



양현여름통신



본 교무실 : 249-6103
 1학년교무실 : 249-6174
 2학년교무실 : 249-6161
 3학년교무실 : 249-6136
 양현학사 : 249-6182
 행정실 : 249-6122
 FAX : 211-7725

발행일 2020년 8월 20일 | 발행인 김형택 | 편집인 신동현 | 주소 54862 전주시 덕진구 틀뚝2길 9 | <http://yanghyeon.hs.kr>

/ 학교장 인사말 /

양현고등학교 학생 여러분!

여름의 전령사인 매미는 유충인 굴뚝이에서 성충으로 다 자라기 까지 짧게는 3년에서 길게는 17년 동안 땅속에서 지내며 무려 15번의 탈피를 거쳐 성충이 된다고 합니다. 길고 지난한 세월을 견뎌낸 굴뚝이만 완벽한 『매미』가 되어 여름을 향유하는 전령사로 각광을 받는 것입니다.

“인간사에는 저절로 이루어진 것도 없고, 공짜로 이루어지는 것은 아무것도 없다”는 말을 사례로 들어보겠습니다.

피겨 스케이팅 김연아 선수는 연간 1800번도 넘게 엉덩방아를 찧으면서 점프연습을 했기 때문에 밴쿠버올림픽에서 금메달을 딸 수 있었고, 발레리나 강수진씨는 발톱이 빠지고 발가락 마디마디가 흥하게 튀어나올 때까지 시종일관 열정을 가지고 연습을 했기

때문에 세계적인 인물이 된 것입니다.

학생 여러분은 자신의 진로에 대한 탐색을 하고, 기본 원리 학습에 충실해야 합니다. 목표를 세워야 전략을 수립할 수가 있습니다. 진로 탐색을 통해 자신의 꿈을 실현하기 위한 계획을 세우고 위의 운동선수들처럼 실천하십시오.

자랑스러운 양현인 여러분!

코로나19로 인하여 힘든 시기를 보내고 있지만 주어진 시간을 즐기고, 이겨내고, 우리들의 목표점이 있는 정상을 향해 험난한 오르막길로 땀 흘리며 정진하여 이번 여름을 알찬 결실을 준비하는 성장의 계절로 만듭시다.

방학 안내 및 자기주도적학습 운영

여름방학 기간

- 2020.8.22.(토) ~ 8.31.(월) : 10일간
- 2020.9.1.(화) : 개학(08시 15분 까지 등교)

3학년 자기주도적학습 운영 기간

- 2020.8.24.(월) ~ 8.28.(금) : 5일간
- 운영시간 : 08:40 ~ 17:00



코로나19 예방 수칙



▶ 코로나19가 장기화 되면서 **건강한 생활습관을 유지하며 건강을 관리하는 것**이 매우 중요합니다.

▶ 안전한 여름방학 보내기

- (휴식) 집 또는 한 장소에서 휴식
- (안전) 올바른 마스크 착용 및 손씻기 철저, 밀폐·밀집·밀접 시설 등 가지 않기
- (여유) 한적한 곳 방문, 활동(activity) 보다는 휴식(relaxation)

▶ 영양관리 : 영양은 높이고, 열량은 낮추고

- 활동량 감소 시 활동량에 맞추어 음식 섭취량 줄이기
- 면역력 강화에 도움을 주는 과일, 채소 다양하게 섭취하기 (하루500g 이상)
- 체력유지를 위해 단백질 식품을 다양하게 섭취하기 (생선, 계란, 콩, 지방이 적은 육류 등)
- 갈증해소를 위해 탄산음료나 가당주스 보다 물을 충분히 마시기

▶ 신체활동 : 덜 앉아 있고, 더 움직이고

- 앉아 있거나 누워 있는 시간 줄이고, 가능한 한 30분마다 몸을 움직이기
- 스트레칭, 간단한 체조, 근력운동 동영상 보며 집 안에서 운동하기
- 텔레비전 시청, 휴대 전화 등을 이용하거나 컴퓨터를 사용할 때에도 짬짬이 일어나서 움직이기
- 일상생활에서 가능한 한 활동 늘리기(산책, 계단 오르기, 청소 등)
- 야외공간이나 환기가 잘 되는 실내에서 신체활동 하기

▶ 방학 중 이런 경우 즉시 학교에 알리기!!!

