GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

2021 행복한 학부모 꿈꾸는 1학년

학부모님께 알려드리는
초등 1학년 학교생활

경기도교육청
GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

2021

행복한 학부모 꿈꾸는 1학년

학부모님께 알려드리는
초등 1학년 학교생활

행복한 학부모 꿈꾸는 1학년

학부모님께 알려드리는
초등 1학년 학교생활

행복한 학부모 꿈꾸는 1학년

일러두기

경기도교육청에서는 초등학교 예비학부모님의 걱정과 불안을 덜어드리고, 학교와 가정과의 연계를 통해 우리 아이들이 행복한 학교생활을 할 수 있도록 「행복한 학부모, 꿈꾸는 1학년」을 제작하였습니다.

1부는 초등학교 1학년 학생들의 인지적, 정서적, 신체적 특성을 고려한 학교생활 준비안내 자료로 1학년 입학 준비, 행복한 배움, 실천하는 약속, 함께 어울림에 대한 내용을 담았습니다.
1부 구성은 자녀를 처음 학교에 보내는 학부모님이 걱정하는 내용들로 학부모님의 걱정을 덜고 자녀를 도와줄 수 있는 방법, 자녀교육에 필요한 TIP, 학부모님이 자녀에게 실제로 말하는 형식의 "Talk! Talk!", 고민상담 등을 넣어 실질적으로 도움이 되도록 하였습니다
1학년 담임 선생님들은 본 자료에 제시된 1학년 학생들의 특성과 발달단계에 맞는 지도방법을 참고하여 가정과 연계하여 학생을 지도하는데 도움을 받을 수 있으며 학부모 상담 자료로 활용할 수 있습니다

2부는 학부모님이 알아두면 편리한 학교교육 정보자료로 학적 및 출결관리, 학생중심 교육과정, 안전한 학교, 행복한 교육공동체에 대한 내용을 담았습니다.
2부 구성은 학부모님이 학기 초에 많이 질문하는 내용들을 모아 정보 제공, Q&A, Tip을 넣어 학부모님의 궁금증을 해소해 드리고자 노력하였습니다

학교마다 교육계획이 조금씩 다르고, 아이들마다 성향이 다르므로 여기에 담긴 정보나 활동들을 똑같이 적용할 수는 없지만 아이와 학교교육을 이해하는데 도움이 될 것입니다

이 자료가 초등학교 학부모님과 입학하는 학생들의 행복한 초등학교 생활에 작은 도움이 되길 바랍니다.

학부모님께 알려드리는
초등 1학년 학교생활

1부 학교생활 길잡이

1 새로운 출발! 1학년 입학준비

· 입학 전 마음 준비하기 • 11
· 입학 전 건강 챙기기 • 15
· 입학 전 생활 습관 익히기 • 19
· 입학 전 학용품 준비하기 • 23
· 입학 준비에 대한 고민 상담 Q&A • 27

2 한걸음 성장! 행복한 배움

· 공부 습관 익히기 • 33
· 책과 친해지기 • 39
· 발표하는 힘 키우기 • 43
· 배움에 대한 고민 상담 Q&A • 47

3 바른 생활 습관! 실천하는 약속

· 정리 정돈 잘하기 • 53
· 학교 급식 골고루 먹기 • 57
· 학교 화장실 이용하기 • 61
· 바른생활 습관에 대한 고민 상담 Q&A • 65

4 꼬마 민주시민! 함께 어울림

· 감정을 바르게 표현하기 • 71
· 친구와 잘 어울리기 • 75
· 정직하게 말하기 • 79
· 사회성에 대한 고민 상담 Q&A • 83

행복한 학부모 꿈꾸는 1학년

2부 학교생활 돋보기

1 편리해요! 알아두면 좋은 정보

· 취학 유예 및 면제, 학적 처리 • 94
· 학교장 허가 교외체험학습 • 95
· 출결처리 및 전학 절차 • 96
· 방과후학교 및 초등돌봄교실 • 99
· 교육비 지원 • 101
· 내 자녀 바로 알기 학부모 서비스 • 102

2 궁금해요! 학생중심 교육과정

· 쏙쏙 이해되는 1학년 교육과정 • 104
· 미래의 삶을 준비하는 역량기반 교육과정 • 106
· 학생 성장을 돕는 성장중심평가 • 108
· 한글책임교육 · 한글 또박또박 프로그램 • 109
· 초연결시대의 원격수업 • 111

3 안심해요! 안전하고 평화로운 학교

· 안전한 생활을 위한 안전교육 • 114
· 안심할 수 있는 학교생활을 위한 학교안전공제회 • 116
· 평화로운 학교생활을 위한 학교폭력 예방교육 • 117
· 소중한 우리 아이들을 위한 아동학대 예방교육 • 118
· 올바른 사용을 위한 스마트폰 사용교육 • 119

4 함께해요! 행복한 교육공동체

· 참여와 협력의 학부모회 • 122
· 민주적 교육자치기구 학교운영위원회 • 123
· 함께 성장하는 마을교육공동체 • 124
· 선생님과 함께 하는 자녀상담 • 125
· 함께 만들어가는 청렴한 학교 • 126

1부

학교생활 길잡이

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

1부

학교생활 길잡이

1 새로운 출발! 1학년 입학준비

- 입학 전 마음 준비하기
- 입학 전 건강 챙기기
- 입학 전 생활 습관 익히기
- 입학 전 학용품 준비하기
- 입학 준비에 대한 고민 Q & A

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

입학준비
1

입학 전 마음 준비하기

유아에서 학생으로 거듭나는 시기의 아이들
유치원과는 사뭇 다른 초등학교에 입학하여 잘 적응하기 위해서
무엇보다 마음가짐이 중요합니다.
어떤 마음가짐을 가져야 할까요?

이렇게 해볼까요

1 긍정적인 생각 심어주기

학교는 즐거운 곳임을 알려주기

유치원과 초등학교는 분명히 다릅니다. 걱정하는 마음과 조바심에 어른들이 먼저 학교에 대한 두려움이나 막연한 공포를 심어주지는 않았는지 생각해 보세요.

"너 그랬다가 학교 가서 무서운 선생님한테 혼난다."
"학교 가면 공부도 엄청 많이 해야 해!"

이러한 말들은 자칫 아이들을 겁먹게 할 수 있습니다. 입학을 앞둔 아이는 학교가 어떤 곳인지 정말 궁금합니다. 호기심 충만한 아이에게 입학하기 전에 학교에서 무엇을 하는지, 어떻게 생활해야 하는지 알려주는 것도 중요한 일이지만 그보다 먼저 학교는 즐거운 곳이라는 것을 알려주는 것이 더욱 중요합니다.

함께 있을 때 충분한 애정으로 안심시켜 주세요.

부모님의 사랑을 충분히 느끼는 아이는 분리불안 증세를 금방 극복할 수 있습니다.
혼자 있었던 아이에게 칭찬과 인정을 해주고 함께 있을 때에는 충분한 애정으로 안심시켜 주세요.

혼자 할 수 있는 일을 하나씩 늘려 보세요.

단추를 제대로 못 꿰는 아이가 답답해서 부탁하지도 않았는데 먼저 해준다면 오히려 아이가 혼자 익히고 배울 수 있는 기회를 뺏는 결과가 됩니다. 요령을 알려주고 따라하도록 해 주세요. 실수를 통해 배울 수 있는 기회를 주고, 스스로 뿌듯함을 느끼도록 자립심을 키워주세요.

앞으로 다닐 학교 구경하기

커다란 운동장, 신나는 미끄럼틀, 책이 가득한 도서관을 돌아보며 엄마의 초등학교 시절 이야기를 들려주는 건 어떨까요? 즐거운 운동회와 봄소풍 이야기에 아이는 "우와, 신기하다!" "재미있겠다." 하며 흥미를 보일 겁니다.

동화책을 보며 학교생활 그려보기

동화책을 보며 학교생활 그려보기학교의 생활을 소재로 하는 동화책이 많이 있습니다. 동화책을 아이와 함께 읽어 보세요. 책 속의 주인공이 되어 학교생활을 상상하며 학교에 대한 호기심을 키워주세요.

좀 더 알아볼까요

2 아이들의 정서적 발달 이해하기

공포와 불안이 많은 아이들

이 시기 아이들은 정서적 발달 단계상 공포감, 불안감을 많이 느낍니다.
아동기에는 아직 접해보지 않은 미래나 존재에 대한 상상들이 커지면서 불안이 되고, 과잉보호와 같은 의존적인 양육 태도는 이러한 불안을 가중시킵니다. 이때는 지시나 통제가 아니라 스스로의 행동에 대한 지지와 칭찬, 아동의 판단을 존중하는 것이 건강한 정서 형성에 도움이 됩니다. 또한, 흥미를 갖는 노래나 게임, 유머 등을 통해 안정된 정서를 갖도록 도울 수도 있습니다. 적당한 불안은 성장 과정에서 아이의 행동에 대한 사회적 통제력과 양심을 형성하게 하여 바람직한 정서 발달을 돕기도 합니다.

등교를 거부하는 경우

아이가 두려워하는 것을 창피해하지 않도록 배려하고, 두려울 수 있겠다는 공감을 표현하여 부모님의 신뢰를 보여주세요. 단, 칭찬과 격려를 많이 해주면서도 무조건 들어주기만 하여서는 안 되며 학교에 꼭 가야 한다는 단호한 태도를 보여주어야 합니다.
취학 전 아동이라면 문제가 될 수 있는 상황을 대비할 수 있도록 학교를 방문하고, 같이 다닐 친구들을 만나게 해주는 것도 좋습니다. 오랜 기간 문제가 계속된다면 다른 원인이 있을 수 있으니 전문가를 만나 가족치료, 놀이치료 등을 할 수 있습니다. (관련 참고- 본 자료의 P27 Q & A 참고)

새학기 증후군

처음으로 입학하거나 방학 후 새 학기에 적응하지 못해 힘들어하는 등 심리적, 육체적인 건강상의 이상 징후를 나타내는 것을 말합니다. 대표적으로 등교거부증과 분리불안 장애가 있는데, 특히나 과잉보호를 받는 아이들은 등교거부증이 많이 나타난다고 합니다. 멀쩡히 있다가도 학교에 가지 않는다며 떼를 부리는 아이들은 불안을 줄여주는 것이 중요합니다. 등교 거부는 분리불안 장애가 주된 원인이기 때문입니다.

>> 분리불안 장애 증상

1. 부모가 옆에 있어야 안심하고 헤어져 있을 때 어머니나 자신에게 나쁜 일이 생겨서 서로 보지 못하게 될까 불안해한다.
2. 자꾸 전화를 걸어서 어머니의 존재를 확인한다.
3. 혼자 집에 있지 못하고, 잠을 잘 때 어머니가 옆에 있어야 안심한다.
4. 꿈을 꿀 때 어머니와 헤어지거나, 어머니나 자신에게 사고가 나는 등의 분리를 주제로 한 꿈을 많이 꾼다.
5. 복통, 두통 등의 잦은 신체 증상을 보여 무의식적으로 어머니의 관심과 사랑을 구하기도 한다.

출처 : [네이버 지식백과] 분리불안장애 [separation anxiety disorder], 서울대학교병원 의학정보, 서울대학교병원

입학준비
2

입학 전 건강 챙기기

우리 아이는 친구들보다 머리 하나만큼 차이가 날 정도로 작아요.
어려서부터 잔병치레도 많아 수시로 감기에 걸리는데다, 체력도 약해요.
제가 보기엔 언어발달도 좀 더딘 편인 것 같아요. 모든 면에서 늦된 아이라
적응을 못할 것 같아 걱정입니다. 혹시, 아이의 발달이 너무 늦는 건 아닐까요?

이렇게 해볼까요

1 아이의 건강관리

입학 전 확인할 것

학교에 입학하고 한참이 지난 후에 시력이 좋지 않다는 것을 발견하고 뒤늦게 안경을 맞추는 경우가 많이 있습니다. 보다 안정적인 학교 적응을 위해서 자녀의 키, 몸무게, 가슴둘레, 발 크기, 시력 등을 미리 확인하는 것이 좋습니다. 또한, 특이질환이나 건강상 질병을 앓고 있다면 병원 검진을 주기적으로 다니면서 상태를 살펴보고 입학 후 담임 선생님께 바로 말씀드려야 합니다.

체력관리

체력은 하루아침에 길러지는 것이 아니기 때문에 정서와 학습 준비 못지않게 건강관리도 중요합니다. 줄넘기와 자전거 등 꾸준하게 할 수 있는 운동을 정하고 함께 하면서 아이가 기초 체력을 기르도록 도와주세요. 가족과 함께 운동하면 정서적으로도 큰 도움이 됩니다.

개인 위생관리

병치레가 많고 허약한 아이들은 면역력이 약하여 환절기에 감기에 걸리기 쉽습니다. 아동기에는 특히 호흡기 질환이 빈번하게 발생하고 고열을 동반하는 경우가 많습니다. 학교에서는 공동생활을 하기 때문에 손 씻기와 마스크 사용 등의 개인위생 관리가 더욱 중요합니다.

알레르기 확인

아이들은 자신이 어떤 알레르기를 갖고 있는지 모르고 무심코 음식을 먹기도 합니다. 학기 초에 건강조사서에 자녀의 알레르기나 이전에 앓았던 질병을 적어 제출하므로 영양 선생님이나 담임 선생님도 체크하여 주의를 하지만, 아이에게도 어떤 음식을 먹지 말아야 한다고 미리 당부할 필요가 있습니다. 하지만, 알레르기는 성장하는 과정에서 증상이 사라지는 경우도 있으니 유아 시기의 알레르기 증상이 계속 남아 있는지 입학 전에 확인해 보세요.

여기서 잠깐 Talk Talk

알레르기가 있는 음식 알려주기

○○야, 너는 호두 알레르기가 있는 거 알지? 급식에 호두가 나오면 먹으면 안되니까 꼭 기억하렴.

급식식단표를 보고 음식 확인하기

아빠와 급식 식단표를 확인해 볼까? 여기 호두멸치 조림이 있네? 호두 알레르기가 있으니까 이 음식은 먹으면 안되겠지?

소근육이 발달하는 놀이 활동

입학 후에 필기구를 손에 쥐고 글씨를 쓰기 시작할 때 필요한 운필력은 소근육과 같은 세밀한 운동능력과 깊은 관련이 있습니다. 소근육의 발달은 아이마다 조금씩 차이가 있고, 성장하며 해결되기도 합니다. 그러나 평소에 소근육을 활발히 움직이는 놀이를 하면 자연스럽게 운필력도 생깁니다. 점 연결하기, 선 그리기, 색칠하기, 가위로 오리기 등은 소근육을 키워주는 좋은 방법입니다.

이렇게 해볼까요

2 입학 전 예방 접종

유아기 때 필수적으로 예방 접종을 했더라도 입학 전 해야 할 추가 접종은 없는지 꼼꼼하게 살펴보세요. 예방 접종 내역은 아기 수첩에 기록되어 있지만 예방 접종 도우미 사이트(https:// nip.cdc.go.kr)에 누락 된 내용은 없는지 확인하는 것이 좋습니다. 때에 따라 누락된 내용이 있거나 추가 접종을 잊는 일이 있기 때문입니다.
예방 접종 현황을 확인하여 입학 전 모두 완료해 주시되, 예방 접종 증명서는 학교에 제출하지 않아도 됩니다.

● 확인 대상 예방 접종

① DTaP 5차 ② 폴리오 4차 ③ MMR 2차 ④ 일본뇌염 사백신 4차(또는 생백신 2차)

TIP

건강조사서에 자세히 적기

입학 전후 건강조사서를 가정으로 배부합니다. 이때는 아동이 가진 질병이나 수술 기록, 알레르기 증상 및 관련 식품 등에 대하여 빠짐없이 기록하여 제출하는 것이 좋습니다. 부모님이 기록한 건강조사서를 바탕으로 요주의아동 명단을 작성하여 유사시에 대비하고 급식에서 알레르기를 유발하는 음식을 가려서 먹을 수 있도록 할 수 있습니다.

좀 더 알아볼까요

3 아이들의 신체적 발달 이해하기

유치가 빠지고 영구치가 나는 시기

이 시기에는 유치가 빠지고 영구치가 나기 시작합니다. 그러므로 영구치가 바르게 나도록 흔들리는 유치를 제대로 빼 주어야 합니다. 아이가 치과 가는 것을 두려워한다거나 유치니까 조금 썩어도 괜찮다는 생각에 치과 치료를 미루는 것은 좋지 않습니다. 유치 관리를 제대로 못 해주면 뻐드렁니, 주걱턱, 덧니 등 부정교합이 생길 수 있습니다. 따라서 정기적으로 검사를 받는 것이 바람직합니다.

만 7~8세는 시력이 완성되는 시기

만 7~8세를 전후로 시력이 완성되기 때문에 취학 전 안과 검진을 하면 좋습니다. 시력에 이상이 있는 상태로 입학하면 시력 발달에 문제가 생길 수도 있고 칠판이 잘 보이지 않아서 학업 스트레스를 받을 수 있습니다. 눈 건강을 위해 평소에 올바른 생활 습관을 유지하도록 도와주세요.

>> 눈 건강을 위한 올바른 생활습관

1. 텔레비전은 눈높이에 맞게 시청하기
2. 책은 바른 자세로 30cm 이상 떨어져 읽기
3. 스마트폰 등 전자기기는 장시간 사용하지 않기
4. 습관적으로 눈 비비지 않기
5. 방의 조명 밝기를 확인하기

입학준비
3

입학 전 생활 습관 익히기

아이가 늦게 자는 편이라 일찍 일어나지 못해요.
유치원 때는 기분상태에 따라 지각도 하고, 힘들어하면 결석도 자주 했어요.
초등학생이 되면 학교에 잘 다닐 수 있을지 걱정이 됩니다.
학교에 가기 전에 우리 아이에게 어떤 습관을 길러 주어야 할까요?

이렇게 해볼까요

1 기본생활 훈련 집중하기

일찍 자고 일찍 일어나는 습관

학교마다 다를 수 있으나 대체적으로 초등학교의 등교 시간은 9시입니다. 하지만 가방도 정리하고, 수업을 준비해야 하기 때문에 되도록 10분 전까지 도착하는 것이 좋습니다. 입학하기 한두 달 전부터 일찍 자고 일찍 일어나는 습관을 길러주세요. 일찍 일어나기 위해서는 전날 충분한 수면을 취해야 합니다. 늦게 잠을 자는 어린이는 아침 일찍 일어나기가 힘들며 학교 수업에 집중을 못하는 경우가 많습니다.

내 물건에 이름 쓰기

입학하면 학용품을 챙기는 것부터 아이가 스스로 해야 합니다. 자신의 물건에 이름 붙이기를 통해 애착과 책임감을 심어주세요. 색연필은 낱개마다 이름을 표시하고 테이프로 감싸면 잘 떨어지지 않습니다. 또한 교과서, 학용품이 아닌 개인용품에도 반드시 이름을 써야 합니다. 이름 스티커를 사용하면 깔끔하지만, 아이가 직접 쓴 글씨도 애착심을 줄 수 있어 좋습니다. 단, 너무 보이는 곳에 이름을 크게 써넣으면 개인정보가 유출될 수 있으니 외투, 모자, 신발의 안쪽에 이름을 쓰도록 합니다.

혼자서 하는 습관 기르기

일교차가 있을 때 겉옷을 정리하여 가방에 넣거나 추울 때는 꺼내 입도록 알려주세요. 또, 화장실을 자주 이용하기 때문에 입고 벗기 편한 옷을 마련해주면 좋습니다. 단추가 너무 많거나 옷이 벗겨지지 않아 실수하는 경우가 생길 수 있기 때문입니다. 가정에서도 지퍼를 여닫고, 단추를 순서에 맞게 잘 끼우는 연습을 해두면 좋습니다.

기침 예절 및 마스크 에티켓 익히기

학교는 면역력이 약한 어린이들이 모여 함께 생활하다 보니 감기 등 여러 가지 전염병에 노출되기 쉽습니다. 내 아이뿐만 아니라 모두의 건강을 위하여 기침 및 재채기를 할 때도 예절을 지켜야 합니다. 재채기나 기침이 날 때는 꼭 사람이 없는 곳으로 고개를 돌리고 손수건이나 휴지가 없으면 옷소매로 코와 입을 가리도록 합니다. 만약 기침을 자주 하면 마스크를 꼭 써야 합니다.

특히, 전염성이 있는 질병과 관련된 증상이 나타났다면 지역 선별진료소나 의료기관 등에 문의 후 안내와 지침에 따라야 하며 학교에 보내는 것을 자제하고 우선적으로 격리하여 건강을 회복하는 것이 중요합니다. 특히, 전염성질

병이 유행하는 경우에는 마스크 쓰기를 생활화해야 하며 해당 전염성과 관련된 유사증상(발열, 두통, 고열 등) 발생 시 학교에 상황을 알려야 합니다.

화장실 혼자 가기와 뒤처리 연습

의외로 많은 어린이가 스스로 화장실을 이용하는 것을 힘들어합니다.
유치원에서 보조 선생님의 도움을 받다 보니 스스로 뒤처리하기, 휴지 버리기, 물 내리기, 옷 입기, 손 씻기 등이 서툰 면도 있습니다. 배변 습관을 익히지 못한 어린이들은 정해진 쉬는 시간에 화장실을 이용하는 것이 힘듭니다. 수업 시간이라도 선생님께 말씀을 드리고 다녀올 수 있으니 스트레스를 받지 않도록 하며 가정에서도 바른 배변 습관을 길러주세요. 화장지는 화장실에 들어가기 전에 준비하고 용변을 본 후에는 변기 안에 버리고 물을 내리며 꼭 손을 씻어야 한다고 알려주세요.(관련 참고 - 본 자료의 P61~64학교의 화장실 이용하기)

사용한 물건 정리

어린이들이 입학하여 적응 기간을 지나면 여러 가지 교과서를 받게 됩니다. 교과서뿐만 아니라 종합장과 색연필 등 많은 학용품을 책상 서랍과 사물함에 그대로 밀어 넣는 어린이들이 있습니다. 그러다 보면 책이 구겨지고 학용품들을 떨어뜨려 망가지거나 잃어버리는 일이 많습니다. 사용한 책과 학용품은 활동이 끝나면 제자리에 정리하고 놀 수 있도록 하는 것이 좋습니다. 가정에서 아이들이 장난감이나 자신의 책을 제자리에 정리하고 노는 연습을 반복한다면 학교에서도 잘 해낼 것입니다.

하교 후 만날 장소 약속하기

학교에서는 학기 초에 학급별로 담임교사와 아이들이 학급의 규칙을 정합니다. 이 규칙은 상황과 환경에 따라 학교별로, 그리고 학급별로도 다릅니다. 이제 막 학교에 입학한 아이가 학교에서 원만한 생활을 하기 위해서는 담임교사, 친구와 정한 약속을 귀담아듣고 약속을 잘 지킬 수 있도록 가정에서도 안내하여 주세요

.

비오는 날 우산 정리

비가 오는 날 우산을 정리하지 못해 어려움을 겪는 아이들이 있습니다. 우산을 사용한 후 물을 털고, 돌돌 말아 가지런히 정리하는 연습을 하면 도움이 됩니다. 통학로에서 우산이 시야를 가려 사고가 나는 경우도 있기 때문에 아이들의 안전을 위해 되도록 투명우산을 준비해 주면 좋습니다.

이렇게 해볼까요

2 바른 식습관 익히기

바른 식습관 갖기

늦게 먹는다고 부모님이 먹여 주는 습관이나 텔레비전을 보면서 먹는 습관은 바람직하지 않습니다. 또한 학교 급식실은 전체 학년 학생들이 사용하는 공간이며 교과 수업 시간이 있기 때문에 정해진 시간 내에 먹을 수 있도록 연습해 주세요.

편식 습관 고치기

편식이 심한데 남겨도 되는지, 알레르기가 있는 음식을 어떻게 해야 하는지, 매운 음식과 생선 가시는 어떻게 처리하는지 걱정이 될 것입니다. 학교에서는 알레르기가 있는 학생 명단을 만들어 음식을 제한하고, 가시가 적은 필렛형 생선을 제공하거나, 매운 정도를 낮추어 조리합니다. 그러나 편식이 심할 때는 왜 그 음식이 싫은지 아이와 이야기를 나누어 보고 조금씩이라도 먹어보도록 격려해 주세요. 친구들과 어울려 먹다 보면 자연스럽게 편식 습관이 고쳐지기도 합니다.

