

▶ 여름 방학 중 학생 생활 안내

★ 방학 기간 : 2019. 7. 20(토) ~ 8. 18(일) - 29일간

- 개학일 : 2019. 08. 19(월)

★ 방과후학교 수업기간 : 2019. 07. 29(월) ~ 08. 14.(수) 13일간

1. 방학 중 바른 생활

- ▶ 여가선용 : 특기신장 및 학력결손 보충, 다양한 취미생활 및 독서
- ▶ 교외생활 : 음주, 흡연, 폭력, 청소년 유해업소출입, 부녀자 희롱 금지
- ▶ 외출 시 : 행선지와 귀가 시간을 부모님께 알리기
- ▶ 불법 취업 금지 : (근로기준법 제68조, 미성년자보호법 제2조)주유소, 식당, 기타 유해업소 취업 및 아르바이트 금지, 여학생 및 18세 미만 청소년 야간 아르바이트 금지
- ▶ 가정학습철저 : 교육방송 시청 및 청취

2. 보건위생 및 수상, 등산, 교통 안전교육

항 목	유 의 사 항
건강 관리	조기 취침. 규칙적인 생활. 적절한 운동, 폭염주의
등산 및 여행	<ul style="list-style-type: none"> ※ 부모님 동반 권장. 일기예보 숙지 ※ 부모님께 행선지를 꼭 알리고 출발 ※ 등산 장비 준비 철저(취사도구 사용 시 주의) ※ 천둥과 번개가 심할 때에는 산골짜기나 산장 안으로 대피 ※ 우천 야영 시 위험한 하천이나 계곡을 피 할 것 ※ 산에 대한 지형, 위험성 등에 대해 사전에 충분히 숙지 ※ 산행은 아침 일찍 시작하고 해지기 한 두시간 전에 마친다. ※ 간단한 구급약 휴대(독사/독충 피해 주의)하며 일행 중 가장 약한 사람을 기준으로 산행한다. ※ 자신이 없는 산행은 삼가 한다.(만용과 모험은 금물) ※ 산에서 아는 길도 지도를 보며 길을 잘못 들었다고 판단되면 빨리 돌아선다.
교통 안전	<ul style="list-style-type: none"> ※ 교통규칙 준수(신호등 준수, 횡단보도 이용) ※ 오토바이 운전금지 및 뒤 승차금지, 자동차 운행금지(매년 사망사고) ※ 차량 이동시 안전벨트 착용하기 ※ 대중교통 운행 시 승·하차 질서 지키기 ※ 각종 농기계 사용으로 인한 안전사고 예방
약물 중독	<ul style="list-style-type: none"> ※ 담배, 본드 부탄가스 등 흡입 금지 ※ 중독 시 가정 요법 금지하고, 전문 의사지시에 따라 치료
식중독 예방	<ul style="list-style-type: none"> ※ 외출 후 손과 발을 깨끗이 씻는다. ※ 음식은 익혀서 먹는다. ※ 상한 음식을 먹지 않는다. ※ 어패류를 함부로 먹지 않는다.

가정통신문

신나는 여름철 물놀이 ! 사고예방은 물놀이 안전수칙 준수로부터

날씨가 무더워지면서 계곡, 강, 바다 등을 찾아 수영, 뱃놀이 등 물놀이 기회가 많아짐에 따라 사고 발생 위험이 매우 높아지고 있습니다.

우리 모두 안전수칙을 준수하여 물놀이 안전사고를 예방합시다.

물놀이 안전수칙

☺ 물놀이 이전에 먼저 하여야 할 것들

- ☞ 반드시 준비운동을 하고 구명조끼를 착용합니다.
- ☞ 피부보호를 위하여 햇빛 차단 크림을 바릅니다.
- ☞ 머리카락이 긴 사람은 묶거나 수영 모자를 씩니다.

(※ 물놀이 중에 머리카락이 목에 감길 수 있습니다.)

