

附件三 教學素材說明

參考網站：

學生水域運動安全網(<http://www.sports.url.tw/>)

高雄市政府消防局防災宣導網

(https://www.fdkc.gov.tw/kmfhs_filework/main.php?page=Mountain-Down01&sty=6)

影片：新聞事件-母喚不回愛女 14 歲空手道好手溺斃鳳鼻頭 2mins

(https://www.youtube.com/watch?v=BAV6MiV_hPU)

新聞事件-黃蝶翠谷驚傳意外 憾!國中畢業生玩水溺斃

(<https://www.youtube.com/watch?v=T3IWUZoINz8>)

新聞事件-五歲男童泳池溺水掙扎 周圍多人竟無察覺

(<https://www.youtube.com/watch?v=5Pd9PFz8baQ>)

教育部水域安全宣導影片-防溺十招

(<https://youtu.be/yr1Xigo-oZw>)

教育部水域安全宣導影片-救溺 5 步

(<https://youtu.be/j02LwhVjriA>)

決定命運の 4 招-水中自救完整版 <https://youtu.be/Ho8ygc3oxs>

防溺十招：

- 1、戲水地點需合法，要有救生設備與人員
- 2、避免做出危險行為，不要跳水
- 3、湖泊溪流落差變化大，戲水游泳格外小心
- 4、不要落單，隨時注意同伴狀況位置
- 5、下水前先暖身，不可穿著牛仔褲下水

- 6、不可在水中嬉鬧惡作劇
- 7、身體疲累狀況不佳，不要戲水游泳
- 8、不要長時間浸泡在水中，小心失溫
- 9、注意氣象報告，現場氣候不佳不要戲水
- 10、加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放鬆

救溺五步：叫叫伸拋划、救溺先自保

- 1、叫：大聲呼救
- 2、叫：呼叫 119、118、110、112
- 3、伸：利用延伸物（竹竿、樹枝等）
- 4、拋：拋送漂浮物（球、繩、瓶等）
- 5、划：利用大型浮具划過去（船、救生圈、浮木、救生浮標等）