

# 夏季演讲稿的和 夏季防溺水演讲稿(大全9篇)

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

## 夏季演讲稿的和篇一

大家好！

夏天来了，炎热的天气里，总是会想去玩水，而玩水却是有一定的危险性，我们也是要去注意，去预防溺水，不要只顾着贪玩，而不去考虑安全方面的问题，在此，我也是呼吁大家，在玩水的时候，要注意安全，一些事情该做的要去做，一些不该做的，决不能做。

溺水，其实可能我们身边并没有出现，但是我想同学们也是知道，新闻里经常的出现，老师每到了这个季节也是会和我们说这个话题，而我今天要讲的也是这个，也是希望大家在去玩水的时候，是要注意安全，不要独自去一些不明情况的河道里游泳，如果是要游泳要去正规的一个游泳池里面，同时也是需要有大人的陪伴才可以，不能私自的下水去玩。生命对于我们每一个人来说，其实都是一样的，只有一次，如果不去珍惜，不去重视，那么可能就是一时的忽视，就离开了这美好的世界。安全，我想同学们都是清楚，玩水是快乐的，我们也是不希望它最后变成家人的一种悲伤。

其实我们每个人都是能做到，不去危险的河道里游泳，和大人一起去正规的玩水场所，重视安全并不是不能做到的事情，很多时候，我们也是要注意自己的身体状况，不能状态不好

的时候还贪图玩乐，虽然玩水是快乐的，但是也是有危险性的，去玩的时候，自己的准备一定要足够，如果不清楚，问老师，问家长，和老师或者家长一起去，确保安全的前提下再去愉快的玩耍。生命是宝贵的，我们要去珍惜，一时的玩乐，其实我们很多的机会可以去的，并不要冲动，而且遇到危险的情况，也还是要去劝阻，如果不听的情况也是可以告诉家长，或者老师来阻止。同学们，我们玩水是为了快乐，而不是去冒险，更不是把自己的生命不顾，所以更是要谨慎，要确保安全才可以。

夏天，可以做的事情有很多，不单单只是玩水这个活动，所以我们也是可以做一些其他的活动来找到快乐，喜欢玩水的同学也是可以去学习游泳，在专业的教练指导下，更好的去体会在水中畅游的快乐，同学们安全是第一，让我们都是行动起来，为了安全，再去玩水，保护好自己，同时遇到危险的情况也是要冷静的去处理，让我们预防溺水，快乐的玩水，但不危及生命，一起为了自己，为了生命而把安全牢记在心里。谢谢！

## 夏季演讲稿的和篇二

我演讲的题目是《珍爱生命，预防溺水》

炎炎夏日已经到来。游泳安全渐渐成为学校安全教育的热点话题。凉爽的海滨、河流和小溪给人带来欢乐享受之余，也潜藏着安全危机，游泳前多一分准备和清醒，就可以带给我们欢笑，更可以避免可能的后悔与遗憾。

学校本着“以人为本，预防为主”的宗旨，为确保全体师生安全，严防因游泳带来安全事故的发生，坚决禁止任何同学们私自到游泳池、水库、小溪等有水源的地方嬉戏和游泳。

溺水是常见的意外事故，会水者与不会水者都有可能发生，我们要了解一些溺水的基本知识和学会一些溺水救助技能。

## 一、什么是溺水？

溺水是指人淹没于水中，水充满人体的呼吸道和肺泡所引起的窒息。这种窒息会造成人呼吸停止和心脏停搏而死亡。

溺水后，溺水者面部会出现青紫、肿胀、双眼充血，口腔、鼻孔和气管充满血性泡沫等症状。肢体冰冷，脉细弱，甚至抽搐或呼吸心跳停止。

溺水者多是因为疏忽，有的是因为钓鱼或在河边玩耍，一不小心就掉到河里去了，有的是因为逞能，在水中游一段时间，又游得较远，因体力不支游而溺水，有的是在水中由于腿部突然抽筋，一时紧张慌乱而导致溺死。

