

스마트폰 중독 예방하기

금구초등학교 교사 최우현

I.

세계 최초의 스마트폰인 아이폰이 등장한 것은 2009년입니다. 하지만 삼성의 브랜드에 밀려 많은 인기를 얻지 못했지요. 우리나라에서 스마트폰이 대중화 된 것은 갤럭시 S 시리즈가 등장한 2010년의 일입니다. 불과 6년 전의 일입니다.

스마트폰이 대중화되기 시작한지 6년 만에 대부분의 청소년과 성인이 스마트폰을 소유하게 되었고, 이를 활용해 일상생활을 편리하고 즐겁게 누리고 있습니다.

스마트폰이 갑자기 사라져버린다면 어떨까요? 아마도 그런 삶은 상상조차 할 수 없을 것입니다. 스마트폰의 활용은 우리에게 편리함을 주었지만 그와 함께 오남용과 중독이라는 부작용도 주었습니다. 이를 해결하기 위해서는 어떻게 해야 할까요?

많은 학교에서는 주로 스마트폰을 등교와 동시에 수거하여 보관하여 학생들의 스마트폰 활용을 억제합니다. 물론 이에 순종하는 학생도 있지만 일부 학생은 자신이 실제 사용하지 않는 스마트폰을 제출하여 이를 피해가 버립니다.

가정에서도 학생들이 스마트폰 활용을 억제하기 위해 스마트폰을 사주지 않거나 스마트폰을 남용할 경우 스마트폰을 압수하기도 합니다. 하지만 일부 학생의 경우 친구 스마트폰을 빌려 자신의 스마트폰보다 오히려 더 많이 사용하는 경우도 있다고 합니다.

그럼 이를 해결하기 위해서는 어떻게 하는 것이 좋을까요? 무조건 사용을 억제하는 것보다는 학생이 스스로 자신의 활용 시간을 살피고 스마트폰 활용을 자발적으로 제어하는 것이 효과가 더욱 높을 것입니다.

이를 위해 본교에서는 스마트폰 사용을 강제로 억제하기 보다는 스마트폰을 올바르게 건전하게 활용하고 있는지 돌아보고, 스마트폰을 어떻게 하면 올바르게 활용할 수 있는 방법을 학습하고, 자신의 스마트폰 활용을 되돌아볼 수 있는 기회를 마련해주기 위해 다양한 활동을 하였습니다.

II. 내용

활동 주제	활동 내용	목표	비고
사이버 안심존	사이버 안심존으로 스마트폰 활용 상황 점검	연중	희망학생
정보통신윤리 영상 상영	정보통신윤리 관련 영상 상영	3월 중 친구사랑 주간	학교방송
정보통신윤리 교육	창의적 체험활동 활용 교육	전학년	교육과정연계
정보통신윤리 주간 운영	‘올바른 스마트폰, 인터넷 활용’ 표어, 포스터 공모전	6월	교육과정 연계
	스마트폰 올바르게 활용하기 UCC대회		
	학부모, 교사 사이버 안심존 소개		
사이버 공간 지킴이 운영	학교홈페이지 선플 운동	연중	학생동아리 연계
학생 정보통신윤리 동아리 운영	‘넛지킴이’ 운영	동아리 1부서	반별 위두랑 점검
인터넷·스마트폰중독 레몬교실	스마트폰 올바르게 사용하기	6월 중 전학년	대응센터

		
사이버 안심존 활용	인터넷·스마트폰중독 레몬교실	체험활동 활용 교육
안심존을 활용해 스마트폰 활용 시간 점검 활용법을 학습했다.	전학년을 대상으로 ‘스마 트폰 올바르게 사용하기’ 란 주제로 스마트폰 중 독 예방교육을 실시했다.	창의적 체험활동시간에 사이버 폭력예방 및 정 보통신윤리교육으로 7차 시를 배정해 교육했다.

		
표어 및 배지 공모전	포스터 대회	올바르게 활용하기 UCC대회
‘스마트 페스티벌’과 연 계해 표어 및 배지 공모전을 실시했다. 우수작은 스마트폰 중독 예방 캠페인 때 어깨띠 및 피켓으로 제작해 활용했다.	총 100여명의 친구들이 올 바른 인터넷 스마트폰 활 용 습관을 함양하기 위한 포스터 대회에 참여했다.	6 학생들이 ‘스마트 폰 올바르게 활용하기’주 제에 맞는 영상을 스스로 계획해 촬영 했다 .

		
학부모, 교사 교육 교사를 대상으로 ‘인터넷 레몬교실’, ‘사이버 안심존’ 소개를 통해 인터넷, 스마트폰 중독에 대한 교육을 실시하였다.	학교홈페이지 선플 운동 학교홈페이지에 ‘칭찬합니다’ 코너를 마련해 학생들이 온라인 공간에서 선플을 다는 습관을 갖도록 했다.	‘넷지킴이’ 운영 스마트 동아리 학생들은 학습 홈페이지를 스스로 살펴, 올바른 인터넷 예절 지키기 운동을 하였습니다.

III. 결과

윤리교육 영상 상영, 올바른 스마트폰 활용을 위한 표어, 포스터 공모전, UCC만들기 대회 운영 활동은 스마트폰 오남용이 우리에게 어떤 부작용을 미치는지에 대해 생각해 보는 기회를 마련해 주었습니다.

학교 홈페이지에 만든 ‘칭찬합니다’ 코너는 인터넷에 올린 선플의 긍정적인 효과를 느낄 수 있게 도와주었으며, 학급 홈페이지 악플 정화 활동을 통해 올바른 인터넷 활용의 중요성을 알려주었습니다.

특히 학생, 학부모, 교사에게 ‘사이버 안심존’ 활용법을 알려주고, 학부모와 교사의 도움으로 학생들이 스스로 자신의 스마트폰 활용을 점검하여 스스로 스마트폰 활용에 대해 고민해볼 수 있게 하였습니다.

그 결과 학생들은 스마트폰으로 무엇을 어떻게 해야 하는 것이 좋은지 이해하였으며, ‘사이버 안심존’ 어플의 도움으로 자기주도적으로 스마트폰을 올바르게 활용할 수 있는 방법을 알아 스스로 스마트폰·인터넷 활용의 오남용을 막을 수 있도록 하였습니다.