

제 ⑥ 교시

체 육

1. 다음 설명에 해당하는 것은?

- 담배를 피울 때 나오는 유해 성분이다.
- 뇌에 작용하여 중독을 일으키는 원인이 된다.
- 신경계를 흥분시켜 일시적인 기분 전환 효과를 느끼게 한다.

- ① 물 ② 니코틴 ③ 비타민 ④ 알코올

2. 다음 설명에 해당하는 것은?

- 근육을 구성하는 주요 영양소이다.
- 육류나 생선, 달걀 등에 주로 들어 있다.

- ① 탄산 ② 단백질 ③ 카페인 ④ 이산화탄소

3. 다음 설명에 해당하는 운동 체력 요소는?



신체 자세와 움직임을 균형 있고 안정 되게 할 수 있는 능력이다.

- ① 민첩성 ② 순발력 ③ 평형성 ④ 협응성

4. 다음 설명에 해당하는 운동 처방의 원리는?

〈운동 중〉

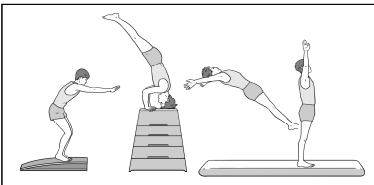
운동 효과를 얻기 위해 꾸준히 운동해야지.

〈운동 후〉

매일 매일 잘하고 있어!

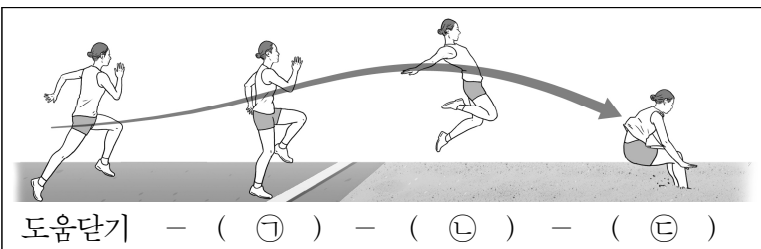
- ① 과부하의 원리 ② 반복성의 원리
③ 전면성의 원리 ④ 특수성의 원리

5. 그림에 해당하는 뽀틀 운동 동작은?



- ① 다리 모아 뛰기
② 다리 벌려 뛰기
③ 머리 대고 돌기
④ 무릎 펴 다리 모아 뛰기

6. 그림에서 ㉠~㉢에 해당하는 멀리뛰기 동작은?



- | | | |
|---------|-------|-------|
| ㉠ | ㉡ | ㉢ |
| ① 착지 | 발구르기 | 공중 동작 |
| ② 공중 동작 | 착지 | 발구르기 |
| ③ 발구르기 | 착지 | 공중 동작 |
| ④ 발구르기 | 공중 동작 | 착지 |

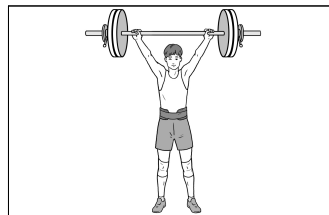
7. 육상 트랙 경기 종목을 <보기>에서 고른 것은?

<보기>

㉠. 100 m	㉢. 200 m
㉡. 높이뛰기	㉣. 원반던지기

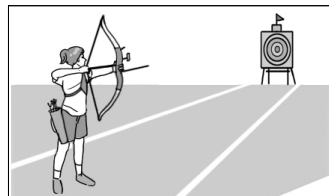
- ① ㉠, ㉢ ② ㉠, ㉡ ③ ㉢, ㉣ ④ ㉡, ㉣

8. 그림에 해당하는 경기 종목은?



- ① 검도
② 역도
③ 유도
④ 하키

9. 다음 설명에 해당하는 경기 종목은?



일정한 거리에 놓인 표적에 활로 화살을 발사하여 얻은 점수로 승부를 겨루는 기록 도전 활동이다.

- ① 권총 ② 다트 ③ 양궁 ④ 풋살

10. 씨름의 기술에 해당하지 않는 것은?

- ① 앞 차기 ② 들배지기
③ 발다리 걸기 ④ 오금 당기기

11. 다음 설명에서 ㉠에 해당하는 경기 종목은?

(㉠)은/는 기술 체계에 따라 기본 품새, 겨루기, 격파로 나뉘며 우리나라 국기로 인정된다.

- ① 복싱 ② 펜싱 ③ 레슬링 ④ 태권도

12. 다음 설명에 해당하는 수영 경기 영법은?



- 수면에 엎드려 다리로 물을 번갈아 차고, 양팔을 교차하여 물을 당겨 나아간다.
- 개인 혼영 중 마지막 영법으로 많이 사용한다.

- ① 접영 ② 배영 ③ 평영 ④ 크롤

13. 다음 설명에서 ㉠, ㉡에 해당하는 농구 전술은?



상대의 공격과 수비 전환이 느리니, ㉠ 상대가 완전한 수비 형태를 갖추지 못하고 있을 때 재빨리 공격해 보자. 그리고 ㉡ 상대 선수를 일대일로 책임지고 수비해 보자.

