 ② 티 샷 ③ 드롭 샷 ④ 벙커 샷

24. 다음 설명에 해당하는 종목은?



- 인공 암벽을 손과 발을 이용해 올라가는 스포츠이다.
- 암벽화, 헬멧, 카라비너, 로프 등의 안전 장비를 갖추고 실시한다.

- ① 캠핑 ② 요가
③ 윈드서핑 ④ 스포츠 클라이밍

25. 겨울철 눈 위에서 즐기는 여가 스포츠는?

- ① 래프팅 ② 스노보드
③ 수상 스키 ④ 인라인 롤러