

最新防溺水班会的理念有哪些 防溺水班会会议总结防溺水班会(实用8篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？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。

防溺水班会的理念有哪些篇一

为贯彻落实建教普《关于开展中小学预防溺水专项安全教育活动的通知》文件精神，积极响应上级教育主管部门要求开展好“珍爱生命，预防溺水”主题教育活动，增强学生对溺水事故的认识和预防意识。xxxx中学安全领导小组积极行动，针对文件中做好“六个一”活动指示，结合我校实情，完善了预防溺水专项安全教育活动周实施方案，充分利用校园广播站、黑板报、宣传栏、团队活动课等阵地，运用宣传标语、横幅等教育手段，大张旗鼓地开展宣传教育活动，形成了良好的学习、教育氛围。

现就开展情况作如下小结：

一、结合校情，完善方案

我校是一个寄宿制学校，90%的学生都是从周一进校到周五出校，请假制度完善。主要隐患来自周末和放假期间，引导家长履行职责，加强监管是我们开展活动的重要工作。为此我校通过校讯通平台加强家校联系，实现驾校合作工作学生的生命防线，并在原有方案和应急预案的基础上，完善《xxxx中学预防溺水主题教育活动周实施方案》和《xxxx中学预防溺水应急预案》。

二、抓落实，防患于未然

根据文件要求，认真做好“六个一”活动：

- 1、利用周一国旗下讲话，进行“珍爱生命、预防溺水”教育动员大会。
- 2、组织开展以“珍爱生命、预防溺水”为主题的团队活动课。
- 3、布置刊出一期预防溺水教育的黑板报，介绍宣传预防溺水的基本常识。
- 4、向家长发放一份“珍爱生命，预防溺水”告家长书，增强家长的安全意识和责任意识，引导家长配合学校工作共筑学生的生命防线。
- 5、在学校醒目位置悬挂了一条“珍爱生命，预防溺水”横幅，时刻提醒和警示学生水火无情，营造了浓厚的防溺水宣传教育氛围。
- 6、积极与街道、村委取得联系，在危险水域设立警示牌。教育、告诫学生严禁在无监护人陪同下下水游泳，防止溺水事故的发生。

三、加强监督，建立评价机制

□2□

生命只有一次，一次的疏忽就可能造成难以挽回的伤害，给家庭带来难以弥合的伤痛。现在正值天气转热时期，一些孩子会禁不住酷热而偷偷瞒着家长和老师下水游泳，这是及其危险的。为了确保学生的生命安全，严防因游泳、嬉水带来安全事故的发生，我们开展了一系列安全教育活动。

一、提高认识，精心安排

认真学习教育主管部门关于预防学生溺水安全教育工作的文件精神，充分认识溺水造成孩子非正常死亡的严峻形势，认识扎实抓好学校预防溺水宣传教育工作的重要作用，进一步提高思想认识，增强抓好预防溺水教育工作的责任感和紧迫感。组织落实会议精神，认真分析过去学生溺水事故发生的原因，总结幼儿园长期开展预防溺水工作的有效经验，精心安排今年预防溺水教育的各项活动，形成工作方案。

二、完成工作

1、开展以围绕“杜绝溺水事故”为主题的预防溺水教育班会活动，教育学生不准在无家长等大人的带领下私自下水游泳，不准去水库、方塘等无安全设施、无救护人员的水域玩耍或游泳。

2、认真做好节假日、暑假放假期间安全的教育与管理，积极争取学生家长与社会力量的支持和配合，严防学生溺水、交通伤亡事故的发生。

4、加强与家长的联系，通过发《致家长的一封信》形式，密切家校联系，增强家长特别是留守儿童监护人的安全意识和责任意识，做到家校齐抓共管，联防联控，严防幼儿溺水事故的发生。

随着天气的逐渐变热，防溺水安全工作还将坚持不懈地抓下去。始终保持高度警惕，把学生安全工作再推向一个新的台阶。

防溺水班会的理念有哪些篇二

1、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。

2、让学生了解和掌握防溺水和自救的常识，如何预防溺水时

间的发生。

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。

教学过程：

一、谈话引入课题

二、新授

1、游泳中要注意的问题。

组织学生观看安全教育专题片中学生游泳的整个画面。

学生讨论：在游泳时要注意哪些问题？

总结：游泳要严格遵守“四不”：未经家长、老师同意不去；没有会游泳的成年人陪同不去；深水的地方不去；江溪池塘不去。

2、组织学生分析事故的原因，教师作总结。

溺水原因主要有以下几种：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。

三、教育学生如何预防溺水。

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易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，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。

