

2026학년도

# 스포츠 한마당 운영 계획



2026. 5. 15.

서울공연예술고등학교  
<http://www.sopa.hs.kr>

## 1. 목적

- 가. 운동 경기를 통하여 신체의 생리적 효율성을 높이고, 심리적 안정성을 유지시키며 건강을 증진시킨다.
- 나. 풍요로운 삶을 향유 할 수 있는 체육 문화를 발달시킨다.
- 다. 단체 경기의 참여를 통하여 학급의 일원임을 자각하고, 자기표현 욕구를 충족시켜 서로 협동하고 신뢰하며 운동을 가치 있게 여기는 태도를 기른다.
- 라. 승패를 떠나 자율적인 태도로 협동 단결하는 선의의 경쟁을 함으로써 건전한 정신을 함양하고 경기장 질서를 잘 지키는 건전한 청소년으로 육성하기 위하여 스포츠 경기를 실시한다.

## 2. 일정 및 방침

- 가. 일 시 : 2026년 5월 15일 (금) 08:30 - 16:30
- 나. 장 소 : 본교 운동장 및 체육관(우천 시 연기)
- 다. 대 상 : 전교생 및 전 교직원, 교육 실습생(이하 “교생”)
- 라. 담당 교사 : 곽정호, 김규현, 황민우
- 마. 실시 종목

- 1) 단결력과 협동심을 기르기 위한 단체경기 위주로 계획 한다.
- 2) 체육수업과 연계한 육상종목인 계주와 줄다리기, 단체종목인 단체줄넘기, 에어기차 릴레이, 파도타기, 4방 피구, 판 뒤집기, 바람 잡는 특공대, 희망 충전, 단체 OX 퀴즈 등 다양한 종목을 고안하여 실시 한다.

### 바. 운영방법

단결력과 협동심을 길러주기 위해 각 과별 대항 경기로 진행하고, 종합 점수제로 실시하여 학생들의 흥미를 유발함과 동시에 1인 2종목 이상의 참가를 원칙으로 하여 전원이 경기에 임할 수 있도록 한다.

- 1) 학생과 교사의 의견을 수렴하여 계획하여 실시한다.
- 2) 학생의 희망에 따라 자율적인 참여를 유도한다.
- 3) 과별 대항으로 실시한다.
- 4) 학생, 교사가 함께 참여하는 행사가 되도록 한다.
- 5) 질서가 유지되고, 깨끗한 환경이 되도록 한다.
- 6) 재활용 도구를 사용하며 쓰레기양을 최소화한다.
- 7) 담임교사는 양호가 필요한 학생 및 응급환자 관리에 보건실의 협조를 얻고, 안전사고에

만전을 기한다.

8) 해당 업무 담당 교사는 각자의 업무분장을 확인하여 안전하게 진행되도록 한다.

### 3. 안전관리 계획

가. 경기운영에 있어 학생들이 다치는 일이 없도록 만전을 기한다.

나. 각 종목 경기 시작 전에 항상 준비운동을 하고 시작하도록 한다.

다. 경기 당일 참가 학생이 경기에 임할 수 없는 경우 대체 학생이 출전한다.

라. 경기 중 환자 발생 시 반드시 보건실에서 응급처치를 받도록 한다.

### 4. 세부 운영계획

시간	소요 시간	운동장		체육관	
		팀	종목	팀	종목
09:00 - 12:00	180 분	VS	에어기차 릴레이 (5인 1조)	VS	파도타기 (주자 6인 선발)
		VS	에어기차 릴레이 (5인 1조)	VS	파도타기 (주자 6인 선발)
		전체과 동시 진행	단체줄넘기 (줄 돌리기 2인, 줄넘기 8인)	VS	판 뒤집기 (팀당 40명)
				VS	판 뒤집기 (팀당 40명)
		전체과 동시 진행	4방 피구 (팀당 30명)	VS	바람 잡는특공대 (팀당 40명)
				VS	바람 잡는특공대 (팀당 40명)