## 二、如何预防溺水？

(一)不要私自在河边、水库边、水沟边、池塘边玩耍、追赶，以防滑入水中。

(二)严禁小学生私自下水游泳和私自外出钓鱼。

(三)游泳前应做全身运动，充分活动关节，放松肌肉，以免下水后发生抽筋、扭伤等事故。如果发生抽筋，要镇静，不要慌乱，边呼喊边自救。常见的是小腿抽筋，这时应做仰泳姿势，用手扳住脚趾，小腿用力前蹬，奋力向浅水区或岸边靠近。

## 三、自救与互救

1、如果不慎滑落水中，应吸足气，拍打着水，大声地呼喊，岸上的人应马上呼喊大人救援，并找附近的有长树枝、竹子、草藤什么的，便于抛向落水的人抓住，如果没有大人来救援，岸上的人应一边呼喊一边马上脱掉衣服、皮带并把它们接起来抛向落水的人。当有人来救助的时候应该身体放松、让救

助的人托住腰部。

## 2、互救法：

因为我们小学生年龄小，学校不建议同学们下水救人。如果发现有人溺水，不要冒然下水营救，要立即呼救寻求大人的帮助或投入木板、救生圈、长杆等，让落水者攀扶上岸。

生命安全高于天，父母给我们的生命只有一次，我们没有理由不珍惜，让我们谨记：珍爱生命，预防溺水。谢谢大家！

## 夏季演讲稿的和篇三

大家好！

我今天演讲的题目是《珍爱生命，严防溺水》。

同学们，当你们登上地球，标志着你们为世界增添了宝贵的财富。同时也给家庭带来了极大的欢乐。从这一刻开始，有多少人在关注你，期待你快点长大，成为一个有用的人。你不仅属于家庭和父母，也属于社会和国家。所以也可以说，生命是真诚的，是有价值的，生命的代价更高。只有生命的存在，才能实现生命的更高价值。所以，珍爱生命，安全第一，是我们社会永恒的话题。人命最宝贵。只有人才能创造财富，才能让世界变得更美好。只有学生的笑声和活泼的身影才能让我们的校园充满阳光和活力。但是，人的生命是很脆弱的。如果不重视安全意识，忽视安全隐患，把生命当儿戏，后果不堪设想。

什么是幸福的家庭，无非是一个完整温暖的家庭，而幸福的家庭是可以被无情的河流摧毁的。晴朗的天气有点闷热。在这样的好天气里，人们只对幸福的家庭充满憧憬，但意想不到的是，美丽的想象画面背后隐藏着一种悲恸的东西。33, 354个完整的家庭被无情的河流摧毁、淹没和吞噬。

一个又一个悲剧。只是因为忽视了安全问题，一条生命如鲜花瞬间凋零，带给社会、家庭、亲人的是悲痛欲绝的身心、沉重的打击和血淋淋的教训。悲剧一旦发生，悔之晚矣，醒悟过来。关爱生命只能成为一个美丽的词。难道不应该反思一下安全感不强造成的严重后果吗？为此，我们在这里研究一下预防溺水的注意事项：学生，认真听讲，防止灾害被人记住，夏天游泳预防溺水，河沟水库底不清，不要乱做。你可以游泳，但不能错过。万一溺水，你呼救的时候没人听。更可怕的是你不会游泳。如果不小心，你会死的。请注意危险。游泳的时候去游泳池。更安全，更干净，更容易。更容易。

同学们，老师们，血的教训不能一遍又一遍的重复，悲剧不能一遍又一遍的重复，人生没有第二次。我们只能知道一个道理，防患于未然，走好人生的每一步，处处小心，保持警醒的心态，收紧安全的弦，处处为一切着想！

## 夏季演讲稿的和篇四

大家好！

我今天要给同学们讲的是安全方面的问题，首先，希望每一个同学牢记这句话：“生命安全高于天，父母给你的生命只有一次，每个人没有理由不珍惜生命、注意安全。”下面我就同学们在生活中容易出现安全隐患的加以说明，今天，利用这个时间我再次加以强调和说明。