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。

四、教育学生掌握遇险后基本的自救处理常识

1、及时呼救：遇到意外或危险时应迅速及时发出求救信号，以取得别人的救助。

2、争取时间：时间就是生命；危急关头要保持镇静，在水中尽量采用仰卧位，呼吸要做到深吸、浅呼，争取更多时间等待获救。

3、靠岸意识：在有能力的情况下，努力向岸边靠拢，靠岸越近获救的机会越高。

五、教育学生遇到他人溺水时如何施救

- 1、大声呼救。向附近的成人大声呼喊，尽量引起大人注意，请大人开展营救。
- 2、简明扼要地向施救人员讲清落水人数、地点，便于开展营救工作。
- 3、可将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者，再将其拖至岸边；若没有救护器材，可以入水直接救护。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。

六、课堂总结

1、同学们小结：

通过这次活动，你懂得了什么？

2、教师小结：

生命安全高于天，父母给你的生命只有一次，所以每个人都要珍惜生命、注意安全。幸福快乐掌握在你的手里，希望同学们通过这堂安全教育课，学会珍惜生命，养成自觉遵守防溺水安全原则的好习惯。

3、全班齐读巩固：

《防溺水儿歌》

私自游泳很危险，不去深水很重要。

伸手踢脚弯弯腰，预防动作不可少。

我防溺水有高招，解除抽筋第三招。

赶紧上岸很重要，喝杯糖水解疲劳。

防潮措施要知道，不可逞能不骄傲。

“安全”二字记心中，远离危险身体好。

幻灯片：

4月14日(星期日)下午，晋江市磁灶镇碧湖小学5名学生在九十九溪磁灶苏垵段河边玩耍，其中4名女学生（一、三、五年级）手拉手趟水到河对岸摘杨桃不慎溺水死亡。

据统计，1991年我国1-4岁儿童因溺水死亡的就占34.2/10万，排在各种死亡原因的第三位。这些孩子主要不是由于游泳溺水，更多的是由于不慎跌入水中致死。

中小學生平均每天约有40多人因溺水

小学生溺水死亡人数占溺水死亡学生总数的68.2%。

中国溺水死亡率为8.77%，其中0岁至14岁的占56.58%，是这个年龄段的第一死因，特别是农村地区更为突出。溺水在发达国家多见于游泳池，而我国与其他发展中国家则以江、河、湖、塘及水井中淹死为多。

20__年全国各地上报的各类中小学校园安全事故中，61.61%发生在校外，主要以溺水和交通事故为主，两类事故发生数量占全年各类事故总数的50.89%，造成的学生死亡人数超过了全年事故死亡总人数的60%。从地域上来看，20__年全国各地上报的各类中小学校园安全事故中，27.68%发生在城市，72.32%发生在农村。农村中小学的安全事故发生数、死亡人数和受伤人数都明显高于城市。

防溺水班会的理念有哪些篇三

夏季炎热，中小学生在游泳或玩耍戏水而溺水身亡，历年来都是中小学生在非正常死亡的一个突出问题。虽然事故发生都是在校外或节假日期间，但也暴露出了防范措施不到位和有关学校在中小学生安全教育、自我防范以及家庭教育缺少配合等方面存在着薄弱环节。当前夏季即将来临，天气渐暖，更要加强“平安校园”建设，切实有效预防中小学生在溺水事故的发生。

- 1、结合生活中经常遇到的情况，使学生了解有关生命的来之不易与宝贵，感悟生命的可贵。
- 2、使学生懂得溺水的主要原因和自救的方法，知道每一个学生（包括公民）都要提高安全意识。

- 1、在黑板上写出班会主题：珍爱生命、预防溺水；
- 2、收集有关防溺水事故发生的资料；以及夏季游泳溺水自救方略资料。
- 3、多媒体课件。

（教师讲述近期发生在我们身边的一起溺水死亡事故）

听了这件事，我想在座的每一位同学心里都不会感到轻松。你是否感叹，是否惋惜，一个生命就这样在世界上转瞬消失？此刻，你在想什么？请同学谈谈你的看法。

人，应该珍爱生命。今天这节课我们就来上一节“珍爱生命，预防溺水”主题班队会。（板书课题）

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。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。在炎热的夏季，许多人喜欢游泳，因为缺少游泳常识而溺水死亡者时有发生。据有些地区统计，溺水死亡率为意外死亡总数的10%。

