

2024학년도 1학기 (운동과건강)과 교수학습 및 평가 운영계획

학교명	학년	과목	학기	학급	지도교사
전주완산여고	(2)학년	운동과건강	1학기	(1~3)반	이0승(인)

(운동과건강)과 교수학습 및 평가 운영계획

월	주	단원명	교육과정 성취기준	내용 요소	수업·평가 방법 및 수업·평가 연계의 주안점
3	1	건강	[12운건01-02] 심신의 건강 유지 및 증진을 위한 방안으로 일상생활에서 지속적으로 운동에 참여하여 건강을 관리한다.	<ul style="list-style-type: none"> 체력의 정의 체력과 건강 관계 체력 요소 구분 평가하기 ★ 양성평등교육 	<ul style="list-style-type: none"> 오리엔테이션 <ul style="list-style-type: none"> 수업 및 평가계획 안내하기 수업 규칙 세우기 활동 수업 방법 <ul style="list-style-type: none"> 강의식 수업 평가 방법(수행평가 연계) <ul style="list-style-type: none"> 학습지를 활용한 자기평가
	2 ~ 4	건강	[12운건02-03] 건강 유지 · 증진에 도움이 되는 여러 유형의 운동 특성과 효과를 비교, 분석하여 건강과 운동의 관계를 파악한다.	<ul style="list-style-type: none"> PAPS 이해하기 PAPS 1차 측정 PAPS 측정 결과 살펴보기 	<ul style="list-style-type: none"> 수업 방법 <ul style="list-style-type: none"> 국민 체력 인증제도(국민체력 100) 활용 평가 방법(수행평가 연계) <ul style="list-style-type: none"> 학습지를 활용한 자기평가 포트폴리오 활용한 교수 및 평가 연계 수업 및 평가 연계 <ul style="list-style-type: none"> 디지털 기기를 활용 데이터 관리 및 나이스 입력
4	1 ~ 4	건강	[12운건02-03] 건강 유지 · 증진에 도움이 되는 여러 유형의 운동 특성과 효과를 비교, 분석하여 건강과 운동의 관계를 파악한다.	<ul style="list-style-type: none"> 2차 측정 체력 측정 결과 분석 계획서 작성 	<ul style="list-style-type: none"> 수업 방법 <ul style="list-style-type: none"> 강의식 수업 평가 방법(수행평가 연계) <ul style="list-style-type: none"> 학습지를 활용한 자기평가 수업 및 평가 연계 <ul style="list-style-type: none"> 포트폴리오 활용한 교수 및 평가 연계
5	1 ~ 4	경쟁	[12운건02-04] 운동의 정서적 효과에 대한 이해를 바탕으로 활력 있는 생활과 스트레스 관리에 도움이 되는 운동을 비교하고 자신의 정서 조절에 적합한 운동을 선택하여 적용한다.	<ul style="list-style-type: none"> 배구 경기 기능 수행 경기 방법 이해 경쟁 스포츠 	<ul style="list-style-type: none"> 수업 방법 <ul style="list-style-type: none"> 직접교수모형, 협동학습모형 평가 방법(수행평가 연계) <ul style="list-style-type: none"> 체크리스트 활용 교사 관찰 평가(실기 평가) 학습지 활용 자기 평가 및 모둠 평가 수업 및 평가 연계 <ul style="list-style-type: none"> 디지털 기기를 활용 데이터 관리 및 나이스 입력

월	주	단원명	교육과정 성취기준	내용 요소	수업·평가 방법, 수업·평가 연계의 주안점
6	1 ~ 4	경쟁	[12운건02-04] 운동의 정서적 효과에 대한 이해를 바탕으로 활력 있는 생활과 스트레스 관리에 도움이 되는 운동을 비교하고 자신의 정서 조절에 적합한 운동을 선택하여 적용한다.	<ul style="list-style-type: none"> • 핸드볼 • 경기 기능 수행 • 경기 방법 이해 • 경쟁 스포츠 	<ul style="list-style-type: none"> • 수업 방법 <ul style="list-style-type: none"> - 직접교수모형, 협동학습모형 • 평가 방법(수행평가 연계) <ul style="list-style-type: none"> - 체크리스트 활용 교사 관찰 평가(실기 평가) - 학습지 활용 자기 평가 및 모둠 평가 • 수업 및 평가 연계 <ul style="list-style-type: none"> - 디지털 기기를 활용 데이터 관리 및 나이스 입력
7	1 ~ 2	안전	[12운건03-02] 운동 과정에서 발생할 수 있는 운동 손상을 예방하고, 운동 손상이 발생했을 때 적절한 대처 요령 및 처치 방법을 적용한다.	<ul style="list-style-type: none"> • 응급처치 및 구조의 절차/방법 • 심폐소생술 이해 ★ 생활안전 <ul style="list-style-type: none"> -체육 및 여가활동 안전 -물놀이(등산 캠핑) 안전 -응급상황 시 행동요령 ★ 성교육 <ul style="list-style-type: none"> -성 매개 감염병과 면역질환 -성폭력의 예방과 대처 	<ul style="list-style-type: none"> • 운동 손상의 발생 요인 <ul style="list-style-type: none"> - 내적, 외적 요인 알기 • 운동 손상의 종류 및 대처방법 • 운동 손상의 대처방법 <ul style="list-style-type: none"> - 하임리히법, 심폐소생술, 골절

