

2023年暑假防溺水安全教育通讯稿 暑假防溺水安全教育讲话稿(大全12篇)

企业标语要能够在竞争激烈的市场中突显出企业的独特性和优势。激发情感：企业标语应该能够触动人心，激发人们的情感共鸣。接下来是一些有创意和个性的企业标语，或许可以为您的企业起到借鉴和启发的作用。

暑假防溺水安全教育通讯稿篇一

尊敬的校领导，老师、亲爱的同学们：

目前天气开始转暖，个别学生会去游泳消暑的想法，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。”学校本着“以人为本”精神，为确保师生安全，严防因游泳带来安全事故的发生，是禁止任何同学私自到游泳池、水潭、小溪等有水源的地方嬉戏与游泳的；除非有父母亲的亲自陪同并经学校同意！

1. 下水时切勿太饿、太饱。饭后一小时才能下水，以免抽筋；
2. 下水前试试水温，若水太冷，就不要下水；
3. 若在江、河、湖、海游泳，则必须有伴相陪，不可单独游泳；
4. 下水前观察游泳处的环境，若有危险警告，则不能在此游泳；
7. 在海中游泳，要沿着海岸线平行方向而游，游泳技术不精良或体力不充沛者，不要涉水至深处。在海岸做一标记，留意自己是否被冲出太远，及时调整方向，确保安全。

游泳前一定要做好暖身运动。

游泳前应考虑身体状况，如果太饱、太饿或过度疲劳时，不要游泳。游泳前先在四肢擦些水，然后再跳入水中。不要立刻跳入水中。游泳时如胸痛，可用力压胸口，等到稍好时再上岸，腹部疼痛时，应上岸，最好喝一些热的饮料或热汤，以保持身体温暖。

炎热的夏天游泳是最热门的活动，除了室内室外游泳池，还有迷人的海滨、河流和小溪……但是欢乐享受之余，也请特别注意其中所潜藏的危机，事前多一分准备和考量，就可以带给我们无限的欢笑，更可以避免一些不必要的不幸和遗憾。夏天游泳注意事项很多，应从多方面来考量，在此简单介绍：

饭后、饮酒不宜游泳；有开放性伤口、皮肤病、眼疾不宜游泳；感冒、生病、身体不适或虚弱不宜游泳；雷雨的天候不宜游泳；水温太低、太凉不宜游泳；游泳时禁止与同伴过份的开玩笑；不要随兴下水，特别是野外；风浪太大、照明不佳不要游泳；不明水域不要游泳、跳水；水浅、人多不可跳水；要在有救生员及合格场所游泳；下水前先做暖身运动；下水的装备要带全，一定要带泳镜；水中切忌慌、乱，如遇抽筋，请保持冷静，改用仰漂。

平日有机会就参加心肺复苏术训练及水中自救训练，如遇人溺水，没有把握不应下水救人，可一面大声呼救一面利用竹竿、树枝、绳索、衣服或漂浮物抢救。露营、钓鱼、野外活动如近水边时，应严防小孩意外落水。海边或户外游泳要防止晒伤及脚底刺伤。

预防溺水要做到“四不要”：

- 1、不在无家长或老师的带领下私自下水游泳；
- 2、不擅自与同学结伴游泳；

- 3、不到无安全设施、无救护人员的水域玩耍、游泳；
- 4、不到不熟悉的水域玩耍、有用。

一旦发现有人溺水，应及时呼救，让成年人来抢救，不会游泳的未成年学生不可下水施救

溺水时的自救方法：

- 1、不要慌张，发现周围有人时立即呼救；
- 3、身体下沉时，可将手掌向下压水；

人在溺水过程中处于慌乱状态，会抓紧一切身边的东西，所以未成年人不可以徒手下水救溺水者。看到溺水现象，不可逃避，应该大声呼救，请成年人救援。同时将身边的可漂浮的竹竿，木棍等扔向落水者。如果熟悉水性，同时身边有超过2米的粗竹竿和木棍的可以脱衣后抱住材料下水救援。

对打捞上岸的溺水者如何抢救？打120电话，请医生救援。

找较健壮者，将溺水者头朝下，由健壮者双手抓住溺水者小腿，背部贴着溺水者腹部，在平地上慢跑几十秒。这样既可以倒出气管和肺中的水，又可以帮助心肺复苏。

暑假防溺水安全教育通讯稿篇二

1. 湖边之行，慎于足下。
2. 湖水因为美丽，让人忘了危险。
3. 花样年华，别为溺水停下！
4. 加强安全教育，建设平安校园。

5. 加强孩子监护，杜绝溺水发生。
6. 加强领导，全面落实预防溺水安全措施。
7. 家长是孩子健康成长的监护人。
8. 坚决远离河道，铭记生命至上。
9. 江河水下藏杀机，玩水游泳须注意。
10. 江河无情，生命无价！
11. 教育与监管孩子不去河边玩耍。
12. 进一步苦海无边，退一步海阔天空。
13. 敬畏自然，珍爱生命。
14. 看顾儿童要谨慎，泳池玩乐更畅心。
15. 蓝天碧水好心情，游泳安全放第一。

