

김기영 전공보건 합격가이드

올바른 공부
전략 방법



QMG 박문각임용

김 기 영
전 공 보 건
합 격 가 이 드

목차

- 1년 합격계획서 - 1p
- 2018학년도 보건교사 1차 기출문제해설 - 8p
- 2차 시험대비 면접특강 - 29p
- 2018학년도 전공보건 합격수기 - 37p

[1년 합격 계획서]

[순서]

1. 보건의교사 시험 구성
2. 2018년 합격 계획서
3. 교재
4. 서답형 시험
5. 학습 방법
6. 합격자 결정
7. 역대 합격률

1. 보건의교사 시험 구성

1) 한국사능력검정시험 인증

인정범위 : 한국사능력검정시험의 시험결과가 3급 이상인 시험성적에 한함.

※ 제1차 시험의 한국사 과목은 「사료의 수집·편찬 및 한국사의 보급 등에 관한 법률」 제18조에 따라 국사편찬위원회에서 주관하는 한국사 능력의 검정으로 대체하며, 이 경우 검정은 제1차 시험 예정일로부터 역산하여 **5년이 되는 해의 1월 1일 이후**에 실시된 검정으로 한정합니다.

EBS의 최태성 한국사 책 사교 강의 듣기

2) 제1차 시험

교시	1교시 : 교육학	2교시 : 전공 A		3교시 : 전공 B	
출제 분야	교육부 고시 제2015-73호 (2015.10.1.)의 [별표 2] '교직과목의 세부 이수기준'에 제시된 교직이론 과목 - 교육학개론, 교육철학 및 교육사, 교육과정, 교육평가, 교육방법 및 교육공학, 교육심리, 교육사회, 교육행정 및 교육경영, 생활지도 및 상담	교과교육학(25~35%) 교과내용학(65~75%) - 교과교육학(25~35%) 표시과목의 교과교육학(론) 및 임용시험 시행 공고일 현재 국가(교육부 등)에 의해 고시되어 있는 총론 및 교육과정까지 - 교과내용학(75~65%) 표시과목의 교과교육학(론)을 제외한 과목 ※ 비교수 교과(보건)는 교과내용학에서 100% 출제 교과내용학 : 지역사회간호학, 학교보건, 보건교육, 아동간호학, 기초간호과학, 성인간호학, 노인간호학, 응급간호학, 여성간호학, 정신간호학			
시험 시간	60분 (09:00~10:00)	90분 (10:40~12:10)		90분 (12:50~14:20)	
문항 유형	논술형	기입형	서술형	서술형	논술형
문항수(배점)	1문항 (20점)	8문항 (2점)	6문항 (4점)	5문항 (4점)	2문항 (5점) 1문항 (10점)
교시별 배점	20점	16점	24점	20점	10점 10점
교시별 문항수 (배점)	1문항 (20점)	14문항 (40점)		8문항 (40점)	

[1년 합격 계획서]

17~18년 과목별 문항 비중

과목	17년 문항 수	17년 비중	18년 문항 수	18년 비중	평균 비중
지역사회간호학	4문항	18%	5문항	23%	18~23%
학교보건	1문항	4%	0문항	0%	4%
보건교육	2문항	9%	1문항	4%	4~9%
아동간호학	3문항	14%	4문항	18%	4~18%
기초간호과학	0문항	0%	0문항	0%	0~4%
성인간호학	2문항	9%	4문항	18%	9~18%
노인간호학	0문항	0%	0문항	0%	0~4%
응급간호학	1문항	4%	0문항	0%	0~4%
여성간호학	4문항	18%	4문항	18%	9~18%
정신간호학	5문항	23%	4문항	18%	9~23%

3) 제2차 시험

시험 과목	출제 범위 및 내용	배 점			비고
		일반교과	실기·실험교과	비교수교과	
교직적성 심층면접	○ 교원으로서의 적성, 교직원, 인격 및 소양 ○ 학생과의 소통·지도능력 [외국어 과목은 일정 부분을 해당 외국어로 실시]	40	40	100	
교수·학습 지도안작성	○ 교수·학습 지도안 작성 [외국어 과목은 해당 외국어로 실시]	15	10	.	비교수 교과 제외
수업실연	○ 수업실연 [외국어 과목은 해당 외국어로 실시]	45	20	.	비교수 교과 제외
실기·실험 평가	음악	별도 출제범위 및 내용 참조			해당 교과
	미술	별도 출제범위 및 내용 참조			
	체육	별도 출제범위 및 내용 참조			
	전문계교과	별도 출제범위 및 내용 참조			
	과학교과	전공별 해당교과에 대한 탐구주제 수행능력 평가 ※ 물리, 화학, 생물, 지구과학			
※ 세부 평가내용은 제1차 시험 합격자 발표 시 공고함					
계(배점)		100	100	100	

※ 교과 구분

일반 교과 : 중등학교 표시과목(특수 포함)

비교수 교과 : 보건, 전문상담, 영양

실기·실험평가 교과 : 예체능 교과(체육, 음악, 미술), 과학 교과(물리, 화학, 생물, 지구과학), 전문계 교과(전기·전자·통신, 기계·금속, 화공·섬유, 상업정보, 조리, 디자인·공예)

※ 참고 사이트

출제 범위 및 내용 : 국가법령정보센터(www.law.go.kr), 한국교육과정평가원(www.kice.re.kr)

교육과정 및 교과서 : 국가교육과정정보센터(www.ncic.go.kr), 교과서민원바로처리센터(www.textbook114.com)

[1년 합격 계획서]



2. 2018년 합격 계획서

1~6월	주 2회 수업		1월	아동간호학, 기초간호과학
	금요일 이론 (9:00AM ~ 6:00PM)	이론 교재 (개강 1월 12일)	2월	성인간호학
수요일 기출 문풀 (8:00AM ~ 4:00PM)	기출 문제를 서답형 문제로 풀고 암기 (개강 1월 17일)	3월	성인간호학, 응급간호학, 노인간호학	
		4월	모성간호학, 정신간호학	
		5월	정신간호학, 보건교육, 지역사회간호학	
		6월	지역사회간호학, 학교보건	
7~9월	금요일 문풀 (9:00AM ~ 6:00PM)	주 1회 수업 ° 영역별 서답형(기입형, 서술형, 논술형) 문제 풀이	적중률과 합격률이 높은 수업의 장점 1 기입형, 서술형, 논술형에 맞는 모든 영역을 다룬다 2 이해와 암기를 시키는 강의를 한다	
10~11월	금요일 문풀 (9:00AM ~ 6:00PM)	주 1회 수업 ° 실전 서답형(기입형, 서술형, 논술형) 문제 풀이		

3. 교재

이론 교재	김기영 보건교사 I, II, III, IV (미래가치)	서답형 시험 제도에 맞춰 핵심 개념의 구조화
		각 과목 당 2개 이상 각론 정리
		그림을 넣어 개념에 대한 이해
		국가고시, 임용고시 출제 년도 기입하여 중요성 인식
임용고시 기출 문제집	김기영 보건교사 기출문제집 (미래가치)	기입형, 서술형, 논술형에 맞는 답안 제시
암기카드	김기영 보건교사 암기노트 상, 하 (미래가치)	수강생에게 판매하며 1~6월 기출 문제와 구조화된 해답을 옆에 실어 문제를 보고 답을 연상하고 해답을 확인하여 암기를 높이기 위한 교재 암기노트 상은 4월 말에 하는 7월 말에 출간 예정
추천각론서	성인간호학	성인간호학:수문사(김금순 외)
	아동간호학	아동간호학:현문사(김영혜 외)
	여성간호학	여성건강간호학 I, II:수문사(여성건강간호교과연구회)
	정신간호학	실무중심의 정신건강간호학 상, 하권:현문사(박현숙 외)
	건강사정	건강검진:정문각(김명자 외)
	지역사회간호학	지역사회간호학 총론, 분야별:현문사(왕명자 외)
	학교보건	학교보건:현문사(양경희 외) 새로운 학교보건:계축문화사(정문희 외)
	보건교육학	보건교육학:수문사(신유선 외) 보건교육학: 메디컬코리아(안옥희 외)

이론 교재와 임용고시 기출 문제집은 수업에 사용하여 꼭 필요하고 암기노트는 자습용이고 추천 각론서는 사지 않아도 되나 자세히 더 학습하기 원하면 자습용으로 사세요

4. 서답형 시험

1) 기입형

기입형은 전공 학문에 대한 지식이나 이해의 수준, 적용 능력 등을 측정하는 문항 형식이다.

기입형은 문항에서 요구하는 답을 핵심어나 핵심 어구 등으로 작성하는 경우나 계산 문항 등에서 사용할 수 있다.

완성형과 단답형을 기입형 문항으로 출제한다.

완성형이란 질문을 위한 문장의 처음, 중간 또는 끝에 여백을 두어 응답을 유도하는 문항 형식이며, 단답형이란 질문에 대해 짧은 단어, 구, 절 혹은 수, 기호 등 제한된 형태로 답하는 형식이다.

구: 주술관계(主述關係)가 나타나지 않은 두 단어 이상의 통합체이다. ex 첫 방학, 가을 아침 하늘

절(節): 주어와 서술어를 갖춘 두개 이상의 단어가 통합체이나 그 자체로 독립된 문장을 이루지 못하고 더 큰 어떤 문장의 일부를 이루고 있다. ex '날씨가 선선해지니 확실히 공부가 잘 된다'

ex 1. 개념의 단어를 쓰시오.

2. 이유(근거)를 쓰시오.

2) 서술형

서술형은 문제 인식, 추리, 예상, 결론 도출, 인과관계, 상관관계, 문제해결 과정 등의 사고 능력을 측정하며 문장 형태의 답안을 요구하는 문항 형식이다.

서술형은 기입형 문항보다 심층적이거나 상세한 내용을 물을 때 사용할 수 있다.

상기의 사고 과정을 바탕으로 한 응답 결과를 1~3문장 정도로 기술하는 문항을 서술형으로 출제한다.

문장: 생각이나 감정을 말로 표현할 때 완결된 내용을 나타낸다.

ex 1. 4개를 쓰라고 하면 4개가 각 각 다른 개념을 쓰고 각 개념은 기전이나 근거가 명확해야 한다

2. 비교하라는 질문에 비교하려는 A와 B의 차이점, 유사점을 A와 B를 함께 기술하며 비교한다.

3) 논술형

논술형은 논리적 기술 능력, 분석 능력, 비판 능력, 문제해결 능력, 창의력 등 고차적이고 종합적인 사고 능력을 측정하는 문항 형식이다.

논술형은 답안을 논리적이고 설득력 있게 조직,작성해야 할 때 사용할 수 있다.

ex

1. 질문을 정확히 이해하여 질문의 내용에 대해 자세히 기술한다

2. 사례에 나타나는 증상을 연결하여 적용하여 개념이나 간호를 기술한다

사례의 증상을 간호로 해결한다

3. 사례에 나온 현상을 근거와 연결하여 기술한다

5. 학습 방법

1) 이해

문장에 대한 독해력으로 문장을 이해해야 한다.

암기는 이해를 바탕으로 하지 않으면 안되니 이해를 꼭 해야한다

어려운 개념은 이해가 제대로 되지 않은 상태에서 외우기 때문에 기억이 오래가지 못한다

어려운 개념이나 단어는 사전을 찾아보아 꼭 이해한다.

이해되지 않는 부분은 각론이나 구글이나 네이버 검색을 한다.

구글이나 네이버 검색에서 공식적인 사이트로 국가 질병본부, 서울대 병원 등에서 정보를 얻는다

공식적인 검색 사이트가 아닌 곳에 잘못된 정보가 있다.

2) 구조화

암기를 위해서는 키워드, 구조화, 흐름이 있어야 한다

읽기만 하지 말고 읽고 이해한 부분을 내가 구조화하며 키워드로 빈 공책에 쓴다
능동적 행동인 쓰기를 해야 한다.

텍스트의 요약을 써보기, 그림, 끄적거기, 개념도로 학습은 강화된다.

정보를 적절히 가공하는 것이 출력을 실행하기 위한 유일한 방법이다.

3) 인출

암기 양이 방대하기 때문에 뒤죽 박죽 섞여지면 안된다

하루 암기한 부분은 실제 암기되었는지 확인받는다

가족, 스터디원, 친구에게 질문하게 하고 대답한다

주위에 할 만한 사람이 없으면 문제를 보고 대답하고 정답을 확인한다

자신이 공부한 내용을 점검하는 시험을 많이 하는 것이다.

눈으로만 보고 머릿속에서 떠올리면 바로 공부를 끝내는 경우가 있는데 공부가 끝나고 나면 기억을 못하는 경우가 많다.

금방 암기한 것이라도 연습문제들을 풀어 봄으로써 정확히 암기한 것을 확인하여 자기 것으로 만든다.

공부 마무리에는 이전에 공부했던 부분을 다시 읽는 복습(다시 읽기)이 아니라, 대신 배운 내용의 문제에 답을 쓰는 것(시험보기)부터 시작한다.

[1년 합격 계획서]



6. 합격자 결정

1) 공립(국립 포함)

구 분	합격자의 결정
제1차 시험	<ul style="list-style-type: none"> ○ 제1차 시험의 합격자는 각 과목 만점의 40퍼센트 이상을 득점한 사람 중에서 제1차 시험(교육학, 전공)의 성적과 8번 항목의 가산점, 9번 항목의 취업지원대상자 가점을 합산한 점수가 높은 사람부터 차례로 결정한다. ○ 합격자 수는 과목별 선발예정인원의 1.5배수로 한다.(단, 소수점 이하는 절상함) ○ 합격선에 동점자가 있을 경우 동점자 전원을 합격 처리한다.
최종 합격자	<ul style="list-style-type: none"> ○ 제1차 시험의 성적(취업지원대상자 가점 포함), 제2차 시험의 성적(취업지원대상자 가점 포함)을 합산한 점수가 높은 사람부터 차례로 결정한다. ※ 제1차 시험의 성적은 가산점을 제외한 교육학, 전공 시험성적임 ○ 합격자 수는 선발예정과목별 선발예정인원 이내로 한다. ○ 동점자가 있을 경우에는 다음 순으로 한다. <ul style="list-style-type: none"> - 1순위 : 취업지원 대상자 - 2순위 : 제2차 시험의 성적(가점 제외)이 높은 사람 - 3순위 : 병역의무를 마친 사람 - 4순위 : 수업실연(제2차 시험) 성적이 높은 사람 - 5순위 : 교직적성 심층면접(제2차 시험) 성적이 높은 사람 - 6순위 : 전공(제1차 시험) 성적이 높은 사람 - 7순위 : 교육학(제1차 시험) 성적이 높은 사람
<p>※ 제1차 시험(교육학, 전공)의 성적이 각 과목별 해당 배점의 40퍼센트 미만(과락)인 사람 및 각 시험 전형별(단계별), 과목별 미응시(결시)한 사람은 합격자 사정에서 제외합니다.</p> <p>※ 모든 시험성적은 소수점이하 셋째자리에서 반올림합니다.</p>	

2) 사립

1) 제1차시험 : 서울특별시교육청(공립)과 동일한 방법으로 하되, 합격자 수는 과목별 선발 예정인원의 3~7배수로 합니다.

【학교법인별 선발배수 요청 인원으로 함】

2) 제2차시험 : 해당 법인에서 자체적으로 결정합니다.

[1년 합격 계획서]



7. 역대 합격률

2010년	수강생 67% 1차 합격
2012년	7~10월 수강생 50% 1차 합격 11월 2차 강의 수강생 100% 2차 합격
2013년	7~10월 수강생 50% 1차 합격 7~8월 2차 강의 직강 수강생 100% 2차 합격 7~10월 수강생 44% 최종 합격 수석합격 4분: 부산 초등, 경남, 강원도, 경기 초등 차석합격 3분: 부산 초등, 광주, 인천
2014년	7~11월 문풀 직강생 35명 중 21명이 최종 합격으로 직강생의 60%가 최종 합격하였습니다 7~11월 문풀 직강생 35명 중 25명이 1차 합격으로 직강생의 71%가 1차 합격하였습니다 수석 합격 7분: 서울 중등, 경기초등, 인천, 대전, 부산초등, 경북, 전남 초시 차석 합격 4분: 서울차석, 인천 차석, 경남, 충남초등
2015년	수석 합격 4분: 부산초등, 경기초등, 강원+초시, 대전 차석 합격 3분: 인천+초시, 대전, 경북 교육청에서 수석, 차석을 알려주지 않아서 알게 된 곳만 집계했어요
2016년	수석차석3등 11분 수석 합격 5분: 경기중등, 부산초등, 전북, 전남, 울산 차석 합격 2분: 전북, 경남 3등 4분: 경기중등, 경북, 광주, 강원도 서울은 수석, 차석을 알려 주지 않아서 제외되었어요. 경기초등 합격자분들 중 김기영보건 수강생이 최다합격 부산초등 합격자분들 중 김기영보건 수강생이 최다합격

A형

1.

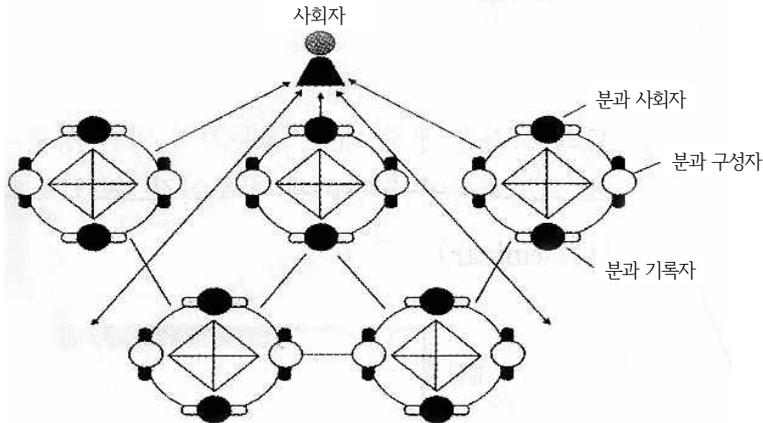
㉠ 배심토의(패널토의)

㉡ 분단토의(버즈토의)

배심토의(패널토의, Panel discussion)

4~7명 전문가(배심원)가 토의될 주제에 2~3분 다른 의견을 발표하고 다양한 의견을 교환하며 사회자는 문제의 소개, 대립의견을 청중에게 설명하여 토의를 유도하고 적당한 때 청중을 토의에 참가시켜 질문, 발언의 기회를 제공한다.

분단토의



‘와글와글 학습법’, 전체 참가자를 제한된 시간 내 소그룹으로 나누어 토론하고 다시 전체 토의 시간을 가져 의견을 상호 교환하며 전체 의견을 반영해야 하거나 분위기가 침체되었을 때 실시한다.

2.

㉠ 제3군감염병

㉡ 인공능동면역

제3군감염병

정의	간헐적으로 유행할 가능성이 있어 계속 그 발생을 감시하고 방역대책의 수립이 필요한 감염병 결핵 → 매독, 후천성면역결핍증 → 인플루엔자 → 말라리아, 성홍열, 브루셀라증 → 공수병, 크로이츠펠트-야콥병 → 발진열, 발진티푸스 → 신증후군출혈열 → 비브리오패혈증 → 탄저, 한센병 → 찻가무시증 → 레지오넬라증, 렙토스피라증 → 수막구균성수막염
종류 국시 13, 16	말라리아 국시 17, 매독 결핵, 인플루엔자, 레지오넬라증 한센병, 후천성면역결핍증 성홍열, 수막구균성수막염 찻가무시증, 신증후군출혈열, 렙토스피라증 비브리오패혈증, 브루셀라증, 발진티푸스, 발진열 탄저, 공수병 크로이츠펠트-야콥병(CJD) 및 변종크로이츠펠트-야콥병(vCJD : 광우병에 걸린 소의 부산물 섭취) 비브리오패혈증 : 비브리오크균에 오염된 어패류 생식으로 나타나는 급성질환

[2018학년도 보건교사 1차 기출문제 해설]



면역의 종류 **국시 00, 02, 06 / 임용 99**

능동면역	기전	자연발생적으로나 인위적 예방접종으로 신체에 침입한 특정항원에 자신의 면역계의 힘으로 능동적으로 면역반응을 유발하여 특이항체를 형성		
	자연능동면역 광주 05	기전	자연발생적으로 신체에 침입한 특정항원에 자신의 면역계의 힘으로 능동적으로 면역반응을 유발 하여 특이항체를 형성	
		예	수두바이러스	
	인공능동면역	기전	인위적 예방접종으로 신체에 침입한 특정항원에 자신의 면역계의 힘으로 능동적으로 면역반응을 유발 하여 특이항체를 형성	
예 부산 04 / 충남 05		생백신(구강 소아마비, BCG, MMR) 사균백신(DPT, 주사용 장티푸스) 독소이드(Td, 파상풍, 디프테리아)		
수동면역	특징	즉각적	수동면역은 침범한 특이항원에 즉각적 방어 제공	
		일시적	항체는 이물질로 신체는 항체를 비자기로 인식하고 빠르게 제거하여 효과가 일시적으로 단기간만 작용	
	자연수동면역 국시 02	기전	인체가 항원과 전혀 접촉이 없음에도 자연적으로 형성된 면역 반응이다.	
		예 국시 13	태반	태아가 태반을 통해 모체로부터 항체(IgG)를 받는다.
		초유, 모유	초유나 모유를 통해서 항체(IgA)를 전달받아 면역을 갖는다.	
	인공수동면역	기전 국시 06	다른 사람, 동물에서 만들어진 항체, 항독소를 체내에 주입하여 면역이 생기는 것	
예		면역 글로불린 국시 17	회복기 pt 혈청, 면역 혈청에서 나온 감마글로불린, HBIG	
		항독소	파상풍, 독사에게 물린 경우 항독소 적용	

3.
 ㉠ 모자보건법
 ㉡ 전염성 질환

모자보건법 제14조, 제15조(인공임신중절수술의 허용한계)

임신 24주 이내	의사는 본인과 배우자의 동의를 받아 인공임신중절수술은 임신 24주 이내인 사람만 할 수 있다. cf) 인공 유산의 정의: 임신 20주 전 의도적 임신의 종결						
우생학적, 유전학적 정신장애나 신체질환	본인이나 배우자가 대통령령으로 정하는 우생학적, 유전학적 정신장애나 신체질환이 있는 경우 연골무형성증, 낭성섬유증, 그 밖의 유전성 질환으로 그 질환이 태아에 미치는 위험성이 높은 질환 우생학적: 유전적 요소가 후대의 형질에 미치는 영향						
전염성 질환	본인이나 배우자가 전염성 질환으로 풍진, 독소플라스마증, 의학적으로 태아에 미치는 위험성이 높은 전염성 질환 <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <th colspan="2">독소플라스마증</th> </tr> <tr> <td>정의</td> <td>toxoplasma 원충 감염증, 선천성 기형 유발</td> </tr> <tr> <td>예방</td> <td>날고기를 피하고 감염된 고양이에게 노출하지 않음</td> </tr> </table>	독소플라스마증		정의	toxoplasma 원충 감염증, 선천성 기형 유발	예방	날고기를 피하고 감염된 고양이에게 노출하지 않음
독소플라스마증							
정의	toxoplasma 원충 감염증, 선천성 기형 유발						
예방	날고기를 피하고 감염된 고양이에게 노출하지 않음						
모체 건강 위협	임신의 지속이 보건 의학적 이유로 모체의 건강을 심각하게 해치거나 해칠 우려						
강간 또는 준강간	강간 또는 준강간에 의하여 임신 준강간: 저능, 장애자, 정신질환자, 술에 만취되어 의식불명 등 항거 불능의 상태를 이용하여 강간 또는 추행						
혈족 또는 인척 간 임신	법률상 혼인할 수 없는 혈족 또는 인척 간 임신						

4.
 ㉠ A군 β 용혈성 연쇄상구균
 ㉡ 체액과다
 급성 사구체 신염
 병태생리

항원-항체 면역복합체	상부 호흡기 감염(편도선염, 인후염), 피부감염에 의해 형성된 A군 β 용혈성 연쇄상구균의 항원에 항체가 항원-항체 면역복합체가 혈액을 순환하다 신장의 사구체막에서 항원-항체 면역복합체가 침전
사구체 염증반응	항원-항체 면역복합체가 사구체 기저막에 자리를 잡고 염증반응을 일으켜 사구체 신염 발생
신장 기능 저하	사구체의 염증반응과 사구체의 반흔으로 모세혈관이 막혀 혈액을 여과할 수 없고 수분이 축적되어 부종과 단백뇨를 보인다. 사구체막의 투과도를 방해하여 적혈구, 원주체, 단백질을 소변으로 통과시킨다. 대사 산물을 배설하는 능력인 신장의 기능이 저하된다.

간호계획

I/O	수분섭취량과 배설량을 측정한다.
체중	체중은 매일 같은 시간에 같은 체중기, 같은 옷으로 측정한다. 체중 측정 시 다양한 요인에 의해 달라질 수 있어 오차의 위험성을 최소화한다.
부종	
복부 둘레	복수 정도를 파악하기 위해 매일 복부 둘레를 측정한다.
혈압	혈압을 측정한다.
효과	I/O, 체중, 부종, 복부 둘레, 혈압으로 체액 과다를 평가한다.

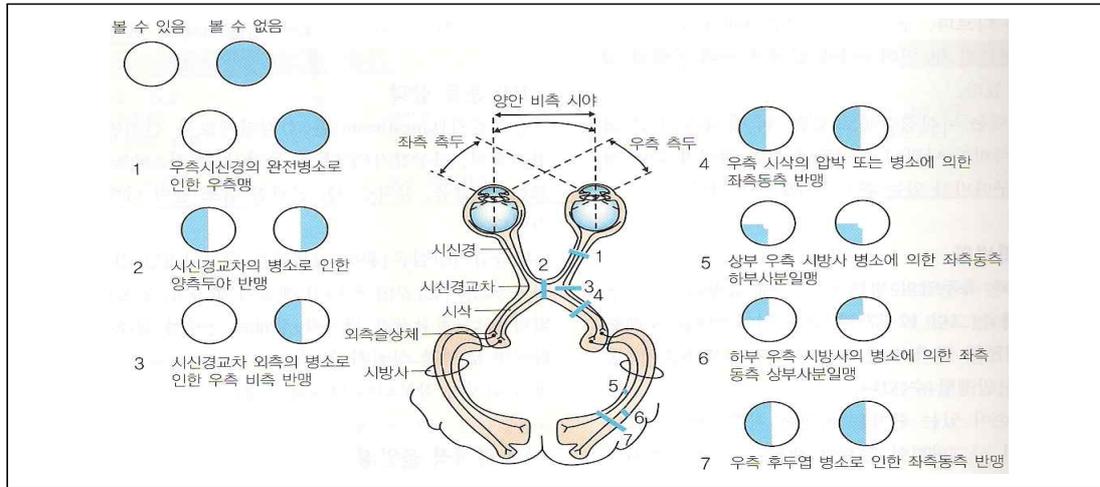
5.
 ㉠ 연합 놀이
 ㉡ 평행 놀이

놀이 단계

방관적 놀이	신생아기	다른 아동들의 상호작용하는 것을 구경만 하는 주시하는 능동적 관심은 있지만 놀이에 참여하지 않는다.
단독놀이	영아기	다른 아동들이 사용하는 것과 다른 장난감을 이용하여 혼자 논다. 다른 아동들이 있는 것을 좋아하지만 가까이 다가가거나 말을 걸지 않는다.
평행놀이	유아기	각자 따로 개인적 계획 하에 놀면서 평행놀이를 한다. 혼자 놀기는 하지만 다른 아동들과 함께 옆에서 논다. 주위의 다른 아동들과 같은 장난감으로 놀지만 어울려서 놀지 않고 서로 간에 영향을 주고받지 않고 단체로 연합하여 놀지 않는다.
연합놀이	학령전기 국시 03	공동의 목표는 없지만 함께 어울려 노는 것으로 같이 놀면서 한 아동이 어떤 행위를 시작하면 나머지 아동들도 따라서 행동하는 비슷한 행위를 하지만, 통솔자 설정, 단체 목표, 업무 분담이 없다. 자기가 원하는 대로 행동하며 서로 놀이기구를 빌려주거나 빌리고 서로 따라다니고 누구를 놀이 그룹에 포함시켜 줄 것인가를 시도한다.
협동놀이	학령기 국시 12	다른 아동들과 함께 단체 내에서 놀이가 이루어져 통솔자를 설정하여 리더와 구성원들간의 관계를 수립하여 목표를 정하고 목표를 완수하기 위하여 계획, 토론, 활동 조직, 업무 분담, 역할 수행을 한다.

- 6.

- ㉠ 시신경교차
- ㉡ 좌측동측 반맹



시도와 관련된 시야결손

7.

- ㉠ IgE
- ㉡ 비충혈 제거제(혈관 수축성 충혈제거제, 비점막 수축제, ephedrine, pseudoephedrine, racemic epinephrine, phenylpropanolamine)

알레르기 비염

병태생리 국시 03

항원, 항체	꽃가루, 먼지의 알레르겐이 비점막에 유입되면 항원에 대한 IgE 항체 생산
비만세포 탈과립	비점막하 비만세포(mast cell)에 있는 IgE수용체에 항원, 항체 면역복합체가 결합하여 비만세포가 탈과립 되어 히스타민, 브라디키닌, 루코트리엔 방출
증상유발	히스타민, 브라디키닌, 루코트리엔은 비점막의 모세혈관 확장, 혈관의 투과성 증가로 부종 유발로 비강 충혈은 비점막을 좁게 하여 코막힘 증상과 코가 가렵고, 재채기와 비점막의 분비선 자극으로 콧물 증상

비강 흡입용 비충혈 제거제(혈관 수축성 충혈제거제, 비점막 수축제)

작용	비혈관에 있는 알파(α)-아드레날린성 수용체에 직접 작용하여 비점막에 혈관 수축 유발과 모세혈관 투과성을 감소시켜 비강 점막을 수축시키고 부종을 완화시켜 비강 통로를 넓혀 코막힘을 완화 콧물, 소양감, 재채기에 효과가 없다.
종류	ephedrine, pseudoephedrine, racemic epinephrine, phenylpropanolamine cf) β ₂ 교감 신경 항진제는 천식에서 쓰나 알레르기성 비염의 치료제는 아니다.

간호

단기간 사용	심한 코막힘 증상에 다른 약제를 사용하기 전 2~3일 단기간 사용 반동성 비출혈은 약물 유발성 비염이며 충혈제거제를 계속 사용 시 반발 작용으로 코의 점막이 부어올라 코막힘이 심해져 4~5일 이상 사용하지 않음 과다 사용은 비강충혈을 다시 일으키고 증상이 악화됨
--------	--

8.

[2018학년도 보건교사 1차 기출문제 해설]



㉠ 파괴적 기분조절장애(파괴적 기분조절부전장애)

㉡ 선택적 함구증

파괴적 기분조절부전장애의 DSM-5 진단 기준

분노발작	고도의 재발성 분노발작이 언어적(예: 폭언)또는 행동적(예: 사람이나 사물에 대한 물리적 공격성)으로 나타나며, 상황이나 도발 자극에 비해 그 강도나 지속시간이 극도로 비정상적이다(A). 분노 발작이 발달 수준에 부합하지 않는다. 분노발작이 평균적으로 일주일에 3회 이상 발생한다.
기분 과민	분노발작 사이의 기분이 지속적으로 과민하거나 거의 매일, 하루 중 대부분의 시간 동안 화가 나 있으며, 이것이 객관적으로 관찰될 수 있다. (예: 부모, 선생님, 또래 집단)
12개월 이상	위 증상이 12개월 이상 지속되며, 위에 해당하는 모든 증상이 없는 기간이 연속 3개월 이상 되지 않는다.
두 군데 이상	위 증상이 세 환경(예: 가정, 학교, 또래 집단) 중 최소 두 군데 이상에서 나타나며 최소한 군데에서는 고도의 증상을 보인다.
10세 이전	이 진단은 6세 이전 또는 18세 이후에 처음으로 진단될 수 없다. 과거력 또는 객관적인 관찰에 의하면 위 증상 발생이 10세 이전이다.
조증 또는 경조증 제외	진단기준 A를 만족하는 기간을 제외하고 양극성장애의 조증 또는 경조증 삽화의 모든 진단기준을 만족하는 뚜렷한 기간이 1일 이상 있지 않아야 한다. 주의점: 매우 긍정적인 사건 또는 이에 대한 기대로 인한 전후 맥락에 맞게, 발달적으로 적절한 기분의 고조는 조증 또는 경조증의 증상으로 고려되지 않아야 한다.
정신질환 제외	이러한 행동이 주요우울 삽화 중에만 나타나서는 안 되며, 다른 정신질환 [예: 자폐스펙트럼 장애, 외상 후 스트레스장애, 분리불안장애, 지속성 우울장애(기분저하증)] 으로 더 잘 설명되지 않는다. 주의점: 이 진단은 적대적 반항장애, 간헐적 폭발장애 또는 양극성장애와 동반이환 할 수 없으나, 주요우울장애, 주의력결핍 과잉행동장애, 품행장애, 물질사용장애와는 동반이환 할 수 있다. 파괴적 기분조절부전장애와 적대적 반항장애의 진단기준을 모두 만족시키는 증상을 가진 경우 파괴적 기분조절 부전장애만 진단을 내려야 한다. 만일 조증 또는 경조증 삽화를 경험했다면 파괴적 기분조절부전장애의 진단을 내리서는 안 된다.
물질 제외	증상이 물질의 생리적 효과나 다른 의학적 또는 신경학적 상태로 인한 것이 아니다.

