

찾아가는 연안 안전 교실



해양경찰

제1장 해양경찰 소개

Q 해양경찰은 어떤 일을 할까요?

동영상
보기

바다가 깨끗할 수
있게 보호해요



바다에서 나쁜짓 하는
사람을 혼내줘요



바다에 빠진
사람을 구해줘요



우리 바다 영토를
지켜줘요



나쁜 외국배들이
우리나라에서
물고기를
잡지 못하게 해요



배들이 안전하게
다닐 수 있게 도와줘요

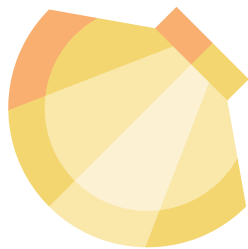


제2장 바다 이야기

Q 바다가 우리에게 주는 것

1. 먹을거리

(생선, 조개, 미역 등)



2. 휴식처

(해수욕장, 물놀이)



3. 에너지자원

(석유, 가스 등)



4. 뱃길



5. 산소공급

(해조류 등의 광합성)



6. 날씨조절



제2장 바다 이야기 : 바다에 대한 궁금증 하나

Q 바다에 오래 있으면 추워지는 이유는?



우리몸

36.5°C
유지를 위해
열을 생성

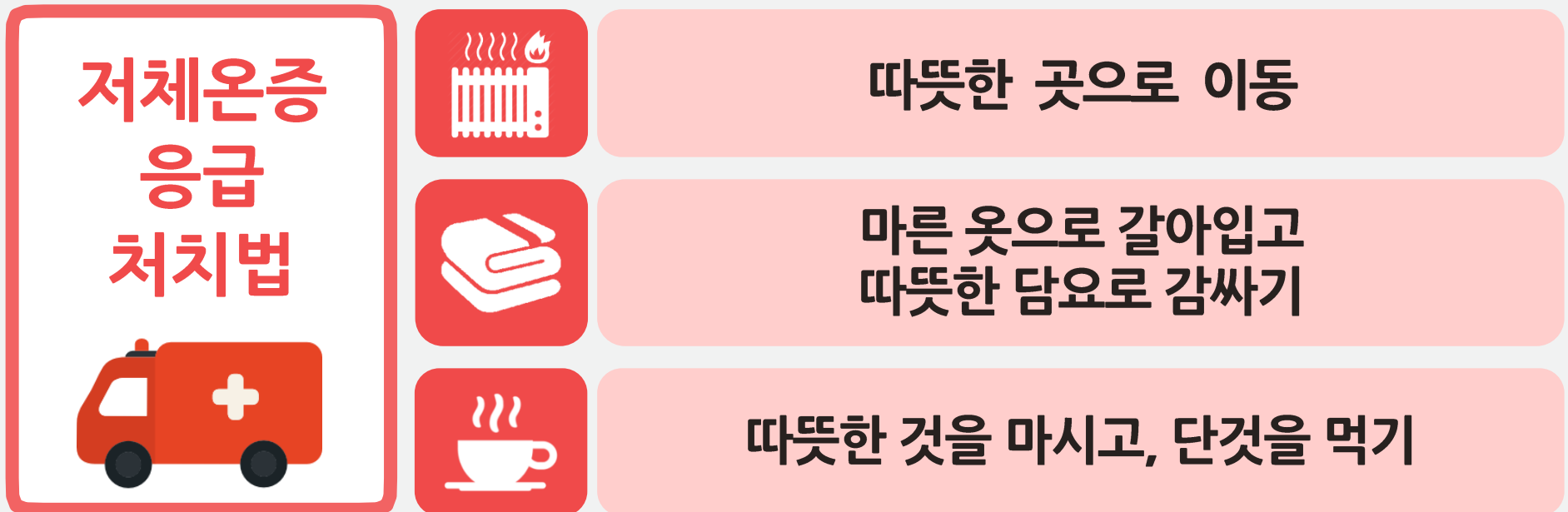
바다

차가운 물,
바람, 비 때문에
체온 저하 시작

저체온증
유발

제2장 바다 이야기 : 바다에 대한 궁금증 하나

Q 저체온증이란?



제2장 바다 이야기 : 바다에 대한 궁금증 둘

Q 갑자기 해변에서 밀려나는 이유는?



이안류는..

해안으로 들어온 바닷물이 해안으로 넓게 퍼지면서 흐르지 않고 갑자기 바다쪽으로 빠르게 빠져 나가는 현상

이안류를 만나면?