젓가락 사용법 연습

숟가락과 포크를 주로 이용하는 유치원과 달리, 초등학교 급식에서는 숟가락과 젓가락만 제공합니다. 아직 소근육 발달이 완전치 않은 아이들은 젓가락 사용이 쉽지 않습니다. 입학하여 숟가락과 젓가락만으로 식사하는 것이 생소한 아이들은 급식 시간이 어렵고 당황스러운 시간이 될 수 있습니다. 가정에서 미리 보조 젓가락을 이용하여 젓가락에 익숙해지는 시간을 가져보는 것이 좋습니다.

뚜껑 여는 연습

우유곽이나 음료수, 요구르트 뚜껑을 여는 방법을 연습해 보세요. 초등학교에서는 대부분 우유 급식을 하기 때문에 스스로 우유곽을 여는 연습이 필요합니다. 아이들은 작은 것이라도 스스로 했을 때 자신감이 커집니다.

입학준비
4

입학 전 학용품 준비하기

아이가 입학을 한다고 하니 이것저것 준비할 것이 많을 것 같아요.
아이가 학교에 가기 전에 꼭 준비해야 할 학용품이나
활용하기 좋은 물건은 무엇이 있을까요?

이렇게 해볼까요

1 최소한의 필요한 학용품만 구입

학교에서는 학습에 필요한 학습준비물(색종이, 도화지, 풀 등)을 제공하기 때문에 도화지와 같은 소모성 물건들은 미리 사둘 필요가 없습니다. 또한 학교마다 예비 소집일에 준비물 목록을 배부하기도 하고, 학기 초에 담임교사가 따로 안내하는 학습준비물 목록도 있으니 입학 전에는 최소한의 필요한 학용품만 구입해도 괜찮습니다.

가볍고 튼튼한 가방

책가방은 가볍고 부드러운 재질로 된 것이 좋습니다. 튼튼하고 실용적인 것이 좋습니다. 또한 어깨 부분이 튼튼하여 무게를 분산해 주는 것이나 비가 스며들지 않도록 생활 방수기능이 있는 것도 고려할 수 있습니다. 주머니가 쓸모 있게 나누어진 것도 물건을 정리하기에 편리합니다.

진한 연필, 적당히 무른 지우개

아이들에게는 2B 또는 B연필의 진한 심이 적당합니다. 또한 연필을 바르게 쥐는 법을 연습하는 시기이기 때문에 잡기 편하고 잘 굴러떨어지지 않는 육각형이나 삼각형 연필이 좋습니다. 지우개는 색감이 화려하고 단단할수록 잘 지워지지 않고 흔적이 남는 경우가 많기 때문에 디자인이 단순하고 적당히 무른 재질이 좋습니다.

물풀보다 딱풀, 손에 맞는 가위

학교에서는 물풀보다 딱풀을 많이 사용합니다. 딱풀 뚜껑을 자주 잃어버리는 일이 있으니 반드시 몸체와 뚜껑에 따로 이름을 써주세요. 대부분의 유아용 안전 가위는 종이가 잘 잘리지 않아 불편하기 때문에 아이의 손 크기에 맞는 일반 가위를 준비하세요.
핑킹가위 등 모양을 내는 가위는 필요하지 않습니다.

기본색의 크레파스와 색연필

아이들은 크고 색깔이 많은 것을 선호하지만 부피가 크면 관리도 어렵고 기본색이 아닌 것은 잘 사용하지 않는 경우가 많습니다. 색연필이나 싸인펜은 12색, 크레파스는 24색 내외가 적당합니다. 또한, 색연필의 경우에는 종이를 벗겨서 쓰는 제품보다 돌려서 사용하는 것이 쓰기 편리합니다.

발에 맞는 실내화

보건화라고 부르는 하얀색 형태가 가장 좋습니다. 너무 큰 신발을 신는 경우에는 책상 밑에서 발장난을 친다거나 걷다가 벗겨져 다치는 일이 생길 수 있으니 꼭 발에 맞는 것을 준비하세요. 화장실을 이용할 때 물에 젖지 않고 미끄러지지 않도록 바닥이 고무이면서 자주 빨 수 있는 재질로 되어 있는 것이 좋습니다.

천으로 만든 필통

철제 필통은 연필을 꺼낼 때마다 달그락거리고 떨어뜨렸을 때 요란한 소리로 수업을 방해하기도 합니다. 변신 기능이나 게임기가 달린 필통으로 장난을 치느라 집중을 못하는 경우도 있습니다. 그래서 필통은 천으로 만들어진 가벼운 것, 형태가 잡힌 것, 안쪽의 내용물을 잘 보호할 수 있는 것이 좋습니다.

가정통신문용 투명한 파일

학교에서 가장 많이 챙겨야 하는 것이 가정통신문입니다. 요즘은 모바일로 확인이 가능하지만 회신서가 있는 중요한 통신문은 잘 관리해야 합니다. 투명한 L자형이나 쫄대를 끼우는 투명한 파일을 알림장과 함께 넣어두면 통신문을 잃어버리지 않게 관리할 수 있고 구겨지지 않아 전달하기도 좋습니다.

TIP

사물함 정리용 바구니 등을 활용해 보세요.

사물함 속 물건을 정리하기 쉽도록 파일꽂이와 미니 바구니를 활용해 보세요.
교과서와 공책은 파일꽂이에 세워두고 미니바구니에 작은 소품을 담으면 깔끔하게 정리하기 쉽고 물건도 바로 꺼내기 좋습니다.

좀 더 알아볼까요

2 학용품 구입 시 주의할 점

캐릭터의 유혹에서 벗어나기

이 시기 아이들은 상상 속의 이야기에 관심이 많아서 화려한 색감의 멋진 캐릭터를 통해 대리 만족을 하고, 행복감을 느끼기 때문에 캐릭터가 그려진 장난감을 좋아합니다. 캐릭터가 그려져 있다고 무조건 구입하기보다는 아이의 의견을 들어주되 꼭 필요한 것과 갖고 싶은 것을 구분해 주세요. 미리 아이와 함께 필요한 목록을 작성하고 함께 고르면 자신이 고른 학용품에 대한 애착과 책임감이 생깁니다.

화려한 것보다 실속 생각하기

문구류가 화려할수록 아이들은 수업 시간에 해야 할 과제에 집중하지 못하고 만지작거리는 일이 생깁니다. 화려하고 신기한 것을 가져오면 친구들이 처음엔 관심을 갖고 부러워하기는 하지만 일시적인 것일 뿐 곧 흥미가 떨어집니다. 화려하고 기능이 많은 제품일수록 기본 기능에 충실하지 않거나 부속품이 잘 부서지고, 열리지 않는 등의 문제로 불편을 겪을 수도 있습니다.

TIP

안전하게 학용품을 구매하는 방법

아이들의 학용품과 완구에도 유해물질이 포함된 것이 많습니다. 필통, 색연필, 지우개 등 어린이들이 자주 사용하는 학용품에서 납이나 카드뮴과 같은 유해물질이 발견되는 경우도 있어 현명한 구매가 중요합니다. 학용품을 구입할 때는 가급적이면 반짝이는 재질이나 화려한 색깔, 향이 강한 제품은 피하는 것이 좋습니다. 또한, 체온이 상승할 때 땀에 들어있는 염기성분에 의해 염료가 파괴되어 유해물질이 나올 수 있어 몸에 닿는 부분은 코팅이 되지 않은 제품이 좋습니다. 유명 브랜드의 문구점이나 대형 마트라고 해서 무작정 믿고 구매하기 보다는 KC마크가 있는 것인지 확인하고 구매하는 태도도 중요합니다. 안전한 제품인지 아닌지를 확인할 수 있는 사이트인 국가기술표준원의 '제품안전정보센터'(http://www.safetykorea.kr)에서는 제품별 인증정보를 검색하거나 불량 제품에 대한 안전사고 신고를 할 수 있습니다.

- **책가방** - 피부에 직접 닿는 어깨끈과 뒷면은 코팅되지 않은 제품
- **노트** - 내지가 유난히 하얀 노트는 형광증백제, 표백제 사용 가능성이 큼
- **지우개** - 재질이 천연 고무이거나 너무 말랑거리지 않는 것이 좋음.
- **필통** - 플라스틱이나 페인트가 칠해진 철 필통보다 천 재질이 안전함.
- **클립** - 색이 코팅된 것은 중금속이 함유되어 있을 수 있음.

고민
Q & A

입학 준비에 대한 고민 상담

겁이 많은 우리 아이,
유치원에 갈 때도 엄마와 떨어지지 않으려고 떼를 쓰는데,
학교에 갈 수 있을까요?
등하교 차량이 따로 있지 않은데, 혼자서 학교에 안전하게 잘 다닐 수 있을까요?

Q 엄마와 떨어지지 않으려는 아이를 어떻게 해야 할까요?

입학 전 확인할 것

엄마와 떨어져 있는 시간에 대해 차근차근 이유를 설명해 주세요. 아이가 울거나 투정을 부린다고 해서 몰래 도망가는 것은 오히려 아이를 더욱 불안하게 합니다. 짧은 시간부터 조금씩 헤어짐을 연습해 보세요.

TIP

친근한 환경에서부터 천천히 연습

가까운 친척이나 좋아하는 친구, 평소 친하게 지내는 이웃 등 부모님이 아닌 낯익은 사람과의 환경에서 적응할 수 있도록 점차 시간을 늘려 연습해 보세요. 하지만 무작정 낯선 곳에 두거나 낯선 사람과 있으라고 하면 아이가 더 불안해 할 수 있습니다.

충분한 애정으로 안심시키기

부모님의 사랑을 충분히 느끼는 아이는 분리불안 증세를 금방 극복할 수 있습니다. 혼자 있었던 아이에게 칭찬과 인정을 해주고 함께 있을 때에는 충분한 애정으로 안심시켜 주세요.

여기서 잠깐 Talk Talk

규칙성 부여, 이유 설명하기

엄마가 잠깐 슈퍼에 다녀와야 해.
두부를 사야 하거든.
아마 20분 정도 걸릴 거야.
혼자 있을 수 있겠니?

불안감 이해하기, 다독이기

혼자 있을 때 무서웠지?
이제 괜찮아.
용감하게 잘 있어 주어서 정말 고마워.
아빠는 의젓한 네가 정말 자랑스럽구나.

Q 혼자 학교에 가는 것을 두려워하여 같이 가자고 합니다.

통학로 확인 및 등하교 연습

아이와 함께 등·하교 길의 위험 지역을 확인하고, 집에서부터 혼자 걷는 거리의 반경을 점차 넓혀가면서 통학하는 연습을 해보세요. 처음엔 학교까지, 익숙해지면 중간 지점까지, 아파트나 동네 입구까지 등으로 나누어 연습합니다. 연습할 때는 횡단보도를 몇 번 건너는지, 눈에 띄는 건물이나 가게를 중심으로 길을 쉽게 익히도록 함께 걸으며 설명해 주세요. 또한, 학교가 멀어서 통학버스를 이용하는 친구들이라면 통학버스 승차장에서 학교 버스를 확인하여 탑승하는 방법을 꼭 알려주세요.

여기서 잠깐 Talk Talk

횡단보도, 건물이나 가게 익히기

학교 가는 길에 횡단 보도가
몇 개있었니? ○○슈퍼에서는
왼쪽으로 돌아야겠지?
잘 기억하고 있구나.

거리를 줄여가면서 통학 연습하기

오늘은 엄마와 중간 지점에서
한번 만나볼까?
여기 ○○문구점 앞에서 엄마가
기다리고 있을게, 여기까지 혼자 와 볼래?

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

1부

학교생활 길잡이

2 한걸음 성장! 행복한 배움

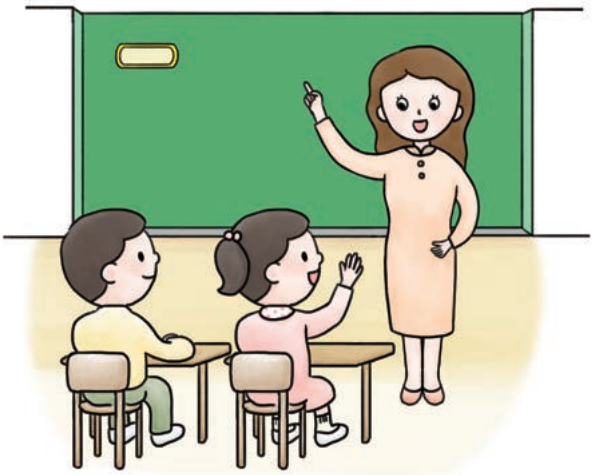
- 공부하는 습관 익히기
- 책과 친해지기
- 발표하는 힘 키우기
- 배움에 대한 고민 상담 Q & A

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

행복한 배움
1

공부하는 습관 익히기

유아에서 학생으로 거듭나는 시기의 아이들
유치원과는 사뭇 다른 초등학교에 입학하여 잘 적응하기 위해서
무엇보다 마음가짐이 중요합니다.
어떤 마음가짐을 가져야 할까요?



이렇게 해볼까요

1 공부 습관 터 잡기

눈 마주치며 대화하기

다른 사람과 대화를 할 때 상대의 눈을 보며 이야기를 나누거나 수업 시간에 선생님과 눈 맞춤을 하며 듣는 습관은 매우 중요합니다. 대화를 하며 상대방의 표정, 몸짓 등의 비언어적 표현을 함께 이해하면 더 정확한 의사소통이 이루어지고 자연스럽게 대화에 집중하게 됩니다. 가정에서도 부모님과 항상 눈을 마주치며 대화하는 습관을 길러주세요.

여기서 잠깐 Talk Talk

엄마는 ○○의 눈을 보며 이야기하고 싶어.
너의 마음까지 더 잘 듣고 싶어서 그래.
너도 엄마 눈을 바라보며 들어줄래?

집중할 수 있는 환경 만들기

집중력을 키우려면 주변 환경을 정리하는 것이 우선입니다. 책상 위의 불필요한 물건(휴대폰, 게임기, 장난감 등)이 시야에 들어오지 않도록 치워주세요. 또한 부모님의 전화 통화나 텔레비전 소리도 아이의 주의를 분산시킬 수 있으므로 소리를 낮춰주세요.

여기서 잠깐 Talk Talk

색칠 공부를 하려고 하는구나! 책상 위에 있는 물건들 중에
색칠 공부에 필요한 물건과 필요하지 않은 물건은 무엇일까?
필요하지 않은 물건들은 상자에 넣고 시작해보자!

미디어 노출 조절하기

요즘 아이들은 이른 시기부터 텔레비전, 인터넷, 휴대폰 등 각종 미디어를 접하게 됩니다. 미디어가 우리 생활에 없어서는 안 될 생활필수품으로 자리 잡았기 때문이지요. 하지만 아이들이 미디어에 과도하게 노출되면 부작용이 생길 수도 있습니다. 그중 하나가 바로 주의집중력 결핍입니다. 자극적인 영상과 소리가 아이들의 시청각을 끊임없이 자극하고, 뇌의 정보처리 속도보다 더 빠른 화면 전환 등으로 미디어 이외의 자극에는 집중하지 못하는 산만함을 보이게 됩니다. 이를 예방하기 위해서는 미디어 사용 시간 약속하기, 부모님과 함께 시청하기, 올바른 사용방법 익히기 등 부모님이 관심을 가지고 적극적으로 조절해 주는 것이 필요합니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

약속했던 스마트폰 사용 시간이 지났네.
이제 스마트폰은 제자리에 두고 엄마에게 얘기해줄래?
오늘은 어떤 것(영상, 정보 등)을 보았니?

이렇게 해볼까요

2 공부 습관 기르기

집중할 수 있는 과제 내주기

만약 아이가 집중할 수 있는 시간이 10분 내외라면 10분 정도에 해결할 수 있도록 과제를 나누어 주세요. 30분 정도 소요되는 과제라면 과제의 양을 10분씩 나누고 중간에 쉬는 시간을 주는 것입니다. 과제를 해결한 아이가 성취의 기쁨을 느끼는 순간 부모님이 충분히 칭찬해주는 것이 중요합니다. 아이가 익숙해지면 점차 시간과 과제를 늘려주세요.

여기서 잠깐 Talk Talk

3쪽까지 풀어야 하는 숙제구나. 너무 많다고?
그럼 우선 1쪽만 풀고
잠시 쉬었다가 다시 또 풀어볼까?

반복적으로 연습하기

해야 할 일을 규칙으로 정해 습관이 될 때까지 반복적으로 연습하는 것이 좋습니다. 또한 이 시기에는 말로 하는 것보다는 눈으로 보고 할 수 있도록 규칙을 붙여두는 것이 더 효과적입니다. 아침시간에 해야 할 일, 학교 다녀와서 해야 할 일, 잠들기 전에 해야 할 일 등을 아이와 함께 이야기 나눈 후에 간단한 문장(또는 그림)으로 적고 아이가 잘 볼 수 있는 곳에 붙여두세요. 부모님이 일관된 태도로 인내심을 갖고 격려해 주는 것이 중요합니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

이제 잠 잘 시간이네. 자기 전에 해야 할 일들
다 했는지 확인해 보렴. 다 했니?
오늘도 잊지 않고 잘 지켜준 우리 ○○, 멋지다!

TIP

집중력을 높일 수 있는 놀이

1. 시각적 자료를 활용한 놀이

퍼즐 맞추기, 숨은그림찾기, 다른 그림 찾기, 미로 찾기 등

2. 말놀이를 통한 놀이

· 단어 거꾸로 말하기 - 글자 수를 늘려가면서 놀이하기
· 말 전하기 - 속담, 명언과 같은 짧은 문장을 전하기
· 말 잇기 - 끝말잇기, 가운데 말 잇기, 첫말 잇기
· 시장(놀이동산, 학교 등)에 가면 - 무엇을 볼 수 있는지 이어 말하기

3. 몸으로 하는 놀이

· 가라사대 놀이, 청기 백기 놀이

좀 더 알아볼까요

3 즐거운 배움의 경험 늘리기

다양한 놀이

이 시기에는 종이접기, 클레이 만들기, 가위질하기, 선 긋기, 색칠하기 등의 놀이를 충분히 하여 소근육을 발달시키고 손의 힘을 길러 주는 것이 필요합니다. 이러한 활동은 바른 글씨 쓰기의 첫걸음이며 다양한 교과 학습을 위한 기본태도가 되기 때문입니다.

자연스럽게 한글과 친해지기

생활 속에서 아이가 익숙하게 접하는 간판이나 과자봉지의 글자 읽기, 집에 있는 물건에 단어카드 만들어 붙이기, 좋아하는 그림책의 제목 읽기 등 놀이를 통해 한글과 자연스럽게 친해질 수 있도록 도와주세요.

여기서 잠깐 Talk Talk

- 과자코너에 정말 많은 과자가 있네.
  이 과자 이름 중에 혹시 아는 글자가 있나 함께 찾아볼까?
- 거실에 있는 물건들에 이름표를 붙여줄까?

책을 통해 한글 많이 접하기

아이들은 부모님이 책을 읽어줄 때 부모님의 목소리를 들으며 자연스럽게 한글에 관심을 가지고 눈으로 익힙니다. 당장 읽고 쓸 수는 없지만 글자에 대한 친근감, 대강의 형태 등이 아이들의 잠재의식 속에 남아 본격적으로 한글을 배울 때 도움이 됩니다.

말놀이를 통해 한글의 즐거움 알기

흉내 내는 말, 수수께끼, 스무고개, 끝말잇기 등 놀이 요소를 가진 말을 통해 한글의 재미와 즐거움을 느끼게 해주세요. 동시 읽어주기, 노래와 이야기 들려주기 등을 통해서도 자연스럽게 한글에 대한 흥미와 이해를 높일 수 있습니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

- 나는 동물입니다. 폴짝폴짝 뛰어다니는 걸 좋아해요.
  뒷다리가 좀 더 길어요. 나는 누구일까요?
- 엄마랑 말놀이 해보자. '가'자로 시작하는
  낱말은 무엇이 있을까?

일상생활 속에서 수학적 호기심 자극하기

우리 주변의 수 많은 숫자들(자동차 번호판, 버스 노선, 엘리베이터 숫자 등)과 다양한 도형(깃발, 자동차 바퀴, 여러 가지 쿠키 모양 등) 곳곳에 숨어있는 수학적 요소를 아이와 함께 찾아보세요. 자연스럽게 수 감각을 익히고 수학적 호기심을 키워줄 수 있습니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

- 8시에 아침 먹고, 8시 30분에는 학교 갈 준비하자.
- 빵을 5개 사왔는데 누나랑 너랑 한 개씩 먹었네. 이제 몇 개 남았지?
- 색종이를 접었더니 뾰족한 세모가 되었네!
  원래대로 펼치면 어떤 모양이 될까?
- 우리 아파트는 몇 층까지 있지? 그중에 우리 집은 몇 층일까?
  엘리베이터 버튼을 눌러줄래?

구체물을 활용하여 수학적 감각을 익혀요.

추상적 개념 형성이 부족한 아이들에게 바둑돌이나 공깃돌 등을 이용한 수 모으기와 가르기 놀이를 하면서 덧셈과 뺄셈의 원리를 자연스럽게 익힐 수 있습니다. 또, 여러 가지 물건을 비슷한 모양끼리 무리 지어 보게 하고, 블록을 쌓은 후 보는 위치에 따라 모양이 다르다는 것을 생각해보는 것도 수학에 대한 흥미를 높여주며 수학적 감각을 길러 주는 좋은 활동입니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

- 5개의 바둑알이 있는데 왼손에 2개를 잡으면 오른손에는 몇 개가 있나?
- 장난감을 재미있게 정리해볼까? 이렇게 동글동글
  공처럼 생긴 것들은 노란 바구니에,
  네모난 상자처럼 생긴 것들은 빨간 바구니에 넣어보자.

행복한 배움
2

책과 친해지기

책 읽기가 모든 공부의 기초가 되는 것이어서
매우 중요하다는데
어떻게 책읽기 지도를 시작해야할지
고민이에요.

이렇게 해볼까요

1 독서 습관 만들기

부모님과 함께 책 읽기

아이들은 부모님의 모습을 보며 자랍니다. 언제, 어디서나 책 읽는 모습이 자연스러운 일상으로 여겨지도록 도와주세요. 부모님 품 안에서, 부모님 곁에서 함께 책을 보던 정겨운 기억들이 책을 사랑하는 아이로 성장하게 합니다.

도서관이나 서점 방문하기

아이와 함께 도서관이나 서점에 자주 방문해 보세요. 그곳에서 책을 읽지 않아도 좋습니다. 책으로 가득 찬 공간에서 다양한 종류의 책들을 훑어보고, 책 읽기에 몰입한 사람들을 보는 것만으로도 아이에게는 충분한 자극이 될 수 있습니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

우아~ 이곳엔 정말 책이 많지? 많은 사람들이 책을 읽고 있네.
어떤 책들을 읽고 있을까? 다른 사람들에게 방해되지 않게
우리도 살금살금 조용히 다니며 책들을 구경해볼까?

이야기의 재미 알려주기

대부분의 아이들은 이야기를 좋아합니다. 전래동화, 이솝우화, 신화 등의 이야기를 들려주면 흠뻑 빠져들곤 합니다. 책을 읽어주기 전에 먼저 부모님이 재미있게 이야기를 들려주세요. 그리고 책 속에는 재미있는 이야기가 더 많이 담겨있다는 것을 알려준다면 아이들의 책에 대한 흥미를 높일 수 있습니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

- 엄마가 들려준 옛날이야기 중에서 어떤 게 가장 기억에 남니?
  흥부와 놀부? 심청이? 토끼와 거북이?
- 오늘은 엄마가 읽었던 이야기를 들려줄게.
  이 책에는 또 어떤 재미있는 이야기가 숨겨져 있는지 잘 들어봐.

글자보다 그림 먼저 보기

아이들은 글자를 해독하는 능력보다 이미지, 그림을 이해하는 능력이 먼저 발달합니다. 글자는 읽지 못하지만 그림만으로도 충분히 책 속의 이야기를 상상하고 이해합니다. 때로는 어른들이 미처 생각하지 못한 새로운 이야기와 의미를 찾기도 하지요. 글자가 없는 그림책, 글자가 적은 그림책부터 읽어주면서 책의 재미를 알게 해 주는 것이 좋습니다.

