

2023年预防沉迷网络安全教育班会教案(实用9篇)

作为一名教职工，总归要编写教案，教案是教学蓝图，可以有效提高教学效率。那么教案应该怎么制定才合适呢？下面是小编为大家带来的优秀教案范文，希望大家可以喜欢。

预防沉迷网络安全教育班会教案篇一

让学生了解在日常学习生活中要养成良好的个人卫生习惯，加强体育锻炼，增强抵抗力等，增长学生的卫生知识，增强学生的自我保健意识。这是预防禽流感的关键。

了解禽流感知识，学会预防。

养成良好的卫生习惯，预防禽流感。

1、搜集、整理有关不良的饮食习惯及禽流感知识的资料。

2、ppt、视频。

目前，正是禽流感传染病的高发季节，因此做好春季卫生防疫工作迫在眉睫。

一、谈卫生安全常识及禽流感的相关知识。导入本次班会的内容。

二、简要介绍禽流感：

禽流感是由禽流感病毒引起的一种急性传染病，也能感染人类，感染后的症状主要表现为高热、咳嗽、流涕、肌痛等，多数伴有严重的肺炎，严重者心、肾等多种脏器衰竭导致死亡，病死率很高。此病可通过消化道、呼吸道、皮肤损伤和

眼结膜等多种途径传播，人员和车辆往来是传播本病的重要因素。

三、预防措施：

1、避免与禽类接触。既然人禽流感的传染源是禽类。因此我们就要避免与禽类接触。特别是避免接触鸡及分泌物和排泄物（尤其是与病、死禽的接触）。

2、远离密集人群人禽流感的主要传播途径是呼吸道传播。因此，要避免去人群密集且不通风的场所，如商场、夜店、ktv等场所，以避免交叉传染。

3、加强饮食卫生。不食用病死的禽类。烹食禽类要彻底煮熟，加工、保存食物时要注意生、熟分开，搞好厨房卫生，不生食禽肉和内脏。发生疫情时，应尽量避免与禽类接触。

4、养成良好的个人卫生习惯，加强室内空气流通，每天1~2次开窗换气半小时。吃禽肉要煮熟、煮透，食用预防措施鸡蛋时蛋壳应用流水清洗，应烹调加热充分，不吃生的或半生的鸡蛋。要有充足的睡眠和休息，均衡的饮食，注意多摄入一些富含维生素c等增强免疫力的食物。经常进行体育锻炼，以增加机体对病毒的抵抗能力。

5、不要轻视重感冒。禽流感的病症与其他流行性感冒病症相似，如发烧、头痛、咳嗽及喉咙痛等，在某些情况下，会引起并发症，导致患者死亡。因此，若出现发热、头痛、鼻塞、咳嗽、全身不适等呼吸道症状时，尽快到医院就诊，并在医生指导下治疗和用药。

6、提高自身免疫力。多食含维生素c的食品补充营养，早睡早起，保证睡眠质量。除了这些我们还需要增加自身体质，还要注意休息，不能过度的疲惫。我们也要注意保温。避免感冒。注意营养、保持良好体质有利于预防流感等呼吸道传

染病。

7、及时就医。如果有高烧、头痛、感冒、咳嗽等呼吸道症状，应戴上口罩，尽快就医，以免延误病情。

四、班会小结：

只要养成良好的个人卫生习惯，加强体育锻炼，增强抵抗力等，了解卫生知识，增强自我保护意识。是预防禽流感的关键。

预防沉迷网络安全教育班会教案篇二

预防艾滋病主题班会

展艾滋病教育采取主题班会的形式，体现了健康教育与德育教育的渗透。

让同学了解并远离艾滋病，并让他们有一份爱心来帮助关爱、不歧视艾滋病患者，并且通过活动帮助学生了解艾滋病的由来、传播途径、艾滋病的危害，使学生能够学会判断艾滋病病毒传播的相关行为，呼吁社会宣传与关爱。

讲授重点及难点

重点： 了解艾滋病并不可怕，主要是正确良好的行为规范就可远离艾滋病。

难点： 了解艾滋病的传播途径和认识良好行为规范是什么，不可能传播艾滋病的途径和主要预防措施。

提问： 同学们你们在一分钟的时间里能做些什麼?回答...

