

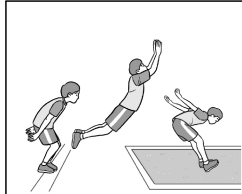
제 6 교시

체 육

1. 다음 중 흡연으로 인한 피해에 해당하는 것은?

- ① 면역력 증가                      ② 폐 질환 유발  
③ 호흡 기능 향상                  ④ 심장 기능 향상

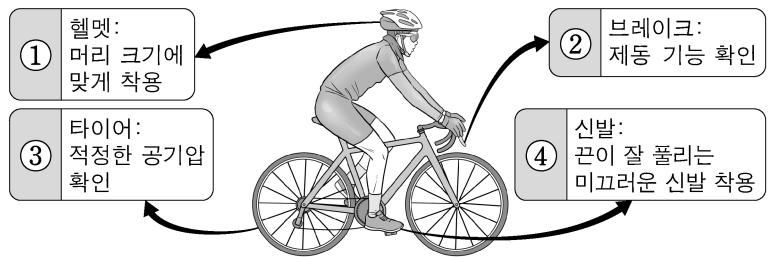
2. 다음 설명에 해당하는 것은?



○ 순발력을 측정하는 학생 건강 체력 평가 종목이다.  
○ 구름판에서 착지 지점까지의 최단 거리를 측정한다.

- ① 악력 검사                          ② 왕복 오래달리기  
③ 제자리멀리뛰기                  ④ 종합 유연성 검사

3. 다음 중 자전거를 안전하게 타기 위한 준비 사항으로 옳지 않은 것은?



① 헬멧: 머리 크기에 맞게 착용      ② 브레이크: 제동 기능 확인  
③ 타이어: 적절한 공기압 확인      ④ 신발: 끈이 잘 풀리는 미끄러운 신발 착용

4. 다음 중 상체 근력 및 근지구력을 키우기 위한 운동으로 가장 적절한 것은?

- ① 걷기                                  ② 스트레칭  
③ 오래 달리기                      ④ 팔굽혀 펴기

5. 다음 설명에 해당하는 것은?

○ 건강 체력 요소 중 하나로 신체 관절을 자유롭게 움직이는 능력이다.  
○ 앉아 뒷몸 앞으로 굽히기로 측정할 수 있다.

① 근력              ② 순발력              ③ 유연성              ④ 근지구력

6. 다음 중 물놀이 안전사고 예방법으로 가장 적절한 것은?

- ① 수영하기 전 준비 운동을 한다.  
② 자신의 수영 실력을 믿고 깊은 곳에서 수영한다.  
③ 수심을 알 수 없는 계곡에서 과감한 다이빙을 한다.  
④ 안전 요원이 없는 물놀이 금지 구역에서 수영을 즐긴다.

7. 다음 중 공인구 크기가 가장 작은 것은?

- ① 야구공              ② 배구공              ③ 축구공              ④ 농구공

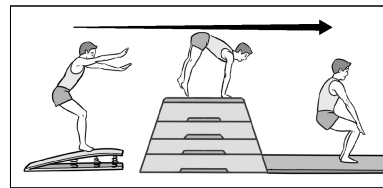
8. 다음 중 야구와 가장 유사한 뉴 스포츠는?

①                      ②                      ③                      ④



사격                      티볼                      테니스                      핸드볼

9. 다음 설명에 해당하는 뒹틀 동작은?



발구름판을 굴러 뛰어올라 손을 짚은 후 다리를 벌렸다가 모으면서 착지하는 동작이다.

- ① 누워 뛰기                          ② 다리 벌려 뛰기  
③ 손짚고 옆돌기                  ④ 머리 대고 돌기

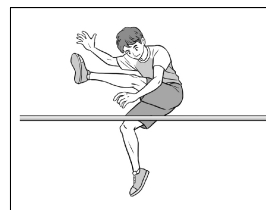
10. 다음 중 육상 필드 경기 종목이 아닌 것은?

①                      ②                      ③                      ④



멀리뛰기                      장애물 달리기                      장대높이뛰기                      포환던지기

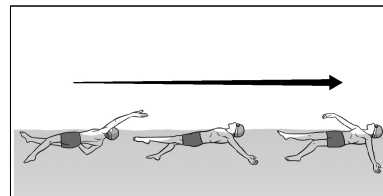
11. 다음 설명에 해당하는 것은?



○ 높이뛰기 공중 동작 중 하나이다.  
○ 두 다리를 가위처럼 움직여 가로대를 넘는다.

- ① 가위뛰기                          ② 배면 뛰기  
③ 세단뛰기                          ④ 앞드려 뛰기

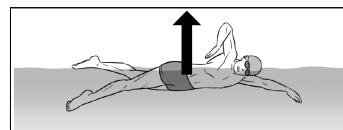
12. 다음 설명에 해당하는 것은?



○ 누운 자세로 팔을 뒤로 번갈아 짓는다.  
○ 혼계영 경기의 첫 번째 영법이다.

① 접영                      ② 배영                      ③ 평영                      ④ 크롤

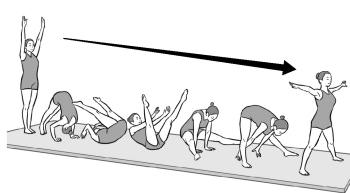
13. 다음 설명에 해당하는 것은?



