# 最新防溺水安全演讲稿 安全溺水演讲稿(大全9篇)

来源：网络 作者：雾凇晨曦 更新时间：2024-03-28

*使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。防溺水安全演讲稿篇一老师们、同学们：大...*

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

**防溺水安全演讲稿篇一**

老师们、同学们：

大家早上好！

今日我讲的主题是：“珍爱生命、预防溺水”，溺水是游泳或掉入水坑、水渠等常见的意外事故，也就是“淹死”。一般发生溺水的地点：游泳池、水库、水渠、水坑、池塘、河流、海边等场所。夏天是溺水事故的多发季节，每年夏天都有溺水身亡事故发生，我们孟州市几乎每年暑假都有溺水身亡的大事。在溺水者当中，有不会游泳的，也有一些会游泳、甚至是水性好的人。

现在已经进入酷热的夏季，暑期也即将来临，防溺水伤亡必需要引起每个同学的高度重视。在此学校再次强调要求同学们做到以下几点：

一、树立安全意识，加强自我爱护，做到“六不”，即：不私自下水游泳；不擅自与他人结伴游泳；不在无家长或老师带领的状况下游泳；不到无安全设施、无救援人员的水域游泳；不到不熟识的水域游泳；不熟识水性的同学不擅自下水施救。要求特殊强调各校要教育同学把握科学恰当的\'救生方法，遇到同伴溺水时避开盲目施救。

二、在加强自我安全意识的同时，同学间要相互关怀、爱惜，发觉有同学私自去游泳或到危急的地方去玩耍，要坚决抵制、准时劝阻并告知老师、家长。

三、在我们的日常生活中，假如一旦遇到有人落水，我们在营救时应当怎么办呢？

最重要的一点，就是不能冒然下水营救，由于一旦被落水者抓住将非常危急，他就像抓住救命稻草一样，死死扣住你，假如你不能准时将落水者救出，在水中与落水者纠缠不但会消耗救助者的大量体力，有时甚至会导致救助者体力耗尽最终丧命。所以，发觉有人落水，最正确的做法应马上大声呼救，寻求大人的关心。同时，可以将救生圈、竹竿、木板等抛给落水者。

四、万一不幸遇上了溺水大事，溺水者切莫惊慌，应保持冷静，乐观自救：

1、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。

2、对于手脚抽筋者，若是手指抽筋，则可将手握拳，然后用力张开，快速反复多做几次，直到抽筋消退为止。

3、若是小腿或脚趾抽筋，先吸一口气仰浮水上，用抽筋肢体对侧的手握住抽筋肢体的脚趾，并用力向身体方向拉，同时用同侧的手掌压在抽筋肢体的膝盖上，关心抽筋腿伸直。

4、要是大腿抽筋的话，可同样采纳拉长抽筋肌肉的方法解决。

同学们：生命高于一切，我们是国家的将来和家庭的盼望，让我们行动起来，珍爱生命，预防溺水，杜绝悲剧的发生。

感谢大家！

**防溺水安全演讲稿篇二**

敬爱的老师，亲爱的同学：

大家好！

今天我讲话的题目是《珍爱生命预防溺水》。如今已到夏季，天气渐渐变暖，炎炎的夏季即将到来，夏季是溺水事故的高发期，每年夏季都有许多溺水事故发生。中国教育部基础教育司相关人员在发布会上曾透露，溺水占死亡人数的43.59%，居第一位。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。

在此，我希望大家注意游泳安全，做到“六不”：

二、不擅自与他人结伴游泳；

四、不到无安全设施、无救援人员的水域游泳；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。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。

五、不到不熟悉的水域游泳，跳水前一定要确保此处水深至少有3米，并且水下没有杂草、岩石或其他障碍物，以脚先入水较为安全。

六、不熟悉水性的学生不擅自下水施救。万一不幸遇上了溺水事件，溺水者切莫慌张，应保持镇静，积极自救。

同学们：我们是国家和民族的未来和希望，我们一定要珍惜青春，努力学习，积极进取，不断提高自身素质，共同担负起历史和时代的重任。让我们行动起来，珍爱生命，预防溺水，杜绝悲剧的发生。

**防溺水安全演讲稿篇三**

孩子们：

大家好!