※ 월별, 주별 계획은 학사일정 및 수업 흐름 등을 고려하여 변경될 수 있음.

※ 수업 형태 및 평가 방법에 변동이 발생할 경우, 사전에 학생들에게 안내될 예정임.

2024학년도 1학기 (체육)과 평가규정

1.평가 목표

- 가. 평가는 학생의 교육목표 도달도를 확인하고 교수·학습의 질을 개선하는데 주안점을 두며, 교육과정과 성취 기준에 근거하여 진행하고 수업 목표 및 교수·학습 활동과 일관성을 유지한다.
- 나. 평가 내용은 교육과정 내용 요소를 바탕으로, 수업 목표와 학습 내용에 제시된 요소뿐만 아니라 신체활동에 내재된 핵심역량에 대한 학습 내용을 고루 포함한다.
- 다.평가에 적용되는 성취기준은 독립적 혹은 통합하여 선정 할 수 있으며 성취수준은 점수와 및 등급화를 위한 기능의 단순한 분류나 기록의 명시보다는 영역별 내용 요소에 따른 기능의 도달 정도를 구체적으로 나타낼 수 있는 행동 수준으로 진술하고, 평가 등급은 양적 요소와 질적 요소를 모두 포함하여 각각의 수준에 맞게 진술되도록 한다.
- 라.평가는 다양한 신체활동에 지속적으로 참여하면서 신체활동의 가치를 내면화하고, 건강관리능력, 신체수련능력, 경기수행능력, 신체표현능력의 교과 역량을 길러, 자신의 삶을 스스로 계발하고 신체 문화 활동을 계승·발전시킬 수 있도록 한다.
- 마.평가 결과는 다음에 이루어질 교수·학습 계획을 수립하는데 활용하고 또한 학습자가 생활 속에서 스스로 학습 주제와 관련된 신체활동 수행 계획을 수립하고 지속적으로 실천하는데 도움을 준다. 특히 개인별 평가 결과는 자신의 건강관리, 진로 진학, 여가 활동 등과 연계하여 건전하고 즐거운 신체활동 계획을 수립하고 실천하기 위한 기초 자료로 활용한다.

2.평가 방침

- 가.2024학년도 전북특별자치도 학업 성적관리 규정예의한 학교평가규정을 적용한다.
- 나.수행평가의 비율은 100%로 실시하며, 교육과정에서 제시된 운동과 건강의 관계, 운동과 건강관리, 운동과 안전 전 영역을 대상으로 균형 있게 실시하고 각영역별 내용 요소의 평가는 성취기준에 따라 균형 있게 평가하되 그 비중은 교과협의회를 통해 결정한다. 단, 특정 영역에 치우쳐 지나친 평가 비중을 두거나 축소되는 일이 없도록 유의한다. 건강 체력은 JB건강 체력육성 프로그램에 맞춰서 실시한다.
- 다.지필평가를 실시하지 않는 경우에는 교과협의회를 통하여 체육교과의 지식, 태도 즉, 이론 부분과 정의적인 부분을 포함하여 기능, 지식, 태도가 고르게 평가될 수 있도록 한다.
(3-나항의 평가 계획 및 반영 비율을 참고할 것)
- 라.수행평가의 해당 영역별 기본점수는 교과협의회를 통하여 반영 한다.
예) 기본점수 20% - 50%로 적용함
- 마.단편적 기능 또는 일회성 기록 측정 위주의 평가는 지양하고 학생 참여형태로 실천하는

과정을 중심으로 하는 종합적이고 균형 있는 평가를 실시하며, 평가는 성취기준에 적합한 주제와 내용을 바탕으로 직접·간접 체험활동을 통해 수업-평가-기록이 일체화 될 수 있도록 한다.

