

제 6 교시

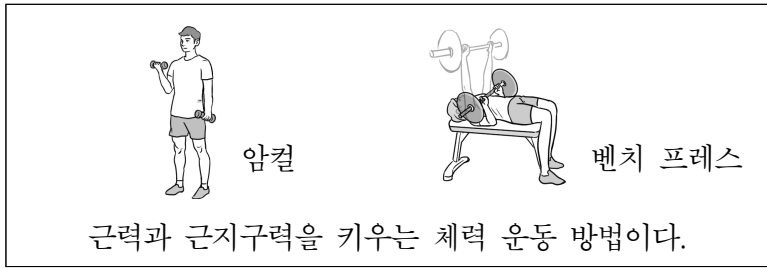
체 육

1. 다음 설명에 해당하는 체력 요소는?

- 순간적으로 큰 힘을 발휘할 수 있는 능력을 말한다.
- 50m 달리기, 제자리멀리뛰기 등으로 측정한다.

- ① 순발력 ② 유연성 ③ 협응성 ④ 심폐 지구력

2. 다음 설명에 해당하는 트레이닝 방법은?



- ① 웨이트 ② 유산소
- ③ 인터벌 ④ 스트레칭

3. 다음 중 약물의 사용 및 실천 방법으로 가장 적절한 것은?

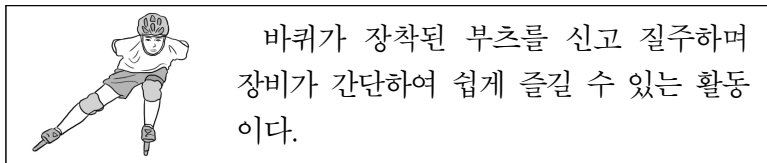
- ① 부작용이 발생해도 계속 복용한다.
- ② 제조 일자과 유효 기간을 확인하지 않는다.
- ③ 다른 사람이 처방받은 약물을 함께 복용한다.
- ④ 인체에 유해한 약물을 권할 때 단호히 거부한다.

4. 다음 설명에 해당하는 운동 손상은?

- 긁히거나 넘어져서 피부가 벗겨지는 상처이다.
- 다친 부위에 피부가 손상되어 통증과 함께 출혈이 생긴다.

- ① 골절 ② 탈구 ③ 찰과상 ④ 근육 경련

5. 다음 설명에 해당하는 여가 활동은?



- ① 스키 ② 자전거 타기
- ③ 스포츠 클라이밍 ④ 인라인 스케이팅

6. 다음 중 야외 스포츠 활동 시 안전사고를 예방하기 위한 행동으로 가장 적절한 것은?

- ① 준비 운동을 생략한다.
- ② 위험한 장소에서 활동한다.
- ③ 안전 장비를 착용하지 않는다.
- ④ 활동에 적합한 복장을 착용한다.

7. 다음 육상 종목 중 단체 종목은?

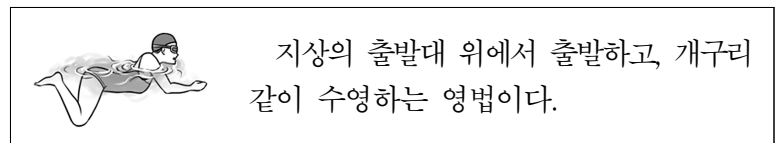
- ① 창던지기 ② 원반던지기 ③ 이어달리기 ④ 포환던지기

8. 다음 설명에 해당하는 육상 종목은?



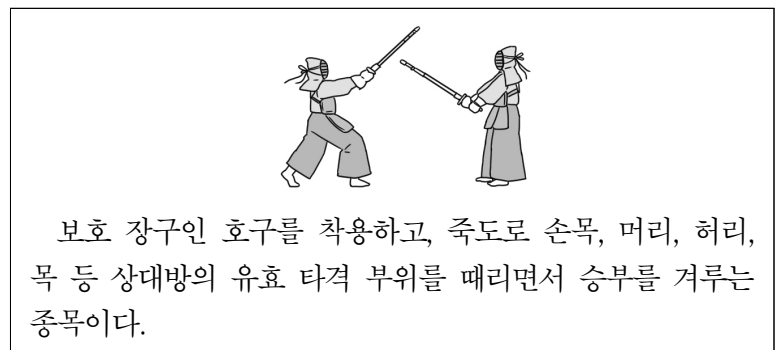
- ① 높이뛰기 ② 멀리뛰기
- ③ 세단뛰기 ④ 장애물 달리기

9. 다음 설명에 해당하는 수영 영법은?



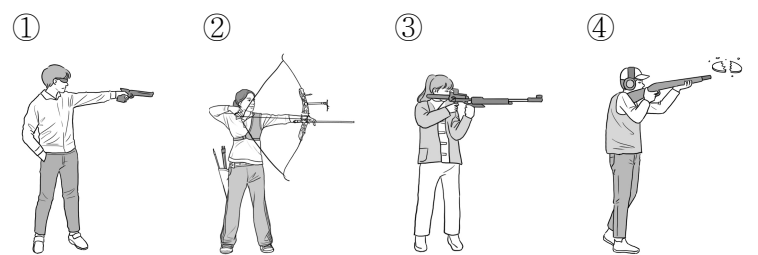
- ① 배영 ② 접영 ③ 크롤 ④ 평영

10. 다음 설명에 해당하는 종목은?



