



바르게 생활하고
슬기롭게 배우며
씩씩하게 자라자

사랑 · 꿈 · 믿음이 있는 즐겁고 신나는 행복한 용안교육

용안 가을소식

<http://www.yongan.es.kr> ☎ 861-3610

발행인: 교 장 고삼순
편집인: 교 감 이승용
역은이: 실무사 박은정

발행일: 2019. 10. 31.

송편 만들기를 하고 나서

9월 5일, 드디어 기다리고 기다리던 송편 만드는 날이다. 추석을 앞두고 우리 학교 전교생은 송편을 만들기로 하였습니다. 먼저 반죽을 주물러서 공 모양을 만들고 그걸 얇게 펴서 호떡처럼 만들어 그 위에다 설탕과 깨를 버무린 소를 넣었습니다. 선생님은 예쁜 반달 모양으로 만들기도 하고 만두 모양으로 만드는 것을 보여 주셨습니다. 우리는 반달 모양, 만두 모양뿐만 아니라 파배기, 똥, 공룡, 왕만두도 만들었습니다. 손에 반죽이 붙어 만들기는 쉽지 않았지만 나만의 모양도 만들었습니다. 다 만들고 나서 선생님은 쟁반에 담아가다 뜨거운 김으로 찢어 나온 송편을 가져다 주셨습니다. 송편은 쭉 색이었는데 만들었을 때보다 훨씬 더 진하게 나왔습니다.

참기름을 누가 바르셨는지 고소한 냄새도 났습니다. 조심스럽게 내가 만든 송편을 먹어보았습니다. 진짜 꿀맛이었습니다. 사먹는 것보다 모양도 재미있고 맛도 훨씬 좋았습니다.

집에서도 이렇게 만들어 먹으면 재밌을 것 같습니다



<송편 만들기>

숲 해설사와 함께하는 숲곰 걷기

9월 23일 전교생이 숲 해설사와 함께 하는 숲곰 걷기를 했습니다. 1,2,3학년과 유치원, 4,5,6학년 2팀으로 나누어 계절의 변화를 느끼면서 단풍이 물드는 풍경과 낙엽이 지는 무학산의 초가을의 모습을 살펴보는 소중한 시간이었습니다.

나무들도 겨울을 준비하는 모습 같았습니다.



<낙엽 주위 분류하기 활동>

학부모 공개 수업

9월 17일 3,4교시에 학부모 공개 수업이 있었습니다. 3교시에는 전담(과학), 보건, 영양 선생님의 수업이 있었고 4교시에는 1~6학년까지 담임선생님들의 수업공개가 있었습니다. 부모님들께서 우리 용안초 학생들의 성장한 모습을 흐뭇하게 살펴보셨습니다.



<1학년 공개 수업>

신나게 뛰어놀자! 2학기 현장체험학습

9월 25일(수), 맑고 화창한 날씨에 전교생이 2학기 현장체험학습을 다녀왔습니다.

1~3학년 아이들은 대전 어린이회관 체험 숲에서 모험의 숲, 빛의 숲, 운동의 숲 등 다양한 숲에서 마음껏 탐험하는 시간을 가졌습니다. 또 사계절 상상 놀이터에서 맘을 뽀뽀 흘리며 신나게 뛰어 놀았으며, 아뜰리에에서는 에코크로스백을 멋지게 만들어 보았습니다. 4~6학년 아이들은 대전 오월드 조이랜드에서 여러 가지 놀이기구를 타며 신나는 시간을 가졌습니다.

주랜드, 버드랜드, 플라워랜드를 돌아다니면서 다양하고 즐거운 체험을 하였습니다.



< 대전 오월드 >

학생들은 학생의 교우 관계 및 학교생활 전반에 대하여 대화를 나누며 학생들이 가지고 있는 문제와 고민 등에 대하여 얘기를 나누어 보는 시간을 가졌습니다.



친구사랑 주간 및 학교폭력예방교육 실시

친구사랑주간(9.9.~11.)에는 소중한 친구들과의 변함 없는 우정을 다시 한 번 확인하는 시간을 가져 보았습니다.

학교폭력예방교육을 통해 친구들과 싸우지 않고 지내기로 다짐하는 시간을 가지면서 우리 모두 하나 하나가 소중한 존재이며 나와 나의 친구를 존중해야 함을 배우며 그 우정을 돈독하게 다져 보았습니다.

