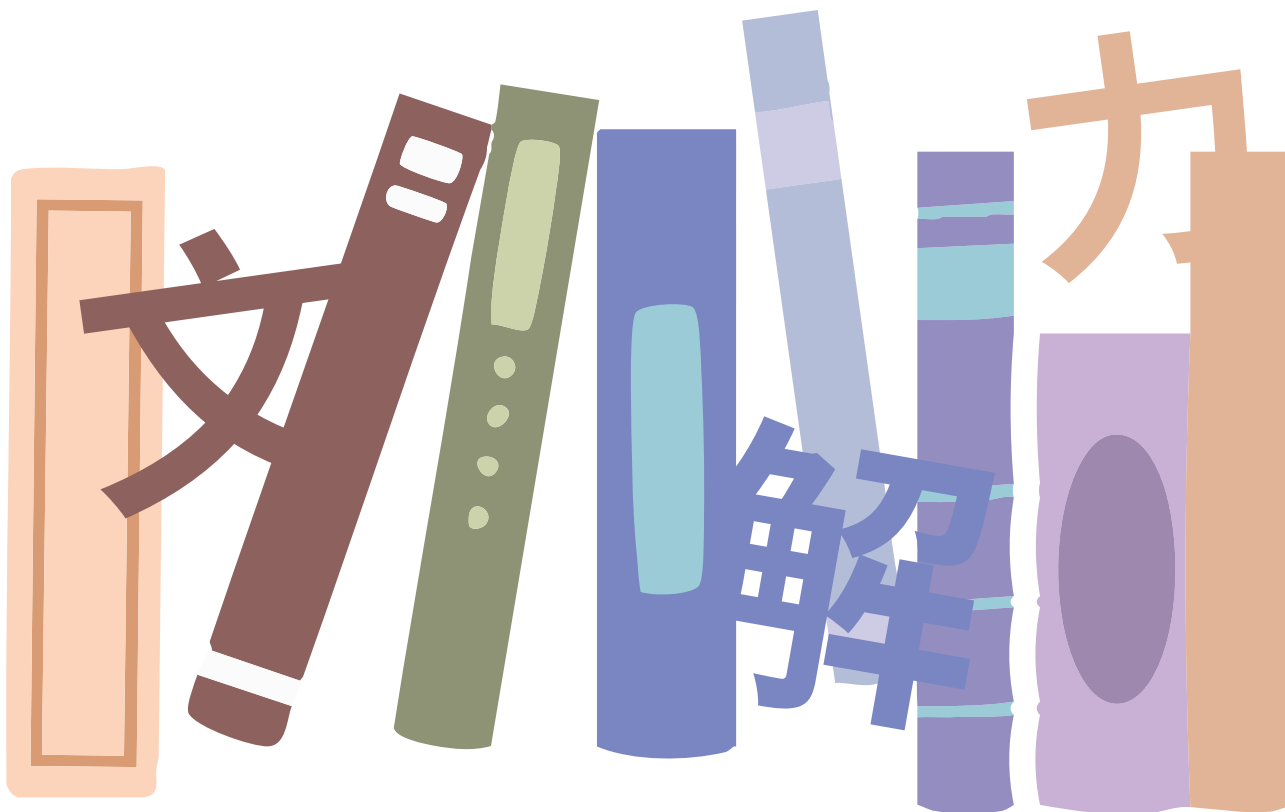


한자교육 기반
학생 문해력
향상을 위한
도움자료 **고등학생용**

2026
학년도

경상북도교육청
중 등 교육 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 -

2026
학년도

한자교육 기반
학생 문해력 향상을 위한
도움자료

체육과



단원명

I. 건강

핵심
한자

순(瞬)
눈 깜짝일 순

발(發)
일어날 발

력(力)
힘력

#팝스 #기능관련체력
#제자리멀리뛰기

한자 본래 뜻

근육이 순간적으로 빨리 수축하면서 나는 힘이다.

교과 속 의미

순발력은 기능관련체력으로 **짧은 시간에 최대의 힘**을 발휘할 수 있는 능력을 의미한다.

교과서 용례

제자리멀리뛰기나 수직 점프 동작에서 **순발력**은 중요하게 작용한다. **순발력**을 기르기 위해서는 스텝박스를 활용한 점프 훈련이나 단거리 전력 질주와 같은 폭발적인 운동을 반복적으로 실시하는 것이 효과적이다.