- 1、必须在家长（监护人）的带领下游泳，不得私自下河、下塘洗澡。
- 2、参加剧烈运动后，不能立即跳进水中游泳，尤其是在满身大汗，浑身发热的情况下，不可以立即下水，否则易引起抽筋、感冒等。出现生命危险。
- 3、不要到被污染的（水质不好）河流、水库，去游泳、洗澡。

容易给我们带来皮肤病等疾病。五一过后，学校将组织老师和保安在放学时间对河道和附近池塘进行巡察。发现私自理河洗澡的学校将给予严肃处理。

#### 4、发现溺水者如何将其救上岸。

特别强调：未成年人发现有人溺水，尽量不要下水营救，应立即大声呼救，或利用救生器材或当时可以利用的竹竿、木板、绳索等物件进行营救。未成年人保护法也规定：“未成年不能参加抢险等危险性活动。”这也是学校为什么要强调学生去游泳要由家长带领。

1、遵守交通规则，过马路时要做到“一慢二看三通过”小心来往车辆，由于学校外是下坡路段，又缺少减速带和警示标志，过往车辆速度较快，所以，横穿公路时一定要注意学校大门外的过往车辆，等没有车辆通过时再过公路。

2、严禁在马路上追逐、玩耍，靠公路右边行走。

3、严禁驾驶电动车、摩托车上路，严禁乘坐无牌无照的机动车辆及农用三轮，未满12周岁的孩子严禁骑自行车上路，以防止交通伤亡事故的发生。

1、做到“六不吃”：不吃生冷食物、不吃不洁瓜果、不吃腐败变质食物、不吃未经高温处理的饭菜、不喝生水、不吃零食。再就是要从食品标签上注意识别食品质量，选择安全的食品是把住“病从口入”的第一关。

2、不购买“三无”产品和过期食品食品，标签必须按照《食品标签通用标准》正确标注各项内容。包括食品的名称、配料表、净含量及固形物含量、制造者、及经销商的名称和地址、生产日期和贮存指南、质量等级、产品标准号、保质期等。

3、禁止购买校外摊点上的油炸食品、烟熏食品，凉粉、凉面等生冷食品，，尽可能在学校食堂就餐。千万不要去无照经营摊点饭店购买食品或者就餐。

4、不吃冰糕、冰淇淋等冷冻食品及其碳酸饮料。不喝生水，建议喝标准的纯净水。

最后，希望同学们记住我今天的讲话，珍惜自己的生命，快乐健康地成长。

谢谢大家！

## 夏季演讲稿的和篇五

大家好！

当夏季来临的时候炎热气候总是让人感到难以忍受的，每当这个时候总会有人想要去河边游泳从而感受清凉的气息，殊不知在平静的水面下也潜藏着不少足以威胁大家生命安全的隐患，虽然以往以往老师也强调过这类问题却也有部分心存侥幸的学生不以为意，实际上当我们去查询资料的时候便能够了解到每年因为溺水而亡的事件实在是太多了。

当我们作为旁观者的时候也许会觉得溺水事故距离大家太遥远，殊不知等到危险来临的时候无论再怎么悔恨也是无济于事的，毕竟溺水意味着将会失去生命自然要为这样的代价感到悔恨，当我们在努力学习的时候应当明白自己肩上有着老师父母的期待，因此当我们因为溺水导致出现危险的时候将会让父母和老师多么担心啊，更何况因为贪图一时的享受便将我们至于危险之中根本就是得不偿失的，所以我们得牢记老师的教导并尽量别去河边或者水库玩耍，毕竟在水中可能遭遇的意外因素有很多自然得有所警惕才行。

