



# 신나고 즐거운 여름방학



6학년 \_\_\_\_ 반 \_\_\_\_ 번 이름 : \_\_\_\_\_

## 방학생활안내

- ☺ 방 학 기 간: 2020. 8. 01.(토) ~ 2020. 8. 19.(수) (19일간)
- ☺ 개학 하는 날: 2020. 8. 20.(목) - 정상수업, 급식실시, 실내화/방학과제물 챙겨오기
- ☺ 국기 다는 날: 2020. 8. 15.(토) 광복절
- ☺ 도서관 개방: 2020. 8. 03.(월) ~ 2020. 8. 19.(수) 09:00~12:00
- ☺ 방과후 학교: 2020. 8. 03.(월) ~ 2020. 8. 19.(수) 09:00~11:20, 해당 교실
- ☺ 영 어 캠프: 2020. 8. 03.(월) ~ 2020. 8. 05.(수) 09:00~12:10, 6학년 5,7,8,9반
- ☺ STEAM 캠프: 2020. 8. 03.(월) ~ 2020. 8. 04.(수) 09:00~11:50, 6학년 1,2,3,4반과학실

## 6학년 학부모님께

학부모님 안녕하십니까? 코로나-19로 힘든 시기에 한 학기 동안 학교교육활동에 많은 관심과 아낌없는 성원을 보내주셔서 감사드립니다. 이번 여름방학은 가정과 사회에서 생활 속 거리두기를 실천하며 일상의 소중함을 느끼고, 기본생활 습관을 익히는 시간이 되길 바랍니다. 부모님의 따뜻한 관심과 사랑 속에서 보람찬 방학을 보내고 건강한 모습으로 만나는 날을 기대하겠습니다. 감사합니다.

2020. 7. 31. 6학년 담임 드림

## 안전한 여름방학을 보내요

<코로나-19 감염병 조심하기>

1. 다중이용시설 이용 자제하기
2. 손 자주 씻기(비누로 30초 이상)
3. 거리두기 실천하고 마스크 잘 착용하기

<안전사고 조심하기>

1. 교통안전 및 교통질서 지키기
2. 위험한 곳 가지 않기
3. 낯선 사람 따라가지 않기
4. 물놀이 시 준비운동, 안전수칙 실천하기
5. 외출 시에는 꼭 부모님께 말씀드리기
6. 인터넷이나 스마트폰 과다 사용하지 않기 (사이버 예절 지키기)