- 1 이안류의 가장자리 방향으로 헤엄치기
- 2 무리한 수영 보다는 침착하게 구조요원의 구조 기다리기

제3장 연안안전 사고 예방

! 갯바위 사고 예방 요령

동영상
보기

바다 날씨가 나쁠 때는
갯바위에 가지 않기



1

출입 금지 구역은
가지 않기



2

파도 등 수시로
주변 상황 살피기



3

물에 잠긴 흔적 있는
갯바위에는 가지 않기



4

항상 부모님과
함께 움직이기

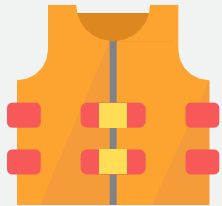


5

제3장 연안안전 사고 예방

! 갯벌 사고 예방 요령

구명조끼 착용



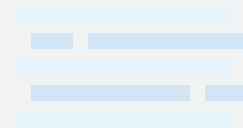
1

절대 혼자
들어가지 않기



2

갑자기 안개가 끼면
즉시 갯벌에서 나오기



3

갯골을 주의하고
넘어가지 않기



4

갯벌에 발이 깊이
빠진 경우 누워 나오기



5

맨발로 들어 가지 말기

* 상처를 입을 수 있음



6

제4장 안전한 물놀이

Q 물놀이 하기 적합한 장소는 어디일까요?



인명구조요원이 배치된 장소

물 깊이는 허리 높이 이하

물놀이에 적합한 온도

바닥이 평평하고 물살이 약한 곳

동영상
보기

제4장 안전한 물놀이

! 물놀이 안전수칙

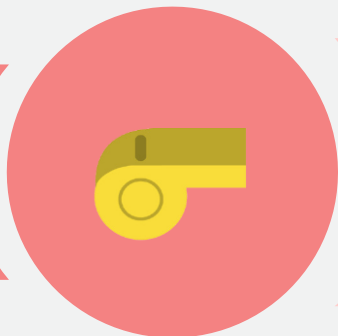
1



물놀이는 어른과 함께

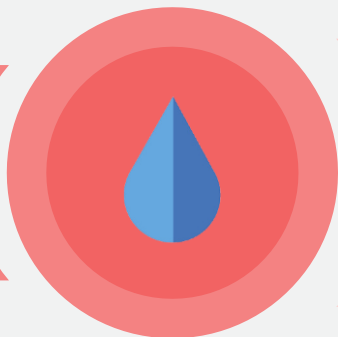
* 항상 부모님이 확인 가능한 곳에서만 놀기

2



물놀이 전 준비운동

3



**몸에 물을 적시고
물에 들어가기**

제4장 안전한 물놀이

! 물놀이 안전수칙

4



음식을 먹고 바로 들어가지 않기

* 물놀이 중에는 껌이나 사탕 먹지 않기

5



몸에 맞는 구명조끼 착용

6



30분 수영, 10분 휴식

7



**친구를 밀거나 물속에서 발을 잡는
장난 치지 않기**

제4장 안전한 물놀이

! 구명조끼 착용 방법



1. 몸에 맞는 구명조끼 선택



2. 가슴조임줄 풀기



3. 구명조끼 몸에 걸치기



4. 가슴 단추 채우기



5. 2인 1조: 가슴조임줄 당기기



6. 다리 사이로 생명줄 빼기



7. 생명줄 걸기



8. 구명조끼 착용 완료!

제4장 안전한 물놀이

! 안전하게 물놀이 하는 법(정리)

1



수영을 하기 전,
반드시 **준비운동**과
구명조끼 착용

2



물에 들어갈 때는
심장에서 먼 곳부터
(다리 → 팔 → 얼굴 → 가슴)

3



춡고 소름이
돋으면 몸을
따뜻하게 휴식

4



장시간 수영, **NO!**
혼자 수영, **NO!**

제5장 생존수영

Q 생존수영이란?

