

2023年春节保供电表态发言 夏季防溺水 演讲稿(优秀6篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

春节保供电表态发言篇一

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，坚决禁止任何同学们私自到游泳池、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。

一、什么是溺水？

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。

二、如何预防溺水？

(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。

三、自救与互救

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！

春节保供电表态发言篇二

大家早上好！

今天我演讲的题目是《夏季安全常识》。

- 1、注意个人卫生，食用新鲜的食物，不吃生冷或留放时间过长熟食。
- 2、多吃瓜类蔬菜，夏季对人体影响最重要的因素是暑湿之毒，吃些凉性蔬菜，有利于生津止渴、除烦解暑、清热泻火、排毒通便。
- 3、多吃“杀菌”蔬菜。夏季气温高，病原菌滋生蔓延快，是人类疾病尤其是肠道传染病多发季节，这时多吃些“杀菌”蔬菜，可预防疾病。例如大蒜、洋葱、大葱、蒜苗等蔬菜对各种病原菌有灭杀和抑制作用。
- 4、多喝白开水，保持体内水分，增强血液循环。
- 5、不要吃冰激凌喝冷饮、防止肠胃生病。
- 6、不能到池塘或河里洗澡，防止溺水事件发生。
- 7、如果看到有落水，不要盲目下水救人，而应大声呼喊旁边的成人帮忙。
- 8、夜晚在家住宿的同学必须有家长亲自接送，以免给坏人以可乘之机。
- 9、双休日外出要与家长打招呼，不私自外出，不能在外过夜。

10、步行外出时要注意行走在人行道内，在没有人行道的地方要靠路边行走。横过马路时须要注意来往车辆，不要斜穿、猛跑。

11、注意个人卫生，经常使用肥皂和清水洗手，尤其在咳嗽或打喷嚏后。

12、避免前往人群拥挤场所。

13、咳嗽或打喷嚏时用纸巾遮住口鼻，然后将纸巾丢进垃圾桶。

14、打雷下雨的时候不要躲在大树下，不要出去收晾晒在金属线上的衣物。

15、不穿拖鞋，不穿奇装异服，要穿戴大方、朴素、干净、整洁。

同学们，生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一切的前提是安全。所以我们一定要时刻加强安全意识，做到警钟长鸣！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

春节保供电表态发言篇三

大家好！

当夏季来临的时候炎热气候总是让人感到难以忍受的，每当这个时候总会有人想要去河边游泳从而感受清凉的气息，殊不知在平静的水面下也潜藏着不少足以威胁大家生命安全的隐患，虽然以往以往老师也强调过这类问题却也有部分心存侥幸的学生不以为意，实际上当我们去查询资料的时候便能够了解到每年因为溺水而亡的事件实在是太多了。

当我们作为旁观者的时候也许会觉得溺水事故距离大家太遥远，殊不知等到危险来临的时候无论再怎么悔恨也是无济于事的，毕竟溺水意味着将会失去生命自然要为这样的代价感到悔恨，当我们在努力学习的时候应当明白自己肩上有着老师父母的期待，因此当我们因为溺水导致出现危险的时候会让父母和老师多么担心啊，更何况因为贪图一时的享受便将我们至于危险之中根本就是得不偿失的，所以我们得牢记老师的教导并尽量别去河边或者水库玩耍，毕竟在水中可能遭遇的意外因素有很多自然得有所警惕才行。

作为学生的我们面对酷暑应该要体现出较强的毅力才行，若是连这点毅力都没有的话又怎能在学习方面有所成就呢？因此我们得加强对防溺水知识的学习并在学习生活中做到这点才行，平时上下学的时候尽量不要去河边或者水库以免发生危险，毕竟有些时候侥幸心理对我们的危害性还是比较大的，因此对待这类问题需要慎重些并按照老师要求的去做，毕竟老师这般强调也是为了学生的安全着想自然不能够因为固执己见从而让对方失望。

明白溺水事故的危害性以后应当要感谢老师的教导，毕竟看似距离我们很遥远的溺水事故并不会因为心存侥幸便不会发生在大家身边，扪心自问当我们不幸溺水以后父母和老师将会多么伤心啊，明明有着更多的娱乐方式为何要做出这种令人担心的事情，保障自身的安全才能够让未来充斥着更多的可能性，身为学生的我们还得重视防溺水的问题以免因此遭受不必要的危险，我们的成长道路还有着很长的距离自然不能够因此中断，所以做好防溺水的相关工作对我们的成长来说是很有必要的。

