



2023학년도 여름방학 안내

삼례중학교
가정통신문 제83호
2023년 7월 21일

여름방학 및 개학 일정 안내

방학 기간	■ 방 학 일 : 2023. 7. 21.(금)	1학기 출석 일수 (2023.7.21.까지)	97일	여름방학 일수	31일
	■ 개 학 일 : 2023. 8. 22.(화) ■ 방학기간: 2023. 7. 22.(토) ~ 2023. 8. 21.(월)	2학기 출석 예정 일수	93일		

방학 중 생활 안전 및 안전 수칙 지키기

1. 외출 시 목적지와 일정을 부모님과 공유하기
2. 공중도덕 및 질서 지키기
3. 교통사고에 유의하고(오토바이 타지 않기, 자전거 이용시 안전모 착용) 각종 안전 사항 지키기
- 교통안전 생활화(사이트 참고) <https://trafficedu.koroad.or.kr:8443/home/main/index>
4. 유해시설에 가지 않기
5. 건강하고 친환경적인 여름방학을 위한 **기후 위기 1·1·9 실천**: 하루에 하나씩 지구를 구하자!
- **에너지 절약**: 설정온도 2℃ 높이기, 대기전력 차단, 물 절약
- **지속 가능한 소비**: 음식물 쓰레기 줄이기, 저탄소 제품 구매
- **친환경 이동**: 대중교통 이용 및 가까운 거리는 걸거나 자전거 이용
- **자원절약과 재활용**: 재활용 분리배출, 1회용품 사용하지 않기
- **자연보호 활동**: 피서지 탄소흡수원 지키기, 반려 식물 심고 가꾸기
- **‘앱’으로 실천하는 탄소중립 생활 실천하기**(‘기후행동 1.5℃’앱으로 여름방학 스쿨 챌린지 참여하기)
6. 잼버리 일일 방문 프로그램” 참여 권장
- 대상: 잼버리에 참가하지 않은 모든 사람
- 운영 일정: 2023. 8. 3.(목) ~ 8. 10.(목) 09시 ~ 18시 / 8. 6.(일) 미운영
7. 가족과 함께하는 현장 체험: 문화 유적지, 전적지, 예술회관, 박물관 등 견학하기
- 자연환경 보호하기, 지역사회 문화유산 보존하기
8. 물놀이 시 안전 규칙을 잘 지키며 안전사고 발생 위험 지역 가지 않기
9. 폭염에 주의하기
10. 온/오프라인 바른 언어 사용 습관 갖기
11. 사고나 폭력을 피하는 요령 숙지하기
가. 논쟁은 주먹이나 무기가 아닌 대화로써 해결하기
나. 가는 곳 안전한 길을 알아두고, 아울러 도움을 구할 수 있는 적절한 장소를 알아두기
다. 경찰, 학교, 행정 기관 그리고 부모님께 범죄자나 위험한 사람 신고하기
12. 성희롱, 성폭력을 피하는 요령 숙지하기
가. 낯선 사람 따라가지 않기
나. 야간에 외출 삼가기
다. 인적이 드문 곳에 가지 않기
13. 가정 폭력, 아동학대 등 발생 시 선생님과 상담하기
14. 학교폭력 신고 담임 선생님 또는 (☎ 117 학교폭력 신고 전화) 이용
- 문제가 발생하면 즉시 학교 또는 담임 선생님께 알리기(학교 전화: 291-2624)
15. 사행성 불법 도박 안 하기
- 온라인 상담: 한국도박문제관리센터 홈페이지(<http://www.kcgp.or.kr>)→**헬프라인**→온라인 상담
- 전화 상담: **국번 없이 1336** (24시간 365일 상담 가능)

여름방학 공통 과제

1. 학년별 7, 8월 필독 도서 읽고 독서일지 기록하기
2. 역사 관련 책 읽기 & 역사 관련 영상보기
3. 1학기에 배운 수학 용어 찾아보기
4. 1인 1악기(알토 리코더, 기타) 연주 & 음악 감상(관람)하기
5. 미술 작품 감상 & 찾아보기
6. 10분 줄넘기 운동 등 기초 체력 향상하기

비상 연락망

1. 담임 선생님 전화번호: (☎:)
2. 학생 비상 연락 (이름: ☎:) → 나 → (이름: ☎:)

방학중 상담 활동 안내

1. 방학 중 상담을 원하는 학생은 담임 선생님께 전화나 이메일을 통해 신청하면 됩니다.
2. 학교 홈페이지 <http://www.samrye.ms.kr>
3. 관내 상담기관 안내
(완주교육지원청 wee센터 ☎270-7640, 청소년상담복지센터 ☎063-1388 정신건강복지센터 ☎ 262-3066)
4. 학교폭력, 성폭력 피해자 치료 및 상담 ONE-STOP (지원센터 063-278-0117)
5. 365일, 24시간 청소년모바일 상담 (카카오톡 채널 '다 들어줄 개')

방학중 보건 알림



여름방학 보건 알림

- ☑ 학기 중 반복되는 증상이나 통증(두통, 복통 등)으로 병원 검진이 필요한 학생들은 방학을 이용하여 전문 병·의원 방문을 권합니다.
- ☑ 본인의 건강 상태를 잘 점검하여 **두통, 발열, 인후통 등 코로나19 의심증상이 있으면 즉시 병원진료 및 검사를 받도록** 합니다.
- ☑ 방학 중, **코로나19 등 감염병 확진 시 담임선생님께 연락**합니다.
- ☑ **충분한 휴식과 수분 섭취를 통해 온열질환 발생을 예방**합니다.
- ☑ 규칙적 식사, 충분한 수면, 꾸준한 운동을 통해 방학 중 건강관리를 소홀히 하지 않도록 합니다.
- ☑ 1학년 학생들은 방학 중 가정으로 송부되는 건강검진 결과서를 확인하여, 필요한 조치(병원 방문 등)를 취하도록 합니다.

교 무 실	☎ 291-2624
행 정 실	☎ 291-2625
주 소	(우: 55341) 전북 완주군 삼례읍 신금로 53 - 23

2023. 7. 21.

삼례중학교장