규칙적으로 책 읽기

매일 규칙적으로 정해진 시간 동안 책을 읽어준다는 것은 쉬운 일이 아닙니다. 하지만 책과 친한 아이로 자라도록 하기 위해서 '책 읽어주기'가 효과적입니다. 열 살 전후의 아이들은 읽는 것보다 들을 때 훨씬 더 잘 이해합니다. 매일 20분 정도, 특히 잠자기 전에 책을 읽어주세요. 책에 대한 흥미뿐만 아니라 듣기능력, 집중력, 정서적인 안정감과 친밀감도 높일 수 있습니다.

책 읽고 난 후 함께 이야기 나누기

책을 읽고 난 후 부모님과 함께 이야기 나누는 시간을 가지면 책에 대해 더 다양한 느낌과 생각을 갖게 됩니다. 책의 줄거리, 정보 등 사실적인 내용만을 확인하는 것은 아이에게 부담을 줄 수 있으니 주의해야 합니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

황소아저씨를 읽고 나니 기분이 어때?
네가 만약 황소아저씨를
만난다면 어떤 이야기를 나누고 싶니?
네가 아는 사람들 중에 황소아저씨랑 가장 많이 닮은 사람은 누굴까?

아이의 관심과 흥미를 고려한 책 읽기

옆집 아이가 재미있게 본 책, 남들이 좋다고 하는 책이 반드시 내 아이에게도 좋은 것은 아닙니다. 평소 아이가 관심과 흥미를 보이는 분야의 책을 먼저 읽어주면서 자기가 좋아하는 것에 대한 새로운 정보와 재미를 느끼도록 해 준다면 책과 더 쉽게 친해질 수 있습니다.

흉내 내는 말이 들어간 짧은 책 읽기

소리와 모양을 흉내 내는 말이 들어간 책들을 운율을 살려 재미있게 읽어주세요. 다양한 말놀이를 좋아하는 이 시기의 아이들은 책에 나오는 흉내 내는 말들을 따라 하면서 자연스럽게 책을 재미있는 것으로 생각하게 됩니다

이어질 내용에 대한 호기심 자극하기

책을 읽어주다 아이가 완전히 몰입해 있을 때 읽던 것을 멈추고 내일 다시 읽어주겠다고 해보세요. 아이들은 다음 내용에 대한 궁금증으로 책 읽는 시간을 손꼽아 기다릴 것입니다. 더 나아가 이어질 뒷이야기를 상상하거나 찾아보려고 노력하게 됩니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

자, 오늘은 여기까지.
다음 내용이 궁금하지? 내일 이어서 읽자.

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

행복한 배움
3

발표하는 힘 키우기

집에서는 자기 생각도 잘 표현하고 말도 잘하는 편이에요.
그런데 유치원 공개수업에 가보니
선생님이 물어봐도 대답을 잘 못하던데…….
발표를 잘하려면 어떻게 해야 할까요?

이렇게 해볼까요

1 자신감 키우기

격려하고 도와주기

발표를 어려워하고 자기의 생각을 표현하지 않는 원인이 무엇인지 살펴보는 것이 중요합니다. 수줍음이 많아서, 떨리고 긴장되어서, 발표해 본 경험이 별로 없어서, 틀릴까봐 두려워서 등 다양한 이유가 있을 수 있으니 아이와 이야기를 나누어 보세요.
수업 시간에 발표를 잘해야 한다고 강요하고 발표 횟수 등으로 부담을 주면 오히려 아이는 더욱 발표를 두려워하고 기피할 수 있습니다. 먼저 아이의 이야기를 잘 들어주고 공감해주면서 말하기에 대해 긍정적인 느낌과 자신감을 가질 수 있도록 격려하고 도와주는 것이 중요합니다.

잘 듣는 훈련하기

발표를 잘하고 싶다면 먼저 다른 사람의 이야기를 잘 들어야 합니다. 잘 들어야 발표할 내용의 요점을 파악하여 알맞은 대답을 할 수 있고, 다른 사람의 발표 내용과 겹치지 않는 나만의 생각을 발표할 수 있습니다. 특히 이 시기의 아이들은 다른 사람의 의견은 잘 듣지 않고 내가 하고 싶은 말만 하려고 하는 경향이 있으므로 가정에서부터 부모님과 다른 가족의 목소리에 귀 기울일 수 있도록 지도해야 합니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

너의 이야기를 다른 사람들이 잘 들어주었으면 좋겠지?
그렇다면 네가 먼저
다른 사람의 이야기를 끝까지 들어줘야 해.

공감하며 들어주기

답답한 마음에 아이의 말을 끝까지 듣지 않고 어른들이 결론을 낸다거나, 아이의 말을 무시하고 심지어 무안을 주게 되면 아이는 자신의 생각을 표현하는 것에 두려움을 느끼고 위축될 수밖에 없습니다. 아이와 대화하면서 눈 마주침, 적절한 고갯짓과 다양한 감정을 나타내는 표정 등의 반응은 아이에게 자신이 존중 받는다는 느낌을 갖게 합니다. 이러한 긍정적인 경험들이 발표에 대한 자신감을 키워줍니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

아, 그랬구나! 저런... 많이 속상했겠다.
그래서 어떻게 되었니?
너의 마음을 솔직하게 이야기해주어 고맙구나.

이렇게 해볼까요

2 발표 연습하기

소리 내어 책 읽기

아이가 글씨를 읽을 수 있다면 소리 내어 책을 읽는 것도 도움이 됩니다. 아이가 평소 자주 보고 읽었던 좋아하는 책을 큰 소리로 읽도록 해주세요. 적절한 곳에서 호흡하고 띄어 읽기, 중요한 부분 강조하기 등을 자연스럽게 익힐 수 있습니다. 부모님과 한 문장 또는 한 쪽씩 번갈아 읽으면 부모님의 발음과 억양도 배울 수 있기 때문에 소리 내어 읽기의 즐거움과 함께 말하기에도 자신감이 생깁니다

말할 기회 자주 만들기

음식점에서 주문을 하거나 필요한 것을 요청하기, 가게에서 물건 계산하기, 어른들을 만나면 큰 소리로 인사하기 등 생활 속에서 자연스럽게 말할 수 있는 기회를 많이 만들어 주세요. 아이가 용기 내어 시도해보고 잘 해낼 때마다 부모님이 격려하고 칭찬해주는 것이 중요합니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

반찬이 더 필요한데, 아주머니께 더 달라고 말씀드려주겠니?
큰 목소리로 씩씩하게 인사하니까 경비아저씨가 기특하다고 칭찬해주셨지? 지난번보다 목소리가 커지고 표정도 밝아서 엄마도 기분이 좋아지네! 정말 잘했어!

말하기 연습

익숙하고 편안한 대상 앞에서 말하는 연습을 하면 발표에 대한 두려움을 차츰 줄여나갈 수 있습니다. 부모님 또는 좋아하는 인형이나 사물 앞에서 말하거나 거울을 보면서 연습하고, 녹음이나 동영상 촬영을 해서 스스로 점검해 볼 수 있는 기회를 주는 것도 도움이 됩니다. 이 때 부모님이 목소리 크기, 태도, 시선 등을 일일이 지적하고 참견하지 않도록 주의해 주세요.

여기서 잠깐 Talk Talk

엄마가 요리하는 모습을 옆에서 설명해 볼래?
요리 이름, 요리에 들어가는 재료, 엄마가 요리하는 방법 등을 재미있게 설명해주면 엄마도 더 신이 날 것 같아!

말할 내용 미리 준비하기

말할 내용을 미리 준비하고 정확히 이해하여 발표한다면 발표에 더욱 자신감이 생길 것입니다. 학교에서 '나의 꿈', '나의 가족'등 미리 발표할 주제를 안내할 경우 가정에서 아이와 함께 말할 내용을 생각해보고 충분히 대화 나누며 연습을 한다면 발표의 긴장감을 줄일 수 있습니다.

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

고민
Q & A

배움에 대한 고민 상담

자리에 앉으면 10분도 안 돼서 일어나려고 해요.
너무 산만한데 학교에서 공부를 제대로 할 수 있을까요?
한글을 모르는데 공부를 따라갈 수 있을까요?

Q 아이가 너무 산만해서 고민입니다.

아이의 산만한 행동 이해하기

1학년 아이들은 호기심이 그 어느 때보다 풍부한 반면 집중하는 시간이 짧습니다. 그래서 '놀이'가 곧 학습으로 이어질 수 있도록 다양한 체험과 활동 중심으로 교육과정이 운영됩니다.
아이들의 발달단계에 따라 초등학교의 1차시 수업 시간은 40분입니다. (학교에 따라 80분 블록 수업으로 진행되기도 합니다.) 이 시간은 초등학교 1~6학년 모두에게 해당하므로 1학년 친구들에게 40분은 꽤 긴 시간일 수밖에 없습니다. 아이가 15~20분 정도를 집중할 수 있다면 크게 걱정하지 않아도 됩니다.
수업시간에 돌아다니거나 친구와 이야기하기, 수업과 관련 없는 물건 만지기 등 집중하지 못하고 산만한 행동을 보였던 아이들도 대부분 학교생활에 적응하면서 점차 나아집니다. 만약 시간이 흘러도 산만한 행동이 나아지지 않는다면 담임선생님과의 상담을 통해 산만함의 원인을 찾아 보는 것이 중요합니다.

과정과 노력 칭찬하기

TIP

보통 산만한 아이들의 과제 완성도는 높지 않은 편입니다. 그로 인해 칭찬받은 경험이 적을 수밖에 없고 무언가를 집중해서 해내고자 하는 내적동기가 낮습니다. 아이들 스스로 성취감을 느끼고 해낼 수 있다는 자신감을 가질 수 있게 도우려면 결과보다는 과정과 노력을 칭찬하는 것이 중요합니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

규칙성 부여, 이유 설명하기

우아~ 동물원 그림을 그렸구나. 동물 그림책을 보면서 동물마다 크기를 다르게 표현하고, 코끼리 코도 아주 재미있게 그렸네!

아이들의 집중시간 이해하기

TIP

아이가 알아서 집중해주기를 바라지만 학교 공부는 아이에게는 쉽지 않습니다. 많은 가정에서 공부를 하다 몸을 배배 꼬고, 멍하니 딴 생각을 하는 모습 때문에 부모님들이 속상해 하시기도 해요. 40분을 앉아서 집중하는 것은 아이들에게 굉장히 어려운 일이에요. 그래서 학교에서도 수업을 계획할 때 10분에서 15분 정도의 활동을 2~3개 정도의 활동을 준비합니다. 아이들의 집중시간이 10분~15분을 넘지 않기 때문이지요.
가정에서 학습을 시킬 때는 연산 1쪽, 글씨쓰기 한 바닥. 짧은 분량을 정해서 단시간안에 집중해서 끝낼 수 있도록 옆에서 도와주시는게 좋습니다.

TIP

건강한 생활습관을 갖도록 도와주세요.

어른들도 몸이 피곤하고 컨디션이 좋지 않으면 집중력이 낮아지는 것처럼 아이들도 마찬가지입니다. 유치원과 달라진 환경과 생활에 적응하느라 아이들도 힘들 수 있습니다. 충분한 휴식을 취하고 체력을 유지할 수 있도록 일찍 자고 일어나기, 아침밥 먹기 등 건강한 생활 습관을 갖도록 도와주세요.

Q 아이가 공부에 흥미가 없어요.

배움의 즐거움을 알게 하는 것이 중요합니다.

이제 막 초등학교에 입학한 아이들에게 학교에 와서 가장 하고 싶은 것이 무엇이냐고 물으면 "공부요!"라고 대답하는 경우를 볼 수 있습니다. 이렇게 공부에 대한 호기심과 기대가 가득한 아이들이 있는 반면 공부를 두려워하고 재미없어 하는 친구들도 적지 않습니다. 이런 차이는 무엇 때문에 생길까요?

아이들이 수준에 맞는 과제를 수행해 나가며 배우고 익히는 과정에서 성취의 경험을 맛보고 배움의 즐거움을 느끼는 것은 매우 중요합니다. 그런데 입학 전 너무 많은 공부를 하고 온 친구들은 수업 내용과 활동들이 이미 자기가 알고 있는 것이어서 흥미롭지 않고 지루하여 자칫 배움의 즐거움을 잃을 수도 있습니다.

저학년 시기의 아이들은 모든 것이 놀이이고 공부입니다. 충분히 노는 게 곧 공부인 셈이지요. 친구들과 함께 몸으로 직접 체험하고, 다양한 놀이 활동을 통해 익히는 것이 이해가 더 빠릅니다. 따라서 학습의 결과물보다는 배움에 대한 내적동기를 높여 즐거움과 성취감을 느끼고, 스스로 잘 할 수 있다는 자신감을 키워주는 것이 중요합니다.

TIP

다른 아이와 비교하지 않아요.

아이마다 생김새와 성격이 제각각 다르듯이 배움의 속도도 다를 수 있습니다. 아이가 배움에 대한 흥미와 관심을 잃지 않고 자기의 속도에 맞춰 성장할 수 있도록 곁에서 격려와 칭찬을 해주세요. 다른 아이와 내 아이를 비교하는 것은 자아존중감에 상처를 줄 수 있습니다.

Q 한글을 떼지 못해 걱정입니다.

책읽기로 자연스럽게 글자에 노출시켜주세요.

국어교과의 성취도는 평소 얼마만큼 국어에 노출되었느냐에 따라 달라집니다. 그러면 어떻게 노출시켜야 할까요? 바로 '책읽기'입니다. 취학 전이라면 한글을 가르치기보다는 가능한 많은 책을 읽어주는 것이 좋습니다. 책을 많이 읽어 본 아이들은 그만큼 한글에 익숙해지게 됩니다. 자연스럽게 글자에 익숙해진 아이들은 조금 더 편안한 마음으로 글자를 익힐 수 있습니다. 이미 많이 접했기 때문이지요. 하지만 책읽기가 부족한 아이들은 글자가 생소하기 때문에 습득에 어려움을 겪습니다. 간혹 책은 읽어주지 않으면서 글자만 가르치려는 부모님들이 계세요. 그럴 경우 아이가 한글을 싫어하고 국어 공부에 어려움을 겪을 수도 있기 때문에 책 읽기를 중요하게 생각하여야 합니다.

TIP

복습이 중요합니다.

어떤 부모님들은 선행학습을 해야 아이들이 수업을 잘 들을거라고 생각하기도 합니다. 하지만 저학년 시기의 선행학습은 오히려 독이 되는 경우가 많습니다. 수업 시간에 배울 내용을 미리 배우면 아이들은 수업 시간에 흥미가 없어지기 때문입니다. 선행학습을 통해 수업 시간의 동기가 떨어질 수 있기 때문에 선행학습보다는 복습을 철저히 하는 편이 더 낫습니다. 복습이 중요하지요. 복습이 제대로 되지 않으면 따라가기 힘듭니다.

아이의 복습을 도와주려면 진도를 정확히 알아야 합니다. 학교에서 나눠주는 '주간학습안내'에는 일주일간의 교육 내용과 진도가 상세하게 나와 있습니다. '주간학습안내'를 통해서 아이가 배우는 내용을 수월하게 파악할 수 있습니다. 눈에 보이는 곳에 붙여 놓고 자주 확인하면 한결 수월하게 복습을 도와줄 수 있습니다.

1부

학교생활 길잡이

3 바른 생활 습관! 실천하는 약속

- 정리 정돈 잘하기
- 학교 급식 골고루 먹기
- 학교 화장실 이용하기
- 바른 생활에 대한 고민상담 Q & A

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

바른생활습관
1

정리 정돈 잘하기

우리 아이는 자기 물건을 정리하지 않아요.
입던 옷도 놀았던 장난감도 바닥에 던져 놓는데 학교에 가서도
정리 정돈을 하지 못할까 봐 걱정이에요.

이렇게 해볼까요

1 정리정돈이 어려운 아이라면

아이들은 이 시기에 자기 물건을 꼼꼼하게 챙기지 못할 수 있어요.

부모님이 보내주신 준비물과 회신용 가정통신문을 찾는 일은 1학년 교실에서는 흔한 모습입니다. "엄마가 챙겨주지 않았어요."라고 이야기를 하는 경우도 많습니다. 때로는 사물함이나 가방 속에 있는 물건을 주의 깊게 확인하지 않아서 찾지 못할 때도 있습니다. 어른이 보기에는 쉬운 정리 정돈도 처음 해보는 아이에게는 어려울 수 있습니다. 이 시기는 아직 자기 물건을 꼼꼼하게 챙기지 못할 수 있으므로 걱정이나 꾸중만 하기 보다는 차분하게 습관을 익혀가는 것이 중요합니다.

이렇게 해볼까요

2 아이와 함께 하는 정리활동

정리할 위치를 아이와 함께 정해보세요].

정리 정돈은 정해진 위치에 정해진 물건을 놓는 것입니다. 정리할 규칙을 부모님이 정해놓고 아이들에게 지시하면 아이들은 규칙을 금방 잊어버립니다. 정리할 위치를 정할 때에는 아이와 함께 하는 것이 좋습니다. 위치를 정하고 정리해야 하는 물건의 이름을 써서 붙이면 아이의 정리 정돈 습관 형성에 도움이 됩니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

스스로 정리 규칙 정하기

- 학교에서 돌아오면 가방은 어디에 두는 것이 좋을까? (아이와 위치를 정하고)
- 그럼 가방은 책상 옆 고리에 걸고 실내화 주머니는 신발장 옆 바구니에 놓기로 하자.

단계적으로 정리 정돈을 시작해요.

처음에는 부모님과 함께 정리 정돈을 시작하는 것이 좋습니다. 부모님이 깨끗하게 정리한 모습을 보여주고 아이가 그 상태를 유지하게 하면 어렵지 않게 시작할 수 있습니다. 깨끗한 상태를 유지하는 것이 익숙해진다면 부모님의 도움없이 할 수 있도록 격려합니다. 또한, 집안을 정리할 때 아이도 함께 하면 부모의 모습을 보고 배울 수 있습니다.

스스로 챙기고 책임질 수 있도록 안내해 주세요.

자기 물건에 이름을 쓰고 붙이면서 스스로 챙기는 습관을 갖도록 도와주세요. 학용품이나 준비물을 살 때 직접 고르면 내 물건을 정확하게 알 수 있습니다.
부모님이 대신 챙겨주면 아이들은 자기 물건을 기억하지 못하고 잃어버려도 찾기 어렵습니다.
집에 오자마자 알림장을 확인하는 습관도 중요합니다. 급하게 준비해야 할 물건은 없는지 확인하고 맞벌이 가정이라면 정해진 곳에 가정통신문을 두고 부모님이 늦게 오더라도 확인할 수 있도록 약속합니다.
자기 전에 준비물을 준비하고 책가방을 스스로 챙기는 습관은 여유로운 아침을 맞이하는데 도움이 됩니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

- 회신용 가정통신문 챙기기
- 학교에서 받은 통신문은 집에 오면 바로 꺼내자.
- 엄마나 아빠가 늦게 오더라도 볼 수 있게 ○○에 놓으렴. 선생님께 보내는 통신문은 가방에 있으니 잊지 말고 바로 선생님께 드려야 한단다.

정기적인 확인과 칭찬이 필요해요.

필통과 책가방 속을 정기적으로 확인하여 정리 상태를 확인하는 것이 필요합니다.
정리 정돈이 잘 되지 않는다면 단계적인 연습을 다시 하고 잘 했다면 칭찬하고 격려해 줍니다.
정리 정돈을 통해 절약의 중요성을 알려주는 것도 좋습니다. 아이들을 위한 풍족함이 오히려 독이 되지 않도록 주의해야 합니다. 물건을 잃어버렸다고 무조건 사주는 것은 좋지 않습니다. 물건이 부족해서 아껴야 한다는 것 보다는 내 물건이기 때문에 소중히 여기는 마음을 갖도록 하는 것이 중요합니다.

좀 더 알아볼까요

3 정리정돈은 이렇게

TIP

정리 정돈의 힘

깔끔하게 정리 정돈된 공간에서 학습을 하면 집중력도 높일 수 있습니다. 정리 정돈은 기본 생활 습관 외에 학습에 도움이 되는 능력이기도 합니다. 정리 정돈을 하면 자신만의 분류 기준을 만들 수 있고, 무엇을 어떻게 두어야 할지 계획하는 힘이 생길 뿐 아니라 제자리에 두기 위한 관찰력도 발달합니다.

낱개 준비물 정리 정돈

지퍼백을 활용하면 숫자카드, 낱말카드 등 잃어버리기 쉬운 준비물도 챙기기 쉽고 가방에 물기가 닿아도 안전합니다. 지퍼백에도 아이의 이름을 적는 것이 좋습니다.

미리 보는 준비물

사진 (성장사진, 가족사진 등)	여행을 가거나 행사가 있을 때 사진을 찍어 놓으면 유용하게 사용됩니다. 다양한 가족의 형태가 있기 때문에 모든 가족이 반드시 사진에 나와야 하는 것은 아닙니다. 사진은 수업 중 자르고 붙이는 활동을 할 수 있기 때문에 인쇄할 수 있는 파일 형태로 가지고 있는 것이 좋습니다.
통합교과 준비물	재활용품(페트병, 상자 등), 자연물(나뭇가지, 돌 등) 구입할 수 없는 준비물이 필요할 수 있습니다. 사전 안내(주간학습, 알림장 등)를 잘 확인하고 기한에 맞게 준비합니다.

가정통신문 확인하기

가정통신문은 학교생활에 대한 정보나 행사 일정을 알려 주기도 하고 부모님의 의견을 묻는 설문지가 될 수도 있기 때문에 가정으로의 전달이 매우 중요합니다. 요즘은 가정통신문 앱을 활용하여 확인하고 회신할 수 있습니다. 앱 알림을 매일 확인하는 것이 좋습니다.

바른생활습관
2

학교 급식 골고루 먹기

우리 아이는 편식을 하고 잘 먹지 않습니다.
학교 급식을 잘 먹을 수 있을까요?

이렇게 해볼까요

1 골고루 먹는 것이 어려운 아이라면

급식 시간은 행복한 시간이 될 수 있어요.

'식도락(食道樂)'이라 하여 먹는 것을 좋아하고 급식 시간을 기다리는 아이가 있는 반면, 유난히 음식을 가리는 예민한 아이도 있습니다. 가정에서의 식사와 달리 급식은 전체 학생을 대상으로 만들어지기 때문에 아이들 개인의 입맛에 맞지 않는 음식이 나오기도 합니다. 또한, 아이들의 앞니가 유치에서 영구치로 바뀌는 시기라 딱딱한 음식을 씹기 어려워합니다.

하지만, 친구들과 함께 먹는 급식 시간은 아이들에게 가장 행복한 시간입니다. 다른 친구의 모습을 보면서 나도 먹어봐야겠다는 생각을 하기도 하고 집에서 먹어보지 못한 다양한 식재료와 조리법에 흥미를 느끼기도 합니다.

이렇게 해볼까요

2 바른 식습관 익히기

음식에 긍정적인 관심을 갖도록 해주세요.

친숙하지 않은 음식이 나오면 먹어보려는 시도조차 하지 않는 아이들이 있습니다. 이런 음식들이 몸에 좋은 이유를 설명하기 보다는 요리하는 과정을 옆에서 보거나 직접 만들어보는 활동을 하면 음식에 대한 흥미를 높일 수 있습니다. 다양한 식재료를 경험하게 하고 평소와 다른 조리법으로 만든 음식을 맛보는 것도 도움이 됩니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

편식이 심한 아이 격려하기

반찬이 마음에 들지 않더라도 국물을 포함한 세 가지의 반찬 모두 한 번씩은 맛보면 좋겠어.
지금은 조금 어렵겠지만 먹어보려고 노력하는 모습이 대견해.

정해진 시간에 먹는 연습이 필요해요.

급식 시간은 학교마다 약 30분~40분으로 정해져 있지만 시간 안에 먹지 못하기도 합니다. 음식의 양이 너무 많은 경우, 친구들과 이야기하거나 돌아다녀서 먹는 것에 집중하지 못하는 경우, 편식이 심하여 입에 넣고 씹지 않는 경우 등이 있습니다. 시간 안에 먹지 못하면 급식 시간 이후의 활동에 영향을 주기 때문에 정해진 시간에 바른 자세로 적당한 양을 먹는 연습이 필요합니다. 또한, 매운 음식을 먹지 못하는 아이는 조금씩 맛보는 연습을 하면 도움이 됩니다.

먹으면 안 되는 식재료는 아이에게도 알려주세요.

