# 最新提高安全意识的演讲稿(汇总14篇)

来源：网络 作者：眉眼如画 更新时间：2025-01-03

*演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。提高安全意识的演讲稿篇一各位同学：校园内所有设施都是经过反...*

演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

**提高安全意识的演讲稿篇一**

各位同学：

校园内所有设施都是经过反复斟酌按安全标准建造的，可还是会出现某些意外，这往往就是人为因素了。设想一下：在教学楼宿舍楼走廊，上下楼梯追逐打闹是不是很危险?用力关门是不是可能夹住手指?在人众多地方突然加速或者改变跑动方向是不是不安全?所以，做一个文明守纪的学生，安全才会得到更大的保障。学校要求，凡是集体活动要有组织、有秩序，而且整个过程保持不喧哗。

体育活动是把双刃剑，不参加体育活动没有活力身体还会出问题，参加体育活动可能会有危险，如果懂得安全常识，才会安全地达到锻炼的目的。饭后或身体不舒服不宜运动，剧烈运动之前一定要做好准备活动，不做超越体能极限的动作，集体列队跑步不要擅自转向或超前，上体育课一定要听从老师对运动项目动作要领的讲解。

食品安全也存在隐患。“民以食为天”，我们每天都离不开食物，而且随着食品越来越丰盛，我们都希望吃得更好，吃得安全，吃出健康。下面我给几点关于食品安全的建议：

1.合理膳食。“一日三餐”，间隔4-5小时，胃的消化机能刚好适应，也满足了身体获取能量的需要。个别同学不吃早餐上学或第一节课后才匆忙吃点东西，一定会影响身体健康和学习效果。

2.尽量在中山大学校内食堂或在家里用餐，不到校外无证摊贩处购买食物或叫外卖。

3.白开水是最好的饮料，一些饮料含有防腐剂、色素等，经常饮用不利于健康。

4.购买食物时，注意食品包装，生产厂家、生产日期、食品原料、营养成分、qs标识等都是要注意的。不能购买三无产品。打开食品包装，检查食品是否变质腐败。

5.多吃蔬菜水果，水果洗净或去皮。

6.少吃油炸、烟熏、烧烤食品。

安全感来自于我们对环境、人、事、物的应变能力。遵守群体生活规则，远离危险。一旦不幸出现摔伤、食物中毒等安全问题，应首先报告老师、校医或家长，擅自处理有可能造成第二次伤害。

没有安全就没有健康，没有健康就没有快乐，安全是我们一切行为的前提。祝愿同学们安全、健康、快乐地成长!

**提高安全意识的演讲稿篇二**

尊敬的老师，亲爱的同学：

大家好！

今天我演讲的.题目是《珍惜生命，注意安全》。校园安全关系到我们每一个家庭的利益，关系到我们每一位同学的切身利益，可往往有的同学认识不到这一点，随便在校园打闹、在上体育课时不按老师的要求去活动，甚至还有的放学后在楼梯故意拥挤等等，这样很容易造成无为的伤亡，一旦悲剧发生，就会给我们带来伤痛，给自己造成损失或影响学习。

1、加强宣传教育。认真组织开展以“构建和谐校园，健康安全成长”为主题的安全教育主题班会，提高我们的安全、文明意识，要时时想安全，事事讲安全，树立自我安全意识，让安全走进我们的生活。

2、提高个人思想素质。团结同学，和同学和睦相处，善于化解同学之间的矛盾。不因小事和同学争吵，不打架斗殴，不在在校园内外发生暴力行为，争做文明的学生。

3、关注课间安全。请同学们在课间不做剧烈的活动，避免发生各种伤害事故；上下楼梯靠右走，做到“右行礼让”；不追逐嬉戏，不打闹，不攀高，不拥挤，不抢道。

4、认真学习，珍惜时光。远离网吧，远离台球室，远离游戏厅，不吸烟，不喝酒，不赌博，不看不健康的书籍，不结伙、不谈恋爱，不同社会闲杂人员交往。

5、讲究饮食卫生，养成良好习惯。拒绝三无食品，不吃腐烂变质食品，不偏食，不吃零食，不喝生水。

校园是我们的家！为了创建文明的校园，为了大家都能健康快乐地成长，让我们携起手来，从现在做起，从自我做起，从点滴做起，严格要求自己，改正不良的行为，共同维护好我们的校园环境，为构建和谐校园贡献自已的一分力量。

