

제 7 교시

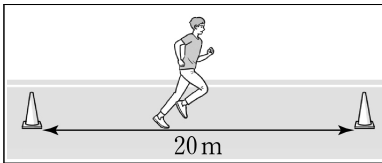
체 육

1. 씨름 경기에서 사용하는 용어를 <보기>에서 고른 것은?

<보기>  
 가. 살바    나. 투수    다. 홈런    리. 들배지기



- ① 가, 나    ② 가, 리    ③ 나, 다    ④ 다, 리

2. 다음 설명에 해당하는 체력 측정 종목은?

 ○ 심폐 지구력을 측정한다.  
 ○ 신호음에 맞추어 20m를 반복하여 달린다.

- ① 악력    ② 팔 굽혀 펴기  
 ③ 왕복 오래달리기    ④ 앉아 윗몸 앞으로 굽히기

3. 다음 대화에 해당하는 태권도 경기 종목은?

 손과 발 기술을 이용해 자신을 방어하고 상대방을 공격하는 경기야.  
 상대의 머리 또는 몸통을 공격해 득점할 수 있어.

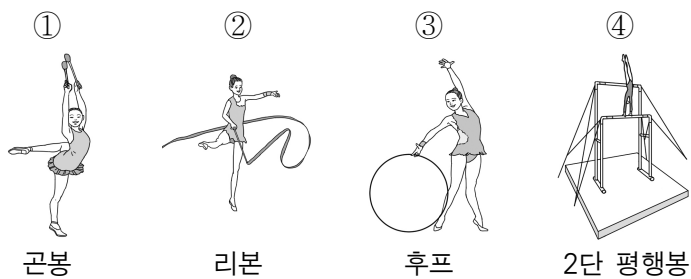
- ① 격파    ② 낙법    ③ 품새    ④ 겨루기

4. 다음 설명에서 ㉠, ㉡에 들어갈 내용으로 알맞은 것은?

( ㉠ )은 고대 인도에서부터 전해 오는 심신 단련법의 하나로, 숨을 들이쉴 때 배가 나오고 내쉴 때 배가 들어가는 ( ㉡ ) 호흡을 사용한다.

- |      |    |      |    |
|------|----|------|----|
| ㉠    | ㉡  | ㉠    | ㉡  |
| ① 삼바 | 복식 | ② 삼바 | 흉식 |
| ③ 요가 | 복식 | ④ 요가 | 흉식 |

5. 다음 중 리듬 체조 종목이 아닌 것은?



6. 다음 설명에 해당하는 심리 조절 방법은?

○ 자신만의 고유한 동작이나 절차를 의미한다.  
 ○ 운동 수행 시 불안과 긴장을 해소하고 집중력을 높일 수 있다.

- ① 루틴    ② 리더십  
 ③ 스포츠맨십    ④ 페어플레이

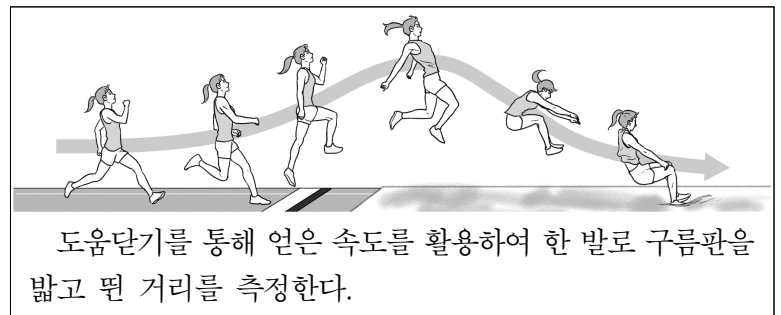
7. 다음 중 우리나라 민속 무용에 해당하는 것은?



8. 다음 중 경쟁 스포츠의 유형과 종목이 바르게 연결된 것은?



유형	종목	유형	종목
① 네트형	배구	② 네트형	야구
③ 영역형	축구	④ 영역형	탁구

9. 다음 설명에 해당하는 육상 경기 종목은?