기록공간 

핵심
한자

민(敏)
민첩할 민

첩(捷)
빠를 첩

성(性)
성품 성

#팝스 #기능관련체력
#사이드스텝

한자 본래 뜻

재빠르고 날쌔 성질이다.

교과 속 의미

민첩성은 기능관련체력으로 외부 자극에 반응하여 **몸의 위치와 방향**을 빠르고 정확하게 **전환하는 능력**을 의미한다.

교과서 용례

공격과 수비의 전환이 빠른 축구나 농구와 같은 종목에서 **민첩성**은 중요한 체력 요소이다. 사이드스텝을 활용한 **민첩성** 훈련은 방향 전환 능력과 반응 속도 향상에 큰 도움을 준다.

기록공간 

단원명

I. 건강

핵심
한자

협(協)
도울 협

응(應)
응할 응

성(性)
성품 성

#팝스 #기능관련체력
#복합동작 #조화

한자 본래 뜻

신체의 여러 기관들이 서로 호응하며 조화롭게 움직이는 성질이다.

교과 속 의미

협응성은 기능관련체력으로 여러 신체 부위를 **조화**롭게 움직여 **복합적인 동작**을 정확히 수행하는 능력을 의미한다.

교과서 용례

뛰기, 발구르기, 도약, 공중 동작이 행해지는 높이뛰기와 같은 복합적인 운동을 효과적으로 수행하기 위해서는 개별 동작들을 통합하는 **협응** 능력이 필요하다.

기록공간 

핵심
한자

평(平)
평평할 평

형(衡)
저울대 형

성(性)
성품 성

#팝스 #기능관련체력
#균형감각

한자 본래 뜻

한쪽으로 기울지 않고 안정해 있는 성질이다.

교과 속 의미

평형성은 기능관련체력으로 신체가 일정한 자세를 유지하면서 **몸의 균형**을 잃지 않고 조절할 수 있는 능력을 의미한다.

교과서 용례

대부분의 스포츠 상황에서는 정적 및 동적 **평형성** 모두가 필요하다. 제자리에서 한 발로 오래 서 있기와 같은 정적 **평형성**과 더불어 줄넘기나 체조와 같은 동적 평형성이 동시에 요구된다.

기록공간 

단원명

I. 건강

핵심
한자

지(持)
버틸 지

구(久)
오랫 구

력(力)
힘력

#팍스 #건강관련체력
#심폐지구력 #근력

한자 본래 뜻

오랫동안 버티며 견디는 힘이다.

교과 속 의미

지구력은 건강관련체력으로 일정한 동작이나 경기 상황을 **장시간 지속**할 수 있는 능력을 의미한다.

교과서 용례

근지구력을 측정하는 종목으로는 턱걸이, 팔굽혀펴기, 윗몸 말아올리기가 있으며, **심폐지구력**을 측정하는 종목으로는 왕복오래달리기, 하버드 스텝 테스트 등이 있다.

기록공간 

핵심
한자

유(柔)
부드러울 유

연(軟)
부드러울 연

성(性)
성품 성

#팍스 #건강관련체력
#관절가동범위

한자 본래 뜻

딱딱하지 아니하고 부드러운 성질 또는 그런 정도를 나타낸다.

교과 속 의미

유연성은 건강관련체력으로 관절이 움직이는 **최대 가동 범위**로, 관절이 부드럽고 정확한 움직임을 나타낼 수 있는 능력을 의미한다.

교과서 용례

효율적이고 부드러운 움직임에 있어 필수적인 능력인 **유연성**은 운동 혹은 스포츠 상황에서 상해 예방에 도움을 준다. 따라서 관절 가동 범위를 증가시키기 위한 준비 운동은 필수적이다.

기록공간 

단원명

I. 건강

핵심
한자

과(過)
지날 과

부(負)
짐질 부

하(荷)
짊어질 하

#체력증진 #운동강도
#과부하의원리

한자 본래 뜻

일을 너무 많이 맡은 상태를 뜻한다.

