

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 영역으로 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:

- 성행위에 동의한다는 것이 무엇을 의미하는지 자녀와 함께 대화를 통해 이해하도록 합니다. 참조 - **학부모용 빠른 정보: 건강한 인간 관계와 성행위 동의에 관한 학습**
- 성 정체성 및 성적 성향 관련 용어에 유의합니다. 불쾌감과 피해를 유발하는 단어 및 문구에 유의합니다(예, "That's so gay - 너무 게이 같다").
- 자녀가 신체적으로 활동적이고 가장 건강하고 안전한 선택을 하여 학교에서 친구들과 사이에서 모범이 되도록 권유합니다.

알고 계셨나요?

- 대부분의 교실에는 최소 1명 이상의 이성애자가 아닌 학생이 있습니다. (**캐나다 성 정보 및 교육 위원회, 질문과 대답, 2015**)
- 사고로 인한 부상(예, 자동차 사고, 낙상)은 10세와 14세 아동 사망과 입원의 주요 요인입니다. (**캐나다 공중 보건국**)

이 교과과정의 자세한 사항과 **인간 발달 및 성건강 (성교육)** 부분을 포함한 추가 학부모용 자료는 여러 언어로 이용 가능합니다. Ontario.ca/HPE를 방문하세요.

8학년 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:

- 피트니스 계획을 세울 때 조직 기술 및 시간 관리 능력을 사용하기
- 위험할 만한 상황에 유의하고 사전에 안전한 생활에 대한 계획 세우기

활동적인 생활

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

- 다양한 일상적인 신체 활동(예, 체력장, 걸어서 등교하기, 크리켓 게임)에 적극적으로 참여하고 타인의 참여를 격려하기
- 체력 및 신체적 능력을 향상하기 위해 피트니스 계획을 개발하고 주시하기 (예, 민첩성, 조정력)
- 자신과 타인의 안전에 책임지고 비상 상황에 효과적으로 대응할 수 있는 능력

운동 실력

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

- 준비하고 실행하며 끝까지 진행하는 데 필요한 동작을 이해하고, 여러 복잡한 방식으로 움직일 때 이러한 지식을 적용하기 (예, 바람을 거슬러 던질 때 더 강하게 던지기 위해 몸무게를 이전하기, 움직이고 있는 중 패스 받은 경우 자세를 조정하기)
- 게임과 운동 경기를 범주로 구분하는 방식을 이해하고 여러 다양한 활동에서 성공하는 데 필요한 전략을 사용하기, 또한 한 가지 활동의 원리를 익히면 다른 활동에 임할 때 도움이 되는 방식을 식별하기

성교육을 포함한 건강한 생활

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

- 성행위 지연, 개인 성행위 한계선 설정, 피임, 안전한 섹스 등에 관한 정보를 포함한 성적 행위에 대해 한 개인의 결정에 영향을 미치는 요소 및 추가 정보 또는 도움이 될 만한 자료.
- 이성 관계의 장단점(예, 격려, 동반자를 갖는 것, 헤어졌을 때 받는 정서적 스트레스, 친구들에게 주는 영향 등)과 타인을 배려하는 방식
- 성 정체성 및 성적 표현, 성적 성향이 어떻게 자신과 타인에 대한 존중으로 연관되는 지
- 폭력 및 다른 유해한 행위, 이를 예방하거나 대처하는 방법 (예, 전화 상담 서비스, 학생 지원 서비스)
- 약물 사용 및 관련 행위에 대한 경고 신호 및 결과 (예, 도박 중독)
- 스트레스가 주는 영향, 스트레스 해소 전략, 정신 건강을 돌보는 방법 (예, 신체적으로 활동하기)
- 자신을 보호하고 잠재적인 위험상황을 인지하고 피하는 방법
- 건강한 식생활 그리고 음식 재료 및 영양소, 요리 방법, 분량 등 요소를 고려하여 식단 선택 및 건강한 식생활 도모.