暑假防溺水安全教育通讯稿篇三

亲爱的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！夏天是溺水事故的多发季节，游泳溺水身亡事故多有发生，由此给家庭、学校乃至整个社会带来的是抹不去的. 伤痛。为了创设更为安全的学习生活环境，努力杜绝溺水事故的发生，在此，三（2）班向全体学生倡导以下要求：

一、在任何时候都不得私自到池塘、河沟、水库中游泳、嬉水、玩耍、追赶，以防滑入水中；不得擅自邀请其他同学下水游泳；当自己特别心爱的物件掉入水中时，不要急着去打捞，而应打大人来帮忙。

三、严守学校纪律，坚决不玩水。同学们要互相关心爱护，发现有同学冒险私自去游泳或到的地方去玩而，要及时劝阻并告诉老师、家长。

四、如果一旦遇到有人落水，千万不能冒然下水营救，应立即大声呼救，寻求大人的帮助。

同学们，生命是美好的，生活是幸福的，但他们也是以安全为前提的，一旦发生溺水事故，我们拥有的美好幸福就可能荡然无存。所以我们要珍爱生命，预防溺水，远离危险。祝每一位学生都健健康康、快快乐乐地成长。

暑假防溺水安全教育讲话稿 篇14

暑假防溺水安全教育通讯稿篇四

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！今天我演讲的题目是《预防溺水、珍爱生命》。

天气越来越热，暑假也将来临，大家都参加游泳运动寻找清凉，但游泳溺水身亡事故多有发生，由此给家庭、学校乃至整个社会带来的是抹不去的伤痛，教训也尤为深刻。为积极落实以“预防溺水，珍爱生命”为主题的安全教育活动，创设更安全的学习生活环境，努力杜绝溺水事故的再度发生，在此，我向同学们提出如下要求：

一、在任何时候都不得私自到池塘、河沟、水库中游泳、嬉水；不得擅自邀请其他同学下水游泳；不得到不知水情或比较危险的池塘、取土形成的水塘、水沟边玩耍、游泳。

二、暑假期间，家长要留心小孩的。生活，督促孩子不走河边、沟沿，不走偏僻的道路，回家时要结伴而行；不在水库、水沟、池塘边玩耍、追赶，以防滑入水中；不要到河沟、池

塘、堤坝边洗手、洗脚；大雨天不靠近河流，不强行过沟过河；当自己特别心爱的物件掉入水中时，不要急着去打捞，而应找大人来帮忙。

三、从我做起，严守学校纪律，坚决不玩水。同学们要互相关心、爱护，发现有同学冒险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。

四、如果一旦遇到有人落水，千万不能冒然下水营救，应立即大声呼救，寻求大人的帮助，同时，在保护好自己的前提下，可以将救生圈、竹竿、木板等漂浮物抛给溺水者。

最后，再次提醒同学们在日常生活中提高安全意识，安全第一，防患于未然。

同学们，我们是家庭的希望，国家和民族的未来，让我们行动起来，珍爱生命，预防溺水，高高兴兴放假，平平安安返校。

我的演讲完了，谢谢大家！

暑假防溺水安全教育通讯稿篇五

大家好！

生命无处不在。在川流不息的人群中，来来往往那一颗颗跳动的心灵，那一张张微笑的脸庞，是一个个鲜活的生命；在散发着智慧气息的森林里，沐浴着阳光茁壮成长的小树，伟岸而祥和的参天古树，是一株株充满生机的生命；在那浩瀚无垠的大海里，无忧无虑畅游的小鱼，婀娜多姿的珊瑚，是无数灵动而美丽的生命。

夏季天气炎热，为防止学生在游泳中发生溺水事故，安全度过暑假，xx小学开展了“预防溺水，安全度夏珍爱生命，谨防

溺水”为主题的活动。

该校对学生进行“游泳安全”的主题教育，包括“溺水常识”、“溺水的预防与急救”、“珍爱生命，远离危险”等专题教育，学校在宣传窗进行“预防溺水，安全度夏”的专题宣传。同时发放告家长书，联系家长、社会齐抓共管，对游泳活动进行有利引导、正确对待。使孩子度过一个健康、文明、安全的暑期活动。