12:00 - 13:00	60분	<b>점심시간</b>		3학년 12:00
				2학년 12:10
				1학년 12:20
시간	소요시간	내용	장소	
13:00 - 13:20	20분	희망 충전(토너먼트/ 과별 50인 선발)	운동장	
13:20 - 14:00	40분	줄다리기(토너먼트/ 과별 60인 선발)		
14:00 - 14:20	20분	장애물 계주(4구 터널, 과별 남학생 2명, 여학생 2명 선발)		
14:20 - 14:40	20분	단체 OX 퀴즈		
14:40 - 15:00	20분	행사 종료/ 청소 및 정리 (관리 및 감독: 학과장 선생님)		

※ 행사 종료 후, <별첨 1>에 따라 각 과별로 배정된 곳을 청소 및 정리한다.

※ 각 종목별 남·여학생 비율은 [종목별 경기 세부 사항]을 참고한다.

## 5. 종목별 경기 세부사항

### 가. 에어기차 릴레이

#### 1) 선수 구성

- 각 과의 전체 학생이 5인 1조 구성, 5개의 조 참여

	남학생 수	여학생 수
1조	2	3
2조	2	3
3조	2	3
4조	2	3
5조	2	3

- 5개 조 구성 시

#### 2) 경기 방법

- 사다리 모양의 에어바운스가 바톤이 되어 5명의 인원이 한 칸에 한 명씩 들어간다.
- 시작 신호와 함께 장애물 달리기를 하고 먼저 출발선으로 돌아오는 팀이 승리한다.

### 나. 파도타기

#### 1) 선수 구성

- 각과 주자 6명(남학생 2명, 여학생 4명) 선발, 주자 6명을 제외한 각 과 전체 학

생, 교사 및 교생 1명(맨 앞줄에 위치)

## 2) 경기 방법

- 2인 1조로 총 3개 조가 파도타기 릴레이 주자가 되며, 나머지 인원은 2열 종대로 정해진 자리에 위치한다.
- 출발 신호 후 주자(한 조씩)가 출발하여 반환점을 돌아 다음 주자들에게 파도타기 봉을 전달한다(총 3개 조 릴레이). 주자가 반환점을 향할 때는 주자 외 선수들이 제자리에서 봉을 뛰어넘고, 주자가 돌아올 때는 고개를 숙여 봉을 머리 위로 이동 시킨다.
- 마지막 조가 긴봉을 운반한 후 도착(출발)지점으로 돌아오는 순서대로 결과를 기록한다.

## 다. 단체줄넘기

### 1) 선수 구성

- 각 과 줄 돌리는 인원 2명, 줄 넘는 인원 8명으로 구성
- 줄을 돌리는 선수는 신장이 큰 남학생을 추천한다.

### 2) 경기 방법

- 선수 중 2명이 줄을 돌리고 줄 넘는 선수 중 누구도 걸리지 않고 가장 많이 줄을 넘은 팀이 승리한다.

## 라. 판 뒤집기

### 1) 선수 구성

- 각 과의 대표 학생 40명(남학생 15명, 여학생 25명)

### 2) 경기 방법

- 과별 대항 토너먼트로 진행한다.
- 대항 대열로 도열 하여 준비한다. 두 반 사이에는 양면이 다른 색깔로 되어있는 판이 배치 되어있다.
- 사회자의 호각에 맞춰 자신의 반이 부여받은 색깔이 보이게 판을 뒤집는다.
- 사회자의 호각에 경기는 종료되며, 더 많은 색깔이 보이도록 뒤집은 반이 승리한다.

## 마. 사방피구

### 1) 선수 구성

- 각 과의 대표 학생 30명(남학생 10명, 여학생 20명)

### 2) 경기 방법

- 수비팀과 공격팀으로 나누어 경기장에 대기한다.

- 시작과 동시에 공격수는 네 방향에서 자유롭게 패스하거나 수비수를 향해 공을 던진다.
- 제한 시간 종료 후 안쪽에 남은 수비 인원이 많은 팀이 승리한다.