알레르기 반응이나 신체 이상반응 때문에 먹지 말아야 할 식재료는 담임선생님과 보건선생님 외에도 아이가 꼭 알고 있어야 합니다. 급식 식단표에 표시된 알레르기 정보를 참고하여 아이가 먹으면 안 되는 음식을 알고 조절할 수 있도록 알려주세요.

여기서 잠깐 Talk Talk

알레르기가 있는 음식 확인하기

OOO이는 새우 알레르기가 있어. 식단표를 보니 오늘 모둠전에는 새우가 들어가 있구나. 오늘은 전을 먹으면 안되겠지?

우유 급식 여부는 아이와 결정해요.

많은 학교가 우유 급식은 희망에 따라 실시합니다. 부모님은 건강을 위해 신청하지만 우유를 먹기 싫어서 버리거나 몰래 숨겨두는 아이도 있습니다. 아이와 상의 한 후 신청하시기 바랍니다.

TIP

학교급식 식재료 품질관리

농산물 관리	· 유기식품 및 무농약농산물, 우수관리농산물, 이력추적관리농산물, 지리적표시 등록 농산물, 표준규격이 "상"등급 이상인 농산물 중 하나를 사용합니다. · 쌀은 수확년도 1년 이내의 것을 사용합니다.
축산물 관리	· HACCP 적용 도축장, 축산물가공장, 식육처리포장처리장에서 처리된 축산물을 사용합니다. · 쇠고기 3등급이상, 돼지고기 2등급이상, 닭고기 1등급이상, 계란 2등급이상, 오리고기 1등급이상을 사용합니다.
수산물 관리	· 품질인증품수산물, 지리적표시 등록 수산물, 상품가치가 '상'이상에 해당하는 수산물을 사용합니다. · 전처리수산물은 HACCP 적용 가공처리된 제품을 사용합니다.

좀 더 알아볼까요

3 바른 식사를 위한 유용한 정보

왜 아이들은 단맛에 열광할까?

아이들이 단맛을 좋아하는 데에는 분명한 이유가 있습니다. 단맛은 우리 몸속 세포를 살아 움직이게 해 주는 에너지, 포도당의 맛이기 때문입니다. 먹을 것이 적고 순수한 단맛이 존재했던 수백만 년 전에는 단맛이 우리의 생명을 연장했을지 모릅니다. 하지만 인공적인 단맛이 많아지고, 단맛을 인위적으로 더 강하게 조장하고 있는 지금은 '단맛 본능'이 우리의 생명을 위협하고 있습니다.

단맛에서 밥맛을 지키려면 천연 단맛도 주의해야 합니다. .분명 설탕 섭취를 줄이는 방법으로 케이크나 과자와 같은 후식보다는 과일이 좋지만 천연 단맛도 단맛은 단맛입니다. 과일을 건강하게 먹으려면 다른 음식물이 그렇듯 골고루 먹어야 합니다. 많은 종류의 과일을 먹는 것이 아니라 다양한 색깔의 과일을 먹는 것이 좋습니다. 간식이 식사가 되면 안됩니다. 생각보다 많은 엄마들이 아이가 밥을 잘 먹지 않는다는 이유로 밥보다 간식에 열중합니다. 성장기 아이들은 많은 에너지와 영양소를 필요로 하기 때문에 세 끼 식사만으로 충분한 영양소를 공급할 수 없어 간식이 필요하지만 간식은 수분과 무기질, 비타민이 풍부한 것이 좋고, 소화가 잘 되는 것, 세 끼 식사에 영향을 주지 않는 가벼운 것이 좋습니다.

모르는 사이, 아이가 과식한다.

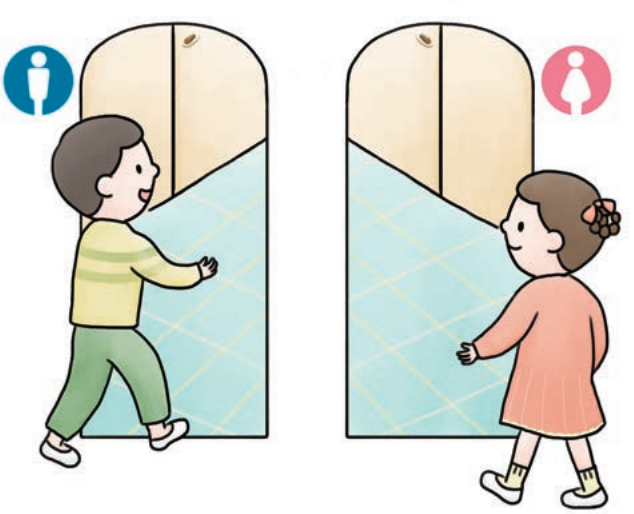
먹는 동안에는 TV를 보지 말아야 합니다. 아이의 식욕을 좌우하는 외부 자극에 가장 큰 영향을 받는 것은 '눈'입니다. 배가 부르다는 포만감보다 눈앞에 보이는 음식에 더 많은 영향을 받는 것입니다. 아이는 배가 부른 상황임에도 불구하고 식욕을 자극하는 시각적인 환경이 주어지면 먹고 또 먹습니다. 눈으로 먹은 음식의 양을 확인했을 때 덜 먹고 그릇의 크기에 따라, 음식을 담는 양에 따라 먹는 양이 다릅니다. 빨리 먹는 식습관 또한 과식과 비만을 유발할 수 있습니다. 우리의 뇌가 먹은 양을 파악하는 속도가 우리 아이들이 음식을 먹는 속도보다 느리기 때문입니다. 배가 꽉 찼다는 신호를 뇌에 전달하려면 어느 정도 시간이 걸립니다. 어린 시절부터 꼭꼭 씹는 버릇을 들이면 아이들 스스로도 잘 씹고 포만감을 제때 느낄 수 있습니다.

<출처: 아이의 식생활, 지식채널 발췌>

바른생활습관
3

학교 화장실 이용하기

우리 아이는 외출하면 화장실이 불편하고 무섭다면서
다른 화장실을 사용하지 않아요. 오랜 시간 학교에 있는데
참다가 실수를 하면 어떻게 하나 걱정이에요.



이렇게 해볼까요

1 밖에서 화장실 사용에 곤란함을 겪는 아이라면

새로운 환경에 긴장할 수 있어요.

“화장실이 뭐가 무서워? 다른 아이들도 있는데…….”라고 아이를 탓하면 안 됩니다. 낯선 환경이 되면 긴장을 하게 됩니다. 긴장을 하면 스트레스를 받게 되고 배변과 관련된 근육을 긴장시켜 원활한 작용을 방해하게 됩니다. 여행을 갔다가 화장실을 못 가는 경험, 큰 일을 앞두고 긴장되어 생리적인 불편함을 느낀 경험은 누구에게나 있습니다.

화장실 사용에 불편함을 느낄 수 있어요.

아이가 학교 화장실 사용을 어려워한다면 원인을 잘 파악하여 편안하게 사용할 수 있도록 도와주세요. 예민한 아이는 공공 화장실 사용을 꺼리기도 하고, 수시로 대변을 보는 아이는 낯선 학교 화장실에서 뒤처리 할 일이 걱정스럽기도 합니다. 쉬는 시간에 신나게 놀다가 화장실 가는 것을 잊어서 공부 시간에 급하게 가는 아이도 있고, 친구들과 함께 사용하는 것이 불편해서 수업 시간에 혼자 가는 아이도 있습니다. 학교에서는 학년 초에 입학초기 적응활동으로 화장실 이용 교육을 하고 있습니다.

이렇게 해볼까요

2 건강한 배변활동 익히기

원활한 배변 활동을 위해 노력해요.

아침에 일어나 물 한 컵 마시고 평소 야채나 과일을 많이 먹어 변비를 예방하는 것이 좋습니다. 학교 가기 전에 규칙적으로 화장실을 가는 습관을 갖도록 도와주세요.

배변 활동이 자연스러운 현상임을 알려주세요.

배변활동은 자연스러운 우리 신체의 활동이기에 시간을 맞춘다는 것이 어려울 수 있습니다. 정해진 시간에 배변이 가능하도록 하거나, 잠깐 참는 연습을 하는 것이 도움이 될 수 있습니다. 하지만, 너무 오래 참는 것은 건강에 좋지 않고, 참을 수 없는 경우도 있기 때문에 화장실에 가고 싶다고 말하는 것과 화장실에 가는 것이 부끄러운 행동이 아니라고 알려주세요.

여기서 잠깐 Talk Talk

수업 시간에 화장실이 가고 싶을 때

쉬는 시간에 화장실을 가는게 좋지만 혹시 수업 시간에 화장실이 가고 싶으면 부끄러워하지 말고 선생님께 화장실 다녀오겠다고 이야기 하렴.

가정과 다른 학교의 화장실을 설명해 주세요.

공공 화장실에서 휴지가 있는 장소와 휴지를 얼마만큼 잘라서 접어야 하는지 구체적으로 보여주고 연습하면 도움이 됩니다. 학교 화장실을 편안하게 생각할 수 있도록 부모님과 함께 사용해 볼 수도 있습니다. 또한, 청결한 화장실을 유지하기 위해서는 나부터 깨끗이 사용하는 것이 중요하다고 알려주세요.

화장실 사용 연습을 해요.

규칙적으로 화장실 가기, 화장실 사용하고 손 씻기 등을 연습합니다. 또한, 아이의 화장실 사용 습관(자주 가는 습관, 미리 가지 않고 참았다가 급하게 하는 습관 등)을 확인하고 아이 스스로 조절할 수 있도록 조언하는 것이 좋습니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

화장실 사용 연습하기

화장지가 칸마다 없는 경우가 있으니 화장지가 있는지 확인해 보렴. 화장실을 사용하기 전에 앉을 곳(설 곳)을 한 번 확인하고 사용해야 해. 나올 때에는 꼭 물을 내리고 물 내려간 것을 확인하고 나오렴. 화장실을 다 사용한 후에는 꼭 손을 씻어야 한단다.

화장실에서 일어날 수 있는 상황에 대해 알려주세요.

화장지가 없는 경우, 바지를 잘못 내려서 소변이 옷에 묻은 경우, 앞에 사용한 친구가 물을 내리지 않고 간 경우, 화장실 변기가 몸에 비해 큰 경우 등 일어날 수 있는 상황을 이야기하고 대처 방법을 알려줍니다. 실수할 때를 대비하여 아이의 사물함에 계절에 맞는 여벌옷(속옷포함)을 준비하면 좋습니다. 화장실에서 난처한 상황이 생기면 선생님이나 친구들에게 도움을 요청하도록 알려주세요.

화장실 가기 편한 옷으로 입혀 주세요.

바지의 지퍼가 잘 내려가지 않는 경우, 몸에 딱 붙는 바지로 옷을 내리기가 힘든 경우, 레이스가 많이 달리거나 허리 뒤로 묶는 끈이 있는 경우에는 화장실 가기가 불편합니다. 학교생활에는 예쁜 옷보다는 벗고 입기 편한 옷이 좋습니다.

화장실은 놀이 장소가 아님을 알려주세요.

10분간의 쉬는 시간은 화장실을 다녀오거나 다음 시간 수업을 준비하는 시간입니다. 하지만 대부분의 아이들은 선생님의 시선을 피해 화장실로 옮겨가 친구들과 놀이를 하는 시간으로 여기기도 합니다. 하지만 화장실 바닥은 젖어 있는 경우가 많아 안전사고가 생길 수 있으므로 특히 주의해야합니다.
또한, 여학생들의 경우 친한 친구와 화장실을 함께 들어가 이용하는 경우가 있고, 남학생들의 경우는 변기를 밟고 올라가 옆 칸의 친구에게 장난을 치는 행동을 하곤 합니다. 하지만 과거에는 별것 아니고 어린 아이의 장난으로 여겨졌던 행동들이 최근에는 성문제와 관계 지어지기도 합니다. 친한 친구를 찾아 화장실 아래와 위로 들여다보는 장난스러운 행동을 하는 아이를 바라보는 시각은 냉정할 수 있습니다.
공공 화장실을 이용하는 규칙뿐만 아니라 나의 몸과 다른 사람의 몸을 보호하고 존중해 주어야하는 성교육도 함께 하는 것이 좋습니다.

좀 더 알아볼까요

3 수줍은 방광증후군

집을 나서면 화장실을 가지 못하는 아이들이 있습니다. 이런 증상을 두고 '공중화장실 공포증'혹은 '수줍은 방광증후군'이라고 합니다. 이것은 공용으로 사용하는 화장실에 대한 거부감을 느끼고 사용하지 못하는 사회공포증의 일환입니다.
'수줍은 방광증후군'이 단순히 화장실을 가지 않는 것이라고 생각하면 안됩니다. 억지로 간다고 해도 실제 배변활동으로 이어지지 못하기 때문입니다. 대변과 소변은 음식물을 섭취하고 찌꺼기 등을 몸 밖으로 배출하는 꼭 필요한 활동입니다. 만약 소변을 참는 일이 반복되면 방광염에 걸릴 수 있고, 대변을 계속 참으면 변비가 생기거나, 항문소양증, 치질 등의 질환이 생길 수도 있습니다. 이런 질환이 어릴 때부터 만성적으로 이어지면 성인이 되어서도 고치기 어렵습니다.
우리 아이들은 학교, 학원 등 집 밖에서 시간을 더 많이 보내기 때문에 화장실에 가지 못하는 증상을 대수롭지 않게 여겨서는 안 됩니다. 아이의 건강과 심리적 안정을 위해 제대로 화장실에 갈 수 있도록 관심을 갖는 것이 필요합니다.

<출처 : [경기도교육청 블로그] 이대로 괜찮을까요? 수줍은 방광증후군, 경기도교육청 >

고민
Q & A

바른 생활 습관에 대한 고민 상담

우리 아이가 학교에서의 바른 생활 습관을 잘 익힐 수 있을까?
가정에서는 어디까지, 어떻게 지도해야할지
걱정과 고민이 많으시죠?

Q 학교에서 있었던 일을 말하지 않는데 괜찮을까요?

아이를 학교에 보내면 대부분의 부모님은 아이의 학교생활에 대해 궁금해 합니다. 부모님에게 이야기를 잘하는 경우도 있지만 학교에서 있었던 일을 말하지 않는 아이도 있습니다.
부모님에게 말할만한 특별한 일이 없거나, 부모님에게 굳이 말할 필요를 느끼지 못하거나 말수가 적은 조용한 아이의 성격 때문일 수도 있습니다. 아이가 대답하기 좋은 질문으로 소통방식을 바꾸어보세요.

TIP

학교생활에 대해 아이가 대답하기 좋은 질문

1. 오늘 학교에서 배운 것 중에 무엇이 가장 재미있었어?
2. 네가 보기엔 너희 반에서 제일 재미있는 친구는 누구야?
3. 교실에서 자리를 바꾸고 싶다면 넌 누구랑 앉고 싶어? 왜 그 아이와 앉고 싶니?
4. 오늘 가장 기뻤던 순간이 언제였어?
5. 쉬는 시간에 주로 무엇을 하고 있니?
6. 혹시 반에 네 도움이 필요한 친구는 없니? 도와준 적은 있어?
7. 혹시 네가 누군가의 도움이 필요한 적 없었어?
8. 급식을 먹을 때 친구들과 무슨 이야기를 해?

학교생활에 대해 아이가 대답하기 곤란한 질문

1. 학교는 재미있었니?

▶ 아이의 입장에서는 쉬는 시간에 친구들과 놀 때 빼고는 재미있는 시간보다 어렵거나 힘든 것을 참고 인내해야 하는 시간이 더 많으므로 대답하기가 어려울 수 있어요.

2. 친구들과 사이좋게 지냈니?

▶ 아이의 입장에서는 하루에 열두 번은 더 싸우고, 그랬다가도 언제 그랬냐는 듯 친하게 지내기도 합니다. 그러니 아이 입장에서는 이 복잡한 상황을 어떻게 대답해야 할지 모를 수 있어요.

3. 선생님 말씀 잘 들었어?

▶ 이 질문을 받으면 대부분의 아이들은 마음 한 구석이 찔리기 마련입니다. 하루 종일 선생님의 말씀을 잘 들을 수는 없고, 잘 안 들었다고 하면 부모님이 잔소리하시니 대충 대답하는 것이 편하겠지요.

Q 스마트폰, 학교 생활에 필요할까요?

스마트폰이 없어 따돌림을 당하지 않을지 걱정하시나요? 안타깝게도 스마트폰을 갖게 된다고 해서 저절로 친구가 생기지는 않습니다. 오히려 불법동영상을 접하거나 친구에 대한 험담이나 욕을 하는 사이버 폭력 등도 대부분 스마트폰을 통해서 일어나기 때문에 더욱 문제가 될 수 있습니다.
굳이 필요하다면 통화와 문자 등 간단한 기능을 가진 휴대전화(키즈폰 등)를 사주시고 가급적이면 아이들이 스마트폰 환경에 최대한 늦게 노출되도록 끊임없이 경계할 필요가 있습니다.
자녀에게 스마트폰을 사주면 학교 학습에도 도움이 될 수 있지 않을까 고민이 되시나요? 그렇다면 걱정하지 마세요. 학교에는 학생들이 컴퓨터를 활용하여 학습할 수 있도록 컴퓨터 실습실이 마련되어 있습니다. 또한 최근에는 교내 무선 인터넷 환경도 구축되면서 스마트폰 없이 학교 내 장비로도 필요한 학습을 하는 데에 부족함이 없습니다.

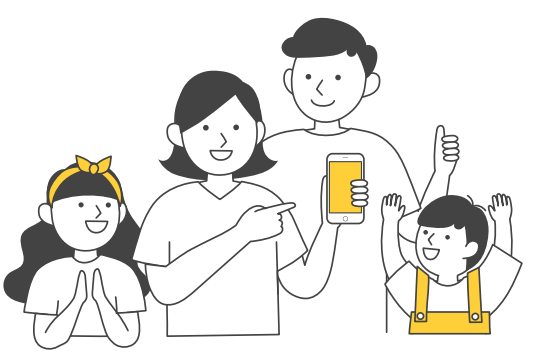
TIP

가정에서 아이와 스마트폰 사용 규칙을 만드세요.

가정에서도 스마트폰 사용 규칙을 세워 지키도록 노력해야합니다. 예를 들어 스마트폰을 보면서 밥을 먹지 않기, 식탁이나 침실을 미디어 사용 금지 구역으로 정하기, 악플 달지 않기 등 지킬 수 있는 약속을 정하여 함께 지킬 수 있도록 꾸준한 노력이 필요합니다. 그리고 무엇보다도 스마트폰 규칙은 아이를 위한 규칙이어선 안 됩니다. 가족 전체의 규칙이어야 지켜질 수 있습니다.

학교에서 스마트폰을 어떻게 관리해야하는지 알려주세요.

이런저런 이유로 아이에게 결국 스마트폰을 사주게 되었다면 그 부작용을 최소화할 수 있도록 지도해야합니다. 휴대폰이 학습에 방해가 되는 사례가 지속적으로 발생되어 대부분의 학교에는 학교생활 규정에 휴대폰사용 규정이 마련되어 있습니다. 학교의 규정에 맞게 가정에서도 지도하여 주시면 되는데, 대부분의 경우 수업시간 중 휴대전화 사용을 금지하고 있습니다. 학교에 도착하면 휴대전화를 꺼놓거나 무음모드로 변경하여 가방 안에 보관하였다가 하교 후 다시 꺼내 전원을 켜고 사용할 수 있도록 지도하여야합니다.



Q 학교에서 바른 생활 습관 적응을 위해 가정에서는 어떻게 해야 할까요?

학교 적응에 가장 중요한 것은 규칙적인 생활습관입니다. 일찍 자고 일찍 일어나서 등교 시간 안에 등교하기, 정해진 시간에 식사하기 등등 입학 전부터 규칙적인 생활습관을 만들고 이를 지키는 연습을 하면 좋습니다. 이때에는 아이와 함께 규칙 리스트를 작성하여 사용하는 것이 도움이 됩니다.
또한 직장 맘은 양육자에게 아이와 함께 만든 간단한 규칙 리스트 내용을 알려 주시고 이를 지킬 수 있게 도와주길 권합니다. 또한 어머님은 퇴근 후 아이와 함께 규칙 리스트를 보고 잘 지켜졌던 점, 힘들었던 점들에 대해 이야기를 나누며 아이가 더욱 규칙적인 생활습관을 지닐 수 있도록 도와주어야 합니다.
부모님의 우려와는 대조적으로 대부분의 아이들은 학교생활을 잘 견뎌내고 다닙니다. 학교생활을 잘 하는 아이든 못하는 아이든 모두 새로운 도전에 어려움은 있습니다. 따라서 걱정하는 마음에 “너만 힘든 거 아니야. 다른 친구들도 다 하는 일이야”등의 차가운 충고를 하기보다는 “엄마도 그럴 때가 있었어, 곧 적응될 거야" 등의 경청과 공감의 말과 함께 "엄마는 우리 아들이 너무 대견해”등의 내 아이를 지지하고 격려하는 말이 더 필요합니다. 또한 추가적으로 유치원 생활에서 분리불안, 충동조절, 산만함, 또래 문제 등이 문제가 되었던 친구들은 입학 전에 가까운 기관에 가서 객관적인 아이의 상황을 체크하고 도움을 주는 것도 필요합니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

경청하고 공감하기 (아이가 학교에서 친구에게 연필을 빌렸다고 말했을 때)

1학년 생활에 적응하느라 힘들었겠다. 엄마도 힘들었었어.
그래도 우리 아들 열심히
학교 생활 하는 모습 보니까 너무 대견해

(관련 참고 - 본 자료의 P119 올바른 사용을 위한 스마트폰 사용교육)

1부 학교생활 길잡이

4 꼬마 민주시민! 함께 어울림

- 감정을 바르게 표현하기
- 친구와 잘 어울리기
- 정직하게 말하기
- 사회성에 대한 고민상담 Q & A

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

함께 어울림

1

감정을 바르게 표현하기

친구들과 즐겁게 놀다가도 갑자기 화를 내고 흥분합니다.
별 것 도 아닌걸로 툭하면 울음을 터트립니다.
달래기도 하고 혼내기도 하는데 그런 상황이 반복됩니다.

이렇게 해볼까요

1 감정표현 지도방법

아이는 감정표현의 방법을 익히며 성장해요.

감정의 기복은 스트레스를 받는다는 증거지만 성숙해가고 있음을 의미합니다.
부모라면 누구나 아이의 감정 기복이 크지 않길 바랍니다. 늘 밝고 명랑하길 바랍니다.
아이가 슬퍼하거나 짜증을 부리면 그 상태에서 빨리 벗어나게 하고 싶어 합니다. 하지만 슬픈 감정, 화가 나는 감정 등은 자연스러운 것이며 그 상황에서 빨리 벗어나게 하는 섣부른 훈육보다는 감정을 느끼고 극복할 수 있도록 지켜봐 주는 것이 중요합니다.
마음속에서 솟아나는 감정을 차단하고 표현하지 못하도록 하는 것은 더 큰 스트레스를 유발할 수 있습니다.
화가 나거나 슬픈 상황에서 평정심을 유지하는 일은 부모와 아이 모두에게 굉장히 어려운 일입니다. 중요한 것은 부모가 아이와 함께 위기를 넘기는 방법을 이야기하는 것입니다.
그 과정에서 아이는 감정표현의 방법을 익히며 성장해 나갑니다.

성숙한 감정표현을 위해서는 부모님의 역할이 큽니다.

자신의 감정을 성숙하게 표현하는 것은 사회생활을 원만하게 하는 배경이 됩니다. 아이들은 무의식적으로 부모의 감정표현 방법을 배우고 익히게 되므로 부모 자신의 감정표현 방법을 성찰해보는 것이 중요합니다. 아울러 아이들의 짜증과 울음, 화냄의 원인을 정확하게 알고 반응해야 합니다.

아이에게 특별한 스트레스 요인이 있는지부터 살펴봐 주세요.

