



『행복한 배움터 세상을 꿈꾸는 우리』

디지털 기기 과의존 방지를 위한 가정에서의 자녀 지도 방안 안내



우)54860 전주시 덕진구 만성서로 96 063)717-1700(교무실), 717-1702(행정실) FAX)717-1707

학부모님께

학부모님의 가정에 행운이 깃들기를 바랍니다. 현재 우리 학교는 2024학년도 디지털 기반 교육혁신 연구학교를 운영하고 있습니다. 아이들이 디지털 기기를 활용하여 많은 것을 배우고 성장할 수 있는 시대에 살고 있지만, 이로 인한 과의존도 염려되는 사항 중 하나입니다. 우리 학교에서는 학생들이 건강하게 기기를 사용하도록 지도하고 있으며, 가정에서도 아래의 지침을 통해 자녀들이 디지털 기기를 바르고 건강하게 사용할 수 있도록 도와주시길 부탁드립니다.

1. 정해진 시간에 디지털 기기를 사용하도록 합니다.

자녀와 함께 일일 사용 시간을 설정하고, 가능한 한 그 시간을 엄수하도록 격려합니다. 식사 시간, 잠자리에 들기 전 등은 디지털 기기를 사용하지 않는 시간으로 정합니다.

2. 디지털 기기의 사용 목적을 명확히 합니다.

디지털 기기 사용 전, 사용 목적을 자녀에게 물어보고, 그 목적이 학습이나 필요한 정보 검색에 한정되도록 지도합니다.

3. 디지털 기기 사용 외 다른 대안 활동을 제공합니다.

디지털 기기 외의 다른 여가 활동(예: 스포츠, 독서, 악기 연주 등)을 적극적으로 권장하여 자녀의 관심사를 다양화시킵니다.

4. 기기 사용 시 신체적 건강을 해치지 않는 환경을 조성합니다.

자녀의 방이나 거실에서 디지털 기기 사용 위치를 조정하여, 충분한 조명을 확보하고, 화면과의 적절한 거리를 유지하도록 합니다.

5. 자녀와의 대화와 소통을 통해 긍정적인 환경을 조성합니다.

자녀가 온라인에서 경험하는 내용에 대해 자주 대화를 나누어, 디지털 환경에서도 올바른 가치관을 유지할 수 있도록 지도합니다.

6. 학부모님의 모범이 중요합니다.

부모님도 디지털 기기 사용 시간을 자제하고, 자녀에게 건강한 디지털 기기 사용 습관을 보여주어야 합니다.

우리 아이들이 디지털 기기를 효과적이고 건강하게 사용하는 데는 가정의 역할이 매우 중요합니다. 학교와 가정이 함께 협력하여 아이들이 디지털 기기를 올바르게 사용하면서 디지털 시민성을 기르며 바르게 성장할 수 있도록 학부모님들의 적극적인 지원을 부탁드립니다. 감사합니다.

2024. 5. 14.

전주양현초등학교장