**提高安全意识的演讲稿篇三**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是：提高安全意识，共创阳光校园。

今天是我国第xx个中小学生安全教育日。据统计，我国每年大约有1.6万名中小学生非正常死亡，因安全事故、食物中毒、溺水、自杀等原因死亡的中小学生平均每天有40多人，也就是说每天有一个班的学生在“消失”。这些冰冷的数据，反映了我们学生的安全防范意识还不强，应对突发事件的能力还很薄弱。更反映出我们家庭和学校的安全宣传教育有所不足。生命只有一次，面对如此触目惊心的案例与数据怎能不叫人心痛震惊，痛心一个个天真烂漫生命的陨落，痛心一个个幸福家庭的破碎，痛心一个个未来栋梁的崩塌。

而近年来，校园欺凌事件也成为新的中小学生安全热点问题。20xx年全国监察机关共受理提请批准逮捕的校园涉嫌欺凌和暴力犯罪案件共1881人，而仅一年后此数据达到了3788人，比上一年足足增长了50%。这是一个多么恐怖的数据啊！想必大家听说过在20xx年底上映的电影《少年的你》，此电影的女主人公陈念屡遭校园欺凌，给她带来了身体和精神上的极大阴影。可见，校园欺凌给本是充满温暖阳光的校园蒙上了一层重重的阴霾。对于受暴者，欺凌不仅伤害了他们的身体，更给他们的幼小心灵造成不可磨灭的创伤，甚至会引起他们产生自杀心理；而对于施暴者、冷眼旁观者同样带来巨大的伤害：施暴者在长期的施暴中心理产生严重扭曲，极有可能养成冷漠、自我中心甚至暴力狂躁的恶性人格；你自以为是之时？其实与你年龄相仿的同学们正在书海中遨游，你却在阴暗的少管所里改过自新；作为旁观者长期旁观暴力事件，可能会对欺凌事件产生麻木心理，或者会对同学关系产生不安与恐惧……校园欺凌不仅影响着直接参与者，也影响着一个个家庭，使原本完整和谐的家庭支离破碎，失去往日的美好；同时也给学校带来了恶劣的影响……由此可见，校园欺凌的影响是多么的严重啊！

据中国司法大数据研究院公布的数据显示，校园暴力案件中，55.12%的欺凌事件是因小摩擦、口角而引发的。相信大家一定知道“六尺巷”的\'故事，“千里修书只为墙，让他三尺又何妨”，故事中最终双方各让三尺，让出了一条沟通心灵的巷，让出了一段流传千古的佳话，巷宽六尺，而心的宽度又岂可用尺来度量？“退一步海阔天空”，心胸豁达，才是人际交往的真谛，这也是从根源上减少校园欺凌事件发生的方法。而当我们面对校园欺凌时，我们要勇于面对、积极寻求帮助、不向恶势力妥协。自20xx年以来，在社会各界的关注与努力之下，现如今，我国校园欺凌的案件正有所减少。

“生命诚可贵”，为了一桩桩悲剧不再发生，我们一定要认真学习安全防范知识，增强安全防范意识，提高自我保护的能力，同学之间互相谦让、和睦交往，面对突发情况保持冷静，珍爱生命！相信在我们家庭，学校和社会的共同努力下，一定能够共创阳光校园，铸就美好的明天！

**提高安全意识的演讲稿篇四**

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们：

“生命”，一个多么鲜活的词语;“安全”，一个多么古老的话题;“幸福”一个多么美妙的境界。同学们：人的生命只有一次，生命是如此地脆弱，需要精心的呵护，无视安全，就无视生命的存在。

你知道这样一些故事吗?

