

# 2023年预防溺水演讲(实用10篇)

导游词的编写需要全面了解景点的历史、地理、人文特色等方面的知识，将这些信息融入到讲解过程中，使游客对景点有更深入的认识。开场白可以包括一些引人注目的数据、事实或者故事，引发听众的思考。

## 预防溺水演讲篇一

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！

今天我在国旗下讲话的题目是《珍爱生命，预防溺水》。夏天即将来临，天气渐渐转热，又到了我们同学喜欢玩水的季节。然而，不做好准备，缺少安全防范意识，极易发生溺水伤亡事故。据调查，在中国，平均每天有近150名儿童因意外伤害而失去生命。意外溺水是儿童伤害的首要死因。一个孩子紧系一个家庭。20xx年5月20日，在我们美丽的永康江畔，也曾发生过三位分别是9岁、10岁、11岁儿童的溺水事件，与我们相同的年龄，本来尚在学校里享受美好的时光，而由于三个孩子的溺水，一切发生了转变。为了让悲剧不再上演，我们必须做到六不准，一会、四不要，熟记“三字经”。

六不准：

1. 不准私自下水游泳；
2. 不准擅自与他人结伴游泳；
3. 不准在无人带领的情况下游泳；
4. 不准到不熟悉的水域游泳；

5. 不准到无安全设施或无救护人员的水域游泳；

6. 不准不会水性的学生擅自下水施救。

一会：

学会科学有效的自护、自救的方法。

四不要：

1、不要在没有家长陪同下私自下水游泳；

2、不要在没有设置警示标志的水域游泳；

3、不要在没有安全保障的地方和野外的沟、河、渠游泳；

4、不要在上、下学的途中和假期在水源周边戏水。

防溺水三字经：

防溺水，六不准。

牢遵守，定安稳。

会游泳，莫逞能。

同学邀，立拒绝。

无长辈，自不能。

陌生处，敬而远。

下水前，想亲人。

水域美，危险深。

学救助，提技能。

遵规章，享太平。

生命是宝贵的，每个人都只有一次，我们是祖国未来的花朵，更是千千万万户家庭不可或缺的一分子，我们不仅要对自己负责，更要对家庭负责，对社会负责。一旦由于我们失去了生命，被拖垮的将是整个家庭。

同学们，在酷热的夏天即将来临之际，让我们时刻敲响预防溺水的警钟，愿我们的生命如同夏花一样绚丽多彩的绽放！让我们行动起来，珍爱生命，预防溺水，杜绝悲剧的发生！最后，让我们共同宣誓，珍爱生命，预防溺水！

珍爱生命，预防溺水演讲稿8

敬爱的老师，各位同学：

大家上午好！我是4年1班的今天我演讲的题目是《珍爱生命、预防溺水》

春天来了，冰雪融化。预防溺水渐成为学校安全教育的热点话题。学为确保全校学生安全，严防因溺水带来安全事故的发生，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；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。

每年都有溺水身亡事故发生。现在天气逐渐转暖，中小學生溺水伤亡的事故也明显多了起来。据教育部等单位对北京、上海等10个省市的调查显示，目前全国每年有1.6万名中小學生非正常死亡，平均每天约有40多名学生死于溺水、交通或食物中毒等事故，其中溺水和交通仍居意外死亡的前两位。生命对于每个人只有一次，而生命的控制，往往在于我们自

己。

同学们，“生命是宝贵的，给予每个人的机会只有一次，所以我们全体同学都要珍爱生命、预防溺水。”

我的演讲到此结束，谢谢大家！

#### 珍爱生命预防溺水演讲稿4

一潭潭清隽纯厚的死水活泉，经阵阵激扬的东风用双手轻拂，泛起丝丝片的微澜好似一亲琉璃长带被击碎，散落一地。水面上是荡涤的春天的倒影，明清又美丽。死水咧开了嘴儿，正迎接生命的笑意，潭上凄美的桃花洒下落红，坠入潭中，编织一个个敦实的梦呓……然而这些潭水却成了生命的枷锁，禁锢了无数可爱、顽皮、不应该死去的’生灵。