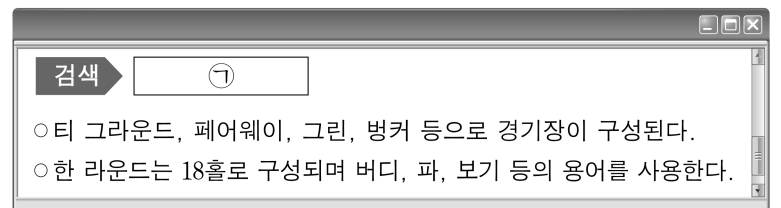
- ① 높이뛰기    ② 멀리뛰기    ③ 창던지기    ④ 원반던지기

10. 다음 대화에서 ㉠에 해당하는 점수는?

 오늘 탁구 경기 어떻게 되었니?  
 마지막 세트 10:10 듀스에서 연속 ( ㉠ )을 득점해서 승리했어요.

- ① 2점    ② 4점    ③ 6점    ④ 8점

11. 다음 설명에서 ㉠에 해당하는 경기 종목은?



- ① 골프    ② 볼링    ③ 스키    ④ 양궁

12. 다음 설명에 해당하는 배구 기술은?

○ 경기의 시작이자 공격의 첫 단계이다.  
 ○ 엔드 라인 뒤쪽에서 상대 팀 코트로 공을 보낸다.

- ① 디그    ② 블로킹    ③ 서비스    ④ 페인트

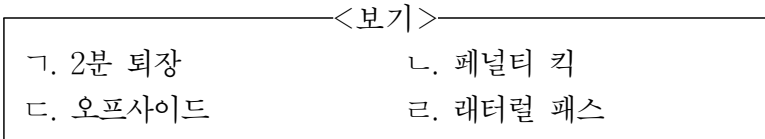
13. 다음 설명에 해당하는 농구 기술은?



림을 잡으며 공을 강하게 내리꽂는 공격 기술이다.

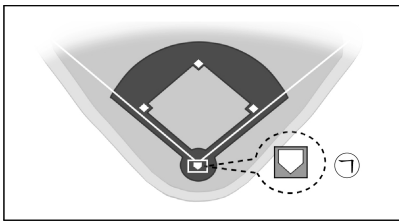
- ① 피벗      ② 덩크 샷      ③ 리바운드      ④ 어시스트

14. 축구 경기에서 사용하는 용어를 <보기>에서 고른 것은?



- ① ㄱ, ㄴ      ② ㄱ, ㄹ      ③ ㄴ, ㄷ      ④ ㄷ, ㄹ

15. 그림에서 ㉠에 해당하는 야구 용어는?



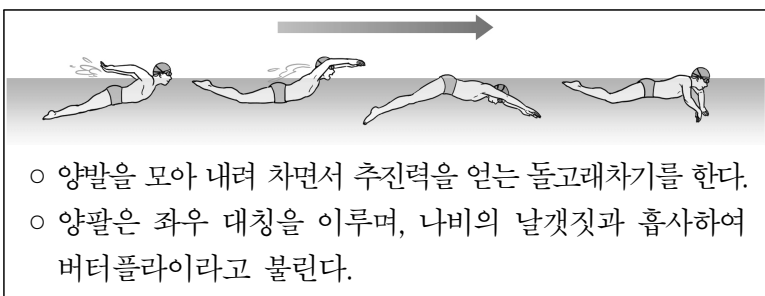
- ① 1루 베이스  
② 2루 베이스  
③ 3루 베이스  
④ 홈 플레이트

16. 다음 설명에 해당하는 운동 손상은?

증상	긁히거나 넘어져 피부 표피가 손상되어 출혈이 발생함.
처치	상처 부위를 깨끗한 물로 씻고 소독하거나 지혈함.

- ① 골절      ② 염좌      ③ 찰과상      ④ 근육 경련

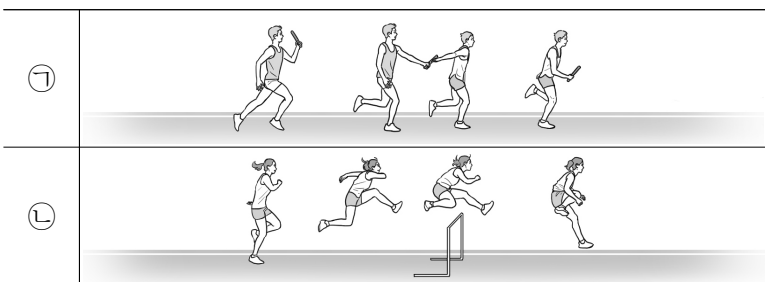
17. 다음 설명에 해당하는 수영 경기의 영법은?



