



5학년 ____ 반 ____ 번 이름 : _____

방학생활안내

- ☼ 방 학 기 간 : 2021년 7월 22일(목) ~ 2021년 8월 25일(수) (24일간)
- ☼ 개 학 일 : 2021년 8월 26일(목) 08:45~09:00 간 등교, 급식 실시
- ☼ 방과후 학교 : 2021년 7월 22일(목) 부터 해당 교실에서 시작
- ☼ SW AI 캠프 : 2021년 7월 22일(목) ~ 7월 23일(금), 9:00~11:50 (창의융합과학실, 4-8)
- ☼ 데이터터러시 캠프: 2021년 7월 26일(월) ~ 7월 27일(화), 9:00~12:00 (창의융합과학실)
- ☼ 도서관 개방 : 2021년 7월 22일(목) ~ 8월 25일(수) 09:00 ~ 12:00
(8월 23일~24일은 장서정리기간으로 개방하지 않음)

5학년 학부모님께

학부모님 안녕하십니까? 사랑스러운 자녀들이 여름방학을 맞아 학습의 장을 학교에서 가정으로 옮기게 되었습니다. 방학 중 귀 자녀가 가족의 따뜻한 사랑 속에서 **생활 속 거리두기**를 실천하며 평소 학교에서 경험하지 못한 학습을 체험으로 터득하고 특기를 계발할 수 있도록 도와주시기 바랍니다.

한 학기 동안 열심히 생활한 자녀들을 많이 격려해 주시고 즐거운 2학기를 맞이할 준비를 하도록 해 주십시오. 가정에 늘 건강과 행복이 함께하시길 기원합니다. 감사합니다.

2021. 7. 21. 담임 드림

안전한 여름방학을 보내요

1. 다중이용시설 이용 자제하기
2. 손 자주 씻기 (비누로 30초 이상)
3. 거리두기 실천하고 마스크 잘 착용하기
4. 교통안전 및 교통질서 지키기
5. 위험한 곳 가지 않기
6. 낯선 사람 따라가지 않기
7. 물놀이 시 준비운동, 안전수칙 실천하기
8. 외출 시에는 꼭 부모님께 말씀드리기
9. 인터넷이나 스마트폰 과다 사용하지 않기 (사이버 예절 지키기)