바.평가의 타당도와 신뢰도를 높이기 위해 평가 목표와 내용, 방법이 밀접하게 관련되도록 점검하고, 다양한 유형의 방법을 활용하며, 교사 평가 뿐만 아니라 상호평가, 자기평가 등 학생이 주체가 된 평가를 병행하여 실시한다. (추가)

사.평가계획은 학기 초에 수립하여 학생들에게 사전 공개한다.

3.학기별 평가계획

가.학기별 기준 성취율과 성취도

성취율(원점수)	성취도
80% 이상 ~ 100%	A
60% 이상 ~ 80% 미만	B
60% 미만	C

■1학년 체육(공통) 평가영역 비율 및 평가방법

과 목 명		체육		
평가방법		수행평가		
반영비율		100%		
평가영역		건강체력	체육기능	
			경쟁	경쟁
평가방법		실기	실기	실기
영역만점		20점	40점	40점
학기말 반영비율		20%	40%	40%
교육과정 성취기준		[12체육01-02]	[12체육03-02]	[12체육03-02]
기본점수		8점	16점	16점
평가 시기	1학기	수시평가	수시평가	수시평가

■2학년 체육(공통) 평가영역 비율 및 평가방법

과 목 명	체육		
평가방법	수행평가		
반영비율	100%		
평가영역	건강체력	체육기능	
		경쟁	경쟁
평가방법	실기	실기	실기
영역만점	20점	40점	40점
학기말 반영비율	20%	40%	40%
교육과정 성취기준	[12운건01-02]	[12운건02-04]	[12운건02-04]
기본점수	8점	16점	16점
평가 시기	1학기	수시평가	수시평가

1)1학년 세부평가계획표

학 년	학 기	영 역	세부종목	배 점	총점
1 학 년	1학기	건강체력	50M	20	100
		체육기능(도전)	태니스	40	
		체육기능(표현)	탁구	40	

2)2학년 세부평가계획표

학 년	학 기	영 역	세부종목	배 점	총점
2 학 년	1학기	건강체력	50M	20	100
		체육기능(경쟁)	배구	40	
		체육기능(표현)	핸드볼	40	

3.평가 결과 학생 확인절차

- 1) 평가(수행) 결과는 평가 종료(채점 또는 산출) 후 개인정보보호법에 유의하여 학생 개인에게 직접 공개하는 것을 원칙으로 한다.
- 2) 확인 결과 이의가 있을 때에는 재심하여 재평가하고, 필요한 경우 교과협의회를 통해 평가 내용에 대해 협의할 수 있다.
- 3) 평가 결과 공개 및 이의 신청 기간은 성적 산출 일정을 고려하여 평가 종료 후 3일 이내의 기간 동안 이의 신청을 받는다.

4.학기별 수행평가 세부계획

가. 수행평가 평가영역별 평가기준 및 배점

1)1학년

평가영역	건강체력	활동내용	50M달리기	
성취기준	【12체육01-02】			
평가 요소			평가 기준	배점
<div>-2인 1조로 50M달리기를 실시한다.</div> <div>-2회 실시하여 높은 점수로 평가</div> <div>-경기 중 상황에 따른 자신이 맡은 역할을 수행 할 수 있다.</div> <div>-측정을 마친 실시자가 정리운동(호흡조절)을 하도록 한다.</div>			8.8 이하	20
			8.9~9.5	19
			9.6~10.5	18
			10.6~12.2	17
			12.3 이상	16
			미응시	8

평가영역	체육기능(경쟁)	활동내용	테니스
성취기준	【12체육03-02】		
평가 요소		평가 기준	배점
<ul style="list-style-type: none"> - 개인별 평가를 실시한다. - 5M 거리에서 서브를 실시 한다. - 10회 실시 하여 성공 횟수를 측정한다. 		8-10개	40
		4-7개	35
		3개 이하	30
		미응시	16

평가영역	체육기능(경쟁)	활동내용	탁구
성취기준	【12체육03-02】		
평가 요소		평가 기준	배점
<ul style="list-style-type: none"> - 서브 및 서브 리턴을 포함하여 총 주고 받는 랠리의 횟수로 평가 한다. - 서로 주고 받는 방법에서 드라이브를 활용하도록 한다. - 정해진 높이를 통과하여야 한다. 		50-70개 이상	40
		30-40개 이상	35
		30개 이하	30
		미응시	16

