

最新防溺水高中 高中生防溺水教育心得(精选14篇)

任职岗位的职责需要与个人能力和公司目标相匹配。我们整理了一些成功的自我介绍范本，希望为你提供一些写作上的灵感和参考。

防溺水高中篇一

每年一到夏天，游泳就成了一项热门的活动，不过，在游泳背后，伴随着却是一些溺水的新闻，每次看到这些新闻，我就会对这些生命感慨不已。

为了不让类似的悲剧发生，我们应该要做好以下几点：

1、必须在家长(监护人)的带领下游泳。单身一人去游泳最容易出问题，如果你的同伴不是家长(成年人)，在出现险情时，很难保证能够得到妥善的救助。

2、在游泳之前一定要做充足的准备活动。夏季天气炎热，不做准备活动马上入水，水温、体温、气温相差很大，聚然入水，毛孔迅速收缩，刺激感觉神经，轻则引起肢体抽筋，重则引起反射性心脏停跳休克，很容易造成溺水死亡。

3、要注意休息，不要长距离游泳，不要远离伙伴。如果感到身体不适，要告诉同伴并上岸休息，在岸上观看同伴游泳，留心他们的安全。

4、不管发生什么样的抽筋，都先向同伴或其他游泳者呼叫：“我抽筋了，快来人呀！”

这些，就是我对防溺水的'一些建议，希望每一个要去游泳的同学都要注意，切莫拿自己的生命开玩笑。

防溺水高中篇二

春风送爽，万象更新。沐浴在党的xx大的春风下，我们迎来了又一个工人阶级和劳动人民的光辉节日——“五一”国际劳动节。

每次过“五一”的时候我都会想起初中学到的那篇杨朔的《荔枝蜜》：“多可爱的小生灵啊！对人无所求，给人的却是极好的东西。蜜蜂是在酿蜜，又是在酿造生活；不是为自己，而是为人类酿造最甜的生活。蜜蜂是渺小的，蜜蜂却又多么高尚啊！”“这天夜里，我做了个奇怪的梦，梦见自己变成了一只小蜜蜂”。我们讴歌劳动，是为了记取过去，我们崇尚劳动，是为了开创未来。放歌新世纪和美好的春天，我们讴歌劳动，歌唱祖国的美丽河山，展示劳动者的风采。祖国的大花园中到处都是我们勤劳的蜜蜂。

近年来“劳动光荣”价值观受到挑战。一些人由此变得很浮躁，一直在寻求机会“搏一搏”，痴想哪天一觉醒来就变为富翁。“一夜暴富”确实存在，但概率极小。人活着不能“守株待兔”，而是要奋斗。从人类社会来说，不管什么制度，基础还是劳动创造世界。有了人们的体力脑力支出，才有财富产生的可能。至于非劳动收入只不过是人类剩余的价值的分割而已。无论什么情况，无论哪个年月，我们都要坚信“劳动光荣”。

劳动创造了世界，劳动创造了人类，劳动创造了财富。尊重劳动就是尊重人本身。当今时代，强调尊重劳动应克服片面性，既重视创造性的复杂的智力劳动，又重视在平凡岗位上兢兢业业、默默奉献的劳动，使各种劳动有机统一于社会主义现代化建设事业中。

一个人的劳动态度、习惯、能力，以及对劳动的认识，对劳动人民的感情，对劳动成果的珍惜意识，对劳动创造幸福、劳动创造一切的理解，对劳动光荣，劳动没有高低贵贱之分

的认识程度，往往是检验这个人思想道德、意志品质的有效标准。

让我们都来发扬勤劳勇敢的精神，为真理我们团结斗争，经风雨意志坚韧。辛勤劳动建设自己的国家，我们的力量无穷会像海涛奔腾，祝愿我们得祖国永远光辉灿烂，永远繁荣昌盛。

防溺水高中篇三

同学们：

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，湘乡市育墩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。

防溺水高中篇四

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

近年来溺水事故已成为造成17岁以下非正常死亡的首要因素，入夏以来，各地溺水事故又时有发生。特别是进入5月份以来，各地溺水事故发生频繁。有的是结伴游泳溺亡，有的是为救同伴致多人溺亡，多发生在小学生和初中生，且男生居多。

在此，我希望大家注意游泳安全，做到以下几点：

不要独自一人外出游泳，也不要到不知水情或比较危险且易发生溺水伤亡事故的地方去游泳。

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。游泳时切勿太饿，太饱。饭后一小时才能下水，以免抽筋。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。在游泳中如果觉得身体不舒服，如眩晕，恶心，心慌，气短等，要立即上岸休息或呼救。