- 양발을 모아 내려 차면서 추진력을 얻는 돌고래차기를 한다.
- 양팔은 좌우 대칭을 이루며, 나비의 날갯짓과 흡사하여 버터플라이라고 불린다.

- ① 배영      ② 접영      ③ 크롤      ④ 평영

18. 그림에서 ㉠, ㉡에 해당하는 육상 경기 종목은?

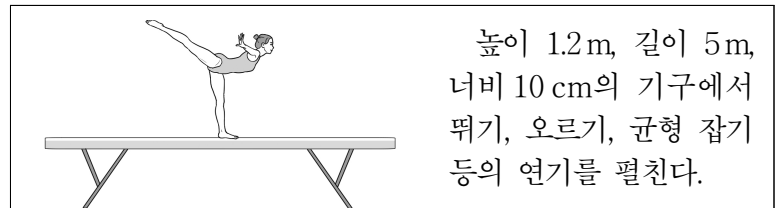


- |           |         |
|-----------|---------|
| ㉠         | ㉡       |
| ① 이어달리기   | 포환던지기   |
| ② 이어달리기   | 장애물 달리기 |
| ③ 장애물 달리기 | 이어달리기   |
| ④ 장애물 달리기 | 포환던지기   |

19. 다음 중 트라이애슬론(철인 3종 경기) 종목에 해당하지 않는 것은?



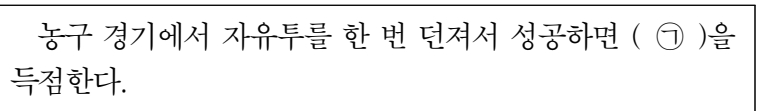
20. 다음 설명에 해당하는 기계 체조 종목은?



높이 1.2m, 길이 5m, 너비 10cm의 기구에서 뛰기, 오르기, 균형 잡기 등의 연기를 펼친다.

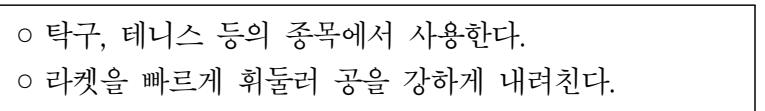
- ① 링      ② 도마      ③ 철봉      ④ 평균대

21. 다음 설명에서 ㉠에 해당하는 점수는?



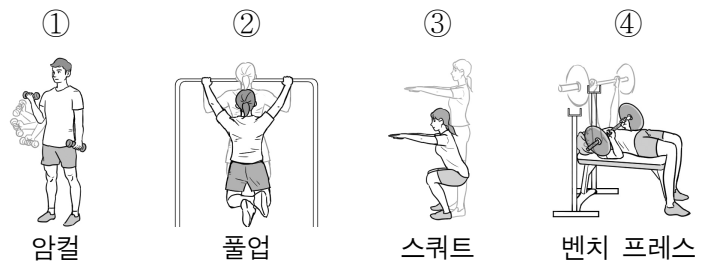
- ① 1점      ② 2점      ③ 3점      ④ 4점

22. 다음 설명에 해당하는 공격 기술은?

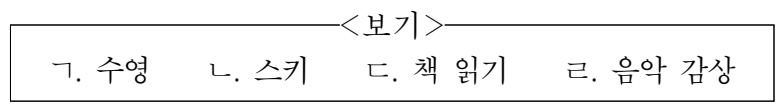


- ① 쇼트      ② 커트      ③ 스매시      ④ 헤어핀

23. 다음 중 하체 근력 강화를 위한 운동 방법으로 가장 적절한 것은?

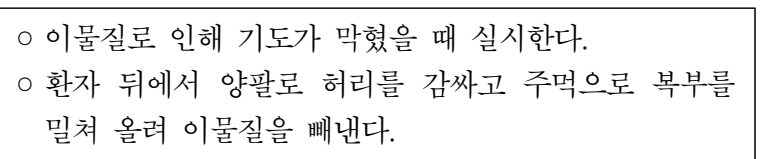


24. 신체적 여가 활동에 해당하는 것을 <보기>에서 고른 것은?



- ① ㄱ, ㄴ      ② ㄱ, ㄹ      ③ ㄴ, ㄷ      ④ ㄷ, ㄹ

25. 다음 설명에 해당하는 응급 처치 방법은?



- ① 냉찜질      ② 부목법  
③ 온찜질      ④ 하임리히법