

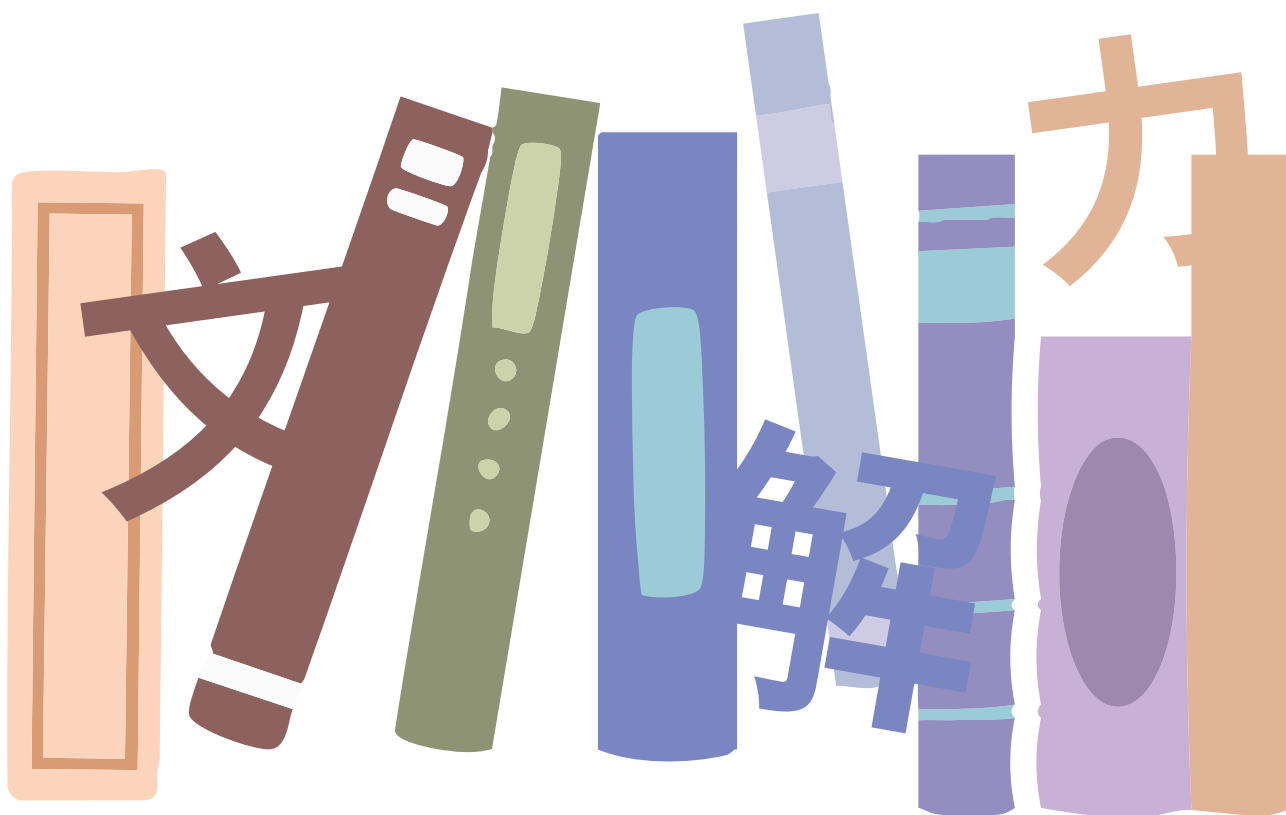
한자교육 기반 학생 문해력 향상을 위한 도움자료

중학생용

2026
학년도

경상북도교육청
중 등 교 육 과

| 체육과 |



경상북도교육청
Gyeongsangbuk-do Office of Education

수업에 필요한 ‘실마리’를 모아, 문해력 향상을 돕다



이 도움 자료는 2026학년도 학교 현장에서 한자 교육을 기반으로 학생의 언어능력과 문해력을 높이고, 문해력 향상 교육을 위한 교원의 수업 설계·운영 역량을 지원하기 위해 개발하였습니다. 학생들이 글과 말을 정확하게 이해하고, 자기 생각을 분명한 언어로 표현하며, 배운 내용을 스스로 정리·활용하는 힘을 기르는 데에 보탬이 되기를 바랍니다.

교실에서 문해력은 ‘읽고 쓰기’의 기술을 넘어, 어휘를 정확히 이해하고 문장의 구조와 논리를 파악하며, 글의 핵심을 추려 자기 말과 글로 설명하는 능력으로 드러납니다. 수업을 하다 보면 “이 단어가 무슨 뜻인가요?”, “무슨 말인지 알겠는데, 설명이 어려워요.”와 같은 순간이 자주 찾아옵니다. 이때 필요한 것은 완성된 정답이 아니라, 다음 활동과 안내로 이어지게 하는 작은 실마리입니다. 본 자료는 그러한 실마리를 수업 맥락 속에서 활용할 수 있도록 교과별로 한자 본래의 뜻, 교과 속 의미, 교과 속 용례 순으로 정리하였습니다.

