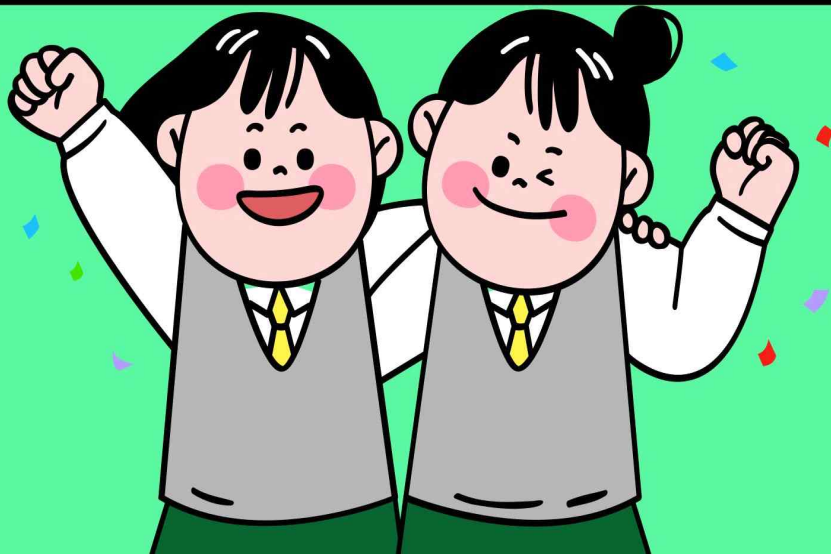


# 2025 학부모 연수

일시 : 3월 19일 (수) 14:00~15:20

1. 가정폭력, 아동학대 예방교육
2. 학교폭력 예방교육
3. 인성, 인권 교육
4. 개인정보보호 교육
5. 인터넷 게임 중독 예방 교육
6. 인터넷, 스마트폰 과의존 예방 교육
7. 교육활동 보호 및 침해 예방교육
8. 학교 감염병 예방교육
9. 흡연 및 약물 오남용 예방교육
10. 고농도 미세먼지 대응요령
11. 가정과 함께하는  
성희롱, 성폭력 예방교육
12. 가정과 함께하는 양성평등 교육
13. 가정과 함께하는 비만예방교육
14. 학부모 장애공감교육
15. 공교육 정상화를 위한  
선행교육 예방 교육



## 가정폭력 및 아동학대

- **가정폭력** : 가족 구성원 중의 한 사람이 다른 가족에게 계획적이고 반복적, 의도적으로 물리적인 힘을 사용하거나 정신적 학대를 통하여 심각한 신체적, 정신적 손상과 고통을 주는 행위
- **아동학대** : 보호자를 포함한 성인이 아동의 건강 또는 복지를 해치거나 정상적 발달을 저해할 수 있는 신체적·정신적·성적 폭력이나 가혹행위를 하는 것과 아동의 보호자가 아동을 유기하거나 방임하는 것(아동복지법 제3조)
- 주로 아내에 대한 구타, 자녀에 대한 학대, 노부모에 대한 학대가 대표적인 유형. 장애인을 둔 가정에서 장애아에 대한 폭력이 자행되기도 함.

## 아동학대 유형별 후유증

유형	행 위	후 유 증
신체 학대	-신체적 폭력 및 가혹행위 -도구, 위험한 물질, 완력을 사용하여 가하거나 위협하는 행위	-정서적, 행동적, 학습적 문제 발생 -타인을 신뢰하지 못하고 공격적 행동
정서 학대	-언어폭력, 정서위협, 감금 -비현실적기대강요 -친구, 형제와의 비교, 차별, 편애, 왕따	-낮은 자존감, 의존성, 우울증, 거짓말
성 학대	-아동에게 성적 노출 -아동추행, 유사 성행위 등 성폭력	-상해, 자해, 우울증 -자아존중감 상실, 성수치심 유발
방임 유기	-기본 의식주를 제공하지 않는 행위 -의무교육을 이행하지 않는 행위 -필요한 의료적 조치를 행하지 않는 행위	-대인관계, 학업성취 손상 -발달상의 문제 가능 -학습장애 유발 가능

- 아동학대 행위자는 부모가 약 80%로 가장 높은 비율을 차지합니다.
- 가정폭력은 대물림됩니다.
  - 폭력 남편의 **70% 이상**이 어렸을 때 아버지가 어머니를 때리는 것을 보고 자란 폭력 가정 출신이라는 점에서 **아이 세대에도 가정 폭력**이 이어질 수 있습니다.
  - 체벌은 폭력 성향을 키워서 배우자 폭행 가능성이 높고 우울증, 약물남용, 학교 폭력 등 비행의 위험이 높습니다.

## ● 가정폭력 및 아동학대 예방 방법

### ◦ 가정폭력 신고의무 규정

- 가정폭력은 가정 안에서 일어나고 피해자들이 외부에 알려 도움을 요청하기 전까지 잘 알려지지 않으므로 피해자들은 계속 폭력에 방치되는 경우가 많습니다.
- 「가정폭력 범죄의 처벌 등에 관한 특례법」 제 4조에 의하면, 누구든지 가정폭력을 알게 된 때에는 이를 수사 기관에 신고할 수 있고, 신고한 자에 대하여 그 신고 행위를 이유로 불이익을 주어서는 아니됨을 명시하고 있습니다.

### ◦ 가정폭력 피해자 보호 시설(쉼터)

- ☎1366(여성 긴급 전화)나 가정폭력 상담소 등을 통하여 가정폭력 피해자 보호시설(쉼터)을 안내 받을 수 있습니다.
- 가정폭력은 법의 잣대로도 범죄지만, 그 전에 사랑하는 사람들에게 평생 씻을 수 없는 상처를 주는 ‘양심의 죄’입니다. 가해자가 변하기 위해서는 먼저 자신의 문제를 인정해야 합니다. 자신의 행동에 책임을 지기 시작하면 변화는 시작되며 진정한 변화에는 많은 시간과 노력이 필요합니다.

## ● 행복한 가정을 위해 노력할 일

- 상대방을 소유하고 통제하는 것이 아니라 서로 존중하고 배려합시다.
- 성역할 고정관념을 버리고 평등한 가정 분위기를 만듭시다.
- 가족 구성원의 의견을 경청하며 서로 소통합시다.
- 존중의 언어를 사용합시다.



## ● 자녀를 위한 성폭력·성매매 예방 교육자료

### ◦ 성교육은 무엇일까요?

성교육의 근본은 인성교육입니다. 인간의 존엄성에 바탕을 두고, 서로를 배려하고 생명을 존중하여 바른 가정을 이루는 바탕이 되는 성에 대해 아는 것입니다.

### ◦ 성교육이 필요한 이유

- 아이들의 신체 성장속도가 너무 빠르고
- 무분별한 성문화에 노출되고 있으며
- 성교육의 부족으로 인한 문제가 현실로 나타나고 있습니다.(청소년 임신과 낙태)

### ◦ 가정에서 아이들은 이렇게 지도해 주세요.

- 자녀들이 무엇이든 물어볼 수 있도록 편안한 분위기를 만들어 주세요.

성은 부끄럽다거나 엄격하게 하지 마시고 자연스럽게, 그리고 정직하게 가르쳐주세요.  
아이들의 수준에서 가르쳐주는 것이 좋습니다.

- 가장 좋은 성교육자는 동성의 부모입니다.

남자 또는 여자로 태어난 것에 대한 자부심을 갖도록 합니다.

- 내 몸을 소중히 여기도록 가르칩니다.

어른의 말이라도 무조건 들어야 하는 것이 아니라 자신이 옳지 않다고 생각하는 일,  
기분이 좋지 않은 느낌이 드는 것은 단호히 거부하도록 가르쳐야 합니다.

- 적절한 지식과 가치관을 가르쳐주는 성교육은 잘못된 정보로 인한 무책임한 행동을 예방하고, 책임감 있는 행동을 하게 합니다.

- TV, 인터넷, 영화에서의 성적인 표현은 잘못된 것일 수 있음을 알려주고 부모님과 함께 시청합니다.

- 부부간에 서로 존중하고 사랑하는 모습을 자녀 앞에서 자연스럽게 표현합니다.

### ◦ 부모가 해결하기 어려운 문제는 전문교사나 상담기관을 찾습니다.

## ● 성폭력 발생 시 도움 기관

학교폭력근절 (국번 없이 117), 한국성폭력상담소(02-338-5801)

여성긴급전화(1366), 헬프콜(1388), 경기북서부 해바라기센타(031-816-1375)



## 1. 학교폭력 가해자 피해자 징후

학교폭력 가해자	학교폭력 피해자
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 사주지 않은 물건을 친구에게 받았다고 한다.</li> <li>• 귀가 시간이 늦어지고 외출이 잦아진다.</li> <li>• 인내심이 부족하고 화를 잘 내며 충동적이다.</li> <li>• 갑자기 돈 씹씹이가 커진다.</li> <li>• 핸드폰 화면을 가리거나 내용을 숨기려 한다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 용돈이 모자라다고 하거나 지나치게 많은 돈을 요구한다.</li> <li>• 밥을 잘 먹지 못하고 말이 없어지기도 한다.</li> <li>• 자주 몸이 아프며 학교 가는 것을 싫어한다.</li> <li>• 옷, 운동화 등 소지품을 자주 잃어버린다.</li> </ul>

## 2. 학교폭력 예방을 위한 학부모님의 역할

- ◆ 내 자녀도 폭력의 가해자나 피해자가 될 수 있음을 항상 잊지 말아야 합니다.
- ◆ 자녀에게 관심을 가지고 수시로 자녀의 상황 및 교우관계를 파악합니다.
- ◆ 자녀에게 생명의 존귀함, 상호 인권 존중, 역지사지, 책임 및 준법 의식 등을 가르칩니다.
- ◆ **혹시 학교폭력을 인지하셨다면 아이를 탓하거나, 자책하거나, 힘든 내색이나 문제를 회피하지 않아야 합니다. 보복 역시 아이의 상처를 치유할 수 없습니다. 아이를 보듬어 주시고 응원해 주십시오**
- ◆ 꼭 담임 선생님과 의논하여 학교-가정에서 공동으로 지도할 수 있도록 합니다.
- ◆ 어른들 스스로 자신의 삶을 가꾸고, 자녀를 존중하고 화합하는 모습을 보여줍니다.

