

## 학부모 지침

### 2015년 보건 및 체육 교육 교과과정 -

보건 및 체육 교과과정 (Health and Physical Education 약자: HPE)은 학생이 가정, 학교, 지역사회에서 건강하고 안전한 선택을 할 수 있는 기술과 지식을 익히고, 또한 평생 신체적 정신적 웰빙을 도모할 건강하고 활동적인 생활을 개발하도록 돕습니다.

이 교과과정은 **활동적인 생활, 운동 실력, 성교육을 포함한 건강한 생활 등 3개의 영역**으로 나뉘어집니다. 네 번째 부분인 **생활 기술**은 이러한 다른 영역 학습에 통합되어 있습니다. 이 교과과정의 모든 부분을 익히면 다음과 같은 기술 및 지식 개발에 도움이 됩니다.



자신과 타인을 이해하기



비판적으로 생각하며,  
건강한 선택을 하며  
이를 촉진시키기



건강한 관계를  
형성하고 유지하기



신체적 정서적으로  
안전하기



평생 신체적으로  
활동적인 삶을 살고 잘  
성장하기

### 자녀의 학습 지원하기

학부모와 학교는 학생의 학습과 복지에 중요한 역할을 담당합니다. 도움이 될 몇 가지 방법:

- 자전거 타기, 스케이트 타기 또는 썰매타기 등의 활동에 필요한 헬멧이 아이에게 제대로 맞는지 확인합니다
- 다른 문화, 종교, 가족 구조에 대해 함께 학습함으로써 타인을 존중하고 포용하는 모범이 됩니다
- 자신의 행동이 남에게 어떠한 영향을 미치는지 미리 생각해보도록 도움을 줍니다

### 알고 계셨나요?

- 청소년은 자신을 잘 받아주고 존중해주며 안전한 환경에서 잘 성장하고 성공합니다. 교사 및 다른 교우, 학교와 연계감을 느끼는 학생들은 더욱 학습에 몰입하게 됩니다. (조기 학교 수료자 보고서, 소아 병원, 2005)
- 어린이는 어렸을 때부터 타인이 자신과 다른 견해를 가질 수 있다는 점을 이해합니다 (예, 타인은 자신과 다른 믿음과 욕구를 가질 수 있음). (디딤돌: 청소년 발달 자료, 2012)

이 교과과정의 자세한 사항과 **인간 발달 및 성건강 (성교육)** 부분을 포함한 추가 학부모용 자료는 여러 언어로 이용 가능합니다. [Ontario.ca/HPE](http://Ontario.ca/HPE)를 방문하세요.

## 3학년 학생의 학습 내용은 무엇인가요? -

### 생활 기술

이 교과과정을 통해 학생은 자신을 이해하고, 어려움과 변화에 적응하고, 건전하게 타인과 대화하며 사고고, 비판적 또한 창의적으로 사고하는 방법을 익힙니다. 학습 내용:

- 무엇이 사람을 고유하게 만드는지 식별하기
- "I can do it(난 할 수 있어)"라는 자세를 갖고 새로운 것을 시도하기

### 활동적인 생활

활동적인 참여를 통해 학생은 활동이 주는 재미를 배우고 평생을 통한 건강하고 활동적인 생활의 기반을 구축합니다. 학습 내용:

- 신체 활동이 일상 생활의 한 부분이 되도록 합니다. (예, 훌라후프 사용, 놀이터 기구 기어 오르기)
- 일상적인 신체 활동이 주는 건강상 혜택을 이해하고, 활동의 수준을 인식하며 개인 신체 활동 목표를 개발합니다
- 자신과 타인의 안전에 대해 책임지고 적절한 절차를 따라 사고나 부상에 대응합니다

### 운동 실력

탐색과 놀이를 통해 학생은 여러 동작에 대한 기술을 개발하고 연습하며 신체적 능력에 대한 자신감을 키웁니다. 학습 내용:

- 다양한 방식으로 자신과 타인, 공간에 대해 의식하고 안전하게 움직이고, 여러 다른 방식으로 균형을 잡고, 뛰고 착지하며, 또한 다양한 물건을 여러 방식(예, 다른 거리에서, 다른 수준으로, 다른 신체 부분을 사용하여)으로 주고 받기 (예, 던지기, 차기, 받기, 멈추기, 막기)
- 페어 플레이, 규칙, 장비를 포함한 게임의 기본 특징을 익히고 성공을 돕는 간단한 방법을 이해하기

### 성교육을 포함한 건강한 생활

학생은 자신의 건강과 자신이 속한 세계의 연관성을 고려하고 보건 정보를 사용하여 안전하고 건강한 선택을 하는 방법을 익히게 됩니다. 학습 내용:

- 서로간의 공통점과 차이점을 이해하고 존중하는 것(능력과 재능, 신체 조건이나 몸매, 종교적 신념과 민족/문화적 배경, 동성애자 부모를 둔 가족 유형 등)을 포함한 건전한 인간 관계 및 신체적 정신적 발달에 영향을 주는 것
- 실제 폭력과 가상 폭력(예, 비디오 게임 상의 폭력)의 차이점과 이 두 가지 폭력이 미치는 영향
- 중독으로 이어지는 행위 (예, 스크린 시간을 너무 많이 소요할 경우)
- 가정, 지역사회, 실외 및 온라인에서 안전을 유지하는 데 필요한 전략책
- 여러 다양한 식품의 원산지 및 영양가, 치아 건강 및 전반적인 건강, 환경에 미치는 영향을 고려한 음식 선택 (예, 생사과와 캔 애플 소스의 영양가와 환경에 미치는 영향을 비교하기)
- 지역 및 문화적 음식