새것만을 찾고 오래된 것을 소중히 여기는 마음이 많이 부족한 요즘 마음을 나누는 오래된 친구들과 함께 새로운 것을 알아가는 기쁨을 우리 용안초등학교 어린이들은 마음 속 깊이 새겼습니다.



“친구야, 사과할게” 친구사랑 애플데이 주간운영

매년 10월 24일은 애플데이(Apple day)로 사과가 풍성한 계절인 10월에 서먹한 둘(2)이 서로 사(4)과하고 화해하는 날입니다. 이에 넷째주(10.21.~25.)를 친구사랑 애플데이 주간으로 운영하여, 나로 인해 마음 아팠을 친구나 선생님께 사과(Sorry)의 편지를 써서 사과(Apple)와 함께 전달하는 따뜻한 체험을 했습니다.

또한 10월 14일~18일은 특별학생상담주간을 운영 하였습니다. 학생개인상담 활동을 통하여 교사와

제 38회 익산교육장배 육상경기대회 참가

지난 9월 6일(금) 오전, 익산종합운동장에서 제 38회 익산교육장배 육상경기대회가 열렸습니다.

우리 학교에서는 7명의 학생들(6학년 최민우, 최다희, 김예은, 5학년 정의성, 서현우, 조우진, 4학년 차진)

이 포환던지기과 멀리뛰기 종목에 참가하였습니다. 평소 점심시간과 방과후 시간을 활용하여 누가 시키지 않아도 자진해서 열심히 훈련에 임한 결과 당일 대회장에서 자신의 실력을 마음껏 뽐내는데 부족함이 없었습니다.

경기에 참가하지 않은 5,6학년 친구들도 열렬히 응원하는 가운데 아쉽게 4위를 차지한 학생이 여러명이었으며, 특히 최다희 학생은 6학년 여자부 포환던지기 부문에서 1위를 차지하는 기염을 토해냈습니다.

종합 성적은 익산시 나지역 여자부 종합 우승!

작년 남자부 종합 우승에 이어 2년 연속 우승을 차지하며 상장과 트로피를 수여 받았습니다. 이로써 우리 학교는 포환던지기 종목의 강교(強校)로 우뚝 자리매김 하였습니다. 앞으로도 우리 학생들이 더욱 튼튼하고 건강하게 성장하여 내년 대회에서도 멋진 모습으로 선전하기를 기원합니다.



<롯데월드에서>



학부모와 함께하는 성교육 -이성친구와 지켜야 할 성 예절-

대화가 잘 통하는 친구가 있다는 것은 행복한 일입니다. 그러나 아무리 친한 친구일지라도 가끔 의견이 맞지 않으면 다툼 수 있습니다. 그렇기 때문에 친한 친구일수록 예절을 지키는 일이 중요합니다.

이성친구도 마찬가지로입니다. 서로 좋아하는 사이이기 때문에 지켜야 할 예절이 더 많습니다.

서로를 배려하며, 상대방에서도 생각해보는 아름다운 마음으로 나아가는 우리 용안초 학생들이 되길 바랍니다.



- 공개된 장소에서 만납니다.



- 부모님께 소개합니다.



- 서로 당황스럽게 하는 말이나 행동은 하지 않습니다.



- 취미나 운동을 같이합니다.



- 옷차림을 단정히 합니다.



- 일찍 집에 들어갑니다.

6학년 테마식 현장체험학습 실시

지난 10월 10일(목) 이른 아침, 6학년 5명의 학생들이 익산역에 모였습니다.

테마식 현장체험학습(졸업여행)을 가기 위해 이른 시간에 졸린 기색도 없이 기대에 찬 모습으로 SRT 기차에 탑승합니다.