当我们呼吸空气并迎接阳光的时候应该能够体会到生命的美好，对此我们要懂得知足并将心思都放在学习上才有利于自身的成长，在河边玩耍固然能够享受一丝清凉却更有可能带来难以弥补的危机，不要做出这种让父母伤心的事情才是身为学生的大家应该做的。

谢谢大家！

春节保供电表态发言篇四

【演讲稿导语】为大家提供夏季安全演讲稿，如果你有这方面的写作需求，相信本文内容能为你起到参考作用。演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿，下面是小编为大家收集的文章，希望能够帮助到大家，欢迎阅读！

同学们，假期来临了，为了使同学们在假期能安全度假，特要求全体同学注意安全，自觉遵守学校的规章制度。安全是一个沉重的话题。据中国教育部提供的资料显示[]20xx年因交通事故造成的中小學生伤亡人数超过二万五千人，平均每天有将近12名中小學生丧生在车轮之下，而在遭遇意外伤害事故方面，全国平均每天有约有50名中小學生遭遇意外伤害事故。其中溺水占到30%以上，位居第一。在其他安全事故方面，每年大约有1.6万名中小學生非正常死亡，平均每天就有40多人。这是一组多么触目惊心的数字啊！

我们的青少年时代不应该被这些血淋淋的数字所充斥！我们在暑假里要时时处处注意安全问题，严防各种事故的发生。并积极参加各项有益的社会实践活动，在校做个好學生，在家做个好孩子，在社会做个优秀的小公民。我们每一个同學都必须提高安全意识，学会自我保护。今天，我在这里再次提醒大家：安全是生命之水，文明是幸福之源！

下面，我要给大家提几点假期要求，希望大家不仅要记在脑子里，更要落实在行动上。

第一方面：安全第一，防范意外。

1、防溺水事故：

发生溺水事故是夏季在安全方面存在的最大隐患，因为每年在这个季节里我们的周围都会发生许许多多令人惨痛的事故和教训，并且这些教训往往是以生命的失去而作为代价的；对于一个家庭来讲，孩子生命的失去往往就意味着一个幸福家庭的破裂甚至毁灭。因此学校明确要求大家不准私自或擅自到渠边，河里玩耍戏水、捉鱼。学校把这一条作为假期里的一项行为规范和纪律要求。

2、要注意交通安全：

5月22日晚8点40分左右，一白色三菱越野车，在人民路红楼宾馆前，自西向东急速行驶，连撞8人，最后撞向路侧绿化带，车祸范围达50余米，4人当场死亡，其他四人受伤。当场死亡4人，是为一家人中的四口，爷爷奶奶孩子和母亲。另一人为其直系亲属。

所以一定要注意，不仅你注意自己的行为，更要留心那些危险的车辆。要遵守交通规则，严守交通法规。过马路走斑马线。不攀爬车辆，不乘坐无牌照的营运车，不准在公路上嬉戏。禁止未满12周岁的学生骑车上路。

3、要注意饮食卫生安全：

夏季是各种传染病易发的季节，希望同学们做好各种传染病的防控工作，养成良好的卫生习惯，严防“病从口入”。注意饮食卫生，不吃腐烂变质的瓜果食物，防止食物中毒。虽然在假期里需要合理补充营养，但也要防止暴饮暴食，少吃零食，少吃冷饮。利用这个假期，好好地调理自己的饮食，培养自己健康良好的饮食习惯。

4、其它安全注意事项：不要到施工场地、桥梁、公路上游玩，捉迷藏，玩游戏。禁止进入废弃的空闲房屋内玩耍，逗留。外出时应向家长交待去向以便于及时联系，未经家长同意不要私自外出、外宿和远游。在任何时候都禁止携带火种、玩

火。不携带、玩弄易燃、易爆、易腐蚀的各种物品。不携带、玩弄刀、枪、棍棒等危险物品。不要随便接触电源、电线，不乱摆弄带电电器，远离高压电线和配电室。学习防汛、防震、防台风、防电等防灾知识，增强防灾意识和能力。不准攀爬电杆、树木、楼房栏杆、不翻越围墙、不上楼顶嬉闹；不准进行不安全的戏闹，如抛石头、土粒、杂物，拿弹弓、木棍、铁器、刀具等追逐戏打。