## 3. 학교폭력대책자치위원회 폐지 및 학교폭력대책심의위원회 신설

- 재작년까지 학교 안에 설치되었던 학교폭력대책자치위원회는 폐지되었습니다. 학교 폭력 사안이 발생했을 경우, 이전과 마찬가지로 학교폭력전담기구에서 사안을 조사하지만, 사안에 대한 조치 결정은 완주교육지원청 산하의 **학교폭력대책심의위원회**에서 처리하게 됩니다.

## 4. 학교폭력전담기구 개편

- 지난해와 마찬가지로 학교폭력전담기구에서 학교폭력 사안을 접수 및 조사하게 됩니다. 다만 학교폭력전담기구에 학부모위원이 의무적으로 참석하게 됩니다.
- 학부모위원은 전체 위원의 3분의 1이상으로 구성됩니다.
- 학교폭력전담기구에서는 접수된 사안을 학교장 자체해결로 처리할지, 교육지원청 산하의 학교폭력대책심의위원회로 사안을 심의·처리하게 될지 검토하게 됩니다.
- 학교장 자체해결로 사안을 종결하기 위해서는 아래의 요건을 모두 만족해야 합니다.

- 학교폭력 피해학생 및 보호자가 심의위원회 개최를 원하지 않는 경우
- 2주 이상의 신체적·정신적 치료를 요하는 진단서를 발급받지 않은 경우
- 재산상의 피해가 없거나 즉각 복구된 경우
- 학교폭력이 지속적이지 않은 경우
- 학교폭력에 대한 신고, 진술, 자료제공 등에 대한 보복행위가 아닌 경우

## 5. 학교폭력 피해 및 가해학생 조치 안내

피해학생 보호조치	1. 학내외 전문가에 의한 심리상담 및 조언 2. 일시보호 3. 치료 및 치료를 위한 요양 4. 학급교체 5. 그 밖에 피해학생의 보호를 위하여 필요한 조치
가해학생 선도조치	1. 피해학생에 대한 서면사과 2. 피해학생 및 신고·고발 학생에 대한 접촉, 협박 및 보복행위의 금지 3. 학교에서의 봉사 4. 사회봉사 5. 학내외 전문가에 의한 특별교육이수 또는 심리치료 6. 출석정지 7. 학급교체 8. 강제전학

## 6. 학교폭력대책심의위원회 결정에 대한 불복절차

- 교육지원청 산하 학교폭력대책심의위원회 결정에 대한 불복절차에는 행정심판과 행정소송이 있습니다.

행정심판	- 청구기간: 처분을 알게 된 날로부터 90일 이내, 처분이 있었던 날로부터 180일 이내 - 청구 기관: 전라북도교육청 행정심판위원회(jbe.simpan.go.kr / 063)239-3547)
행정소송	- 재소기간: 처분이 있음을 안 날로부터 90일내, 처분이 있는 날로부터 1년 이내. 행정심판을 거친 뒤에 행정소송을 제기할 경우에는 행정심판 재결서를 받은 날로부터 기간을 계산

- 학교폭력대책심의위원회 결정에 대한 불복은 해당 사안을 심의·처분 결정한 교육장을 대상으로 하게 됩니다.



## 1 밥상 머리 인권교육이 중요한 이유

### 1. 스마트폰과 TV보기가 아닌 ‘대화’를 하는 시간

밥상머리교육을 위해선 부모가 먼저 모범을 보여야 합니다. 아이들이 스마트폰을 만지거나 TV를 보지 않도록 지도해야 하죠. 부모님이 먼저 아이에게 학교생활, 교우관계 등에 대한 이야기를 꺼낸다면 대화가 활발해지고, 가족 간의 두터운 친밀감도 형성할 수 있을 것입니다.

### 2. 빨라지는 언어 습득 능력

미국 하버드대 캐서린 스노 박사 연구팀이 3세 자녀를 둔 83개 가정을 대상으로 2년간 아이들의 언어습득 능력을 연구한 결과, 연구기간동안 아이들이 평균적으로 습득한 어휘는 2,000여 개였으며, 그 중 가족 식사 중 배운 단어가 1,000개가 넘었다고 합니다.

## 2 우리 가족의 인권 지수

학생용	학부모용
1. 화가 나면 말보다는 행동으로 감정표현을 한다.	1. 가족과 함께 하는 일들이 많다.
2. 하고 싶지 않아도 해야 할 때가 더 많다.	2. 아무리 바쁘더라도 아이들을 방치하지 않는다.
3. 가족들 사이에도 비밀은 지켜지지 않는다.	3. 아이들의 비밀은 언제나 지킨다.
4. 부모님은 나의 이야기에 귀 기울여 주시지 않는다.	4. 부모의 감정 상태에 따라 아이들을 훈육하지 않는다.
5. 형제들과 함께 놀아주는 것이 귀찮다.	5. 내 아이가 다른 친구들과 어울려서 놀 수 있도록 한다.
6. 잘못 했을 때는 자주 매를 맞는다.	6. 아이들의 의사표현에 귀를 기울인다.
7. 부모님은 나를 자랑스러워 하신다	7. 아이들이 문화적인 경험을 할 수 있도록 배려한다.
8. 형제들과 비교를 당하거나 차별을 받는다.	8. 아이들 앞에서는 부부간에 정중한 언어 사용을 한다.
9. 사람들 앞에서 창피를 당하기도 한다.	9. 공부를 잘 하는 것이 제일 중요하다고 생각한다.
10. 우리는 한 가족이라는 생각이 든다.	10. 애들이 뭘 알겠어? 라는 생각을 자주 한다.
※ ○가 몇 개나 되나요? ▶ 3개 이하 : 인권지킴이 ▶ 4개~7개 : 인권노력이 ▶ 8개 이상 : 서로 존중하며 더욱 노력해요	※ ○가 몇 개나 되나요? ▶ 8개 이상 : 인권지킴이 ▶ 4개~7개 : 인권노력이 ▶ 3개 이하 : 서로 존중하며 더욱 노력해요



## 1

## 개인정보보호 학부모 교육

### ※ 개인정보란?

이름, 주민등록번호, 주소, 전화번호, 영상 등 개인에 관한 정보입니다.

### ※ 피해 내용

개인정보가 노출될 경우에는 사기 등 범죄에 사용될 수 있습니다.

### ※ 보호 방법

- ※ 개인 정보를 제공할 때에는 개인정보취급방침과 약관을 자세히 확인합니다.
- ※ 인터넷에 올리는 자료에 개인 정보가 포함되지 않도록 하며, 공유 폴더에 개인정보 파일이 저장되지 않도록 합니다.
- ※ 아이디, 비밀번호, 주민등록번호 등은 다른 사람에게 알려주지 않습니다.
- ※ 회원가입 시 주민등록번호 대체수단(아이핀:i-PIN)을 이용하고, 반드시 필요하지 않은 개인 정보는 입력하지 않습니다.
- ※ 다른 사람이 자신의 주민등록번호를 이용한 회원가입 시 통지받을 수 있도록 ‘명의도용 확인서비스’를 신청합니다.
- ※ 인터넷에 개인정보 유출시 해당 웹사이트에 삭제를 요청하고, 삭제되지 않을 경우 개인정보침해신고센터에 신고합니다.

### ※ 부모님이 알아두어야 할 유의사항

- ※ 자녀가 방문한 홈페이지를 확인하고 아이디, 비밀번호를 알아둡니다.
- ※ 웹사이트에서 만14세 미만 어린이의 개인정보를 수집하기 위해서는 반드시 부모님의 동의를 받아야 합니다.
  - ① 자녀가 가입한 웹사이트의 개인정보취급방침 및 약관을 확인합니다.
  - ② 웹사이트가 자녀의 개인정보를 수집하도록 허락할지 결정합니다.
  - ③ 자녀가 제공한 개인정보를 확인하고, 필요하다면 회원탈퇴 혹은 개인정보 삭제를 요청합니다.

#### ※상담.신고

개인정보침해신고센터 ☎ 국번없이 1336, <http://www.1336.or.kr>

#### ※범죄신고

경찰청 ☎ 국번없이 1301, <http://www.spo.go.kr>

경찰청 사이버테러대응센터 ☎(02)3939-112, <http://www.netan.go.kr>



## 1 인터넷(게임) 중독이란?

### 1) 정의

지나치게 인터넷(게임)에 몰두함에 따라 인터넷 사용의 내성과 금단 증상이 생겨 수면, 학업 등 일상생활에 어려움이 나타나는 현상

### 2) 특징

- 과중한 스트레스를 받는다고 느낌
- 학업 부진으로 학업에 흥미를 잃음
- 또래 관계가 어렵고 사회성이 부족해짐
- 자기표현을 잘하지 못함
- 가족으로부터 돌봄을 잘 받지 못하거나 가족을 비롯한 주변 환경 때문에 우울함을 느낌
- 충동적이거나 주의력 결핍, 과잉 행동 등 정신 건강의 어려움을 호소함



## 2 인터넷(게임) 중독의 주요 증상은?

### 1) 강박적 사용과 집착

인터넷(게임)을 하지 않는 동안에도 인터넷(게임) 할 생각만 하고, 대부분 시간을 인터넷(게임) 이용에 보내게 된다.