불과 1시간 남짓의 짧은 시간 만에 도착한 서울, 잠실의 롯데월드. 개장을 하자마자 놀이공원에 들어갔지만 그럼에도 불구하고 많은 인파로 하나의 놀이기구를 타기에도 30분에서 1시간의 시간을 기다려야만 했습니다. 지루한 기다림 뒤 탑승한 우리 아이들은 피로는 온데간데없이 놀이기구에 몸을 맡기고 어지럽지도 않은지 스릴과 속도를 마음껏 즐기는 모습이었습니다. 아틀란티스(롤러코스터)를 한 번 더 타고 싶은 아쉬움을 뒤로 하고 멀지 않은 곳에 위치한 아쿠아리움으로 향합니다. 그 곳에서 여러 수중 생물들을 면밀히 관찰하고 희귀한 벨루가(흰 돌고래) 앞에서 멋진 사진도 남깁니다. 맛있는 저녁 식사와 간식도 먹고, 형제자매에게 줄 기념품도 구입하여 피곤하지만 즐거운 표정으로 익산행 기차에 올랐습니다.

6학년으로서 유일하지만 큰 특권인 이번 테마식 현장학습을 통해 우리 다섯 명의 학생들이 초등학교 시절의 기억에 남는 멋진 추억이 마음 한 편에 두둑이 쌓였기를 바랍니다.

한절기 건강 10계명

❁ 한절기를 잘 넘기고 긴 겨울을 즐겁고 건강하게 보내고 싶다면 대한의사협회가 발표한 대국민 건강선언문의 '건강 10계명'을 숙지하고 실천하자.

1. **금연하기** : 흡연은 생명을 단축한다.
2. **절주하기** : 잦은 음주는 암 발생 위험을 높인다.
3. **균형식이 필요하다** : 탄수화물(50), 단백질(20), 지방(25)로 섭취하고, 탄산음료와 당을 더한 음료는 줄인다.
4. **적절한 신체 운동을 하자** : 1일 1운동이 필요하다. 일상에서 가벼운 운동을 생활화하자
5. **규칙적 수면이 중요하다** : 일정한 기상 시간을 지키고 낮잠은 30분미만으로 잔다.
6. **긍정적 사고방식** : 작은 일에 감사하며 좋아하는 사람과 행복하게 지내도록 노력한다. 남과 비교하지 않으며 스스로 행복할 방법을 찾는다.
7. **정기적 건강검진과 예방 접종** : 건강검진과 예방 접종은 건강할 때부터 미리 챙기자.
8. **스트레스 관리하기** : 피할 수 없다면 스트레스 관리하는 법을 찾자.
9. **미세먼지, 신종 감염에 대한 관심** : 미세먼지 지수를 항상 확인하고 건강검진과 예방접종은 건강할 때부터 미리 챙기자.
10. **모바일 기기와 거리 두기** : 스마트 기기는 스마트하게 사용하고 식사와 대화 시에는 스마트폰을 넣어두자.



<출처 : 대한의사협회>

학부모와 함께하는 악플오남용예방교육 -금연하면 건강해져요-

금연 시간에 따른 신체 변화

- 20분**
 - 혈압과 맥박이 정상으로 떨어집니다
 - 손발의 체온이 정상으로 증가합니다
- 8시간**
 - 혈액 속 일산화탄소 양이 정상으로 떨어집니다
 - 혈액 속 산소량이 정상치로 올라갑니다
- 2주~3개월**
 - 혈액순환이 좋아지고 폐기능이 증가합니다
- 1~9개월**
 - 기침, 호흡곤란 등이 감소합니다
 - 폐의 섬모가 정상기능을 회복하여 점액 배출이 증가하고, 폐가 깨끗해지며 감염위험이 감소합니다
- 1년**
 - 관상동맥질환(심장병)에 걸릴 위험이 흡연자의 절반으로 감소합니다