한자 교육은 문해력 향상에 유효한 기반이 될 수 있습니다. 교과 학습에서 빈번하게 등장하는 한자어의 의미를 짚어 보고, 낱말 사이의 관계를 이해하는 활동은 학생들이 개념을 더 정확히 붙잡고 텍스트를 깊이 있게 해석하도록 돕습니다. 그 결과 학생들은 정확한 의사소통 능력을 기르고, 자기 주도적 학습의 기반을 다지는 동시에 정보처리 역량과 문제 해결 능력을 함께 향상할 수 있습니다.

본 자료는 단일한 모범 답안이 아니라, 학년·학생 수준·교과 특성에 맞추어 선택적으로 적용할 수 있는 참고 자료입니다. 현장의 의견과 적용 경험을 바탕으로 더 실용적인 자료가 되도록 지속적으로 보완해 나가겠습니다.

- 한자 교육 기반 학생 문해력 향상 도움 자료 개발 위원 드림 -

단원명

운동

핵심
한자

순(瞬)
눈 깜짝일 순

발(發)
일어날 발

력(力)
힘력

#팝스 #운동체력
#제자리멀리뛰기

한자 본래 뜻

근육이 순간적으로 빨리 수축하면서 나는 힘

교과 속 의미

짧은 시간에 순간적으로 **빠르고 강한 힘**을 낼 수 있는 능력

교과서 용례1

50m 달리기는 짧은 거리를 빠른 속도로 달리는 능력을 측정함으로써 **순발력**을 평가한다.

교과서 용례2

제자리멀리뛰기는 한 번의 도약으로 멀리 뛰는 능력을 측정함으로써 **순발력**을 평가한다.

기록공간

핵심
한자

민(敏)
민첩할 민

첩(捷)
빠를 첩

성(性)
성품 성

#팝스 #운동체력
#사이드스텝

한자 본래 뜻

재빠르고 날쌔 성질

교과 속 의미

몸을 자신이 원하는 방향으로 **빠르고 정확하게 움직일 수 있는 능력**

교과서 용례

민첩성 발달을 통해 스포츠 상황에서 다양한 방향으로 빠르게 대처할 수 있다.

기록공간

단원명

운동

핵심
한자협(協)
도울 협응(應)
응할 응성(性)
성품 성#팝스 #운동체력
#복합동작 #조화

한자 본래 뜻

신체의 여러 기관들이 서로 호응하며 조화롭게 움직이는 성질

교과 속 의미

여러 신체 부위들이 서로 협력하여 정확한 동작을 할 수 있는 능력

교과서 용례

협응성 발달을 통해 복잡한 운동 기술의 습득이 빨라져 스포츠 수행을 잘할 수 있다.

기록공간 핵심
한자평(平)
평평할 평형(衡)
저울대 형성(性)
성품 성#팝스 #운동체력
#균형감각

한자 본래 뜻

한쪽으로 기울지 않고 안정해 있는 성질

교과 속 의미

신체 자세와 움직임을 균형 있고 안정되게 할 수 있는 능력

교과서 용례

평형성 발달을 통해 움직일 때 신체의 균형을 잘 잡을 수 있어서 안정적으로 운동 기능을 수행할 수 있다.

기록공간

단원명

운동

핵심
한자

지(持)
버틸 지

구(久)
오랫 구

력(力)
힘 력

#팍스 #건강체력
#심폐지구력

한자 본래 뜻

오래 버티며 견디는 힘

교과 속 의미

신체가 지치지 않고 **오랫동안 운동할 수 있는 능력**

교과서 용례

심폐 **지구력** 발달을 통해 혈액 순환과 호흡이 원활하게 이루어져 일상생활에서 쉽게 지치지 않고 피로를 빠르게 풀 수 있다.

기록공간

핵심
한자

유(柔)
부드러울 유

연(軟)
연할 연

성(性)
성품 성

#팍스 #건강체력
#근육 #관절

한자 본래 뜻

딱딱하지 아니하고 부드러운 성질

교과 속 의미

근육이나 관절이 최대의 범위로 **늘어나거나 움직일 수 있는 능력**

교과서 용례

근육의 **유연성**이 높아지고 관절을 움직일 수 있는 범위가 넓어져 편안하게 움직일 수 있다.