作为学生的我们面对酷暑应该要体现出较强的毅力才行，若

是连这点毅力都没有的话又怎能在学习方面有所成就呢？因此我们得加强对防溺水知识的学习并在学习生活中做到这点才行，平时上下学的时候尽量不要去河边或者水库以免发生危险，毕竟有些时候侥幸心理对我们的危害性还是比较大的，因此对待这类问题需要慎重些并按照老师要求的去做，毕竟老师这般强调也是为了学生的安全着想自然不能够因为固执己见从而让对方失望。

明白溺水事故的危害性以后应当要感谢老师的教导，毕竟看似距离我们很遥远的溺水事故并不会因为心存侥幸便不会发生在大家身边，扪心自问当我们不幸溺水以后父母和老师将会多么伤心啊，明明有着更多的娱乐方式为何要做出这种令人担心的事情，保障自身的安全才能够让未来充斥着更多的可能性，身为学生的我们还得重视防溺水的问题以免因此遭受不必要的危险，我们的成长道路还有着很长的距离自然不能够因此中断，所以做好防溺水的相关工作对我们的成长来说是很有必要的。

当我们呼吸空气并迎接阳光的时候应该能够体会到生命的美好，对此我们要懂得知足并将心思都放在学习上才有利于自身的成长，在河边玩耍固然能够享受一丝清凉却更有可能带来难以弥补的危机，不要做出这种让父母伤心的事情才是身为学生的大家应该做的。

谢谢大家！

## 夏季演讲稿的和篇六

大家早上好！

我今天国旗下讲话的主题是防溺水安全教育。

天气越来越炎热，我校为了增强同学们防灾避险的能力，利用宣传橱窗，黑板报、班队会等形式进行安全的教育。今天，



我想利用国旗下讲话的机会，重点讲一讲夏季预防溺水的事情。

游泳，是广大少年儿童喜爱的体育锻炼项目之一。然而，不做好准备、缺少安全防范意识，遇到意外时慌张、不能沉着自救，极易发生溺水伤亡事故。

在我们国家，意外伤害是0~14岁儿童的首要死因。平均每年全国有近50000名儿童因意外伤害而死亡。意外溺水是儿童意外伤害的首要死因。

溺水是游泳或掉入水坑、水井等常见的意外事故，一般发生溺水的地点：游泳池、水库、水坑、池塘、河流、海边等场所。夏天是溺水事故的多发季节，每年夏天都有游泳溺水身亡事故发生。在溺水者当中，有的是不会游泳的人，也有的是一些会游泳、水性好的人。现在正是天气逐渐转热季节，暑期即将来临，中小學生溺水伤亡的事故也明显多了起来。

在这里我建议大家：

一、不要私自一人外出游泳，更不要到不知水情或比较危险且宜发生溺水伤亡事故的地方去玩耍、游泳。

二、游泳到有资质的游泳场游泳，而且必须要有组织并在大人带领下方可去游泳。

三、同学间要互相关心、爱护，发现有的同学私自去游泳或到危险的地方去玩耍，要及时劝阻并告诉老师、家长。

在我们的日常生活中，如果一旦遇到有人落水，我们在营救时应该怎么办呢？最重要的一点，就是不能冒然下水营救。发现有人落水，最正确的做法应立即大声呼救，寻求大人的帮助。同时，可以将救生圈、竹竿、木板等抛给落水者。

最后，再次提醒同学们在日常生活中要提高安全意识，安全第一，防患于未然。水无情，人有情。其实，只要我们在生活中注意各种游水、戏水事项，提高安全防范意识，学会在遭遇溺水懂得如何自救和他人遭遇溺水时如何抢救，溺水事件是可以防止的。

