



여름철 물놀이 안전사고 예방 교육 자료

우리 가족 물놀이 안전수칙

😊 물놀이 이전에 먼저 하여야 할 것들

- ☞ 반드시 준비운동을 하고 구명조끼를 착용합니다.
 - ☞ 피부보호를 위하여 햇빛 차단 크림을 바릅니다.
 - ☞ 머리카락이 긴 사람은 묶거나 수영 모자를 씩니다.
- (※ 물놀이 중에 머리카락이 목에 감길 수 있습니다.)



😊 물놀이를 할 때 주의해야 할 것들

- ☞ 물에 들어갈 때는 손, 발→다리→얼굴→가슴의 순서로 몸에 물을 적신 후 천천히 들어갑니다.
- ☞ 물 깊이를 알고 있는 곳에서만 물놀이를 합니다.
- ☞ 다리에 쥐가 나면 즉시 물 밖으로 나옵니다.
- ☞ 다음의 증상의 있으면 물놀이를 중지합니다.
 - 몸이 떨리거나, 입술이 푸르고 얼굴이 당기는 증상
 - 피부에 소름이 돋는 증상
- ☞ 위급할 때는 한쪽 팔을 최대한 높이 올리고 흔들어 도움을 청합니다.
- ☞ 물놀이 중에는 껌이나 사탕을 먹지 않습니다.



- ※ 보호자는 자녀에게 반드시 아래의 내용을 사전 지도합니다.
- 물 근처에서 보호자없이 아이들끼리 놀지 않도록 합니다.
 - 신발, 모자 등의 물건이 떠내려가도 절대 혼자 따라가서 건지려 하지 말고, 어른에게 도움을 청합니다.



2025. 6. 30.

전 주 금 암 초 등 학 교 장

물놀이 10대 안전수칙

- 수영을 하기 전에는 반드시 준비운동 및 구명조끼 착용!
- 물에 들어갈 때는 심장에서 먼 부분부터(다리→팔→얼굴→가슴)
- 소름이 돋고 피부가 당겨질 때는 몸을 따뜻하게 휴식!
- 물이 갑자기 깊어지는 곳은 특히 위험!!
- 건강 상태가 좋지 않을 때, 배가 고플 때, 식사 후에는 수영 금지!
- 수영능력 과신은 금물, 무모한 행동 금지!
- 장시간 수영 및 호수나 강 등 물에서 혼자 수영 금지!
- 물에 빠진 사람을 발견하면 주위에 소리쳐 알리고 즉시 119에 신고!
- 구조 경험 없는 어른, 어린이들은 함부로 물에 뛰어들지 않기!
- 물에 빠진 사람 발견 시 가급적 튜브, 장대 등 주위 물건을 이용하여 안전하게 구조 시도!