

附件一

# 水中蛟龍 水我玩

班級：\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_班

臺灣本就四周環海，再加上近年來水域活動蓬勃發展，但玩得快樂也要玩得平安，對於水域安全的基本觀念更應該謹記在心，才不會前往水域遊玩或是從事水上活動發生憾事。上完這個單元後，你記得多少呢？現在就來考一考你囉！

☺ 注意水域安全，我能做到的打「✓」：

- 戲水地點需合法，要有救生設備與人員。
- 避免做出危險行為，不要跳水。
- 湖泊溪流落差變化大，戲水游泳格外小心。
- 不要落單，隨時注意同伴狀況位置。
- 下水前先暖身，不可穿牛仔褲下水。
- 不可在水中嬉鬧惡作劇。
- 身體疲勞狀況不佳，不要戲水游泳。
- 不要長時間浸泡在水中，小心失溫。
- 注意氣象報告，現場氣候不佳不要戲水。
- 加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放鬆

☺ 救溺 5 步：(填填看)



圖片出處：學生水域運動安全網  
<http://www.sports.url.tw/news/detail/item/56>

☺ 上完這個單元後，你對於水域安全有什麼看法？把你的心得感想寫下來。

Blank dashed-line box for writing answers.