

最新安全预防溺水教案 大班预防溺水安全教案(模板8篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？以下是小编为大家收集的教案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

安全预防溺水教案篇一

为加强我园安全教育工作，增强幼儿的安全意识，预防和杜绝溺水事故的发生，根据教育局及乡政府文件精神，结合我园实际，经园务会研究决定，特制定本实施方案。

一、总体要求

坚持以人为本、安全第一和稳定压倒一切的理念，把维护幼儿园安全稳定摆在更加突出的重要位置，以更强烈的责任心、更务实的作风、更有效的举措、切实抓好防溺水工作，做到思想认识到位，工作落实到位，问题解决到位，坚决遏制幼儿溺水事故。

二、提高认识，加强领导

学校要始终把安全工作放在头等重要的位置

三、组织领导

幼儿园成立安全教育预防发生溺水事故工作小组，负责幼儿园安全教育、防溺水事故活动的组织。

领导小组名单：

组长：薛江红

副组长：孙建新

成员：耿金平、耿雪娜、李金花

四、预防的重点

1、利用教学活动对幼儿和家长进行预防溺水安全教育。要求家长与学校密切配合，加强幼儿放学后、双休日、节假日的安全管理。如去有水的地方玩耍，必须要有家长的陪同，确保孩子的人身安全。

2、利用校园宣传栏、班会、等形式广泛宣传溺水的自我保护意识和自护自救能力。，实行严格的责任追究制度。

3、教育幼儿不要在放学、上学时段私自结伴，在没有任何保护措施的情况下去游泳。讲清危害和周围幼儿园学生和幼儿园幼儿私自外出游泳发生溺水事故的教训，防患于未然。

4、各班教师上课前要清点幼儿人数，对未到园的幼儿要查明原因，及时与家长取得联系。学校实行严格的门卫制度，幼儿在校期间决不允许随便出入校园。确保幼儿在校园期间的安全。

五、溺水事故发生时的应急措施

1、如果幼儿因游泳而发生溺水事故，第一个发现者应立即呼救并设法营救，但应当注意保护自己，同时要报告幼儿园。

2、幼儿园接到幼儿溺水的报告后，应立即赶往事故现场，组织救援，并立即向镇中心校报告，必要时拨打110、120求救。

3、动用一切器材对溺水者进行营救，给溺水者做人工呼吸，尽快救醒溺水者，减少伤亡程度。

- 4、第一时间通知溺水者家长。
- 5、尽快将溺水者转移到附近的医院去治疗。
- 6、如果发现溺水者死亡，必须马上如实地向上级主管部门报告死亡情况，并协助有关部门做好事故后的. 处理工作。

安全预防溺水教案篇二

- 1、学生应在成人带领下游泳，学会游泳；
 - 2、不要独自在河边、山塘边玩耍；
 - 3、不去非游泳区游泳；
 - 4、不会游泳者，不要游到深水区，即使带着救生圈也不平安；
 - 5、游泳前要做适当的准备活动，以防抽筋。
- 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；
 - 4、如果在水中突然抽筋，又无法靠岸时，立即求救。如周围无人，可深吸一口气潜入水中，伸直抽筋的那条腿，用手将脚趾向上扳，以解除抽筋。

方法一：可将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者，再将其拖至岸边；

方法二：若没有救护器材，可入水直接救护。接近溺水者时要转动他的髋部，使其背向本身然后拖运。拖运时通常采用侧泳或仰泳拖运法。

特别强调：未成年人发现有人溺水，不能冒然下水营救，应

立即大声呼救，或利用救生器材呼救。

3、进行口对口人工呼吸及心脏推拿；

4、尽快联系急救中心或送溺水儿童去医院。

今天的夏季防溺水安全知识先学习到这，下次我们将会讲解几个案例。

最后再特别强调：

1、学校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；

2、未成年人发现有人溺水，不能冒然下水营救，应立即大声呼救，或利用救生器材呼救。

安全预防溺水教案篇三

此刻是夏季，天气多变，雨水多，河里、小溪里经常会涨水，很多同学们喜欢去河边、溪边玩水，很容易出现安全事故。而且，夏天天气很热，有的同学就悄悄地去河里、池塘里洗澡，而发生溺水身亡的事件，失去了生命，爸爸妈妈很悲哀、老师也很悲哀。

