教育周刊

教育永远是驶向幸福的快车

教之志 05

咨询热线:0571-28912891

投稿邮箱:jtlyjy@163.com

□主办:浙江省交通运输宣保中心、浙江省交通运输工会(浙江省交通作协)、交通旅游导报社 □2021.08.07 □星期六 □编辑/李若若 □设计/赵艺

## 暑期青少年如何防溺水? 专家介绍防范措施和急救知识

# 为“玩水季”筑起防溺篱笆

炎炎夏日,游泳、嬉水是不少孩子娱乐和消暑的主要方式,但清凉的水里隐藏着危险。近年来,各地溺水事故时有发生,防止青少年儿童溺水始终是社会各界密切关注的话题。日前,教育部发文要求“做好预防学生溺水事故有关工作,保障广大中小学生生命安全”。如何度过一个安心的假期?如何强化风险防范意识?笔者采访了我省相关部门专家。

### 溺水能够有效避免

水库、池塘、河流以及无人看管的游泳池、人工湖泊……但凡有水的地方,都可能存在安全隐患,特别是那些不明水域。采访过程中,不少业内人士表示:只要提高警惕,完全能够有效避免溺水。

杭州市急救中心医教培训科科长鲁美丽有着丰富的现场急救和培训经验,她表示,避免溺水的“第一原则”就是远离不明水域。

“青少年儿童到不明水域去游泳容易发生危险。”鲁美丽介绍,对游泳技术盲目自信的孩子去湖泊、江河游泳,较容易遇到抽筋或突发疾病而导致溺水,“家长要提高警惕、做好看管,并随时提醒孩子不能盲目自信去不明水域游泳,最大限度避免悲剧的发生。”

即使在游泳池,未成年人也必须要有家长陪同或者结伴。游泳时要位于救生员的视线范围内。游泳前要认真做热身运动,避免下水后因水温过凉,刺激后引发腿抽筋,引发溺水。

其实,水上的紧急状况不仅仅发生在室外。鲁美丽认为,防止婴幼儿在家中溺水绝非小题大做。“家长要做好对婴幼儿的看护,家里的浴缸、澡盆等盛水容器无故不应蓄水,水缸应该加盖,对于年龄稍大些的幼儿还要加强安全教育。”

### 紧急救援不可缺位

当发现有人溺水,应该如何化险为夷?在各大互联网平台上,防溺水图文教程、短视频热度不减。学习水上急救相关知识,已经成为不少网友的共同诉求。

不少专家认为,溺水急救要牢记两个关键词——大声呼救、精准判断。

“一旦发现有人溺水,一定要第一时间大声呼救!并拨打110、120进行求助。”鲁美丽提醒,在拨打电话时应该尽量保持沉着冷静,清楚告知等待救援的详细地址。呼救者还应该配合120调度人员的询问,正确回答问题;如有可能,可在调度指导下对溺水者提供帮助。

浙江大学医学院附属邵逸夫医院技能培训中心常态化为医务人员和社会人员开展急救技能训练,其中,防溺水培训的相关课程一直备受关注。该中心负责人张悦怡表示,紧急时刻的精准判断至关重要。“溺水产生的危害在于我们的面部入水导致水进入气道,因为窒息缺氧,出现心跳变慢、失去意识,甚至是心跳停止。因此,发生危险时,溺水者并不会像电视剧中那样大声呼救或者挥手求救,而是本能地将双臂伸到两侧,向下压水以让嘴能浮出水面。”

张悦怡说,溺水者往往看起来并不像溺水,似乎只是在抬头看天空。如果发现有人头在水中而嘴在水面,甚至是头后仰而嘴张开的迹象,一定要引起警惕;近距离可看到溺水者的眼神呆滞,无法专注或闭上眼睛;头发可能盖在额头或眼睛上。他们在水中常处于直立位,没有踢腿动作,常挣扎20秒到30秒后即沉入水中。

专家提醒,施救者首先要注意自身安全。在此前提下,可以借助身边的物品,如竹竿、木棍等,在保证自己位置安全的基础上拉回溺水者,或将泡沫块、救生圈等漂浮物抛给溺水者。未经救援培训或不会游泳的人员,不建议自行下水营救溺水人员。

### 安全教育应成常态

防溺工作如何常态化开展?如何加大防溺救援科普的覆盖面?近年来,我省不少热心人士纷纷聚焦这一议题。

省体育局副局长、省游泳协会主席、国家游泳队前总教练张亚东认为,“学游泳、防溺水”是“爱生命、爱家庭、爱社会”的具象体现,要组织发动各级各类学校迅速行动起来,利用多种形式进行防溺水宣传教育,让所有的少年儿童都能够了解、掌握防溺水的知识,筑起保护自我、预防溺水的篱笆。

