

체육 계열 선택 과목 교육과정

일러두기

체육 계열 선택 과목 교육과정은 아래의 문서 목차를 기준으로 작성되었으며,
목차 및 주요 용어의 의미에 대한 해설을 참고하여 교육활동에 활용하시기 바랍니다.

교육과정 설계의 개요

- 교과(목) 교육과정의 설계 방향에 대한 개괄적인 소개
- 교과(목)와 총론의 연계성, 교육과정 구성 요소(영역, 핵심 아이디어, 내용 요소 등) 간의 관계, 교과 역량 등 설명

1. 성격 및 목표

성격 교과(목) 교육의 필요성 및 역할 설명

목표 교과(목) 학습을 통해 기르고자 하는 능력과 학습의 도달점을
총괄 목표와 세부 목표로 구분하여 제시

2. 내용 체계 및 성취기준

내용 체계 학습 내용의 범위와 수준을 나타냄

- **영역**: 교과(목)의 성격에 따라 기반 학문의 하위 영역이나 학습 내용을 구성하는 일차 조직자
- **핵심 아이디어**: 영역을 아우르면서 해당 영역의 학습을 통해 일반화할 수 있는 내용을 핵심적으로 진술한 것. 이는 해당 영역 학습의 초점을 부여하여 깊이 있는 학습을 가능하게 하는 토대가 됨
- **내용 요소**: 교과(목)에서 배워야 할 필수 학습 내용
 - **지식·이해**: 교과(목) 및 학년(군)별로 해당 영역에서 알고 이해해야 할 내용
 - **과정·기능**: 교과 고유의 사고 및 탐구 과정 또는 기능
 - **가치·태도**: 교과 활동을 통해 기를 수 있는 고유한 가치와 태도

성취기준 영역별 내용 요소(지식·이해, 과정·기능, 가치·태도)를 학습한 결과
학생이 궁극적으로 할 수 있거나 할 수 있기를 기대하는 도달점

- **성취기준 해설**: 해당 성취기준의 설정 취지 및 의미, 학습 의도 등 설명
- **성취기준 적용 시 고려 사항**: 영역 고유의 성격을 고려하여 특별히 강조하거나 중요하게 다루어야 할 교수·학습 및 평가의 주안점, 총론의 주요 사항과 해당 영역의 학습과의 연계 등 설명

3. 교수·학습 및 평가

교수·학습 ■ **교수·학습의 방향**: 교과(목)의 목표를 달성하기 위한 교수·학습의 원칙과 중점 제시

- **교수·학습 방법**: 교수·학습의 방향에 따라 교과(목) 수업에서 활용할 수 있는 교수·학습 방법이나 유의 사항 제시

평가 ■ **평가의 방향**: 교과(목)의 목표를 달성하고 학습을 지원하기 위한 평가의 원칙과 중점 제시

- **평가 방법**: 평가의 방향에 따라 교과(목)의 평가에서 활용할 수 있는 평가 방법이나 유의 사항 제시

차 례



[선택 중심 교육과정]

[진로 선택 과목]

○ 스포츠 개론	7
○ 육상	14
○ 체조	22
○ 수상 스포츠	30
○ 기초 체육 전공 실기	38
○ 심화 체육 전공 실기	44
○ 고급 체육 전공 실기	50
○ 스포츠 경기 체력	56
○ 스포츠 경기 기술	63
○ 스포츠 경기 분석	70

[융합 선택 과목]

○ 스포츠 교육	79
○ 스포츠 생리학	86
○ 스포츠 행정 및 경영	93



선택 중심 교육과정

교육과정 설계의 개요

체육 계열 고등학교 선택 중심 교육과정은 체계적인 전문 체육교육을 통해 우수한 체육 전문가를 양성하기 위해 체육에 다양한 소질과 재능을 가진 인재가 우수한 신체적 기량과 수월성을 바탕으로 체력과 경기력, 스포츠 정신, 창의적 사고력을 갖추도록 함으로써 다양한 분야에서 자신의 미래를 계발하고 신체활동 문화 발전을 선도할 수 있는 체육 전문가의 자질과 소양을 길러주는 것을 목적으로 한다. 이에 따라 체육 계열 고등학교 체육과 선택 과목에서는 체육학 지식, 전문 운동 능력 및 스포츠 경기력, 바람직한 인성 및 지도력을 기르고 자신의 적성과 미래 사회 변화를 고려한 진로 선택을 할 수 있도록 체계적이고 다양한 교육과정을 제공한다.

초·중학교의 <체육>과 고등학교 체육 선택 과목을 통해 함양된 신체활동 역량은 체육 계열 고등학교 선택 과목별 학습을 통해 더욱 전문화된다. 또한, 총론에서 추구하는 ‘자기 주도성’은 스포츠 기술 및 체력을 적극적으로 향상하고 경기에서 능숙하게 발휘하여 수월성을 높여가는 과정에서 강화된다. ‘창의적 사고’는 스포츠의 각종 기술 및 방법을 경기 전략에 맞게 창의적으로 적용하는 과정을 통해 깊어지고, 스포츠 교육, 스포츠 생리학, 스포츠 행정 및 경영 등 다양한 학문 분야를 탐색하는 과정에서 확장된다. ‘포용성과 시민성’은 신체활동에 내재한 가치 있는 사회적 규범과 문화를 전문적으로 학습하는 과정에서 더욱 내면화되고, 스포츠 경기에 전문적으로 참여하고 대회를 운영하는 과정을 통해 강화된다.

〈표 1〉 체육 계열 고등학교 체육과 선택 과목의 구성

구분	진로 선택	융합 선택
과목명	• 스포츠 개론 • 육상 • 체조 • 수상 스포츠 • 기초 체육 전공 실기 • 심화 체육 전공 실기 • 고급 체육 전공 실기 • 스포츠 경기 체력 • 스포츠 경기 기술 • 스포츠 경기 분석	• 스포츠 교육 • 스포츠 생리학 • 스포츠 행정 및 경영

체육 계열 고등학교 체육과 선택 과목은 진로 선택 과목과 융합 선택 과목으로 구성되었다. 먼저 진로 선택 과목은 체육 분야 전반에 대한 폭넓은 이해를 바탕으로 다양한 진로 및 직업을 탐색하고, 학습자의 진로 선택에 필요한 자질과 소양을 강화할 수 있도록 구성되었다. 학생 선수 및 체육

분야로 진로·진학을 고려하는 학생은 체육 계열 고등학교 선택 과목을 이수함으로써 전문적 수준의 신체활동 역량을 강화할 수 있다. 이를 위해 체육 계열의 진로를 포괄적으로 이해하고, 진로 선택에 필요한 전문 경기 능력과 지식을 함양하며, 미래 사회가 요구하는 체육 전문가가 지녀야 할 자질과 소양을 기를 수 있도록 과목을 구성하였으며, 과목 구성의 원리는 다음과 같다.

첫째, 스포츠의 발달 과정과 학문적 연구 분야, 스포츠 분야 진로 등 스포츠 전반을 폭넓게 이해하기 위해 〈스포츠 개론〉을 구성하였다. 둘째, 스포츠 종목별 문화와 이론적 지식의 심화, 경기 기술의 발달을 위해 〈육상〉, 〈체조〉, 〈수상 스포츠〉 과목을 구성하였으며, 기술 고도화를 위한 트레이닝 방법을 익히고, 경기에 적용하면서 다양한 스포츠 기술의 기본 능력을 함양할 수 있도록 하였다. 셋째, 스포츠 기술을 전문적 수준으로 발달시키는 데 필요한 트레이닝과 경기 기능의 체계적 심화학습을 위해 〈기초 체육 전공 실기〉, 〈심화 체육 전공 실기〉, 〈고급 체육 전공 실기〉 과목을 구성하였으며, 전공에 따른 실기 능력을 고도화할 수 있도록 하였다. 넷째, 스포츠 경기력을 극대화하는 데 필요한 전문적 기술 및 체력, 경기 분석 능력을 학습할 수 있도록 〈스포츠 경기 체력〉, 〈스포츠 경기 기술〉, 〈스포츠 경기 분석〉 과목을 구성하였다. 이를 통해 체력을 강화할 수 있는 전문적 트레이닝 능력, 개인 및 대인 스포츠, 단체 스포츠 경기에서 공격과 수비 기술을 전술적 상황과 실제 경기에서 발휘할 수 있는 능력, 스포츠 경기를 분석하고 해석하여 다른 경기에 적용할 수 있는 능력을 함양할 수 있도록 하였다.

융합 선택 과목은 학습자가 체육학 이론의 기본 지식을 체계적으로 학습하고 체육 전문가의 자질과 소양을 심화할 수 있는 능력을 갖추도록 구성하였다. 첫째, 체육 분야의 가장 보편적 직업 분야인 스포츠교육자에게 필요한 인성 및 사명감, 프로그램 계획 및 운영, 학습자 및 환경의 폭넓은 이해를 위해 〈스포츠 교육〉 과목을 구성하였다. 둘째, 체육 분야 전문가에게 필요한 자연과학적 핵심 학문인 운동생리학과 스포츠 의학 지식을 폭넓게 이해하기 위해 〈스포츠 생리학〉 과목을 구성하였다. 셋째, 스포츠 정책 및 산업의 발달에 따른 스포츠 행정 및 경영 분야의 지식을 폭넓게 이해하기 위해 〈스포츠 행정 및 경영〉 과목을 구성하였다.

과목별 핵심 아이디어는 과목별 내용의 원리와 맥락, 인간의 삶과 해당 내용의 관계를 기술하되, 전문적 수준의 역량을 강조하였다. 과목별 내용 요소는 영역별 핵심 아이디어에 근거하여 ‘지식·이해’, ‘과정·기능’, ‘가치·태도’ 범주로 선정 및 조직되었으며, 고등학교 체육과 선택 과목에서 다른 지식·이해 범주의 내용 요소인 명제적 지식과 방법에 관한 이론적 지식을 심화하고, 전문화된 경기 기술을 숙련하며 경기에서 응용할 수 있는 수준으로 선정되었다. 가치·태도 내용 요소는 개인 및 대인 수준뿐만 아니라 사회적 수준의 태도를 강화하여 체육 전문가로서 소양을 갖추 수 있도록 선정되었다.



선택 중심 교육과정

-진로 선택 과목-

스포츠 개론

1. 성격 및 목표

가. 성격

〈스포츠 개론〉은 스포츠의 시대적, 사회적 변화를 이해하고, 스포츠의 학문적 지식과 연구 분야를 탐구함으로써 스포츠에 대한 전반적인 이해와 진로 선택 능력을 길러주는 과목이다.

스포츠는 시대 및 사회 변화에 따라 점차 제도화되고 다양화되고 있다. 전통 스포츠의 기술과 경기 방식은 더 복잡하고 정교화되고 있으며 기존의 스포츠 형식을 벗어나거나 융합한 새로운 형식의 스포츠가 보급되고 있다. 체육 전문가에게는 이러한 스포츠의 다양한 변화 양상을 종합적으로 파악하고 미래 스포츠의 발전 방향을 모색할 수 있는 능력, 다양한 과학적 지식을 기반으로 연구된 체육학 지식과 직업 분야를 전반적으로 이해할 수 있는 능력이 필요하다. 따라서 〈스포츠 개론〉 과목에서는 스포츠가 사회에서 어떻게 변화하며 발전하는지를 이해하고, 스포츠에 관한 학문적 연구의 중요성을 인식하며, 스포츠와 관련된 직업 세계의 변화를 폭넓게 이해함으로써 체육학 및 진로 전반에 관한 지식을 자신의 미래 삶과 연계하는 데 주안점을 둔다.

나. 목표

〈스포츠 개론〉 과목은 스포츠의 시대적, 사회적 변화와 학문적 발전, 스포츠 분야 진로 등 스포츠 전반을 폭넓게 이해하여 스포츠 지식에 대한 전문적 안목과 직업 선택 능력을 기르는 것을 목표로 한다.

- (1) 스포츠의 특성과 역할, 사회적 변화를 맥락적으로 이해하고, 스포츠의 발전 방향을 탐구한다.
- (2) 스포츠의 다양한 학문 분야와 그 발전 과정을 탐구하고, 스포츠를 학문적으로 파악한다.
- (3) 스포츠 분야의 다양한 직업과 직무 특성을 이해하고, 스포츠 분야 직업 사례를 탐색하며 진로를 설계한다.

2. 내용 체계 및 성취기준

가. 내용 체계

핵심 아이디어	- 스포츠는 시대 및 사회의 변화에 따라 발전하며 대회를 통해 보급되고 제도화된다. - 스포츠는 학문적 연구의 대상이며 연구 성과는 스포츠의 발전과 인간의 성장에 기여한다. - 인간은 스포츠의 발전에 따른 다양한 스포츠 관련 직업을 창조하며 직무 전문성을 개발한다.		
영역 범주	스포츠와 사회	스포츠와 학문	스포츠와 진로
지식·이해	- 스포츠의 특성과 역할 - 스포츠의 역사 - 스포츠의 유형 및 대회	- 스포츠의 사회과학적 연구 - 스포츠의 자연과학적 연구 - 스포츠의 교육학적 연구	- 스포츠 직업 세계의 변화 - 스포츠 직업 분야별 직무와 진로
과정·기능	- 스포츠의 사회적 변화 파악하기 - 스포츠의 학문적 발전 과정 탐구하기 - 스포츠 전문성과 진로 연계하기		
가치·태도	- 스포츠의 미래 변화에 대한 탐구적 태도 - 스포츠에 대한 학문적 태도 - 스포츠 전문가로서의 적극성		

나. 성취기준

(1) 스포츠와 사회

- [12스개01-01] 스포츠의 특성과 역할을 이해하고 스포츠의 역사를 맥락적으로 파악함으로써 스포츠의 미래 변화 방향을 제시한다.
- [12스개01-02] 스포츠의 유형을 분류하고 유형별 스포츠 대회의 특성과 발전 과정을 탐색하며 스포츠 대회의 발전 방안을 제시한다.

(가) 성취기준 해설

- [12스개01-01] 스포츠는 놀이에서 기원하여 게임의 형태를 거쳐 기술, 규칙 및 제도, 경쟁적 측면에서 지속해서 발전하였다. 이 과정에서 나타나는 스포츠의 불확실성, 규칙성(제도화), 경쟁성, 신체의 움직임, 제도화 등의 특성과 스포츠의 개인적, 사회적, 교육적, 정치·경제적, 환경적 측면의 역할을 파악하고, 근대 스포츠가 현대 스포츠로 발전하는 과정을 살펴봄으로써 스포츠의 미래 변화 양상과 발전 방향을 이해하도록 한다.
- [12스개01-02] 스포츠를 구분하는 다양한 기준(경기 인원, 참가 목적, 참여 계층, 활동 형식

등)에 따라 유형의 명칭과 세부 종목을 분류해보고, 각각의 스포츠 종목이 경기 또는 대회로 발전할 때 나타나는 스포츠의 대중적 보급 과정, 규칙의 표준화, 대회 집행 기구 구성, 대회 운영 예산, 경기장 및 제반 시설의 친환경적 구축 등의 전반적 과정을 살펴봄으로써 스포츠 대회의 발전적인 방안을 제시하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 미래 스포츠 발전 방향을 논의할 수 있는 시간을 충분히 확보하기 위해 블록 타임 방식 등을 활용하여 차시를 구성할 수 있으며, ‘스포츠와 사회’ 영역과 관련된 주제의 선정, 자료 조사, 발표, 토론을 단계적으로 학습할 수 있도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 놀이, 게임, 스포츠로의 발전 과정을 깊이 있게 탐구할 수 있는 스포츠 종목을 선택하고, 다양한 역사적 실증 자료를 활용할 수 있도록 수업 내용을 준비한다.
- 스포츠의 역사에서 특정 계층 또는 남성 중심의 스포츠 문화를 비판적으로 탐색하고, 스포츠는 모든 사람이 누려야 하는 보편적 권리이며 양성 평등적 접근이 필요한 분야임을 인식하도록 한다.
- ‘스포츠와 사회’ 영역에서 토론 수업을 할 경우, 구성원의 의사를 경청하고 존중하며 민주적으로 토론이 이루어지도록 한다.
- 스포츠 역사를 주제로 한 사진, 신문, 영상 등의 다양한 매체를 활용하여 스포츠의 시대적 변화 양상을 구체적으로 이해하도록 한다.
- 경기장 및 제반 시설의 위험 요소를 파악하고, 대규모 스포츠 대회에서 관중의 배치 및 이동 방법 등을 비롯한 경기장 안전 관리 방법을 이해하도록 한다.
- 개인 및 팀 보고서나 동료 평가 등을 활용해 스포츠와 사회 전반에 대한 이해 수준을 평가하고 이 과정에서 적극적이고 민주적인 토론 태도를 갖추도록 지도한다.

(2) 스포츠와 학문

- [12스개02-01] 스포츠에 대한 사회과학적 탐구 내용과 방법을 이해하고 사례에 적용하여 분석하며 사회과학적 연구 태도를 실천한다.
- [12스개02-02] 스포츠에 대한 자연과학적 탐구 내용과 방법을 이해하고 사례에 적용하여 분석하며 자연과학적 연구 태도를 실천한다.
- [12스개02-03] 스포츠에 대한 교육학적 탐구 내용과 방법을 이해하고 사례에 적용하여 분석하며 교육학적 연구 태도를 실천한다.

(가) 성취기준 해설

- [12스개02-01] 스포츠의 사회과학적 연구 분야는 스포츠 심리학, 스포츠 사회학, 스포츠

경영학, 스포츠 역사 및 철학 등이 있다. 각 분야에서 다루는 주요 주제에 대해 이해하고, 스포츠 현상을 분석 및 해석하여 스포츠의 문제점을 도출하고 개선한 사례를 살펴봄으로써 스포츠의 사회과학적 연구의 필요성을 인식하고 적용하도록 한다.

- [12스개02-02] 스포츠의 자연과학적 연구 분야는 운동생리학, 운동 역학, 체육 측정 평가, 스포츠 의학 등이 있다. 각 분야에서 다루는 주요 주제에 대해 이해하고, 스포츠에 참가하는 인간의 신체활동을 분석하여 스포츠 수행을 개선한 사례를 살펴봄으로써 스포츠의 자연과학적 연구의 필요성을 인식하고 적용하도록 한다.
- [12스개02-03] 스포츠 교육학의 연구 영역은 체육과 교육과정, 체육과 교수·학습, 체육 교사교육 등으로 구분된다. 각 영역별 주요 연구 주제와 내용에 대해 이해하고, 전인적 성장을 위한 스포츠의 가치 및 참여 태도, 효과적인 지도 계획 및 운영 방법, 평가 등의 실천 사례를 살펴봄으로써 스포츠 교육학 연구의 필요성을 인식하고 적용하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 스포츠와 관련된 모든 학문 분야의 내용을 다루기보다는 학문 분야별 핵심 주제와 내용을 선정하고, 스포츠 현장의 구체적 사례를 소재로 활용하여 스포츠의 학문적 탐구 가치를 이해하고 적용하도록 지도한다.
- 학문 분야별 연구 사례를 선정함에 있어 전문 선수뿐만 아니라, 생활체육 참여자에게 적용된 사례를 포함하여 생활 스포츠 분야에도 학문적 이론의 적용이 가능함을 이해하도록 지도한다.
- 스포츠 현상에 대한 학문 분야별 연구 내용과 방법(양적 연구, 질적 연구 등)을 비교하도록 하고, 자료의 탐색과 분석에 필요한 디지털 소양을 갖추도록 지도한다.
- 다양한 영상 자료나 실제 사례 등을 활용하여 학습자 수준에 맞게 탐구하도록 지도한다.
- 현장 사례 조사 보고서나 소논문 쓰기 등을 평가 도구로 활용하여 이론에 대한 이해력, 적용력, 탐구력 등을 종합적으로 평가한다.

(3) 스포츠와 진로

[12스개03-01] 스포츠와 관련된 직업 세계의 변화를 이해하고 분야별 직무의 특성을 파악하여 진로와의 연계성을 탐색한다.

[12스개03-02] 스포츠 분야 전문가로 성장하기 위한 과정을 파악하고 진로 적성과 소질의 개발 방법을 탐색하며 스포츠 관련 진로를 탐구한다.

(가) 성취기준 해설

- [12스개03-01] 스포츠 관련 직업 분야는 점차 다양해지고 있다. 스포츠 지도자 및 교육 분야, 공공 행정 분야부터 스포츠 산업 발달과 사회 변화에 따라 생성되고 전문화되어 가는 스포츠

에이전트 등의 산업 분야, 비디오 분석관이나 스포츠 마케터 등의 스포츠 기술 분야, 스포츠 미디어 분야, 스포츠 의학 분야 등 다양한 직업의 직무 특성을 살펴봄으로써 진로 및 진학 정보의 범위를 넓히도록 한다.

- [12스개03-02] 학습자가 스포츠 관련 직업별 직무 역량을 파악하고 전문가로 성장하는 데 필요한 대학의 학과 및 자격 과정을 살펴봄으로써 소질 개발을 위한 구체적인 방법을 찾도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 스포츠 관련 직업은 광범위하고 다양하므로 관련 직업 분야별로 대표적인 직업을 선택하고 각종 매체를 통해 소개된 전문가와 직무를 중심으로 학습하도록 지도한다.
- 스포츠 직업 분야와 관련하여 학습자가 선호하는 선수나 지도자 또는 특정 학과 외에 체육 관련 진로 및 학과에 대한 충분한 정보를 제공하여 진로 탐색의 폭을 넓혀주고 개방적인 태도로 임하도록 지도한다.
- ‘스포츠와 진로’ 영역은 스포츠 직업과 직무의 탐색 과정에서 학습자의 흥미를 높일 수 있도록 직업 활동 카드 등의 다양한 자료를 활용해 활동 중심으로 지도한다.
- 학습자에게 각종 기관의 입시 자료와 해당 학과 졸업 후 진출 분야에 관한 자료를 제공하여 진로 및 진학 계획을 구체화하도록 지도한다.
- 스포츠 관련 진로 및 진학이 결정되면 고등학교에서 길러야 할 기초 역량, 선택 과목 및 교육 프로그램을 안내하여 학습자가 지속적인 노력을 기울이도록 한다.
- 스포츠 직업과 직무의 연관성 파악 수준과 직업 사례 조사 결과를 발표하고 피드백을 받아 진로 및 진학 방향과 세부 사항을 재탐색하거나 수정보완하는 과정에서 발휘되는 협력적 소통 태도를 평가한다.

3. 교수·학습 및 평가

가. 교수·학습

(1) 교수·학습의 방향

- (가) 체육 전문성 함양을 위해 스포츠 분야 전반을 깊이 있게 이해할 수 있는 다양한 수업 주제와 교수·학습 활동을 선정하고 조직하며, 체육 계열 진로 및 진학에 필요한 역량을 종합적으로 함양하도록 지도한다.

- (나) 체육 전문가로서의 소양을 높이기 위해 학습자가 직접 설계한 학습의 비중을 높여 자기 주도적 교수·학습이 이루어지도록 한다. 이를 위해 스포츠 분야에 대한 학습자의 관심을 고려하여 과제를 제시하거나 선택의 기회를 확대하며, 자신감을 높여주는 동기 유발 전략을 마련한다.
 - (다) 교육과정 운영의 전 과정에서 온·오프라인을 연계하고 스포츠 관련 디지털 매체를 활용함으로써 디지털 기초 소양을 함양하며, 학습 자료를 체계적으로 관리하도록 지도한다.
 - (라) 체육 전문가로서 갖춰야 할 창의성과 인성을 함양하도록 통합적 교수·학습 활동을 제공한다. 이를 위해 학습자가 심동적, 정의적, 인지적 내용 요소를 균형 있게 학습하고, 타 계열 및 범교과의 내용을 폭넓게 학습함으로써 비판적 사고, 바람직한 가치 판단, 개방적 태도, 공동체적 삶의 방식 등을 실천하도록 지도한다.
- (2) 교수·학습 방법
- (가) 체육 교과 협의회를 통해 학기 단위로 지도 계획을 수립하고, 과목에서 제시된 모든 성취기준을 학습하도록 지도한다.
 - (나) 영역의 특성을 고려한 단위 목표와 학습 활동을 선정하고, 학습자의 사전 학습 경험 및 특성을 충분히 파악하여 교수·학습을 계획하고 운영한다. 학습자의 사전 학습 경험은 수업 내용과 직·간접적으로 관련되는 신체활동의 경험뿐만 아니라 지적, 정서적 경험을 포함한다.
 - (다) 수업에 필요한 학습 교재 및 자료는 학습자 수준에 맞게 선정하고, 적절한 자료가 없는 경우 대학교수, 연구원 등 체육 전문가와 협력하여 보조 자료를 수집하거나 재구성한다.
 - (라) 모든 학습자에게 자기 수준에 맞는 학습 기회를 평등하게 제공하고, 과제 활동에서 다양한 역할을 제시하여 적극적으로 활동에 참여하도록 유도한다.
 - (마) 최소 성취수준 보장을 위해 수준별 학습이 가능하도록 학습 자료를 재구성하고, 스포츠 대회나 부상 등으로 인한 학습 결손 시 디지털 학습 도구 등을 활용하여 심화 보충 학습이 이루어지도록 운영한다.

나. 평가

(1) 평가의 방향

- (가) 스포츠 전반에 대한 지식의 이해 수준과 수행 과정, 학습 태도 등을 종합적으로 평가하고, 인지적, 정의적 영역에 관한 서·논술형 평가를 병행하는 등 평가 도구를 다양화하여 과목의 학습 내용을 균형 있게 평가한다.
- (나) 체육 전문가로서의 성장 과정을 반영한 다면적 평가가 이루어질 수 있도록 하고, 학습 과정 및 결과에 관한 누가 기록을 통해 학습자 성장 과정을 체계적으로 분석, 관리한다.
- (다) 학습자의 특기 종목이나 수준의 다양성을 고려하여 학습자의 개별 학습 과정을 관찰하고 기록하여 학습자의 질적 변화를 체계적으로 관리한다.

(2) 평가 방법

- (가) 평가 내용에는 영역별 지식·이해, 과정·기능, 가치·태도 요소를 균형 있게 포함하고, 평가의 범위는 교수·학습 활동에서 학습한 전 영역을 대상으로 하되, 영역에 따라 평가 비중을 달리할 수 있다. 단, 평가 내용의 균형성을 위해 특정 영역에 편중되지 않도록 한다.
- (나) 성취기준 및 성취수준의 선정은 교육과정 성취기준과 단위 학교 수업 내용을 바탕으로 하고, 교수·학습의 내용 및 방법을 고려하여 영역별 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 수 있다. 단 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 경우, 내용 영역별 성취기준이 누락되지 않도록 한다.
- (다) 성취수준은 점수화 및 등급화를 위한 기능의 단순 분류나 기록의 명시보다는 영역별 내용 요소에 따른 기능의 도달 정도를 구체적으로 나타낼 수 있는 행동 수준으로 진술하고, 평가 등급(단계) 또한 양적 요소와 질적 요소를 모두 포함하여 각각의 수준에 맞게 진술한다.
- (라) 평가 방법은 학습 목표 및 평가 목적에 적합하게 선정하고, 체육과 평가에서 활용되는 기존 평가 도구를 사용하거나 평가 내용에 적합한 도구를 개발하여 사용할 수 있다.
- (마) 학기 초에 성취수준 및 최소 성취수준에 대해 학습자에게 충분히 안내하고, 최소 성취수준 미도달이 예상되는 학습자를 사전에 파악하여 적극적으로 피드백을 제공함으로써 학습 과정을 스스로 개선하도록 하며, 학습 과정 및 결과를 누가 기록하여 체육 계열 진로 교육의 기초 자료로 활용한다.

육상

1. 성격 및 목표

가. 성격

〈육상〉은 육상의 사회적 변화 방향 및 과정을 이해하고, 육상 기술을 세련화하여 경기에 적용함으로써 육상 전문가로서 기술적 능력과 경기 문화에 대한 소양을 길러주는 과목이다.