还记得那是个有“流星雨”的夜晚，14岁的少女马雯看见一个手提了橡胶警棍的人，便轻信他是警察，那个人问她：“你有学生证吗?跟我上趟派出所。”马雯就和那人走了。最后惨遭杀害。

更让人不可思议的是山西大学女研究生韩捷的悲惨遭遇。那天，下午2点多，在校园里，一个模样文静的陌生人上前搭话，“你好同学!我是‘学生科’的老师，你的学费为什么不交，跟我到‘学生科’走一趟。”当韩捷被带到外校的一个地下室时，才明白过来，等“救命”二字喊出来，为时已晚。

一桩桩悲剧，一件件惨案的发生，追根溯源，那就是同学们的自我防范意识太差。

近年来，全国各地各种校园意外事故频繁发生，所以校园安全应引起我们全体师生的高度重视和警惕。校园安全与我们每个师生密切相关。它关系到我们学生能否健康成长，能否顺利完成学业;它关系到我们老师能否在一个宁静、安全的环境中教书育人，为国家培养和造就各种人才。

因此，首先我们全校师生都要有高度的安全意识，充分认识到安全的重要性和紧迫性。若发现有安全隐患，要及时向学校汇报，防患于未然。

第二，要注意心理安全。同学之间要互相体谅和互相理解，多看看别人的长处，尊重同学的不同个性;同时自己也要以平和的心态来处理自己面对的`困难。

第三，在各项运动要注意运动安全。上体育课和课外活动前要充分做好准备活动，运动时不要剧烈碰撞，以免撞伤或摔伤。

第四，要注意食品卫生安全。现在春季到来了，食物容易变质。不要到无牌小店去购买食品，建议大家中午最好都在学校食堂就餐。

第五，要注意教室的安全。学生上课离开本班教室一定要关好门窗，不能给小偷有可乘之机;还有个别学生把球带到教室，在走廓上踢球，这种行为既违反了校规，又存在着很大的安全隐患，试想一想，若把玻璃窗踢碎，玻璃片飞入哪一位同学的眼中，哪后果是不堪设想的。希望有这种违纪行为的同学要立即改正。

第六，要注意交通安全。骑车上学的同学一定要严格遵守交通规则，一定要小心谨慎，车速放慢一点以防发生意外。坐公共汽车上学的同学上下车和横穿马路时都要格外注意安全。

第七，自己的所作所为也要有安全意识。青少年时期容易冲动，容易感情用事。因此，在同学间遇到矛盾时，一定要冷静，要理智，切忌用拳头代替说理，给自己和同学带来不良的后果。

第八，要注意实验课的安全。在上实验课前一定要认真听老师讲解注意事项;在做实验时要严格按照要求来做。

同学们，校园是我家，安全靠大家!为了创建安全、和谐、文明的校园，为了大家都能健康快乐地成长，让我们携起手来，从现在做起，从自我做起，从点滴做起，时刻加强安全意识，努力增强自我防范能力，做到警钟长鸣，为构建和谐校园贡献自己的一分力量!我的演讲完了。谢谢大家!

**提高安全意识的演讲稿篇五**

3月31日，是全国第十九个中小学生安全教育日，汤沟秀石小学围绕“强化安全意识，提升安全素养”活动主题，组织开展一次防震逃生演练活动。

下午3时40分，随着指挥长的一声令下，各班级学生在老师的有序指导下，按时撤离，迅速到达安全区域，整个演练过程做到快速、安全、有序。

活动使全校师生增强了安全意识，掌握了安全知识，提高了自救互救、安全逃生能力。确保在突发事件来临时，学校的`应急工作快速、高效、有序地进行，最大限度地保护全校师生生命安全，同时对学校安全工作领导小组的组织能力、指挥能力、应变能力又得到了锻炼。

通过演练活动，强化了全体师生遵守纪律、听从指挥、团结互助的高尚品德，提高了师生在突发公共事件下的应急反应能力和自救能力。

**提高安全意识的演讲稿篇六**

大家好!

我是来自化工公司xx车间的xx。首先，我觉得我能站在这里是幸运的，为什么呢?比起现在躺在医院的人们，我是幸运的;比起灾区的人们，我是幸运的;安全是企业之魂，是企业生存发展的基础，员工的人身安全得不到保障，企业就无法发展壮大，公民的人身安全得不到保障，国家就无法繁荣富强。所以我们每个人无论在社会中还是企业中，对安全的近知不容忽视!

近几十年来，我们身边发生的各种事故不断增加，被事故夺走的生命不计其数。是什么造成了这一现象呢?我认为主要是我们的安全意识太淡薄!