## 바. 바람 잡는 특공대

- 1) 선수 구성
  - 각 과의 대표 학생 40명(남학생 15명, 여학생 22명, 담임교사 및 교생 3명)
- 2) 경기 방법
  - 과별 전체가 실시하나 학년별 연합팀으로 진행한다.
  - 대형 천으로 바람을 가두는 경기로 더 높게, 더 오래 바람을 가두는 순서대로 순위를 기록한다.

## 사. 희망총전

- 1) 선수 구성
  - 각 과의 대표 학생 50명(남학생 15명, 여학생 35명)
- 2) 경기 방법
  - 각 팀의 기둥을 세워두고, 제한된 시간 내에 더 많은 볼풀을 기둥 안에 넣는 팀이 승리한다.

## 아. 줄다리기

- 1) 선수 구성
  - 각 과별 60명(남학생 15명, 여학생 45명)
- 2) 경기 방법
  - 각 팀의 출전 선수의 인원이 같도록 맞춘다.
  - 두 팀이 양쪽으로 줄을 잡아당겨 상대를 자기 쪽으로 끌어당긴다. 줄의 가운데 기준점이 승패선(땅의 기준점)을 넘어가는 팀이 승리한다.

## 자. 장애물 계주(4구 터널)

- 1) 선수 구성
  - 각 과별 선발 4명(남학생 2명, 여학생 2명)
- 2) 경기 방법
  - 바톤을 들고 진행, 장애물을 넘으며 계주를 진행한다.
  - 마지막 순서의 계주가 가장 먼저 출발선으로 들어오는 팀이 승리한다.

## 차. 단체 OX 퀴즈

### 1) 선수 구성

- 각 과의 전체 학생, 전체 교사 및 교생

### 2) 경기 방법

- 사회자가 퀴즈를 제시하고 학생들은 자신이 맞다고 생각하는 곳(O 또는 X)로 이동한다.
- 마지막으로 남은 학생이 우승한다.
- 결과에 따라 개별 시상을 진행한다(6. 예산집행, 나.2) 참고).

※ 문제 소진 시 남은 학생들에 한하여 상품(상품권) 수여(10명 이내)

## 7. 기타사항

- 가. 학교 행사 운영으로 인해 수업이 진행되지 않으므로 학생들은 운동장 및 강당에서의 행사에 참여한다.
- 나. 교실 또는 실기실로 올라가 있는 학생이 없도록 담임교사는 운동장과 교실을 순회 지도하며, 학과장은 당일 실기실 문을 잠글 수 있도록 한다.
- 다. 정·후문 입장 지도는 <별첨 2>에 따르도록 한다.
- 라. 담임교사에게 확인받은 외출 및 조퇴증을 소지한 학생만 학교 밖으로 나갈 수 있도록 한다.
- 마. 행사 당일에는 체육복, 생활복 및 과티를 착용하고 등교할 수 있다.
- 바. 스포츠한마당 전날 학생회는 학교 주변 주택가에 협조문을 부착하고, 스포츠한마당 종료 후 부착물을 제거한다. 협조문은 <별첨 4>을 참고한다.

### <별첨 1>

#### □ 행사 후 반별 청소 및 정리 구역

장 소	청소 및 정리 내용	배정 학급	관리 감독
운동장	쓰레기 줍기 및 주변 정리	실용음악과 실용무용과	학과장
강 당	쓰레기 줍기 및 주변 정리	연극영화과 무대미술과	학과장

<별첨 2>

정·후문 입장 지도 배치도

시 간	정문	후문
09:00-09:30	박경민, 성스런	이경선, 전민재
09:30-10:00	최윤정, 공주현(교생)	조제호, 최동기
10:00-10:30	오나경, 여혜원(교생)	송지수, 유현수(교생)
10:30-11:00	송현주, 고가연	최병현, 윤정희(교생),
11:00-11:30	우재완, 김솔비(교생)	박은송, 홍소리(교생),
11:30-12:00	정상혁, 천수정(교생)	김영경, 황규영
12:00-12:30	김예원, 권은주	이채안, 박은비
12:30-13:00	김동진, 손태영(교생)	김혜은, 조수아(교생)
13:00-13:30	김선희, 윤주희	정성위, 서현숙
13:30-14:00	채정민, 염채원(교생)	한창희, 김완곤
14:00-14:30	김지호, 유혜란	김사라, 박정은
14:30-15:00	김면철, 안주영(교생)	박천길, 안향미

