

安全游泳不逞能



学习目标

- 1.了解什么情况下不宜游泳；
- 2.知道在泳池游泳时的注意事项；



案例

揭阳4岁女童在儿童游泳馆溺水身亡，悲剧就发生在妈妈眼皮底下

2022年7月31日，广东揭阳市发生了一起儿童游泳溺水身亡的悲剧，一名4岁女童在儿童游泳馆玩水时发生溺水，而事发时她的妈妈就在旁边，在长达一分半钟的时间里，妈妈和小姨竟然毫无察觉。事发游泳馆是一个自助式的儿童游泳馆，女童妈妈和小姨带着几个孩子去游泳馆玩水，当妈妈把女童放在游泳池后，就没有再注意孩子。

很多意外是充满偶然因素的，但是偶然的背后却有着很多人为因素的存在，只要我们多一些安全意识，意外是完全可以避免的。

来源：腾讯网



想一想

**同学们，
你知道哪些情况下不宜去游泳吗？**



一、什么情况不宜游泳



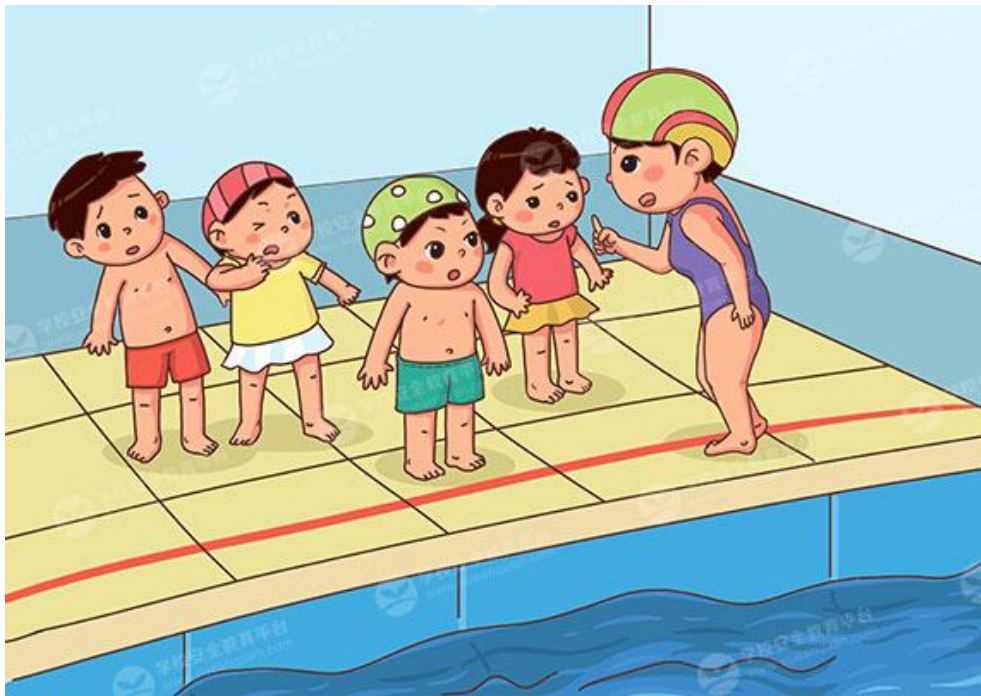
1.没有大人陪同不去游泳。



一般情况，游泳池规定1.2米以下儿童须有成人陪同才能下水。



2.生病了不能去游泳。



我国有关标准规定，严禁患有肝炎、心脏病、皮肤癣疹（包括脚癣）、重症沙眼、急性出血性结膜炎、中耳炎、肠道传染病、精神病等疾病的患者和酗酒者进入人工游泳池游泳。



3.参加强体力劳动或剧烈运动后，不能立即跳进水中游泳。



4.恶劣天气如雷雨、刮风、天气突变等情况下，应避免在室外游泳。



5.千万不要在有“水深危险，严禁游玩”等警示标志的危险水域游泳或玩耍。



安全提问

同学们，你见过有人在游泳池中做跳水等危险动作吗？



每年夏季，都有很多因盲目跳水导致颈椎损伤的病例，主要原因是游泳者违反游泳池不准跳水的规定，擅自跳水，结果头部撞击池底，造成颈椎损伤，有的直接导致高位截瘫，造成终身残疾。



二、养成良好的游泳习惯



1.装备准备：准备好游泳衣、游泳帽、游泳圈、游泳镜等。



2.身体准备：下水前做适当的热身活动，可采用高抬腿、蹲下、起立等四肢运动。



3.入池前先用凉水把四肢及胸腹背部拍湿，逐步适应水中温度。



想一想

**去游泳池游泳就绝对安全吗？
在游泳池游泳需要注意什么呢？**



三、泳池游泳注意事项



1.游泳池的地板特别滑，不要在池边与小伙伴追逐打闹。



2.不盲目跳水，以免磕伤。



3.深水区危险，需有家长陪同或教练指导，不能擅自进入。



4.游泳时，和前面的人保持距离，以免被踢到而受伤。





情景模拟

我们去游泳吧!

情景设置:

周末, 亮亮约丁丁、盼盼、奇奇去小区的游泳池玩。可是丁丁感冒了, 奇奇不会游泳。他们该怎么做?

情景模拟要求:

- 1.老师将全班同学分为几个小组;
- 2.各小组根据情景设置, 自行编写小品情节 (人物可根据小组成员进行增减) 并模拟排练, 要求情节中包含本课所学的知识点;
- 3.邀请几组同学上台表演, 其他同学点评。



同学们，游泳时一定要注意安全，千万不要逞能！



**同学们，
今天所学的内容都记住了吗？**





随堂测评

1.准备游泳时，下列做法正确的是：

- A.做好热身活动
- B.下水前吃饱喝足
- C.先进行半个小时的剧烈运动

2.周末小新想去游泳馆游泳，他应该怎么做？

- A.约小伙伴一起去
- B.请大人陪自己一起去
- C.一个人去

3.在游泳馆游泳时，下列行为正确的是：

- A.和前面的游泳者保持一定的距离，避免被踢到
- B.和其他小伙伴在游泳池边嬉戏打闹
- C.在水中憋气，让大人看不到自己

参考答案：
1.A 2.B 3.A





随堂测评

4.关于游泳, 下列说法正确的是:

- A.游泳后不要立即进食
- B.游泳能锻炼身体, 每次游泳的时间越长越好
- C.游泳很费体力, 所以游泳前最好不要做准备活动

5.游泳前的准备包括: (多选)

- A.选择大小合适的泳衣、泳帽和泳镜
- B.做适当的热身活动
- C.用凉水把四肢及胸腹背部拍湿
- D.尽量吃饱

参考答案:
4.A 5.ABC



谢谢观看

