

游泳安全



游泳是很好玩的運動
但是——一定要注意安全
不能和朋友在水裡打鬧
也不要到深水區玩耍

安心玩水6招

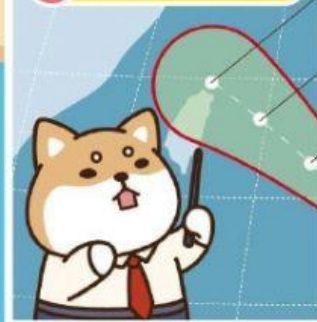
1 選擇合法地點



2 應有家長陪同



3 留意天氣變化



4 避免危險行為



5 學會水中自救



6 不穿吸水衣褲



新北市政府 教育局
Education Department,
New Taipei City Government

© 2019, Shibasays Licensed by Remy Int. Ltd

《 我可以這樣做 》

- 1 在有救生員的安_レ全_レ場_レ所_レ戲_レ水_レ。



- 2 下水_レ前_レ做_レ暖_レ身_レ運_レ動_レ，
避_レ免_レ身_レ體_レ抽_レ筋_レ。



- 3 在_レ泳_レ池_レ邊_レ慢_レ慢_レ走_レ， 避_レ免_レ滑_レ倒_レ。



- 4 在_レ大_レ人_レ陪_レ伴_レ下_レ游_レ泳_レ。



- 5 感_レ冒_レ、 有_レ傷_レ口_レ、 太_レ飽_レ或_レ太_レ餓_レ都_レ不_レ適_レ合_レ游_レ泳_レ。



- 6 游_レ泳_レ要_レ穿_レ泳_レ衣_レ、 戴_レ蛙_レ鏡_レ、 可_レ準_レ備_レ游_レ泳_レ圈_レ。



- 7 玩_レ水_レ過_レ程_レ要_レ適_レ度_レ休_レ息_レ， 避_レ免_レ身_レ體_レ太_レ累_レ。



- 8 游_レ泳_レ後_レ要_レ洗_レ澡_レ、 洗_レ頭_レ。



☒ 請你找出正確的游泳安全事項。

1 在有救生員的安全場所戲水。



2 在泳池邊跑步。



3 游泳要穿泳衣、戴蛙鏡、可準備游泳圈。



4 在泳池內偷尿尿。



5 下水前做暖身運動，避免身體抽筋。



6 吃飽立刻去游泳。



7 不知道水深就跳下水。



8 在水裡玩太久，讓身體不舒服。



游泳安全事項

	玩水處 有救生員
	游泳前 先暖身
	泳池旁 不奔跑
	游泳要 大人陪伴

游泳安全事項



剛吃飽
不游泳



穿泳衣
戴泳鏡



玩水別忘
適度休息



游泳完記得
洗頭洗澡