这一切的一切都是顽皮孩子们的好奇心和薄弱的游泳技术和知识酿成的祸胚。今天，我们班开展的班会“珍爱生命，防止溺水”令我感悟深刻。图片中，一位位苍老的家长们各自跪倒在苍白的面无血色的横尸前，一阵伤怀欲绝的痛哭。细细端详，父母们的双鬓昼夜便有了白发！一失足成千古恨，如果这些孩子早就有了安全意识，这些操劳的苦情人便不会悲痛欲绝，人欲断魂了。当我们接受了这糅合着万分哀伤的事实时，我们还要做到以下几点，防止我们成为水塘的下一个泉下鬼！

1、不要独自一个人外出游泳，单身一人去游泳最容易出问题，因为在出现险情时，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，心肺病，肝肾疾病高血压，癫痫等慢性疾病者，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容易加重病情，发生意外。

3、参加剧烈运动或强体力劳动后，不能立即跳进水中游泳，尤其是在满身火汗，浑身发热的情况下不可立即下水，否则易引起抽筋感冒等。

4、饱食或饥饿时不要游泳。

5、要注意休息，不要长距离游泳，不要远离伙伴。若有身体不适，要告诉同伴并上岸休息，在岸上也要时刻留心伙伴的安全。

6、不要相互在水里攀比游泳技术，因为这样做容易发生危险。

7、被污染的河流水库，有急流处，两条河流的交汇处以及落差的河流湖泊（水况不明的）均不宜游泳。

8、恶劣天气如雷雨，刮风，天气突变等情况下也不宜游泳。

请珍惜你的生命，别用烦恼来折磨它，请远离烦恼，生命属于我们只有一次。请你珍爱生命，防止溺水！

## 预防溺水演讲篇二

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

我是xxx[]我要跟大家讲的是预防溺水，现在溺水现象还是很多的，很多都是普通人没有这么一个意识，溺水是我们身边很危险的一件事情，很多的学生在回家的路上喜欢去河边戏水，还有就是酷暑难当下河洗澡的，这些现象频频皆是，我们其实看到这些要引起重视的，我这不仅是在跟我们生活息息相关，还跟我们的生命息息相关，生命是脆弱的，就像溺水这件事情，我们现在作为学生应当做好预防，务必向身边的同学们督促到位，这是我们对别人负责，我们是对自己负责，

这个环境下大家如果相互督促我相信溺水事件就不会发生在我们身边。

我们总是抱着大意的心理想法，我经常回家看到这么一个现象，很多的学生，有中学生，有小学生，特别是中学生总是喜欢下河洗澡，现在的天气确实是很炎热，这么热的天气往往我们容易出现这样的事情，我在附近的河里面总是看到有人下河洗澡，而且总是一个接着一个，就像是会传热一样，大家都在想着去洗澡，很有意思的是，一群人玩的好的经常就是其中一个人下河，然后那一群人都会去，这么一个现象就大大提高了溺水的几率，我们总是在抱着侥幸的心理，认为自己能够驾驭在和河中洗澡，总是觉得很厉害，我有时候回去劝，尽管自己每次的劝说都是没有什么效果，但是还是有那么一部分人会听的，我看到了回去提醒一下，毕竟独自下河洗澡是很危险的，我们学校附近就是有这么一条河，怎么能够不引起重视。

现在的溺水事件大多都发生在这样的人身上，就是觉得自己可以的，在很深的河里面越是兴奋，太多与自信了，在河里面还是不是做一些危险动作，大家注意到了没，就是这样人就是越是容易溺水，我们现在总是在提倡要预防溺水，今天我在这里呼吁大家真的要去重视这件事情了，溺水时刻在我们身边反生，我们千万不要有那种想法，觉得自己很行，自己不会溺水，不要喝这么想，前段时间不就是有一个学生也是这样的吗，就是在放学回家的路上，就是在河里觉得自己很行，然后溺水了，我们的思想应该理性一点，正确的去看待这样的事情，溺水事情很危险，我们引以为戒，在今后学习生活的过程中，我们培养这么一个意识，告诉或者提醒身边的同学朋友，不要做这样的事情，呼吁大家一起珍惜爱生命预防溺水。