在炎热的夏天，游泳和玩水是孩子们最喜欢的运动和避暑的方式，它也是一项危险的运动。溺水是游泳或跌进水坑、水井等常见事故，溺水的`一般场所通常在有：游泳池、水库、水坑、池塘、江河、小溪等。

夏天是溺水事故多发的季节，每年夏天都有溺水事件发生。在溺水的人中，有些人不会游泳，有些人会游泳。这些事故大多发生在校外，在孩子们不受家长监督和学校教师管理的时期。为了防止溺水事故的发生，我们将一起学习预防溺水的安全常识。

一、预防溺水的常识：

1、不要单独外出游泳，不要去不知道水的情况或更危险并且溺水事故发生可能性大的场所游泳。游泳必须由家长带队，并到正规的场所游泳，如游泳馆、体育馆等。

2、游泳前要做好入水准备，先活动活动身体，如果水温过低应先在浅水的地方淋洗身体，适应水温后再游泳。

3、身体感到不适的时候不要去游泳。

4、参加剧烈运动之后，不能立即跳入水中游泳，尤其是在出汗、全身发热的时候，不能立即入水，否则容易引起抽筋、感冒等。

5、受污染的河流、水库，有急流的地方、两河交汇处和落差大的江河湖泊，不宜游泳和戏水。

6、恶劣天气如雷雨、大风、突发天气状况，不宜游泳。

7、游泳时如突然感到不适，如头晕、恶心、心悸、呼吸短促等，应立即上岸休息或呼救。

8、在游泳时，如果腿或脚抽筋，不要惊慌，可以用力蹬腿或做跳跃动作，或用力按摩、拉筋，并呼救。

二、如何避免溺水?

当有人掉进水里时，救助人员不应该贸然去救他们，因为一旦被落水者抓住将是非常危险的。与落水者在水中纠缠不仅会耗尽救助人员的体力，有时甚至会导致救助人员体力衰竭，最终导致死亡。

所以如果大家发现有人溺水，不要盲目下水抢救，应立即呼救，请大人帮忙，或拨打110和120请求帮助。

最后，让我们牢记“珍爱生命，关注安全”，祝各位孩子在幼儿园健康成长。

**防溺水安全演讲稿篇四**

老师们、同学们：

大家上午好！

时近盛夏，不少人选择了游泳这个避暑的方法。但每年时有学生溺水事件的发生，蓓蕾初开，前程无限，却被无情的河（塘）水所吞噬，令人痛心。为积极响应“平安瑞安”建设，开展以“防溺水安全教育活动周”活动，创设更安全的学习生活环境，努力杜绝此类悲剧的再次发生，我们特向全校学生发出以下倡议：

一、树立安全意识，加强自我保护，不参与那些危险的活动，不到危险、陌生的河域游泳。

二、在有家人陪伴地前提下，到安全的、正规的游泳池游泳。并要做好相应的准备活动，防止溺水事件的发生。

三、学会相关的防溺水知识，并能将所学的知识运用于实际。

四、从我做起，严守学校纪律。坚决不参与危险的外出游泳活动。

五、在加强自我安全意识的同时，亦努力做好说服教育工作，对于那些违反学校纪律，私自外出洗冷水澡的行为，要坚决抵制并劝阻。

六、严禁私自或结伴到水库、沙溪河等水域嬉戏或游泳，严禁在设有“禁止游泳”或“水深危险”等警示标语的水域处下水戏水，严禁在公园尤其是靠河处逗留玩耍，严禁私自到河边看涨大水，严禁自行下河救人。

生命是宝贵的，每个人都只有一次，它不像财富能失而复得，也不像离离原上草周而复始。谁失去了生命，不仅仅是自己失去了一切，还要给活着的亲人留下心灵的创伤。同学们，我们是国家和民族的未来和希望，我们一定要珍惜青春，努力学习，积极要求进步，不断提高自身素质，共同担负起历史和时代的重任。让我们行动起来，珍爱生命，预防溺水，杜绝悲剧的发生！

**防溺水安全演讲稿篇五**

亲爱的老师、同学们：

大家好!

水是人们生活中不可或缺的一部分。水可以灌溉农田，水可以滋养树木、花草，水可以洗净脏污的衣物，水也是我们身体组成的一部分。难以想象如果没有了水，那这个世界会是什么样子，到处干涸一片，寸草不生，甚至可能不存在任何的生命，地球不就成了月球上那样了吗?想想都觉得可怕。

任何事物都有其两面性，水在给人们带来好处的同时，也给人们带来了痛苦。每年的新闻中都会出现溺水身亡的事件，在给人们带来惨痛教训的同时，也让我们思考应该怎样去珍爱生命，预防溺水。

分析那些悲惨的案例，无疑大多数都是发生在青少年身上，都是放暑假几个同伴一起去郊外的水塘游泳而导致溺水事故的发生，而这些悲惨的事情本可以少点发生。假如老师能在学校多给学生强调游泳所存在的危险，假如学生能听进去老师的教育，假如家长能起到很好的监督作用，也许这些案件可以避免发生。

