

# 2023年珍爱生命预防溺水活动心得(通用10篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 珍爱生命预防溺水活动心得篇一

四、活动组织：

组长：

副组长：

组员：全体教师

五、活动时间：

4月30日至10月10日

六、活动内容：

我校以防溺水安全宣传为契机，开展七个一活动。

(1) 召开一次防溺水专题教育师生动员启动仪式。利用国旗下讲话和课间操时间，组织全体师生作一场以防溺水安全教育周的启动仪式，并做相关安全知识宣讲。

(2) 悬挂一条安全警示横幅。在专题教育活动期间，学校要在校园醒目处长期悬挂“珍爱生命，预防溺水”为主题的安全

警示横幅，营造浓厚的校园防溺水宣传教育氛围，并开展师生在横幅上签名活动。

(3)开展以防溺水为主题的班队活动。让学生讲述自己学校、家庭周边存在的易发生溺水的危险地带、水域，发动学生分析造成溺水事故的原因，提出避免溺水事件发生的建议，以及当发现、发生溺水事件时应如何处置、如何自救互救等。以近年来县内外学生溺水死亡的典型事例进行教育，使学生情感上有触动，避免空洞说教，做到预防溺水常识生生尽知，确保人人受教育，确保入耳入脑入心。

(4)开展以防溺水为主题的学生演讲活动。在专题教育活动期间，利用国旗下讲话等形式，每周一位学生作1~2分钟简短演讲。

(5)开展以防溺水为主题的手抄报、温馨提示卡制作、温馨提示语征集评比活动。

(6)深入开展“学生安全千万家”活动。在学生放假前安排教师开展“防溺水家访”活动。通过上门访问、电话联系等方式，向家长宣传防溺水安全教育的具体要求。对法定监护人长期在外务工或法定监护人无法履行责任的学生，家访老师要协助当地村委会(居委会)指定新的监护人。尤其是留守儿童、外来务工子女、单亲家庭子女等重点监控对象，要做到家访到位率100%。使预防溺水意识深入人心、家喻户晓。

(7)签订家校及学生防溺水安全承诺书。安全承诺书一式两份，学生及家长留存一份，学校存档一份。

## 七、活动要求：

安全是学校头等大事，希望全体教师以“防溺水安全宣传日”为契机，积极行动起来，全体教师要高度重视对学生的安全教育，在夏季即将来临之际，对学生进行防溺水专

项教育显得尤为重要和迫切，因此，全体教师要从重视人的生命的高度，认真开展好“珍爱生命，预防溺水”教育活动。在广泛宣传教育的基础上，班主任要积极做好学生离校时与家长的衔接工作，避免出现学生管理上的空档，在暑假前，对学生进行安全教育时，必须进行预防溺水的安全教育。

## 珍爱生命预防溺水活动心得篇二

3月19日，海宁市丁桥镇新仓幼儿园一对双胞胎幼儿，放学回家后在河边玩滑板车，不慎坠河，经抢救无效死亡。溺水事故一直是造成学生非正常死亡的主要因素。，我市非正常死亡学生中，60%是因溺水造成的。夏季即将来临，而夏季又是学生溺水事故的危险期、高发期。由于我市河网密布的特殊地理环境和新居民子女增多的学生结构特点，使学校面临的防学生溺水形势更加严峻。各级领导非常重视学生安全工作，要求对夏季防学生溺水工作要早谋划、早部署、早安排、早落实。为有效预防学生溺水死亡事故发生，经研究，决定在全市中小学开展预防溺水事故专项教育活动。现将有关事项通知如下：

4月10日至7月10日

全市初中、小学在校学生

### （一）突出四项教育重点

1、突出重点教育对象。全市在校学生溺水死亡21人，小学生占了19人，占90.5%，要将小学段学生作为重点教育对象；溺水死亡的19名小学生中，在农村学校就读的17人，占89.5%，要将农村小学生作为重点教育对象；溺水死亡的21人中，新居民子女为10人，占47.6%，要将新居民子女作为重点教育对象。

2、突出重点教育时段。溺水死亡的21人中，3例发生在中午

放学途中，其余18例均发生在双休日、节假日等时段。要将放学、双休日、节假日等时段作为重点防范教育时段。

3、突出重点教育知识。目前我市学校普遍未配备游泳馆和掌握游泳技能的师资，暂时还不具备教会每个学生游泳的条件，因此教育的重点仍是防止学生私自下河游泳为主。有条件的学校可以开设游泳技能课，供学生选择学习，逐步掌握游泳技能，教育部门在条件成熟时将考虑把游泳技能作为体育中考选项之一。