교과 속 의미

과부하는 현재의 체력 수준보다 높은 수준으로 운동하는 것으로, 평상시보다 **운동 강도, 운동 시간, 운동 빈도 등을 증가**시키는 것을 의미한다.

교과서 용례

약한 자극은 체력을 저하시키고, 너무 강한 자극은 운동 효과를 감소시켜 피로나 부상을 초래한다. 따라서 일상생활이나 본인의 체력 수준보다는 높은 중간 정도의 자극이 좋다.

기록공간 

핵심
한자

점(漸)
차차 점

진(進)
나아갈 진

성(性)
성품 성

#계단식 #운동강도
#점진성의원리

한자 본래 뜻

조금씩 앞으로 나아감을 뜻한다.

교과 속 의미

점진성은 운동 강도와 운동량을 **조금씩 늘려감**으로써 운동 과제와 방식을 점차 다양하게 변화시키는 것을 의미한다.

교과서 용례

급격한 운동량의 증가는 신체에 역효과를 가져올 수 있다. 운동 부하의 **점진적** 증가는 일정 주기를 가지고 계단식으로 이루어져야 한다.

기록공간 

단원명

I. 건강

핵심
한자

염(捻)
비틀 염

좌(挫)
꺾을 좌

#인대 #관절 #뺨
#근막 #부기

한자 본래 뜻

갑작스러운 충격이나 운동으로 근막이나 인대가 상한 것을 뜻한다.

교과 속 의미

염좌는 **인대**가 사고나 외상, 무리한 동작 등에 의해 **늘어나거나 끊어진 상태**를 의미한다. 흔히 **'삐었다'**라고 말한다.

교과서 용례

염좌는 관절이 있는 부위 어디에서든 발생할 수 있지만 손가락, 손목, 발목 등에서 많이 발생한다. 상처 부위가 부어오르고 통증을 심하게 느낀다.

기록공간 

핵심
한자

타(打)
칠 타

박(撲)
칠 박

상(傷)
상처 상

#출혈 #피멍
#붕대압박 #찜질

한자 본래 뜻

맞거나 부딪쳐 생긴 상처를 뜻한다.

교과 속 의미

타박상은 다른 사람과 부딪히거나 물체에 맞아서 **멍이 들거나 출혈**이 생긴 부상을 의미한다.

교과서 용례

공에 맞거나 다른 사람과 부딪혀 근육이 부어오르고 피멍이 들며 심한 통증을 동반한다. 초기에는 붕대로 압박하고 다친 부위를 냉찜질하고, 이틀 후 통증이 가라앉으면 온찜질을 실시한다.

기록공간 

단원명

I. 건강

핵심
한자

근(筋)
힘줄 근

비(肥)
살찐 비

대(大)
큰 대

#웨이트트레이닝 #저항성운동
#근섬유 #근막 #부기

한자 본래 뜻

근육의 크기가 커지는 것을 뜻한다.

교과 속 의미

근비대는 **웨이트 트레이닝**과 같은 **저항성 운동**을 통해 **근육 섬유**의 단면적이 증가하는 현상을 의미한다.

교과서 용례

점진적 과부하는 **근비대**뿐 아니라 뼈, 인대, 힘줄, 연골의 강도 및 밀도 증가와 혈류 증가, 신경 연결 자극을 촉진한다.

기록공간 

핵심
한자

등(等)
같은 등

척(尺)
길이 척

성(性)
성품 성

수(收)
거둘 수

축(縮)
줄일 축

#근육수축 #길이
#등척성수축

한자 본래 뜻

근육이 조금도 줄어들지 않고 강하게 수축만 하는 일을 뜻한다.

교과 속 의미

등척성 수축은 근육의 양끝을 유지하며 **길이**가 **짧아지지 않도록** 한 상태에서의 수축을 의미한다.

교과서 용례

등척성 수축을 활용하는 대표적인 운동으로 벽 밀기, 손바닥 맞대고 밀기, 철봉에 매달려 정지하기 등이 있다.

기록공간 

개념정리 | 1. 건강 단원 핵심 개념 한자어 확인하기!

