

2020학년도 실기고사 평가항목 안내

입학관리팀

목 차

가. 체육학과	1
나. 태권도학과	3
다. 스포츠지도학과	5
라. 공연예술뮤지컬학과	7

2020학년도 실기고사 평가항목 안내

가. 체육학과

1) 실기고사 종목

실기종목	실기 고사 내용	준 비 물
공통실기	윗몸일으키기	운동화 및 운동복
	지그재그런	
	서전트점프	

2) 종목별 실시 내용

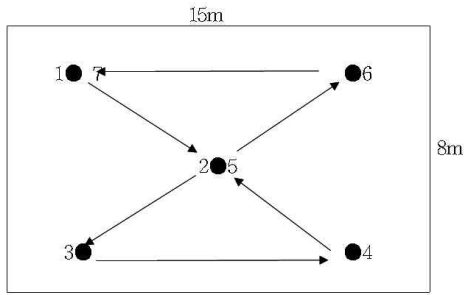
가) 윗몸 일으키기

- ① 무릎을 구부린 상태에서 양손을 머리 뒤에 깎지 끼고 시작소리와 함께 실시한다.
 - ② 1분간 실시하여 기록을 평가 한다.
- ※ 유의사항
- 누웠을 때 어깨가 바닥에 닿고 일으켰을 때 팔꿈치가 무릎에 닿아야 1개수로 인정한다.
 - 허리에 반동을 주고 일어나는 경우 실격 처리 한다.
 - 수험생의 정확한 측정을 위해 후드티 착용을 금지하고 후드가 없는 학과 트레이닝복을 사이즈별로 비치하여, 착용하게 하고 여학생은 머리카락이 센서에 영향을 주어 측정에 오류가 발생 할 수 있어 정확한 측정을 위해 머리망과 머리끈을 비치하여 착용 후 측정
 - 측정 종료 후 횟수 본인 확인 후 서명 날인



나) 지그재그런

- ① 지그재그달리기는 다음 표와 같은 방법으로 같은 코스를 2바퀴 돈다.
 - ② 출발은 스탠딩 스타트 법으로 하고 1명씩 출발시킨다.
 - ③ 출발신호 전에 출발하였을 때는 재출발 시킨다.
- ※ 유의사항
- 달리는 도중에 표시물을 넘어뜨렸을 경우에는 실격으로 처리한다.
 - 수험생에게는 1회 시기를 부여, 넘어졌을 때 몸의 일부 가 결승점을 통과하면 기록으로 한다.
 - 측정 종료 후 본인기록 확인 후 서명날인



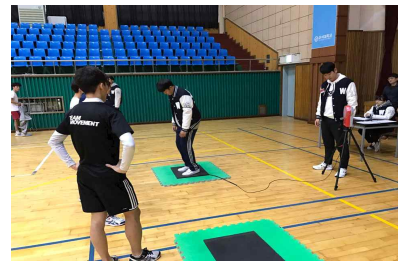
※콘에서 콘 사이 가로 15m 세로 8m

다) 서전트 점프

- ① 구름판 위에 양발을 어깨너비로 벌리고 선다.
- ② 신호음이 들리면 무릎을 굽혔다 펴고 팔을 힘껏 위로 뻗으면서 높이 점프한다.
- ③ 2회 실시하여 좋은 기록을 택하여 기록한다.

※ 유의사항

- 예비 동작시 2중 점프가 되지 않도록 해야 한다.
- 신호음이 들리면 5초 이내에 점프하도록 한다.
- 점프한 후 구름판 위에 두발이 착지되도록 한다.
- 구름판에서 2회 벗어나면 실격
- 측정 후 2회 중 높은 기록 본인 확인 후 서명 날인