5、注意防雷击：室内防雷：如有雷鸣闪电时您正巧在家里，将门窗关闭，不要冒险外出。不使用无防雷措施或防雷措施不足的电视、音响等电器，最好拔掉电源线、电话线及电视闭路线、外接天线；不接触天线、水管、水龙头、铁丝网、金属门窗建筑物外墙、电线等带电设备或其它类似金属装置；减少使用电话和手提电话；不要使用太阳能热水器淋浴；不要出去收晾晒在金属线上的衣物，晾衣用的金属线不要拉进室内；不站在门前或屋檐下，不站在电灯泡下，最好在远离门窗、电灯泡1米之外的室内休息。

室外防雷：遇雷雨天气，应进入有避雷装置的室内，千万不要使用金属骨架伞，不要把铁锹、高尔夫球杆等扛在肩上；打苗时不可大步跑，最好就地蹲下，远离高烟囱、铁塔、电线杆，绝不能在大树下避雷雨，如找不到适宜的避雷场所，应尽量降低重心和减少人本与地面的接触面积，千万不要躺在地上、壕沟或土坑里，如披上雨衣，防雷效果更好；雷雨天不中从事水上作业，不要游泳、钓鱼；打雷时不要去山顶、坡顶、楼顶；出门时最好穿绝缘鞋，不要开摩托车，骑自行车，在野外的人群之间应拉开几米的距离，不要挤在一起，在汽车内不要把头、手伸出窗外。

6、不准私自到学校嬉闹，不准弄坏公共财产。

第二方面：严格要求自己，认真完成假期作业

1、牢记自己是一名中学生，时刻牢记《中学生守则》和《中

《学生日常行为规范》的要求，我们学校一直倡导，也一直要求同学们“在家做个好孩子，在学校做个好学生，在社会上做个好少年”，希望大家牢记老师的谆谆教导，走出校门后，仍要约束自己的行为，不放纵自己。

2、每天利用一定的时间温习功课，完成作业；

3、每周看一本有益的课外书；

4、做一个安全知识手抄报；学校要评比，（以收集法律及安全知识为主）。

同学们，生命只有一次，但愿平安伴你一生！最后希望同学们把“珍爱生命，安全第一”牢记在心，平平安安过暑假，快快乐乐返校来！

一、饮食安全

1、购买各种包装食品时要注意，不买“四无”食品、饮用品食用。“四无”产品指的是：无生产厂家；无生产日期；无保质期；无绿色食品“qs”标志。

2、尽量吃煮沸的食品，不吃凉菜、生菜，不吃腐烂变质的食品，不乱买街头无证照小贩加工的食品，不饮用生水。

3、尽量不到校外用餐，如果外出用餐应当选择卫生、干净的餐馆，不在流动人口较多并易传染流行性疾病的地方用餐，不在无证摊位上用餐。

4、如食用食品后出现以下症状及时到学校医务室观察、就诊，并报告老师。

(1) 头晕，头痛发烧；

(2) 肚子痛；

(3) 腹泄(拉肚子)；

(4) 呕吐等。

5、养成饭前便后洗手的良好习惯。

二、财产与人身安全

1、树立防盗意识，外出或夜间关好门窗，收拾、保管好个人财物，尤其是手机等贵重物品务必自行妥善处置。

2、严禁下河洗澡和严防暴雨、雷电、冰雹、洪水、泥石流等灾害天气。

3、杜绝学生在教室、宿舍内私拉乱接、吸烟、点蜡烛、点蚊香和乱燃烧废纸废物，慎防引起火灾。

4、住宿生夜晚尽量不出校门，不到网吧等易引发事端的场所活动。

5、遵纪守法，不参与打架斗殴、酗酒赌博等违法乱纪活动，住宿生不得晚归，严禁夜不归宿。

三、交通安全

1、自觉遵守交通法规，切勿横穿马路，过马路时注意来往车辆。

2、在道路上行走，应走人行道，无人行道时靠右边行走。

3、不闯红灯，不进入标有“禁止通行”、“危险”等标志的地方。

4、不乘坐非法运营车辆，不乘坐超载车辆，不乘坐车况不好的车辆。

四、女生安全

1、夏季是女生容易遭受侵害的季节，因此女生更要注意人身安全。穿戴要端庄、得体，衣着不要太透太暴露，在房间里要随时关闭门窗及窗帘。

2、晚间一般不要外出，如确需外出，要结伴而行，并告知同寝室其他同学外出方向、联系方式，切记要及时返回，不在校外留宿。

3、与男性单独交往时，谨慎地把握好自己，不到僻静、阴暗角落或人迹罕至的地方，尤其应当注意不要饮酒甚至于饮料。倡导自尊、自爱，理性地处理好男女交往过程中出现的问题与矛盾。