육상은 달리고 뛰고 던지는 인간의 가장 기본적인 움직임이 단거리, 중장거리, 도약경기, 투척경기 등 다양한 세부 종목으로 분화되고 전문화되면서 고대 올림픽부터 현대에 이르기까지 중요한 경기 문화로 자리 잡았다. 육상 전문가에게는 이러한 육상의 시대적·사회적 변천 과정을 종합적으로 파악하는 능력, 육상의 각종 트레이닝 방법을 적용하여 기술을 개선하는 능력, 육상 수행 과정에서 발생한 스포츠 손상을 관리하는 능력, 육상을 현대 사회의 생활체육에 맞게 대중화하는 능력이 필요하다. 따라서 〈육상〉 과목에서는 육상의 사회적 변화·발전 과정을 탐구하고, 세분화된 육상 기술을 과학적이고 전문적으로 학습하며, 실제 경기에 참여하고 직접 경기를 운영함으로써 육상 관련 진로와 연계하는 데 주안점을 둔다.

나. 목표

〈육상〉 과목은 육상의 전문성을 향상하는 데 필요한 이론적 지식을 탐색하고, 체계적이고 과학적인 트레이닝을 통해 육상의 경기 기술을 숙련하며, 육상 경기 문화에 대한 안목을 기르는 것을 목표로 한다.

- (1) 육상의 역사와 유형 및 특성, 생활체육으로의 발전 과정을 이해하고, 육상의 가치를 실천한다.
- (2) 육상의 과학적 이론에 기초해 경기 기술 향상을 위한 트레이닝 방법을 숙달하고, 육상 경기 기술을 안전하게 수행한다.
- (3) 육상 경기 방법 및 규칙을 준수하고, 경기 전략을 발휘하며, 육상 경기 문화에 대한 안목을 기른다.

2. 내용 체계 및 성취기준

가. 내용 체계

핵심 아이디어	• 육상은 달리기, 뛰기, 던지기 등과 같은 기술을 여러 가지 유형의 경기로 발전시켜 왔으며 다양한 체육 활동에서 응용된다. • 육상 기술은 과학적 이론에 따른 트레이닝을 통해 세련화되고 경기에 적용하면서 발전한다. • 인간은 육상 경기 문화에 맞게 대회를 운영하고 발전시킴으로써 육상 전문가로 성장한다.		
영역 범주	육상과 사회	육상 기술	육상 경기
지식·이해	•육상의 역사 •육상의 유형 및 특성 •육상과 생활체육	•육상의 과학적 이론 •육상의 전문 기술 •육상 트레이닝 •스포츠 손상 예방 및 처치법	•육상 경기 전략 •육상 경기 방법과 경기 규칙 •육상 경기의 실제
과정·기능	•육상의 사회적 변화발전 과정 탐구하기 •육상 경기 기술 안전하게 수행하기 •육상 경기 대회를 기획하고 운영하기		
가치·태도	•수월성 향상을 위한 적극성 •육상 경기 문화에 대한 안목		

나. 성취기준

(1) 육상과 사회

- [12육상01-01] 육상의 유래와 변천 과정을 이해하며 육상의 사회적 변화를 탐구한다.
- [12육상01-02] 육상의 유형을 분류하고 종목별 특성을 파악한다.
- [12육상01-03] 육상이 생활체육으로 확대·적용되는 과정을 탐색함으로써 현대 사회에서 육상의 사회적, 문화적 가치를 이해한다.

(가) 성취기준 해설

- [12육상01-01] 육상은 인류의 역사와 함께 시작되었다. 육상의 기원을 이해하고, 고대부터 현대에 이르기까지 시대 및 지역에 따른 육상의 변화 과정을 중요한 사건, 인물, 기록, 대회 등의 측면에서 비교하고, 현대 사회 조직화, 세분화, 대중화, 세계화된 육상의 특성을 이해함으로써 육상의 중요성을 인식하도록 한다.
- [12육상01-02] 육상은 달리고, 뛰고, 던지는 인간의 기본적인 움직임을 바탕으로 한다. 경기화된 육상의 유형별 공통점과 차이점을 파악하고, 각 유형별 경기 종류와 특성을

비교함으로써 육상의 사회적 변화를 이해하도록 한다.

- [12육상01-03] 육상은 모든 운동의 기초로서 개인의 체력 향상과 건강 증진에 활용된다. 육상이 생활체육으로 대중화되는 과정을 살펴봄으로써 다양한 방식으로 육상에 참여하는 사람들이 만들어가는 육상 문화의 사회적, 문화적 가치를 인식하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 육상의 기원을 설명하고, 시대적 흐름에 따라 세계와 우리나라 육상의 변천 과정을 비교하며 이해하도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 육상의 변천 과정이나 사건 등이 담긴 그림, 신문, 도서, 영상 등의 역사적 실증 자료를 활용하여 수업 내용을 준비한다.
- 고대 올림픽과 현대 올림픽에서 육상의 공통점과 차이점을 조사하여 비교하고, 현대 사회의 조직화 되고 세계화된 육상 대회와의 차이점은 무엇인지 설명하도록 학습 과제를 제시한다.
- 육상과 관련하여 자신의 한계를 극복하기 위해 도전한 인물을 조사하여 발표하면서 도전하는 자세의 중요성과 가치를 인식하도록 지도한다.
- 건강과 행복을 위해 일상생활에서 육상을 즐기는 사람들을 찾아보고, 생활체육으로서 육상의 매력과 효과를 이해하고 실천할 수 있는 방법을 찾도록 한다.
- 육상의 역사와 특성 파악, 가치 인식에 대한 활동 결과를 작성한 보고서(육상 역사신문 만들기, 육상 생활체육 연구보고서 쓰기, 육상 홍보 영상 촬영하기 등) 평가나 동료 평가 등을 활용하여 주제에 대한 이해 수준과 발표에 참여하는 태도를 평가한다.

(2) 육상 기술

[12육상02-01] 육상 기술의 과학적 원리를 이론적으로 탐구한다.

[12육상02-02] 육상에 적합한 트레이닝 원리와 방법을 적용하여 기술 수행 능력을 개선한다.

[12육상02-03] 육상 활동에서 나타나는 스포츠 손상을 예방하고 올바른 처치 방법을 활용하여 안전한 연습 및 경기 환경을 조성한다.

(가) 성취기준 해설

- [12육상02-01] 육상은 종목별 기술에 따라 다양한 과학적 이론으로 해석할 수 있다. 생리학적, 역학적, 심리학적 이론 등의 과학적 이론을 바탕으로 육상 기술에 대한 효과적인 수행 방법을 파악하도록 한다.
- [12육상02-02] 육상 전문 기술은 종목에 따라 차이가 있다. 육상 종목별로 요구되는 기술, 체력, 심리 훈련의 원리와 방법을 이해하여 최상의 경기력을 발휘하기 위한 훈련 목표를 세우고, 기간에 따라 연간, 월간, 주간, 일일 훈련 계획을 실천함으로써 적극적으로 기술을 개선하도록 한다.

- [12육상02-03] 육상의 유형과 종목에 따라 발생할 수 있는 부상의 종류와 원인은 다르다. 육상 종목별 운동 수칙과 부상 부위별 응급처치 방법을 숙지함으로써 안전하게 연습과 경기에 참여하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 육상 기술을 이론적 수준에서 학습하기보다는 육상 경기를 수행하는 과정에서 과학적 이론을 적용함으로써 학습자들의 경기 능력을 향상하도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 육상 기술을 타 과목의 학습 주제와 연계하여 교수·학습 활동을 설계함으로써 학습자들의 창의적 사고를 촉진한다.
- 트레이닝의 체계 및 분류를 포괄적으로 탐구하고, 육상 종목의 특성에 따른 합리적이고 과학적인 트레이닝 계획을 수립하고 실천하도록 학습 과제를 선정한다.
- 자기 주도적 학습을 위해 학습자 스스로 자신의 수준을 고려한 개별 맞춤형 훈련목표를 세우고, 훈련목표에 따른 구체적인 훈련 계획의 수립과 실천을 할 수 있도록 지도한다.
- 육상 경기에서 발생하기 쉬운 부상과 안전사고를 가정한 상황을 연출하여 스포츠 손상 예방 및 대처 능력을 평가한다.
- 트레이닝의 과학적 원리에 대한 적용 사례 보고서나 관찰한 누가기록 등을 활용하여 육상 기술 수행 능력을 평가한다.

(3) 육상 경기

[12육상03-01] 육상 경기의 전략을 분석하고 경기 상황에 적용하며 경기력을 향상한다.

[12육상03-02] 육상 경기의 예절을 준수하고 경기 방법 및 규칙, 심판법, 경기장 등 실제 경기 운영을 위한 제반 사항을 파악하여 대회를 기획하고 운영하며 육상 경기 문화에 대한 안목을 기른다.

(가) 성취기준 해설

- [12육상03-01] 육상 종목별로 경기 전략은 차이가 있다. 종목별로 높은 수준의 경기력을 발휘하는 데 필요한 경기 전술과 전략의 수립 방법을 이해하고, 실제 경기에 참여하면서 날씨, 경기장 환경, 경쟁자의 특성과 수행 능력, 자신의 체력, 심리상태 등의 상황을 정확하게 분석하고 판단함으로써 경기 전략을 적용할 수 있는 능력을 기르도록 한다.
- [12육상03-02] 육상 경기 대회를 진행하기 위해서는 제반 운영 요소가 갖추어져야 한다. 육상의 경기 예절, 경기 방법, 경기 규칙, 심판법 등을 이해하고 경기에 참여할 뿐만 아니라, 학교나 지역사회 육상 경기장의 안전 및 친환경적 측면을 고려하여 실제 육상 경기 대회 개최 계획을 수립하고 준비하여 운영함으로써 육상 문화를 발전시킬 수 있는 능력을 기르도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 육상 경기의 전술 및 전략의 필요성을 인식하고, 육상 경기에 적용될 수 있는 경기 전략을 수립하는 활동을 포함하여 단원 및 수업을 설계한다.
- 육상 경기 대회에 필요한 개인 장비, 경기 운영 및 심판에 필요한 시설 및 용기구 목록을 작성하고, 용기구가 없을 경우 대체품을 제작하거나 다른 용기구를 안전하게 활용한다.
- 육상 경기장 및 제반 시설의 위험 요소와 관중석에서 발생할 수 있는 사고 유형을 파악하고, 사고 발생 위험이 큰 던지기, 장애물 달리기, 장대높이뛰기 등의 사례를 안내하여 안전하게 활동하도록 지도한다.
- 육상에서 필요한 경기 예절, 페어플레이와 반도핑, 안전 및 환경 보전 등의 실천 방안에 관한 토론 활동과 포스터 등과 같은 홍보물 제작 활동을 통해 스포츠 윤리 실천의 중요성을 인식하도록 지도한다.
- 육상 경기 및 운영 과정에서 관찰한 학습자의 신체적, 심리적 상태를 객관적으로 기록한 자료를 활용하여 경기 문화에 참여하는 태도를 평가한다.

〈표 1〉 체육 계열 고등학교 〈육상〉의 신체활동 예시

영역	선택 유형(또는 종목) 예시
•육상과 사회 •육상 기술 •육상 경기	•트랙 경기 - 단거리달리기: 100m, 200m, 400m - 중·장거리달리기: 800m, 1500m, 5000m, 3000mSC - 허들: 100mH, 110mH, 400mH - 이어달리기: 4×100mR, 4×400mR •필드 경기 - 도약 경기: 높이뛰기, 장대높이뛰기, 멀리뛰기, 세단뛰기 - 투척 경기: 포환던지기, 원반던지기, 창던지기, 해머던지기 •혼성 경기: 10종경기 •도로 경기: 구간마라톤, 10km단축마라톤, 하프마라톤 •경보 경기: 10000mW •크로스컨트리

3. 교수·학습 및 평가

가. 교수·학습

(1) 교수·학습의 방향

- (가) 육상 전문성 함양을 위해 육상의 영역별 내용 요소를 깊이 있게 경험할 수 있는 다양한 수업 주제와 교수·학습 활동을 선정하고 조직하며, 육상 전문가로서의 진로 및 진학에 필요한 능력을 함양하도록 지도한다.
- (나) 육상 전문가로서의 소양을 높이기 위해 학습자가 직접 설계한 학습의 비중을 높여 자기 주도적 교수·학습이 이루어지도록 한다. 이를 위해 육상 관련 분야에 대한 학습자의 관심을 고려하여 과제를 제시하거나 선택의 기회를 확대하며, 자신감을 높여주는 동기 유발 전략을 마련한다.
- (다) 교육과정 운영의 전 과정에서 온·오프라인을 연계하고 스포츠 관련 디지털 매체를 활용함으로써 디지털 기초 소양을 함양하며, 학습 자료를 체계적으로 관리하도록 지도한다.
- (라) 육상 전문가로서 갖추어야 할 창의성과 인성을 함양하도록 통합적 교수·학습 활동을 제공한다. 이를 위해 학습자가 심동적, 정의적, 인지적 내용 요소를 균형 있게 학습하고, 타 계열 및 범교과 내용을 폭넓게 학습함으로써 비판적 사고, 바람직한 가치 판단, 개방적 태도, 공동체적 삶의 방식 등을 실천하도록 지도한다.

(2) 교수·학습 방법

- (가) 체육 교과 협의회를 통해 학기 단위로 지도 계획을 수립하고, 과목에서 제시된 모든 성취기준을 학습하도록 지도한다.
- (나) 영역의 특성을 고려한 단원 목표와 학습 활동을 선정하고, 학습자의 사전 학습 경험 및 특성을 충분히 파악하여 교수·학습을 계획하고 운영한다. 학습자의 사전 학습 경험은 수업 내용과 직·간접적으로 관련되는 신체활동의 경험뿐만 아니라 지적, 정서적 경험을 포함한다.
- (다) 수업에 필요한 육상 시설 및 용·기구는 사전에 준비하고, 부족할 경우 지역사회의 시설 등을 적극적으로 활용하며, 각종 육상 장비에 대한 안전 여부를 확인한다.
- (라) 모든 학습자에게 자기 수준에 맞는 학습 기회를 평등하게 제공하고, 육상 과제 활동에서

다양한 역할을 제시하여 적극적으로 활동에 참여하도록 유도한다.

- (마) 다양한 육상 활동에 대한 안전 수칙 준수 및 스포츠 손상 예방을 강조하고, 종목의 특성에 맞는 준비 운동 및 정리 운동을 체계적으로 실시하며, 스포츠 손상 및 안전사고 발생 시 신속하게 대처하도록 지도한다.
- (바) 최소 성취수준 보장을 위해 수준별 학습이 가능하도록 학습 자료를 재구성하고, 스포츠 대회나 부상 등으로 인한 학습 결손 시 디지털 학습 도구 등을 활용하여 심화 보충 학습이 이루어지도록 운영한다.

나. 평가

(1) 평가의 방향

- (가) 육상 전반에 대한 지식의 이해 수준과 수행 과정, 학습 태도 등을 종합적으로 평가하고, 인지적, 정의적 영역에 관한 서·논술형 평가를 병행하는 등 평가 도구를 다양화하여 과목의 학습 내용을 균형 있게 평가한다.
- (나) 육상 전문가로서의 성장 과정을 반영한 다면적 평가가 이루어질 수 있도록 하고, 학습 과정 및 결과에 관한 누가 기록을 통해 학습자 성장 과정을 체계적으로 분석, 관리한다.
- (다) 학습자의 특기 종목이나 수준의 다양성을 고려하여 학습자의 개별 학습 과정을 관찰하고 기록하여 학습자의 질적 변화를 체계적으로 관리한다.

(2) 평가 방법

- (가) 평가 내용에는 영역별 지식·이해, 과정·기능, 가치·태도 요소를 균형 있게 포함하고, 평가의 범위는 교수·학습 활동에서 학습한 전 영역을 대상으로 하되, 영역에 따라 평가 비중을 달리할 수 있다. 단, 평가 내용의 균형성을 위해 특정 영역에 편중되지 않도록 한다.
- (나) 성취기준 및 성취수준의 선정은 교육과정 성취기준과 단위 학교 수업 내용을 바탕으로 하고, 교수·학습의 내용 및 방법을 고려하여 영역별 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 수 있다. 단 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 경우, 내용 영역별 성취기준이 누락되지 않도록 한다.
- (다) 성취수준은 점수화 및 등급화를 위한 기능의 단순 분류나 기록의 명시보다는 영역별 내용

요소에 따른 기능의 도달 정도를 구체적으로 나타낼 수 있는 행동 수준으로 진술하고, 평가 등급(단계) 또한 양적 요소와 질적 요소를 모두 포함하여 각각의 수준에 맞게 진술한다.

- (라) 평가 방법은 학습 목표 및 평가 목적에 적합하게 선정하고, 체육과 평가에서 활용되는 기존 평가 도구를 사용하거나 평가 내용에 적합한 도구를 개발하여 사용할 수 있다.
- (마) 학기 초에 성취수준 및 최소 성취수준에 대해 학습자에게 충분히 안내하고, 최소 성취수준 미도달이 예상되는 학습자를 사전에 파악하여 적극적으로 피드백을 제공함으로써 학습 과정을 스스로 개선하도록 하며, 학습 과정 및 결과를 누가 기록하여 체육 계열 진로 교육의 기초 자료로 활용한다.

체조

1. 성격 및 목표

가. 성격

〈체조〉는 체조의 사회적 변화 방향 및 과정을 이해하고, 체조 기술을 세련화하여 경기에 적용함으로써 체조 전문가로서 기술적 능력과 경기 문화에 대한 소양을 길러주는 과목이다.

체조는 신체의 이동, 회전, 균형 등 인간의 기본적인 움직임을 근력, 유연성, 민첩성, 평형감각을 이용해 기술적이고 예술적인 움직임으로 발전해 왔고, 특히 기계체조는 마루, 안마, 링, 도마, 평행봉, 철봉, 이단평행봉, 평균대 등 다양한 세부 종목으로 분화되고 전문화되면서 고대부터 현대에 이르기까지 중요한 경기 문화로 자리 잡았다. 체조 전문가에게는 이러한 체조의 시대적·사회적 변천 과정을 종합적으로 파악하는 능력, 체조의 각종 트레이닝 방법을 적용하여 기술을 개선하는 능력, 체조 수행 과정에서 발생한 스포츠 손상을 관리하는 능력, 체조를 현대 사회의 생활체육에 맞게 다양한 형태로 대중화하는 능력이 필요하다. 따라서 〈체조〉 과목에서는 체조의 사회적 변화·발전 과정을 탐구하고, 세분화된 체조 기술을 과학적이고 전문적으로 학습하며, 현대 체조 경기 문화의 특성과 유형을 바탕으로 실제 경기에 참여하고 직접 경기를 운영함으로써 체조 관련 진로와 연계하는 데 주안점을 둔다.

나. 목표

〈체조〉 과목은 체조의 전문성을 향상하는 데 필요한 이론적 지식을 탐색하고, 체계적이고 과학적인 트레이닝을 통해 체조의 경기 기술을 숙련하며, 체조 경기 문화에 대한 안목을 기르는 것을 목표로 한다.

- (1) 체조의 역사와 유형 및 특성, 생활체육으로의 발전 과정을 이해하고, 체조의 가치를 실천한다.
- (2) 체조의 과학적 이론에 기초해 경기 기술 향상을 위한 트레이닝 방법을 숙달하고, 체조 경기 기술을 안전하게 수행한다.

- (3) 체조 경기 방법 및 규칙을 준수하고, 경기 전략을 발휘하며, 체조 경기 문화에 대한 안목을 기른다.

2. 내용 체계 및 성취기준

가. 내용 체계

핵심 아이디어	• 체조는 신체의 이동, 회전, 균형 등과 같은 기술을 여러 유형의 경기로 발전시켜왔으며 다양한 체육 활동에서 응용된다. • 체조 기술은 과학적 이론에 따른 트레이닝을 통해 세련화되고 경기에 적용하면서 발전한다. • 인간은 체조 경기 문화에 맞게 대회를 운영하고 발전시킴으로써 체조 전문가로 성장한다.		
영역 범주	체조와 사회	체조 기술	체조 경기
지식·이해	• 체조의 역사 • 체조의 유형 및 특성 • 체조와 생활체육	• 체조의 과학적 이론 • 체조의 전문 기술 • 체조 트레이닝 • 스포츠 손상 예방 및 처치법	• 체조 경기 전략 • 체조 경기 예절 • 체조 경기의 실제
과정·기능	• 체조의 사회적 변화발전 과정 탐구하기 • 체조 경기 기술 안전하게 수행하기 • 체조 경기대회를 기획하고 운영하기		
가치·태도	• 수월성 향상을 위한 적극성 • 체조 경기 문화에 대한 안목		

나. 성취기준

(1) 체조와 사회

- [12체조01-01] 체조의 유래와 변천 과정을 이해하며 체조의 사회적 변화를 탐구한다.
- [12체조01-02] 체조의 유형을 분류하고 종목별 특성을 파악한다.
- [12체조01-03] 체조가 생활체육으로 확대·적용되는 과정을 탐색함으로써 현대 사회에서 체조의 사회적, 문화적 가치를 이해한다.

(가) 성취기준 해설

- [12체조01-01] 체조는 각 지역별, 시대별 사회 문화적 특성과 문화가 생성되고 교류하여 변화하는 과정을 통해 발달하였다. 체조의 변화 과정을 중요한 사건, 인물, 기록, 대회, 용·

기구의 발달 등의 관점에서 비교하고, 현대 사회에서 조직화, 세분화된 체조의 특성을 이해함으로써 체조의 중요성을 인식하도록 한다.

- [12체조01-02] 체조는 신체를 단련하고 균형 있게 발달시키기 위해 고안된 것에서부터 목적에 따라 다양화되고 있다. 맨손체조, 기계체조, 리듬체조, 에어로빅스 등 다양한 체조의 유형별 공통점과 차이점을 파악하고, 각 유형별 경기 종류와 특성을 비교함으로써 체조의 사회적 변화를 이해하도록 한다.
- [12체조01-03] 체조는 개인의 체력 향상과 건강 증진에 도움을 주며 현대에는 생활체육으로 응용·발전하고 있다. 체조가 생활체육으로 대중화되는 과정을 살펴봄으로써 다양한 활동으로 형성된 체조 문화의 사회적, 문화적 가치를 인식하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 체조의 기원을 설명하고, 시대적 흐름에 따라 세계와 우리나라 체조의 변천 과정을 비교하며 이해하도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 체조의 변천 과정이나 사건 등이 담긴 그림, 신문, 도서, 영상 등의 역사적 실증 자료를 활용하여 수업 내용을 준비한다.
- 새로운 체조를 고안하거나 더 아름다운 체조 동작을 개발하기 위해 노력한 인물을 찾아보고, 창의적으로 도전하는 삶의 가치와 중요성을 인식하도록 지도한다.
- 건강과 행복을 위해 맨손체조, 기계체조, 에어로빅스, 요가, 필라테스 등 일상생활에서 체조를 즐기는 사람들을 찾아보고, 생활체육으로서 체조의 매력과 효과를 알아보고 실천하도록 학습 과제를 제시한다.
- 체조의 변천 과정에 대한 사례 보고서나 체조의 가치에 대한 주제 발표 결과를 활용하여 체조에 대한 이해력을 평가한다.

(2) 체조 기술

[12체조02-01] 체조 기술의 과학적 원리를 이론적으로 탐구한다.

[12체조02-02] 체조에 적합한 트레이닝 원리와 방법을 적용하여 기술 수행 능력을 개선한다.

[12체조02-03] 체조 활동에서 나타나는 스포츠 손상을 예방하고 올바른 처치 방법을 활용하여 안전한 연습 및 경기 환경을 조성한다.

(가) 성취기준 해설

- [12체조02-01] 체조는 종목별 기술에 따라 다양한 과학적 이론으로 해석할 수 있다. 생리학적, 역학적, 심리학적 이론 등의 과학적 이론을 바탕으로 체조 기술에 대한 효과적인 수행 방법을 파악하는 데 중점을 둔다.

- [12체조02-02] 체조 전문 기술은 종목에 따라 차이가 있다. 체조 종목별로 요구되는 기술, 체력, 심리 훈련의 원리와 방법을 이해하여 최상의 경기력을 발휘하기 위한 훈련 목표를 세우고, 기간에 따라 연간, 월간, 주간, 일일 훈련계획을 실천함으로써 적극적으로 기술을 개선하도록 한다.
- [12체조02-03] 체조의 유형과 종목에 따라 발생할 수 있는 부상의 종류와 원인은 다르다. 체조 종목별 운동 수칙과 부상 부위별 응급처치 방법을 숙지함으로써 연습 및 경기에 안전하게 참여하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 체조 기술을 이론적 수준에서 학습하기보다는 체조 경기를 수행하는 과정에서 과학적 이론을 적용함으로써 학습자들의 경기 능력을 향상하도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 체조 기술을 타 과목의 학습 주제와 연계하여 교수·학습 활동을 설계함으로써 학습자들의 창의적 사고를 촉진한다.
- 트레이닝의 체계 및 분류를 포괄적으로 탐구하고, 체조 종목의 특성에 따른 합리적이고 과학적인 트레이닝 계획을 수립하고 실천하도록 학습 과제를 선정한다.
- 자기 주도적 학습을 위해 학습자 스스로 자신의 수준을 고려한 개별 맞춤형 훈련목표를 세우고, 훈련목표에 따른 구체적인 훈련 계획의 수립과 실천을 할 수 있도록 지도한다.
- 체조 경기에서 발생하기 쉬운 부상과 안전사고를 가정한 상황을 연출하여 스포츠 손상 예방 및 대처 능력을 평가한다.
- 트레이닝의 과학적 원리에 대한 적용 사례 보고서나 관찰한 누가기록 등을 활용하여 체조 기술 수행 능력을 평가한다.

(3) 체조 경기

[12체조03-01] 체조 경기의 전략을 분석하고 경기 상황에 적용하며 경기력을 향상한다.

[12체조03-02] 체조 경기의 예절을 준수하고 경기 방법 및 규칙, 심판법, 경기장 등 실제 경기 운영을 위한 제반 사항을 파악하여 대회를 기획하고 운영함으로써 체조 경기 문화에 대한 안목을 기른다.

(가) 성취기준 해설

- [12체조03-01] 체조 종목별로 경기 전략은 차이가 있다. 종목별로 높은 수준의 경기력을 발휘하는 데 필요한 경기 전술과 전략의 수립 방법을 이해하고, 실제 경기에 참여하면서 날씨, 경기장 환경, 경쟁자의 특성과 수행 능력, 자신의 체력, 심리상태 등의 상황을 정확하게 분석하고 판단함으로써 경기 전략을 적용할 수 있는 능력을 기르도록 한다.

- [12체조03-02] 체조 경기 대회가 치러지기 위해서는 제반 운영 요소가 갖추어져야 한다. 체조의 경기 예절, 경기 방법, 경기 규칙, 심판법 등을 이해하고 경기에 참여할 뿐만 아니라, 학교나 지역사회 체조경기장의 안전 및 친환경적 측면을 고려하여 실제 체조 경기 대회 개최 계획을 수립하고 준비하여 운영함으로써 체조 문화를 발전시킬 수 있는 능력을 기르도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 체조 경기의 전술 및 전략의 필요성을 인식하고, 체조 경기에서 적용될 수 있는 경기 전략을 수립하는 활동을 포함하여 단원 및 수업을 설계한다.
- 체조 경기 대회에 필요한 개인 장비, 경기 운영 및 심판에 필요한 시설 및 용기구 목록을 작성하고, 용기구가 없을 경우 대체품을 안전하게 활용한다.
- 체조 경기장 및 제반 시설의 위험 요소와 관중석에서 발생할 수 있는 사고 유형을 파악하고, 사고 발생 위험이 큰 기계체조, 트램펄린 체조 등의 사례를 안내하여 안전하게 활동하도록 지도한다.
- 체조에서 필요한 경기 예절, 페어플레이와 반도핑, 안전 및 환경 보전 등의 실천 방안에 관한 토론 활동과 포스터 등과 같은 홍보물 제작 활동을 통해 스포츠 윤리 실천의 중요성을 인식하도록 지도한다.
- 체조 경기 및 운영 과정에서 관찰한 학습자의 신체적, 심리적 상태를 객관적으로 기록한 자료를 활용하여 경기 문화에 참여하는 태도를 평가한다.