- ① 검도 ② 유도 ③ 펜싱 ④ 레슬링

11. 다음 중 사격 종목에 해당하지 않는 것은?



12. 다음 중 태권도에서 사용하는 용어로 바르게 묶인 것은?

- ① 격파, 품새
- ② 격파, 들배지기
- ③ 품새, 오금 당기기
- ④ 잡채기, 안다리 걸기

13. 다음 그림과 같은 종목에서 사용하는 용구는?



- ① 배턴
- ② 배트
- ③ 살바
- ④ 스파이크

14. 다음 중 양궁 경기에서 한 발 당 최고 점수는?

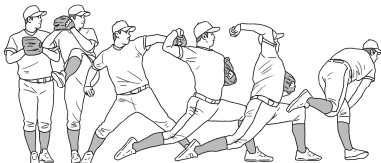
- ① 5점 ② 10점 ③ 15점 ④ 20점

15. 다음 용어들을 모두 사용하는 종목은?

파, 그린, 버디, 이글, 아이언, 홀인원, 드라이버

- ① 골프 ② 배구 ③ 탁구 ④ 소프트볼

16. 다음에서 설명하는 야구의 포지션은?



내야의 중앙에 위치하며, 타자를 상대하기 위해 포수에게 공을 던지는 선수이다.

- ① 투수 ② 2루수 ③ 유격수 ④ 중견수

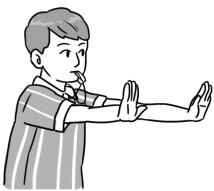
17. 다음에서 설명하는 축구 기술은?



상대 선수가 가지고 있는 공을 빼앗는 기술이다.

- ① 골킥 ② 태클 ③ 스톨인 ④ 코너킥

18. 다음 그림과 같은 농구 심판 수신호의 의미는?



상대 선수를 밀었을 경우

- ① 차징
- ② 푸싱
- ③ 블로킹
- ④ 트래블링

19. 다음 설명에 해당하는 배드민턴의 반칙은?

서틀콕을 연속적으로 두 번 이상 쳤을 경우

- ① 풋 폴트 ② 오버 네트
- ③ 더블 콘택트 ④ 라인 크로스

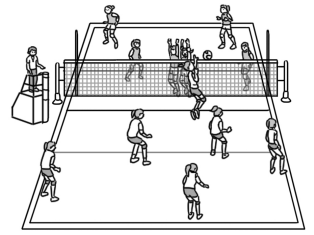
20. 다음 대화 내용에서 말하고 있는 종목은?



네트를 사이에 두고 손으로 공을 쳐서 상대 코트로 넘겨 득점을 겨루는 스포츠야.



공격 전술에는 시간차 공격, 오픈 공격, 속공 등이 있어.

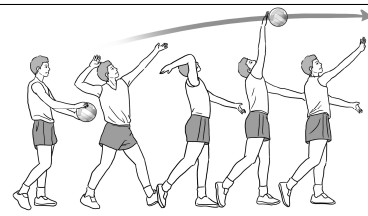


- ① 넷볼 ② 배구 ③ 티볼 ④ 풋살

21. 다음 중 네트형 경쟁 스포츠가 아닌 것은?

- ① 족구 ② 탁구 ③ 테니스 ④ 핸드볼

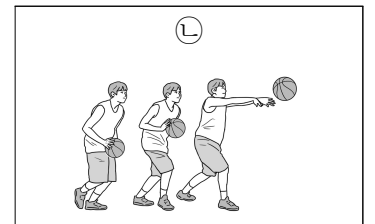
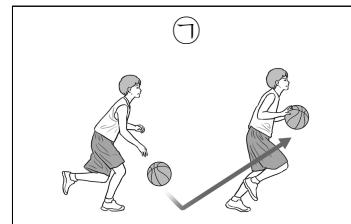
22. 다음에서 설명하는 배구 기술은?



경기를 시작할 때 상대편 코트에 공을 보내는 기술이다.

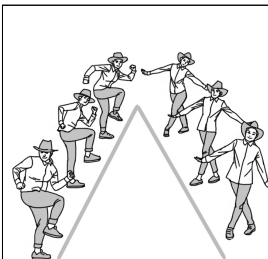
- ① 리시브 ② 블로킹 ③ 서비스 ④ 세트업

23. 다음 그림의 농구 기술이 바르게 연결된 것은?



- ① ㉠ ㉡ ② 피벗 드리블
- ③ 피벗 리바운드 ④ 드리블 패스

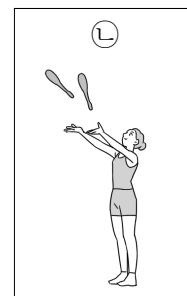
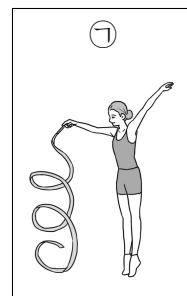
24. 다음 설명에 해당하는 표현 활동은?



○ 여러 사람이 하나 이상의 줄을 이루어 함께 추는 춤이다.
○ 미국의 서부 개척 시대에 여러 명이 줄을 맞추어 같은 동작으로 방향을 전환하면서 추던 춤에서 유래되었다.

- ① 탈춤 ② 강강술래 ③ 라인 댄스 ④ 파소도블레

25. 다음 그림의 ㉠과 ㉡에 해당하는 리듬 체조 종목은?



- ① ㉠ ㉡
- ① 공 후프
- ② 리본 곤봉
- ③ 리본 후프
- ④ 후프 곤봉