기록공간

단원명

운동

핵심
한자

과(過)

지나칠 과

부(負)

짐질 부

하(荷)

짊어질 하

#체력증진 #운동강도
#과부하의원리

한자 본래 뜻

일을 너무 많이 맡은 상태

교과 속 의미

현재의 체력 수준보다 높은 수준으로 운동하는 것으로, 평소보다 높은 강도로 실시하는 운동

교과서 용례

과부하의 원리를 적용해 운동 효과를 높이려면 평소보다 조금 더 빠르게 걷거나 뛰고, 자신이 들었던 중량보다 더 무거운 기구를 반복적으로 들어야 한다.기록공간 핵심
한자

점(漸)

차차 점

진(進)

나아갈 진

성(性)

성품 성

#계단식 #운동강도
#점진성의원리

한자 본래 뜻

조금씩 앞으로 나아감

교과 속 의미

운동 강도나 운동 시간을 **점차적으로 늘려감**

교과서 용례

일정 기간 운동하면 우리 몸이 적응되므로 운동 기간이 늘어남에 따라 운동 강도나 운동 시간을 현재 수준보다 조금씩 늘려가면서 실시하는 **점진성**의 원리를 적용한다.기록공간

단원명

운동

핵심
한자염(捻)
비틀 염좌(挫)
꺾을 좌#인대 #근막
#부기 #땀

한자 본래 뜻

갑작스러운 충격이나 운동으로 근막이나 인대가 상함

교과 속 의미

사고나 외상, 스포츠 상황 속 무리한 동작 등에 의해 **인대가 늘어나거나 찢어진 상태**

교과서 용례

염좌에 대한 처치로 손상 부위를 차가운 물이나 얼음으로 냉찜질을 하고, 고정 후 압박하여 붓는 것을 방지한다.기록공간 핵심
한자타(打)
칠 타박(撲)
칠 박상(傷)
상처 상#출혈 #피멍
#붕대압박 #냉찜질

한자 본래 뜻

맞거나 부딪쳐 생긴 상처

교과 속 의미

강한 충격으로 피부가 빨갛게 변하고 **부어오른 상태**

교과서 용례

타박상에 대한 처치는 손상 부위의 움직임을 최소화하고 손상 직후에는 냉찜질을 하여 혈관을 수축시키고 출혈을 억제해야 한다.기록공간

단원명

운동

핵심
한자탈(脫)
벗을 탈구(臼)
절구 구#관절 #뼈
#연골 #이탈

한자 본래 뜻

관절을 구성하는 뼈마디, 연골, 인대 따위의 조직이 정상적인 운동 범위를 벗어나 위치가 바뀜

교과 속 의미

원래의 정상적인 위치에서 **관절이 이탈된 상태**

교과서 용례

탈구된 부위를 냉찜질하고, 탈구된 뼈나 관절이 움직이지 않도록 고정하여 병원으로 옮긴다.기록공간 핵심
한자찰(擦)
비빌 찰과(過)
지날 과상(傷)
상처 상#피부상처 #긁힌상처
#지혈 #상처소독

한자 본래 뜻

무엇에 스치거나 문질려서 살갗이 벗어진 상처

교과 속 의미

피부가 **긁히거나 마모**된 상태

교과서 용례

찰과상에 의해 상처에 흙이나 모래 등 이물질이 묻었을 때에는 식염수나 깨끗한 물로 제거한다.기록공간

단원명

스포츠

핵심
한자

원(遠)
멀 원

심(心)
중심 심

력(力)
힘력

#소프트볼 #원운동
#윈드밀투구

한자 본래 뜻

중심에서 멀어지는, 원의 바깥으로 나아가려는 힘

교과 속 의미

원운동을 하는 **물체 혹은 신체가 바깥쪽으로 진행**하려는 성질

교과서 용례

소프트볼을 던질 때 팔을 크고 빠르게 휘돌리면 **원심력**이 생기는데, 이러한 원심력을 효과적으로 이용하면 빠른 공을 던질 수 있다.

기록공간

핵심
한자

주(主)
주인 주

심(審)
살필 심

#심판 #수신호
#레프리 #판정

한자 본래 뜻

주장이 되어 살피는 사람 또는 그 일

교과 속 의미

스포츠 경기 중에 득점과 실점을 판단하고 **전체 경기를 주관하는 사람**

교과서 용례

축구 경기는 **주심** 1명, 부심 2명, 대기심 1명, 대회 규모에 따라 비디오 판독관(VAR) 2명이 배치되어 운영된다.

