

防溺水演讲稿(优质5篇)

演讲作为人类一种社会实践活动，它必须具备以下几个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。优质的演讲稿该怎么样去写呢？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

防溺水演讲稿篇一

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。

- 1、未经父母老师同意不去。
- 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)

- 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。

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、缺少安全防范认识，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法，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认识，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，提高安全防范认识，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。

防溺水演讲稿篇二

大家上午好。

我演讲的题目是《珍爱生命，预防溺水》

炎炎夏日已经到来。游泳安全渐成为学校安全教育的热点话题。凉爽的海滨、河流和小溪给人带来欢乐享受之余，也潜藏着安全危机，游泳前多一分准备和清醒，就可以带给我们欢笑，更可以避免可能的后悔与遗憾。

学校本着“以人为本，预防为主”的宗旨，为确保全体师生安全，严防因游泳带来安全事故的发生，坚决禁止任何同学私自到游泳池、水库、小溪等有水源的地方嬉戏和游泳。

溺水是常见的意外事故，会水者与不会水者都有可能发生，我们要了解一些溺水的基本知识和学会一些溺水救助技能。

溺水是指人淹没于水中，水充满人体的呼吸道和肺泡所引起的窒息。这种窒息会造成人呼吸停止和心脏停搏而死亡。

溺水后，溺水者面部会出现青紫、肿胀、双眼充血，口腔、鼻孔和气管充满血性泡沫等症状。肢体冰冷，脉细弱，甚至抽搐或呼吸心跳停止。

溺水者多是因为疏忽，有的是因为钓鱼或在河边玩耍，一不小心就掉到河里去了，有的是因为逞能，在水中游一段时间，又游得较远，因体力不支游而溺水，有的是在水中由于腿部突然抽筋，一时紧张慌乱而导致溺死。

一不要私自在河边、水库边、水沟边、池塘边玩耍、追赶，以防滑入水中。

二严禁小学生私自下水游泳和私自外出钓鱼。

三游泳前应做全身运动，充分活动关节，放松肌肉，以免下水后发生抽筋、扭伤等事故。如果发生抽筋，要镇静，不要慌乱，边呼喊边自救。常见的是小腿抽筋，这时应做仰泳姿势，用手扳住脚趾，小腿用力前蹬，奋力向浅水区或岸边靠近。

1、如果不慎滑落水中，应吸足气，拍打着水，大声地呼喊，岸上的人应马上呼喊大人救援，并找附近的有长树枝、竹子、草藤什么的，便于抛向落水的人抓住，如果没有大人来救援，岸上的人应一边呼喊一边马上脱掉衣服、皮带并把它们接起来抛向落水的人。当有人来救助的时候应该身体放松、让救助的人托住腰部。

2、互救法：

因为我们小学生年龄小，学校不建议同学们下水救人。如果发现有人溺水，不要冒然下水营救，要立即呼救寻求大人的帮助或投入木板、救生圈、长杆等，让落水者攀扶上岸。

生命安全高于天，父母给我们的生命只有一次，我们没有理由不珍惜，让我们谨记：珍爱生命预防溺水。谢谢大家！

防溺水演讲稿篇三

大家好！

从春天到夏天，天气越来越热。为了防止学生在游泳时溺水，我们实验小学开展了“珍爱生命，预防溺水”主题班会。

在炎热的夏天，游泳是青少年最喜欢的运动之一。但由于准备不足，缺乏安全防范意识，遇到意外时惊慌失措，无法冷静自救。溺水事故很容易发生。根据调查，在中国，平均每天有150多名儿童因意外伤害而丧生。意外溺水是儿童意外伤害的主要原因，10名意外伤害死亡的儿童中有近6名溺水。

同学们！夏天是酷热的，它的酷热牵引着多少人去沟渠、曲江海河湖中游泳、嬉戏？正是因为这一个个不规范的“游泳池”夺走了一个有一个含苞待放的生命，是一个有一个原本幸福的家庭承受着巨大的痛苦，这是多么令人心痛的事啊！

让我们一起大声呼喊：“珍爱生命，预防溺水！”

防溺水演讲稿篇四

老师们，同学们，早上好。我今天演讲的题目是珍爱生命，预防溺水。

天气越来越热，夏天来了。在炎热的夏天，游泳是青少年最喜欢的体育活动之一。但由于在遇到意外时缺乏准备、安全意识、恐慌和自救，容易发生溺水事故。

不私自到江河、湖泊、水库、堰塘、水井边玩耍；不熟悉水性的学生不擅自下水施救。要在家长或长辈带领下游泳；要到有防护设施和施救人员的正规的游泳场所游泳；遇到同伴溺水时，要大声呼喊，并立即寻求成人帮助，不能手拉人等盲目施救。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，溺水事件是可以防止的。

预祝同学们过一个健康快乐的夏季。谢谢大家！

大家好！

夏天到来，同学们一定不能松懈了，要知道天气炎热是非常容易下水洗澡的，这个天气也是很炎热，我们需要控制自己，从身边一些简单的事情做起最好，要知道克制自己，一定要做好相关的规划，不能够松懈了这方面的意识，保持好的心态，同学们安全始终都是在第一位，我们不仅仅是在学校需要注意，现在新闻上面报道的就是很多学生私自下水洗澡，然后遇到的了突发情况溺水，不管你水性有多么好的，也需要知道溺水的危险。

现在很多人就是没有想过溺水后的危险，所以一定要知道知道如何去克制自己，不管是会不会游泳，不管是水性再怎么好，也一定要知道这其中的危险，同学们不管是在什么时候都应该知道落实好这一点，再回家的路上也一定要注意这些，不能私自下水洗澡，我们学校之前也是有过这样的情况出现，这是非常危险的，千万是不能够忽视这一点，上次就是因为有几个同学在回家的路上私自下水游泳，这件事情学校都是严厉批评的，而且也是绝对不能够姑息，有一次这样的情况就可能会有第二次，同学们要知道生命是脆弱的，管好自己的行为一定要控制祝自己才是。

在一方面这非常的危险，虽然这个天气是炎热的，但是绝对不能够忽视这一点，危险时刻都发生在我们周围，谁都不知道下一刻会发生什么事情，在一些时候需要重视，严格的遵守规章制度，我们也可以用别的方式去解暑，这一点是非常明确的，不管是在什么时候要严格的督促自己，管好自己，

在我们的生活当中经常都会看到一些这样的例子，因为太过于相信自己的水性，所以在下水之后就溺水了，这一点非常的危险，有些事情还是要做好的，不管是在家家里还是在放学回家的路上，这一点始终都是非常清楚的，当然也需要学习各种安全知识，在溺水方面这是最直接的方式，让大家一起把这些基本的安全工作做好，无论是在什么事情上面要注意自身的安全，炎热的天气让我们都感觉是非常的躁动，但是一定要保障自己安全，不要以为自己水性好就肆无忌惮，现在这一点是很明确的，让我们安全的度过这个夏天，千万不能够松懈了神经，不能够让危险乘虚而入。

我的演讲完毕，谢谢大家！

演讲人□xxx

20xx年xx月xx日

防溺水演讲稿篇五

大家好！

今天我演讲的题目是《珍爱生命，预防溺水》。

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。