

2022학년도 여름방학계획서

(56204) 전라북도 정읍시 정읍사로 569 [https://school.jbedu.kr]

학부모님께

학부모님 가정에 행운이 늘 함께하시기를 기원합니다. 코로나19, 오미크론에 이어 최근 BA5 유행까지 다사다난했던 한 학기가 어느덧 마무리되고 내일부터 2022학년도 여름방학이 시작됩니다. 방학은 학습에 매진하는 학생들에게 재충전의 여유와 재도약의 기회가 공존하는 시간입니다. 계획적이고 능동적인 학습으로 부족한 과목을 보충하는 계기로 만들 수 있다면 더없이 보람된 시간이 될 것입니다. 그러나 한편으로 더위 때문에 자칫 리듬을 잃기 쉬운 만큼 학습 리듬을 조절하고 유지할 수 있도록 학부모님의 각별한 관심과 지도를 당부드립니다. 더불어 가정에서도 학생의 건강관리 및 거리두기 등 안전생활을 위한 규칙을 준수할 수 있도록 지도 부탁드립니다.

미래의 꿈이요 희망인 우리 학생들이 여름방학 중에도 교양을 넓히고 인격을 함양함과 아울러 학력 신장을 위해 알찬 시간을 보내도록 지도해 주시기 바랍니다.

2022. 7. 21.

정 읍 중 학 교 장

방 학 기 간	□ 2022. 7. 22.(금) ~ 8. 17.(수)	담당 비상연락망
	□ 개학일: 2022. 8. 18.(목) 08:30	

학생 유의사항 및 학부모 협조사항

- 실천 가능한 학습 및 생활계획표를 작성하여 자기 주도적 학습능력을 신장시킬 수 있도록 해주시시오.
- 진로 관련 체험활동을 할 수 있도록 지도해 주십시오.
- 인터넷(특히 불건전 사이트) 및 게임에 몰두하지 않도록 해주시시오.
- 건강한 생활(PC방, 흡연과 약물 남용 하지 않기, 음란물 보지 않기)을 실천해주시시오.
- 항상 학생 신분에 맞는 용의와 태도를 갖추도록 지도해 주십시오.
- 야외 단체 활동은 반드시 담임선생님 및 학교장의 사전허락을 받고 실시하도록 해주시시오.
- 학교폭력 예방에 적극 협조해 주십시오.
 - 집단따돌림.학생고충 상담/신고전화: 1588-7179 (학생고충상담전화)
 - 폭력 피해 발생 시: 학교(535-4374), 학교폭력신고(117)
- 각종 안전사고(수상안전, 오토바이 등 교통안전, 식중독사고, 자연재해 등)를 사전에 예방해 주시고, 사고가 발생했을 때는 신속히 학교에 연락 주십시오. ☎ (본교무실) 535-4374 (행정실) 535-4375

방학중 프로그램

순	행사명	장소	기간	대상(인원)
1	오케스트라 여름캠프 (여름방학 방과후학교)	정읍중학교	7.26.~7.28. 오전9시~오후3시	오케스트라 단원
2	길 위의 학교 자유여행	대전	7.22.(금) 7.29.(금)	3학년(7명) 1학년(5명)
3	생명수호대 러브레터 활동	산외	8.9.(화) 8.16.(화)	생명수호대 단원(10명)
4	한여름방의 청소년 과학캠프	김제 국립청소년농생명센터	8.6.(토) ~8.7.(일)	2학년(2명)
5	운동부(검도,배드민턴) 하계 강화훈련	정읍중학교	7.22.~8.18.	운동부

