

游泳馆救生员培训





游泳馆救生员培训

目录

- 一、救生员的条件及职责
- 二、救生员工作守则
- 三、救生员工作需知
- 四、救生技术
- 五、接近技术
- 六、解脱技术
- 七、拖带技术
- 八、上岸
- 九、运送
- 十、现场急救
- 十一、必要的救生器材和设备
- 十二、必要的急救器材和设备

一、救生员的条件及职责

游泳是深受大众喜爱的体育项目之一，水上救生也就成了必不可缺的特殊职业。水上救生的职业特征是“做大众生命守护神，职责重如泰山，不允许有半点差错，不能有‘万一’发生”。对每个从事水上救生的人员而言，要有严谨的职业行为规范和做人原则，必须具备较好职业道德和优良品质。

一、救生员的条件及职责

- 应具有良好的职业道德观念；
- 应具有较高的职业责任感；
- 应具有较强的法律意识；
- 应具有较好的诚信理念；

诚然，做一个合格称职的水上救生员，除具有优秀的品质修养外，还应具有必备的基本素质：

- 应具备警觉的视观洞察能力；
- 应具备机敏的快速反应能力；
- 应具备果敢正确的判断能力；
- 应具备冷静而不受外界干扰的心理承受能力；
- 应具备沉着面对突发事态的应变能力；
- 应具备娴熟的水中赴救和陆上抢救规范技术和程序工作的专业能力；

二、救生员工作守则

- 热爱祖国、热爱人民、热爱水上救生事业；
- 同心协力、拯溺救难；
- 见“溺”勇为。不怕脏、不怕累、不推卸、不拖延、不随意终止抢救；
- 遵守纪律、严守岗位、服从指挥、统一调度；
- 值岗时，不接电话、不接亲友、不兼任教练、不擅自离岗（换岗）或串岗；
- 严禁携带任何与值岗无关的物品；
- 值岗时，精神饱满、仪表端正、穿着中国救生协会统一制作的救生服装；
- 遇事故时，不要随意对外发表“个人见解”。

三、救生员工作需知

1.救生宗旨：要尽最大可能挽回溺者的生命。

2.救生指导思想：以防为主，以救为辅，防治结合，施救准确，有备无患。

3.救生过程：观察 入水 接近 解脱 拖带 上岸 运送心肺复苏。

4.救生员观察原则：重点突出（主责区），照顾全面（交叉观察，互相补漏）。

三、救生员工作需知

1.观察是救生员上岗工作的第一重点。

2.重点观察：不会游泳者、游泳技术不是很好但胆子大者、小孩、老人、伤残人、妇女、深水区与浅水区交汇处、儿童嬉水区、池岸易滑区、进场与退场时、跳水时、打闹时、追跑时、用救生圈玩水时、潜水时、下雨时、气候炎热时、气温过低时。

3.观察方法：扫视、环视与重点跟踪三者相互结合；池面、池底与点面三者相互结合。

三、救生员工作需知

观察注意：不能与游客说话，不做接手机等行为，以免因大意而错失救生观察时间。要每隔4秒钟目光在同一个地方目视一遍。人多要重视，人少不大意。坚信：通过观察发现征兆，只有依靠救生员的观察力，没有溺水者的呼救声。游泳池内，不出事就是好事，万一出事就是大事。

四、救生技术

1. 入水原则：注意目标，救近、救便、救快。

2. 入水方式：目标比较近或者在不熟悉的水域时，采用跨步式、蛙式。

目标比较远或者在熟悉的水域时，采用鱼跃式。

四、救生技术

（一）近端入水：跨步式、蛙腿式



四、救生技术

- (二) 远端 (鱼跃浅跳式)、其他 (直立式、团身式)



五、接近技术

1. 接近是指救生员及时靠近并有效地控制溺水者一项专门技术。接近分背面接近、侧面接近和正面接近。

2. 在接近时，救生员应与其保持一定的安全距离，并在接近后尽可能地从溺水者背后做动作，以确保自身的安全。

3. 背面（最安全）、正面（最危险）

五、接近技术

(一) 背面接近



五、接近技术

(二) 侧面接近



五、接近技术

(三) 正面接近



六、解脱技术

- 1.解脱是指救生员采取合理的技术动作及时解除溺水者的抓抱，并有效地控制溺水者的一项专门技术。
- 2.解脱方法主要有：转腕、扳手指、反（扭）关节、推击等。

六、解脱技术

(一) 单手被持解脱



六、解脱技术

（二）同侧手被持解脱



以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/186222152204011005>