기록공간

단원명

스포츠

핵심
한자부(副)
비금 부심(審)
살필 심#부심판 #수신호
#레프리 #판정

한자 본래 뜻

운동 경기에서 주심을 보좌하는 심판

교과 속 의미

주심과 함께 경기를 주관하며 **주심을 보조하는 역할**을 하는 사람

교과서 용례

배드민턴 경기에서 **부심**은 경기 도중 주심이 판정하기 어려운 서비스에 대해서 선수의 위치와 셔틀콕이 떨어진 위치 등을 판정하여 주심에게 이를 알린다.기록공간 핵심
한자선(線)
줄 선심(審)
살필 심#선심판 #심판깃발
#인아웃판정

한자 본래 뜻

테니스, 축구, 배구 등에서 선에 관한 규칙의 위반 여부를 판정하는 보조 심판원

교과 속 의미

스포츠 경기 중에 **라인에 관한 공이나 신체의 규칙 위반 여부를 판단**하는 심판

교과서 용례1

배구 경기에서 **선심**은 주심과 부심을 도와 공의 인(in), 아웃(out), 서비스 반칙과 공의 터치 여부를 판정한다.

교과서 용례2

배드민턴 경기 도중 **선심**은 셔틀콕의 착지점의 인(in), 아웃(out)을 판단한다.기록공간

단원명

스포츠

핵심
한자

경(競)
다툼 경

영(泳)
헤엄칠 영

#기록형스포츠
#수영 #영법

한자 본래 뜻

일정한 거리를 헤엄쳐 그 빠르기를 겨룸

교과 속 의미

물속에서 정해진 영법으로 **헤엄쳐 이동하는 속도로 기록을 겨루는 스포츠**

교과서 용례1

경영의 네 가지 영법에는 자유형, 배영, 접영, 평영이 있다.

교과서 용례2

수영은 **경영** 외에 다이빙, 아티스틱 스위밍, 수구 경기가 있다.

기록공간

핵심
한자

평(平)
평평할 평

영(泳)
헤엄칠 영

#기록형스포츠
#수영 #영법

한자 본래 뜻

개구리처럼 물과 수평을 이루며, 두 발과 양팔을 오므렸다가 퍼는 영법

교과 속 의미

경영에서 가장 오래된 영법으로, **팔과 다리가 대칭을 이루어 움직이면서 추진력을 만들어 내는 영법**

교과서 용례1

평영은 비교적 호흡하기 쉽고 체력 소모가 적기 때문에 장거리 수영에 적합한 영법이다.

교과서 용례2

평영에서는 팔과 다리를 동시에 앞뒤로 뻗어 얻은 힘으로 전진한다.

기록공간

단원명

스포츠

핵심
한자**자(自)**
스스로 자**유(由)**
말미암을 유**형(型)**
거푸집 형#기록형스포츠
#수영 #크롤영법

한자 본래 뜻

수영에서 헤엄치는 방법에 제한이 없는 경기 종목

교과 속 의미

영법에 제한이 없는 경기 종목으로, 일반적으로 속도가 가장 빠른 크롤 영법을 사용하는 종목

교과서 용례

자유형 종목에서 일반적으로 사용되는 크롤 영법은 엷드린 자세로 몸을 곧게 펴고 양팔로 번갈아 물을 밀어내며 헤엄치는 영법이다.기록공간 핵심
한자**계(繼)**
이을 계**영(泳)**
헤엄칠 영#기록형스포츠
#수영 #릴레이

한자 본래 뜻

수영에서 네 명이 한 조가 되어 동일한 거리를 왕복하면서 빠르기를 겨룸

교과 속 의미

자유형으로 네 명이 **릴레이하여 기록을 겨루는 종목**

교과서 용례

계영의 경기 전략은 출발이 빠른 선수를 1번에, 기록이 가장 느린 선수를 2번이나 3번에 두고, 기록이 가장 빠른 선수를 4번에 배치한다.기록공간

형성평가 | 핵심한자 확인하기

※ 다음 설명과 어휘를 바르게 연결하시오.

- | | |
|---|-------|
| 1. 짧은 시간에 순간적으로 빠르고 강한 힘을 낼 수 있는 능력 | ㉠ 지구력 |
| 2. 몸을 자신이 원하는 방향으로 빠르고 정확하게 움직일 수 있는 능력 | ㉡ 평형성 |
| 3. 여러 신체 부위들이 서로 협력하여 정확한 동작을 할 수 있는 능력 | ㉢ 점진성 |
| 4. 신체 자세와 움직임을 균형 있고 안정되게 할 수 있는 능력 | ㉣ 과부하 |
| 5. 신체가 지치지 않고 오랫동안 운동할 수 있는 능력 | ㉤ 타박상 |
| 6. 근육이나 관절이 최대의 범위로 늘어나거나 움직일 수 있는 능력 | ㉥ 염좌 |
| 7. 현재의 체력 수준보다 높은 수준과 높은 강도로 실시하는 운동 | ㉦ 순발력 |
| 8. 운동 강도나 운동 시간을 점차적으로 늘려감 | ㉧ 유연성 |
| 9. 인대가 늘어나거나 찢어진 상태 | ㉨ 협응성 |
| 10. 강한 충격으로 피부가 빨강게 변하고 부어오른 상태 | ㉩ 민첩성 |

11. 다음 글의 문맥에 알맞은 용어를 <보기>에서 골라 쓰시오.