1. 체육과 교사, 보건교사 및 학생회 담당 교사는 입장 지도에 배제함.
2. 담임교사 확인이 들어간 조퇴증 및 외출증이 없으면 나갈 수 없음을 미리 공지한다.

<별첨 3>

▣ 학생회 도우미 명단 및 역할

종목	학번	이름	관리지도	역할분담	위치
에어기차 릴레이, 파도타기, 단체출범기	20328	김성현	유현수(교생) 이혜원(교생) 김솔비(교생)	현장 운영 지원 질서유지	당일 체육교사의 지도에 따라 필요한 곳에 배치 예정
	10206	서채연			
	20123	조예원			
	10225	배연호			
	20103	고서은			
10228	윤준수				
판뒤집기, 4방 피구, 단체 OX 퀴즈	20207	김주연	염채원(교생) 공주현(교생) 홍소리(교생)	현장 운영 지원 질서유지	
	10311	양가현			
	20213	박지안			
	10332	한상호			
	20333	이운오			
10408	김하은				
줄다리기 희망 충전, 장애물 계주	20331	신재윤	윤정희(교생) 안주영(교생) 손태영(교생)	현장 운영 지원 질서유지	
	10414	박신해			
	20404	강다민			
	10504	김고은			
	20412	박서정			
10509	김서윤				
바람잡는 특공대	20417	이수진	천수정(교생) 조수아(교생)	현장 운영 지원 질서유지	
	10526	황지원			
	10510	김세아			
	20420	최정민			
	10615	유지아			
	10625	김승기			
	20433	장기주			
	10707	김소민			
10708	김시원				

연락책	20510	노지민	경기 결과 작성 및 본부 보고	당일 체육교사의 지도에 따라 필요한 곳에 배치 예정
	20528	허유주		
	20629	평은서		

본부	20632	박정후	과 대표에게 전달 사항 전달	본부석 위치
	20433	장기주(회장)	대진 결과 작성	
	20630	김진환(부회장)		

□ 학교 주변 주택가 협조문

## 서울공연예술고등학교 스포츠한마당 개최에 따른 소음 관련 협조 안내문

안녕하십니까?

항상 서울공연예술고등학교 교육 활동에 관심과 이해를 보내주시는 지역 주민 여러분께 감사의 말씀을 드립니다.

2026년 5월 15일 금요일, 본교에서는 학생들의 건강 증진 및 화합을 위한 ‘스포츠 한마당’을 개최할 예정입니다.

행사 당일 오전 9시부터 오후 3시까지 마이크 사용 및 학생들의 경기 진행 및 응원 등으로 인해 다소 소음이 발생할 수 있는 점 미리 양해의 말씀 드립니다.

저희 학교 교직원 모두는 행사 진행 시 최대한 소음을 줄이고 질서를 유지하도록 노력하겠습니다. 불편하시더라도 학생들의 건강한 성장과 교육 활동의 일환으로 여기시어 너그럽게 이해해 주시기를 부탁드립니다.

앞으로도 지역 사회와 더불어 조화롭게 성장하는 서울공연예술고등학교가 되도록 최선을 다하겠습니다.

감사합니다.