### 2) 내성과 금단증상

- 내성이랑 똑같은 만족을 얻기 위해서 점점 더 많은 시간을 인터넷(게임)에 보내게 되는 현상을 말한다.
- 금단증상은 인터넷(게임)에 접속하고 있지 않으면 왠지 허전하고 안절부절못하며, 인터넷을 하지 못하게 하면 짜증을 부리고 화를 내는 등의 반응을 보인다.

### 3) 일상생활 장애

- 인터넷(게임)으로 인해 수면시간이 현저하게 줄어 만성피로감, 눈의 피로, 근골격계 등의 장애가 유발된다.
- 인터넷(게임) 이용에 방해받으면 몹시 화를 내거나 때로는 부모에게 반항하기도 하며 인터넷(게임)을 하느라 중요한 약속을 어기거나 공부를 소홀히 하고 학교를 그만두기도 한다.

### 4) 일탈 행동 및 현실 구분 장애

- 인터넷(게임)을 과도하게 사용하게 되면 인터넷과 현실을 명확히 구분하는 데 있어 어려움을 겪게 되며, 인터넷 속의 가상세계를 마치 실제인 것처럼 착각하게 된다.
- 가상공간이 주는 익명성과 자신이 범죄행위를 저지르고 있다는 현실감의 결여 등이 사람들이 더 쉽게 일탈행동을 저지르게 되는 요인으로 작용한다.

### 3 자녀들이 인터넷(게임)에 빠지는 이유는?

<p><b>폭력욕구</b> 공격적 에너지의 분출</p> 	<p><b>관계욕구</b> 게임으로 맺어진 특별한 관계</p> 
<p><b>지위향상욕구</b> 지존을 향한 길</p> 	<p><b>새로운 결제수단</b> 결제수단 용이, 다양해짐</p> 
<p><b>오락욕구</b> 짜릿한 쾌감</p> 	<p><b>한탕주의 욕구</b> 대박을 터뜨리고 싶은 욕구</p> 
<p><b>현실도피</b> 인터넷 속에선 완전 다른 아이</p> 	<p><b>시간 때우기</b> 무료한 시간 죽이기</p> 

### 4 부모님께서 먼저 이렇게 준비해 주세요.

- 평소 자녀를 살피고, 심리적 상태에 관심을 기울여 주세요!  
(자녀의 심리상태를 부모가 직접 파악하기 어려우면 아이의 친구, 선생님 혹은 자녀와 대화가 잘 통하는 친척을 연결하여 아이를 제대로 이해할 수 있어야 합니다.)

- 우리 아이가 현재 인터넷 사용에 관한 문제는 없는지 늘 확인하는 것이 필요합니다.

(예 : 인터넷 사용조절 프로그램 설치하기, 유해 차단 프로그램 설치하기 등으로 인터넷 사용 문제를 사전에 확인)

- 부모가 자녀의 컴퓨터 사용 시 함께 있어 보는 경험이 꼭 필요합니다.
- 자녀의 일상적인 생활에 변화가 없는지를 잘 관찰해주세요.  
(학교 지각, 결석, 정서 상태의 변화, 친구 관계, 용돈 씬씀이의 변화 등)
- 자녀와 대화를 나눌 수 있는 일상 활동을 같이하세요.  
(함께 산책하기, 외출하기, 식사하기 등)

## 5 부모님께서 자녀와 함께 애써 주세요

- 컴퓨터를 가족들과 함께 활용할 수 있는 공동 공간에 둡니다. (예) • 거실 등
- 컴퓨터 게임은 정해진 시간에만 사용하도록 합니다.  
(예) • 일주일에 2번만 가능, 저녁 8시 이전까지만 사용하기  
• 주말에만 1시간 사용하기 등  
※ 습관적인 이용을 방지하려면 다양하고 구체적인 계획이 도움이 됩니다.
- 인터넷 사용의 규칙을 정해요.  
(예) • 인터넷 사용 후에는 반드시 인터넷 사용 시간표 작성하기  
• 인터넷상에서도 타인의 사생활을 존중해야 함을 교육하기  
• 인터넷을 사용할 때는 반드시 알람시계를 맞추고 놓고 사용하기 등
- 일주일에 한 번은 컴퓨터나 텔레비전의 휴(休) 요일을 정해요 (취지를 설명하고, 자녀와 의논하여 정한다)  
(예) • 매주 수요일은 컴퓨터와 텔레비전 끄는 날  
• 약속 이행을 위한 보상을 정하세요.  
(예) • 일주일 한번 컴퓨터, 텔레비전 휴요일을 지켰을 경우, 자녀가 좋아하는 음식 먹기 등
- 지속적인 점검을 통해 훈련을 합니다.  
(예) • 인터넷 사용조절 프로그램을 다운로드하여 설치하고, 일주일에 한 번씩 사용 결과를 출력해서 사용 계획 다시 세우기  
• 자녀의 일상생활 변화를 유심히 관찰하기(학교생활, 수면, 친구 등)
- 인터넷을 대신하여 가족 또는 친구와 함께할 수 있는 활동을 찾도록 도와주세요.  
(예) • 캠핑, 야외놀이, 스포츠 활동, 연극이나 영화 관람, 보드게임, 친구들과 놀기, 재미있는 책 읽기 등)

◎ 인터넷(게임) 사용이 걱정되는 경우 전문기관과 상담해주세요.

언제 어디서나 청소년 도움전화 1388

일반전화 : 1388 / 휴대전화 : (지역번호)+1388

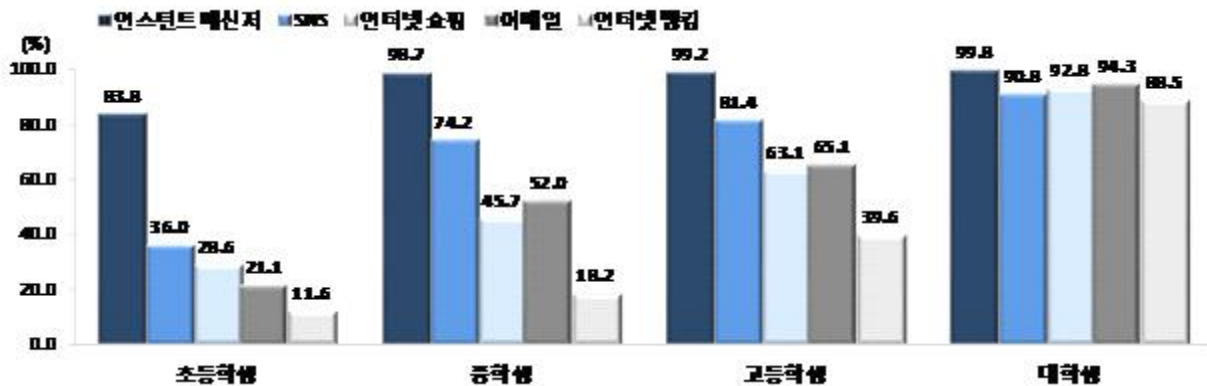
-출처: 여성가족부 인터넷(게임)중독 예방가이드 「청소년의 건강한 인터넷 사용 부모님이 도와주세요!」

## 1 인터넷·스마트폰 과의존! 무엇이 문제일까요?

최근 정보통신 기술의 발달과 컴퓨터 보급의 확대 등으로 가정과 학교에서 학생들이 인터넷을 접할 기회가 많아졌습니다. 다양한 정보를 쉽고 빠르게 얻을 수 있고 양질의 교육자료를 접할 수 있는 장점이 있지만, 이러한 정보통신기술의 급격한 발전은 유해정보, 스마트폰 과의존 등의 양면성을 지니면서 학생들의 삶 전반에 큰 영향을 미치고 있습니다.

또한 아이들이 여가시간에 인터넷이나 스마트폰을 너무 많이 이용하게 되면 아이들의 발달에 영향을 미칠 수 있습니다.

## 2 아이들은 스마트폰으로 무엇을 할까요?



자료: 과학기술정보통신부·한국지능정보사회진흥원, 「인터넷이용실태조사」

- '22년 초등학생이 이용하는 인터넷 서비스는 메신저(83.8%), SNS(36.0%), 인터넷 쇼핑(28.6%), 이메일(21.1%), 인터넷 뱅킹(11.6%) 순입니다.

## 2022년 10대 청소년 35.8%는 스마트폰 과의존 위험군!!!

- '22년 10대 청소년 10명 중 4명(35.8%)은 스마트폰 과의존 위험군입니다.
  - 중학생 39.6%, 고등학생 35.0%, 초등학생 30.5% 순입니다.
- '22년 10대 인터넷 이용 시간은 일주일에 27.6시간으로 전년 대비 10.0시간 증가하였습니다.

## 3

## 스마트폰 과의존일까요?

## 스마트폰 과의존 청소년 척도

요인	항목
조절 실패	✓ 스마트폰 이용시간을 줄이려 할 때마다 실패한다.
	✓ 스마트폰 이용시간을 조절 하는 것이 어렵다.
	✓ 적절한 스마트폰 이용시간을 지키는 것이 어렵다.
현재성	✓ 스마트폰이 옆에 있으면 다른 일에 집중하기 어렵다.
	✓ 스마트폰 생각이 머리에서 떠나지 않는다.
	✓ 스마트폰을 이용하고 싶은 충동을 강하게 느낀다.
문제적 결과	✓ 스마트폰 이용 때문에 건강에 문제가 생긴 적이 있다.
	✓ 스마트폰 이용 때문에 가족과 심하게 다툰 적이 있다.
	✓ 스마트폰 이용 때문에 친구와 갈등을 경험한 적이 있다.
	✓ 스마트폰 때문에 학업 수행에 어려움이 있다.