단어	한자	의미
순발력	瞬發力	
민첩성	敏捷性	
협응성	協應性	
평형성	平衡性	
지구력	持久力	
유연성	柔軟性	
과부하	過負荷	
점진성	漸進性	
염좌	捻挫	
타박상	打撲傷	
근비대	筋肥大	
등척성	等尺性	

단원명

II. 스포츠

핵심
한자

경(競)
다들경

영(泳)
헤엄칠 영

#기록형스포츠
#수영 #영법

한자 본래 뜻

일정한 거리를 헤엄쳐 그 빠르기를 겨루는 것을 뜻한다.

교과 속 의미

경영은 물속에서 정해진 **영법**으로 헤엄쳐 이동하는 속도로 승부를 겨루는 **기록형 스포츠**이다.

교과서 용례

경영에서는 물의 저항을 이겨내고 추진력을 최대한으로 하여 빠르게 앞으로 나아가야 하기 때문에 효율적인 자세와 강인한 체력이 뒷받침되어야 한다.

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 펴는 영법이다.

교과 속 의미

평영은 경영에서 **가장 오래된 영법**으로, 팔과 다리가 대칭을 이루어 움직이면서 추진력을 만들어 낸다.

교과서 용례

평영의 발차기는 무릎과 발목을 구부렸다가 펴면서 이루어지기 때문에 저항을 많이 받게 되므로 자세에 유의해야 한다.

기록공간 

단원명

II. 스포츠

핵심
한자

접(蝶)
나비 접

영(泳)
헤엄칠 영

#기록형스포츠
#버터플라이 #돌핀킥

한자 본래 뜻

두 손을 동시에 앞으로 뻗쳐 물을 아래로 끌어 내리고 양다리를 모아 상하로 움직이며 발등으로 물을 치면서 나아가는 영법이다.

교과 속 의미

접영은 크롤 다음으로 빠른 영법이다. 양팔이 대칭을 이루며 수면 위로 되돌리기하는 움직임이 나비를 닮아 '**버터플라이**'라는 이름으로도 불린다.

교과서 용례

접영의 발차기는 두 다리를 붙여서 상하로 움직이는데 그 모습이 마치 돌고래와 같다고 하여 '돌핀킥'이라고 부른다.

기록공간 

핵심
한자

구(球)
공구

기(技)
재주 기

#공# 축구# 농구 #배구
#구기종목

한자 본래 뜻

공을 사용하는 운동 경기를 뜻한다.

교과 속 의미

구기 종목은 공을 가지고 하는 스포츠를 총칭하며, 넷형, 필드형, 영역형으로 구분된다.

교과서 용례

구기의 대표 종목은 축구, 농구, 배구, 야구, 핸드볼, 테니스 등이 포함된다. 대부분의 **구기** 종목은 하계올림픽 종목이다.

기록공간 

단원명

II. 스포츠

핵심
한자

투(鬪)
싸움 투

기(技)
재주 기

#투기형스포츠
#레슬링 #유도 #복싱

한자 본래 뜻

서로 맞붙어 다툼을 뜻한다.

교과 속 의미

선수끼리 **맞붙어 싸우는 방식**의 경기를 통틀어 이르는 말이다.

교과서 용례

대표적인 **투기** 종목으로는 레슬링, 유도, 복싱, 태권도, 씨름 등이 있다.

기록공간 

핵심
한자

지(支)
지탱할 지

주(柱)
기둥 주

#기둥 #받침대
#높이뛰기 #배구

한자 본래 뜻

어떠한 물건이 쓰러지지 아니하도록 버티어 괴는 **기둥**을 뜻한다.

교과 속 의미

지주대는 네트나 기구를 **고정시키거나 받쳐주는 구조물**을 의미한다.

교과서 용례

높이뛰기 종목에서 **지주**대는 높이를 설정하는 바를 받쳐주는 역할을 하며, 배구 종목에서 **지주**대는 네트를 양쪽에서 고정시키고 받쳐주는 역할을 한다.

기록공간 

단원명

II. 스포츠

핵심
한자

전(戰) **술(術)**
싸울 전 꾀술

#공격전술 #수비전술
#팀스포츠

한자 본래 뜻

일정한 목적을 달성하기 위한 수단이나 방법을 뜻한다.

교과 속 의미

전술은 스포츠 경기에서 목표를 달성하기 위해 포메이션과 선수 지침을 정해 전개 속도나 패스와 같은 핵심 변수를 조정하는 방식을 의미한다.

