

낮잠 안전 · 환경·자세 점검

특히 12개월 미만 영아는 등을 바닥에 대고 바로 눕혀 재우며, 수면 중 교사가 자리를 비우지 않고 상태를 수시로 확인합니다.

날짜 _____ 반 _____ 낮잠 시간 _____ 담당 교사 _____

잠들기 전

- ☐ 개별 건강상태, 발열·기침·구토·수유 직후 여부와 보호자 전달사항을 확인했다.
- ☐ 단단하고 평평한 개별 수면 공간을 마련하고 얼굴 주변의 베개·인형·꼭신한 물건을 치웠다.
- ☐ 12개월 미만 영아는 옆이나 엎드림이 아닌 바로 누운 자세로 수면을 시작하게 했다.
- ☐ 과도한 옷·이불·난방을 피하고 얼굴과 머리가 가려지지 않도록 했다.
- ☐ 교사가 모든 영유아의 얼굴·가슴 움직임을 직접 볼 수 있도록 조도와 배치를 확인했다.
- ☐ 비상연락망, 119 신고 수단, 응급처치 절차와 교대 인계를 확인했다.

수면 중

- ☐ 기관이 정한 확인 간격에 더해, 소리·움직임·상태 변화가 있으면 즉시 가까이에서 확인한다.
- ☐ 호흡의 규칙성, 가슴 움직임, 얼굴·입술 색, 체온감, 자세와 침구 상태를 직접 살핀다.
- ☐ 엎드림·끼임·얼굴 가림·과열 등 위험을 발견하면 즉시 안전하게 조치하고 기록한다.
- ☐ 확인 장치나 모니터가 교사의 직접 관찰을 대신하지 않도록 한다.

우리 반 확인 계획 · 기본 간격 ____분 / 추가 확인이 필요한 영유아·상황

수면 공간 배치·개별 주의사항·교대 인계

즉시 대응

반응이 없거나 정상적으로 숨 쉬지 않음, 청색증, 심한 처짐이 보이면 기록을 멈추고 119 신고·기관 응급절차·교육받은 응급처치를 즉시 시행합니다. 이 표는 영아돌연사증후군을 완전히 예방하거나 진단하는 도구가 아닙니다.

낮잠 안전 · 주기 확인 기록

확정한 시각과 관찰 사실을 바로 적습니다. 이상 발견 시 상세 기록보다 응급 대응을 먼저 합니다.

날짜 반 영유아 수 기본 확인 간격

확인 시각	이름·자리	호흡·가슴 움직임	자세	얼굴색·체온감	침구·주변·조치	확인자

교대·기상 인계 · 잠들지 못한 영유아, 추가 관찰, 보호자·관리자 공유

참고 원천: 질병관리청 국가건강정보포털, 보건복지부 보육사업안내·공개 보육자료 · 검토일 2026-07

가정·교육 현장에서 비상업적 목적으로 인쇄해 사용할 수 있습니다.