讲解： 在全世界一分钟里就有6人感染艾滋病病毒，强调速度

快，分布广，危害大。

1、了解艾滋病英文缩写aids的全称和中文名称；

2、分别介绍艾滋病的窗口期，潜伏期，死亡期发病时间；

图片1艾滋病病毒的结构图，分析内核外核构造了解病毒；

图片2是艾滋病病毒吞食宿主细胞在生成新的艾滋病病毒的全过程；

分别介绍艾滋病在呼吸道，消化道等各器官的表现症状。

提问：刚才同学们看的短片是哪个传播途径呀？回答..._输血

引出传播途径的话题，除了输血还有其他方法：

图片：艾滋病通过传播途径感染易感染人群的循环图

游戏：大家每人手里有一张纸条有的是职业人群，有的是行为方法，你觉的他们有没有被感染的危险？属于高危感染人群还是低危感染人群，请你把它帖到相应的位置。

游戏目的：通过这个游戏，让大家了解无论是什麼职业只要有良好的行为方法，行为规范就可远离艾滋病，艾滋病并不可怕。

1、介绍国内的预防艾滋病宣传大使：他们是宣传预防艾滋病的志愿者，与病人亲密接触不歧视他们。

2、游戏名称：解扣8人围一圈双手随便拉别人的手，然后像解扣一样解开，中间不能松手，最后完成一个大圈。

游戏目的：预防艾滋病要大家携手一起抵抗，一起努力。

班会结束了，班会主要是以六大步进行的，通过同学有步骤地讲解，一目了然的让同学们了解关注到艾滋病，中间播放同学自演的短片和游戏环节先是带动了气氛再是通过这些形式让同学更真实的了解艾滋病。

预防沉迷网络安全教育班会教案篇三

生命无处不在。珍爱生命，预防溺水，是每一位小学生必修课。随着夏天的到来，中小学生溺水事故又将进入高发期。在我们国家，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。

夏季天气炎热，为防止学生在游泳中发生溺水事故，我们小学开展了“预防溺水，安全度夏珍爱生命，谨防溺水”为主题的活动。

下面我与同学们一起学唱溺水童谣，让它永记心中！

中小學生預防溺水童謠

游泳戲水季節到，偷偷下水不得了。

擅自結伴不能保，大人陪護不能少。

沒有救援不要去，陌生水域不可靠。

盲目施救不可取，安全六不別忘掉。

預防溺水“六不”

不私自下水游泳

不擅自与他人结伴游泳

不在无家长或教师带领的情况下游泳

不到无安全设施、无救援人员的水域游泳

不到不熟悉的水域游泳

不熟悉水性的学生不擅自下水施救

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。

谢谢大家！

预防沉迷网络安全教育班会教案篇四

生活不可能一帆风顺，生命不可能只有幸福。

在我们的生活中，挫折并不少见，它是智者的无价之宝，弱者的无底深渊。还记得《老人与海》中那个倔强的老渔夫吗？他的信条是：“人不是生来被打败的，你尽可以消灭他，但是却不能打败他。”现实生活中又何尝没有这样的“渔夫”？南非前总统曼德拉用同样的信念实现了理想。正因为有了种种挫折的磨砺，他们的生命才显得格外熠熠生辉。

孟子有言：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。”可见，挫折是锻炼意志、增强能力的绝佳机会，关键在于我们如何对待它。

林肯的父亲是个农民，家境极为贫穷。林肯断断续续地接受正规教育的时间，加起来还不足1年。但林肯从小就养成了热爱知识、追求学问、善良正直和不畏艰难的好品质。他买不

起纸和笔，就用木炭在木板上写字，用小木棍在地上练字。他抓紧一切时间看书学习，练习讲演。林肯失过业，做过工人，当过律师。从29岁起，他开始竞选议员和总统，前后尝试过11次，失败过9次。最后一次成功是在他51岁那年，他终于问鼎白宫，并取得了辉煌的业绩，马克思称之为“全世界的一位英雄”。