## 夏季演讲稿的和篇七

1、购买各种包装食品时要注意，不买“四无”食品、饮用品食用。“四无”产品指的是：无生产厂家；无生产日期；无保质期；无绿色食品“qs”标志。

2、尽量吃煮沸的食品，不吃凉菜、生菜，不吃腐烂变质的食品，不乱买街头无证照小贩加工的食品，不饮用生水。

3、尽量不到校外用餐，如果外出用餐应当选择卫生、干净的餐馆，不在流动人口较多并易传染流行性疾病的地方用餐，不在无证摊位上用餐。

4、如食用食品后出现以下症状及时到学校医务室观察、就诊，并报告老师。

(1) 头晕，头痛发烧；

(2) 肚子痛；

(3) 腹泄（拉肚子）；

(4) 呕吐等。

5、养成饭前便后洗手的良好习惯。

1、树立防盗意识，外出或夜间关好门窗，收拾、保管好个人财物，尤其是手机等贵重物品务必自行妥善处置。

2、严禁下河洗澡和严防暴雨、雷电、冰雹、洪水、泥石流等灾害天气。

3、杜绝学生在教室、宿舍内私拉乱接、吸烟、点蜡烛、点蚊香和乱燃烧废纸废物，慎防引起火灾。

4、住宿生夜晚尽量不出校门，不到网吧等易引发事端的场所活动。

5、遵纪守法，不参与打架斗殴、酗酒赌博等违法乱纪活动，住宿生不得晚归，严禁夜不归宿。

1、自觉遵守交通法规，切勿横穿马路，过马路时注意来往车辆。

2、在道路上行走，应走人行道，无人行道时靠右边行走。

3、不闯红灯，不进入标有“禁止通行”、“危险”等标志的地方。

4、不乘坐非法运营车辆，不乘坐超载车辆，不乘坐车况不好的车辆。

1、夏季是女生容易遭受侵害的季节，因此女生更要注意人身安全。穿戴要端庄、得体，衣着不要太透太暴露，在房间里要随时关闭门窗及窗帘。

2、晚间一般不要外出，如确需外出，要结伴而行，并告知同寝室其他同学外出方向、联系方式，切记要及时返回，不在校外留宿。

3、与男性单独交往时，谨慎地把握好自己，不到僻静、阴暗角落或人迹罕至的地方，尤其应当注意不要饮酒甚至于饮料。倡导自尊、自爱，理性地处理好男女交往过程中出现的问题

与矛盾。

1、夏季人体能量消耗很大，运动时更要控制好强度。一旦出现中暑症状，应立即到阴凉通风处坐下，喝些凉盐开水，呼吸新鲜空气，在头额部或腋下等处进行冷敷。有头晕、头痛、恶心、呕吐等症状时，可服用人丹、十滴水等祛暑药物。如经过处理仍不见好转，应立即到医院就诊。

2、夏季运动出汗多，所以及时补充水分非常重要。补水方法最好是少量多次，运动中每10到15分钟饮水150到200毫升。但不要喝过甜的饮料，以避免增加胃的负担。运动后也应及时补充水分，但不要一次喝得太多，狂饮会增加心脏的负担。

3、有的人运动后习惯吃冷饮，事实上在身体温度很高的情况下吃冷饮会伤害肠胃，轻者会引起消化不良、呕吐、腹泻、腹痛等急性胃肠炎，重者还可能为以后患慢性胃炎、胃溃疡等埋下祸根。运动后温稀盐水是最好的饮料。

4、不要立即冲凉。人体充分运动后会大汗淋漓，全身的毛孔都打开了。如果这时突然用冷水浇身，会引起感冒、发烧。且冲凉并不能帮助肌肉放松，反而会使肌肉更加紧张。正确的方法是等身上的汗都干了，再用温水冲澡，水温应高于体温1~2℃。

希望全校同学自觉遵守上述注意事项，遵守校规校纪，珍爱生命，做文明学生。

## 夏季演讲稿的和篇八

同学们，大家早上好。

一、《教育部办公厅关于山东湖南黑龙江三起中小學生溺亡事故的紧急通报》。通报指出，同一天中16名學生溺水死亡，令人十分痛心。通报要求立即开展全面排查。

20\_\_年6月9日，山东省莱芜市莱城区杨庄中学7名初三学生结伴在莱芜汇河下游游泳时溺水身亡；湖南省邵阳市隆回县桃洪镇文昌村5名小学生在桃洪镇竹塘村向家山塘游泳时溺水身亡；黑龙江省哈尔滨市呼兰区方台镇7名学生在松花江边游玩时，4人溺水身亡。同一天中16名学生溺水死亡，令人十分痛心。