선택적 함구증

정의

부모, 형제와 같이 가까운 사람과는 말을 하는데 아무 문제가 없지만 밖에서 딴 사람하고는 말을 하지 않는다.

불안장애	공황장애			
	광장공포증			
	사회공포증(사회적 불안장애)			
	특정공포증(공포장애)			
	범불안장애			
	분리불안장애: 학교공포증			
	선택적 함구증			
기분장애	양극성 장애	양극성장애 I형(Bipolar I disorder)	조증삽화(±주요우울삽화)	
		양극성장애 II형(Bipolar II disorder)	경조증 + 주요우울삽화	
		순환성 기분장애	경조증 + 지속성 우울장애 조증삽화, 주요우울삽화가 없어야 한다.	
	우울장애	주요 우울장애	활성기 증상(5가지 이상)이 2주 이상 지속	
		지속성 우울장애 (기분저하장애)	경미한 우울증상(2가지 이상) 2년 이상 지속	
		파괴적 기분조절장애(파괴적 기분조절부전장애)	지속적인 심한 이자극성과 좌절에 대한 반응으로 언어적 또는 행동적 공격적인 분노발작이다.	
		월경전 불쾌감 장애(월경 전 불쾌장애)	생리 시작 1주 전부터 발생하여 서서히 증가하여 생리 시작 직전에 최고조에 이르고 생리 시작과 함께 완화되어 빨리 소실된다.	

9.

㉠은 고령화(65세 이상 노인 인구가 7%이상일 때) ㉡은 고령(65세 이상 노인 인구가 14%이상일 때)

A지역의 2010년 노년부양비는 (65세 이상 인구/15~64세 인구) x 100로 (1,600/8,000) x 100=20 이고 2050년 노년부양비는 (3,600/6,000) x 100=60이다. 이는 생산연령층인 15~64세 인구수 100명에 대해 부양대상인 15~64세 인구수가 2010년에는 20명 이었으나 2050년에는 60명으로 3배 증가하였다.

2010년 노령화지수는 (65세 이상 인구/0~14세 인구) x 100로 (1,600/2,000) x 100=80 이고 2050년 노령화지수는 (3,600/1,200) x 100=300이다. 이는 0~14세 인구수 100명에 대해 65세 이상 인구수가 2010년에는 80명 이었으나 2050년에는 300명으로 3.7배 증가하였다.

인구 고령화 분류 국시 07

고령화 사회	65세 이상 노인인구가 7% 이상 우리나라는 현재 7%를 초과해 고령화 사회에 진입
고령 사회	65세 이상 노인인구가 14% 이상
초고령 사회 공무원 10	65세 이상 노인인구가 20% 이상

부양비 **국시 97**

정의	지역사회 인구 중 생산연령층인 15~64세 인구수에 대한 부양대상 인구인 0~14세와 65세 이상 인구에 대한 비율
총 부양비 국시 04	$\frac{0\sim14\text{세 인구 수} + 65\text{세 이상}}{15\sim64\text{세 인구수}} \times 100$
유년 부양비 국시 14	$\frac{0\sim14\text{세 인구수}}{15\sim64\text{세 인구수}} \times 100$
노년 부양비 국시 01 / 서울 09 / 공무원 09	$\frac{65\text{세 이상 인구수}}{15\sim64\text{세 인구수}} \times 100$

노령화지수 **국시 04, 13, 16 / 서울 09**

정의	지역사회의 노인인구 비율을 나타내는 지표로 사회, 경제적인 면에서 큰 의미를 가지고 있는 연령 지수
공식	$\frac{65\text{세 이상 인구수}}{0\sim14\text{세 인구수}} \times 100$

10. ㉠은 갈레이지 징후(알리스 징후)이고 ㉡ 초기 치료로 관골 안에 대퇴두부를 고정시킬 수 있다. 탈구를 방지하면 대퇴골두부의 무혈성 괴사, 관골구와 형성이상, 퇴행성 관절염, 고관절통, 파행보행을 유발한다. ㉢의 방법은 대퇴 상단을 축지하면서 탈구측 하지를 하방으로 잡아 당기거나 상방으로 밀어 올린다. 양성 소견은 대퇴 상단이 비정상적으로 하강 또는 상승 운동이 축지된다.

발달성 고관절 형성이상, 선천성 고관절 탈구

진단 검사 **국시 99, 03, 07, 14**

대퇴 내측 피부주름 검사	방법	하지의 둔부 부위와 대퇴 내측 관찰
	결과	대퇴부가 짧아 둔부, 서혜부, 대퇴 내측에 비대칭적 피부주름 형성
대퇴부 단축	방법	뚜렷한 대퇴의 짧음 증상이 있다.
	결과	대퇴두부가 밖으로 탈구되어 대퇴부가 짧다.
갈레이지 (Galleazzi) 징후 (알리스 Allis 징후)	방법	아동을 눕힌 상태에서 무릎을 세우면 무릎의 높이가 정상 부위와 차이
	결과	탈구된 쪽 무릎관절은 짧다.
외전제한	방법	아기를 눕힌 상태에서 대퇴관절과 슬관절을 90도 굴곡시킨 상태에서 양쪽 고관절을 중앙선으로부터 바닥을 향해 외전시킨다. 외전 : 정중면에서 떨어져 가는 운동
	결과	탈구가 있는 대퇴관절의 외전 제한 정상적으로 고관절은 적어도 65도 외전되며, 외전의 정도는 양쪽 면이 대칭이다.
	시기	생후 6주 이후 검사 : 모체에서 분비된 relaxin이 남아 6주 이후에 의의가 있다.

오토라니 (Ortolani) 검사	방법	고관절 외전 제한(98), 내측 대퇴부 피부 주름의 비대칭(98, 96) 및 대퇴부 단축	
	결과	탈구된 골두를 정복시키는 검사로 신생아를 눕힌 후 대퇴관절과 슬관절을 90도 굴곡시키고 외전시키면서 내측으로 밀어 올린다.	
발로우 (Barlow) 검사	방법	탈구를 유도하여 진단 검사로 신생아를 눕힌 상태에서 대퇴관절과 슬관절을 90도 굴곡시키고 내전시키면서 외측으로 밀어내린다. 내전 : 정중면으로 가까워지는 운동	
	결과	고관절이 '뚝'하며 고관절이 탈구	
트렌덴렌버그 (Trendelenburg) 징후	방법	탈구된 다리를 지지하여 선 상태에서 정상 다리를 든다.	
	결과	정상 다리 쪽 골반이 아래로 처진다.	
피스톤 (Piston) 징후	방법	대퇴 상단을 촉진하면서 탈구측 하지를 하방으로 잡아 당기거나 상방으로 밀어 올린다.	
	결과	대퇴 상단이 비정상적으로 하강 또는 상승 운동이 촉진된다.	
걸음걸이	결과	단측성	걸을 때 단측성일 때 절름거리다.
		양측성	양측성일 때 걸을 때 오리 걸음으로 걷는다.



치료 국시 08

6개월 이전	방법	외전부목은 고관절과 무릎을 굴곡된 자세로 유지와 고관절을 60도 외전 시킨 상태에서 다리를 유지하도록 검사상 정상적으로 발달된 고관절이 보일 때까지 계속 사용한다.
	효과	영아초기에 진단될 때 관골 안에 대퇴두부를 고정시키는 것
6개월~18개월	연부조직 건인 → 폐쇄정복술(close reduction) → hip spica cast(석고붕대)로 3~4개월 고정 2~3주간 고관절 주위의 피부건인하고 전신 마취 하 도수 정복 후 방사선 검사에서 관절이 안정적이라고 판단될 때 석고붕대hip spica cast를 적용하고 약 3~4개월 석고붕대로 고정한다.	

예후

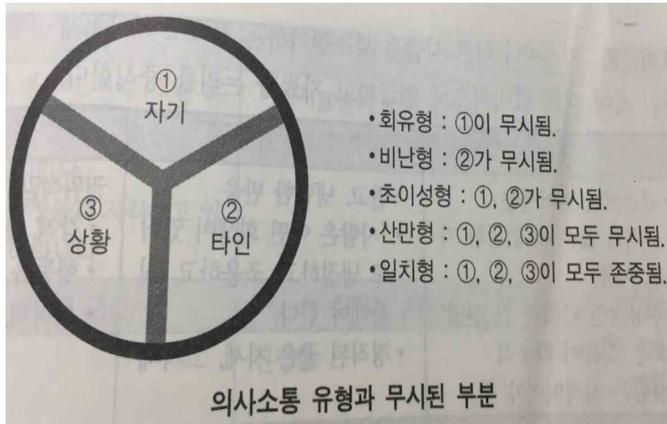
탈구를 방지하거나 부적합한 치료를 하였을 경우 대퇴골두부의 무혈성 괴사, 관골구 형성이상, 퇴행성 관절염, 고관절통, 파행보행 유발

11. 경철이와 부모님 간의 경계선은 모호한(산만한) 경계이고 가족구성원 간의 심리적 경계가 모호하여 밀착된 가족으로 서로의 생활에 지나치게 과잉개입하고 관여하여 과잉보호로 자녀인 경철의 의존성이 심해지고 지나친 소속감과 하위체계내의 분화 부족, 속박된 하위체계를 형성한다. 부모는 자녀에게 지나치게 개입하여, 자녀는 의사결정시 부모에게 의존해 결과적으로 자율성과 독립심이 부족하다. 영수의 역기능적 의사소통 유형은 회유형으로 자기의 내적 감정이나 생각을 무시하고 타인의 비위와 의견에 맞추려는 성향으로 타인의 의견에 지나치게 동조하고 비굴한 자세를 취하며, 사죄와 변명을 하며 타인과 상호작용하는 상황을 존중한다.

경계 임용 10

정의	하위체계는 가족원 사이에 접촉의 수준을 규제하고 상호작용하는 눈에 보이지 않는 경계선이 존재한다.		
명확한 경계	정의	가족이 적절하게 기능하기 위해 명확하면서 유연성 있는 경계	
	영향	권위 구조	효과적 가족 권위 구조로 부모가 자녀보다 권위와 권력이 많으며, 부모는 자녀에 책임을 갖는다. 가족구조 내 위계질서를 잡아 주어 자녀 중 나이가 많을수록 책임이 많다.
		자율성	자녀의 성장에 따라 자율성, 독립심을 보장하며 스트레스에 유연하게 대처한다.
엄격한(경직된) 경계	정의	경계선이 지나치게 엄격하고 경직되어 가족구성원 간의 감정적인 교류가 극단적으로 없는 상태로 가족들이 유리된 관계를 초래하여 친밀감, 상호작용, 의사소통, 지지, 보호기능 감소로 거리감, 소외감, 고립과 긍정적 측면에서 자율성을 길러 준다.	
모호한(산만한) 경계	정의	가족구성원 간의 심리적 경계가 모호하여 밀착된 가족으로 서로의 생활에 지나치게 과잉개입하고 관여하여 과잉보호로 의존성이 심해지고 지나친 소속감과 하위체계내의 분화 부족, 속박된 하위체계 형성	
	영향	자율성 부족	부모는 자녀에게 지나치게 개입하여, 자녀는 의사결정시 부모에게 의존해 결과적으로 자율성, 독립심 부족
		대처 기술 방해	경계에 의해 하위체계가 보호받지 못하면 하위체계 내 개인들은 대처 기술을 발달시키지 못한다. ex) 부모가 자녀들 간 갈등에 중재자 역할로 자녀들이 사회에 나갔을 때 동료 간 갈등에 대처 기술 미발달

<사티어의 역기능적 의사소통 유형>



(1) 회유형

자기의 내적 감정이나 생각을 무시하고 타인의 의견에 맞추려는 성향으로 타인의 의견에 지나치게 동조하고 비굴한 자세를 취하며, 사회와 변명을 하며 타인과 상호작용하는 상황(맥락과 여건)을 존중한다.

(2) 비난형

회유형과 정반대로 타인 무시. 자기를 강하게 보이게 하려고 타인의 가치를 격하시켜 타인의 말이나 행동을 비난하고 통제하며 명령하는데 자신과 상황에만 가치를 둔다.

(3) 초이성형

자신과 타인을 모두 무시하고 상황만을 중시한다. 규칙과 원리 원칙을 찾고, 극단적인 객관성을 보인다.

(4) 산만형

자신, 타인, 상황을 모두 무시한다. 위협에 직면하면 위협이 존재하지 않는 것처럼 행동하며, 말과 행동의 불일치나 정서적으로 혼란스러워 보인다.

(5) 일치형

의사소통 내용과 내면의 감정이 일치한다. 알아차린 감정이 언어로 정확하고 적절하게 표현된다. 자신과 타인, 상황을 파악하고 높은 심리적으로도 안정된 상태이다.

12.

잘못 기술로 첫째 방어기제는 불안으로부터 이드를 보호하기 위한 수단이 아니라 자아를 보호하기 위한 수단이다. 둘째 억제를 제외한 방어기제는 의식적인 수준이 아니라 무의식적인 수준이다.

㉞은 합리화로 사회적으로 용납될 수 없는 일, 생각, 행동, 감정의 진짜 의도를 숨기고 이기적이고 잘못된 설명이나 이유를 붙여 개인의 행동을 정당화하거나 애써 안심시키는 무의식적 기전으로 간절히 바라는 어떤 것을 이루기 어려울 때 그것의 가치를 낮추어 자존심이 손상당하거나 죄책감을 느끼는 것에서 벗어나게 해준다.

방어기전

기전

자아의 무의식에 해당되는 부분이 관장한다.

억제 국시 05

정의	바람직하지 못한 받아들이기 싫은 기억, 생각, 욕구, 충동을 의도적, 의식적으로 누르고 통제, 조절하며 없다고 억지로 생각하고 기억을 잊으려고 노력하는 의식적 방어기전	
비교 국시 04	억압	병적인 방어기제 무의식적 방어기제
	억제	성숙한 방어기제 의식적 방어기전



합리화 **임용 15**

기전 국시 05, 08	사회적으로 용납될 수 없는 일, 생각, 행동, 감정의 진짜 의도를 숨기고 이기적이고 잘못된 설명이나 이유를 붙여 개인의 행동을 정당화하거나 애써 안심시키는 무의식적 기전으로 간절히 바라는 어떤 것을 이루기 어려울 때 그것의 가치를 낮추어 자존심이 손상당하거나 죄책감을 느끼는 것에서 벗어나게 해준다.
사례	내일 시험을 앞두고 등산을 다녀온 학생이 B학점의 시험결과를 'B학점을 받고 건강한 것이 A학점을 받고 빨리 죽는 것보다 훨씬 낫다.'고 하는 것 국시 03
	이솝 우화의 신포도 이야기 반사회적 성격장애

- 13.
- ㉠의 소견으로 첫째 짧은 자궁경관의 길이(20mm 미만)와 둘째 자궁목 내구 소실과 자궁목이 넓어져 깔대기 모양이다.
- ㉡ 자궁경원형 결찰술인 쉬로드카술(맥도날드술)로 봉합사로 자궁 내경부를 봉합하여 자궁 경부를 원형으로 돌려 묶는 방법이다.
- 자궁경부 무력증(IIOC)

진단

질 초음파	짧은 자궁경관의 길이(20mm 미만)와 깔때기 모양 변화
자궁조영술 (hystero-graphy)	자궁목 내구 소실과 자궁목이 넓어져 깔대기 모양

치료

자궁경원형 결찰술 **국시 08**

방법	경관이 개대되기 전 봉합하는 쉬로드카술, 맥도날드술 봉합사로 자궁 내경부를 봉합하여 자궁 경부를 원형으로 돌려 묶는 방법
----	--

14.

- ㉠은 분만 제 1기 중 활동기이다.
- ㉡이 모체에게 미치는 영향은 자궁수축 사이에 이완이 제대로 되지 않아 자궁근육세포의 산소결핍으로 통증을 매우 심하게 느끼며 자궁 경관 개대도 효과적이지 못하다. 태아에게 미치는 영향은 이완기는 태아건강에 필수적으로 이완 없이 수축만 지속된다면 자궁태반 혈류가 감소되어 태아저산소증을 유발한다.
- ㉢은 태아선진부가 골반 내에 고정되지 않으면(진입되지 않으면) 제대탈출이 되어 제대가 압박된다.
- 분만 제1기: 개대기

잠재기 국시 05	경관개대 국시 03	빈도	기간	자궁수축
	3cm까지	5~30분	10~30초	약한 자궁수축
활동기 국시 14	4~7cm 가속기, 최대경사기, 감속기	3~5분	30~45초	보통 자궁수축
이행기 국시 08	8~10cm	2~3분	45~60초(90초)	강한 자궁수축



이완기

산모	이완이 제대로 되지 않아 자궁근육세포의 산소결핍으로 통증을 매우 심하게 느끼며 자궁 경관 개대도 효과적이지 못하다.
태아	태아에게 미치는 영향은 이완기는 태아건강에 필수적으로 이완 없이 수축만 지속된다면 자궁태반 혈류가 감소되어 태아저산소증을 유발한다.

만삭 전 조기파막(PPROM)

산부, 태아에 영향 **국시 99**

제대탈출	태아선진부가 골반 내에 고정되지 않으면(진입되지 않으면) 제대탈출이 되어 제대압박	
태반조기박리	태반조기박리 위험	
자궁내 감염 국시 03, 08	기전	양막파열 후 태아가 24시간 이상 자궁내 머무르면 병원균의 자궁내 침입으로 심각한 자궁내 감염 가능성
	결과	용모양막염(양막, 용모막의 양수 내 감염) 태아 사망의 주원인이 감염, 폐렴, 패혈증 산후 자궁내막염 ex) 신생아 폐렴 : 클라미디아 감염, 매독
	내진 금기	만삭 전 조기파막 시 자궁경부의 내진을 하면 산부, 신생아 감염의 위험 증가 ex) 전치태반에서 내진금지로 경부 개대를 자극시켜 태반을 분리시킴으로 다량의 출혈 야기
양수과소증		

B형

- ㉠의 산출 공식은 (건강문제의 크기(A) + 2건강문제의 심각도(B)) × 사업의 추정 효과(C)이고 ㉡ 보건 문제의 우선순위는 첫째는 신체 활동 부족((10+2×7)×6=144)이고 둘째는 비만((10+2×9)×5=140)이고 셋째는 흡연((6+2×10)×5=130)이고 넷째는 부적절한 식습관((8+2×8)×5=120) 이다.

㉢ 건강문제의 크기는 만성질환에서 유병률이고 급성질환에서 발생률이다.

㉤의 결과 평가는 과제중률이다.

간호진단 우선순위 결정

BPRS

공식 서울 10	BPRS = (A + 2B) × C = 300점, 만점 A : 문제의 크기 B : 문제의 심각도 국시 17 C : 사업의 추정 효과		
구성	A : 문제의 크기 (10점, 만점)	만성질환 : 유병률 급성질환 : 발생률	
	B : 문제의 심각도 (10점, 만점)	긴급성	문제가 긴급한 정도
		경중도	장애 정도, 원인별 사망률, 생존율, 잠재수명 손실일수
		경제적 손실	지역사회, 개인에 대한 경제적 손실
	영향	집단 또는 가정에 잠재적 영향	
C : 사업의 추정 효과 (10점, 만점)	건강문제 해결 사업의 추정 효과로 사업의 최대 효과, 최소 효과를 추정		

<논리적 모형>

ex 대사 증후군 관리 사업을 위한 평가 및 논리 모형

투입	정의	인력, 예산, 시설, 장비, 정보 등 보건업무를 수행하기 위해 사업에 직접 투입한 것이다.
	예	인력(등록사업 전담인력 포함) 예산 시설 및 장비(고지혈증 측정기구 보급 포함)
과정(활동)	정의	생산요소의 투입을 통해 보건업무, 보건서비스 제공의 생산 활동이 직접 이루어지는 과정이다.
	예	주민건강동아리 매뉴얼 개발 표적 집단 건강조사 조사 설계 및 도구 개발 보건대학 홍보 횃수 건강매니저 주민교육 교재개발 건강관리교실 교육교재 개발 지역사회 협력 MOU(협정서, 양해각서) 체결
산출물	정의	과정의 결과인 생산 활동을 통해 완성되어 제공된 서비스나 물건 등 생산 활동의 직접적인 결과물이다.
	예	주민 건강 동아리 연간 활동 건수 표적 집단 건강조사 참여자 수 보건대학 참여 연 인원 수 건강매니저에 의한 기초건강 검사 연 인원 수 건강매니저에 의한 환자 발견 및 연계 건수 이동 건강관리교실 수혜 연 인원 수 건강관리교실 참여자 만족률 고지혈증 진단 및 투약 연 인원 수
결과(성과)	정의	생산 활동을 통해 생산된 산출물이 궁극적으로 대상자 및 사회자에게 미치는 영향으로 지식, 태도, 행동의 변화나 건강수준의 변화이다.
	예	뇌혈관질환 사망률 감소 뇌혈관질환 유병률 감소 고혈압 조절률 증가 중등도 이상 신체활동 실천율 증가 고혈압 치료율 증가 고혈압 인지율(혈압측정율) 증가

- 2.
- ㉠에 대한 검진 주기는 1년에 1회 이상이다.
 - ㉡ 직업병 요관찰자로 직업성 질병으로 진전될 우려가 있어 추적 검사 등 관찰이 필요한 자이다.
 - ㉢은 대치이며 위생대책의 근본 방법으로 시설, 원료, 공정을 변경하는 방법이다.
 - ㉣은 격리이며 작업자와 유해인자 사이에 장벽이 놓여 있는 것으로 작업자와 유해인자 사이에 물체, 거리, 시간 등의 장벽을 만들어 작업자를 보호하는 작업환경 관리방법이다.

일반 건강진단

정의	취업배치 후 근로자의 건강상태를 정기적으로 파악하기 위해 사업주의 비용부담으로 모든 근로자에 일정한 주기로 실시하는 건강진단 당해 연도에 실시한 배치 전 건강진단을 받은 근로자는 당해 연도에 일반 건강진단을 실시하지 아니할 수 있다.	
목적 국시 04	근로자의 일반질병, 전염병, 직업성 질환을 조기에 발견하고 치료를 신속히 받아 생산성을 향상시키고 근로자의 건강 유지·보호	
시기 국시 07	사무직 종사 근로자(교사)	2년에 1회 이상
	그 외 근로자	1년에 1회 이상

건강관리구분 판정 공무원 09 / 서울 08 / 경기 05, 08 / 전북 05

A		건강자	건강관리상 사후관리가 필요 없는 자
C 국시 05	C ₁	직업병 요관찰자	직업성 질병으로 진전될 우려가 있어 추적 검사 등 관찰이 필요한 자 국시 14
	C ₂	일반 질병 요관찰자	일반질병으로 진전될 우려가 있어 추적 관찰이 필요한 자
D 국시 07	D ₁	직업병 유소견자	직업성 질병의 소견을 보여 사후관리가 필요한 자
	D ₂	일반 질병 유소견자	일반 질병의 소견을 보여 사후관리가 필요한 자
R		질환 의심자	1차 일반 건강진단 결과 건강수준의 평가가 곤란하거나 질환 의심자(R)로 판정된 자를 대상으로 질환의 심사 판정을 통보받은 날로부터 10일 이내 2차 건강진단 실시

작업환경관리 기본원칙 국시 08

대처

정의	위생대책의 근본 방법으로 시설, 원료, 공정을 변경하는 방법	
방법	시설변경	사용하고 있는 시설, 기구를 바꿈으로 효과 물질을 대체하는 경우보다 비용이 덜 들고 짧은 기간 내에 성과를 얻는다. 화재예방을 위해 유리병에 저장하던 가연성 물질을 철제통에 저장하는 일
	장비대치	장비를 바꿈으로 효과 내연기관 → 알코올, 전기, 수소 등을 이용하는 엔진의 개발 금속 연마용 고속 회전식 그라인더 → 저속 왕복 운동식 연마기로 변경 소음발생 압축공기 사용 임팩트렌치 → 유압식 렌치
	물질변경	물질의 대체는 유사한 화학구조와 독성이 적다는 것만 가지고 선택되는데, 지금까지 알려지지 않았던 다른 장애를 주는 일이 있어서 물질을 변경한 후 일정기간 동안 세심한 관찰이 뒤따라야 한다. 페인트 내 납 → 아연, 이산화티탄 유연 휘발유 → 무연 휘발유 성냥 제조시 황린 → 적인 블라스팅 재료로서 모래 → 철 구슬, 페인트 희석제로 벤젠 → 톨루엔 야광시계의 자판 라듐 → 인
	공정변경 국시 07	공정과정 중 유해한 과정을 안정하고 효율적인 공정과정으로 변경하는 것이다. 페인트 성분의 비산방지를 위해 페인트 분무를 담그거나 전기 흡착적 방법으로 하는 일 소음감소 위해 금속을 두들겨 자르는 것을 톱으로 자르는 일

격리 국시 01. 02. 08

정의	작업자와 유해인자 사이에 장벽을 놓는 것으로 작업자와 유해인자 사이에 물체, 거리, 시간 등의 장벽을 만들어 작업자를 보호하는 작업환경 관리방법 일반적으로 가장 비용이 많이 드는 방법임
물리적 수단 공무원 09	고압으로 가동하는 기계나 고속회전을 요하는 시설은 위험하므로 강력한 콘크리트로 방호벽을 쌓고 기계작동을 원격조정, 자동화, 현장 감시는 텔레비전 카메라, 거울, 전망경 사용 ex) 고열, 소음작업에 근로자용 부스 설치
격리저장	맹독성 물질을 캐비닛에 격리 저장 인화성 물질, 격리를 요하는 물질을 함께 저장하는 경우 서로 섞이지 않게 한다.
공정과정 격리	중양집중식의 조정장치로 자동으로 채집, 분석하고 그 결과가 자동으로 전산처리되어 모든 공정이 전산계산장치로 가동된다. 공정 - 방사선 동위원소 취급 → 격리와 밀폐, 정유공장 → 원격자동조정 시간 - 유해한 작업을 별도로 모아 일정한 시간에 처리 - 주물 탈사 작업을 일과 후에 실시

3.

㉠의 양성 소견은 안구가 수평선 아래로 내려감으로써 공막의 백색이 동공(각막) 위로 나타난다. 발생 기전은 뇌척수액의 분비와 흡수 간 불균형으로 뇌척수액 생산증가, 흡수 장애, 통로 폐쇄로 뇌실, 지주막하강에 뇌척수액이 과다하게 증가되어 뇌실이 확장, 뇌압이 항진되고, 두개골 주변으로 뇌실질 조직의 압박으로 발생한다.

㉡ 검진 방법은 대천문(앞숨구멍) 부위의 머리 뼈를 두드린다. 양성 소견은 깨진 항아리 소리가 난다.

뇌수종(수두증)

병태생리

뇌척수액	뇌척수액은 측뇌실에서 만들어지고 뇌실과 뇌와 척수의 지주막 하강을 순환하고 상시상 정맥동에서 정맥으로 흡수
뇌척수액 증가	뇌척수액의 분비와 흡수 간 불균형으로 뇌척수액 생산증가, 흡수 장애, 통로 폐쇄로 뇌실, 지주막하강에 뇌척수액이 과다하게 증가되어 뇌실이 확장, 뇌압이 항진되고, 두개골 주변으로 뇌실질 조직의 압박으로 뇌손상을 갖는다.

증상 국시 08

머리	<p>비정상적으로 빠른 머리 성장 두개골 융합(봉합선 닫힘 : 6~8개월) 이전 뇌실 팽창으로 두위 증가 천문팽창 : 대천문이 긴장되고 팽윤, 비박동성 국시 15 두피정맥 확장 Macewen sign : 대천문(앞숨구멍) 부위의 머리 뼈를 두드리면 깨진 항아리 소리가 난다. 전두골의 확대, 돌출</p>  <p>일몰징후(setting-sun sign) 움푹들어간 눈 안구진탕증, 사시</p>
----	---



4.

㉠은 통풍이고

㉠의 중재는 기능성 부목을 제공하여 움직임을 줄여 해당 부목고정으로 통증성 관절을 쉬게 한다.(절대적 안정으로 급성 통풍이 발생하는 동안 관절을 쉬게 한다.)

㉡은 요산배설 촉진제로 근위세뇨관에서 요산의 재흡수를 감소하여 요산의 배설을 촉진하여 소변으로 요산이 배설되며 혈청 내 요산 농도를 감소시킨다.

㉢은 퓨린 대사 장애나 신기능장애가 있을 때 단백질이 중 퓨린(purine)의 최종 대사 산물이 요산으로 혈청 내 요산 수치를 상승시킨다. 관절부인 연골하부, 활액막, 관절면, 인대에 크림 같이 하얗게 요산 결정체(요산나트륨, 토피 tophi)가 고이고 요산 결정의 침착과 축적의 증가로 백혈구 활동이 증가하여 심한 염증 반응을 일으켜 이차적 퇴행성 변화를 일으킨다.

통풍

병태생리 국시 05

요산 증가	퓨린 대사 장애나 신기능장애가 있을 때 단백질이 중 퓨린(purine)의 최종 대사 산물이 요산으로 혈청 내 요산 수치 상승
요산 결정체	관절부인 연골하부, 활액막, 관절면, 인대에 크림 같이 하얗게 요산 결정체(요산나트륨, 토피 tophi)가 고이고 요산 결정체(tophi)는 피하조직, 근막, 심장, 신장, 장기에다 나타남
염증 반응	요산 결정의 침착과 축적이 증가로 백혈구 활동이 증가하여 심한 염증 반응을 일으켜 이차적 퇴행성 변화
요산결석	반복적으로 요산 결석이 생기는 경우에 콩팥이 손상된다.

약물

프로베네시드 (probenecid)	기전	요산배설 촉진제로 근위세뇨관에서 요산의 재흡수를 감소하여 요산의 배설을 촉진하여 소변으로 요산이 배설되며 혈청내 요산 농도 감소
---------------------	----	---

간호

안정	절대적 안정으로 급성 통풍이 발생하는 동안 관절을 쉬게 한다.
부목	통증은 작은 관절을 침범하므로 움직임을 줄이기 위해 손목, 손가락, 엄지손가락에 기능성 부목을 제공한다. 해당 하지 부목고정으로 통증성 관절을 쉬게 한다.
냉찜질	통증을 완화시키기 위해 냉찜질 요법을 적용한다. 염증이 있다면 온찜질 요법을 피한다.

5.

㉠은 손잡이

㉡은 기저면을 넓혀주어 균형을 유지하고 안정감을 최대화시킨다.

㉢ 다치지 않은 다리

목발 간호 임용 10

손잡이 높이	방법	30° 각	손잡이 높이는 손을 손잡이에 올려 놓았을 때 관절 각도계로 팔꿈치가 30° 각이 되어 약간 굴곡되는 것이다.
		펴기	걸을 때는 팔꿈치를 펴야 한다.
삼각위치	방법	기초적 목발위치를 삼각위치로 목발의 위치가 발 앞쪽으로 15cm 옆으로 15cm 떨어진 곳으로 보행은 삼각위치에서 시작한다.	
	효과	이 위치는 기저면을 넓혀주어 균형을 유지하고 안정감을 최대화시킨다.	

<목발 시 의자에 앉을 때>

의자에 앉을 때 몸을 약간 앞으로 숙이고 의자 앞면에 다리의 뒤가 닿도록 선 후 다치지 않은 다리 쪽 손에 목발 2개를 포개어 손잡이를 잡는다. 체중은 다치지 않은 다리에 실린다. 앉는 동안 체중이 가해지는 것과 굴곡을 막기 위해 손상된 다리를 앞으로 뺀다.

의자에서 설 때는 의자에 앉을 때와 반대로 하면 된다. 손상되지 않은 다리를 약간 의자 밑으로 두면서 의자의 앞쪽 가장자리로 옮긴다. 손상되지 않은 다리 옆에 두 목발을 두고 일어선다.

6.

㉠은 난소의 병변을 설상형으로 절제하면 원인적 난소질환 치료와 시상하부-뇌하수체-난소축에 자극을 주어 난소 호르몬을 분비하고 배란과 월경주기 회복과 임신이 가능하다.

㉡은 혹 안의 머리카락, 치아, 뼈는 외배엽, 중배엽, 내배엽에서 유래된 조직들이 관찰된다.

㉢은 악성 여부 확인에 사용한다.

㉣은 급성 통증을 출혈을 의미한다.

<난소 설상(썰기)절제술(wedge resection of the ovary)>

방법

난소의 병변을 설상형으로 절제하면 원인적 난소질환 치료와 시상하부-뇌하수체-난소축에 자극을 주어 배란과 월경주기 회복과 난소 호르몬을 분비하고 임신이 가능하다.

유피낭종(dermoid cyst, 성숙 기형종)

정의	3배엽성 종양으로 외배엽, 중배엽, 내배엽에서 유래된 성숙된 조직을 함유하고 있는 성숙기형종	
역학	생식세포종에서 가장 흔함 젊은 여성에서 잘 발생 임신 중에 가장 흔한 난소 종양	
특징 국시 13	낭종 내에는 피부모양, 털, 피지선, 땀분비선, 치아 등 외배엽에서 유래된 조직들이 관찰 다낭성이며 피지물질, 머리카락, 연골, 뼈, 위장관계, 호흡기계, 신경조직이 발견, 종괴 내 석회화	
예후	악성화 2%	
증상	양측성 10% 복통, 종괴의 촉진, 비정상적 자궁출혈	
합병증	염전	육경의 염전으로 염전이 있을 때 편측 하복부에 급성 복통 하복부의 긴장으로 오심, 구토
	낭의 파열	

난소암의 진단검사

검사종류	검사 목적
CA-125	CA-125는 상피성 난소암에서 증가 ● CA-125 상승: 자궁내막증, 자궁선근증, 난소암
초음파	질식 초음파로 고형성분이나 유두상 투영이 증명될 때 악성종양 의심

<복강경 수술>

전신 마취하에서 배꼽 아래 부위를 2~3cm 절개하여 복강경을 삽입하고 내시경을 통해 시술하며 출혈이 발생할 수 있다. 출혈로 통증이 온다.