## 모두 해 봐요

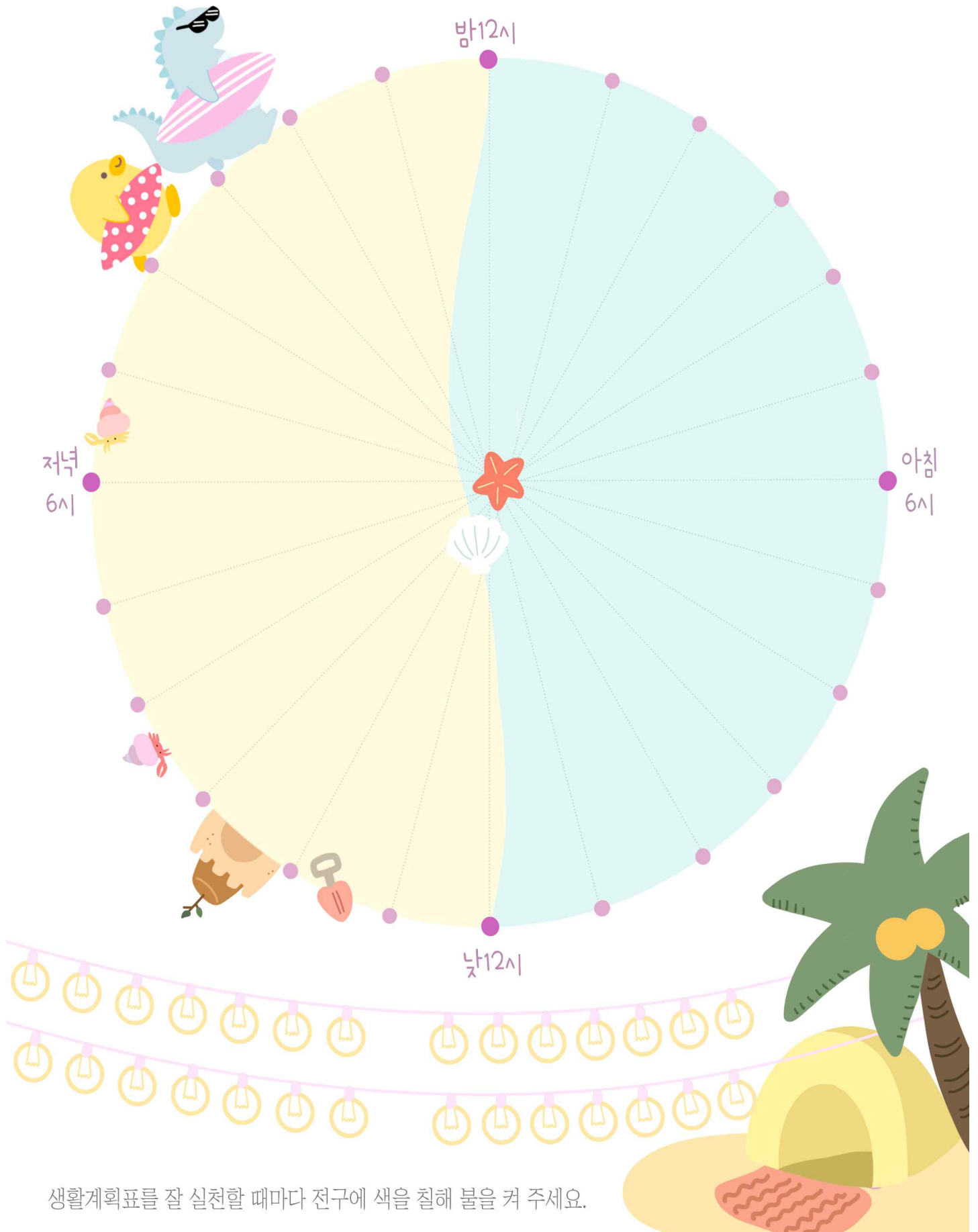
1. 독서하기 - 한 학기 한권읽기 책 읽기  
- 방학동안 꾸준히 책 읽기
2. 운동하기 - 1인 1운동 실천하기  
- 줄넘기 꾸준히 연습하기
3. 복습하기 - 1학기 영어, 수학 복습하기

☺ 폐건전지 수거: 지구를 깨끗하게 지키기 위해 다 쓴 건전지를 모아 개학하면 가져옵니다.

- ▶ 나 의 비 상 연 락 : ( \_\_\_\_\_ ) - 나 - ( \_\_\_\_\_ )
- ▶ 우리 선생님 전 화 : \_\_\_\_\_
- ▶ 전주화정초등학교 교무실 : 063-270-8403

# 생활계획표

방학 생활 계획표를 쓰고 실천해 보세요.



생활계획표를 잘 실천할 때마다 전구에 색을 칠해 불을 켜 주세요.



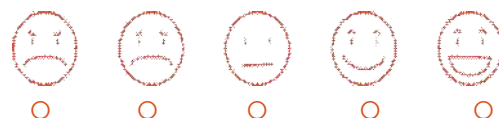
# 여름방학 생활 달력

일	월	화	수	목	금	토
					7/31	8/1
					방학식	독서 운동 학습 착한일
8/2	8/3	8/4	8/5	8/6	8/7	8/8
독서 운동 학습 착한일	독서 운동 학습 착한일	독서 운동 학습 착한일	독서 운동 학습 착한일	독서 운동 학습 착한일	독서 운동 학습 착한일	독서 운동 학습 착한일
8/9	8/10	8/11	8/12	8/13	8/14	8/15
독서 운동 학습 착한일	독서 운동 학습 착한일	독서 운동 학습 착한일	독서 운동 학습 착한일	독서 운동 학습 착한일	독서 운동 학습 착한일	독서 운동 학습 착한일
8/16	8/17	8/18	8/19	8/20		
독서 운동 학습 착한일	독서 운동 학습 착한일	독서 운동 학습 착한일	독서 운동 학습 착한일	개학식		

- 독서 한 날은 총 (        )일 / • 운동한 날은 총 (        )일  
• 공부한 날은 총 (        )일 / • 착한 일을 한 날은 총 (        )일

나의 여름방학을 5문장으로 정리해 봅시다.

- 
- 
- 
- 
- 



Slow and steady win the game.

천천히 그리고 꾸준히 하면 이긴다.