1、为全面推动我校安全教育工作，杜绝学生溺水伤亡事故的发生。

2、提高学生的安全意识，学习防汛、防溺水的有关知识，在学习中提高自救自护的潜力。

3、初步了解防汛、防溺水安全的有关资料，要求每一个学生提高安全意识。

4、学习后，能改变自己在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潜力。

学习了解防汛、防溺水方面的基本知识，培养防范潜力。

1、不到河里、沟边去玩耍，下雨天，不去河边、沟边洗手洗脚，以免滑落水中。

2、发洪水时应注意往高处逃；

3、尽力躲避大浪；

4、尽量抓住浮托物；

5、挥动鲜艳衣物呼救；

6、洪水来时，如正在教室上课，要听从老师的指挥，有秩序地转移，紧急时要抓牢课桌、椅子等漂浮物，尽可能与老师、同学在一起，等待营救，千万不要独自游泳回家。

7、山区山洪暴发，山沟、河滩中水深齐膝，水流又急时，学生不能单身过河。放学路上遇桥梁、道路坍塌，不能冒险通过，可回到学校留宿或请老师想别的方法。

（一）、游泳小常识：（五点）

1、务必在家长（监护人）的带领下游泳。单身一人去游泳最容易出问题，如果你的同伴不是家长（成年人），在出现险情时，很难保证能够得到妥善的救助。

2、身体患病者不要去游泳。中耳炎、心脏病、皮肤病、肝、肾疾病、高血压、癫痫、红眼病等慢性病患者，及感冒、发热、精神疲倦，身体无力都不要去游泳，因为上述病人参加游泳运动，不但容易加重病情，而且还容易发生抽筋、意外昏迷，危及生命。传染病患者易把病传染给别人。

3、参加强体力劳动或剧烈运动后，不能立即跳进水中游泳，尤其是在满身大汗，浑身发热的状况下，不能够立即下水，否则易引起抽筋、感冒等。

4、被污染的（水质不好）河流、水库、有急流处、两条河流的交汇处以及落差的河流湖泊，均不宜游泳。一般来说，凡是水况不明的江河湖泊都不宜游泳。

5、恶劣天气如雷雨、刮风、天气突变等状况下，也不宜游泳。

（二）、游泳前要做好准备活动。

1、在游泳之前必须要做充足的准备活动。夏季天气炎热，不做准备活动立刻入水，水温、体温、气温相差很大，聚然入水，毛孔迅速收缩，刺激感觉神经，轻则引起肢体抽筋，重则引起反射性心脏停跳休克，很容易造成溺水死亡。

2、如何准备：通过跳跃、慢跑使身体发热但不出汗至2—4分钟。其目的是使身体内各个器官进入到活动状态。

3、做徒手操：使身体各关节、韧带及身体肌肉做好充分活动准备，以防受伤。

4、入水前用冷水淋浴一下，以适应水温，然后下水。

5、水上准备工作。入水后不宜立刻快速游泳，更不宜立刻流入深水区。应在浅水区适应一段时间后，再逐渐加速。

（三）、游泳过程中应注意的问题：（四点）

1、就应相互关照、相互关心，而不就应相互嬉水，或捉弄对方。一起去游泳，如果有人提前上岸，要告诉同伴，一起去游泳就应一起回家。

2、到天然游泳场所（如江河、水塘、水库）游泳，就应有家

长、亲人或老师的带领。个性强调初学者不要到野外去游泳。

3、要注意休息，不要长距离游泳，不要远离伙伴。如果感到身体不适，要告诉同伴并上岸休息，在岸上观看同伴游泳，留心他们的安全。

4、中学生不游潜泳，更不能相互攀比潜水的时间谁更长，潜水的距离谁更远。这样做很容易发生危险。

（四）、游泳中的紧急状况及自救。

1、抽筋：是肌肉不自主的'强直性收缩，水温过低或游泳时间过长，都可能引起抽筋，发生抽筋时最重要的是持续镇静，不惊慌。

2、一般处理办法。

（1）如果发现有抽筋现象，应立刻停止游泳，立即上岸休息，并对抽筋部位进行按摩。

（2）如果在深水中发生抽筋，且自己无力处理，而周围又无同伴时，应向岸边呼救，千万不要慌张。

再次强调：不管发生什么样的抽筋，都先向同伴或其他游泳者呼叫：“我抽筋了，快来人呀！”