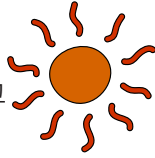
- 보건소로부터 자가격리통지서를 받은 경우
 - 가족 중 자가격리자가 있는 경우
 - 코로나19 확진 판정을 받은 경우
- *긴급연락망*
- 담임선생님 및 교무실 (249-6103)



여름철 건강, 안전 관리

1. 온열질환

- 가. 온열질환 발생시 구토와, 근경련 시 119 신고 후, 시원한 곳으로 옮긴 후 체온을 낮춘다.
- 나. 평소 물 자주 마신다.
- 다. 햇빛 강한 오후(오전12시~오후5시) 야외활동 삼간다.
- 라. 폭염주의보 : 1일 최고 33℃ 이상인 상태가 2일 이상 지속이 예상될 때.
폭염경보 : 1일 최고 35℃이상인 상태가 2일 이상 지속 예상될 때.
- 마. 기상정보 확인 : '위험기상정보포털(<http://kma.go.kr>)'



2. 물놀이

- 가. 수영 전 반드시 준비운동을 하고, 구명조끼를 착용한다.
- 나. 심장에서 먼 부위부터 물을 적시면서 들어간다.
- 다. 물 깊이를 알고 있는 곳에서만 물놀이를 한다.
- 라. 수영 능력을 믿고 무모한 행동이나 장시간의 수영을 피한다.
- 마. 다리에 쥐가 나면 즉시 물 밖으로 나온다.
- 바. 익사사고 발생 시 119 신고 후, 주변에 도움을 요청한다.
- 사. 페트병을 던져주거나 슬리퍼 등을 줄에 묶어 던져준다.
- 아. 유행성 결막염, 물놀이 눈병 등에 감염되면 즉시 안과 치료를 받고, 세수용품(수건, 대야, 비누 등)을 따로 쓴다.



3. 식중독

- 가. 식사 전 반드시 손을 씻고, 식사 후 양치질을 한다.
- 나. 상한 음식을 먹지 않고, 물은 식수나 끓인 물만 마신다.
- 다. 유효기간이 지나거나 보관상태가 나쁜 음식은 버린다.
- 라. 남은 음식은 밀폐용기에 넣어 냉장보관을 한다.
- 마. 식품 표시사항이 명확한 것을 구입한다.
- 바. 특정 식품에 알레르기 반응을 보이게 되면 병원을 방문하고, 평소 섭취하는 음식 중 원인이 되는 음식을 파악한다.



4. 교통안전

- 가. 거리 질서를 지키며 횡단보도와 육교 및 지하도를 이용한다.
- 나. 무면허 운전 및 오토바이를 운전하거나 타지 않는다.
- 다. 교통법규를 항상 준수한다.



5. 방학 중 단체(동아리) 활동 수칙 준수

- 가. 부모님·담임교사의 동의, 담당교사 동행, 학교장 허락 후 실시한다.
- 나. 학생 해외 연수 시 반드시 학교에 신고를 한다.



※ 사고 발생 시 곧바로 담임선생님과 학교에 연락을 한다.
(교무실 249-6103)

선행학습 금지



1. 관련법령 : 공교육 정상화 촉진 및 선행교육 규제에 관한 특별법

2. 선행학습은 학교 교육과정 정상화를 위하여 국가 법령에 의해 규제되고 있는 행위입니다. 선행학습은 학교는 물론 학생, 학원 등 교육관련 기관 및 대상 모두에게 적용되는 사항입니다. 이에 따라 학기 중은 물론 방학 중에도 선행학습과 관련된 행위는 금지되어 있습니다.