我曾经在报道上见过一篇文章，至今记忆犹新，某火电公司在一化工工厂施工时，一位日本专家曾对施工人员说：你们中国人的确有不怕死的可贵精神，在施工现场有不戴安全帽的现象，在日本厂长经理开会时安全帽带都系得紧紧的，这对我们是莫大的讽刺!它一针见血的指出了一些人的安全意识淡薄。

安全工作只有开始，没有结束，只有满分。没有及格!为此，公司推行学杜邦安全活动。进入公司随处可见醒目温馨的安全提示。如上下楼梯请扶扶手，注意台阶等等。公司大门的led屏时刻播放着公司安全生产运营情况，宣传栏、黑板报、安全生产计时牌的运用无不诠释着安全文化的内涵，无处不渲染着全体员工的视觉器官，潜移默化的灌输着新安全理念。杜邦安全管理理念推行后相继制定的安全控制管理制度，推动各部门、车间、班组的杜邦安全体系教育培训工作，并以车间为单位组织各种知识竞赛活动，让员工们时刻感受杜邦安全管理就在我们身边。杜邦安全管理理念，强化了职工安全的认知，更好的将隐患消灭在萌芽状态，为安全生产保驾护航!

**提高安全意识的演讲稿篇七**

尊敬的各位领导、亲爱的同事们：

大家好!

我曾经在报道上见过一篇，至今记忆犹新，某火电公司在一化工工厂施工时，一位日本专家曾对施工人员说：你们中国人的确有不怕死的可贵精神，在施工现场有不戴安全帽的现象，在日本厂长经理开会时安全帽带都系得紧紧的，这对我们是莫大的讽刺!它一针见血的指出了一些人的安全意识淡薄。

安全工作只有开始，没有结束，只有满分。没有及格!为此，公司推行学杜邦安全活动。进入公司随处可见醒目温馨的安全提示。如上下楼梯请扶扶手，注意台阶等等。公司大门的led屏时刻播放着公司安全生产运营情况，宣传栏、黑板报、安全生产计时牌的运用无不诠释着安全文化的内涵，无处不渲染着全体员工的视觉器官，潜移默化的灌输着新安全理念。杜邦安全管理理念推行后相继制定的安全控制管理制度，推动各部门、车间、班组的杜邦安全体系教育培训工作，并以车间为单位组织各种知识竞赛活动，让员工们时刻感受杜邦安全管理就在我们身边。杜邦安全管理理念，强化了职工安全的认知，更好的将隐患消灭在萌芽状态，为安全生产保驾护航!

**提高安全意识的演讲稿篇八**

尊敬的各位领导，亲爱的同事：

大家好!

我是来自xxx部门的xxx，今天能够站在这里演讲我感到非常的开心，也感到非常的荣幸。我今天演讲的主题是安全，虽然公司是有着安全方面的规定的，但是也还是有很多的同事不遵守公司的安全规定，所以我这次演讲是希望大家能够注意到安全的问题，重视自己在工作中的安全问题，能够按照安全的规定去工作，不要再把忽视自己的安全问题。

在我们每天的工作开始之前，公司都会要求我们做好安全措施，才能够开始工作，这是规定，不仅仅是为了公司着想，也是为了我们所有员工的安全着想。只有保障好了自己的`安全，才能够去更好的工作，全国各地经常会有安全事故的发生，有些是因为公司的疏忽，而有些是员工自己没有注意安全的问题，才导致了这样的一个结果，付出了很大的代价，我不希望你们在付出了沉重的代价之后才明白这个道理，所以现在就应该要重视起来这个问题了。

不按照安全的规范去做，是对自己的不负责，是把自己置于危险的境地之中，是非常不值得学习和提倡的行为。很多人为了节省时间，或者嫌麻烦，图自己方便，就不按照公司的规定工作。因为懒惰，或者是其他的一些原因，就没有去保障自己在工作中的安全，有没有想过若是自己有一天在工作当中出现了问题，会给家人和自己带来多大的痛苦，到那个时候还来得及吗?很多人其实是知道这个道理了，但却存在着侥幸的心理，认为这样的事情是不会发生在自己的身上的，所以就不去注意这些问题。但意外往往是在一瞬间就发生了的，可能你自己都会来不及反应，也来不及后悔的。

虽然在发现这样的情况之后是会有处罚，但还是依旧会有人这样做。我不知道你们心里是怎样想的，难道真的是要在尝到了苦果之后才会醒悟吗?我建议公司之后加大对这样的不遵守规定的员工的处罚，让他们必须要做到遵守安全规定。我们不仅要自己做的遵守安全规定，在工作中保障自己的安全，在看到身边的同事没有保护好自己的安全的时候也要去劝阻，这样我相信我们所有人都能够安全的开始工作，安全的下班回家。

希望在听完我的演讲之后，所有的人都能够注意到安全的问题，保证我们公司不会有事故发生。

谢谢大家!