由于溺水事故发生后小学生普遍不具备互救的能力，互救中出现更多死亡的情况较多，因此溺水事故发生后的自救和互救方法要暂时作为辅助教育。

4、突出纪律教育。学校要突出学生私自下河（塘）游泳在学校纪律惩罚中的份量，对屡次私自下河（塘）游泳者要进行批评教育直至纪律处分，杜绝溺水事故发生。

## （二）明确学生五项要求

2、明确要求学生不得擅自邀请其他同学下河（塘）游泳；

3、明确要求学生不得在不会游泳的监护人带领下下河（塘）游泳；

4、明确要求学生不到河边，建筑取土形成的水坑边玩耍、戏水、嬉闹；

5、明确要求学生在见到有人落水而自己又无能力救护的情况下，不要避而不见逃走或者冒然下水救人。

（二）及早布置，认真开展各项安全教育活动。各级学校要根据气温变化，及时调整安全教育工作重心，把“防溺水”专项教育活动摆在更加突出的位置。根据文件要求，及早做

好活动规划，认真进行工作部署，合理选取教育素材，采取一切可能措施，保质保量开展好各项安全教育活动，尽最大努力把溺水死亡人数降到最低。

（三）认真排查，及时整治校内及校园周边水域存在的溺水隐患。各级学校要在月度安全隐患排查的基础上，加大排查力度，扩大排查范围。校内水池、河流有危险的地方要加固安全设施，设置明显的安全提示标牌。对学校周边的河流、池塘以及学校附近工地上的水坑，要在校门口设置安全提示语，提示这些地方存在的危险。加强学校值班人员的巡逻力度，严防学生私自下水游泳、嬉戏，预防和杜绝溺水事故的发生。

各地接此通知后要迅速研究，立即部署有关工作。

## **珍爱生命预防溺水活动心得篇三**

每年5月至9月是学生溺水事故高发期。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，一些学生会禁不住酷热而偷偷瞒着老师和家长下水游泳，这是极其危险的。为确保学生生命安全，严防因游泳、嬉水、恶劣天气带来安全事故的发生，根据上级有关文件精神，结合我校实际情况，特制定本方案。

### **一、指导思想**

坚持“以人为本，生命至上”的原则，充分发挥学校的教育和管理职能，避免溺水事故的发生，创建平安和谐校园。

### **二、活动目的**

普及学生游泳安全知识及自救、互救常识，加强对学生的防溺水的安全教育，进一步密切家校联系，杜绝溺水事故的发生。

### 三、活动主题

## 珍爱生命预防溺水活动心得篇四

游泳，是广大青少年爱好的体育锻炼项目之一。然而，不做好预备、缺少安全防范意识，碰到意外时慌张、不能沉着自救，极易发生溺水伤亡事故。

为了确保游泳安全，避免溺水事故的发生，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、浴场是否是卫生，水下是否是平坦，有无暗礁、暗流、杂草，水域的深浅等情况要了解清楚。

必须要有组织并在老师或熟习水性的'人的带领下去游泳。以便相互照顾。假如集体组织外出游泳，下水前后都要盘点人数、并指定救生员做安全保护。要清楚自己的身体健康状态，平时四肢就轻易抽筋者不宜参加游泳或不要到深水区游泳。要做好下水前的预备，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。

对自己的水性要有自知之明，下水后不能逞能，不要冒然跳水和潜泳，更不能相互打闹，以免喝水和溺水。不要在急流和旋涡处游泳，更不要酒后游泳。在游泳中假如忽然觉得身体不舒服，如眩晕、恶心、心慌、气短等，要立即上岸休息或呼救。在游泳中，若小腿或脚部抽筋，千万不要惶恐，可用力蹬腿或做跳跃动作，或用力推拿、拉扯抽筋部位，同时呼唤同伴救助。

## 珍爱生命预防溺水活动心得篇五

进入夏季，天气逐渐炎热，为了让“防溺水”工作真正落实到位，5月16日下午，汶上县杨店镇中学组织各班开展了“防

溺水”主题班会活动。

活动中，各班班主任围绕主题，结合班级实际情况，向学生讲解“防溺水”的知识，通过播放相关的视频资料，让学生模拟溺水环境。通过学生宣誓活动，生动地向学生进行防溺水教育，增强了学生溺水防范意识。学生对生活中存在的`溺水隐患，以及如何采取切实可行的措施避免溺水有了清醒的认识。

