

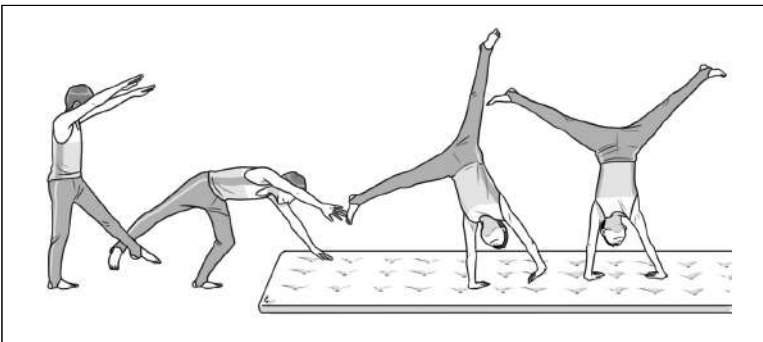
제 ③ 교시

체 육

1. 다음 중 비만 예방을 위한 생활 습관으로 가장 적절한 것은?

- ① 과식을 하지 않는다.
- ② 탄산음료를 자주 마신다.
- ③ 식사 후에 곧바로 눕는다.
- ④ 기름진 음식을 자주 먹는다.

2. 그림과 같이 동작을 할 때 매트에 가장 먼저 닿아야 할 신체 부위는?

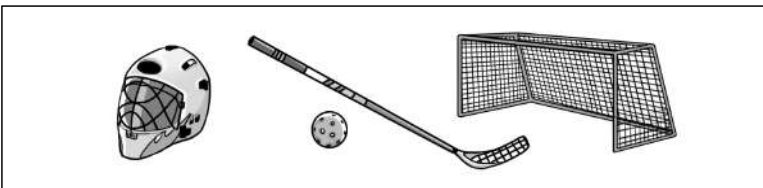


- ① 손 ② 머리 ③ 무릎 ④ 엉덩이

3. 다음 중 농구형 게임에서 사용되는 기술이 아닌 것은?

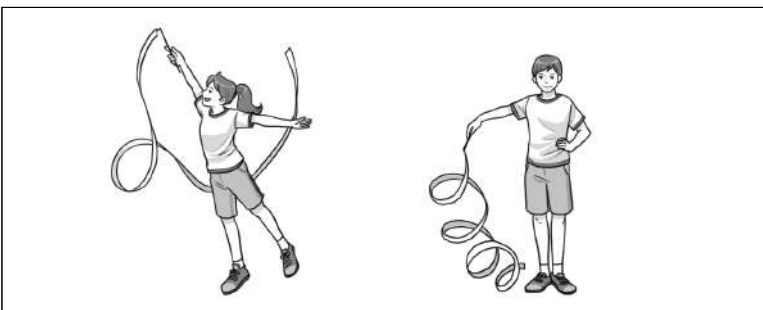
- ① 공 받기 ② 공 차기
- ③ 공 튀기기 ④ 공 던지기

4. 그림과 같은 장비를 사용하는 게임은?



- ① 농구형 게임 ② 배구형 게임
- ③ 축구형 게임 ④ 하키형 게임

5. 그림과 같은 리듬 표현을 할 때 사용하는 용구는?



- ① 공 ② 곤봉 ③ 리본 ④ 후프

6. 다음 설명에 해당하는 전통 놀이는?



- 작은 돌 다섯 개 또는 여러 개를 바닥에 놓고 즐기는 놀이이다.
- 일정한 규칙에 따라 손으로 집고 받는다.

- ① 공기놀이 ② 사방치기 ③ 연날리기 ④ 팽이치기

7. 다음 설명에 해당하는 체력 요소로 가장 알맞은 것은?

- 우리 몸의 관절을 부드럽고 자유롭게 움직일 수 있는 능력
- 스트레칭이나 요가 등의 운동으로 길러짐

- ① 민첩성 ② 순발력 ③ 유연성 ④ 평형성

8. 다음 중 체력을 기르기 위한 방법으로 적절하지 않은 것은?

- ① 실천 불가능한 운동 계획을 세운다.
- ② 목표 달성 및 계획 실천 여부를 점검한다.
- ③ 생활 속에서 체력 향상을 위해 꾸준히 노력한다.
- ④ 체력 수준을 알고 운동 계획을 수립하여 실천한다.

9. 그림과 같은 높이뛰기 방법에 대한 설명으로 적절하지 않은 것은?



- ① 속도를 높여 도움닫기를 한다.
- ② 가로대를 손으로 짚고 넘는다.
- ③ 가로대에 발이 걸리지 않게 넘는다.
- ④ 발바닥 전체로 강하게 발 구르기를 한다.

10. 다음 중 발야구 게임의 수비 전략이 아닌 것은?

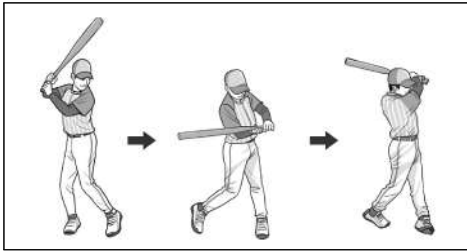
- ① 뜬공과 굴러오는 공을 정확하게 잡기
- ② 공격수의 특징을 알고 수비할 위치 정하기
- ③ 뜬공을 누가 받을 것인지 크게 외쳐 알려 주기
- ④ 공 차기와 달리기 능력을 고려하여 공 차는 순서 정하기

11. 다음 중 ㉠에 공통으로 들어가는 멀리뛰기 동작은?