（五）、溺水的急救

1、发现溺水者如何将其救上岸。

可将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者，再将其拖至岸边；强调：发现有人溺水，我们不能冒然下水营救，应立即大声呼救，或利用救生器材呼救，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。”这也是我们学校为什么要强调学生去游泳要由家长带领。

2、如何开展岸上急救（四步）

（1）当溺水者被救上岸后，应立即将其口腔打开，清除口腔中的分泌物及其他异物。如果溺水者牙关紧闭，要从其后面用两手的拇指由后向前顶住他的下颌关节，并用力向前推进。同时，两手的食指与中指向下扳颌骨，即可搬开他的牙关。

（2）控水。救护者一腿跪地，另一腿屈膝，将溺水者的腹部放到屈膝的大腿上，一手扶住他的头部，使他的嘴向下，另一手压他的背部，这样即可将其腹内水排出。

（3）如果溺水者昏迷，呼吸微弱或停止，要立即进行人工呼吸，通常采用口对口吹气的方法效果较好。若心跳停止还应立即配合胸部按压，进行心脏复苏。

（4）注意，在急救的同时，其他要迅速打急救电话。或拦车送医院。

人的生命只有一次，幸福快乐掌握在你手里，期望通过这次的学习，学会珍惜生命，养成自觉遵守安全原则的好习惯。

安全预防溺水教案篇四

1. 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。
2. 引导幼儿了解如何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。
3. 培养幼儿用已有的生活经验解决问题的能力。
4. 考验小朋友们的反应能力，锻炼他们的个人能力。
5. 培养幼儿反应的敏捷性和对动作的控制能力。

1. 照相机拍摄的一些幼儿溺水的图片或视频。

2. 周围环境中一些不安全的场所图片。

1. 谈话引入小朋友，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。

2. 防溺水教育小朋友们，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：

（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”。

（5）说一说说说日常生活中应该怎么防范溺水事故的发生。

3. 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！

安全预防溺水教案篇五

活动目标：

- 1、提高安全意识，学习溺水安全的有关知识。
- 2、了解溺水安全的有关内容，要求小朋友都要提高安全意识。
- 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。
- 4、与同伴分享自己的心得。
- 5、考验小朋友们的反应能力，锻炼他们的个人能力。

活动准备：

各种溺水事故图片等。

活动过程

一、假期安排。

- 2、幼儿互相说出自己想做的或是喜欢做的事情。鼓励幼儿大胆表述。
- 3、老师小结：刚才小朋友说到了很多暑假的打算。但一定要记住无论做什么事情，小朋友都不要离开自己大人，时时刻刻都应注意安全。

二、防溺水教育。

- 1、现在天气火热，很多人都喜欢去游泳，可是游泳存在很多安全隐患，前段时间，我们瑞金的一个乡镇小学的学生，结伴到河里去玩水，有几名学生不慎掉进河里溺水死亡，这个

悲惨的事实让很多人都很伤心难过，特别是辛勤养育他们的爸爸妈妈。

2、小朋友们，我们怎样才不会发生溺水事故呢？

3、教育幼儿暑假严禁到池塘、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。如果想去玩水一定要和大人一起到儿童游泳池去玩。

4、我们还小，很多小朋友都不会游泳，如果发现有人不慎掉进河里、池塘、水井里等，不能冒然下水营救，应大声呼唤成年人前来相助或拨打110。

三、防汛防暑安全

(1)、夏季多雨，不能在大树及高大建筑物下避雨。

(2)、大雨天气，不能外出，如遇洪峰要顺楼梯到高楼层或地势较高的地方防汛。

(3)、高温天气，要采取降温措施，防止中暑。

安全预防溺水教案篇六

活动目标：

1、提高安全意识，学习溺水安全的有关知识。

2、了解溺水安全的有关内容，要求小朋友都要提高安全意识。

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。

活动准备：

ppt:各种溺水事故图片、视频等。

活动过程

一、谈话引入。

2、去年有好几个小朋友因为天气热就去河里、池塘里洗澡，你们想知道他们去洗澡发生了什么事吗？(有好几个小朋友下河洗澡被淹死了，他们再也见不到自己的爸爸妈妈了。)

