

동계 방학 중 학생 안내 사항

1. 방학 기간 : 2023.1.5.(목) ~ 2023.2.28.(화)<55일간>

2. 개학일 : 2023.3.2.(목)

※ 등교일에는 복장 및 두발을 단정히 하고 등교하기

3. 생활 지침(보람차고 건전하게 방학 보내기)

- 가. 스스로 생활계획을 세워 규칙적인 생활을 하여 경험을 넓히고 보람찬 방학이 되도록 한다.
- 나. 여러 활동으로 취미, 소질 적성을 키우며 일기를 쓰고 보람된 생활을 한다.
- 다. 배운 내용을 철저히 복습하고 과제는 매일 조금씩 성실히 실천하는 습관을 갖는다.
- 라. 외출할 때에는 부모님께 미리 허락을 받고 행선지와 연락처를 반드시 알려 드린다.
- 마. 부모님께 효도하고 예절을 생활화한다.
- 바. 장거리 여행 시에는 담임선생님이나 학교에 사전 신고한다.
- 사. 학생 사고 발생 시는 즉시 담임선생님과 학교에 연락한다.
- 아. 봉사활동, 현장 체험 학습으로 여가를 선용하여 보람을 느낄 수 있도록 한다.

4. 봉사활동 지도

- 가. 각자 학교 홈페이지 → 공지사항 → 개인봉사활동 계획 및 확인서를 출력하여 사용한다.
- 나. 계획서를 작성하여 담임선생님께 확인받고 해당 장소에 가서 봉사활동 후 확인서를 받는다.(계획서 없는 확인서는 무효)
- 다. 봉사활동 확인서를 제출할 때에는 기관장의 직인 또는 봉사활동 담당자의 부서와 직위가 명기된 고무인에 담당자가 사인한 것을 받아 개학 후 담임선생님께 제출한다.
- 라. 가능한 부모님과 함께할 수 있는 봉사활동 프로그램에 참여하도록 한다.
- 마. 코로나19로 인해 2022학년도 재학생은 봉사활동 이수 시간과 상관없이 봉사활동 점수를 만점(4점) 부여한다.

5. 방학 중 도서관 개방

- 가. 개관일 : 2023.1.25.(수) ~ 2023.2.28.(화)
- 나. 휴관일 : 2023.1.5.(목) ~ 2023.1.24.(화) 2주간
- 다. 주의사항 : 도서 반납 기일 절대 준수, 음식물 반입금지
- 라. 코로나19 관련 방역지침 및 도서관 공사에 따라 변동 가능 (변동 사항은 학교 홈페이지에 공지함)

6. 독서교육종합시스템

- 가. 독서교육종합시스템을 활용하여 독서 활동을 기록하기
- 나. 독서교육종합시스템 가입(홈페이지 <http://book.ice.go.kr>)

7. 학생 비행 및 탈선 예방

- 가. 청소년 출입 금지 업소에 가지 않는다.
- 나. 아르바이트를 하지 않는다.(미성년자 보호법 제2조)
 - 1) 만18세 미만자 유흥업소, 사행성 도박 업소 등에 취업 및 아르바이트를 하지 않는다.
 - 2) 만18세 미만자 야간 근로 행위 금지(주유소, 식당, 기타) - 근로기준법 18조
- 다. 흡연 및 약물 오남용의 유혹에 빠지지 않도록 한다.
- 라. 일찍 귀가하며 늦게 돌아다니지 않는다.
- 마. 공중도덕을 지키며 명예를 손상시키는 행동을 하지 않는다.
- 바. 인터넷 음란사이트 접속을 하지 않는다.

8. 겨울철 빙판 안전 수칙 및 폭설 시 행동 요령

- 가. 겨울 외출 시 장갑 필수
- 나. 눈이 오고 난 뒤 바닥이 넓은 운동화나 등산화 착용
- 다. 그늘진 곳은 눈이 잘 녹지 않아서 빙판길이 많으니 되도록 바닥을 잘 확인하고 조심스럽게 다니기

- 라. 스마트폰 하면서 걸지 않기, 길바닥을 살피며 걸기
- 마. 주머니에 손 넣지 않기, 계단 이용 시 난간 잡기
- 바. 횡단 보도에서 차량 정지 확인 후 이동하기

9. 화재 발생 시 안전교육

- 가. 불을 발견하면 '불이야' 하고 큰소리로 외쳐서 다른 사람에게 알린다.
- 나. 화재경보 비상벨을 누른다.
- 다. 엘리베이터는 절대 이용하지 않도록 하며 계단을 이용한다.
- 라. 아래층으로 대피가 불가능할 때에는 옥상으로 대피한다.
- 마. 낮은 자세로 안내원의 안내를 따라 대피한다.
- 바. 불길 속을 통과할 때에는 물에 적신 담요나 수건 등으로 몸과 얼굴을 감싸준다.
- 사. 대피한 경우에는 바람이 불어오는 쪽에서 구조를 기다린다.

