

# 暑假千万别做 孤泳者

## 姐妹花记者调查学生如何上好防溺水这堂必修课

虽然暑假已接近尾声,但戏水游泳仍是家长和孩子常常会选择的的活动。戏水可以解暑降温,其带来的安全隐患却必须引起大家的高度重视。

日前,记者走访了学校、老师、家长、救援队,听他们畅谈如何上好防溺水这堂必修课。



防溺水宣传进校园

### 学校 线上安全课堂不能落 线下入户建档常态化

心贝妈妈,这几天心贝乖吗?你们上班时有叮嘱过她不要出去玩吗?8月10日下午,高镇小学一(2)班班主任钱晓巧正在家访。在钱晓巧的再三叮嘱下,家长王先生在家访情况记录表上签上了自己的姓名。学校和老师特别负责,我们家长还要在安全教育平台完成相应的防溺水任务,真正做到入脑入心。王先生说。

除此之外,钱晓巧每日还会在家长群推送防溺水安全提醒信息,并督促家长做到百分百阅读及回复,对重点监管学生实行隔日电话访谈,以了解学生暑期思想动态,切实将防溺水安全教育工作落到实处。

我们对班级里的学生进行建档,

签订安全告家长书。除了完成学校布置的防溺水安全任务外,家长还要和自己的孩子完成一幅防溺水手抄报,一起看视频,并完成打卡。钱晓巧说。

据介绍,4月份以来,高镇小学结合实际情况,制定了预防学生溺水实施方案,开展形式多样的宣传教育活动。各班级积极开展防溺水主题班会课,教育学生严格遵守防溺水“六不一会”,让防溺水意识真正植入学生心里。同时,通过召开家长会、致家长的一封信、学校安全教育平台、微信群、家访等多种方式,落实周末和节假日安全提醒,提醒家长做好预防学生溺水工作。

通过开展各类防溺水教育活动,增强全体师生防溺水意识,让他们学会溺

水急救、自救、互救的知识技能。防溺水是一项长期性的工作,我们将继续加强学生的防溺水安全教育,为学生健康成长保驾护航。高镇小学校长程启明说。

今年以来,为切实做好学校防溺水安全进家庭工作,强化学生防溺水安全意识,掌握防溺水知识技能,减少和避免溺水事故的发生,市教育局把防溺水宣传教育工作作为校园安全教育的重中之重,开展了多种形式的中小学生学习防溺水工作专题教育。同时,积极开展防范中小学生学习溺水人防、物防、技防建设情况调查工作,落实日常巡查制度,强化对重点及危险水域的安全监管,确保防溺水各项措施落实到位,为全市中小学生学习筑牢生命安全防线。

### 记者手记

### 预防永远比救援更有效

防溺水是一个老生常谈的话题。采访中,记者向应航咨询了有关溺水自救的问题,得到的答案是:未成年人一旦溺水,自救概率很低。

应航说,面对溺水情况,成年人尚且难以自保,更何况是未成年人。这似乎也在无声地告诉人们,在生命面前,预防永远比救援更有效。

那该如何防?学校的宣传教育、隐患的排查整治、水域的安全管理、设施的增加完善等都必不可少,关键是各项防范措施是否落实到位、安全漏洞是否堵住。当然,防溺水工作不只是各级政府、学校的事,更需要家庭、社会的共同参与。尤其在暑假期间,家长更需要履行好对孩子的监护职责。

做好防溺水工作,事关千家万户幸福安宁,要立足于防,把各项防范措施落实到位。用好校园教育平台,积极开展系列防溺水安全教育、急救知识等主题活动,加强校内安全教育、延伸宣传教育触角、强化救护技能培训,提高未成年人预防溺水安全意识和安全技能,有效减少溺水事故的发生。

生命无价,一起起溺水事故的背后,都关乎着一条条鲜活的生命,造成了一个个家庭永远的伤痛。防溺水工作任重道远,不能掉以轻心、麻痹大意,唯有全社会共同努力,才能真正织密、织牢防溺水“安全网”,共同保障广大青少年平安健康成长。