课后班主任与每位学生签订了《防溺水安全承诺书》，并发放了《致学生家长一封信》，以增强学生家长的安全意识和监护人的责任意识，以家校联手的方式，共同做好学生安全监管工作，严防溺水事故的发生，确保学生生命安全和健康成长。

此次班会课让学生明白私自下水游泳玩耍的极端危险性，牢固树立珍爱生命，安全第一的意识，培养学生自救自护的素养和能力。

## 珍爱生命预防溺水活动心得篇六

看了电视之后，我突然想到我家对面的那条河，其实之前我也喜欢跟邻居伙伴一起在河边玩耍，可是我们都没有在意在河边是否危险，虽然，我们没有下去玩水，也没有人下去游泳，但是我觉得现在开始我要注意安全了。

看着电视里，这么多溺水死亡的事故发生，我感觉有点胆战心惊，很害怕。看着这些爸爸妈妈失去孩子的痛苦，我很难过，我真的希望我们这些小孩子能够听大人的话，千万不要私自下去游泳，玩水，为了自己的生命，请珍惜自己。我们应该做到以下几点：不应该私自下水游泳，不擅自与同学结伴游泳，不再无家长或老师带领下游泳，不到无安全设施、无救护人员的水域游泳，不到不熟悉的水域游泳，平时无成年人监护，不到河边、水塘边玩耍。同时，我们要学会基本

的自护、自救方法。

这次学校开展的这项活动是值得我们小孩子思考的，生命是宝贵的，也是脆弱的，稍有不慎更是短暂的，我们应该时时刻刻注意安全，珍爱生命。“预防溺水，珍爱生命”给我们的很及时，更应该长鸣在我们小学生的心头！同学们，让我们时刻绷紧安全这根弦。

## 珍爱生命预防溺水活动心得篇七

人的生命只有一条，岂能让溺水志这一回事让更多的人离开这个世界呢！我们要顽强抵抗，我们的生命不能白白牺牲，就像陶渊明说的“一生能复几，倏如流电惊晋”。

今天，我听校长说：上个学期，有一个低年级的学生在河边洗脚，不小心把一个鞋子掉到河里了，就去捡那个鞋，地很滑，人就掉到河里了，幸亏有个学生看见了，就大声喊“救命”这两个字，就有个大人听见了，就急忙跑过去，学生说：“有个低年级的学生掉到河里了。大人急忙走下去，把学生救起来了，幸好还可以进行及时抢救。所以我希望大家都不要去河边游泳了。”

游泳时必须遵守以下的规矩：一、游泳前必须做好热身运动。二、水下不明时，不要跳水。

## 珍爱生命预防溺水活动心得篇八

夏天的天气是炎热的，人们都喜欢去一个既省钱又舒服的地方游泳。今天的河流看上去与平时似乎有所不同，原来是旁边多了一个可爱的小男孩，这个小家伙看上去应该有七八岁吧，那么小的一个小孩竟然敢独自一人来江边游泳，人们都在猜想他应该是家中的小宝贝吧！人们正当想得高兴的时候，忽然一个意想不到的事情发生了。水面上出现了一个极大的漩涡，快把小男孩淹没了，人们都想上去营救他，但是水流



太急了，无法靠近他。人们心里都希望他能凭自己的坚持游上来，能平安无事，但人们的希望都被急流冲破了，把一个生命彻底毁灭了，把一家人的幸福生活打碎了。难道他真的要沉下去了吗？是的，江流是无情的，它把一个新的将来亲手断送了，这是残忍的现实。

x月x日，一县中学x名高一学生与同学结伴擅自下河游泳，溺水身亡□x月x日，一县x名初一学生不听劝阻，私自下塘游泳，溺水身亡□x月x日，一职业技术学院x名学生到一大学城内一湖游泳，其中x名20一级女生预下水时不慎滑入湖中，约7分钟后被同行人员从湖底救起，后经抢救无效死亡。其实这些故事全部都是一个个鲜活的例子，似乎在以血淋淋的现实告诫我们不要低估大自然的可怕，因为不管怎么说我们对防溺水知识都是没有太多了解的，抱有侥幸心理的结果只能是火红的生命就这样被那江河吞噬了，我们作为旁观者我们都为他们悲伤、心痛。而这种心痛的程度是永无休止的，它将浸入他们的生活，改变他们的一生。

为了使社会减少悲伤之痛，增加快乐，希望各位同学能引以为鉴，不要别人再为你哭泣，家人为你而悲痛，朋友为你而叹惜。“宁欺山，莫欺水”，希望各位同学把它永记心中，时刻提醒自己，珍爱生命，预防溺水，江河已经淹没了太多的人才了，不要再让江河增加更多的罪恶吧！