一是立即召开专门会议。通报近期中小学生溺水事件，对进一步做好防止学生溺水工作进行部署。省级教育行政部门召开会议要覆盖所有地市、区县和每一所中小学校；每一所学校要开会传达会议精神到每一个老师、每一名学生及其家长。

二是立即组织印发《致家长的一封信》。各级教育部门要组织、指导、督促每一所中小学校给每一名学生家长印发《致家长的一封信》，通报最近发生的中小小学生溺水事件，告知家长必须承担起监护人责任，切实增强家长的安全意识和监护意识。特别要提醒、督促家长在暑期、节假日、周末和放学后加强对学生的安全教育和监管，坚决避免溺水等安全事故的发生。

## 二、夏季安全常识

### 1、防雷电常识：

夏季(6至8月)是雷电活动最频繁的时期，称为雷电事故的高发期，全年当中九成的雷暴都发生在这一期间，而伴随雷暴的出现，雷击伤人、毁物事故也时有发生。所以我们有必要懂得并掌握防雷电常识，进而采取切实的防护措施，以避免雷电的伤害。

首先讲讲个人防雷电。

路遇雨天，不躲在大树下避雨；不进入无防雷设施的棚屋、岗亭等建筑物内躲雨。更不能站立于山顶、楼顶上。在旷野中

遇到雷雨时，应双脚并拢，并尽可能下蹲，不能躺在地上。野外遇到雷电时，不要几个人拥挤成堆，人与人之间要分开一定距离。在旷野中不能高举雨伞、铁锹、钓竿、球竿等物体。还要远离高塔、广告牌、桅杆等孤立的物体。不要使用手机等通讯电器，应关闭电源，不游泳或从事其他水上运动。

如果离室内很近在户外活动的人应尽快回屋。应注意关闭门窗，切断家用电器的电源，并拔掉电线插头。不能在雷电交加时用喷头冲凉。在打雷时，一定不能接触天线、水管、金属门窗，远离电线等带电设备。在雷雨天气时，不宜开摩托车，骑自行车。

更重要的一点，遇到雷击事故时，应积极开展人工呼吸和胸外心脏按压等现场急救措施，必要时拨打120求救。

家庭防雷时，应关闭电视机、电脑，不能使用电视机的室外天线，若雷电一旦击中天线，雷电就会沿着电缆线传入室内，威胁电器和人身安全。尽可能地关闭家用电器，并拔掉电源插头，以防雷电从电源线入侵，造成火灾或人员触电伤亡。雷电时，不要开窗户，不要把头或手伸出户外，不要用手触摸窗户的金属架，以防受到雷击。

雷电交加时，不要接打手机或有线电话，应在雷电过后再拨打。若有人遭到雷击，停止呼吸时，应及时进行人工呼吸和外部心脏按摩，并迅速送往医院进行救治，必要时拨打120求救。

## 2、防溺水知识

严禁任何人到河、池塘、湖畔、沟渠或窑湾等水边玩耍、洗手、洗脚、钓鱼、游泳。如确需洗澡要到游泳池或指定场所在家长的陪护下游泳。在游泳中遇到溺水事故时，同学们不要直接去救人，而是要求助于会游泳的成年人。现场急救刻不容缓，心肺复苏最为重要。将溺水者救上岸后，要立即清

除口腔，鼻咽腔的呕吐物和泥沙等杂物，保持呼吸畅通；应将其舌头拉出，以免后翻堵塞呼吸道；将溺水者的腹部垫高，使胸及头部下垂，或抱其双腿将腹部放在急救者肩部，做走动或跳动“跳水”动作。恢复溺水者呼吸是急救成败的关键，应立即进行人工呼吸，可采取口对口或口对鼻的人工呼吸方式，在急救的同时应迅速送往医院救治。