1、指名谈谈自己搜集到的游泳中发生的意外事故。

他为什么会丢了性命？

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。

(1) 在上、放学途中不擅自下水游泳。

(2) 不在无家长或老师的带领下私自下水游泳。

(3) 不擅自与同学结伴游泳。

(4) 不到无安全保障的水域游泳。

(5) 不熟悉的江溪池塘不去。（当然，也不能到河塘捞鱼摸虾）

如何保证游泳的健康和安全，避免溺水事件的发生？

(3) 要是大腿抽筋的话，可同样采用拉长抽筋肌肉的办法解决

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。

（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。

（2）溺者若已喝了大量的水，救护者可一腿跪着，另一腿屈膝，将溺者腹部放在屈膝的大腿上，一手扶着溺者的头，将他的嘴向下，另一手压在背部，使水排出。

（3）若是溺者已昏迷，呼吸很弱或停止呼吸，做完上述处理后，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。

私自游泳很危险，不去深水很重要。

伸手踢腿弯弯腰，预备动作不可少。

我防溺水有高招，解除抽筋第三招。

赶紧上岸很重要，喝补糖水解疲劳。

防溺水措施要知道，不可逞能不骄傲。

安全二字记心中，远离危险身体好。

炎夏至 热的慌 欲下水 寻清凉

不得法 死或伤 怜父母 悲欲绝

惜家庭 人破亡 痛祖辈 发苍苍

勿下水 记心上 何时地 不可忘

每个同学在《白鹤镇第二小学防溺水“五不”承诺书》上签名。

生命只有一次，幸福快乐掌握在你的手里。同学们，珍爱我们的生命吧！在日常生活中提高安全意识，安全第一，防患于未然。水无情，人有情。希望同学们通过这次班队活动，学会珍惜生命，远离所有的不安全！

防溺水班会的理念有哪些篇四

为全面提高学生的安全意识，切实防范学生溺水事故的发生，敦化市实验小学结合学校实际，开展了“防溺水”主题教育活动。

“防溺水，安全记心间”。5月8日，学校在周一升国旗活动中，对全体师生进行了一次防溺水安全教育，列举了全国各地发生的学生溺亡事故，触目惊心，让全体学生意识到防溺水的重要性；随后，学校要求各班召开防溺水主题班会，再次让学生在具体案例和典型事例中得到警示，并在老师的带领下学习相关的安全常识和防溺水技能。

各班通过召开“珍爱生命、预防溺水”主题班会，让学生观看预防溺水教育视频，教育学生不要私自下水游泳，不要擅自与同学结伴游泳，不到无安全保障的水域游泳等，遇到同伴被溺水时，及时向附近的大人求救，不得自行组织救援。

同时，印发了《致学生家长的一封信》，请家长务必增强安全意识和监护意识，切实承担起监护责任，加强对孩子的教育和管理，特别是加强放学后、周末、节假日期间和孩子结伴外出游玩时的管理，经常进行预防溺水等安全教育，给孩子传授相关知识和技能，不断加强孩子安全意识和自我保护意识，提高孩子们的避险防灾和自救能力，严防意外事故的发生。通过家校联系，同心协力，将更好地促进孩子的健康成长。

此次主题教育活动，进一步提高了学生自我保护和自救能力，拓宽了学生安全知识面，增强了学生安全意识。

防溺水班会的理念有哪些篇五

南井小学 五年（2）班

一、导入

二、“防溺水”的重要性

溺水已成为中小学生的“生命杀手”。近几年来，我市已发生数起中小学生在节假日溺水事件。随着天气逐渐变热，溺水的危险将增加。在炎热的夏季，许多人喜欢游泳，因为缺少游泳常识而溺水死亡者时有发生。据有些地区统计，溺水死亡率为意外死亡总数的10%。因此，我们外出游泳洗澡要严格遵守“四不”：未经家长老师同意不去；没有会游泳的成年人陪同不去；深水的地方不去；不熟悉的江溪池塘不去。

