

# 2023年预防安全的演讲稿 预防溺水演讲稿 (模板7篇)

演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

## 预防安全的演讲稿篇一

水是人们生活中不可缺少的一部分。水可以灌溉农田，滋养花草树木，洗脏衣服，也是我们身体的一部分。很难想象没有水的世界会是什么样子。到处都很干燥，什么也长不出来，甚至可能没有生命。地球不就是和月亮一样吗？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，都是放暑假三五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。

## 预防安全的演讲稿篇二

大家好！

1、饮食习惯不良的人：眼睛发育同样需要营养，如果偏食、挑食尤其是喜欢吃甜食的青少年，营养就会比例失调，诱发近视的机率大幅度增加。因此要养成合理的饮食习惯，同时应少吃甜食。

2、长时间玩电脑的人：看电视、玩电脑20分钟所造成的眼疲劳程度，约等于近距离阅读一小时。近年来看电视、玩电脑成了易患近视的主要原因。

为了让自己拥有一双明亮的眼睛，我们建议大家做到如下几点：

一、认真准确做好眼保健操，注意用眼卫生。

二、养成良好的读书写字习惯，读写姿势要端正，背部颈部保持直立，做到“三个一”：眼离书本一尺远，手距笔尖一寸高，胸离桌子一拳头。

三、“三不”：不躺着看书，不在走路时看书，不在光线暗、弱或过强的地方看书、写字。

四、不要长时间观看电视，操作电脑和玩电子游戏，要保持用眼距离和端正的坐姿。

五、读写看报时间不宜过长，每隔50分钟左右要放松休息一下。要科学作息，保证充足的睡眠，保持旺盛的精力。

六、要坚持体育锻炼，多做户外运动，经常远眺，使眼睛得到休息，调节视力，消除疲劳。

七、不要偏食，合理安排我们的饮食结构，从饮食中获取充分的营养物质。多吃奶制品、鱼、蛋、肉等，多吃蔬菜，尤其是胡萝卜等含多种维生素的食品，少吃糖果和含糖高的食品。

亲爱的同学们，健康是我们的心愿和快乐，爱护眼睛、科学用眼是爱学习的真正表现，拥有一双明亮的眼睛是我们一生的幸福，拥有健康的眼睛才能学到更多的知识和拥有更多的快乐。让我们从做好每一次眼保健操开始，保护珍贵的眼睛，拥抱更光明的未来！

### 预防安全的演讲稿篇三

火是一种熟悉的东西，但它很容易威胁我们的生命。一个人生气，大家都遭殃，所以用火要稳妥，从你我做起。

依稀记得六岁那年，是过年，村外的人都很忙，大人都很忙，没时间带孩子。凌，一个邻居的男孩，是一个淘气的男孩。他借此机会偷偷去厨房拿他父母平时不允许碰的火柴。

偷完火柴后，泠然冲到栅栏前，迫不及待地想赶到那里。跳动的火光就像一个小精灵，穿着红色的舞衣，在一根木棍上快乐地跳舞。在他旁边，一群孩子围着他，看着他慢慢地在地上烧一片枯叶。枯叶逐渐被大火吞噬，化为灰烬。凌幸灾乐祸地踩熄了火。不，还剩下一点火星！但他没有看到微小的火花，转身离开。

几个小时过去了，突然有人喊道：“开火！火！”我听着听着，心里突然凉了。我想到凌玩火，就赶紧往山脊上看。只见屋脊上的火焰熊熊燃烧，猩红的火焰夹杂着黑烟，像一朵盛开到极致的火红牡丹花一样跳起来，耀眼夺目；风到处吹，

吹得红牡丹花开，迎风起舞；仿佛一道天光穿透了漆黑的夜景。我的耳朵里充满了巨大的噪音和叫喊声，许多大人和孩子正在浇水和灭火。我不知所措，冷汗一阵阵地冒出来。

时间流逝，山脊上的火又变大了。四面八方弥漫着呛人的烟味，还传来一阵咳嗽声，大人们已经精疲力尽了。此刻，我很着急，不停地祈祷：“快来，快来。”说到魔鬼，消防车的警报声立刻传到了我的耳边，消防队员以闪电般的速度向围栏跑去，迅速包围了大火，用了很长时间才扑灭。大家都松了口气。