- 7.
- ㉠은 공황장애이고 관련 증상은 갑자기 가슴이 두근거리면서 몸이 떨리고 질식할 것 같았어요. 죽을 것 같은 공포가 드는 거예요.
 - ㉡ 금단 증상(갑자기 중단 시 반동불안과 발작의 금단증상 위험)
 - ㉢ 파국화는 긍정적일 수 있는 결과의 가능성은 고려하지 않고 지나치게 과장해서 사람과 사건에 극단적으로 나쁘게 생각하여 최악의 일이 일어날 것이라고 생각하고 두려워한다.
- 선택적 추론은 어떤 상황을 이루는 많은 요소 중 연관성 있는 다른 정보에는 주의를 기울이지 않고 선택된 단지 하나의 부정적 정보에 초점을 근거로 전체 경험, 의미를 부정적으로 해석하거나 결론을 내린다.

공황장애의 DSM-V 진단기준 국시 07

공황발작	4가지 이상	예기치 않은 공황발작이 반복된다. 몇 분 내에 두려움이나 불쾌감이 급등하여 절정에 달하는 동안에 다음 증상들 중 네 가지 이상이 나타난다. 주의: 두려움이나 불쾌감의 급등은 차분한 상태에서 나타날 수도 있고 걱정하는 상태에서 나타날 수도 있다. 주의: 두통, 목의 통증, 귀 울림, 통제할 수 없는 비명 또는 울음 등의 증상들이 나타날 수도 있다. 그러나 이러한 증상들을 네 가지 진단기준의 한 가지로 간주해서는 안된다.
	자율신경계	떨림: 몸이 심하게 떨린다. 발한: 땀이 많이 난다.
	신경계	어지럽거나 또는 쓰러질 것 같음
	정신증상	이인증(자기 정체감을 잃어버린 느낌, 자신이 평소 때와 달리 낯설다고 느낌) 비현실감(자기 주위에 있는 것들이 평소 때와 달리 낯설다고 느낌) 스스로 통제를 할 수 없거나 미칠 것 같은 두려움 죽을 것 같은 공포감
	흉부	숨이 가쁘거나 답답한 느낌 또는 숨 막히는 느낌 흉통 또는 가슴의 압박감 질식할 것 같은 느낌이 든다.
	심장계	심계항진, 심장이 두근거림, 빈맥
	복부	오심 또는 복부 불편감
	말초증상	열감, 온감 지각이상(감각이 둔해지거나 따끔거리는 느낌)
발작 후	한 달 이상	최소한 한 번 이상의 공황발작 후 한 달 이상 다음 두 가지 중 한 가지 또는 둘 다 발생한다.
	걱정	공황발작과 결과(㉠) 심장마비, 통제력 상실, 정신 이상)에 지속적으로 걱정하고 염려한다.
	행동의 변화	공황발작과 관련하여 심각한 부적응적인 행동의 변화가 있다(㉡) 공황발작을 피하기 위하여 운동이나 친숙하지 않는 상황을 회피하는 행동).

항불안제

	짧은 반감기	긴 반감기
종류	lorazepam(ativan) temazepam oxazepam triazolam(halcion) alprazolam(xanax) 국시 06	chlordiazepoxide(librium) diazepam(valium) 국시 16 bromazepam clonazepam

간호

약물 중단	약물 중단 시 용량을 서서히 감량하며 갑자기 중단 시 반동불안과 발작의 금단증상 위험 반감기가 짧을수록 금단증상, 반동불안, 신체적, 심리적 의존으로 서서히 감량하여 중단
-------	--

선택적(선별적)추상화(추론)

정의	어떤 상황을 이루는 많은 요소 중 연관성 있는 다른 정보에는 주의를 기울이지 않고 선택된 단지 하나의 부정적 정보에 초점을 근거로 전체 경험, 의미를 부정적으로 해석하거나 결론을 내린다.
사례	남편이 늦게까지 일한다는 이유로 자신을 사랑하지 않는다고만 생각하고, 남편의 애정표현, 남편의 선물, 동반 여행 계획 등은 무시한다. 김양은 3.98/4.00평점으로 학교를 졸업했다. 집근처의 지방대학에서 장학금을 제외해 왔다. 또한 고등학교에서 스포츠와 활동에 적극적이었고 동료들도 그녀를 좋아했다. 그러나 지원했던 국립대학으로부터 장학금을 받지 못했다는 생각에 빠져서 매우 우울해 했다.

재앙적(극단적) 사고(재앙화, 비극화, 파극화)

정의	긍정적일 수 있는 결과의 가능성은 고려하지 않고 지나치게 과장해서 사람과 사건에 극단적으로 나쁘게 생각하여 최악의 일이 일어날 것이라고 생각하고 두려워한다.
사례	“직장에서 승진 신청을 하지 않는 편이 나을 것이다. 왜냐하면 어차피 승진되지도 않을 것인데 신청했다가 떨어지면 몹시 기분이 나쁠 것이기 때문이다.” 박양이 비서 일을 시작하는 첫날에 상사가 다른 회사에 편지를 작성하여 서명할 수 있도록 책상에 놓아두라고 했다. 그녀는 그 편지를 써서 놓고 점심 식사하러 나갔다. 그녀가 돌아왔을 때 잘못된 글자에 빨간색으로 다시 해달라는 메모와 함께 자기 책상 위에 놓여져 있었다. 박양은 “그래, 나는 이제 분명히 해고되는 거야.”라고 생각한다. “4개월 동안 참았는데 어젯밤 폭식과 구토를 했어요. 이제 회복될 가망이 없어요.”

8.

본론(논점별로 한 문단, 3/5, 16줄) → 결론(한 문단, 1/5, 2줄) → 서론(한 문단, 1/5, 2줄)

서론	관심끌기	학생의 흡연과 같은 건강행위는 평생 지속되어 건강에 위험을 초래한다.
	문제제기	흡연률 감소를 위한 건강증진학교와 변화단계모형과의 연결과 구성요소를 논하겠다.
본론	주장 + 논거	
결론	주장 요약하기	건강증진 전략으로 건강증진학교 접근과 변화 단계 별 변화 과정을 통해 금연의 건강한 생활양식을 갖도록
	제언 · 전망	하여 학생의 평생 건강을 이루는 기반을 갖게 하겠다.

건강증진학교를 통하여 포괄적인 서비스를 지속적으로 제공하는 총체적 접근법으로 학습, 작업, 생활을 위한 건강한 환경을 조성하여 학습된 금연과 같은 건강행위와 가치는 학생들의 생애 전체에 걸쳐 생활양식으로 자리 잡아 건강잠재력을 강화시킨다.

건강증진이론 중 변화단계모형은 개인·집단이 흡연과 같은 문제행위를 어떻게 수정하고, 금연 같은 긍정적 행위를 선택하는가의 행위 변화를 설명한다.

㉠은 학교의 물리적 환경으로 물리적 환경은 교사, 운동장, 실내·외 시설, 학교 주변의 위생 및 쾌적함을 유지한다.

㉡은 학교보건 서비스로 학교는 학생의 건강관리, 건강 유지·증진에 대한 책임을 갖고 직접적인 서비스를 제공한다.

A집단은 6개월 이내에 금연을 고려하지 않아 계획이전 단계이다. 이 단계의 변화과정과 ㉢의 연계로 첫째 의식 고취로 개인이 가지고 있는 흡연행위의 결과로 문제점, 건강 위해 정보, 해결방법에 인식수준이 높아지고 동기화로 대상자의 흡연행동을 변화시키는 대중매체, 캠페인, 독서법, 정보제공을 할 수 있는 학교의 보건 정책 방향을 제시한다. 둘째 극적완화로 특정상황에서 흡연행위의 결과에 개인이 느끼는 정서적 경험 고양, 감정을 경험하고 느끼고 표출로 흡연행동의 영향정도를 감소시키는 심리극, 역할극, 간증, 대중매체, 캠페인을 할 수 있는 학교의 보건 정책 방향을 제시한다. 셋째 환경재평가로 개인의 흡연행동습관과 건강문제를 가족, 직장동료, 다른 사람의 주위환경과 연결하여 주위환경에 어떻게 영향을 미치는지 인지적, 정서적으로 평가하여 자신의 부정적, 긍정적 역할 모델을 인식하는 학교의 보건 정책 방향을 제시한다.

<건강증진학교>

건강증진학교는 지역사회의 요구나 지역사회가 처한 환경에 따라 달라지지만 학교와 지역사회의 협력된 노력을 통하여 체계적이고 포괄적인 서비스를 지속적으로 제공하는 총체적 접근법으로 학습, 작업, 생활을 위한 건강한 환경을 조성하여 학습된 건강행위와 가치는 학생들의 생애 전체에 걸쳐 생활양식으로 자리 잡아 건강잠재력을 강화시킨다.

<범이론적 모형(변화단계모형)>

범이론적 모형은 행위변화단계와 행위변화과정으로 개인·집단이 문제행위를 어떻게 수정하고, 긍정적 행위를 선택하는가의 행위 변화를 설명한다.

변화과정

의식고취	정의	개인이 가지고 있는 건강행위의 결과로 문제점, 그 건강 위해 정보, 해결방법에 인식수준이 높아지고 동기화로 대상자의 행동을 변화시키는 방법
	방법	독서법, 대중매체, 캠페인, 송환, 직면, 해석
	금연	흡연의 유해성에 정보 제공으로 흡연의 해로움, 문제점을 인식하여 금연 동기부여로 흡연에 의한 중독증상의 희생양이 얼마나 큰 손실인지 강조
극적완화	정의	특정상황에서 문제행위의 결과에 개인이 느끼는 정서적 경험 고양, 감정을 경험하고 느끼고 표출로 문제행동의 영향정도 감소
	방법	심리극, 역할극, 간증, 대중매체, 캠페인
환경재평가	정의	개인의 행동습관과 건강문제를 가족, 직장동료, 다른 사람의 주위환경과 연결하여 주위환경에 어떻게 영향을 미치는지 인지적, 정서적으로 평가하여 자신의 부정적, 긍정적 역할 모델 인식

변화단계별 변화과정

계획이전(자각 전) 단계	의식고취
	극적완화
	환경재평가
계획(자각) 단계	의식고취
	극적완화
	환경재평가
	자기재평가
준비단계	자기해방(선언)
행동단계	조력관계
	강화요법(조작적 관리)
	자극통제
	역조건형성
유지단계	조력관계
	강화요법(조작적 관리)
	자극통제
	역조건형성

[2018학년도 보건교사 1차 기출문제 해설]



변화단계 이론 국사 05 / 임용 07. 13

계획이전(자각 전) 단계	6개월 이내 어떠한 행위를 수행할 의도가 전혀 없는 단계	교육, 홍보
계획(자각) 단계	6개월 이내 행위변화의 의도를 가지고 있으며 자신의 문제에 관심을 두는 단계	자가 평가
준비단계	1개월 이내 행위를 취할 의도가 있는 단계	행동 중심적 교육 프로그램 = 행동 변화 기대치(목표) 설정 금연 관련 지식, 기술 증가
행동단계	6개월 이내 생활양식이 특정 방법으로 외형적 변화가 이루어진 경우	건강행동 실천 기회 모니터링, 기대치 보완
유지단계	재발예방을 위해 새로운 행동을 6개월 이상 계속하는 시기로	재발 방지기술 습득

WHO 학교건강증진 영역과 내용 : 건강증진을 위한 5개 기본 활동 영역

학교보건 정책: 건강한 공공 정책 확립	정의	학교보건 정책은 건강을 향상시키는 영역에서 건강 관련 이슈에 대한 학교의 정책 방향을 제시한다.
	학교 급식	학교 급식은 건강한 음식 섭취를 위해 균형 있는 영양 식이 제공
	금연, 금주	학교 건물 내부는 완전 금연 구역으로 규정
	투약	투약은 정확한 건강사정 후 실시하여 약품 관리를 철저히 한다.
	응급처치 훈련	학생들에게 응급처치에 대한 훈련 실시
학교의 물리적 환경: 건강 지향적 환경 조성	정의	물리적 환경은 교사, 운동장, 실내·외 시설, 학교 주변의 위생 및 쾌적함을 유지한다.
	안전검사	안전한 환경 유지를 위해 학교 건물, 놀이시설이나 기구 등에 정기적으로 안전검사 실시
	환기, 조명	환기, 조명, 눈부심, 냉난방, 소음 등 환경이 적합하도록 한다.
	청결 유지	충분한 수의 화장실 확보, 청결 유지, 안전한 음용수를 제공한다.
	쓰레기	환경보호를 위해 학교 쓰레기를 안전하고 위생적으로 분리수거한다.
학교의 사회적 환경: 건강 지향적 환경 조성	정의	사회적 환경은 교직원 간, 학생 간 상호관계, 교직원과 학생 간의 상호관계, 학생과 학부모 간 상호관계의 질과 유대관계를 말한다.
	학생과 교직원	학생과 교직원은 친밀한 관계를 맺고 학생은 교직원을 존경하고, 교사는 학생을 지지하고 존중하며, 학생들이 학습과정에 적극적으로 참여하도록 유도한다.
	학생	학생이 수업 및 학교활동에 참여를 잘하고, 좋은 친구 관계의 환경을 조성한다. 학생의 개별성을 존중하여 스스로 결정할 기회를 주고 인정하고 존중한다.
	장애아동	학교는 장애아동에게 필요한 시설과 교재 및 프로그램을 제공한다.
	학부모	정규적인 학부모 교육 프로그램을 실시하여 학부모의 교육적 요구를 충족한다.
지역사회와의 연계: 지역사회 활동 강화	참여 촉진	지역사회와 학교의 연계를 유지하여 가족과 사회와의 참여를 촉진하여 청소년 건강에 관심이 있는 학부모, 지역단체 및 보건기관은 학교활동에 협조하고 참여한다.
	건강 행사	학교의 건강행사를 지역사회에 파급하고, 학생과 교직원들은 지역사회 행사에 참여한다.
개인의 건강 기술: 개개인의 기술 개발	교육과정	교육과정에서 건강 관련 내용을 다룬다. 보건교육과정을 학생들의 요구, 문제, 관심에 맞게 고안하고 학생들의 참여를 강조한다. 교육과정은 학생들이 건강에 대한 기본적인 지식을 이해하고 실천하도록 계획한다.
	교사	교사들에게 학교건강증진 프로그램에 대한 교육을 실시하고 교사들이 역할 모델이 된다.
학교보건 서비스: 보건의료사업 방향 재조정	정의	학교는 학생의 건강관리, 건강 유지·증진에 대한 책임을 갖고 직접적인 서비스를 제공한다.
	요구 근거	학생과 교직원의 건강 증진 요구에 근거한 서비스를 제공한다. 학생에게는 예방접종, 건강 검사, 구강보호서비스를 실시하고 건강자료를 기록·보관한다.

[2차 시험대비 면접특강]

주제: 면접 시험은 ‘교사로서 자질’로 무엇을 점수화하는가?

2차 시험(심층 면접)

시험 과목	출제 범위 및 내용	배 점		
		일반 교과	실기· 실험 교과	비교수 교과
교직적성 심층면접	○ 교원으로서의 적성, 교직원, 인격 및 소양 ○ 학생과의 소통·지도능력	40	40	100

1. 정서적 담력 키우기

1) 정서적 안정성

불안감이 적고 자신감이 있다

학생들은 불안해 보이는 선생님을 따르지 않는다

2) 면접 불안

(1) 불안 반응

긴장, 떨림, 예기불안, 차례강박, 목소리 떨림, 다리 떨림

떨지 말아야 한다는 감정적 억압으로 더 긴장되고 떨린다.

다리 떨기 등 불량한 태도, 불안한 시선 처리와 표정과 같은 실수는 미연에 방지한다.

말의 논리와 통일성이 없어지고 횡설 수설 한다.

(2) 불안 원인

① 과거 부정적 정서체험

중요한 발표 자리에서 실패한 경험이 있었을 때

떨어본 경험이 재현되지 않을까하는 강박반응으로 나타난다.

② 내 인생을 반전시킨다는 부담감

면접의 중요함이 상대적으로 부담, 긴장, 불안을 유발시킨다

→ 면접이 중요하지만 내가 면접을 주도한다

③ 준비 부족

발표 내용에 대한 준비 부족으로 자신감이 없을 때

평가받는 자리에서 능력 이상으로 보이려고 할 때

(3) 대처

→ 말하는 연습과 기출 문제에 대한 내용의 연습이다.

지인들과 모의면접을 해보거나 답변하는 모습을 휴대폰 영상으로 촬영해 체크한다.

동문서답하거나 다른 답변을 하는 것을 피하기 위해서는 암기식 면접 준비를 삼가야 한다.

무조건적인 암기보다는 주제에 대한 본인의 생각을 기술하고 논리적으로 정리해 스피치하는 연습이 필요하다.

면접관은 지원자의 내면·본연의 모습을 보고 싶어한다.

외워온 답안을 줄줄 얘기하는 면접자에게 좋은 점수를 주기 어렵다.

[2차 시험대비 면접특강]

2) 자신감 기르기

(1) 가장 중요한 건 자신감

자신감 있는 자가 인생의 좋은 것을 누린다

면접에서 자신감 있는 태도를 유지하기 위해서는 자기 자신을 믿어야 한다.

‘자신감은 나를 나되게 만든다’

자신감 있는 사람이 자신의 능력을 다 보여줄 수 있다

‘나는 가수다’에서도 운동 경기에서도 승자는 자신감이 있다

자신감이 없으면 실력 발휘가 안된다

자우림, 아나운서 백지연

자신감이 있어야 10분 동안 문제를 정확히 보고 10분 동안 준비한 내용을 논리적으로 말할 수 있다

자신감은 불안한 감정을 통제할 수 있다

자신감이 없으면 불안한 감정이 나의 지적 능력, 태도, 행동을 삼킬 수 있다

면접 시험에 편하게 생각하고 시험관에게 두려워 하지 말고 편안하게 바라본다

그래도 떨린다면 심호흡을 크게 하고 ‘나는 할 수 있다’고 주문을 건다

자신 있는 ‘척’만해도 실제로 당당한 태도가 나온다

(2) 성공 에너지

서울에 합격한 보건교사라는 생각으로 임한다

ex 오나시스: 성공하고 싶다면 몸과 마음을 성공 에너지로 가득 채워야 한다. 성공자처럼 생각하고, 행동한다

(3) 긍정적 생각 갖기

① 부정적 생각을 버린다

부정적 생각으로 아무 것도 이룰 수 없다

부정적 생각이 떠오를 때마다 긍정적 생각으로 대처한다

무엇인가 이루기 위해서는 긍정적 생각을 최대화해야 한다

김연아 선수: 연습할 때 점프가 안되어 부정적 생각이 몰려올 때 이 세상에서 무엇인가 이루기 위해서는 긍정적으로 생각해야 된다고 스스로 말한다

② 미국 최고 의사로 두 번이나 선정된 핵의학 전문의 김의신 박사

긍정적인 생각을 하고 노력하는 사람은 기회가 주어졌을 때 성취할 수 있다

③ ‘빌 게이츠’

매일 아침 스스로에게 ‘나는 할 수 있다’를 말한다

④ 주위의 부정적 말에 연연하지 않기

⑤ 1차 점수에 연연하지 않는다

2차로 뒤집을 수 있다

3) 답력 키우기

나올 수 있는 문제에 답안을 정리해서 예기치 않은 질문에 떨지 않고 답하는 연습

ex 양궁선수들 이야기: 경기의 활을 쏘는 1초의 집중과 답력을 위해 뱀을 목에 걸어 놓고 연습을 하고 밤에 공동 묘지에 가서 연습을 한다

4) 면접관에 대해 알기

(1) 명언

‘지필지기면 백전백승’

면접과 면접관을 두려워 할 필요가 없다

[2차 시험대비 면접특강]

(2) 면접관은 누구인가?

면접관은 면접에 필요한 대화만 하고 그 외에 것은 말하지 않는다.

면접관은 면접 시험을 채점 하기 위해 온 사람들이다

우리 동네에 사는 아저씨, 아주머니라고 생각해도 된다

→ 내가 괜히 주눅들거나 떨거나 불안해 할 필요가 없다

나의 모든 것을 보여 주면 되는 것이다

그들은 단지 나의 능력과 실력을 평가할 뿐이다

2. 지적인 내용 키우기

1) 평가 기준

대답 내용으로 파악

(1) 문제 파악 능력과 문제해결 능력 요구

동문서답이나 질문에 대답을 못하면 안되고 질문의 요지가 무엇인지 파악한다

(2) 학생들을 사랑함

교사로서의 자질, 윤리

(3) 교사로서 언어 능력, 언어의 유창성, 표현의 적절성, 논리적이고 명확함

발음의 정확함

(4) 학교라는 조직에 협력하는 능력

질문의 답은 학교, 교장의 계획에 anti를 주는 대답은 감점

나의 평상 시 견해 보다 투철한 교사상을 가진 자의 견해를 보임

학교라는 조직에 협력하는 능력을 보여준다

2) 면접 내용

(1) 학교에서 발생될 수 있는 내용

기출 내 내용, 기출의 변형

교사가 되고 싶은 이유. 내가 교사와 관련하여 잘하는 부분. 장단점. 봉사경험. 어떤 교사가 되고 싶은지

자신만의 것으로 만든다.

남의 것을 외우면 실제로 말이 잘 안나오고 진실성이 없게 느껴진다.

다른 사람 것을 보고 외우는 것 보다 스스로 계속 읽고. 생각하고. 말해본다.

(2) 논점이탈금지.

주어진 시간인 10~15분 내에, 답변에서 묻는 내용을 충실히 답하는 것이 면접에서 고득점을 얻을 수 있다.

물고자 하는 것에 답해야 한다.

아무리 좋은 말을 많이 해도 논점이탈하면 안된다.

문제지를 받으면 핵심단어에 밑줄친다.

예를 들어 역량을 물어본다면 답으로 이야기할 때 첫째.역량입니다. 둘째.....역량입니다로 이야기하여 그 핵심단어가 들어가게 말한다.

[2차 시험대비 면접특강]

(3) 가지수 채우기

3가지 이야기하라고 하면 꼭 3가지 이야기 한다.

나누기를 한다.

학생측면. 교사측면. 가정측면, 지역사회측면.

또는 교육 과정. 방법. 내용. 평가측면

인지적. 정의적. 사회적 측면

이런식으로 나눠서 중복답안이 없도록 한다.

(4) 주장+근거

교육학적 배경이 요구되므로 면접책과 교육학책으로 정리한다

면접책에는 근거가 자세히 나와 있지 않다

근거를 고민하며 정리해야 한다

what, why랑 how로 짧게 근거를 이야기한다.

나의 모든 집중을 다하여 간결하게 핵심을 정리한다

ex 스티브 잡스: 집중을 통해 생각을 단순하게 만들 수 있는 단계에 도달하면 산도 움직일 수 있다

말 주변이 없는 것은 준비로 커버할 수 있다

각 주제에 대한 명확한 이해와 암기로

(5) 중복 패턴

내가 오늘 공부한 부분은 다 이해하고 외우리라는 맘으로 공부에 임한다

모든 문제에 답을 외우려고 하지 말고 중복 패턴을 찾는다.

외워서 답하는 건 한계가 있다.

3) 스터디 방법

(1) 면접은 힘들더라도 스터디를 권한다.

경기도는 집단면접이 도입되어 토론의 태도, 흐름 등을 연습할 수 있는 기회가 된다.

내가 생각하지 않은 질문, 이슈, 주제, 내용을 가질 수 있다

피드백을 줄 수 있다

다른 교과, 상담교사와 한다

2차와 관련되지 않은 내용은 말하지 않는다

면접 스터디는 1차 발표까지는 윤승현선생님 교재를 중심으로 스터디를 하고, 2차 발표 이후는 새로운 스터디에 가입하여 실전처럼 B4용지에 문제를 적어 구상하고, 즉답형 2문제를 추가하여 10~15분 내에 답변하는 형식으로 연습한다.

피드백은 다 발표 한 후에 해야 시간을 줄인다.

사람으로부터 나의 답이 어떤지(내용의 적절성)

말할 때 억양, 목소리, 태도, 얼굴 표정을 점검 받는다

(2) 남은 15일은 무작위 질문에 대답

[2차 시험대비 면접특강]

4) 도움되는 책

네이버에 검색하면 '행복한 교육' happyedu.moe.go.kr이 있다.

면접 강의 교재와 수업

EBS다큐프라임: 바람의 학교, 시험, 꿈의 학교

'행복한교육' 잡지

교실속 갈등상황 백문백답. 나는 대한민국 교사다. 가장 낮은데서 피는꽃. 회복적 생활교육. 혁신학교. 최고의 교사.

영화(굿윌헌팅. 죽은 시인의 사회)

행복한 교육세상 팟캐스트 라디오

: 스테디원은 매일 한제목별로 읽고 그에 대한 해결방안을 밴드에 올리고 출력하여 다시 읽어본다.

창의적인 답변들이 많이 나온다.

5) 만들어야할자료

●자소서관련문항

●시책관련정보: 시책은 이론서 단권화 하듯이 정리한다. What Why How와 관련해서 자료를 정리한다. 시책외 우기(서울시 시책 출력해서 읽고. 서울시 교육청사이트도 보고. 교육감님 홈페이지 가서 신년사도 보고 이슈를 파악한다.)

시책에서 안전과 관련이라면 교육청의 안전 관련한 자료 프린트해서 요약해서 추리고 자르고 붙이는 과정을 반복/ 교육부블로그/기사 등등

필요시 다른 교육청의 괜찮은 자료를 프린트한다.

●기출: 윤승현책읽기/ ㅈㅌㄹ 쌤자료답구성해보기/ ㄱㅈㅇ 쌤 자료보기 /ㄴㅌㅈ쌤 시뮬레이션

●목차: 나중에 자료가 너무 많아져서 혼란스럽기에 목차를 정해놓으시면 자료의 위치를 정하기가 좋다.

시책 또한 대목차 중목차 소목차로 분류해놓으시면 외우기가 수월하다.

3. 말 잘하는 방법

1) 보이스 트레이닝

솔음은 가장 듣기 좋은 음이다

밝고 명확한 발음을 사용한다

복식 호흡과 아랫배에 힘을 주고 연습하다 보면 큰 목소리를 갖는다

너무 빠르거나 너무 느리지 않은 적당한 속도로 말한다

적당한 속도가 메시지 전달이 잘된다

명확한 발음

2) 시선

듣는 사람을 바라보면서 교대로 시선을 옮기면서 말한다

3) 두괄식

답변할 때는 두괄식으로 핵심부터 얘기하는 것이 좋다.

4) 상식수준

준비는 우리가 할 수 있는 문제 상황에 대한 이해와 대처 방안이지만 면접에서는 실제로 암기한 듯한 인상을 주지 않는다

암기하지 않았어도 자신감으로 좋은 결과를 받은 분도 있다

또한 예상 외의 질문이더라도 당황하지 말고 내가 알고 있는 상식적인 수준에서 대답하면 된다

[2차 시험대비 면접특강]

5) 배짱 갖기

인생은 배짱을 갖는 사람들이 많은 것을 이루고 해낸다

준비가 부족하다고 느껴도 배짱을 갖고 면접에 임한다

ex 현대 정주영 회장: 가진 것이 없어도 배짱으로 기업을 이루었다

6) 실수했을 때

실수를 했을 때는 정정하고 다음 질문에 집중해야 한다.

긴장한 상태에서 실수를 했다는 사실에 집착하다 보면 면접 흐름에 지장을 줄 수 있다.

4. 실제 면접 시험 알기

1) 순서

(1) 기다리기

교실 안 대기실에서 기다린다

추첨을 하여 번호를 뽑는다

번호 순으로 앉는다

순서가 되면 복도로 나간다

(2) 구상하기

복도 책상에 종이 한 장에 4개의 구상 문제가 놓여있다

10분마다 종이 학교 전체에 올리거나 복도에 계신 보조분이 시간을 잰다

10분 동안 문제를 구상한다(실제: 구상시간과 면접시간은 10분보다 약간 적을 수 있다)

→ 구상할 때 문제를 제대로 파악한다

주요 문제에 밑줄을 긋는다

이 문제에 어떻게 답할까 주요 키워드만 적는다

전체 문제 순서와 어떻게 말할까 머리 속에 구상한다

공부한 내용을 문제 사례에 적용한다

(3) 면접하기

번호를 부르면 '네'라고 크게 대답한다

교실문 노크한다

'들어오세요'하면 문을 열고 들어간다

조용히 문을 닫는다

가볍게 목례한다

3명의 면접관 앞으로 가서 '안녕하십니까? 관리번호 00번 입니다'라고 인사한다

앉으라고 하면 자리에 반듯하게 앉는다

책상이 있거나 책상 없이 면접 시행

종이 학교 전체에 올리거나 시작하세요라고 말하면서 10분 시간 누름

10분 동안 구상한 문제를 '1번 문제 답변 드리겠습니다. ~이상입니다' 대답한다

→ 구상 문제 종이를 잠깐씩 보며 각 번호순의 질문을 떠올리며 분명하게 대답한다

(4) 즉답 문항

즉답 문항의 길이가 생각보다 길어서 문제를 파악하는데 시간이 많이 소요된다.

[2차 시험대비 면접특강]

2) 시험장에서 긴장, 불안감 감소 방법

① 불안감을 글로 적기

면접 직전 시험에 대한 부담감이나 불안감을 글로 적는다

불안감은 머릿속의 생각과 기억을 밀어낸다

ex 시험 불안 연구: 한 그룹에게 시험 직전 10분간 시험에 대한 부담감이나 불안감을 글로 적게 한다

다른 그룹은 아무 중재 없이 시험을 보았다

10분간 불안감을 글로 썼던 그룹은 성적이 높아졌다

초조함과 불안을 느끼는 학생은 작업 기억 영역이 작동하여 시험에서 좋은 점수를 얻을 수 없다

시험 직전 불안감을 글로 쓰면 작업 기억의 과부하를 방지할 수 있다

작업기억: 작업기억을 사용하여 행해지는 인지적 조작은 시간, 정신적 노력 및 주의를 더 많이 요 구한다

② 대기실에서 껌을 씹는다.

운동 경기 중 감독과 선수는 긴장감과 불안을 껌을 씹음으로 해소한다

③ 근육긴장 이완법 사용.

불안 감소 방법으로 배웠죠

4. 시험 당일

1) 옷

1월이라 춥다

구상문제를 구상하는 복도는 춥다

면접이라 떨리고 기온도 떨리게 만든다

떨면 내 실력 발휘에 장애를 줄 수도 있다

옷을 따뜻하게 입는다.

안에 내복 입어도 되요

면접 때 첫인상을 어떻게 연출하느냐가 큰 영향을 미친다.

면접복장은 차분하고 단정해 보이는게 최우선이다.

검은 색, 회색의 무채색 재킷에 스커트나 바지 착용이다.

안에 옷깃이 달린 기본 화이트 셔츠 또는 목 부분에 주름이 잡혀 있는 흰색 블라우스를 받쳐 입으면 깔끔하고 단정한 느낌을 준다.

스커트는 H라인의 무릎 위로 살짝 올라오는 기장이 좋다.

바지는 최근 유행하는 통이 넓은 와이드 바지 혹은 너무 긴 기장의 바지는 피한다.

발목까지 기본 핏으로 떨어지는 것이 적절하다.

추천되는 스타일은 화이트 블라우스와 블랙 스커트에 재킷이다.

블라우스, 셔츠 같은 상의를 스커트나 바지의 하의 안으로 넣어야 격식을 갖춘 인상을 준다.

2) 구두

화려하고 부담스러울 수 있는 킬힐보다는 굽이 낮고(5cm 정도 높이) 얇지 않은 펌프스가 적합하다.

블랙, 그레이, 네이비, 베이지 등 무난한 색상의 발가락이 보이지 않는 구두가 좋다.

구두는 소리나지 않도록 하고 다이소에서 가구에 붙이는 것을 굽에 붙인다.

3) 스타킹

스타킹은 살색이나 커피색이 기본이고 예상치 못한 경우를 대비해 여분을 준비한다.

[2차 시험대비 면접특강]

4) 머리

앞머리를 뒤로 넘겨 이마를 드러내고 옆머리를 붙여 귀를 드러내는 묶음 머리가 단정하고 시원한 인상을 준다.
긴 머리는 망으로 싹운다

5) 화장

화장은 진하지 않고 화사하게 한다
면접 용 출장 메이크업이랑 머리를 아침에 받는다.
자연스럽고 깔끔하면 된다.

6) 핫팩

추울까봐 핫팩도 등에 붙이고 손이 얼어 구상이 안될까봐 핫팩도 가지고 간다.

7) 인데랄 복용

인데랄 복용이 2차 면접 때 불안 감소에 도움이 된다.

5. 면접 시뮬레이션

실제 면접 의복을 입고 오셔서 실전처럼 연습하고 피드백을 받아요.

시간은 변경될 수 있어요. 제 다음 카페에 다시 공지하겠습니다.