상희: 멀리뛰기를 잘하기 위해서는 ㉠을/를 할 때 발바닥 전체로 힘차게 굴러야 해.
 준호: ㉠을/를 할 때 발이 구름판을 넘어서면 안 돼.

- ① 도움닫기 ② 발 구르기 ③ 공중 동작 ④ 착지

12. 그림에 해당하는 게임은?



- ① 농구형 게임
 ② 야구형 게임
 ③ 축구형 게임
 ④ 핸드볼형 게임

13. 다음 설명에 해당하는 민속 무용은?



- 정월 대보름이나 추석과 같은 명절에 추는 춤이다.
- 여러 사람이 함께 손을 잡고 원을 돌면서 춤을 춘다.

- ① 탈춤 ② 강강술래
 ③ 티니클링 ④ 구스타프스 스킨

14. 다음 중 안전하게 운동하기 위해 지켜야 할 사항이 아닌 것은?

- ① 부상이 있어도 참고 운동한다.
 ② 자신의 수준에 맞는 강도로 운동한다.
 ③ 운동 전과 후에 준비운동과 정리운동을 한다.
 ④ 운동 종목에 맞는 복장과 보호 장비를 착용한다.

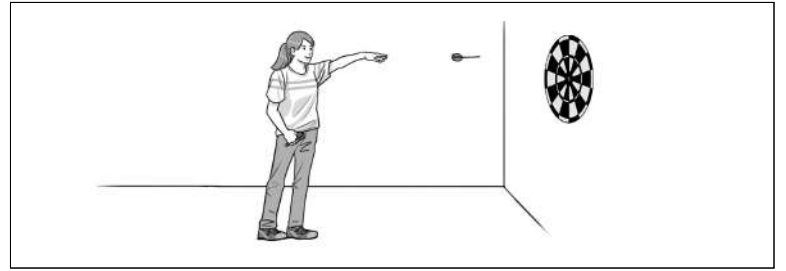
15. 다음 중 생활 주변에서 체험하는 여가 활동과 시설이 바르게 연결되지 않은 것은?

- ① 배구 - 배구장 ② 농구 - 농구장
 ③ 축구 - 축구장 ④ 래프팅 - 배드민턴장

16. 다음 중 태권도 공격 기술에 해당하는 것은?

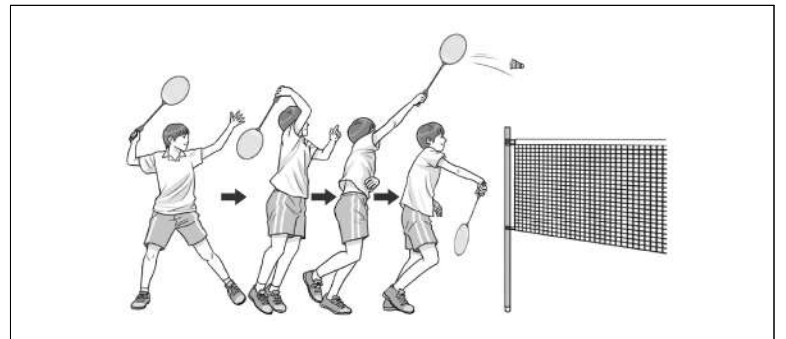


17. 그림에 해당하는 게임의 설명으로 적절한 것은?



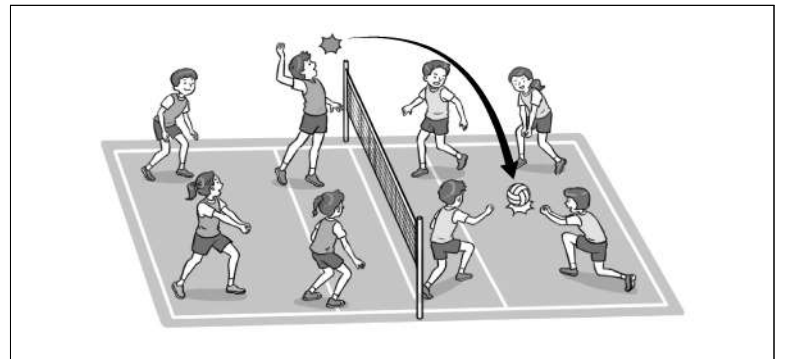
- ① 골대 안에 공을 넣어 승부를 겨룬다.
 ② 공으로 상대방을 맞춰 승부를 겨룬다.
 ③ 표적을 정확하게 맞춰 승부를 겨룬다.
 ④ 목표물을 공으로 쓰러뜨려서 승부를 겨룬다.

18. 그림에 해당하는 게임은?



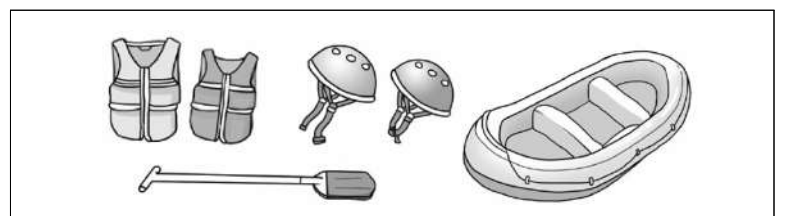
- ① 농구형 게임 ② 배구형 게임
 ③ 야구형 게임 ④ 배드민턴형 게임

19. 그림에 해당하는 게임의 설명으로 적절한 것은?



- ① 배트로 공을 친다.
 ② 표적을 쓰러뜨린다.
 ③ 네트 위로 공을 넘긴다.
 ④ 상대방의 골대에 공을 넣는다.

20. 그림과 같은 장비를 사용하는 여가 활동은?



- ① 등산 ② 수영 ③ 스키 ④ 래프팅