“这项工作要建立健全联动机制,除教育、体育、社团组织外,自然资源、农业农村、水利、城管、镇街、社区、村庄等,与学校、家庭一样,各司其职、各尽其力,为青少年筑起牢固的铜墙铁壁。”张亚东说。

今年暑假前夕,一场以“珍爱生命,学会游泳,预防溺水,促进中小学生健康成长”为主题的专家论坛研讨会在绍兴举行。这场研讨会的发起人——省人大代表、农夫山泉股份有限公司工会副主席钟晓晓已连续多年关注青少年儿童防溺工作。

钟晓晓呼吁,全社会都应该关心、支持青少年“学游泳、防溺水”。游泳不仅是一项运动,强壮体魄、愉悦身心,还是一项救生技能,“爱生命、学游泳、防溺水,让每个家庭都充满阳光与笑声”,她认为各级各类教育、体育部门,以及游泳、救生等社会团体,都应积极开展防溺水教育。

令人欣慰的是,防溺水等安全教育正在走进校园。暑假前期,我省不少中小学陆续组织学生学习防溺水自救和互救知识技能。在杭州市大学路小学,一场联合杭州海事局开展的“珍爱生命严防溺水”夏季防溺水宣传教育活动广受欢迎,同学们专门录制了防溺水科普视频,呼吁大家防范溺水事故“六不要”,筑牢学生防溺水“安全网”;在杭州市滨和小学,杭州市游泳协会的专家带来“学会游泳、预防溺水”的安全教育讲座;在建德市,所有中小学均已开展防溺水安全教育进校园授课活动,该活动已持续4年。

□ 陈宁 姜晓蓉

■“浙”校园

## “教师团”进修防溺技能

金华

**导报讯** 7月28日,金华市游泳协会在金华苏孟铁堰水域开展现场防溺水教学活动,来自温州、宁波、台州、衢州等地的50余名体育教师参加了培训。随后几天他们还分赴金华等地校园进行学生面对面宣讲。

“这里每年都会发生溺水事故,具备了危险水域诱发溺水事故的多种环境因素。这里池壁湿滑,青苔密布,失足落水者有之;水流湍急,站立冲翻者有之;水下水泥障碍物碰伤人员有之;地处排水管虹吸处,戏水者不慎被吸进涵洞溺亡有之;水温过低,游泳者体力不支出现险情的有之,所以这种水域应该禁止未成年人靠近!”“防溺水一定要让人们知道危险在哪里。然后对症下药,开展科学防范,进行正确自救和救人。”金华游泳协会的老师现场如是说。

据了解,该培训活动是金华职业技术学院联合金华泳协在全省率先开设的“校园游泳与救生项目技能培训”课。目前该项目已被列入“浙江省中小学教师专业发展培训项目”之一,主要针对义务教育阶段学校对学生防溺水工作的实际需要,专门开设的“防溺与救生”的培训教学,针对性强,成效显著。先后举办了11期,累计培训学员600余人。

□ 翁时文

## “小戏迷”传承国粹经典

湖州

**导报讯** 8月4日,湖州市德清县乾元镇妇联组织开展了“学戏曲,传国粹”暑期春泥计划活动。学生们在戏曲老师的指导下学习戏曲基础知识和戏曲表演技巧,感受中国传统戏曲文化的魅力,欢度一个充实又有意义的暑假。

乾元镇妇联主席施思介绍,今年暑假期间,该镇积极开展戏曲传承活动,通过开设戏曲课程、组织优质演出进社区、建立学生戏曲社团、戏曲名家进课堂等形式,让学生们体验和传承戏曲艺术,在了解和学习中华优秀传统文化的过程中坚定文化自信。

□ 谢尚国

## “暑托班”迎来首批学生

绍兴

**导报讯** “同学们好!欢迎来到学校!”8月2日,绍兴市新昌县南明小学校长杨晓玲早早来到校园,迎接学生们的到来。当天,新昌县南明小学、鼓山小学、育英小学作为绍兴市试点,正式开启暑期校内托管服务,校园里再次充满欢声笑语。

7月中旬,绍兴发布《关于做好2021年全市小学暑期托管服务试点工作的指导意见》,明确于今年暑期启动校内托管服务试点工作,并于2022年全面推进。绍兴市教育局有关负责人表示,暑期校内托管服务的方式可多样化,单一学校组班或多校联合开展均可;同时,倡导联合当地工会、团委等部门,积极发挥社会资源优势,如依托社区学校、企业假日学校等,规范开展暑期托管服务。“托管以看护服务为主,主要包括作业辅导、自主阅读、体育活动、社团活动等,不能组织或变相组织集体教学。”

□ 唐洋洋