怎样才能让珍爱生命预防溺水这个思想深入到每个学生心里，这需要大家的努力，大力的宣传，加上有效的提醒，我相信伤心的结果会慢慢变少。让安全的警钟长鸣在我们心中，珍爱我们的生命，预防溺水。

**防溺水安全演讲稿篇六**

尊敬的各位老师，亲爱的各位同学：

大家好！

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：游泳池、水库、水坑、池塘、河流、海边等场所。夏天是溺水事故的多发季节，每年夏天都有溺水身亡事故发生。在溺水者当中，有不会游泳的，也有一些会游泳、甚至是水性好的人。

在我们国家，意外伤害是0~14岁儿童的首要死因。平均每年全国有近50000名儿童因意外伤害而死亡，平均每天有近150名儿童因意外伤害而失去生命。意外溺水是儿童意外伤害的首要死因，10个因意外伤害而死亡的0~14岁儿童中，有近6个是因为溺水身亡的。

20xx年1月7日，河南省光山县南向店乡天灯小学4名学生溺水。20xx年1月11日下午5；30分，湖北省某乡发生一起4小孩落水死亡3人的惨事。20xx年3月9日18时许，山西省河津市僧楼镇北王堡村5名小学生在农田一蓄水池玩耍时，发生意外溺水身亡。20xx年4月28日下午，湘乡市育塅乡三名五年级女生和一名四年级女生参加完期中考试放学回家后，下河游泳，不幸溺水身亡。20xx年5月4日河南淮阳县3名儿童到一抽沙池塘玩耍，不幸溺水死亡。20xx年5月5日中午，（北京市）吉利大学一名大二学生在十三陵水库游泳时不幸溺水身亡。

现在正是天气炎热季节，暑期也即将来临，防溺水伤亡必须要引起每个家庭、学校和所有学生的高度重视。学校在5月23日给每位同学发放了《致家长的一封信》希望每位同学在家里和自己的父母认真学习。在此学校再次强调要求同学们做到以下几点：

一、树立安全意识，加强自我保护，不走河边，沟沿，不走偏僻的道路，回家时要结伴而行。

二、用学会的防溺水知识运用于实际，坚决杜绝溺水事件的发生。

三、从我做起，听从长辈教导，严守学校纪律，坚决不玩水。

四、在加强自我安全意识的同时，努力做好说服教育工作，对于那些违反学校纪律，私自玩水的行为，要坚决抵制并劝阻。

五、如要游泳要到有资质的游泳场游泳，而且必须要有组织并在大人带领下方可去游泳。

六、同学间要互相关心、爱护，发现有的同学私自去游泳或到危险的地方去玩耍，要及时劝阻并告诉老师、家长。

七、在我们的日常生活中，如果一旦遇到有人落水，我们在营救时应该怎么办呢？

最重要的一点，就是不能贸然下水营救，因为一旦被落水者抓住将十分危险。在水中与落水者纠缠不但会消耗救助者的大量体力，有时甚至会导致救助者体力耗尽最终丧命。所以，发现有人落水，最正确的做法应立即大声呼救，寻求大人的帮助。同时，可以将救生圈、竹竿、木板等抛给落水者。

同学们：生命高于一切，我们是国家和民族的未来和希望，让我们行动起来，珍爱生命，预防溺水，杜绝悲剧的发生。

预防溺水。谢谢大家！

**防溺水安全演讲稿篇七**

老师和学生：

大家好！

夏天到了。游泳安全逐渐成为学校安全教育的热门话题。

池塘、河流、小溪给人们带来欢乐和享受的.同时，也隐藏着安全隐患。游泳前多一点准备和苏醒可以给我们带来欢笑，避免可能的遗憾。

本着“以人为本”的精神，为确保师生安全，学校严格防止因游泳引发的安全事故的发生。在学校期间，未经允许，任何学生都不允许去游泳池、小溪等有水源的地方嬉戏与游泳。上星期，学校已给每位同学分发了一份《致中小学生家长的一封信》，希望同学们经常和家长一起认真地去学习一下印在背面的《防水安全三字经》、《防溺水“六不”》、《四个牢记》等内容。