## 여름방학 중 코로나19 대응요령

### ■ 코로나19 임상 증상

- ▶ 발열, 기침, 인후통, 호흡곤란, 오한, 근육통, 두통, 미각·후각마비 등

### ■ 코로나19 예방관리를 위한 염소사항

1. 환기가 잘 되지 않는 지하 공간, 밀폐된 시설은 이용하지 않기
2. 버스, 지하철, 도서관 등 다수가 모이는 실내에서는 마스크 착용 생활화하기
3. 놀이·체육시설 등 사람이 많이 모이는 밀집된 시설은 이용 자제하기
4. 운동 및 야회 활동은 가급적 사람 간 거리두기(2m) 유지 하기
5. 가정에서 코로나19 임상 증상 발현 시 대응

- ※ 선별진료소 방문 전, 전화 연락 후 방문 및 진료  
→ 선별진료소 방문 시 대중교통 자제, 자가용 이용 권장
- ※ 선별진료소 연락처:

- ※ 진단검사 실시 할 경우, 담임교사에게 연락하기

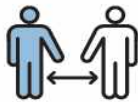
## 개인방역 5대 핵심수칙

### · 핵심 수칙 메시지 ·



#### 제1수칙

아프면 3~4일  
집에 머물기



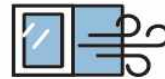
#### 제2수칙

사람과 사람 사이,  
두 팔 간격 건강  
거리 두기



#### 제3수칙

30초 손 씻기,  
기침은 옷소매



#### 제4수칙

매일 2번 이상  
환기, 주기적 소독



#### 제5수칙

거리는 멀어져도  
마음은 가까이

### ■ 올바른 마스크 착용 방법

#### 컵형 제품 착용법

1. 머리끈을 아래로 늘어뜨리고 가볍게 잡아주세요
2. 코와 턱을 감싸도록 얼굴에 맞춰주세요
3. 한 손으로 마스크를 잡고 위 끈을 뒷머리에 고정합니다
4. 아래 끈을 뒷목에 고정하고 고리에 걸어 고정합니다
5. 양 손가락으로 코편이 코에 밀착되도록 눌러주세요
6. 공기누설을 체크하며 안면에 마스크를 밀착시켜 주세요

#### 접이형 제품 착용법

1. 마스크 날개를 펼친 후 양쪽 날개 끝을 오므려주세요
2. 고정심 부분을 위로 하여 코와 입을 완전히 가려주세요
3. 머리끈을 귀에 걸어 위치를 고정해주세요
4. 양 손가락으로 코편이 코에 밀착되도록 눌러주세요
5. 공기누설을 체크하며 안면에 마스크를 밀착시켜 주세요

## 안전 생활 수칙

## 1. 물놀이 안전

- 물놀이는 꼭 부모님이나 나를 지켜줄 어른과 함께 가기
- 외출할 때 부모님께 가는 곳 알리기
- 수영하기 전에 준비운동을 하고 구명조끼 꼭 착용하기
- 물에 들어갈 때는 다리→팔→얼굴→가슴의 순서로 몸에 물을 적신 후 천천히 어가기
- 친구를 밀거나 물속으로 누르지 않기
- 사람이 별로 없는 곳에서 물놀이 하지 않기  
- 반드시 부모님과 함께 가기
- 깊이를 아는 곳에서만 물놀이하기

## 2. 교통 안전

- 인도로 다니기
- 길에서 공놀이 하지 않기  
(공을 가지고 다녀야 할 경우 공을 꼭 봉지에 넣기)
- 길에서 자전거 타지 않기
- 인라인스케이트 등 바퀴 달린 신발 타지 않기  
(보호 장구 착용 필수)
- 횡단보도 건널 때 초록불일 경우에도 3초 세고 좌우를 살핀 후 건너기
- 건축공사장이나 건축자재 쌓여놓은 곳에서 놀지 않기
- 혼자 다니지 않기

## 3. 위생 안전 생활

- 불량식품 사먹지 않기
- 목욕 자주하기
- 옷 자주 빨아 입기
- 집 안팎 깨끗이 하기
- 찬 음식 많이 먹지 않기
- 물은 끓여 마시고 음식물은 익혀 먹기
- 밖에 나갔다 오면 비누로 손발 씻기

## 4. 야외 안전

- ※ 야외 나갈 때는 꼭 부모님이나 어른과 가  
넷가나 계곡에서 놀지 않기  
(계곡은 갑자기 물이 불어 위험할 수 있음)
- 험준하고 가파른 곳 피하기
- 내가 가는 곳은 반드시 부모님께 알리기
- '위험' 표지판이 붙은 곳은 가지 않기
- 이상한 물건을 보았을 때는 신고하기
- 나무를 사랑하고 시설물 훼손하지 않기