〈표 2〉 체육 계열 고등학교 〈체조〉의 신체활동 예시

영역	선택 유형(또는 종목) 예시
• 체조와 사회 • 체조 기술 • 체조 경기	• 기계체조 - (남) 마루, 안마, 링, 도마, 평행봉, 철봉 - (여) 도마, 이단평행봉, 평균대, 마루 • 리듬체조 : 줄, 후프, 볼, 곤봉, 리본 • 에어로빅 체조: 혼성 2인조, 3인조, 에어로빅스텝 • 트램펄린 체조: 트램펄린 개인, 트램펄린 싱크로나이즈, 더블 미니 트램펄린, 텀블링 • 생활 체조: 요가, 필라테스, 댄스스포츠 등

3. 교수·학습 및 평가

가. 교수·학습

(1) 교수·학습의 방향

- (가) 체조 전문성 함양을 위해 체조의 영역별 내용 요소를 깊이 있게 경험할 수 있는 다양한 수업 주제와 교수·학습 활동을 선정하고 조직하며, 체조 전문가의 진로 및 진학에 필요한 능력을 함양하도록 지도한다.
- (나) 체조 전문가로서의 소양을 높이기 위해 학습자가 직접 설계한 학습의 비중을 높여 자기 주도적 교수·학습이 이루어지도록 한다. 이를 위해 체조 관련 분야에 대한 학습자의 관심을 고려하여 과제를 제시하거나 선택의 기회를 확대하며, 자신감을 높여주는 동기 유발 전략을 마련한다.
- (다) 교육과정 운영의 전 과정에서 온·오프라인을 연계하고 스포츠 관련 디지털 매체를 활용함으로써 디지털 기초 소양을 함양하며, 학습 자료를 체계적으로 관리하도록 지도한다.
- (라) 체조 전문가로서 갖추어야 할 창의성과 인성을 함양하도록 통합적 교수·학습 활동을 제공한다. 이를 위해 학습자가 심동적, 정의적, 인지적 내용 요소를 균형 있게 학습하고, 타 계열 및 범교과의 내용을 폭넓게 학습함으로써 비판적 사고, 바람직한 가치 판단, 개방적 태도, 공동체적 삶의 방식 등을 실천하도록 지도한다.

(2) 교수·학습 방법

- (가) 체육 교과 협의회를 통해 학기 단위로 지도 계획을 수립하고, 과목에서 제시된 모든 성취기준을 학습하도록 지도한다.
- (나) 영역의 특성을 고려한 단원 목표와 학습 활동을 선정하고, 학습자의 사전 학습 경험 및 특성을 충분히 파악하여 교수·학습을 계획하고 운영한다. 학습자의 사전 학습 경험은 수업 내용과 직·간접적으로 관련되는 신체활동의 경험뿐만 아니라 지적, 정서적 경험을 포함한다.
- (다) 수업에 필요한 체조 시설 및 용·기구는 사전에 준비하고 부족할 경우 지역사회 시설 등을 적극적으로 활용하며, 각종 체조 장비에 대한 안전 여부를 확인한다.

- (라) 모든 학습자에게 자기 수준에 맞는 학습 기회를 평등하게 제공하고, 체조 과제 활동에서 다양한 역할을 제시하여 활동에 적극적으로 참여하도록 유도한다.
- (마) 다양한 체조 활동에 대한 안전 수칙 준수 및 스포츠 손상 예방을 강조하고, 종목의 특성에 맞는 준비 운동 및 정리 운동을 체계적으로 실시하며, 스포츠 손상 및 안전사고 발생 시 신속하게 대처하도록 지도한다.
- (바) 최소 성취기준 보장을 위해 수준별 학습이 가능하도록 학습 자료를 재구성하고, 스포츠 대회나 부상 등으로 인한 학습 결손 시 디지털 학습 도구 등을 활용하여 심화 보충 학습이 이루어지도록 지도한다.

나. 평가

(1) 평가의 방향

- (가) 체조 전반에 대한 지식의 이해 수준과 수행 과정, 학습 태도 등을 종합적으로 평가하고, 인지적, 정의적 영역에 관한 서·논술형 평가를 병행하는 등 평가 도구를 다양화하여 과목의 학습 내용을 균형 있게 평가한다.
- (나) 체조 전문가로서의 성장 과정을 반영한 다면적 평가가 이루어질 수 있도록 하고, 학습 과정 및 결과에 관한 누가 기록을 통해 학습자 성장 과정을 체계적으로 분석, 관리한다.
- (다) 학습자의 특기 종목이나 수준의 다양성을 고려하여 학습자의 개별 학습 과정을 관찰하고 기록하여 학습자의 질적 변화를 체계적으로 관리한다.

(2) 평가 방법

- (가) 평가 내용에는 영역별 지식·이해, 과정·기능, 가치·태도 요소를 고루 포함하고, 평가의 범위는 교수·학습 활동에서 학습한 전체 영역을 대상으로 하되, 영역에 따라 평가 비중을 달리할 수 있다. 단, 평가 내용의 균형성을 위해 특정 영역에 편중되지 않도록 한다.
- (나) 성취기준 및 성취수준의 선정은 교육과정 성취기준과 단위 학교 수업 내용을 바탕으로 하고, 교수·학습의 내용 및 방법을 고려하여 영역별 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 수 있다. 단, 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 경우, 내용 영역별 성취기준이 누락되지 않도록 한다.

- (다) 성취수준은 점수화 및 등급화를 위한 기능의 단순 분류나 기록의 명시보다는 영역별 내용 요소에 따른 기능의 도달 정도를 구체적으로 나타낼 수 있는 행동 수준으로 진술하고, 평가 등급(단계) 또한 양적 요소와 질적 요소를 모두 포함하여 각각의 수준에 맞게 진술하도록 한다.
- (라) 평가 방법은 학습 목표 및 평가 목적에 적합하게 선정하고, 체육과 평가에서 활용되는 기존 평가 도구를 사용하거나 평가 내용에 적합한 도구를 개발하여 사용할 수 있다.
- (마) 학기 초에 성취수준 및 최소 성취수준에 대해 학습자에게 충분히 안내하고, 최소 성취수준 미도달이 예상되는 학습자를 사전에 파악하여 적극적으로 피드백을 제공함으로써 학습 과정을 스스로 개선하도록 하며, 학습 과정 및 결과를 누가 기록하여 체육 계열 진로 교육의 기초 자료로 활용한다.

수상 스포츠

1. 성격 및 목표

가. 성격

〈수상 스포츠〉는 수상 스포츠의 사회적 변화 방향 및 과정을 이해하고, 수상 스포츠 기술을 세련화하여 경기에 적용함으로써 수상 스포츠 전문가로서 기술적 능력과 경기 문화에 대한 소양을 길러주는 과목이다.

수상 스포츠는 물에 뛰어들고 헤엄치며 다양한 장비를 활용해 이동하는 움직임이 경영, 다이빙, 핀수영, 조정, 카누, 서핑, 수상스키, 스쿠버 다이빙, 아티스틱 스위밍 등 다양한 종목으로 분화되고 전문화되면서, 고대부터 현대에 이르기까지 중요한 경기 및 여가 문화로 자리 잡았다. 수상 스포츠 전문가에게는 이러한 수상 스포츠의 시대적·사회적 변천 과정을 종합적으로 파악하는 능력, 수상 스포츠의 각종 트레이닝 방법을 적용하여 기술을 개선하는 능력, 수상 스포츠 수행 과정에서 발생한 스포츠 손상을 관리하고 안전하게 수행하는 능력, 수상 스포츠를 현대사회의 생활체육에 맞게 대중화하여 여가 스포츠를 확산하는 능력이 필요하다. 따라서 〈수상 스포츠〉 과목에서는 수상 스포츠의 사회적 변화·발전 과정을 탐구하고, 세분화된 수상 스포츠 기술을 과학적이고 전문적으로 학습하며, 현대 사회 수상 스포츠 경기 문화의 특성과 유형을 바탕으로 실제 경기에 참여하고 직접 경기를 운영함으로써 수상 스포츠 관련 진로와 연계하는 데 주안점을 둔다.

나. 목표

〈수상 스포츠〉 과목은 수상 스포츠의 전문성을 향상하는 데 필요한 이론적 지식을 탐색하고, 체계적이고 과학적인 트레이닝을 통해 수상 스포츠의 경기 기술을 숙련하며, 수상 스포츠 경기 문화에 대한 안목을 기르는 것을 목표로 한다.

- (1) 수상 스포츠의 역사와 유형 및 특성, 생활체육으로의 발전 과정을 이해하고, 수상 스포츠의 가치를 실천한다.

- (2) 수상 스포츠의 과학적 이론에 기초해 경기 기술 향상을 위한 트레이닝 방법을 숙달하고, 수상 스포츠 경기 기술을 안전하게 수행한다.
- (3) 수상 스포츠 경기 방법 및 규칙을 준수하고, 경기 전략을 발휘하며, 수상 스포츠 경기 문화에 대한 안목을 기른다.

2. 내용 체계 및 성취기준

가. 내용 체계

핵심 아이디어	- 수상 스포츠는 헤엄치기, 뛰어들기 등과 같은 기술을 여러 유형의 경기로 발전시켜 왔으며 다양한 체육 활동에서 응용된다. - 수상 스포츠 기술은 과학적 이론에 따른 트레이닝을 통해 세련화되고 경기에 적용하면서 발전한다. - 인간은 수상 스포츠 경기 문화에 맞게 대회를 운영하고 발전시킴으로 수상 스포츠 전문가로 성장한다.		
영역 범주	수상 스포츠와 사회	수상 스포츠 기술	수상 경기
지식·이해	- 수상 스포츠의 역사 - 수상 스포츠의 유형 및 특성 - 수상 스포츠와 생활체육	- 수상 스포츠의 과학적 이론 - 수상 스포츠의 전문 기술 - 수상 스포츠 트레이닝 - 스포츠 손상 예방 및 처치법	- 수상 경기 전략 - 수상 경기 방법과 경기 규칙 - 수상 경기의 실제
과정·기능	- 수상 스포츠의 사회적 변화발전 과정 탐구하기 - 수상 스포츠 경기 기술 안전하게 수행하기 - 수상 경기대회를 기획하고 운영하기		
가치·태도	- 수월성 향상을 위한 적극성 - 수상 경기 문화에 대한 안목		

나. 성취기준

(1) 수상 스포츠와 사회

- [12수상01-01] 수상 스포츠의 유래와 변천 과정을 이해하며 수상 스포츠의 사회적 변화를 탐구한다.
- [12수상01-02] 수상 스포츠의 유형을 분류하고 종목별 특성을 파악한다.
- [12수상01-03] 수상 스포츠가 생활체육으로 확대·적용되는 과정을 탐색함으로써 현대 사회에서 수상 스포츠의 사회적, 문화적 가치를 이해한다.

(가) 성취기준 해설

- [12수상01-01] 수상 스포츠는 인류의 생존을 위해 물속에서 헤엄치는 것에서부터 발달하였다. 수상 스포츠의 유래와 발달 과정을 이해하기 위해 시대별, 지역별 특성에 따른 수상 스포츠의 변천 과정을 중요한 사건, 인물, 기록, 용기구의 발달 등의 관점에서 비교하고, 현대사회 조직화, 세분화, 다양화된 수상 스포츠의 특성을 이해함으로써 수상 스포츠의 가치를 인식하도록 한다.
- [12수상01-02] 수상 스포츠는 장소와 장비에 따라 다양화되고 있으며, 물에서 행해지는 인간의 모든 신체활동이 경기화 되고 있다는 점을 이해하고 수상 스포츠의 유형별 공통점과 차이점을 파악함으로써 수상 스포츠의 사회적 변화를 이해하도록 한다.
- [12수상01-03] 수상스포츠는 신체 발달을 도모하고, 자연과 환경에 대한 도전 정신을 함양하는 데 도움이 된다. 수상 스포츠가 생활체육으로 대중화되는 과정을 살펴봄으로써 다양한 방식으로 수상 스포츠에 참여하는 사람들이 만들어가는 수상 스포츠 문화의 사회적, 문화적 가치의 중요성 인식하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 수상 스포츠의 기원을 설명하고, 시대적 흐름에 따라 세계와 우리나라 수상 스포츠의 변천 과정을 비교하며 이해하도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 수상 스포츠의 변천 과정이나 사건 등이 담긴 그림, 신문, 도서, 영상 등의 역사적 실증 자료를 활용하여 수업 내용을 준비한다.
- 자연에 대한 겸손한 태도를 바탕으로 자연환경에 도전하여 인간의 한계를 극복하기 위해 도전하는 자세의 중요성과 가치를 인식하고 생활 속에서 실천하는 방안을 찾도록 지도한다.
- 자연환경을 보존하면서 수상 스포츠를 즐길 수 있는 방법을 찾아보고, 생태적 스포츠로서 수상 스포츠가 가지고 있는 가치를 인식하며, 지속적인 스포츠 여가문화로 발전하기 위해 방안을 모색하도록 지도한다.
- 수상 스포츠의 변천 과정에 대한 사례 보고서나 수상 스포츠의 가치에 대한 주제 발표를 활용하여 수상스포츠에 대한 이해력을 평가한다.

(2) 수상 스포츠 기술

- [12수상02-01] 수상 스포츠 기술의 과학적 원리를 이론적으로 탐구한다.
- [12수상02-02] 수상 스포츠에 적합한 트레이닝 원리와 방법을 적용하여 기술 수행 능력을 개선한다.
- [12수상02-03] 수상 스포츠 활동에서 나타나는 스포츠 손상을 예방하고 올바른 처치 방법을 활용하여 안전한 연습 및 경기 환경을 조성한다.

(가) 성취기준 해설

- [12수상02-01] 수상 스포츠는 종목별 기술에 따라 다양한 과학적 이론으로 해석할 수 있다. 생리학적, 역학적, 심리학적 이론 등의 과학적 이론을 바탕으로 수상 스포츠 기술에 대한 효과적인 수행 방법을 파악하도록 한다.
- [12수상02-02] 수상 스포츠 전문 기술은 종목에 따라 차이가 있다. 수상스포츠 종목별로 요구되는 기술, 체력, 심리 훈련의 원리와 방법을 이해하여 최상의 경기력을 발휘하기 위한 훈련 목표를 세우고, 기간에 따라 연간, 월간, 주간, 일일 훈련 계획을 실천함으로써 기술을 개선하도록 한다.
- [12수상02-03] 수상스포츠의 유형과 종목에 따라 발생할 수 있는 부상의 종류와 원인은 다르다. 수상스포츠 종목별 운동 수칙과 부상 부위별 응급처치 방법을 숙지함으로써 안전하게 연습과 경기에 참여하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 수상 스포츠 기술을 이론적 수준에서 학습하기보다는 수상 스포츠를 수행하는 과정에서 과학적 원리를 적용함으로써 학습자들의 경기 능력을 향상하도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 수상 스포츠 기술을 타 과목의 학습 주제와 연계하여 교수·학습 활동을 설계함으로써 학습자들의 창의적 사고를 촉진한다.
- 트레이닝의 체계 및 분류를 포괄적으로 탐구하고, 수상 스포츠 종목의 특성에 따른 합리적이고 과학적인 트레이닝 계획을 수립하고 실천하도록 학습 과제를 선정한다.
- 자기 주도적 학습을 위해 학습자 스스로 자신의 수준을 고려한 개별 맞춤형 훈련목표를 세우고, 훈련목표에 따른 구체적인 훈련 계획의 수립과 실천을 할 수 있도록 지도한다.
- 수상 스포츠 경기에서 발생하기 쉬운 부상과 안전사고를 가정한 상황을 연출하여 스포츠 손상 예방 및 대처 능력을 평가한다.
- 트레이닝의 과학적 원리에 대한 적용 사례 보고서나 관찰한 누가기록 등을 활용하여 수상 스포츠 기술 수행 능력을 평가한다.

(3) 수상 경기

[12수상03-01] 수상 경기의 전략을 분석하고 경기 상황에 적용하며 경기력을 향상한다.

[12수상03-02] 수상 경기의 예절을 준수하고 경기 방법 및 규칙, 심판법, 경기장 등 실제 경기 운영을 위한 제반 사항을 파악하여 경기 대회를 기획하고 운영함으로써 수상 경기 문화에 대한 안목을 기른다.

(가) 성취기준 해설

- [12수상03-01] 수상스포츠 종목별로 경기 전략은 차이가 있다. 수상 스포츠 종목별 경기에서 높은 수준의 경기력을 발휘하는 데 필요한 경기 전술과 전략의 수립 방법을 이해하고, 실제 경기에 참여하면서 기온과 바람 등의 자연환경, 경기장 환경, 사용하는 장비의 상태 등의 상황을 정확하게 분석하고 판단함으로써 적절한 경기 전략을 적용할 수 있는 능력을 기르도록 한다.
- [12수상03-02] 수상 스포츠 경기 대회가 치러지기 위해서는 제반 운영 요소가 갖추어져야 한다. 수상 스포츠 경기의 종목별 경기 예절, 경기 방법, 경기 규칙, 심판법 등을 이해하고 경기에 참여할 뿐만 아니라, 학교나 지역사회 수상 스포츠 경기장의 수상 안전 및 친환경적 측면을 고려하여 수상 스포츠 경기 대회 개최 계획을 수립하고 준비하여 운영함으로써 수상 스포츠 문화를 발전시킬 수 있는 능력을 기르도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 수상 스포츠의 경기 전술 및 전략의 필요성을 인식하고, 수상 스포츠 경기에서 적용될 수 있는 경기 전략을 수립하는 활동을 포함하여 단원 및 수업을 설계한다.
- 수상 스포츠 경기 대회에 필요한 개인 장비, 경기 운영 및 심판에 필요한 시설 및 용기구 목록을 작성하고, 용기구가 없을 경우 대체품을 안전하게 활용한다.
- 수상 스포츠 경기장 및 제반 시설의 위험 요소와 관중석에서 발생할 수 있는 사고 유형을 파악하고, 사고 발생 위험이 큰 다이빙, 카누, 수상스키 등의 사례를 안내하여 안전하게 활동하도록 지도한다.
- 수상 스포츠에서 필요한 경기 예절, 페어플레이와 반도핑, 수상 안전 및 환경 보전 등의 실천 방안에 관한 토론 활동과 포스터 등과 같은 홍보물 제작 활동을 통해 스포츠 윤리 실천의 중요성을 인식하도록 지도한다.
- 수상 스포츠 경기 및 운영 과정에서 관찰한 학습자의 신체적, 심리적 상태를 객관적으로 기록한 자료를 활용하여 경기 문화에 참여하는 태도를 평가한다.

〈표 3〉 체육 계열 고등학교 〈수상 스포츠〉의 신체활동 예시

영역	선택 유형(또는 종목) 예시		
• 수상 스포츠와 사회 • 수상 스포츠 기술 • 수상 경기	• 경영 - 자유형(크롤): 50m, 100m, 200m, 400m, 1500m - 배영: 50m, 100m, 200m - 평영: 50m, 100m, 200m - 접영: 50m, 100m, 200m - 개인혼영: 200m, 400m - 혼계영: 400m - 계영: 400m, 800m • 다이빙 • 핀수영 • 윈드서핑 • 수상 안전 등		
	• 수구	• 아티스틱 스위밍	
	• 조정	• 카누	
	• 스쿠버 다이빙	• 수상 스키	

3. 교수·학습 및 평가

가. 교수·학습

(1) 교수·학습의 방향

- (가) 수상 스포츠 전문성 함양을 위해 수상 스포츠의 영역별 내용 요소를 깊이 있게 경험할 수 있는 다양한 수업 주제와 교수·학습 활동을 선정하고 조직하며, 수상 스포츠 전문가로서의 진로 및 진학에 필요한 능력을 함양하도록 지도한다.
- (나) 수상 스포츠 전문가로서의 소양을 높이기 위해 학습자가 직접 설계한 학습의 비중을 높여 자기 주도적 교수·학습이 이루어지도록 한다. 이를 위해 수상 스포츠 관련 분야에 대한 학습자의 관심을 고려하여 과제를 제시하거나 선택의 기회를 확대하며, 자신감을 높여주는 동기 유발 전략을 마련한다.
- (다) 교육과정 운영의 전 과정에서 온·오프라인을 연계하고 스포츠 관련 디지털 매체를 활용함으로써 디지털 기초 소양을 함양하며, 학습 자료를 체계적으로 관리하도록 지도한다.
- (라) 수상 스포츠 전문가로서 갖추어야 할 창의성과 인성을 함양하도록 통합적 교수·학습 활동을 제공한다. 이를 위해 학습자가 심동적, 정의적, 인지적 내용 요소를 균형 있게 학습하고, 타 계열 및 범교과의 내용을 폭넓게 학습함으로써 비판적 사고, 바람직한 가치 판단, 개방적 태도, 공동체적 삶의 방식 등을 실천하도록 지도한다.

(2) 교수·학습 방법

- (가) 체육 교과 협의회를 통해 학기 단위로 지도 계획을 수립하고, 과목에서 제시된 모든 성취기준을 학습하도록 지도한다.
- (나) 영역의 특성을 고려한 단위 목표와 학습 활동을 선정하고, 학습자의 사전 학습 경험 및 특성을 충분히 파악하여 교수·학습을 계획하고 운영한다. 학습자의 사전 학습 경험은 수업 내용과 직·간접적으로 관련되는 신체활동의 경험뿐만 아니라 지적, 정서적 경험을 포함한다.
- (다) 수업에 필요한 수상 스포츠 시설 및 용·기구는 사전에 준비하고 부족할 경우 지역사회의 시설 등을 적극적으로 활용하며, 각종 수상 스포츠 장비에 대한 안전 여부를 확인한다.
- (라) 모든 학습자에게 자기 수준에 맞는 학습 기회를 평등하게 제공하고, 과제 활동에서 다양한 역할을 제시하여 적극적으로 활동에 참여하도록 유도한다.
- (마) 다양한 수상 스포츠 활동에 대한 안전 수칙 준수 및 스포츠 손상 예방을 강조하고, 종목의 특성에 맞는 준비 운동 및 정리 운동을 체계적으로 실시하며, 스포츠 손상 및 안전사고 발생 시 신속하게 대처하도록 지도한다.
- (바) 최소 성취수준 보장을 위해 수준별 학습이 가능하도록 학습 자료를 재구성하고, 스포츠 대회나 부상 등으로 인한 학습 결손 시 디지털 학습 도구 등을 활용하여 심화 보충 학습이 이루어지도록 운영한다.

나. 평가

(1) 평가의 방향

- (가) 수상 스포츠 전반에 대한 지식의 이해 수준과 수행 과정, 학습 태도 등을 종합적으로 평가하고, 인지적, 정의적 영역에 관한 서·논술형 평가를 병행하는 등 평가 도구를 다양화하여 과목의 학습 내용을 균형 있게 평가한다.
- (나) 수상 스포츠 전문가로서의 성장 과정을 반영한 다면적 평가가 이루어질 수 있도록 하고, 학습 과정 및 결과에 관한 누가 기록을 통해 학습자 성장 과정을 체계적으로 분석, 관리한다.
- (다) 학습자의 특기 종목이나 수준의 다양성을 고려하여 학습자의 개별 학습 과정을 관찰하고

기록하여 학습자의 질적 변화를 체계적으로 관리한다.

(2) 평가 방법

- (가) 평가 내용에는 영역별 지식·이해, 과정·기능, 가치·태도 요소를 균형 있게 포함하고, 평가의 범위는 교수·학습 활동에서 학습한 전 영역을 대상으로 하되, 영역에 따라 평가 비중을 달리할 수 있다. 단, 평가 내용의 균형성을 위해 특정 영역에 편중되지 않도록 한다.
- (나) 성취기준 및 성취수준의 선정은 교육과정 성취기준과 단위 학교 수업 내용을 바탕으로 하고, 교수·학습의 내용 및 방법을 고려하여 영역별 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 수 있다. 단 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 경우, 내용 영역별 성취기준이 누락되지 않도록 한다.
- (다) 성취수준은 점수화 및 등급화를 위한 기능의 단순 분류나 기록의 명시보다는 영역별 내용 요소에 따른 기능의 도달 정도를 구체적으로 나타낼 수 있는 행동 수준으로 진술하고, 평가 등급(단계) 또한 양적 요소와 질적 요소를 모두 포함하여 각각의 수준에 맞게 진술하도록 한다.
- (라) 평가 방법은 학습 목표 및 평가 목적에 적합하게 선정하고, 체육과 평가에서 활용되는 기존 평가 도구를 사용하거나 평가 내용에 적합한 도구를 개발하여 사용할 수 있다.
- (마) 학기 초에 성취수준 및 최소 성취수준에 대해 학습자에게 충분히 안내하고, 최소 성취수준 미도달이 예상되는 학습자를 사전에 파악하여 적극적으로 피드백을 제공함으로써 학습 과정을 스스로 개선하도록 하며, 학습 과정 및 결과를 누가 기록하여 체육 계열 진로 교육의 기초 자료로 활용한다.

기초 체육 전공 실기

1. 성격 및 목표

가. 성격

〈기초 체육 전공 실기〉는 체육 전공 실기의 기본 기능을 깊이 있게 이해하고, 전문적으로 숙련함으로써 체육 전공 실기를 경기에 능숙하게 발휘하는 능력을 길러주는 과목이다.

체육 전공 실기의 기본 기능은 초중학교와 고등학교 선택 과목에서 학습한 기본 기능의 수준을 넘어 실제 경기 상황에서 세련화되고 자동화된 수준으로 발휘되는 경기 기능을 의미하며, 경기 기술이 발전함에 따라 전문적인 트레이닝 방법이 다양하게 개발되어 기본 기능을 고도화하는 데 활용되고 있다. 체육 전문가에게는 이러한 전공 실기의 기본 기능을 심층적으로 탐구하는 능력, 기본 기능 트레이닝을 프로그램화하여 수행하는 능력, 특정 종목의 기본 기능을 다른 스포츠 경기의 기본 기능에 전이하여 수행하는 능력이 필요하다. 따라서 〈기초 체육 전공 실기〉 과목에서는 기본 기능을 과학적으로 분석하여 원리에 맞게 적용하는 방법을 이해하고, 기본 기능 향상을 위한 트레이닝 원리 및 방법을 적용한 프로그램을 학습함으로써 전문적 수준의 기본 기능을 경기 상황에 맞게 자기 주도적이고 능숙하게 수행하는 데 주안점을 둔다.

나. 목표

〈기초 체육 전공 실기〉 과목은 전공 실기의 기본 기능을 탐구하고, 전문적인 트레이닝 프로그램에 적용하며, 기본 기능을 세련화하여 경기력을 자기 주도적이고 적극적으로 향상하고자 하는 자질을 기르는 것을 목표로 한다.

- (1) 전공 실기 기본 기능의 종류 및 특성을 이해하고, 과학적 이론을 적용하며, 기본 기능을 자기 주도적으로 향상한다.
- (2) 전공 실기 기본 기능 트레이닝의 원리와 방법을 기본 기능 향상 프로그램에 적용하고, 기본 기능을 세련화하여 경기에 적극적으로 발휘한다.