2022학년도 고입전형 일정

구분	전기고				후기고		
	특수목적고(4개교) (산업수요 맞춤형고) [4개교]	특수목적고(3개교) 특성화고(전문24개교, 대안4개교) 일반고(전문4개교, 예체4개교) [39개교]			특수목적고 자율형사립고 [2개교]	비평준 화 일반고 [54개 교]	평준화 일반고 [38개 교]
학교유형 전형일정							
내신사출 기준일	'22.9.30.(금)	'22.10.31.(월)			'22.12.16.(금)		
내신사출 완료일	'22.10.11.(화)	'22.11.7.(월)			'22.12.20.(화)		
원서교부 ·접수	'22.10.17.(월) ~10.20.(목) 17:00까지	특별 전형 (전문 계열)	'22.11.9. (수)~ 11.10.(목) 17:00까지	일반 전형	'22.11.22.(화) ~ 11.24.(목) 17:00까지	상산고: 2022.12.12.(월)~12.14.(수)	
						외국어고: 2022.12.19.(월)~12.21.(수)	
						일반고: 2022.12.26.(월)~12.28.(수)	
전형기간 (전형일)	'22.10.26.(수) -10.28.(금)		'22.11.11.(금)		'22.11.25.(금) ~ 11.29.(화)	자기주도학 습 전형일 '22.12.9.(금) ~23.1.2.(월)	
합격자 발표	'22.11.2.(수) 10:00		'22.11.14.(월) 10:00		'22.11.30.(수) 10:00	'23.1.2.(월) 10:00	
학교배정발표							평준화일반고 배정 '23.1.13.(금) 14:00
등록기간	2023.1.16.(월)-1.19.(목) 17:00까지 [전·후기고 공통 정시모집 등록기간]						
추 가 모 집	원서접수	2023.2.2.(목) - 2.3.(금) 17:00					
	전형일	2023.2.6.(월) - 2.7.(화)					
	합격자 발표	2023.2.8.(수) 10:00					
	등록기간	2023.2.13.(월) - 2023.2.14.(화) 17:00					
수시 추가	원서접수	2023.2.20.(월) - 2023.5.26.(금)					
	전형 및 등록기간	수시 추가모집 원서접수, 전형, 합격자 발표, 등록은 기간 내 수시 (다만, 입학시기는 교육과정 이수에 지장이 없는 범위)					
특기사항	* 전북과학교의 전형은 9월부터 / * 평준화 일반고 추가모집, 수시추가모집 없음						

가정통신문_안전사고 대처

I

코로나19 예방 및 대응

1. 방학중 코로나19 관련 일상 생활 수칙

- 방학 중에도 모든 가정에서는 매일 아침 '학생 건강상태'를 관찰합니다.
- 버스, 학원, 도서관 등 다수가 모이는 실내에서는 올바른 마스크 착용을 생활화합니다.
- 다중이용시설(놀이시설, 실내 체육시설, 종교시설, PC방 등)은 이용을 자제하고, 환기가 잘되지 않는 지하 공간, 밀폐된 시설은 이용하지 않습니다.
- 코로나19 발생지역 방문 및 불필요한 소모임을 자제합니다.
- 운동 등은 가급적 사람 간 거리두기(2m)가 가능한 야외에서 하도록 합니다.
- 코로나19 증상 발생 시 진료받고 집에 머물며 다른 사람과 접촉 최소화
- 특이사항 발생 시 담임교사에게 즉시 알려주시기 바랍니다.
(※ 학생 본인 진단검사 받은 결과 코로나 확진 등)

2. 방학 중 나이스 자가진단 시스템 일시 중단

- ◆ 코로나 확진시 대상학생 자가진단 시스템 실시 : 상시운영
- ◆ 방학 중 나이스 자가진단 시스템 일시 중단 : 7.22.(금)~8.10.(수)
- ◆ 운영재개: 8.11.(목)~

전교생을 대상으로 하는 나이스 자가진단 시스템을 방학 중 일시(7.22.~8.10) 중단합니다. 그러나, 방학 중에 코로나 확진판정을 받은 학생은 담임선생님께 즉시 알리고 자가진단 시스템을 실시해 주세요. 개학일 일주일 전인 8월11일부터는 전교생 자가진단을 재개합니다.

II

식중독 예방

1. 평소에 비누로 자주 손을 씻습니다.
2. 음식 조리 전, 음식 먹기 전, 화장실을 다녀온 후에는 반드시 손을 깨끗이 씻습니다.
3. 음식은 익혀 먹고 물은 끓여먹습니다.
4. 싱크대, 조리대는 주기적으로 전용세제, 소독제를 이용하여 세척, 살균을 하고 물기를 제거하세요.
5. 조리기구(칼, 도마 등)를 식품별로 구분하여 사용하여 2차 오염을 방지하세요.
6. 냉장고에 둔 음식도 상할 수 있으므로 주의합니다.
7. 길거리에서 파는 음식은 피합니다.
8. 식품은 유통기한과 포장상태를 꼭 확인합니다.