## 5. 생활 안전

- 부모님께 자신이 가는 곳을 반드시 알리고 허락 받고 다니기 (가는 곳 전화번호 알릴 것)  
- 부모님께서는 자녀가 있는 곳을 항상 확인해 주세요
- 어린이들이 보지 말아야 할 인터넷이나 TV 채널 보지 않기
- 인터넷 게임보다는 책을 가까이 하고 게임을 하게 되면 시간을 정해서 하기
- 혼자 있을 경우 가스렌지나 불을 사용하지 않도록 하기
- 예기치 못한 사고가 발생했을 때 즉시 학교나 담임 선생님께 알리기
- 선생님께 전화나 문자 주고받기

## 6. 학교폭력 예방

- 청소년 출입 금지구역 및 업소에 출입하지 않기 (PC방, 만화방 등)
- 약물, 오.남용(흡연, 음주 등)을 예방하기
- 폭력서클 등 불량서클에 참여하지 않기
- 건전한 여가 활동 하기  
(수련활동, 체험활동, 봉사활동 등)
- 집단따돌림이나 학교폭력에 가담하지 않기
- 친구와 서로 고운 말을 사용하기
- 사이버폭력 하지 않기
- 학교폭력을 당했을 경우 담임 선생님과 부모님께 알리기

## 7. 유괴 예방/성폭력 예방

- 길을 물을 때 가까이 다가가거나 따라가지 않습니다.
- 저녁 늦게까지 밖에서 혼자 놀지 않습니다.
- 외출할 때는 부모님께 목적지를 알리고 여러 친구들과 함께 합니다.
- 낯선 사람이 자동차에 태워 주겠다 하면 타지 않습니다.
- 모르는 사람이 어디로 가자고 하면 큰소리를 질러 자리를 피합니다.
- 유괴 또는 성폭력 사실을 아는 즉시 경찰에 신고합니다.

## 8. 위험 환경 예방

- 맨홀, 계단, 베란다 등에 위험, 출입금지 등의 표시를 잘 보고 다닙니다.
- 위험한 물건을 어린이들이 취급하지 않도록 합니다.
- 유해 식품 및 불량 식품을 사 먹지 않도록 합니다.
- 청소년 출입금지 구역 및 업소 출입을 하지 않습니다.
- PC방 출입을 하지 않습니다.

## 9. 간단한 응급처치

- 타박상 및 염좌(삔었을 때) : 손상 부위 휴식 → 얼음찜질(부종, 통증, 염증 감소)  
→ 탄력 붕대로 상처 부위 압박(혈액 공급을 차단할 만큼 강하게 하지 않는다)  
→ 손상 부위를 심장보다 높게 해 줌(부종 예방)
- 골절 : 부목을 사용해(부목이 없다면 두꺼운 잡지, 판자, 신문을 말아서 이용) 고정, 절대 골절 부위를 움직이거나 역지로 펴지 않아야 함 → 골절 부위를 심장보다 높게 올리고 냉찜질  
→ 병원 후송
- 벌레에 물렸을 때 : 침이 남아있을 경우 바늘, 신용카드 등을 이용해 침 제거  
→ 비눗물로 씻기 → 냉찜질 → 호흡곤란, 심한 가려움 등의 증상이 있을 시 즉시 병원 방문

## 10. 물놀이 10대 안전수칙

- 수영을 하기 전에는 반드시 준비운동 및 구명조끼 착용
- 물에 들어갈 때는 심장에서 먼 부분부터(다리→팔→얼굴→가슴)
- 소름이 돋고 피부가 당겨질 때는 몸을 따뜻하게 휴식
- 물이 갑자기 깊어지는 곳은 특히 위험!!
- 건강 상태가 좋지 않을 때, 배가 고플 때, 식사 후에는 수영 NO!
- 수영능력 과신은 금물, 무모한 행동 NO!
- 장시간 수영 NO! 호수나 강에서 혼자 수영 NO!
- 물에 빠진 사람을 발견하면 주위에 소리쳐 알리고 즉시 119에 신고
- 구조 경험 없는 사람은 무모한 구조 NO! 함부로 물에 뛰어들면 NO!
- 가급적 튜브, 장대 등 주위 물건을 이용한 안전구조