### 家长 紧绷安全弦 上好防溺水 安全锁

伴随着安全意识的提升,许多家长也会在暑期给孩子报游泳班,让他们在学游泳的同时,提高安全意识和自救自护能力。带孩子学习游泳,可以强身健体,也可以多掌握一项技能,希望遇到突发情况时派得上用场,保护好自己。学生家长李凌凌说,她家的孩子今年7

岁,经过暑假半个月的学习,目前已经基本掌握游泳这项技能。

我们是单亲家庭,平时我工作忙,没时间接送孩子,他都是单独行动。家住东城街道黄城里村的朱安娜说,他们家住酥溪边,孩子写完作业常常出门去河边玩耍。

我以前忽略了孩子的安全教育。其实,防溺水不仅需要学校引导,更需要家庭教育。朱安娜说,与孩子的班主任沟通后,在老师的建议下,她给孩子买了电话手表,在家里安装了摄像头。孩子单独在家时,她通过电话、视频与孩子沟通,做到了无形的陪伴。

### 救援队 溺水救援有讲究 需掌握科学救援技能

千喜救援队专业救生员应航参与过多次溺水救援任务。他介绍,相较于其他救援来说,由于溺水致人死亡的时间往往只有几分钟,溺水救援的成功率非常低,待他们赶到现场时,能做的也只是进行遗体打捞。溺水的可怕,来自溺水的高死亡率且溺水迹象的难以觉察,通常溺水几分钟后,一个鲜活的生命就会逝去。应航说,不少人都有这样的误区,就是以为溺水者会挣扎并大声呼救。事实上,绝大部分溺水者都是悄无声息,且不会大声呼救。

虽然溺水救援需要与时间赛跑,但掌握科学救援技能同样重要,有时贸然盲目施救只会造成更大悲剧。应航提醒,营救落水者一定要注意方法,千万要避免手拉手等盲目的施救行为。在面对同伴溺水时,最好的办法是向周围大声呼喊,岸上的人要向水面抛一些可

以漂起来的物品,比如救生圈、泡沫盒。会游泳的大人可以借助救生衣划向溺水者,从背后接近溺水者,再托起他的身体让头露出水面,侧游上岸。

小孩子绝对不能贸然下水救人。应航说,因为求生的本能,溺水者可能会乱挣扎或死死抓住物品。在水中花费的力气要大得多,去救人的小孩很可能因为体力不支,也会面临溺水的危险。

如果落水了该怎么自救呢?网上曾流传着一种叫作“水母漂”的自救方法:深吸一口气,将脸向下埋进水里,全身放松,四肢自然下垂,你就能像水母那样,静静地漂浮在水面上。与之类似的还有一个叫做“海龟漂”的动作:双手抓住小腿,或者身体蜷缩,双手抱膝,也能让你浮起来。这是什么原理?应航解释,水母漂和

海龟漂都是让身体彻底放松后,利用水的浮力,自然上浮,而最关键的是换气。不会游泳的人溺水后肯定很紧张,无法做到镇定地憋气,即使憋住了,不具备水中换气能力,还是无法自救。因此,这两种方法看似简单,其实并不实用。

据悉,今年以来,千喜救援队在防溺水宣讲活动上持续发力,走进全市各中小学校,开展防溺水安全教育进校园活动,通过讲解真实案例、现场互动教学等方式,为广大师生普及防溺水知识和应急救护技能,帮助广大中小学生学习溺水危害,增强防溺水安全意识。截至目前,该救援队已开展防溺水及应急救援知识讲座60余次。此外,千喜救援队组织队员开展巡查劝导,还针对日常工作中可能遇到的突发溺水情况进行模拟实战演练。



永报姐妹花  
Yong Bao Jie Mei Hua

全国巾帼文明岗  
监督电话 87126426



既服务到人  
更服务到心



微信关注“永报姐妹花”  
获取相关救援资讯