각종 체육대회에서는 선수들이 안전하게 경기에 참여해야 한다. 경기 중 넘어져 피부가 벗겨진 상처는 (①)이라고 하고, 관절이 제자리에서 빠진 부상은 (②)라고 한다. 경기장에서는 (③)이 전체 경기를 진행하고, (④)은 주심을 도와 판정을 하며, (⑤)은 공이나 선수가 경기선을 벗어났는지 등을 판단한다. 달리기에서 곡선 구간을 빠르게 돌 때에는 몸이 바깥쪽으로 쏠리는 (⑥)의 영향을 받는다. 그리고 수영 경기에서는 팔을 번갈아 젓고 발차기를 하며 가장 빠르게 헤엄치는 (⑦)과, 개구리처럼 팔다리를 동시에 움직여 헤엄치는 (⑧) 등의 종목이 있으며, 여러 선수가 차례로 이어서 헤엄치는 경기는 (⑨)이라고 한다. 이러한 수영 종목을 통틀어 (⑩)이라고 한다.

보기

원심력(遠心力) / 주심(主審) / 찰과상(擦過傷) / 부심(副審) / 평영(平泳)
선심(線審) / 경영(競泳) / 탈구(脫臼) / 계영(繼泳) / 자유형(自由型)

☑ 답안

①	②	③	④	⑤
⑥	⑦	⑧	⑨	⑩

단원명

스포츠

핵심
한자구(球)
공구기(技)
재주 기#구기종목 #공
#축구 #농구 #배구

한자 본래 뜻

공을 사용하는 운동

교과 속 의미

공을 사용하는 운동 경기의 종목

교과서 용례

축구는 손과 팔을 제외한 신체 부위로 상대 진영의 골대에 공을 넣어 득점하는 대표적인 구기종목이다.

기록공간 핵심
한자공(公)
공평할 공인(認)
알인구(球)
공구#구기종목 #공
#공식경기 #월드컵

한자 본래 뜻

구기종목에서 경기를 주관하는 기관이 공식적으로 사용을 인정한 공

교과 속 의미

각종 대회의 공식 경기에 사용하기로 승인한 공

교과서 용례

월드컵 공인구는 FIFA(국제축구연맹)가 공인한 월드컵에서 사용되는 축구공이다.

기록공간

단원명

스포츠

핵심
한자

전(戰)
싸울 전

술(術)
방법 술

#공격전술 #수비전술
#팀스포츠

한자 본래 뜻

경기에서 일정한 목적을 달성하기 위한 기술이나 방법

교과 속 의미

개인이나 소수의 선수가 **현 상황에서 필요한 플레이**

교과서 용례1

축구 공격 **전술**로는 소유권 유지, 공간 창출, 득점을 위해 골대로 돌아서기 등이 있다.

교과서 용례2

축구 수비 **전술**로는 공간 방어, 위험 지역 방어, 골키퍼 등이 있다.

기록공간

핵심
한자

대(對)
대할 대

인(人)
사람 인

방(防)
막을 방

어(禦)
막을 어

#대인방어 #지역방어
#맨투맨디펜스

한자 본래 뜻

한 선수가 상대방의 특정 선수를 맡아서 수비하는 방법

교과 속 의미

농구, 축구, 핸드볼 등에서 각 선수가 상대 팀의 선수 한 사람씩을 맡아 공격자를 **1:1로 수비하는 전술**

교과서 용례

대인 방어는 공격자 1인을 맡게 되어 책임감을 가지고 수비할 수 있으나 적극적 수비 시 반칙이 많아질 수 있다.

