2025년 파주시청소년수련관
지역연계 유아생존수영
교육 매뉴얼

수영장 안전수칙 및 비상대피로교육
수영장 안전수칙
입수하는 방법(사다리, 풀사이드)
배워보기
비상대피로 교육
비상대피로 실전상황 해보기

물과 친해지기 및 기초호흡배워보기
물에서 게임하기
기초호흡 배워보기

생존뜨기 및 생존수영법(발차기)
다양한 도구 이용해서 누워보기 및
엎드려보기
자유형, 배영 발차기 배워보기

구명조끼 교육

1차) 사용법 및 뜨기
구명조끼 착용하는 방법
구명조끼 입고 누워보기, 엎드려보기
다양한 뜨기 방법 해보기(새우등 등)

2차) 발차기 활용하여 이동해보기 및 입수하는 방법(구명조끼 착용) 배우
구명조끼 착용하는 방법
구명조끼 입고 누워보기, 엎드려보기
다양한 뜨기 방법 해보기(새우등 등)

3차) 체온유지하기
개인체온 유지하기
단체체온 유지하기
발차기 이용해 체온유지하기

부력이 있는 도구 사용법 알아보기
부력 이해하기
부력 있는 도구 사용법 알아보기

다양한 방법으로 발차기 활용하기
킥판, 헬퍼 착용 후 발차기하기
페트병, 아쿠아봉 등 이용해
발차기하기

구명정을 활용해 실제상황 접해보기
구명정(구명조끼착용)으로
탈출해보기
구명정을 활용해 실제 상황 접해보기
노를 이용해 이동해보기

생존수영 복습하기
구명조끼 관련 생존수영 복습
입수해보기
다양한 방법으로 15m 이동하기
수영장 바닥에 있는 물건 집어오기

파주시청소년재단
파주시청소년수련관

파주시청소년수련관

2025년 지역연계 유아생존수영

유아생존수영 임장지도 매뉴얼

① 수영수업 전일	1. 수영장 이용수칙 및 안전수칙 등에 대하여 안전교육을 한다. 2. 수영복, 모자 및 수경을 꼭 준비시킨다. 3. 가벼운 감기일 경우의 담임교사의 판단으로 수영수업 참여여부를 판단한다. 4. 수영 수업에 빠질만한 특별한 이유(독감, 몸살, 부상)외에는 수영 수업에 임하도록 지도한다.
② 수영장으로 인솔시	1. 수영 수업시간 10분전 도착하도록 기관에서 출발하여 어린이 질서지도에 임한다. 2. 수영장으로 이동시 뛰거나 장난하지 않게 하며 조용히 하도록 지도한다. 3. 수영장 입장 전에 탈의실, 샤워실 수영장내 안전교육을 실시한다. 4. 건강 이상 유무 및 건강상태를 재확인 한다.
③ 탈의실에서	1. 신발을 들고 락카 사용하도록 지도한다. 2. 락카를 이용해 자기 옷을 정리하도록 지도한다. 3. 샤워장에서는 샤워를 하고 바로 수영장으로 나와 수업준비를 하도록 지도한다. (샤워장에서 물장난을 하지 않게 지도한다)
④ 수영시간 중	1. 수영교육 실시 전 후 준비운동, 정리운동 철저히 하도록 한다. 2. 수상안전을 위하여 수영하는 동안 계속 관찰한다. 가. 수영장에서는 뛰지 않도록 지도한다. 나. 수영용구(킥판, 헬퍼, 구명조끼 등)가 주인 없이 나뒹굴지 않도록 한다. 다. 물에 빠진 어린이가 없나 확인한다. 라. 물 속에서 정지 상태로 있거나 줄을 잡고 있는 어린이가 없도록 지도한다. 마. 물장난을 치거나 다른 사람의 수영에 방해가 되지 않게 한다. 바. 수업이 끝나면 수영용구를 정리하도록 지도한다. 사. 수영선생님의 요청 하에 팀티칭 하도록 협조한다.
⑤ 수업 후 탈의실에서	1. 신속하게 샤워하고 옷을 갈아입도록 지도한다. 2. 샤워장에서 물기를 다 닦고 탈의실로 이동하도록 지도한다.

⑥ 수업 후 기관 이동시

1. 이동시 어린이 개인이 혼자 이동하지 않게 하며 전원이 같이 교실로 이동한다.
2. 수영장에서는 아동들이 조용히 할 수 있도록 하며 교실까지 이동할 때 질서지도 임한다.

파주시청소년재단
파주시청소년수련관