III

무더운 여름, 폭염에서의 건강관리

[일사병, 열사병 시 응급처치 방법]

- ▣ 일사병은 시원한 곳으로 옮겨 다리를 높게 해 뇌로 가는 혈액 순환을 원활하게 하고, 찬찜질을 해주면서 병원으로 옮기도록 합니다.
- ▣ 열사병은 방치하면 치명적인 손상, 사망에 이를 수도 있으므로 다음의 응급처치를 하면서 즉시 병원으로 옮깁니다.
 - 환자를 그늘진 시원한 곳으로 이동시킵니다.
 - 가능한 환자의 체온을 낮추도록 합니다. (환자의 옷을 냉수로 흠뻑 적시기, 얼음찜질, 선풍기등 이용)
 - 시원한 물을 마시게 합니다. 단, 의식이 없는 환자는 기도로 물이 들어갈 위험이 있으므로 절대 물을 먹이지 않습니다.
 - 체온을 낮추면서 즉시 병원으로 옮깁니다.

[폭염에서의 건강관리]

1. 충분한 양의 물 마시기: 운동 시는 매시간 1~2잔
2. 땀을 많이 흘렸을 경우: 염분과 미네랄을 보충
3. 험령하고 가벼운 옷을 입습니다.
4. 11시~3시 사이 야외활동을 삼가며 햇볕을 차단: 챙이 넓은 모자를 쓰고 자외선차단제 바르기
5. 냉방기는 적절히: 실내외 온도차를 5℃정도 유지
6. 운동 시는 자신의 상태를 살피며 강도를 조절하며 몸의 이상 증상(심장 두근거림, 호흡곤란, 두통, 어지러움)을 느낄 경우 즉시 휴식을 취합니다.

IV

물놀이 안전수칙

1. 수영을 하기 전에는 반드시 준비운동을 하고 구명조끼를 착용합니다.
2. 머리카락이 긴 사람은 묶거나 수영모를 씁니다.
(물놀이 중에 머리카락이 목에 감길 수 있습니다.)
3. 물에 들어갈 때는 갑자기 뛰어들지 말고 심장에서 먼 곳부터 (다리→팔→얼굴→가슴 순) 몸에 물을 적신 후 천천히 들어갑니다.
4. 물놀이 도중에 몸에 소름이 돋고 몸이 떨리며 입술이 파래지면 물놀이를 중단하고 옷이나 수건 등으로 몸을 따뜻하게 감싸고 휴식을 취합니다.
5. 물 깊이를 알고 있는 곳에서만 물놀이를 하고 다리에 쥐가 나면 즉시 물 밖으로 나옵니다.
6. 건강 상태가 좋지 않을 때, 배가 고플 때, 식사 후에는 수영을 하지 않고 물놀이 중에는 질식의 위험이 있으므로 껌이나 사탕을 먹지 않습니다.
7. 수영능력 과시는 금물, 무모한 행동은 하지 않고 위급할 때는 한쪽 팔을 최대한 높이 올리고 흔들어 도움을 요청합니다.
8. 물에 빠진 사람을 발견하면 주위에 소리쳐 알리고 즉시 119에 신고한다. 또한 구조경험 없는 사람은 함부로 물에 뛰어들지 않습니다.
9. 구조를 할 때에는 가급적 튜브, 장대 등 주위 물건을 이용해서 안전 구조를 합니다.
10. 호수나 강에서 혼자 수영하지 않고, 장시간 동안 수영하지 않습니다.

