

# 防溺水手抄报字体内容三字经 防溺水手抄报内容文字(优秀7篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 防溺水手抄报字体内容三字经篇一

1. 首先应保持镇静，千万不要手脚乱蹬拼命挣扎，可减少水草缠绕，节省体力。只要不胡乱挣扎，不要将手臂上举乱扑动，人体在水中就不会失去平衡，这样身体就不会下沉得很快。
2. 除呼救外，落水后立即屏住呼吸，踢掉双鞋，然后放松肢体，当你感觉开始上浮时，尽可能地保持仰位，使头部后仰，使鼻部可露出水面呼吸，呼吸时尽量用嘴吸气、用鼻呼气，以防呛水。
3. 千万不要试图将整个头部伸出水面，这将是一个致命的错误，因为对于不会游泳的人来说将头伸出水面是不可能的，这种必然失败的作法将使落水者更加紧张和被动，从而使整个自救者功亏一篑。
4. 当救助者出现时，落水者只要理智还存在，绝不可惊惶失措去抓抱救助者的手、腿、腰等部位，一定要听从救助者的指挥，让他带着你游上岸。否则不仅自己不能获救，反而连累救助者的性命。
5. 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。

(3)若是大腿抽筋，可同样采用拉长抽筋肌肉的办法解决。

## 防溺水手抄报字体内容三字经篇二

溺水事故一出现，一条年轻的生命就此消失。听到这样的消息，我们一下子蒙了。我们在惋惜的同时，有没有反思自己的行为呢！

老师向我们讲解的到河里游泳的危险性，我们是否记住了呢！有的同学找种种借口，比如“是其他同学叫我去的，我自己并不想去”。但是，我认为这不是理由，因为一旦发生危险，任何借口也不会拯救你的生命！

我们要用实际行动来保护自己和他人的生命安全，从自身做起。如果其他同学邀请你去河里游泳，应该立即阻止他，如果阻止不成功，可以通知他的家长或者老师。如果遇到他人落到水中，应该立即叫大人帮忙，不要擅自下水救人，以防自己发生危险。冬季河水结冰，但有的冰层较薄，不能擅自上去溜冰，如果喜欢溜冰，可以到溜冰场。

同学们，生命只有一次，让我们珍惜吧！不要擅自去河里游泳，让生命更加精彩！

## 防溺水手抄报字体内容三字经篇三

### 泳池预防溺水

确保带孩子去正规的泳池游泳。

在下水前，确保孩子已经掌握相关安全技能，并确保孩子已做好热身运动。

如与孩子一起在水中游泳，必须让孩子待在大人一臂以内范围；如孩子自己下水游泳，大人需时刻有效看护。

儿童的水上游泳玩具不能替代标准的漂浮装备。

开放水域如何预防溺水？

如带孩子去海滩玩水或游泳，大人要做到时刻看护。

若多人一起到海边游泳，须指派人员轮流看管孩子。

若在海中游泳，一定要让孩子穿上安全、合格且适合孩子体型大小的救生衣，并扣好所有扣带。

如带孩子一起坐船，家长和孩子一定都要穿救生衣，并保证扣好所有扣带。

## 防溺水手抄报字体内容三字经篇四

生命是宝贵的，但它很脆弱，任何一点点伤害都可能让它残缺或终止，就像一丝轻纱。为大家整理了有关防溺水的作文：预防溺水，希望同学们能够注意安全。

星期天，我和另一位要好同学小刚来到河边玩耍。跑着跳着不知不觉中身上就有点热汗了。小刚说：“你帮我去买瓶饮料好吗？说着把钱递到了我的手里”。我只好拔腿就向街上跑去，到了饮料店，气喘嘘嘘的我把钱递给老板买了两瓶可口可乐，抬腿就往回跑。见到小刚，把可乐递给他，他拉开盖子仰起头来就喝了个痛快。

望着江边刚刚做好的码头，我们心血来潮，竟偷偷走了下去。翻开一块块河里的石头，看到有许多小螃蟹在逃。直逗得我们两人心里痒痒的，蹲下身来伸手去捉；不知不觉离岸边越来越远。湍急清冽的河水让我们忘却了这里每年都有淹死人

的记录，学校的规定，父母的叮咛皆抛到九霄云外去了，我们在水里尽兴的嬉戏。

突然，感到裤裆一湿，不好？涨潮了！望着四周突然而来的潮水，吓得我们尿都流了出来，并且大声呼救。时间过去了多久，我无从知道。突然间，我看到岸上远远奔过来一个身影，那匆匆的脚步及不断往耳后掖头发的动作，我判定是妈妈。可能是妈妈见我们到江边玩，许久不回家来，竟寻到江边上来了；看到眼前的一幕，深懂水性的妈妈，转眼间就趟过齐腰深的河水来到我和小刚的身边。说：“孩子别怕！把手伸向我。妈妈的声音轻柔中带着颤抖，”妈妈……“我把妈妈的手握得紧紧的，妈妈看着我，慈爱地微笑着。她用肩膀把我扛回到岸边又去背小刚过来。

生命无价，脆弱短暂。一次车祸，一次溺水，都会使人失去生命，经过这次教训，使我懂得热爱生活，珍惜生命，生命，是无价之宝，安全，我们从小听到大，可又不会有谁真正注意到它呢？现在，回想起那天江边遇险的一幕幕，我有了很深的感触。青少年死于溺水的人也很多，我们不能在没有成人在场的情况下游泳，更不能在江河畔嬉戏打闹。

人生中有许多重复，惟独生命只能经历一次，我们要珍惜这次机会，珍惜生命。我们的生命有许多人关爱着，呵护着，尤其是我们的父母；如果我们的生命结束了，他们会不伤心吗？为了他们，为了我们，大家要注意安全，珍惜生命，关爱明天，让世间的各个角落都充满爱，充满笑声。