출처 : 한국정보화진흥원, 과의존 척도

※ 전혀 그렇지 않다(0점), 그렇지 않다(2점), 그렇다(3점), 매우 그렇다(4점)

※ 총점 31점 이상 : 고위험 사용자군

총점 30점 이하 - 23점 이상 : 잠재적위험 사용자군

총점 22점 이하 : 일반사용자군

## 스마트폰 과의존 상태의 특징

## 청소년

일상생활의 상당 시간을 스마트폰 사용에 소비하고 있으며, 대인관계 갈등이나 건강 문제 등이 발생함으로써 ICT 역량 발달을 저해시킬 위험성이 높은 상태

## 성인

일상생활의 상당 시간을 스마트폰 사용에 소비하고 있으며, 대인관계 갈등이나 건강 문제 등이 발생함으로써 ICT 역량 발휘를 억제할 위험성이 높은 상태

## 스마트폰 사용습관 확인

한국정보화진흥원 스마트쉼센터 누리집

'스마트폰 과의존 유아동척도' 활용

<http://www.iapc.or.kr>

## 4

## 스마트폰 과의존은 우리 아이들에게 어떤 문제가 생기게 될까요?

## 1. 우뇌증후군

- 스마트폰 동영상은 좌뇌만을 강하게 자극하여 우뇌 기능이 상대적으로 떨어짐
- 우뇌가 발달되어야 하는 직관적 사고기에 좌뇌만 발달하여 좌우 뇌 균형이 깨짐
- 충동성 과잉행동이 나타날 수 있음

## 2. 팝콘브레인(popcorn brain)

- 스마트폰 동영상 시청, 게임 등을 지나치게 오래할 경우 발생
- 즉각적인 반응이 나타나는 스마트폰에 몰두하여 뇌가 팝콘처럼 튀어 오르는 정보에만 반응하고 상대적으로 느린 현실에는 무감각해지는 현상

## 3. 학습능력 저해

- 빠르게 움직이는 동영상에 익숙해져 정적인 활동인 독서가 어려워짐
- 자극 -> 정리 -> 표현의 단계가 이루어져야 하는데 스마트폰의 경우 보통 '자극'만 이루어짐

## 4. 언어 발달, 정서 인지 발달에 악영향

- 스마트폰 동영상은 단방향으로 이루어져 '듣기', '말하기'의 양방향 소통 시간이 줄어들어 언어 발달의 기회 감소
- 가톨릭대 심리학과 발달심리연구실 실험결과 스마트폰 사용량이 많은 유아일수록 감정 조절 능력이 떨어짐





**‘만 2세’ 전에 아이가 스마트폰에 노출되지 않도록 지도해주세요.**

- ☞ 아이앞에서는 가급적 스마트폰을 사용하지 않도록 노력해 주세요.
- ☞ 과의존 예방 콘텐츠를 활용하여 지나친 사용은 건강에 해롭다는 것을 가르쳐주세요.



**교육용 ‘앱’보다는 ‘책’을 읽어주세요.**

- ☞ 아이와 함께 책을 읽으며 대화하는 시간을 늘려보세요.



**이른 시기에 노출됐다면, ‘단번’에 끊어주세요.**

- ☞ ‘일관적인’ 태도로 ‘단호하게’ 스마트폰에서 멀어지도록 지도해주세요.



**자녀와 보호자의 사용습관을 함께 점검해보세요.**

- ☞ 스마트폰 과의존 척도를 활용해 사용 습관을 확인해보세요.



**자녀의 스마트폰 이용문화를 이해하고 관심을 갖도록 노력해 주세요.**

- ☞ 자녀가 스마트폰으로 무엇을 하는지, 어떤 앱을 사용하는지 살펴봐 주세요.
- ☞ 자녀의 학교생활, 친구관계, 스트레스에 대해 관심을 기울여주세요.



**자녀가 스마트폰 사용 규칙을 스스로 정할 수 있도록 격려해주세요.**

- ☞ 스마트폰 사용에 대해 충분히 대화하여 실천할 수 있는 규칙을 정해보세요.
- ☞ 함께 정한 규칙은 가족 모두 숙지하고 지키도록 노력해주세요.
- ☞ 스마트폰을 끌 때는 자녀 스스로 끌 수 있도록 유도해주세요.



**자녀와 가까워질 수 있는 대안활동을 함께해주세요.**

- ☞ 다양한 활동을 함께하면서 자녀와 소통하는 시간을 가져보세요.



**자녀의 건전한 인터넷 및 스마트폰 사용습관은  
부모님의 관심과 지도로 만들어집니다!**

### PC유해정보차단-그린아이넷

다양한 매체를 통해 유통되는 유해정보로부터 학생을 보호하고 올바르게 방송통신정보를 이용하도록 구축한 ‘청소년정보이용안전망’입니다.



<http://www.greeninet.or.kr> 에서 설치파일을 다운받으시거나 포털사이트 ‘그린아이넷’ 검색을 통해 다운 가능합니다.

### 스마트폰 유해정보 차단

#### -스마트보안관, 아이스마트키퍼

청소년이 스마트폰에서 불법 유해정보(앱, 인터넷사이트)를 이용할 수 없도록 차단하고, 부모가 자녀의 스마트폰 이용정보 및 시간을 관리할 수 있는 모바일용 SW입니다. 부모 스마트폰에 설치한 경우 자녀의 스마트폰 이용시간 · 앱 · 웹사이트 관리, 자녀 스마트폰 이용 통계 확인이 가능합니다.

부모 및 자녀의 스마트폰의 애플 앱스토어, 구글 플레이스토어, T스토어 등에서 다운로드하여 설치 가능합니다.

## 1

## '교육활동'의 정의와 '교육활동 침해 행위'의 이해

### ※ '교육활동'의 정의

학교의 교육과정 또는 학교의 장이 정하는 교육계획 및 교육방침에 따라 학교의 안팎에서 학교장의 관리·감독하에 행하여지는 수업·창의적 체험활동·수련활동 등 현장체험활동 또는 체육 대회 등의 활동

### ※ 교육활동 침해 행위



### ※ 관련 법령

※ 교육공무원법 제43조 제1항 - “교권(敎權)은 존중되어야 하며 교원은 그 전문적 지위나 신분 에 영향을 미치는 부당한 간섭을 받지 아니한다”

※ 교원의 지위 향상 및 교육활동 보호를 위한 특별법(‘교원지위법’) 제 15조

① 제3항에 따른 관할청과 「유아교육법」에 따른 유치원 및 「초·중등교육법」에 따른 학교(이하 “고등학교 이하 각급학교”라 한다)의 장은 소속 학교의 학생 또는 그 보호자 등이 교육활동 중인 교원에 대하여 다음 각 호의 어느 하나에 해당하는 행위(이하 “교육활동 침해행위”라 한다)를 한 사실을 알게 된 경우에는 즉시 교육활동 침해행위로 피해를 입은 교원의 치유와 교권 회복에 필요한 조치(이하 “보호조치”라 한다)를 하여야 한다.

⑤ 교육활동 침해행위로 피해를 입은 교원의 보호조치에 필요한 비용은 교육활동 침해행위를 한 학생의 보호자(친권자, 후견인 및 그 밖에 법률에 따라 학생을 부양할 의무가 있는 자를 말한다. 이하 같다) 등이 부담하여야 한다. 다만, 피해교원의 신속한 치료를 위하여 교육활동 침해행위로 피해를 입은 교원 또는 고등학교 이하 각급학교의 장이 원하는 경우에는 관할청이 부담하고 이에 대한 구상권을 행사할 수 있다.

## ※ 교육활동 보호를 위해서 가정에서 할 수 있는 일은?

- ※ 아이들은 본능적으로 특정한 부분에서 자신에게 유리하게 이야기 할 수 있어요. 그렇기 때문에 아이가 보는 앞에서 선생님 험담이나 전화로 문제 제기를 하는 것보다는 아이의 다친 마음을 잘 들어주고 이후에 선생님께 연락을 하시는 것이 좋아요!

# 선생님과의 소통이 단절되지는 않을까요?



학생의 교육활동과 관련된 상담은 언제든지 열려 있습니다.



보호자 등은 교원의 정당한 교육활동을 침해하지 않는 범위 내에서 상담을 요청하시거나, 의견을 제안하실 수 있습니다.

단, 아래 사항에 해당하는 경우에는 답변을 거부하고 종결할 수 있습니다.

- ▶ 교원 개인의 휴대전화 또는 SNS로 민원을 제기하는 경우
- ▶ 교원의 사생활 등 교육활동과 무관한 민원을 제기하는 경우
- ▶ 교원의 직무 범위 외 사항 및 위법 부당한 사항을 요구하는 경우
- ▶ 합리적인 답변에도 불구하고 동일한 내용의 민원을 정당한 사유없이 3회 이상 지속적 반복적으로 제기하는 경우



# 그렇다면, 우리 아이 상담은 어떻게 신청할 수 있나요?



- ✓ 선생님과의 상담을 희망하실 경우,

**미리 '약속'을 잡아주세요.**

- ✓ 선생님이 사전에 **알려준 방법**으로 상담 예약을 잡습니다.

※ 상담을 신청하는 구체적인 방법은 학교 상황 등에 따라 달라질 수 있습니다.

**방법 1**

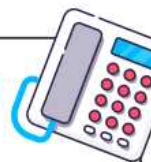
학교 대표번호, 학교 누리집 등을 통해 신청하기

**방법 2**

안심번호 등을 통해 신청하기



상담을 신청하고 희망하는 일시, 내용 등을 미리 알려주세요.  
선생님이 상담을 준비하는 데 도움이 됩니다.





# 학교 감염병 예방교육

## 1. 기본 원칙

- ▶ (개인위생수칙) 비누로 손 씻기, 창문개방 환기, 기침예절 준수 등 개인면역 향상을 위한 노력
- ▶ (유증상자 관리) 법정 감염병이 의심되면 의료기관에서 진료 후 등교 여부 상의
- ▶ (교내 확산방지) 수시로 방역 관리, 확진자를 등교 중지하여 교내 확산 방지

## 2. 등교중지 및 출석 인정

### 〈등교중지 근거〉

- 학교보건법 제 8조에 의거 학교의 장은 감염병에 감염되었거나, 감염이 의심되거나, 감염될 우려가 있는 학생 및 교직원에 대하여 대통령령이 정하는 바에 따라 등교를 중지시킬 수 있습니다. 이는 일정 기간 학교에 나오지 않고 가정에서 치료·요양하도록 하여 모두의 건강을 보호하기 위한 조치입니다.

