

7. 가온나래 도서관 겨울방학 추천 도서 목록






번호	도 서 명	저 자	출 판 사
1	비스킷	김선미 지음	위즈덤하우스
2	그곳에 내가 있어 준다면	김하연 지음	특별한서재
3	여름을 한 입 베어 물었더니	이꽃님 지음	문학동네
4	박철범의 방학 공부법	박철범 지음	다산에듀
5	그림 속으로 들어간 화가들	파스칼 보나푸 지음	미술문화
6	미술관에 간 수학자	이광연 지음	어바웃북
7	NEW! 중학생 공부법의 모든 것	백정은 지음	꿈결
8	1일 1단어 1분으로 끝내는 금융공부	이혜경 지음	글담출판
9	세계를 건너 너에게 갈게	이꽃님 지음	문학동네
10	세상에서 가장 짧은 세계사	존 허스트 지음	위즈덤하우스
11	도둑맞은 집중력	요한 하리 지음	어크로스
12	법칙, 원리, 공식을 쉽게 정리한 물리·화학 사전	와쿠이 사다미 지음	그린북
13	호밀밭의 파수꾼	J. D. 샬런저 지음	민음사
14	멋진 신세계	올더스 헉슬리 지음	푸른숲주니어
15	세상을 바꾼 항생제를 만든 사람들	고관수 지음	계단
16	이토록 공부가 재미있어지는 순간	박성혁 지음	다산에듀
17	인간 실격	다자이 오사무 지음	민음사
18	이방인	알베르 까뮈 지음	민음사
19	앵무새 죽이기	하퍼 리 지음	열린책들
20	과학을 보다	김범준 외 지음	알파미디어
21	군주론	니콜로 마키아벨리 지음	돋을새김
22	플라톤의 국가, 정의를 꿈꾸다	플라톤 원저; 장영란 풀어씀	사계절
23	수레바퀴 아래서	헤르만 헤세 지음	민음사
24	셰익스피어 4대 비극 (햄릿, 오셀로, 리어 왕, 맥베스)	윌리엄 셰익스피어 지음	다산출판
25	사적이고 지적인 미술관	이원율 지음	알에이치코리아(RHK)
26	그리스 문명 기행	김 현 지음	아카넷
27	세이노의 가르침	세이노 지음	데이원
28	코스모스	칼 세이건 지음	사이언스북스
29	사피엔스	유발 하라리 지음	김영사
30	총 균 쇠 Guns, Germs, and Steel	재레드 다이아몬드 지음	문학사상사

- 1) 교육부 2024년 ‘독서로’ 시스템 도입 - 현행 독서교육종합지원시스템의 운영 전면 중지
 - 2) 독서교육종합시스템 공지 <https://reading.gglec.go.kr/r/newReading/main/main.jsp>
 - 3) 독서교육종합지원시스템 이용시 유의사항
 - 가) 대출 중단: 2023.12.26. ~ 2024.2.29.
 - 나) 도서관 자료 검색 및 데이터 이용 중단: 2024.1.22. ~ 2024.2.2.
 - 다) 학생 개인 독후활동 입력 중단: 2024.2.22. ~ 영구
 - 라) 학생 개인 독후활동 다운로드: 현재 ~ 2024.7.31. (이후 불가능)
- ※ 학생 개인 독후활동은 이관되지 않으므로, 반드시 개인적인 다운로드 필수


8. 겨울방학 건강관리 및 안전생활

1 겨울방학 중 감염병 예방


- ☑ 겨울철 인플루엔자(독감), 마이코플라스마 폐렴, 백일해 등 호흡기 감염병이 증가하였습니다.
- 인플루엔자(독감)는 지난해 9월부터 시작되어 유행주의보 해제 없이 연중 유행 중입니다. 12월 들어 예년대비 증가세를 보이고 있습니다.
 - 마이코플라스마 폐렴은 그간 국내 흔한 폐렴으로 이미 잘 알려져 있었으나 최근 한달사이 약 1.4배 증가하고, 1~12세 학동기 아동에서 대부분 발생하고 있습니다.
 - 백일해는 10월 이후 증가하다가 최근 2주간 소폭 감소하였으나 12세 이하 어린이를 중심으로 발생하고 있습니다.
- ☑ 호흡기 감염병 예방을 위한 5대 예방수칙 「질병관리청」

	기침예절 실천하기	① 호흡기 증상 있을 시 마스크 착용하기 ② 기침할 때 휴지나 옷소매로 입과 코 가리기 ③ 기침후 올바른 손씻기 실천하기
	올바른 손씻기 생활화하기	① 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기 ② 외출 후, 식사 전·후, 코풀거나 기침 후, 용변 후 등
	씻지 않은 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기	
	실내에서 자주 환기하기	
	발열 및 호흡기 증상시 의료기관 방문하여 적절한 진료받기	