기록공간

단원명

스포츠

핵심
한자투(鬪)
싸움 투기(技)
재주 기#투기형스포츠
#레슬링 #유도 #복싱

한자 본래 뜻

서로 맞붙어 다투

교과 속 의미

선수끼리 **맞붙어 싸우는 방식의 경기**

교과서 용례

대표적인 **투기** 종목으로는 레슬링, 유도, 복싱, 태권도, 씨름 등이 있다.기록공간 핵심
한자도(跳)
뛰 도마(馬)
말 마#체조 #도마기술
#기계체조

한자 본래 뜻

올림픽의 기계 체조에서 쓰는 기구

교과 속 의미

기계 체조 종목 중의 하나로, **도마를 짚고 뛰어넘으면서 동작을 연기하는 스포츠**

교과서 용례

도마는 25m 이내의 도움닫기를 이용하여 **도마**를 짚고 뛰어넘으면서 공중 동작의 역동성과 착지의 정확성을 겨루는 스포츠이다.기록공간

단원명

스포츠

핵심
한자

단(單)
하나 단

식(式)
법 식

#단식경기 #1vs1
#복식경기

한자 본래 뜻

테니스, 탁구, 배드민턴 등에서 일대일로 행하는 경기

교과 속 의미

네트형 스포츠에서 **1:1로 행해지는 경기**

교과서 용례

배드민턴의 **단식** 경기에서는 경기 시작부터 상대의 공격과 수비의 유형을 신속히 파악하여 적절히 대처해야 하고 상황별로 적절한 스트로크를 사용하여 공격하거나 수비를 해야 한다.

기록공간

핵심
한자

구(球)
공 구

질(質)
성질 질

#구기종목 #공
#방향 #속도

한자 본래 뜻

야구, 탁구, 테니스 등에서 선수가 던지거나 친 공의 성질

교과 속 의미

구기 종목에서 **공의 속도, 방향, 특징**

교과서 용례

배드민턴을 잘하기 위해서는 셔틀콕의 **구질**과 상대 위치를 잘 파악하는 것이 중요하다. 셔틀콕의 방향과 속도를 파악해 라켓을 잡는 부위와 힘을 조절하여 스트로크 하고, 상대와 동료의 위치를 파악하여 움직여야 한다.

기록공간

단원명

스포츠

핵심
한자기(基)
기초 기저(底)
밑 저면(面)
표면 면#유도 #바닥면
#무게중심 #안정성

한자 본래 뜻

어떤 것의 바닥이 되는 면

교과 속 의미

스포츠 상황 속에서 지면 위에 **선수의 신체나 물체가 닿는 지점을 연결했을 때 생기는 면적**

교과서 용례

유도에서는 다리를 걸어 상대의 **기저면** 확보를 방해함과 동시에 **기저면** 밖으로 상대의 무게 중심을 밀어낸다.기록공간 핵심
한자국(國)
나라 국기(技)
재주 기#태권도 #종주국
#전통무예

한자 본래 뜻

나라에서 전통적으로 즐겨 내려오는 대표적인 운동

교과 속 의미

각 **나라를 대표하는 스포츠**

교과서 용례

태권도는 우리나라 전통 무예와 무술에 바탕을 둔 **국기** 스포츠이다.기록공간

단원명

표현

핵심
한자심(審)
선비 사미(美)
큰 대성(性)
사내 부#무용 #체조
#움직임 #신체표현

한자 본래 뜻

아름다움을 식별하여 가늠할 수 있는 성질

교과 속 의미

사물이나 자연 현상을 신체로 모방하거나 자신의 생각과 느낌을 자유롭게 **표현하는 움직임에서 느끼는 아름다움**

교과서 용례

신체 움직임을 보면서 미적 요소를 찾아내어 아름답다고 느끼는 것을 표현 활동의 **심미성**이라고 한다.기록공간 핵심
한자형(形)
모양 형식(式)
법 식미(美)
아름다울 미#무용 #치어리딩
#피겨스케이팅

한자 본래 뜻

겉으로 드러나는 표현 방식에 있어서의 아름다움

교과 속 의미

동작을 표현할 때 **겉으로 드러나는 모양에서 느껴지는 아름다움**

교과서 용례

형식미에는 신체 움직임을 보면서 느껴지는 균형미, 율동미, 조화미, 정제미가 있다.기록공간

단원명

표현

핵심
한자균(均)
고를 균형(衡)
저울대 형미(美)
아름다울 미#무용 #체조
#창작체조 # 짝체조

한자 본래 뜻

균형이 알맞게 잘 잡힌 데서 우러나오는 아름다움

교과 속 의미

몸이 **평형을 유지하는 안정된 동작**에서 느끼는 아름다움

교과서 용례

짝체조는 두 사람이 짝을 이루어 상대의 체중과 힘에 의지하며 동작을 취하는 체조이다. 좌우 대칭이 되거나 중심을 잘 이용한 동작에서 **균형미**를 느낄 수 있다.기록공간 핵심
한자율(律)
법 율동(動)
움직일 동미(美)
아름다울 미#무용 #창작체조
#에어로빅체조

한자 본래 뜻

율동에서 나타나는 아름다움

교과 속 의미

음악에 맞추어 **일정한 규칙에 따라 움직이는 동작**에서 느끼는 아름다움

교과서 용례

에어로빅 체조는 폐와 심장의 유산소 기능을 촉진하여 신체의 건강을 증진하는 체조이다. 음악의 박자, 리듬, 강약에 맞춰 동작을 표현할 때 **율동미**를 느낄 수 있다.기록공간