2. 내용 체계 및 성취기준

가. 내용 체계

핵심 아이디어	• 체육 실기의 기초는 경기에서 활용되는 여러 유형별 기본 기능을 과학적 이론에 맞게 계획적으로 연습해야 다져진다. • 인간은 전문화된 트레이닝 프로그램을 활용하여 기본 기능을 숙련한다.	
영역 범주	전공 실기 기본 기능	기본 기능 트레이닝
지식·이해	• 전공 실기 기본 기능의 종류 및 특성 • 전공 실기 기본 기능의 과학적 이론 • 전공 실기 기본 기능 용어	• 기본 기능 트레이닝의 원리 및 방법 • 기본 기능 향상 프로그램
과정·기능	• 기본 기능 탐구하기 • 기본 기능 세련화하기	
가치·태도	• 기본 기능 향상에 대한 자기 주도성 • 기본 기능 적용에 대한 적극성	

나. 성취기준

(1) 전공 실기 기본 기능

- [12기전01-01] 전공 실기 종목별 기본 기능의 종류와 특성을 구분하고 심층적으로 분석한다.
- [12기전01-02] 전공 실기 기본 기능의 과학적 이론을 이해하고 적용하여 기본 기능을 자기 주도적으로 개선한다.
- [12기전01-03] 전공 실기 기본 기능 용어의 개념을 파악하여 기능 수행 과정에서 정확하게 사용한다.

(가) 성취기준 해설

- [12기전01-01] 스포츠의 기본 기능 숙달은 실기 능력의 토대가 된다. 종목에서 활용되는 전공 실기 기본 기능(단일 기능)의 종류를 분류하고, 기본 기능의 작용 과정과 경기에서 발휘되는 특성을 깊이 있게 이해하도록 한다.
- [12기전01-02] 전공 실기의 기본 기능에 적용되는 과학적 이론은 다양하다. 전공 실기 기본 기능과 관련된 생리학적, 역학적, 심리학적 이론을 심화 이해함으로써 전공 실기 기본 기능을 향상하도록 한다.
- [12기전01-03] 기본 기능 용어는 전공 실기 기능을 분류하는 기초가 된다. 전공 실기 기본 기능의 용어의 개념을 명확하게 이해하여, 연습 상황 및 실제 경기 상황에서 효과적으로

활용함으로써 체육 전문가로서의 진로 역량을 함양하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 학습자의 전공 종목과 타 종목과의 기본 기능 특성을 비교하고 과학적 이론이 적용된 사례를 탐색하며 최신 용어를 파악하도록 단원 및 수업을 계획한다.
- 연습 과제를 단순 반복하는 방법보다는 학습자의 흥미나 참여도를 높일 수 있는 다양한 연습 방법이 수업 내용에 포함되도록 한다.
- 전공 실기의 기본 기능은 경기 상황에서 기본 기능이 성공적으로 발휘될 수 있도록 실제 상황이 포함된 학습 과제를 구성한다.
- 전공 실기의 기본 기능 향상을 위해서는 체력이 바탕이 되어야 하므로 체력 훈련에 사용할 수 있는 연습 장비(사다리, 밴드, 간지 허들 등)를 적극적으로 활용한다.
- 경기력 향상을 지원할 수 있는 다양한 보조 용기구와 디지털 기기(영상 분석기, VR, AR, 웨어러블 기기 등)를 활용한 교수·학습 환경을 조성한다.
- 전공 실기 기본 기능을 분석한 보고서를 활용하여 전공 실기에 대한 이해력을 평가한다.
- 전공 실기 기본 기능의 연습 및 발전 과정을 기록한 일지나 기본 기능을 촬영한 영상을 활용해 기본 기능 개선 능력을 평가한다.

(2) 기본 기능 트레이닝

- [12기전02-01] 기본 기능 트레이닝의 원리를 파악하고 기본 기능 트레이닝 방법을 숙련한다.
- [12기전02-02] 기본 기능의 개선 목표와 일정에 맞는 프로그램을 체계적으로 계획한다.
- [12기전02-03] 기본 기능 향상 프로그램을 체계적이고 안전하게 실천하여 기본 기능을 경기 상황에 맞게 능숙하게 발휘하고 다른 종목에도 적극적으로 적용한다.

(가) 성취기준 해설

- [12기전02-01] 기본 기능 트레이닝은 다양한 원리를 반영해야 한다. 다양한 트레이닝 방법(신체적·기능적·전술적·심리적 트레이닝 등)의 원리를 파악하고, 기본 기능 발달에 적합한 트레이닝 방법을 능숙하게 실시하도록 한다.
- [12기전02-02] 기본 기능은 단순한 반복 훈련보다는 목적과 내용을 반영한 체계적인 트레이닝 프로그램을 통해 개선될 수 있다. 학습자에게 요구되는 기본 기능의 개선 및 향상 목표를 달성하기 위해 단기, 중기, 장기 계획을 체계적으로 수립하도록 한다.
- [12기전02-03] 기본 기능 트레이닝은 경기력 향상의 토대가 된다. 학습자가 설계한 기본 기능 향상 프로그램을 체계적이고 안전하게 실천함으로써 개선된 기본 기능을 실제 경기 상황에서 효과적으로 능숙하게 발휘하고, 다른 종목에도 적용하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 기본 기능 향상을 위한 트레이닝의 이론적 원리 및 방법은 학습자의 특성(체격, 체력, 기능, 전공 실기의 이해 수준, 향상도 등)을 반영하여 맞춤형 프로그램으로 구성하고 실천하도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 학습자의 전공 실기 기본 기능을 향상할 수 있는 신체적 트레이닝 이외에도 심리 훈련 등의 다양한 트레이닝 방법을 적극적으로 활용하고, 국내외 종목별 트레이닝 전문가들이 개발·활용하고 있는 영상 자료를 참고하여 수업 내용을 구성한다.
- 기본 기능을 향상하는 데 적합한 다양한 보조 용구와 트레이닝 장비를 활용하여 트레이닝 프로그램을 안전하게 실시하도록 지도한다.
- 트레이닝 시설의 위험 요소와 사고 유형을 파악하고, 제한된 공간에서 타인과의 신체적 접촉이나 용구와의 충돌로 인한 부상이 발생하지 않도록 지도한다.
- 학습자가 구성한 기본 기능 트레이닝 방법에 따른 경기 기능의 수행 효과를 비교하여 트레이닝 방법의 재구성 능력을 평가한다.
- 기본 기능 트레이닝 프로그램 계획서나 실천 과정에 대한 체크리스트 등을 활용하여 트레이닝에 대한 참여 태도를 평가한다.

3. 교수·학습 및 평가

가. 교수·학습

(1) 교수·학습의 방향

- (가) 기초 체육 전공 실기의 영역별 내용 요소를 깊이 있게 경험할 수 있는 다양한 수업 주제와 교수·학습 활동을 선정하고 조직하며, 체육 계열 진로 및 진학에 필요한 역량을 종합적으로 함양하도록 지도한다.
- (나) 체육 실기 우수자로서의 소양을 높이기 위해 학습자가 직접 설계한 학습의 비중을 높여 자기 주도적 교수·학습이 이루어지도록 한다. 이를 위해 체육 종목에 대한 학습자의 관심을 고려하여 과제를 제시하거나 선택의 기회를 확대하며, 자신감을 높여주는 동기 유발 전략을 마련한다.

(다) 교육과정 운영의 전 과정에서 온·오프라인을 연계하고 스포츠 관련 디지털 매체를 활용함으로써 디지털 기초 소양을 함양하며, 학습 자료를 체계적으로 관리하도록 지도한다.

(라) 체육 실기 우수자로서 갖춰야 할 창의성과 인성을 함양하도록 통합적 교수학습 활동을 제공한다. 이를 위해 학습자가 심동적, 정의적, 인지적 내용 요소를 균형 있게 학습하고, 타 계열 및 범교과의 내용을 폭넓게 학습함으로써 비판적 사고, 바람직한 가치 판단, 개방적 태도, 공동체적 삶의 방식 등을 실천하도록 지도한다.

(2) 교수·학습 방법

(가) 체육 교과 협의회를 통해 학기 단위로 지도 계획을 수립하고, 과목에서 제시된 모든 성취기준을 학습하도록 지도한다.

(나) 영역의 특성을 고려한 단위 목표와 학습 활동을 선정하고, 학습자의 사전 학습 경험 및 특성을 충분히 파악하여 교수·학습을 계획하고 운영한다. 학습자의 사전 학습 경험은 수업 내용과 직·간접적으로 관련되는 신체활동의 경험뿐만 아니라 지적, 정서적 경험을 포함한다.

(다) 수업에 필요한 체육 시설 및 용·기구는 사전에 준비하고 부족할 경우 지역사회 시설 등을 적극적으로 활용하며, 각종 스포츠 장비에 대한 안전 여부를 확인한다.

(라) 모든 학습자에게 자기 수준에 맞는 학습 기회를 평등하게 제공하고, 과제 활동에서 다양한 역할을 제시하여 적극적으로 활동에 참여하도록 유도한다.

(마) 다양한 체육 실기 활동에 대한 안전 수칙 준수 및 스포츠 손상 예방을 강조하고, 종목의 특성에 맞는 준비 운동 및 정리 운동을 체계적으로 실시하며, 스포츠 손상 및 안전사고 발생 시 신속하게 대처하도록 지도한다.

(바) 최소 성취수준 보장을 위해 수준별 학습이 가능하도록 학습 자료를 재구성하고, 스포츠 대회나 부상 등으로 인한 학습 결손 시 디지털 학습 도구 등을 활용하여 심화 보충 학습이 이루어지도록 운영한다.

나. 평가

(1) 평가의 방향

- (가) 체육 실기 전반에 대한 지식의 이해 수준과 수행 과정, 학습 태도 등을 종합적으로 평가하고, 인지적, 정의적 영역에 관한 서·논술형 평가를 병행하는 등 평가 도구를 다양화하여 과목의 학습 내용을 균형 있게 평가한다.
- (나) 체육 실기 우수자로서의 성장 과정을 반영한 다면적 평가가 이루어질 수 있도록 하고, 학습 과정 및 결과에 관한 누가 기록을 통해 학습자 성장 과정을 체계적으로 분석, 관리한다.
- (다) 학습자의 특기 종목이나 수준의 다양성을 고려하여 학습자의 개별 학습 과정을 관찰하고 기록하여 학습자의 질적 변화를 체계적으로 관리한다.

(2) 평가 방법

- (가) 평가 내용에는 영역별 지식·이해, 과정·기능, 가치·태도 요소를 균형 있게 포함하고, 평가의 범위는 교수·학습 활동에서 학습한 전 영역을 대상으로 하되, 영역에 따라 평가 비중을 달리할 수 있다. 단, 평가 내용의 균형성을 위해 특정 영역에 편중되지 않도록 한다.
- (나) 성취기준 및 성취수준의 선정은 교육과정 성취기준과 단위 학교 수업 내용을 바탕으로 하고, 교수·학습의 내용 및 방법을 고려하여 영역별 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 수 있다. 단 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 경우, 내용 영역별 성취기준이 누락되지 않도록 한다.
- (다) 성취수준은 점수화 및 등급화를 위한 기능의 단순 분류나 기록의 명시보다는 영역별 내용 요소에 따른 기능의 도달 정도를 구체적으로 나타낼 수 있는 행동 수준으로 진술하고, 평가 등급(단계) 또한 양적 요소와 질적 요소를 모두 포함하여 각각의 수준에 맞게 진술하도록 한다.
- (라) 평가 방법은 학습 목표 및 평가 목적에 적합하게 선정하고, 체육과 평가에서 활용되는 기존 평가 도구를 사용하거나 평가 내용에 적합한 도구를 개발하여 사용할 수 있다.
- (마) 학기 초에 성취수준 및 최소 성취수준에 대해 학습자에게 충분히 안내하고, 최소 성취수준 미도달이 예상되는 학습자를 사전에 파악하여 적극적으로 피드백을 제공함으로써 학습 과정을 스스로 개선하도록 하며, 학습 과정 및 결과를 누가 기록하여 체육 계열 진로 교육의 기초 자료로 활용한다.

심화 체육 전공 실기

1. 성격 및 목표

가. 성격

〈심화 체육 전공 실기〉는 체육 전공 실기의 복합 기능을 깊이 있게 이해하고, 전문적으로 숙련함으로써 체육 전공 실기를 경기에 능숙하게 발휘하는 능력을 길러주는 과목이다.

체육 실기의 복합 기능은 신체활동의 유형과 경기 종목에 따라 기본 기능을 조합하고 연결하여 구성되며 경기 상황에 따라 다양하게 변형되어 적용된다. 체육 전공 실기의 복합 기능은 초·중학교와 고등학교 선택 과목에서 학습한 복합 기능의 수준을 넘어, 실제 경기 상황에서 세련화되고 자동화된 수준으로 발휘되는 경기 기능을 의미하며, 경기 기술이 발전함에 따라 전문적인 트레이닝 방법이 다양하게 개발되어 복합 기능을 고도화하는 데 활용되고 있다. 체육 전문가에게는 이러한 전공 실기의 복합 기능을 심층적으로 탐구하는 능력, 복합 기능 트레이닝을 프로그램화하여 수행하는 능력, 특정 종목의 복합 기능을 다른 스포츠 경기의 복합 기능에 전이하여 수행하는 능력이 필요하다. 따라서 〈심화 체육 전공 실기〉 과목에서는 복합 기능을 과학적으로 분석하여 원리에 맞게 적용하는 방법을 이해하고, 복합 기능 향상을 위한 트레이닝 원리 및 방법을 적용한 프로그램을 활용함으로써 전문적 수준의 복합 기능을 경기 상황에 맞게 자기 주도적이고 능숙하게 수행하는 데 주안점을 둔다.

나. 목표

〈심화 체육 전공 실기〉 과목은 전공 실기의 복합 기능을 탐구하고, 전문적인 트레이닝 프로그램에 적용하며, 복합 기능을 세련화하여 경기력을 자기 주도적이고 적극적으로 향상하고자 하는 자질을 기르는 것을 목표로 한다.

- (1) 전공 실기 복합 기능의 종류 및 특성을 이해하고, 과학적 이론을 적용하며, 복합 기능을 자기 주도적으로 향상한다.

- (2) 전공 실기 복합 기능 트레이닝의 원리와 방법을 복합 기능 향상 프로그램에 적용하고, 복합 기능을 세련화하여 경기에 적극적으로 발휘한다.

2. 내용 체계 및 성취기준

가. 내용 체계

핵심 아이디어	• 체육 실기의 심화는 경기에서 활용되는 여러 복합 기능을 과학적 이론에 맞게 계획적으로 연습해야 이루어진다. • 인간은 전문화된 트레이닝 프로그램을 활용하여 복합 기능을 숙련한다.	
영역 범주	전공 실기 복합 기능	복합 기능 트레이닝
지식·이해	• 전공 실기 복합 기능의 종류 및 특성 • 전공 실기 복합 기능의 과학적 이론 • 전공 실기 복합 기능 용어	• 복합 기능 트레이닝의 원리 및 방법 • 복합 기능 향상 프로그램
과정·기능	• 복합 기능 탐구하기 • 복합 기능 세련화하기	
가치·태도	• 복합 기능 향상에 대한 자기 주도성 • 복합 기능 적용에 대한 적극성	

나. 성취기준

(1) 전공 실기 복합 기능

- [12심전01-01] 전공 실기 복합 기능의 종류 및 특성을 구분하고 심층적으로 분석한다.
- [12심전01-02] 전공 실기 복합 기능의 과학적 이론을 이해하고 적용하여 복합 기능을 자기 주도적으로 개선한다.
- [12심전01-03] 전공 실기 복합 기능 용어의 개념을 파악하여 기능 수행 과정에서 정확하게 사용한다.

(가) 성취기준 해설

- [12심전01-01] 스포츠의 복합 기능 숙달은 실기 능력을 강화하는 데 기여한다. 종목에서 활용되는 전공 실기 복합 기능의 종류를 분류하고, 복합 기능의 구성 방식과 경기에서 발휘되는 특성을 깊이 있게 이해하도록 한다.
- [12심전01-02] 전공 실기의 복합 기능에 적용되는 과학적 이론은 보다 다양한 측면에서

파악될 필요가 있다. 전공 실기 복합 기능과 관련된 생리학적, 역학적, 심리학적 이론을 심화 이해함으로써 전공 실기 복합 기능을 향상하도록 한다.

- [12심전01-03] 복합 기능 용어는 기본 기능이 조합되는 원리를 파악하는 데 도움이 된다. 전공 실기 복합 기능의 용어의 개념을 명확하게 이해하여, 연습 상황 및 실제 경기 상황에서 효과적으로 활용함으로써 체육 전문가로서의 진로 역량을 쌓도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 학습자의 전공 종목과 타 종목과의 복합 기능 특성을 비교하고 과학적 이론이 적용된 사례를 탐색하며 최신 용어를 파악하도록 단원 및 수업을 계획한다.
- 복합 기능 연습 과제를 단순 반복하는 방법보다는 학습자의 흥미나 참여도를 높일 수 있는 다양한 연습 방법이 수업 내용에 포함되도록 한다.
- 전공 실기의 복합 기능은 경기 상황에서 복합 기능이 성공적으로 발휘될 수 있도록 실제 상황이 포함된 학습 과제를 구성한다.
- 전공 실기의 복합 기능 향상을 위해서는 체력이 바탕이 되어야 하므로 체력 훈련에 사용할 수 있는 연습 용기구(사다리, 밴드, 간지 허들 등)를 적극적으로 활용한다.
- 경기력 향상을 지원할 수 있는 다양한 보조 용구기와 디지털 기기(영상 분석기, VR, AR, 웨어러블 기기 등)를 활용한 교수·학습 환경을 조성한다.
- 전공 실기 복합 기능을 분석한 보고서를 활용하여 전공 실기에 대한 이해력을 평가한다.
- 전공 실기 복합 기능의 연습 및 발전 과정을 기록한 일지나 복합 기능을 촬영한 영상을 활용해 복합 기능 개선 능력을 평가한다.

(2) 복합 기능 트레이닝

[12심전02-01] 복합 기능 트레이닝의 원리를 파악하고 복합 기능 트레이닝 방법을 숙련한다.

[12심전02-02] 복합 기능의 개선 목표와 일정에 맞는 프로그램을 체계적으로 계획한다.

[12심전02-03] 복합 기능 향상 프로그램을 체계적이고 안전하게 실천하여 복합 기능을 경기 상황에 맞게 능숙하게 발휘하고 다른 종목에도 적극적으로 적용한다.

(가) 성취기준 해설

- [12심전02-01] 복합 기능 트레이닝은 다양한 원리를 반영해야 한다. 다양한 트레이닝 방법(신체적·기능적·전술적·심리적 트레이닝 등)의 원리를 파악하고, 복합 기능 발달에 적합한 트레이닝 방법을 능숙하게 실시하도록 한다.
- [12심전02-02] 복합 기능 트레이닝 계획은 기본 기능의 조합과 경기에서 발휘되는 과정을 반영해야 효과가 증대된다. 학습자에게 요구되는 복합 기능의 개선 및 향상 목표를 달성하기

위해 단기, 중기, 장기 계획을 체계적으로 수립하도록 한다.

- [12심전02-03] 복합 기능 트레이닝은 다양한 경기 상황에 대처할 수 있게 하고 경기력을 향상시킨다. 학습자가 설계한 복합 기능 향상 프로그램을 체계적이고 안전하게 실천함으로써 개선된 복합 기능을 실제 경기 상황에서 효과적으로 능숙하게 발휘하고, 다른 종목에도 적용하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 복합 기능 향상을 위한 트레이닝의 이론적 원리 및 방법은 학습자 특성(체격, 체력, 기능, 전공 실기의 이해 수준, 향상도 등)을 반영하여 맞춤형 프로그램으로 구성하고 실천하도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 학습자의 전공 실기 복합 기능을 향상할 수 있는 신체적 트레이닝 이외에도 심리 훈련 등의 다양한 트레이닝 방법을 적극적으로 활용하고, 국내외 종목별 트레이닝 전문가들이 개발·활용하고 있는 영상 자료를 참고하여 수업 내용을 구성한다.
- 복합 기능을 향상하는 데 적합한 다양한 보조 용구와 트레이닝 장비를 활용하여 트레이닝 프로그램을 안전하게 실시하도록 지도한다.
- 트레이닝 시설의 위험 요소와 사고 유형을 파악하고, 제한된 공간에서 타인과의 신체적 접촉이나 용구와의 충돌로 인한 부상이 발생하지 않도록 지도한다.
- 학습자가 구성한 복합 기능 트레이닝 방법에 따른 경기 기능의 수행 효과를 비교하여 트레이닝 방법의 재구성 능력을 평가한다.
- 복합 기능 트레이닝 프로그램 계획서나 실천 과정에 대한 체크리스트 등을 활용하여 트레이닝에 대한 참여 태도를 평가한다.

3. 교수·학습 및 평가

가. 교수·학습

(1) 교수·학습의 방향

- (가) 심화 체육 전공 실기의 영역별 내용 요소를 깊이 있게 경험할 수 있는 다양한 수업 주제와 교수·학습 활동을 선정하고 조직하며, 체육 계열 진로 및 진학에 필요한 역량을 종합적으로 함양하도록 지도한다.

- (나) 체육 실기 우수자로서의 소양을 높이기 위해 학습자가 직접 설계한 학습의 비중을 높여 자기 주도적 교수·학습이 이루어지도록 한다. 이를 위해 체육 종목에 대한 학습자의 관심을 고려하여 과제를 제시하거나 선택의 기회를 확대하며, 자신감을 높여주는 동기 유발 전략을 마련한다.
 - (다) 교육과정 운영의 전 과정에서 온·오프라인을 연계하고 스포츠 관련 디지털 매체를 활용함으로써 디지털 기초 소양을 함양하며, 학습 자료를 체계적으로 관리하도록 지도한다.
 - (라) 체육 실기 우수자로서 갖춰야 할 창의성과 인성을 함양하도록 통합적 교수학습 활동을 제공한다. 이를 위해 학습자가 심동적, 정의적, 인지적 내용 요소를 균형 있게 학습하고, 타 계열 및 범교과의 내용을 폭넓게 학습함으로써 비판적 사고, 바람직한 가치 판단, 개방적 태도, 공동체적 삶의 방식 등을 실천하도록 지도한다.
- (2) 교수·학습 방법
- (가) 체육 교과 협의회를 통해 학기 단위로 지도 계획을 수립하고, 과목에서 제시된 모든 성취기준을 학습하도록 지도한다.
 - (나) 영역의 특성을 고려한 단위 목표와 학습 활동을 선정하고, 학습자의 사전 학습 경험 및 특성을 충분히 파악하여 교수·학습을 계획하고 운영한다. 학습자의 사전 학습 경험은 수업 내용과 직·간접적으로 관련되는 신체활동의 경험뿐만 아니라 지적, 정서적 경험을 포함한다.
 - (다) 수업에 필요한 체육 시설 및 용·기구는 사전에 준비하고 부족할 경우 지역사회의 시설 등을 적극적으로 활용하며, 각종 스포츠 장비에 대한 안전 여부를 확인한다.
 - (라) 모든 학습자에게 자기 수준에 맞는 학습 기회를 평등하게 제공하고, 과제 활동에서 다양한 역할을 제시하여 적극적으로 활동에 참여하도록 유도한다.
 - (마) 다양한 체육 실기 활동에 대한 안전 수칙 준수 및 스포츠 손상 예방을 강조하고, 종목의 특성에 맞는 준비 운동 및 정리 운동을 체계적으로 실시하며, 스포츠 손상 및 안전사고 발생 시 신속하게 대처하도록 지도한다.
 - (바) 최소 성취수준 보장을 위해 수준별 학습이 가능하도록 학습 자료를 재구성하고, 스포츠 대회나 부상 등으로 인한 학습 결손 시 디지털 학습 도구 등을 활용하여 심화 보충 학습이 이루어지도록 운영한다.

나. 평가

(1) 평가의 방향

- (가) 체육 실기 전반에 대한 지식의 이해 수준과 수행 과정, 학습 태도 등을 종합적으로 평가하고, 인지적, 정의적 영역에 관한 서·논술형 평가를 병행하는 등 평가 도구를 다양화하여 과목의 학습 내용을 균형 있게 평가한다.
- (나) 체육 실기 우수자로서의 성장 과정을 반영한 다면적 평가가 이루어질 수 있도록 하고, 학습 과정 및 결과에 관한 누가 기록을 통해 학습자 성장 과정을 체계적으로 분석, 관리한다.
- (다) 학습자의 특기 종목이나 수준의 다양성을 고려하여 학습자 개별 학습 수행의 과정을 관찰하고 기록하여 학습자의 질적 변화를 체계적으로 관리한다.

(2) 평가 방법

- (가) 평가 내용에는 영역별 지식·이해, 과정·기능, 가치·태도 요소를 균형 있게 포함하고, 평가의 범위는 교수·학습 활동에서 학습한 전 영역을 대상으로 하되, 영역에 따라 평가 비중을 달리할 수 있다. 단, 평가 내용의 균형성을 위해 특정 영역에 편중되지 않도록 한다.
- (나) 성취기준 및 성취수준의 선정은 교육과정 성취기준과 단위 학교 수업 내용을 바탕으로 하고, 교수·학습의 내용 및 방법을 고려하여 영역별 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 수 있다. 단 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 경우, 내용 영역별 성취기준이 누락되지 않도록 한다.
- (다) 성취수준은 점수화 및 등급화를 위한 기능의 단순 분류나 기록의 명시보다는 영역별 내용 요소에 따른 기능의 도달 정도를 구체적으로 나타낼 수 있는 행동 수준으로 진술하고, 평가 등급(단계) 또한 양적 요소와 질적 요소를 모두 포함하여 각각의 수준에 맞게 진술하도록 한다.
- (라) 평가 방법은 학습 목표 및 평가 목적에 적합하게 선정하고, 체육과 평가에서 활용되는 기존 평가 도구를 사용하거나 평가 내용에 적합한 도구를 개발하여 사용할 수 있다.
- (마) 학기 초에 성취수준 및 최소 성취수준에 대해 학습자에게 충분히 안내하고, 최소 성취수준 미도달이 예상되는 학습자를 사전에 파악하여 적극적으로 피드백을 제공함으로써 학습 과정을 스스로 개선하도록 하며, 학습 과정 및 결과를 누가 기록하여 체육 계열 진로 교육의 기초 자료로 활용한다.

고급 체육 전공 실기

1. 성격 및 목표

가. 성격

〈고급 체육 전공 실기〉는 체육 전공 실기의 응용 기능을 깊이 있게 이해하고, 전문적으로 숙련함으로써 체육 전공 실기를 경기에 창의적으로 발휘하는 능력을 길러주는 과목이다.

체육 실기의 응용 기능은 경기 상황과 경기 상대의 전략 및 전술에 따라 기본 기능과 복합 기능이 다양하게 변형되고 응용되어 발휘된다. 체육 전공 실기 수준의 응용 기능은 초·중학교와 고등학교 선택 과목에서 학습한 응용 기능의 수준을 넘어 다양한 경기 상황에 맞게 경기 기능을 창의적으로 응용하여 발휘할 수 있는 수준의 경기 기능을 의미하며, 경기 기술이 발전함에 따라 전문적인 트레이닝 방법이 다양하게 개발되어 응용 기능을 고도화하는 데 활용되고 있다. 체육 전문가에게는 이러한 전공 실기의 응용 기능을 심층적으로 탐구하는 능력, 경기 상대의 전략 및 전술과 경기 기능의 강점 및 약점을 파악하여 창의적으로 대처하는 능력, 응용 기능 트레이닝을 프로그램화하여 수행하는 능력, 특정 종목의 응용 기능을 다른 스포츠 경기의 응용 기능에 전이하여 수행하는 능력이 필요하다. 따라서 〈고급 체육 전공 실기〉과목에서는 응용 기능을 과학적으로 분석하여 원리에 맞게 적용하는 방법을 이해하고, 응용 기능 향상을 위한 트레이닝 원리 및 방법을 적용한 프로그램을 활용함으로써 전문적 수준의 응용 기능을 경기 상황에 맞게 자기 주도적이고 창의적으로 수행하는 데 주안점을 둔다.

나. 목표

〈고급 체육 전공 실기〉과목은 전공 실기의 응용 기능을 탐구하고, 전문적인 트레이닝 프로그램에 적용하며, 응용 기능을 세련화하여 경기력을 자기 주도적이고 적극적으로 향상하고자 하는 자질을 기르는 것을 목표로 한다.