3、游泳时要有自护意识，在身体过饱、过饥和过于疲劳都不要下水游泳；下水前要用冷水淋浴身体并且要做热身运动；入水要缓慢，使身体逐渐适应水温；在水中不宜时间过长，要按时上岸休息，以防发生抽筋现象。夏天天气炎热，游泳者来到水边游没做任何准备动作就跳下水，容易导致头晕、恶心、心慌等不适应感觉，或出现抽筋、肌肉拉伤的事故。

4、游泳时要有自救常识和能力，若发生了抽筋现象，应一边自救，一边大声呼救，以免发生意外。游泳时不要互相打闹、嬉戏；不了解水深及水底情况时，不要跳水；患有心脏病及其他慢性病的人，不能参加游泳，以免发生意外。

5、不逞强好胜，有的人自觉水性好，好表现，喜欢长时间潜水或在深水区做各种动作，很容易因体力不支而溺水。

同学们，生命是世上最宝贵的，它只有一次，它不光光是属于你，也属于每一个家庭，更属于我们的国家。你们要时时刻刻注意安全，一举一动想到安全，不能让你们的行为有任何闪失，不能让你们的身体受到任何伤害！老师希望你们能健康、平安度过每一天！

## 夏季演讲稿的和篇九

早上好！

今天我讲话的主题是：“珍爱生命、预防溺水”，夏天是溺水事故的多发季节，每年夏天都有溺水身亡事故发生。在溺

水者当中，有不会游泳的，也有一些会游泳、甚至是水性好的人。

在我们国家，意外伤害是0~18岁儿童的首要死因。平均每年全国有近xx名儿童因意外伤害而死亡，平均每天有近xx名儿童因意外伤害而失去生命。意外溺水是意外伤害的首要死因，10个因意外伤害而死亡中，有近6个是因为溺水身亡的。

1、树立安全意识，加强自我保护，不要去江河、小溪、鱼塘边玩耍及钓鱼。从我做起，严守学校纪律，坚决不私自下水游泳。

2、发现有的同学私自去游泳或到危险的地方去玩耍，要及时劝阻并告诉老师和家长。

3、在加强自我安全意识的同时，要相互督促，对于那些违反学校纪律，私自玩水的行为，要坚决抵制并提出严厉的批评。

5、放学回家须经过小河边或过桥的同学，一定要注意安全，不要太靠近边上走，不要去爬桥上的栏杆。

6、掌握游泳的基本常识，学会简单防溺水的急救方法，坚决杜绝溺水事件的发生。

7、如要游泳要到有资质的游泳场游泳，而且必须要有组织并在家长带领下方可去游泳。

8、在我们的日常生活中，如果一旦遇到有人落水，最重要的一点，就是不能冒然下水营救，因为一旦被落水者抓住将十分危险。在水中与落水者纠缠不但会消耗救助者的大量体力，有时甚至会导致救助者体力耗尽最终丧命。所以，发现有人落水，最正确的做法应立即大声呼救，寻求他人的帮助。同时，可以将救生圈、竹竿、木板等抛给落水者。



9、熟记游泳六不准：不准私自下水游泳；不准擅自与他人结伴游泳；不准在无家长或老师带队的情况下游泳；不准到不熟悉的水域游泳；不准到无安全设施、无救护人员的水域游泳；不准不会水性的学生擅自下水施救。

综上所述，溺水是非常危险的，在日常生活中要提高安全意识，安全第一，防患于未然。水无情，人有情。其实，只要我们在生活中注意各种游水、戏水事项，提高安全防范意识，学会在遭遇溺水懂得如何自救和他人遭遇溺水时如何抢救，溺水事件是可以防止的。

同学们：生命高于一切，珍爱生命，预防溺水，杜绝悲剧的发生。谢谢大家！