



학생 스포츠 역량 인증 검사도구 농구(Basketball)

종합 역량 (100점)



구분	등급	1 등급	2 등급	3 등급	4 등급	5 등급
총점		80~100	60~79	40~59	26~39	0~25

볼핸들링 (25점)

등급	남	여
1등급	5개	5개
2등급	4개	4개
3등급	3개	3개
4등급	2개	2개
5등급	1개	1개

○ 기술 수행 방법

Mission 1	양팔을 펴서 위로 올린 상태로 양 손가락을 이용해 농구공을 번갈아 톱질
Mission 2	양손을 이용해 머리 주위로 농구공을 돌림 (농구공이 머리 위로 가면 경고 1회 후 2회부터는 실패로 간주함.)
Mission 3	양손을 이용해 허리 주위로 농구공을 돌림
Mission 4	양손을 이용해 무릎 주위로 농구공을 돌림
Mission 5	양손을 이용해 무릎 사이로 통과하여 농구공을 8자 모양으로 돌림

○ 측정 및 평가

- '시작' 신호와 함께 미션을 실시하여 주어진 시간 안에 20회를 실시
- 각 Mission에서 공을 떨어뜨리지 않고 연속해서 20개 이상 실시하면 성공으로 인정
- 초·중·고등학교(남·여 구분 없음) : 각 미션별 초등학교 30초, 중학교 25초, 고등학교 20초(이때, Mission 1~5까지 실시 순서는 상관없음.)



패스(체스트 패스)



패스 (25점)

등급	남	여
1등급	5개	5개
2등급	4개	4개
3등급	3개	3개
4등급	2개	2개
5등급	1개	1개

○ 패스 시도 거리

- 초등학교(남·여 구분 없음): 엔드라인으로부터 3M 지점(neutral zone)
- 중학교(남·여 구분 없음): 엔드라인으로부터 3.85M 지점
- 고등학교(남·여 구분 없음): 엔드라인으로부터 4.7M 지점

○ 측정

- 신호와 함께 정해진 거리에서 백보드를 향해 체스트 패스 5회
- 백보드 타겟을 정확하게 명중(백보드에 맞지 않거나 체스트 패스 이외의 자세로 실시할 경우 1회당 -1점 처리)

드리블 레이업 (25점)

등급	남	여
1등급	5개	5개
2등급	4개	4개
3등급	3개	3개
4등급	2개	2개
5등급	1개	1개

○ 시작 방법 : 3점 라인 기준 시작

- 3점 라인에서 시작하여 개인 수준에 맞는 Mission 선택 후 드리블 레이업 실시

Mission 1	드리블 레이업
Mission 2	체인지 드리블 후 레이업
Mission 3	플고 레이업(스핀무브)
Mission 4	레그스루 후 레이업
Mission 5	비하인드백 후 레이업

○ 측정

- 3점 라인에서 1단계~5단계 드리블과 레이업 5회 실시
- 정해진 단계에 맞는 드리블과 레이업 순서대로 실시
- 초등학교(남·여 구분 없음): Mission 1단계~5단계 중 2가지 이상 선택
- 중학교(남·여 구분 없음): Mission 1단계~5단계 중 3가지 이상 선택
- 고등학교(남·여 구분 없음): Mission 1단계~5단계 중 4가지 이상 선택

드리블 레이업 Mission 5 - 비하인드 백 드리블 & 레이업



슛(스텝슛&자유투)



슛 (25점)

등급	남	여
1등급	5개	5개
2등급	4개	4개
3등급	3개	3개
4등급	2개	2개
5등급	1개	1개

○ 슛 시도 거리

- 초등학교(남·여 구분 없음): 엔드라인으로부터 3.85M 지점
- 중학교(남·여 구분 없음): 엔드라인으로부터 4.7M 지점
- 고등학교(남·여 구분 없음): 자유투 라인 5.8M 지점

○ 측정

- 3점 라인을 따라 이동 후 학교급별 정해진 거리에서 공을 머리 위 높이까지 먼저 떨어 지는 공을 캐치하여 완투 스텝 후 슛(오른쪽 1회·왼쪽 1회)
- 학교급별 정해진 거리에서 자유투 3회