三、溺水原因

溺水原因主要有以下几种：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；盲目游入深水区。

四、保障生命安全

(1) 若溺水者口鼻中有淤泥、杂草和呕吐物，首先应清除，保持上呼吸道的通畅；(2) 溺水者若已喝了大量的水，救护者可一腿跪着，另一腿屈膝，将溺水者腹部放在屈膝的大腿上，一手扶着溺水者的头，将他的嘴向下，另一手压在背部，使水排出；(3) 若是溺水者已昏迷，呼吸很弱或停止呼吸，做完上述处理外，要进行人工呼吸。可使溺水者仰卧，救护者在身旁用一手捏住溺水者的鼻子，另一手托着他的下颚，吸一口气，然后用嘴对着溺水者的嘴将气吹入。吹完一口气后，离开溺水者的嘴，同时松开捏鼻子的手，并用手压一下溺水者的胸部，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。

(作为小学生以上自救知识仅为了解，不要勉强为之，更好的方法是积极向有能力的大人求助，切莫延误救助。)

5、课堂总结：

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。祝愿大家今天好，明天会更好！

防溺水班会的理念有哪些篇六

炎热的夏天将要来临，港口是一个美丽的海滨城市，游泳作为很多人的休闲降温的生活方式，这就出现了很多的安全隐患。港口中学留守学生比较多，父母均在外地，平时都是爷爷奶奶或自己照顾自己，学生外出游泳就更加缺乏安全监管。

据安全部门调查表明，发生在中学生身上的安全事故，溺水意外死亡事故位居第一，它更是农村青少年意外死亡的主要原因，所以，防溺水是夏天安全教育课中的重中之重。

二、教学目标

(一)引导学生懂得生命的宝贵，从而珍惜生命，敬畏生命，牢记安全。

(二)引导学生掌握一些基本的生存技能，特别是防溺水及溺水急救(心肺复苏)的正确方法。

三、教学重点、难点

(一)引导学生掌握一些基本的生存技能及远离伤害的方法，牢记安全第一。

(二)防溺水及溺水急救(心肺复苏)的正确方法。

四、教学方法

情境体验法、讨论法、模拟尝试法

五、教学准备

观看图片

六、教学过程

(一)情境体验，引入课堂(3分钟)

观看图片，引入到游泳情境中，并回想在海边游泳时常见到的安全事故，并说明这些安全事故的原由是什么。

(二)重点讲述游泳常识，掌握正确的溺水施救措施(39分钟)

由我们总结的意外事故分析，最常见的是溺水死亡事故，而游泳又是我们大家的共同爱好。

1. 游泳时一定要注意以下几个问题(要求同学们回忆)

(1)到江河湖泊游泳前，应了解水域情况，选择水底平坦，无急流漩涡，无水质污染的水域，并结伴而行，以便相互照顾，防止发生意外事故。

(2)空腹和饭后1小时之内不宜游泳。

(3)凡患有精神病、癫痫病、严重心脏病、皮肤病以及其他传染病者不能游泳。

(4)下水前必须做好充分的准备活动，并用水冲淋身体，以防止温度骤变而引起机体不适。(15分钟)

2. 当游泳时遇到紧急问题时

该如何处理呢(教师边讲述边示范，学生模仿练习)

抽筋的自我救护(7分钟)

消除方法：小腿和脚趾后部肌肉痉挛，可先吸一口气使身体仰浮在水面，用痉挛对侧手握住痉挛腿的脚趾，用力向身体方向拉，同时用同侧手掌压在抽筋肢体的膝盖上，帮助抽筋腿伸直；大腿痉挛，可用两手抱住小腿贴近大腿反复振压直到解脱。如发生严重痉挛，应紧急呼救。

3. 水中急救(7分钟)

学生讨论后教师明确：

实施救护时尽可能使用救生圈、竹竿、木板等器械进行间接救护。实施徒手直接救护时，救护者要沉着、冷静，入水前

应迅速观察周围环境，辨别水流方向、水面宽窄，选择入水地点；以最快速度接近溺水者，一般采用抬头爬泳或蛙泳，这样便于观察溺水者情况；当离溺水者3—5米处，深呼吸潜入水中，从溺水者的背后接近，并迅速进行拖运上岸。

4. 岸上急救(10分钟)

同学训练，教师指导。

溺水者救上岸后，首先检查呼吸和心跳，如心跳未停者，应立即清理呼吸道，将嘴打开，进行倒水；如呼吸和心跳都停止者，切不可倒水而延误抢救时间，应立即进行口对口人工呼吸与心脏胸外按压，如有效可见胸部起伏，否则在抢救的同时应迅速送往医院继续抢救。