### 가. 감염병에 걸리면 어떻게 하나요?

- ① 병원진료 후 담임선생님께 연락
- ② 가정에서 휴식(등교중지 - 전염 예방을 위해 학원도 가지 말 것)
- ③ 완치 후 병명과 격리기간, 감염병 여부 등이 명시된 의사 소견서 또는 진료확인서를 학교로 제출(해당기간 출석으로 인정됨)

### 나. 흔히 발생하는 법정감염병의 종류

- 법정 감염병과 전염력이 강한 질환이라고 의사가 진단한 질환
- 학령기에 걸리기 쉬운 감염병 (※ 학생의 상태에 따라 등교중지 기간 및 질병 상황 변화 가능)

병명	증상	등교 중지 기간
홍역	귀 뒤에서부터 발진, 발열	발진 후 5일 까지
수두	발열과 동시에 발진, 수포, 가려움	모든 발진이 딱지가 될 때까지
유행성 이하선염	발열, 귀 밑이 부어오름	귀밑의 부어오른 것이 가라앉을 때까지
독감(인플루엔자)	고열, 근육통, 기침, 콧물 등	해열제없이 24시간 정상체온을 유지한 경우
A형간염	고열, 권태감, 식욕부진, 오심, 복통, 황달	감염자의 경우 증상 발생 후 2주간
결핵	2주이상 기침, 가래, 미열, 피로, 식욕부진	약물치료 시작 후 2주까지

### 3. 호흡기 감염병 예방 5대 예방수칙

#### 호흡기 감염병 예방 5대 예방수칙



##### 첫째, 기침예절실천

- ① 호흡기 증상 있을 시 마스크 착용하기
- ② 기침할 때는 휴지와 옷소매로 입과 코 가리기
- ③ 기침한 후에는 비누로 손씻기
- ④ 사용한 휴지나 마스크는 바로 쓰레기통에 버리기

##### 둘째, 올바른 손씻기의 생활화

- ① 흐르는 물에 비누로 30초 이상
- ② 외출 전후, 식사 전후, 코 풀거나 기침·재채기 후, 용변 후 등
- ※ 비누로 손 씻으면, 호흡기 감염병 5명 중 1명이 예방 가능



##### 셋째, 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기



##### 넷째, 실내에서는 자주 환기하기

- ① 하루에 최소 3회, 매회 10분 이상 창문 열기
- ② 학교, 어린이집 등 공공시설에서는 출입문과 창문을 동시에 열기



##### 다섯째, 발열 및 호흡기 증상 시 의료기관 방문하여 적절한 진료받기

### 4. 결핵 예방관리

OECD 주요 국가별 결핵 발병률은 인구 10만 명당 38.2명(2022년 기준)으로 여전히 높습니다. 일본의 4배, 폴란드의 3.3배 높은 발생률의 호흡기 감염병입니다. 생활 속에서 언제든지 감염되어 나와 가족의 건강을 위협할 수 있는 결핵입니다. 건강 보호를 위하여 결핵 예방법을 안내하오니, 개인위생수칙에 신경을 써 주시고, 환자 발생 시 아래 내용을 참고하시어 협조해 주시기 바랍니다.

1. 결핵이란?	결핵균이 몸속에 들어와 일으키는 만성적인 감염증입니다. 주로 폐에 발생하나 그 외의 폐, 림프선, 신장, 흉막, 뇌막, 척추나 관절 그 외 다른 곳에도 생길 수 있습니다.
2. 결핵의 감염 및 전파는?	결핵균은 결핵환자의 말, 기침, 재채기 등에 의해 공기 중에 나왔다가 다른 사람이 숨을 쉴 때 공기와 함께 들어가서 결핵을 일으킵니다.
3. 어떤 사람이 잘 걸리나요?	영양이 결핍된 사람이나 나이가 많거나 여러 면역력이 약한 사람에게 잘 발생합니다. 또한 최근에는 청소년들에게 집단적으로 발생하는 사례가 늘어나고 있습니다.
4. 어떤 증상이 나타날까요?	<b>★ 결핵 발병 후 초기에 나타나는 증상</b> ① <b>잦은 기침</b> : 기침은 가장 흔한 호흡기질환의 증상이다. 그러나 2주 이상 지속되면 결핵을 의심할 수 있다. ② <b>객혈</b> : 폐에서 피가 나는 것이 바로 객혈인데, 처음에는 선홍색을 띠다가 차츰 양이 줄어들면서 색이 검어진다. ③ <b>호흡곤란</b> : 병이 진행되면 약간의 움직임에도 호흡이 곤란해진다. ④ <b>무력감과 미열, 체중감소</b> : 무력감이나 쉽게 피로를 느끼고 기운이 없거나 식욕이 떨어지는 것도 일반적인 증상이다. 체중이 감소하고 미열이 있거나 잠잘 때 식은땀을 흘리기도 한다.
5. 진단은 어디서 받을 수 있나요?	고등학교 모든 학생들은 학교에서 매년 1회 X-ray 검사를 모두 시행하지만, 위의 증상이 있는 학생은 보건소나 병원에 가면 쉽게 검사를 받아 볼 수 있습니다.
6. 치료는 어떻게 이뤄지나요?	올바른 치료를 하면 전염성이 빨리 없어지므로 일상생활을 할 수 있습니다. 절대 고민하지 말고 학교 보건실이나 보건소, 병의원 등에서 상의한 후에 치료받도록 합니다. 또한 환자는 보건실에 꼭 알려주어야만 합니다.
7. 결핵 예방법	① 창문을 열어 환기를 자주 시키고 햇빛을 쬌도록 한다. (결핵균은 열과 햇빛에 약해 공기 중에 있다가 햇빛을 쬌면 소멸됩니다.) ② 자주 손을 씻어줍니다. ③ 만약 가족 중 누군가 결핵에 걸렸다면 가족 모두가 검사를 해야 합니다. ④ 충분한 단백질, 비타민 등 균형 잡힌 식사 습관과 충분한 휴식, 수면을 취합니다. ⑤ 결핵 증상이 있는 경우 반드시 보건소에 검사받으러 갑니다. ⑥ 결핵에 걸린 것으로 진단된 학생은 활동성일 때는 등교 중지되며 평소 기침과 재채기 시에 코와 입을 휴지로 가리며 정확한 약물복용을 통해 치료합니다.

# 흡연 및 약물 오·남용 예방교육

## 1

## 흡연예방교육

### □금연!가정에서부터 함께 해주세요.

본교는 ‘담배 연기 없는 건강한 학교’를 만들기 위해 학생, 교직원 및 학부모 대상 흡연 예방 교육을 실시하고 있습니다. 가정에서도 아래의 흡연 예방 자료를 바탕으로 자녀가 흡연환경에 노출되지 않도록 관심과 지도 부탁드립니다. 그리고 이번 기회에 사랑하는 자녀와 부모님의 건강을 위하여 가정마다 ‘담배 연기 없는 건강한 우리 집’을 만드는 계기가 되기를 바랍니다.

### 1. 청소년 흡연을 예방하기 위한 부모의 역할

청소년들의 흡연을 예방하는 데는 부모의 역할이 가장 중요하다고 합니다. 부모가 담배를 피우는 가정의 청소년일수록 흡연율이 높으므로 부모님도 함께 금연하셔야 합니다. 또한 자녀가 담배에 대한 호기심이나 또래 집단으로부터의 유혹, 압력을 이겨낼 수 있도록 부모님의 분명하고 단호한 신념을 보여주고, 그 신념이 자녀와 일치하도록 노력해 주시기 바랍니다.

- 부모님께서 흡연하는 경우라면 강한 의지로 금연을 실천하는 모습을 보여 주십시오!!

(금연 가정의 자녀들은 별다른 어려움 없이 금연에 성공할 확률이 매우 높습니다.)

- 자녀에게 혹은 가족에게 담배 심부름을 시키지 않습니다.

- 자녀가 함께하는 장소에서 담배를 피우지 않기를 바랍니다.

➡ 간접흡연으로 인한 피해를 받습니다.

※간접흡연(강요된 흡연): 흡연자가 내뿜는 담배 연기와 담배가 타면서 발생하는 연기를 옆에 있거나 주변에 있는 다른 사람이 들이마시므로써 담배를 피우는 것과 같은 효과가 생기는 상태

➡ 어른이 되면 담배를 피워도 되는 것으로 인식하게 됩니다.

➡ 흡연 시 발생하는 독성물질 중 가스 형태의 화학물질은 벽, 가구, 옷, 장난감, 집 먼지 등의 표면에 부착한 뒤 몇 시간~몇 달 장기간 재배출(3차 간접흡연)됩니다.

- 가족과 함께 외식 시에는 금연 지정 음식점을 이용하도록 합니다.

- 자녀가 흡연하는지 잘 살펴주시고 금연에 대한 확고한 의지를 전하되 무엇보다 사랑으로 대화를 나누어 주시기 바랍니다.

- 자녀와의 의미 있는 대화시간을 가지세요! 청소년들에게는 그 어떤 금연운동보다 부모님의 관심과 사랑이 필요합니다.