아이에게 직접 물어볼 수도 있지만, 아이들은 대답을 잘 해주지 않는 경우가 많습니다.
창피해서, 혼날까 봐, 걱정할까 봐 여러 가지 이유에서 말을 하지 않습니다. 아이가 말을 하지 않을 때는 아이와 더 많은 시간을 보내면서 스스로 말할 때까지 기다려주어야 합니다. 한편, 선생님을 만나보고 친구들에게도 아이의 학교생활에 관해 물어봅니다. 대부분은 선생님이나 친구 관계에서 어려움을 겪는 경우가 많습니다. 그런데 특별한 스트레스의 요인 없이 환경의 변화 자체에서 스트레스를 받는 예도 있습니다.
부모가 아이에게 시간을 주고 눈길을 주면서, 아이가 스트레스를 스스로 극복해갈 수 있는 여건을 만들어주어야 합니다. 아이들은 신나게 놀면서 자연스럽게 스트레스를 해소하는 경우가 많습니다. 충분한 휴식과 놀이로 아이들이 스스로 스트레스를 극복해가면서 성숙해질 수 있도록 도와주어야 합니다.

감정적으로 흥분하지 않고 침착하게 대처하는 방법을 가르쳐주세요.

학교생활에서 자신만의 감정을 앞세우는 상황이 지속되면 친구들 사이에서 "쟤는 쉽게 흥분하고 화를 잘 내는 아이"라고 인식될 수도 있습니다. 그래서 감정적으로 흥분하지 않고 침착하게 대처하는 방법을 가르쳐주는 일은 매우 중요합니다. 일단, 부모가 가장 먼저 해야 할 일은 자녀 앞에서 감정적으로 대처하는 모습을 보여주지 않도록 해야 합니다. 아이들은 부모가 가르쳐주지 않아도 부모의 말투에서부터 감정표현 방식까지 모두 배웁니다. 심지어 생각하는 방식도 모두 닮아갑니다. 특히 아이들은 부모의 화난 모습을 그대로 기억합니다.

두 번째로 부모는 자녀가 화가 났을 때 섣불리 행동을 잠재우려고 하지 말고 잠시 시간을 갖는 것이 필요합니다. 시간이 흐른 뒤 안정을 되찾으면 화를 냈던 행동에 대해서 무엇을 잘했고, 무엇을 잘못했는지 그리고 다음에 비슷한 상황이 생기면 어떻게 행동해야 할지 대화로 차근차근 풀어나가야 합니다. 부모가 화가 난 아이의 말을 귀담아듣고, 아이가 부모를 신뢰하게 되면 화를 내며 말하는 아이의 태도가 많이 좋아지게 됩니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

네가 지금 화가 나고 못 참겠다는 걸 알겠어.
그런데 엄마는 네가 무슨 말을 해도
다 귀담아들을 테니까 일단 마음을
가라앉히고 말을 해줬으면 좋겠어.

정말 속상하지? 아빠도
많이 마음 아팠어.
네가 당연히 슬퍼할 만한 일이야.

툭하면 우는 아이는 원인에 따라 반응해주세요.

울음도 하나의 자기 표현이기에 누구나 속상하면 울 수도 있고 울고 나면 스스로 감정이 정화되어 해소될 수 있으므로 무조건 울지 말라고 야단치기 보다는 왜 우는가 하는 원인에 따라 반응해야 아이도 변해갑니다.
첫째, 아이가 울 때는 무엇인가 마음대로 안되어서 속이 상한 것이니까 그 속상한 마음을 먼저 받아주세요. 하지만 요구를 관철하려고 할 때, 주목을 끌려 할 때, 책임을 회피하려 할 때, 자기방어를 하려 할 때 위로해주는 것은 오히려 역효과이므로 잠시 모르는 채 놔둡니다.

둘째, 아이 흥분이 가라앉고 울음이 그치면 어깨를 두드리며 어떻게 하는 게 좋을지 바람직한 말이나 행동에 대해 함께 얘기하면서 가르쳐 줍니다. 아이가 우는 이유를 설명하도록 해주고 속상한 마음을 언어로 표현하도록 가르쳐 줍니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

그게 잘 안돼서
속이 상한가 보구나,
단단히 화가 났구나.

울면서 말하면 무슨 말인지
잘 알아들을 수 없단다.
네가 원하는 게 무엇인지 알 수 없잖니?
왜 우는 건지 이유를 말해주겠니?

그것 봐 울지 않아도
말로 되잖아.
이제 많이 컸구나.

좀 더 알아볼까요

서로에게 감정적으로 상처를 주는 일은 피해야 합니다.

선생님이 아이와 학부모에게 그래야 하듯이, 학부모가 아이와 선생님에게 상처 주는 일은 피해야 합니다. 선생님과 학부모는 서로 존중할 때 아이들의 행복한 배움이 시작됩니다. 선생님과 학부모 모두 어른으로서 합리적으로 감정을 풀어나가려는 노력을 해야 합니다.

내 감정을 있는 그대로 상대방에게 드러내는 일은 관계를 망치는 방법입니다. 어떤 일이든 상황과 감정을 분리해서 사실적으로 이야기하고, 문제를 합리적으로 풀어나가려고 노력한다면 아이의 학교생활은 교육적으로 발전할 것입니다.

함께 어울림
2

친구와 잘 어울리기

우리 아이는 다른 아이를 자꾸 놀리고 때려서 걱정이에요.
친구와 놀 때 자기 뜻대로 되지 않거나 지나가다 살짝 부딪히기만 해도,
친구들에게 욕이나 거친 말을 하곤 해요. 때로는 친구를 때리기도 하고요.
달라지지 않으면 어떻게 하죠?

이렇게 해볼까요

1 폭력적인 모습에 대한 지도 방법

아이들끼리의 소소한 싸움은 성장과 배움의 한 과정이에요.

흔히 아이들은 싸우면서 자란다는 말이 있습니다. 아이들은 소소한 싸움을 통해 스스로를 방어하고 자신의 권리를 주장하며, 자기의 감정을 표현하는 방법과 갈등을 평화적으로 해결할 수 있는 노하우를 터득해나가기도 합니다.

폭력은 절대 정당화될 수 없다고 가르쳐주세요.

어떤 부모님들은

"친구가 욕하면 너도 가만있지 마!",
"친구가 때리면 맞지만 말고 너도 때려!"

그러나 부모님이 폭력만큼은 절대 사용하면 안 된다는 분명한 기준을 세워주어야 합니다. 또한 언어적 폭력도 신체적 폭력과 마찬가지로 절대 해서는 안 된다고 가르쳐 주어야 합니다. 그래야 아이들은 서로를 존중하고 배려하는 방법을 터득하여 행복한 학교생활을 할 수 있을 것입니다.

먼저 아이의 마음을 읽어주세요.

아이들은 무언가 자신이 고통스럽거나 마음이 힘들면 화를 내고, 친구들을 때리거나 욕을 하게 됩니다. 만약 아이의 폭력적인 행동만 보고 무작정 야단을 치면 화나고 속상한 아이의 마음은 어떨까요? 아마도 더 반항적이고 폭력적으로 변할지도 모릅니다. 따라서 폭력적인 행동 자체를 탓할 것이 아니라 왜 그런 행동을 했는지 아이의 마음을 먼저 읽어주어야 합니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

많이 속상하구나?
네가 속상한 건 알아.
네가 하고 싶은 것 못해서 화났지?
그래도 화가 난다고 해서 이러면 안 되는 거야.
우선 화를 가라앉혀봐.

네가 뭘 잘했다고 화를 내!
엄마가 한 번만 더 친구들한테
욕하거나 때리면 혼낸다고 했지?

폭력적인 모습을 목격했을 때에는 이렇게 지도해 주세요.

▶공격적인 행동을 즉시 중단시켜 주세요.

아이가 다른 아이를 때리는 경우 즉시 그 행동을 중단시키고 아이가 화를 가라앉힐 수 있게 사람들과 떨어진 곳으로 데려가는 것이 좋습니다. 이 때 아이에게 화를 내서는 안 됩니다.

▶함께 해결 방법을 찾아보세요.

아이의 말을 들은 후, 아이에게 화가 나는 감정은 자연스러운 것이지만 그렇다고 해서 폭력적인 방법으로 화를 표현하는 것은 안 된다고 알려주어야 합니다. 그리고 때리는 것 말고는 다른 방법이 없었는지 질문해 보세요. 이 때 아이가 제대로 대답을 하지 못한다면 대안을 제시해주시는 것도 좋습니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

네가 화난 건 잘 알겠어. 화날 수도 있는 일이고.
그런데 화난다고 해서, 친구를 발로 차거나 때리는 것으로
화를 표현하면 친구가 다칠 수 있어. 친구를 때리는 것 말고
다른 방법은 없었을까?

▶진심으로 사과를 하게 합니다.

바람직한 대안을 찾은 후에는 맞은 아이에게 사과할 기회를 주어야 합니다. 자신의 행동이 잘못된 것임을 깨달은 아이는 자연스럽게 친구에게 미안하다는 말을 할 것입니다.

이렇게 해볼까요

2 욕을 하는 모습에 대한 지도 방법

욕을 하는 모습을 목격했을 때는 이렇게 지도해 주세요.

▶욕의 뜻을 알지 못한 채 욕하는 아이에게는

이 시기의 아이들은 새로운 단어에 호기심이 강해 주변에서 쓰는 말들을 그대로 따라 합니다. 만약 아이가 멋모르고 욕을 한다면 주변에 욕을 하는 어른들이 있는지 돌이켜 보고 항상 유의해야 합니다. 아이가 뜻을 모른 채 욕을 한다면 단순히 그 어감이 신기해 따라 해본 것일 수 있습니다. 따라서 아이의 욕설에 지나치게 반응하기보다는 그 뜻을 차근차근 알려주고 이런 표현으로 말하는 것은 나쁜 행동이라는 것을 가르쳐 주어야 합니다.

▶화가 난 상태를 표현하기 위한 수단으로 욕하는 아이에게는

만약 욕의 뜻을 알고 자신의 감정 상태를 표현하기 위해 아이가 욕을 한다면 스스로 감정을 가라앉히고 말을 할 수 있는 상태가 될 때까지 기다려 준 뒤 왜 화가 났는지 물어봐야 합니다. 아이가 이유를 말하면 아이가 화가 난 부분을 공감해주며 앞으로 화가 났을 때에는 욕설이 아닌 다른 말로 자신의 감정을 표현할 수 있도록 알려주고 욕설은 잘못된 행동임을 가르쳐주어야 합니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

멋지게 만들어서 자랑하고 싶었는데, 친구가 망가뜨려서 속상했구나! 엄마도 화가 났을 것 같아. 그런데 화가 났을 때에는 '네가 내 장난감을 망가뜨려서 속상해.'라고 말하면 좋겠어! 네가 무작정 욕을 하면 친구는 네가 무엇 때문에 화가 났는지 알 수도 없고, 그 욕 때문에 친구는 마음이 불쾌하고 상처도 받을 수 있기 때문이란다.

너 또 그런 말 할래?
다시는 그런 말 하지 말라고 했지?
네가 얼마나 나쁜 말을
하는지 알기나 하니?
커서 뭐가 되려고 그래?

좀 더 알아볼까요

일관되고 지속적으로 가르쳐 주는 것이 중요합니다.

아이들은 공포심이나 경쟁심을 느꼈을 때 다른 사람을 때리거나 욕을 하는 경우가 있습니다. 이러한 공격성은 대부분 자라면서 조절이 되지만 공격성이 심한 아이에게는 한 번의 설명과 훈육으로 모든 것을 이해시키는 것은 매우 어렵습니다. 따라서 욕하거나 싸우는 행동을 할 때마다 즉흥적으로 혼내거나 화를 내지 말고, 아이가 예측할 수 있는 반응을 일관되고 지속적으로 해주는 것이 중요합니다.

공감을 잘하고 누구와도 잘 어울리는 아이는 친구가 많아요.

화가 나면 소리 지르는 아이, 자기 기분이 좋을 때에는 친구들에게 친절하다가도 기분이 나쁘면 돌변하는 아이, 좋은 것만 차지하려는 아이, 손해 보는 일은 절대 하지 않으려는 아이들은 친구들에게 인정을 받지 못합니다. 반면 여유 있는 모습으로 친구를 감싸주는 아이, 한 발짝 물러서서 양보하는 아이, 화가 날 때 과격한 대응을 하는 대신 친구의 입장에서 공감하고 갈등을 대화로 풀어가려는 아이들은 친구 관계도 좋고 학교생활이 원만합니다.

친구에게 먼저 다가가는 법을 가르쳐 주세요.

자신은 아무런 노력을 하지 않으면서 친구가 다가와 주는 것을 마냥 기다리는 경우가 있습니다. 하지만 남이 먼저 다가오는 경우는 그리 흔치 않습니다. 친구와 관계를 맺기 위해서는 친구에게 먼저 다가서는 용기가 필요하다는 것을 가르쳐 주어야 합니다.

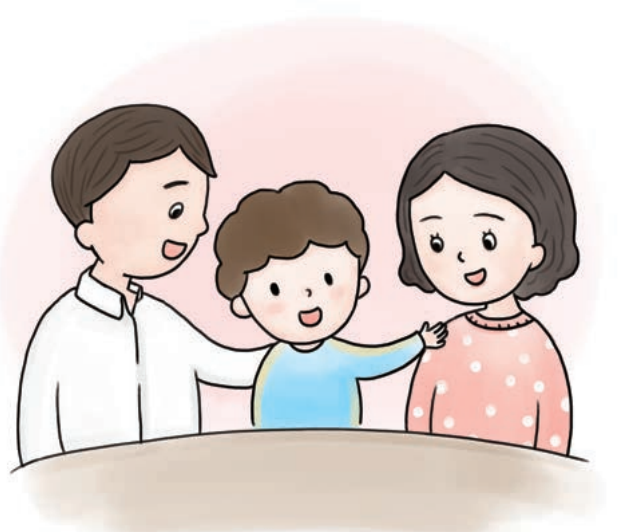
친구에게 먼저 다가가는 법을 가르쳐 주세요.

상대방에게 힘과 용기, 기쁨과 즐거움을 줄 수 있는 따뜻한 말을 건네도록 이끌어주세요. 또한 타인의 약점을 잡아내거나 남에게 상처 주는 언행을 하지 않도록 가르쳐 주어야 합니다. 친구의 감정과 자존감에 상처를 주면 둘의 관계는 돌이킬 수 없는 사이가 될 수 있음을 깨닫게 해주어야 합니다. 그리고 아이가 상처받을 것을 미리 걱정하여 아이 앞에서 다른 아이의 흉을 보거나 특정 아이랑 놀지 말라는 식으로 말하면 아이는 친구에 대해 선입견을 가질 수 있으니 조심해 주세요.

함께 어울림
3

정직하게 말하기

아이가 태연하게 금방 탄로 날 거짓말을 하는 모습을 볼 때, 부모로서 화가 납니다.
학교에 가서도 아무렇지도 않게 거짓말을 할까 봐
너무 걱정이 되네요.



이렇게 해볼까요

1 거짓말에 대한 지도방법

아이가 거짓말을 한다는 것은 성장의 과정일 수 있어요.

사람은 의도적이든, 습관적이든, 선의의 뜻에서든 하루에 한두 번의 거짓말은 하는 것 같습니다. 그런데도 아이의 거짓말은 걱정이 됩니다. 그러나 아이가 거짓말을 한다는 것은 인지 발달과정에서 나오는 자연스러운 현상으로 앞으로 사태를 예견하고 과거의 사건을 논리적으로 회상할 수 있게 됐다고 볼 수도 있습니다. 또한 있지 않은 상황을 상상할 수 있는 능력이 생겼다는 것을 의미하기도 합니다.

능숙하고 잦은 거짓말은 가볍게 넘길 일은 아니에요.

한두 번의 거짓말은 용서가 되지만 그 횟수가 잦거나 심지어 제법 능숙하게 한다면 단순히 보아 넘길 일은 아닙니다. 무엇보다도 친구들 사이에서 거짓말을 자주 하는 아이로 신뢰를 얻지 못할 수도 있기 때문입니다. 따라서 부모님이 아이에게 정직함이 가장 깊은 이해를 받을 수 있다는 것을 알려주어야 합니다. 거짓말을 할 수도 있는 상황에서 갈등할 때 망설임 없이 진실을 말할 수 있는 아이로 자랄 수 있게 도와주세요.

거짓말은 위기를 모면하기 위해서 하는 것일 수도 있어요.

이 시기의 아이들은 '하기 싫은 그 순간'을 넘기고자 거짓말을 하기도 합니다. 하기 싫은 숙제의 경우, 들키면 더 혼날지도 모른다는 생각까지는 못하고 당장 하기 싫어서 다 했다고 거짓말을 합니다. 만일 그 거짓말이 들키지 않고 무사히 넘어가면 같은 상황에서 똑같은 거짓말을 반복하게 됩니다. 그럴 때엔 그 즉시 야단치는 것보다는 엄마가 이미 알고 있다는 것을 자연스럽게 알려주는 것이 좋습니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

엄마, 나 오늘 100점 맞아서,
아이들 앞에서 선생님이 칭찬해 주셨어요.
(아이들 앞에서 칭찬이 아니라
혼이 났다는 것을 알았을 때)

엄마는 네가 오늘 선생님께 야단맞은 거 알고 있어.
그런데 네 마음은 선생님께 칭찬을 받고 싶었던 거구나.
또 시험도 잘 보고 싶었지? 그럴 때에는
"엄마 나 100점 맞았어요."가 아니라,
100점 받고 싶어요."라고 말해야 한단다.

아이를 '거짓말쟁이'라고 부르지 마세요.

아이에게 "너 거짓말쟁이구나."라고 하면 안 됩니다. 부모님이 그런 말을 하면 아이에게 거짓말쟁이라는 꼬리표를 붙여줄 수도 있기 때문입니다. 부모한테 그 말을 들은 아이는 스스로를 거짓말쟁이라고 낙인을 찍고 다음에 거짓말을 할 수도 있는 상황이 되었을 때, 사실대로 말하지 않고 또 거짓말을 하게 됩니다.

지나치게 흥분하거나 화내지 마세요.

아이가 거짓말을 했을 때 부모가 지나칠 정도로 심하게 꾸짖으면 아이는 그 상황을 모면하려고 또 다른 거짓말을 하게 됩니다. 누구나 실수할 수 있다는 점을 받아들이고 앞으로 잘할 수 있도록 격려하고 지도하는 것이 중요합니다.

아이의 자존심을 지켜주세요.

아이가 거짓말을 했을 때 아이의 자존심은 생각하지 않고 끝까지 잘못을 추궁하며 구석으로 모는 것은 위험합니다. 그렇게 하면 아이는 '나는 나쁜 아이구나!'라는 부정적인 자아상을 갖게 되고 이는 아이 인생 전반에 나쁜 영향을 미칠 수 있습니다. 그러나 이 시기의 잦은 거짓말에 대해서는 적절한 훈육도 필요합니다. 거짓말을 하면 그 때는 위기를 모면할 수 있지만 그것이 부메랑이 되어 더 나쁜 결과를 가져올 수 있다는 것을 아이가 스스로 깨닫게 하는 것이 중요합니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

어떻게 된 일인지 사실대로 말해주겠니?
엄마가 너를 혼내는 것이 아니고
그런 상황에서 네가 어떻게 해야
할지를 알려주려고 그러는 거야. (사실대로 말한다.)

사실대로 말하는 것이 힘들었을 텐데
정직하게 말해 줘서 고맙구나.
엄마, 아빠는 정직하게 말해 준
네가 참 자랑스러워.

아이의 마음을 공감해주고, 대화로 대안을 찾아보세요.

아이가 거짓말을 할 때에는 먼저 아이에게 힘든 것이 있는지, 거짓말을 할 정도로 회피하고 싶은 것이 무엇인지 살펴보세요. 그리고 아이의 마음에 공감해주면서 적절한 대안을 함께 대화로 찾아보는 것이 중요합니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

왜 숙제가 하기 싫을까?
(학교 갔다 와서 친구들과
놀다 보면 숙제하는 것을
자꾸 잊어버려요.)

▶

그렇구나. 그럼 어떻게 하면 좋을까?
(숙제를 먼저 하고 놀면 되는데,
너무 높고 싶어서 잘 안돼요.)

▶

그래, 숙제를 먼저 하는 게 어렵다는 거 엄마도 알아.
그런데 숙제를 안 하면 다른 어려움이 생기지 않을까?
그럼, 네 말대로 숙제 중에 제일 어려운 거 먼저 하고,
잠깐 놀고 밥 먹기 전에 마저 하도록 하자.

좀 더 알아볼까요

일관된 태도가 중요해요.

부모님이 일관되지 못한 태도를 보인다면 아이가 거짓말을 해서 혼이 나도 잘못을 수긍하기 보다는 반항하고 싶은 마음이 생길 수 있습니다. 따라서 아이에게 항상 일관된 태도를 보여주고 아이와 약속을 한 경우에는 꼭 지키는 모습을 보여주어야 합니다.

정직의 중요성을 알려주세요.

아이에게 정직하고 솔직한 것이 최선의 방법임을 말해주세요. '양치기 소년'이나 '피노키오', '지각대장 존', '빈 화분'과 같은 동화를 들려주거나 그림책을 보여주면서 거짓말을 하면 어떤 결과가 생기게 되는지, 정직이 얼마나 소중한 것인지에 대해 서로 대화를 하면서 자연스럽게 알려주는 것이 효과적입니다.

고민
Q & A

사회성에 대한 고민 상담

우리 아이는 낯선 곳에만 가면 자기 생각을 한 마디도 못하고 우물쭈물합니다.
소심하고 내성적이라 친구를 못 사귀고
혼자 지내거나 학교생활에 적응을 못할까봐 걱정됩니다.

Q 매우 소심하고 내성적이라 친구들과 잘 어울리지 못할까 걱정됩니다.

아이마다 성향과 기질이 모두 달라요.

교실에는 다양한 성향과 기질을 지닌 아이들이 함께 어울려 생활합니다. 외향적인 성향을 가진 아이는 활발하며 밖에 나가 친구와 놀기 좋아하고, 내향적인 성향을 가진 아이는 수줍음을 많이 타며, 책을 읽거나 친구와 차분히 이야기하는 것을 좋아합니다. 내성적인 아이를 둔 부모님은 우리 아이가 자신감 없고 자기 자신을 자유롭게 표현해 내지 못하는 모습을 걱정하고, 외향적인 아이를 둔 부모님은 아이가 너무 활동적이다 보니 산만해 보이고 집중력이 없다고 걱정하기도 합니다. 그러나 어느 것이 더 문제이고 어떤 성향이 좋은가는 크게 중요하지 않습니다. 왜냐하면 둘 다 장단점이 있기 때문입니다.

자신감과 용기를 심어주는 것이 중요해요.

그러나 만약 아이가 불안감이 지나쳐 매사에 수동적이고 소극적이거나 친구들과의 의사소통이 잘되지 않아 학교생활을 매우 힘들어한다면, 아이의 성향과 특성에 맞게 교육하여 자신감과 용기를 심어주는 것이 좋습니다.

TIP

혹시 아이가 위축될 만한 일이 있는지 살펴보세요.

온순하다는 것은 기질을 나타내는 말로 온순한 아이들은 평소에 말이 없다가도 꼭 필요한 상황에서는 말을 합니다. 하지만 표현을 잘하지 못하는 아이들은 자신감을 잃거나 위축될 때 입을 아예 다물어 버립니다. 따라서 평소에 부모님이 아이가 위축될 만한 일이 있는지 살펴보고, 그것부터 해결하는 것이 좋습니다.

아이 앞에서 내성적이고 소극적이라고 단정하는 말을 하지 마세요.

부모님들은 가끔 아이가 듣는 데에서 “우리 아이는 참 부끄럼이 많아요.”, “우리 아이는 소심해서 걱정이에요.”라고 말하기도 합니다. 아이들은 부모가 생각하는 대로 행동하고 자랍니다. 왜냐하면 그런 말을 들으면서 자란 아이는 성격적인 문제로 생긴 어려움을 적극적으로 해결하기보다는 ‘나는 원래 부끄럼이 많고 내성적인 아이니까 괜찮아.’라고 하며 적극적인 노력을 하지 않을 수도 있기 때문입니다.

아이의 말에 공감과 경청을 해주세요.

아이가 내성적이어도 자기가 편안하게 느끼는 환경에서는 자신의 생각을 곧잘 표현하기도 합니다. 아이의 말에 부모님이 적극적으로 공감하고 경청하면 아이는 더욱 신이 나서 있었던 일을 자세하게 이야기할 것입니다.

내성적인 우리 아이 친구 관계는 이렇게 도와주세요.