단원명

표현

핵심
한자**조(調)**
고를 조**화(和)**
화목할 화**미(美)**
아름다울 미#무용 #창작체조
#꾸미기체조

한자 본래 뜻

서로 잘 어울려 모순됨이나 어긋남이 없이 잘 어울리는 아름다움

교과 속 의미

사람과 사람, 사람과 도구 사이의 어울림에서 느끼는 아름다움

교과서 용례

꾸미기 체조는 2명 이상이 사물의 모양이나 주제에 맞게 동작을 만들면서 신체의 아름다움을 표현하는 체조이다. 많은 인원이 협동하여 동작이 잘 어우러졌을 때 **조화미**를 느낄 수 있다.기록공간 핵심
한자**정(整)**
가치런할 정**제(整)**
가치런할 제**미(美)**
아름다울 미#무용 #체조
#창작체조 #태권체조

한자 본래 뜻

정돈되고 가치런함에서 나타나는 아름다움

교과 속 의미

여러 사람의 **표현 동작이 가치런하고 질서있게 정돈**된 데에서 느끼는 아름다움

교과서 용례

태권 체조는 음악이나 기타 악기 소리에 맞추어 태권도 동작을 다양하게 구성한 체조이다. 여러 사람의 표현 동작이 정돈되어 가치런하고 질서 있게 표현될 때 **정제미**를 느낄 수 있다.기록공간

단원명

표현

핵심
한자기(技)
재주 기술(術)
재주 술미(美)
아름다울 미#무용 #치어리딩
#스턴트치어리딩

한자 본래 뜻

사물을 잘 다루는 능력에서 느끼는 아름다움

교과 속 의미

어렵고 수준이 높은 동작을 보면서 느끼는 기술적인 아름다움

교과서 용례

스턴트 치어리딩은 체조 기술을 기본으로 점프, 텀블링, 인간 피라미드 쌓기 등 고난도 동작을 화려하게 선보인다. 어렵고 수준이 높은 동작을 완벽히 표현할 때 **기술미**를 느낄 수 있다.기록공간 핵심
한자예(藝)
재주 예술(術)
재주 술미(美)
아름다울 미#무용 #리듬체조
#피겨스케이팅

한자 본래 뜻

예술 행위나 작품에 의해 창출되는 아름다움

교과 속 의미

사람의 감정이 신체의 움직임과 어우러질 때 느끼는 예술적인 아름다움

교과서 용례

피겨스케이팅은 얼음판 위에서 균형을 잡으면서 연기하여 기술의 정확성과 예술적 완성도를 표현하는 스포츠로서 보는 사람들로 하여금 **예술미**를 느끼게 한다.기록공간

단원명

표현

핵심
한자

정(靜)
고요할 정

중(中)
가운데 중

동(動)
움직일 동

#민속무용 #전통무용
#살풀이#승무

한자 본래 뜻

조용한 가운데 어떠한 움직임

교과 속 의미

우리나라 전통 무용에서 **멈춤의 동작에서도 끝없이 호흡하며 나타나는 움직임**

교과서 용례

살풀이와 승무의 경우, 무용수가 움직이지 않고 멈춰 있는 것 같은 동작을 볼 수 있는데, 유심히 살펴보면 멈춘 것이 아니라 끝없이 호흡하며 천천히 움직이는 **정중동**을 통해 전통 무용에서 모자르지도 과하지도 않아야 함을 강조하고 있다.

기록공간

핵심
한자

농(農)
농사 농

악(樂)
음악 악

무(舞)
춤 무

#민속무용 #전통무용
#풍물놀이

한자 본래 뜻

풍물놀이에 맞추어 추는 춤

교과 속 의미

풍물놀이에 맞추어 추는 **우리나라 민속춤**

교과서 용례

농악무는 힘든 노동의 피로를 푸는 표현 문화로 흥겹고 활기차게 표현하는 정서를 가진다.

기록공간

형성평가 | 핵심한자 확인하기

※ 다음 설명과 어휘를 바르게 연결하십시오.