## **珍爱生命预防溺水活动心得篇九**

水是生命之源，人们的生活每天都离不开水。可是，同学们，你们知道吗？看似平静而柔弱的水，有时也会吞没一些人的生命，显示出它可怕的一面。

夏天的脚步越来越近了，天气也逐渐变热，溺水又进入一个高发期。不管是学校的老师，还是家长，都经常告诫我们不要私自下河游泳或到水边玩耍，可有些同学总是不听劝告，在放学后、周末或者节假日到水边去，导致溺水事件时有发生

生。

就在前几天，我在一篇报道上看到，有三位小学生认为自己的游泳水平很高，于是三个人就约好一起去河里游泳。当他们正游得兴高采烈的时候，其中一位同学不知怎么就突然游不动了。他在水中不停地挣扎，溅起了大片的水花。游在后面的同学一听到“扑通”声，就赶紧掉头去救他，可还没游到他的身边，就已经沉入水底了。吓得那两个同学赶紧大声呼救，附近的大人听到呼救声纷纷赶来救援。人们费了好大的劲才把落水的孩子捞了出来并送往医院，但那孩子还是因为抢救无效而失去了生命。溺水同学的家长痛哭不已，但悲剧已经发生。

游泳虽然好玩、有趣，但是安全才是最重要的。无论你的游泳技术多么厉害，如果忽视了安全，一不小心就会出事。俗话说，不怕一万，就怕万一。为了安全起见，如果同学们实在想去游泳的话，一定要和家人一起去正规的有救护人员的游泳馆去游泳，不要独自或和同学结伴去池塘、河流、湖泊、水库等危险地带游泳。一旦发生危险，一定要懂得智慧救援，立即大声呼救，寻求大人的帮助，而不要盲目施救，以免发生更大的事故。

同学们，夏天是炎热的，这种炎热会让你产生下水的冲动。可是，人们常说，冲动是魔鬼。当这种炎热“牵引”着你跳进水中，享受清凉的时候，一个可以随时吞噬你生命的魔鬼也就在不远处。这一个个不规范的“游泳池”，夺走了多少含苞待放的生命，使原本幸福美满的家庭失去了笑声，承受巨大的痛苦。这是多么令人心痛的事啊！

昨天，我们学校举办了“预防溺水，珍惜生命”的活动，我觉得这个活动是十分有意义，屠老师告诫我们应珍惜生命，天下没有后悔药，我们要对自己负责，对家人负责，毕竟生命只有一次，如果你不好好珍惜，老天不会给你第二次机会。

去年我们嘉兴又有十位儿童，失去宝贵的生命，他们有的才读一年级，甚至还有幼儿园的，家长们个个泣不成声，埋怨自己没有把自己的孩子看紧。这么多悲惨的一幕幕，我再也不忍心看到，所以我们应宣传“预防溺水，珍爱生命”这口号让我们这世界充满阳光。

钱塘大潮是人人都知道的一个著名景点，雄伟的潮水，滚滚的涛水，表面上是那么美丽，那么的壮观，但它却是一个黑色陷阱，特别是那个丁字形大道，每个人们玩得真开心时，一个大浪总要吞走几个鲜活的生命，这是一个旅游景点，也是一个黑色墓地，我们应当注意安全。

我们生活在农村，更要防止溺水。家边的小河塘，看似很浅，但底下的淤泥你有没有想过？我们要尽量做到不下河游泳，如果你实在忍不住，那必须有家长陪同，下水前先让身体适应水温并且做好健身防止抽筋导致死亡。

生命只有一次，如果你不好好珍惜，就再也没有机会了，记住：天下没有后悔药。

## **珍爱生命预防溺水活动心得篇十**

人的生命只有一条，岂能让溺水志这一回事让更多的人离开这个世界呢！我们要顽强抵抗，我们的‘生命不能白白牺牲，就像陶渊明说的“一生能复几，倏如流电惊晋”。

今天，我听校长说：上个学期，有一个低年级的学生在河边洗脚，不小心把一个鞋子掉到河里了，就去捡那个鞋，地很滑，人就掉到河里了，幸亏有个学生看见了，就大声喊“救命”这两个字，就有个大人听见了，就急忙跑过去，学生说：“有个低年级的学生掉到河里了。大人急忙走下去，把学生救起来了，幸好还可以进行及时抢救。所以我希望大家都不要去河边游泳了。

游泳时必须遵守以下的规矩：一、游泳前必须做好热身运动。  
二、水下不明时，不要跳水。