

제 ⑥ 교시 체육

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.

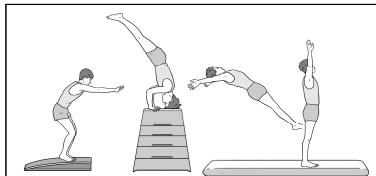
- ① 민첩성 ② 순발력 ③ 평형성 ④ 협응성

4. 다음 설명에 해당하는 운동 처방의 원리는?



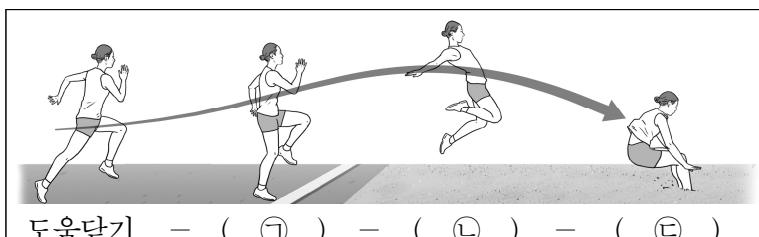
- | | |
|-----------|-----------|
| ① 과부하의 원리 | ② 반복성의 원리 |
| ③ 전면성의 원리 | ④ 특수성의 원리 |

5. 그림에 해당하는 땀틀 운동 동작은?



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

6. 그림에서 ①~⑤에 해당하는 멀리뛰기 동작은?



- 도움닫기 - (㉠) - (㉡) - (㉢)
- | | | |
|----------|----------|----------|
| <u>㉠</u> | <u>㉡</u> | <u>㉢</u> |
| 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>
- | | |
|----------|----------|
| ㄱ. 100 m | ㄴ. 200 m |
| ㄷ. 높이뛰기 | ㄹ. 원반던지기 |

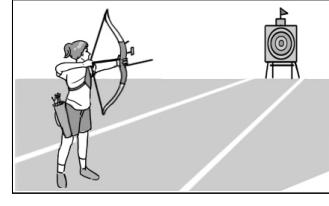
- ① ㄱ, ㄴ ② ㄱ, ㄷ ③ ㄴ, ㄹ ④ ㄷ, ㄹ

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 다크 ③ 양궁 ④ 풋살

10. 씨름의 기술에 해당하지 않는 것은?

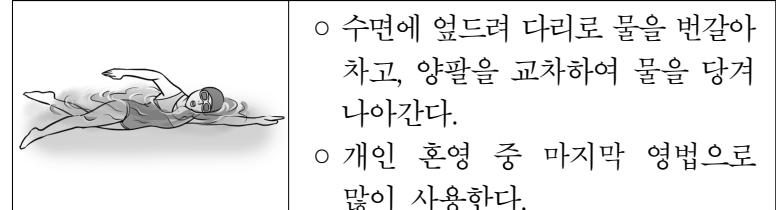
- | | |
|----------|----------|
| ① 앞 차기 | ② 둘배지기 |
| ③ 밟다리 걸기 | ④ 오금 당기기 |

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.

- | | | | |
|----------|----------|----------|----------|
| <u>㉠</u> | <u>㉡</u> | <u>㉠</u> | <u>㉡</u> |
| ① 속공법 | 대인 방어 | ② 속공법 | 지역 방어 |
| ③ 지공법 | 대인 방어 | ④ 지공법 | 지역 방어 |