在家期间，除非有父母亲的亲身陪同否则也不准下水游泳！假如要跟随父母参加游泳，那末应留意甚么呢？我们聚集了有关知识。请同学们耐心肠听下去一定会有收获的。

1、下水时切勿太饿、太饱。饭后一小时才能下水，以免抽筋。

2、下水前试试水温，若水太冷，就不要下水。

3、若在江、河、湖、海游泳，则必须有伴相陪，不可单独游泳。

4、下水前观察游泳处的环境，若有危险正告，则不能在此游泳。

5、不要在地理环境不清楚的峡谷游泳。这些地方的水深浅不一，而且凉，水中可能有伤人的障碍物，很不安全。

6、跳水前一定要确保此处水深最少有3米，并且水下没有杂草、岩石或其他障碍物。以脚先入水较为安全。

7、在海中游泳，要沿着海岸线平行方向而游，游泳技术不精良或体力不充分者，不要涉水至深处。在海岸做一标记，留意自己是否是被冲出太远，及时调剂方向，确保安全。

游泳前一定要做好暖身运动。

游泳前应考虑身体状态，假如太饱、太饿或过度疲惫时，不要游泳。

游泳前先在四肢撩些水，然后再跳入水中。不要立即跳入水中。

游泳时如胸痛，可用力压胸口，等到稍好时再上岸。

腹部疼痛时，应上岸，喝一些热的饮料或热汤，以保持身体暖和。

如何保证游泳的健康和安全，避免溺水事件的发生？对水情不熟而冒然下水，极易造成生命危险。万一不幸遇上了溺水事件，专家先容，溺水者切莫慌张，应保持平静，积极自救：

（1）对手脚抽筋者，若是手指抽筋，则可将手握拳，然后用力张开，迅速反复多做几次，直到抽筋消除为止。

（2）若是小腿或脚指抽筋，先仰浮水上吸一口气，用抽筋肢体对侧的手握住抽筋肢体的脚指，并用力向身体方向拉，同时用同侧的手掌压在抽筋肢体的膝盖上，帮助抽筋腿伸直。

（3）要是大腿抽筋的话，可一样采用拉长抽筋肌肉的办法解决。

对溺水者，除积极自救外，还要积极进行陆上抢救：

（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，另外一腿屈膝，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，另外一手压在背部，使水排出。

（3）若是溺者已昏迷，呼吸很弱或停止呼吸，做完上述处理外，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，另外一手托着他的下颚，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。

希望每个同学都能牢牢记住老师的教育，阔别危险，珍重自己的生命。

谢谢大家！

**防溺水安全演讲稿篇八**

敬爱的老师，亲爱的同学：

生命无处不在。在川流不息的人群中，来来往往那一颗颗跳动的心灵，那一张张微笑的脸庞，是一个个鲜活的生命;在散发着智慧气息的森林里，沐浴着阳光茁壮成长的小树，伟岸而祥和的参天古树，是一株株充满生机的生命;在那浩瀚无垠的大海里，无忧无虑畅游的小鱼，婀娜多姿的珊瑚，是无数灵动而美丽的生命。可是这么美丽的生命有时却又是这么的脆弱，几分钟前生龙活虎，却由于自已的贪玩，无知而瞬间消失!

小学生游泳应在有安全保障区的游泳区内进行，严禁在游泳区内游泳。若是选择河里，应选择水下情况熟悉的区域。参加游泳应结伴集体活动，不可单独游泳，要有成人的带领。游泳时间不宜过长，二十到三十分钟应上岸休息一会，每次游泳时间不应超过两小时。

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。常见的是小脚抽筋，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。

因此我在这里呼吁：我们要珍爱生命，远离溺水。

**防溺水安全演讲稿篇九**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

根据xx市学校安全年“一月一主题”教育活动安排，本月是xx第xx个“全省中小学预防溺水教育”活动周，我校充分利用宣传栏，黑板报进行宣传，增强了你们的安全意识。但游泳，是广大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。

在中国，意外伤害是0～14岁儿童的首要死因。平均每年全国有近50000名儿童因意外伤害而死亡，平均每天有近150名儿童因意外伤害而失去生命。儿童伤害死亡只是伤害的冰山一角，在每一位死亡者背后，还有着上百儿童因此而终身致残。意外溺水是儿童意外伤害的首要死因，10个因意外伤害而死亡的0～14岁儿童中，有近6个是因为溺水身亡的。当儿童溺水时，2分钟后便会失去意识;4～6分钟后身体便遭受不可逆反的伤害。

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，如该水域、浴场是否卫生，水下是否平坦，有无暗流、杂草，水域的深浅等情况要了解清楚。

2、必须要有组织并在大人或熟悉水性的人带领下去游泳，以便互相照顾。

3、游泳时切勿太饿、太饱。饭后一小时才能下水，以免抽筋。

4、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。

5、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。

6、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。

7、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。

在我们的日常生活中，如果一旦遇到溺水者，我们在营救时应该怎么办呢?

当发现有人落水时，不能冒然下水营救，应立即大声呼救，同时将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者，再将其拖至岸边。

综上所述，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。

我的演讲完毕，谢谢大家!

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