- (1) 전공 실기 응용 기능의 종류 및 특성을 이해하고, 과학적 이론을 적용하며, 응용 기능을 자기 주도적으로 향상한다.

- (2) 전공 실기 응용 기능 트레이닝의 원리와 방법을 응용 기능 향상 프로그램에 적용하고, 응용 기능을 세련화하여 경기에 적극적으로 발휘한다.

2. 내용 체계 및 성취기준

가. 내용 체계

핵심 아이디어	- 체육 실기의 고급 수준은 경기에서 활용되는 여러 응용 기능을 과학적 이론에 맞게 계획적으로 연습해야 도달할 수 있다. - 인간은 전문화된 트레이닝 프로그램을 활용하여 기능을 창의적으로 응용하고 숙련한다.	
영역 범주	전공 실기 응용 기능	응용 기능 트레이닝
지식·이해	- 전공 실기 응용 기능의 종류 및 특성 - 전공 실기 응용 기능의 과학적 이론 - 전공 실기 응용 기능 용어	- 응용 기능 트레이닝의 원리 및 방법 - 응용 기능 향상 프로그램
과정·기능	- 응용 기능 탐구하기 - 응용 기능 세련화하기	
가치·태도	- 응용 기능 향상에 대한 자기 주도성 - 응용 기능에 대한 창의성	

나. 성취기준

(1) 전공 실기 응용 기능

- [12고전01-01] 전공 실기 종목별 응용 기능의 종류와 특성을 구분하고 심층적으로 분석한다.
- [12고전01-02] 전공 실기 응용 기능의 과학적 이론을 이해하고 적용하여 응용 기능을 자기 주도적으로 개선한다.
- [12고전01-03] 전공 실기 응용 기능 용어의 개념을 파악하여 기능 수행 과정에서 정확하게 사용한다.

(가) 성취기준 해설

- [12고전01-01] 스포츠의 응용 기능 숙달은 경기 상황에 탄력적으로 대응하여 경기를 창의적으로 펼쳐가는 데 기여한다. 종목에서 활용되는 전공 실기 응용 기능의 종류를 분류하고, 응용 기능의 변화 양상과 경기에서 발휘되는 특성을 깊이 있게 이해하도록 한다.
- [12고전01-02] 전공 실기의 응용 기능에 적용되는 과학적 원리는 보다 심화된 이해가

필요하다. 전공 실기 응용 기능과 관련된 생리학적, 역학적, 심리학적 이론을 심화 이해함으로써 전공 실기 응용 기능을 향상하도록 한다.

- [12고전01-03] 응용 기능 용어는 경기 상황에 따라 기능이 변형·개발되는 원리를 파악하는 데 도움이 된다. 전공 실기 응용 기능의 용어의 개념을 명확하게 이해하여, 연습 상황 및 실제 경기 상황에서 효과적으로 활용함으로써 체육 전문가로서의 진로 역량을 쌓도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 학습자의 전공 종목과 타 종목과의 응용 기능 특성을 비교하고 과학적 이론이 적용된 사례를 탐색하며 최신 용어를 파악하도록 단원 및 수업을 계획한다.
- 응용 기능 연습 과제를 단순 반복하는 방법보다는 학습자의 흥미나 참여도를 높이고 창의적 사고를 할 수 있는 다양한 연습 방법이 수업 내용에 포함되도록 한다.
- 전공 실기의 응용 기능은 경기 상황에서 응용 기능이 성공적으로 발휘될 수 있도록 새로운 상황이 포함된 학습 과제를 구성한다.
- 전공 실기의 응용 기능 향상을 위해서는 체력이 바탕이 되어야 하므로 체력 훈련에 사용할 수 있는 연습 용기구(사다리, 밴드, 간지 허들 등)를 적극적으로 활용한다.
- 경기력 향상을 지원할 수 있는 다양한 보조 용구와 디지털 기기(영상 분석기, VR, AR, 웨어러블 기기 등)를 활용한 교수·학습 환경을 조성한다.
- 전공 실기 응용 기능을 분석한 보고서를 활용하여 전공 실기에 대한 이해력을 평가한다.
- 전공 실기 응용 기능의 연습 및 발전 과정을 기록한 일지나 응용 기능을 촬영한 영상을 활용해 응용 기능 개선 능력을 평가한다.

(2) 응용 기능 트레이닝

[12고전02-01] 응용 기능 트레이닝의 원리를 파악하고 응용 기능 트레이닝 방법을 숙련한다.

[12고전02-02] 응용 기능의 개선 목표와 일정에 맞는 프로그램을 체계적으로 계획한다.

[12고전02-03] 응용 기능 향상 프로그램을 체계적이고 안전하게 실천하여 응용 기능을 경기 상대와 상황에 맞게 창의적이고 능숙하게 발휘한다.

(가) 성취기준 해설

- [12고전02-01] 응용 기능 트레이닝은 다양한 원리를 반영해야 한다. 다양한 트레이닝 방법(신체적·기능적·전술적·심리적 트레이닝 등)의 원리를 파악하고, 응용 기능 발달에 적합한 트레이닝 방법을 능숙하게 실시하도록 한다.
- [12고전02-02] 응용 기능 트레이닝 계획은 경기 상황에 적합하도록 기능이 변형되고 생성된다는 점을 반영해야 효과를 높일 수 있다. 학습자에게 요구되는 응용 기능의 개선 및 향상

목표를 달성하기 위해 단기, 중기, 장기 계획을 체계적으로 수립하도록 한다.

- [12고전02-03] 응용 기능 트레이닝은 경기력 향상을 극대화한다. 학습자가 설계한 응용 기능 향상 프로그램을 체계적이고 안전하게 실천함으로써 개선 및 개발된 응용 기능을 실제 경기 상황에서 효과적으로 능숙하게 발휘하고, 다른 종목에도 적용하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 응용 기능 향상을 위한 트레이닝의 이론적 원리 및 방법은 학습자 특성(체격, 체력, 기능, 전공 실기의 이해 수준, 향상도 등)을 반영하여 맞춤형 프로그램으로 구성하고 실천하도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 학습자의 전공 실기 응용 기능을 향상할 수 있는 신체적 트레이닝 이외에도 심리 훈련 등의 다양한 트레이닝 방법을 적극적으로 활용하고, 국내외 종목별 트레이닝 전문가들이 개발·활용하고 있는 영상 자료를 참고하여 수업 내용을 구성한다.
- 응용 기능을 향상하는 데 적합한 다양한 보조 용구와 트레이닝 장비를 활용하여 트레이닝 프로그램을 안전하게 실시하도록 지도한다.
- 트레이닝 시설의 위험 요소와 사고 유형을 파악하고, 제한된 공간에서 타인과의 신체적 접촉이나 용구와의 충돌로 인한 부상이 발생하지 않도록 지도한다.
- 학습자가 구성한 응용 기능 트레이닝 방법에 따른 경기 기능의 수행 효과를 비교하여 트레이닝 방법의 재구성 능력을 평가한다.
- 응용 기능 트레이닝 프로그램 계획서나 실천 과정에 대한 체크리스트 등을 활용하여 트레이닝에 대한 참여 태도를 평가한다.

3. 교수·학습 및 평가

가. 교수·학습

(1) 교수·학습의 방향

(가) 고급 체육 전공 실기의 영역별 내용 요소를 깊이 있게 경험할 수 있는 다양한 수업 주제와 교수·학습 활동을 선정하고 조직하며, 체육 계열 진로 및 진학에 필요한 역량을 종합적으로 함양하도록 지도한다.

(나) 체육 실기 우수자로서의 소양을 높이기 위해 학습자가 직접 설계한 학습의 비중을 높여 자기

주도적 교수·학습이 이루어지도록 한다. 이를 위해 체육 종목에 대한 학습자의 관심을 고려하여 과제를 제시하거나 선택의 기회를 확대하며, 자신감을 높여주는 동기 유발 전략을 마련한다.

- (다) 교육과정 운영의 전 과정에서 온·오프라인을 연계하고 스포츠 관련 디지털 매체를 활용함으로써 디지털 기초 소양을 함양하며, 학습 자료를 체계적으로 관리하도록 지도한다.
- (라) 체육 실기 우수자로서 갖추어야 할 창의성과 인성을 함양하도록 통합적 교수학습 활동을 제공한다. 이를 위해 학습자가 심동적, 정의적, 인지적 내용 요소를 균형 있게 학습하고, 타 계열 및 범교과의 내용을 폭넓게 학습함으로써 비판적 사고, 바람직한 가치 판단, 개방적 태도, 공동체적 삶의 방식 등을 실천하도록 지도한다.

(2) 교수·학습 방법

- (가) 체육 교과 협의회를 통해 학기 단위로 지도 계획을 수립하고, 과목에서 제시된 모든 성취기준을 학습하도록 지도한다.
- (나) 영역의 특성을 고려한 단원 목표와 학습 활동을 선정하고, 학습자의 사전 학습 경험 및 특성을 충분히 파악하여 교수·학습을 계획하고 운영한다. 학습자의 사전 학습 경험은 수업 내용과 직·간접적으로 관련되는 신체활동의 경험뿐만 아니라 지적, 정서적 경험을 포함한다.
- (다) 수업에 필요한 체육 시설 및 용·기구는 사전에 준비하고 부족할 경우 지역사회의 시설 등을 적극적으로 활용하며, 각종 스포츠 장비에 대한 안전 여부를 확인한다.
- (라) 모든 학습자에게 자기 수준에 맞는 학습 기회를 평등하게 제공하고, 과제 활동에서 다양한 역할을 제시하여 적극적으로 활동에 참여하도록 유도한다.
- (마) 다양한 체육 실기 활동에 대한 안전 수칙 준수 및 스포츠 손상 예방을 강조하고, 종목의 특성에 맞는 준비 운동 및 정리 운동을 체계적으로 실시하며, 스포츠 손상 및 안전사고 발생 시 신속하게 대처하도록 지도한다.
- (바) 최소 성취수준 보장을 위해 수준별 학습이 가능하도록 학습 자료를 재구성하고, 스포츠 대회나 부상 등으로 인한 학습 결손 시 디지털 학습 도구 등을 활용하여 심화 보충 학습이 이루어지도록 운영한다.

나. 평가

(1) 평가의 방향

- (가) 체육 실기 전반에 대한 지식의 이해 수준과 수행 과정, 학습 태도 등을 종합적으로 평가하고, 인지적, 정의적 영역에 관한 서·논술형 평가를 병행하는 등 평가 도구를 다양화하여 과목의 학습 내용을 균형 있게 평가한다.
- (나) 체육 실기 우수자로서의 성장 과정을 반영한 다면적 평가가 이루어질 수 있도록 하고, 학습 과정 및 결과에 관한 누가 기록을 통해 학습자 성장 과정을 체계적으로 분석, 관리한다.
- (다) 학습자의 특기 종목이나 수준의 다양성을 고려하여 학습자 개별 학습 수행의 과정을 관찰하고 기록하여 학습자의 질적 변화를 체계적으로 관리한다.

(2) 평가 방법

- (가) 평가 내용에는 영역별 지식·이해, 과정·기능, 가치·태도 요소를 균형 있게 포함하고, 평가의 범위는 교수·학습 활동에서 학습한 전 영역을 대상으로 하되, 영역에 따라 평가 비중을 달리할 수 있다. 단, 평가 내용의 균형성을 위해 특정 영역에 편중되지 않도록 한다.
- (나) 성취기준 및 성취수준의 선정은 교육과정 성취기준과 단위 학교 수업 내용을 바탕으로 하고, 교수·학습의 내용 및 방법을 고려하여 영역별 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 수 있다. 단 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 경우, 내용 영역별 성취기준이 누락되지 않도록 한다.
- (다) 성취수준은 점수화 및 등급화를 위한 기능의 단순 분류나 기록의 명시보다는 영역별 내용 요소에 따른 기능의 도달 정도를 구체적으로 나타낼 수 있는 행동 수준으로 진술하고, 평가 등급(단계) 또한 양적 요소와 질적 요소를 모두 포함하여 각각의 수준에 맞게 진술하도록 한다.
- (라) 평가 방법은 학습 목표 및 평가 목적에 적합하게 선정하고, 체육과 평가에서 활용되는 기존 평가 도구를 사용하거나 평가 내용에 적합한 도구를 개발하여 사용할 수 있다.
- (마) 학기 초에 성취수준 및 최소 성취수준에 대해 학습자에게 충분히 안내하고, 최소 성취수준 미도달이 예상되는 학습자를 사전에 파악하여 적극적으로 피드백을 제공함으로써 학습 과정을 스스로 개선하도록 하며, 학습 과정 및 결과를 누가 기록하여 체육 계열 진로 교육의 기초 자료로 활용한다.

스포츠 경기 체력

1. 성격 및 목표

가. 성격

〈스포츠 경기 체력〉은 스포츠 경기에 필요한 체력을 이해하고, 경기 체력을 체계적으로 증진하고 관리하는 방법을 학습함으로써 경기 체력을 효과적으로 관리하는 능력을 길러주는 과목이다.

스포츠 경기에서 체력은 경기력의 바탕이 된다. 전문적인 체력 트레이닝은 경기력 향상에 중요한 역할을 한다. 체력 향상을 위한 트레이닝 방법은 스포츠 유형 및 종목에 따라 다양해지고 있으며, 스포츠 종목별 특성에 따른 맞춤형 체력 트레이닝이 필요하다. 체육 전문가에게는 이러한 스포츠 경기에 따른 체력의 특성을 파악하는 능력, 체력 향상을 위한 트레이닝 방법을 적용하는 능력, 영양과 회복 및 휴식 등의 제반 요소를 고려해 체력을 관리하는 능력이 필요하다. 따라서 〈스포츠 경기 체력〉과목에서는 스포츠 경기와 체력과의 관계를 이해하고, 스포츠 경기별 체력의 종류 및 특성을 파악하며, 경기 체력 트레이닝 방법과 경기 체력을 종합적으로 관리하는 방법을 학습함으로써 스포츠 경기 상황에 맞게 자기 주도적이고 능숙하게 경기 체력을 발휘하는 데 주안점을 둔다.

나. 목표

〈스포츠 경기 체력〉과목은 스포츠 경기 체력의 중요성을 인식하고, 경기 체력 향상을 위한 다양한 트레이닝을 실천하며, 경기 체력을 다각도로 관리하여 전문적으로 향상할 수 있는 자질을 기르는 것을 목표로 한다.

- (1) 스포츠 경기와 체력의 관계를 파악하고, 스포츠 경기별 체력의 종류와 특성을 탐구한다.
- (2) 종합 체력 트레이닝에 기초해 경기별 체력 트레이닝을 실천하고, 경기 체력을 자기 주도적으로 증진한다.
- (3) 영양 섭취, 도핑 방지, 적절한 회복 및 휴식 방법 등을 경기 상황에 맞게 적용하고, 경기 체력을 효과적으로 관리한다.

2. 내용 체계 및 성취기준

가. 내용 체계

핵심 아이디어	• 스포츠 경기에서 체력은 경기력의 기초이며, 경기별로 요구되는 체력 요소는 달라진다. • 스포츠 경기 체력은 종합 체력 트레이닝에 기초하여 경기별 체력 트레이닝 방법을 전문화해야 향상된다. • 인간은 영양, 휴식, 회복을 효과적으로 관리함으로써 경기 체력을 유지·증진한다.		
영역 범주	스포츠 경기와 체력	경기 체력 트레이닝	경기 체력의 관리
지식·이해	• 스포츠 경기와 체력의 관계 • 스포츠 경기별 체력의 종류 및 특성	• 종합 체력 트레이닝 방법 • 경기별 체력 트레이닝 방법	• 경기 체력과 영양 • 스포츠 도핑 방지 • 경기 체력의 회복 및 휴식 • 경기 상황에서의 체력 관리
과정·기능	• 경기 체력 탐구하기 • 경기 체력 증진하기 • 경기 체력 관리하기		
가치·태도	• 경기 체력 증진에 대한 자기 주도성 • 경기 체력 관리에 대한 유능감		

나. 성취기준

(1) 스포츠 경기와 체력

- [12스체01-01] 스포츠 경기와 체력의 관계를 탐구하여 경기 체력이 경기력에 미치는 영향을 파악한다.
- [12스체01-02] 스포츠 경기별 체력의 종류 및 특성을 탐구하여 경기 체력의 발달 과정을 인식한다.

(가) 성취기준 해설

- [12스체01-01] 체력은 건강 체력(근력과 근지구력, 심폐지구력, 유연성, 신체 구성)과 운동 체력(순발력, 민첩성, 평형성, 협응성)으로 구분한다. 건강 체력과 운동 체력이 스포츠 경기력에 미치는 영향을 파악함으로써 체력 발달의 중요성을 인식하도록 한다.
- [12스체01-02] 스포츠 경기별로 체력 요소의 중요도는 다르다. 예를 들어 육상 단거리 종목은 순발력과 근력, 마라톤은 근지구력과 심폐지구력 등이 경기력에 큰 영향을 미친다. 스포츠 경기별 체력 요소의 종류를 이해하고 체력 요소 간 중요도를 순위, 비율, 분포 등으로 구분하여 경기 체력의 특성을 이해함으로써 경기 체력별 증진의 필요성을 인식하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 스포츠 경기와 체력의 관계 및 경기별 체력 요소의 특성을 자기 주도적으로 탐색하도록 자료 조사, 발표, 토론 과정을 고려하여 단원 및 수업을 설계한다.
- 경기 체력이 경기 결과에 큰 영향을 준 스포츠 역사 관련 사진이나 영상 자료 등을 수업자료로 활용한다.
- 타 종목 학습자의 체력을 비하하거나, 신체적 차이 등에 대한 편견을 갖지 않도록 하고, 경기 특성에 맞게 체력을 발달시켜야 한다는 점을 인식하도록 지도한다.
- 스포츠 경기와 체력의 관계, 스포츠 경기별 체력의 종류 및 특성에 관한 지필 검사나 학습 과정이 포함된 포트폴리오를 활용하여 경기 체력에 관한 이해력을 평가한다.

(2) 경기 체력 트레이닝

[12스체02-01] 종합 체력 트레이닝의 원리와 방법에 따라 트레이닝을 실천하여 기초 체력을 증진한다.
 [12스체02-02] 경기 체력 요소에 따른 트레이닝 원리 및 방법을 체계적으로 적용함으로써 경기 체력을 자기 주도적으로 향상한다.

(가) 성취기준 해설

- [12스체02-01] 건강체력 및 운동체력 요소를 종합적으로 향상하기 위해서는 과학적 트레이닝이 필요하다. 스포츠 종목과 상관없이 보편적으로 발휘할 수 있는 종합 체력 트레이닝의 원리 및 방법에 따라 트레이닝을 실천함으로써 체력을 증진하도록 한다.
- [12스체02-02] 스포츠 경기별로 중요도가 높은 체력 요소(육상 단거리 종목은 근력과 순발력, 마라톤 종목은 근지구력과 심폐지구력)는 다르다. 스포츠 경기별 체력 요소의 중요도 순위, 비율, 분포 등을 반영하여 구성한 트레이닝 프로그램을 실천함으로써 자기 주도적으로 체력을 향상하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 인터벌·서킷·플라이오메트릭 트레이닝 등 종합 체력 트레이닝과 경기별 트레이닝 프로그램을 병행하여 실천하도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 종합 체력의 변화 및 경기 종목별 체력 요소의 중요도를 시각화할 수 있는 자료(도표, 도서, 문서, 영상, 디지털 페이지 등)를 준비한다.
- 종합 체력 및 경기별 체력 트레이닝 프로그램은 개인별 체력 수준 및 신체적 차이 등을 고려하여 운동 강도, 운동 빈도, 운동 시간 및 기간 등을 재설정하고 디지털 장비를 적극적으로 활용하도록 지도한다.

- 다양한 트레이닝 프로그램 운영을 위해 교내 시설 및 용·기구가 부족할 경우 지역의 체육 시설을 활용하는 방안을 모색한다.
- 다양한 트레이닝 프로그램에 따른 시설의 위험 요소와 사고 유형을 파악하고, 제한된 공간에서 타인과의 신체적 접촉이나 용·기구와의 충돌로 인한 부상이 발생하지 않도록 지도한다.
- 트레이닝 프로그램 참여에 대한 양적 평가(참여 횟수, 활동 기록 등)나 질적 평가(자기평가, 동료평가, 교사관찰평가 등) 등을 활용하여 트레이닝 전과 후의 경기 체력 수행 능력을 평가한다.

(3) 경기 체력의 관리

[12스체03-01] 경기 체력에 필요한 영양소와 섭취 방법, 금지약물로부터의 안전 요령을 고려하여 경기 체력을 능숙하게 관리한다.

[12스체03-02] 경기 체력의 회복 및 휴식 방법을 이해하고, 경기 상황에서 체력을 효율적이고 능숙하게 관리한다.

(가) 성취기준 해설

- [12스체03-01] 경기 체력 관리를 위해 영양 섭취와 금지약물로부터의 안전 등이 고려되어야 한다. 스포츠 경기 체력의 발달 및 경기력 향상에 적합한 영양소를 구분하고 섭취 방법을 이해하며 스포츠 도핑으로부터 자신을 보호하기 위한 방법을 습득함으로써 경기 체력 관리 전문가로서의 소양을 쌓도록 한다.
- [12스체03-02] 경기 체력은 적절한 휴식을 통해 회복된다. 경기 체력 관리를 위한 회복 및 휴식 방법을 익히고 경기 상황(복싱의 라운드별 체력 회복 방법, 야구의 공격/수비 상황에서 체력 관리 방법 등)에서 체력을 효율적이고 능숙하게 관리하는 경험을 통해 경기 체력 관리 전문가로서의 소양을 쌓도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 경기 체력 관리를 위한 제반 요소에 관한 자료 조사, 발표, 토론 과정이 순차적으로 이뤄지도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 경기 체력에 영향을 미치는 영양학적 요인에 대한 지식과 스포츠 도핑의 사례와 위험성을 이해할 수 있도록 수업 내용을 구성한다.
- 디지털 기기를 활용하여 영양, 도핑 등의 정보를 검색(문헌, 도서, 영상, 논문 등)하되, 학문적인 수준의 내용보다는 학습자의 흥미를 유발할 수 있는 유명 선수 등의 사례를 중심으로 수업자료를 준비한다.
- 체력 트레이닝에 따른 회복 및 휴식의 실천 기록(온라인 캘린더, 실시간 기록이 가능한 웹 페이지 도구 등)을 꾸준히 관리함으로써 체계적인 학습이 이루어지도록 한다.

- 영양 섭취, 금지약물로부터의 안전, 회복 및 휴식 방법 등을 적용하는 과정 및 결과에 대한 체크리스트나 포트폴리오를 활용해 경기 체력 관리 능력을 평가한다.

〈표 4〉 체육 계열 고등학교 〈스포츠 경기 체력〉의 신체활동 예시

영역	선택 유형(또는 종목) 예시
• 스포츠 경기와 체력 • 경기 체력 트레이닝 • 경기 체력의 관리	• 인터벌 트레이닝, 웨이트 트레이닝, 서킷 트레이닝, 플라이오메트릭 트레이닝, 코어 트레이닝 등

3. 교수·학습 및 평가

가. 교수·학습

(1) 교수·학습의 방향

- (가) 스포츠 경기 체력의 영역별 내용 요소를 깊이 있게 경험할 수 있는 다양한 수업 주제와 교수·학습 활동을 선정하고 조직하며, 체육 계열 진로 및 진학에 필요한 역량을 종합적으로 함양하도록 지도한다.
- (나) 스포츠 경기 체력 관리 전문가로서의 소양을 높이기 위해 학습자가 직접 설계한 학습의 비중을 높여 자기 주도적 교수·학습이 이루어지도록 한다. 이를 위해 스포츠 경기 체력 관련 분야에 대한 학습자의 관심을 고려하여 과제를 제시하거나 선택의 기회를 확대하며, 자신감을 높여주는 동기 유발 전략을 마련한다.
- (다) 교육과정 운영의 전 과정에서 온·오프라인을 연계하고 스포츠 관련 디지털 매체를 활용함으로써 디지털 기초 소양을 함양하며, 학습 자료를 체계적으로 관리하도록 지도한다.
- (라) 스포츠 경기 체력 관리 전문가로서 갖추어야 할 창의성과 인성을 함양하도록 통합적 교수·학습 활동을 제공한다. 이를 위해 학습자가 심동적, 정의적, 인지적 내용 요소를 균형 있게 학습하고, 타 계열 및 범교과의 내용을 폭넓게 학습함으로써 비판적 사고, 바람직한 가치 판단, 개방적 태도, 공동체적 삶의 방식 등을 실천하도록 지도한다.

(2) 교수·학습 방법

- (가) 체육 교과 협의회를 통해 학기 단위로 지도 계획을 수립하고, 과목에서 제시된 모든

성취기준을 학습하도록 지도한다.

- (나) 영역의 특성을 고려한 단위 목표와 학습 활동을 선정하고, 학습자의 사전 학습 경험 및 특성을 충분히 파악하여 성장하도록 교수·학습을 계획하고 운영한다. 학습자의 사전 학습 경험은 수업 내용과 직·간접적으로 관련되는 신체활동의 경험뿐만 아니라 지적, 정서적 경험을 포함한다.
- (다) 수업에 필요한 스포츠 시설 및 용·기구는 사전에 준비하고 부족할 경우 지역사회의 시설 등을 적극적으로 활용하며, 각종 스포츠 장비에 대한 안전 여부를 확인한다.
- (라) 모든 학습자에게 자기 수준에 맞는 학습 기회를 평등하게 제공하고, 과제 활동에서 다양한 역할을 제시하여 적극적으로 활동에 참여하도록 유도한다.
- (마) 다양한 스포츠 경기 체력 활동에 대한 안전 수칙 준수 및 스포츠 손상 예방을 강조하고, 종목의 특성에 맞는 준비 운동 및 정리 운동을 체계적으로 실시하며, 스포츠 손상 및 안전사고 발생 시 신속하게 대처하도록 지도한다.
- (바) 최소 성취수준 보장을 위해 수준별 학습이 가능하도록 학습 자료를 재구성하고, 스포츠 대회나 부상 등으로 인한 학습 결손 시 디지털 학습 도구 등을 활용하여 심화 보충 학습이 이루어지도록 운영한다.

나. 평가

(1) 평가의 방향

- (가) 스포츠 경기 체력 관리 전반에 대한 지식의 이해 수준과 수행 과정, 학습 태도 등을 종합적으로 평가하고, 인지적, 정의적 영역에 관한 서·논술형 평가를 병행하는 등 평가 도구를 다양화하여 과목의 학습 내용을 균형 있게 평가한다.
- (나) 스포츠 경기 체력 관리 전문가로서의 성장 과정을 반영한 다면적 평가가 이루어질 수 있도록 하고, 학습 과정 및 결과에 관한 누가 기록을 통해 학습자 성장 과정을 체계적으로 분석, 관리한다.
- (다) 학습자의 특기 종목이나 수준의 다양성을 고려하여 학습자의 개별 학습 과정을 관찰하고 기록하여 학습자의 질적 변화를 체계적으로 관리한다.

(2) 평가 방법

- (가) 평가 내용에는 영역별 지식·이해, 과정·기능, 가치·태도 요소를 균형 있게 포함하고, 평가의 범위는 교수·학습 활동에서 학습한 전 영역을 대상으로 하되, 영역에 따라 평가 비중을 달리할 수 있다. 단, 평가 내용의 균형성을 위해 특정 영역에 편중되지 않도록 한다.
- (나) 성취기준 및 성취수준의 선정은 교육과정 성취기준과 단위 학교 수업 내용을 바탕으로 하고, 교수·학습의 내용 및 방법을 고려하여 영역별 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 수 있다. 단 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 경우, 내용 영역별 성취기준이 누락되지 않도록 한다.
- (다) 성취수준은 점수화 및 등급화를 위한 기능의 단순 분류나 기록의 명시보다는 영역별 내용 요소에 따른 기능의 도달 정도를 구체적으로 나타낼 수 있는 행동 수준으로 진술하고, 평가 등급(단계) 또한 양적 요소와 질적 요소를 모두 포함하여 각각의 수준에 맞게 진술하도록 한다.
- (라) 평가 방법은 학습 목표 및 평가 목적에 적합하게 선정하고, 체육과 평가에서 활용되는 기존 평가 도구를 사용하거나 평가 내용에 적합한 도구를 개발하여 사용할 수 있다.
- (마) 학기 초에 성취수준 및 최소 성취수준에 대해 학습자에게 충분히 안내하고, 최소 성취수준 미도달이 예상되는 학습자를 사전에 파악하여 적극적으로 피드백을 제공함으로써 학습 과정을 스스로 개선하도록 하며, 학습 과정 및 결과를 누가 기록하여 체육 계열 진로 교육의 기초 자료로 활용한다.