서울, 인천지역	12월 30일 토요일 오전 9시~오후 1시
그 외 지역(서울, 인천, 경기 제외)	12월 30일 토요일 오후 2시~오후 6시
경기 초등	1월 5일 토요일 오전 9시~오후 6시 오전 집단 면접 오후 개인 면접
경기 중등	1월 6일 토요일 오전 9시~오후 6시 오전 집단 면접 오후 개인 면접

[2018학년도 전공보건 합격수기]

하나. 전북 초시 전공 고득점 67점 최은선생님

안녕하세요~~^^

제가 이런 글을 쓰게 될 줄 몰랐는데 이렇게 남기게 되네요!!

저는 1년 정도 임상에 있다가 퇴사 후 1년 공부하고 초수로 합격하게 되었습니다.

1차 점수는 총 84.67 이고, 2차 심층면접은 95.41로 합산 점수 180.08 로 최종합격 받았습니다.

많은 분들에게 도움이 될 수 있도록 최대한 자세하게 적어보겠습니다.

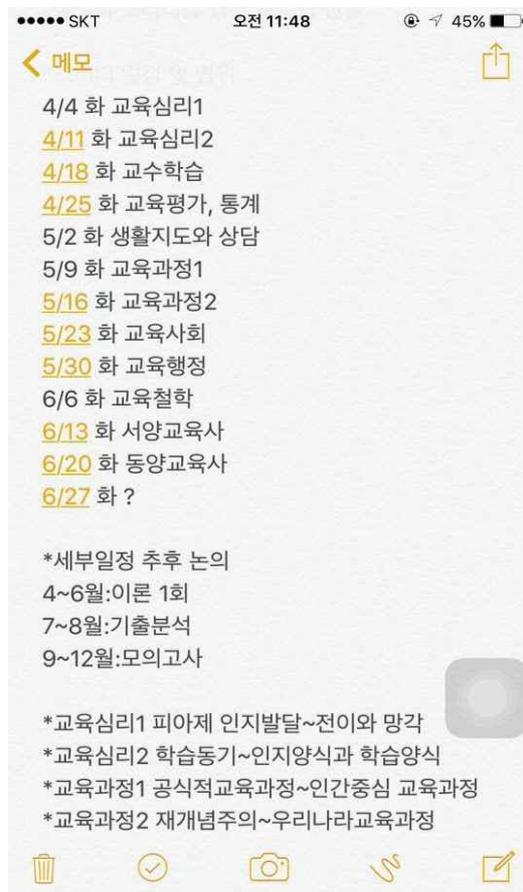
글이 너무 길다고 생각하시는 분은 맨 밑에 요약하는 글을 적어보았어요! 그 부분을 읽어도 될 것 같아요~

<교육학>

1-2월부터 전태련 선생님 강의를 들었고 이론강의로 커리큘럼 그대로 따라갔습니다.

2-3월부터는 어느정도 인강에 익숙해져서 스스로 복습하고 백지에 적거나 혼잣말로 말해보았습니다.

4-6월에는 교과인(사회, 영어, 기술) 선생님들과 저까지 4명에서 스터디를 아래와 같은 순서로 진행했습니다.

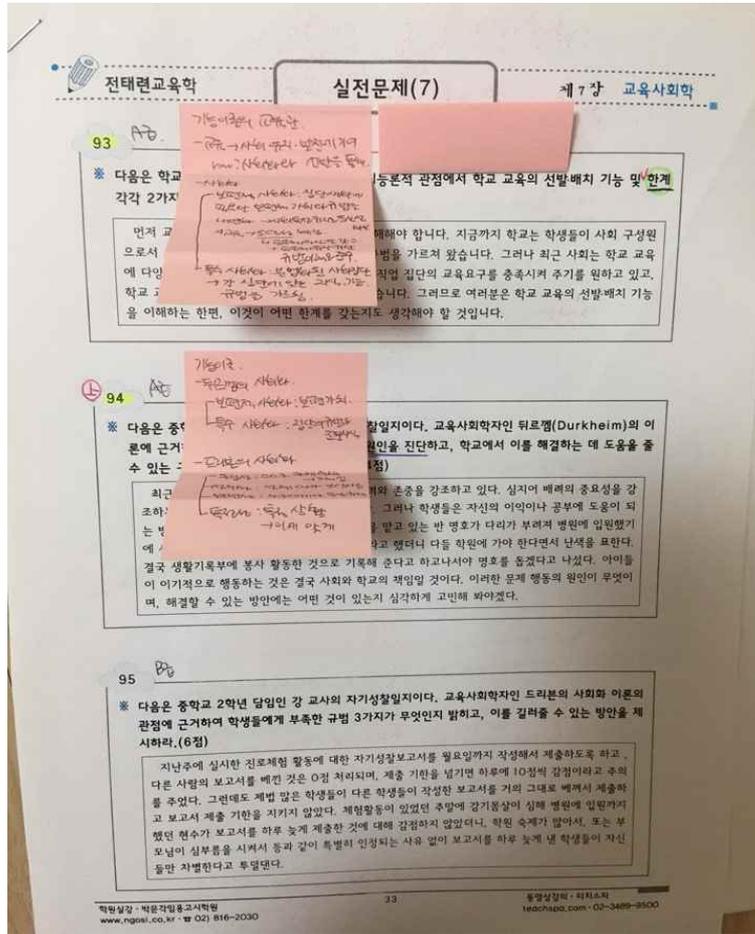


전태련 선생님 핵심톡톡으로 한 주동안 복습해보면 2시간 정도 만나서 돌아가면서 한 개념씩 설명하고 스터디 마무리는 핵심톡톡을 덮고 서로 중요한 내용을 구두로 묻고 답했습니다. 저만 전태련 선생님이었기 때문에 다른 강사분들 내용도 추가로 듣게 되고 교과 선생님들의 교육학 지식을 좀 더 배울 수 있는 기회여서 좋았습니다.

다만 전태련 선생님의 자료는 간략하고 중요한 부분만 골라주시지만 다른 강사분들은 자세하게 진행하시더라고요! 저는 전공에 좀 더 힘을 두자고 생각하여 그냥 스터디에서 듣기만하고 스터디에서 추가로 제공되는 자료는 따로 공부하거나 암기하지는 않았습니다. 6월 교육철학 이후에 교육사는 따로 볼 생각이 없어서 저는 스터디를 그만 참여하였습니다. 이 후 7월부터는 다시 교육학 강의를 시작됩니다.

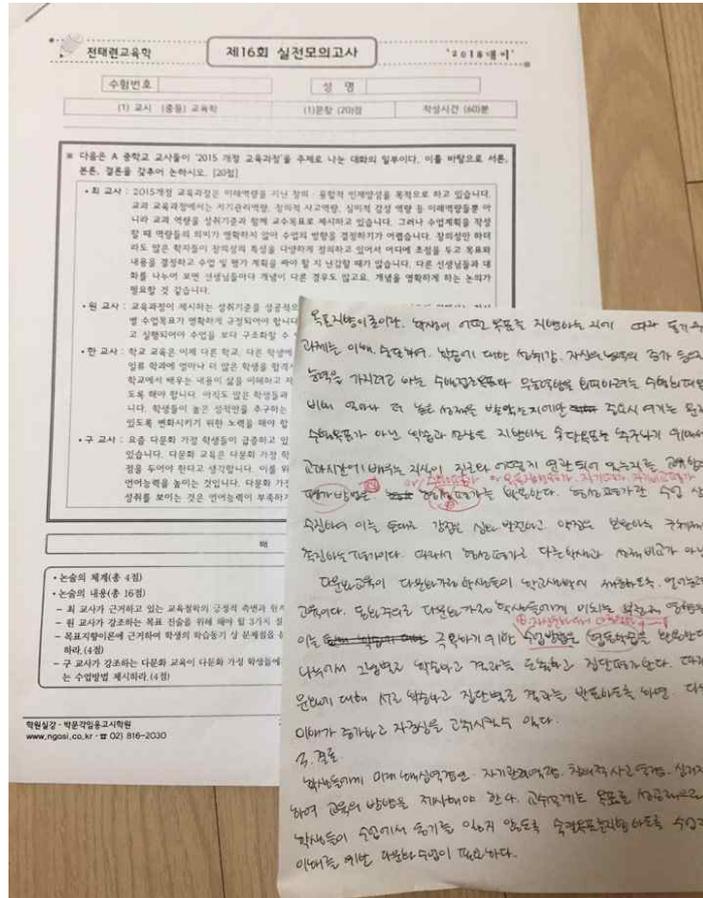
한 주에 한 과목씩 이론 설명해주시고 2주에 한 번은 모의고사를 보는 커리큘럼입니다.

[2018학년도 전공보건 합격수기]



비슷한 패턴으로 이론 강의를 듣고는 백지예다가 목차를 그리거나 말로 설명하면서 복습하였습니다. 옆 사진은 이론 강의와 함께 제공되는 문제이고 교육사회학이면 교육사회학과 관련된 문제를 세세하게 제공해 주십니다. 저는 1개 당 10분 정도로 시간을 잡고 문제를 풀었고 주말에는 4개를 한 번에 40분 시간 재고 다시 풀었습니다. 포스트 위에는 문제 관련 이론을 구조화해서 적고 이때는 세세하게 채점하지 않았고 키워드가 모두 포함되었는지만 확인했습니다. 9-11월에는 한 주에 3회 정도의 모의고사가 올라왔습니다.

[2018학년도 전공보전 합격수기]



서본결을 55분 정도 안에 끝내야겠다는 생각으로 매번 답안을 에이포에 작성하였고 실제 시험은 B4용지이기 때문에 가로로 놓고 적었습니다. 저는 1월부터 검정볼펜만 사용하고 연필은 일체 사용하지 않았습니다.

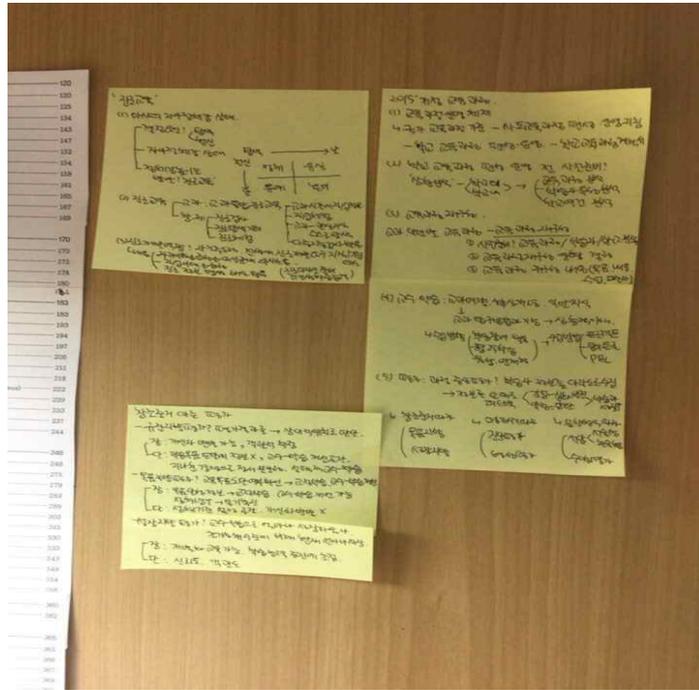
서본은 전태련 선생님이 알려주신대로 2015교육개정에 대한 만능 내용으로 적었고 평소에도 큰 시간 비중을 두지 않았습니다.

본론은 저는 보통 묻는 개념에 대한 설명을 1줄로 적고 이후 근거를 1줄 적었습니다. 실천 모의고사를 풀 때도 애매하거나 장황해질 수 있는 말은 아예 적지 않았습니다.

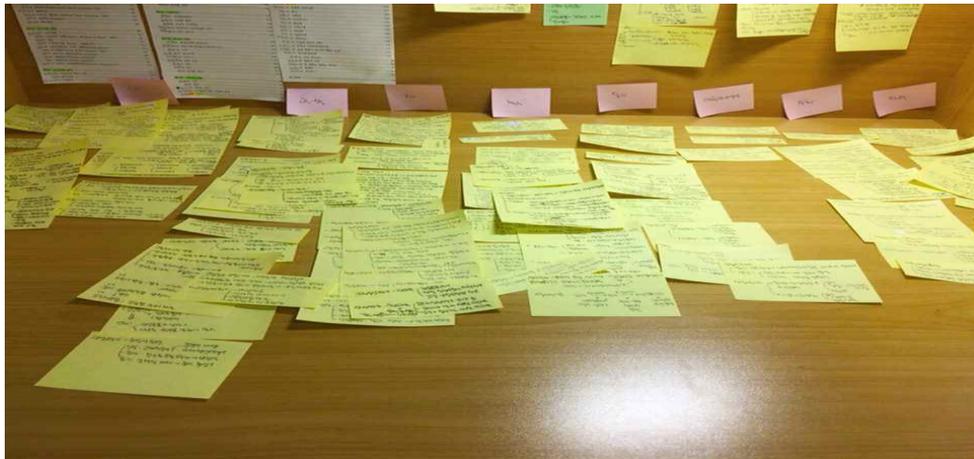
결론은 본론 내용의 개념을 요약한 경우가 많았습니다.

실전모의고사를 보고 난 후 전태련 선생님 답으로는 글의 구조나 문구, 글의 흐름이나 근거위주로 보았고 모의고사 해설 강의를 듣고 내 답안을 빨간색으로 고치고 감점이 되는 부분이 어디인지를 체크했습니다.

[2018학년도 전공보전 합격수기]



실전 모의고사를 보고 난 후에는 매 주 제공되는 3회의 모의고사에서 나온 내용을 구조화시켜 포스트 잇으로 만들어서 일주일마다 독서실 책상에 붙였습니다. 9-11월은 대부분 중요한 내용이어서 포스트 잇으로 자주 반복해서 볼 수 있는 점이 좋았습니다.



11월에는 9월 이후부터 실전모의고사를 보면서 모아두었던 포스트 잇을 과목별로, 내용별로 모아서 중복되는 부분은 빼고 저만의 핵심요약집을 만들었습니다.

그 때 내용들이 시험에 나올 가능성이 가장 크다고 생각했기 때문에 세세한 부분을 집중해서 보기보다는 11월 한 달은 목차와 제가 정리한 핵심요약집을 보았습니다.

<전공>

1-6월은 김기영 선생님 강의만 쫓 따라갔습니다.

보통 인강은 토요일에 이론강의가 올라왔고 목요일에 이론에 대한 문제와 해설강의가 올라왔습니다.

교재는 아래와 같이 별 갯수로 중요도를 확인했고, 기입인지 서술인지 적어두었고, 재반출이 가능하다고 하신 부분도 따로 적었습니다. 4월 중순부터는 친구와 전화로 아침에 1시간 정도 1월달 내용을 까먹지 않도록 전화스터디를 진행했습니다. 범위는 총 20장이었고 서로 책을 덮고 책 내용을 묻고 답했습니다. 같이 전화 스터디 하던 친구가 몸이 좋지 않아서 1권,2권 정도까지하고 6월 정도부터는 전화스터디를 할 수 없었습니다. 전화스터디는 추천을 많이 받았고 실제로 저도 구두로 말해보면서 책을 더 꼼꼼히 정독할 수 있는 점이 좋았습니다.

가능하다면 하는 것이 좋지만 저는 필수라고는 생각하지 않습니다!!

[2018학년도 전공보건 합격수기]

①(사) 건강진단 기입

판의	급성적으로 발병하여 정기적인 특수 건강진단으로 발견하기 어려운 직업성 질환을 조기 진단
대상	특수 건강진단 대상 업무에 종사/별정 유해인자에 노출되는 근로자 중/직업성 천식, 직업성 피부 질환, 해당 유해인자에 건강장에 중상 호소/의학적 조치가 있는 경우 사업주 비 용부담으로 건강진단
근로자	증상, 소견을 보이는 근로자가 직결 수시건강진단 요청
근로자대표, 감독관	근로자대표, 명예 산업 안전 감독관이 당해근로자 대신 수시 건강진단을 요청
별차	당해사업장의 산업보건, 보건관리자가 수시 건강진단을 권의
제외	사업주가 특수 건강진단을 직접 실시한 의사로부터/수시 건강진단 이 필요치 않다는 자문을 서면으로 제출받은 경우에는 실시하지 아니할 수 있다.

②(사) 건강진단 기입

정의	유해인자에 의한 중독의 여부, 질병의 이환여부, 질병의 발생 원인을 확인하기 위하여 정 기적인 특수 건강 진단까지 기다리지 않고 직(단)용노동관서의 신청으로 사업주가 비용 을 부담하여 (특) 임시 건강 진단 실시
목적	직업성 질환을 예방하기 위한 적절한 조치를 긴급히 강구하여야 할 필요가 있을 때
상황	직업성 질환의 예방을 위하여 적절한 조치를 긴급히 강구하여야 할 필요가 있을 때 동일부서에 근무하는 근로자, 동일한 유해인자에 노출되는 근로자 에게 유사한 질병의 자각, 타각증상이 발생 직업성 유소견자 발생하거나 다음 발생할 우려 지방고용노동관서의 장 지방고용노동관서의 장이 필요하다고 판단

③(사) 건강관리구분 편성

A	건강자	건강관리상 사후관리가 필요 없는 자
C (일반)	직업병 요관찰자	직업성 질병으로 진정될 우려가 있어/수적 검사 등 (일반)이 필 요한 자 (일반)
D (일반)	일반 질병 요관찰자	일반 질병으로 진정될 우려가 있어/수적 관찰이 필요한 자
D (일반)	직업성 유소견자	직업성 질병의 소견을 보여/사후관리가 필요한 자
D (일반)	일반 질병 유소견자	일반 질병의 소견을 보여/사후관리가 필요한 자
R	질환 의심자	1차 (일반) 건강진단 결과 건강수준의 평가가 곤란하거나 질환 의심자(R)로 판정된 자를 대상으로/질환의 진사 관찰을 통보 받은 날로부터 (일반) (일반) 건강진단 실시 (일반)

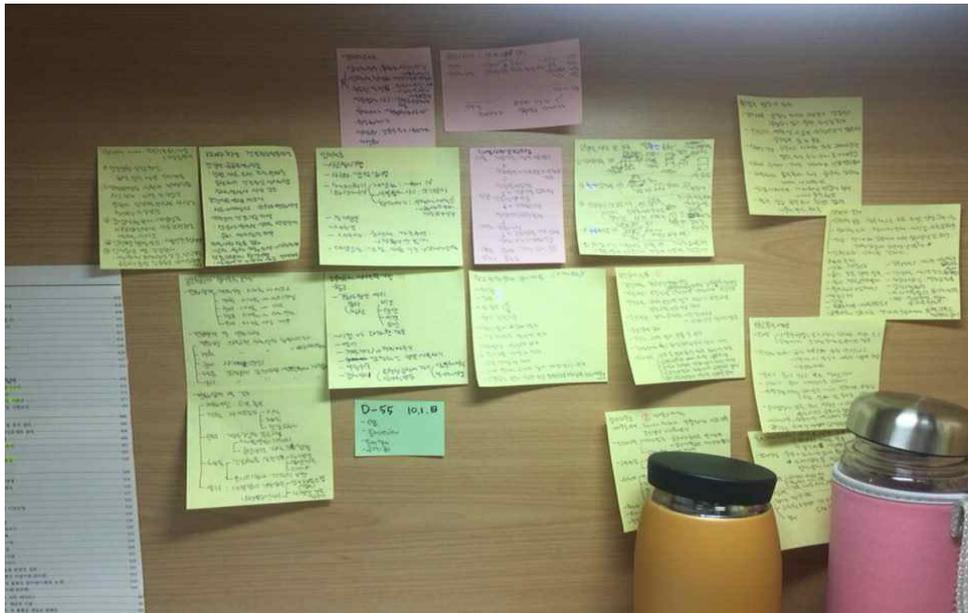
병원성 = 발병자수(현성 감염자 수) / 감염자 수

④(사) 식중독의 분류

대분류	중분류	소분류	원인균 및 물질
미생물	생균성	감염성	살모넬라, 장질비브리오균, 병원성대장균, 캄필로박터
		독소형 "다, B, E, H"	황색포도상구균, 보툴리누스 중독, 헬리균
비미생성	자연독	대우: 점염력이 강하고 사람에서 사람으로 쉽게 전파	노로바이러스
		독물성 자연독	복어독, 조개류 중독
화학물질	화학물질	곰팡이 독소	백진독(뱀과 식물), 아프리카신(망종, 콩, 옥수수, 쌀, 보리)
		식품첨가물	학책료, 착염료, 감미료, 발부제
화학적	화학적	유해물질	본의 아니게 잔류되는 잔류농약, 살충제, 살사제(구약)
		조리기구, 포장에 의한 중독	근리, 납, 비스, 카드뮴

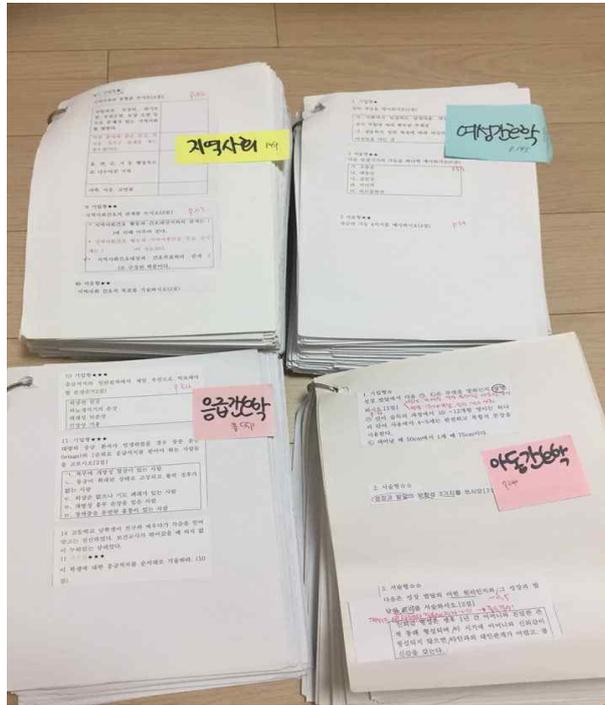
⑤(사) 세균성 식중독 차이

	일반형	독소형
정의	생균 자체로 인한 식중독으로/세균이 체내에서 대량으로 증식하여 소화기에 작용해서 일어나는 식중독	생균이 분리한 독소에 의한 식중독으로/세균이 증가할 때 발생하는 체외독소가 소화기에 작용하여 일어나는 식중독
원인	균체내독소	균외독소
증상	살모넬라, 호밀균 식중독(장염 비브리오), 병원성 대장균, 캄필로박터, 리스테리아균	황색포도상구균, 보툴리누스, 헬리균

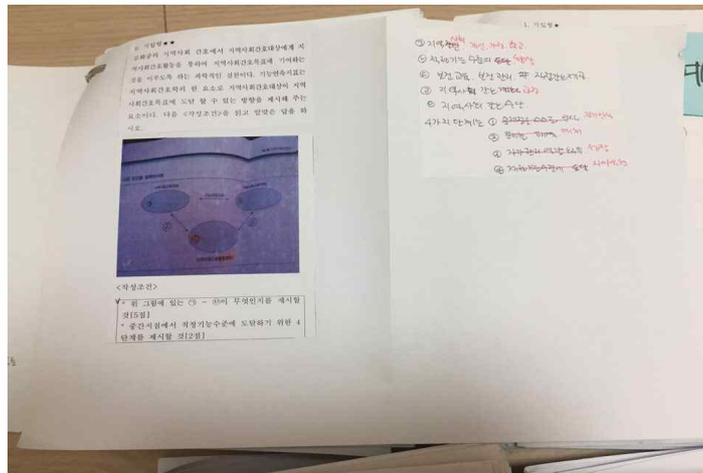


이론강의를 듣다가 잘 외워지지 않는 부분은 포스트 잇에 적어서 침대에 붙이기도 하고 사진처럼 독서실에도 붙였습니다. 처음에는 잘 눈길이 가지 않아도 시간이 지날수록 포스트잇 위치까지도 기억이 납니다!

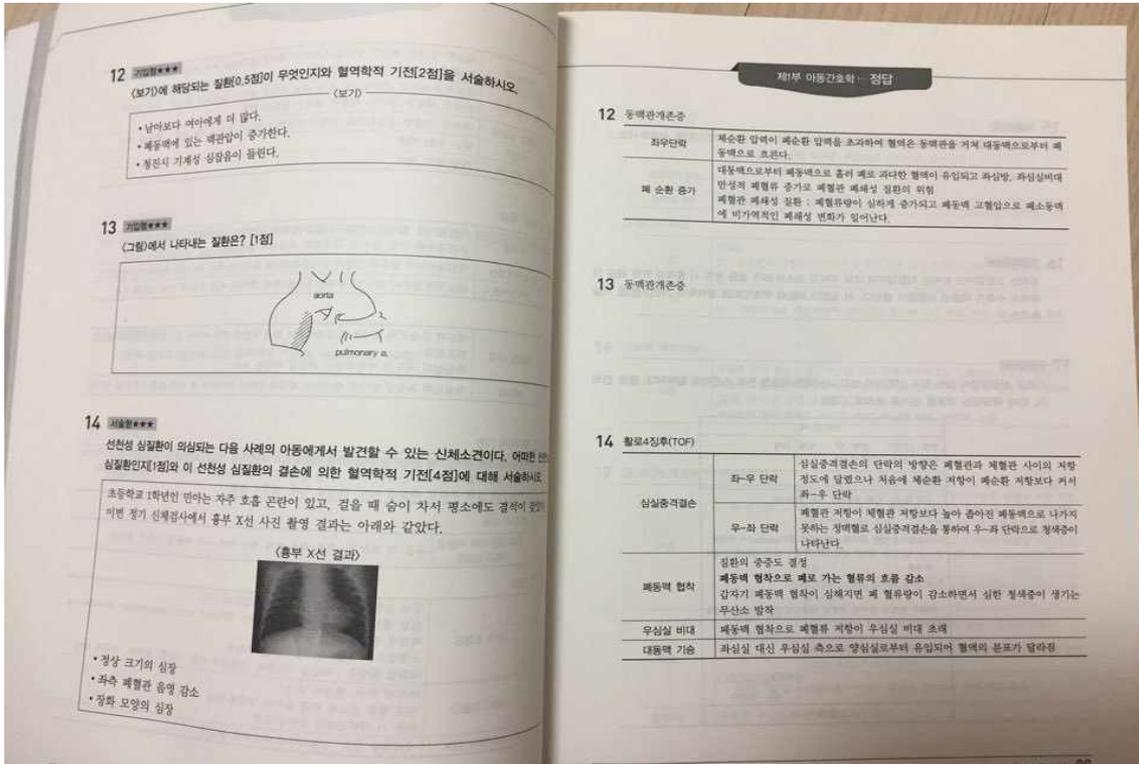
[2018학년도 전공보건 합격수기]



1-6월에는 많은 시행착오를 거치다가 제가 한 작업이 옆 사진처럼 과목별로, 교재 순서와 동일하게 1-6월 문제를 오려서 붙였습니다. 에이포 반절을 접어 왼쪽은 문제 오른쪽은 저의 답을 붙였고 이론해설 강의를 들을 때 저의 답에서 틀린 부분만 빨간색으로 수정하였습니다.



아래 사진은 암기카드로 7월 중순정도에 나오고, 그동안의 1-6월문제와 기출문제를 과목별로, 교재 순서대로 왼쪽에는 문제 오른쪽에는 답이 적혀있습니다. 저는 암기카드가 손에 들고다니는 작은 책 정도로 생각했기 때문에 암기카드를 사서 보니 제가 만들었던 1-6월 문제집과 거의 유사했습니다. 이때 고민이 많았지만 결국 저는 암기카드를 활용하지 않았고 제가 만든 문제집을 꼭 사용했습니다. 내가 만든 문제집은 편집이나 순서 바꾸기가 간편하고 내가 쓴 답과 표현을 볼 수 있고 어디가 틀렸었고 어떻게 고쳐야하는 지를 볼 수 있는 장점이 있었습니다. 하지만 단점으로는 시간이 지나치게 많이 걸립니다. 저는 주말 하루에 온 가족 식구 4명이 모여서 작업했습니다. 장단점을 다 고려해서 본인이 편한대로 선택하면 될 것 같습니다!



7-9월에는 한 주에 한 번 문제와 해설강의가 올라왔고 아동이면 아동 성인이면 성인 이렇게 범위를 나눠 주셨습니다.

한 주마다 정해진 범위의 이론을 복습하였고 올라온 문제는 실제 시험과 동일하게 90분을 재면서 풀었습니다. 이후 해설강의를 듣고 틀린 부분을 빨간펜으로 고쳤고 이 때 채점을 해보거나 직장 선생님들 평균과 비교하지는 않았습니다.

강의까지 다 듣고나면 1-6월 문제집에 문제와 내가 쓴 답을 오려 붙여서 1-6월 문제 뒤에 끼워넣었습니다. 복습은 내가 만든 문제집을 답은 가리고 문제만 보고 답을 구두로 말해보았습니다. 매주 나눠준 범위만큼 복습했습니다.

이때부터 모든 복습과 공부는 문제집에 초점을 맞췄습니다.

이때 틀린 문제는 핸드폰에 문제만 찍어서 저장하였고 정답을 말할 수 있을 때까지 사진첩에 두었습니다.

틈이 날때마다 사진첩에 들어갔고 문제를 보고 답을 바로 말할 수 있을 때 사진을 삭제하였습니다.

또 제가 한 작업은 아래 사진처럼 모든 과목의 목차를 축소 복사해서 독서실 책상과 집 옷장에 붙였습니다.

올해 반출 가능한 부분은 형광펜으로 표시하였고 별 갯수도 함께 표시했습니다.

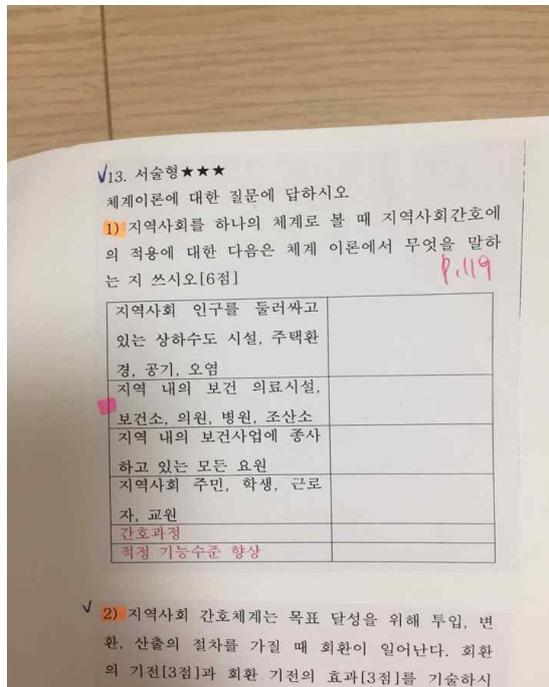
그 날 공부한 내용에 대한 목차는 그 날 집에 가서 확인했고 암기에 도움이 되는 단어를 적기도 하였고

어떤 식으로 문제가 나올지 예상되는 문제를 간략하게 적기도 했습니다.

저는 시험장에서 이 목차만 들고가서 보았고 대부분의 기입형 답은 목차에 있기 때문에 정말 큰 도움이 되었습니다.

특히 정신에서 전공 A에서 정말 기입문제 보자마자 방금 목차에서 본 게 답으로 나왔었습니다!!

[2018학년도 전공보건 합격수기]



10-11월에는 범위 지정없이 한 주에 한 번 씩 문제와 해설강의가 올라왔습니다.

이때는 전공 A 전공B 이렇게 문제가 따로 나오기 때문에 실제 시험처럼 토요일에 시험시간에 맞춰 문제를 풀었습니다. 시험을 본 후 같은 패턴으로 해설강의를 듣고 틀린부분을 고치고 1-9월까지 작업한 문제집에 문제와 답을 오려 붙여 끼워넣었습니다. 이 후 다음 문제가 올라오기 전까지 문제집으로 복습을 했습니다.

10월에는 1번 모든 문제와 답에 대해 복습을 진행하였고 11월에는 2주에 한 번, 1주에 한 번, 나머지 일주일엔 내가 틀린 문제와 답만 매일 보았습니다. 왼쪽 사진처럼 문제집으로 복습을 하다보면 틀린 문제는 또 틀리고 또 틀리게 되기 때문에 내가 어떤 부분을 알고 모르는 지를 확실히 확인할 수 있었습니다.

<시간계획>

-교육학 : 1-2월에는 한 주에 3일은 인강을 나눠듣고 3일은 복습했습니다. 일요일은 교육학을 쉬었습니다.

4-6월은 한 주에 이론 한 개 씩 스터디 준비를 하면서 복습했습니다.

7-8월은 매일 평일 오전 9시에서 12시까지 교육학을 공부했고 이틀은 인강듣고 하루는 문제풀고 하루는 문제 복습하고 나머지 하루는 문제를 다시 풀어보았습니다.

9-11월도 매일 평일 오전 9시에서 12시까지 교육학을 공부했고 모의고사가 총 3회였기 때문에 모의고사와 강의듣기로 3일하고 나머지 2일은 모의고사에서 나오는 중요 내용을 복습했습니다.

-전공 : 1-6월에는 평일에는 이틀에서 삼일은 조금씩 인강을 나누어서 들었고 하루는 문제풀고 다음날은 문제 해설을 들었습니다.