通过教育活动，使我区全体师生更加认识到“安全无小事，事事有安全”。安全教育日虽然过去了，但我们要积极发挥学校教育主阵地作用，安全教育将永远贯穿在我们的教育教学活动中。

溺水可以避免——一些学生为了逞强好胜，在不知水深河水底的情况下，就潜入水底，有的甚至在水底连续有两个小时以上，还做各式各样的姿势，很容易因体力不支而溺水。

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了，结果导致头晕、恶心、心慌等不适应感觉，或出现抽筋、肌肉拉伤的事故。

有些学生下水前没有观察游泳处的环境，到一些水深，有漩涡，有障碍物等水域游泳时容易发生危险。发生危险时，小学生惊慌失措，不知如何抢救，有的甚至害怕逃走了，没有呼救，使溺水者失去援救的机会。

在小溪河水库游泳的小孩占了绝大部分，大多数孩子都没有家长陪同，独自或两三个人结伴而来，结果出现事故也没人知道。所以小孩游泳家长一定要陪同，而且家长一定要回游泳。这样万一发生溺水事故，也便于抢救。

我的演讲完毕！

暑假防溺水安全教育通讯稿篇六

为进一步加强校园安全教育，保证学生生命安全，帮助全校学生增强防溺水安全意识，掌握防溺水知识技能，提高自救互救能力，4月18日和4月19日石狮小学利用两天时间采取多种形式开展了以“珍爱生命预防溺水”为主题的安全教育活动。

结合学校实际情况，首先召开了全体教师会，对全体教师强调了学校“防溺水”安全工作的重要性。同时，学校组织召开了以“珍爱生命、预防溺水”为主题的安全教育大会；学校安全主管同勇军用一个个发生在身边的鲜活悲惨的实例，一组组触目惊心的数据对学生进行了教育，引起了全校师生对溺水的重视，同主任在会上还介绍了如何预防溺水和溺水救护方法等各类安全知识；随后，各班分别召开了防溺水安全教育主题班会。

通过开展这一系列教育活动，学校从多层次、多渠道的进行防溺水安全教育，切实提高了全校师生防溺水安全意识及学校安全教育的实效，有效杜绝溺水事故发生。

暑假防溺水安全教育通讯稿篇七

- 1、初步了解水灾发生时自救方法，提高保护自己的能力。
- 2、有环保意识，乐意为周围的绿化做力所能及的事情。

了解洪水发生的原因

掌握自救的方法

水灾的图片若干

- 1、以谈话导入主题

(1)“小朋友想想如果我们这儿连续几天都下雨，感觉会是怎样呢?有哪些不方便呢?”

“如果大雨连续不停的下，将会发生什么?”(幼儿交流)

(2)看图片，了解水灾的危害性

“连续下大雨发生了什么事情?洪水给人们带来了哪些灾难?”(教师和幼儿共同边看图片边交流)

2、交流感受和逃生方法

“看到这样的灾情你是怎样想的?”“洪水来了我们可以怎样逃生自救?”(发求救信号、抱住树木、爬上屋顶)

3、了解洪水发生的原因

“现在为什么每年有特大洪水?”“减少灾害天气有什么办法?”

(教师告诉幼儿植树造林、绿化环境与减少水灾之间的关系)

暑假防溺水安全教育通讯稿篇八

1. 提高安全意识，学习溺水安全的有关知识，在学习中增强与幼儿的合作交流意识。

2. 初步了解溺水安全的有关内容，要求每一个幼儿都要提高安全意识。

3. 自己能改变生活中不遵守溺水安全的不良习惯，提高对生活中违反安全原则的行为的辨别能力。

教学重点:学习溺水安全的基本知识,培养有关防范力。

小朋友，现在是什么季节？对，现在是夏季，天气渐渐变得很热了，你们热了怎么办？可是今年有好几个小朋友因为热就悄悄去河里、池塘里洗澡，你们想知道他们去洗澡发生了什么事吗？告诉你们，以前有好几个小孩下河洗澡被淹死了，他们再也见不到自己的爸爸妈妈了。他们好可怜，老师伤心，他们的爸爸妈妈也很伤心。

小朋友们，我们怎样使自己不会发生溺水事故呢？我认为应做到以下几点：

(一)、老师先向幼儿讲几点防溺水的知识要点

(1)教育幼儿周末、节假日、寒暑假严禁到江河、池塘、无盖的水井边等处戏水、游泳。不能独自或结伴到池塘边钓鱼、游泳、玩水。

(2)教育幼儿在节假日千万不能去玩水，下河游泳。

(3)我们是幼儿园的小朋友，很多小朋友都不会游泳，如果发现幼儿不慎掉进江河、水库、池塘、水井里等，我们不能自己下水营救，应大声呼唤成年人前来相助或拨打“110”。