### 2. 청소년 흡연의 특징

영향 요인	청소년 흡연의 특성
흡연 시작 시기	만13세 ~ 만15세 사이에 가장 많이 시작(최근 연령이 점점 낮아짐.)
가족 흡연	흡연자가 있는 가정의 자녀들이 흡연을 많이 함
학교생활	학교생활에 불만족할수록, 흡연하는 친구와 어울리는 시간이 길수록, 흡연하는 친구가 많을수록 흡연을 많이 함
학생이 인지하는 부모의 반응	부모가 자신의 흡연 여부에 관심이 없거나 인정할 것이라고 생각하는 학생일수록 흡연을 많이 함
부모의 양육태도	부모가 거부적, 통제적이라고 생각할수록 흡연을 많이 함
정 서	불안감이 높고 자아존중감이 낮을수록, 자기 통제력이 낮을수록 흡연을 많이 함

### 3. 청소년 흡연의 폐해

- 가. 청소년 흡연은 두뇌 활동에 영향을 주어 기억력과 성적이 떨어집니다.
- 나. 청소년 흡연은 니코틴 중독이 심하고 금단현상이 쉽게 나타나 금연이 어렵습니다.
- 다. 청소년 흡연은 키 성장을 방해하고 폐를 비롯한 신체 장기에 무서운 병을 일으킵니다.

### 4. 청소년기에 또래 친구가 미치는 영향

술이나 담배를 권유하는 친구에게 ‘NO!’라고 말하도록 가정에서부터 교육시켜 주세요.

- 가. 고마워! 그러나 오늘 저녁은 마시고 싶지 않아
- 나. 속이 메스거려 술은 안 마시는 것이 좋겠어.
- 다. 난 장염 치료 중이라 술은 마실 수 없어.
- 라. 폐가 약해서 담배를 피우면 기침을 심하게 해.
- 마. 난 오렌지 주스가 좋아. 주스 마실래.
- 바. 요즘 유행하는 게임, 노래 등으로 화제를 바꾼다.
- 사. 우리 농구 하러 가지 않을래?
- 아. 난 지금 가야 해. 영화 볼 약속이 있어

### 5. 흡연 예방 건강지킴이

「국민건강증진법」에 의하면 학교건물은 운동장을 포함한 **전체 금연구역**으로 지정하여 운영하고 있습니다.

우리의 청소년은 나라의 기둥이며 미래입니다. 그러나 현재 **청소년 및 여성 흡연 인구는 꾸준히 증가하고** 있습니다. 청소년 흡연은 우리나라의 미래를 짊어질 세대라는 점에서, 여성 흡연은 태어날 2세의 건강에 유해하므로 그 피해는 일반 성인보다 더 큽니다.



이미지 출처: 보건연구회

이에 우리 아이들을 흡연의 유혹으로부터 지키고, 간접흡연의 위험으로부터 보호할 수 있는 “**건강지킴이**”가 되어주시길 부탁드립니다.

※ 「국민건강증진법」 제9조제6항 개정('24.8.17. 시행)으로 학교주변 금연구역 확대

구분	현재(24.8.16.까지)	향후(2024.8.17.부터)
지정 대상	■ 「유아교육법」에 따른 유치원	■ 「유아교육법」에 따른 유치원 ■ 「초·중등교육법」에 따른 학교
지정 범위	■ 시설 경계로부터 10미터 이내	■ 시설 경계로부터 30미터 이내
지정 주체	■ 특별자치시장·특별자치도지사·시장·군수·구청장	

## 1. 마약류란?

마약류란 일반적으로 느낌, 생각 또는 행태에 변화를 줄 목적으로 섭취하여 정신에 영향을 주는 물질을 말합니다. 마약류는 대뇌 중 마약만을 선택적으로 받아들이는 수용체에 특이적으로 결합하여 특유의 효능을 유발하며, 의료용으로는 주로 진통제나 마취제로 사용된다. 이를 오락용 또는 행복감을 느끼기 위해 오·남용을 하게 되면 신체적·정신적 의존성을 유발하게 됩니다.

약물남용은 **의학적 상식, 법규, 사회적 관습으로부터 이탈하여 쾌락을 추구하기 위하여 약물을 사용하거나 과잉으로 사용하는 행위**를 말합니다.

## 2. 최근 발생한 10대 마약 사건

- ▶ 고등학생 3명이 범행을 공모하여 텔레그램 채널로 마약을 판매하다 적발
- ▶ 충북 음성군 10대(18세) 집에서 마약 성분이 있는 ‘환각 버섯’을 집에서 재배해 캡슐 형태로 가공하여 판매하다 적발
- ▶ 2022년 10대 청소년들이 마약성 진통제인 펜타닐 패치를 불법 투약 및 유통한 혐의로 무더기 적발



## 3. 어떻게 학생들을 지킬 수 있을까요?

\* 마약은 생각보다 가까이 있습니다.

SNS의 발달로 피자 한 판 가격으로도 마약을 구할 수 있습니다. 더불어 ‘아이스’ ‘작대기’, ‘캔디’ 등의 친숙한 은어를 사용하여 아이들에게 접근하고 있으며 텔레그램 같은 특정 SNS에서는 학생들에게 친숙한 ‘이모티콘’을 암호화하여 마약을 광고하고 있습니다. 그러니 학부모님들께서는 대화나 상담을 통해 학생들의 인터넷이나 커뮤니티 사용 습관을 주시하고 점검해 주세요.

\* 마약을 경험하게 되는 공통점을 주목!

청소년의 마약 구매 이유는 대부분 ‘호기심’입니다. 학생들에게 마약의 중독성과 위험성을 가감 없이 사실적으로 교육할 필요가 있습니다.

\* 신고는 필수입니다.

마약이나 마약성 약물 판매가 의심되는 상황을 마주하게 되면 긴급범죄 **신고전화(112)**로 꼭 신고하도록 지도해주시고 중독 상담이 필요한 경우에는 ‘**한국마약퇴치운동본부**’(1899-0893)로 연락하여 상담받을 수 있습니다.

★ **한국마약퇴치운동본부**(<http://www.drugfree.or.kr/>)

- ▶ 마약류 및 약물남용 예방상담소의 전국 상담 대표전화 : **1899-0893**
- ▶ 한국마약퇴치운동본부는 마약류 및 약물남용에 대한 고민이 있으시거나 상담을 원하는 경우 전화/면접상담, 편지/PC상담 등이 가능하며 필요에 따라 심리검사를 실시하고 있습니다.
- ▶ 상담, 재활동의 바로가기 ☞ <http://www.drugfree.or.kr/counsel/index.html?contentsNum=4>

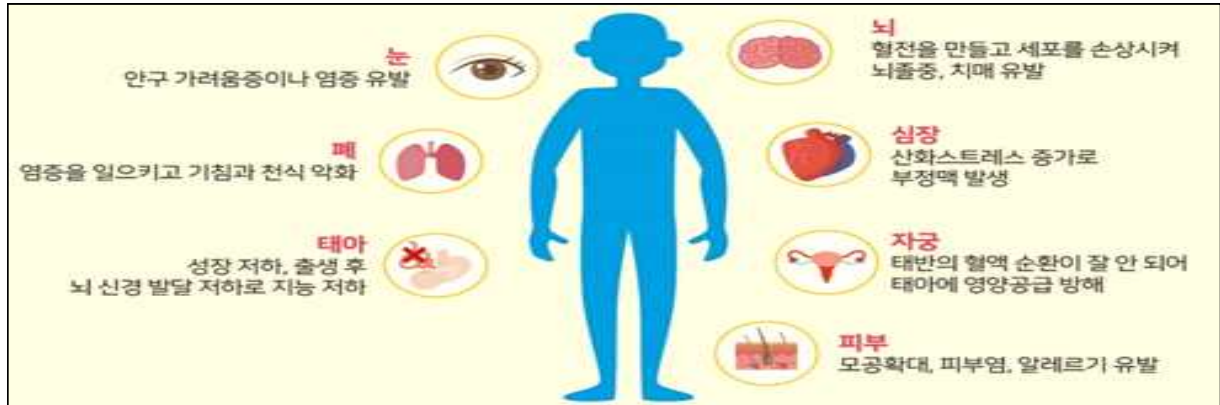
## 고농도 미세먼지 대응 요령

### 1. 미세먼지 농도 및 예, 경보 상황 확인 방법

※ 스마트폰 ‘에어코리아’ 앱 설치

- (설치방법) ‘플레이 스토어’ 또는 ‘앱 스토어’에서 ‘에어코리아’를 검색하여 다운로드
- 미세먼지 예보 결과 및 지역별 경보발령 상황 제공

### 2. 미세먼지의 위해성



### 3. 고농도 미세먼지 발생 시 대응 요령

가. 외출은 가급적 자제하기 실외 모임, 캠프, 스포츠 등 실외 활동 최소화

나. 외출 시 보건용 마스크(식약처 인증) 착용하기

※ 폐기능 질환자는 의사와 충분히 상의 후 마스크 사용 권고

다. 외출 시 대기오염이 심한 곳은 피하고, 활동량 줄이기

※ 호흡량 증가로 미세먼지 흡입이 우려되는 격렬한 외부활동 줄이기

라. 외출 후 깨끗이 씻기

※ 샤워하고, 특히 필수적으로 손·발·눈·코를 흐르는 물에 씻고 양치질하기

마. 물과 비타민C가 풍부한 과일·야채 섭취하기

※ 노폐물 배출 효과가 있는 물, 항산화 효과가 있는 과일·야채 등 충분히 섭취하기

바. 환기, 물청소 등 실내 공기질 관리하기

아. 대기오염 유발행위 자제하기

※ 자가용 운전 대신 대중교통 이용, 폐기물 태우는 행위 등 자제하기

### 4. 미세먼지 질병 결석 절차 안내

가. 기저질환(천식, 아토피, 알레르기, 호흡기질환, 심혈관 질환 등)을 가진 민감군임을 인정한 의사의 진단서(또는 의견서)를 학교에 제출합니다.

나. 등교시간대 거주지 또는 학교 주변 실시간 미세먼지가 나쁨 이상 인 경우, 학부모가 학교에 사전 연락(담당선생님께 전화 또는 문자) 합니다.

