초등 / 초특 위재권 모바일 / 동영상강의 www.wesaem.co.kr





위재권 편저

# 실과 이 책의 특징

- 1 · 내용 체계표 + 교과서 연계
- 2 · 성취기준 + 교과서 연계
- 3 · 실습과 관련된 큐알코드 제시
- 4 · 검정 지도서 각론 교수 · 학습 보충자료 완벽 분석

## 체육 이 책의 특징

- 1 · 내용 체계표 + 교과서 연계
- 2 · 성취기준 + 교과서 연계
- 3 · 검정 지도서 각론 완벽 분석

초등 · 초등특수 교사임용시험 대비

각론편 [2015개정]

실과·체육 지도서 각론 구조화



# 실과 5 - 6 각론 뽀개기

- 1. 내용 체계표 + 교과서 연계
- 2. 성취기준 + 교과서 연계
- 3. 실습과 관련된 큐알코드 제시
- 4. 검정 지도서 각론 교수 · 학습 보충자료 완벽 분석

## 가정생활과 식품 안전

## ● 내용 체계 / 성취기준

### ● 내용 체계

영역	핵심 개념	일반화된 지식	내용 요소
			초등학교(5~6학년)
가정생활과 안전	생활 문화	의식주 생활 수행의 실천 역량을 갖추는 일은 창의적인 가정생활 문화를 형성하기 위한 기초이다.	<ul> <li>균형 잡힌 식생활</li> <li>식재료의 특성과 음식의 맛</li> <li>옷 입기와 의생활 예절</li> <li>생활 소품 만들기</li> </ul>
	안전	개인과 가족의 안전한 삶을 위협하는 요소를 예방·대처할 수 있는 능력과 태도는 가정생활의 건강함과 질을 향상시킨다.	· 안전한 옷차림 · 생활 안전사고의 예방 · 안전한 식품 선택과 조리

### ● 성취기준

[6실02-05] 바느질의 기초를 익혀 간단한 수선에 활용한다.

[6실02-06] 간단한 생활 소품을 창의적으로 제작하여 활용한다.

[6실02-09] 안전과 위생을 고려하여 식사를 선택하는 방법을 탐색하고 실생활에 적용한다.

[6실02-10] 밥을 이용한 한 그릇 음식을 위생적이고 안전하게 준비·조리하여 평가한다.

## ❸ 생활 소품 만들기

### ● 손바느질을 배워 간단한 수선을 해 볼까요?

손바느질은 바늘과 실을 이용하여 손으로 직접 옷감을 꿰매는 활동입니다. 손바느질을 배우면 옷의 솔기가 터지거나 단추가 떨어졌을 때 간단하게 수선할 수 있어 의생활 문제를 스스로 해결할 수 있습니다. 또 나와 가족에게 필요한 생활 소품을 창의적으로 계획하여 직접 만들 수도 있습니다.

# · 안전하게 바느질해요!

바느질할 때 아래와 같은 점을 주의하세요.

① 가위와 쪽가위



가위를 다른 사람에게 건넬 때는 손잡이 부분 을 상대방에게 향하게 합니다. 또 끝이 뾰족한 쪽가위는 사용한 뒤 반 드시 뚜껑을 닫아 보관 합니다.

#### 길 비눌



바느질할 때는 바늘 끝 이 옆 사람을 향하지 않 도록 조심합니다. 사용 하지 않는 바늘은 반드 시 바늘꽂이나 실패 등 에 꽂아 둡니다.

## ❷ 생활 소품 만들기

#### ● 옷이나 생활 소품은 어떻게 만들어질까요?

우리가 입는 옷이나 가방, 모자와 같은 생활 소품은 대부분 직물이나 편물로 만들어집니다. 직물은 가로 방향의 씨실과 세로 방향의 날실을 여러 가지 방식으로 교차해 만든 옷감이고, 편물은 뜨개실을 대바늘이나 코바늘 등으로 엮어만든 옷감입니다.

옷이나 생활 소품은 직물을 용도에 맞게 잘라 바느질하여 만들거나 편물을 뜨개질로 엮어 만듭니다.

## 옷이나 생활 소품이 만들어지는 방법





뜨개실로 코를 계속 엮어 옷이나 생활 소품을 만들 수 있습니다.

## ❹ 생활 소품 만들기

### ● 의복은 어떻게 만들어질까요?

바느질 도구를 이용해 만든 의복과 소품 등은 직물이나 편물로 되어 있습니다. 직물은 일반적인 옷감을 가리키고, 편물은 뜨개질하여 만든 것을 말합니다.

의복을 만들 때에는 입는 사람을 고려하여 옷감을 선택한 후, 치수를 재고 본뜨기를 합니다. 옷본을 이용하여 천을 마름질하고, 봉제하는 작업을 거쳐 의복을 완성합니다. 완성된 의복은 입는 사람에게 편안함과 만족감을 줄 수 있어야 합니다.

- ① 계획하기 : 옷을 입을 사람의 체형, 움직임, 특성 등을 고려하여 어떤 옷을 만들지 생각합니다.
- ② 디자인하기 : 옷감의 소재를 정하고 디자인합니다.
- ③ 치수 재기와 마름질하기 : 옷을 입을 사람의 치수를 재고, 옷본을 뜹니다. 그에 맞게 옷감을 자릅니다.
- ④ 시침바느질하기 : 임시로 듬성듬성 바느질하여 대략적인 옷 모양을 맞춥니다.
- ⑤ 보정하기 : 옷을 입을 사람의 몸에 시침바느질 한 옷감을 대어 잘 맞는지, 수정할 부분은 없는지 확인합니다.
- ⑥ **봉제하기** : 재봉틀을 이용하거나 손으로 바느질하여 옷을 완성합니다.