(二)、老师谈谈事例，幼儿讨论

(三)、说一说

说说日常生活中应该怎么防范溺水事故的发生。

(1)通过这节课的学习，你懂得了什么？

(2)教师小结：人的生命只有一次，我们要保护自己。不能独自到河边、海边、井边去玩，必须要大人陪同。遇到危险的事，要大声呼救！

暑假防溺水安全教育通讯稿篇九

为进一步加强全体师生的安全教育工作，不断强化广大师生的安全意识，预防和杜绝溺水事故发生，结合本校实际情况，我校于20__年7月4日举行了以“珍爱生命，预防溺水伤害”为主题的安全教育专项活动，并取得了显著效果，现总结如下：

一、方案可行，组织有力

为确保今年防溺水安全教育活动的广泛开展和顺利进行，学校召开了预防溺水等安全工作专题会议，认真分析了校情，对防溺水工作进行了全面布署。制订了防溺水安全预案，细化了各类人员工作职责。

二、教育宣传氛围浓厚，形成了校内外的高度共识，安全意识得到了进一步强化

1、学校统一召开了一次防溺水安全教育主题班会，集中向学生进行了一次安全知识宣传，强调了安全纪律，制作防溺水安全教育主题课件，利用一体机对学生进行防溺水专项教育，并与每位教师、学生及家长签订责任书。并实行了学生分包责任制，学校领导包班级，教师包学生。

2、向全体学生印发了《致各学生家长一封信》，积极与各位家长协调配合，齐抓共管。对家庭教育提出了很好的建议和要求，向家长宣传预防学生溺水安全教育的意义，提醒家长切实加强放学后和节假日期间对学生的安全管理，加强学校与家长的联系，共同做好学生暑期的安全教育和管理工作的。教育宣传工作深入到了每个学生家中，做到警钟长鸣，防患于未然。

通过教育，学生安全知识面更广了，安全意识更强了，对安全的理解更深了。当然，安全工作是一项长期性的工作，我

校必须时时树立“安全第一”的意识，安全教育的工作要坚持不懈地抓下去，切实将这项工作抓紧抓好。

暑假防溺水安全教育总结范文5

一、落实责任，多种形式开展防溺水安全教育

建立完善学校安全工作考核机制，将学生非正常死亡人数作为对学校安全考核的重要指标，提高考核分值，使防范责任得到有效落实。

印制防溺水安全教育手册、海报24万份，分发给全市每个学校、幼儿园(含民办学校、幼儿园)。全市各学校采取了“提前教育、集中教育、反复教育、学生自我教育”等多种教育策略。夏季来临之前，学校提前对学生进行教育，构筑思想防线。在五、六月份，学校通过国旗下讲话、专题讲座，组织学生诵读“防溺水安全三字经”，开展防溺水知识竞赛、演讲比赛等多种形式，集中进行安全教育。许多学校每天放学前一分钟对学生进行安全教育，反复教育、时时提醒。

二、三级监管，加强防溺水工作督查检查力度

1. 加强三级监管机制。构建“教育局机关—教育研究院、三元公司、教育—中心校”三级网格监管责任体系，重新明晰各层级安全监管责任，实现分级监管，条块结合，校园安全网格责任立体式全覆盖。完善“四进”制度，教育局每位机关干部分别联系学校开展防溺水工作督查检查。

2. 加强检查考核机制。制定《学校防溺水专项教育活动检查登记表》、《教师家访登记表》，建立学校自查、中心校核查、教育局督查的检查机制。6月中旬，联合市综治办等部门围绕“学生安全千万家”教师家访活动开展情况、周报落实情况以及相关的台帐资料，对各校防溺水工作开展情况进行督查。对发生学生溺水死亡事故的育英学校，进行防溺水措

施责任、落实情况的倒查，在全市教育系统内进行通报。

三、及早部署，积极推进“拆装式游泳池进校园”活动

及时发布预警信息，提前做好防范工作。每年夏季来临之前、学生放暑假之前，我局及时下发文件，发布预警信息，布置防控工作。

年初，把“联合体育局及有关乡镇共同推进拆装式游泳池建设，实施学生习泳项目”列入科室年度重点工作，由义乌雏鹰体育发展有限公司响应并支持“阳光游泳进校园”活动暨“拆装式游泳池”进校园活动，在暑期以后宅街道中心校后宅小学为活动基地，以300元/期的价格开展活动，为义乌小学生们提供质优价廉的游泳培训。