내성적인 아이는 깊이 생각하기 때문에 겉으로 보이는 반응이 다소 느리지만, 경청하고 탐색하며 내면을 바라보는 능력이 뛰어난 편입니다. 따라서 우리 아이가 내성적이라고 해서 성급하게 교우관계에 적극적으로 개입하거나 아이가 좋아하지 않는 프로그램에 참여시키는 것은 좋지 않습니다.
내성적이고 소심한 아이는 집으로 친구 한두 명을 초대해서 같이 놀게 하는 방법이나 소인수로 구성된 미술, 컴퓨터 등 소그룹 활동으로 아이를 편안하게 해주면서 친구들과 자연스럽게 어울리도록 도와주는 것이 좋습니다. 아이가 친구들과 대화하고 행동하는 모습을 세심하게 관찰하면서 무엇을 힘들어하는지 파악해 보세요.
친구들과 사귀다 보면 친구 관계로 어려움을 겪기도 하지만, 그것을 부모님이 직접 해결해주기보다는 자기 스스로 극복할 수 있는 능력을 기를 수 있도록 도와주세요.

TIP

아이의 마음에 상처가 되는 부모의 말

상처주지 마세요.	"너 장난하니?" "너 때문에 못 살겠어."
비교하지 마세요.	"옆집 친구 아들은 공부도 잘한다는데, 너는 잘하는 것이 뭐니?" "너는 누구 닮아서 그러니?"
무시하지 마세요.	"네가 하는 일이 다 그렇지." "내가 너 그럴 줄 알았다니까."
위협하지 마세요.	"그렇게 꾸물대면 놔두고 갈 거야." "너 한 번 더 그러면 가만히 두지 않을 거야."
변명하지 마세요.	"이게 다 너 잘되라고 하는 말이야, 알겠니?" "엄마가 화를 내는 것은 다 너 때문이야."

Q 우리 아이가 친한 친구들하고만 놀려 하고 새로운 친구 사귀기를 어려워해요.

사회성은 학교생활을 통해 발달되기도 해요.

사회성이란 다른 사람과 친밀한 관계를 맺고 이를 오래 유지할 수 있는 능력을 말합니다. 사회성이 중요한 이유는 인간은 혼자서는 살아갈 수 없기 때문입니다. 혹시 '우리 아이가 또래 아이들과 잘 어울리지 못하면 어떻게 하지?', '친구들과 못 어울려 학교폭력이나 따돌림을 당하면 어떻게 하지?', '어릴 때의 사회성이 성인이 되어서까지 영향을 미친다던데…….'꼬리에 꼬리를 무는 질문으로 초등학교 입학을 앞둔 부모님들의 걱정과 불안은 더 커지기 마련입니다.

그러나 미리 걱정할 필요는 없습니다. 왜냐하면 우리 아이의 사회성은 타고난 것이 아니라 새롭게 펼쳐진 학교 환경에서 다양한 경험을 통해 많은 변화를 겪으며 발달될 수도 있기 때문입니다. 다만 사회성은 아이의 자아 개념, 학업 등 학교와 인생 전반에 아주 중요한 영향을 미치기 때문에 어릴 때부터 관심을 가지고 사회성을 길러주기 위해 꾸준히 노력해 주어야 합니다.

아이의 사회성은 부모의 이해와 공감이 중요해요.

만일 아이가 친구들과 잘 어울리지 못하고 이유 없이 싸우면 부모님과의 관계에 문제가 없는지 생각해보아야 합니다. 그리고 문제가 발견되었다면 아이의 학교생활에 지장이 없도록 행동을 바로잡아 주면서 한편으론 아이의 마음을 이해하고 공감해주는 것이 아이의 사회성 향상에 도움이 됩니다.

공감을 잘하고 누구와도 잘 어울리는 아이가 친구가 많아요.

화가 난다고 소리 지르는 아이, 자기 기분이 좋을 때에는 친구들에게 잘 대하다가도 기분이 나쁘면 돌변하는 아이, 좋은 것만 차지하려는 아이, 손해 보는 일은 절대 하지 않으려는 아이들은 친구들에게 인정을 받지 못합니다. 반면 여유 있는 모습으로 친구를 감싸주는 아이, 한 발짝 물러서서 양보하는 아이, 화가 날 때 과격한 대응을 하는 대신 친구의 입장에서 공감하고 갈등을 대화로 풀어가려는 아이들은 친구 관계도 좋고 학교생활이 원만합니다.

먼저 손을 내미는 법을 가르쳐 주세요.

자신이 먼저 다가가지 않으면서 남이 다가와 주는 것을 기다리는 경우가 있습니다. 하지만 남이 먼저 다가오는 경우는 그리 흔치 않습니다. 친구와 관계를 맺기 위해서는 친구에게 먼저 다가서는 용기가 필요하다는 것을 가르쳐 주어야 합니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

OO랑 친해지고 싶구나.
네가 먼저 그 친구에게 술래잡기를
해보자고 말해봐. 그 친구도 좋아할 거야.

친구의 좋은 점을 찾게 해주세요.

사람은 누구나 자신을 좋아해 주거나 자기에게 관심을 보이는 사람을 좋아하고 관심을 더 갖기 마련입니다. 그렇기 때문에 자신이 친구에게 관심을 받고 싶다면 똑같이 친구에게 호감과 관심을 보여야 합니다. 다른 친구들의 좋은 점을 먼저 찾아내고 이를 표현할 수 있도록 아이를 이끄는 것이 중요합니다.

여기서 잠깐 Talk Talk

그 친구는 무엇을 잘하니?
그 친구가 왜 좋은데?

친구에게 따뜻한 말을 하게 해주세요.

상대방에게 힘과 용기, 기쁨과 즐거움을 줄 수 있는 따뜻한 말을 건네도록 이끌어주세요. 또한 타인의 약점을 잡아내거나 남에게 상처 주는 언행을 하지 않도록 가르쳐 주어야 합니다. 친구의 감정과 자존감에 상처를 주면 돌이킬 수 없는 사이가 될 수 있음을 깨닫게 해주어야 합니다. 아이가 상처받을 것을 미리 걱정하여 아이 앞에서 다른 아이의 흉을 보거나 특정 아이랑 놀지 말라는 식으로 말하면 아이는 친구에 대해 선입견을 가질 수 있으니 조심해 주세요.

여기서 잠깐 Talk Talk

친구가 힘들어할 때
어떤 말로 용기를 줄 수 있을까?

너 그런 아이랑
앞으로 놀지마!

작은 다툼은 아이가 스스로 해결할 수 있도록 해주세요.

아이들이 놀다 보면 다툼이 일어날 수 있습니다. 상황이 심각하지 않다면 어른들이 개입하기보다는 아이들이 스스로 해결하게 하는 것이 좋습니다.
아이는 갈등을 스스로 해결하는 과정에서 자신의 행동을 돌아보기도 하고 자기가 한 행동과 말이 다른 친구들에게 어떤 영향을 미치는지 알게 되기도 합니다. 가끔은 사소한 문제까지 간섭하고 해결하려다가 결국 어른 싸움으로 번지는 경우도 있습니다. 아이들은 금방 화해하고 잘 놀고 있는데도 말입니다.

최고의 사회성은 갈등을 지혜롭게 조율하는 힘이에요.

흔히 학부모님들은 친구가 많으면 사회성이 뛰어나다고 생각합니다. 그러나 모두가 그런 것은 아닙니다. 진정한 사회성은 친구의 의견과 자신의 의견이 다를 때 상대방의 입장에서 헤아려 보고 타협을 잘하는 능력입니다. 아이의 사회성을 키워주기 위해서는 먼저 아이가 친구들과 어떻게 노는지, 친구와 싸울 때 어떻게 해결하는지 파악해야 합니다. 그런 다음 문제 상황에 따라 적절한 해결책을 마련해야 합니다. 그러나 아이의 문제 행동을 수정할 때 가장 중요한 원칙은 잘못을 탓하는 것이 아니라 상대방이 어떤 기분일지 아이 스스로 깨닫게 하는 것입니다. 아이가 타인의 기분을 이해한 뒤에는 어떻게 하면 좋을지 함께 모색하고 이를 행동으로 옮길 수 있도록 도와주어야 합니다.

폭력적인 아이는 공격성의 원인을 찾아 해결해야 합니다.

폭력적인 아이는 다음과 같은 스트레스가 쌓일 때 의식적 또는 무의식적으로 공격성이 표출됩니다.
첫 번째, 가정에서 부모에게 야단을 맞고 억울함이 쌓였거나 두 번째, 부모가 자주 다퉈 불안감이 높아진 경우 세 번째, 충분한 사랑을 받지 못한 경우 또는 가정에서 동생에게 뺏긴 관심을 끌려고 할 때나 집단적인 양육 환경에서 선생님에게 관심을 받기 위해 공격적인 행동을 하게 됩니다. 또 하나의 원인은 자신의 의사를 언어로 표현하기 어려울 때 공격적인 행동을 합니다. 이처럼 공격 행동에는 이유가 있으므로 해결책을 찾기는 우선 원인이 무엇인지 파악하는데 출발합니다. 대개 원인은 아이가 언제 공격적인 행동을 하는지, 집에서의 생활은 어떤지, 언어적인 능력이 어느 정도인지 파악하면 쉽게 찾을 수 있습니다.

TIP

갈등을 평화롭게 해결할 수 있는 마음 신호등

· 차들이 도로를 안전하게 다닐 수 있는 것은 교통 신호를 지키기 때문입니다. 우리 마음에도 신호등을 달고 규칙에 따라 말하고 행동하면 싸움이 일어나지 않을 수 있습니다.
· '마음 신호등'은 내 마음을 표현하기 전에 지켜야 할 마음의 약속입니다. 마음 신호등 3단계 표현방법을 가정에서도 실천할 수 있도록 도와주세요.

▶ 마음 신호등 3단계 표현 방법

① 멈추기 : 말하기 전에 3초를 기다린다.
② 생각하기 : 친구의 마음과 나의 마음을 생각한다.
③ 표현하기 : 화내지 않고 차분하게 말한다.

2부

학교생활 돋보기

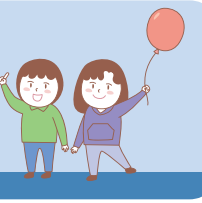
GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

2부 학교생활 돌보기

1 편리해요! 알아두면 좋은 정보

- 취학 유예 및 면제, 학적 처리
- 학교장 허가 교외체험학습(가정학습)
- 출결처리 및 전학 절차
- 방과후학교 및 초등돌봄교실
- 교육비 지원
- 내 자녀 바로 알기 학부모 서비스

1 취학 유예 및 면제, 학적 처리



GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

1 취학유예 및 면제

- **취학유예** : 취학 전 질병, 발육 부진 등 부득이한 사유로 취학이 어려운 경우 학교장의 승인을 받아 다음 학년도까지 취학 의무를 보류하는 것입니다.

- **면제** : 취학 전 또는 취학 후 특수교육도 이수하기 어려운 정도의 장애가 있거나, 사망으로 의무교육 이행이 불가능한 경우 또는 이민, 유학(미인정 유학 제외), 정당한 해외 출국 등으로 국내에서 취학의무를 이행할 수 없는 경우로 취학 및 교육을 받을 의무를 면하는 것입니다.

- **어떤 절차로 이루어지나요?**

해당학부모 신청 → 의무교육 관리위원회심의 (학교 내 설치) → 승인여부 확정 및 통보

- **어떤 서류를 어떻게 준비해야 하나요?**

- 취학 유예 또는 면제 신청서, 질병, 발육 부진은 의사의 진단서(소견서). 그 외 사유는 사실을 증빙할 수 있는 서류를 취학 예정 초등학교에 직접 방문하여 서류를 제출하되, 부득이한 경우 우편 제출도 가능합니다.

- **의무관리위원회에 아동도 참석해야 하나요?**

- 특별한 사유가 없는 한 반드시 아동이 출석해야 합니다. 단, 심한 질병으로 거동할 수 없는 경우, 해외출국 등으로 참석이 어려운 경우에는 아동의 소재 및 안전 확인 후 보호자가 대신 참석 가능합니다.

2 인정유학과 미인정 유학

- **인정유학** : 「국외유학에 관한 규정」에 따라 인정되는 유학과 정당한 해외 출국을 말합니다.

- **미인정 유학** : 인정유학을 제외한 외국의 교육기관 또는 외국의 연수기관에서 수학하거나 연수하기 위해 해외 출국하는 경우입니다. 인정유학 사유에 해당하지 않는 경우로써 미인정결석 처리되어 법적으로 보장받지 못합니다.

※ 유학을 가기 전에 불이익을 받지 않도록 자세한 내용을 해당 학교에 꼭 문의해 주세요.

- 학생이 '당해년도 수업일수의 3분의 1 이상'결석할 경우 초·중등 교육법 시행령 제29조에 의거 정원 외 관리로 처리됩니다.
- 정원 외 관리자의 재취학 요구 시는 재적 당시 학년 배정이 원칙이나 조기진급·졸업·진학평가위원회의 교과목별 이수인정평가 결과에 따라 학년이 배정될 수도 있습니다.(학기 이수 증빙서류 제출 시)

2 학교장허가 교외체험학습

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

① 학교장허가 교외체험학습의 종류

- 친·인척 방문, 가족여행, 견학활동, 각종 체험활동, 기타 학교에서 교육적으로 판단되는 학교 밖 활동, 가정학습

② 교외체험학습 이렇게 다녀오세요.

교외체험학습 (가정학습)신청 → 학교장 심사 후 승인 통보 → 교외체험학습 (가정학습)실시 → 교외체험학습 (가정학습)보고서 제출

- 학교장 허가 교외체험학습은 해당 학교의 학칙에 제시된 교외체험학습 인정일(연간 40일)이내에서 출석이 인정됩니다. (가정학습 이외의 사유로는 최대 20일까지 허가 가능, 2020학년도 기준)
- 반드시 교외체험학습 실시 전에 미리 신청서를 제출하여 학교장 승인에 따른 서면(또는 문자)로 통보를 받아 교외체험학습을 다녀온 후 교외체험학습 보고서를 제출해야합니다.
- 학교장 허가 교외체험학습 시 인솔자는 보호자 또는 보호자의 위임을 받은 자로 하되, 안전한 교외체험학습이 되도록 인솔에 책임질 수 있는 성인으로 합니다.
- 출결상황 관리에서 미인정결석으로 처리되는 사안에 대하여는 [학교장허가 교외체험학습]으로 처리될 수 없습니다.
- 부득이한 경우를 제외하고 신청서는 3일전 제출, 보고서는 교외체험학습 후 10일 이내 제출합니다.

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

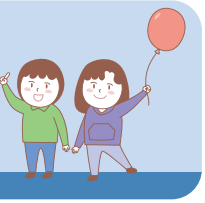
① 교외체험학습 신청서는 어디에서 받을 수 있나요?

· 신청서는 학교 홈페이지나 담임선생님께 받을 수 있습니다.

② 학교장허가 교환학습이란?

· 교환학습은 현재 다니고 있는 학교 이외의 국내 모든 지역의 학교에서 전·입학 절차 없이 학생들에게 다양한 학습 기회를 제공하고자 실시되는 제도입니다. 교환학습을 원할 시 담임선생님께 문의하세요.

3 출결처리 및 전학 절차



GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

1 결석의 종류

● 질병으로 인한 결석

- 결석한 날부터 5일 이내에 의사의 진단서 또는 의견서(의사 소견서, 진료 확인서 등으로 병명, 진료기간 등이 기록된 증빙서류)를 첨부한 결석계를 제출하여 학교장의 승인을 받은 경우
- 다만, 상습적이지 않은 2일 이내의 결석은 질병으로 인한 결석임을 증명할 수 있는 자료(학부모의견서, 처방전, 담임교사 확인서 등)가 첨부된 결석계를 5일 이내에 제출하여 학교장의 승인을 받은 경우

● 미인정 결석

- 태만, 가출 등 합당하지 않은 사유나 고의로 결석한 경우
- 진학이 결정된 상급학교에서 훈련으로 인한 결석
- 학칙으로 정한 학교장 허가 현장체험학습 기간을 초과한 결석
- 기타 합당하지 않은 사유로 결석한 경우
- 학원수강(예술·체육계 포함)으로 인한 결석
- 해외 어학연수로 인한 결석 등
- 태만, 가출, 출석 거부 등 고의로 결석한 경우

● 기타결석

- 부모·가족 봉양, 가사 조력, 간병 등 부득이한 개인사정에 의한 결석임을 학교장이 인정하는 경우
- 기타 합당한 사유에 의한 결석임을 학교장이 인정하는 경우

2 지각·조퇴·결과

● **지각** : 학교장이 정한 등교시각까지 출석하지 않은 경우

● **조퇴** : 학교장이 정한 하교시각 이전에 하교한 경우

● **결과** : 수업시간에 불참하거나 교육활동을 고의적으로 방해한 경우

※ 출석한 일수가 해당학년 수업일수의 3분의 2이상이 되어야 수료 가능합니다.
지각(또는 조퇴, 결과)은 횟수에 관계없이 해당학년 수료에 영향을 주지 않습니다.

③ 출석이 인정되는 결석

- 학교장의 허가를 받은 '학교를 대표한 대회 및 훈련 참가, 교환학습, 교외체험학습, 「학교보건법」 제8조에 따른 등교중지'등으로 출석하지 못한 경우
- 경조사로 인해 출석하지 못한 경우

구분	대상	일수
결혼	형제, 자매, 부, 모	1
입양	학생 본인	20
사망	부모, 조부모, 외조부모	5
	증조부모, 외증조부모 형제 ·자매 및 그의 배우자	3
	부모의 형제, 자매 및 그의 배우자	1

※ 경조사 일수에 휴무토요일 및 공휴일은 산입되지 않으며, 연속된 결석 일수에 한해 출석으로 인정함.

- 지진, 폭우, 폭설, 해일 등의 천재지변 또는 법정 감염병 등(학교 내 확산 방지를 위해 학교장이 필요하다고 인정하는 비법정 감염병을 포함)으로 출석하지 못한 경우

발병 → 병원진료 → 학교연락 → 치료 → 등교 → 소견서제출

TIP

① 교외체험학습 신청서(가정학습 신청서)는 어디에서 받을 수 있나요?

· 신청서는 학교 홈페이지나 담임선생님께 받을 수 있습니다.

② 선생님께[먼저 알려주세요!

· 법정 감염병에 걸렸을 때는 의사 소견서에 명시된 날짜까지 출석으로 인정됩니다.

· 미세먼지 민감군 학생의 질병결석 인정이 가능합니다. 단, 의사의 진단서 또는 의견서를 제출해야 합니다.

※ 법정 감염병 : 수두, 유행성 이하선염, 홍역, 풍진, 인플루엔자, 디프테리아, 백일해, 뇌수막염, 수족구병, 조류 인플루엔자 인체감염증, 증증급성 호흡기증후군, 결핵

연락 없이 2일 이상 결석하게 되면 어떻게 되나요?

· 정당한 사유 없이 계속하여 2일 이상 결석하는 경우는 초중등교육법 시행령25조에 의거하여 가정방문을 할 수 있고, 이 경우 읍·면 동장 동행이나 관할 경찰서의 장에게 협조를 요청할 수 있습니다.

· 결석 시 반드시 학교에 연락해 주세요.

4 전학 절차

- 담임선생님께 어느 학교로 가 는지 말합니다.
- 행정실에 들러 우유 급식비, 방과후 교육비 등을 정산하고 도서관에서 빌린 책을 반납합니다.
- 전입 학교에 갈 때 전입신고 접수증을 꼭 가져갑니다.

TIP

알고 계신가요?

· 학교생활기록부와 건강기록부 등의 학적서류는 학교 간 연락을 통하여 교류합니다. 따라서 학부모님이 따로 가지고 가야 할 서류는 없습니다.

· 학기(년)말에 전학할 때는 교과서를 어느 학교에서 받아야 할 지 전입할 학교에 문의합니다.

전출 후 가정 사정으로 바로 전입할 학교에 못가면 어떻게 되나요?

· 신청 전출 학교에서는 2일 이내에 전입 학교에서 '전출 학생 전출자료 송부 요청'이 오지 않을 경우 학생이 전입한 읍·면·동을 확인하고, 학생의 전입 사실을 확인합니다.

· 전입하지 않았을 경우 경찰에 협조 요청이 되니 바로 전입할 학교에 가거나 부득이한 경우 전입할 학교에 연락해서 전입 처리를 해야 합니다.

4

방과후학교 및 초등돌봄교실

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

1 방과후학교란?

- 학생과 학부모의 요구와 선택을 반영하여, 수익자 부담 또는 재정 지원으로 이루어지며 정규 교육과정 이외의 시간에 다양한 형태의 프로그램으로 운영됩니다.
- 일반적으로 돌봄교실은 전년도 2월에 신청, 방과후학교는 해당년도 3월에 신청합니다.

2 학력 향상과 사교육비 절감을 위한 프로그램

- 교과 심화·보충 기회 제공을 통한 학력 향상 프로그램
- 학생의 선택권을 고려하여 학교별 프로그램 운영
- 학교교육과정을 앞서는 교과프로그램 운영 금지

3 꿈과 특기를 길러주는 방과후학교

- 자녀의 흥미, 시간, 비용 등을 고려하여 참여
- 수요자 맞춤형 강좌를 개설하며 수익자 부담
- 저소득층 가정의 자녀에게는 자유수강권을 지원

4 방학 중 방과후학교 운영

- 학생의 희망에 따라 자율적으로 참여
- 수익자 부담 원칙으로 운영하되, 방과후학교 자유수강권, 농어촌 지원금, 지자체지원금 등을 적정하게 활용

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

1 학교장 추천으로 교육비 지원을 받으려면 어떻게 하면 되나요?

· 담임선생님과 상담을 통하여 교육비 지원을 신청합니다.

5 초등돌봄교실이란?

- 초등학교 방과후에 돌봄이 필요한 학생들을 보호하는 방과후학교 프로그램입니다.

6 어떻게 운영되나요?

- **대상** : 초등학교 1~2학년 아동중심
- **공통선발기준** : 맞벌이 가정, 저소득층, 한부모 가정, 조손 가정 자녀
- **운영인력** : 돌봄담당교사, 초등보육전담사
- **운영방법** : 돌봄 및 다양한 교육서비스(교과보충, 특기적성, 창의놀이 등) 다양한 형태로 운영해요

7 다양한 형태로 운영해요.

- **오후돌봄교실** : 방과 후~17:00
- **저녁돌봄교실** : 방과 후~21:00 (저녁돌봄교실은 해당학교만 실시)
- **방과후연계 돌봄교실** : 방과 후~17:00
  - 대상 : 초등학교 3~6학년 아동중심
  - 운영방법 : 방과후학교 프로그램에 1~2개 이상 참여하면서 오후 돌봄교실을 이용하지 않는 학생을 대상으로 돌봄서비스 제공

TIP 학교마다 운영형태가 다릅니다. 홈페이지를 참고하거나 학교에 문의하세요.

5 교육비 지원

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

1 누가 무엇을 지원받을 수 있나요?

- **대상** : 기초생활(교육급여)수급자,한부모가족보호대상자,차상위 대상자, 기타 저소득층 중 가구의 '소득 인정액' 이 경기도 교육감이 정한 기준인 중위소득 60%이하에 해당하는 자
- **지원 대상 항목** : 방과후자유수강권
- **교육정보화지원** : 기초생활(교육급여)수급자 중에서 생계급여, 의료급여 수급자, 한부모가족보호대상자

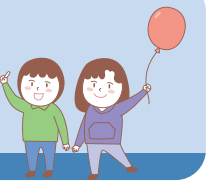
2 교육비 이렇게 신청해요.

	① 방문신청(교육비, 교육급여)	② 온라인 신청(교육비, 교육급여)
신청 방법 (택1)	부모 주민등록주소지 읍면동 주민센터 방문	복지로(http://www.bokjiro.go.kr) 또는 교육비 원클릭 신청시스템 (http://oneclick.moe.go.kr) ※ 학부모 공인인증서 필수
제출 서류	신청서, 소득재산신고서, 금융정보 등 제공 동의서, 각종 증빙자료	

- 신청기간:연중 상시신청 가능
- 문의:[상담센터]1544-9654
- 신청일이 속한 월부터 지원이 가능하므로 3월에 신청하시는 것이 유리합니다.

6 내 자녀 바로 알기 학부모 서비스

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION



1 학부모서비스란?

- 학부모서비스는 학교를 직접 찾아가지 않아도 학교정보뿐만 아니라 자녀의 학교생활을 인터넷으로 한 눈에 열람할 수 있고 선생님과의 상담, 가정통신 등 학교와 학부모간 상호의견 교환을 할 수 있는 서비스입니다. 이를 통해 학부모의 교육 참여 기회를 보장하고 교육기본법 제13조에서 보장하는 학부모의 교육할 권리와 책임을 다할 수 있도록 지원하는 서비스입니다.