面对各种各样的挫折，林肯没有选择放弃，他的锲而不舍最终成就了一段非凡的历史。

在命运的惊涛骇浪里，生存还是毁灭，这是一个问题。大海里没有礁石就激不起浪花，生活中经不住挫折就成不了强者。

对于我们青年一代，挫折是必不可少的人生一课，只有跨过一道又一道坎，我们才能奔向成功的终点。我坚信，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”。让我们一起勇敢地接受挑战，向着美好的生活迈步前进！

预防沉迷网络安全教育班会教案篇五

学习溺水安全的基本常识，培养有关防范意识。

教学目标：

- 1、了解有关溺水安全相关知识，感悟生命的可贵。
- 2、培养学生养成遵守防溺水安全的习惯，掌握溺水救护方法。

教学重难点：

难点：溺水安全自救方法的指导。

教学准备：收集有关溺水的文字、图片资料，并制作多媒体课件。

教学形式：多媒体教学。

教学设计：

一、导入新课

【新闻回放】2011年4月24日下午，莆田市秀屿区东庄镇西温村小学2名学生，到笏石镇温东村下尾盐场附近一养虾池戏水时，不慎溺水死亡。2011年5月26日下午，重庆开县长沙镇再次发生这样的悲剧，当地陈家小学10余名小学生一起私自下河洗澡，结果4名男生溺亡。

(师)听了这个案例，我想在座的每一位同学心里都不会感到轻松。针对这起事件，你想到了什么呢?请同学们谈谈你的看法。

学生思考后举手回答自己的想法。

(小结)生命只有一次，每个人都应该注意安全，珍爱自己的生命。

(师)今天这节课我们就一起来学习预防溺水的相关知识(板书课题：防溺水安全教育)。

二、新课教学

(一)溺水原因

在炎热的夏季，大家都想到河里或池塘里游泳。然而，因为缺少游泳常识而溺水死亡者时有发生。

【幻灯片放映】图片展示近六年全国0——14周岁儿童溺水死亡情况柱形图。(引导学生明白)溺水在所有意外伤害死因中所占的比重，6年来持续保持在一半以上的水平，趋势有增无减。图片展示近六年全国0——14周岁儿童溺水死因构成

图，(让学生明白)溺水在所有意外伤害死因中的比例在半数以上。图片展示2011年4月24日下午，莆田市秀屿区东庄镇西温村小学2名学生，到笏石镇温东村下尾盐场附近一养虾池戏水时，不慎溺水死亡。2011年5月26日下午，重庆开县长沙镇再次发生这样的悲剧，当地陈家小学10余名小学生一起私自下河洗澡，结果4名男生溺亡。据相关媒体报道，每年暑假，医院急诊科都会遇到大量因遭遇溺水意外事故求救的病例，而其中有相当一部分就因现场急救措施不得力而错失抢救时机，令人痛心。

学生思考后回答，教师根据学生回答作简要总结。

【幻灯片展示溺水原因】1、可能是在河道、水渠、池塘、水井、水池、水库中嬉水落水引起的;2、也可能是街道下水道无井盖，下大雨时看不清，致使人落入下水道，建筑工地水沟积水、开放性水域无明显警告标志和隔离栏;3、不会游泳，游泳时间过长，疲劳过度，在水中突发病尤其是心脏病，盲目游入深水漩涡。