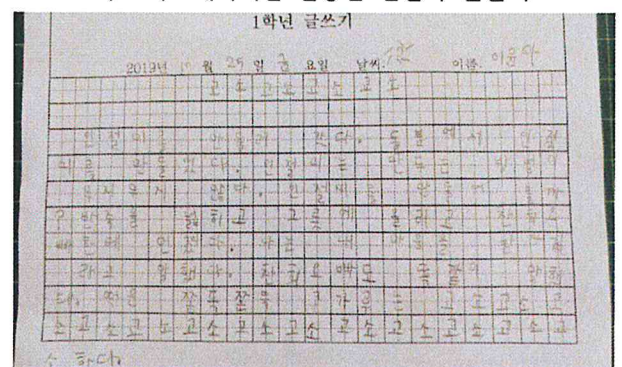


영양교육 이야기

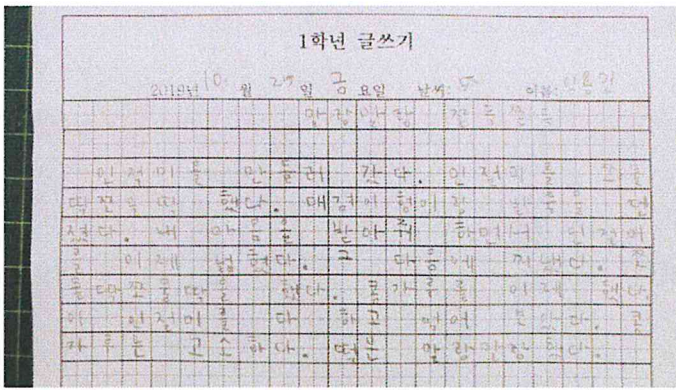
10월 25일 푸드아트테라피를 활용한 인절미 만들기를 1-2학년 2교시, 3-4학년 3교시, 5-6학년 5교시 돌봄교실에서 하였습니다. “스트레스를 날려!”라는 주제로 나의 감정 알아차리기, 화가 나는 경우 말해 보기, 인절미 유래, 인절미 만드는 방법을 알아보았습니다. 말랑말랑 한 찹쌀반죽을 메치듯 꼭꼭 주무르고, 주먹으로 팍팍 두드리고, 내 마음을 받아줘라며 짝에게 던지고 받는 활동 등을 통해 그동안 쌓아두었던 스트레스를 날려버렸습니다. 찹쌀반죽이 쫄쫄해지면 콩가루를 살짝 발라 길게 늘려 막대 모양을 만들어 적당하게 썰거나 손으로 떼어서 콩고물에 고루 묻혀서 고소한 인절미를 만들었습니다. 화가 나는 감정은 나쁜 감정이 아니라 화를 잘못 표현 하는 게 문제입니다. 화가 난다고 물건을 던지거나 욕을 하는 것은 나와 남을 다치게 할 수 있습니다. 분노, 화가 났을 때 안전하게 풀어내는 방법으로 운동, 걷기, 큰소리로 노래 부르기, 영화보기 등이 있습니다. 우리 용안초 학생들이 인절미를 만들면서 스트레스를 안전하게 풀어내는 재미있는 체험을 했습니다.



<푸드아트테라피를 활용한 인절미 만들기>



<1학년 이윤아 “고소 고소 고소 고소”>



<1학년 임용민 “말랑말랑 쫄쫄쫄”>



유치원 가을 소식~*

★ 익산 고스락 (고추김만들기) 현장체험학습

10월 1일 익산 고르락에 다녀왔습니다. 장독대에 대한 설명도 듣고, 직접 고추장도 만들어 보았습니다. 또한, 고스락을 다녀온 후에는 수영장을 다녀왔습니다.



<고추장을 직접 만들어 보았어요.>

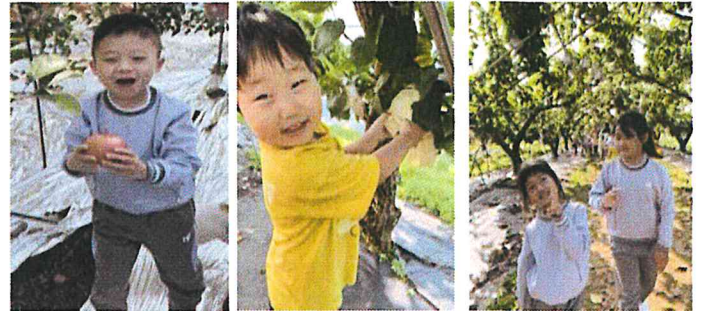


<돌로 만든 솟대에 사진도 찍었어요.>

★ 익산 에덴농장 현장체험학습

10월 15일 익산 에덴농장에 다녀왔습니다. 사과와 배도 직접 따 보고, 고구마와 땅콩도 캐 보았습니다. 땅속에서 이렇게 나오다니~ 신기해 하는 우리 아이들^^

사과와 배는 직접 따서 먹어서인지 정말 꿀맛이었습니다.



이상 가을 소식지였습니다.

모두모두 건강하세요~^^