[2018학년도 전공보건 합격수기]

주말에는 문제를 오래붙였고 이론을 복습했습니다. 이때는 손으로 복습하면서 내용을 다 적었습니다. 지금 생각으로는 차라리 모든 내용을 쓰기보다는 몇몇 내용만 쓰고 암기에 더 집중을 했었으면 좋았겠지 하는 생각이 듭니다~

7-9월에는 점심이후부터 3일은 지정해 준 범위만큼의 이론을 공부했고 하루는 문제를 풀고 문제강의를 들었습니다. 이들은 문제를 오래붙고 지정해 준 범위만큼을 문제집으로 복습했습니다. 틀린 문제는 사진첩에 두고두고 저장했습니다.

10-11월에도 역시 점심이후부터 토요일은 모의고사를 보고 해설강의를 들었고 일요일에는 문제를 오래 붙였습니다.

10월에는 한 주에 한 권씩 문제집으로만 복습을 했습니다.

11월에도 문제보고 답 말해보기를 계속 진행했습니다. 한 3-4번 정도 돌렸던 것 같아요!

저는 일요일에는 교회를 다녀서 문제집을 만드는 작업 외에는 가족들과 이야기하거나 텔레비전을 보거나 외식을 하면서 쉬었습니다.

시험 전 주까지도 일요일은 매 주 거의 쉬는 날이었습니다. 그래도 아예 손을 놓지는 못했고, 포스트 잇을 보거나 사진첩에 저장된 문제를 보았습니다.

제가 마지막까지 스트레스였던 건 하루에 공부시간이 너무 짧다고 생각했던 점이었습니다. 시험 전까지만 해도 총 공부시간이 7시간을 넘긴 적이 거의 없었습니다. 최대 길게 공부한 시간도 9시간이었어요..ㅠ 그래서 다양한 방법을 써 보았는데 결론은 공부시간에 크게 스트레스 받지 않아야겠다는 생각이었습니다.

나중에는 공부시간 어플도 다 지우고 하루 계획만큼만 끝내자고 결심했고 무리하지 않았습니다. 일찍 끝난날은 일찍 집에 와서 놀기도 했습니다. 공부시간이 어느 정도는 필요하지만 더욱 중요한 것은 집중력과 마인드 컨트롤인 것 같습니다^^

저는 딱히 운동을 하지는 않았는데 확실히 후반부에는 체력이 많이 떨어져서 힘들었습니다. 1-6월에는 그나마 시간적 여유가 있기 때문에 1시간 정도 투자해서 운동을 해보는 것도 좋을 것 같아요!

공부를 하다보면 정말 지치고 너무 하루하루가 지겹고 힘든 순간이 분명 찾아오게 되는데요.

이 때 저는 울기도하고 노래방도 자주 갔었고, 카페를 가서 공부하거나 영화를 보거나 맛집을 찾아가는 등등 다양한 방법을 썼습니다. 힘들다고 슬럼프라고 손을 놓기보다는 하루하루 할 공부는 하면서 다른 방법으로 스트레스를 많이 풀었던 거 같아요.

<면접>

1차 시험 후 곧바로 2차 면접 준비에 들어갔습니다. 한마음 카페를 활용해서 스터디원을 구했습니다. 제가 초수라 대부분 스터디에서 끼워주려고 하지 않아서 제가 직접 글을 올려서 스터디원을 모집했습니다.

처음에 2주 정도는 모두 초수였기 때문에 윤승현 심층면접 강의를 같이 만나서 들었습니다. 1차 결과 전까지 남은 2주 정도는 스터디원끼리 면접문제 3개 정도를 돌아가면서 말했습니다. 행복한 교육 잡지는 1-12월로 나눠져 있어서 각자 한 달씩 나누어 구독한 후에 요약해서 서로 좋은 부분만 나눴습니다. 저희 스터디는 책은 읽지는 못했고, 학교란 무엇인가라는 영상은 각자 보았습니다.

시책은 잘 눈에 들어오지는 않았지만 뽑아서 보기 시작했습니다.

1차 결과 이후에는 스터디원을 총원해 총 4명이었고 시간은 평일 5일 3시간 정도 소요되었습니다. 각자 에이포에 구상형 3개를 프린트해오고 만나자마자 면접 순서와 말해 볼 문제를 사다리타기로 뽑고 4명에서 10분 구상 후 10분동안 말한 후 피드백 주었습니다.

3일 정도는 초등학교를 빌릴 수 있어서 면접복을 입고 머리와 신발도 갖춰신고 와서 실제 면접과 동일하게 진행했습니다. 학교에서는 10분 구상해보고 20분간 평가원 문제로 구상형 3개 즉답형 1개를 말했고 전복즉답 문제 2개를 말했습니다.

면접 일주일 전에는 하루정도 다른 스터디 사람들과 서로 면접 점수를 주면서 모의면접을 진행했습니다.

심층면접에서는 나이도 비슷하고 성격도 잘 맞아서 스터디로 큰 도움을 받게 되었고 스터디원 대부분이 90점 이상의 점수를 받았고 4명 모두 최종합격하게 되었어요...!!^^

[2018학년도 전공보건 합격수기]

<핵심요약>

저는 교육학, 전공 모두 인강 선생님을 믿고 따라갔고 주변에서 들려오는 부정적인 소리나 걱정하는 부분에는 크게 신경쓰지 않았습니다. 그렇기 때문에 추가로 더하기 보다는 정해진 커리큘럼과 복습에 충실해야지 하는 생각으로 임했습니다.

교육학을 공부할 때 솔직히.. 목차를 자주 그리지는 못했지만 자기 전에 교육학 내용은 꼭 머릿속으로 한 번 굴리고 입으로 말해보고 잠에 들었습니다.

전공은 김기영 선생님 문제와 강의 교재가 모두 너무 좋았기 때문에 그대로만 따라간다면 좋은 점수 받을 수 있을 것이라 생각되요!

전공에서 복습할 때 가장 고민된 부분이 불안함에 교재를 놓을까 말까였는데 저는 교재복습보다는 문제와 답으로 복습하는 것이 더 효과적이고 고득점이 가능한 방법인 것 같습니다.

저는 문제집을 만들었지만 7월에 나오는 암기카드에 7-11월에 나오는 문제를 오려붙여 추가하는 것도 좋은 방법이라고 생각합니다.

결론은 문제와 답으로 복습하자!입니다.

저는 문제에 따로 중요하고 중요하지 않고를 표시하지 않았고 몇 년도 기출인지도 표시하지 않았습니다. 그렇기 때문에 모든 문제에 대해 자동으로 답이 나올 수 있도록 공부했던 것 같고 올해처럼 세세하게 문제가 나온 경우에 유리하게 작용했습니다. 점차 눈에 익숙해지면 문제에서 앞 3단어만 보아도 문제가 무엇이고 답이 무엇인지 나올 정도까지 복습을 했었습니다.

마지막으로 보건교사 준비하는 모든 선생님들~~

제 글이 얼마나 도움이 될지는 모르겠지만 조금이나마 도움이 될 수 있도록 적다보니 글이 길어졌습니다. 이해해주세요ㅠ

제가 드리고 싶은 말은!! 임용시험을 보기로 결정을 했고, 시험 전까지는 어쨌든 해야되는 일이기 때문에 조금은 편하게 생각해야된다는 점이에요. 인강도 미뤄봤자 시험을 보려면 언젠가는 봐야하고 복습도 언젠가는 해야하기 때문에 차라리 할 때 집중해서 하는 게

돌이켜보면 시간을 벌 수 있는 방법입니당~ 그리고 너무 불안해하거나 자신에게 자책하지 마세요ㅠ

앞으로 아주아주 힘들고 긴 여정이긴 힘든 선택이지만 1명을 뽑아도 그건 내가 된다!라는 자신감으로 자신을 토닥여주세요~

♥♥♥♥♥♥

[2018학년도 전공보건 합격수기]

둘. 경기중등 5등 6개월 공부 두아이맘 강0영선생님

안녕하세요 저도 했으니 선생님들 모두 할 수있으세요

전 올해상반기 복직예정으로 육아 중이었고 한명은 어린이집 안다녔어요

복직 시 직장과 육아를 병행하기 힘들다고 판단하였고 또한 신랑이 다른곳으로 직장을 옮겨 주말부부가 되기에 보건교사가 되기위해6월에 공부 시작했습니다

고등학교때부터 교사가 꿈이긴 했습니다

육아 중이어서 5월2주 동안 새벽까지 공부해서 한국사 합격했어요

초반3개월은 육아병행했구요 그때는 6월까지 못들은 강의 다듣는것을 목표였어요

후반3개월은 친정 엄마 도움받았어요

이때도 첫째등원 시키고 애들 재우는것은 제가 많이 했습니다

지인이 인천수석해서 추천받아 고민없이 김기영쌤 강의 들었어요

전 한번 선택하면 고민없이 믿고 따라 갑니다

선생님의 격려와 할 수 있다는 믿음이 힘들음을 이겨내는데 도움이 많이 되었습니다

1. 강의듣기와 공부 흐름

늦게 시작해서 1년과정을 다하긴 시간이 부족하여 암카 강의 부분 즉, 6월부터 9월말강의 빼고 마지막 모의고사 강의, 이론 기출풀이 강의 들었어요

그래서 전 암카로 공부안하고 기본전공서적으로 공부했습니다

처음에 너무 열의를 가지고 새벽까지 공부하니

나중에 방전되어 11월은 너무 공부가 안됐어요

똑같은 책보기 싫은데 공부할 것은 너무 많고 암기한것도 기억 안나고, 다시 암기하잖이 시간이 부족하고, 다시 암기 안하기는 그 전의 노력이 역효과 ! 이런 심리적 어려움이 있었어요

저처럼 하지마시고 페이스 조절하시며 꾸준히 하셔야해요

공부가 잘 된다고 늦게 까지하면 다음날 지장있어요

그래서 늦게 자니 늦게 일어나 , 늦게 첫째 등원시키고 오전에 독서실에서 자고 !! 점심때쯤 정신이 들었어요

나중에는 지쳐 애들 재우며 제가 먼저 잠들더라구요

시험 일주일 전에 패턴바꾸려했는데 안되서 시험 전날도 1시넘어 잤어요

이러면 안되니 처음부터 무리하지 마시고 꾸준히 하세요

저는 강의 이해안되는 부분은 될때까지 들었어요

자꾸 들으면 귀에 안들어 왔던것도 들어오고 이런내용이 있었어 ! 이런 생각도 들었어요

이해가 되어야 암기가 되니깐요! 부족하다 싶으면 네이버 검색하며 보충하고 이해했어요 각론서보기 싫고 인터넷이 편했어요

강의하실때 문제 내용뿐아니라 관련된 질병들 한꺼번에 정리해주시니 반복해서 공부되어 좋았습니다

이론강의 들으며 암기는 중요한 부분만했어요

그리고 다시 반복할때 과목별로 교제 페이지수 확인확인하고 날짜 정해 암기했습니다

그런데 하다보면 뒤로 미뤄졌어요 그래서 기출위주, 제가 공부하고 싶은 것 위주하고

다시 반복할때 추가하며 공부했습니다

간호, 외우기 어려운것, 공부하기 싫은것 이러내용은 제일 뒤로 미루고 공부했어요

그래서 결국 포기한것 많구요

전 늦게 시작해서 올인하지 못해 다른 선생님보다 암기한 내용이 적었고 포기한 부분이 좀 있었어요 제가 한 공부법이 이번 시험에 저에게 합격을 가져다 주었지만 이방법이 옳다고 못하겠어요

결국 선택과 집중인 것 같습니다

[2018학년도 전공보건 합격수기]

2. 과목별 공부

정신은 카테고리에 속한 질병을 수없이 구조화를 수없이 반복해 익힌 후 진단기준 암기하고 제일 마지막에 간호를 암기했어요

예로 불안장애에 속한 질병이 무엇이 있는지 암기 후 질병의 특징 진단기준 등 암기했어요 그래서 머리속의 지식으로 에이포 한장에 모든 정신 질환명이 나오게 구조화해서 여러번 적었어요

구조화도 중요해요

모성에서도 질병하나씩 별개로 공부하는 것이 아니라 관련질병들을 한꺼번에 비교하며 공부했어요

김기영쌤이 해주시니 강의때 해주시니 따라가시면 되세요

예로 자궁선근증 자궁근종 자궁내막증 관련 질병은 같이 정리하며 공부해야 이해가 잘 되구요

임신 시 신체변화도 신체마다 호르몬 마다 따로하는것이 아니라 각각의 특징, 다른 점 등 다같이 정리했습니다
그래야 전체적인 이해도 쉽고 재미있더라구요

처음부터 체계적 정리는 안될수도 있을 것 같아요 후반부되면 이렇게하는게 좋은 것 같아요

성인도 소화기하면 관련된 질병 무엇인지 쭉욱 생각하고 각 특징이 무엇인지 공부했어요

처음에 역류성식도염부터 시작해서 책 순서대로 질병을 떠올리고 특징도 생각하구요 크론병과 궤양성 대장염 비교한 내용 생각하고 다음에는 뭐가 있었더라!! 위궤양과 십이지장궤양은 뭐가 달랐지?

처음부터 힘들지만 자꾸하다보면 그림이 그려지더라구요

전 책을 사진처럼 떠올리며 공부했습니다

구체적인 글자까지 사진처럼 떠올리는 것은 아니구요

앞뒤 질병순서나 내용이 어느부분에 있었는지 떠올리면 암기한것을 인출했습니다 그래야 인출이 안될때 주변 지식으로도 생각후 인출이 가능했습니다

제산제 정의 뒤에 제산제 별로 기전이 나와있었는데 !! 오른쪽 아래에는 양성자펌프차단 약물이었는데 약명이 뭐였지, 그위에는 히스타민 길항제 있었지 ! 그런것을 사진처럼 위치가 기억 되더라구요

자꾸보면 저절로 기억되는듯해요

아동은 나오는 문제 수에 비해 내용이 너무 많아서 후반부에는 질병위주와 에릭슨 피아제 등 중요한 것 위주로 했어요

지역 학교보건은 마지막에 집중해서 공부했습니다

예로 변화단계이론이면 암기 후 구조화해서 백지로 쓰거나 떠올렸습니다

가족이론이 뭐가 있었지 쭉욱 생각하고 각이론을 인출했습니다

수기 쓰기 전에는 내가 공부 체계도 없고 암기 못한부분도 많은데 어떻게 도움이 되겠냐 라는 생각했어요! 쓰다 보니 제가 모르는 사이 공통된 공부법이 있었네요

전체적으로 구조화하며 백지쓰기 하기

선택과 집중(내용방대함. 강의만 다 알아도 합격)

책보면 관련된 것을 적기(다시 보지 않았지만 정리)

한달 밴드로 단답식 문제내기 스테디

제가 합격했으니 선생님 모두 가능하세요

이 시험은 공부 많이해도 적게해도 모두 불안해하시니 자신감가지고 내 선택이 최선이다 생각하고 하셨음 합니다

혼자 힘드시면 스테디하여 도와가며 하는것도 좋은것 같아요

3. 시험

이번 시험때 건강증진학교 빼고 다 배운 내용이였어요 그래서 쉽다고 생각했어요.

건강증진학교도 말씀해주신건데 제가 그 내용이 건강증진학교 내용인지 몰랐던거 더라구요

시험문제집 보고 낯선 내용은 없어 대부분 답을 작성해서 6개월 공부에, 초수인데 잘 했고 합격했다 생각했어요

물론 배웠지만 제가 공부안한 내용은 지어적었어요

시험 끝나고 카페에 올라오는 답보고 채점했다 절망했다가 기영쌤 기출풀이 오프라인강의듣고 희망을 가졌어요 기영쌤이 핵심키워드 들어가면 맞는 거라고 하셔서 그때 채점 점수가 최종점수와 비슷했어요

[2018학년도 전공보전 합격수기]

시험칠때 실수 안하는것도 중요해요

너무 잘 아는 문제, 직전 모의고사에서 본문제 나와 흥분한 나머지 실수 했어요

더 좋은 점수 받았을 수 있었는데 넘 바보같더라구요

주변에 실수하는 분 대부분이예요

그러니 아는 것 제대로 적는 것도 중요해요

그리고 이차준비는 지금은 생각안하셔도 되세요 1차끝나고 하시면 충분합니다

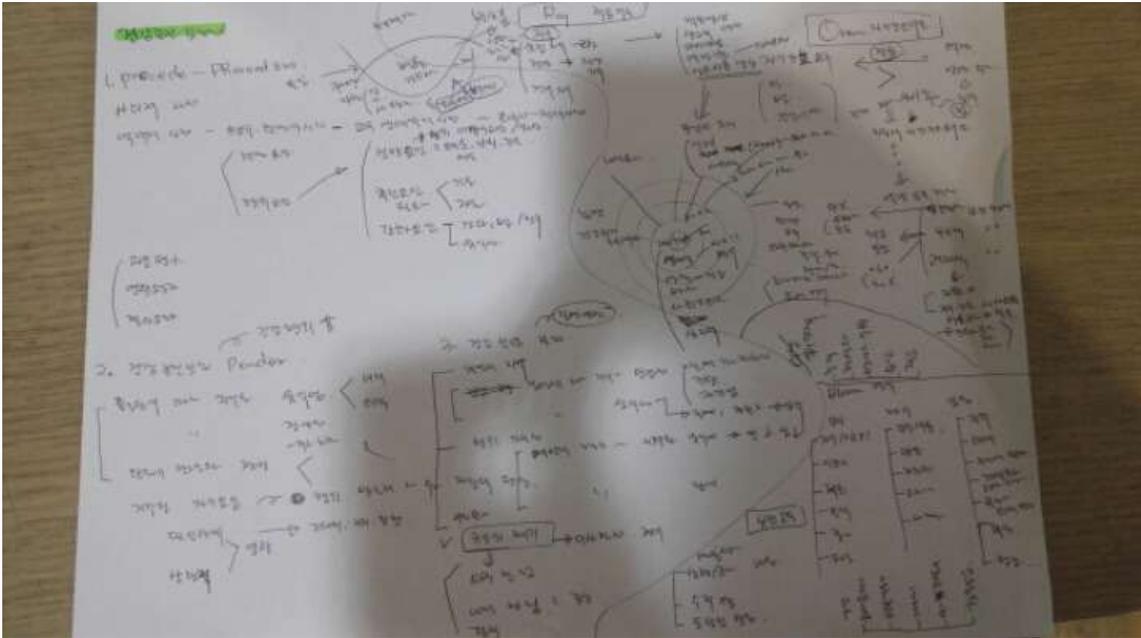
말주변 없는 저도 붙었으니깐요

기영샘이 해주신 집단토의 심층면접 연습과 스테디로 공부하면됩니다

2차는 아나운서처럼 말을 잘하는 것을 보는 것을 보는것아니라 핵심내용이 잘들어 갔는지 협력 소양 등 보는것 이라서요

실제 버퍼링 걸리고 더듬거리며 대답했지만 내용이 묻는것에 벗어나지는 않아서 점수 잘 받았어요

화이팅 샘플 모두 할 수있어요 ♥♥



목 조이는 빈하지 않는 지속적 통증.
 핸드 헬드 악력, 압박감, 조이는 느낌
 정전 심해져 가는 증상, 신체적 활동 저하
 목, 어깨 경직, 긴장
 머리, 목 움직임 저하감, 목덜미 저하감

스트레스
 NE, Serotonin
 뇌의 허위
 후각 기관의 확장
 혈관의 수축
 뇌의 허위
 후각 기관의 확장
 혈관의 수축
 뇌의 허위
 후각 기관의 확장
 혈관의 수축

조짐을 동반하는 편두통 NE S

혈관 수축	장서적 긴장이 신경의 과다 흥분으로 norepinephrine과 serotonin(5-HT)을 활성화해 뇌 (미질) 뇌혈관 수축, 경련에 의해 국소 허혈의 진로 증상
혈관 확장	serotonin: 두 개 혈관 수축 작용 수면 혈관의 확장으로 박동성 두통
혈관 염증	신경혈관염 염증

두통의 가장 흔한 형태
 남자 보다 여자에 흔하다.
 청소년기, 청장년기인 35~45세에 유병률이 가장 높음

가족력 **가족력(65%)**
 뇌대미 뇌혈관 마취, 정전
 3차 허혈의 전조 증상

빈도
 주기적, 일 년 중 몇 달

유발요인
 스트레스: 스트레스원, 불안, 걱정, 안절부절 못함
 스트레스는 모든 두통의 유발요인
 밝은 불빛은 모든 두통의 유발요인

제16장 건강문제관리 • 279

[2018학년도 전공보건 합격수기]

셋. 경기중등 삼교대근무 정0예선생님

안녕하세요 저는 경기중등 보건 합격자입니다. 지금도 합격 수기를 쓰고 있다는 것이 믿어지지 않아요. 저는 2년 공부하였고 계속 3교대 병행하여 했습니다. 높은 점수는 아니지만 그래도 저처럼 시간 없으신 분들께 도움이 되고자 남깁니다. 그동안 열정적으로 강의해주시고 좋은 문제 만들어 주셨던 교수님께 감사드립니다.

초수(제작년)

전공 -삼월 중반부터 시작하였고 기영샘 강의 1년 패키지 신청하여 들었어요. 이미 강의가 많이 밀려있는 상태라서 강의만 다 듣는 것도 벅차던 기억이 나요. 먼저 밀려있는 강의를 2배속으로 하여 우선 5월까지 다 듣고 강의진도 맞춰가면서 듣고 각론서 읽으면서 복습했습니다. 삼교대를 병행하였기 때문에 시간을 규칙적으로 정해서 공부하지는 못했습니다. 나이트 전에 공부하고 데이 끝나고 좀 자고 나서 강의 듣고 이브닝 전에 공부하였습니다. 그러다 보니 시간이 없어서 모의고사 형식으로 시험을 보거나 논술형문제를 한번도 연습삼아 써보지 못했습니다.

그래서 처음 시험을 봤을 때 단답형 뒤에 “입니다” 이런 말을 붙여야 하는지 그냥 답을 쓰면되는 건지 시험장에서 고민했던 아찔한 기억이 납니다. 그래서 시험 보고 나서 모의고사 시간 맞춰서 논술형문제 단답형 문제 풀어보고 어떻게 채점하는지 한 번 미리 해보지 못했던 것을 엄청 후회하였어요. 시간적 여유가 있으신 분이시라면 직접 풀어보고 채점도 해보면서 어떤식으로 써야 하는지 내가 쓴 답이 키워드가 있는지 한번 확인하는 것이 큰 도움을 될꺼라고 생각했습니다.

교육학- 전태련 선생님 강의 들었어요. 강의를 들어도 너무 어렵고 힘들었습니다. 전공은 병원에서 근무하니 어느 정도 연관성이 있고 몰랐던 부분도 알아가는 재미가 있었지만 교육학은 정말 막막했습니다. 이때도 시간이 없어서 시험장에 가서 처음으로 논술형으로 써보았어요.(정말 시간 있으신분들은 꼭 연습삼아 두괄식으로 쓰는 법, 논술형으로 쓰는 법 연습하시길 추천드려요) 제 공부방식은 핵심 톡톡 반복해서 읽고 주신 문제의 답을 외워가면서 했었어요. 만약 ‘교육과정 재구성’에 대한 문제를 풀었으면 모범답안을 보고 어떤 식으로 답을 쓰고 그 안에 어떤 키워드가 들어가는지 보고 반복해서 읽었습니다. 하지만 이렇게 공부하니 시험문제가 뭘 물어보는지 명확하게 나타나지 않으면 정말 소용이 없었습니다. 같은 교육과정 재구성문제가 나오더라도 그것이 명확하게 드러나는 문제가 나올수도 있고 뭘 물어보는 건지 파악하지 못하는 문제가 나올수도 있기 때문에 먼저 교육과정 재구성의 의미, 맥락, 어떤 키워드가 들어가는지 함께 연결해서 보는 것을 추천드려요. 그렇기 때문에 교수님 역시 목차짜기를 강조하셨던 것 같아요 목차를 짜면 어느정도 교육학에 대한 맥락과 흐름이 잡히는 것을 느꼈습니다. 실제 제작년 시험에서 저는 문제가 무엇을 물어 보는건지 파악하기조차 힘들었던 기억이 납니다. 전샘 강의는 만족하였고 무엇보다 핵심톡톡, 실전톡톡 등 체계적으로 목차를 짜서 자료를 주시는 것이 큰 도움이 되었어요. 다만 제가 잘 활용하는 방법과 시간을 몰랐던 것이 실패의 원인이라고 생각하였습니다.

이렇게 저의 상처 가득한 첫 번째 시험이 끝나고 다시 재수를 했습니다.

재수(작년)

전공- 계속 일을 병행하고 이미 일년 동안 모든 열정을 쏟아부은 상태라서 다시 시작할 엄두가 나지 않았습니다. 작년 교재에 필기한 것이 이미 눈에 익은 상태라서 그냥 작년 교재를 가지고 계속 읽었어요. 초수때랑 달라진 점이 있다면 초수때는 각론서> 암기카드, 문제 이렇게 비중을 두었는데 한 번 시험을 치르고 나니 인출의 중요성을 배웠습니다. 그래서 이렇게 공부하였습니다. 먼저 암기카드와 기영선생님이 주신 문제를 먼저 풀고 답을 보고 다시 각론서로 돌아가서 읽었습니다. 이 방법이 지켜올때는 각론서를 먼저 읽고 암기카드와 문제를 돌리기도 하였습니다.

물론 이때도 시간이 없어서 실제 시험처럼 시간을 정하고 논술형문제를 풀어보지는 못했습니다. 그 점이 지금도 아쉽습니다. 대신 논술형 문제를 최대한 줄여서 키워드 적어 보고 기영선생님이 주신 모범답안을 요약해서 적어 놓았습니다. 실제로 올해 BPRS 문제가 나왔을 때 (올해 기영선생님이 강조해주셨던 문제이고 모의고사에서도 몇 번 문제로 내신 것으로 기억합니다.) 각각의 의미를 다 알고 있었지만 산출공식을 쓰라는 문제를 읽고 정말 산출식만 쓰면 되는 것인지 아니면 추가로 각각의 의미를 합쳐서 써야 하는지 시험장에서 고민하였습니다. 저는 실제 산출공식만 간단히 적고 말았는데 나중에 해설 강의를 들으니 의미까지 써야 답이 인정될 것이라는 여러 의견을 받고 또 한번 실전처럼 연습하지 못했던 것을 많이 후회하였습니다.

[2018학년도 전공보건 합격수기]

직장에서처럼 실전처럼 써보고 서로 교환하면서 채점을 해봤더라면 답이 인정되기 위해서 어떻게 써야하는지, 추가적으로 아는 것을 적적히 녹여 답을 쓰는 기술등을 기를 수 있지 않았을까 하는 아쉬움이 남아있습니다. 또 전화스터디를 이용하여서 인출을 하고 싶었지만 사교대 시간을 맞춰서 전화 스터디를 하는 것은 다른 선생님께도 피해가 될것같아 하지 못했습니다. 저처럼 쓸 수 있는 시간이 부족하신 분이 계시다면 전화 스터디를 이용하는 것도 도움이 많이 될것이라고 생각합니다.

작년과 비교했을 때 이번에는 많은 선생님들이 이야기 하셨던 것처럼 암기카트나 문제를 여러번 돌리는 것이 많은 도움이 되었던 것 같습니다. 각론서만 보고 끝나면 이해는 하였지만 그것이 문제로 병행되어 나왔을 때 인출을 하는 것은 생각보다 어렵기 때문에 문제와 암기카드를 적극 활용했던 것이 큰 도움이 되었습니다.

교육학- 재수때는 김현 교수님의 강의를 들었습니다. 역시나 이번에도 실전처럼 써봤던 것이 5번도 안되었어요. 공부방식은 문제를 풀어보고 이것이 무엇을 묻고 있는가를 아는지 모르는지를 먼저 파악 했어요 작년에 강의를 들었기 때문에 아는것도 있었고 모르는 문제도 있었습니다. 아는 문제는 키워드 외우는 식으로 돌렸고 모르는 문제가 나오면 책을 찾아가면서 교육 공학,심리 등 어떤 부분에 해당하고 어떤 키워드가 있는지 파악했어요. 재수때는 초수때 전태련선생님이 강조하셨던 목차짜기의 중요성을 느끼고 핵심특독도 같이 보면서 또 목차정리해 주신것도 같이 읽으면서 공부하였습니다. 교육학은 초수때나 재수때나 역시 어려웠어요. 진짜 시간이 된다면 스터디하면서 자기가 이해한 부분과 다른 사람이 이해한 부분을 체크하면서 공부하면 좋겠다는 생각이 많이 들었지만 역시 시간이 너무 부족하여 혼자 공부했습니다. 혹시 시간이 되시는 선생님들이라면 저처럼 교육학이 너무 낯설고 어려울 경우 교육학 스터디하면 훨씬 쉽게 공부할실수 있을거라고 생각했어요~

면접- 저는 컷트라인 근접하여 붙었기 때문에 2차의 압박감이 상당하였습니다. 면접준비를 하면서도 이게 가능한 일일까? 엄청 고민하였어요. 면접은 다행이 스터디를 구하게 되어 일차 끝나고 일주일 정도 쉬고 바로 준비하였습니다. 처음 스터디는 비교과 선생님들과 교과선생님들과 함께 했었는데 정말 튼 도움이 되었어요. 이유는 모르겠지만 교과 선생님들과 비교과선생님들이 문제를 보는 시각이 좀 다르다는 것을 느꼈습니다. 그렇기에 함께 스터디를 하면 시각을 좀 더 넓힐 수 있는 기회가 되는 것 같아서 좋았어요. 발표가 나고 나서는 스터디가 깨지면서 이번에는 비교과 선생님들 하고만 스터디를 했습니다. 면접문제가 교과와 비교과가 다르게 나기 때문에 1차끝나고는 비교과 선생님들하고만 하면서 문제를 깊게 보았던것같아요. 저는 학원을 다닐 시간이 없었기 때문에 처음에는 집단토의 진행방식이나 말하는 법을 하나도 몰랐었는데 스터디 통해서 많이 배울 수 있었어요. 경기도는 집단토의가 있기 때문에 스터디는 정말 필수적으로 필요하다고 생각합니다.

면접을 위한 팁

1. 다양한 사례를 많이 알아두는 것: 경기도 교육청 블로그나 행복한 교육을 보면 어떤 학교에서 자유학기제가 실제 어떤 모습으로 실행되고 있는지 잘 알 수 있어요, 또 행복한 교육은 중간에 칼럼 비슷한 글도 있어서 어떤 주제에 대한 깊은 이해를 할 수 있기 때문에 일차가 끝나고 나서는 여러 사례를 많이 알아두시기를 추천 드려요. 막상 발표가 나면 정말 시간이 부족하기 때문에 여러 사례를 읽을 시간과 여유가 부족해지더라구요 π
2. 동영상상을 찍어두기 :저는 책상에 신문에서 인상 쓰고 있는 사람 3명의 얼굴을 붙여놓고 눈맞추기 연습을 하였어요. 자신이 면접한 것을 동영상으로 찍어보면 (정말 절망적이었어요) 시선처리, 굳은얼굴, 말할 때 습관, 발음 이런 것들이 정말 다 보입니다. 그래서 저는 한 문제를 찍어서 동영상 돌려보고 다시 교정해서 다시 찍어보고 이렇게 반복했었어요. 자신이 한 것을 동영상으로 보는 것은 정말 괴롭습니다. 생각보다 말하는 태도를 고치는 것은 엄청 어려운 일이기 때문입니다. 저도 한달 정도는 맨날 똑같이 엄청 스트레스 받았는데 꾸준히 하다가 보니 어느새 웃으면서 말하는 제모습을 발견할수 있었어요
3. 대본 만들기 : 정말 중요하다고 생각하는 문제. 자주 나오는 답변, 즉답형 예상문제 등은 아예 대본을 만들어서 계속 외우려고 했습니다. 이렇게 하게 되면 어떤 문제를 만나든지 비슷한 대답이라고 할 수 있게 되는 것 같아요. 면접은 내용 뿐만이 아니라 말하는 태도역시 매우 중요하기 때문에 대본을 사용하게 되면 내용과 태도를 체크할 수 있습니다. 대본 중간 중간 악센트나 강약조절 등을 표시해두고 계속 하다면서 조금 더 자연스럽게 유창하게 전달될 수 있는 장점이 있는 것 같아요
4. 동영상 : 많은 합격자 분들이 동영상을 보는 것이 큰 도움이 된다고 하셨습니다. 하지만 저는 일 병행이었기 때문에 동영상을 볼 시간이 없었어요 그래서 직접보지는 못하더라도 나중에 검색해보면 누군가 동영상을 보고 블로그에 내용과 중요한 사항을 정리해논것을 챙겨보았습니다.

[2018학년도 전공보건 합격수기]

하지만 4차 산업혁명 이런 것들은 너무 낯설고 생소하기 때문에 1~2편정도 챙겨보았어요

5. 마음가짐 : 저는 면접준비하면서 살이 엄청 빠질 정도로 스트레스가 심했었습니다. 면접은 준비하면서도 이게 맞는 방향인가? 하는 생각이 계속 들었어요. 그럴때마다 저는 기도로 마음을 잡았습니다. 스트레스가 너무 심하면 집중력과 또 겨울철이라서 감기에 잘 걸리기 때문에 늘 마음을 평정심을 잘 가지기 위해 노력했습니다. 2차로 갈수록 정신력과 체력이 매우 중요해지기 때문에 (너무 말 많이하하면 진짜 목소리가 쉬어서 고생하시는 선생님들 계시더라고요 ㅠ) 단단한 마음과 체력을 관리하는 것이 중요한 것 같아요

6.시책 : 해당 교육감님의 신년사, 시책 자료를 계속 보았지만 정말 안외워지더라고요. 저도 실제 답안에서 시책을 많이 이야기 하지 못했지만 시책을 외워 단순히 나열하는 것보다 중요한 것은 그 답안 사이에 교사로서의 마음 가짐이런 것들이 보이게 대답하는 것이 중요한것같아요 집단토의에서도 시책과 행복한 교육을 통해 알게 된 사례를 섞어서 말하면 많은 답변을 하실수 있을 것이라고 생각합니다.

