

关爱未成年人公益广告

加强暑期安全教育

预防未成年人溺水事故发生

防溺水常识

01

不会游泳的人,千万不要单独在水边玩耍;没有会游泳的人的陪伴,不要独自下水。最好要有安全员的带领。游泳时间不宜过长,20到30分钟应上岸休息一会。

02

游泳前应做全身运动,充分活动关节,放松肌肉,以免下水后发生抽筋、扭伤等事故。如果发生抽筋,要镇静,不要慌乱,边呼喊边自救。常见的是小腿抽筋,这时应做仰泳姿势,用手扳住脚趾,小腿用力前蹬,奋力向浅水区或岸边靠近。

03

不要从高处跳水,以免碰撞到硬物。可以在水中玩抛水球的游戏,但不能起哄瞎闹、搞恶作剧,不能下压同伴、深拉同伴或潜水“偷袭”同伴。

04

游泳应在有安全保障区的游泳区内进行,严禁在非游泳区内游泳。游泳者应选择水下情况熟悉的区域进行游泳。

“六不”要求

不私自下水游泳;不擅自与他人结伴游泳;不在无家长或教师带领的情况下游泳;不到无安全设施、无救援人员的水域游泳;不到不熟悉的水域游泳;不熟悉水性的学生不擅自下水施救。



商丘日报社 宣