☺ 물놀이를 할 때 주의해야 할 것들

- ☞ 물에 들어갈 때는 손, 발→다리→얼굴→가슴의 순서로 몸에 물을 적신 후 천천히 들어갑니다.
- ☞ 물 깊이를 알고 있는 곳에서만 물놀이를 합니다.
- ☞ 다리에 쥐가 나면 즉시 물 밖으로 나옵니다.
- ☞ 다음의 증상의 있으면 물놀이를 중지합니다.
 - 몸이 떨리거나, 입술이 푸르고 얼굴이 당기는 증상
 - 피부에 소름이 돋을 때
- ☞ 위급할 때는 한쪽 팔을 최대한 높이 올리고 흔들어 도움을 청합니다.
- ☞ 물놀이 중에는 껌이나 사탕을 먹지 않습니다.



※ 어린이들을 위해

- 물 근처에서 아이들이 혼자 놀지 않도록 합니다.
- 친구를 밀거나 장난치지 않도록 합니다.
- 신발 등의 물건이 떠내려가도 절대 혼자 따라가서 건지려 하지 말고, 어른에게 도움을 청합니다.



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

3. 방과 후 학교

- ▶ 1,2,3학년 : 7월 29일(월) ~ 8월 14일(수) (13 일간)
- ▶ 지정 시간 : 월 ~ 금 4교시

교시	시 간
등교	08 : 30
1교시	08 : 40 ~ 09 : 30
2교시	09 : 40 ~ 10 : 30
3교시	10 : 40 ~ 11 : 30
4교시	11 : 20 ~ 12 : 30
청소시간 및 종례	12 : 30 ~ 12 : 45

※ 청소담당교사 : 4교시 수업 교사와 학생의 책임하에 철저히 해주시기 바랍니다.

4. 방학 중 등교학급

학년 반	등교학급일	학년 반	등교학급일	학년 반	등교학급일
1 - 1	7.31	1 - 7	8.9	3 - 2	7.24
1 - 2	7.29	2 - 1	8.5	3 - 3	7.24
1 - 3	8.1	2 - 2	8.8	3 - 4	7.30
1 - 4	8.14	2 - 3	7.26	3 - 5	7.25
1 - 5	8.6	2 - 4	7.22	3 - 6	8.12
1 - 6	8.7	3 - 1	7.30	3 - 7	7.24

※ 출석점검 후 등교학급일지 기록, 봉사활동을 실시한 후 실시시간 기록

<집에서 ! 학교에서 ! 물놀이 안전 길잡이 다운받기>

- 접속 사이트 : 소방방재청 홈페이지(www.nema.go.kr)
- 열람방법 : 화면 오른쪽 안전길잡이 “물놀이” 클릭
- 제공내용 : 물놀이 10대 안전수칙, 물에 들어갈 때 준비사항, 어린이 동반 물놀이 활동 때 유의사항, 물놀이 상황별 대처요령
- √ 파일다운 : 물놀이교육(한글), 물놀이안전교육·물놀이안전 CF(동영상)

5. 기타 사항

- ▶ 방학 중 개인 신상에 이상이 있을 경우 담임선생님께 신속히 알리기
- ▶ 동아리활동 및 단체 행동 시 : 담임 및 지도교사와 협의 교외활동 신고서 제출
- ▶ 개인 단위 봉사활동 적극 실시 권장
- ▶ 오토바이 탑승 시 교칙에 의한 처벌(청소년 교통사고 사망률 1위)
- ▶ 금품갈취, 공간, 집단폭행 청소년 범죄 예방 및 피해신고
- ▶ 학생고충 상담전화 1588-7179 청소년 긴급전화 1388 여성 긴급전화 1366
학교 폭력 신고·상담전화 080-321-1318
- ▶ 가출 시 도움 센터 : 전주 푸른 청소년 쉼터(252-1091, 080-333-1318)
청소년 상담실 (1588-0924) 익산 청소년 쉼터(835-4057)
- ▶ 학교 전화 ..
교장실 261-2621, 1학년 교무실 261-3802, 2학년 교무실 261-3801, 3학년 교무실 261-3803, 학생부실 261-3655, 학생안전생활부장(김재주) 010-5635-3687
- ▶ 학교 홈페이지 : www.wanju.hs.kr 행정실 261-2619, FAX 261-7274

완 주 고 등 학 교