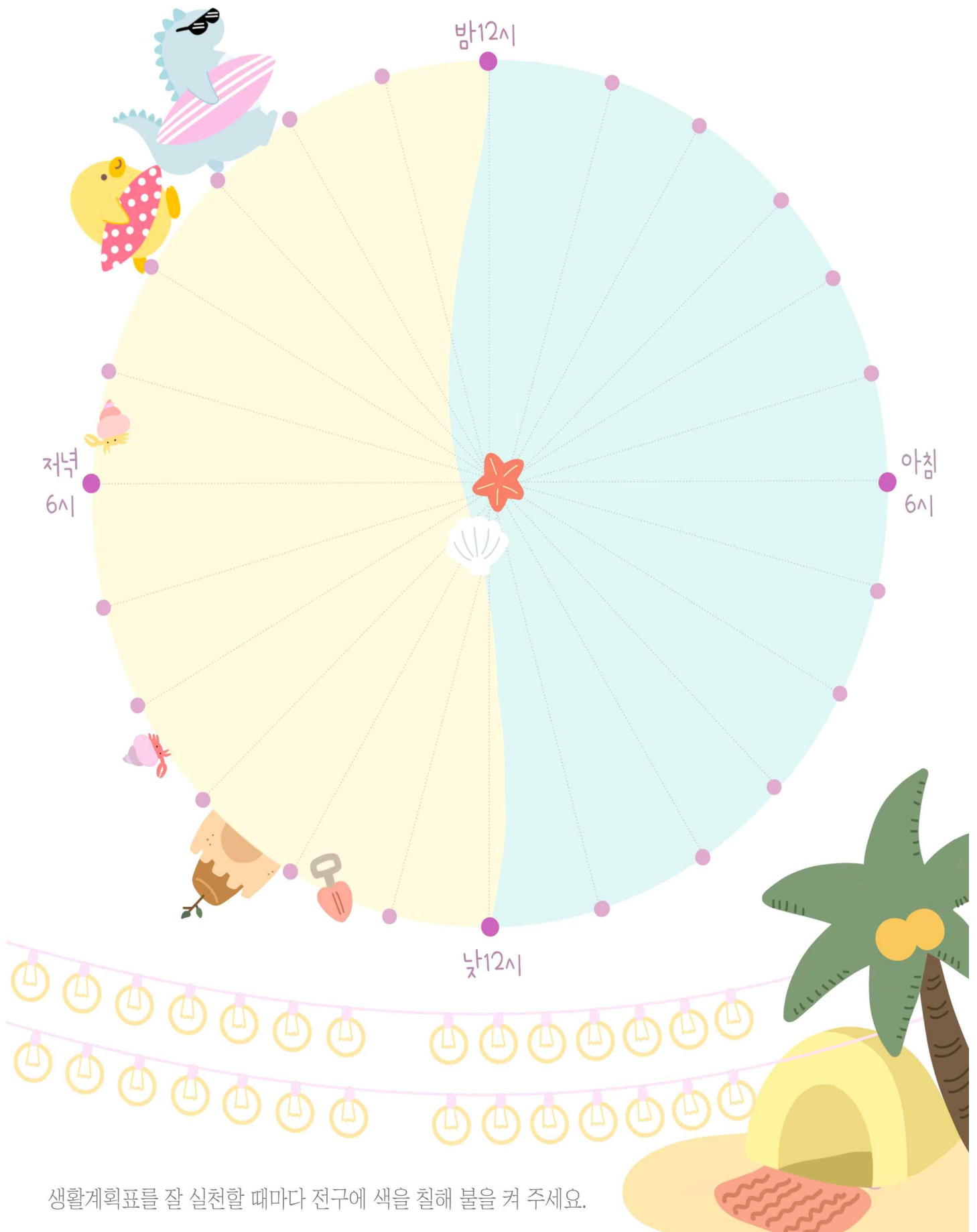
모두 해 봐요

1. 독서하기 - 방학동안 꾸준히 책 읽기
2. 운동하기 - 1인 1운동 실천하기
- 줄넘기 꾸준히 연습하기
3. 복습하기 - 1학기 학습내용 복습하기

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

▶ 선생님 전화 :

▶ 전주화정초등학교 교무실 : 270-8403



생활계획표를 잘 실천할 때마다 전구에 색을 칠해 붙을 커 주세요.



여름방학 생활 달력

일	월	화	수	목	금	토
			7/21	7/22	7/23	7/24
			방학식	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일
7/25	7/26	7/27	7/28	7/29	7/30	7/31
독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일
8/1	8/2	8/3	8/4	8/5	8/6	8/7
독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일
8/8	8/9	8/10	8/11	8/12	8/13	8/14
독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일
8/15(광복절)	8/16	8/17	8/18	8/19	8/20	8/21
독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일
8/22	8/23	8/24	8/25	8/26		
독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	독서 운동 학습 작한 일	개학식 (등교)		

- 독서 한 날은 총 () 일
- 공부 한 날은 총 () 일

- 운동 한 날은 총 () 일
- 착한 일 한 날은 총 () 일

나의 여름방학을 3문장으로 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: 063-250-3901(덕진 보건분소)

※ 진단검사 실시 할 경우, 담임교사에게 연락하기

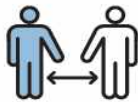
개인방역 5대 핵심수칙

· 핵심 수칙 메시지 ·



제1수칙

아프면 3~4일
집에 머물기



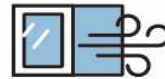
제2수칙

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 억지로 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