교과서 용례

공격할 때는 최후방 수비수, 센터, 최전방 공격수가 서로 협력하여 플로어의 사이드를 이용하는 공격 **전술**을 사용한다. 수비 **전술**에는 대인 방어와 자신이 맡은 구역을 동료와 협력하여 방어하는 지역 방어가 있다.

기록공간 

핵심
한자

대(對) **인(人)**
마주할 대 사람 인

#대인방어 #맨투맨
#수비전술

한자 본래 뜻

다른 사람을 상대함을 뜻한다.

교과 속 의미

대인 방어는 농구, 축구, 핸드볼 등에서 각 선수가 상대 팀의 선수 한 사람씩을 맡아 1 대 1로 방어하는 것을 의미한다.

교과서 용례

수비수가 공격수를 1 대 1로 전담하여 수비하는 형태를 **대인** 방어, 맨투맨 디펜스라고 하며, 지역 방어와 반대되는 개념이다.

기록공간 

단원명

II. 스포츠

핵심
한자

배(背)
등 배

면(面)
얼굴 면

뛰 기

#높이뛰기 #바닥면
#포스베리플립

한자 본래 뜻

높이뛰기에서, 몸을 뒤로 뉘어 가로 막대를 넘는 동작을 뜻한다.

교과 속 의미

배면뛰기는 높이뛰기 바를 넘을 때 **등이 바닥면**을 향하고 **복부가 하늘 쪽**을 향하게 몸을 뒤로 뉘어 바를 넘는 동작이다.

교과서 용례

배면뛰기 동작은 딕 포스베리가 1968년 멕시코시티 올림픽에서 처음 선보여 금메달과 올림픽 신기록(2.24m)을 세웠다. **배면뛰기**의 창시자인 '딕 포스베리'의 이름을 따 '포스베리 플립'으로 불린다.

기록공간 

핵심
한자

도(盜)
도둑 도

루(壘)
보루 루

#야구 #진루
#스피드 #타이밍

한자 본래 뜻

야구에서, 주자가 수비의 허술한 틈을 타서 다음 베이스까지 가는 일을 뜻한다.

교과 속 의미

도루는 주자가 타자의 도움 없이 스스로 **다음 베이스로 진루하는 플레이**로, 성공 시 **안타 없이도 진루**가 이뤄지는 것을 의미한다.

교과서 용례

도루는 투수와 포수의 견제를 뚫는 스피드, 타이밍, 심리전의 결과로 빠른 주력과 투수의 습관 파악이 필요하다.

기록공간 

단원명

II. 스포츠

핵심
한자**포(捕)**
잡을 포**구(球)**
공구#야구 #야수
#송구 #글러브

한자 본래 뜻

공을 잡음을 뜻한다.

교과 속 의미

포구란 야구 경기에서 **야수**가 날아가는 **타구나 송구**를 **글러브**로 확실하게 잡는 행위를 의미한다.

교과서 용례

내야수에게 **포구**는 가장 기본기이며, 특히 1루수와 포수는 미트라라는 **포구용** 글러브를 사용한다.기록공간 핵심
한자**사(死)**
죽을 사**구(球)**
공구#야구 #투수
#데드볼

한자 본래 뜻

야구에서, 투수가 던진 공이 타자의 몸이나 옷에 닿는 일을 뜻한다.

교과 속 의미

사구는 **투수**가 던진 공이 **타자의 몸에 맞는 것**을 의미하며, 이후 타자는 자동적으로 1루로 진루한다.

교과서 용례

투구가 스트라이크 존 바깥에서 타자에게 닿고, 타자가 피하려 했거나 피할 수 없었고, 배트를 휘두르지 않았을 때 '데드 볼' 판정 후 1루로 진루한다.

기록공간 

단원명

II. 스포츠

핵심
한자

단(單) **식(式)**
하나 단 법식

#단식경기 #1vs1
#복식경기

한자 본래 뜻

테니스, 탁구, 배드민턴 따위에서, 일대일로 행하는 경기를 뜻한다.

교과 속 의미

단식 경기는 네트형 스포츠에서 **1 대 1로 행해지는 경기**를 의미한다.