暑假防溺水安全教育总结范文

暑假防溺水安全教育通讯稿篇十

老师们、同学们：

大家好！

我是118班的xx□今天，我讲的题目是《防止溺水，珍爱生命》，大家应该都感觉到天气开始炎热起来了，暑假也已经到来，想必大家一定会选择游泳来消除夏日的疲惫。但大家一定也知道如果游泳时不注意安全，是十分容易溺水的。据调查显示，我国中小學生因溺水、等意外死亡的，夏天平均每天有40多人，相当于每天有一个班的学生消失！而溺水已经成为夺取青少年生命的罪魁祸首。所以，我在此向大家提出以下建议：

4、即使是在假期也不要独自一人外出游泳。必须要有组织并在大人的带领下才能去游泳，以便互相照顾。

5、当发现有人落水时，不能贸然下水营救，应立即大声呼救，同时将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者，再将其拖至岸边。

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。古人说的好：水火无情；如果没有了生命，什么理想，什么未来，一切的一切都将化为乌有，其实，只要我们在生活中注意有关安全事项，提高安全防范意识，溺水事件是可以避免的。

请同学们记住：生命安全高于天。要时刻保证自己的生命安安全全。只有在生命得到安全的前提下，美好的生活，远大的理想，憧憬的未来才能有保障，所以我在这里大声疾呼：防止溺水，珍爱生命。我的演讲完毕，谢谢大家！

暑假防溺水安全教育通讯稿篇十一

- 1、珍惜生命，离得远远的溺水。
- 2、高高兴兴游泳来，平平安安回家去。
- 3、用泳池设施时，成人须照顾儿童。
- 4、生命只有一次，杜绝私自游泳。
- 5、生命只有一次，雨天水急慎勿下水。
- 6、不要与同龄伙伴下水游泳；不要无爸爸妈妈伴随下水游泳。
- 7、让溺水事故离得远远的校园，让平安幸福一生相伴。
- 8、强化安全教育，预防溺水事件发生。
- 9、泳池畅泳乐缤纷，照顾儿童勿分神。

- 10、流水无情人有情，亲水要量力而行。
- 11、进一步苦海无边退一步海阔天空。
- 12、夏日炎炎畅泳爽，此处游泳危险多。
- 13、离得远远的湖水，生活更美好！
- 14、珍惜生命，预防溺水，禁止下河游泳。
- 15、珍惜生命，坚决不下水游泳。
- 16、大手牵小手，安全去游泳。
- 17、为了离得远远的 danger，请勿到地势复杂的海边、河流、池塘、水库、沙坑、不稳定边坡等危险地区游玩、嬉水。
- 18、泳池作乐畅泳时，成人紧记陪儿童。
- 19、不要与同龄伙伴下水游泳。
- 20、此处发生溺水500起，到今天未看溺水者上岸。
- 21、全社会齐抓共管，预防青少年儿童溺水。
- 22、家长是小孩健康成长的监护人。
- 23、用泳池要高兴，时刻照顾小朋友。
- 24、若果你嫌命长，请在此处下水。
- 25、敬畏自然，珍惜生命。
- 26、未成年人擅自下河玩水、游泳，危险。

- 27、切实增强安全意识，预防溺水事故发生。
- 28、江河水下藏杀机，玩水游泳需小心。
- 29、为了你的生命安全，请勿在没家长陪同的状况下私自下水游泳。
- 30、提醒各位家长朋友，勿让小孩擅自玩水游泳。
- 31、生活美好，步步小心。
- 32、严禁私自下河塘游泳、洗澡。
- 33、孩童泳池乐游游，成人伴实免哀愁。
- 34、塑造平安和谐校园，提高安全管理水平。
- 35、泳池设施齐玩乐，成人不在危险来。
- 36、假如你不珍惜生命，生命也不会珍惜你。
- 37、切记：不要去非正轨游泳场合游泳！
- 38、水中有危险，下水请三思。
- 39、游泳有危险，家长要监管。
- 40、江河无情，生命无价！

防学生溺水的简短说说

- 1、游泳有乐趣，生命最可贵。
- 2、请不要让江河成为你最后的家！

- 3、珍爱生命，预防溺水！
- 4、敬畏自然，珍爱生命。
- 5、生命至高无上，学生安全第一！
- 6、泳者水中游，安全心中留。
- 7、泳池安全要注意，照顾儿童勿大意。
- 8、爱惜生命，请勿戏水。
- 9、泳池设施齐玩乐，成人不在危险来。
- 10、戏水虽好，生命更重要。
- 11、珍惜宝贵生命，请勿下河游泳。
- 12、游泳有乐趣，生命最可贵，谨慎！
- 13、河水湍急，小心溺水。
- 14、儿童戏水泳池乐，成人照顾伴在旁。
- 15、教育与监管孩子不去河边玩耍。
- 16、泳池畅泳乐缤纷，照顾儿童要留心。
- 17、家长是孩子健康成长的监护人。
- 18、远离湖水，生活更美好！
- 19、加强孩子监护，杜绝溺水发生。
- 20、湖边之行，慎于足下。

