

구성과 특징



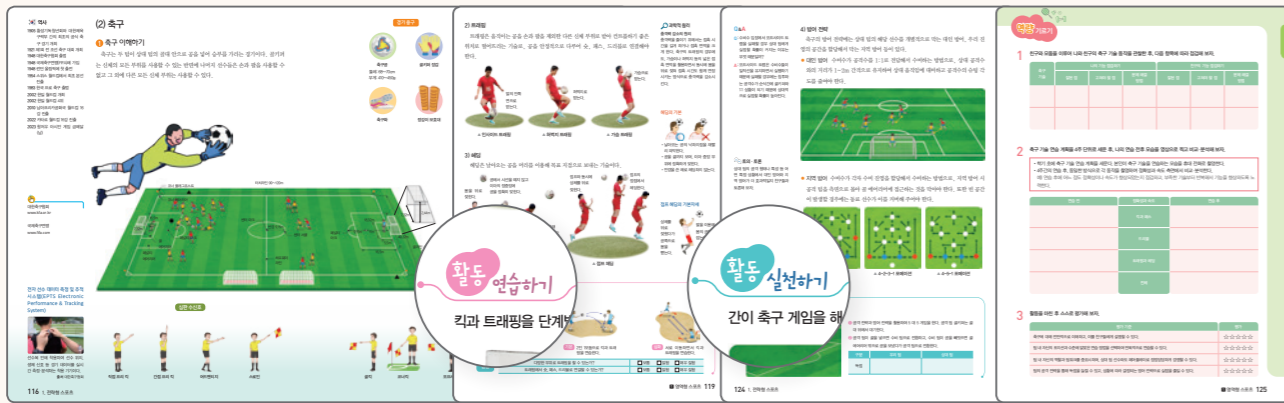
대단원 도입

단원명, 초중고 연계 내용, 이 단원을 통해 기를 수 있는 역량을 소개했다.



중단원 도입

단원의 학습 목표, 학습 동기를 유발하는 만화, 단원의 구성을 소개하고, 자기 주도 활동을 계획하도록 했다.



본문 학습

단원의 내용을 이해하기 쉽도록 그림과 사진, 도표 등을 활용하여 구성했다.

연습하기

'기초-기본-심화' 단계별 활동으로 구성되어 있다.

실천하기

신체활동 역량 함량을 위한 활동으로 구성되어 있다.

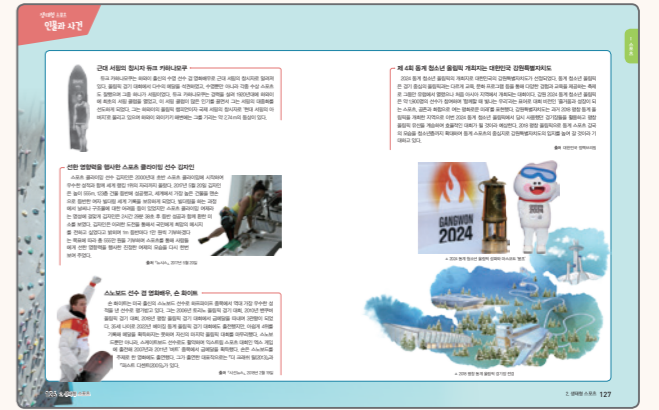
역량 기르기

디지털 활용 활동과 프로젝트 활동 등의 평가 과제를 제시했다.



더 나아가기

단원의 본문에서 다루지 않은 새로운 종목을 소개했다.



인물과 사건

단원 학습과 관련한 인물과 사건을 소개했다.



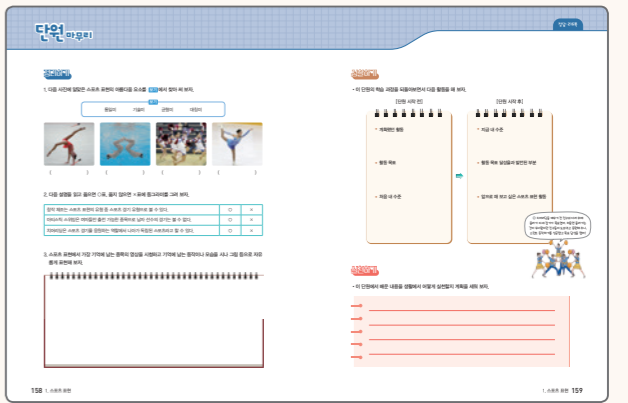
교실 밖으로

단원 학습과 관련한 직업을 소개했다.



재미있는 체육 이야기

단원의 내용을 타 교과와 융합하거나, 범교과 학습 주제와 엮어 생각해 보도록 했다.



중단원 마무리

단원의 학습 내용을 정리하는 문제 풀이인 '정리하기', 중단원 도입에서 계획했던 자기 주도 활동을 평가하고 보완하는 '성찰하기', 배운 내용을 실생활에서 적용할 계획을 세우는 '실천하기'로 구성했다.