서울공연예술고등학교

## 과별 경기 참가 신청서

경기 종목	인원	성별 비율	선수명단 ex, (학번) , 이름 ex, (10111) , 서공예
에어기차 릴레이	5인 1조 X 5조  25명	각 조는 남학생 2명 여학생 3명	1학년 :  2학년 :  3학년 :
파도타기	주자 6명 과별 전체 학생 및 교사	주자 남학생 2명 여학생 4명	1학년 :  2학년 :  3학년 :  교 사 및 교생 : 각 과에 1명 맨 앞줄에 위치
단체 줄넘기	10명 (줄 돌리기 2명, 줄 넘기 8명)	남학생 4명 여학생 4명 (줄 돌리기 남학생)	1학년 :  2학년 :  3학년 :  교 사 및 교생 :

판 뒤집기	40명	남학생 15명 여학생 25명	1학년 :  2학년 :  3학년 :
4방 피구	30명	남학생 10명 여학생 20명	1학년 :  2학년 :  3학년 :
바람잡는 특공대	40명	남학생 15명 여학생 22명 교 사 3명	1학년 :  2학년 :  3학년 :  교 사 및 교생 :
희망충전	50명	남학생 15명 여학생 35명	1학년 :  2학년 :  3학년 :

줄다리기	60명	남학생 15명 여학생 45명	1학년 :  2학년 :  3학년 :
장애물 계주	주자 4명	남학생 2명 여학생 2명	1학년 :  2학년 :  3학년 :

( )과 ※

모든 종목에 참가 선수가 골고루 편성 할 수 있도록 작성해 주시기 바랍니다.

※ 0 X 퀴즈는 전교생 참여

※ 최대한 1인 2종목(0 X 퀴즈 포함)을 참여할 수 있도록 지도 부탁드립니다.

※ 경기 당일 주전 및 후보선수가 불가피하게 참여가 어려운 경우, 같은 학년의 대체선수가 출전한다. 대체선수 발생 시 각 과 대표는 경기 당일 오전 8시 30분까지 체육 선생님과 학과장 선생님께 말씀드린다.

※ 작성 후 5월 11일 (월)까지 황민우 체육 선생님에게 제출해 주시길 바랍니다.

※ 학과장 선생님께서는 과별 경기 참가 신청서를 1부 복사 후 체육대회 당일에 지참하시어 빠른 진행이 이루어질 수 있도록 협조해 주시길 바랍니다.

위의 내용과 같이 과별 경기 참가 선수명단을 확인합니다.

학과장 : (인)

□ **종목별 대진표**

▣ **에어기차 릴레이 - 운동장**

1경기  
(오전 9시 시작)

2경기  
(오전 9시 30분 시작)

▣ **파도타기 - 강당**

1경기  
(오전 9시 시작)

2경기  
(오전 9시 30분 시작)

▣ **단체 줄넘기 - 운동장(4개 학과 동시 진행)**

1경기  
(오전 10시 시작)

2경기  
(오전 10시 30분 시작)

동시 진행

동시 진행

동시 진행

동시 진행

▣ 판 뒤집기 - 강당

1경기  
(오전 10시 시작)

2경기  
(오전 10시 30분 시작)

▣ 사방피구 - 운동장(4개 학과 동시 진행)

1경기  
(오전 11시 시작)

2경기  
(오전 11시 30분 시작)