7. 태도: 면접관님들은 선생님이 들어올 때문에 나갈 때 까지 끝까지 쳐다보고 계십니다. 그래서 저는 인사하는 것, 문닫는 것, 의자 빼는 것 이런 사소한 행동이 중요하다고 생각하여서 연습하고 동영상 찍어보았습니다. 처음에는 동영상 속에 자신의 모습을 보고 정말 화가 나기도 하고 웃음을 날 정도로 어색하고 이상 했지만 자꾸 하다보면 조금씩 자연스럽게 되는 것 같아요. 태도 같은 경우 스티디하시는 분들이 계시다면 역할을 나눠서 한명은 내용을 체크해주고 한명은 태도를 체크해주고 한명은 시간을 체크해주면서 하는 것이 도움이 되었던 것 같아요

마지막으로 삼교대 병행하면서 느낀점

삼교대를 하면서 하면 정말 시간이 없는 단점이 있지만 병원 일에 치일 때 오히려 공부를 하는 것이 위안으로 다가오는 때가 있습니다. 내가 꼭 보건교사가 되어야 겠다 라는 생각이 정말 더 간절해 지는것같아요. 불규칙한 생활로 공부가 쉽지는 않지만 저는 잘 안외워지는 부분, 교육학 예상 문제 등은 핸드폰으로 찍어서 중간중간 출퇴근길에서 계속 봤었어요. 또 임상에 있으면 공부했던 부분들이 많이 이용되기 때문에 좋은점도 있었어요. 가령 환자분들께 Nitroglycerin을 줄 때 설명을 하면서 (내가 배웠던 것을 한번 인출하면서) 공부했던 것을 한번 더 기억하려고 노력했습니다. 힘든 상황에서 공부하시는 분들이 계신다면 끝까지 포기하지 않고 노력하면 된다는 것을 기억하시고 힘내 션으면 좋겠습니다. 그리고 무엇보다 공부하면서 저희뿐만이 아니라 매년 수험생활을 겪고 계신 기영선생님 정말 감사드리고 또 감사드려요 ㅏㅏ

지금까지 부족한 합격 수기를 읽어 주셔서 감사합니다. ~

[2018학년도 전공보건 합격수기]

넷. 서울 4월 시작 전공 고득점 62점 김0정선생님

서울 보건 합격 수기- 4월부터 공부시작해서 서울에 초수로 합격하였습니다.

1차 점수는 교육학18.33 보건62 총점80.33입니다

1차 점수가 높아서 2차 점수를 보완해서 합격할 수 있었습니다. 초수인데다가 4월부터 공부시작해서 스트레스가 많아서 몸이 많이 아파서 거의 한 달 정도는 공부를 못했습니다. 그리고 7-8월에 직장 나갈까 생각했지만 끝까지 인강으로 공부했습니다.

1월달 강의를 끊기는 했지만, 짬날 때 마다 교육학 (기수쌤교수님 한끝 강의) 들었고, 보건은 거의 못 들었습니다. 2월달도 집중해서 하지는 못하고 짬날 때 마다 강의 하나씩 듣고, 3월은 병원에서 일이 너무 바빠서 공부를 하나도 못했습니다. 3월말에 사직하고 4월부터 공부를 본격 시작했습니다.

계획은 아래와 같았지만, 4월에 스트레스 때문에 정상적으로 공부하지 못하고 5월,6월에 열심히 진도를 따라 잡았습니다.

4월은 1-2월 보건강의, 1-2월 교육학 강의

5월은 3-4월 보건강의, 3-4월 교육학 강의

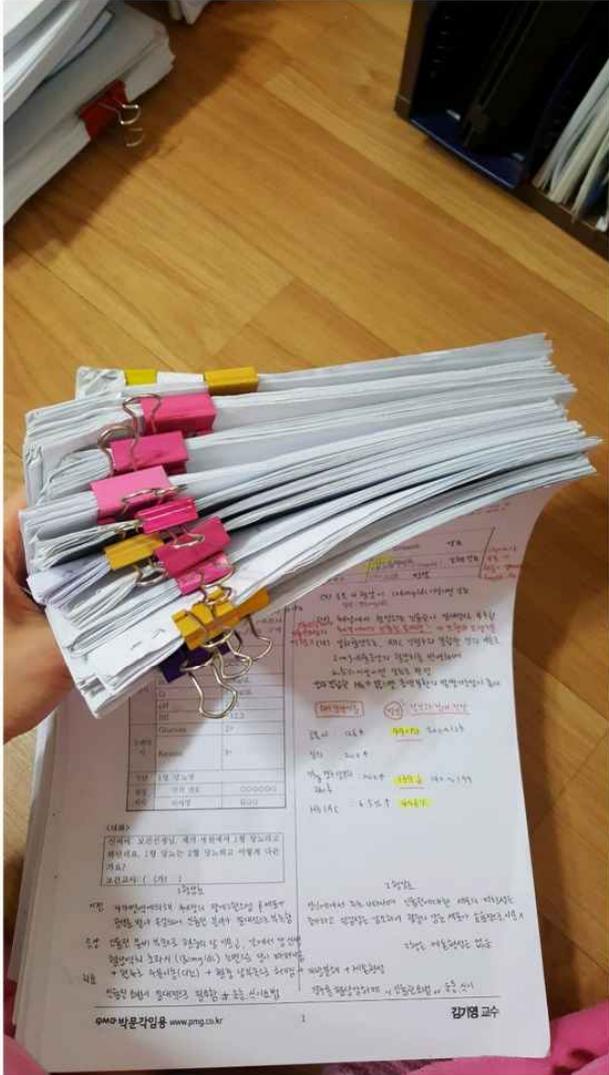
6월은 5-6월 보건강의, 교육학은 1~4월 들은 강의를 복습

(교육학 5-6월 강의는 듣지 않고 프린터만 뽑았습니다. 하지만 보지 않았습니다..)

교육학과 보건강의 모두 1년 프리패스 강의를 들었습니다. 보건1~6월 강의는 기본강의와 문제풀이 강의를 있는데, 진도를 따라 잡는것만 해도 너무 벅차서 문제는 혼자 풀고 영 모르는 부분만 강의를 듣는 식으로 진행했습니다. 교육학은 그냥 개념을 끊임없이 외웠습니다.

7월은 보건 진도를 따라 잡았고, 7-8월 문제를 모두 내 것으로 만든다는 생각으로 평균 2회정도 반복해서 풀었고, 간염파트 같은 경우는 너무 어려워서4번정도 반복해서 풀었습니다. 그리고도 틀리는 문제는 책에 붙여서 계속 볼 수 있도록 했습니다.

6월까지 진도 따라잡기 급급한 공부를 해서 처음에는 7-8월 문제를 아예 풀 수도 없었습니다. 그래서 문제 못 풀고 아예 강의 들으면서 풀기도 했습니다. 하지만 다들 그런다는 생각으로 이겨냈습니다.



이게 제가 도움받았던 7~9월문제예요. 단원별로 제 기준으로 정리한거예요. 저런문제 2번에서 많게는 4번정도는 풀었어요. 저건 최종으로 푸른거예요. 가장 마지막으로. 똑같은 문제 계속 풀어도 또 틀려요..

교육학은 쓰기를 시작했습니다. 첨삭을 받았는데 별로 결과는 좋지 않았습니니다. 개념을 그대로 다 외웠지만 개념이 부족하다는 피드백을 받아서 심적으로 힘들었습니다...

9월에는 계속 7-8월 문제 풀면서, 9-10월 강의를 들었습니다. 9-10월 강의를 듣고 남은 날은 계속 반복 복습했습니다. 이런 식으로 계속 11월 까지 진행했습니다.

시험 당일날은 잠을 2시간정도 밖에 못자고 갔습니다. 아드레날린이 분출하는 상태로 시험봤고, 최선을 다해서 썼습니다. 주관식문제 찍어서 답 적은것도 있었는데 2개 맞았습니다. 당일날 최선을 다하는 것도 매우 중요한 것 같습니다.

약 1년도안 공부하시느라 힘드시겠지만 좋은 결과가 있으리라 생각합니다.

[2018학년도 전공보건 합격수기]

다섯. 경남 초시 기간제 권0지선생님

저의 정보

: 경남 보건, 초수, 2017.3부터 공부 시작

1차 교육학 15점대, 전공 51점대, 2차 면접 88점대 → 총점 155.4

2017.3 ~ 현재까지 기간제 보건교사

합격 수기를 쓰는 이유 : 기간제 일도 처음이고 시험도 준비하는 것이 처음이라 작년 한 해 동안 불안하기도 했고, 두렵기도 했습니다. 그때마다 교육학(전태련), 김기영 선생님들의 이야기와 응원을 들으면서 다시 힘을 낼 수 있었습니다.(감사합니다^^) 저의 비슷한 상황이었던 선생님들의 합격 수기를 읽고, 동영상 보는 것도 많은 도움이 되었습니다.(특히 2월에는 쉬면서 생각날 때마다 합격 수기와 동영상을 보았고 공부 방향을 계획함.) 또한 저는 커트라인에서 매우 가깝게 합격한 경우라서 이런 상황이 충분히 일어날 수 있다는 것을 말씀드리고 싶었습니다.(포기는 no~) 그리고 저의 합격 수기가 지금 열심히 준비하고 있으실 다른 선생님들께 용기와 도움을 드릴 수 있었으면 좋겠습니다.

3월 - 4월

(상황) 기간제 일 처음 배우는 시기 → 매우 바빴습니다. 이때는 학교 일을 집에까지 들고 와서 계속 일했습니다.ㅠㅠ 그래서 주중에는 공부를 1시간도 못 한 적이 많았고, 토요일에 동영상 강의를 들으면서 공부를 했습니다. 일요일에는 쉬었어요. 왜냐하면 이 시험은 장기전이기 때문에 체력과 스트레스 관리를 잘 해야 된다고 생각했기 때문입니다. 하지만 목표치를 달성하지 못했던 주에는 일요일 오전에는 공부를 하고 오후에는 쉬는 식으로 했습니다.

(교육학) 월, 수, 금 → 1,2월 동영상 1.8배속으로 듣기(시간이 절대적으로 부족했기 때문) → 복습은 못 했어요.

(전공) 화, 목 → 1,2월 이론 동영상 1.5배속으로 듣기 → 역시 복습은 X

(느낀 점) 강의를 듣고 난 후에는 반드시 이틀 안에는 복습을 해주시는 것이 좋을 것 같아요.(저는 못 했지만요...)

5월 - 6월

(상황) 기간제 일에 적응하는 시기 → 주중에 공부할 수 있는 시간이 3시간 정도였습니다. 이때부터 전공 전화 스터디 시작! 일요일 오후에는 휴식~

(교육학) 월, 수, 금 → 3,4월 동영상 1.8배속으로 듣기 → 중요하다고 생각하는 것 위주로 읽고 쓰면서 복습하기 / 토 → 1,2월 교육학 중 중요한 키워드 뽑아서 목차짜기(1주에는 교육철학, 2주에는 교육과정,.. 이런 식으로), 키워드 제비뽑기를 하여 외운 내용 구술해보기(저는 주로 저의 어머니에게 설명하는 식으로 했습니다.)

(전공) 화, 목 → 아직도 1,2월 이론 동영상 1.5배속으로 듣기 → 역시 복습은 X / 토 → 전공 전화 스터디 분량 공부하기(별3개 위주) / 일 → 전공 전화 스터디 4시간

(느낀 점) 목차짜기는 처음에는 힘들지만 계속 하다보면 목차를 짜는 시간도 감소하게 되고 단어와 단어 사이에 연결고리를 만들려는 노력을 하게 되어 효과가 좋았습니다. 그리고 전공 전화 스터디를 통해 강의 내용을 복습하여 나중에는 확실히 스터디에서 다루었던 내용이 훨씬 기억에 많이 남았어요.

7월

(상황) 주중에 공부할 수 있는 시간 3시간 정도, 전공 전화 스터디 진행 중, 일요일 오후 휴식

(교육학) 월, 수 → 7월 동영상 1.8배속 듣기 / 금 → 목차짜기(1주에 교육철학, 교육과정, 2주에 교육심리, 교육행정,.. 이런 식으로 증가) / 토 → 키워드 제비뽑기 하여 외운 내용 구술

(전공) 화, 목 → 3,4월 이론 동영상 1.5배속 듣기 → 별3개 위주로 읽으면서 복습 / 토 → 전공 스터디 부량 공부(별3개 위주) / 일 → 전공 전화 스터디 4시간

8월

(상황) 여름방학 → 화~토 도서관 오전 9시~오후 6시까지 공부, / 월, 일 집에서 공부 / 전공 전화 스터디 진행 중. 아무래도 이때가 가장 많이 공부한 시기이며, 전공 공부하는 시간을 늘렸습니다. 그리고 이때부터는 식단관리도 했어요. 소화가 잘 안 되어서,.. 앉아 있는 시간이 너무 많아서 밤에는 산책도 하면서 40-60분은 걸었습니다.

[2018학년도 전공보관 합격수기]

(교육학) 월, 수 → 8월 동영상 1.8배속 듣기 / 금 → 목차짜기(1주에 교육철학, 교육과정, 2주에 교육심리, 교육행정,.. 이런 식으로 증가) / 토 → 키워드 제비뽑기 하여 외운 내용 구술

(전공) 월,화,수,목,금 → 3,4,5,6월 이론 동영상 1.5배속 듣기 → 별3개 위주로 읽으면서 복습 / 토 → 전공 스터디 부랑 공부(별3개 위주) / 일 → 전공 전화 스터디 4시간

(느낀 점) 저는 밤산책이 저의 정신 건강에 아주 도움이 많이 되었습니다. 그 때만은 공부에 대한 생각을 하지 않으려고 했고, 즐거운 생각과 이야기를 하면서 걸었어요. 스트레스를 줄이기 위해서요. 먼 산도 보면서 안구운동도 하고요.

9월

(상황) 2학기 시작 → 다시 일이 많아지는 시기였지요. 살짝 슬럼프도 왔고요. → 주중에 공부할 수 있는 시간이 3-5시간 정도였습니다. 사정상 전공 전화 스터디는 중단(중단하고 후회했어요. 이게 있어서 그나마 집중적으로 복습할 수 있었다는 것을 깨달았어요.). / 토, 일 → 오전 9시 ~ 오후 6시까지 공부

(교육학) 이전과 비슷하게 진행, 토 → 키워드 제비뽑기 대신 모의고사 시간 맞춰서 풀기

(전공) 화, 목, 일 → 5,6월 이론 동영상 1.5배속 듣기 → 별3개 위주로 읽으면서 복습 / 일 → 1,2월 복습(별2,3개 위주)

(느낀 점) 전공 스터디는 정말 도움이 많이 되므로 중단하지 않는 것이 좋을 것 같습니다. 저는 복습할 수 있는 개인시간을 늘려야겠다는 생각과 여러 사정으로 인해 중단하였는데, 후회했어요. 그리고 교육학 모의고사를 풀 때는 시험장과 비슷한 감정과 분위기를 위해서 도서관에 사람이 많은 곳에서 아날로그 시계와 박문각에서 제공하는 답안지를 활용했습니다. 정말 도움이 많이 되었어요.

10월 - 11월

(상황) 정말 시험에 집중해야 할 시기라고 생각했습니다. 그래서 주중에도 하루 8시간씩 공부할 수 있도록 계획을 짜고 주말에도 오전 9시부터 오후 8시까지 공부하였습니다.(그 이상 공부하려니 집중도 안 되고 해서 나머지는 쉬었어요. 출근도 해야 한다는 합리화를 하면서,..)

(교육학) 9월과 동일

(전공) 10,11월 모의고사 풀고(답안지 양식을 프린트 하여) 강의 1.6배속 듣기 → 강의자료 활용하여 복습(시험 문제가 여기에서 정말 많이 나왔다고 생각합니다.) / 이 외의 시간에는 이론서, 암기카드 별3개 위주로 복습하기

(느낀 점) 저는 시험을 칠 때 아는 문제인데도 실수를 많이 했습니다. 그래서 모의고사나 문제를 푸실 때 실수를 줄일 수 있는 방법을 생각해보시는 것도 좋을 것 같아요. 그리고 마지막 11월은 전체를 빨리 돌려야 하는데요, 저는 스티커를 활용하니까 너무 좋더라고요. 색깔별로 중요도를 정해서 스티커를 이론서와 암기카드, 강의자료에 붙이니 한눈에 보여서 너무 편했고 시험장에서도 아주 유용했습니다. 그리고 시험 전날에는 일기를 썼어요. 일기를 쓰면서 시험장에서 주의해야 할 점과 마음가짐 등에 대해서 쓰고 스스로에게도 용기를 주려고 했습니다. 이미지를 머릿속으로 그려서 시뮬레이션도 해보고요. 그리고 시험당일에 챙겨야 할 목록을 미리 만들어서 체크하면서 준비물을 챙겼습니다.

(시험당일)

(교육학) 시험지 받고 아, 핵심특특 전체를 열심히 봐야 했다라는 생각이 가장 먼저 떠올랐어요. 거기에 있는 내용이었는데, 잘 생각이 안 나는 부분이 있더라고요,

(전공) 저는 기영쌤이 주신 마지막 자료(정신간호자료)를 시험당일에 봤는데 거기에서 또 나왔습니다. 정말 그 문제를 볼 때 너무 행복했어요. 그리고 정확히 모르는 문제가 있더라도 지금까지 배웠던 것들 생각하면서 어떻게든 쓰려고 했습니다. 빈칸으로 남겨두면 정말 0점이니까요,

(2차 면접)

(발표 전) 저는 시험이 끝나고 다시 출근을 해야 했기 때문에 그 주말을 쉬었습니다. 그리고 1주일 동안은 계획을 짜고, 필요한 도서를 구입했어요. 그리고 크리스마스 전까지는 교육관련 책도 읽고, 시책도 보고, ebs동영상도 보고, ㅇ스ㅎ면접 책 보면서 기출 위주로 실제처럼 문제 풀고 답변하는 것까지 해봤습니다. 어머니한테 동영상도 찍어달라고 하고 근무하는 학교에서 근무시간이 끝난 후에 비어있는 교실에서 실제로 면접 시뮬레이션을 해보기도 했습니다. 그리고 기영쌤 면접특강도 도움이 많이 되었습니다. 태도와 말하는 방법에 대한 것 등 내용이 좋았어요.

[2018학년도 전공보건 합격수기]

(발표 후) 한마음 카페에서 부산 면접 스터디를 구했습니다. 집은 부산이 아니지만, 제가 사는 곳에서는 오프라인 스터디를 구하기가 어려워서요. 그 때부터 매일 부산을 왔다갔다하고, 어떤 날에는 부산에 아는 언니 집에서 신세를 지면서 면접 스터디를 했습니다. 스터디는 오전 8,9시에 만나서 오후 4,5시에 끝났어요. 주로 수상한 책을 많이 활용하였고, 기출문제와 o.s. 면접책, 태련쌤 자료, 기영쌤 자료도 활용하였습니다. 그리고 부산에 있는 초등학교를 빌려서 실전처럼 시뮬레이션도 했습니다. 구상3, 즉답1, 총 4문제를 A4에 작성해서 계속 실전처럼 말하고 동영상 촬영하고 피드백을 받는 식으로 했습니다. 스터디가 끝난 후에는 개인적으로 문제에 대한 답안 키워드를 정리하여 시험장에서 마지막에는 이것만 볼 수 있도록 했습니다. 그리고 기영선생님께서 진행하신 면접 시뮬레이션에서도 참석했습니다. 다른 선생님들이 하는 면접과 피드백을 보면서 도움을 받을 수 있었고 저 또한 피드백을 받을 때 면접 시 주의해야 할 점에 대해서 생각할 수 있는 기회가 되었어요.(하지만 자신감은 쯤(?) 떨어졌어요... 그래도 면접전날 기영쌤께서 보내주신 문자와 스터디원들의 응원, 일기를 쓰면서 회복했어요!!) 그리고 이때는 날씨가 많이 추워지니까 건강 컨디션 조절하는 것도 중요한 것 같아요. 그리고 내용을 너무 외우려고 하면 외운 티가 나서 진정성이 떨어져 보일 수 있어요. 저두 이 피드백을 많이 받았는데요. 고쳐졌는지는 모르겠어요. 마지막에 부모님이란 시뮬할 때에도 그렇게 피드백을 또 받아서ㅠ-ㅠ 아, 그리고 여유가 있는 표정과 태도, 말투도 중요한 것 같아요. 그러면 사람이 긴장하지 않고 자신감이 있어보인다고 하더라고요. 저는 말하는 도중에 웃는 것이 잘 안 되어서 '키위'라고 소리냈을 때의 입꼬리 모양을 유지하려고 노력했습니다.

(2차 면접당일)

이때도 전날에 미리 준비물 체크리스트 확인하여 준비하였습니다. 그리고 머리와 메이크업은 제가 했습니다. 정장치마 입었고 머리망은 하지 않았습니니다. 단정하기만 하면 된다고 해서요. 면접실에 들어가서 목소리도 한번 내어보고 대기실에 들어갔습니다. 대기실에서는 수상한 면접책이랑 태련쌤 자료, 제가 정리한 노트 봤습니다. 저는 뒤에서 6번째라 정말 준비한 모든 책을 다 읽었는데도 저의 차례까지 1시간 이상 기다렸습니다. 기다리느라 더 힘들었어요. 면접 끝나고 나오니 오후 4시 20분쯤이 되었어요. 너무 긴장하지 않으려고 노력했고 긴장하면 숫자 세면서 긴장감을 줄이려고 했습니다. 그리고 면접할 때 면접관님들 모두 보려고 했고 시간은 10분 다 채웠습니다. 시간은 초시계가 있었고, 10분에서 시작해서 점점 줄어드는 식이에요. 구상실도 마찬가지로이구요. 면접은 정말 시뮬레이션(+피드백)이 중요한 것 같아요!

그리고 다시 한번 기영쌤 감사드립니다.

선생님들의 합격을 기원합니다.

[2018학년도 전공보건 합격수기]

여섯. 충남 차석 40대 두아이맘 임0희선생님

수험생활을 하는 동안 여러 합격발표동영상, 합격수기를 보며 도움을 받았기에 저도 작은 도움을 드리고 싶어 적어봅니다.

임용시험을 시작하는 분들에게

임용시험준비와 시험의 과정들.. 참어렵습니다. 제가 만난 여러 수험생이 입 모아 하는 말들 “이렇게 어려운 과정인 줄은 몰랐다”는 이야기를 많이 들었습니다. 자신을 이겨가며 공부하는 과정도 어렵지만, 1차 시험을 보고 발표를 기다리며 2차를 준비하고 1차보다 더 어려운 2차면접(내용이 어려운 것이 아니라 자신을 변화시켜야 하고 열심히 해도 향상이 느껴지지 않아 어려움)을 준비하고 치르는 과정이 참 힘들었습니다. 이러한 과정을 이겨내기 위해서는 강한 멘탈이 필요합니다. 처음부터 많이 힘들다는 생각을 가지고 임한다면 어려움의 고비가 있을 때마다 이겨내기 쉬울 거라 생각합니다. 쉽게 생각하고 도전한다면 어려움의 고개에서 흔들리기 쉽습니다.

또 절대 포기하지 말라는 이야기를 드리고 싶습니다. 포기하지 않으면 합격하는 시험입니다.

‘강한 마음’과 ‘포기금지’로 수험생활을 시작 하십시오. 여러분을 응원합니다.~^^

김기영 교수님과 전화스터디 강추

김기영 교수님 이론서는 그 어떤 책보다 잘 되어있습니다. (각론서 따로 보지 않음) 강의설명도 이해하기 쉽게 해 주시고, 이론서에 단어뜻풀이까지 되어 있는 것을 보고 놀랐습니다. 처음에 들으면 말도 안 되는 것 같은 두 문자법들도 따라 가다보면 저절로 생각나게 됩니다. 마지막 모의고사에서 산업보건문제를 내셨는데 작년에 산업 보건문제가 나왔고 중요파트도 아니라서 투덜거리며 혹시 몰라 하는 마음으로 했는데 시험에 나와 역시 김기영 쌤이라고 생각하고 풀었습니다.

기영쌤의 또 다른 장점은 진솔함과 수험생과의 소통입니다. 도움을 구했을 때 즉각적인 답변을 주시는 것을 보고 감동했습니다. 수험생의 절실하고 애타는 마음을 함께 공감 하여 어려움을 가볍게 해 주셔서 참 감사했습니다.

1-6월동안 이론과 문제를 한번 보고나면 7월에 1,2월에 공부한 것이 백지상태가 됩니다. 전화스터디를 통해서 이론진도와는 다르게 앞부분을 함께 병행하는 것이 필요합니다. 저는 2월에 만난 전화스터디 쌤과 1년을 함께 하여 둘 다 좋은 결과를 가져왔습니다.(스터디쌤 경기중등합격! 각자 틀린 문제는 달랐는데 신기하게 전공점수가 같았음) 스터디쌤은 1년 동안 시간도 단 한번 어기지 않고 성실했으며, 서로 이해하고 도와가는 마음으로 잘 맞았습니다. 너무 맞지 않는 스터디원이 스트레스라면 과감하게 정리하시고 서로 힘 모아 함께 할 수 있는 분으로 스터디는 꼭 하시길 바랍니다. 저와 함께한 유다영쌤에게 감사한 마음 전하고 싶습니다.

저의 소개

올해 45세, 2010년에 최종에서 불합격(임용시험이 3차까지 있던 때)하고 아이들이 어려서 고민하다 임용시험 준비를 중단하였습니다. 임용시험은 제가 다시 도전할 수 있지만, 아이들이 자라는 그 시기는 다시 돌이킬 수 없다는 생각에 일단 접기로 했습니다. 육아와 수험생활을 병행해서 합격하시는 분들도 많던데 전 한 번에 여러 가지 일을 다 잘 해내는 역량은 부족합니다. 2016년 큰아이 고2, 둘째 고1일 때 다시 시작하여 올해 드디어 합격할 수 있었습니다.

2016년 첫 해

2015년 하반기에 2016년에 다시 시험에 도전하기로 결심을 한 후 한국사시험 급수를 획득하고 ☺☺카페탐색을 하였습니다. 카페에서 김기영쌤 이론서 강추가 많아서 노량진서점에 직접 가서 이론서를 보고 ‘그래~이거다’하는 생각에 2016년에 1년패키지 인강을 들었습니다. 교육학은 ztrk쌤을 선택하여 1년인강을 들었습니다.

과거에 공부했던 것이 많은 도움이 되진 않았습니다. 전에는 교육학도 객관식이었기 때문에 현재 논술대비를 위해선 처음 준비하는 것과 마찬가지로 했습니다. 전공은 모성, 정신, 아동 등의 범위가 과거에 비해 더 넓어지고 모든 과목들은 더 깊어진 내용으로 준비해야 했습니다. 2016년 초반에 오프라인스터디를 구하려했지만 실패하여 스터디 없이 1년을 혼자 인강으로 했습니다. 강의는 밀리지 않고 복습도 하긴 했지만 집안일과 고등학생인 두 아이 뒷바라지(학원등하원 시키기 등)로 1차 시험을 앞두고 부족함이 느껴졌습니다. 1차 시험 후 가채도 하지 않고 면접 준비를 했습니다. 가채를 하면 면접 준비 하는 마음이 도저히 생기지 않을 거 같아 채점을 하지 않았습니다. 이번에 불합격해도 될 때 까지 한다는 생각 이였기 때문에 면접을 준비했습니다. 예상대로 1차 불합격하였지만 많이 낙담하지는 않았습니다. 논술로 바뀐 교육학이 너무 부담스러워 교육학공부비중을 좀 두었는데 생각보다 점수가 괜찮아 교육학에 대한 부담이 처음보다는 적어지게 되었고 전공도 하면 된다는 생각을 갖게 되었습니다.

[2018학년도 전공보관 합격수기]

2017년

1-6월(이론 강의. 문제풀이)

16년에 스테디의 필요성을 절실히 느껴 1월부터 전화스테디를 구했습니다. 또 문제풀이와 모의고사는 직강을 해야겠다는 생각에 1월부터 종강 때까지 직강을 다녔습니다.(이론만 인강)

월.화 - 이론강의범위 기출문제집으로 풀며 무엇이 나왔는지 분석하고 분석표 만들기

이론강의 복습

수-문제풀이 직강

목.금-문제풀이복습(문풀문제는 초록색스티커표시)/금요일저녁 문풀로 전화스테디

토.일-이론강의 듣기/일요일저녁 문풀로 전화스테디

※4월부터는 전화스테디진도를 두 가지로 진행

①이론진도에 맞는 문풀로 스테디

②1월진도(아간부터)로 처음부터 진행하는 문풀스테디

7-9월(범위한정모의고사)

모의고사범위 이론공부

스테디(스테디쌤이 인강→ 직강으로 변경하여 모의고사당일에 오프라인 스테디하고 매일 전화스테디병행)

①모의고사 연습으로 문풀문제 스테디

②모의고사당일에 강의 끝나고 모의고사문제(문풀문제로 다룬 것 제외하고)로 스테디-각자 공부시간 갖고 번갈아 답 말하기/시간절약

위해 점심먹고 ㅎㅅ도시락을 사가지고 와서 강의 끝나고 먹고, 스테디 후 기차타고 집에 오면 밤12시(1차시험전 마지막모의고사까지 한 번도 빠지지 않고 함)

③모의고사범위와 다른 진도로 문풀문제 스테디(예) 지역진도일 때 질환문풀)

모의고사문제 축소복사에서 이론서에 부착/모의고사문제 빨간색스티커표시

10-11월(전체범위 모의고사)

스테디-10월한달 동안 전체 범위 암카1회독/공부할 때 이론서 함께 놓고 봄(별3와 별2개까지 말하기)

모의고사 직강날 모의문제 스테디

11월3주 동안 암카 전 범위 1회(별3개만 말하기)

마지막 일주일-스테디 안함. 지역, 정신, 성인, 모성을 우선순위 높은 것 위주로 매일 봄.

1차시험당일

시험이 끝나고 많이 속상했습니다. 다시 시작하면서 재수를 하고나면 시험을 마치고 뿌듯한 느낌으로 교문을 나갈 것이라는 기대감을 가지고 공부해왔는데 그런 느낌은 없고 실망스러움과 지금까지 했던 공부과정이 떠올라 눈물이 나왔습니다. 아동고위험은 우선순위가 높지 않다고 생각해서 시험가까이에는 보지 못했는데 문제가 많이 나와 너무 당혹스러웠습니다. 선천성고관절탈구검사법의 경우 상반기 문풀과암카에서 한 기억으로만 풀었는데(시험가까이에는 보지 못함) 정답을 쓸 수 있었던 것은 상반기에 할 때 정확하게 반복해서 했기 때문이라고 생각합니다.

교육학

1-2월에는 교육학을 하지 않고 3-4월에 ㅎㅅ교육학으로 이론을 한번 들으며 ㅅㄷㄹ교수님의 핵특자료와 ㅎㅅ이론서를 토대로 저만의 교육학이론 자료를 만들었습니다.

7월부터 시험까지 ㄱㅇㅅ교육학모의고사로 준비했습니다. ㄱㅇㅅ교육학 모의고사를 하며 추가할 내용이 있으면 만든 자료에 추가하여 단권화 하여 그 자료만 봤습니다. 모의고사는 시간을 맞춰 놓고 쓰려고 노력했습니다. 시험이 가까이 오면서 작년보다 교육학을 부족하게 준비한 거 같아 불안했습니다. 여건이 되시면 교육학도 오프라인 스테디나 전화스테디로 이해한 것을 말하는 공부를 하면 면접에도 많은 도움이 되리라 생각합니다.

면접

1. 오프라인 스테디

1차시험후 바로 영양,보건쌤들과 스테디를 결성했습니다. ㅇㅅㅎ면접책을 범위를 나눠 보고 문제를 뽑아 오기로 하고 시간 맞춰 풀고 한 세트 말하기를 주3회 했습니다. ㅇㅅㅎ면접책과 수상한 면접책까지 1차발표전까지 1회 봤습니다.

[2018학년도 전공보건 합격수기]

2. 책과 다큐

SBS 바람의 학교, KBS 4차산업혁명 특별기획 기계와의 대결 2부작, EBS 다크프라임시청하고 책은 조정래 '풀꽃도 꽃이다', '회복적생활교육을 만나다'를 읽었습니다. 행복한교육은 스터디함께 한 쌤과 범위정해서 보고 좋은 내용이나 글귀를 이야기하는 시간을 전화로 가졌습니다. 책과 다큐를 통해서 면접의 바탕을 만드는 시간을 가졌습니다. 행복한 교육은 구독신청(무료) 하셔서 지금부터 한 달에 한번 보시면 교육이 나가는 방향을 파악할 수 있어 미리 면접 준비가 될 수 있을 것이라 생각합니다.