- 토의·토론: 민주 시민 교육
- 인터넷: 본문 내용과 관련된 인터넷 누리집 소개
- Q&A: 본문과 관련된 궁금한 사항 해결
- 기본 다지기: 본문보다 쉬운 기초 기능, 자세 등을 제공

- 역사: 스포츠와 표현 종목의 국내 역사 연표
- 안전: 본문과 관련된 안전 사항 상기
- 과학적 원리: 본문과 관련된 과학적 원리 소개
- 더 알아보기: 본문과 관련된 심화적인 내용 제공

- 자기 주도 점검: 메타 인지를 활용하는 자기 주도 학습
- 인성 기르기: 태도와 인성 교육
- 활동 연습하기: 본문의 단계별 연습 활동
- 활동 실천하기: 신체활동 역량 함량을 위한 활동

- ★: 단어 설명
- 자료실: 본문과 관련되어 참고할 만한 내용 제시



체육 1

I. 운동	8	II. 스포츠	110
1 체력 운동	10	1 전략형 스포츠	112
1 체력 증진	12	1 영역형 스포츠	114
(1) 체력 증진의 이해	12	(1) 영역형 스포츠의 이해	114
(2) 체력 증진 운동의 계획	14	(2) 축구	116
(3) 체력 증진 운동의 실천	15	(3) 농구	126
2 체력 관리	28	(4) 핸드볼	136
(1) 체력 관리의 이해	28	2 필드형 스포츠	148
(2) 체력 관리 방법의 계획과 실천	30	(1) 필드형 스포츠의 이해	148
3 운동 처방	40	(2) 야구	150
(1) 운동 처방의 이해	40	(3) 소프트볼	162
(2) 운동 처방의 계획	42	3 네트형 스포츠	170
(3) 운동 처방의 실천	44	(1) 네트형 스포츠의 이해	172
2 건강 활동	58	(2) 배구	172
1 신체 건강 활동	60	(3) 배드민턴	184
(1) 신체 건강의 이해	60	(4) 탁구	194
(2) 신체 건강 활동의 종류와 특성	60	정리하기 답안	212
2 정신 건강 활동	74	출처	213
(1) 정신 건강의 이해	74		
(2) 정신 건강 활동의 종류와 특성	76		
3 사회적 건강 활동	90		
(1) 사회적 건강의 이해	90		
(2) 사회적 건강 활동의 종류와 특성	91		



체육 2

I. 스포츠	10	(2) 창작 체조 동작 및 원리 익히기	140
1 기술형 스포츠	10	(3) 창작 체조 작품 창작하고 감상하기	142
1 동작형 스포츠	12	3 치어리딩	146
(1) 동작형 스포츠의 이해	12	(1) 치어리딩 이해하기	146
(2) 기계 체조	14	(2) 치어리딩 동작 및 원리 익히기	147
2 기록형 스포츠	28	(3) 치어리딩 작품 창작하고 감상하기	150
(1) 기록형 스포츠의 이해	28	2 전통 표현	160
(2) 육상	30	1 전통 표현의 이해	162
(3) 경영	46	(1) 전통 표현의 역사	162
(4) 양궁	56	(2) 전통 표현의 특성	164
3 투기형 스포츠	64	(3) 전통 표현의 유형	165
(1) 투기형 스포츠의 이해	64	2 우리나라의 전통 표현	166
(2) 태권도	66	(1) 민속 무용-탈춤	166
(3) 씨름	74	(2) 궁중 무용-춘앵무	170
2 생태형 스포츠	90	3 외국의 전통 표현	176
1 생활환경형 스포츠	92	(1) 민속 무용-코로브시카	176
(1) 생활환경형 스포츠의 이해	92	(2) 궁중 무용-발레	180
(2) 스포츠클라이밍	94	3 현대 표현	192
(3) 플라잉 디스크	100	1 현대 표현의 이해	194
2 자연환경형 스포츠	108	(1) 현대 표현의 역사	194
(1) 자연환경형 스포츠의 이해	108	(2) 현대 표현의 특성	196
(2) 서핑	110	(3) 현대 표현의 유형	197
(3) 스키와 스노보드	116	2 현대 무용	198
		(1) 현대 무용 이해하기	198
		(2) 현대 무용 동작 및 원리 익히기	198
		(3) 현대 무용 작품 창작하고 감상하기	200
		3 스트리트댄스	204
		(1) 스트리트댄스 이해하기	204
		(2) 브레이킹 동작 및 원리 익히기	204
		(3) 브레이킹 작품 창작하고 감상하기	206
		정리하기 답안	216
		출처	217

II. 표현

1 스포츠 표현	134
1 스포츠 표현의 이해	136
(1) 스포츠 표현의 역사	136
(2) 스포츠 표현의 특성	138
(3) 스포츠 표현의 유형	139
2 창작 체조	140
(1) 창작 체조 이해하기	140