V

대중교통 이용 안전수칙

[오토바이 사고 원인 6가지]

1. 운전미숙 및 무면허 운전
오토바이 사고의 많은 부분은 경험부족 등의 운전 미숙과 무면허가 원인이다. 따라서 오토바이에 대한 바른 인식과 오토바이 운전의 위험성, 안전운전 등에 대한 충분한 지식을 습득한 후 운전하도록 해야 한다.
2. 보호막 없고 균형유지가 어렵다.
오토바이는 그 자체가 승차자를 보호하는 구조를 갖추고 있지 못하며, 균형을 유지하기가 어려운 구조적인 문제를 갖고 있다.
3. 자동차 운전자의 시야와 예측 범위를 벗어나기 쉽다.
오토바이는 차체가 작기 때문에 운전자의 눈에서 벗어나기 쉽고, 또 자동차 운전자가 오토바이를 인식하지 못하고 오토바이의 진로를 방해하며 진입해 들어올 수 있는데, 이 때 오토바이가 과속을 하였다면 피할 수 없는 상황을 맞이하게 된다.
4. 사각지대에 들어가기 쉽다.
자동차는 운전자가 확인하지 못하는 사각지대라는 곳이 있다. 자신의 오토바이가 운전자가 확인할 수 있는 위치에 있는 지 항상 생각해야 한다. 특히 오토바이의 작은 차체를 이용해 좁은 공간으로 파고드는 행위는 타인이 오토바이를 보지 못하는 실수를 유발하게 한다.
5. 오토바이를 신속한 교통수단으로 잘못 알고 있다.
오토바이 운전자는 대부분 오토바이가 교통 체중에 영향을 받지 않는 신속한 교통수단으로 알고 있다. 그러나 오토바이가 교통 법규를 준수하면서 정상적으로 운행한다면 결코 자동차보다 신속할 수 없다.
6. 교통수단 이외의 수단으로 이용되고 있다.
오토바이를 이용하는 목적에 따라 사고의 가능성은 달라진다. 스포츠 레저를 목적으로 오토바이를 운전하는 경우 대부분 속도를 즐기려는 성향을 갖고 있어 위험을 동반한 운행이 이루어지고 있다.

[오토바이 사고 예방 방법]

1. 보호 장구 착용을 반드시 한다.
2. 안전 속도를 지켜야한다.
3. 교통신호를 지켜야한다.

[버스의 안전한 이용방법]

1. 버스를 기다릴 경우 반드시 버스 정류장에서 기다리도록 해야한다.
2. 버스가 완전히 정차한 후 탑승하도록 하며 만약 버스를 보고 도로에 뛰어든 경우 버스의 사각지대에 학생이 들어가면 운전자는 미처 발견치 못하고 사고가 발생할 가능성이 아주 높기 때문에 주의해야 한다.
3. 버스를 탑승한 후에는 좌석이 있을 경우에는 좌석에 앉는 것이 교통사고 예방에 좋으며, 이때, 좌석에 앉아 있더라도 앞의 손잡이를 잡고 있어야 교통사고 발생 시 피해를 최소화 할 수 있다.

VI

학교 폭력 및 성폭력 예방

1. 눈에 띄는 화려한 옷차림을 하지 않으며 금품이나 귀금속을 들고 다니지 않습니다.
2. 어두운 골목이나 외진 곳으로 다니지 않으며 가능하면 혼자서 돌아다니지 않습니다.
3. 유해업소의 출입이나 불필요한 시내 배회를 하지 않습니다.
4. 친구에게 고운 말을 사용하며 잘난 척을 하거나 깔보는 듯 한 언행을 하지 않습니다.
5. 친구에게 혹시 폭력 피해를 당하게 되면 자신감을 가지고 대화로 당당히 맞서되 어려울 경우 자리를 피한 후 반드시 선생님이나 부모님께 알리도록 합니다.
6. 내가 직접 피해를 당하지 않았더라도 학교폭력 사실을 알았을 때는 바로 신고하도록 합니다. 그것이 내가 피해자가 되지 않는 길이다.

*학교 폭력 피해 신고요령

- 담임선생님 또는 학교의 다른 선생님 등에게 피해 상황을 정확하게 알립니다.
- 학부모에게 피해 상황과 나의 어려움을 호소합니다.
- 상담실로 전화 및 면접, 사이버상담을 할 수 있습니다.
- 경찰서에는 피해 상담과 본인 의사에 따라 신고 할 수 있습니다.