

즐겁게 행복하게 안전하게

# 2025 여름방학

신태인초등학교 4학년 1반 이름: ( )

- 방학기간 : 2025. 07. 25.(금) ~ 2025. 08. 12.(화) 13일간
- 개학일 : 2025. 08. 13.(수) 08:40 (5교시 수업 후 하교 / **급식 있음**)  
→ 책가방, 실내화, L자 파일, 필통, 개인 물통 등
- 국기 다는 날 : 2025. 08. 15.(금) 광복절
- 방학 중 주요 교육활동 안내
  - 늘봄캠프 운영 : 7.28.(월) ~ 8.1.(금) (5일간), 오전 9시~12시 10분(1일 4교시 운영)
  - 건강체력교실 운영: 7.28.(월)~8.1.(금) 오후 수업 13:00~14:30 / 8.4.(월)~8.8.(금) 오전수업 10:00~11:30
  - 학력향상캠프 운영: 8.6.(수), 오전 9시~12시 10분, 대회의실, 사전 참가 희망학생만 참여 가능
  - 여름방학 중 학교 도서관 미개방



## 학부모님께

안녕하십니까?

사랑하는 자녀들의 즐거운 여름방학이 시작되었습니다. 우리 아이들이 여름방학을 알차게 보내며 한층 성장하는 좋은 시간이 되었으면 합니다. 방학 중에 자녀들이 안전수칙을 잘 지키며 여행·견학 등 다양한 체험과 독서를 통해 성장의 기쁨을 누릴 수 있도록 도와주세요. 무엇보다 규칙적인 생활을 통해 건강을 지킬 수 있도록 살펴주시기 바랍니다. 부모님과 학생 모두가 행복한 방학을 보내고 건강한 모습으로 개학날 다시 만나기를 소망합니다.

2025. 7. 24.

4학년 담임교사 드림



## 여름방학 과제 안내

\* [공통과제]

- ① 일주일에 책 1권씩 읽기
- ② 1학기 수학 복습하기
- ③ 일주일에 3번 이상 운동하기  
(줄넘기, 걷기, 달리기 등)

\* 1인 1활동 실천하기

공통과제 이외에 방학 동안 실천하고 싶은 활동이 있으면 아래에 적고 실천해 봅시다.

※ 급한 연락 사항이 있을 경우, 학교 또는 담임선생님께 연락해 주세요.

■ 학교 전화(교무실): 063-571-2141

■ 담임선생님: 하이클래스-하이콜, 하이톡

즐겁게 행복하게 안전하게

# 2025 여름방학



## ♥ 물놀이 안전 수칙

1. 수영을 하기 전에는 반드시 ( 준비운동 ) 및 ( 구명조끼 ) 착용
2. 물에 들어갈 때는 심장에서 먼 부분부터 ( 다리 → 팔 → 얼굴 → 가슴 )
3. ( 소름 )이 돋고 ( 피부 )가 당겨질 때는 몸을 따뜻하게 ( 휴식 )
4. 물이 ( 갑자기 ) 깊어지는 곳은 특히 ( 위험 )!!
5. 건강 상태가 좋지 않을 때, 배가 고플 때, ( 식사 후 )에는 수영 NO!
6. 수영 능력 과신은 금물, 무모한 행동 NO!
7. 장시간 수영 NO! 호수나 강에서 ( 혼자 ) 수영 NO!
8. 물에 빠진 사람을 발견하면 주위에 소리쳐 알리고 즉시 ( 119 )에 신고
9. 구조 경험 없는 사람은 무모한 구조 NO! 함부로 물에 뛰어들면 NO!
10. 가급적 튜브, 장대 등 주위 물건을 이용한 안전 구조

## ♥ 건전한 인터넷 사용을 위한 다짐

### [인터넷 중독 예방법]

1. 할 일이 있을 때만 컴퓨터를 켜다.
2. 컴퓨터를 켜고 끄는 시간을 정해 꼭 지킨다.
3. 공부에만 사용하고 게임 시간을 줄인다.
4. 컴퓨터는 공개된 장소에 설치하여 사용한다.
5. 한 번에 오랜 시간을 사용하지 않는다.
6. 게임을 대신 할 수 있는 취미생활을 갖는다.
7. 잠은 정해진 시간에 잔다.

### [우리들의 약속]

1. 온라인 속의 나도 멋지게 만들자.
2. 가상공간에서 만난 사람도 존중한다.
3. 확실하지 않은 이야기는 퍼뜨리지 않는다.
4. 악의적인 댓글은 절대 금지!
5. 학생 신분에 어긋나는 행동을 하지 않는다.



즐겁게 행복하게 안전하게

# 2025 여름방학



## 긴급 상담 연락망

상담 서비스명	지원 내용	참여 방법
24시간 비대면 117상담	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 117 전문상담사의 전화, 문자, SNS 등 다양한 소통 채널 활용</li> <li>· 폭력, 따돌림, 인권침해, 아동학대 등 위기 학생 상담 지원</li> </ul>	· 117로 전화
상다미 쌤	· 실시간 모바일 심리상담서비스 (카카오톡 상담)	· 카카오톡 채널 추가(상다미 쌤)
다 들어줄 개	· 실시간 모바일 상담서비스	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 다 들어줄 개 어플 다운</li> <li>· 카카오톡 플러스 친구</li> <li>· 1661-5004로 문자 보내기</li> </ul>
한국 청소년 상담 복지 개발원 (청소년 사이버 상담센터)	· 카카오톡 상담 (채널명: 청소년상담 1388)	· ‘청소년상담1388’ 카카오톡채널 추가 후 상담자와 1:1 카카오톡 상담
	· 문자상담(#00001388)	· 휴대폰 문자메시지 받는 사람에 ‘#00001388’ 번호 입력 후 고민 내용 발송
	· 채팅상담	· 전문상담자와 1:1 실시간 채팅 상담
	· 게시판상담	· 게시판 글로 고민 상담, 24시간 안에 전문상담자의 답변 글 제공
	· 웹심리검사	· 대인관계, 진로, 성격/정서 등 간단한 심리검사 제공
	· 솔로봇상담	· 간단히 묻고 답하는 게임과 동영상을 통한 고민 해결
	· 이음e 온라인부모교육	· 자녀와 함께 성장하는 부모, 학교폭력예방교육, <b>다문화 부모교육 제공</b>
	· 고민해결백과	· 고민과 상담자의 답변을 카드 뉴스로 보면서 자기 스스로 상담이 가능한 콘텐츠
· 청소년 상담(☎1388)	<ul style="list-style-type: none"> <li>· (유선전화) 국번 없이 1388</li> <li>· (휴대전화) 지역번호+1388</li> </ul>	
한국상담학회	· 청소년 및 학부모 대상 전화 및 온라인 상담	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 전화 상담(1522-8872)</li> <li>· 코로나19 온라인상담 게시판(<a href="http://www.counselors.or.kr">http://www.counselors.or.kr</a>)</li> </ul>
한국심리학회	· 전화 및 온라인상담	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 전화 상담 (070-5067-2619, 2819, 05719)</li> <li>· 온라인상담(카카오 채널 검색창에 “심리상담” 입력 후 채팅 상담)</li> </ul>

○ 방문 상담

- Wee 센터 530-3082 (정읍교육지원청 후관 2층)