10. 자전거, 오토바이 및 전동킥보드 안전교육

- 가. 자전거는 교통수단으로서 '차' 로 분류되어 그에 따른 교통법규를 준수해야 한다.
 - 나. 자전거는 운전자 자신 또는 다른 '차' 에 의해서 사고 당하기 가장 쉬운 수단이다.
 - 다. 반드시 안전모 등의 안전보호구를 착용해야 한다.
 - 라. 자전거 운전자가 지켜야 할 안전 수칙
 - 1) 피해 최소화를 위해 반드시 안전보호구를 착용해야 한다.
 - 2) 자전거를 항상 정상적으로 작동할 수 있도록 유지, 관리해야 한다.
 - 3) 위험을 미리 예측하여 대비하는 방어운전을 실천해야 한다.
 - 4) 도로상에서의 제반 규칙을 정확히 이해하고 이에 따르는 행동을 실천해야 한다.
 - 마. 오토바이 안전교육
 - 1) 오토바이는 현행법상 엄연한 '차' 로 분류되어 무면허·음주·난폭운전이 금지되어 있으며 특히 만16세가 되지 않으면 오토바이 면허 자체를 취득할 수 없으며 적발 시 무면허 운전으로 처벌 받는다.(원동기: 만16세 이상, 2종소형 : 만18세 이상)
 - 2) 중학생은 어떠한 경우에도 오토바이를 운행할 수 없다.
 - 바. 전동킥보드 안전 교육
 - 1) 운전면허가 있어야 개인형 이동장치 운전 가능
 - 2) 인명보호장구 미착용, 2인 이상 탑승 금지 등에 대해서는 과태료 또는 범칙금이 부과되고 만 13세 미만 어린이가 운전한 경우 보호자도 과태료 부과 대상
- * 특히 개인형 이동장치(PM)의 경우 사고 발생 시 치명적 결과로 이어지는 만큼 각별한 주의가 필요함

11. 학생 고충 신고 상담 전화 운영

- 가. 헬프 콜 청소년전화 : 1388(전문가와 상담 등 종합상담서비스 제공)
- 나. 학교 폭력 신고 상담전화 : 117(학교폭력피해자 긴급지원센터)

12. 학생 과제

과목	학년	과제
국어	1,2	희망 도서 1권 읽고 독서교육종합지원시스템에 독서감상문 쓰기
과학	1,2	과학 관련 도서 읽고 독후감 쓰기
수학	1	수업 시간에 배부한 복습학습지(1~8단원) 풀어오기
영어	1	2학년 영어 단어 예습(프린트)
수학	2	수업 시간에 배부한 복습학습지(1~7단원) 풀어오기
영어	2	3학년 영어 단어 예습
역사	2	한국사 관련 책 1권 읽기

	- 나눔과 배려를 실천하며 함께 성장하는 행복한 학교 - 가 정 통 신 문 교무실: 571-9907 / 행정실: 571-9901 http://gahyeon.icems.kr	교 훈 誠實
	2022학년도 동계 방학 생활 안내	

학부모님 안녕하십니까? 동계 방학이 곧 시작됩니다. 동계 방학 중에는 자녀들의 건강을 수시로 점검해주시고, 코로나19 및 호흡기 감염 예방 수칙을 잘 준수하여 자녀들이 건강하고 안전한 방학을 보낼 수 있도록 협조 부탁드립니다. 아울러 성폭력 예방 및 겨울철 건강관리에 관한 자료도 안내드리오니 가정에서도 함께 지도해주시기 바랍니다.