(师)因此多学一些自救与互救的知识和技能，可以给自己与他人的生命多一份保障。下面我们就一起来学习有关专家对溺水致死原因和溺水症状的描述。

(二)致死原因

【幻灯展示】据医学专家解释，溺水致死原因主要是气管内吸入大量水分阻碍呼吸，或因喉头强烈痉挛，引起呼吸道关闭、窒息死亡。

(三)溺水症状

【幻灯展示】据医学专家解释，溺水症状主要表现为呼吸困难，嘴唇和指甲青紫，嘴唇和口鼻四周有泡沫，重者则昏迷或呼吸心跳停止。

(四) 如何自救

生作讨论后，师鼓励其列举各自想法。

(师) 同学们所谈的想法都相当不错，我觉得刚才大家的想法可以归纳为以下两个方面。

【幻灯图片展示】

(1) 发现溺水者如何将其救上岸。

- 1、可将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者，再将其拖至岸边。
- 2、若没有救护器材，会游泳者可以入水直接救护。接近溺水者时要转动他的髋部，使其背向自己(为什么?)然后拖运。拖运时通常采用侧泳或仰泳拖运法。

【角色扮演】 学生按照以上方法，全班学生每2人分成一个小组，进行模拟演示，1人扮演溺水者，1人扮演救护者。抽几个小组轮流上台表演，其他同学细心观察，最后做出总结，并指出优点和不足。

(2) 如何开展岸上急救

【幻灯图片展示】

第一步：当溺水者被救上岸后，应立即将其口腔打开，清除口腔中的分泌物及其他异物。如果溺水者牙关紧闭，要从其后面用两手的拇指由后向前顶住他的下颌关节，并用力向前推进。同时，两手的食指与中指向下扳颌骨，即可搬开他的牙关。

第二步：控水。救护者一腿跪地，另一腿屈膝，将溺水者的腹部放到屈膝的大腿上，一手扶住他的头部，使他的嘴向下，

另一手压他的背部，这样即可将其腹内水排出。

第三步：如果溺水者昏迷，呼吸微弱或停止，要立即进行人工呼吸，通常采用口对口吹气的方法效果较好。若心跳停止还应立即配合胸部按压，进行心脏复苏。心肺复苏的目的在于尽快挽救脑细胞，避免因缺氧引起细胞坏死。因此施救越快越好，同时注意要在急救的同时，要迅速打急救电话，或拦车送医院。

【角色扮演】学生按照上述方法，全班学生每2人分成一个小组，进行模拟演示，1人扮演溺水者，1人扮演救护者。抽几个小组轮流上台表演，其他同学细心观察，最后做出总结，并指出优点和不足。

(五) 预防措施

(师)为了不让溺水事故侵害我们的生命，加强预防是关键。如何预防溺水事故，同学们有什么好的想法不妨为老师出几个点子。

根据学生出的点子归纳小结。

- 1、学习溺水相关知识，知道溺水的危害性，了解一些溺水的预防和急救措施。
- 2、未经家长、老师同意不去游泳。不要单独到河边、池塘边玩耍。年龄小的儿童外出玩耍一定要有家长带领，不能单独乱跑，以防跌入下水道和粪池。
- 3、初学游泳时，可参加游泳学习班，由老师辅导。不要在标示禁止戏水的区域游泳和嬉水，若在江、河、湖、海游泳，则必须有伴相陪，不可单独游泳。
- 4、学会游泳后也不能忽视水上安全，下水前做好充分的准备

活动，游泳时要根据自己的体力和能力量力而行，饥饿、太饱和疲劳时不能下水。

5、发现下水道无井盖，应及时与有关部门联系以便尽快检修。

(六) 倡议书

【幻灯展示】

1、对自己负责：树立安全意识，加强自我保护。绝不参与没有家长陪同的游泳活动，绝不到危险、陌生的河塘游泳，绝不在河塘边垂钓鱼虾，绝不做危险举动，绝对远离溺水杀手。

2、对家人负责：如果游泳，一定要在自己的家长陪护前提下，到安全的、正规的游泳场所游泳，并要做好相应准备活动，防止溺水事件的发生。

3、对学校负责：要遵守学校的各项规章制度，不断强化安全防范意识，以血为鉴。积极参加学校组织的“珍爱生命，谨防溺水”安全教育活动，学会相关的预防溺水知识，并能将所学的知识运用于实际，掌握溺水自救的基本知识和技能。