事后才知道，火星烧了山脊上的枯叶，然后烧了林伯伯的干柴堆，导致了火灾。火是生命的起源。它给我们带来希望和温暖，但也带来伤害。所以，用火要稳妥，从你我做起。

## 预防安全的演讲稿篇四

- 1、不要独自外出游泳，不要在河塘边或矿坝周围玩耍；不要捡掉在水里的物品；不要去河塘钓鱼。
- 2、游泳需要去有资质的游泳池，而且一定要有组织，可以在大人的指导下去游泳。
- 3、注意身体健康，下水前做好准备，先锻炼身体。如果水温太低，应先在浅水中冲洗身体，待适应水温后再下水游泳。
- 4、不要贸然潜水浮潜，也不要互相打架，以免饮水溺水。
- 5、如果在游泳过程中突然感到不适，如果小腿或脚抽筋，应立即上岸休息或呼救。
- 6、从我做起，严格遵守学校纪律，坚决不玩水。有时学生发现有的同学未经允许去危险的地方游泳或玩耍，要劝阻并及时告诉老师或家长。

当有人落水时，你不能冲进水里去救他，因为一旦被落水者抓住会很危险。在水中与溺水者纠缠，不仅会消耗施救者大量的体力，有时甚至会导致施救者体力耗尽，最终死亡。你要立即呼救，把救生圈、竹竿、木板等东西扔给落水者，然后拖到岸边。在现场抢救溺水儿童时，要迅速清除口鼻内的污泥、杂草和分泌物，保持呼吸道通畅。然后，将溺水者抬起，使其趴在施救者的肩膀上，保持腹部紧贴施救者的肩膀，头和脚下垂，让呼吸道内的水自然流出。然后进行口对口人工呼吸和心脏按摩，并尽快联系急救中心或将溺水儿童送往医院。

综上所述，溺水是非常危险的。日常生活中要提高安全意识，安全第一，未雨绸缪。水无情，人有情。其实，只要我们注意生活中的各种游泳和游泳事件，提高安全防范意识，学会溺水自救和他人溺水施救，溺水是可以预防的。

## 预防安全的演讲稿篇五

大家中午好：

夏天是一个多彩的世界，瓜果慢慢成熟，一个鲜红的西瓜，一口冰凉的饮料，都让你感到快乐，但炎热的天气里，什么最是我们喜欢的呢，我想是水，是在水中畅游，嬉戏。

我们每一天都离不开水，记得幼儿园的时候，老师还督促我们喝水，到了喝水的时候，有些同学会安静的喝，有些同学会玩耍不听话。小小的一杯水，就玩得不亦乐乎。现在我们长大了，不再会因为一杯水而玩闹，但是看到一个池塘，一条河流，一个堤坝，我们还是很有冲动的想下去凉快下，体验水给我们带来的清凉。

但是很多时候，我们并不懂得玩水的许多安全知识，也不清楚这个水里有什么状况，是有很多淤泥，还是缠人的水草，或者水流太过于湍急，又或者水太深。每年我们都可以在新

闻上看到许多溺水而亡的事例，生命只有一次，我们更应该从小处做起，从预防方面做起。游泳我们应该去正规的有保障的游泳池里面游泳，不要私自去河边，堤坝，或者海边玩水。游泳前我们要跟教练做好热身的运动，预防身体的抽筋，在游泳玩水的时候，我们更是不要去水太深的地方，或者和朋友嬉戏，和同学嬉戏。

生命对于我们学生来说只有一次，我们得珍惜这宝贵的年轻的生命，可能有些知道游泳的同学对此不屑一顾，因为会游泳，对水很熟悉，所以私自去堤坝或者河流里游泳，其实也是不应该的，古人有句话：“善水者溺于水”，即使对于水很熟悉，但是如果掉以轻心，同样也是不可取的。生命对于我们的每一个人来说，只有一次机会，即使万分小心的对待也是没错的，不能因为熟悉，而忽略掉了可能存在的危险。