3) 종목별 평가 기준표

윗몸일으키기(회/1분)			지그재그런(초)			서전트(cm)		
점수	남	여	점수	남	여	점수	남	여
80점	72이상	66이상	80점	32.50이하	38.50이하	80점	67이상	52이상
78점	70~71	64~65	78점	32.51~33.01	38.51~39.01	78점	65~66	50~51
76점	68~69	62~63	76점	33.02~33.52	39.02~39.52	76점	63~64	48~49
74점	66~67	60~61	74점	33.53~34.03	39.53~40.03	74점	61~62	46~47
72점	64~65	58~59	72점	34.04~34.54	40.04~40.54	72점	59~60	44~45
70점	62~63	56~57	70점	34.55~35.05	40.55~41.05	70점	57~58	42~43
68점	60~61	54~55	68점	35.06~35.56	41.06~41.56	68점	55~56	40~41
66점	58~59	52~53	66점	35.57~36.07	41.57~42.07	66점	53~54	38~39
64점	56~57	50~51	64점	36.08~36.58	42.08~42.58	64점	51~52	36~37
62점	54~55	48~49	62점	36.59~37.09	42.59~43.09	62점	49~50	34~35
60점	52~53	46~47	60점	37.10~37.60	43.10~43.60	60점	47~48	32~33
58점	50~51	44~45	58점	37.61~38.11	43.61~44.11	58점	45~46	30~31
56점	48~49	42~43	56점	38.12~38.62	44.12~44.62	56점	43~44	28~29
54점	46~47	40~41	54점	38.63~39.13	44.63~45.13	54점	41~42	26~27
52점	44~45	38~39	52점	39.14~39.64	45.14~45.64	52점	39~40	24~25
50점	42~43	36~37	50점	39.65~40.15	45.65~46.15	50점	37~38	22~23
48점	41이하	35이하	48점	40.16이상	46.16이상	48점	36이하	21이하

나. 태권도학과

1) 실기고사 종목

실기종목		실기 고사 내용		준 비 물	
선택	겨루기	기본발차기	1. 돌려차기 2. 옆차기 3. 돌개차기		무도복, 띠
		미트발차기	연결 미트 발차기		
		실전겨루기	1:1 실전 겨루기		
	품새	기본발차기	1. 돌려차기 2. 옆차기 3. 거듭 옆차기 4. 뒤돌아옆차기 5. 뒤후려차기		
		지정품새	고려, 금강, 태백, 평원 중 1종목 추첨 선정		
		자유품새	대한태권도협회 자유품새경기 규정에 의한 동작 2가지 시연 (연결기술, 발차기, 체조동작 등)		
	시범	기본발차기	1. 돌려차기 2. 옆차기 3. 뒤후려차기 4. 돌개차기		
		지정격파	남자	여자	
			1. 540도 뒤후려차기 2. 뛰어 돌려차기 3단계	1. 돌개차기 2. 뛰어 앞차기 3단계	
자유종합격파	자유격파 (2가지 이내, 격파개수 제한없음)				

2) 종목별 평가 기준표

실기종목		세부종목		등급(점수)		평가 요소	
겨루기	기본발차기	1. 돌려차기 2. 옆차기 3. 돌개차기		A	80	정확성 유연성 순발력	
				B	72		
				C	64		
				D	56		
				E	48		
	미트발차기	연결 미트 발차기		A	80	정확성 유연성 민첩성 타격력	
				B	72		
				C	64		
				D	56		
				E	48		
	실전겨루기	1:1 실전 겨루기		A	80	정확성 효율성 민첩성 속련성	
				B	72		
				C	64		
				D	56		
				E	48		
품새	기본발차기	1. 돌려차기 2. 옆차기 3. 거듭 옆차기 4. 뒤돌아옆차기 5. 뒤후려차기		A	80	정확성 표현성 유연성 속련성	
				B	72		
				C	64		
				D	56		
				E	48		
	지정품새	고려, 금강, 태백, 평원 중 1종목 추첨 선정		A	80	정확성 효율성 표현성 속련성	
				B	72		
				C	64		
				D	56		
				E	48		
	자유품새	대한태권도협회 자유품새경기 규정에 의한 동작 2가지 시연 (연결기술, 발차기, 체조동작 등)		A	80	정확성 효율성 표현성 속련성	
				B	72		
				C	64		
				D	56		
				E	48		
시범	기본발차기	1. 돌려차기 2. 옆차기 3. 뒤후려차기 4. 돌개차기		A	80	정확성 표현성 유연성 속련성	
				B	72		
				C	64		
				D	56		
				E	48		
	지정격파	남자	여자		A	80	정확성 효율성 표현성 속련성
					B	72	
		1. 540도 뒤후려차기 2. 뛰어 돌려차기 3단계	1. 돌개차기 2. 뛰어 앞차기 3단계	C	64		
				D	56		
				E	48		
	자유종합격파	자유격파 (2가지 이내, 격파개수 제한없음)		A	80	정확성 표현성 창작성 구성능력	
				B	72		
				C	64		
				D	56		
				E	48		