다. 결석한 날부터 5일 이내에 결석계를 제출하여 학교장의 승인을 받으면 질병결석이 인정됩니다.(※ 결석계 제출시 첨부하는 증빙서류는 학기 초 최초 제출한 진단서로 해당학기 질병결석 증빙을 갈음할 수 있습니다.)

※ 단, 학생의 각 학년 과정의 수료에 필요한 출석일수는 해당학년 수업일수의 3분의 2이상이 되어야 함



## 가정과 함께하는 성희롱·성폭력 예방교육

성에 대한 올바른 지식과 성가치관 형성에 대한 교육은 가정에서부터입니다. 또한 자녀들이 청소년기 뿐만 아니라 앞으로 행복한 삶의 중요한 밑거름이 됩니다. 자신과 타인의 안전과 행복을 위해 배려와 책임 있는 행동을 할 수 있도록 학부모님의 지도가 필요합니다.

### 1 성교육에 임하는 부모님들이 가져야 할 자세

가. 성교육을 위해 부모들이 먼저 변화해야 합니다.

- 성에 대하여 엄격하며 금기시하는 자세에서 벗어나 자연스러운 생활의 일부로 인식합니다.

나. 자녀들의 성적 성숙을 인정하여 현실 감각을 갖고 개인적 특성을 고려해야 합니다.

다. 부모가 일상생활 속에서 모범을 보여야 합니다.

라. 딸이나 아들 모두 이성의 성 발달을 이해할 수 있도록 지도해야 합니다.

마. 성교육은 과학적인 면과 사회적, 윤리적인 면을 병행하여 가르쳐야 합니다.

바. 질문에 답할 때는 당황하거나 회피하지 말고 불충분한 대답이라도 좋으나 거짓말은 하지 말아야 합니다.

- 성에 관한 설명은 구체적, 직접적으로 표현해야 합니다.

- 아이들 질문 뒤에는 숨은 질문이 있습니다.

사. 자연스러운 대화의 분위기를 만들어야 합니다.

아. 적절한 기회를 포착하여 성교육을 합니다.

자. 정확한 성 지식을 알고 있어야 잘 지도하므로 부모 자신도 올바른 성에 대해서 공부해야 합니다.

- 가장 좋은 성 교육자는 동성의 부모입니다.

차. 부부간에 존중하고 사랑하는 모습을 자녀 앞에서 자연스럽게 표현하도록 합니다.

카. 부모가 해결하기 어려운 문제는 전문교사나 상담 기관을 찾습니다.

### 2 성폭력에 대하여

상대방의 의사에 반하여 성을 매개로 동의 없이 발생하는 성적인 행위 모두를 말합니다. 성폭력이란 강간뿐만 아니라, 버스나 지하철 등에서 일어나는 성추행, 길거리나 직장 등에서도 일어나고 있는 성희롱, 성기 노출은 물론, 어린이 성추행, 음란 전화 등 성적으로 개인의 자율권을 침해하는 모든 신체적, 언어적, 정신적 폭력을 말합니다.

따라서 음란 통신이나 포르노-음란영화, 비디오, 만화, 컴퓨터 게임, 음란 도서 등의 제작 판매도 포함이 된다고 할 수 있습니다. 즉, 성폭력은 성폭행, 성추행, 성희롱, 사이버 성폭력으로 분류할 수 있습니다.

## 성폭력이란?



성폭력 : 성희롱, 성추행, 성폭행을 포함한 모든 신체적, 언어적, 정신적인 성적폭력을 포괄하는 광범위한 개념

성희롱 : 성적언어나 행동 등으로 성적 굴욕감을 느끼게 하는 것 (음란물, 음담패설, 음란전화)

성추행 : 일방적으로 행해지는 신체적인 접촉 (키스, 더듬기 등)

### 3 아무리 친한 친구 사이라도...

신체적으로 상대방을 괴롭히거나 만지는 행동, 그리고 상대방의 몸에 대해 놀리는 등 수치심을 주거나, 다른 사람에게 음란물 등 성적으로 불쾌감을 주는 영상, 사진 등을 보여주는 것 모두 성희롱에 해당될 수 있습니다.



▶ 성 인권 행동 지침 ◀

▶ 성매매에는 없는 것 ◀



중·고·생  
디지털  
성범죄  
예방교육



자료출처: 여성가족부

## 1. 디지털성범죄란?

디지털성범죄란 카메라나 인터넷과 같은 디지털 매체를 이용하여 상대의 동의 없이 신체를 불법 촬영하여 저장, 유포, 유포 협박, 전시·판매하는 등의 사이버 공간, 미디어, SNS 등에서의 성적 괴롭힘을 일컫는다.

### » 디지털성범죄 유형

- ① **불법촬영** : 카메라나 그 밖에 이와 유사한 기능을 갖춘 기계장치를 이용하여 타인의 동의 없이 그 사람이 신체를 촬영하는 행위
- ② **유포** : 타인의 성적 촬영물을 동의 없이 인터넷 등 정보통신망을 통해 유포하는 행위
- ③ **소비** : 동의 없이 유포된 촬영물을 다운 받거나 공유하고, 시청하는 행위

- 공공장소에서 불법촬영 후 게시(몰래 찍은 후 온라인유포)
- 성적촬영물 비동의 유포
- 디지털 그루밍** : 성착취를 수월하게 하고 범죄의 폭로를 막으려고 다양한 통제 및 조종기술을 사용하는 것  
(주로 아동청소년대상으로 일어남)
- 사이버 공간 내 성적 괴롭힘  
(단톡방 성희롱, 게임 내 성적모욕)
- 유포협박** (괴롭힘 등의 목적을 이루기 위해 유포협박)
- 재유포 및 제3자유포** (최초 유포 이후 2차유포)
- 사진 성적 합성 후 게시**  
(당사자의 동의 없이 유포하여 성적으로 이용)



### 디지털성범죄로 인한 피해가 발생했을 때 대처방안



#### 전문 기관 목록

- ▶ 여성가족부 디지털성범죄 피해자 지원센터 02)735-8994 (평일 10:00-17:00)  
온라인게시판(www.women1366/stopds)
- ▶ 한국사이버성폭력대응센터 02) 817-7959 (평일 10:00-17:00)
- ▶ 한국성폭력상담소 02) 338-5801 (평일 10:00-17:00)
- ▶ 한국여성인권진흥원 카카오톡 상담 (카카오톡 검색창에서 'women1366'으로 검색)
- ▶ 긴급전화 1366 (24시간 상담가능)
- ▶ 청소년사이버상담센터 1388 (24시간 전화 상담) #1388 (24시간 문자·카카오톡 상담)

### 디지털그루밍 대처방안

- 나이, 주소, 학교, 아이디, 전화번호 등 개인 정보 제공 요청
- 이유 없이 문화상품권, 게임 아이템 등 대가를 주겠다고 접근하는 사람
- 따로 메신저로 연결하자고 제안
- 부모에게 알리지 않고 따로 만나자고 제안
- 사진 및 동영상 제공 요청

거절하고 이런 제안이 있었음을 보호자에게 말하기



# 가정과 함께하는 양성평등교육

## 1. 양성평등의 개념

- 성이 다르다는 이유로 자유로운 인간으로서의 존엄성을 손상당해서는 안 되며,
- 정치적·사회적·경제적 및 문화적 생활에 참여하는 데 장애가 되어서도 안 되며,
- 가족과 사회의 번영에 동참하는 길이 봉쇄되어서도 안 되며,
- 인류에 공헌할 무한한 잠재력을 개발하는 데 막혀있어서는 안 된다는 개념입니다.

## 2. 양성평등 교육의 필요성

양성에게 균등하고 공정한 교육의 기회와 환경을 제공함으로써 남녀 모두 자신의 잠재적 능력을 완전히 발휘할 수 있도록 하기 위함

## 3. 양성평등 교육의 목적

청소년들로 하여금 성역할 고정관념의 문제점을 깨닫게 하고 양성 평등 의식을 키워줌으로써 남녀가 상호 존중하고 인정하며 조화를 이룰 때 진정한 삶의 행복을 누릴 수 있음을 알게 함에 있다.

## 4. 가정 내에서 부부간의 평등

### 평등한 부부란?

- 남편과 아내의 시간이 동등한 가치를 지니고
- 남성도 여성과 마찬가지로 설거지나 아이를 돌보는 것을 당연하게 생각하며
- 여성도 남성만큼 사회활동과 여가 시간을 가질 권리를 주장할 수 있는 부부

## 5. 가족의 변화는?

- 급변하는 사회적 조건에서 변화에 잘 적응하는 가족이 건강한 가족이다
- 비혼 세대, 한부모 가족, 조손 가족, 다문화 가족 등 가족의 형태는 다양해지고 있다
- 가족 내 갈등은 가족 경험의 과정이다.

## 6. 자녀양육에 있어서 평등

- 자녀에게 격려, 칭찬, 꾸지람 등을 할 때 자녀의 성별에 관계없이 동등하게 하십시오.
- 예절이나 단정한 용모는 남녀가 모두 갖추어야 할 덕목이라는 차원에서 가르쳐야 합니다.
- 가정생활을 영위하고 자녀를 양육하는 것은 남녀 공동의 책임이자 역할이라는 점을 강조합니다.
- 진로, 학업 선택 시 남녀 영역이 따로 있다는 고정관념을 배제하고, 자녀의 선택을 존중해 주어야 합니다.
- 아들이 친절하고 섬세한 감성의 소유자라면 칭찬해주고 그렇지 않다면 감성을 키워줘야 합니다.

# 가정과 함께하는 비만예방교육

## 1. 비만이란?

일반적으로 비만이라고 하면 체중이 많이 나가는 것(체중 과다)이라고 단순하게 생각하기 쉽습니다. 그러나 정확하게 비만증은 우리 신체 내에 지방세포의 크기가 커지거나 수가 많아짐에 따라 지방이 과다하게 축적된 상태를 말합니다. 특히 소아 비만은 지방세포의 수가 증가되는 것으로 일단 증가된 지방세포 수는 줄어들지 않기 때문에 성인 비만으로 이어질 가능성이 정상 어린이보다 75-80% 이상 높으며, 여러 가지 성인병의 발병 원인이 될 수 있기에 반드시 치료 및 예방을 해야 합니다.

