

游泳安全篇

家长要做孩子的“水中守护神”

教育部网页有“中小学生防溺水安全教育挂图”和“中小学生防溺水安全教育卡片”，您不妨下载和孩子一起学学

□记者 杨玉梅/文 张晓理/图

暑假对孩子们来说，是一年中的狂欢季。酷暑难耐时，到水中去游玩一番，身体内的热气会散去不少。但是由于孩子安全意识薄弱，缺乏自救知识，加之家长监管不到位，每年一到暑假，学生溺水事件便屡屡发生，给许多家庭带来巨大的悲痛。



孩子们在游泳

1案例 儿童节 儿童游泳变成“殇”

6月1日是儿童节，对孩子们来说本该是个快乐的节日，可伊川县白元乡班庄村14岁的小鹏(化名)和13岁的小宇(化名)却永远也感受不到这种快乐了。这一天的傍晚，他们和叔叔(爸爸)一起到家

门口的伊河里游泳消暑，但是，人下去后，便再也没有上来。

河水又急又深，两个孩子的尸体直到第二天才被打捞上来，被捞上来时，他们还保持着溺水时拼命向上的求生姿势。

2警钟 暑期 学生非正常死亡70%由溺水造成

这只是今年发生的其中一起儿童溺亡事故。翻开报纸，在同一天，同样是在伊河，一名9岁儿童和父母一起外出时不幸溺亡。

早在2009年，教育部基础教育一司司长王定华在接受媒体采访时就说，暑假学生非正常死亡70%以上都是由溺水造成的。另有媒体统计数据表明，我国每年约有5.7万人死于溺水，平均每天有150多人溺亡。

暑假也是我市水上义务搜救队最忙的一个季节，队长杨红山曾作过统计：“6月至8月，他们所救助的溺水者能占到全年的80%至90%，在溺水的人中，初学生、高中生和大学生占到60%。”

种种数据表明，溺水已经成

为中小学生暑假安全的头号“杀手”。

杨红山说，溺水事故多发生在洛河沿岸、伊河沿岸、市区的人工水渠和人工湖等地方，这些地方看似很浅，实则很深，水底不平，时有大坑，游泳技能不好的学生一旦陷入会非常危险。进入暑假，很多学生都会躲开大人的监管，和几个小伙伴一起偷偷到这些地方游泳。

“游泳最好还是在家长的陪同下到正规的游泳池去，那里配有救生员，一旦发生紧急情况，能得到及时救助。到野外游泳人少、水情复杂，一旦发生紧急情况，会给救援增加很大难度。”杨红山说。

3救助 有人溺水时 手拉手去营救要不得

事实上，为减少或避免在暑期出现儿童溺水事件，在放暑假前，学校都会对学生进行安全教育，并督促家长加强监管。安全教育年年讲，溺水事件却年年有，原因何在？

孩子缺乏相应的自救知识，这是其中原因之一。防范孩子溺水，仅仅靠“堵”是不够的，有条件的家长可以带孩子到游泳场馆里学习游泳，学习游泳技能。如果碰到意外落水事件，孩子识点水性，至少心中不慌。

杨红山再三强调：“即便教会孩子游泳后，家长也要重视安全教育，告诫孩子远离危险水域，如果不知道水有多深，千万别去‘探险’。想游泳的话一定要在家长的陪同下，到室内游泳池游泳。”

除了游泳技能，掌握一些溺水自救方法也是非常必要的。遭遇溺水时，儿童在几分钟后就会失去意识，因此在有限的时间内，正确的救助方法会为救援节省不少时间。

首先，落水后要保持冷静，不要在水中扑腾浪费体力。学“水母漂”，立即屏住呼吸，然后放松肢体等待浮出水

面；当身体上浮，口鼻略浮出水面时，要抓紧时间呼吸和呼救。如果身体下沉，可将手掌使劲向下压，以助身体浮出水面。

其次，如果在水中突然腿抽筋，可伸直抽筋的那条腿，用手将脚趾向上扳，以缓解抽筋症状。

杨红山特别告诫，如遇到同伴溺水，要及时呼救，一定不要手拉手下水救人，以免造成更多伤害。“在手拉手下水救人时，最后一个人需要承受几百斤的重量，几岁、十几岁的孩子根本承受不住。”这时候最好的办法是找一根长树枝、竹竿或绳索，用器材施救。实在没有器材就尽快把衣服脱下来，结成长绳，用以施救。

再次，溺水现场急救也至关重要，应争分夺秒。要迅速让溺水者脱离溺水现场；清除口、鼻异物，保持呼吸畅通；让溺水者的头保持低位，救助者拍打其背部，使进入其呼吸道和肺中的水流出；如有呼吸抑制，应迅速进行人工呼吸；如溺水者心跳停止，要立即进行胸外心脏挤压，然后尽快转送附近医院。

4父母课堂 不要让孩子单独去游泳

市奥体花城幼儿园园长杨瑞林说，避免此类事件的有效做法是，当孩子在水边或水里玩耍时，家长要时刻注意看管，不要离开孩子，因为当你去接电话或与别人聊天时，危险就有可能发生。带孩子进行水面活动时，要给孩子穿好救生衣，不要让年幼的孩子独自去游泳。

今年儿童节前夕，为了帮助广大中小学生增强防溺水安全意识，掌握防溺水知识技能，提高自救互救能力，教育部基础教育一司联合高等教育出版社编制了一套中小学生防溺水安全教育挂图和卡片。只要登录教育部官方网站 (<http://www.moe.gov.cn/publicfiles/business/htmlfiles/moe/s5987/201305/152682.html>)，就可下载“中小学生防溺水安全教育挂图”和“中小学生防溺水安全教育卡片”。

“中小学生防溺水安全教育挂图”中，用顺口溜和漫画的形式讲解了如何防止溺水的常识，便于普及和记忆。漫画配图则图文并茂地告诫我们：“野外游泳不安全，陌生水域藏危险。”

溺水自救中则介绍了遇到危险怎么自救；在正确施救图示中，强调了不盲目下水施救，要学会正确施救方法。

您不妨去下载一套，和孩子一起学学。