다. 스포츠지도학과

1) 실기고사 종목

실기종목	실기 고사 내용		준비물
공통실기	달리기	왕복달리기(25m×왕복2회:100m)	운동화 및 운동복
	뛰기	제자리 높이뛰기	
	던지기	매디신볼 던지기(남:3kg, 여:2kg)	

2) 진행방법

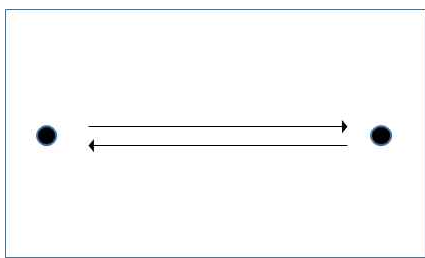
- 가) 수험생은 실기고사장에 집결 후 수험표(사진부착)와 신분증을 확인한다.
- 나) 수험생에게 실기시험에 대한 실시방법 및 주의사항 설명을 한다.
- 다) 실기시험은 각조가 3종목을 순차적으로 실시한다
- 라) 수험생은 실기기록을 확인하고 날인한다.

3) 심사 방법

- 가) 심사위원은 기본운동능력검사 실시방법에 의거 평가한다.
- 나) 종목별 결시자와 불응시자는 “0”점 처리하며, 종목별 파울(Foul) 최하위인 1점으로 처리함

4) 실기고사 방법

- 가) 왕복달리기(25m 왕복2회 : 총 100m)
 - ① 준비와 함께 출발선에 서서 출발한다.
 - ② 신호음과 함께 전력질주 하여 전방에 있는 칼라콘 또는 지주(깃대)를 돌아온다.
 - ③ 이와 같은 동작을 2회 왕복한 시간을 측정한다.
 - ④ 칼라콘(지주)을 잡거나 넘어뜨리면 파울이다.



25m 왕복2회



나) 제자리 높이뛰기(버티컬 서전트 점프)

- ① 측정판(정사각형)에서 수직점프한다.
- ② 양발이 측정판에 닿아있는 정지자세에서 점프한다.
- ③ 2회 측정하여 최고 기록을 점수로 인정한다.
- ④ 2중 점프, 넘어짐, 점프판을 벗어나 착지한 경우 파울이다.



다) 메디신볼 던지기(남 3kg, 여 2kg)

- ① 양발을 지면에 붙이고 제자리에 선 자세에서 2회 던진다.
- ② 양손을 이용하여 전면 중앙을 향해 오버드로우(Over Throw)로 던져야 한다.
- ③ 볼을 던지고 난 후에 발이 지면에서 떨어지면 파울이다.
- ④ 볼이 떨어지는 지점이 지정된 좌우 경계선을 벗어나면 파울이다.