在这里我呼吁同学们，不要私自下河，去堤坝玩水，更不要带不会游泳的同学去这些地方。建议大家在家长们或者教练的陪伴下在正规的游泳池里面玩水，玩水是一件快乐的事情，我们更要注意安全，预防发生溺水的事情，在这个夏天，我们既要玩得愉快，也要注意安全。水是我们不可或缺的，但他带来的危险，也是我们不可控制的。

夏天来了，同学们，玩水的`时光来了，但安全我们应该牢牢的记在心底，不会游泳的同学可以去学习游泳，会游泳的同学更是不能掉以轻心。作为一名学生，我们有着年轻的生命，有着无限的未来，珍惜我们的生命，牢记安全第一。

## 预防安全的演讲稿篇六

大家好！

水是温顺的，我们可以用它来救活干旱的庄稼；我们可以用它来帮助小树苗长得挺拔茁壮；我们可以把它放进不同形状的瓶子里，它就会变成不同的形状……水也是凶残的，它能

引发山洪暴发，它能摧毁房屋，更可怕的是它能吞噬一个又一个无辜鲜活的生命，使一个又一个原本温馨、幸福的家庭承受着巨大的伤痛。

在酷热的假日里，人们最想去的就是到既省钱又舒服的江河湖海这些“野游泳场”里游泳。就在人们游得得意忘形的时候，死神也悄然来临了，助纣为虐的水就会毫不留情地帮助死神夺走“不小心”的人。听说我县经常发生溺水事件，溺水已成为重要的“生命杀手”。

每个人的生命只有一次，我们要珍惜这一次机会，养成预防溺水的良好习惯，千万不要拿自己的生命开玩笑。

## 预防安全的演讲稿篇七

5月10日，广州市增城3名学生结伴外出游泳，1名学生溺水身亡。

5月11日同一天，惠州市博罗县5名学生在东江边烧烤时，1名学生不慎落水，其他4名学生在施救过程中均落水，导致5名学生溺水身亡；梅州市五华县4名学生私自结伴外出游泳时溺水身亡；东莞市2名学生结伴到一建筑工地遗留水坑边玩耍，1人下水游泳溺水，另1人下水施救，导致2人溺水身亡；湛江市廉江市多名学生结伴到海边游泳，2名学生溺水身亡。

### 一、预防溺水的措施：

1、同学们一定要牢记不要私自在河边、水库边、池塘边玩耍，以防滑入水中。

2、严禁私自下河、塘、水库等地游泳，即使去必须有大人的陪同并带好救生圈等设施。

3、严禁私自外出钓鱼，因为钓鱼蹲在水边，水边的泥土、沙

石长期被水浸泡，而变得松散，有些水边长年累月被水浸泡还长了一层青苔，一踩上去就容易滑入水中。

4、不去非游泳区游泳，不会游泳者，不要游到深水区，即使带着救生圈也不安全。

5、游泳前要做适当的准备活动，以防抽筋。

6、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。

7、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。

8、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，同时呼叫救助。

9、发生洪水期间，不能单独冒险涉水过河。

10、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或家长。

## 二、发现同伴溺水时的救护方法：

在这里，老师特别强调的是“救人要在自己能力范围之内。”在前面通报的五起事件中，有很多学生是为了求助落水的同伴而溺水死亡的，他们在关键时刻伸出援手的精神可嘉，但做法不可取。我们不提倡学生自我牺牲式的见义勇为。当同学们发现有人溺水时，千万千万不要贸然下水救人，应马上大声呼救，或者拨打110报案。同时在可能的情况下可以将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者。

综上所述，溺水是非常危险的，在日常生活中一定要提高安



全意识，防患于未然。水无情，人有情。其实，只要我们在生活中提高安全防范意识，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。同学们的安全，是一项牵一发而动全身的敏感事情：学生安全，家长放心，学校顺心，社会安心；学生不安全，家长伤心，学校闹心，社会烦心。

同学们，安全重于泰山，万家平安是我们共同的心愿。老师希望同学们能够牢固树立安全第一的意识，珍爱生命，让欢乐和幸福永远围绕在我们身边，让平安伴随着大家健康成长！