동영상
보기

물에 빠졌을 때 **구조대가 도착할 때까지**
떠 있기 위한 수영법

사 례

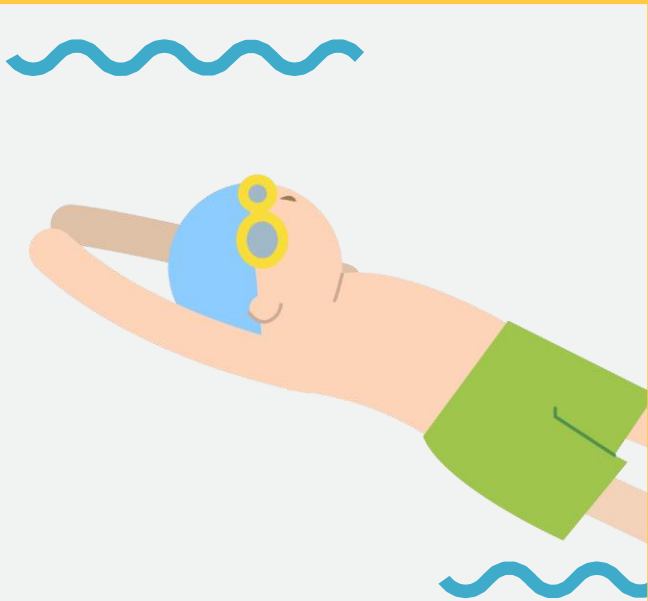
2016.9. 9.

강원도 고성군에서 높은 너울성 파도에 휩쓸린
초등학교 6학년 학생이, 학교에서 배운 생존 수영법으로
속초해경구조대 도착 시까지 13분이나 침착하게 버티어
안전하게 구조됨

제5장 생존수영

! 생존수영법

누워뜨기 (앞새뜨기)



1

배영과 비슷한 자세로
두 팔을 머리 위 또는 옆으로
쭉 편다.

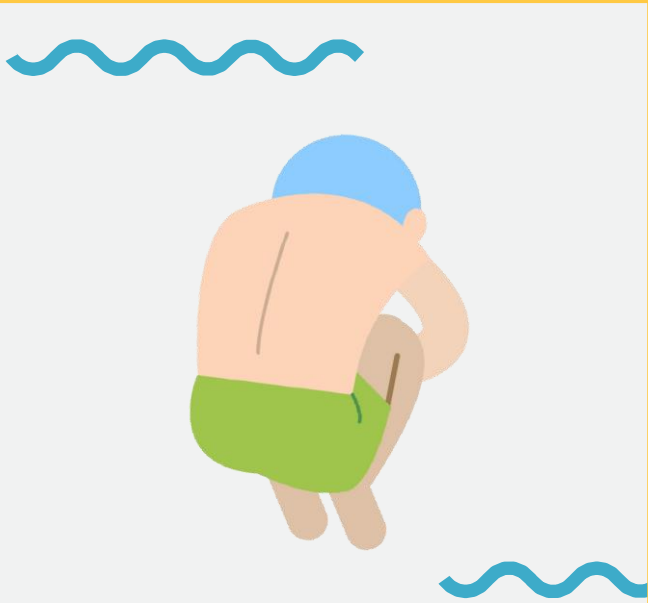
2

몸에 힘을 뺀 뒤
물 위에 편안한 자세로
하늘을 보고 눕는다.

제5장 생존수영

! 생존수영법

새우등뜨기



- 1 숨을 크게 들이마신 후, 무릎을 가슴에 붙인다.
- 2 팔로 무릎을 감싸고 머리를 물 속에 잠기게 한다.
- 3 양팔로 다리를 끌어 안는다.
- 4 호흡할 때는 팔을 풀고, 서서히 고개를 물 밖으로 올려 숨을 쉰다.

제6장 응급처치방법

Q 심폐소생술(CPR)이란?

심장이 멈췄을 때 심장이 다시 뛸 수 있도록 도와주는 방법



제6장 응급처치방법

Q 심폐소생술은 어떻게?

1

반응 및 호흡 확인



어깨를 가볍게 두드린다
“괜찮으세요?”
코와 가슴에 손등을 대어
숨쉬는지 확인

2

신고 및
자동제세동기 요청



“119에 신고해 주세요”
“자동제세동기를 가져다 주세요”

3

심폐소생술 실시



가슴압박 30회 시행

제6장 응급처치방법

Q 심폐소생술은 어떻게?

4

심폐소생술 실시



질병관리본부
대한심폐소생협회

인공호흡 2회 시행

5

가슴압박과 인공호흡 반복



질병관리본부
대한심폐소생협회

가슴압박 30회 / 인공호흡 2회

!

주의 사항

영아(12개월 미만)는?