5) 종목별 평가 기준표

25m 왕복달리기(초)			서전트점프(cm)			메디신볼 던지기(m)		
점수	남	여	점수	남	여	점수	남	여
80점	16초99이하	18초99이하	80점	75이상	56이상	80점	11.00이상	8.0 이상
78점	17초00~17초39	19초00~19초39	78점	74	55	78점	10.7~10.9	7.7~7.9
76점	17초40~17초79	19초40~19초79	76점	73	54	76점	10.4~10.6	7.4~7.6
74점	17초80~18초19	19초80~20초19	74점	72	53	74점	10.1~10.3	7.1~7.3
72점	18초20~18초59	20초20~20초59	72점	71	52	72점	9.8~10.0	6.8~7.0
70점	18초60~18초99	20초60~20초99	70점	70	51	70점	9.5~9.7	6.5~6.7
68점	19초00~19초39	21초00~21초39	68점	69	50	68점	9.2~9.4	6.2~6.4
66점	19초40~19초79	21초40~21초79	66점	68	49	66점	8.9~9.1	5.9~6.1
64점	19초80~20초19	21초80~22초19	64점	67	48	64점	8.6~8.8	5.6~5.8
62점	20초20~20초59	22초20~22초59	62점	66	47	62점	8.3~8.5	5.3~5.5
60점	20초60~20초99	22초60~22초99	60점	65	46	60점	8.0~8.2	5.0~5.2
58점	21초00~21초39	23초00~23초39	58점	64	45	58점	7.7~7.9	4.7~4.9
56점	21초40~21초79	23초40~23초79	56점	63	44	56점	7.4~7.6	4.4~4.6
54점	21초80~22초19	23초80~24초19	54점	62	43	54점	7.1~7.3	4.1~4.3
52점	22초20~22초59	24초20~24초59	52점	61	42	52점	6.8~7.0	3.8~4.0
50점	22초60~22초99	24초60~24초99	50점	60	41	50점	6.5~6.7	3.5~3.7
48점	23초00 이상	25초00 이상	48점	59이하	40이하	48점	6.4 이하	3.4 이하

라. 공연예술뮤지컬학과

1) 실기고사 종목

실기종목		실기 고사 내용
선택	실기전공	자유춤, 자유보컬, 자유연기 중 택일
	이론스텝	전공적합성 문답

2) 종목별 평가 기준표

구분	실기종목	평가요소	등급	점수	실기종목	평가요소	등급	점수
종목 (택1)	자유춤	창의성	A	48	자유보컬	작품 이해도	A	48
			B	44			B	44
			C	39			C	39
			D	34			D	34
			E	28.8			E	28.8
		예술성	A	48		가창력, 음정, 박자	A	48
			B	44			B	44
			C	39			C	39
			D	34			D	34
			E	28.8			E	28.8
		표현력	A	48		가사 전달력	A	48
			B	44			B	44
			C	39			C	39
			D	34			D	34
			E	28.8			E	28.8
		구성력	A	48		창의성	A	48
			B	44			B	44
			C	39			C	39
			D	34			D	34
			E	28.8			E	28.8
	작품 숙련도	A	48	신체적 표 현	A	48		
		B	44		B	44		
		C	39		C	39		
		D	34		D	34		
		E	28.8		E	28.8		
	자유연기	대본 이해도	A	48	이론스텝	전공 이해도	A	48
			B	44			B	44
			C	39			C	39
			D	34			D	34
			E	28.8			E	28.8
발성, 화술		A	48	창의성		A	48	
		B	44			B	44	
		C	39			C	39	
		D	34			D	34	
		E	28.8			E	28.8	
대사 전달력		A	48	표현력		A	48	
		B	44			B	44	
		C	39			C	39	
		D	34			D	34	
		E	28.8			E	28.8	

구분	실기종목	평가요소	등급	점수	실기종목	평가요소	등급	점수	
		창의성	A	48		예술성	A	48	
			B	44				B	44
			C	39				C	39
			D	34				D	34
			E	28.8				E	28.8
		신체적 표현	A	48		논리성	A	48	
			B	44				B	44
			C	39				C	39
			D	34				D	34
			E	28.8				E	28.8