**提高安全意识的演讲稿篇九**

大家好!

很高兴能站在这里!我演讲的题目是：牢固树立安全意识!

有一幅对联是这样写的，上联是：“安全生产，你管、我管，大家管才安全，下联是：事故隐患，你查、我查，人人查才平安”。横批：安全是天!

安全，对于我们企业来说是个老生常谈的话题，也是一个永恒的主题。安全对于我们就是幸福，对于企业就是效益。

安全靠什么?安全靠责任心。一件不安全事件的发生往往是与人的责任心有关，一个小小的疏忽就会给我们安全带来隐患，甚至造成无法挽回的\'损失。失去了责任，随之而来的就是哭声、是血泪，是家庭的破碎，是企业的泥潭，是社会无法承受之重。20xx年5月，中原油田钻井作业一次死亡3人;6月，洛阳石化总厂345吨吸附剂失活，经济损失巨大;7月，安庆一名接缆人员溺水窒息死亡;8月，南化石灰员工灼烫死亡一人这些惨剧，无一不是违章作业，违章指挥，违反劳动纪律和责任心造成的!这些血淋淋的教训告诉我们“隐患险于明火，防范胜于救灾，责任重于泰山”这句话不仅仅是高挂在墙上的警示语，更应该深深烙在我们的心里，更应该用行动去书写!

对待安全工作，我们要有高度的责任心，检查要到位，不放过一个细节;措施要到位，不放过一个漏点，发现问题立即整改。忽以善小而不为，忽以恶小而为之。只有强化安全意识，增强责任心，安全才不受威胁。

“前车之鉴，后事之师”，消灭安全隐患只有起点，没有终点。安全做不得表面功夫，更要不得表面功夫，我们要从细节入手，要从责任入手，不放过任何一丝安全隐患，拒绝一切违章作业，因为敷衍塞责的背后是我们正在受到威胁的宝贵生命。只有用安全意识武装自己的头脑，才不会因为思想上的麻痹而造成终生的遗憾。一时的放松，一时的偷懒，换来的可能是“祸从天降”，悔不当初。

**提高安全意识的演讲稿篇十**

亲爱的老师、同学们：

大家好!

二十一世纪，随着人们物质生活水平的不断提高，公路上的车辆也越来越多，为了保护驾车人和行路人的安全，我国的交通部门制订了交通法规，然而有些人却漠视了交通法规，有的疲劳驾车，有的闯红灯，有的酒后驾车，有的.超载，有的……于是一桩桩悲剧接连不断地发生了。

安全对于我们来说是太重要了。然而许多人却不把它放在眼里，因为司机的大意而断送了宝贵的生命，又有多少人因为横穿马路与来往的车辆抢时间而命丧黄泉……曾记得电视上那被车祸夺取双腿只能坐在大半个皮球中生活的小女孩吗?她从此永远失去了同龄人应该得到的幸福和快乐，她多么值得同情呀。我想：“如果肇事司机能把车开慢点，或许现在那位小女孩，正在和小伙伴们快快乐乐的玩耍着。或许那小女孩长大了后是个老师，能教多少孩子学习知识呀!或是个企业家，能带领家乡人民走上至福路。”

**提高安全意识的演讲稿篇十一**

一个人的安全水平在很大程度上取决于安全意识。因为行动是由思想支配的，安全在自己的\'思想中究竟占多大比重，处于什么地位，直接关系到生产过程中是否能够自觉维护安全。安全意识淡薄往往是促成事故的根源。

增强安全意识需要不断学习。学习提高安全认识，提高保安能力。平时很少参加安全教育或参加了态度却不端正，都是安全意识薄弱的表现。或许他们只能从一次事故，一场灾难后增强安全意识。