스포츠 경기 기술

1. 성격 및 목표

가. 성격

〈스포츠 경기 기술〉은 스포츠 경기의 성공적인 수행에 필요한 기술의 중요성을 인식하고, 효과적인 트레이닝 방법으로 숙달한 공격 및 수비 기술을 경기 전략에 맞게 활용함으로써 경기 기술을 창의적으로 수행하는 능력을 길러주는 과목이다.

스포츠 경기에서 기술은 경기의 승패를 좌우하는 결정적인 요인이다. 상대방과 개인 또는 단체로 경쟁하는 스포츠에서는 공격과 수비 상황이 발생하며, 그에 따라 발휘되는 기술도 공격 기술과 수비 기술로 구분할 수 있다. 이러한 개인대인 및 단체스포츠 경기에서의 기술은 전공 실기의 기본 기능, 복합 기능, 응용 기능을 활용하여 상대방의 경기력 수준과 경기 상황 및 전략에 따라 더 전문화되고 고도화되어야 실제 경기에서 효과적으로 발휘될 수 있다. 체육 전문가에게는 이러한 스포츠 경기 유형별 기술적 특성을 파악하는 능력, 공격 및 수비 기술을 체계적으로 트레이닝하는 능력, 경기 전략에 맞게 공격 및 수비 기술을 창의적으로 적용하는 능력이 필요하다. 따라서 〈스포츠 경기 기술〉과목에서는 스포츠 경기와 기술과의 관계를 이해하고, 스포츠 경기별 기술의 유형 및 특성을 파악하며, 각종 경기별 트레이닝 방법으로 공격 및 수비 기술을 향상하여 경기 전략에 활용하도록 함으로써 스포츠 경기 상황에 맞게 경기 기술을 선택하여 능숙하고 창의적으로 수행하는 데 주안점을 둔다.

나. 목표

〈스포츠 경기 기술〉과목은 스포츠 경기 기술의 중요성을 인식하고, 경기 기술 향상을 위한 다양한 트레이닝을 실천하며, 경기 전략에 따른 창의적 경기 기술을 전문적으로 향상할 수 있는 자질을 기르는 것을 목표로 한다.

- (1) 스포츠 경기와 기술의 관계를 파악하고, 스포츠 경기별 기술의 유형과 특성을 탐구한다.

- (2) 스포츠 경기별 기술 트레이닝을 체계적이고 꾸준히 실천하며, 경기 기술을 고도화한다.
- (3) 스포츠 유형 및 종목별 경기 전략과 상황에 맞는 기술을 개발하고, 창의적으로 경기에 적용한다.

2. 내용 체계 및 성취기준

가. 내용 체계

핵심 아이디어	- 스포츠 경기에서 기술은 경기력에 결정적인 요소로 작용하며 경기의 유형에 따라 고유한 특성이 있다. - 스포츠 경기 기술은 경기 기술의 유형에 따라 트레이닝 방법을 달리해야 향상된다. - 인간은 스포츠 경기 기술을 경기 상황과 전략에 맞게 적용함으로써 창의적으로 개발한다.		
영역 범주	스포츠 경기와 기술	경기 기술 트레이닝	경기 기술과 전략
지식·이해	- 스포츠 경기와 기술의 관계 - 스포츠 경기별 기술의 유형 및 특성	- 공격 기술의 트레이닝 방법 - 수비 기술의 트레이닝 방법	- 공격 기술과 경기 전략 - 수비 기술과 경기 전략
과정·기능	- 경기 기술 탐구하기 - 경기 기술 고도화하기 - 경기 기술 개발하기		
가치·태도	- 경기 기술에 대한 유능감 - 경기 기술 적용에 관한 창의적 사고		

나. 성취기준

(1) 스포츠 경기와 기술

- [12스기01-01] 스포츠 경기와 기술의 관계를 탐구하여 기술의 중요성을 인식한다.
- [12스기01-02] 스포츠 경기별 기술의 유형과 특성을 파악하고 경기 기술 적용 방안을 창의적으로 구상한다.

(가) 성취기준 해설

- [12스기01-01] 경기 기술은 스포츠 경기 종목별로 다양하고 역학적 공통점(선운동, 각운동, 회전운동 등)이 작용한다. 개인·대인 스포츠, 단체 스포츠 종목의 경기 상황에서 사용하는 각종 경기 기술의 특성이 경기에 어떤 영향을 미치는지 탐색함으로써 경기 기술의 중요성을

인식하도록 한다.

- [12스기01-02] 개인·대인 스포츠, 단체 스포츠 종목의 공격 및 수비 상황에 따라 발휘되는 기술은 더욱 고도화되고 있다. 개인·대인 스포츠, 단체 스포츠 종목의 경기 기술을 공격 및 수비 상황에 따라 다양하게 분류(경기 기술의 유사성에 따른 분류, 경기 기술 난이도에 따른 분류, 경기 기술 적용 상황에 따른 분류 등)하여 경기 기술의 유형과 특성을 폭넓게 이해함으로써 더 높은 수준의 경기 기술을 창의적으로 구안하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 스포츠 경기와 기술의 관계 및 경기별 기술의 특성을 자기 주도적으로 탐색할 수 있도록 자료조사, 발표, 토론 과정을 고려하여 단원 및 수업을 설계한다.
- 공격 및 수비 기술이 경기 결과에 결정적인 영향을 준 스포츠 역사 관련 사진이나 영상 자료 등을 수업자료로 활용한다.
- 경기별로 고유한 기술이 있고 경기 상황에 따라 달라질 수 있다는 점을 인식하고, 타 종목의 기술에 대한 비하, 성별 차이 등에 대한 편견을 갖지 않도록 지도한다.
- 스포츠 경기 기술의 유형에 대해 창의적으로 구분하는 활동을 계획하고, 활동 과정에서 다양한 아이디어를 상호 존중할 수 있는 민주시민 의식을 강조한다.
- 스포츠 경기와 기술의 관계, 스포츠 경기별 기술의 종류 및 특성에 관한 지필 검사나 학습 과정이 포함된 포트폴리오를 활용하여 경기 기술에 관한 이해력을 평가한다.

(2) 경기 기술 트레이닝

[12스기02-01] 공격 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 공격 기술을 능숙하게 발휘한다.

[12스기02-02] 수비 상황에서 발휘되는 기술을 전문적인 트레이닝 방법으로 고도화하여 경기에서 수비 기술을 능숙하게 발휘한다.

(가) 성취기준 해설

- [12스기02-01] 개인·대인 스포츠, 단체 스포츠 종목에서 공격 기술을 능숙하게 발휘하기 위해서는 경기 상황을 신속하게 판단하여 승패를 결정지을 수 있는 적절한 공격 기술을 선택할 수 있어야 한다. 경기 상황과 경기 전략에 따라 요구되는 다양한 공격 기술을 변형 또는 응용하기 위한 트레이닝을 체계적이고 안전하게 실천함으로써 공격 상황에서의 기술을 능숙하게 발휘하도록 한다.
- [12스기02-02] 개인·대인 스포츠, 단체 스포츠 종목에서 수비 기술을 능숙하게 발휘하기 위해서는 경기 상황을 신속하게 판단하여 공격을 차단할 수 있는 적절한 기술을 선택할 수

있어야 한다. 경기 상황과 경기 전략에 따라 요구되는 다양한 수비 기술을 변형 또는 응용하기 위한 트레이닝을 체계적이고 안전하게 실천함으로써 수비 상황에서의 기술을 능숙하게 발휘하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 스포츠 종목의 특성을 반영한 경기 기술 트레이닝에 관한 자료 조사, 발표, 토론 과정이 순차적으로 이뤄지도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 자신과 타인의 기술 수행 장면을 비교 분석하여 차이점을 발견하고, 공격 및 수비 기술의 개선 사항을 찾아 교정하는 과정에서 동료들과 협력적이고 민주적으로 문제를 해결하는 태도를 기르도록 지도한다.
- 스포츠 유형별로 공격 및 수비 포지션별 기술 특성과 어려움을 이해하고, 연습 과정에서 팀 조직력과 응집력의 중요성을 경험할 수 있는 학습 과제를 구성한다.
- 디지털 기기를 활용하여 자신의 기술 트레이닝 장면을 촬영하여 편집하고 느리게 재생하기, 빠르게 재생하기 등의 기능을 활용하여 동작을 분석하고 교정하도록 지도한다.
- 트레이닝 프로그램 참여에 대한 양적 평가(참여 횟수, 활동 기록 등)나 질적 평가(자기평가, 동료평가, 교사관찰평가 등)를 활용하여 트레이닝 전과 후의 경기 기술 수행 능력을 평가한다.

(3) 경기 기술과 전략

[12스기03-01] 스포츠 경기의 상황과 전략에 따라 공격 기술을 시도하고 응용함으로써 공격 기술을 창의적으로 개발한다.

[12스기03-02] 스포츠 경기의 상황과 전략에 따라 수비 기술을 시도하고 응용함으로써 수비 기술을 창의적으로 개발한다.

(가) 성취기준 해설

- [12스기03-01] 개인·대인 스포츠, 단체 스포츠 종목은 경기 상황에 따라 공격 기술을 변형응용할 필요가 있다. 경기 상황 변화와 상대방의 경기 전략을 고려해 다양한 공격 기술을 시도하고 응용하여 실제 경기에서 공격 능력을 강화함으로써 기존의 공격 기술을 변형하거나 조합하고, 새로운 공격 기술을 창의적으로 개발하도록 한다.
- [12스기03-02] 개인·대인 스포츠, 단체 스포츠 종목은 경기 상황에 따라 수비 기술을 변형응용할 필요가 있다. 경기 상황 변화와 상대방의 경기 전략을 고려해 다양한 수비 기술을 시도하고 응용하여 실제 경기에서 수비 능력을 강화함으로써 기존의 수비 기술을 변형하거나 조합하고, 새로운 수비 기술을 창의적으로 개발하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 경기 상황과 전략에 따른 전술적 판단 능력이 필요하므로 기술 연습뿐만 아니라 전술 분석 학습이 함께 이루어지도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 경기 전략에 따라 승패가 달라지는 경기 사례를 찾아 모둠별로 발표하되, 발표 준비 및 과정에서의 역할을 세분화하여 모든 구성원이 참여하도록 유도한다.
- 학교 내에서 수행한 경기 영상을 분석하거나, 정상급 선수들의 경기 전략과 상황에 따른 공격 기술과 수비 기술의 종류, 사용 빈도, 효과 등을 분석하는 학습 과제가 포함되도록 한다.
- 스포츠 경기 상황에서 다양한 공격 및 수비 기술을 적용할 때 발생할 수 있는 선수 간 충돌이나 시설 및 용기구로 인한 부상이 발생하지 않도록 안전에 유의하도록 지도한다.
- 공격 기술과 경기 전략, 수비 기술과 경기 전략의 관계를 이해하고, 전술 상황에서 적합한 공격 또는 수비 기술을 경기에 적용한 결과를 활용하여 경기 기술 적용 능력을 평가한다.

〈표 5〉 체육 계열 고등학교 〈스포츠 경기 기술〉의 신체활동 예시

영역	선택 유형(또는 종목) 예시
• 스포츠 경기와 기술 • 경기 기술 트레이닝 • 경기 기술과 전략	• 영역형 스포츠: 축구, 농구, 핸드볼, 하키, 럭비 등 • 네트형 스포츠: 배구, 배드민턴, 탁구, 테니스, 스쿼시 등 • 필드형 스포츠: 야구, 소프트볼 등 • 투기형 스포츠: 태권도, 씨름, 유도, 검도, 펜싱, 복싱 등

3. 교수·학습 및 평가

가. 교수·학습

(1) 교수·학습의 방향

(가) 스포츠 경기 기술의 영역별 내용 요소를 깊이 있게 경험할 수 있는 다양한 수업 주제와 교수·학습 활동을 선정하고 조직하며, 체육 계열 진로 및 진학에 필요한 역량을 종합적으로 함양하도록 지도한다.

(나) 스포츠 경기 기술 전문가로서의 소양을 높이기 위해 학습자가 직접 설계한 학습의 비중을 높여 자기 주도적 교수·학습이 이루어지도록 한다. 이를 위해 스포츠 경기 기술 관련 분야에 대한 학습자의 관심을 고려하여 과제를 제시하거나 선택의 기회를 확대하며, 자신감을 높여주는 동기 유발 전략을 마련한다.

- (다) 교육과정 운영의 전 과정에서 온·오프라인을 연계하고 스포츠 관련 디지털 매체를 활용함으로써 디지털 기초 소양을 함양하며, 학습 자료를 체계적으로 관리하도록 지도한다.
- (라) 스포츠 경기 기술 전문가로서 갖춰야 할 창의성과 인성을 함양하도록 통합적 교수·학습 활동을 제공한다. 이를 위해 학습자가 심동적, 정의적, 인지적 내용 요소를 균형 있게 학습하고, 타 계열 및 범교과의 내용을 폭넓게 학습함으로써 비판적 사고, 바람직한 가치 판단, 개방적 태도, 공동체적 삶의 방식 등을 실천하도록 지도한다.

(2) 교수·학습 방법

- (가) 체육 교과 협의회를 통해 학기 단위로 지도 계획을 수립하고, 과목에서 제시된 모든 성취기준을 학습하도록 지도한다.
- (나) 영역의 특성을 고려한 단위 목표와 학습 활동을 선정하고, 학습자의 사전 학습 경험 및 특성을 충분히 파악하여 교수·학습을 계획하고 운영한다. 학습자의 사전 학습 경험은 수업 내용과 직·간접적으로 관련되는 신체활동의 경험뿐만 아니라 지적, 정서적 경험을 포함한다.
- (다) 수업에 필요한 스포츠 시설 및 용·기구는 사전에 준비하고 부족할 경우 지역사회 시설 등을 적극적으로 활용하며, 각종 스포츠 장비에 대한 안전 여부를 확인한다.
- (라) 모든 학습자에게 자기 수준에 맞는 학습 기회를 평등하게 제공하고, 과제 활동에서 다양한 역할을 제시하여 적극적으로 활동에 참여하도록 유도한다.
- (마) 다양한 스포츠 경기 기술 활동에 대한 안전 수칙 준수 및 스포츠 손상 예방을 강조하고, 종목의 특성에 맞는 준비 운동 및 정리 운동을 체계적으로 실시하며, 스포츠 손상 및 안전사고 발생 시 신속하게 대처하도록 지도한다.
- (바) 최소 성취수준 보장을 위해 수준별 학습이 가능하도록 학습 자료를 재구성하고, 스포츠 대회나 부상 등으로 인한 학습 결손 시 디지털 학습 도구 등을 활용하여 심화 보충 학습이 이루어지도록 운영한다.

나. 평가

(1) 평가의 방향

- (가) 스포츠 경기 기술 전반에 대한 지식의 이해 수준과 수행 과정, 학습 태도 등을 종합적으로 평가하고, 인지적, 정의적 영역에 관한 서·논술형 평가를 병행하는 등 평가 도구를 다양화하여 과목의 학습 내용을 균형 있게 평가한다.
- (나) 스포츠 경기 기술 전문가로서의 성장 과정을 반영한 다면적 평가가 이루어질 수 있도록 하고, 학습 과정 및 결과에 관한 누가 기록을 통해 학습자 성장 과정을 체계적으로 분석, 관리한다.
- (다) 학습자의 특기 종목이나 수준의 다양성을 고려하여 학습자의 개별 학습 과정을 관찰하고 기록하여 학습자의 질적 변화를 체계적으로 관리한다.

(2) 평가 방법

- (가) 평가 내용에는 영역별 지식·이해, 과정·기능, 가치·태도 요소를 균형 있게 포함하고, 평가의 범위는 교수·학습 활동에서 학습한 전 영역을 대상으로 하되, 영역에 따라 평가 비중을 달리할 수 있다. 단, 평가 내용의 균형성을 위해 특정 영역에 편중되지 않도록 한다.
- (나) 성취기준 및 성취수준의 선정은 교육과정 성취기준과 단위 학교 수업 내용을 바탕으로 하고, 교수·학습의 내용 및 방법을 고려하여 영역별 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 수 있다. 단 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 경우, 내용 영역별 성취기준이 누락되지 않도록 한다.
- (다) 성취수준은 점수화 및 등급화를 위한 기능의 단순 분류나 기록의 명시보다는 영역별 내용 요소에 따른 기능의 도달 정도를 구체적으로 나타낼 수 있는 행동 수준으로 진술하고, 평가 등급(단계) 또한 양적 요소와 질적 요소를 모두 포함하여 각각의 수준에 맞게 진술하도록 한다.
- (라) 평가 방법은 학습 목표 및 평가 목적에 적합하게 선정하고, 체육과 평가에서 활용되는 기존 평가 도구를 사용하거나 평가 내용에 적합한 도구를 개발하여 사용할 수 있다.
- (마) 학기 초에 성취수준 및 최소 성취수준에 대해 학습자에게 충분히 안내하고, 최소 성취수준 미도달이 예상되는 학습자를 사전에 파악하여 적극적으로 피드백을 제공함으로써 학습 과정을 스스로 개선하도록 하며, 학습 과정 및 결과를 누가 기록하여 체육 계열 진로 교육의 기초 자료로 활용한다.

스포츠 경기 분석

1. 성격 및 목표

가. 성격

〈스포츠 경기 분석〉은 스포츠 경기 분석의 중요성을 인식하고, 스포츠 경기 분석 방법을 학습함으로써 경기 기술 및 전략을 효과적으로 수행할 수 있는 자질을 길러주는 과목이다.

스포츠 경기 분석은 경기력을 극대화하기 위해 필수적인 활동으로 자리 잡고 있다. 스포츠 경기의 분석은 스포츠 유형과 종목의 특성에 따라 차이가 있고 분석의 목적에 따라 분석 내용과 방법이 달라진다. 특히 과학기술의 발전에 따라 경기 분석은 데이터에 근거하여 더 정교해지고 있으며 분석 방법과 도구도 다양해지고 있다. 체육 전문가에게는 이러한 스포츠 경기 특성에 맞는 분석 내용과 방법을 선정하는 능력, 스포츠 종목별 자료를 수집하고 분석할 수 있는 능력, 경기 분석 결과를 해석하고 경기에 적용하는 능력이 필요하다. 따라서 〈스포츠 경기 분석〉과목에서는 스포츠 경기와 분석의 관계를 이해하고, 스포츠 경기 분석의 종류 및 특성을 파악하며, 경기 분석 방법에 따라 경기를 분석하여 경기 기술 및 전략 개선에 활용함으로써 스포츠 경기를 체계적으로 분석하고 경기력을 향상하는 데 주안점을 둔다.

나. 목표

〈스포츠 경기 분석〉 과목은 스포츠 경기 분석의 중요성을 인식하고, 경기 분석을 위한 실제적 지식을 탐색하며, 스포츠 경기 기술을 분석 및 해석하여 체계적으로 경기 전략에 활용할 수 있는 자질을 기르는 것을 목표로 한다.

- (1) 스포츠 경기와 분석의 관계를 이해하고, 경기 분석의 종류 및 특성을 탐색한다.
- (2) 스포츠 경기 분석 방향과 목적에 따라 분석 내용과 방법을 선정하고, 집중력 있게 자료를 수집하고 분석한다.
- (3) 스포츠 경기 분석 결과를 적절히 해석하고, 경기 전략에 적극적으로 활용한다.

2. 내용 체계 및 성취기준

가. 내용 체계

핵심 아이디어	- 스포츠 경기는 선수의 경기 능력, 개인 및 팀 경기 전략의 효과성 분석을 통해 발전한다. - 스포츠 경기 분석은 체계적인 자료 수집과 과학적 분석을 통해 고도화된다. - 인간은 스포츠 경기 분석 결과를 해석하고 경기 전략에 적용함으로써 경기력을 향상한다.		
영역 범주	스포츠 경기와 분석	경기 분석 방법	경기 분석과 전략
지식·이해	- 스포츠 경기와 분석의 관계 - 스포츠 경기 분석의 종류 및 특성	- 스포츠 경기 분석의 요소 - 스포츠 종목별 자료 수집과 분석	- 경기 분석 결과의 해석 방법 - 분석 결과에 따른 경기 전략
과정·기능	- 경기 분석 탐색하기 - 경기 분석 방법 적용하기 - 경기 분석 결과 활용하기		
가치·태도	- 경기 분석에 대한 집중력 - 경기 분석 결과 활용에 대한 적극성		

나. 성취기준

(1) 스포츠 경기와 분석

- [12스분01-01] 스포츠 경기와 분석의 관계를 탐색하여 경기 분석의 중요성을 인식한다.
- [12스분01-02] 스포츠 경기 분석의 종류 및 특성을 탐색하여 다양한 경기 분석 방법의 필요성을 인식한다.

(가) 성취기준 해설

- [12스분01-01] 스포츠 경기 분석은 선수의 경기 능력, 개인 및 팀의 경기 전술·전략 등을 대상으로 한다. 스포츠 경기 분석은 분석 요소를 다각화하고, 분석 방법을 과학적으로 고도화하면서 발전하였다. 스포츠 경기 분석이 스포츠 발달에 어떤 영향을 미치는지를 파악함으로써 경기 분석의 중요성을 인식하도록 한다
- [12스분01-02] 스포츠 경기 분석은 다양화되고 있다. 스포츠 종목의 특성과 요구에 맞는 경기 분석 방법(영상을 활용하는 정성적 분석 방법, 데이터를 활용하는 정량적 분석 방법 등)과 특성을 이해함으로써 다양한 경기 분석 방법의 필요성을 인식하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 스포츠 종목의 특성 및 요구를 반영한 경기 분석에 관한 자료 조사, 발표, 토론 과정이 순차적으로 이뤄지도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 스포츠 경기 분석에 활용되는 디지털 장비, AI 및 데이터 분석 도구를 조사하고 발표하는 과정이 포함되도록 수업을 구성한다.
- 스포츠 경기 분석 요소가 분석의 목적에 적합한지 판단할 수 있도록 모둠원과 합리적으로 토의하는 과정을 통해 민주적인 토론 태도를 기르도록 한다.
- 스포츠 경기와 분석의 관계, 스포츠 경기 분석의 종류 및 특성에 관한 지필 검사나 학습 과정이 포함된 포트폴리오를 활용하여 경기 분석 방법에 관한 이해력을 평가한다.

(2) 경기 분석 방법

[12스분02-01] 스포츠 경기 분석의 내용과 방법을 파악하여 스포츠 경기 분석 방법을 적용한다.

[12스분02-02] 스포츠 종목별 자료 수집과 분석 과정에서 집중력을 발휘한다.

(가) 성취기준 해설

- [12스분02-01] 스포츠 경기 분석의 세부 내용은 경기 종목별로 차이가 있다. 스포츠 경기 분석의 세부 내용(야구에서의 스트라이크와 볼의 비율, 투수의 방어율, 타자의 타율, 타자의 장타율 등)을 파악하고 승리 예측과의 관계를 탐구하며 활용하도록 한다.
- [12스분02-02] 스포츠 종목별 경기 분석의 세부 내용은 자료를 수집하는 관점에 따라 달라진다. 다양한 관점(선수의 경기 기술 측면, 경기 전술 측면, 경기 환경 측면 등)에 따라 경기 분석 자료를 수집하고 분석하는 과정을 경험하며 집중력 있게 경기를 분석하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 경기 분석 방법에 관한 자료 조사, 발표, 토론 과정을 포함하고 경기 분석 방법을 실제로 적용하여 결과를 도출하도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 스포츠 경기 분석 내용(전술 요소, 전술 공간, 포메이션, 포지션별 활동 범위, 경기 기술 수행 수준 등)별로 경기를 분석하고 분석 결과에 따른 기술 및 전략 개선 방법을 구상하도록 학습 과제를 부여한다.
- 경기 분석 실습은 학급 내 경기 활동에서 실습하거나, 전문 스포츠 경기 영상 자료를 활용하도록 지도한다.
- 스포츠 경기 분석에 필요한 디지털 장비, AI 및 데이터 분석 도구를 적극적으로 활용하고, 분석 장비가 없을 경우, 대체 분석 방법을 탐색한다.

- 스포츠 경기 분석의 내용과 방법, 스포츠 종목별 자료 수집과 분석에 관한 이해 여부를 평가함으로써 스포츠 분석력의 수준을 파악한다.
- 경기 분석 활동 참여 과정에 대한 양적 평가(참여 횟수, 활동 기록 등), 질적 평가(자기평가, 동료평가, 교사 관찰평가 등)를 활용할 수 있다.

(3) 경기 분석과 전략

[12스분03-01] 스포츠 경기 분석 결과의 올바른 해석 방법을 이해하고 적용한다.

[12스분03-02] 스포츠 경기 분석 결과를 경기 기술 및 전략 개선에 적극적으로 활용한다.

(가) 성취기준 해설

- [12스분03-01] 다양한 스포츠 경기 종목별 분석 능력은 지속적인 반복의 과정을 통해 향상된다. 스포츠 경기의 종목 특성, 기술 및 전술 특성에 따라 동일한 경기 분석 결과(영상, 문서, 도표, 그림, 영상, 데이터 등)도 다양하게 해석될 수 있다. 동료 학생, 교사, 전문가의 다양한 견해를 경청하면서 본인의 견해와 다른 해석 결과를 비교·분석함으로써 경기 분석 경험을 누적해 나가도록 한다.
- [12스분03-02] 스포츠 경기 분석 결과의 해석은 새로운 경기 기술과 전략을 수립하는 데 활용되며 다양한 대안 개발에 근거가 된다. 경기 영상이나 데이터 등을 분석한 결과를 활용하여 개인 및 팀의 장단점을 파악함으로써 경기에서 요구되는 경기 기술 및 전략을 수립하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 경기 분석과 전략에 관한 자료 조사, 발표, 토론 과정이 이뤄지도록 하고, 경기 분석 결과를 바탕으로 개인이나 팀에게 경기 기술 및 전략에 관해 제안(컨설팅)하도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 경기 분석 결과를 바탕으로 개선된 경기 기술과 전략을 설명하는 데 필요한 자료나 모델을 활용하되, 학습자의 개인 정보 유출이나 인권 침해 등이 발생하지 않도록 시도한다.
- 새롭게 구상한 경기 기술 및 전략을 모의 시연(시뮬레이션)할 수 있는 웹 기반 프로그램을 준비하거나 스마트폰 앱을 활용한다.
- 경기 분석과 관련한 직업군을 소개할 수 있는 자료 및 진학 자료를 활용한다.
- 경기 분석 결과와 해석 내용에 대한 논리적 이해력을 평가하기 위해 서술형, 논술형 평가, 구술 평가를 활용하거나, 경기 분석 과정 및 결과에 대한 포트폴리오 등을 활용하여 경기 분석 결과 이해 및 활용 능력을 평가한다.