I 코로나19 등 호흡기 감염병 예방 안내

건강상태 자가진단	① 방학 중 건강상태 자가진단 일시 중지 (단, 방학 중 등교하는 경우 건강상태 자가진단 실시) * 자가진단을 하지 않더라도 매일 자신의 건강 상태 확인 및 관리 ② 코로나19 확진 시, 즉시 담임선생님께 연락 및 자가진단 앱 방역기관통보내역 등록하기
코로나19 등 호흡기 감염병 예방을 위한 수칙	① 발열·호흡기 증상이 있는 경우 다른 사람이 감염되지 않도록 가능한 접촉 피하기 ② 기침 예절 준수하기(기침이나 재채기 시 옷 소매나 휴지로 입과 코를 가리기) ③ 1일 3회(회당 10분) 이상 환기 ④ 손 씻기. 씻지 않는 손으로 눈, 코, 입을 만지지 않기 ⑤ 의심 증상이 있거나 감염이 우려되면 신속하게 병원 진료받기

II 동계 방학 중 건강관리

<p>1. 겨울철, 건강관리 10계명</p> <p>가. 적당한 실내온도 유지! → 18℃~22℃를 유지</p> <p>나. 실내 습도를 높이기 → 가습기를 사용하거나 실내에 젖은 수건들을 널어두기</p> <p>다. 창문 열고 환기 → 적어도 하루에 3회 이상 창문 열기(자연환기, 맞통풍)</p> <p>라. 손 자주 씻기</p> <p>마. 물 자주 마시기 → 겨울은 공기가 건조하므로</p> <p>바. 피부 보호하기 → 씻은 후에는 피부보습제를 바르기</p> <p>사. 규칙적인 생활하기</p> <p>아. 적당한 운동 → 적당히 꾸준히</p> <p>차. 족욕 또는 반신욕하기 → 전신의 혈액순환을 촉진함</p> <p>2. 방학은 건강을 점검할 수 있는 좋은 기회</p> <p>▶ 평소 반복되는 증상(두통, 어지럼증 등)이나 통증 등 건강상의 문제로 보건실을 자주 방문했었던 학생은 병원을 방문하여 정확한 진단 및 치료를 받습니다.</p> <p>▶ 건강검진결과(시력검사, 소변검사, 1학년 건강검진 등) 이상이 있었던 학생은 병원을 방문하여 정확한 검진 및 치료를 받습니다.</p> <p>▶ 구강 건강관리 - 치과 질환은 발생하면 치료 및 관리에 많은 시간을 요하므로 6개월 내지 1년에 한 번씩 주기적으로 치과 검진을 받아, 치아의 문제를 조기에 발견하고 관리하는 것이 바람직합니다.</p> <p>▶ 시력이 떨어진 학생은 안과 검진을 받도록 합니다.</p>	
--	---

III 동계 방학 중 안전관리 - 부모님과 함께하는 성폭력 예방수칙

☑️ 부모님도 성폭력 예방교육을 받아야 합니다.

아이들이 안전하게 보호받을 수 있도록 어른들이 먼저 성폭력 예방교육을 받아야 합니다.
강의를 듣거나 성교육 관련 책을 읽습니다.

☑️ 아이의 안전은 일상생활 속에서 이루어져야 합니다.

자녀의 등하굣길이나 학원 가는 길에 위험한 곳은 없는지 살펴주세요.
(방학 동안 학교 등교 시는 너무 이른 시간은 피하고, 하교 후에는 혼자 놀지 않게 합니다.)

☑️ 부모님의 세심한 관심이 성폭력 위험을 감소시킬 수 있습니다.

부모님이 관심을 가지고 살펴주시면 위험이 닳기 전에 상당 부분 막아줄 수 있습니다.
성폭력 가능성이 있는 사람과 아이를 홀로 두지 말고 부모가 먼저 방어해 주어야 합니다.

☑️ 아이는 'NO' 라고 말하기 힘듭니다.

아이가 가해자에게 NO라고 말하지 못한 것에 대해 아이의 잘못이라고 말하면 안 됩니다.
특히 친밀한 사람에 의한 성폭력일 경우 NO라고 말하기 힘들어 합니다.

☑️ 내 아이가 다른 친구에게 성폭력적인 가해자 행동을 하지 않도록 교육합니다.

외모나 사생활에 대한 지나친 간섭 및 불필요한 신체 접촉을 하지 않습니다.
신체 접촉이 필요한 경우는 반드시 허락을 구합니다.
상대방이 거부감을 나타냈을 경우 즉각 중지합니다.

