

防溺水手抄报内容文字简单又好看 防溺水手抄报内容文字如何写(优质8篇)

决议的形成需要全面的信息和充分的讨论，以便制定出最佳的方案和措施。决议的制定需要全体成员的参与和支持，要遵循集体决策的原则，充分发挥民主意志。大家可以从以下案例中学习，了解如何制定具有影响力的决议。

防溺水手抄报内容文字简单又好看篇一

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。

防溺水手抄报内容文字简单又好看篇二

（一）如何保证游泳时安全，避免溺水事件的发生？对水情不熟而贸然下水，极易造成生命危险。万一不幸遇上了溺水事件，专家介绍，溺水者切莫慌张，应保持镇静，积极自救：

3. 要是大腿抽筋，可同样采用拉长抽筋肌肉的办法解决。

（二）对于溺水者，除了积极自救外，还要积极进行陆上抢救：

1. 若溺者口鼻中有淤泥、杂草和呕吐物，首先应清除，保持上呼吸道的通畅；

3. 若是溺者已昏迷，呼吸很弱或停止呼吸，做完上述处理外，要进行人工呼吸。可使溺者仰卧，救护者在身旁用一手捏住溺者的鼻子，另一手托着他的下颚，吸一口气，然后用嘴对着溺者的嘴将气吹入。吹完一口气后，离开溺者的嘴，同时松开捏鼻子的手，并用手压一下溺者的胸部，帮助他呼气。如此有规律地反复进行，每分钟约做14—20次，开始时可稍慢，以后可适当加快。

防溺水常识

防溺水手抄报内容文字简单又好看篇三

大家早上好！夏季已经到来。这个季节是溺水事故的高发期，每年都有许多溺水事故发生。为避免溺水事件的发生，学校积极响应教育局号召，在校内进行“珍爱生命预防溺水”主题安全教育，下面学校特向全体同学提出以下要求：

1、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。

2、同学们平时、节假日一定要牢记不要私自或与同学结伴到河边、水库边、池塘边玩等地方游泳、玩耍。

3、不在无家长或老师带领的情况下出去玩和游泳。

4、不去非游泳区游泳，不会游泳者不要游到深水区，即使带着救生圈也不安全。

5、要到正规的游泳馆游泳，游泳前要做适当的准备活动，以防抽筋。

6、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或家长。发现同伴溺水时的救护方法：在这里，老师特别强调的是“救人要在自己能力范围之内。”有很多学生是为了求助落水的同伴而溺水死亡的，他们在关键时刻伸出援手的精神可嘉，但做法不可取。我们不提倡学生自我牺牲式的见义勇为。

当同学们发现有人溺水时，千万不要贸然下水救人，应马上大声呼救，或者拨打110、119报案救援。同时在可能的情况下可以将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者。同学们，安全重于泰山，万家平安是我们共同的心愿。老师希望同学们能够牢固树立安全第一的意识，珍爱生命，让欢乐和幸福永远围绕在我们身边，让平安伴随着大家健康成长！

防溺水手抄报内容文字简单又好看篇四

1、一般是因小腿腓肠肌痉挛而致溺水，应心平静气，及时呼人援救。

2、自己将身体抱成一团，浮上水面。

- 3、深吸一口气，把脸浸入水中，将痉挛(抽筋)下肢的拇指用力向前上方拉，使拇指跷起来，持续用力，直到剧痛消失，抽筋自然也就停止。
- 4、一次发作之后，同一部位可以再次抽筋，所以对疼痛处要充分按摩和慢慢向岸上游去，上岸后再按摩和热敷患处。
- 5、如果手腕肌肉抽筋，自己可将手指上下屈伸，并采取仰面位，以两足游泳。
- 6、如果是手指抽筋，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。
- 7、另外也容易遇到呛水后慌张而引起溺水。游泳呛水难免遇到，保持好身体重心，调整好动作即可避免。
- 8、疲劳、饥饿、紧张等都会引起人入水后不舒服或晕眩，发现前兆后需要立即上岸休息，补充糖分，如果突然，可向岸边的求助人员或旁边的游泳者求救。