二、防溺水教育。

1、小朋友们，我们怎样才不会发生溺水事故呢？

2、教育幼儿周末、节假日、寒暑假严禁到池塘、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。

3、教育幼儿在来园、离园的途中千万勿去玩水，下河游泳。

4□

我们还小，很多小朋友都不会游泳，如果发现有人不慎掉进河里、池塘、水井里等，不能冒然下水营救，应大声呼唤成年人前来相助或拨打“110”。

三、结束活动。

1、通过本次活动，你懂得了什么？

2、教师小结：人的生命只有一次，幸福快乐掌握在你的手里，希望小朋友通过这节课的学习，学会珍惜生命，养成自觉遵守溺水安全原则的好习惯。

安全预防溺水教案篇七

活动目的：

- 1、提高安全意识，学习溺水安全有关知识。
- 2、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。
- 3、自防自救的知识，深化防溺水安全教育，使孩子了解自防自救知识，提高自防自救能力。
- 4、培养幼儿对事物的判断能力。
- 5、培养幼儿自我保护能力。

活动准备：

事先准备事例，寻找一些图片资料

一、活动导入

- 1、教师：“小朋友们暑假快来了，那么你觉得什么运动适合炎热的夏天呢？”
- 2、教师：“你们喜欢游泳吗？会游吗？”

二、活动过程

- 1、教师出示收集来的图片资料请幼儿观察讨论。
- 2、讲述案例《水库摸鱼，深水桑命》请幼儿说说从中知道些什么？
- 3、引导幼儿了解水库的危险性，自己游泳技术不佳时千万不

可逞强下水。

4、教师谈谈事例《深水玩耍，水草缠身而亡》这个悲剧的事实告诉我们了什么？

(1)、这几个小朋友违反了哪些安全规则？

(2)、我们应如何遵守安全规则？

(3)、教育幼儿知道深水中经常有高大水草或大石块，若有水草缠身或被大石块夹住脚就会有生命危险。

5、教师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)、我们还小，很多小朋友都不会游泳，如果发现有朋友不慎掉进河里、池塘、水井等，不能冒然下水营救，应大声呼唤成年人前来相助或拨打“110”。

三、活动结束

1教师：“听了那么多，你懂得了什么？”

2小结：人的生命只有一次，幸福快乐掌握在你的手里，希望小朋友通过这节课的学习，学会珍惜生命，养成自觉遵守溺水安全原则的好习惯。

四、延伸

1、教师：“要是碰到有人溺水被抬上来，这时候120没赶来，你该怎么救人？”

- 2、幼儿自由发表意见
- 3、教师出示图示请幼儿观察讨论
- 4、教师讲解救人步骤
- 5、教师示范救人步骤，幼儿观察。
- 6、请个别幼儿尝试

课前准备：

- 1、搜集以往在春节和寒假期间发生的不安全事例。
- 2、拟定假期安全注意要点。

课 时：1课时。

教育过程：

一、讲明安全守法的重要性，使学生牢固树立“安全第一”的思想。

1、谈话引入：紧张而又忙碌的一学期快要结束了，同学们盼望的寒假即将到来，在假期中你们不仅有了更多自己的空间和时间来放松一下，而且还要过欢乐喜庆的春节，你们可以走亲访友，可以穿新衣、放鞭炮……总之，这一段时间时你们一年中最轻松、最愉快的日子。但是这期间最容易发生一些不安全事故。现在就请几位同学介绍一下你们搜集到的在这一期间曾发生的不安全事例。