☑ 방학 중 등교학생의 감염병 관리

	<p>☑ 방학 중 방과 후, 캠프, 돌봄 등으로 등교 중인 학생이 감염병에 걸리면 등교하지 않고, 담당 선생님께 알린 후 가정에서 충분한 휴식과 안정을 취합니다.</p> <p>☑ 병원에서 감염병(인플루엔자, 코로나19, 마이코플라스마 폐렴, 수족구, 전염성결막염 등)으로 진단 받으면 등교중지 기간동안 가정에서 약물치료, 안정, 휴식 후 등교합니다.</p> <p>☑ 등교중지 기간</p> <ul style="list-style-type: none"> - 인플루엔자(독감) : 3~5일 가정에서 충분히 안정을 취합니다. 해열제를 복용했던 경우 해열제 없이 정상체온 회복후 24시간이 경과해야 하고, 마지막 해열제 투약시점부터 48시간이 경과해야 합니다. - 코로나19 : 5일간 가정에서 충분히 안정을 취합니다. - 마이코플라스마 폐렴 : 의사의 소견에 따르나 충분한 안정을 취합니다. - 백일해 : 항생제 복용후 5일 경과시까지 - 수족구 : 수포발생 후 6일간, 가피가 형성될 때까지 - 전염성결막염 : 의사의 소견에 따르나 충분한 안정을 취합니다.
---	--

2 방학은 건강 점검의 기회

	<p>☑ 평소 건강이 좋지 않았던 부분이나 검사가 필요했던 학생들은 방학을 이용해 진료 및 검사를 받고 건강한 몸과 마음으로 새학년을 준비합니다.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 충치가 있거나 부정교합이 있는 경우에 치과 치료가 필요합니다. - 충치가 없었던 아동도 치과 정기검진을 받으세요(6개월마다 검진 필요) - 시력이 좋지 않거나 나쁘다고 판단되는 경우 안과 진료를 받으세요. - 평상 시 자주 아팠던 곳이 있는 경우도 진료가 필요합니다. - 예방접종 내역을 확인하고 놓쳤던 접종 내역이 있다면 의료기관을 방문하여 예방접종을 권장합니다.
---	--



성폭력 예방 및 디지털성범죄 예방

☑ 성폭력이란? 성을 매개로 상대방의 동의 없이 인간에게 가해지는 신체적 언어적 정신적 폭력을 말합니다.

☑ 성폭력 예방수칙

- ① 평소 자신의 생각과 느낌을 정확하게 표현하는 연습하기
- ② 다른 사람의 외모·사생활에 대한 지나친 간섭과 불필요한 신체접촉을 하지 않도록 하기
(신체접촉이 필요한 경우 동의를 구하기, 거절을 표현했을 때 진심으로 사과하고, 즉각 중지하기)
- ③ 동의 없는 신체접촉은 하지 않기(상대방이 주저하거나 대답을 하지 않은 경우는 동의가 아님)
- ④ 신체를 노출한 사진이나 동영상을 찍어 공유하거나 SNS 등에 올리지 않기
- ⑤ 외출할 때에는 가족에게 시간과 장소, 누구를 만나는지 등 상황 공유하기

☑ 디지털성범죄 예방수칙

- ① 나와 타인에 대한 개인정보를 올리거나 전송하지 않습니다.
- ② 잘 모르는 사람이 보낸 인터넷 링크나 파일을 클릭하지 않습니다.
- ③ 타인의 동의 없이 사진, 영상을 찍지도, 보내지도, 보지도 않습니다.
- ④ 타인의 사진, 영상에 성적 이미지를 합성하지 않습니다.
- ⑤ 타인의 사진, 영상을 퍼뜨리겠다고 위협하지 않습니다.
- ⑥ 잘 모르는 사람이 개인정보를 묻거나 만남을 요구하면 어른에게 알립니다.



청소년 흡연 및 음주 등 약물 오·남용 예방

☑ 청소년 음주가 왜 위험한가?

- ① 뇌세포 파괴로 기억력과 학습능력이 떨어집니다.
- ② 성장호르몬 분비가 억제되어 키가 잘 자라지 않습니다.
- ③ 성호르몬 분비가 줄어들어 2차성징이 늦게 나타납니다.
- ④ 담배나 마약 등 다른 약물에 대한 유혹에 빠지기 쉽습니다.

☑ 청소년 흡연이 왜 위험한가?

- ① 15세 이전 흡연은 25세 이후 흡연보다 폐암 등에 의한 사망률이 2~3배 높습니다.
- ② 흡연은 세포분열을 방해하여 청소년기 성장을 방해합니다.
- ③ 일산화탄소 영향으로 두뇌활동이 저하되고 학습능력이 떨어집니다.

☑ 청소년에게 더 치명적인 ‘마약중독’

같은 마약에 노출돼도 뇌가 완전히 발달하지 않은 성장기 청소년이 약물에 중독될 경우 적은 양으로도 뇌의 손상정도가 심각하며 사회성 장애, 신경 조직망 손상 등으로 정상적인 생활이 어렵습니다.

- ① 마약으로부터 청소년의 안전지킴이 4대 수칙 「한국마약퇴치본부」

모르는 사람이 건네는 사탕, 음료 등 받지도 먹지도 않기	처방전 없이 구입한 약은 함부로 복용하지 않기	온·오프라인상의 마약류 판매, 구매는 하지 않기	친구의 권유는 단호하게 거절하고 어른에게 도움요청하기

2024. 1. 4.

시흥가온중학교장(직인 생략)