在我们周围有几种类型安全意识应该引起注意：

认为目前的安全水平还过得去，浑浑噩噩地生产工作，思想深处存在“死生由命”的想法，这种安全意识与文化水平低下有直接关系。

　此类型多为技术熟练，专业工作年头多的“老”字辈员工，自恃久经沙场，经验丰富，在工作中无所顾忌，他们发生事故可能性很大。

　。为了保生产，赶任务，加班加点连续作业，超负荷运转，以致安全意识每况愈下，导致发生事故。

安全贯穿一生，须臾不可小觑。只有强化安全意识，提高对安全工作的认识，才能消除安全隐患，防止事故发生，才能确保生产及各项经营目标的实现。

**提高安全意识的演讲稿篇十二**

尊敬的老师，同学们：

水是我们人类的生命之源，但是每年有好多人因为不注意安全而被淹死，像今年暑假就有这样的事发生。

7月5日，有三位小学生认为自己游泳水平很高，三个人就约好一起去河里游泳。当他们游得正高兴时，其中的一位同学不知怎么的突然游不动了，他在水中挣扎了许久，接着溅起一片水花就不见了。游在前面的同学吓得目瞪口呆，赶紧跑上岸大喊救命。大人们赶到河边捞上孩子，就把他送到医院，但还是抢救无效而死亡。

游泳虽然好玩，但是安全是最重要的，无论你多厉害，如果一个不小心就会出事的，俗话说：“不怕一万，就怕万一”。所以为了安全起见，同学们想去游泳的话一定要跟家长一起去。

我还想提醒大家：

一、最好不要去山塘水库游泳；

二、当发现有人淹没时，要冷静，尽量想办法救人；

三、有人救上来时，用双手相扣按住病人的胸口，往下按15下……

珍爱生命，就要注意安全，不要被那些表面没有危险的事物所迷惑、所吸引。

关于防溺水的演讲稿

现在正是天气逐渐转热季节，暑期即将来临，中小学生溺水伤亡的事故也明显多了起来。目前全国每年有1.6万名中小学生非正常死亡，平均每天约有40多名学生死于溺水、交通或食物中毒等事故，其中溺水和交通仍居意外死亡的前两位。听了这些实例，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？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、未经家长老师同意不去。

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、缺少安全防范意识，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去游泳。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式，在急救的同时应迅速送往医院救治。

溺水是非常危险是，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。

**提高安全意识的演讲稿篇十三**

各位同学：

校园内所有设施都是经过反复斟酌按安全标准建造的，可还是会出现某些意外，这往往就是人为因素了。设想一下：在教学楼宿舍楼走廊，上下楼梯追逐打闹是不是很危险?用力关门是不是可能夹住手指?在人众多地方突然加速或者改变跑动方向是不是不安全?所以，做一个文明守纪的学生，安全才会得到更大的保障。学校要求，凡是集体活动要有组织、有秩序，而且整个过程保持不喧哗。

体育活动是把双刃剑，不参加体育活动没有活力身体还会出问题，参加体育活动可能会有危险，如果懂得安全常识，才会安全地达到锻炼的目的。饭后或身体不舒服不宜运动，剧烈运动之前一定要做好准备活动，不做超越体能极限的动作，集体列队跑步不要擅自转向或超前，上体育课一定要听从老师对运动项目动作要领的讲解。

食品安全也存在隐患。“民以食为天”，我们每天都离不开食物，而且随着食品越来越丰盛，我们都希望吃得更好，吃得安全，吃出健康。下面我给几点关于食品安全的建议：

1.合理膳食。“一日三餐”，间隔4-5小时，胃的消化机能刚好适应，也满足了身体获取能量的.需要。个别同学不吃早餐上学或第一节课后才匆忙吃点东西，一定会影响身体健康和学习效果。