4、对他人负责：在加强自我安全意识的同时，要努力做好说服教育工作，对于那些违反学校纪律，私自外出游泳的行为，要坚决抵制、劝阻。

三、总结结束

同学们，今天我们通过学习，掌握了一定的溺水自救与预防知识，大家在以后的学习、生活中要加强学习，经常模拟演练，巩固所学知识，要随时提高警惕，特别是在比较危险的地方，严防溺水事故的发生。祝愿大家今天好，明天会更好！

预防沉迷网络安全教育班会教案篇六

大家上午好！

- 1、认真落实上级文件精神，积极开展预防溺水事故教育宣传活动，落实“十个一”的要求。布置一篇防溺水安全教育作业。建立每周一次专题教育制度。建立每日一次安全提醒制度，课前课后进行安全提醒。
- 2、各班利用班会课进行一次“防溺水安全教育课”主题班会活动，并且通过具体案例、典型事例警示学生，让学生谈谈自己身边的事例并且谈他们的感受，增强学生的安全意识，如果他们在遇到危险情况时能够冷静的处理，尽量把伤害降到最低点。
- 3、家校联合，共同防范。发一份“防溺水告家长书”，把它带回家：孩子下水游泳必须有家长的陪同，平时不到河边玩耍，更不得擅自同学结伴游泳。
- 4、加强学生上课，放学等的出勤管理，明确专人点名汇报，及时掌握缺勤学生信息，对请假学生采取追踪调查，了解缺勤和请假学生去向，不明去向的学生要第一时间向学校汇报，并和家长联系。
- 5、深入学生，了解班级学生状况，发现有游泳动向的学生，及时谈心引导，做好学生的思想工作，使学生切实提高认识，从源头上杜绝学生下河游泳。
- 6、特别要教育学生遇到同伴溺水时避免手拉手盲目施救，要智慧救援，并立即寻找帮助，学校也要向学生讲解防溺水知识，提高学生自救自护能力。

同学们，遵守规则，就是对自己的生命负责，就是对我们所爱的人和爱我们的人负责。严格遵守作息时间，严格履行请

假制度，严格服从学校管理，从身边做起，从小事做起。只要严守规则，每一朵生命之花就会更加娇艳，每一个家庭就能更加美满，整个社会就会和谐发展。事故隐患，你查，我查，人人查，校园安全，你管，我管，大家管。谨记安全第一，生命是天！谢谢大家！

预防沉迷网络安全教育班会教案篇七

- 1、提高幼儿的安全意识，知道在水边玩耍会发生的危险，学习有关溺水安全的知识。
- 2、引导幼儿了解溺水安全内容，了解落水自救的常识，切勿亲自下水做到基本的安全防护意识。
- 3、引导幼儿正确认识身边不遵守你睡安全的不良习惯现象，提高幼儿对生活中的危险行有基本的辨别、判断能力。

二、活动准备

- 1、安全教育课件《防溺水》
- 2、泳池、河塘、海边游泳图片
- 3、安全教育相关视频

三、活动过程

- 1、教师通过谈话导入，引起幼儿对本次活动主题的预知感受，通过热和流汗，找凉快的方法，幼儿在举例时便带入了本次活动《防溺水》游泳、洗澡等关键词。

教师引导幼儿回忆夏天解暑的相关措施方法：吃冰激凌、冷饮、西瓜、吹空调等等，教师注意引导幼儿说出游泳、洗澡等词语。

2、教师出示教学课件《防溺水》，进入安全中心，观看小朋友解暑凉快的措施方法。

在夏天游泳是让自己凉快的方法!很多小朋友在爸爸妈妈的带领下到泳池或者海边游泳，他们会穿着泳衣、带着泳帽、还会带上游泳圈。

带游泳圈是为了防止溺水做的安全措施!小朋友是不可以自己去泳池游泳、河边下河洗澡的，如果没有大人的陪同，很容易发生溺水的危险!会被水淹死，失去生命!

3、教师出示安全课件，进入安全钥匙环节，教师引导幼儿观看溺水安全的视频动画，引导幼儿回答相关问题，引导幼儿深入了解溺水安全相关知识。

(1)看看图中的小朋友，她在什么地方玩耍?后来发生了什么事情?

两个小朋友贪玩自己跑到河边去玩，一个在河边捉小鱼、一个小朋友正在水里游泳，而身边没有大人的陪同!然而，危险就发生了，捉鱼的小朋友不小心溺水，游泳的小朋友也被水给冲走了!

(2)欢欢很想去游泳，但欢欢是怎么做的呢?你们觉得他这样对的对的吗?

欢欢很想游泳，但是爸爸妈妈都告诉欢欢，小孩不能一个人在水边玩耍、在水里游泳!欢欢的爸爸在周末时就带欢欢到正规的游泳池里游泳解暑，游泳池里很安全，欢欢带着游泳圈，爸爸在一边教欢欢游泳和保护欢欢，这样做很对，欢欢不会发生溺水的危险!

4、活动小结：教师引导幼儿了解游泳还需要注意，在泳池游泳时不离开家人的视线、不在泳池场里乱跑、泳池边玩水嬉

戏，池边很湿很滑，容易摔跤和掉进泳池，不注意这些安全，也会发生溺水的危险！

四、活动延伸

1、教师出示教学课件，进入拓展安全温馨提示环节，根据画面提示，引导幼儿说说本次活动的主要内容和重点。

小朋友自身能力有限，还不具备下水救人的条件，盲目下水自己也可能会发生溺水危险。如果有小朋友溺水，可以呼叫身边大人，或者拨打110报警。

预防沉迷网络安全教育班会教案篇八

学生收集有关不良的饮食习惯及禽流感知识的资料。

一、班主任老师引出本次班会的内容：

最近一段时间，禽流感作为传染病在一些地方出现，为了更好的预防禽流感、保证学生身体健康，特别召开主题班会。

二、简要介绍禽流感：（班长）

禽流感是由禽流感病毒引起的一种急，也能感染人类，感染后的症状主要表现为高热、咳嗽、流涕、肌痛等，多数伴有严重的肺炎，严重者心、肾等多种脏器衰竭导致死亡，病死率很高。此病可通过消化道、呼吸道、皮肤损伤和眼结膜等多种途径传播，人员和车辆往来是传播本病的重要因素。

三、预防措施：（学生交流）

2、吃禽肉要煮熟、煮透，食用鸡蛋时蛋壳应用流水清洗，应烹调加热充分，不吃生的或半生的鸡蛋。

3、不要喂饲野鸽或其他雀鸟，如接触禽鸟或禽鸟粪便后，要立刻彻底清洗双手。外出在旅途中，尽量避免接触禽鸟，例如不要前往观鸟园、农场、街市或到公园活动，不要喂饲白鸽或野鸟等。

4、不要轻视重感冒，禽流感的病症与其他流行性感冒病症相似。

5、特别注意尽量避免直接接触病死禽、畜。

6、这段时间也尽量少食肉类食品，饮食要清淡，要保持良好生活习惯，注意营养平衡，保持充足的睡眠和休息，多吃水果、多饮水，避免疲劳。

四、班主任小结：

只要同学们注意讲卫生，认真做好预防工作，就可以将禽流感拒之门外。

预防沉迷网络安全教育班会教案篇九

爱惜生命，珍惜生命，看看下面的预防溺水主题班会方案吧！

指导思想：

在班会上，通过多种形式对学生进行“预防溺水”安全知识的宣传，包括“溺水常识”、“溺水的预防与急救”等等，教育学生要保持高度的安全意识，提高学生对溺水危害的认识，坚决杜绝溺水事故的发生。