五、运动安全

1、夏季人体能量消耗很大，运动时更要控制好强度。一旦出现中暑症状，应立即到阴凉通风处坐下，喝些凉盐开水，呼吸新鲜空气，在头额部或腋下等处进行冷敷。有头晕、头痛、恶心、呕吐等症状时，可服用人丹、十滴水等祛暑药物。如经过处理仍不见好转，应立即到医院就诊。

2、夏季运动出汗多，所以及时补充水分非常重要。补水方法最好是少量多次，运动中每10到15分钟饮水150到200毫升。但不要喝过甜的饮料，以避免增加胃的负担。运动后也应及时补充水分，但不要一次喝得太多，狂饮会增加心脏的负担。

3、有的人运动后习惯吃冷饮，事实上在身体温度很高的情况下吃冷饮会伤害肠胃，轻者会引起消化不良、呕吐、腹泻、腹痛等急性胃肠炎，重者还可能为以后患慢性胃炎、胃溃疡

等埋下祸根。运动后温稀盐水是最好的饮料。

4、不要立即冲凉。人体充分运动后会大汗淋漓，全身的毛孔都打开了。如果这时突然用冷水浇身，会引起感冒、发烧。且冲凉并不能帮助肌肉放松，反而会使肌肉更加紧张。正确的方法是等身上的汗都干了，再用温水冲澡，水温应高于体温1~2℃。

希望全校同学自觉遵守上述注意事项，遵守校规校纪，珍爱生命，做文明学生。

老师们，同学们：上午好。

今天我讲话的题目是：搞好冬季校园安全，创建文明和谐校园。

一、交通安全

冬季有时有霜，路面较滑，有时还有大雾天气，加上冷空气，使人体关节的灵活性较差，反应也相对缓慢。所以在上学、放学路上要注意交通安全。骑自行车的同学要靠右行；不能并排骑行，更不能撒把骑行；通过路口或者横穿马路时要减速慢行，为了自己和他人的安全，希望同学们一定要注意交通安全，自觉遵守交通法规。

二、校内安全

在校内上体育课、课间活动时也要注意安全，不做危险的游戏，不追逐打闹。打扫卫生时，清洁用水不要滴撒在路面上，更不能随意乱倒。同学们上下楼梯要有序，切不可急步上下，要养成上下楼梯靠右行走的良好习惯，防止校园拥挤踩踏事故。（我们发现有些同学上下楼梯时一次踩两个台阶，这是非常危险的，希望以后不要有这种现象发生）。在下雨天，我们的教学楼、办公楼、食堂的楼道、楼梯都会很滑，请同学们

在行走时务必轻脚慢步。

三、卫生防病

冬季是流感等传染病高发季节，同学们要做好预防措施，做好个人卫生，勤洗手、勤通风，在人多的公共场合带好口罩。在咳嗽和打喷嚏的时候请用纸巾捂住口鼻，并及时洗手；同时，天气寒冷，同学们要多添加衣物，不要为了所谓风度而挨冻受冷。重视食品安全，不要购买、食用生冷的食品。

四、消防安全

冬季，天干物燥，火灾隐患很大，大家要自觉做到：

- 1、不带不玩打火机，烟花、爆竹等易燃易爆物品，以免发生意外。
- 2、自觉爱护校园内的各种消防措施。
- 3、在教室里，不得擅自使用电器设备。
- 4、放学之后，请随手关掉电器。
- 5、冬季取暖注意通风防止煤气中毒。

老师们，同学们，让我们共同努力，创建和谐校园、平安校园！让我们在国旗下共同祝愿，祝愿我们的校园正真成为全校师生安全的港湾，和谐的乐园！谢谢大家！

春节保供电表态发言篇五

大家好！

当夏季来临的时候炎热气候总是让人感到难以忍受的，每当

这个时候总会有人想要去河边游泳从而感受清凉的气息，殊不知在平静的水面下也潜藏着不少足以威胁大家生命安全的隐患，虽然以往以往老师也强调过这类问题却也有部分心存侥幸的学生不以为意，实际上当我们去查询资料的时候便能够了解到每年因为溺水而亡的事件实在是太多了。