3. 교수·학습 및 평가

가. 교수·학습

(1) 교수·학습의 방향

- (가) 스포츠 경기 분석의 영역별 내용 요소를 깊이 있게 경험할 수 있는 다양한 수업 주제와 교수·학습 활동을 선정하고 조직하며, 체육 계열 진로 및 진학에 필요한 역량을 종합적으로 함양하도록 지도한다.
- (나) 스포츠 경기 분석 전문가로서의 소양을 높이기 위해 학습자가 직접 설계한 학습의 비중을 높여 자기 주도적 교수·학습이 이루어지도록 한다. 이를 위해 스포츠 경기 분석 관련 분야에 대한 학습자의 관심을 고려하여 과제를 제시하거나 선택의 기회를 확대하며, 자신감을 높여주는 동기 유발 전략을 마련한다.
- (다) 교육과정 운영의 전 과정에서 온·오프라인을 연계하고 스포츠 관련 디지털 매체를 활용함으로써 디지털 기초 소양을 함양하며, 학습 자료를 체계적으로 관리하도록 지도한다.
- (라) 스포츠 경기 분석 전문가로서 갖추어야 할 창의성과 인성을 함양하도록 통합적 교수·학습 활동을 제공한다. 이를 위해 학습자가 심동적, 정의적, 인지적 내용 요소를 균형 있게 학습하고, 타 계열 및 범교과의 내용을 폭넓게 학습함으로써 비판적 사고, 바람직한 가치 판단, 개방적 태도, 공동체적 삶의 방식 등을 실천하도록 지도한다.

(2) 교수·학습 방법

- (가) 체육 교과 협의회를 통해 학기 단위로 지도 계획을 수립하고, 과목에서 제시된 모든 성취기준을 학습하도록 지도한다.
- (나) 영역의 특성을 고려한 단위 목표와 학습 활동을 선정하고, 학습자의 사전 학습 경험 및 특성을 충분히 파악하여 교수·학습을 계획하고 운영한다. 학습자의 사전 학습 경험은 수업 내용과 직·간접적으로 관련되는 신체활동의 경험뿐만 아니라 지적, 정서적 경험을 포함한다.
- (다) 수업에 필요한 학습 교재 및 자료는 학습자 수준에 맞는 것을 선정하고, 적절한 자료가 없는 경우 체육 계열 대학이나 학문 전공자와 협력하여 보조 자료를 수집하거나 재구성한다.
- (라) 모든 학습자에게 자기 수준에 맞는 학습 기회를 평등하게 제공하고, 과제 활동에서 다양한

역할을 제시하여 적극적으로 활동에 참여하도록 유도한다.

- (마) 최소 성취수준 보장을 위해 수준별 학습이 가능하도록 학습 자료를 재구성하고, 스포츠 대회나 부상 등으로 인한 학습 결손 시 디지털 학습 도구 등을 활용하여 심화 보충 학습이 이루어지도록 운영한다.

나. 평가

(1) 평가의 방향

- (가) 스포츠 경기 분석 전반에 대한 지식의 이해 수준과 수행 과정, 학습 태도 등을 종합적으로 평가하고, 인지적, 정의적 영역에 관한 서·논술형 평가를 병행하는 등 평가 도구를 다양화하여 과목의 학습 내용을 균형 있게 평가한다.
- (나) 스포츠 경기 분석 전문가로서의 성장 과정을 반영한 다면적 평가가 이루어질 수 있도록 하고, 학습 과정 및 결과에 관한 누가 기록을 통해 학습자 성장 과정을 체계적으로 분석, 관리한다.
- (다) 학습자의 특기 종목이나 수준의 다양성을 고려하여 학습자의 개별 학습 과정을 관찰하고 기록하여 학습자의 질적 변화를 체계적으로 관리한다.

(2) 평가 방법

- (가) 평가 내용에는 영역별 지식·이해, 과정·기능, 가치·태도 요소를 균형 있게 포함하고, 평가의 범위는 교수·학습 활동에서 학습한 전 영역을 대상으로 하되, 영역에 따라 평가 비중을 달리할 수 있다. 단, 평가 내용의 균형성을 위해 특정 영역에 편중되지 않도록 한다.
- (나) 성취기준 및 성취수준의 선정은 교육과정 성취기준과 단위 학교 수업 내용을 바탕으로 하고, 교수·학습의 내용 및 방법을 고려하여 영역별 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 수 있다. 단 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 경우, 내용 영역별 성취기준이 누락되지 않도록 한다.
- (다) 성취수준은 점수화 및 등급화를 위한 기능의 단순 분류나 기록의 명시보다는 영역별 내용 요소에 따른 기능의 도달 정도를 구체적으로 나타낼 수 있는 행동 수준으로 진술하고, 평가 등급(단계) 또한 양적 요소와 질적 요소를 모두 포함하여 각각의 수준에 맞게 진술하도록 한다.

- (라) 평가 방법은 학습 목표 및 평가 목적에 적합하게 선정하고, 체육과 평가에서 활용되는 기존 평가 도구를 사용하거나 평가 내용에 적합한 도구를 개발하여 사용할 수 있다.
- (마) 학기 초에 성취수준 및 최소 성취수준에 대해 학습자에게 충분히 안내하고, 최소 성취수준 미도달이 예상되는 학습자를 사전에 파악하여 적극적으로 피드백을 제공함으로써 학습 과정을 스스로 개선하도록 하며, 학습 과정 및 결과를 누가 기록하여 체육 계열 진로 교육의 기초 자료로 활용한다.



선택 중심 교육과정

-융합 선택 과목-

스포츠 교육

1. 성격 및 목표

가. 성격

〈스포츠 교육〉은 스포츠를 교육적 관점에서 이해하고, 스포츠 교육을 실습하며 스포츠 교육 분야로의 전문적 성장 과정을 탐구함으로써 스포츠 교육에 대한 전반적인 이해와 스포츠 교육에 대한 기초 소양을 길러주는 과목이다.

스포츠 교육은 시대 및 사회의 변화에 따라 의미와 역할이 변화되고 발전해왔으며, 다양한 스포츠 교육 정책이 스포츠 교육을 통해 실현되고 있다. 스포츠 교육은 프로그램과 지도자 및 교육 환경 등의 제반 요소를 고려하여 실행되어야 질적으로 발전할 수 있다. 체육 전문가에게는 스포츠 지도 시, 기술 발달이나 경기력 향상뿐만 아니라 전인적 관점에서 학습자를 교육하는 태도, 스포츠 교육 정책을 파악하는 능력, 나이, 대상, 목적에 따라 학습자와 교육 환경을 고려하여 교육 프로그램을 설계하고 운영하는 능력이 필요하다. 따라서 〈스포츠 교육〉 과목에서는 스포츠 교육의 의미와 역할을 이해하고, 스포츠 교육의 역사와 정책을 살펴보며, 스포츠 교육 프로그램을 운영하고, 스포츠 교육과 연계된 직업 세계와 준비 과정을 탐구함으로써 스포츠 교육의 중요성을 인식하고 전문적 성장 의지를 발휘해 자신의 미래 진로와 연계하는 데 주안점을 둔다.

나. 목표

〈스포츠 교육〉 과목은 스포츠 교육의 시대적·사회적 변화와 스포츠 교육 프로그램, 스포츠 교육 분야 진로 등 스포츠 교육 전반을 폭넓게 이해하여 스포츠 교육 분야에 대한 전문성을 함양하기 위한 자질을 기르는 것을 목표로 한다.

- (1) 스포츠 교육의 의미와 역할, 시대적 변화, 스포츠 교육 정책을 맥락적으로 이해하고, 스포츠 교육의 중요성을 인식한다.
- (2) 스포츠 교육 과정에서 고려해야 하는 다양한 요소를 탐구하고, 스포츠 교육 프로그램을 구성하여 스포츠 교육 과정에 적용한다.

- (3) 스포츠 교육과 관련된 다양한 직업과 직무 특성을 이해하고, 스포츠 교육 분야 진로를 설계하며, 전문적 성장 의지를 갖는다.

2. 내용 체계 및 성취기준

가. 내용 체계

핵심 아이디어	• 스포츠 교육은 시대 및 사회의 변화에 따라 의미와 역할이 달라지며 정책을 통해 구현된다. • 스포츠 교육의 질은 프로그램, 지도자, 교육환경 등의 제반 교육적 요소를 고려하여 운영해야 향상된다. • 인간은 스포츠 교육 분야의 직업별 전문성을 개발하며 스포츠 교육 진로를 개척한다.		
영역 범주	스포츠와 교육	스포츠 교육의 실제	스포츠 교육과 진로
지식·이해	• 스포츠 교육의 의미와 역할 • 스포츠 교육의 역사 • 스포츠 교육 정책	• 스포츠 교육 프로그램 • 스포츠 교육의 지도 방법 • 스포츠 교육의 평가	• 스포츠 교육과 직업 • 스포츠 교육 분야의 자격 및 전문적 성장
과정·기능	• 스포츠 교육 탐색하기 • 스포츠 교육 운영 과정 적용하기 • 스포츠 교육 진로 설계하기		
가치·태도	• 스포츠 교육에 대한 자긍심 • 스포츠 교육 전문성 향상 의지		

나. 성취기준

(1) 스포츠와 교육

- [12스교01-01] 스포츠 교육의 의미와 역할을 이해하고, 스포츠 교육의 중요성을 인식하며 교육 활동에 대한 자긍심을 발견한다.
- [12스교01-02] 근현대 스포츠 교육의 변천 과정을 탐색하여 스포츠 교육의 관점과 개념을 정립한다.
- [12스교01-03] 국내 스포츠 교육 정책 현황을 탐색하고 스포츠 교육의 개선 방향을 인식한다.

(가) 성취기준 해설

- [12스교01-01] 스포츠 교육은 스포츠 기능을 전수하는 데 국한되지 않는다. 스포츠 교육을 통해 얻게 되는 신체적, 정신적, 사회적 가치나 다양한 기능을 파악함으로써 스포츠 교육의 중요성을 인식하고, 스포츠 교육 활동 과정에서 긍지를 발견하도록 한다.

- [12스교01-02] 국내외 근현대 스포츠 교육의 목적과 교육 내용의 변화 양상을 살펴봄으로써 스포츠 교육에 관한 시각과 태도를 갖추고, 바람직한 교육 방법을 이해하도록 한다.
- [12스교01-03] 국내외 스포츠 교육 현장에 도입되고 있는 스포츠 교육 정책의 성과, 문제점 및 한계 등의 사례를 탐색함으로써 스포츠 교육의 향후 발전 방향을 파악하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 스포츠 교육 현장의 긍정적, 부정적 사례를 균형 있게 탐색함으로써 스포츠 교육의 현실을 객관적으로 판단하도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 근·현대 스포츠 교육의 변천 과정은 유럽이나 미국뿐만 아니라, 아시아를 비롯한 여러 나라와 우리나라의 사례를 비교하도록 수업 내용을 구성한다.
- 스포츠 교육 및 정책 관련 사진, 신문, 영상 등을 활용하여 스포츠 교육 현장을 생생하게 인식하도록 하며 그 과정에 담긴 다양한 에피소드 등을 적극적으로 활용한다.
- 학교체육을 담당하고 있는 교육부의 정책뿐만 아니라 문화체육관광부 등에서 실시하고 있는 청소년 스포츠 정책 등도 함께 소개하여 스포츠 교육 정책을 폭넓게 이해하도록 한다.
- 스포츠 교육의 변천 과정과 역사적 사실에 대한 이해 여부를 평가하기 위해 지필 검사 등을 활용하여 평가한다.
- 스포츠 교육 정책 자료에서 제시한 내용의 의미를 충분히 이해하고 있는지 설명할 수 있도록 하고, 모둠별 토론 결과를 효과적으로 발표할 수 있는 능력을 평가한다.

(2) 스포츠 교육의 실제

[12스교02-01] 스포츠 교육 프로그램의 유형별 특성과 프로그램별 고려 사항을 이해한다.

[12스교02-02] 스포츠 교육에 필요한 교수·학습 과정을 계획하고 지도한다.

[12스교02-03] 스포츠 교육의 평가 내용 및 방법을 활용하여 학습자를 평가한다.

(가) 성취기준 해설

- [12스교02-01] 스포츠 교육 프로그램은 교육의 목적, 참가 대상, 교육 시간 및 공간, 참가자의 요구, 교육 방식 등에 따라 다양한 유형으로 분류된다. 프로그램별 특성에 따른 고려 사항을 이해함으로써 스포츠 교육 프로그램의 질을 개선하도록 한다.
- [12스교02-02] 스포츠 교육은 지도 계획에 근거해 실제 지도 과정을 경험하는 것이 필요하다. 스포츠 교육을 위해 공간 및 시설, 용·기구, 디지털 학습 도구를 고려하고, 학습자의 참여도를 높일 수 있도록 단원의 교수·학습 계획과 차시별 수업 계획을 도입, 전개, 정리 순으로 작성하고 지도해봄으로써 스포츠교육자로서의 소양을 쌓도록 한다.

- [12스교02-03] 평가의 기준과 방법은 평가의 목적에 따라 달라진다. 규준 지향 평가 또는 준거 지향 평가의 기준을 구분해보고, 체크리스트, 평정척도, 관찰 등을 활용한 평가 과정에 참여함으로써 평가를 객관적이고 신뢰성 있게 실시하는 데 필요한 자질과 태도의 중요성을 인식하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 학습자의 선행 경험이 충분한 스포츠 활동을 선택하여 이론 수업과 실기 수업이 병행되도록 단위 및 수업을 설계한다.
- 학습자가 기초적인 수준에서 스포츠 교육실습이 가능하도록 수업의 도입, 전개, 정리 요소를 정확히 이해하도록 수업 내용을 구성한다.
- 스포츠 교육의 실습은 모둠별 모의수업 방식으로 운영하도록 한다. 모둠별로 수업 발표를 할 때, 교수자 역할 외에 모든 모둠원이 교수·학습 과정안 작성, 동료평가, 촬영 지원 등의 다양한 역할을 수행하도록 한다.
- 모둠별 모의수업 발표를 위해 다양한 용·기구를 활용하고, 기존 지도 방법 외에 다양한 교육 모형이나 방법을 안내하여 다양한 교육 방법을 적용하도록 한다.
- 스포츠 교육의 실습은 지도 방법의 적절성과 효과성, 적극적으로 참여하는 태도 등을 평가한다.
- 스포츠 교육을 위해 학습자가 작성한 교수학습 과정안 및 모의수업 과정을 촬영한 영상, 성찰 일지 등을 활용하여 스포츠 교육에 대한 기초 소양을 평가한다.

(3) 스포츠 교육과 진로

[12스교03-01] 스포츠 교육과 직업의 관계를 이해하고 관련 진로를 설계한다.

[12스교03-02] 스포츠 교육 분야의 자격 체계와 준비 과정을 이해하고 전문성 향상 의지를 갖는다.

(가) 성취기준 해설

- [12스교03-01] 스포츠 교육 분야 직업은 목적과 대상에 따라 세분화된다. 스포츠 교육을 주된 업무로 삼고 있는 체육 관련학과 교수, 체육교사, 학교스포츠클럽 지도자, 생활체육 지도자, 전문체육 지도자 등의 다양한 직업과 직무를 이해함으로써 스포츠 교육과 관련된 진로 설계를 지원하도록 한다.
- [12스교03-02] 스포츠 교육 분야 직업별 직무는 공통점과 차이점이 있다. 스포츠 교육 관련 여러 직업 중 학습자가 희망하는 직업에 필요한 직무 역량을 파악하고 전문가로 성장하는 데 필요한 대학의 학과 및 자격 과정을 살펴보고 전문성을 개발하기 위한 의지를 갖도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 스포츠 교육자 외에 다양한 스포츠 관련 직종에서 스포츠 교육의 필요성을 이해하고, 스포츠 교육 관련 직업의 자격 기준과 이수 과정을 정확히 이해하도록 최신의 자료를 활용하여 단위 및 수업을 설계한다.
- ‘스포츠 교육과 진로’ 영역에서는 스포츠 교육 관련 직업과 직무의 탐색 과정에 흥미를 높이도록 직업 카드 등의 다양한 자료를 활용하여 활동 중심으로 지도한다.
- 학습자에게 각종 기관의 입시 자료와 해당 학과 졸업 후 진출 분야에 관한 자료를 제공하여 진로 및 진학 계획을 구체화하도록 지도한다.
- 스포츠 교육 관련 진로 및 진학이 결정되면 고등학교에서 길러야 할 기초 역량, 선택 과목 및 교육 프로그램을 안내하여 학습자가 지속적인 노력을 기울이도록 한다.
- 스포츠 교육 관련 직업의 종류와 전반적인 직무를 조사한 결과 보고서나 발표 등을 활용하여 스포츠 교육 분야의 진로에 대한 이해력을 평가한다.

3. 교수·학습 및 평가

가. 교수·학습

(1) 교수·학습의 방향

- (가) 스포츠 교육 전반을 깊이 있게 이해할 수 있는 다양한 수업 주제와 교수·학습 활동을 선정하고 조직하며, 체육 계열 진로 및 진학에 필요한 역량을 종합적으로 함양하도록 지도한다.
- (나) 스포츠 교육에 대한 소양을 높이기 위해 학습자가 직접 설계한 학습의 비중을 높여 자기 주도적 교수·학습이 이루어지도록 한다. 이를 위해 스포츠 교육 분야에 대한 학습자의 관심을 고려하여 과제를 제시하거나 선택의 기회를 확대하며, 자신감을 높여주는 동기 유발 전략을 마련한다.
- (다) 교육과정 운영의 전 과정에서 온·오프라인을 연계하고 스포츠 관련 디지털 매체를 활용함으로써 디지털 기초 소양을 함양하며, 학습 자료를 체계적으로 관리하도록 지도한다.
- (라) 스포츠 교육자로서 갖추어야 할 창의성과 인성을 함양하도록 통합적 교수·학습 활동을

제공한다. 이를 위해 학습자가 심동적, 정의적, 인지적 내용 요소를 균형 있게 학습하고, 타 계열 및 범교과의 내용을 폭넓게 학습함으로써 비판적 사고, 바람직한 가치 판단, 개방적 태도, 공동체적 삶의 방식 등을 실천하도록 지도한다.

(2) 교수·학습 방법

- (가) 체육 교과 협의회를 통해 학기 단위로 지도 계획을 수립하고, 과목에서 제시된 모든 성취기준을 학습하도록 지도한다.
- (나) 영역의 특성을 고려한 단위 목표와 학습 활동을 선정하고, 학습자의 사전 학습 경험 및 특성을 충분히 파악하여 교수·학습을 계획하고 운영한다. 학습자의 사전 학습 경험은 수업 내용과 직·간접적으로 관련되는 신체활동의 경험뿐만 아니라 지적, 정서적 경험을 포함한다.
- (다) 수업에 필요한 학습 교재 및 자료는 학습자 수준에 맞게 선정하고, 적절한 자료가 없는 경우 대학교수, 연구원 등 체육 전문가와 협력하여 보조 자료를 수집하거나 재구성한다.
- (라) 모든 학습자에게 자기 수준에 맞는 학습 기회를 평등하게 제공하고, 스포츠 교육 과제 활동에서 다양한 역할을 제시하여 적극적으로 활동에 참여하도록 유도한다.
- (마) 최소 성취수준 보장을 위해 수준별 학습이 가능하도록 학습 자료를 재구성하고, 스포츠 대회나 부상 등으로 인한 학습 결손 시 디지털 학습 도구 등을 활용하여 심화 보충 학습이 이루어지도록 운영한다.

나. 평가

(1) 평가의 방향

- (가) 스포츠 교수 전반에 대한 지식의 이해 수준과 수행 과정, 학습 태도 등을 종합적으로 평가하고, 인지적, 정의적 영역에 관한 서·논술형 평가를 병행하는 등 평가 도구를 다양화하여 과목의 학습 내용을 균형 있게 평가한다.
- (나) 스포츠 교육 전문가로서의 성장 과정을 반영한 다면적 평가가 이루어질 수 있도록 하고, 학습 과정 및 결과에 관한 누가 기록을 통해 학습자 성장 과정을 체계적으로 분석, 관리한다.

(2) 평가 방법

- (가) 평가 내용에는 영역별 지식·이해, 과정·기능, 가치·태도 요소를 균형 있게 포함하고, 평가의 범위는 교수·학습 활동에서 학습한 전 영역을 대상으로 하되, 영역에 따라 평가 비중을 달리할 수 있다. 단, 평가 내용의 균형성을 위해 특정 영역에 편중되지 않도록 한다.
- (나) 성취기준 및 성취수준의 선정은 교육과정 성취기준과 단위 학교 수업 내용을 바탕으로 하고, 교수·학습의 내용 및 방법을 고려하여 영역별 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 수 있다. 단 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 경우, 내용 영역별 성취기준이 누락되지 않도록 한다.
- (다) 성취수준은 점수화 및 등급화를 위한 기능의 단순 분류나 기록의 명시보다는 영역별 내용 요소에 따른 기능의 도달 정도를 구체적으로 나타낼 수 있는 행동 수준으로 진술하고, 평가 등급(단계) 또한 양적 요소와 질적 요소를 모두 포함하여 각각의 수준에 맞게 진술한다.
- (라) 평가 방법은 학습 목표 및 평가 목적에 적합하게 선정하고, 체육과 평가에서 활용되는 기존 평가 도구를 사용하거나 평가 내용에 적합한 도구를 개발하여 사용할 수 있다.
- (마) 학기 초에 성취수준 및 최소 성취수준에 대해 학습자에게 충분히 안내하고, 최소 성취수준 미도달이 예상되는 학습자를 사전에 파악하여 적극적으로 피드백을 제공함으로써 학습 과정을 스스로 개선하도록 하며, 학습 과정 및 결과를 누가 기록하여 체육 계열 진로 교육의 기초 자료로 활용한다.

스포츠 생리의학

1. 성격 및 목표

가. 성격

〈스포츠 생리의학〉은 스포츠와 생리의학을 개괄적으로 이해하고, 스포츠 생리의학적 관점에서 운동의 효율적 수행과 신체 관리 방법을 실습하며, 스포츠 생리의학 분야로의 전문적 성장 과정을 탐구함으로써 스포츠 생리의학 분야에 대한 기초 소양을 길러주는 과목이다.

운동생리학은 운동에 따른 신체 기관의 변화 과정과 효과, 운동 처방에 따른 트레이닝 등을 주요 주제로 다룬다. 스포츠 의학은 운동이 건강에 미치는 효과와 스포츠에서 발생하는 의학적 문제, 스포츠 손상의 예방과 진단 및 치료 등을 주요 주제로 다루며 의학의 기초 학문과 스포츠과학의 영역을 접목하며 발전해왔다. 체육 전문가에게는 이러한 스포츠 생리 및 스포츠 의학 분야에서 다루는 주제와 관계를 폭넓게 이해하는 능력, 운동을 중심으로 한 생리학적 지식과 의학적 지식을 융합할 수 있는 능력이 필요하다. 따라서 〈스포츠 생리의학〉과목에서는 운동생리학과 스포츠 의학 분야에서 다루는 주제와 내용을 이해하고, 두 학문 간의 관계를 파악하며, 운동으로 인한 신체의 생리적 변화를 이해하고, 신체 질환을 생리의학적으로 관리하는 방법을 학습하며, 스포츠 생리의학과 관련된 직업 세계와 준비 과정을 탐구함으로써 스포츠 생리의학의 중요성을 인식하고 스포츠 생리의학 전문가로서의 성장 의지를 발휘해 자신의 미래 진로와 연계하는 데 주안점을 둔다.

나. 목표

〈스포츠 생리의학〉 과목은 운동생리학과 스포츠 의학이 융합된 스포츠 생리의학의 개념과 의의, 스포츠 생리의학의 내용, 스포츠 생리의학 분야 진로 등 스포츠 생리의학 전반을 폭넓게 이해하여 스포츠 생리의학 분야에 대한 전문성을 함양하기 위한 자질을 기르는 것을 목표로 한다.

- (1) 운동생리학과 스포츠 의학을 이해하고, 두 학문의 관계를 탐구하여 스포츠 생리의학에 대한 안목을 갖는다.
- (2) 운동에 따른 신체 기관의 생리적 변화와 신체 질환의 생리의학적 관리 방법을 이해하고,

스포츠 손상을 예방, 진단, 치료한다.

- (3) 스포츠 생리학과 관련된 다양한 직업과 직무 특성을 이해하고, 스포츠 생리 의학 분야 진로를 설계하며, 진로에 대한 적극성을 보인다.

2. 내용 체계 및 성취기준

가. 내용 체계

핵심 아이디어	- 운동생리학은 스포츠 의학과 연계성을 높여가며 스포츠의 발전과 인간의 건강 관리에 기여한다. - 신체 질환은 생리학적인 차원에서 운동을 통해 효과적으로 관리할 수 있다. - 인간은 스포츠 생리학 분야의 직업별 전문성 기초를 다지며 스포츠 생리학 분야로의 진로를 개척한다.		
영역 범주	스포츠와 생리학	스포츠 생리학의 실제	스포츠 생리학과 진로
지식·이해	- 운동생리학의 개요 - 스포츠 의학의 개요 - 운동생리학과 스포츠 의학의 관계	- 운동에 따른 신체 기관의 생리적 변화 - 신체 질환의 생리학적 관리 방법 - 스포츠 손상과 재활	- 스포츠 생리학과 직업 - 스포츠 생리학 분야의 자격 및 전문적 성장
과정·기능	- 스포츠 생리학 탐구하기 - 신체를 생리학적으로 관리하기 - 스포츠 생리학 진로 설계하기		
가치·태도	- 스포츠의 학문적 융합에 대한 적극적 관심 - 스포츠 생리학 분야로의 진로 진학 준비에 대한 적극성		

나. 성취기준

(1) 스포츠와 생리학

- [12스의01-01] 운동생리학의 주요 영역별 핵심 내용을 탐구한다.
- [12스의01-02] 스포츠 의학의 주요 영역별 핵심 내용을 탐구한다.
- [12스의01-03] 운동생리학과 스포츠 의학의 관계를 이해하고 연계·융합 사례를 탐색함으로써 스포츠의 학문적 융합의 중요성을 인식하고 적극적인 관심을 갖는다.

(가) 성취기준 해설

- [12스의01-01] 운동생리학은 운동이 인체의 구조와 기능에 미치는 영향을 연구하는 학문이다.

인체의 에너지원, 운동 후 회복, 근육계 및 신경계와 운동, 호흡계 및 순환계와 운동, 운동과 환경 등의 운동생리학 주제와 핵심 내용을 탐구함으로써 운동에 따른 생리적 변화를 이해하도록 한다.

- [12스의01-02] 스포츠 의학은 운동선수의 경기력을 향상하고 부상이나 손상을 예방, 치료하고 재활을 돕는 방법을 연구하는 학문이다. 운동 수행 과정에서 발생하는 스포츠 손상과 재활 관련 일반적 원리, 각종 신체 부위의 통증 문제, 특정 스포츠 참가자의 의학적 관리 등을 다루는 분야와 운동을 통한 건강 관리 및 질환의 관리 등을 다루는 분야로 구분할 수 있는 스포츠 의학 주제와 핵심 내용을 탐구함으로써 스포츠 의학을 전반적으로 이해하도록 한다.
- [12스의01-03] 운동생리학과 스포츠 의학은 관계가 깊다. 운동생리학과 스포츠 의학에서 다루고 있는 공통된 관심 주제와 내용을 찾고 두 학문이 상호 관련되어 발전시킨 스포츠 현장 사례를 탐색함으로써 스포츠 학문 간의 연계융합에 대해 적극적인 관심을 갖도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 운동생리학 분야의 주제 및 내용 중 기초적인 수준의 내용과 대표적인 주제와 핵심적인 연구 결과를 소개하고, 스포츠 현장에서 운동 생리학적인 이론이 반영된 사례를 중심으로 단원 및 수업을 설계한다.
- 스포츠 의학의 학습 내용은 학습자들에게 익숙한 용어와 일반적인 사례를 활용하여 구성한다.
- 인체의 여러 기관 및 신체 부위에 대한 각종 도해 및 시청각 자료를 충분히 활용한다.
- 강의 방식보다는 인터넷 등을 활용해 주제에 관련된 사례를 탐색하고 요약하여 발표하는 등의 자기 주도적 학습이 이루어지도록 한다.
- 운동생리학이나 스포츠 의학의 주제를 탐색한 결과나 두 학문이 융합된 연구 사례에 대한 보고서나 발표 등을 활용하여 운동생리학 및 스포츠 의학에 대한 이해력을 평가한다.