描写预防学生溺水安全标语

- 1、游泳有乐趣，生命最可贵。
- 2、请不要让江河成为你最后的家！
- 3、珍爱生命，预防溺水！
- 4、敬畏自然，珍爱生命。
- 5、生命至高无上，学生安全第一！
- 6、泳者水中游，安全心中留。
- 7、泳池安全要注意，照顾儿童勿大意。
- 8、爱惜生命，请勿戏水。
- 9、泳池设施齐玩乐，成人不在危险来。
- 10、戏水虽好，生命更重要。
- 11、珍惜宝贵生命，请勿下河游泳。
- 12、游泳有乐趣，生命最可贵，谨慎！
- 13、河水湍急，小心溺水。
- 14、儿童戏水泳池乐，成人照顾伴在旁。
- 15、教育与监管孩子不去河边玩耍。
- 16、泳池畅泳乐缤纷，照顾儿童要留心。
- 17、家长是孩子健康成长的监护人。

18、远离湖水，生活更美好！

19、加强孩子监护，杜绝溺水发生。

20、湖边之行，慎于足下。

暑假防溺水安全教育通讯稿篇十二

暑假防溺水安全教育内容怎么写（大中小学）

暑假防溺水安全教育内容要好好准备！大中小学暑假防溺水安全教育内容怎么写？下面是小编为大家整理的暑假防溺水安全教育内容怎么写，如果喜欢请收藏分享！

幼儿园

暑假安全温馨提示

加强疫情防控，少带孩子去人流密集处，按要求做好防护，家长尽量做到“无必须不社交”。

引导孩子讲卫生，勤洗手、勤洗澡、勤换衣，不共用毛巾、杯子等卫生洁具，不随意用手揉眼睛。

保持室内清洁、干燥，定期通风换气，不随意把室外不清洁、未消毒的物品带入室内，垃圾分类投放。

不让孩子食用不符合卫生要求的饮食，少吃冰冻饮食，不暴饮暴食，少吃高盐、高糖、油炸、熏制食品。

引导孩子适当锻炼身体，增强体质，保持良好的精神状态。

孩子应时刻在家长的视线与监管范围内，不把孩子单独留在室里、车内，不让孩子在无成年人陪同情况下外出活动。

不让孩子独自或结伴到马路边、水边、建筑工地等危险区域玩耍，防止交通、溺水等事故。

做好家庭阳台、平台等区域的安全防护。教育孩子不向楼下抛东西，不攀爬阳台、门窗或其他高处，谨防摔伤、坠落。

及时排查家中电线、燃气管道、电器、刀具及其他器械安全，防止触电、烫伤、煤气中毒、器械伤害等事故。

将易燃、易爆、易碎、有毒、锋利或其他对孩子身心有不良影响的玩具、物品保管好，不让孩子接触。教育孩子不随意把东西放进嘴、耳、鼻、眼中，不随意把东西套在头上和脖子上。