교과서 용례

배드민턴 경기는 **단식**, 복식, 혼합복식으로 나뉘며, 각각의 규칙과 전략이 다르다.

기록공간 

핵심
한자

구(球) **질(質)**
공구 성질 질

#구기종목 #공
#속도 #방향

한자 본래 뜻

야구·탁구·테니스 따위에서, 선수가 던지거나 친 공의 성질을 뜻한다.

교과 속 의미

구질은 **구기 종목**에서 **공의 속도, 방향, 특징** 등을 의미한다.

교과서 용례

볼링에서 공의 **구질**은 볼링공을 놓는 순간에 손가락을 어떻게 빼느냐에 따라서 달라진다.

기록공간 

단원명

II. 스포츠

핵심
한자

도(跳)
뛰도

마(馬)
말마

#체조 #도마기술
#기계체조

한자 본래 뜻

올림픽의 기계 체조에서 쓰는 기구를 뜻한다.

교과 속 의미

도마는 25m 길이의 도움닫기 주로를 달려 발구르기와 손 짚기를 통해 공중에서 다양한 기술 동작을 연기하는 동작형 스포츠를 의미한다.

교과서 용례

‘양학선(Yang Hak Seon)’이라는 **도마** 기술은 국제 체조 연맹에서 양학선 선수의 이름을 따서 공식 등재한 기술 명칭이다.

기록공간 

핵심
한자

신(伸)
펼신

장(張)
베풀장

#신장성수축
#근육의길이

한자 본래 뜻

길이 따위를 길게 늘림을 뜻한다.

교과 속 의미

신장성 수축은 근육이 길어지면서 수축하는 형태의 근수축을 의미한다.

교과서 용례

턱걸이를 하면서 몸을 끌어올릴 때는 단축성 수축이 일어나고, 내려올 때는 **신장성** 수축이 발생한다. 이는 근육의 길이가 늘어나면서 저항을 이겨내는 과정이다.

기록공간 

단원명

II. 스포츠

핵심
한자

기(基)
터기

저(底)
밑저

면(面)
얼굴면

#면적 #안정성
#지면 #바닥면

한자 본래 뜻

어떤 것의 바닥이 되는 면을 뜻한다.

교과 속 의미

기저면은 지면 위에 **신체나 물체가 닿는 지점**을 연결했을 때 생기는 **면적**을 의미한다.

교과서 용례

기저면이 넓을수록 안정성이 높아지고, 좁을수록 불안정해진다.

기록공간 

핵심
한자

활(滑)
미끄러울 활

강(降)
내릴 강

#스키경기 #경사면
#급사면

한자 본래 뜻

비탈진 곳을 미끄러져 내려오거나 내려가는 것을 뜻한다.

교과 속 의미

스키 경기에서 **급사면**에 설치된 코스를 빠른 속도로 **미끄러져 내려오는 것**을 의미한다.

교과서 용례

스키는 경사진 면을 고속으로 내려오는 스포츠이므로 안전하게 타기 위해서는 정확한 **활강** 동작과 안전하게 넘어지고 일어서는 방법 등을 익혀야 한다.

기록공간 

개념정리 | II. 스포츠 단원 핵심 개념 한자어 확인하기!

단어	한자	의미
경영	競泳	
평영	平泳	
접영	蝶泳	
구기	球技	
투기	鬪技	
지주	支柱	
전술	戰術	
대인	對人	
배면뛰기	背面뛰기	
도루	盜壘	
포구	捕球	

개념정리 | II. 스포츠 단원 핵심 개념 한자어 확인하기!

단어	한자	의미
사구	死球	
단식	單式	
구질	球質	
도마	跳馬	
신장	伸長	
기저면	基底面	
활강	滑降	

단원명

III. 표현

핵심
한자

통(統)
거느릴 통

일(一)
하나 일

미(美)
아름다울 미

#무용 #치어리딩
#미적원리 #통일감

한자 본래 뜻

전체의 구성이 잘 통일되어 이루어진 예술적인 아름다움을 뜻한다.

교과 속 의미

통일미는 **동일한 표현 동작**에서 나타나는 아름다움을 의미한다.

교과서 용례

치어리딩에서 **통일미**는 하나의 일관된 동작을 구성하여 통일감을 표현하는 미적 원리이다.

