

# 2024학년도 체육교육과 정시 실기고사 종목별 배점표 및 실시요령

## 1. 종목별 최고-최저점 및 급간 점수분포

성별	점수		200	193	185	176	165	153	139	125	110	95	80
	종목												
남자	농구왕복레이업슛 (회)	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	이하
		이상											
여자		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	
		이상											

성별	점수		150	145	139	132	123	113	103	93	82	71	60
	종목												
남자	제자리멀리뛰기 (cm)	275	272~ 274	269~ 271	266~ 268	263~ 265	260~ 262	257~ 259	254~ 256	251~ 253	248~ 250	247	이하
		이상											
	턱걸이(회)	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	이하
		이상											
여자	제자리멀리뛰기 (cm)	230	227~ 229	224~ 226	221~ 223	218~ 220	215~ 217	212~ 214	209~ 211	206~ 208	203~ 205	202	이하
		이상											
	매달리기(초)	40	38~3 9.9	36~3 7.9	34~3 5.9	32~3 3.9	30~3 1.9	28~2 9.9	26~2 7.9	24~2 5.9	22~2 3.9	21.9	이하
		이상											

- 농구왕복레이업슛 200점, 제자리멀리뛰기 및 턱걸이/매달리기 150점, 총 500점 만점
- 남·여 평가 기준을 달리함
- 종목별 실격처리 시 최하점 부여, 결시 시 0점 부여함
- 실격자는 합격사정 대상에 포함하나, 결시자(종목별 결시자 포함)는 합격사정 대상에서 제외함

## 2. 종목별 실시방법 및 측정방법

### 1

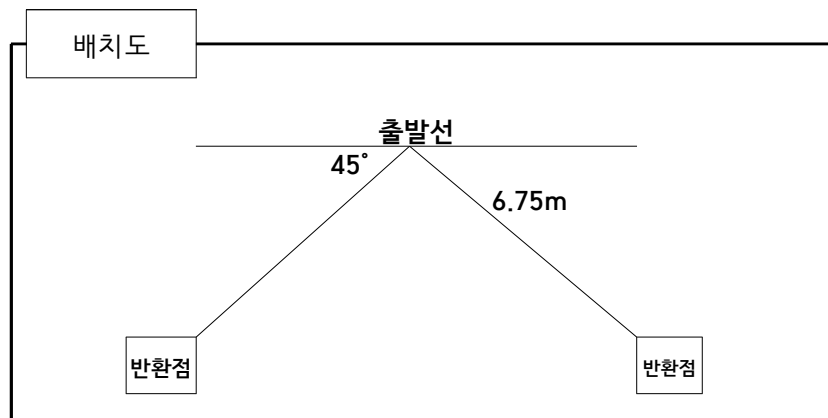
### 농구왕복레이업슛

#### ○ 실시방법

- 가. 수험생은 “준비” 구령에 맞춰 골밑 엔드라인에서 농구공을 들고 출발신호를 기다린다.
- 나. 시작 신호(버저)가 울리면 좌, 우 반환점 중 편한 곳으로 드리블 후 레이업 슛을 시도한다.
- 다. 슛 성공 여부와 상관없이 리바운드하여 드리블 하며 반대편 반환점을 돌아 레이업 슛을 한다.
- 라. 1분 동안 성공한 슛의 횟수를 기록한다.
- 마. 드리블과 레이업슛은 방향과 관련 없이 양손 중 어느 손을 사용해도 무방하다.
- 바. 레이업슛은 한 손을 이용한 언더핸드 방식으로 실시한다.

#### ○ 측정방법

- 가. 1분 동안 측정하며 성공한 레이업슛의 횟수를 측정 기록한다.
- 나. 총 2회의 기회가 부여되며 1차 측정 후 약간의 휴식시간을 갖는다. 2차 측정 후 더 높은 기록을 최종 기록으로 채택한다.
- 다. 드리블이나 슛 동작 중 바이올레이션(트래블링, 더블 드리블 등) 발생 시, 드리블 도중 반환점 설치물을 쓰러트리는 경우 기록(횟수)에서 제외한다.
- 라. 출발 시 출발선을 밟는 경우, 신호(버저)가 울리기 전 출발선을 넘는 경우 반칙 처리하며 1회의 기회가 소멸된다. 추가 기회 시에도 반칙을 하면 실격 처리하고 최하점을 부여한다.
- 마. 종료 버저가 울리기 전에 손에서 떨어진 공의 성공 기록까지 인정한다.
- 바. 레이업 슛 시행 시 반드시 점프를 해야 한다.
- 사. 리바운드는 두 손으로 하며, 곧바로 드리블 한다.(고의로 볼을 던져놓고 이동할 경우 기록(횟수)에서 제외함)



## 2

## 제자리멀리뛰기

### ○ 실시방법

가. 수험생은 “준비” 구령에 맞춰 발구름선 뒤에 선다.