### **预防溺水演讲篇三**

天气越来越热，游泳，是大家喜爱的运动项目之一，但往往

存在着危险的因素。据有关部门统计，近年来溺水事故已成为造成17岁以下非正常死亡的首要因素，入夏以来，各地溺水事故又时有发生。特别是进入5月份以来，各地溺水事故发生频繁。有的是结伴游泳溺亡，有的是为救同伴致多人溺亡，多发生在小学生和初中生，且男生居多。

在此，我希望大家注意游泳安全，做到以下几点：

不要独自一人外出游泳，也不要到不知水情或比较危险且易发生溺水伤亡事故的地方去游泳。

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。游泳时切勿太饿，太饱。饭后一小时才能下水，以免抽筋。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。在游泳中如果觉得身体不舒服，如眩晕，恶心，心慌，气短等，要立即上岸休息或呼救。

万一不幸遇上了溺水事件，溺水者切莫慌张，应保持镇静，积极自救。

同学们，我们是国家和民族的希望，关注安全就是关注生命，关注安全就是关注我们自己！让我们学会生存，热爱生命，让我们在灿烂的`阳光下沐浴一方平安，让生命的一泓清泉永流不息。让我们行动起来，珍爱生命，预防溺水，杜绝悲剧的发生！

## 预防溺水演讲篇四

尊敬的老师，亲爱的同学：

大家下午好：

暑假，漫长而又炎热。每次一到暑假，我都会和朋友到少年

宫的游泳馆去游泳。但是这个暑假，我却不能去。因为发生了溺水事件。

那一天，游泳班像往常一样上课。有一个小孩趁教练不注意游到了深水区，等到他感到害怕时为时已晚。他极力挣扎，感到自己的身体慢慢往下沉，想叫教练。但教练已听不见他微弱的求救声，因为他的求救声早已被其他孩子的嬉戏声所覆盖。他沉了下去，只有平静的水面还冒着泡。

等到教练发现他时，把他救了上来，火速送往医院。经诊断，大脑已经死亡，他成了植物人。溺水事件的发生，引起了市领导的高度重视，并要求游泳馆停业整顿，再也不允许去游泳了。

这次事件，不仅给了我们一个警告，也给了游泳馆一个惨痛的教训。在没有出事的前几天，我去游泳馆游泳，游泳池里的水异常得寒冷。游泳馆为了获得暴利，水温很低也不采取加温措施，影响消费者的身体健康，去游泳的人即使进了游泳馆，没游一会儿就走了。但从这些现象中，游泳馆非但不知悔改，反而更加变本加厉。一期游泳班有三十多个学生，却只有一两个教练。正是他们的贪心，才导致了这样的悲剧发生。

站在每个企业的角度来讲，只有企业的产品或服务让消费者满意了，才能赢得信誉，赢得更多的利润。如果只是一昧地获取暴利，就会失去所有的市场，失去消费着的信赖，也就无法在社会上有立足之地。

就是站在我们学生的角度来说，暑假了要时刻注意安全。生命是珍贵的，来之不易；生命也是脆弱的，稍不注意，就会失去。我们还没有经历过太长的人生，我们美好的人生才刚刚开始，别让生命之花还没有开放就凋谢，别让幼苗还没有长大就夭折。



我们出危险，不仅我们自己会难过，家人也会为我们担心。正如《钢铁是怎样炼成的》的作者奥斯特洛夫斯基所说的：“人最宝贵的东西是生命，生命属于我们只有一次。”所以，从现在起，学会保护自己，学会珍惜生命，学会过好生命中的每一刻。

## 预防溺水演讲篇五

“人最重要，最珍贵的就是生命，生命对每个人只有一次，所以，我们要珍惜生命，决不让它白白流失。”这句话提醒了我们要珍惜生命。一次，我在电脑上看到一个xx中学里的5名中学生，吃完中午饭后约定到河里去游泳，可是其中一个一不小心脚拉伤了，结果其他的四个孩子为了救那个男孩，跳下水去，由于水花太大，再加上水流太急，那5个中学生全部都溺水身亡，尸体冲出去好远，因此，我们不要到河边去玩。

要是去游泳馆，也要有大人陪，游泳之前要做好充分的准备活动，以免在游泳时拉伤，要是有人落水了，先大喊“救命！”一边喊，一边找一根粗一点，很长的木棍把人拉上来，要是救上来那人没有醒先按人中，然后用手按胸部，要是还不醒，就捏牢他(她)的鼻子做人工呼吸。记住，千万别去水深或水边去游玩哦！生命只有一次，平安最重要，所以，我们应该珍惜生命，并且好好的使用它，也不要白白糟蹋它。

现在是五月份了，天气渐渐热起来了，水，变成人们最喜欢的。尤其是小孩子，最喜欢玩水，我在电视上、电脑上、报纸上看到发生了很多溺水事件。

## 预防溺水演讲篇六

教师们，同学们：

大家好！

我今日演讲的题目是“珍爱生命，预防溺水”。

生命是美妙的，但同时相比起数万年的历史长河，生命又是短暂的。我们正值青春年华，有着各个年龄段中最强的蓬勃朝气，生命在这个时候熠熠发光。年轻的我们对很多的事和物都布满了奇怪，骨子里厌恶一成不变的生活，喜爱激情和刺激，布满着青春活力。但是这股子活力能给我们生活带来乐趣的同时，也可能让我们在不知不觉中与一些潜在的危急靠得更近。

我们国家大局部陆地面积处于五带中的北温带位置，温差变化明显，夏季气温特别高，或许是受到这种天气的影响，很多人会在夏天实行各种手段来避暑，游泳就是其中特别受欢迎的一种，但是我国游泳场的数量特别有限，我国的人均泳池拥有量在世界上是比拟落后的。不过，不管怎样，我都要提示大家，游泳肯定要去正规的安全的地方，随任凭便找个水塘就下水游泳是特别危急的一类行为。

依据不完全统计，我国每年因溺水死亡的'人数大约5.7万，这个数字实在令人惊讶，其中更令人惊讶的是这5.7万的人中，有将近68%是中小學生，可以说，溺水是造成中小學生意外死亡的第一缘由。这个死亡数据仅次于自然灾害和意外事故，但是我们要知道的是，自然灾害和意外事故是我们不行控的，而下河游泳这种行为完全是我们可以通过教育和宣传到达有效制止的。在溺亡的人中，有绝大多数是由于相关的安全教育没有做到位。于是，近年来，我们国家有关部门在各个平台都加大了宣传力度，很多河边都有了写着“制止下河游泳”的警示牌，以提示人们留意安全。

同学们，比起父辈们，我们这一代的物质条件要更好，承受的教育也更加先进，但很多人对除专业学习外的其他安全教育却忽视掉了，一次次安全事故的发生也是提示着我们不得不加强安全常识了。

近年来，溺水的相关事故仍旧频繁发生，而纵观这些事故发生地点，无一例外都是水塘、水库、水坑、河流等场所。事发中有不少人其实是了解到下河游泳的危急性的，但或许是抱有幸运心理，或许是对游泳略微有点了解的，假如是前者，我建议不要拿生命去做赌注。假如是后者，依据相关数据说明，每年溺水的人群里，也有着不在少数的人是会游泳的，由于人的力气终究有限，在面对一些突发状况时是完全没有抵抗的力气的。

所以，在这里，我们呼吁相关部门进一步做好教育工作，同时也恳切地告知各位同学们，切忌随便下塘游泳，疼惜生命，不让家人担忧！

## 预防溺水演讲篇七

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是八（5）班的陈xx□今天我演讲的题目是，《珍爱生命，严防溺水》

同学们，当你降落人间，这就标志着又给人世间增添了一份宝贵的财富、同时也给家庭带来了无比欢乐、从这一刻起多少人关注着你，期望着你快快长大，成材成器、你不但属于家庭，父母，说到底你是属于社会，国家、所以也可这样说：生命诚可贵，人生价更高，只有生命的存在，才能去实现更高的人生价值、所以珍爱生命，安全第一，是我们社会永恒话题、人的生命是最可宝贵的，只有人才能创造财富，才能使世界变得更美好、只有同学们的欢声笑语，活泼身影，才能使我们的校园充满阳光，充满生机、但是人的生命又是非常脆弱的，如果我们不注重安全意识，视安全隐患而不顾，把生命当儿戏，那么造成的后果将不堪设想。

什么是幸福的'家庭，无非是完整无缺的温馨的家庭，然而一个幸福美满的家庭却能被无情的河水毁于一旦。阳光明媚的天气，显得有些闷热，这么好的天气，人们心中只是对幸福美满的家庭充满憧憬，但想不到的是，美丽的想像画面后竟隐藏着一件悲痛欲绝的事——本完整无缺的家庭被无情的河水摧毁了、淹没了、吞并了。那是在5月6日下午15时左右，江西宜昌璜溪村小学的六名学生因天气炎热下池塘洗澡造成五名小学生溺水死亡。看吧，他们一家人的生活原本多么温馨，无时无刻都在一起，互相关爱。却在此刻，改变了他们一家人的生活，改变了他们一家人的命运，改变了他们一家人的希望……一幕幕惨剧目不忍睹、只因为忽视了安全问题，一个个生命如鲜花在瞬间凋零，带给社会，家庭，亲人的只是悲痛欲绝的身心和沉重的打击，血的教训、悲剧一旦发生，所有的后悔，醒悟都为时已晚，对生命的关爱，只能成为一个美丽的词藻、由于安全意识的淡薄而造成的严重后果，难道我们不该反思吗？为此我们在这里一起学习一下防溺水的注意事项：同学们，注意听，防止灾害记心中，夏天游泳防溺水，河沟水库底不清，千万不能胡乱行。会游的，也不中，逆流底沟乱草生，一旦发生溺水害，喊人救命没人听，不会游泳的更可怕，稍不留神要了命，千万注意危险情，游泳就去游泳馆，安全清洁更轻松。同学们，老师们，血的教训不能一次又一次，悲剧不能一演再演，生命更没有第二次、我们只有懂得一个道理，防患于未然，在人生的路上走好每一步，处处小心，时时提防，保持警惕的头脑，绷紧安全之弦，事事处处想到！

## 预防溺水演讲篇八

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家好！

水是我们人类生命的源泉，对人们的'生活至关重要。但是同学们，你们知道吗，水有时会吞没一些人的生命。

暑假快到了，这也是一个严重的溺水时期。许多小学生和同学因为天气炎热，去河边游泳，导致溺水事件再次发生。

记得有一次，在一个报道里看到三个小学生觉得自己游泳水平很高，就约好一起去河里游泳。当他们快乐地游泳时，其中一个学生突然因为某种原因不会游泳。他在水里挣扎了很久，然后溅起水花，消失了。前面游泳的同学都惊呆了，跑上岸喊救命。一些水质好的成年人跳进河里抓孩子，送进医院，但由于抢救无效而死亡。

游泳很有趣，但安全是最重要的。不管你有多厉害，一不小心就会出事。俗话说“不怕一万，就怕万一”。所以，为了安全起见，学生如果要去游泳，一定要和救护人员一起去正规的游泳池。

同学！夏天很热。有多少人被它的热度吸引去江海江湖游泳游玩？正是因为这些不规则的“游泳池”夺走了一个又一个生命，让一个幸福快乐的家庭承受了巨大的痛苦。多么令人心碎的事情！

让我们一起大声呼喊：“珍爱生命，防止溺水！”

## 预防溺水演讲篇九

尊敬的老师，亲爱的同学：

大家下午好：

看似平静的水面，却危机四伏。每年夏季，有很多学生的生命就被水无情的吞噬，如花般的生命还在含苞待放却突然凋零，实在令人心痛，令人惋惜。

而这样的悲剧是如何造成的呢？主要原因是学生不听劝告，执意在水边玩耍，导致失足落水；或者是背着家里的大人，结伴

下水游泳，因水草缠绕、遇到旋涡、腿脚抽筋而溺水，造成悲剧的发生。

在一个炎热的夏天，学生和他的一位同学一起去河滩边玩耍。他们追着、闹着，好不开心！突然，一不小心，他们掉进了河里。的同学实点水性，爬上了岸，却仍在水里挣扎。这可把的同学急坏了，慌忙中，他找到了一根竹竿，把竹竿伸向水里的。抓住了竹竿，头露出了水面。但同学的力气太小，他无法把拉上来。时间一长，力气用尽，他反而会被拖下水。正在这危急关头，正在河边散步的一先生看到了这一幕，连忙过来帮忙，还拨打了110报警电话，警察快速赶过来，才把救了上来。

及时得救了，他是幸运的。但有很多不幸的溺水的孩子，他们再也没有爬上岸来。那么，溺水可以避免吗？答案是：当然可以！怎样防溺水呢？请听我细细道来：没有大人的陪同，不要去水边玩耍。一定要在会游泳的成人的陪同下游泳。绝对不能在无人保护下游泳。不去水库、池塘、不明情况的河流等危险水域游泳。游泳前要做好热身运动。如果你经常腿脚抽筋，那么，我建议你也不要去游泳。因为游泳时，腿脚抽筋是非常危险的。

同学们，每个人的生命只有一次，为了我们自己，为了所有爱我们的人，我们要使自己远离危险，请记住“珍爱生命，谨防溺水”！

## 预防溺水演讲篇十

老师们、同学们：

大家上午好！

今天我讲话的主题是：“珍爱生命、预防溺水”，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、池塘、河流、海边等场所。夏天是溺水事故的多发季节，而且每年夏天都有溺水身亡事故发生。生命是最宝贵的，人的生命只有一次，所以我们每个人都要珍惜生命、注意安全。夏天来到，天气炎热，一些学生喜欢到河边、鱼塘等有水的地方玩耍、游泳，很容易出现溺水事故。据媒体报道：今年2月3日山西省连续发生3起学生溺水事故，共造成10名学生及2名幼儿死亡。5月27日下午4点左右□xx县发生群体溺水事件，该县季店乡中心小学5名六年级女学生游泳时，不幸溺水身亡。学生溺水事件的发生，真的令人痛心。为积极响应以“防溺水”为主题的“安全教育”活动，创设更安全的学习生活环境，努力杜绝此类悲剧的再次发生，我在此特向全校同学发出以下倡议：

一、树立安全意识，加强自我保护，不走河边，沟沿，不走偏僻的道路，回家时要结伴而行。

二、用学会的防溺水知识运用于实际，坚决杜绝溺水事件的发生。

三、从我做起，听从长辈教导，严守学校纪律，坚决不玩水。

四、在加强自我安全意识的同时，努力做好说服教育工作，对于那些违反学校纪律，私自玩水的行为，要坚决抵制并劝阻。

五、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大人带领下方可去游泳。

六、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。

七、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，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，寻求大人的帮助。同时，可以将救生圈、竹竿、木板等抛给落水者。

同学们：生命高于一切，我们是国家和民族的未来和希望，让我们行动起来，珍爱生命，预防溺水，杜绝悲剧的发生。

总之，关注安全就是关注生命，关注安全就是关注我们自己！安全不仅关系到我们个人，关系到学校，关系到家庭，同时也关系到我们整个社会、整个国家和整个民族。让我们学会生存，热爱生命，让我们在灿烂的阳光下沐浴一方平安，健康成长，愉快生活；让生命的一泓清水永流不息。最后，祝愿我们的校园永远平安！祝愿每个同学健康快乐成长。