★★ 성폭력 범죄자 신상정보 열람서비스 홈페이지 주소 <http://www.sexoffender.go.kr>

★★ 학교폭력·성폭력 신고 : 112 · 117

홈페이지 주소 : www.safe182.go.kr

2023. 1. 4.

인천가현중학교장

	- 나눔과 배려를 실천하며 함께 성장하는 행복한 학교 - 가 정 통 신 문 인성복지부(담당자 연락처: 032-628-0307) http://gahyeon.icems.kr	교 훈 誠實
	Wee클래스(학교상담실) 동계 방학 운영 안내	

학부모님 가정에 평안과 행복이 가득하시길 진심으로 기원합니다.

동계 방학을 맞이하여 본교 Wee클래스(학교상담실)에서는 위기 학생뿐만 아니라 모든 학생들이 건강하게 성장할 수 있도록 **대면 상담, 전화 상담, 온라인 상담** 등을 활용하여 심리상담을 진행하고 있습니다. 심리상담이 필요한 학생, 학부모님께서서는 위클래스(학교상담실)로 문의하여 주시기 바랍니다. 일년 동안 건강하게 학교생활을 성실히 해온 자녀들에게 많은 지지와 격려 부탁드립니다.

□ Wee클래스(학교상담실) 상담 활동

◎ 대상 : 본교 재학생 및 학부모, 코로나19 확진 및 자가격리 학생, 학생정서행동 관련 학생 - 전화 상담 : 032-628-0307(상담실 직통) - 이메일 상담 : mins7328@naver.com(1~2일 내 답변) - 게시판 상담 : 학교홈페이지 → 상담실 → 사이버상담(회원가입 후 가능)
◎ 위기 시 : <u>대면 상담(전화 예약 후 Wee클래스 방문)</u>
◎ 상담 내용 : 학교부적응, 우울, 불안, 정신건강 고위험학생, 학생정서행동 관련 등
◎ 운영 시간 : 9시 ~ 16시(전화 예약 628-0307)

□ 외부 기관에서 상담을 원하는 경우

- 도움을 받을 수 있는 외부 상담기관

코로나19통합심리지원단 (코로나19 스트레스, 불안 등)	☎ 1577-0199	코로나19 위기상담 (확진자 및 가족)	☎ 02-2204-0001~2
학교폭력 신고전화	☎ 117	자살예방 긴급전화	☎ 129
사랑의 전화	☎ 1588-9191	청소년 긴급전화	☎ 1388
다 들어줄 개	다들어줄개 어플, 페이스북, 1661-5004 문자 상담	상다미 쌤 (카카오톡상담)	학교폭력 고민이 있는 청소년, 학부모, 선생님 누구나

- 정신의료기관

국제성모병원	☎ 1600-8291	고정신건강의학과의원	☎ 032-572-0572
인천참사랑병원	☎ 032-571-9111	나은병원	☎ 032-584-0114
은혜병원	☎ 032-562-5101	마음행복정신건강의학과의원	☎ 032-566-0700
조은정신건강의학과의원	☎ 032-564-7505	부모와아이마음의원	☎ 032-562-5248

청소년 SNS 상담시스템

“다 들어줄 개”

“가족에게도, 친구에게도,
선생님에게도 말 못할 고민을 가지고 있나요?”

“세상에 나 혼자 있는 것 같이 느껴지나요?”

“긴박하거나 위급한 상황에 놓여있나요?”



'다 들어줄 개'란 문자, SNS 등을 통해 소통하는 청소년들의 고민을 더욱 가까이서 나누고자 만들어진 모바일 상담 서비스입니다.

언제 어디서든 여러분의 고민을 들을 수 있도록 '다 들어줄 개' 전문 상담 선생님이 365일 24시간 기다리고 있습니다. 청소년 여러분의 밝고 건강한 삶을 응원하겠습니다.

'다 들어줄 개' 상담방법

- 휴대폰에서 '다 들어줄 개' 어플을 다운받는다.
- 카카오톡 '다 들어줄 개'로 플러스 친구를 맺는다.
- '1661-5004' 번호로 문자를 보낸다. (※) 전화상담은 불가함
- 페이스북에서 '다 들어줄 개'를 검색하여 메시지를 보낸다.

2023. 1. 4.

인천가현중학교장