2.尽量在中山大学校内食堂或在家里用餐，不到校外无证摊贩处购买食物或叫外卖。

3.白开水是最好的饮料，一些饮料含有防腐剂、色素等，经常饮用不利于健康。

4.购买食物时，注意食品包装，生产厂家、生产日期、食品原料、营养成分、qs标识等都是要注意的。不能购买三无产品。打开食品包装，检查食品是否变质腐败。

5.多吃蔬菜水果，水果洗净或去皮。

6.少吃油炸、烟熏、烧烤食品。

安全感来自于我们对环境、人、事、物的应变能力。遵守群体生活规则，远离危险。一旦不幸出现摔伤、食物中毒等安全问题，应首先报告老师、校医或家长，擅自处理有可能造成第二次伤害。

**提高安全意识的演讲稿篇十四**

什么是安全我们每时每刻都铭记着安全的重要性，每个人的心中都有一个定义，可是谁又能给出一个最权威官方的答案呢字典上这样解释：安全是指不受威胁，没有危险，危害，损失。人类的整体与生存环境资源的和谐相处，互相不伤害，不存在危险，危险的隐患。其实，无论字典上怎样解释，我们都应当在心中为安全定义，将安全放在第一位，为我们的生命，为我们的将来负责。

每一天，当我们生活在这样一个充满幸福，又潜在着危险的环境中时，我们都应处处研究安全。当你因为疏忽而忽略安全，你是否会想起：这样蓝的天，这样新鲜的空气，这样悦耳动听的鸟叫声，这么完美的世界，会不会就这样与我们擦肩而过了呢所以，我们应当好好重视安全，不说为别人，就算为自我的幸福着想吧!当你失去本该拥有的一切时，后悔莫及，然而一切都无法再挽回，你想起安全的重要性，却无法再将其珍视，到那时，你想为父母尽一份孝道，或是期望和伙伴们自由奔跑在阳光下，都是不可能的了。正所谓，一切都是等到失去后才懂得珍惜，安全于我，其意义非凡。

我们活在浩瀚的宇宙里，下一秒你永远不明白会发生什么事。上一秒还活生生的，下一秒就躺在冰冷的手术台上，也不是不可能的事。教师父母的教导也许会很啰嗦，可是确是真真切切的为我们好。从小到大，我们都受到各种关于安全的教育，看过听过的案例也很多，都明白因为安全所带来的意外和伤害会有多大。以往，还是我读小学的时候，认识一个低年级的小妹妹，天真可爱，聪明活泼。一个星期五的午时，我碰见她，她还高高兴兴的和我打了招呼，一切看似都很平常。可是，没想到的是，噩耗传到我的耳中，我简直不敢相信自我所听到的一切。就在那天午时放学后，她看见自我的妈妈，兴奋的跑过去，结果没注意红绿灯，一辆大货车直接将她撞倒，多处重伤，险些没能保住性命，好在之后她顽强的活了下来，但还是受到了影响。这件事情对我的触动很大，也让我深刻的明白了安全的重要性，所以我将此事作为警戒，处处留心，将安全放在人生首位。

安全如此重要，作为中小学生的我们，应当怎样做才能尽可能的将安全隐患降到最小程度呢“安全隐患猛于虎”，首先，可将安全分类：食品安全，人身安全，交通安全。这些潜在的危险因素，我们怎样才能一一克服呢食品安全众所周知，中国泱泱大国，却在食品安全方面有很大缺陷，作为不成熟的我们，对食品没有抵抗力，并且控制不住自我，所以导致了很多的疾病，我们应当牢记教训，什么才是我们该吃的吃什么健康吃什么有益于我们的成长这些都是很重要的;人身安全：此刻的社会远不如我们想象般简单，很多少年儿童缺乏自我保护意识，发生的意外事件也很多。拐卖。溺水，童工，再多可是了。我们应当从小树立自我防范意识，提高警惕，以免受到伤害;交通安全：这是一个不容忽视的地方。每年因交通事故而伤亡的人数都在增加，说明我们们没有太多交通方面的知识。走路戴耳机，听音乐，看书，把自行车骑到车道上所引发的交通事故数不胜数，而这些中，往往以青少年居多。所以，我们要培养自我的安全意识，努力锻炼自我，让自我尽量不受到危险的袭击。

每一个案例都让我们触目惊心，心痛不已，而我们，应当时刻牢记安全的非凡意义，并且将安全意识普及到他人身上，大家一齐携手，共建繁荣平静安全幸福的完美生活。安全伴我同行!我愿在安全的陪伴下，健康茁壮的成长。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn