

最新防溺水演讲稿分钟(精选9篇)

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

防溺水演讲稿分钟篇一

大家好!

进入夏季天气越来越热，游泳，是大家喜爱的体育锻炼项目之一。然而，缺少安全防范意识，极易发生溺水伤亡事故。近年来的中小學生溺水死亡事故，多发生在周末、节假日或放学后;多发生在农村地区;多发生在无人看管的江河、池塘等野外水域;多发生在学生自行结伴游玩的过程中，有的是结伴游泳溺亡，有的是为救落水同伴致多人溺亡。

1、禁止私自或结伴到河、塘、溪流边玩耍，在任何时候都不得私自到江、河、湖、塘、水库中游泳或嬉水。

2、要坚持做到“六不”：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;不熟悉水性的学生不擅自下水施救。坚决做到“四不去”：未经家长教师同意不去;没有会游泳的成年人陪同不去;深水的地方不去;对水情不熟悉的江、河、湖、塘、水库不去。

3、见到有人落水时，不盲目下水施救或者避而不见，而应大声呼救或报警(110)，避免发生因盲目施救而导致更大的不幸。

4、每个人从我做起，严守学校纪律，用学到的防溺水知识运用于实际，坚决杜绝溺水事件的发生。在加强自我安全意识的同时，对于那些违反学校纪律，私自玩水、游泳的行为，

要坚决抵制、劝阻并报告学校老师。

同学们，我们每个人是家庭的希望，祖国的未来。溺水事故会给家庭带来难以挽回的后果，造成无法弥补的损失。同学们一定要充分认识到这一点，深刻认识到溺水事故的危害，远离危险地，从而避免溺水事故的发生。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：珍爱生命，预防溺水。

防溺水演讲稿分钟篇二

人，应该珍爱生命。今天这节课我们就来学习珍爱我们的生命——防溺水教育。

一、关于游泳我们要严格遵守“四不”：

- 1、未经家长老师同意不去。
- 2、没有会游泳的成年人陪同不去。
- 3、深水的地方不去。
- 4、不熟悉的江溪池塘不去。（当然，也不能到河塘捞鱼摸虾）

二、溺水原因主要有以下几种：

- 1、不会游泳。
- 2、游泳时间过长，疲劳过度。
- 3、在水中突发病尤其是心脏病。
- 4、盲目游入深水漩涡。

三、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。

7、在游泳中遇到溺水事故时，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，保持呼吸通畅；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“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。

溺水是非常危险是，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。同学们，珍爱我们的生命吧。珍爱生命就是珍惜每一天。

防溺水演讲稿分钟篇三

不走河边，沟沿，不走偏僻的道路，回家时要结伴而行；年龄小的一、二年级的学生要在有家人陪伴的前提下回家，并要做好相应的防备，防止溺水事件的发生。

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、检举揭发。

。遇到有人溺水，不提倡未成年人下水救人，应立即呼救求救。

不强行过沟过河，雨天不靠近河流海沟。

但常会发生有人溺水的事故，如果游泳时遇到有人溺水，应当怎样救助呢？遇到有人溺水时，措施一定要得当。

虽然见义勇为的精神值得赞扬，伸出援助之手是你义不容辞

的责任，但一定要注意量力而行，不要逞一时鲁莽之勇。作为未成年人，不管你是否会游泳，都不提倡贸然下水救人，应当立即向周边呼救找人求救，或想办法施救。如找长竿、长绳在岸上搭救。如果无他人救助而你又精通水性的话，也可以入水抢救溺水者。但要注意，在入水前要先把多余的衣服脱掉，保证行动灵活舒展。搭救溺水者时应该游到他背后去，用手托住他的腋窝，让他仰着，鼻子露出水面，能呼气，不再灌水，不再胡乱挣扎，然后从后方加以拖引，切不可正面迎上。因为溺水者受生存本能驱使，大都会死抱着救援者不放，这样反而使双方都精疲力尽，容易发生危险。

溺水者被抢救上岸后，应该进行及时有效的抢救。首先迅速解开衣扣，放松裤带，撬开口腔，清除口鼻内的杂物，还应把舌头拉出，以保证呼吸的畅通。将溺水者腹部向下置于斜坡上或抢救者蹲着的大腿或其他物品上，使其头低脚高，以利于将水流出。然后轻压其胸腹部，将灌入溺水者肚子和肺里的积水排出。

同学们，你们是家庭的根本，民族和国家的希望和未来，你们一定要珍爱生命，努力学习，积极要求进步，不断提高自身素质，共同担负起历史和时代的重任。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。

谢谢大家！

防溺水演讲稿分钟篇四

大家好！

夏季即将来临了，每年春夏之际，是学校各类安全事故的多发期，其中数溺水事故尤为突出，为了增强每个人的安全意识，提高大家的自护自救能力，我校积极贯彻执行上级的有关文件精神，开展预防溺水的专项教育活动，杜绝安全事故

的发生。

一、本次专项活动的主题为“预防溺水，珍惜生命”。

二、每位学生切实做到以下几个方面：

1、不私自下水游泳。

2、不擅自与同学结伴游泳。

3、不在无家长带领的情况下游泳。

4、不到无安全设施，无救护人员的水域游泳。

5、不到不熟悉的水域游泳。

三。每位学生在“预防溺水，珍爱生命”的横幅上签名，牢固救护防溺水意识。

四。通过黑板报或主题班会活动，每位学生要学会一些自救知识。不但学会预防溺水，而且要学会在溺水后要在专业救护人员到来之前进行现场抢救的方法，提高自我防护能力。在遇到险情时才能镇静地进行互救及进行有效的自我解脱和救护。

五。如果发现有人溺水，应及时呼救，让成年人来抢救，不会游泳的人不可盲目下水施救。

同学们，”安全无小事，生命价更高”，只要我们认真对待，防微杜渐，把安全知识教育与学习活动作为我们生活和学习中的头等大事，那么那么，我们的每一天就平平安安，快快乐乐。

防溺水演讲稿分钟篇五

近年来，中小学生的溺水事件时有发生。溺水已经成为了导致少年儿童意外死亡的罪魁祸首之一。尤其是在暑假，更是溺水事件的高发期。前不久，就有一个小女孩在叶集新广场的小河边玩，一不小心掉到了水里，幸好被路人救了上来，才挽回了生命。而让人心痛是，最近有四个高中生一同到河里游泳，最后全部溺水身亡。安全问题大于天，因此我们班举行了这次防溺水讨论会。

一、我们要在家长的陪伴下游泳。

二、不在深水域里游泳。

三、游泳时，要将救生圈带在身旁，一旦发生危险就可以应急使用。希望我的几点建议能被同学们采纳，让溺水事件不再发生。

防溺水演讲稿分钟篇六

水是我们人类的生命之源，但是每年有好多人因为不注意安全而被淹死，像今年暑假就有这样的事发生。

7月5日，有三位小学生认为自己游泳水平很高，三个人就约好一起去河里游泳。当他们游得正高兴时，其中的一位同学不知怎么的突然游不动了，他在水中挣扎了许久，接着溅起一片水花就不见了。游在前面的同学吓得目瞪口呆，赶紧跑上岸大喊救命。大人们赶到河边捞上孩子，就把他送到医院，但还是抢救无效而死亡。

游泳虽然好玩，但是安全是最重要的，无论你多厉害，如果一个不小心就会出事的，俗话说：“不怕一万，就怕万一”。所以为了安全起见，同学们想去游泳的话一定要跟家长一起去。

珍爱生命，就要注意安全，不要被那些表面没有危险的事物所迷惑、所吸引。

人，应该珍爱生命。今天这节课我们就来学习珍爱我们的生命——防溺水教育。

一、关于游泳我们要严格遵守“四不”：

- 1、未经家长老师同意不去。
- 2、没有会游泳的成年人陪同不去。
- 3、深水的地方不去。
- 4、不熟悉的江溪池塘不去。（当然，也不能到河塘捞鱼摸虾）

二、溺水原因主要有以下几种：

- 1、不会游泳。
- 2、游泳时间过长，疲劳过度。
- 3、在水中突发病尤其是心脏病。
- 4、盲目游入深水漩涡。

三、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。
- 7、在游泳中遇到溺水事故时，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，保持呼吸通畅；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“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。

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。同学们，珍爱我们的生命吧。珍爱生命就是珍惜每一天。

防溺水演讲稿分钟篇七

大家好！我是八3班选手刘帅，今天我演讲的题目是《别把生命丢在水里》。

水是万物之本，生命之源，当它在滋养着我们的同时，也会伤害着我们。面对这个棘手的问题，我们必须说：珍爱生命，预防溺水。

亲爱的同学们，也许你不曾想过，我们的生命是来之不易的。随着一声清脆的啼哭声，一个生命降落人间。生命的存在意味着什么？每当旭日东升的刹那间，太阳将金黄撒遍每一个角落，大地万物苏醒——那是因为有生命的存在；娇嫩的花朵在绿丛中起舞——那是因为有生命的存在；萤火虫在黑暗中眨眼歌唱，活泼的孩子在草地上翻滚——这些都是因为有生命的存在。生命无处不有、无处不在，生命又是何其珍贵！有了生命，才会有竞争和拼搏；有了生命，才会有快乐与悲伤；有了生命，才会有希望与理想；有了生命，才会有对生命的珍爱。

然而，一幕幕惨剧时时发生，一个个生命黯然离去。溺水，已经成为危害我们生命的凶恶杀手。

这是一些真实的事例：

石台县中学一名高一学生与同学结伴擅自下河游泳，最终不慎溺水身亡。朗溪县一名初一学生不听劝阻，私自下塘游泳，也因不慎溺水身亡。就在三天前，我省铜陵的七名大学生在长江中玩耍，五条生命随滔滔江水而逝。也是三天前，江西省宜春同一个家庭五个留守儿童溺水而亡，古稀老人对着五口棺材扑天抢地。

血的教训定要结束，悲的故事不能重演。我们要牢牢地把安全意识放心间。

生命是璀璨的，是耀眼的，为了不让生命这颗明珠永久的熄灭，让我们一起高呼：别把生命丢在水里！

我的演讲结束了，谢谢大家！

防溺水演讲稿分钟篇八

大家上午好！

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。

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。

防溺水演讲稿分钟篇九

大家早上好！

水与人类的生命密不可分，但有时它会用老虎般的嘴吞下无数孩子的生命。说到这里，我想到了老师的劝解，父母的劝解，不禁说，防止溺水很重要！

夏天来了，总可以看到一些孩子在水里玩耍和打架，但如果他们不注意，可能会造成溺水事故。每年都有很多孩子溺水而死，以下事件引起了我们的关注：刚和爷爷学游泳的孩子擅自下河洗澡，其中一个游到河中央，因体力不足被活活淹死；两个小学生，暑假去外婆家度假，瞒着外公外婆偷偷去河里钓鱼，淹死在河里，没活下来。这一串惊人的数据发人深省，而这些死亡背后，更多的是对预防溺水知识的缺乏。

家长和老师经常强调要防止溺水，但并没有想象中那么容易。首先，学游泳是必然的。关键时刻可以救你。更重要的是了解一些预防溺水的知识，“防患于未然”。

虽然是写出来的，但是可以在最关键的时候给你最清晰的判断。

同学们，认真学习预防溺水的知识！可以让你受益终生。同时，让我们用健康的童年为更美好的生活打下基础。

我的演讲完毕，谢谢大家！

演讲人□xxx

20xx年xx月xx日