3. 용어의 의미

용어	주체	의미
선행교육	교육관련기관(학교)	학교 교육과정에 앞서서 편성 또는 제공하는 교육 일반
선행학습	학생	학교 교육과정에 앞서서 하는 학습
선행출제	교육관련기관(학교)	학교가 현재 편성한 교육과정과 다르게 다음 학기/학년/학교급에서 가르쳐야 할 내용을 각종 교내 시험에서 출제하는 것

4. 사교육 기관(학원, 교습소, 개인과외교습자)

: 선행학습을 유발하는 광고 또는 선전 금지

학생들이 지켜야 할 사항

1. 주유소, 식당 및 기타 유해업소에 취업하거나 아르바이트를 금지하며, 청소년 출입금지 구역 및 유해업소에 출입을 하지 않는다.
2. 약물을 오·남용하거나 흡연, 음주를 하지 않으며, 야영을 하거나 장거리 출타 시 반드시 학교에 신고를 하고 보호자를 동반한다.
3. 외출을 할 경우 부모님께 허락을 받고 용의복장을 단정히 하고 질서를 지키며 학생 신분에서 어긋난 행동은 하지 않는다.
4. 집단 괴롭힘이나 학교폭력에 해당하는 행위를 하지 않는다.
5. 자율적 봉사활동 실시 : 연간 20시간 이상 실시(권장)
6. 함께하는 전기 절약, 내가 먼저 실천하기 (에어컨, 전등, 전자제품 등)
7. 인권존중 및 건전한 성 가치관으로 성폭력, 성희롱, 성매매를 하지 않는다.



기숙사 안내

양현학사 2학기 입사 및 오리엔테이션

1. 일시: 2020.08.31.(월) 18:00
2. 장소: 양현학사(기숙사)
3. 참석대상: 입사생 및 학부모

※. 만일 코로나 증세로 입사가 어려울 경우 사전 연락
(010-9240-5356)

여름방학 추천도서

순	도서명	지은이	출판사
1	뉴욕도서관으로 온 엉뚱한 질문들	뉴욕공공도서관	정은문고
2	이솝우화로 읽는 철학이야기	박승익	이케이북
3	사춘기 문예반	장정희	서유재
4	수상한 질문, 위험한 생각들	강양구	북트리거
5	내가 공부하는 이유	사이토 다카시	걷는나무
6	나쁜 뉴스의 나라	조윤호	한빛비즈
7	선량한 차별주의자	김지혜	창비
8	우리도 행복할 수 있을까	오연호	오마이북
9	나는 나를 돌봅니다	박진영	우리학교
10	열두 발자국	정재승	어크로스
11	수학이 필요한 순간	김민형	인플루엔셜
12	아픔이 길이 되려면	김승섭	동아시아
13	숨결이 바람될 때	폴 칼라니티	흐름출판
14	인간은 필요없다	제리 카플란	한스미디어
15	미술에게 말을 걸다	이소영	카시오페아
16	소년이 온다	한강	창비
17	산자들	장강명	민음사
18	당신이 반짝이던 순간	이진순	문학동네
19	별새	김보라 외	아르테
20	식탁위의 세계사	이영숙	창비

방학생활 중 긴급 상담 연락망

전화 상담

- 학교폭력신고센터 전화(☎117)운영
- 청소년 긴급전화 ☎ 1388(청소년상담복지센터) 운영

사이버 상담

- Wee센터 홈페이지 : <http://www.wee.go.kr>
- 청소년 사이버상담센터 홈페이지 : <http://www.cyber1388.kr>

방문상담 안내 - Wee 센터

지역	전화	위치
전주 덕진	253-9214	덕진구 진북동 진북초등학교 내
전주 완산	253-9523	완산구 태평동 전주초등학교 내

2020학년도 교육과정 운영 연간 계획표(8.21.기준)