家中药品妥善放置，不让孩子随意触碰。不让孩子沉迷手机等电子产品。

教育孩子与小朋友友好相处，不抓、咬、打同伴。外出时，和孩子一起遵守交通规则、乘车规则，注意交通安全。教育孩子不逗打猫、狗等动物。

教育孩子不让其他人看、触摸、拍摄自己的隐私部位。

教育孩子不接受陌生人的食物、礼物，不把家庭信息告诉陌生人，被陌生人强迫带走时大声呼救并跑向人群密集处，与家人走散时应留在原地不动或向警察求助。

教育孩子熟知自己的姓名、园名、家庭住址及家长的姓名、电话、单位，遇到意外会求助，会表达清楚。

中小学

暑假安全温馨提示

一、防疫卫生安全

关注疫情防控和疾病预防知识，自觉遵守属地疫情防控要求，预防传染病及暑期中暑、中毒，做好个人防护，维护公共卫生安全。

讲究个人清洁，勤洗手、勤洗澡、勤剪指甲、勤换衣，不共用毛巾、杯子等卫生洁具，不随意用手揉眼睛。

保持室内清洁、干燥，定期通风换气，不随意把室外不清洁、未消毒的物品带入室内，垃圾分类投放。

不吃“三无”食品，不吃未清洗干净的食物，不喝生水；少吃高盐、高糖、油炸、熏制食品。

坚持适当的体育锻炼，增强体质，保持良好的、充沛的精力。

二、防溺水安全

不在河边、亲水平台、工地水坑等区域玩耍。

不捡拾掉入河道等水域的物品，不在河道边洗东西、抓水草、鱼虾、青蛙等。

不私自下水游泳，不擅自与他人结伴游泳，不在无家长或教师带领的情况下游泳。

不到无安全设施、无救援人员的水域游泳，不到不熟悉的水域游泳。

发现同伴溺水，立即寻求成人帮助，不手拉手盲目施救，要智慧救援。

三、心理健康安全

正直开朗、积极乐观，多与老师、父母、同学及亲朋好友沟通交流。

积极参加健康、活泼的集体活动。不盲目参与社会辅导，不参与无资质社会培训机构培训。

遇到问题尽力自己解决，同时学会请他人帮助解决，遇到挫折不气馁，树立信心。

不欺凌他人，不打架斗殴，不沾烟酒，不打牌、吸毒。

不轻信网络信息，不传谣言，不参与迷信、邪教、传销等非法活动。

四、交通安全

过马路走斑马线、天桥或地下通道，不闯红灯，不翻越隔离栏。注意要走人行道，靠右行。

未满12周岁不骑自行车，未满16周岁不骑电动自行车。

不在马路上、停放车辆周围玩耍，行走或骑车时不看手机、不听音乐，不在机动车道骑车。

不坐无客运资质的车辆(如农用车、三轮车等)，不坐超速、超载、酒驾、毒驾、疲劳驾的车辆，发现立即报警。

不在暴雨、雷电等天气环境和易发泥石流、滑坡、塌方等地质灾害环境逗留、玩耍。

五、外出活动安全

不在飘窗、阳台上嬉闹，不到无护栏的平台玩耍，不拥挤、攀爬护栏设施。

在大众场所出口、楼道要慢行、不拥挤，讲究通行秩序，远离拥挤场所，避免拥挤踩踏。

不在设有危险标志处停留，不在工地、轨道、高压线等危险区域玩耍。

不玩色情、暴力等不健康游戏，不沉迷网络和电子游戏，慎交网友，不与陌生网友见面。

防范电信、网络诈骗，不去网吧、酒吧以及歌舞娱乐场所。

六、家校协作

学生未按时到校要请假，提前离校要报批，家校及时沟通配合。

学校经常性向家长告知相关安全知识和防范要求，提供指导和提醒。

家长主动学习安全防范知识，掌握安全要求，认真开展家庭安全教育，履行监护责任。

孩子假期外出活动，家长要知去向、知内容、知归时、知同伴，提前做好安全教育防范。

学校和家长要积极支持学生参与政府组织的安全教育宣传活动，增强安全工作合力。

高等学校

暑假安全温馨提示

增强个人防护意识，积极参加体育锻炼，自觉落实学校的假期要求。遵守居住地防疫规定，在公共场所保持安全社交距离。回家及返校途中注意个人卫生，做好旅途防护。

注意人身安全，不到无安全设施、无救援人员的水域游泳，不会水性的同学不要擅自下水施救；自觉遵守交通法规，乘坐

机动车系安全带，不无证驾驶机动车。

不沉迷网络和电子游戏，对不熟悉的网络游戏、直播□qq群、群、贴吧不接触不参与；理性表达观点，不造谣不信谣不传谣；增强金融风险防范意识，不参与网络不良借贷。警惕各类电信网络诈骗，不未知链接，不轻信陌生来电，不透漏个人信息，遇到转账汇款要多核实，发现问题及时报警。

暑期离校外出要把个人去向及联系方式告知辅导员、同学、家长，并保持通讯工具畅通；参加勤工助学、社会实践、求职择业等活动须获得学校和家长同意，谨防传销、邪教等非法组织诱骗。

暑期留校的学生，外出锁好宿舍门窗，保管好随身贵重物品；注意用电安全，离开宿舍及时断电，不在宿舍乱拉乱接电线，不使用大功率电器、劣质插座和劣质充电器，严防火灾事故。

一、学会预防

1. 不单独到池塘里游泳或游玩，不到不知水深浅的区域。
2. 在水性好的人带领下，有组织的学习、练习游泳。
3. 下水前先做肌肉运动，预防游泳时突然肌肉痉挛而失去行动能力。
4. 加强对溺水方面的知识培训，比如如果不会水或者水性不好，尽量不要靠近水源，也不要游泳。