## ❷ 생활 소품 만들기 - 단추달기

## 손바느질의 기초

손바느질에는 홈질, 시침질, 박음질 등이 있습니다. 바늘을 실에 꿰어 시작 매듭을 지은 뒤 용도에 맞는 바느질을 하고, 끝매듭을 짓습니다.

## 실 꿰기와 시작매듭 짓기



한 손으로 바늘을 잡고, 다집게손가락에서 실을 한업지손가락과 집게손가락접 집게손가락을 빼면서 실을 른 손으로 실을 잡아 바늘 귀로 통과시킵니다.



번 감아 돌립니다.



을 비벼 실이 돌돌 말리도 록 합니다.

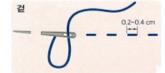


훑어 내립니다.

## 2 바느질하기

바늘을 옷감의 겉과 안으로 고 르게 움직여 촘촘하게 꿰매는 ·바느질입니다.







## 시침질

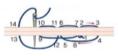
옷감을 임시로 고정하기 위해 듬성듬성 꿰매는 바느질입니다.







바늘땀을 뒤로 되돌려 다시 떠서 튼튼하게 꿰매는 바느질입니다.







## 📵 끝매듭 짓기



● 옷감 안쪽에서 바늘을 빼낸② 실을 바늘에 2~3회 감아③ 옷감 가까이에 매듭이 지④ 매듭에서 실을 약간 남기 뒤 실 뒤에 바늘을 댑니다.



돌립니다.



어지도록 감은 실을 누르 면서 바늘을 뺍니다.



고 자름니다.

## 단추 달기

옷을 입거나 생활 소품을 사용하다 보면 단추가 떨어지거나 솔기가 터질 수 있습니다. 이때 떨어진 단추는 손바느질로 간단하게 수선할 수 있습니다.



단추를 달 위치의 안쪽에 서 바늘을 겉으로 빼내 단 춧구멍을 통과시킵니다.



② 단추와 옷감 사이의 실이 느슨한 상태에서 3~4회 단춧구멍을 통과시킵니다.



바늘을 겉으로 빼낸 뒤 실 을 5~6회 감아 실기둥을 만듭니다.



₫ 바늘을 옷감의 안쪽으로 보내고 끝매듭을 짓습니

앞에서 배운 기초 바느질과 단추 달기를 이용하여 바늘꽃이를 만들어 봅시다.

준비물: 부직포 2장(가로 18 cm×세로 8 cm 1장, 가로 13 cm×세로 6 cm 1장), 바늘, 실, 단추, 가위 등



2장의 부직포를 책 모양으로 겹친 뒤 가운데 부분을 홈질합니다.



② 단추를 달고 맞은편에 가위로 단 춧구멍(단추 지름 +0.2 cm)을 잘



② 완성된 바늘꽂이에 바늘과 시침 핀을 꽂아 사용합니다.

가위를 사용할 때 손을 다치지 않도록 주의합니다.

• 바늘과 시침 핀을 잃어버리면 생각지도 않은 곳에서 나와 찔릴 수 있으니 주의합니다.



## ❸ 생활 소품 만들기



## 솔기가 터졌을 때 수선해 보기

옷감을 맞대어 꿰매었을 때 생기는 선인 솔기는 옷을 입고 큰 동작을 하거나 장애물에 걸렸을 때 터질 수 있습니다. 손바느질로 터진 솔기를 수선해 봅시다.





## 수선하기







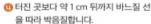
솔기가 터진 곳의 실밥을 정리합니다.

라느질 선에서 0.2 cm 바깥쪽에 시침

용감과 비슷한 색의 실로 터진 곳보다 약 1 cm 앞에서부터 바느질 선을 따라 박음질합니다.











(b) 시침실을 제거합니다.



수선을 완성한 모습입니다.



⑤ 매듭을 지은 뒤 실을 자릅니다.



- 솔기가 터진 곳에서 앞뒤로 약 1 cm 이상 바느질했나요?
- 옷의 바느질 선에 맞추어 바느질했나요?
- 튼튼하게 박음질했나요?
- 사용한 바느질 도구를 잘 정리했나요?

## 간단한 생활 소품을 창의적으로 만들어 볼까요?

우리는 손바늘, 대바늘, 코바늘, 재봉틀 등 다양한 바느질 도구로 만들 어진 생활 소품들을 사용합니다. 이와 같은 생활 소품을 직접 만들면 용 도에 맞게 창의적으로 구상할 수 있고, 나만의 개성을 살릴 수 있습니다. 또 세상에 하나뿐인 소품을 만든다는 보람과 즐거움을 느낄 수 있습니다. 이렇게 만든 생활 소품은 직접 사용하거나 친구, 가족, 이웃에게 선물하 여 나눔을 실천할 수 있습니다.

계획하기, 준비하기, 제작하기, 뒷정리하기의 순서에 따라 생활 소품 을 창의적으로 만들어 봅시다.

다양한 바느질 도구를 활용하 만들어 활용할 수 있습니다.



손바늘, 대바늘, 코바늘로 만들어진 생활 소품에는 무 엇이 있는지 알아봅시다.





맞춰 본을 뜨고 옷감을 마름질합니다.

생활 소품을 만듭니다.

## 생활 소품 만들기





## ● 생활 소품 만들기