- | | | | |
|-------|-------|-------|-------|
| ㉠ | ㉡ | ㉠ | ㉡ |
| ① 속공법 | 대인 방어 | ② 속공법 | 지역 방어 |
| ③ 지공법 | 대인 방어 | ④ 지공법 | 지역 방어 |

14. 농구의 바이올레이션을 <보기>에서 고른 것은?

<div> <div><보기></div> <div> <div>ㄱ. 피벗</div> <div>ㄴ. 리바운드</div> <div>ㄷ. 트래블링</div> <div>ㄹ. 더블 드리블</div> </div> </div>	
---	--

- ① ㄱ, ㄴ ② ㄱ, ㄹ ③ ㄴ, ㄷ ④ ㄷ, ㄹ

15. 다음 중 (가)와 (나)의 연결이 옳은 것은?

	<p>축구에서 (가) 공을 차는 발의 부위에 따라 (나) 킥의 종류 및 특징이 구분된다.</p>
--	---

(가)

(나)

- ① A 아웃프런트 킥으로 공의 방향을 상대방이 파악하기 어렵게 할 때 사용한다.
 ② B 힐 킥으로 장거리 패스나 슛을 할 때 사용한다.
 ③ C 인스텝 킥으로 강력한 슛을 할 때 주로 사용한다.
 ④ D 인사이드 킥으로 정확한 패스나 슛을 할 때 사용한다.

16. 다음 설명에 해당하는 축구 경기의 심판 판정은?

	<ul style="list-style-type: none"> ○ 직접 골로 연결할 수 없다. ○ 오프사이드를 범한 경우 또는 공과 상관 없이 상대 선수의 진행을 방해한 경우에 선언된다.
--	--

- ① 골킥 ② 코너킥
 ③ 페널티킥 ④ 간접 프리킥

17. 다음 대화에서 ㉠에 해당하는 배구 포지션의 명칭은?

저기 같은 팀 선수 중에 다른 색의 유니폼을 입은 선수는 누구야?

수비 전문 선수인데, 그 선수의 포지션은 (㉠)라고 해.

① 세터 ② 라이트 ③ 리베로 ④ 레프트

18. 다음 기술을 사용하는 경기 종목은?

<div> <div>하이클리어, 헤어핀, 드롭, 스매시, 드라이브, 푸시</div> </div>

- ① 볼링 ② 배드민턴
 ③ 세팍타크로 ④ 인라인 스케이팅

19. 다음 대화에서 ㉠에 들어갈 탁구 규칙은?

A 선수가 10대 10 상황에서 먼저 득점을 했는데 세트가 왜 안 끝났어?

이럴 땐 (㉠) 규칙이 적용되어 한쪽이 2점을 앞서야 해당 세트가 끝나는 거야.

① 듀스 ② 레트 ③ 폴트 ④ 축진 물

[20~21] 스포츠 신문을 읽고 물음에 답하시오.

□ □ 스포츠 신문

○○○ 선수 삼진 9개, 2 피안타 완봉승

2024년 △월 △일 잠실구장에서 열린 ㉠ 야구 경기에서 ㉡ ○○○ 선수는 9회까지 삼진 9개, 2 피안타, 무실점 호투로 팀을 5:0 승리로 이끌었다.

20. ㉠ 종목에 대한 설명으로 옳지 않은 것은?

- ① 필드형 경쟁 스포츠이다.
 ② 외야 포지션에는 좌익수, 중견수, 우익수가 있다.
 ③ 한 회에 두 명이 아웃된 경우 공격과 수비를 교체한다.
 ④ 한 타석에서 네 번 볼 판정을 받은 경우 타자는 1루로 진루한다.

21. ㉡ 선수의 포지션은?

- ① 투수 ② 포수 ③ 3루수 ④ 유격수

22. 다음 설명에 해당하지 않는 활동은?

스포츠 표현 활동이란 신체의 움직임을 통해 아름다움을 표현하는 스포츠 활동이다.

①

②

③

④

테니스
 치어리딩
 음악 줄넘기
 피겨 스케이팅

23. 리듬 체조에서 사용하는 용구의 종류가 아닌 것은?

- ① 곤봉 ② 라켓 ③ 리본 ④ 후프

24. 다음 설명에서 ㉠, ㉡에 들어갈 내용으로 알맞은 것은?

명칭	응급 처치 방법
㉠	주로 골절이 발생했을 때 손상 부위를 막대 등으로 고정시키는 방법이다.
㉡	출혈이 있을 경우 직접 압박, 간접 압박 등의 방법으로 상해 부위의 출혈을 멈추게 한다.

- ㉠ ㉡ ㉠ ㉡
 ① 부목법 지혈법 ② 부목법 온찜질
 ③ 지혈법 부목법 ④ 지혈법 얼음찜질

25. 다음 설명에 해당하는 응급 처치 장비는?

- 심장 박동을 정상화하기 위해 전기 충격을 가하는 의료 장비이다.
- 정상적인 호흡이 없는 심정지 환자 에게 사용한다.

① 부목 ② 봉대
 ③ 지혈대 ④ 자동 심장 충격기