使学生进一步掌握了相关的救生与自救知识，更是进一步提高了学生的安全意识和自护能力，使广大同学更加认识到“安全无小事，事事有安全”。

活动目的：

- 1、使学生了解有关生命的来之不易与宝贵，感悟生命的可贵。
- 2、使学生懂得溺水的主要原因和自救的方法

活动过程：

班长：青少儿童年是祖国的明天，民族的希望。

提高青少年儿童的综合素质，特别是少年儿童的学习能力、生活能力、生存能力，都是开展素质教育的重要课题。

如今的社会里，车祸、中毒、溺水.....剥夺了许多宝贵的生命，尤其是溺水最为严重了。

了解溺水和如何防止溺水显得非常重要。

主持人：我宣布，三年级《防溺水》教育主题班会现在开始！同学们，现在正是天气逐渐转热季节，“防溺水”安全教育牵动着每一位老师和家长的心，为了自己和他人的安全，为了每个人幸福和欢乐，让我们多掌握一些防溺水知识吧。

一、溺水致死原因有哪些？

主要是气管内吸入大量分阻碍呼吸，或因喉头强烈痉挛，引起呼吸道关闭、窒息死亡。

二、溺水者有哪些症状？

溺水者面部青紫、肿胀、双眼充血，口腔、鼻孔和气管充满血性泡沫。

肢体冰冷，脉细弱，甚至抽搐或呼吸心跳停止。

三、自救当发生溺水时，怎样自救与救护？

当发生溺水时，不熟悉水性时可采取自救法：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。

因为深吸气时，人体比重降到0.967，比水略轻，可浮出水面(呼气时人体比重为1.057，比水略重)，此时千万不要慌张，不要将手臂上举乱扑动，而使身体下沉更快。

会游泳者，如果发生小腿抽筋，要保持镇静，采取仰泳位，用手将抽筋的腿的脚趾向背侧弯曲，可使痉挛松解，然后慢慢游向岸边。

救护溺水者，应迅速游到溺水者附近，观察清楚位置，从其后方出手救援。

或投入木板、救生圈、长杆等，让落水者攀扶上岸。

出水后的救护：

首先清理溺水者口鼻内污泥、痰涕，取下假牙，然后进行控水处理。

救护人员单腿屈膝，将溺水者俯卧于救护者的大腿上，借体位使溺水者体内水由气管口腔中排出。

有些农村将溺水者俯卧横入在牛背上，头脚下悬，赶牛行走，这样又控水、又起到人工呼吸作用。

如果溺水者呼吸心跳已停止，立即进行口对口人工呼吸，同时进行胸外心脏按摩。

四. 如何防溺水？

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。

五、发现溺水者该怎么办？

当发现有人落水时，救助者不要贸然去救人，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。

如果当时情况十分紧急，而救助者又具备一定的救护技巧，那么救助者在下水前应尽快脱去衣裤和鞋子，在向落水者接近时，要尽量避免被落水者抓住。

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，溺水事件还是可以防止的。

六、班主任总结

人的生命只有一次，幸福快乐掌握在你的手里，希望同学们通过这节课的学习，学会珍惜生命，养成自觉遵守溺水安全原则的好习惯。

教学内容：

学习溺水安全的基本常识，培养有关防范意识。

教学目标：

- 1、了解有关溺水安全相关知识，感悟生命的可贵。
- 2、培养学生养成遵守防溺水安全的习惯，掌握溺水救护方法。

教学重难点：

难点：溺水安全自救方法的指导。

教学准备：收集有关溺水的文字、图片资料，并制作多媒体课件。

教学形式：多媒体教学。

教学设计：

一、导入新课

【新闻回放】20xx年4月24日下午，莆田市秀屿区东庄镇西温村小学2名学生，到笏石镇温东村下尾盐场附近一养虾池戏水

时，不慎溺水死亡。

20xx年5月26日下午，重庆开县长沙镇再次发生这样的悲剧，当地陈家小学10余名小学生一起私自下河洗澡，结果4名男生溺亡。