동시 진행

동시 진행

동시 진행

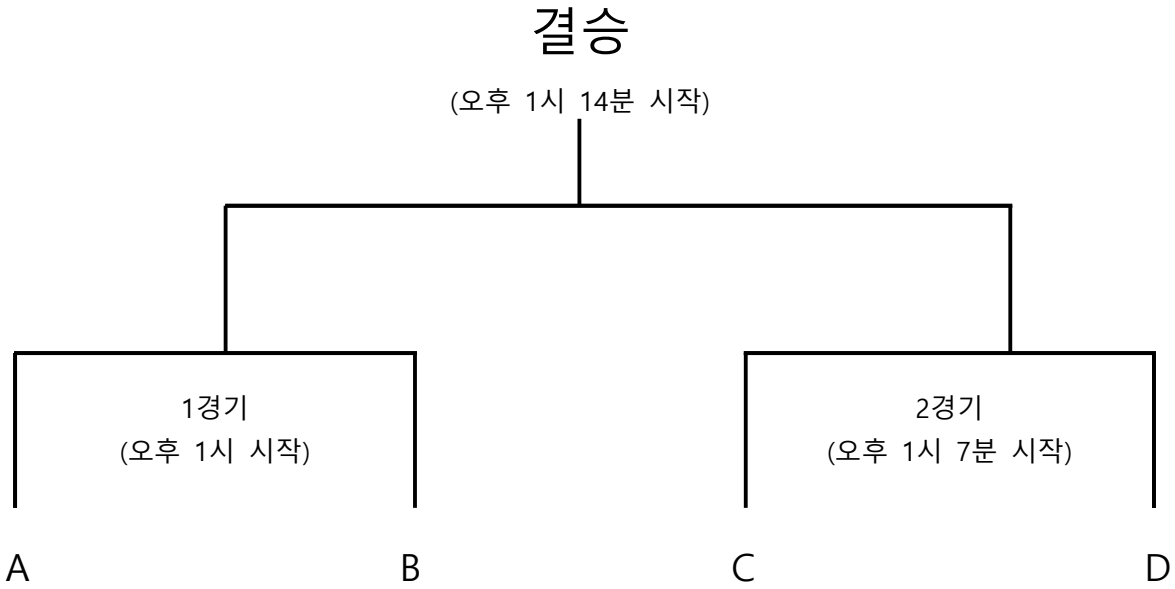
동시 진행

▣ 바람잡는 특공대 - 강당

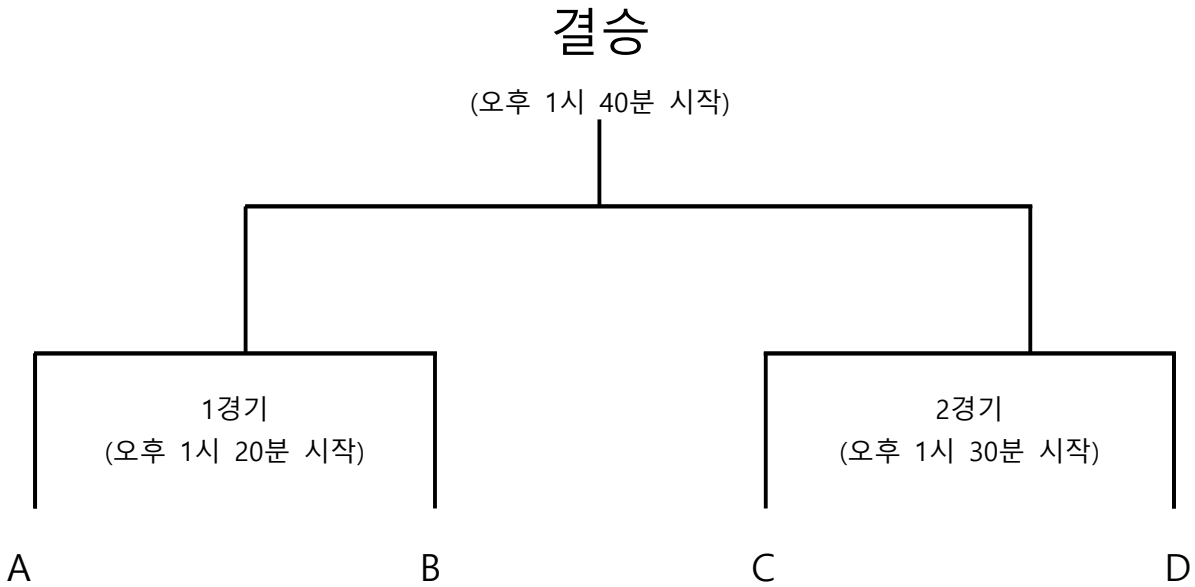
1경기  
(오전 11시 시작)

2경기  
(오전 11시 30분 시작)

▣ 희망충전 - 운동장



▣ 줄다리기 - 운동장



※ 대진표의 경기 시작시간은 행사 진행 상황에 따라 달라질 수 있습니다.

※ 대형 바톤 경보 계주, 단체ox 퀴즈는 모든 과가 동시에 운동장에서 참여합니다(3페이지-세부 운영 계획 참고).