

中国烟台赫尔曼·格迈纳尔中学防溺水应急预案

一、本预案编制目的

为加强学校活动安全教育和管理工作，确保大型活动中突发事件发生后应急处置工作迅速、高效、有序地进行，最大限度地减少人员伤亡和财产损失。

二、编制依据

根据《中小学公共安全教育指导纲要》、省、市、县(市、区)突发事件总体应急预案及有关专项应急预案，结合本校实际，制定本预案。

三、适用范围

本预案适用于学校大型活动中的突发事件。

四、工作原则

坚持以人为本、预防为主的方针，按照“统一指挥、分工负责，反应迅速、能动有效、安全有序”的原则，开展在校师生的应急处置工作。

五、启动条件

学校校园内或校外发生或可能发生突发事件时，立即启动本预案。

六、安全领导小组

组 长：梁景臣

副组长：赵凤波 郭峰 赵桂升

组 员：蔡振兴 刘训海 王宝忠 张之喜 王兆奎 唐燕
燕

全体班主任

七、防方法、安全教育

（一） 自救常识

游泳最容易遇到的意外有抽筋、陷入漩涡、被水草缠住等。万一发生了这些情况，应当采取下列自救方法：遇到意外要沉着镇静，不要惊慌，应当一面呼唤他人相助，一面设法自救。游泳发生抽筋时，如果离岸很近，应立即出水，到岸上进行按摩；如果离岸较远，可以采取仰游姿势，仰浮在水面上尽量对抽筋的肢体进行牵引、按摩，以求缓解；如果自行救治不见效，就应尽量利用未抽筋的肢体划水靠岸。游泳遇到水草，应以仰泳的姿势从原路游回。万一被水草缠住，不要乱蹦乱蹬，应仰浮在水面上。一手划水，一手解开水草，然后仰泳从原路游回。游泳时陷入漩涡，可以吸气后潜入水下，并用力向外游，待游出漩涡中心再浮出水面。游泳时如果出现体力不支、过度疲劳的情况，应停止游动，仰浮在水面上恢复体力，待体力恢复后及时返回岸上。在到达溪流之前一定要预先得家人的同意，同时要结伴以便互相照顾。设有「禁止游泳或水深危险」等警告标语之水域处，千万不可下水戏水。切勿到不明地形的水域、溪

流、河洲、湖泊等游泳、戏水，以免发生危险。身心情况欠佳时，如疲倦、饱食、饥饿、生病、情绪不好以及酗酒后均不宜戏水。不明溪流地形或水深处均不宜跳水。潜水技术欠佳者，不可冒然潜入深水，以免生命危险。从事任何水上活动时，均应穿上救生衣，以策安全。不穿着牛仔裤或长裤下水。如果看见有人溺水，要大声呼救。未熟练救生技术者，不要妄自赴救。

（二）水中自救与救生

一般在水中所发生之意外事件，通常由于两个原因：惊恐慌张：人于身历险境时，会因紧张而导致肌肉收缩、身体僵硬，而致活动力降低。体力耗竭：不断之挣扎，将体力耗尽，减少生存之机会。

自救方法：发生溺水事件时，必须镇定冷静，了解自己所处环境，并利用本身浮力或身边物来自救求生。水中自救之基本原则为：保持体力，以最少体力而在水中维持最长时间。为达此要求，必须缓和呼吸频率，放松肌肉，并减缓动作。水中求生基本原则为：利用身上或身旁任何可增加浮力的物体，使身体浮在水上，以待救援。

（三）在游泳池游泳安全常识

池边不可奔跑或追逐，以免滑倒受伤。池边严禁跳水，常因水浅，造成颈椎受伤而终生瘫痪。戏水时，不可将他人压入水中不放，以免因呛水而窒息。水中活动时，已感

有寒意时，或将有抽筋现象时，应登岸休息。

若发现有人溺水时，即刻发出“有人溺水”呼救或打 110 请求支持，如果自己没有学过水上救生，不可冒然下水施救。若在水中发现自己体力不足，无法游回池边时，应立即举手求救，或大声喊叫“救命”等待救援。

防溺水知识

不要私自在河边、湖边、水库边、水沟边、池塘边玩耍、追赶以防滑入水中。严禁学生私自下水游泳，特别是中小學生必须有大人的陪同并带好救生圈。严禁中小學生私自外出钓鱼，因为钓鱼蹲在水边，水边的泥土、沙石长期被水浸泡，而变的很松散，有些水边长年累月被水浸泡还长了一层苔藓，一踩上去就滑入水中，即使不滑入水中都有被摔伤的危险。没有大人陪同或配带救生圈的情况下，严禁私自结伙去划船。到公园或湖上划船必须要坐好，不要在船上乱跑，或在船舷边洗手、洗脚，尤其是乘坐小船时不要摇晃、也不能超重，以免小船掀翻或下沉。在坐船时，一旦遇到特殊情况，一定要保持镇静，听从船上工作人员的指挥，不能轻率跳水。如果出现有人溺水，更不要贸然下水营救。遇到大风大雨、大浪或雾太大的天气，最好不要坐船，也不要上船上玩。如果不慎滑落水中，应吸足气，拍打着水，大声的呼喊，岸上的人应马上呼喊大人救援，并找附近的有长树枝、竹子、草藤什么的，便于抛

向落水的人抓住，如果没有大人来救援，岸上的人应一边呼喊一边马上脱掉衣服、皮带并把它们接起来抛向落水的人。如果不幸溺水，当有人来救助的时候应该身体放松、让救助的人托住腰部。当自己特别心爱的东西，掉入水中时不要急着去捞，而应找大人来帮忙。

八、常管理

学校要建立健全预防学生溺水事故的安全防范制度。把任务落实到部门、班级，实行各负其责的防范工作机制。学校应当在校内外水池、流域等易发生溺水的地方设置警示标志、加装防护设施。学校组织学生参加的集体劳动、社会实践等活动时，活动地点或途中有河流、湖泊的，要落实预防学生溺水事故的相关措施。需乘坐船只的，必须严格检查船只的证照和安全性能情况，严禁超载。每年暑假前，学校要印发《告家长书》，通过家庭访问、家长会等形式，加强学校与家长的联系，增强家长防止孩子溺水的安全意识和监护人的责任意识。

九、事故处理

（一）发生特大安全事故时，应立即将事故概况快速报告当地人民政府、教育局、公安部门。

（二）时间要求发生特大安全事故时，应尽最快的速度报告事故。在第一时间内向当地人民政府和教育局报告。

（三）报告内容要简洁明了，报告内容应包括事故发生

时间、地点、事故类别、初步判断事故原因、人员伤亡及经济损失等情况。

（四）学校发生学生溺水事故时，学校应当按照《学生伤害事故处理办法》和规定的原则和程序等，及时实施救助，并进行妥善处理。