3. 밴드스터디- 문제올리고 답 녹음하기(1차발표때까지)

4. 1차발표후 매일 스터디- 면접스터디원 모두 1차에 합격하여 면접 때까지 매일 만나 각자 만들어 온 문제를 가지고 함께 풀고, 순서를 정해 면접시연, 동영상촬영하고 피드백시간 갖기(하루에 2세트정도 했고 문제풀기를 7분에 맞춰 연습해서(원래 구상시간은 10분) 실제 면접 구상시간이 도움 되었음)

5. 학교교실 빌려 실제처럼 연습/다른 팀과 조인스터디

면접당일

관리번호 1번을 뽑아 떨릴 시간도 없이 구상실에 들어갔습니다. 면접실에 들어갔는데 면접관 다섯분 모두 여성분이라 살짝 놀랐습니다. 순서나 태도는 면접준비 처음부터 연습을 해서인지 빠뜨리지 않고 할 수 있었는데, 한 면접관만 보고 계시고 다른 분은 고개도 들지 않고 표정도 좋지 않아 내가 무얼 잘못 얘기하나하는 생각이 들어 주눅이 들었습니다. 구상지에 구상한 내용은 빠뜨리지 않고 말했지만 풍부하게는 하지 못하고 군더더기 없이만 말한 거 같고 시간은 적당했습니다. 면접실에서 나와서 눈물이 나오는 걸 참고 집에 와서 허무하고 속상해서 울었습니다. 1차 시험 끝나고 제대로 쉬지도 못하고 면접을 준비해 왔는데 연습했던 것의 반 정도밖에 못 한 거 같아 속상함에, 마음 졸이며 지금까지 해 왔던 것들, 앞으로 어떻게 될까 등 복잡한 심정으로 발표 때까지 뭐라 표현할 수 없는 불안하고 혼돈된 마음 이었습니다. 면접점수는 생각했던 거 보다 잘나왔습니다.

감사합니다~

김기영 교수님, 저와 함께 했던 스터디선생님들, 일찍 출근 늦은 퇴근으로 피곤함에도 집안일해준 신랑, 수험생 엄마를 두어 고생한 아들. 딸, 마음 졸이며 지지해 준 친정엄마와 언니들 모두에게 감사합니다.

[2018학년도 전공보건 합격수기]

일곱. 서울 5개월 공부 전공 고득점 63.3점 현0연선생님

저는 16년도 10월에 신규간호사로 입사했었고 17년도 4월까지 일하였습니다. 임상 경력을 1년도 채우지 못한채 그만두는데는 큰 용기가 필요했는데 이런 고민을 하고 계시는 많은 분들께 도움이 되는 수기가 되었으면 좋겠습니다.

5월

5월 한달은 거의 한국사를 준비하는데 다 썼습니다. 설민석 강사님의 한국사 강의를 들었습니다. 국시 이후로 제대로 공부한 적이 없어 공부를 하는 습관을 다시 기르는데 오래걸렸습니다. 제가 소아과 병동에 있었기 때문에 병원 다닐때 소아과 관련 질병 공부를 많이 해두었습니다. (선천성 심장질환, 발달성고관절이형성증, 수두증, 뇌종양, 장중첩, 잠복고환 등 다수 질환) 그래서 5월 한달동안 김기영 교수님의 아동 이론강의와 함께 이론서를 정독하는 것을 하였습니다. 하지만 6월에 유럽여행을 계획하고 있었기 때문에 이때도 전공 공부를 집중해서 하지 못하고 한번 보는 정도, 눈에 익히는 정도로만 하였습니다.

6월

6/1-6/15일까지 유럽여행을 다녀왔습니다. 김기영 교수님 직강이 7월에 시작하기 때문에 남은 20일 동안 기본 이론 강의를 다 듣는 것을 목표로 (암기는 못하고 이해하면서 강의만 들었습니다) 하였지만 지역사회 부분은 못 들었습니다. 하지만 7월 강의를 지역사회 부터 시작하기 때문에 7월 진도에 맞춰서 지역사회 공부를 하면 되겠다 하고 직강에 등록하였습니다.

7월

직강을 하루 나가고 건강에 이상이 생겨 수술을 2번 하게되었고 공부를 제대로 할 수 있는 상황이 아니었습니다. 이때부터 혼자하면 안되겠다 싶어 전공 스터디를 구하였습니다. 김기영 교수님의 강의 진도에 따라서 월-금 5일동안 기본이론서 약 50페이지씩 5일동안 총 200-250페이지를 최대한 외우려고 노력하고(별1개는 외우지않고 읽고 넘어감) 밤11시에 전화 스터디를 하였습니다. 밤 11시에 하루에 공부했던것을 스터디를 통해 복습하며 머리속에서 정리가 되는것 같아 좋았습니다. 그리고 토요일에는 만나서 실전처럼 모의고사를 풀었습니다. 또한 이날 모의고사에 나온 부분은 김기영 교수님의 기본 이론서를 찾아가며 스터디 선생님과 그날 다 외우고 집에갔습니다. 뿐만 아니라 함께 그 전주에 풀었던 모의고사를 한번 더 인출하는 복습도 하였습니다.

8월

7-9월 강의를 8월 중순쯤 지역사회,여성,정신까지 진도가 나갔습니다. 이때부터는 아동과 성인 등의 진도를 앞서 7월과 같은 공부방법으로 공부하며 추가로 스터디를 하나 더 구해 지역,여성,정신 암기카드 1회독 인출 스터디를 하였습니다.(성인아동 공부하며 지역여성정신을 까먹을까봐 시작하였는데 하루에 모든 과목을 보는 연습이 되어 좋았습니다.) 7월에는 공부하는 습관이 안잡혀 이론서 50페이지를 하루종일 봤다면 8월에는 속도가 붙어 4-5시간 정도면 볼 수 있었기 때문에 추가 스터디가 가능했습니다. 저의 하루 스케줄은 오전10-4시까지 지역여성정신 암기카드공부, 4시에 스터디, 6-11까지 아동성인 이론서공부 11시에 스터디였습니다.

9월

전공은 8월 공부 방법을 쭉 이어갔습니다. 저는 늦게 시작했기때문에 교육학은 과락만 면하는게 목표였고 열심히 공부하지 못했습니다. 강의수가 적은 전태련교수님의 1-2월강의만 들었습니다. (이해만 하고 암기는 못하고 강의 듣는것만 하였습니다.) 7-8월강의는 조금 들었지만 열심히 듣지 않았습니다. 그러다 보니 9월부터 불안해지기 시작했고 오전 7시에 교육학 스터디를 구했습니다. 전태련 교수님의 7-8월 문제가 약 100문제 정도 되는데 하루6-8개의 문제를 그냥 무식하게 외우고 읽는 스터디였습니다. (교육학은 점수가 낮으니 공부 방법은 단기간에 공부하시는 분만 참고 하시면 좋겠습니다. 과락만 면할 수 있는 공부방법 인것 같습니다.) 이렇게 하니 9월이 끝나갈 때쯤 7-8월 문제를 다 외울 수 있었습니다.

10월

이제 전공은 암기카드와 교수님의 7-8, 10-11월 문제만 보았습니다. 7-9월의 공부 방식은 이해 중심이었다면, 10월부터는 암기중심이었습니다. 이때 부터는 일주일 단위로 전범위를 보려고 노력했습니다. 매주 모의고사를 풀다보면 일주일안에 공부한 내용은 기억하고 그렇지 못한 부분은 틀리는것을 발견할수 있었고 저는 일주일을 전 범위 1회독 단위로 삼아야겠다 생각했습니다. 따라서 한문제라도 더 머리에 집어 넣으려고 노력했고 기본 이론서를 보며 모르는 것을 이해하느라 시간 낭비 하지 않으려고 노력하였습니다. 또한 단기간에 공부하였고 서울

[2018학년도 전공보건 합격수기]

지역을 응시하였기 때문에 불안이 심해지는 시기였는데 그럴때마다 책에 "불안해 하지말자. 너는 합격이다. 불안 하면 한글자라도 더 보자. 그래야 덜 불안해지고 합격에 가까워진다. 내가 아니면 누가 합격하나" 등의 글들을 적었습니다. 별거 아니지만 불안을 조절하는데 큰 도움이 되었습니다. 교육학은 10-11월 모의고사를 매일 9-10시에 한 회씩 풀었습니다. 이런 과정을 통해 시험 당일 교육학을 풀때 모르는 문제였지만 일단 뭐라도 쓰고있는 자신을 발견할 수 있었습니다. 그리고 다음날 오전7-8시에 전날 푼 10-11월문제를 통째로 외우려고 노력했습니다. 교육학 공부 시간이 상대적으로 부족했기때문에 밥먹는시간, 이동시간을 활용해 틈틈히 외웠습니다.

11월

다른 과목은 이전의 방식과 같이 암카와 문제만 보았지만 아동은 17년도에 갑자기 비중이 높아진 과목이었고 정신은 워낙 중요한 과목이기 때문에 2과목은 기본 이론서를 정독했습니다. 제대로 세어보지는 않았지만 성인과 아동은 7-8회독, 지역과 여성과 정신은 10회독 정도 하였습니다.

시험당일

시험을 다 보고 매우 우울했습니다. 다른 선생님들은 아는 내용을 모두 다 적고 나오셨다는데 저는 아는것도 못 적고 나오고 상대적으로 간결하게 답하고 나온것이 매우 후회스러웠습니다. 가채점으로는 전공 57-9점, 교육학 13점 예상했었는데 생각보다 높은점수를 받았습니다. 간결하게 답변했지만 김기영 교수님이 가르쳐주신 키워드 중심으로 적었고 키워드 중심으로 채점하신것 같다는 느낌을 받았습니다.

2차면접

1차 시험 전까지는 상대적으로 멘탈 관리가 잘 되었던 편이었습니다. 당장 외울게 많았기 때문에 불안할 시간도 없었기 때문입니다. 하지만 2차 면접을 준비하면서 슬럼프가 왔습니다. 어디서부터 어떻게 준비해야할지 아무도 알려주지 않았고, 비싼돈주고 산 강의도 큰도움이 되지 않아 돈이 아까웠습니다. 이때는 그냥 스테디를 하는것에만 만족했고 면접 당일날 즉답형와 추가질문에서 핀트에 벗어난 답변을 했습니다. 면접점수는 88.67점으로 낮게 나왔습니다. 저는 2차 점수는 열심히해도 크게 올릴수 있지 않다고 생각했습니다. 그런데 시험이 끝나고 좋은 점수를 받으신분들의 수기를 들으니 2차면접 또한 열심히 준비한 만큼 점수가 나온다는 것을 알 수 있었습니다. 따라서 열심히 준비하시기 바랍니다.

마지막으로 꼭!!! 드리고 싶은 단기 합격 Tip은

1. 기본 이론강의를 꼭 들으세요.

무조건적인 암기는 한계가 올 수 밖에 없다고 생각합니다. 늦게 시작 했지만 9월까지의 이해 중심으로 공부 하였던 것이 큰 도움이 되었습니다. 또한 교수님의 기본이론서는 각론서를 보지 않아도 될 정도로 모든 내용이 다 들어있습니다. 저는 한번도 각론서를 보지 않았고 이해가 안될때마다 네이버 등의 다른 곳에서 정보를 검색해보았지만 결국 교수님의 이론서에 있는 내용이 가장 좋은 내용이라는 것을 알게 되었습니다. 처음 볼때는 무슨 문장이 이래? 라는 생각이 들때도 있었지만 그냥 교수님의 이론서 문장 그대로 외우는 것이 단시간 전공 고득점의 팁입니다. 초반에 기본이론 강의를 따라가며 기본이론서를 잘 이해해두면 후반기에 암기하는 속도가 붙습니다.

2. 단기간에 준비하신다면 기출분석 비추천입니다저는 기출분석을 왜 하는지 이해가 잘 안되었습니다. 김기영 교수님은 10년 넘게 임용시험을 연구하고 분석하신 전문가입니다. 이 분야의 암기카드와 7-9, 10-11월 문제가 기출 분석의 결과라고 생각합니다. 따라서 이미 기출분석을 통해 출제 경향을 문제로 정리해 주셨는데 혼자서 기출분석 하느라 시간을 쓰는것이 시간낭비라는 생각이 들었습니다.

3. 불안이심하면 김기영 교수님을 추천해요

임용시험은 지능싸움이 아니라고 생각해요. 임용시험은 누가 멘탈관리를 잘해서 한 글자라도 더보냐에 달렸다고 생각해요. 보통 다른 교수님의 강의를 들으시는 분들이 하시는 말이 김기영 교수님의 전공 양이 매우 많기 때문이라고 하세요. 하지만 선택적으로 공부하다보면 후반기에 갈 수록 불안이 심해지더라구요. 김기영 교수님은 거의 모든 내용을 다뤄주시기 때문에 저는 1차 시험까지는 거의 불안하지 않았고 멘탈관리 잘 할 수 있었습니다.

4.스테디는 필수라고 생각해요

저는 오전, 오후, 밤 스테디를 했기때문에 진도를 밀리지 않고 따라갈 수 있었습니다. 또한 저보다 잘하시는 분들 따라가려고 노력하다보니 실력이 급상승할 수 있었습니다.

공유댓글로 달아주시면 꼭 답변드리겠습니다.

마지막으로 김기영교수님께 너무 감사드립니다♥

[2018학년도 전공보건 합격수기]

여덟. 서울 초시 한아이맘 전공 고득점 66점 정0선선생님

안녕하십니까. 서울 보건 합격자 정외선 입니다. 합격설명회를 했음에도 불구하고 이렇게 합격수기를 올리는 것은, 합격설명회 후에 더 자세한 후기를 물어보시는 분들이 개인적으로 많았고.. 합격설명회에서 너무 직강선생님 위주로 알려드린 것 같아서 이렇게 합격수기를 다시 쓰게되었습니다.

먼저, 합격수기를 쓰기에 앞서서 이렇게 합격을 도와주신 김기영 선생님, 권지수 선생님께 감사의 마음을 전하고 싶습니다.

합격하고 보니 나와 맞는 강사를 만나는 것도 복이더라고요.

합격설명회와 중복도 될 것이지만 더 자세히 올리도록 하겠습니다.

저는 전공 66점 교육학 18점 면접 95.33 입니다.

합격설명회에서 말씀드렸듯이 제가 말하는 것은 취사 선택하셔서 자신만의 합격지름길을 만드시길 바랍니다.

1. 개인적인 부분

1) 공부는 1월 부터 시작, 4월까지는 육아와 병행함. (교육학 손도 못땀), 5월부터 친정 어머니가 집에 올라오셔서 같이 생활하시면서 전폭적인 지지를 해주셨습니다. 따라서 5월부터는 육아와 살림에 손도 안대고 끝까지 공부했습니다. (엄마 감사합니다🍎.)

2) 육아맘들이 물으시는 부분이 아이랑 어떻게 떨어져서 공부했냐고 하시는 부분이 있었습니다. 아들은 올해 5살이 되었구요. 엄마의 사정을 설명하니 이해하고 따라 주었습니다.

아이의 눈높이에서 엄마가 공부를 해야하는 이유와 나중에 엄마와 보낼 시간이 훨씬 많아질 것이다. 할머니와 노는 것도 정말 재밌다.. 등등 을 설명하니 처음에는 약간의 저항 (울음) 이 있었으나 이후에는 받아들이고 저의 합격에 일등공신이 되었습니다. 3년간 옆에서 한시도 떨어진 적이 없는 아이를 두고 나올 때는 왠지 마음이 아파지지만 .. 시작한 이상 1년안에 합격해야 아이에게도 도움이 된다는 마음을 가지는 것이 중요합니다. 여기서 무너지면.., 임용을 포기하던지.. 2-3년 아이와 고생할 수도 있으니까요..

그리고 초반에 아이가 적응할 때는 일주일에 한번 정도 일찍 와서 놀아주고 씻겨주고 밥도 먹고 했습니다.

후반에는 전혀 하지 못했고, 아이도 적응하여 엄마를 기다려 주었습니다.

2. 공부 시간

1월에서 4월까지의 아이가 어린이집을 간 시간에 공부했습니다. 5시간에서 6시간 정도 입니다. 이때는 교육학은 손도 못대고 스트레스받고 .. 전공만 했습니다.

5월부터 1차 시험 시 까지 오전 9시 or 10시 ~~~ 오후 10시까지 집 근처 독서실에서 공부했습니다. 그리고 하루도 쉬지 못했습니다.

따라가기가 바빴거든요.. 따라서 운동도 못했습니다. 그래서 체력이 지칠때면 각종 영양제와 피로회복제로 견뎌줍니다. 홍삼이 도움되시는 분들은 홍삼도 챙겨드세요.

3. 전공공부

합격설명회에서 이야기 드렸듯이 제가 이번 시험에서 전공에서 고득점 할 수 있었던 것은. 아마 1-6월이 아니었나 생각해봅니다.

기간별로 어떻게 공부했는지 묻는 문의가 많아서 기간별로 올리겠습니다.

1-6월 : key word: 이해하기 / 편식하지 않기 / 기출분석

1) 이해하기

1-6월은 금요일에 수업하고 수요일에 문제풀이 하는 구조로 갑니다. 저는 1-6월 수업을 들을 때는 졸지 않고 열심히 들었습니다

다. 하지만 수업으로 모든 부분이 이해 되지는 않습니다.

공부 놓은지도 오래되었고 학부시절 생리학, 해부학 등등이 희미해져 있어서 이해하며 따라가기 힘들었습니다

기영쌤께서 수업을 이해를 위주로 하나하나 설명하시지만 어떻게 모든 사람을 수준에 맞추어서 일일이 이해시키시겠습니까

기영쌤께서 이해시켜 주시는 것 이외에 기초가 부족한 것들, 이해가 안되는 것들은 모조리 찾았습니다.

유튜브의 Osmosis, Khan academy 를 보면 그림이 나오기 때문에 이해가 참 빠르게 될 수 있습니다.

그리고 생리학 부분은 EBS 생물도 들었습니다.

[2018학년도 전공보건 합격수기]

이때 하나하나 찾으면서 공부하는 저를 보고 걱정하는 시선도 있었습니다. 회독을 올리다 보면 이해가 되는 것인데 그렇게 찾

으면서 하면 안된다는 것이었습니다. 그러나 저는 아예 이걸 회독한다고 될까? 하는 의문이 들었고 제 페이스대로 이해하는

데 집중했습니다.

2) 편식하지 않기

교수님이 수업 시간에 A, B, C 급을 나누어 주십니다. 물론 A 급은 다른 것 보다 시험에 나올 확률이 높기 때문에 더더욱 잘, 자세히 알아야 합니다. 하지만 1-6월에 저는 A, B, C 급 구분을 두지 않았습니. 왜냐하면 B 급 C 급은 나올 수도 있는 부분이기도 하고, 또한 1-6월에 해놓지 않으면 7월 넘어가면 아마도,, 절대 보지 않을 것이라는 생각이 들어서 입니다. B 급 , C 급 또한 이해위주로 따라갔습니. 따라서 일주일에 1회독 하는 것도 힘들 정도였습니다. 이번에 기출에 벗어난 내용 중에서 많은 부분을 이런 공부로 맞추어서 고득점 할 수 있었습니다.

참, 각론서 보는 것으로 문의가 많으셨는데 각론서는 볼 시간도 없고 기영쌤 책으로도 충분했습니다. 이것만 자세히 꼼꼼히 보아도 고득점 할 수 있습니다.

3)기출분석

저는 처음부터 효과적으로 하지 못했지만 재수 이상이신 분들이나 초수이나 여유가 있으신 분들은 기출분석을 이 때부터 하시기를 추천드립니다. 사실 기영선생님 문제들이 7월 이후로 모두 기출 기반해서 확장하고, 현재 트렌드를 고려하여 나온 문제라서 바쁘신 분들은 안하시기도 하십니다. 하지만 해보면 공부를 내가 주도하고 있다는 느낌이 들어 성취감도 있으니 이 때부터 하시길 바랍니다.

저는 이 시기에 기출분석이라는게 뭔지 잘 몰라서 기출나온 영역을 그냥 넓고, 깊게만 봤습니. 하지만 날이 갈수록 기출을 보는 눈이 다르게 되더라구요. 그래서 이 문제들이 반복되는데 몇년을 주기로 반복되는 걸까? 새로운 문제가 등장했을 때는 어떤 방식으로

나오나? (보통 처음 등장하는 주제는 깊이 있는 것은 안 물어보더라구요) 이런 물음을 가지게 되었습니다.

그래서 후반에 다시 부랴부랴 기출을 다시 분석해 본 결론으로 선생님들께 알려드리는 기출 분석 방법으로는

1. 기출문제가 요구했던 영역은 깊고 넓게 (기영쌤 이론서로 충분함) 봅니다. 예를 들어 병태생리를 물어본 기출이라면 이번에는 약물, 치료, 간호까지 모두 살살이 머리에 입력합니다. (달달 외우지 않았습니. 이해했습니다.)
2. 기출문제의 답, 묻고자 하는 영역 이외에 오답, 그리고 지문, 보기 에 쓰여진 내용 모두 공부합니다. 이것이 문제화 된 부분이 적지 않았습니.
3. 분석한 내용을 바탕으로 그 주제 영역에서 이번에 문제가 나온다면 어떻게 나올 것인가? 를 추측해서 문제도 만들어 보고 스테디를 한다면 서로 묻고 답해봅니다.
4. 반복해서 봅니다. (저는 한국교육과정 평가원에서 출력하여 그것을 반복해서 보았습니다.)
5. 제가 분석한 바로는 비슷한 영역, 방식의 문제가 4년마다 반복된다고 느꼈습니.

(Ex) 14년도 간헐적 폭발장애 등 사례를 주고 기입하는 문제가 나옴/ 18년도 파괴적 기분조절장애, 선택적 항구증 등 사례를 주고 기입하는 문제 / 14년도 골관절염, 류마티스관절염 문제 , 18년도 통풍 (같은 근골격계) 등등)

7월-10월 Key word : 인출을 피하지 말기/ 복습

1)인출을 피하지 말기

- 실력점검을 할 수 있는 절호의 기회입니다. 저는 인출을 백지쓰기, 스테디도 많이 해보았으나 직장에서 인출했던 것이 많은 도움을 받았습니. 때에 따라서는 준비가 다 되어 있지 않을 수도 있고,, 더 준비해서 하고 싶다는 마음이 들어서 미루시는 분들이 많습니.하지만.. 실전에서 제가 아는 문제만 나오지 않기 때문에 모르는 상태에서 어떻게든 말을 만들어서 쓰는 연습 또한 필요하다고 생각합니다. 또한 인출 후 틀린 부분에 대해서는 복습을 통해서 채웠습니. (아래 복습 참조)

- 인출을 하고 바꾸어서 매겨보면 다른 분들이 어떻게 답을 잘 쓰는가,, 또 어떤 부분이 실수할 수 있는 부분이 될 수도 있겠구나 하는 것을 아는데 도움이 되었습니다

[2018학년도 전공보건 합격수기]

- 또한 인출을 해야 한다는 목표가 공부에 속도를 붙여 줄 것입니다. 인출하는 시간을 피하지 말고 잘 활용하시길 바랍니다.

2)복습

1-6월 보다 넓은 범위에서 문제 풀이가 시작됩니다. 일주일에 200페이지였던 것 같습니다.

이때 예습으로 따라가려고 하니 나중에 복습할 시간이 충분하지 않았습니다. 왜냐하면 다음 시험 예습을 들어야 하나까요..

합격자에게 물어보니 예습해서 문풀에서 고득점 받는 것 보다는 1-6월 공부한 것을 기반으로 예습을 최대한 짧게 복습을 길게해보라고 조언을 받았습니다.

초반에 예습 위주로 가던 것에 회의를 느끼던 즈음, 저도 과감하게 예습은 이틀하고 시험 친 후 복습에 매진하였습니다. 교수님이 이 문제를 왜 내셨지? 이런 방식으로 낼 수 있구나.. 내가 왜 이걸 틀렸나? 적용을 못했나? 아님 암기가 부족했나 를 보고

패인을 위주로 다시 방법을 재구성하여 보충하였습니다.

암기가 안되었다면 기존에 암기법이 잘못되었다는 것으로 앞글자를 따거나, 포스트일에 써서 붙이거나 해서 일주일안에 해결 할 수 있도록 했습니다. 참, 녹음해서 반복해서 듣기도 했습니다.

이해가 안되었다면 다시 1-6월 방식으로 이해합니다. 또한 사례적용을 못했다던지, 아니면 문제를 잘못 읽었다던지 시험에서 실수한 부분은 따로 적어서 다음 시험에는 실수 하지 않도록 하였습니다.

10월 - 11월

회독수를 늘려야 할 때입니다. 10월 -11월을 모두 합쳐서 5회독을 목표로 하였으나, 4회독 정도 밖에 하지 못했습니다.

하지만, 너무 스트레스 받는 것은 금물입니다. 최선을 다했다면 회독수는 중요하지 않는 것 같습니다.

이때는 1년간의 공부를 마무리하며 멘탈을 관리하는 것이 중요합니다.

4. 교육학

1-4월동안 권지수 교수님 1-2월 강의 신청해서 듣기는 했으나 생소했으며 복습할 시간이 없어서 정말 아무것도 모르는 상태였습니다.

5-6월 동안 친정엄마의 도움으로 3-4월, 5-6월 강의를 정주행합니다. 이때, 살짝 방향하여 다른 강사의 강의도 들었으나 다시 권지수 교수님으로 돌아옵니다. 하지만, 암기, 구조화 전혀 안되어있는 상태였습니다.

권지수 교수님께 상담을 신청하니 정말 친절히, 진심으로 상담해주셨습니다.

7-8월 직강을 나갔습니다. 권지수 교수님은 문풀도 하셨으나 이때도 다시 처음부터 끝까지 강의를 핵심을 위주로 해주셨습니다. 따라서 1-6월간 조각조각 알던 부분이 유기적으로 연결되어 갔습니다. 권지수 교수님께서 짜주신 스터디가 정말 도움이 많이 되었는데

교과 선생님들에게 많은 도움을 받았으며, 좋은 영향을 많이 받았습니다. 스터디는 월화 강의 후 2-3시간 정도 문제내고 말하기 도 하고 이제껏 기출을 분석하기도 했습니다.

또한 권지수 교수님은 논술은 어떻게 써야 하는지를 정말 간단하게 알려주셨습니다. 이번 시험에서 서론 결론, 전혀 부담되지 않았으며, 이 방법만 안다면 만능 서결론을 짜서 가지 않아도 사례에 따라 쓸 수 있습니다.

9-10, 11월 직강 빠지지 않고 나가서 문제 풀었습니다. 시험이 다가올 수록 문제 풀이가 점점 늘어갑니다. 하지만 빠지지 않고 썼습니다. 몰라도, 알아도,, 문풀을 피하지 않았습니다.

5. 시험

시험 전날 일부러 아침 일찍 일어나서 공부했습니다. 왜냐하면 그래야 밤에 수월하게 잠들 수 있기 때문입니다.

따라서 시험치는 날 충분히 잘 수 있었고 맑은 정신을 유지할 수 있었습니다.

준비하셔야 할 것은 **간단한, 냄새나지 않는 간식(점심먹을 시간 따로 없음)**, **담요**, **필기구** (검정펜 / 이번에는 컴퓨터 사인펜이 필요 없었습니다. 수험번호 체크도 검정펜으로 했습니다), **요약집** (마무리 할 때 진짜 안외워지는 것 위주로 만듦, 책 볼 시간 없음)

수험표(컬러), **아날로그 시계** 입니다.

[2018학년도 전공보건 합격수기]

시험을 치다 보면 모르는 문제가 나옵니다. 이번에도 논술에 나온 건강증진학교는 물론 김기영 교수님 책에 있어서 알고는 있었으나 그것이 건강증진학교로 불리우는 지 몰라서 적용하지 못했습니다. 하지만,, 최대한 아는 범위의 건강증진 개념을 적용하여 쓰려고 노력했으며 그부분에서 점수를 받았던 것 같습니다. 또한 내가 모르던 남도 모른다 고 생각했습니다. 그래서 떨리지 않았습니다.

또한 기입에 있어서는 진짜 쓰라고 한 것만 썼습니다. 모자보건법, 부종 등... 기입만 썼으며 부연설명 적지 않았습니다.

서술의 경우 칸을 나누어 써도 된다고 되어 있으므로 칸을 두개로 나누어 쓰셔도 됩니다. 다만 주어진 번호의 칸을 벗어나는 순간 답으로 인정되지 않으니 주의바랍니다.

(* 참고: 시험이 끝나고 가채점을 하시는데요.. 사실 가채점을 하고 10점을 깎아야 실제 점수라는 등...의 말이 있어서 저는 불안했습니다. 저는 최대한 칼채한 점수에서 10점 더 높게 나왔습니다. 다 개인적인 경험으로 나오는 말들이 많으니 그런 것 때문에 가채점을 낮게 매겨.. 합격가능성이 없다고 생각하시고 면접준비를 하지 않으시는 과오를 범하지 않길 바랍니다)

6. 면접 (key word: 스테디/ 강의/ 면접당일)

1) 스테디

저는 사실 1차 보다 2차가 더 힘들었습니다. 왜냐하면 1차 시험을 할때는 답을 찾는 수렴적 사고를,, 2차 시험은 다양한 답을 찾는 발산적 사고를 해야하기 때문입니다. 또한... 범위가 없습니다. ^^ 이 문제를 풀고 나면 확장하여 또다른 문제가 기다립니다. 끝도 없습니다.... 따라서 1차 시험이 끝나자마자 스테디를 구하시길 바랍니다. 그리고 노량진 스테디룸 1차 끝나기 전에 예약해야 노량진에서 가능합니다. 1차 끝나고 스테디 룸 구하니 구할 수가 없었습니다.

(스테디 구성)

-저는 스테디를 2개 했습니다.

하나는 교육학 공부 같이 하던 교과 선생님들과 했습니다. 교과 선생님 들 중에서는 기간제 경험이 풍부한 선생님들이 많으셔서

실제 학교에서 자유학기제, 창의적 체험활동 등이 어떻게 운영되는지 알 수 있었습니다.

또 하나는 비교과 스테디 였습니다. 비교과를 구하실 때 주의점은 같은 지역, 같은 과목 위주로 짜시면 사실,, 서로 경쟁하는 사이가 되기 때문에 진심으로 정보공유가 가능하지 않을 수도 있다는 점입니다.

또한 평가원지역과 자체 출제 지역은 스타일이 너무 다르기 때문에 자체 출제지역은 그 지역끼리, 평가원지역은 그 지역끼리 하는 것이 효과적입니다.

저는 서울 보건 두명 (노미림선생님 면접 100점 ^^), 서울 상담1명 부산 1명 이렇게 했습니다. 부산은 평가원지역이라 부산상담선생님에게도 맞추어 문제를 준비했습니다.

(참고자료와 우리만의 자료 만들기)

-책: 윤승현 선생님 책, 수상한 면접책, 양재웅 교수님 면접 책

조희연 교육감의 페이스북 , 일등주의교육을 넘어서 (교육감님 임기가 6월에 끝나니 다음 교육감님을 연구하세요)

조벽교수님의 인재혁명, 행복한 교육 (잡지)

-유튜브: 교육감님이 출연한 프로그램 모두 찾아봄.

서울시 교육청에서 유튜브로 올린 영상 다 봄. (서울시 교육청에서 지향하는 시책을 알 수 있음.)

서울시 전 교육감님인 광노현의 나비 프로젝트 (혁신학교 등 주제별로 진행하여 듣기 좋음)

학교의 눈물 , 왜 우리는 대학에 가는가? 등 다큐

-서울시 교육청 블로그 , 조희연 교육감 블로그

-교육부 블로그

-----> 이 모든 것을 참고하여 우리 스테디만의 자료를 만듦. 자료를 만든 기준은 기존 강사들의 책의 문제와, 기출문제분석을 통해서 나온 주제를 위주로 나올 수 있는 문제를 엄선. 답을 스테디원들의 의견을 교환한 것 까지 포함하여 자료를 만듦.

[2018학년도 전공보관 합격수기]

사실 너무 자료가 방대해서 어떤 것을 붙잡고 외워야 할 지.. 스터디 한 후에 나온 아이디어를 어떻게 정리할 지 고민이 많았는데

이렇게 하니 좋았음... 반복해서 볼 수 있으니 내면화 될 수 있었고,, 이것이 활용되어 다양한 문제에 답을 할 수 있었음.

(스터디 연습 시 주의점)

연습을 할 때에는 시험과 비슷한 조건을 구성하려고 노력했습니다.

먼저 각 교육청 문제 스타일 대로(구상, 즉답, 추가 까지) 문제를 내웁니다. (책을 참고합니다),

->만나서 문제를 서로 교환하여 푼다. (구상시간 15분 기준이나 연습 시에 구상시간 10분을 맞추어서 함)

->순서를 정하여 돌아가면서 면접자, 면접관을 돌아가면서 합니다.

이때. 한숨도 쉬어보고,, 지루한 척도 해보고.. 빨리 쳐다보기도 합니다. 당황할 수 있는 현장의 조건을 다 해봅니다.

동료지만 생각보다 당황스럽고.. 이 부분은 실제에서 도움 됩니다.

->태도면 내용면을 체크하여 피드백합니다.

이때 영상촬영 해보는 것 도움됩니다.

****주의점:** 말해보는 것 미루지 마세요... 몰라도.. 어려워도 지어내서라도 이야기 하다보면 나중에 실력이 늘어나는 것을 아시게 됩니다.

2) 강의

저는 1차도 그렇지만 2차도 .. 올해가 끝이라는 생각으로 해볼 수 있는 것은 다해봤습니다.

그래서 다양한 교수님 강의를 들었습니다. 하지만.. 모두 듣는 것은 추천하지 않습니다. 불안감이 높아지고.. 시간이 그렇게 넉넉하지 않으며 스타일이 다르기 때문에 더 혼란스러워 질 수 있습니다.