- | | |
|------------------------------------|--------|
| 1. 공을 사용하는 운동 경기의 종목 | ㉠ 공인구 |
| 2. 각종 대회의 공식 경기에 사용하기로 승인한 공 | ㉡ 투기 |
| 3. 개인이나 소수의 선수가 현 상황에서 필요한 플레이 | ㉢ 구기 |
| 4. 상대 팀의 선수 한 사람씩을 맡아 1:1로 수비하는 전술 | ㉣ 도마 |
| 5. 선수끼리 맞붙어 싸우는 방식의 경기 | ㉤ 기저면 |
| 6. 물체를 쥐고 뛰어넘으면서 동작을 연기하는 스포츠 | ㉥ 구질 |
| 7. 네트형 스포츠에서 1:1로 행해지는 경기 | ㉦ 국기 |
| 8. 구기 종목에서 공의 속도, 방향, 특징 | ㉧ 단식 |
| 9. 선수의 신체나 물체가 닿는 지면의 면적 | ㉨ 대인방어 |
| 10. 각 나라를 대표하는 스포츠 | ㉩ 전술 |

11. 다음 글의 문맥에 알맞은 용어를 <보기>에서 골라 쓰시오.

표현 활동 수업에서는 무용, 체조, 치어리딩, 피겨스케이팅 등 다양한 종목을 감상하였다. 이러한 활동은 아름다움을 느끼고 표현하는 (①)을 기르는 데 도움이 된다. 동작이 일정한 형식을 갖추어 나타나는 아름다움은 (②), 좌우의 움직임이 안정감을 이루는 아름다움은 (③), 리듬감 있게 이어지는 움직임의 아름다움은 (④), 여러 동작이 자연스럽게 어우러지는 아름다움은 (⑤)라고 한다. 또한 불필요한 동작 없이 간결하게 다듬어진 아름다움은 (⑥), 뛰어난 기능과 숙련된 동작에서 나타나는 아름다움은 (⑦)이다. 이러한 표현 활동은 (⑧)의 가치를 지닌다. 우리나라 전통 무용에서는 고요한 가운데 움직임이 살아 있는 (⑨)의 멋을 느낄 수 있다. 풍물놀이에 맞추어 추는 우리나라 민속춤인 (⑩)도 대표적인 전통 표현 활동이다.

보기

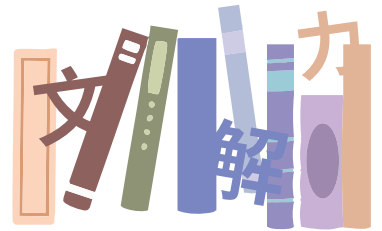
형식미(形式美) / 심미성(審美性) / 조화미(調和美) / 예술미(藝術美) / 기술미(技術美)
균형미(均衡美) / 율동미(律動美) / 정중동(靜中動) / 정제미(整整美) / 농악무(農樂舞)

☑ 답안

①	②	③	④	⑤
⑥	⑦	⑧	⑨	⑩

2026
학년도

한자교육 기반 학생 문해력 향상을 위한 도움자료



총괄 김기환 | 경상북도교육청 중등교육과장

기획 윤은경 | 경상북도교육청 장학관
권영철 | 경상북도교육청 장학사

자료 개발	이숙희 계림고등학교 교장	권세영 마성중학교 교사
위원	이재충 포항고등학교 교감	원세현 포항포은중학교 교사
	유남이 남정중학교 교사	공은이 인동중학교 교사
	도선경 기계중학교기북분교장 교사	곽보석 영덕중학교 교사
	신효진 창포중학교 교사	이호순 경주여자고등학교 교사
	신재호 압량중학교 교사	이근률 경주여자중학교 교사
	은 지 기계중학교기북분교장 교사	서흔아 형곡고등학교 교사
	임수경 매화중학교 교사	손다은 양덕중학교 교사
	정동휘 장곡중학교 교사	이소영 구미인덕중학교 교사
	김진구 용궁중학교 교사	

발행처 경상북도교육청 중등교육과

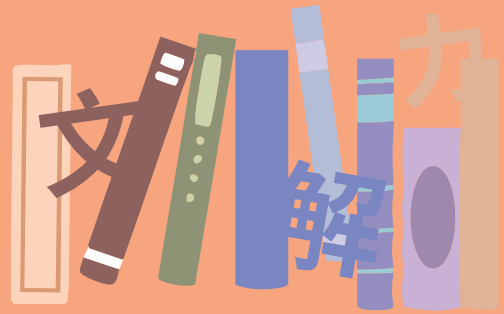
발행일 2026년 8월

인쇄 이레커뮤니케이션(주)(054-553-7711)

- 이 자료집은 경상북도교육청 교육과정지원포털(고교학점제지원센터) (<https://curri.gyo6.net/>) 자료실에서 다운로드 가능합니다.
- 이 자료집은 학교 수업을 위해 활용될 수 있으나, 기타 용도로 무단 배포 및 복제를 금합니다.

2026
학년도

한자교육 기반
학생 문해력
향상을 위한
도움자료



경상북도교육청
중 등 교 육 과



경상북도교육청
Gyeongsangbuk-do Office of Education