(三) 课堂总结(2分钟)

对本堂课的讨论交流及模拟训练学习进行小结。

(四) 作业布置(1分钟)

通过这节课学习，回去以后跟家人或同学一起练习心肺复苏。

防溺水班会的理念有哪些篇七

- 1、在活动中体验、感知，了解和掌握基本卫生、游泳安全知识，形成自我保护和保健的基力。
- 2、培养学生热爱生命、珍惜生命的情感和态度。
- 3、培养学生完整、连贯地表达能力和对事物的判断能力。
- 4、考验小朋友们的反应能力，锻炼他们的个人能力。

5、加强学生的安全意识。

课件、创设去海边游泳的情境、水果、饮料、游泳衣、救生圈等。

一、创设情境，谈话导入。

1、谈话：炎热的夏天悄悄来到了，你最喜欢参加夏天的什么活动？

2、创设情境，激发学生的兴趣。播放海滩的游泳景象的录像，激发学生参加的热情，创设一起外出去游泳的情境。

二、引导自主选择、辨析，学会饮食卫生。

1、创设情境：在途中大家口渴难忍，要购买水果、饮料。

2、出示水果，学生自主选择、辨析。

教师扮演水果店的老板出示两盘水果，（一盘洗过了的好的水果，一盘没有洗的还有点烂的）请几个小朋友挑选。

3、明确饮食卫生。组织学生讨论，交流对夏天吃水果的认识，形成讲究卫生的意识。

三、自主讨论，预防中暑。

2、通过讨论，教师小结：

(1)中暑的原因或条件；

(2)怎样预防中暑。

3、请学生商讨救鲁蛋的方法。播放另外一半动画片，即鲁蛋得救的部分。

四、模拟游泳情境，学习游泳安全知识

- 1、到达目的地，创设游泳氛围。教师扮演游泳教练，讲述发生的溺水事故，引起学生重视。
- 2、教师播放游泳片，让学生明白准备活动的要领和安全知识，以及注意事项。

五、学唱儿歌

- 1、教师小结：在炎热的夏天，不论是在家里还是在外边走要注意健康和安全，现在暑假快要到了，每一位同学小朋友都要注意这些问题，过一个健康、安全的暑假。
- 2、师生一起伴着音乐学唱儿歌。

防溺水班会的理念有哪些篇八

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。

- 1、全面推动我校安全教育工作，杜绝学生溺水事故的发生。
- 2、让学生了解和掌握防溺水和自救的常识，提高自救自护的能力。
- 3、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能力。

教学重点：学习溺水安全的基本知识，培养防范能力。

随着夏季到来，天气多变，雨水多，河里、沟塘里经常会涨水，有很多小朋友喜欢去河边、沟塘玩水，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、沟塘里洗澡，时有溺水事件的发生。父母给你的生命只有一次，所以每个人都要珍惜生命，注意安全。

1. 游泳中要注意的安全问题：

学生分组讨论以后，教师进行总结。

游泳要严格遵守“四不”：未经家长、老师同意不去；没有会游泳的成年人陪同不去；深水的地方不去；水库、池塘不去。

2. 在网上搜集学生发生溺水而导致死亡的事故，然后组织学生共同分析发生溺水事故的原因，教师做总结。

溺水原因只要有以下几种：不会游泳；游泳时间过长，疲劳过度；在水中突发病尤其心脏病；盲目游入深水漩涡。

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易发生溺水伤亡事故的地方去游泳。选择良好的游泳场所，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. 必须要组织并在家长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。要做好下水前的准备，先活动身体，如水温太低应先在浅水处淋洗，待适应水温后在下水游泳；镶有假牙的同学，应将假牙取下，以防呛水时假牙落入食道或气管。

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。

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，若小腿或脚步抽筋，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。

1. 大声呼救。向附近的成人大声呼喊，尽量引起大人注意，请大人开展营救。

2. 简明扼要的向施救人员讲清落水人数、地点，便于开展营救工作。

3. 可将救生圈、竹竿、木板等漂浮物抛给溺水者，再将其拖至岸边。未成年人发现有人溺水，不能贸然下水营救，应立即大声呼救。

1、同学们小结;通过学习教育，你懂得了什么？

2、教师小结。同学们，生命属于我们只有一次，幸福快乐掌握在你的手里，希望同学们通过这堂安全教育课，学会珍惜生命，养成自觉遵守防溺水安全原则的好习惯。