[2학기]

양현고등학교

월	수업일수				교육행사											
	학년 구분	1	2	3	월	화	수	목	금	토	일					
8	휴무일	10 10	10 10	10 10												
	행사일	0	0	0						22	여름방학	23	여름방학			
	이수일	0	0	0	24	여름방학	25	여름방학	26	여름방학	27	여름방학	28	여름방학	29	여름방학
	수업일	0	0	0	31	여름방학										
9	휴무일	9 19	9 19	9 19		1	개학식	2	3학년모의고사	3		4		5		6
	행사일	0	0	0	7		8	9	1차고사(3학년)	10	1차고사(3학년)	11	1차고사(3학년)	12		13
	:				14	학생 및 학부모상담주간	15	학생 및 학부모상담주간	16	전국연합학력평가 (2,3학년) 학생 및 학부모상담주간	17	전국연합학력평가 (1학년) 학생 및 학부모상담주간	18	학생 및 학부모상담주간	19	20
	이수일	21 21	21 21	21 21	21		22	영어듣기평가 (1학년)	23	영어듣기평가 (2학년)	24	영어듣기평가 (3학년)	25	공동체의날	26	27
	수업일	21 21	21 21	21 21	28		29	30	추석연휴							
10	휴무일	12 31	12 31	12 31						1	추석연휴	2	추석연휴	3	개천절	4
	행사일	0	0	0	5		6	금요일수업	7		8	9	한글날	10		11
	:				12		13		14	1학년현장체험 2학년수련활동 취소	15		16		17	18
	이수일	19 40	19 40	19 40	19		20		21	1차고사(1,2학년) 2차고사(3학년)	22	1차고사(1,2학년) 2차고사(3학년)	23	1차고사(1,2학년) 2차고사(3학년)	24	25
	수업일	19 40	19 40	19 40	26		27	28	29		30	공동체의날	31			
11	휴무일	19 40	19 40	19 40												1
	행사일	0	0	0	2		3	4	5	6	7	8				
	:				9		10	11	12	13	14	15				
	:				16		17	18	19	20	21	22				
	이수일	21 61	21 61	21 61	23		24	25	26	27	28	29				
	수업일	21 61	21 61	21 61	30	목요일수업										
12	휴무일	12 52	12 52	12 52		1	2		3	대학수능일 재향휴업일	4		5			
	행사일	1	1	1	7		8	9	10	2차고사 (1,2학년)	11	2차고사 (1,2학년)	12			
	:				14	2차고사 (1,2학년)	15	2차고사 (1,2학년)	16	꿈끼탐색기간	17	꿈끼탐색기간	18	꿈끼탐색기간	19	20
	이수일	18 79	18 79	18 79	21	꿈끼탐색기간	22	꿈끼탐색기간	23	꿈끼탐색기간	24	다운&라온제	25	성탄절	26	27
	수업일	19 80	19 80	19 80	28		29	겨울방학식	30		31					
'21 01	휴무일	31 83	31 83	31 83						1		2				
	행사일	0	0	0	4		5	6	7	8	9	10				
	:				11		12	13	14	15	16	17				
	이수일	0 79	0 79	0 79	18		19	20	21	22	23	24				
	수업일	0 80	0 80	0 80	25		26	27	28	29	30	31				
02	휴무일	23 106	23 106	23 106	1	개학식	2	3	진급사정회 신입생오리엔테이션	4		5	졸업식(3학년) 종업식(1,2학년)	6		7
	행사일	0	0	1	8		9	10	11	설날연휴	12	설날	13	설날연휴	14	
	이수일	5 84	5 84	4 83	15		16	17	18	19	20	21				
	수업일	5 85	5 85	5 85	22		23	24	25	26	27	28				

※ 코로나19로 인한 교육부 및 도교육청 지침에 따라 변경 운영 될 수 있습니다.