当我们作为旁观者的时候也许会觉得溺水事故距离大家太遥远，殊不知等到危险来临的时候无论再怎么悔恨也是无济于事的，毕竟溺水意味着将会失去生命自然要为这样的代价感到悔恨，当我们在努力学习的时候应当明白自己肩上有着老师父母的期待，因此当我们因为溺水导致出现危险的时候会让父母和老师多么担心啊，更何况因为贪图一时的享受便将我们至于危险之中根本就是得不偿失的，所以我们得牢记老师的教导并尽量别去河边或者水库玩耍，毕竟在水中可能遭遇的意外因素有很多自然得有所警惕才行。

作为学生的我们面对酷暑应该要体现出较强的毅力才行，若是连这点毅力都没有的话又怎能在学习方面有所成就呢？因此我们得加强对防溺水知识的学习并在学习生活中做到这点才行，平时上下学的时候尽量不要去河边或者水库以免发生危险，毕竟有些时候侥幸心理对我们的危害性还是比较大的，因此对待这类问题需要慎重些并按照老师要求的去做，毕竟老师这般强调也是为了学生的安全着想自然不能够因为固执己见从而让对方失望。

明白溺水事故的危害性以后应当要感谢老师的教导，毕竟看似距离我们很遥远的溺水事故并不会因为心存侥幸便不会发生在大家身边，扪心自问当我们不幸溺水以后父母和老师将会多么伤心啊，明明有着更多的娱乐方式为何要做出这种令人担心的事情，保障自身的安全才能够让未来充斥着更多的可能性，身为学生的我们还得重视防溺水的问题以免因此遭受不必要的危险，我们的成长道路还有着很长的距离自然不能够因此中断，所以做好防溺水的相关工作对我们的成长来说是很有必要的。

当我们呼吸空气并迎接阳光的时候应该能够体会到生命的美好，对此我们要懂得知足并将心思都放在学习上才有利于自身的成长，在河边玩耍固然能够享受一丝清凉却更有可能带来难以弥补的危机，不要做出这种让父母伤心的事情才是身为学生的大家应该做的。

谢谢大家！

春节保供电表态发言篇六

大家好！

夏天来了，炎热的天气里，总是会想去玩水，而玩水却是有一定的危险性，我们也是要去注意，去预防溺水，不要只顾着贪玩，而不去考虑安全方面的问题，在此，我也是呼吁大家，在玩水的时候，要注意安全，一些事情该做的要去做，一些不该做的，决不能做。

溺水，其实可能我们身边并没有出现，但是我想同学们也是知道，新闻里经常的出现，老师每到了这个季节也是会和我们说这个话题，而我今天要讲的也是这个，也是希望大家在去玩水的时候，是要注意安全，不要独自去一些不明情况的河道里游泳，如果是要游泳要去正规的一个游泳池里面，同时也是需要有大人的陪伴才可以，不能私自的下水去玩。生命对于我们每一个人来说，其实都是一样的，只有一次，如果不去珍惜，不去重视，那么可能就是一时的忽视，就离开了这美好的世界。安全，我想同学们都是清楚，玩水是快乐的，我们也是不希望它最后变成家人的一种悲伤。

其实我们每个人都是能做到，不去危险的河道里游泳，和大人一起去正规的玩水场所，重视安全并不是不能做到的事情，很多时候，我们也是要注意自己的身体状况，不能状态不好的时候还贪图玩乐，虽然玩水是快乐的，但是也是有危险性的，去玩的时候，自己的准备一定要足够，如果不清楚，问

老师，问家长，和老师或者家长一起去，确保安全的前提下再去愉快的玩耍。生命是宝贵的，我们要去珍惜，一时的玩乐，其实我们很多的机会可以去的，并不要冲动，而且遇到危险的情况，也还是要去劝阻，如果不听的情况也是可以告诉家长，或者老师来阻止。同学们，我们玩水是为了快乐，而不是去冒险，更不是把自己的生命不顾，所以更是要谨慎，要确保安全才可以。

夏天，可以做的事情有很多，不单单只是玩水这个活动，所以我们也是可以做一些其他的活动来找到快乐，喜欢玩水的同学也是可以去学习游泳，在专业的教练指导下，更好的去体会在水中畅游的快乐，同学们安全是第一，让我们都是行动起来，为了安全，再去玩水，保护好自己，同时遇到危险的情况也是要冷静的去处理，让我们预防溺水，快乐的玩水，但不危及生命，一起为了自己，为了生命而把安全牢记在心里。谢谢！