2 학부모서비스로 알 수 있는 정보는?

- 학교안내, 학사일정, 식단표, 생활기록부, 시간표 등 92종
- 창의적 체험활동 영역별 누가기록은 학교장이 제공 여부를 결정
- 창의적 체험활동 영역별 특기사항, 교과학습발달상황의 세부능력 및 특기사항, 행동특성 및 종합의견은 당해학년도에 비공개

3 학부모서비스 이용방법

사이트에 접속 (www.neis.go.kr) → 회원가입 후 인증서 등록 → ID/PW 또는 등록한 인증서 로그인 → (내)자녀등록 → 학교에서 학부모여부 확인 후 승인 → 자녀정보열람

※ 보유하고 있는 공인인증서가 없는 경우 본 사이트에서 발급 가능.

4 학부모서비스 활용방법

학교정보

- 학교 기본 정보 활용: 교육과정 운영 등에 대한 의견 개진
- 학교 생활에 대한 사전 준비: 수업시간표에 따른 준비물 준비, 사전에 식단파악으로 음식 알레르기 등 예방

학생정보

- 건강관리: 예방접종 관리, 신체검사 및 건강검진 경과 등을 토대로 건강 개선
- 학업 성취도 진단 및 증진: 자녀와 학업성취도 향상 방법에 대한 대화, 학습이 부족한 교과에 대해 대책 수립, 학업성취도가 낮은 교과에 대한 학습태도 개선 방법 수립

학부모상담정보

- 학업 성취도 증진: 학업성취결과에 대한 담당 선생님과의 상담 수업 태도 등에 대한 담임선생님과 상담
- 생활태도 개선: 학교생활 자료를 토대로 담임선생님과 상담

나이스 학부모서비스 (www.neis.go.kr) : 내 자녀 정보 열람

2부 학교생활 돋보기

2 궁금해요! 학생중심 교육과정

- 쏙쏙 이해되는 1학년 교육과정
- 미래의 삶을 준비하는 역량기반 교육과정
- 학생 성장을 돕는 성장중심평가
- 한글책임교육 - 한글 또박또박 프로그램
- 초연결시대의 원격수업

1

쏙쏙 이해되는 1학년 교육과정

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

1 1학년 교육과정

● [1~2학년군]

국어	일상생활과 학습에 필요한 기초적인 국어능력 습득하기
수학	100까지의 수, 덧셈과 뺄셈, 기본도형, 규칙 알아내기, 시계보기 등 생활 수학 다루기
통합 교과	교육과정에 제시된 8개 주제(학교, 봄, 가족, 여름, 마을, 가을, 나라, 겨울)를 4개의 교과서(봄, 여름, 가을, 겨울)로 구현, 주제 중심 통합 학습으로 실시 기본 생활습관과 기본 학습습관의 형성으로 바르게 생활하기 (바른 생활) 주변의 일상생활에 대해 지속적인 관심을 갖고 이해하기 (슬기로운 생활) 창의적인 표현능력을 지닌 건강한 사람으로 자라기 (즐거운 생활)

● 학교에서 제공하는 교과용 도서

구분	교 과						창의적 체험활동
	국어	수학	통합교과 (바른 생활, 슬기로운 생활, 즐거운 생활)				
교과서 이름	국어 1-1 가 국어 1-1 나 국어활동 1-1 국어 1-2 가 국어 1-2 나 국어활동 1-2	수학 1-1 수학익힘 1-1 수학 1-2 수학익힘 1-2	봄 1-1	여름 1-1	가을 1-2	겨울 1-2	안전한 생활 (1년 사용)

TIP

알고 계신가요?

· 학교에는 여유분의 교과서가 없습니다. 교과서를 분실하였을 경우 대형서점 및 출판사 홈페이지 등에서 다시 구입하실 수 있습니다.

· 학기가 나누어진 교과용 도서는 해당 학기에만 사용하지만 '안전한 생활'교과용 도서는 1년 동안 사용합니다. 여름 방학 중에도 잘 보관해주세요.

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

국어 활동과 수학 익힘은 어떻게 활용해야 하나요?

「국어 활동」, 「수학 익힘」은 보조교과서로서, 주로 가정에서 학생 스스로 학습하여 자기주도적 학습력을 기르고 학습한 내용에 대하여 내면화하는데 활용됩니다.
또한 가정에서의 채점을 통해 자녀의 학습 정도를 파악과 보충을 할 수 있는 시간을 갖게 됩니다.

❷ 창의적 체험활동으로 다양한 경험을 쌓아요

- 창의적 체험활동은 교과 이외의 교육활동으로, 자율활동, 동아리활동, 봉사활동, 진로활동 영역에서 다양한 체험 활동을 합니다.
- 1, 2학년의 창의적 체험활동은 체험활동 중심의 '안전한 생활'을 포함하여 운영 됩니다.
  - '안전한 생활'은 1, 2학년군에서 64시간 운영되며 생활안전, 교통안전, 신변안전, 재난안전 영역으로 구성됩니다.
- 3월에는 교과학습에 앞서 '입학초기 적응활동'을 중심으로 운영되어 자녀가 새로운 환경에 적응하여 즐겁고 건강하게 지낼 수 있도록 도와줍니다.

❸ 성장배려학년제 실시로 행복한 학교생활 적응을 도와요

- 성장배려학년제는 학교급 전환기 아동의 학교 적응과 초등 1~2학년 학생의 학습·생활면 성장 지원을 통해 행복한 학교생활을 할 수 있도록 운영하는 제도입니다.
- 신입생의 학교생활 적응활동을 돕기 위해 신입생 학부모 대상으로 학교교육 설명회를 운영합니다.
- 한글교육 및 기초수학 책임지도제를 운영합니다.
  - 한글교육시간 확대 (27차시 ⇒ 1~2학년 총 68차시 내외로 확대)
  - 초등 1, 2학년 학생의 발달단계를 고려한 기초 수학 책임지도
  - 1학년 한글해득 전 교수학습 활동에서 무리한 수준의 한글 읽기, 쓰기 활동 지양
  - 놀이중심 교육과정 운영 강화
  - 1학년 1학기에는 1학년 국어 교육과정 수준을 넘어서는 받아쓰기 및 알림장 쓰기 등은 지양

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

알림장을 쓰지 않는 동안 어떻게 준비물을 확인하나요

모바일 앱이나 학교 홈페이지, 알림장 메모 등 다양한 방법으로 안내합니다.

2

미래의 삶을 준비하는 역량기반 교육과정

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

1 역량기반 교육과정이란?

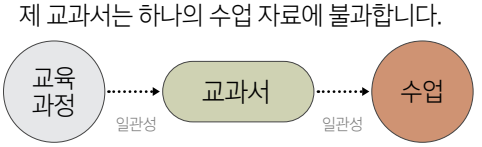
- 기존의 교육과정이 배움으로 '무엇을 알게 되었나?'에 초점을 맞추었다면 역량기반 교육과정은 '무엇을 할 수 있게 되었나?'라는 역량에 초점을 맞춥니다. 역량을 키우는 교육으로 학습자가 참된 학력을 기를 수 있도록 도와줌으로써, 현재와 미래의 삶을 살아가는데 필요한 핵심역량을 길러주는 교육과정입니다.
- 국가 교육과정의 핵심역량은 6가지, 경기도 교육과정의 핵심역량은 7가지(자주적 행동, 비판적 성찰, 창의적 사고, 문화적 소양, 의사소통, 협력적 문제 해결, 민주시민 역량)입니다.

2 성취기준을 중심으로 재구성하여 학생과 함께 만들어가요

- 배움은 학생들의 삶과 연결되어 있습니다.
- 학생들이 경험하게 되는 교육과정은 학생의 삶을 바탕에 두고 성장 발달을 촉진하도록 편성·운영됩니다.
- 기존의 교과서 중심 교육과정이 아닌 학생들의 삶을 중심으로 국가 수준의 성취기준을 재구조화하여 교육과정을 재구성합니다.
  - 성취기준이란 교과를 통해 학생들이 배워야 할 지식과 기능, 태도, 수업 후 학생들이 할 수 있기를 기대하는 능력을 자세히 기술한 것입니다.
  - 동일한 성취기준이라고 해도 교사가 가르치는 학생 집단에 따라 다른 수준의 성취기준을 설정하여 교육과정을 재구성하여 가르칩니다.
  - 학생들의 요구와 실태에 맞게 성취기준을 중심으로 재구성하여 지도하기에 교과서는 하나의 수업 자료일 뿐입니다.

3 교육과정 재구성 후 달라진 수업 방식

- 교사가 학생의 요구와 실태를 분석하여 재구성한 교육과정이 중심에 있는 수업은 학생들이 교과서 순서대로가 아닌 학생들의 삶을 통하여 다양한 방법으로 다양한 배움의 경험을 하게 되며, 참된 학력을 신장하게 됩니다. 이제 교과서는 하나의 수업 자료에 불과합니다.



기존의 수업 방식

교육과정 재구성 후 수업 방식

④ 배움중심수업

- 배움중심수업은 학생의 행복한 배움과 삶의 주체적인 성장을 지향하고 삶에 필요한 역량을 기르기 위한 학생의 자발적 배움이 일어나는 수업입니다.
- 교수-학습 내용이 학생의 자기 생각 만들기를 통해 삶과 유의미한 관계를 맺도록 돕는 수업입니다.

TIP

알고 계신가요?

경기도교육과정 역량

자주적 행동 역량	긍정적 자아 이해를 바탕으로 자신의 생각과 가치에 따라 스스로 삶을 계획하고, 능동적이며 책임 있는 방식으로 행동하는 자주적 행동 역량
비판적 성찰 역량	신념이나 행동, 현상에 대한 합리적 근거에 기초하여 반성적으로 숙고하고 평가하는 비판적 성찰 역량
창의적 사고 역량	폭넓은 기초 지식을 바탕으로 다양한 분야의 지식·기술·경험을 융합하거나 활용하여 새롭고 의미 있는 것을 창출하는 창의적 사고 역량
문화적 소양 역량	다양한 삶의 가치와 문화·예술을 편견 없이 이해하고 수용하며 행복한 삶을 향유하는 문화적 소양 역량
의사소통 역량	다양한 텍스트와 상징을 이용하여 타인의 의사를 이해하고 공감하며 자신의 의사를 전달할 수 있는 의사소통 역량
협력적 문제 해결 역량	학습이나 삶에서 발견한 문제를 협력하여 합리적으로 해결할 수 있는 협력적 문제 해결 역량
민주시민 역량	공동체의 구성원으로서 요구되는 책임을 다하고 권리를 누릴 수 있으며 공공의 선에 기여할 수 있는 민주시민 역량

3

학생 성장을 돕는 성장중심평가

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

1 성장중심평가란?

- 성장중심평가란 학습의 과정과 결과에 대한 피드백을 통해 학생의 성장과 발달을 돕는 평가로서 학생의 배움과 교사의 가르침을 지속적으로 성찰하고 개선하여 모두의 성장을 지원하는 평가입니다
- 성장중심평가는 학생을 줄세우기 위한 평가가 아니라 학생의 배움을 촉진하여 참된 학력과 핵심역량을 키워나갈 수 있도록 돕습니다.
- 성장중심평가는 경쟁을 유발하거나 교수-학습과 분리된 것이 아니라 교사가 재구성한 교육과정 속에서 협력적 배움으로 성취기준에 도달하도록 돕는 평가입니다.

2 교사별 평가를 해요

- 학교에서는 학교 학업성적관리규정에 따라 평가 계획을 사전에 안내하고, 학생의 성장을 담은 평가 결과를 통지합니다.
- 기존의 중간고사나 기말고사와 같은 일제식평가를 실시하지 않고 교사별로 수업과 연계한 평가를 실시하여 교수-학습과 평가 활동이 일관성 있게 이루어지도록 합니다.
- 학생 평가의 방향은 학생에게 평가 결과에 대한 적절한 정보 제공과 추후 지도를 통해 학생이 자신의 학습을 지속적으로 성찰하고 개선할 수 있도록 하며 교사도 학생 평가 결과를 활용하여 수업의 질을 지속적으로 개선하고자 합니다.

3 성장중심평가란?

- 수행평가란 학생이 자신의 지식 및 기능에 대한 습득 여부를 나타내기 위해 산출물을 만들어 내거나 실제 수행을 통해 보이는 방식의 평가로서 교사가 학습자들의 학습과제 수행 과정 및 결과를 직접 관찰하고, 그 관찰 결과를 전문적으로 판단하는 평가입니다.
- 수행평가의 방법은 논술, 구술, 토의·토론, 실기시험, 실험·실습, 관찰법, 포트폴리오, 프로젝트, 역할놀이, 자기평가, 동료평가 등이 있습니다.

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

수업의 과정에서 평가가 이루어진다면, 가정에서는 어떻게 준비하면 되나요?

학생이 수업 시간에 적극적으로 참여하는 태도가 중요합니다. 이를 위해 평소 책이나 다양한 체험활동을 통해 지적 호기심을 기르고 다른 사람과 협력하는 자세를 기르도록 합니다. 또한 학생에게 평가 결과에 대한 부담을 주지 않는 것이 좋습니다.

4

한글 책임교육-한글 또박또박 프로그램

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

❶ 교육과정 내 한글교육

- 1~2학년 국어 교육과정내 한글교육시간이 68시간으로 확대되어 기초문식성 교육을 강화합니다.
- 단순한 암기학습 및 지루한 반복활동을 지양하고 발음 중심 접근법과 의미 중심 접근법을 통합한 균형있는 문식성 지도를 실시합니다.
- 1학년 1학기에는 알림장, 받아쓰기 등 한글학습을 전제한 관행적 읽기·쓰기 활동을 지양합니다.
- 「한글 또박또박」(http://ihangeul.kr/) 프로그램으로 학생의 한글 익힘 수준을 진단하고 학생의 성장결과를 가정에 안내합니다.
- 한글 진단결과를 바탕으로 「찬찬한글」 등을 활용하여 개별 맞춤학습을 실시합니다.

❷ 한글교육 프로그램 안내

- 초등학교 한글 해득 프로그램 「찬찬한글」 - 꾸꾸사이트(www.basics.re.kr/)주제별 자료/교과 주제별 자료/초등
- 읽기유창성 어플 「한글보물찾기」 -스마트폰 Play스토어에서 "한글보물찾기"

교과서의 '선생님과 둘이서 낱말 읽기'로 한글 익혔는지 확인해요. (8월말)

도움이 필요한 학생은 〈한글 또박또박〉으로 익힘 수준을 파악하고, 맞춤 학습지를 출력해요. (8월말)

학생 수준에 맞는 학습을 진행해요. (9~10월)

〈한글 또박또박〉으로 학생의 성취 정도를 확인하고, 성장 결과를 가정에 알려드려요. (10~11월)

③ 한글 미해득 원인 중 난독증, 극복할 수 있어요!

● **난독증이란?**

- 지능과 시력, 청력 등이 모두 정상임에도 불구하고 문자를 읽고 철자를 구분하거나 내용을 이해하는 능력에 장애가 있어 글을 원활하게 읽고 이해하는 데 어려움을 겪는 증상을 말합니다.

<출처: 경기도교육청 난독증 학생 지원 조례>

● **난독증의 비율**

- 국가마다 차이가 있으나, 일반적으로 학령기 아동의 15% 정도가 읽기에 어려움을 가지고 있습니다. 난독증으로 진단되는 아동은 평균적으로 5~8% 정도입니다. 국내는 한국학습장애학회의 연구에 의하면, 난독증 위험 아동은 4.6% 로 추정합니다.

● **난독증의 비율**

초등학교 입학 전	· 말하기가 늦고, 혀 짧은 소리가 늦게까지 계속됩니다. · 단어를 종종 잘 못 발음하는 경우가 있습니다. · 긴 단어를 발음하기 어려워합니다. · 글자에 관심이 없는 것처럼 보입니다. · 이름을 쓰지 못하거나, 자음과 모음을 잘 모릅니다.
초등학교 저학년	· 이중모음이나 받침이 있는 단어를 잘 모릅니다. · 익숙한 단어 외에는 잘 읽지 못합니다. · 문자와 소리의 연결을 어려워합니다. · 보고 쓰기는 가능하지만, 받아쓰기는 어렵습니다. · 쓰기가 느리고, 글씨를 알아보기 힘듭니다.

● 가정에서는 이렇게 도울 수 있어요.

· 먼저 난독증에 대한 정확한 이해가 중요해요.
· 조기 진단과 적극적인 치료를 받을 수 있도록 해 주세요.
· 전문가의 도움을 받는 것은 매우 중요해요.
· 지속적이고, 집중적인 읽기 교육은 필수적이며, 자녀가 좋아하는 책을 가급적 자주 소리내어 읽어주세요
· 자존감이 낮을 수 있기 때문에 다양한 장점을 칭찬해주세요.
· 읽기와 쓰기에 실수가 있더라도 야단치거나 비난하지 말아주세요.
· 받아쓰기 성적이나 쓰기 때문에 아이가 실망하거나 창피하게 느낄 수도 있습니다. 잘 극복할 수 있다고 격려해 주세요.

● 난독증은 조기 진단과 적극적이고, 지속적인 읽기 교육을 통해 대부분 극복할 수 있으며, 학업에 어려움이 없는 사례도 많습니다.

● 경기도교육지원청에서는 난독증학생을 선별 후, 전문기관에 의뢰하여 난독증학생 치료를 지원하고 있습니다.

5

초연결시대의 원격수업

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

① 원격수업의 법적 근거

- 「초중등교육법 시행령」제48조 제4항 제48조(수업운영방법 등) ④ 학교의 장은 교육상 필요한 경우에는 원격수업 등 정보통신매체를 이용하여 수업을 운영할 수 있다. 이 경우 교육 대상, 수업 운영 방법 등에 관하여 필요한 사항은 교육감이 정한다.

② 원격수업의 유형

- 원격수업에는 실시간 쌍방향 (화상)수업, 콘텐츠 활용 중심 수업, 과제 수행 중심 수업이 포함되며, 두 가지 이상의 유형을 혼합하는 등 다양한 원격수업 형태를 자유롭게 활용 가능

수업 유형	내 용 (2020학년도 기준)
실시간 쌍방향	• (줌, 밴드, 틴즈, 채팅 등) 실시간 원격교육 플랫폼을 활용하여 교사·학생 간 화상 수업
콘텐츠 활용	• (강의형) 학생은 지정된 녹화강의 혹은 학습콘텐츠를 시청 • (강의+활동형) 학습콘텐츠 시청 후 댓글 등 원격 토론 ※ EBS tv강좌, e학습터, ebs온라인클래스 등에 탑재한 자료 등
과제 수행	• 교사가 온라인으로 교과별 성취기준에 따라 학생의 자기주도적 학습내용을 맥락적으로 확인 가능한 과제 제시 및 피드백 ※ 과제 제시 → 독서 감상문, 학습지, 학습자료 등 학생 활동 수행 → 학습결과 제출 → 교사 확인 및 피드백
기타	• 학교 여건에 따라 별도로 정할 수 있음

③ 원격수업의 방법

| 출결 확인 |		| 원격학습 |		| 과제물 제출 |
• 온라인 학급방에 출석 확인	⇒	• 학급 플랫폼에서 원격학습을 진행	⇒	• 학급 플랫폼에 과제물을 제출 • 등교 수업시 제출(사후 확인)
1주일 (7일)내 최종 확인		불가피하게 미참여시 대체학습 프로그램 이수 1주일 (7일)내 최종 확인		1주일 (7일)내 최종 확인

* 학교, 학급마다 운영형태가 다릅니다. 홈페이지를 참고하거나 학교, 학급에 문의하세요.

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

2부 학교생활 돌보기

3 안심해요! 안전하고 평화로운 학교

- 안전한 생활을 위한 안전교육
- 안심할 수 있는 학교생활을 위한 학교안전공제회
- 평화로운 학교생활을 위한 학교폭력 예방교육
- 소중한 우리 아이들을 위한 아동학대 예방교육
- 올바른 사용을 위한 스마트폰 사용교육

1

안전한 생활을 위한 안전교육

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

1 안전교육이란?

- 학교에서는 교육부의 '학교 안전교육 7대 표준안'을 학생들의 발달 과정과 학교 실정에 맞게 적용하여 체험중심 활동으로 교육합니다.
- 학교 안전교육 7대 표준안'영역은 생활안전, 교통안전, 폭력·신변안전, 약물·사이버중독안전, 재난안전, 직업안전, 응급처치입니다.

2 학교에서는 어떻게 안전교육을 하나요?

- 학생들은 교과 및 창의적 체험활동 시간을 활용하여 7대 영역에 대한 체계화된 안전교육을 받습니다.(학년별 51차시 이상 교육과정 반영)
- 2015 개정 교육과정에서 1~2학년은 '안전한 생활'과 '일반 교과'를 통해 체계적인 안전교육을 실시합니다.
- 특히, 초등 1~2학년은 창의적 체험활동 중 '안전한 생활'에서 생활안전, 교통안전, 신변안전, 재난안전 영역으로 구성된 64시간 안전교육을 이수합니다.
- 안전생활 습관화 및 안전사고 대응능력 향상을 위해 재난대응 훈련계획을 수립하고 학생 체험중심의 실질적 재난대피 훈련을 실시합니다.
- 조·종례시간 및 자투리시간, 관련 교과시간 및 창의적 체험활동 시간 등을 이용하여 학급에서 나.침.반 5분 안전교육을 실시합니다.

TIP

나.침.반 5분 안전교육이란?

· 나를 지키고 침착하게 대처하려면 반드시 익혀야 하는 5분 안전교육입니다.

· 짧은 시간, 꾸준한 반복학습을 통해 위기상황 발생 시 즉각적인 대처능력을 함양하기 위해 개발된 경기도교육청의 안전교육입니다.된 경기도교육청의 안전교육입니다.

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

가정에서 활용할 수 있는 안전교육 자료가 있나요?

· 학교안전정보센터(http://www.schoolsafe.kr)에서 학생의 연령과 상황에 맞는 다양한 안전교육자료를 제공하고 있습니다.

· 경기도교육청 홈페이지의 학교안전-안전교육자료에 나침반 5분 안전교육 자료가 제공되고 있습니다.

③ 유괴·실종으로부터 우리 아이를 지켜요.

- 이름, 주소, 전화번호 등은 잘 보이지 않는 곳에 기록합니다.
- 외출을 할 때에는 반드시 부모님께 허락을 받고 가도록 합니다.
- 부모님의 허락 없이는 낯선 사람을 따라가지 않도록 지도합니다.
- 누군가 억지로 데리고 가려고 할 때는 "안돼요!, 싫어요!"라고 외칩니다.
- 아이의 지문 등 사전정보를 경찰청 안전드림 홈페이지(www.safe182.go.kr), 모바일 안전드림 앱, 가까운 경찰서에 방문하여 미리 등록합니다.

④ 어린이 성폭력 예방을 위해 이렇게 알려주세요.

- 인적이 드문 곳, 어두운 골목길은 되도록 다니지 않습니다.
- 낯선 사람의 지나친 친절은 거절하고 낯선 사람을 따라가지 않습니다.
- 호루라기 등 위험할 때 신호를 보낼 수 있는 것을 가지고 다닙니다.
- 수상하고 낯선 사람과 단 둘이 엘리베이터를 타지 않도록 합니다.
- 엘리베이터에서 함께 탄 사람이 이상한 행동을 하면 머뭇거리지 말고 즉시 거부합니다.

⑤ 안전한 등·하교를 위해 관심을 가져주세요.

- 학교를 마치면 곧장 집으로 가도록 약속하고 지도합니다.
- 날이 흐리거나 저녁시간 눈·비가 내릴 때는 밝은 색깔의 옷을 입습니다.
- 우산의 색깔을 밝고 투명하게 하여 앞이 잘 보이게 하는 것이 좋습니다.
- 교통규칙과 질서를 잘 지켜 등·하교 하며, 자전거를 이용하지 않습니다.
- 너무 이르거나 늦은 등교보다는 많은 학생이 등교하는 시간을 이용하여 등교합니다.

TIP

통학버스 안전확인장치 의무화! 이제 안심하세요!