(师)听了这个案例，我想在座的每一位同学心里都不会感到轻松。

针对这起事件，你想到了什么呢?请同学们谈谈你的看法。

学生思考后举手回答自己的想法。

(小结)生命只有一次，每个人都应该注意安全，珍爱自己的生命。

(师)今天这节课我们就一起来学习预防溺水的相关知识(板书课题：防溺水安全教育)。

二、新课教学

(一)溺水原因

在炎热的夏季，大家都想到河里或池塘里游泳。

然而，因为缺少游泳常识而溺水死亡者时有发生。

【幻灯片放映】图片展示近六年全国0——14周岁儿童溺水死亡情况柱形图。

(引导学生明白)溺水在所有意外伤害死因中所占的比重，6年来持续保持在一半以上的水平，趋势有增无减。

图片展示近六年全国0——14周岁儿童溺水死因构成图，(让学生明白)溺水在所有意外伤害死因中的比例在半数以上。

图片展示20xx年4月24日下午，莆田市秀屿区东庄镇西温村小学2名学生，到笏石镇温东村下尾盐场附近一养虾池戏水时，不慎溺水死亡。

20xx年5月26日下午，重庆开县长沙镇再次发生这样的悲剧，当地陈家小学10余名小学生一起私自下河洗澡，结果4名男生溺亡。

据相关媒体报道，每年暑假，医院急诊科都会遇到大量因遭遇溺水意外事故求救的病例，而其中有相当一部分就因现场急救措施不得力而错失抢救时机，令人痛心。

学生思考后回答，教师根据学生回答作简要总结。

【幻灯片展示溺水原因】1、可能是在河道、水渠、池塘、水井、水池、水库中嬉水落水引起的;2、也可能是街道下水道无井盖，下大雨时看不清，致使人落入下水道，建筑工地水沟积水、开放性水域无明显警告标志和隔离栏;3、不会游泳，游泳时间过长，疲劳过度，在水中突发病尤其是心脏病，盲目游入深水漩涡。

(师)因此多学一些自救与互救的知识和技能，可以给自己与他人的生命多一份保障。

下面我们就一起来学习有关专家对溺水致死原因和溺水症状的描述。

(二)致死原因

【幻灯展示】据医学专家解释，溺水致死原因主要是气管内吸入大量水分阻碍呼吸，或因喉头强烈痉挛，引起呼吸道关闭、窒息死亡。

(三)溺水症状

【幻灯展示】据医学专家解释，溺水症状主要表现为呼吸困难，嘴唇和指甲青紫，嘴唇和口鼻四周有泡沫，重者则昏迷或呼吸心跳停止。

(四) 如何自救

(师)溺水导致死亡的进展迅速，全程不超过5—6分钟。

因而发生溺水后，争分夺秒地做好现场抢救对挽回溺水者的生命极为重要。

同学们说说溺水事故发生后该我们如何自救呢？

生作讨论后，师鼓励其列举各自想法。

(师)同学们所谈的想法都相当不错，我觉得刚才大家的想法可以归纳为以下两个方面。

【幻灯图片展示】

(1)发现溺水者如何将其救上岸。

1、可将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者，再将其拖至岸边。

2、若没有救护器材，会游泳者可以入水直接救护。

接近溺水者时要转动他的髋部，使其背向自己(为什么?)然后拖运。

拖运时通常采用侧泳或仰泳拖运法。

【角色扮演】学生按照以上方法，全班学生每2人分成一个小组，进行模拟演示，1人扮演溺水者，1人扮演救护者。

抽几个小组轮流上台表演，其他同学细心观察，最后做出总结，并指出优点和不足。

(2) 如何开展岸上急救

【幻灯图片展示】

第一步：当溺水者被救上岸后，应立即将其口腔打开，清除口腔中的分泌物及其他异物。

如果溺水者牙关紧闭，要从其后面用两手的拇指由后向前顶住他的下颌关节，并用力向前推进。

同时，两手的食指与中指向下扳颌骨，即可搬开他的牙关。

第二步：控水。

救护者一腿跪地，另一腿屈膝，将溺水者的腹部放到屈膝的大腿上，一手扶住他的头部，使他的嘴向下，另一手压他的背部，这样即可将其腹内水排出。

第三步：如果溺水者昏迷，呼吸微弱或停止，要立即进行人工呼吸，通常采用口对口吹气的方法效果较好。

若心跳停止还应立即配合胸部按压，进行心脏复苏。