2)2학년

평가영역	건강체력	활동내용	50M달리기
성취기준	[12운건01-02]		
평가 요소		평가 기준	배점
<ul style="list-style-type: none"> -2인 1조로 50M달리기를 실시한다. -2회 실시하여 높은 점수로 평가 -경기 중 상황에 따른 자신이 맡은 역할을 수행 할 수 있다. -측정을 마친 실시자가 정리운동(호흡조절)을 하도록 한다. 		8.8 이하	20
		8.9~9.5	19
		9.6~10.5	18
		10.6~12.2	17
		12.3 이상	16
		미응시	8

평가영역	체육기능(경쟁)	활동내용	배구
성취기준	[12운건02-04]		
평가 요소		평가 기준	배점
<ul style="list-style-type: none"> - 리시브는 상대의 서비스를 받는 동작으로 언더패스와 오버핸드 패스를 이용한다 - 10개의 공을 던져 주어 정확하게 던져준 사람에게 패스할 수 있는지를 평가 한다. - 총 10 회중 최고의 성적을 평가로 반영한다. 		8회 -10회	40
		5회 - 7회	35
		5회 이하	30
		미응시	16

평가영역	체육기능(경쟁)	활동내용	핸드볼
성취기준	[12운건02-04]		
평가 요소		평가 기준	배점
<ul style="list-style-type: none"> - 좌,우에 설치된 설치물에 공을 정확하게 던지고 받아야 한다. - 주어진 시간 2분 2회 실시 하여 향상된 결과를 측정한다. - 동작을 실시할 때 양손을 사용하지 않고 좌,우 한손씩 양손을 번갈아 가며 확실하게 사용하는지 여부 확인. 		50-60개 이상	40
		40-50개 이상	35
		40개 이하	30
		미응시	16

다. 수행평가 성적처리 방법

- 가) 모든 평가는 공정성·정확성·합리성·신뢰성을 확보할 수 있도록 한다.
- 나) 확정된 수행평가 계획은 세부 영역, 평가 주제, 평가 방법, 평가 기준에 대해 자세히 기술하여 학기 초(3월)에 모든 학생들에게 공지하고 수행평가 운영은 가급적 2차 고사 완료 전(성적 마감 시기 전)까지 종료한다.
- 다) 평가 방법, 시기, 영역 간의 배점 비율과 등급 간의 배점 비율 등은 교과협의회를 통하여 조정할 수 있다. 평가 시기는 가급적 지필평가를 피하여 운영하며, 각 과목별 수행평가가 겹치지 않도록 학기 초에 학년별 수행평가 실시 시기를 협의한다.
- 라) 수행평가 불참자는 별도의 기회를 부여하여 추가로 평가하는 것을 원칙으로 하되, 추가 평가가 어렵거나 장기결석 등의 사유로 특정 항목의 수행평가를 할 수 없는 경우 학교 학업성적관리규정에 따른다.
- 마) 수행평가 미응시자에게는 1회의 응시 기회를 부여하며, 한 번 더 주어지는 수행평가마저도 응시하지 못한 경우, 수행평가 해당 영역의 기본점수를 부여한다.
- 바) 수행평가 결과에 대한 이의신청으로 평가 결과가 변경될 경우 변경전·변경후 자료를 함께 보관한다.
- 사) 수행평가 결과물은 평가와 이의 신청이 종료된 후 본인에게 돌려주고 학습 자료로 활용하는 것을 권장한다. 또한 그 결과를 분석하여 학생의 학습 능력 향상과 교사의 지도 능력 신장 및 학교생활기록부 작성 자료로 활용한다.
- 아) 수행평가 후 교사의 관찰 기록 외에 학생 자신의 자기 평가, 동료 평가의 내용을 바탕으로 하여 학생의 변화 과정을 꼼꼼히 기록한다.
- 자) 지체 장애 및 감각장애(시각, 청각)로 인해 수행평가가 불가능한 경우, 수행평가 해당 영역의 기본점수를 부여함을 원칙으로 한다. 필요하다고 인정되는 경우, 해당 교과목 담당 교사의 협의를 통하여, 해당 학생의 신체조건을 고려하여 평가방식을 변경하여 평가할 수 있다.