나. “시작” 구령에 맞춰 도약한다.

가. 도약 후 공중자세는 자유롭게 선택할 수 있으며, 착지 후 정해진 구역으로 퇴장한다.

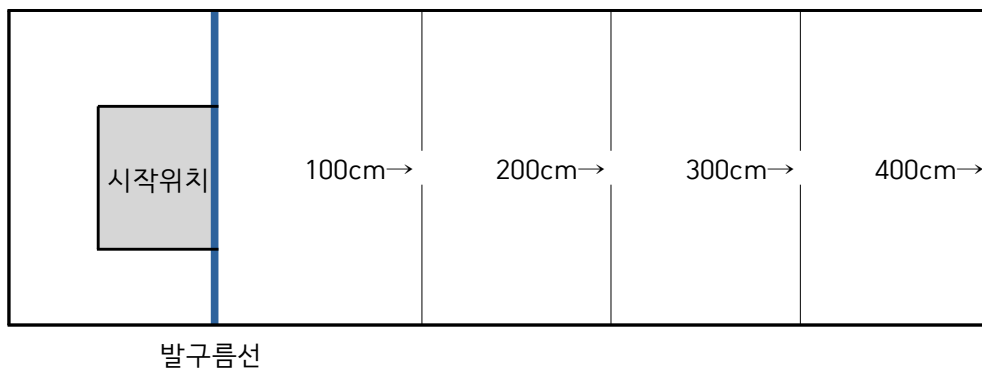
나. 2회의 기회가 부여되며, 연속으로 실시한다.(2회 중 높은 점수를 채택함)

### ○ 측정방법

가. 발구름선부터 착지 지점까지의 거리는 센서로 측정되며, cm 단위까지만 기록한다(소수점 이하는 절삭).

나. 뒤로 넘어지거나 손을 짚는 경우, 뒷걸음질하는 경우는 출발선에서 가장 가까운 지점에 닿은 신체 부위를 기준으로 측정한다.

다. 수험생의 발끝이 발구름선에 닿는 경우, 양발로 동시에 발구름 하지 않는 경우, 멀리뛰기 전에 발이 지면에서 떨어진 후 다시 발구름 하는 경우, 착지 후 신체 일부가 옆선을 닿거나 나가는 경우 반칙 처리하며 1회의 기회가 소멸된다. 2번째 기회에도 반칙 하면 실격 처리하고 최하점을 부여한다.



### 3

## 턱걸이(남), 매달리기(여)

### 1. 턱걸이(남)

#### ○ 실시방법

- 가. 수험생은 “다음” 구령에 맞춰 철봉 아래에서 대기한다.
- 나. “준비” 구령에 맞춰 팔을 어깨너비보다 양쪽으로 한 주먹 정도 더 벌리고, 몸을 곧게 펴 바로 잡기 방법으로 철봉에 매달린다.
- 다. 시작 신호(버저)에 맞춰 몸을 곧게 편 상태에서 턱걸이를 실시하며, 종료 버저가 울리기 전까지 계속한다.
- 라. 1회의 기회가 부여된다.

#### ○ 측정방법

- 가. 수험생의 턱이 철봉 위로 올라간 횟수를 측정한다.
- 나. 몸을 앞뒤로 흔들거나 반동을 주어 실시하는 경우, 팔을 곧게 펴지 않는 경우는 반칙으로 처리하고 기록(횟수)에서 제외한다.
- 다. 30초 동안 측정하며, 종료 버저가 울리기 전에 성공한 것에 대해서만 기록으로 인정한다.

### 2. 매달리기(여)

#### ○ 실시방법

- 가. 수험생은 “다음” 구령에 맞춰 철봉 아래에서 대기한다.
- 나. “준비” 구령에 맞춰 팔을 어깨너비의 간격으로 유지하고 봉을 바로잡기 방법으로 잡는다. 봉을 턱밑에 둔 상태에서 팔을 굽힌 자세를 취한다.(철봉에 몸을 기대어 매달리는 경우는 인정하지 않는다.)
- 다. “시작” 구령에 맞춰 발 디딤대에서 발을 떼고 매달린다.
- 라. 턱이 철봉에 닿거나 밑으로 내려오면 종료된다.
- 마. 1회의 기회가 부여된다.

#### ○ 측정방법

- 가. 실시방법을 위반하지 않고 매달려 있는 동안의 기록만 측정한다.
- 나. 턱이 철봉에 닿거나 철봉 밑으로 내려오는 순간 “그만”을 선언한다.(소수 둘째 단위는 절삭)