## 2. 비만도 계산법

A) 비만도를 알기 위해서 표준체중을 먼저 구하기 --- ★  $\text{표준체중} = (\text{키} - 100) \times 0.9$

B) 비만도를 구하기 --- ★  $\text{비만도} = (\text{실제체중} - \text{표준체중}) \div \text{표준체중} \times 100$

C) 비만도를 적용해 보기

★ 비만이란 체중이 표준 체중보다 20%이상 되었음을 말합니다.

경도 비만:20% 이상-30% 미만, 중등도비만:30% 이상-50% 미만, 고도비만:50% 이상

## 3. 비만 관리법

- 식사를 거르지 않고 적당량을 규칙적으로 먹고, 20회 이상 씹어 먹기
- 간식은 정해진 시간에 조금만 먹기(야식 먹지 않기)
- 야채를 많이 먹고, 튀긴 음식, 인스턴트 음식을 적게 먹기
- 식사 후 바로 양치질하기
- 매일 30~60분 동안 땀이 나도록 운동하기
- 자신의 정상 체중을 알고 유지하기
- 책, TV 등을 보면서 음식을 먹지 않기

### ▶ 100Kcal를 소모할 수 있는 운동량 및 활동량

운동량 또는 활동량	소요시간 또는 횟수	운동량 또는 활동량	소요시간 또는 횟수	운동량 또는 활동량	소요시간 또는 횟수
천천히 걷기	28분	달리기	1.2km	팔굽혀 펴기	12회
빨리 걷기	10분	정지된 자전거타기	6분	수영	10분
계단 오르기	120계단	턱걸이	6회	탁구	10분
등산	24분	윗몸 일으키기	18회	배구	32분

### 1. 통합교육이란?

- 다양한 교육적 요구와 능력을 지닌 학생들이 함께 교육을 받게 하는 것입니다.
- 장애학생과 비장애학생이 사회적 활동이나 교수활동에서 의미 있는 상호작용을 하는 것입니다.

### 2. 통합교육은 모두를 위한 교육입니다.

- 장애에 초점을 맞추고 특별한 교육을 하는 것이 아닌, 누구나 참여를 가능하도록 합니다.
- 모든 학생들이 자신의 존재 자체를 인정받고, 서로의 다름을 존중하는 경험을 만들어 갑니다.

### 3. 통합교육을 꼭 해야 할까요?

- 「장애인 차별 금지 및 권리 구제 등에 관한 법률」에 의해 교육 기회와 정당한 편의를 보장하고 적절히 제공해야 합니다.
- 교육책임자는 장애인의 입학 지원 및 입학을 거부할 수 없고 전학을 강요할 수 없습니다.
- 교육책임자는 모든 교육활동에 있어 장애 학생의 참여를 제한하거나 거부할 수 없습니다.
- 교육책임자는 교육활동에 필요한 정당한 편의를 제공해야 합니다.

### 4. 통합교육의 장점은 무엇인가요?

#### < 비장애 학생 >

- 다양성 이해 : 다양한 배경을 가진 동료와 협력, 배려, 소통을 통해 다양성을 수용할 수 있습니다.
- 인권 감수성 향상 : 통합된 환경에서 다양한 학생들과 동등한 권리와 책임감을 공유할 수 있습니다.
- 리더십 함양 : 도움이 필요한 동료에게 도움을 제공하는 것을 통해 자기 효능감을 증진할 수 있습니다.

#### < 장애 학생 >

- 사회적 통합 : 비장애학생과 상호작용을 통해 사회적 기술을 익혀 지역사회로 참여를 준비합니다.
- 사회적 격차 최소화 : 또래와 함께 연령에 맞는 교육을 받으면서 분리 교육 경험을 최소화합니다.
- 자존감 향상 : 또래와 함께 동등한 교육 환경 안에서 자신의 능력을 기여할 수 있습니다.

### 5. 특수학급(열매반)을 소개합니다.

- 특수학급(열매반)은 특수교육대상자의 통합교육을 실시하기 위하여 일반학교에 설치된 학급입니다.

### 6. 모든 사람은 다양합니다.

- 우리는 모두는 다르며 학교에서 서로 다름을 알고 함께 어울려 사는 방법을 공부합니다.

- 우리 학교는 통합교육을 하는 학교입니다.-

# 공교육 정상화를 위한 선행교육 예방 교육

## I 선행교육 예방 정책이란?



### 공교육정상화법의 인의

- ✓ [시행 2014. 9. 12.] [법률 제12395호, 2014. 3. 11., 제정]
- ✓ [시행 2019. 3. 26.] [법률 제16300호, 2019. 3. 26., 일부개정]
- ✓ [시행 2022. 7. 21.] [법률 제18298호, 2021. 7. 20., 타법개정]

## II 선행교육 예방 정책의 규제 대상

“ 선행교육 예방 정책에서는 선행교육 및 선행학습 유발행위 등을 규제합니다. ”

시행 단위	규제 대상		규제범위	
초·중·고등학교	선행교육 (교육과정 편성·운영)	재학생	알서서편성	국가 교육과정 및 시·도교육과정을 앞서는 학교교육과정을 편성하는 경우
		재학생	알서서제공	편성된 학교교육과정을 앞서는 학교교육과정을 운영(제공)하는 경우
		입학 예정학생		입학 예정 학생을 대상으로 입학 후 학교교육과정을 미리 운영하는 경우
	선행교육 유발행위 (평가)	재학생	교과 평가 (지필·수행 평가)	학교교육과정에 따라 편성한 교과별 (학년별) 진도계획을 앞서서 평가하는 경우
		재학생	각종 교내대회	배운 범위와 수준을 앞서는 내용을 출제하여 평가하는 경우
		입학 예정학생		입학 예정 학생을 대상으로 상급학교 (입학 예정 학교)의 학교교육과정 내용을 출제하여 평가하는 경우
대학교	대학별고시	응시 학생	고등학교 교육과정의 범위와 수준을 벗어난 내용을 출제하여 평가하는 경우	



### III 선행교육 예방 정책의 주요 내용



#### 선행학습이 필요 없는 학교수업 실시

- 학교가 편성해서 공시한 교육과정의 범위와 수준 내에서 학교수업 및 놀봄프로그램 실시



#### 사교육 없이 준비할 수 있는 공정한 입학전형 마련

- 특성화중의 입학전형은 입학 이전 교육과정의 범위와 수준 내에서 실시
- 입학전형에 대한 선행학습 영향평가 실시



#### 선행학습을 유발하지 않도록 지도·감독 철저

- 교육부 및 시·도교육청에 교육과정정상화심의위원회를 구성하여 교육과정운영, 선행교육방지대책, 선행학습 영향평가 등 심사·의결
- 공교육정상화법 위반시, 학교 및 대학에 시정 및 변경 명령하고, 미이행시, 학생정원·학급·학과의 감축·폐지 등의 행·재정적 조치

### IV 선행교육 예방 정책의 효과

#### 01. 대학 입학전형(논술·적성·구술시험 등)의 선행 출제 해소

- ✓ 2016년에 비해 2017~2020년에 선행 출제·평가 금지 위반 대학의 비율과 수가 현저히 감소

#### 02. 초·중·고교 교육과정에서 선행교육 및 평가 출제가 현격히 감소

- ✓ 외고·자사고 등 일부 중·고교 입학전형의 선행 출제·평가를 포함하여 해당 내용의 위반 건수는 2016년에 23건에서 2019년에 5건으로 감소

#### 03. 학원 등의 선행학습 유발 행위 방지

- ✓ 학원 등의 위반에 따른 행정처분 건수는 2016년 393건, 2017년 234건, 2018년 24건, 2019년 7건으로 큰 폭으로 감소

### V 선행교육 예방 정책, 오해와 진실

Q 학생이 스스로 공부하는 선행학습도 금지되나요?

A

그렇지 않습니다. 「공교육정상화법」은 학습자가 자발성을 가지고 개별적으로 공부하는 선행학습까지 금지하지 않습니다.

Q 선행교육이 금지되면 학교 내에서의 교육 활동이 위축되지 않을까요?

A

그렇지 않습니다. 학교는 이전과 마찬가지로 국가수준 교육과정 및 시·도 교육과정 편성·운영 지침에 따라 교육과정을 재구성하여 가르치고 평가할 수 있습니다. 「공교육정상화법」은 학교에서의 선행교육을 금지하고 선행학습 유발 요인을 억제함으로써 학습 부담을 줄이고 학교 교육활동을 정상화하기 위한 것입니다.

Q 교과 간 혹은 교과 내 교육과정 재구성을 통해 교과 내 또는 교과 간의 일부 내용을 앞서서 가르치고 평가하는 경우는 선행교육에 해당하나요?

A

그렇지 않습니다. 학교의 교과 교육과정 재구성을 위해 교과별(학년별) 진도 계획을 편성 또는 수정하고, 이에 근거하여 일부 내용을 앞서서 가르치고 평가하는 것은 가능합니다. 다만 한 학기 단위를 넘어서는 재구성이 일어나는 경우에는 반드시 이를 정보 공시에 반영하여 계획과 운영의 불일치가 발생하지 않도록 유의해야 합니다.

Q 선행교육 예방을 위하여 학교와 교육청에서는 어떠한 노력을 하나요?

A

학교에서는 학부모와 학생들을 대상으로 연 1회 이상 연수를 실시하며, 교육청에서는 시·도교육청 차원의 점검단 또는 컨설팅 지원단을 운영하여 선행교육 예방을 위한 점검을 실시하고 있습니다.