먼저 윤O현 교수님.

장점: 면접의 기본을 알 수 있다. 면접 들어갈 때 인사 , 자세, 등등... /

단점: 무섭다. 직언하신다. 그래서 면접이 무섭고 두려워진다.

교재가 기본이라고 하는데 사실 평가원은 무리 없으나 서울 , 인천, 경기 등 자체 출제 지역은 이걸로 부족할 것 같다.

결국 강의 다 듣지 못함.

다음으로 김O원 교수님.

장점: 수강생이 많지는 않아서 1:1 로 문의할 수 있었다. 정보력이 뛰어나다.

(이번에 조희연 교육감의 '일등주의교육을 넘어'를 추천해 주셨고 추가 질문 토끼와 거북이를 맞추는데 도움이 됨)

단점: 너무 자료를 많이 주셔서 소화가 안됨.

양O웅 교수님.

장점: 왜 교사가 되어야 하는 가. 어떤 교사가 되고 싶은가에 대해서 근원적으로 물음을 던질 수 있도록 해주심.

강의를 들으며 가슴이 뛰었음~~ 이런 교사가 되고 싶다.. 이런생각이 들었음.

그림, 영상을 많이 보여 주셔서 추가질문 토끼와 거북이에서 그림이 나왔을 때 당황하지 않았음.

거의 즉답형 형태로 진행되기 때문에 즉답에 대한 두려움이 감소할 수 있었음.

정말 진심을 다해서 가르쳐 주심.

단점: 유명하다는 소문이 나서.. 갑자기 수강생이 많이 몰려서 1:1 피드백이 줄어서 너무너무 아쉬웠음.

아마 올해는 이 부분을 정비하지 않으실까 생각합니다. 서울 경기 인천 등 자체출제 지역은 양재웅 교수님 강추합니다.

3) 면접당일

-면접을 위해서 출장 메이크업 부름 (갓더니 모두 비슷한 화장, 머리 하고 옴)

-면접 시간 보다 일찍 가면 면접 실에서 한번 해볼 수 있음. 도움이 됨.

[2018학년도 전공보건 합격수기]

-서울의 경우 담요 금지, 대기하는 시간 동안에 책 볼 수 없음. 물 음료 초콜렛 등 가능

저는 14번을 뽑아서 3시간 반 기다렸습니다. 멍하니 앉아서.. 간식 많이 챙겨가시고 .. 기다리는 동안 머릿속으로 많은 계속 반복해서 연습하세요. 저의 경우 이 때 생각한 것을 근거로 말한 부분도 있었습니다.

-차례가 되면 바로 나갑니다. 나가서 짐을 앞에 두고 바로 ! 구상실로 들어갑니다. 구상실에 앉아 마자 바로! 구상 시작해서 끝나자 마자 바로! 나갑니다. 나가면 바로 ! 푹푹 하고 면접실로 들어갑니다.

제가 바로 ! 에 강조한 이유는 정말 폭풍 몰아치듯이 면접이 진행되므로 이를 숙지하고 계세요. 저는 뭔가 마음을 가다듬을 수 있는 시간 정도는 줄거라 생각했는데 폭풍처럼 몰아치니.. 정신이 하나도 없었습니다. 면접에서는 정신을 잡는 것이 중요하니.. 이부분을 염두해두고 스티디 시에 연습하세요.

-구상실 : 시계가 없었습니다. 그제 3분 남았다고 고지만 해주셨습니다. 따라서 손목에 아날로그 시계 가지고 가세요. 검정펜 주기는 주셨습니다. 하지만 펜 꼭 준비해가세요

-면접실 : 세분의 면접관 님이 계셨습니다. 제가 14번이었는데.. (선생님들도 해보시면 아시겠지만 15분씩 여러 번의 비슷한 답을 들으면 진짜 피곤하고 힘듭니다.) 표정이 다들 피곤해보이셨습니다. 물론 인상 쓰시는 분들도 계시고 지켜워서 손으로 세수하기도 하시고.. 표정도 안좋았습니다. 하지만 저는 그분들이 제 답이 이상해서 그러는게 아니라 피곤해서 그런거라고 생각하니 그분들의 표정이나 분위기에 휩쓸리지 않을 수 있었습니다.

정신없이 답을 하고 2분을 남기고 끝났는데 면접관님께서 하고 싶은 말을 해보라고 하셨습니다.

이때 대기하면서 생각했던.. 교사로서의 다짐을 진심으로 .. 말씀 드리니 세분 모두 고개를 들어서 경청해주셨습니다.

혹시 모르니 하고 싶은 말 준비해가세요~~

-면접을 하고 난 후 점수와 관련하여 느낀 점은.

점수가 많이 깎이는 포인트라고 생각된 부분은 시간을 초과 했을 때, 묻고자 하는 것 말고 다른 말을 했을 때 또는 조건을 맞추지 않고 또는 빼먹었을 때(이 부분이 제일 크다고 생각합니다.) , 정말 태도가 불량할 때 .. 딱 봐도 교사상과 벗어나는 행동을 했을 때... 교사로 보기에 너무 떨거나.. 눈맞춤이 부족하다고 느낄 때 라고 생각합니다.

점수를 얻어가는 포인트라고 생각된 부분은. 그 문제를 잘 파악하여 묻고자 하는 것을 답하고 그것에 시책을 녹여냈을 때,

당당하고 (다만 잘난척, 가르치려고 하는 태도는 금물). 자신감 있는 태도 입니다.

-사실 면접을 끝내고 나서 제가 평소에 하던 것 보다 못한 느낌이 있어서 정말 망했다고 생각했습니다. 뒤집히는 경우가 많다는 소문이 있어서 불안했구요. (합격하고 연수원에 가보니 컵에서도 뒤집은 선생님 꽤 있었습니다.) 하지만 열심히 준비했기에 이보다 더 열심히 할 수 없었다는 마음으로 2주를 버텼습니다. 선생님들도 이번 기회가 마지막이라고 생각하시고 최선을 다하시길 바랍니다.

제가 차분히 생각을 정리하니 꽤 많은 글이 나오네요. 선생님들께 도움이 되었으면 좋겠습니다.

[2018학년도 전공보건 합격수기]

아홉. 경기초등 5개월 반 공부 이0정선생님

안녕하세요 :) 저는 2018 경기 보건(초등)에 초수로 합격하였습니다. (전공 56, 교육학 15, 면접 97.08) 1차는 컷 + 12.67, 2차는 컷+ 9.24 였습니다. 2017년 5월 1일자로 퇴사하였고 한국사 없 이 나와 한국사 8월 시험 공부를 빼서 총 5개월 반 정도 공부했습니다. 집이 성남이기에 직장은 거 리상 비효율적이라는 판단하에 패키지로 끊어 인강을 들었습니다. 단기간에 합격할 수 있었던 비법은 김기영 선생님의 강좌와 책, 문제 위주로 공부했기에 가능했습니다. 따뜻하신 김기영 선생님! 좋은 강의와 문제로 빠르게 합격하고 보건교사의 꿈을 이룰 수 있도록 도와주셔서 정말 감사합니다 :) 특히 공부가 안될 때, 지칠 때마다 나와 비슷한 상황의 사람은 어떻게 극복했는지 수기를 찾아보면서 많은 힘을 얻었습니다. 재작년에 3개월 공부하시고 강원 보건 초수로 합격하신 선생님이 학교 선배 셧는데 약 6개월이라는 기간에 붙을 것이라고 믿을 수 있었던 데에는 이 수기의 힘이 참 컸습니다. 책상 옆에 항상 두고 펜으로 줄을 그어가면서 읽고 또 읽었고 나는 3개월의 두배 만큼 공부하기 때 문에 무조건 붙는다고 믿었습니다. 이 글 또한 단기간에 공부하시는 분께 많은 도움이 되기를 바랍니다.)

1) 1차 시기별 공부 전략

- 5월 셋째주~6월 말까지: 2주간 강사님 선택/ 인강 신청과 책배송/책구입, 연휴로 인해 쉬고 5월 셋째 주부터 인터넷 강의를 듣기 시작했습니다. 한국사는 중급 3급 이상이면 가능하기에 8월에 응시 하기로 마음먹었고 5월에는 늦게 시작한 만큼 전공과 교육학 공부를 먼저 시작하는 것이 급선무라는 생각이 들었습니다. 목표는 6월까지 모든 교육학과 전공의 개념강의를 끝내고 7월부터는 원래 기영 쌤 커리큘럼대로 타는 것이었습니다. 처음에는 강의를 들으면서 개념노트를 만들려고 했었는데 양이 너무 많아 빨리 포기하고 일단 강의를 다 듣고 이해하고 암기는 하지 않았습니다. 하루에 6-8강을 빠른 배속으로 들었고 암기하지 않고 그냥 듣는 것만으로도 눈이 아프고 힘들었습니다. 중간에 스트 레스로 위염이 심해져 위내시경도 하고 몸도 자주 아팠지만 거의 밀리지 않고 7월까지 모든 개념을 다 들을 수 있었습니다. 교육학은 스트레선생님의 핵톡을 모두 다 들었으며 중간에 백지 스티디를 구해 폰으로 찍어서 네이 버 밴드에 인증하는 스티디를 했습니다. 인증 스티디는 중간에 한 번 변동이 있었지만 형식은 같은 스티디로 다시 구해 지속하였고 시험 한 2주 전까지는 진행을 했습니다. 좋은 스티디원을 만나서 다 독이면서 즐겁게 교육학 밴드 스티디 (with 타교과)를 할 수 있었습니다.

- 7월 시작~9월 3주: 김기영쌤의 문제풀이 강의를 시작되었습니다. 여기서도 절대 강의를 밀리지 않 기로 스스로 약속했습니다. 3공 편지와 제본 커버, 링을 구입하여 문제가 금요일~토요일에 업로드 되면 모두 뽑았습니다. 이 때는 아는 것이 없었기에 미리 문제를 풀지는 못하였습니다. 김기영 선 생님이 내는 문제는 다 외운다는 심정으로 문제 하나 하나를 소중하게 생각하면서 외웠습니다. 예 습은 하지 않고 (시간도 실력도 없어 할 수 없었어요) 복습으로 했으며 복습은 3-5번 정도해서 암기하려 했습니다. 암기가 될 때까지 외우려 했고 문제에 나온 개념을 다시 책을 통해 찾아보는 방식을 통해 공부했습니다.(백워드 공부; 작년 경기 수석 쌤 공부 방법) 이때는 전화스티디와 근처 에 거주하시는 오프라인 스티디 2개를 통해 공부했습니다. 전화스티디는 주 1회 밤에 한 2시간 정도 진행하였고 오프라인 스티디도 주1회 만나서 한 3시간-4시간 정도 카페에서 공부했습니다. 이 두 스티디를 하면서 목표는 기영쌤의 문제를 달달 외우는 것이었습니다. 전화/오프라인 스티디 는 시험 2주 전 정도까지 진행되었고 결과적으로 두 분 다 모두 합격하셨습니다 ^^ 또 이때는 전공 기출문제를 스스로 정리를 했습니다. 2002년부터의 전공기출을 모두 출력하여 직 접 눈으로 기출문제를 보고 익혔습니다. 전공의 9가지 과목의 목차를 쓰고 빨간색 스티커는 과거 임 용, 초록색 스티커는 2014년부터 바뀐 서술형/논술형 기출로 하여 어느 부분에서 과거기출이 많이 되었고 어떤 부분이 과거에 나왔는데 최근에 만나왔는지 파악하여 빨간색이 많이 붙여졌지만 초록색 이 붙여지지 않은 부분은 더 깊게 공부하기 위해 노력했습니다. 이렇게 하여 모든 임용 기출은 제 머릿속에 들어있도록 하였습니다.

교육학은 매일 백지 인출을 본격화했고 전선생님의 실전톡톡 강의를 업로드되는 대로 밀리지 않고 들었습니다. 교육학은 꾸준하게 하여 나에게 치명적인(?) 점수가 나오지 않도록 15점 이상 하는 것을 목표로 했고 암기와 이해를 함께 하기 위해 노력했습니다. 하루에 많은 시간을 들이기보다 서서 히 저한테 스며들 수 있도록 공부했습니다. 교육학도 목차를 짜고 기출된 부분에 빨간/초록 스티커를 붙이고 하트 스티커는 전선생님이 예상하는 포인트에 붙였습니다. 전공과 교육학 모두 과거 기출을 기반으로 계속 문제를 예상하는 식으로 공부했습니다. 9월부터 진행되는 교육학 모고는 모두 시간에 맞춰서 시험지를 사서 똑같이 풀고 채점했습니다.

[2018학년도 전공보건 합격수기]

푼 모고는 똑같이 인증하여 스터디원끼리 답안에 대해서 평가도 해주고 좋은 표현은 함께 공유했습니다.

-9월 4주째: 기영샘의 모고가 시작되기 전에 지금까지 외웠던 문풀을 다시 1주 정도에 걸쳐서 다시 꼼꼼하게 외우는 시간을 갖고 모고를 시작했습니다. 이 때 다시 외우면서 암기한 내용이 공고하게 된 다는 느낌을 받았습니다. 모고를 풀기 전에 한번 쪽 복습을 하는 것을 추천드립니다. 지역사회는 어렵기 때문에 유일하게 책을 여러 번 많이 봤습니다.

-10월: 생각보다 모고 점수가 너무 나오지 않고 또 문풀에서 나왔던 개념외에 다른 것이 나오기 때 문에 또 모르는 것이 많아 좌절했습니다. 점수가 너무 낮아서 충격받고 의욕도 상실했었지만 누구나 그렇다는 말을 믿고 공부를 계속했습니다. 기영샘이 문제 내주신 것을 문풀 공부하듯이 암기하고 전 화/오프라인 스터디를 통해 인출하였습니다. 모고는 이제 시간을 정해서 기존에 진행했던 오프라인 스터디에서 직접 시험지를 사서 풀었고 작년 시험 경험이 있으셨던 스터디 선생님께서 답안 작성하는 것을 많이 봐주셨습니다. 이 때 어떤 볼펜이 나한테 맞는지 어떤 글씨로 쓸건지를 디테일하게 정 할 수 있었습니다. 또 10월달은 회독 수를 늘려야한 다는 합격수기를 보고 저도 크게 2회를 돌리는 것을 목표로 하고 책을 보면서 넘겼던 부분, 안 외웠던 부분을 외우면서 그 단원에 나왔던 문풀과 모고를 다시 복습하고 외웠습니다. 안외워지는 것은 포스트잇에 써서 독서실 벽에 가득하게 붙였습니다. 이미 큰 가치를 외운터라 덧붙이듯이 외우는 것은 속도가 빨라졌습니다. 3주동안 한바퀴+1주 동안 한바퀴 이런 식으로 2바퀴 돌려졌습니다. 모고 점수는 10월 말부터 점점 오르는 것 같았습니다.

-11월 ~시험(25일 d-day) : 11월 첫 모고부터 점수가 70점대 이상이 되었습니다. 이 때에는 조금 자신감이 생겨 다시 문풀+모고를 반복해서 3바퀴 정도 돌렸던 것 같습니다. 더불어서 11월부터 목차를 그리기 시작했습니다. 특히 시험 2주 전부터는 심계 향진이 심해져서 공부할 때 너무 불안하고 힘들었지만 이 시험은 포기하지 않으면 붙는다는 마음으로 계속 목차 그리고 잇은 것 다시 암기, 부족한 것 보완, 반복 이렇게 하다가 시험을 보러 갔습니다.

2) 2차 면접 준비

2차 면접 준비의 경우 경기도가 변별이 심하다, 최저 60점이다 이런 말들이 많아서 준비할 때 참 부담이 많이 되었습니다. 열심히 달려서 1차를 붙어도 2차를 떨어지면 1년을 더 해야한다는 것이 너무 두려웠고 요행을 바라기보다 내가 할 수 있는 한 최선을 다하자는 마음으로 했습니다.

-1차 발표 전까지: 윤수현선생님 책으로 스터디를 두 개 했습니다. 면접강의는 시간이 없어서 듣지 못했습니다. 굳이 면접 강의를 듣지 않아도 되지만 저는 듣는 것도 좋다고 생각합니다. 하나는 노량진에서 직접 가서 하는 스터디(영양2,상담1,음악1,저)였으며 하나는 집 근처에서 하는 서브스터디 (all 보건초등)였습니다. 노량진에서 직접하는 스터디는 실전처럼 시간을 정해서 말하고 질문하는 방식으로 진행했습니다. 문제는 윤수현 면접책에 있는 것으로 하여 기출을 우선 다 익히는 것을 목표로 했습니다. 토의 또한 기출을 통해서 하고 끝나고 피드백을 주고받으면서 점차 토의의 질이 높아지는 것이 느껴졌습니다. 서브스터디의 경우 윤수현 책의 질문에 대해 답을 생각해보고 말하는 스터디였습니다. 서브스터디를 통해 꼼꼼하게 윤수현님 책을 훑을 수 있었습니다. 노량진 스터디로는 실전 감각 을 익히고 서브 스터디로는 어떤 내용을 말할 건지 스스로 답안을 생각해보는 시간을 가졌습니다. 스터디의 용도를 정하고 각기 다르게 진행했던 것도 좋았던 방법이라는 생각이 듭니다^^. 시책은 2017계획을 제본으로 해서 혼자 목차를 그렸고, 서브스터디에서 자기가 공부한 것을 말하면 서 설명하는 방식으로 시책 공부를 진행하고 노량진 스터디에서는 내가 서브스터디에서 배웠던 시책 을 바탕으로 나의 언어로 바꿔 말해서 기계적인 암기보다는 자연스럽게 익힐 수 있도록 했습니다.

-1차 발표 이후: 기존의 스터디원들과 지속하고 싶었지만 아쉽게도 서브스터디는 유지할 수 없게 되었고 노량진 스터디는 거리가 멀어서 진행할 수 없게 되었습니다. 따라서 노량진 스터디에서 영양샘, 상담샘과 밴드를 통해서 시책을 하루에 1개씩 실제 경기도의 사례와 함께 업로드하여 시책암기를 공고하게 하였습니다. 예를 들면 "정책: 행복한 학교 - 과제:학생중심 교육과정 - 세부과제: 교육과정 특색화/ 사례 : 경기 과학 축전 동두천 별자리 과학 축제" 이런식으로 실제 사례와 연결지어서 공부했습니다. 특히 사례는 보건 위주로 하면 더 내가 많이 고민한 흔적이 드러나서 좋습니다. 새로 집 근처에서 스터디를 구성하여(영양2, 저, 보건중등1, 상담2)로 과목을 적절하게 배합하여 구성하였고 시간을 칼같이 지켜서 실제처럼 2일에 한 번 만나서 진행했습니다. 책은 수상한 면접책으로 했습니다. 이때는 학교를 빌려서 정말 실전과 동일하게 진행했습니다. 면접 직전까지 제 답안을

[2018학년도 전공보건 합격수기]

직접 타이핑하여 정리하였고 최종적으로 시간 초과가 2번 있었고, 한 문제는 핀트가 어긋났지만 97.08이라는 괜찮은 점수를 받았네요 ^^

최대한 구체적으로 쓰는 것이 도움이 될 것 같아서 쓰다 보니 너무 길어졌네요 ^^ 처음과 끝이 같으면 성공한다는 말처럼 지치지 않으시고 공부를 꾸준히 하시면 분명 좋은 결과가 있을 것입니다 ^^ 꼭 동료로서 만났으면 좋겠습니다 ♥

[2018학년도 전공보건 합격수기]

열. 서울 기간제하며 5개월 공부 강0슬선생님

안녕하세요! 2018 서울 초시 합격 수기를 적어보려고 합니다.

한 번도 이렇게 남겨본 적이 없는데 이 글을 보시는 선생님들께 조금이나마 도움이 되었으면 하는 마음입니다.

저는 2017년 서울 보건 초시로 합격하였습니다.

저의 글을 참고하시는 경우는 학교 근무 경험이 있고, 기간제 선생님이로 근무하시면서 시험을 준비하시는 선생님께 좀 더 도움이 될 것 같습니다.

1. 이력:

- 1) 2012년 3월~2013년 6월까지 1년 조금 넘는 종합병원 경력
- 2) 2014년~ 2017년 4년의 보건교사 경력

2. 임용 준비 기간:

- 1) 2013년 한국사 3급 취득
- 2) 2017년 7월부터 시작 첫 공부 시작
3. 점수: 전공 52점, 교육학 17점, 면접 98점

4. 공부 방법:

1) 전공

- 김기영 교수님 문제풀이(7~8월), 실전모의고사(9~11월)
- 방학기간동안 김기영 교수님 전공 서적 1,2,3권으로 전공 1회전을 목표로 시작
- (★ 문제풀이 진도 속도에 맞춰 이론 공부 속도를 맞춰 진행하다보니 방학중에 전공 1회전 공부가 가능)
- 방학기간동안 ★ 타이머 기준 하루 8시간 공부 실시(아침 9시부터 저녁 10시까지)
- 개학 후 학교에 다니면서 외울 수 있는 ★ 손바닥 크기의 암기카드 만들면서 공부함
- 학교 영양선생님과 함께 공부하였기 때문에 매일 학교 퇴근 후 근처 카페에서 6시~9시 30분(순수 학습시간)까지 함께 공부함

(★ 혼자서 하긴 정말 힘든것 같아요! 꼭 함께 공부하는 선생님이 필요하다고 생각합니다. 같은 상황의 스터디원이 필요해요!)

- 개학 후 매주 토요일 전일 공부(9시~11시), 일요일 교회 다녀온 후 오후 동안 공부(1시~10시)
- 실전모의고사는 매번 시간을 맞춰 풀고난 후 오답노트 실시

(실전 모의고사때 정답률이 매번 30% 이하였습니다. 하지만 절대 실망하지 않고 틀린것 ★오답노트해서 실전때 맞추겠다는 일념으로 끝까지 포기하지 않았습니다. ★모의고사 점수에 일희일비 하지 않는 것이 매우 중요한 것 같습니다.)

- 2017년 동안 특수학교에서 기간제로 근무하였기 때문에 학교에서 발생한 응급상황(통풍) 및 학생의 건강문제(고관절탈구)에 대해 학생 및 학부모를 교육하고 함께 고민한 내용이 시험문제에 나왔기 때문에 전공에서 좀 더 점수를 얻을 수 있었습니다. 선생님들께서도 근무하면서 마주하는 건강문제에 대해 좀 더 심도있게 고민해보는 것들이 분명 도움이 될 것이라고 생각합니다.

2) 교육학

- 교육학은 학교 연수 프로그램중 신태O 교수님(60시간, 오프라인 시험 있음) 교육학 강의가 있었기 때문에 학교에서 교육학 연수 수강(하지만 장학사 시험 중심이기 때문에 임용을 위한 시험은 아닙니다.)
- 신태O 교수님 교육학 정리 노트를 중심으로 복습, 신태O 교수님 2016년 모의고사 풀면서 복습(마지막 2달 동안 일주일에 1~2개씩)
- ★ 2015 개정교육과정과 관련된 내용이 최신 출제 흐름이라고 생각되어 2015 개정교육과정에 해당되는 교육학 내용에 집중함.
- 함께 공부한 영양 선생님이 3수생이었기 때문에 임용 시험 한 달 전부터 함께 구두로 교육학 내용에 대해 대화를 많이 하면서 복습한 것이 도움이 됨.

3) 면접

- 1차 점수가 컷에서 4점 높았기 때문에 집중하여 학습
- 스터디 2개 실시(총 일주일에 4번 실시)

[2018학년도 전공보건 합격수기]

- 면접 강의 듣지 않음.
 - ★ 서울시책을 답에 녹여내려고 노력하였으며, 시책은 총 4번정도 정독
 - 기존 4년동안 학교에서 근무하며 겪은 경험, 생각들을 녹여냄.
 - 아무리 연습해도 면접이 늘지 않아 걱정이 많았는데 결국 제 스타일로 제 생각을 녹여내는 것이 가장 좋은 방법인것 같음.
 - 마지막 1분 30초가 남아 '지금 이 순간을 기억하며 초심을 잃지 않는 교사가 되겠습니다. 감사합니다.'라고 다짐함.
 - 면접에 대해 계속 실력이 늘지 않아 걱정이 많았지만, 다 잊고 면접동안 밝게 웃고 자신감있게 행동함.
- 상황이 특수하여 얼마나 선생님들께 도움이 될지는 모르겠지만 선생님들께 조금이나마 도움이 되기 바랍니다.
2019년 임용 꼭 건승하시기 바랍니다! 그리고 김기영 교수님 정말 감사드립니다.

[2018학년도 전공보건 합격수기]

열하나. 서울 전공 61점 임신+출산 손0림선생님

서울보건에 합격하여 합격수기를 작성합니다.

혹시 비슷한 상황에 계신분들이 도움이 될까 싶어 올려봅니다.

전공 61, 교육학 16.3, 면접 96.6으로 컷보다 +14점으로 합격했습니다.

시험날이 출산예정일 1주일 전이었기 때문에 1년 내내 공부해놓고 시험치지 못할까봐 조마조마한 마음을 가지고 공부했습니다.

하지만 공부해두면 다음이라도 도움이 될 것이라고 긍정적으로 생각하고 마지막까지 최선을 다했습니다.

혹시 임신과 출산으로 공부를 할지말지 고민하는 분이 있다면 무조건 공부하시라고 말씀드리고 싶습니다.

<전공>

저는 초시는 아니고 2016 시험을 쳤었습니다. 그때에는 기영쌤 강의를 들으면서 남들보다 폭넓게 아는 것이 중요하다고 생각하여 사호강의와 문풀을 1년 패키지로 같이 봤었습니다. 하지만 1년간 해외에서 지내면서 남편을 챙겨야했었고 중간중간 여행을 다니면서 복습시간이 부족하여 1점차로 1차에서 떨어졌습니다. 이런 경험으로 느낀점은

첫째, 적어도 6개월이상 올인할 상황이 될 때 공부를 해야겠다.

둘째, 여러강사를 듣는것보단 1명의 강사를 선택하여 반복하여 공부해야겠다고 생각했습니다.

타강사강의를 들어보고, 모고도 구해서 본 결과, 기영쌤 교재에 가장 풍부한 내용이 있고 잘 구조화되어 있기 때문에 기영쌤 교재나 모고를 반복해서 보는 것이 가장 효율적이라는 걸 느꼈습니다.

다시 공부를 하게 되면 절대적으로 기영쌤 강의와 교재, 문풀만 볼 것이라고 다짐했습니다.

2016년도에는 일을 해야했기때문에 일과 공부를 병행하면 고생만하고 효율은 나지 않을 것 같아 공부하지 않았고 2017시험도 치지 않았습니.

2017년 1년은 마음먹고 공부를 해야겠다고 생각하여 1월부터 직장에 다녔습니다. 지하철로 1시간 거리여서 다니기는 쉽지 않았지만

다른 사람들이 공부하는 모습을 보며 자극을 받기위해 직장을 선택했습니다. 또한 직장을 나가면 인강보다는 더욱 수업에 집중할 수 있어 좋았습니다.

그러다가 2월말에 임신을 하게되었고 입덧이 너무 심하여 3월부터 6월까지의 직장에 나가지 못하였고 거의 공부를 못했습니다.

하지만 공부의 끈을 놓지 않기 위해 2개의 전화스터디를 했습니다.

매일 기영쌤 교재 30페이지정도 교대로 읽는 스터디와, 기영쌤 문풀 진도따라서 한문제씩 대답하기를 했습니다.

이 스터디를 통해 꾸준히 공부했다는 마음의 안정감을 주어 끝까지 포기하지 않고 올해 시험을 칠 수 있게 해주었던 것 같습니다.

6월에는 입덧이 좋아져서 밀렸던 인강을 몰아서 듣고(이론강의만 들음) 7월부터는 다시 직장에 나갔습니다.

제가 올해 합격할 수 있었던 이유는 7월부터 시험날까지 최선을 다했습니다.

가족모임, 친구만남, 쇼핑 등등 모든 것을 포기하고 최대한 공부시간을 마련하기 위해 노력했습니다.

7월 모의고사 범위를 따라서 여성, 정신, 지역사회는 거의 처음 공부하는 것처럼 책을 꼼꼼히 보면서 공부했습니다.

하루종일 공부하려고 노력했고, 특별한 일이 없다면 하루에 10시간정도 공부했던 것 같습니다.

모의고사를 치면 그다음날 다시 말해보는 스터디를 했으며, 그 문제에 해당하는 부분을 폭넓게 공부하기 위해 노력했습니다.

7~9월은 모의고사를 따라가며 해당부위의 기출문제를 같이 보았습니다.

올해는 기출문제 부분에서 많은 문제가 나온 것 같지는 않지만 기출문제를 통해 교재의 내용을 이해하는데 도움이 되었습니다.

10~11월에도 직장을 다니며 맞던 틀리던 모두 교재를 보며 내용을 정리했으며 시험친 다음날 다시 말해보는 스터디는 계속하였습니다.

이때 교재를 반복적으로 돌려서 볼지, 암기카드를 반복해서 볼지 고민을 많이 했는데..

[2018학년도 전공보건 합격수기]

암기카드에 7월~11월 모고를 붙여 단권화를 했기때문에 암기카드를 5회독이상하고 시험을 치러갔습니다.

암기카드는 문제만 보고 인출하며 내가 아는지 모르는지 확인할 수 있어 좋았고, 문제 위주로 공부하여 장시간 공부해도 긴장감있게 할 수 있었습니다.

정신은 종이한장에 진단명을 구조화하여 정리하여 기출된 부분을 체크해보며 올해는 어떤 문제가 나올지 생각해 봤던 것이 도움이 많이되었고, 약물이나 검사도 A4한두장으로 정리하여 이동시간에 자주 보아서 따로 시간을 내서 공부하지 않아도 암기할 수 있었습니다.

<면접>

시험을 치르고 기출문제 해설강의를 들으러가서 면접조를 짰습니다. 그날 계획을 세우고, 필요한 면접책들을 구매했습니다.

하지만 저는 출산예정일이 1주일정도 남았기 때문에 조만 짜고 바로 공부하지는 못했습니다. 양해를 구하고 12월 7일날 출산을 하고 12월 19일정도부터 노랑진으로 스테디를 하러 다녔습니다.

산후도우미와 부모님들의 도움을 받으며 스테디를 하러 주말제외하고 매일 다녔고,

같은 스테디원생이 중학교를 뚫어주셔서 2번정도 실전처럼 연습하고 피드백도 받을 수 있었습니다.

시책과 수상한 면접책, ㅇ스ㅎ면접책, 다양한 읽을거리와 다큐멘터리를 보며 준비했습니다. 다른 사람보다 준비하는 시간이 부족한 것 같아 걱정도 많이되고 다른쌤들보다 모르는게 많은 것 같아 속상했지만... 잘하는 쌤들이 하는 것을 보는 것도 공부하되어 많은 도움이 되었습니다. 또한 기영쌤이 마련해주신 면접 시뮬레이션에 참석하여 도움을 받았습니다.

또한 xtr 교육학쌤의 면접강의가 무척 도움이 되었습니다. 이때 배운 '정서행동특성 검사'라던가, 교육학적 지식을 활용해서 괜찮은 점수를 받을 수 있었던 것 같습니다.

주말제외하고 매일 만나다보니 2차 시험 일주일 전부터 급격히 몸컨디션이 안좋아져 감기몸살과 후두염에 걸렸습니다.

그래서 시험 전 5일은 스테디를 나가지 않고 폭쉬며 생각을 정리하는 시간으로 삼았습니다. 시험당일에도 목소리가 잠겨 너무 걱정되었지만 준비해간 따뜻한 차와 스트랩실을 먹고 나쁘지 않게 면접을 치룰 수 있었습니다.

면접전에 컨디션 관리가 정말정말 중요한 것 같습니다.

면접당일 아침일찍 미용실에서 헤어, 메이크업을 받았고 오전 11시 30분까지 면접장에 도착하였습니다.

순번뽑기로 12번을 뽑아 오후 4시에 시험을 치렀습니다.

구상형 문제가 생각보다 어려워서 거의 멘붕상태로 면접장에 들어갔습니다. 시험장에도 15분에서 카운트 다운되는 시계가 있어서 당황스러웠습니다.

연습하던 것보다 구상형에서 시간을 많이 소요한 것 같아 마음은 점점 다급해지고 이러다 시간이 초과될 것 같아...

즉답형과 추가질문도 거의 생각하지 않고 대답해버렸습니다. 그래서 2분을 남겨놓고 면접을 끝냈습니다.

면접을 끝내고 거의 좌절과 슬픔의 시간을 보냈습니다. 거의 반포기상태로 결과를 기다렸던 것 같습니다.

모범답안과 채점기준을 모르기 때문에 내가 말한 것이 정답으로 인정이 될지 알 수 없었고, 조건에 맞춰 말하지 못한 것이 몇 개 있어 너무 걱정되었습니다.

그럼에도 불구하고 96.6점이 나온 것을 보면 면접은 자신의 논리를 가지고 가지수를 채우면 어느정도 점수가 나오는 것 같고 자신감 있고 진정성 있는 모습을 보이려고 노력했던 것이 좋은 결과를 가져온 것 같습니다.

임신과 출산과 함께 공부를 하며 과연 두마리 토끼를 잡을 수 있을까...많은 걱정과 함께 한 수험 생활이었지만 기영쌤의 좋은 강의와 교재 그리고 질 좋은 모의고사 덕분에 해낼 수 있었다고 생각합니다.

누구든지 끝까지 포기하지 않고 최선을 다한다면 좋은 결과 있을 것이라고 생각합니다.

모두 2019년 주인공이 되시길 바랍니다.