二、学会自救

1. 正确的自救方法是采取仰面位，头顶向后，口向上方，尽量使口鼻露出水面，以便能够进行呼吸。

2. 保持镇静，向岸上的人求救。等待救援过程中，进行自我调整——将身体抱成一团，采取仰面位，双脚蹬水保持漂浮。
3. 前方漩涡不能及时躲避时，将身体伸展到最大，增加在水中的漂浮面积，经过漩涡边缘时，爬泳快速游离漩涡。
4. 对于手脚抽筋者，若是手指抽筋，则可将手握拳，然后用力张开，迅速反复多做几次，直到抽筋消除为止。
5. 若是小腿或脚趾抽筋，先吸一口气仰浮水上，用抽筋肢体对侧的手握住抽筋肢体的脚趾，并用力向身体方向拉，同时用同侧的手掌压在抽筋肢体的膝盖上，帮助抽筋腿伸直。
6. 当将溺水者救上岸后，应立即清除其口鼻内淤泥、杂草，摘下假牙，松解衣领。仰头抬颌解除舌后坠，以保持呼吸通畅。

三、避免误区

误区一：使用游泳圈能避免溺水？

对于不会游泳的人来说，游泳圈就像救命稻草，安全可靠。但游泳圈真的安全吗？答案是，不！因为游泳圈不是救生圈。游泳圈重量轻、易破损、易漏气、抗压能力差、易爆裂。相比游泳圈，救生圈在重量、材料、性能上有更加严格的质量标准，因此使用游泳圈也会出现溺水。

误区二：“倒挂控水法”靠谱吗？

在电视上看到各种各样的“倒挂控水”，方法是把溺水者倒挂背着跑控水，有人把溺水者放到水牛背上控水。这样做对吗？“倒挂控水法”不仅会耽误黄金抢救时间，更会导致胃内容物排出，反而增加了误吸风险，有害无益。

误区三：游泳的人就不会发生溺水？

切勿以为会游泳，在水中就会很安全。据了解在溺水者当中，有不会游泳的人，也有一些会游泳、水性好的人。会游泳的人，不管大人还是孩子，游泳前应做全身运动，充分活动关节，放松肌肉，还应用少量冷水冲洗一下躯干和四肢，这样可以使身体尽快适应水温，避免出现头晕、心慌、抽筋等现象。

误区四：溺水只会发生在野外？

只要有水的地方，就有可能发生溺水。溺水除了会发生在河边、池塘、湖、水库等户外，游泳池等地方发生溺水的案例也特别多，且有增多的趋势。所以即使在正规游泳池，也要有所警惕，做好安全措施，牢记游泳安全做法。

- 1、珍爱生命，远离危险水域。
- 2、生命只有一次，雨天水急慎勿下水。
- 3、安全第一，珍爱生命，预防溺水，从我做起。
- 4、严密防范，坚决遏制学生溺水事故发生。
- 5、增强防溺水意识，绽放生命光芒！
- 6、生命只有一次，请珍爱生命；
- 7、珍爱生命，关爱为先，切实做好防溺水工作。
- 8、珍爱生命、谨防溺水，远离危险、平安成长；
- 9、为了你的生命安全，请不要擅自与同学结伴游泳；
- 10、切实增强安全意识，预防溺水事故发生；

- 11、安全健康游泳，畅享戏水快乐。
- 12、此处发生溺水500起，至今未看溺水者上岸。
- 13、安全使用游泳池，照顾儿童勿忽视。
- 14、游泳有乐趣，生命最可贵。
- 15、请不要让江河成为你最后的家！
- 16、珍爱生命，预防溺水！
- 17、切记：不要去非正规游泳场所游泳！
- 18、敬畏自然，珍爱生命。
- 19、生命至高无上，学生安全第一！
- 20、孩子的贪玩，父母的伤痛。
- 21、泳者水中游，安全心中留。
- 22、泳池安全要注意，照顾儿童勿大意。
- 23、人生美好，步步小心。
- 24、爱惜生命，请勿戏水。
- 25、泳池设施齐玩乐，成人不在危险来。
- 26、池水无情人有行，请三思而后行。
- 27、儿童使用游泳池，成人时刻要注意。
- 28、戏水虽好，生命更重要。

- 29、齐抓共管，联防联控，严防溺水事故。
- 30、珍惜宝贵生命，请勿下河游泳。
- 31、游泳有乐趣，生命最可贵，谨慎！
- 32、河水湍急，小心溺水。
- 33、儿童戏水泳池乐，成人照顾伴在旁。
- 34、教育与监管孩子不去河边玩耍。
- 35、强化教育，增强青少年儿童的安全意识。