기록공간 

핵심
한자

변(變)
변할 변

화(化)
될 화

미(美)
아름다울 미

#무용 #치어리딩
#미적원리 #변화감

한자 본래 뜻

변화를 통한 예술적인 아름다움을 뜻한다.

교과 속 의미

변화미는 **규칙적 변화와 불규칙적 변화**에 나타나는 아름다움을 의미한다.

교과서 용례

치어리딩에서 **변화미**는 움직임의 높이를 달리하여 변화감을 표현하는 미적 원리이다.

기록공간 

단원명

III. 표현

핵심
한자

조(調)
고를 조

화(和)
화목할 화

미(美)
아름다울 미

#무용 #치어리딩
#미적원리 #안정적

한자 본래 뜻

서로 잘 어울려 모순됨이나 어긋남이 없이 잘 어울리는 아름다움을 뜻한다.

교과 속 의미

조화미는 전체 구도가 잘 어우러져 **안정적인 아름다움**을 의미한다.

교과서 용례

치어리딩에서 **조화미**는 좌우가 동일한 동작을 구성하여 정돈된 느낌을 표현하는 미적 원리이다.

기록공간 

핵심
한자

역(力)
힘 역

동(動)
움직일 동

미(美)
아름다울 미

#무용 #치어리딩
#미적원리 #율동감

한자 본래 뜻

역동적 힘이 느껴지는 아름다움을 뜻한다.

교과 속 의미

역동미는 **힘차고 활발한 움직임**을 통한 예술적 아름다움을 의미한다.

교과서 용례

치어리딩에서 **역동미**는 리듬감 있는 동작을 반복적으로 구성하여 율동감을 표현하는 미적 원리이다.

기록공간 

단원명

Ⅲ. 표현

핵심
한자수(秀)
빠어날 수월(越)
넘을 월성(性)
성질 성#신체능력 #잠재력
#신체적수월성

한자 본래 뜻

다른 것에 비해 빠어나고 우월한 성질을 뜻한다.

교과 속 의미

신체적 수월성은 잠재된 신체 능력을 개발하고 발전시켜 보다 **높은 수준에 도달**시키는 것을 의미한다.

교과서 용례

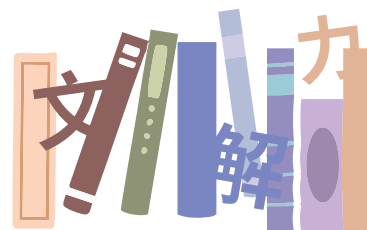
도전 활동은 자신의 신체 능력이나 타인의 기량에 도전해 한계를 발견하고 극복하는 활동으로, 그 핵심 목표가 신체적 **수월성**에 도전하는 것이다.기록공간 

개념정리 | III. 표현 단원 핵심 개념 한자어 확인하기!

단어	한자	의미
통일미	통일미	
변화미	變化美	
조화미	調和美	
역동미	力動美	
수월성	秀越性	

2026
학년도

한자교육 기반 학생 문해력 향상을 위한 도움자료



총괄 김기활 | 경상북도교육청 중등교육과장

기획 윤은경 | 경상북도교육청 장학관
권영철 | 경상북도교육청 장학사

**자료 개발
위원** 이숙희 | 계림고등학교 교장
이재충 | 포항고등학교 교감

유남이 | 남정중학교 교사
정득진 | 경산고등학교 교사
신명희 | 선주고등학교 교사

이종구 | 형곡고등학교 교사
방현석 | 선주고등학교 교사
권용길 | 사곡고등학교 교사
류수 | 구미여자고등학교 교사
이경철 | 포항고등학교 교사
박경진 | 경산과학고등학교 교사

권세영 | 마성중학교 교사

손기윤 | 구미산동고등학교 교사

박나영 | 안동고등학교 교사

권혜빈 | 송정여자중학교 교사

곽보석 | 영덕중학교 교사

이호순 | 경주여자고등학교 교사

이근률 | 경주여자중학교 교사

서흔아 | 형곡고등학교 교사

손다은 | 양덕중학교 교사

이소영 | 구미인덕중학교 교사

발행처 경상북도교육청 중등교육과

발행일 2026년 3월

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 교육과



경상북도교육청
Gyeongsangbuk-do Office of Education