물속에서 몸을 밀어 올려 뜰 수 있게 해 주는 힘이다.

① 중력                      ② 부력                      ③ 추진력                      ④ 저항력

14. 다음 설명에 해당하는 것은?



- 마루 운동의 구르기 동작 중 하나이다.
- 앞으로 구르면서 무릎을 편 채 두 다리를 벌리고 손을 짚으며 일어선다.

- ① 뒤 구르기                      ② 물구나무 서기  
③ 다리 벌려 앞 구르기        ④ 몸 굽혀 앞 공중 돌기

15. 다음 학생의 일기에서 ㉠에 들어갈 말로 가장 적절한 것은?

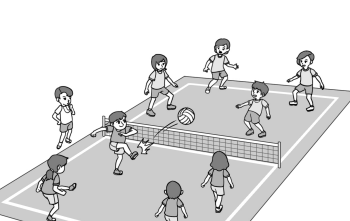
제목: 재미있는 검도 수업

2024년 ○월 □□일 ☀

오늘 스포츠클럽 활동 시간에 검도를 배웠다. 검도는 ( ㉠ )을/를 이용하여 상대를 가격하며 승부를 겨루는 투기 스포츠이다. ( ㉠ )을/를 잡고 손목, 머리, 허리, 목 등을 타격하면서 스트레스를 날리고 검도의 매력을 느낄 수 있었다.

- ① 라켓                      ② 살바                      ③ 죽도                      ④ 글러브

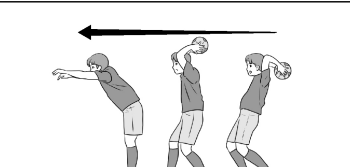
16. 다음 설명에 해당하는 것은?



- 네트를 사이에 두고 주로 발과 머리를 사용하여 공을 넘기는 경기이다.
- 바운드를 허용하며, 공을 3회 이내로 터치하여 상대방 코트로 넘겨야 한다.

- ① 농구                      ② 야구                      ③ 족구                      ④ 축구


17. 다음 설명에 해당하는 것은?



- 축구 경기 중 공이 터치라인 밖으로 나갔을 때 실시한다.
- 양손으로 공을 그라운드 안으로 던진다.

- ① 스로인                      ② 코너킥                      ③ 프리 킥                      ④ 페널티 킥

18. 다음 설명에 해당하는 것은?



- 투기 도전 활동이다.
- 발로 차거나 걸어서 상대방을 쓰러뜨려 승부를 낸다.


- ① 복싱                      ② 양궁                      ③ 택견                      ④ 펜싱

19. 다음 설명에 해당하는 것은?

- 상대 팀과 자기 팀을 존중하며 정정당당하게 경기에 임하는 태도
- 경기 규칙을 준수하고, 상대 팀과 선의의 경쟁을 하며, 결과에 승복하는 태도

- ① 경고                      ② 반칙                      ③ 퇴장                      ④ 페어플레이

20. 다음 설명에 해당하는 것은?



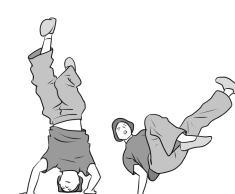
- 네트를 사이에 두고 라켓으로 공을 넘겨 득점하는 스포츠이다.
- 서비스, 레트, 커트, 쇼트 등의 용어가 사용된다.

- ① 탁구                      ② 사이클                      ③ 클라이밍                      ④ 아이스하키

21. 그림에서 스포츠 종목과 용구를 옳게 짝지은 것은?

	①	②	③	④
종목	스키	배드민턴	스피드 스케이팅	야구
용구				

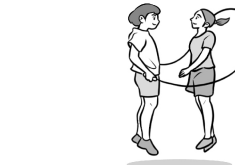
22. 다음 설명에 해당하는 것은?



- ‘엉덩이를 흔들다’라는 말에서 유래한 표현 활동이다.
- 미국 뉴욕의 흑인들로부터 전파된 역동적인 안무로 구성된다.

- ① 발레                      ② 리듬 체조                      ③ 치어리딩                      ④ 힙합 댄스


23. 다음 설명에 해당하는 짝 줄넘기 동작은?



마주 보고 서서 한 사람이 돌리는 줄에 맞추어 동시에 줄넘기를 한다.

- ① 양발 모아 뛰기  
② 가위바위보 뛰기  
③ 앞뒤 흔들어 뛰기  
④ 마주 보고 뛰기

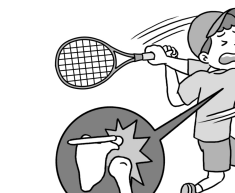
24. 다음 설명에 해당하는 것은?



- 기록 도전 활동이다.
- 12개의 컵을 빠르고 정확하게 쌓고 정리하는 속도를 겨룬다.

- ① 골프                      ② 볼링  
③ 비치발리볼                      ④ 스포츠 스택킹

25. 다음 설명에 해당하는 것은?



- 외부의 힘이나 충격에 의해 관절에서 뼈가 빠지는 현상

- ① 탈구                      ② 화상                      ③ 찰과상                      ④ 타박상