2、出示在以往寒假和春节期间发生过的不安全事例，并由画图学生介绍事例。

图一：几名少年在游戏厅玩时，因游戏厅失火无路可逃而丧

生。

图二：几名少年在燃放鞭炮时，一男孩被炸伤眼睛。

图三：几名少年在河上滑冰，一个小孩不幸溺水。

图四：一个小孩横穿马路，被车撞伤。

图五：一个小朋友在家中看电视，自己插电源不幸触电。

3、小结：从以上几件事例中，我们应深刻认识到，在寒假和春节期间如果放松警惕，如果不懂得自我保护，就会酿成大祸，令自己和家长悔恨终生。因此，同学们无论是在家中还是外出，都要做到不安全的事不做，不安全的地方不去。

二、师生讨论：结合课前学生自拟的注意要点，共同制定具体的安全措施。

(一) 在家中

- 1、不要接近和随便触摸带电物件，以防触电。
- 2、不要自己动燃气灶、热水器等，以防烫伤或煤气中毒。
- 3、不能沉迷上网和玩游戏。
- 4、不许参与迷信赌博及不利身心健康的活动。
- 5、不看黄色书刊、影视片和不健康网页。
- 6、注意饮食卫生，不暴饮暴食，防止食物中毒。
- 7、科学，合理的安排作息时间。

(二) 户外游戏

- 1、不到坑河滑冰。
- 2、不到偏僻、危险处玩耍。
- 3、不攀登电线杆、树木或高墙等。
- 4、外出乘车或过马路，最好由家长陪同，遵守交通规则。
- 5、到公共场所要遵守公共秩序，爱护公共设施，保护环境卫生。
- 6、不进网吧和游戏厅、歌舞厅。
- 7、放假期间一律不许到校活动。

(三)介绍有关安全的知识。

- 1、认识防火、防电、交通标志。
- 2、记住119、110、120等特殊电话号码。
- 3、记住家中、父母、老师的电话号码，如遇危险情况尽快联系。

教学反思：

随着暑假的临近，暑期安全教育势在必行，我们小班的幼儿都很喜欢水，但对危险却没什么概念，所以我设计了本次教学活动。本次教学活动主要是通过教师课件演示、幼儿讨论、故事欣赏等来完成教学目的，使幼儿认识到了在河道、水渠、池塘、水井、水池、水库中嬉水落水的危险；知道了在路上的井盖以及开放性水域无明显警告标志和隔离栏的地方危险性大；不会游泳，游泳时间过长，疲劳过度，在水中突发病尤其是心脏病，盲目游入深水漩涡很容易造成溺水事故。让小班的幼儿在情景化的图片及故事中有个初步的感性认识，同时，

让幼儿掌握了一定的溺水自救与预防知识，达到了教育的目的。但是，安全教育不是几次教学活动就能达到预期的效果的，在教育教学中，我们要将安全工作细致化、常态化。

安全预防溺水教案篇八

教学目标：

1. 提高安全意识，学习溺水安全的有关知识，在学习中增强与同学的`合作交流意识。
2. 初步了解溺水安全的有关内容，要求每一个学生都要提高安全意识。
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。

教学方法：

教师讲授和学生讨论相结合

教学过程：

一、谈话引入

同学们，你们好！今天我们学习溺水安全知识。如今的社会里，车祸、中毒、溺水.....剥夺了许多宝贵的生命，尤其是溺水最为严重了。我们经常听到一些溺水事故的发生，看到一些触目惊心、惨不忍睹的灾难在我们身边发生。那我们该怎么预防呢？了解溺水和如何防止溺水显得非常重要。

二、活动设计

(一) 老师出示今年溺死事故实例：

实例：

- 1、5月21日，九江星子6岁女孩池塘溺亡；
- 2、5月22日，吉安青原区9岁男孩河边放牛溺亡；
- 3、5月30日，上饶万年2个学生溺亡；
- 4、6月9日，上饶2名青少年溺水身亡；
- 5、6月10日，九江都昌女孩落水，姐姐、奶奶去救，3人溺亡；
- 6、6月11日吉安县5个中学生河边游玩，3人溺亡；
- 7、6月12日景德镇三个初中生端午节下河游泳溺亡；