어린이 통학버스 운전자, 동승자가 모든 어린이의 하차여부를 미처 확인하지 못한 경우 발생할 수 있는 갇힘 사고를 예방하기 위하여 어린이 통학버스 안전확인장치가 설치되었습니다.

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

성폭력이 발생했을 때는 어떻게 대처해야 하나요?

· 심리적 안정을 시키고, 몸을 씻지 않은 채로 병원 진단을 받습니다.
· 정황 증거자료를 확보하고, 피해자의 비밀을 유지합니다.
· 성폭력 전문상담기관과 연계해 상담 및 조치를 받습니다.
-117(학교폭력신고센터), 1366(여성긴급상담전화), 해바라기센터

안전 Dream(http://www.safe182.go.kr)

2

안심할 수 있는 학교 생활을 위한 학교안전공제회

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

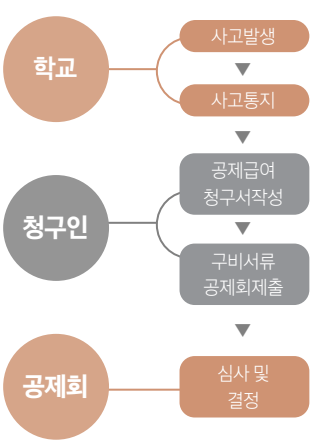
1 학교안전사고란?

- 교육활동 중 발생한 사고로서 학생, 교직원, 교육활동 참여자의 생명 또는 신체에 피해를 주는 모든 사고 및 학교급식 등 관련 사고를 의미합니다. <학교안전사고 예방 및 보상에 관한 법률 제2조>

2 학교안전공제 제도란?

- 학교 안전사고를 예방하고 예기치 못한 사고에 대해 신속하고 적정하게 보상하여 학생, 교직원, 교육활동 참여자가 안전하게 학교생활을 할 수 있도록 지원하는 제도입니다.

3 사고 통지 및 청구 절차



사고통지
- 학교(www.shcoolsafe.or.kr)

구비서류
- 공제급여 청구서(학부모 또는 학교)
- 진단서(청구금액 50만원 미만 생략가능)
- 진료비 계산서 영수증 원본 - 진료비 상세 내역서(비급여 치료시)
- 사고학생 주민등록 등본 - 청구인 통장사본
- 약제비 계산서 영수증(병원 처방전 첨부)

※ 정확한 심사를 위해 필요시 구비서류 이외의 서류를 추가로 요구

지급기한
- 공제급여를 청구 받은 날부터 14일 이내 공제급여의 지급여부 결정
- 정당한 사유가 있어 14일 이내에 공제급여의 지급여부 결정이 어려울 때 14일 연장

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

학교에서 일어나는 모든 사고를 지원받을 수 있나요?

· 학교에서 발생한 사고 중에서 학교안전공제회의 통지대상에 해당하는 경우에 지원받을 수 있습니다.

· 학교에서 발생한 사고 중 지원되지 않는 경우
- 보건실 등에서 간단히 치료하여 종결된 경우
- 의료기관에서 치료를 받지 않아도 될 경우
- 향후 공제회에서 보상청구를 하지 않을 것이 확실시 되는 경우
- 교육활동 중 발생한 사고가 아닌 지병 등

안전 Dream(http://www.safe182.go.kr)

3

평화로운 학교생활을 위한 학교폭력 예방교육

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

1 학교폭력을 알아봐요.

- 학교 내·외에서 학생을 대상으로 발생한 상해, 폭행, 감금, 협박, 약취·유인, 명예훼손, 모욕, 공갈, 강요·강제적인 심부름 및 성폭력, 따돌림, 사이버 따돌림, 정보통신망을 이용한 음란·폭력 정보 등에 의하여 신체·정신 또는 재산상의 피해를 수반하는 행위를 말합니다.

2 학교폭력을 예방해요.

피해학생 징후	가해학생 징후
· 학교 가기를 싫어하고, 잦은 지각이나 조퇴 · 용돈을 많이 쓰거나 말없이 돈을 가져감 · 운동화, 휴대폰, 태블릿PC, 옷 등이 자주 망가지거나 잃어버렸다고 함 · 친한 친구들과 갑자기 사이가 나빠짐	· 갑자기 돈 씀씀이가 커짐 · 친구에게 받았다고 하면서 비싼 물건을 가지고 다님 · 전화, 문자 등으로 친구를 흉보거나 친구그룹이 자주 바뀜 · 화를 잘 내고 공격적 행동을 자주 보임

- 신학기일수록 자녀가 잘 씻도록 지도해 주시고, 의복은 깔끔하게 입을 수 있도록 해 주세요.
- 컴퓨터 등의 정보통신 매체를 사용할 때 친구를 비방하거나 하는 행동은 하지 않도록 주의시켜 주세요.
- 비싼 운동화나, 전자제품(스마트폰, 노트북) 등을 학교에 가지고 가지 않도록 지도해 주세요.
- 친구를 놀리고 고의적으로 소외시키거나, 괴롭히는 행동은 범죄라는 사실을 분명히 알려주세요.
- 피해를 당할 경우 "그만해" 등을 말하며 단호하게 거부할 수 있도록 자기 주장을 미리 연습시켜 주세요.
- 자녀의 사이버 상 프로필과 심경변화 메시지를 주의 깊게 보고 대화를 나눕니다.
- 아동기·청소년기에는 친구와의 관계가 중요하다는 점을 상기하며 원만한 관계를 가지도록 북돋워줍니다.

4 학교폭력 도움을 청하세요.

담임선생님, 학교폭력전담기구선생님과 상담하세요.
- 방법 : 전화, 문자나 메일, 학교폭력 신고함

지역교육지원청에 있는 위(Wee)센터로 연락하세요.

학교폭력신고센터 117, 학교폭력 신고 어플 117CHAT

전담경찰관에게 도움을 요청해요.
전담경찰관은 학생, 학부모, 선생님 등을 대상으로 학교폭력 예방교육을 실시하고 117신고센터나 SNS를 통해 접수된 학교폭력 사안을 접수 및 상담합니다.

4

소중한 우리 아이들을 위한 아동학대 예방교육

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

1 아동학대란?

- "아동학대"란 보호자를 포함한 성인이 아동의 건강 또는 복지를 해치거나 정상적 발달을 저해할 수 있는 신체적·정신적·성적 폭력이나 가혹행위를 하는 것과 아동의 보호자가 아동을 유기하거나 방임하는 것을 말합니다. (아동복지법 제3조 제7호)
- 아동학대의 유형

증상	내용
신체학대	성인이 아동에게 신체적 손상을 입히거나 이를 허용하는 모든 행위
정서학대	성인이 아동에게 하는 언어적, 정서적 위협, 감금, 억제, 기타 가학적인 행위
성학대	성인의 성적 만족을 위해 아동의 신체에 접촉하는 행위나 아동과의 모든 성적행동
방임	아동의 양육과 보호를 소홀히 하여 정상적인 발달을 저해하는 모든 행위, 아동을 돌보지 않고 버리는 행위

2 아동학대 범죄를 신고해요

- 누구든지 아동학대범죄를 알게 된 경우나 그 의심이 있는 경우에는 아동보호전문기관 또는 수사기관에 신고할 수 있습니다.(아동학대범죄의 처벌 등에 관한 특례법 제10조 제1항)

TIP

아동학대 피해학생을 보호하기 위한 비밀전학이 가능합니다.

학생이 아동학대범죄의 처벌 등에 관한 특례법에 의거 응급조치되는 경우 아동이 학습권을 보장받을 수 있도록 초·중등교육법 시행령 제21조, 아동학대범죄의 처벌 등에 관한 특례법 제35조(비밀엄수 등의 의무) 제3항, 아동복지법 제29조(피해아동 및 그 가족 등에 대한 지원) 제5항, 아동복지법 시행령 제26조의2(피해아동의 취학에 대한 지원)에 근거하여 비밀전학을 요청할 수 있습니다.

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

아동학대 신고는 어떻게 하나요?

· 아동학대(가정폭력) 신고전화:112
· 관할 지역 아동보호전문기관
· 학교폭력신고센터:117
· 보건복지콜센터:129
· 여성긴급상담전화 1366(휴대폰:지역번호(031)+1366)
· 헬프콜 청소년전화 1388(휴대폰:지역번호(031)+1388)
· 경기해바라기센터, 청소년상담복지센터, 건강가족지원센터 등

※ 신고자의 신분은 아동학대범죄의 처벌 등에 관한 특례법 제10조, 제62조에 의해 보장 됩니다.

5

올바른 사용을 위한 스마트폰 사용교육

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

1 아동학대란?

- **심리적 불안** : 스마트폰을 가지고 있지 않을 때 초조하고 불안한 증상을 보입니다.
- **우울과 산만** : 스마트폰에 중독된 학생들은 심리적 우울감을 갖고 있고, 일상생활 중 다른 일에 집중하지 못하는 성향을 보입니다.
- **충동조절장애** : 하고 싶은 일을 자제하거나 억제하지 못하고, 제지당했을 경우 화를 조절할 수 없습니다.
- **끈기 부족** : 어떤 일을 했을 때 보상이나 성과를 끈기 있게 기다리지 못하고 중도에 포기하는 모습을 보입니다.

2 사이버폭력 주의 깊게 살펴보세요.

- 자녀가 SNS 계정을 탈퇴하거나 아이디가 없다.
- 용돈을 많이 요구하거나 온라인 기기의 사용요금이 지나치게 많이 나온다.
- 부모가 자신의 스마트폰을 보거나 만지는 것을 매우 싫어하고 민감하게 반응한다.
- 스마트폰을 사용하는 시간이 지나치게 많고 불안한 기색으로 스마트폰을 자주 확인하고 민감하게 반응한다.

3 스마트폰 이별 주간을 실천해요.

- 걸어 다닐 때는 안전하게 스마트폰을 가방에 넣어서 보관해 주세요.
- 바른 사용을 위해 유용한 앱은 설치하고, 사용하지 않는 앱은 정리해 보세요.
- 구체적인 사용시간을 정하고 스스로 멈출 수 있도록 노력해 보세요.(예 : 미디어 요일제)
- 가족이 함께 사용하는 공간에는 스마트폰을 가져오지 않도록 노력해 보세요. (예 : 스마트폰 가족 서약서 작성)

4 가정에서의 지도가 중요해요.

- 마음을 담은 SNS 보내기를 함으로써 바른 언어사용 습관을 길러보세요.
- 스마트폰에 지나치게 개인 정보가 들어간 자료를 올리지 않도록 지도해 주세요.
- 바른 자세로 스마트폰을 사용하고, 걸을 때 스마트 폰을 이용하지 않기로 약속하세요.
- 사이버 공간에서 타인을 괴롭히지 않고, 허위 글을 게시하거나 퍼 나르지 않도록 지도해 주세요.
- 다른 사람과 함께 할 경우 스마트폰은 가방이나 주머니에 넣어두고 활동에 집중할 수 있게 해 주세요.

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

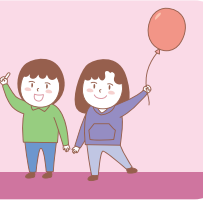
2부 학교생활 돌보기

4 함께해요! 행복한 교육공동체

- 참여와 협력의 학부모회
- 민주적 교육자치기구 학교운영위원회
- 함께 성장하는 마을교육공동체
- 선생님과 함께 하는 자녀상담
- 함께 만들어가는 청렴한 학교

1

참여와 협력의 학부모회



GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

1 학부모회란?

- 학부모들이 교육공동체의 일원으로 학교에 참여하여 학교 교육발전에 기여하며, 학부모회 조례에 근거한 법정 기구입니다.

2 학부모회 구성

- **구성원** : 해당 학교에 재학하는 모든 학생의 학부모
- **조직** : 총회, 대의원회, 학년·학급 학부모회, 기능별 학부모회
- **임원** : 회장, 부회장, 감사 (임원의 정수는 해당 학교 학부모회 규정으로 정함)

3 학부모회는 어떤 활동을 하나요?

- 학교 운영에 대한 의견 제시 및 학교교육 모니터링
- 학부모 교육기부/자원봉사 등 학교교육 활동 참여 · 지원
- 자녀교육 역량강화를 위한 학부모 교육
- 학교의 사업으로서 해당 학교 학부모회 규정으로 정하는 사업

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

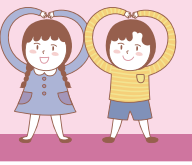
학부모회를 통해서 할 수 있는 봉사활동에는 무엇이 있나요?

· 교통안전지도, 교내 생활지도, 등하굣길 지도, 도서관운영 및 독서지도, 교육기부활동, 학부모동아리 등 학교를 지원할 수 있는 활동에 자발적으로 자원하여 활동할 수 있습니다.

경기학부모참여지원센터
(https://edup.goe.go.kr/hakbumo/hakbumoMain/main.do) ☎ 031-820-0916~7

2

민주적 교육자치기구 학교운영위원회



GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

1 학교운영위원회란?

- 학교운영에 학부모, 교직원, 지역 인사가 참여함으로써 학교정책결정의 민주성 및 투명성을 확보하고, 지역실정과 학교특성에 맞는 다양한 교육을 창의적으로 실시할 수 있도록 심의·자문하는 기구입니다.
- 『초·중등교육법』및 『초·중등교육법 시행령』등에 근거하여 설치·운영하는 법정 기구입니다.

2 학교운영위원회는 어떻게 구성되나요?

- **학부모 위원** : 학부모 전체회의를 통한 직접 선출
  ※ 가정통신문에 대한 회신, 우편 투표, 전자적 방법에 의한 투표 등 병행가능
- **교원 위원** : 교직원 전체 회의에서 무기명 투표로 선출
- **지역 위원** : 학부모위원 또는 교원위원의 추천을 받아 학부모위원 및 교원위원이 무기명 투표로 선출

※ 학교운영위원 임기는 4월 1일 ~ 익년 3월 31일까지이며, 2차에 한하여 연임이 가능합니다.
※ 학교운영위원장의 임기는 1년 단임(학생수 200명 미만교 연임가능)

3 학교운영위원회 구성 절차

학교운영위원회 규정 제·개정 → 학교운영위원회 구성 계획 수립 및 선거홍보 → 선출관리위원회 구성 → 선거 공고 및 입후보 → 학부모위원 및 교원위원 선출 → 지역위원 선출 → 위원장 및 부위원장 선출 → 선거결과 홍보

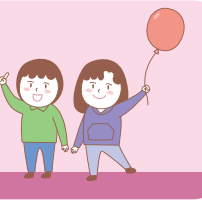
GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

학교운영위원회의는 주로 어떤 내용을 심의하나요?

· 학교운영위원회에서는 학교 교육 과정 운영이나 학교의 예·결산은 물론 학생들의 수익자 부담인 방과후학교 활동비나 체험학습비 등을 심의합니다.

3

함께 성장하는 마을교육공동체



GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

1 마을교육공동체란?

- 학부모들이 교육공동체의 일원으로 학교에 참여하여 학교 교육발전에 기여하며, 학부모회 조례에 근거한 법정 기구입니다.

2 마을교육공동체는 어떤 활동을 하나요?

● 경기꿈의학교 운영

경기꿈의학교란 경기도 내 학교 안팎의 학생들이 자유로운 상상력을 바탕으로 무한히 꿈꾸고 질문하고 스스로 기획·도전하면서 삶의 역량을 기르고 꿈을 실현해 나가도록 학교와 마을교육공동체 주체들이 지원하고 촉진하는 학교 밖 교육활동입니다. '학생이 만들어가는 꿈의 학교'와 '학생이 찾아가는 꿈의 학교'가 있으며, 마을교육공동체 동아리인 '마중물 꿈의 학교'가 있습니다.

● 교육자원봉사 운영

교육자원봉사는 마을교육공동체 구성원이 반대급부를 받지 않고 학교에 필요한 업무를 지원하기 위한 자발적인 참여 활동입니다. 교육자원봉사의 활동 내용에는 학교의 행정실무업무, 현장체험학습시 보조업무, 학교행사시 업무보조, 급식실 배식, 꿈의학교 강사 지원 등이 있습니다.

· 참여방법

1) 학교에서의 교육자원봉사 활용은 마을교육공동체 홈페이지(http://village.goe.go.kr)에서 매칭 신청
2) 교육자원봉사 활동 희망은 마을교육공동체 홈페이지(http://village.goe.go.kr)에서 희망서를 작성

● 교육협동조합 운영

교육협동조합은 학생, 학부모, 교직원, 지역주민이 자발적으로 참여하여 학교교육에 필요한 다양한 공익적 사업을 (학교가게, 방과후 돌봄교실, 교복, 학교급식, 통학버스 등) 공통으로 소유하고 민주적으로 운영되는 사업체를 통하여 교육과 체험을 통한 참여 학습 실현으로 교육 자치 및 학생 중심 교육 복지를 실현하기 위해 함께 만들어가는 새로운 교육경제공동체입니다.

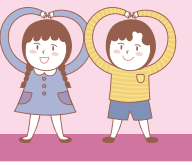
● 학부모 지원

학부모 지원 활동은 교육주체인 학부모가 학생의 행복한 교육활동을 위해 건강하게 참여하고 지원하는 민주적 교육문화 형성 활동입니다.

경기마을교육공동체(http://village.goe.go.kr):참여신청 및 검색

4

선생님과 함께 하는 자녀상담



GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

1 학부모 상담 이렇게 해요

- **상담기간** : 학교별 정기 상담주간이나 상담이 필요할 때 언제든 수시 상담 요청
- **요청대상** : 담임선생님, 상담선생님, 교감, 교장
- **상담내용** : 자녀의 학습태도나 생활습관, 적성, 정서문제, 교우관계, 특이사항과 진로지도 및 학부모 문제 등
- **상담방법** : 방문상담, 전화 또는 사이버 상담 등

2 Wee 상담실을 활용하세요!

- 학교에는 Wee클래스(학생공감상담실)을 운영하고 있습니다.
  학교에 Wee클래스가 없는 경우, 지역 교육지원청의 Wee센터를 활용할 수 있습니다.
- 상담분야 : 학업 및 진로, 학교부적응, 가족, 성, 학교폭력, 성격, 정신건강, 대인관계 및 따돌림 등
- 상담방법 : 온라인 상담, 개별 상담(전화, 방문) 등

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

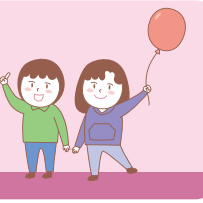
선생님과 상담을 하고 싶지만 직장 때문에 찾아갈 시간이 없는데 다른 방법은 없을까요?

· 직장 때문에 선생님과 방문 상담할 시간이 없을 때는 전화나 이메일로 상담을 신청해 보세요. 선생님과 상담이 가능한 시간을 확인 후 상담을 할 수 있습니다. 필요한 경우에는 일과 후 상담도 운영합니다.

Wee-학생위기상담 종합지원 서비스(http://www.wee.go.kr/

5

함께 만들어가는 청렴한 학교



GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

1 청탁금지법

- 공직자등(각급 학교의 장과 교직원포함), 공직자등의 배우자, 공무수행사인(각종위원회에 참여하는 민간위원)과 부정청탁을 하거나 수수 금지 금품 등을 제공한 일반 국민(학부모 포함)모두에게 적용됩니다.
- 학부모가 교사에게 부정청탁(입학, 성적, 수행평가 등)을 하거나 금품 등을 제공하여 법을 위반하는 경우 징역, 벌금, 과태료 부과 등의 제재를 받을 수 있습니다.

2 불법찬조금

- 공금이란 학부모단체(학교운영위원회, 학부모회, 운동부 학부모, 방과후교육활동, 청소년단체 등 교육활동 후원단체)등이 교육활동 지원 목적으로 임의로 모금하거나 할당을 통하여 모금하여 학교발전기금 회계(또는 학교회계)에 편입하지 않고 임의로 사용하는 일체의 금품을 말합니다.

3 불법찬조금 사례

- 학부모를 대상으로 학부모회, 학급임원회 등에서 개별적인 접촉 또는 전화 등을 통해 아래와 같은 명목으로 일정액을 할당하거나 모금을 직·간접적으로 요구
  - 학생간식비, 학교행사 지원(스승의 날, 운동회, 체험학습), 교직원 선물비, 어린이(학생) 신문 등
- 학교운동부 학부모회에서 인건비 보조, 출전비 및 훈련비 명목으로 정당한 회계절차 없이 모금하여 집행
  - 코치 인건비, 우승 사례비, 명절 휴가비, 출전 및 진학 관련 접대성 경비 등
- 학부모 단체에서 자신들의 식사비 명복으로 사전에 일정 금액을 모금
- 기타 법령이나 학교발전기금의 목적을 벗어나는 기부 행위

4 불법찬조금 신고

- 경기도 각 지역교육지원청 → 클린신고센터 → 촌지/불법찬조금 신고
- 한국투명성기구 : www.ti.or.kr →(홈페이지 중앙 하단)한국투명성기구 신문고
  참교육을 위한 전국 학부모회 : www.hakbumo.or.kr →학교길라잡이→불법찬조금 및 교육비리

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

교사 상담 때 간단한 음료나 간식을 가져가도 되나요?

학부모와 현재 자녀를 맡고 있는 담임·교과교사와는 직접적 직무관련성이 있습니다. 따라서, 음료나 간식, 기타 상품권, 쿠폰, 현금 등 금품 일체 모두 위법입니다. 또한, 운동회·체험학습 때 교사에게 도시락과 간식을 전달하는 것도 위법 행위에 해당될 수 있습니다.

알아두면 유용한 교육사이트

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

① 경기도교육청

● 경기도교육청(http://www.goe.go.kr/) (☏ 031-2490-114)

② 경기도교육청 교수학습포털

● 경기도교육청 교수학습포털(http://edup.goe.go.kr)

교육활동, 지원, 서비스, 정보안내를 위한 통합홈페이지로 다음과 같은 사이트를 활용하실 수 있습니다.

- 교수학습지원센터
- 창의체험활동지원센터
- 경기체육사랑
- 방과후학교종합지원센터
- 정책자료실
- 유아교육정보자료실
- 학부모참여지원센터
- 외국어교육센터
- 학생인권의 광장
- 혁신교육지원센터
- 학생중심교육과정
- 특수교육지원센터
- 인권보호센터
- 취업지원센터

③ 유용한 교육 사이트

- 기초학력 자율진단과 학습 베이스캠프(배움을 이루는 스스로 캠프)http:www.plasedu.org
- 경기 기초학력 진단보정시스템http://basic.goe.go.kr
- 한글 해득수준 진단 한글 또박또박 www.ihangeul.kr
- 기초학력향상지원 꾸꾸(http://www.basics.re.kr)
- 경기도진로진학지원센터(http://jinhak.goedu.kr)
- 창의·인성 교육넷(http://www.crezone.net/)
- 한국청소년상담복지개발원(http://www.kyci.or.kr)
- 학교알리미사이트(http://www.schoolinfo.go.kr/)
- 독서교육종합지원시스템(http://reading.gglec.go.kr/)
- 학부모서비스전용공인인증서발급사이트(http://moe.signra.com)
- 경기도학교안전공제회(http://ggssia.or.kr)
- 에듀넷(http://www.edunet.net)
- 국민재난안전포털(http://www.safekorea.go.kr)
- 학교안전정보센터(http://www.schoolsafe.kr)
- 경기도재난안전본부(http://119.gg.go.kr)
- 중앙119구조본부(http://www.rescue.go.kr)
- e학습터(http://cls.edunet.net)

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

참 고 문 헌

이진혁, 아들이 초등학교에 갑니다, 위즈덤하우스
서천석, 우리 아이 괜찮아요, 위즈덤하우스

● 지도·자문
백경녀 | 경기도교육청 학교교육과정과장
정미경 | 경기도교육청 초등교육과정기획담당 장학관

● 기획위원
김지영 | 경기도교육청 초등교육과정기획담당 장학사

● 집필·편집(가나다순)
박경자 | 만송초등학교 교사
박주영 | 가납초등학교 교사
이종애 | 연천초등학교 교사
윤미경 | 지행초등학교 교사
임미현 | 왕방초등학교 교사
홍수정 | 사동초등학교 교사

발 행 2020년 12월
편집 및 인쇄 디자인봄
발행 및 편찬 경기도교육청
저 작 권 자 경기도교육청(www.goe.go.kr)

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

GYEONGGIDO OFFICE OF EDUCATION

2021

학부모님께 알려드리는
초등 1학년 학교생활

행복한 학부모 꿈꾸는 1학년

designed by 디자인블 031-607-8950-1