(2) 스포츠 생리학의 실제

[12스의02-01] 운동에 따른 신체 기관의 생리적 변화와 작용 기전을 탐구한다.
 [12스의02-02] 다양한 신체 질환의 생리학적인 관리 방법과 적용 사례를 탐구한다.
 [12스의02-03] 스포츠 손상과 재활의 방법을 적용하여 신체 부상을 관리함으로써 스포츠 생리학의 중요성을 인식한다.

(가) 성취기준 해설

- [12스의02-01] 운동은 신체의 각종 기관에 영향을 준다. 운동에 따른 근육계, 신경계, 호흡계, 순환계, 내분비계 등의 생리적 변화와 운동이 어떤 과정을 거쳐 신체적 변화에 영향을 미쳤는지 기초적인 수준에서 탐구하도록 한다.

- [12스의02-02] 생리학적 관리는 건강과 경기력 향상에 영향을 미친다. 비만, 당뇨병, 운동과 연관된 급성심장사, 심혈관계 증상, 관절염, 골다공증 등과 같은 다양한 신체적 질환의 예방과 운동적 차원에서 관리할 수 있는 방법을 적용한 사례를 탐구하도록 한다.
- [12스의02-03] 스포츠에서 발생하는 손상은 다양하다. 스포츠 활동 과정이나 후에 발생한 손상의 종류에 따른 재활 방법을 이해하고 신체 부상 관리에 적용함으로써 스포츠를 생리학적 관점의 중요성을 인식하도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 학습자들의 스포츠 손상 관리 실습이 가능하기 위해서는 스포츠 손상에 관한 학습자의 개인적인 판단이나 교수자의 판단보다는 병원에서 정확한 진단을 통해 손상의 종류를 정확히 파악하도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 스포츠 손상 관리와 관련해 ‘스포츠 테이핑’ 등과 같은 실습을 할 경우 관련된 용품을 정확히 파악하여 준비하고, 실습 과정에서 신체적 특성과 차이에 대한 인식의 왜곡이 발생하지 않도록 지도한다.
- 신체적 질환의 예방과 운동 방법과 관련된 다양한 영상 자료를 활용하여 의학적 개선 방법과 사례를 충분히 파악하여 특정 방법을 맹신하지 않고 객관적이고 과학적인 판단 능력을 기르도록 한다.
- 학교 내에서 실습이 가능한 활동과 그 결과를 활용하여 스포츠 손상 예방 및 관리 능력을 평가한다.
- 사례에 대한 보고서나 실습 결과에 대한 기록 등을 활용하여 스포츠 생리학에 대한 탐구 능력을 평가한다.

(3) 스포츠 생리학과 진로

[12스의03-01] 스포츠 생리학과 직업의 관계를 이해하고 관련 진로를 탐색한다.

[12스의03-02] 스포츠 생리학 분야의 자격 체계와 준비 과정을 이해하고 관련 진로 및 진학 분야를 적극적으로 준비한다.

(가) 성취기준 해설

- [12스의03-01] 스포츠 생리학 분야의 직업은 목적과 대상에 따라 세분화된다. 스포츠 생리학과 관련된 직업으로 체육 관련 연구원, 운동처방사, 피지컬 트레이너 등의 직종을 소개하고 직무를 이해함으로써 스포츠 생리학 진로 설계를 지원하도록 한다.
- [12스의03-02] 스포츠 생리학 분야 직업별 직무는 공통점과 차이점이 있다. 생리학 관련 여러 직업 중 학습자가 희망하는 직업에 필요한 직무 역량을 파악하고 전문가로 성장하는 데

필요한 대학의 학과 및 자격 과정을 살펴봄으로써 전문성을 개발하기 위한 의지를 갖도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 스포츠 생리학 관련 직업의 직무를 소개하고, 해당 분야 진출 경로의 다양성과 유사 직업 간의 차이점을 명확히 이해하도록 단원 및 수업을 설계한다.
- ‘스포츠 생리학과 진로’ 영역에서는 스포츠 생리학 직업과 직무의 탐색 과정에 흥미를 높이도록 직업 카드 등의 자료를 활용해 활동 중심으로 지도한다.
- 학습자에게 각종 기관의 입시 자료와 해당 학과 졸업 후 진출 분야에 관한 자료를 제공하여 진로 및 진학 계획을 구체화하도록 지도한다.
- 스포츠 생리학 관련 진로 및 진학이 결정되면 고등학교에서 길러야 할 기초 역량, 선택 과목 및 교육 프로그램을 안내하여 학습자가 지속적인 노력을 기울이도록 한다.
- 스포츠 생리학 관련 직업의 종류와 전반적인 직무를 조사한 결과 보고서나 발표 등을 활용하여 스포츠 생리학 분야의 진로에 대한 이해력을 평가한다.

3. 교수·학습 및 평가

가. 교수·학습

(1) 교수·학습의 방향

- (가) 스포츠 생리학의 영역별 내용 요소를 깊이 있게 경험할 수 있는 다양한 수업 주제와 교수·학습 활동을 선정하고 조직하며, 스포츠 생리학 분야의 진로 및 진학에 필요한 역량을 종합적으로 함양하도록 지도한다.
- (나) 스포츠 생리학에 대한 소양을 높이기 위해 학습자가 직접 설계한 학습의 비중을 높여 자기 주도적 교수·학습이 이루어지도록 한다. 이를 위해 스포츠 생리학 분야에 대한 학습자의 관심을 고려하여 과제를 제시하거나 선택의 기회를 확대하며, 자신감을 높여주는 동기 유발 전략을 마련한다.
- (다) 교육과정 운영의 전 과정에서 온·오프라인을 연계하고 스포츠 관련 디지털 매체를 활용함으로써 디지털 기초 소양을 함양하며, 학습 자료를 체계적으로 관리하도록 지도한다.
- (라) 스포츠 생리학 전문가가 갖춰야 할 창의성과 인성을 함양하도록 통합적 교수·학습 활동을 제공한다. 이를 위해 학습자가 심동적, 정의적, 인지적 내용 요소를 균형 있게 학습하고, 타

계열 및 범교과 내용을 폭넓게 학습함으로써 비판적 사고, 바람직한 가치 판단, 개방적 태도, 공동체적 삶의 방식 등을 실천하도록 지도한다.

(2) 교수·학습 방법

- (가) 체육 교과 협의회를 통해 학기 단위로 지도 계획을 수립하고, 과목에서 제시된 모든 성취기준을 학습하도록 지도한다.
- (나) 영역의 특성을 고려한 단원 목표와 학습 활동을 선정하고, 학습자의 사전 학습 경험 및 특성을 충분히 파악하여 교수·학습을 계획하고 운영한다. 학습자의 사전 학습 경험은 수업 내용과 직·간접적으로 관련되는 신체활동의 경험뿐만 아니라 지적, 정서적 경험을 포함한다.
- (다) 수업에 필요한 학습 교재 및 자료는 학습자 수준에 맞게 선정하고, 적절한 자료가 없는 경우 대학교수, 연구원 등 체육 전문가와 협력하여 보조 자료를 수집하거나 재구성한다.
- (라) 모든 학습자에게 자기 수준에 맞는 평등한 학습 기회를 제공하고, 육상 과제 활동에서 다양한 역할을 제시하여 적극적으로 활동에 참여하도록 유도한다.
- (마) 최소 성취수준 보장을 위해 수준별 학습이 가능하도록 학습 자료를 재구성하고, 스포츠 대회나 부상 등으로 인한 학습 결손 시 디지털 학습 도구 등을 활용하여 심화 보충 학습이 이루어지도록 운영한다.

나. 평가

(1) 평가의 방향

- (가) 스포츠 생리학 분야 전반에 대한 지식의 이해 수준과 수행 과정, 학습 태도 등을종합적으로 평가하고, 인지적, 정의적 영역에 관한 서·논술형 평가를 병행하는 등 평가 도구를 다양화하여 과목의 학습 내용을 균형 있게 평가한다.
- (나) 스포츠 생리학 전문가로서의 성장 과정을 반영한 다면적 평가가 이루어질 수 있도록 하고, 학습 과정 및 결과에 관한 누가 기록을 통해 학습자 성장 과정을 체계적으로 분석, 관리한다.

(2) 평가 방법

- (가) 평가 내용에는 영역별 지식·이해, 과정·기능, 가치·태도 요소를 균형 있게 포함하고, 평가의

범위는 교수·학습 활동에서 학습한 전 영역을 대상으로 하되, 영역에 따라 평가 비중을 달리할 수 있다. 단, 평가 내용의 균형성을 위해 특정 영역에 편중되지 않도록 한다.

- (나) 성취기준 및 성취수준의 선정은 교육과정 성취기준과 단위 학교 수업 내용을 바탕으로 하고, 교수·학습의 내용 및 방법을 고려하여 영역별 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 수 있다. 단 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 경우, 내용 영역별 성취기준이 누락되지 않도록 한다.
- (다) 성취수준은 점수화 및 등급화를 위한 기능의 단순 분류나 기록의 명시보다는 영역별 내용 요소에 따른 기능의 도달 정도를 구체적으로 나타낼 수 있는 행동 수준으로 진술하고, 평가 등급(단계) 또한 양적 요소와 질적 요소를 모두 포함하여 각각의 수준에 맞게 진술한다.
- (라) 평가 방법은 학습 목표 및 평가 목적에 적합하게 선정하고, 체육과 평가에서 활용되는 기존 평가 도구를 사용하거나 평가 내용에 적합한 도구를 개발하여 사용할 수 있다.
- (마) 학기 초에 성취수준 및 최소 성취수준에 대해 학습자에게 충분히 안내하고, 최소 성취수준 미도달이 예상되는 학습자를 사전에 파악하여 적극적으로 피드백을 제공함으로써 학습 과정을 스스로 개선하도록 하며, 학습 과정 및 결과를 누가 기록하여 체육 계열 진로 교육의 기초 자료로 활용한다.

스포츠 행정 및 경영

1. 성격 및 목표

가. 성격

〈스포츠 행정 및 경영〉은 스포츠와 행정 및 경영을 폭넓게 이해하고, 스포츠 행정 및 경영의 원리와 조직, 관리 방법을 실습하며, 스포츠 행정 및 경영 분야로의 전문적 성장 과정을 탐구함으로써 스포츠 행정 및 경영 분야에 대한 기초 소양을 길러주는 과목이다.

스포츠 행정은 정부 기관이나 공공단체 등에서 공공 목적을 달성하기 위해 체육 정책을 수립하고 집행하는 업무로 지도적, 관리적 기능을 포함한 활동이다. 스포츠 경영은 스포츠에 관련된 기업에 필요한 업무를 효율적으로 수행하기 위하여 최소의 노력으로 최대의 이윤을 획득하는 활동이다. 스포츠 행정 및 경영은 조직을 통해 목표 달성을 위해 기능한다는 점에서 유사하지만, 주체와 목적, 법적 규제와 정치적 성격에서는 차이가 있다. 이러한 스포츠 행정 및 경영은 현대 스포츠의 발전과 함께 역할이 갈수록 확대되고 있다. 체육 전문가에게는 이러한 스포츠 정책과 산업의 변화에 따른 스포츠 행정과 경영의 원리, 조직, 관리 방식을 이해하는 능력, 스포츠 행정 및 경영 분야의 직업적 활동을 파악하는 능력이 필요하다. 따라서 〈스포츠 행정 및 경영〉과목에서는 스포츠 행정 및 경영의 개념과 스포츠 정책과 산업을 이해하고, 스포츠 행정 및 경영의 실제적 적용 원리와 방법을 탐구하며, 스포츠 행정 및 경영 분야와 관련된 직업 세계와 준비 과정을 탐구함으로써 스포츠 행정 및 경영에 대한 적극성과 전문적 성장 의지를 발휘해 자신의 미래 진로와 연계하는 데 주안점을 둔다.

나. 목표

〈스포츠 행정 및 경영〉 과목은 스포츠 행정 및 경영의 개념과 내용, 스포츠 정책과 산업, 스포츠 행정 및 경영 분야 진로 등 스포츠 행정 및 경영 전반을 폭넓게 이해하여 스포츠 행정 및 경영 분야에 대한 전문성을 함양하기 위한 자질을 기르는 것을 목표로 한다.

- (1) 스포츠 행정 및 경영 분야를 개념적으로 이해하고 스포츠 정책 및 산업과 연계하여 파악한다.

- (2) 스포츠 행정 및 경영을 원리, 조직, 관리 차원에서 이해하고, 기초적인 실습 및 탐색을 통해 스포츠 행정 및 경영의 중요성을 인식한다.
- (3) 스포츠 행정 및 경영과 관련된 다양한 직업과 직무 특성을 이해하고, 스포츠 행정 및 경영 분야 진로를 설계하며, 진로에 대한 적극성을 보인다.

2. 내용 체계 및 성취기준

가. 내용 체계

핵심 아이디어	- 스포츠 행정 및 경영은 조직에서의 인적 참여를 통해 목표를 달성하지만, 제반 문화와 운영 양상을 달리하며 발전한다. - 스포츠 행정 및 경영은 일정한 원리가 작용하며 조직 구조와 관리 방식에 따라 성패가 결정된다. - 인간은 스포츠 행정 및 경영 분야의 직업별 전문성 기초를 다지며 스포츠 행정 및 경영 분야로의 진로를 개척해 나간다.		
영역 범주	스포츠와 행정 및 경영	스포츠 행정 및 경영의 실제	스포츠 행정 및 경영과 진로
지식·이해	- 스포츠 행정의 개념 - 스포츠 경영의 개념 - 스포츠 정책과 산업	- 스포츠 행정 및 경영 원리 - 스포츠 행정 및 경영 조직 - 스포츠 행정 및 경영 관리	- 스포츠 행정 및 경영과 직업 - 스포츠 행정 및 경영 분야의 자격 및 전문적 성장
과정·기능	- 스포츠 행정 및 경영 탐구하기 - 스포츠 행정 및 경영 적용하기 - 스포츠 행정 및 경영 진로 탐색하기		
가치·태도	- 스포츠 행정 및 경영에 대한 적극적 관심 - 스포츠 행정 및 경영 분야로의 진로 진학 준비에 대한 적극성		

나. 성취기준

(1) 스포츠와 행정 및 경영

- [12스경01-01] 스포츠 행정의 개념 및 변천 과정을 탐구하며 스포츠 행정의 필요성을 인식한다.
- [12스경01-02] 스포츠 경영의 개념 및 변천 과정을 탐구하며 스포츠 경영의 필요성을 인식한다.
- [12스경01-03] 스포츠 정책의 방향 및 사업, 스포츠 산업의 현황 및 사례를 탐색하며 스포츠 행정 및 경영 분야에 적극적인 관심을 갖는다.

(가) 성취기준 해설

- [12스경01-01] 스포츠 행정은 스포츠 현장에서 발생하는 여러 현상을 체계적으로 관리하는 활동이다. 스포츠 행정에 대한 다양한 개념적 정의와 스포츠 행정이 스포츠 발달에 어떻게 기여하고 있는지 최신 사례를 중심으로 살펴봄으로써 스포츠 행정에 대한 이해를 돕도록 한다.
- [12스경01-02] 스포츠 경영은 스포츠 서비스의 생산과 마케팅에 필요한 요소를 개인이나 조직 간에 조정하는 활동이다. 스포츠 경영에 대한 다양한 개념적 정의와 스포츠 경영이 스포츠 발달에 어떻게 기여하고 있는지 최신 사례를 중심으로 살펴봄으로써 스포츠 경영에 대한 이해를 돕도록 한다.
- [12스경01-03] 스포츠 정책과 산업은 다변화되고 세분화되고 있다. 스포츠 기본권 향상과 참가 대상을 확대하는 방향으로 추진되는 국내 현대 스포츠 정책 방향과 세부 사업을 알아보고 스포츠 산업의 발전 과정과 현황을 사례를 중심으로 살펴봄으로써 스포츠 행정 및 경영 분야에 대해 적극적으로 관심을 갖도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 일반 행정과 경영에 관한 개념적 정의와 스포츠 행정 및 경영에 관한 개념적 정의에 어떤 차이가 있는지 비교하고, 스포츠 행정과 경영의 개념적 유사성과 차이도 비교하도록 단원 및 수업을 설계한다.
- 스포츠 행정 및 경영 분야를 세부적으로 안내하되 지나치게 많은 분야보다는 대표적인 직무의 사례가 포함되도록 수업자료를 준비한다.
- 스포츠와 행정 및 경영 분야의 전문가 경험담이 포함된 영상 등을 활용하되 지나치게 상세하거나 긴 분량의 자료보다는 흥미로운 에피소드가 담긴 자료를 선택한다.
- 스포츠 경영 분야는 선진국을 중심으로 사례를 탐색하되, 국내의 발전 현황도 비교하여 국내 스포츠 경영의 실태를 객관적으로 파악하도록 한다.
- 스포츠 정책 및 산업의 변천 과정과 역사적 사실에 대한 맥락적인 이해 여부를 평가한다.
- 모듈별 토론 결과를 발표하는 형식을 활용하여 스포츠 산업 발전 과정에 대한 탐색 능력을 평가한다.

(2) 스포츠 행정 및 경영의 실제

- [12스경02-01] 스포츠 행정과 스포츠 경영의 원리를 비교하며 유사점과 차이점을 탐구한다.
- [12스경02-02] 스포츠 행정과 스포츠 경영의 조직 구성 사례를 비교하며 유사점과 차이점을 탐구한다.
- [12스경02-02] 스포츠 행정 및 경영 분야의 관리 사례를 탐색하며 기초적인 실무를 경험한다.

(가) 성취기준 해설

- [12스경02-01] 스포츠 행정과 스포츠 경영에는 각각의 원리가 있다. 스포츠 행정과 경영의 원리를 일반적인 수준에서 유사점과 차이점을 비교함으로써 각 분야의 특징을 파악하도록 한다.
- [12스경02-02] 스포츠 행정과 스포츠 경영 분야에서는 사업 목적과 내용에 따라 다양한 조직을 활용한다. 스포츠 행정과 스포츠 경영의 다양한 조직 구성 사례를 조사하여 유사점과 차이점을 비교함으로써 각 조직의 특성을 파악하도록 한다.
- [12스경02-03] 스포츠 행정 및 경영 실무의 범위는 다양하므로 초보적인 수준의 접근이 필요하다. 스포츠 행정 및 경영 분야의 관리 사례 중에서도 국내외의 대표적인 사례를 중심을 살펴보고 스포츠 행사의 기획 및 운영 조직 구성, 공문서 작성, 예산 수립, 시설 및 용·기구의 관리 방법 등의 기초적인 실무를 경험함으로써 스포츠 행정 및 경영 실무에 대한 이해를 돕도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 스포츠 행정 및 경영 분야의 기초적인 실무 경험을 통해 스포츠 행정 및 경영 분야의 직무를 체험하도록 하되, 학교 내에서의 실습과 스포츠 행정 기관이나 기업체 등의 현장 직접 체험을 병행하도록 단위 및 수업을 설계한다.
- 국내 스포츠 행정 기관뿐만 아니라 국외 스포츠 행정 기관도 다양하게 소개하여 스포츠 행정 조직을 폭넓게 이해하도록 자료를 준비한다.
- 교내 및 교외 스포츠 경기 및 대회 운영 과정에서 필요한 행정적인 업무(대회의 계획 수립, 예산 편성, 홍보 등)와 경영 업무(선수 관리, 리더십, 팀의 구성과 운영 전략, 친환경적 스포츠 경기장 및 시설 관리, 지자체 및 기업에서의 지원 등) 등을 탐색하고 체험하도록 지도한다.
- 선수 인권을 고려한 스포츠 에이전트의 역할 및 구조를 조사하고, 국내외 스포츠 팀의 선수를 대상으로 한 스포츠 에이전트의 세부 업무를 파악하도록 한다.
- 스포츠 행정 및 경영에 관한 실무 능력은 학교 내에서 활동의 결과를 중심으로 하되, 지역사회의 체육 단체나 스포츠 업체 등과 연계한 활동이 가능한 경우 평가 범위를 확대한다.
- 운영 과정 및 결과에 대한 포트폴리오 등을 활용하여 스포츠 행정 및 경영 관련 기초 실무 능력을 평가한다.

(3) 스포츠 행정 및 경영과 진로

[12스경03-01] 스포츠 행정 및 경영과 직업의 관계를 이해하고 관련 진로를 탐색한다.

[12스경03-02] 스포츠 행정 및 경영 분야의 자격 체계와 준비 과정을 이해하고 관련 진로 및 진학 분야를 적극적으로 준비한다.

(가) 성취기준 해설

- [12스경03-01] 스포츠 행정 및 경영 분야 직업의 종류는 정책 및 산업 발달에 따라 다양해지고 있다. 스포츠 행정 및 경영과 관련된 직업으로 체육 행정 전문가, 스포츠 외교 전문가, 스포츠 브랜드 매니저, 스포츠 에이전트 등을 소개하고 직무를 이해함으로써 스포츠 행정 및 경영 진로 설계를 지원하도록 한다.
- [12스경03-02] 스포츠 행정 및 경영 분야 직업별 직무는 공통점과 차이점이 있다. 스포츠 행정 및 경영 관련 직업 중 학습자가 희망하는 직업에 필요한 직무 역량을 파악하고 전문가로 성장하는 데 필요한 대학의 학과 및 자격 과정을 살펴봄으로써 전문성을 개발하기 위한 의지를 갖도록 한다.

(나) 영역 성취기준 적용 시 고려 사항

- 스포츠 행정 및 경영 관련 직업의 자격 기준과 이수 과정은 스포츠에서 파생되기보다는 일반 행정이나 경영에서 응용된 분야이므로, 대학의 학과 선정을 포함해 해당 분야로 진출하는 경로와 전문 기관 등에서 자격을 취득하는 방법 등을 다양하게 소개하도록 단원 및 수업을 설계한다.
- ‘스포츠 행정 및 경영과 진로’ 영역에서는 스포츠 행정 및 경영 직업과 직무의 탐색 과정에 대한 흥미를 높이도록 직업 카드 등의 자료를 활용해 활동 중심으로 지도한다.
- 학습자가 진학 희망 대학의 학과 선택에 어려움을 겪지 않도록 각종 기관의 입시 자료와 해당 학과 졸업 후 진출 분야에 관한 자료를 활용하여 진로 및 진학 계획을 구체화하도록 지도한다.
- 스포츠 행정 및 경영 관련 진로 및 진학이 결정되면 고등학교에서 길러야 할 기초 역량, 선택 과목 및 교육 프로그램을 안내하여 학습자가 지속적인 노력을 기울이도록 한다.
- 스포츠 행정 및 경영 관련 직업의 종류와 전반적인 직무를 조사한 결과 보고서나 발표 등을 활용하여 스포츠 행정 및 경영 분야의 진로에 대한 이해력을 평가한다.

3. 교수·학습 및 평가

가. 교수·학습

(1) 교수·학습의 방향

- (가) 스포츠 행정 및 경영의 영역별 내용 요소를 깊이 있게 경험할 수 있는 다양한 수업 주제와 교수·학습 활동을 선정하고 조직하며, 스포츠 행정 및 경영 분야의 진로 및 진학에 필요한 역량을 종합적으로 함양하도록 지도한다.
- (나) 스포츠 행정 및 경영 전문가로서의 소양을 높이기 위해 학습자가 직접 설계한 학습의 비중을 높여 자기 주도적 교수·학습이 이루어지도록 한다. 이를 위해 스포츠 행정 및 경영 관련 분야에 대한 학습자의 관심을 고려하여 과제를 제시하거나 선택의 기회를 확대하며, 자신감을 높여주는 동기 유발 전략을 마련한다.
- (다) 교육과정 운영의 전 과정에서 온·오프라인을 연계하고 스포츠 관련 디지털 매체를 활용함으로써 디지털 기초 소양을 함양하며, 학습 자료를 체계적으로 관리하도록 지도한다.
- (라) 스포츠 행정 및 경영 전문가가 갖추어야 할 창의성과 인성을 함양하도록 통합적 교수·학습 활동을 제공한다. 이를 위해 학습자가 심동적, 정의적, 인지적 내용 요소를 균형 있게 학습하고, 타 계열 및 범교과 내용을 폭넓게 학습함으로써 비판적 사고, 바람직한 가치 판단, 개방적 태도, 공동체적 삶의 방식 등을 실천하도록 지도한다.

(2) 교수·학습 방법

- (가) 체육 교과 협의회를 통해 학기 단위로 지도 계획을 수립하고, 과목에서 제시된 모든 성취기준을 학습할 수 있도록 지도한다.
- (나) 영역의 특성을 고려한 단위 목표와 학습 활동을 선정하고, 학습자의 사전 학습 경험 및 특성을 충분히 파악하여 교수·학습을 계획하고 운영한다. 학습자의 사전 학습 경험은 수업 내용과 직·간접적으로 관련되는 신체활동의 경험뿐만 아니라 지적, 정서적 경험을 포함한다.
- (다) 수업에 필요한 학습 교재 및 자료는 학습자 수준에 맞게 선정하고, 적절한 자료가 없는 경우 대학교수, 연구원 등 체육 전문가와 협력하여 보조 자료를 수집하거나 재구성한다.
- (라) 모든 학습자에게 자기 수준에 맞는 학습 기회를 평등하게 제공하고, 육상 과제 활동에서

다양한 역할을 제시하여 적극적으로 활동에 참여하도록 유도한다.

- (마) 최소 성취수준 보장을 위해 수준별 학습이 가능하도록 학습 자료를 재구성하고, 스포츠 대회나 부상 등으로 인한 학습 결손 시 디지털 학습 도구 등을 활용하여 심화 보충 학습이 이루어지도록 운영한다.

나. 평가

(1) 평가의 방향

- (가) 스포츠 행정 및 경영 분야 전반에 대한 지식의 이해 수준과 수행 과정, 학습 태도 등을 종합적으로 평가하고, 인지적, 정의적 영역에 관한 서·논술형 평가를 병행하는 등 평가 도구를 다양화하여 과목의 학습 내용을 균형 있게 평가한다.
- (나) 스포츠 행정 및 경영 전문가로서의 성장 과정을 반영한 다면적 평가가 이루어질 수 있도록 하고, 학습 과정 및 결과에 관한 누가 기록을 통해 학습자 성장 과정을 체계적으로 분석, 관리한다.

(2) 평가 방법

- (가) 평가 내용에는 영역별 지식·이해, 과정·기능, 가치·태도 요소를 균형 있게 포함하고, 평가의 범위는 교수·학습 활동에서 학습한 전 영역을 대상으로 하되, 영역에 따라 평가 비중을 달리할 수 있다. 단, 평가 내용의 균형성을 위해 특정 영역에 편중되지 않도록 한다.
- (나) 성취기준 및 성취수준의 선정은 교육과정 성취기준과 단위 학교 수업 내용을 바탕으로 하고, 교수·학습의 내용 및 방법을 고려하여 영역별 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 수 있다. 단 성취기준을 나누거나 통합하여 개발할 경우, 내용 영역별 성취기준이 누락되지 않도록 한다.
- (다) 성취수준은 점수화 및 등급화를 위한 기능의 단순 분류나 기록의 명시보다는 영역별 내용 요소에 따른 기능의 도달 정도를 구체적으로 나타낼 수 있는 행동 수준으로 진술하고, 평가 등급(단계) 또한 양적 요소와 질적 요소를 모두 포함하여 각각의 수준에 맞게 진술한다.
- (라) 평가 방법은 학습 목표 및 평가 목적에 적합하게 선정하고, 체육과 평가에서 활용되는 기존 평가 도구를 사용하거나 평가 내용에 적합한 도구를 개발하여 사용할 수 있다.

- (마) 학기 초에 성취수준 및 최소 성취수준에 대해 학습자에게 충분히 안내하고, 최소 성취수준 미도달이 예상되는 학습자를 사전에 파악하여 적극적으로 피드백을 제공함으로써 학습 과정을 스스로 개선하도록 하며, 학습 과정 및 결과를 누가 기록하여 체육 계열 진로 교육의 기초 자료로 활용한다.