손가락으로 압박
1cm 깊이로 압박

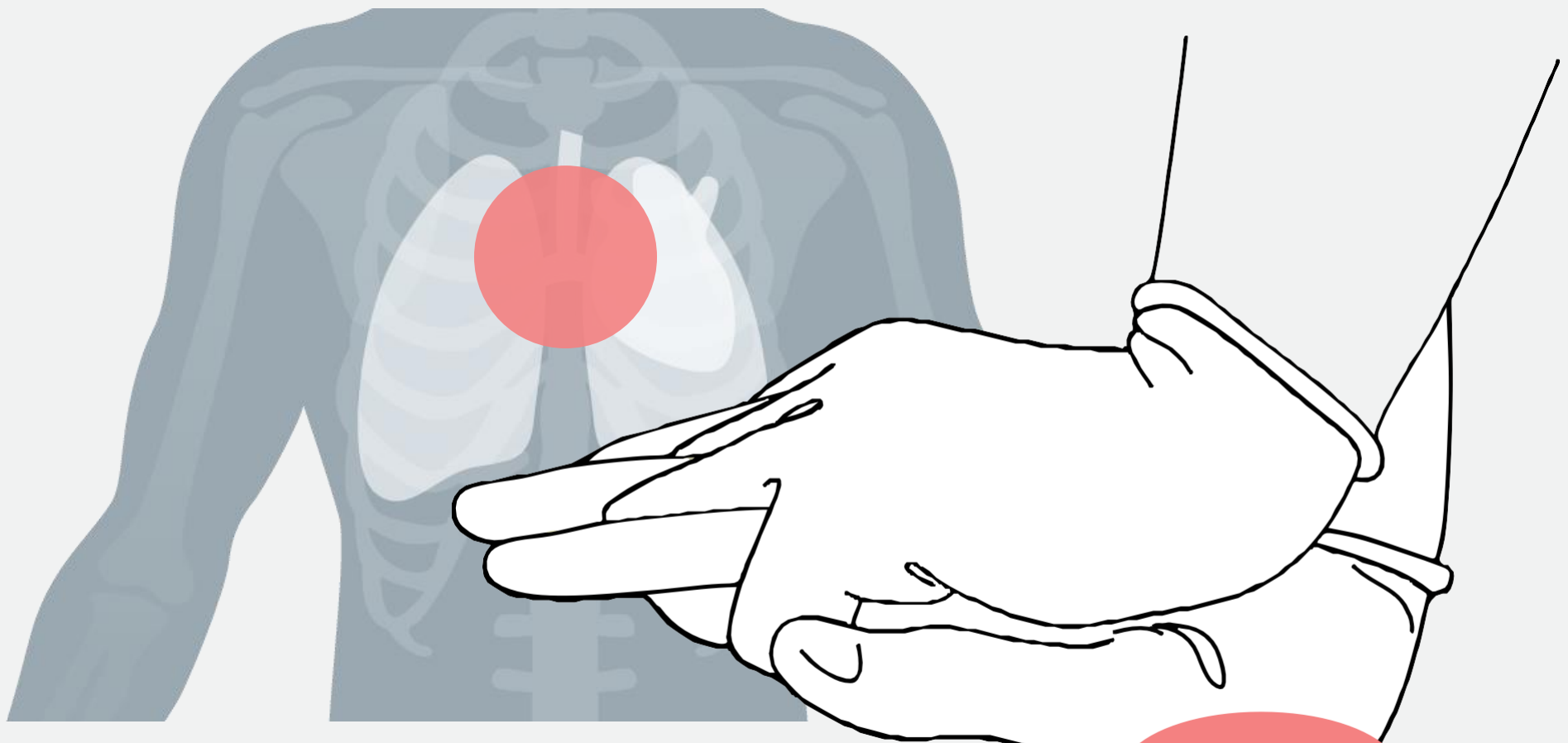


CPR을
중지할 수 있는 경우는?

- 1 호흡과 맥박이 돌아왔을 때
- 2 119 도착, 임무 교대 시

제6장 응급처치방법

! 가슴압박 위치 및 손 모양



“5-6 cm 깊이로, 분당 100-120회”

제6장 응급처치방법

! 자동제세동기(AED)



AED?

심장에 전기 자극을 주어
심장을 다시 뛰게 만든다

준비하는 동안
CPR은 계속해서 실시

전원ON

AED가 알려주는 대로!

여름 물놀이 가기 전,
안전약속을
꼭 지켜도록해요!