(二) 向学生讲几点防溺水的知识要点

1、溺水致死原因

主要是气管内吸入大量分阻碍呼吸，或因喉头强烈痉挛，引起呼吸道关闭、窒息死亡。

2、症状

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

3、自救与救护

当发生溺水时，不熟悉水性时可采取自救法：除呼救外，取仰卧位，头部向后，使鼻部可露出水面呼吸。呼气要浅，吸气要深。因为深吸气时，人体比重降到0.967，比水略轻，可浮出水面(呼气时人体比重为1.057，比水略重)，此时千万不要慌张，不要将手臂上举乱扑动，而使身体下沉更快。

会游泳者：如果发生小腿抽筋，要保持镇静，采取仰泳位，用手将抽筋的腿的脚趾向背侧弯曲，可使痉挛松解，然后慢慢游向岸边。

救护溺水者：应迅速游到溺水者附近，观察清楚位置，从其后方出手救援。或投入木板、救生圈、长杆等，让落水者攀扶上岸。

出水后的救护：

首先清理溺水者口鼻内污泥、痰涕，取下假牙，然后进行控水处理。救护人员单腿屈膝，将溺水者俯卧于救护者的大腿上，借体位使溺水者体内水由气管口腔中排出。有些农村将溺水者俯卧横入在牛背上，头脚下悬，赶牛行走，这样又控水、又起到人工呼吸作用。如果溺水者呼吸心跳已停止，立即进行口对口人工呼吸，同时进行胸外心脏按摩。

4、如何防溺水

游泳，是广大青少年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。

为了确保游泳安全，防止溺水事故的发生，必须做到以下几点：

(1)不要独自一人外出游泳，更不要到不摸底和不知水情或比较危险且宜发生溺水伤亡事故的地方去游泳。选择好的游泳

场所，对场所的环境，如该水库、浴场是否卫生，水下是否平坦，有无暗礁、暗流、杂草，水域的深浅等情况要了解清楚。

(2) 必须要有组织并在老师或熟悉水性的人的带领下游泳。以便互相照顾。如果集体组织外出游泳，下水前后都要清点人数、并指定救生员做安全保护。

(3) 要清楚自己的身体健康状况，平时四肢就容易抽筋者不宜参加游泳或不要到深水区游泳。要做好下水前的准备，先活动活动身体，如水温太低应先在浅水处用水淋洗身体，待适应水温后再下水游泳；镶有假牙的同学，应将假牙取下，以防呛水时假牙落入食管或气管。

(4) 对自己的水性要有自知之明，下水后不能逞能，不要贸然跳水和潜泳，更不能互相打闹，以免喝水和溺水。不要在急流和漩涡处游泳，更不要酒后游泳。

(5) 在游泳中如果突然觉得身体不舒服，如眩晕、恶心、心慌、气短等，要立即上岸休息或呼救。

(6) 在游泳中，若小腿或脚部抽筋，千万不要惊慌，可用力蹬腿或做跳跃动作，或用力按摩、拉扯抽筋部位，同时呼叫同伴救助。

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“倒水”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。

5、遭遇溺水你该如何自救

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通常在：游泳池、水库、水坑、池塘、河流、溪

边、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。

当发现有人落水时，救助者不要贸然去救人，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。如果当时情况十分紧急，而救助者又具备一定的救护技巧，那么救助者在下水前应尽快脱去衣裤和鞋子，在向落水者接近时，要尽量避免被落水者抓住。

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，溺水事件还是可以防止的。

三、同学讨论：

这次班会课学到了什么，并且举例说明以后应该如何做？

四、教师小结：

同学们，今天我们学习了，如何防止溺水。同时我们也学习了一些溺水自救的方法。现在天气也越来越热了，同学们可以在家冲澡，不可私自或结伴去水库、池塘洗澡、游泳、戏水，以免发生意外，如果去游泳池游泳必须由家长陪同。

五、结束语：

同学们，生命的全部意义在于无穷地探索尚未知道的东西，在无穷的探索里，你会看到光辉、灿烂的前景。人的生命只有一次，幸福快乐掌握在你的手里，希望同学们通过这节课的学习，学会珍惜生命，养成自觉遵守溺水安全原则的好习惯。

惯。