

防溺水 这是孩子暑期的一堂必修课

金华泳协“织牢”防溺水安全网为生命护航

本报记者 朱郑沅

暑假临近,在金华不管是公开水域还是游泳池都多了不少青少年游泳的身影。对于孩子,游泳不仅可以强身健体,还可以消暑清凉。但在游泳的同时,怎样防止孩子溺水,却成了金华市游泳协会的一大心病。

A 溺水成青少年暑期安全头号公敌

金华市游泳协会主席金建民给记者看了两组数据:全国每年有1.6万名中小学生非正常死亡,平均每天约有40多名学生死于溺水、交通或食物中毒等事故,溺水和交通意外居致死率的前两位。中国溺水死亡率为8.77%,其中0岁至14岁的占56.58%,是这个年龄段的第一死因。

根据金华市公安局110接警数据统计,从2015年到2016年6月,金华地区发生溺水总人数为283人,其中获救33人,250人在溺水事故中失去生命,获救率仅12%。如梅溪铁堰段,每年夏天都有外地打工者因不识水性盲目下水游泳导致溺亡。

如何让溺水不再成为夏天的梦

魑?金华市游协认为,虽然“防溺水警示课”年年讲,“告家长书”年年发,溺水事故却没有得到有效遏止,最主要的是大人和孩子对户外水域的危险性缺乏必要的认识,以及孩子对于溺水并没有掌握自救和救人技能。

“其实,青少年溺水事件大多发生在公开水域,而室内游泳池因为救生员的存在,概率相当的小。高发人群在外来务工子女之中,他们因为家长上班无暇照顾孩子,孩子往往会成群结伴出去戏水,然而自身并没有掌握自救以及救人的技能,就造成悲剧发生。值得注意的是,多数溺水事件发生在孩子戏水时,而不是正在游泳之时。”金建民解释道。



C 校园宣讲受欢迎 祖孙三代认真学

一名志愿者扮演的落水者正在水中“挣扎”,岸上的6名学生按照自己的方式开展救人行动,他们的施救方式科学、正确吗?暑期前,一场别开生面的防溺水教育在金华市婺城区安地小学展开。“我们不提倡未成年人救人,即便要救人也一定要保护好自己。”除了理论知识,讲座中翁时文和志愿者们更多的给学生现场演示,利用互动的方式让青少年更好的接受记忆防溺水知识。

目前,金华市泳协已派出50多人次的授课人员,为市区近25000名师生近30所学校讲授了防溺水、自救及施救溺水者的专业知识,反响热烈。

不过,泳协防溺水宣讲团的授课也不是一帆风顺,刚刚成立之时,学校对于宣讲团以及教学内容并不了解,所以并没有允许选择抽取上课时间来授课。但是,在泳协的努力下,终于在金华市上浮桥小学叩开了大门,仅仅一堂课就被学校所认可。接下来,邀请他们前往授课的学校络绎不绝,“最多的时候,我曾经一天跑3个学校,泳协人手都不够用了。”翁时文说道。

而让翁时文印象最深刻的是,婺城区站前幼儿园他们听说泳协正在进行青少年防溺水进校园宣讲活动,就马上和市泳协的专家取得了联系。婺城区站前幼儿园园长杜艳红表示,因为当时泳协宣讲正忙,加上防溺水专家们考虑幼儿园小朋友对所讲内容的接受度,泳协未对幼儿园的课程马上进行安排。

但园方没有放弃,之后又多次申请

希望泳协来进行宣讲,表示学生家长 and 幼儿园老师都热切希望掌握这方面的知识,期盼泳协能尽早安排宣讲。面对这种情况,泳协根据小朋友多的特点,调整宣讲内容,让幼儿园也能看得懂、记得住。不过,现场的场景也让泳协志愿者感到欣慰,现场听课的不仅仅只有幼儿,就连幼儿的父母甚至爷爷奶奶都来认真学习。

不仅如此,泳协宣讲团还走进了大学校园。

“我们很感谢体育局给我们的支持,多方面对我们进行帮助,让我们没有后顾之忧开展工作。”翁时文说道。不仅如此,中国水上救生协会、浙江省体育社会指导员协会、红十字会也多次给予了泳协技术上的支撑,及时委派专家亲自授课,为市泳协培训了一支200多名公益防溺水宣讲队伍。

同时,金华市政府也对泳协工作进行了批示,表示对青少年防溺水工作的支持,一个由社区、家长、教育、体育、水利等多部门协同作战的防溺水“铁篱笆”正在形成。

暑假已经开始,这支防溺水宣讲队伍还将继续活跃在各个领域。接下来,金华市用些计划对全市754所中小学学校的安全官(综治办主任)、体育教师进行全覆盖防溺水专项技能培训。“我们将防溺水知识在重点防控社区里推广,体育局为了方便我们进行防溺水知识演示,还专门给我们配备了一个拆装式游泳池,我们要利用好这个道具。”



B 构建具有本土特色防溺水资料

今年5月初,金华市泳协借着省里加强防溺水工作的东风,结合金华市体育局社会体育指导员进学校、进社区、进企业、进机关、进部队的“五进”精神,开启青少年防溺水进校园工作。泳协志愿者积极对接全市中小学校,上门免费宣讲游泳防溺水技能课,而这防溺水技能课中所讲到的知识皆是出自金华市泳协成员之手。

在教材中,许多生活用品秒变救生工具:红领巾打湿了,可以变成救生绳;空可乐瓶放在腋下和下巴处,可以增加浮力;背的书包,倒掉里面的东西,在里面加一个空瓶子就可以变成一个“简易救生圈”。

“我们的防溺水技能课中教授的技能,和社会上流传的技能有所不同,这里的技能都是泳协成员几十年公开水域游泳救生经验总结出来的实用技能,有些方法可能大多数人都为所未闻。”金华市游泳协会秘书长翁时文告诉记者。

不仅如此,为了让教材吸引人,也方便游泳者记忆,泳协特意将许多要领变成了顺口溜和

打油诗。

不过,翁时文认为,最好的防溺水本领不是别的,而是学会游泳。此外,尽量不要到公开水域边玩耍、戏水和游泳。

考虑到青少年对公开水域的不了解,金华市泳协还派出专人对金华全市的公开水域进行为期三个月的调查,总结出公开水域的一些隐藏“陷阱”。首先,公开水域的岸边往往比较陡峭、湿滑,在旁边玩耍等,容易滑入水中。其次,一些公开水域看起来是“静水”,但这些看似平静的地方也存在危险隐患,其深浅不一,有的地方深不见底,淤泥、乱石、玻璃、废弃金属物等危险品都有可能存在,对游泳高手和初学者都存在安全隐患。

在温度方面,有些公开水域气温非常低,很容易抽筋。比如,当夏季户外气温达到37℃~39℃时,金华安地水库的水温最低只有17℃。还有,在一些水库、水塘下面有排涝设施,这些设施会产生非常大的吸力,在不知情的时候靠近它,水性再好可能都无济于事。

速记顺口溜

预防溺水:

江河滚滚漩涡多;
山塘水库要远离。
下水之前要热身;
防止抽筋险情出。
携带浮具保平安;
溪水打闹不安全。
逞强好胜危险多;
出现不适要靠岸。

科学营救:

拨打电话忘不了;
寻求帮助最重要。
岸上救人是上策;
利用浮具可救命。
书包、空瓶和树枝;
救人一命用处多。
人链救人不靠谱;
科学营救记心中。

溺水自救:

保持镇定莫惊慌;
蹬掉鞋袜找浮具。
露鼻露口猛吸气;
仰头伸手大字飘。
手脚并用要放松;
节省体力待援救。