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希望，关注安全就是关注生命，关注安全就是关注我们自己！让我们学会生存，热爱生命，让我们在灿烂的阳光下沐浴一方平安，让生命的一泓清泉永流不息。让我们行动起来，珍爱生命，预防溺水，杜绝悲剧的发生！

我的演讲完毕，谢谢大家！

防溺水高中篇五

每个人都有很多的“次”，次动手做饭，次养小动物，次野营……最让我难忘的是次溺水。

夏天的太阳，真是毒辣，即使开了空调，也挡不住一阵阵的炎热，的办法当然是去游泳了，我和姐姐达成一致，带上泳衣和游泳圈便叫姑姑带我们去了游泳池。

游泳池里有很多形形色色的人，大概也是耐不住酷热而来的吧，看到他们在清凉的水中欢快地扑腾着，我都有点迫不及待了。我换好泳衣，套上游泳圈下了游泳池。我在水里扑腾着，感觉就像鱼儿回到了大海，鸟儿回归了天空，我用手溅起一阵阵水花，和姐姐打起了水仗。

玩累了，我漫无目的地游到别处，把身体和水融合在了一起。我沉浸在了水的世界里，感受水的清凉，不知不觉便游到了深水区 and 浅水区的交界处以了，那时我才七八岁，一看到分割线，就赶紧往回游，结果一个不小心，游泳圈滑落了。

我的心一下子跌到了谷底，水虽然不太深，但对那时的我来说已经算是危险区域了。我仿佛失去了主心骨，一下子沉了下去。我害怕极了，一个劲的往上游，原本伶俐的手脚变得很笨拙，结果一会儿浮上去，一会儿沉下去。在我眼里，原本可爱的水精灵一下子变成了恶魔，仿佛要把我吞噬，我的眼睛、嘴巴里都涌进了水。我顿时有种恐惧感，我看到不远处的姐姐，连忙大声呼救：“姐姐！姐姐！救……就我！”在呼救的同时我又呛进了几口水。姐姐听到了我的呼救，向我游了过来，此时我仿佛坠入了一个黑暗世界，姐姐成了我的救命稻草，我一个劲的把手伸过去。当姐姐来到我的身边，想把游泳圈给我套上时，我求生心切，一把夺过姐姐的游泳

圈套在自己身上，我有了游泳圈支撑，没那么难受了，可是姐姐却和我一样溺水了，我把一旁的游泳圈给她套上，两人互相搀扶着上了岸。

这次的溺水我一直记得，以后我一定注意安全，绝不会让这种事再次发生。但通过这件事，我感受到了生命的珍贵。

防溺水高中篇六

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

最近一段时间，天气逐渐炎热，也是学生易发生溺水事故高发时期，为避免溺水事件的发生，在校内进行主题为“珍爱生命预防溺水”的安全教育，下面学校特向全体同学提出以下要求：

- 1、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。
- 2、不要私自一人外出游泳，更不要到不摸底和不知水情或比较危险且宜易发生溺水伤亡事故的地方去玩耍、游泳。不要在河塘边、围矿坝玩耍；不捡落入水中的物品；不去河塘钓鱼捞鱼。
- 3、游泳需到有资质的游泳场游泳，而其必须要有组织，并在大人带领下方可去游泳。
- 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，如果水温太低，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。

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。

8、从我做起，严守学校纪律，坚决不玩水。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。

9、溺水的急救：

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，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，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。

现场抢救溺水儿童的方法：

3、进行口对口人工呼吸及心脏按摩；

4、尽快联系急救中心或送溺水儿童去医院。

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。

防溺水高中篇七

就我个人观点来看，学生恋爱已成为一种不可阻挡的潮流了。那对于学生到底该不该谈恋爱呢？就官方语言来说，这是一个严重的问题，我们要以情况来正确看待。但对我来说这纯属扯淡。对于一个问题虽然有时不给出的答案或许是好的，但是我在此只想论述我个人的观点。

先来讲讲学生上学的目的吧！每个家长都只是想让孩子好好在校学习，将来考上一个好大学，找份好工作。而对于父母在这种殷切的希望，孩子定然不能全部理解。他们担心自己的青春岁月会在学校无尽的书海中埋没。还有些家长认为自己孩子蠢材一个，学习学不好，考大学也没什么希望，就鼓动儿子在学校找个漂亮的女孩拐会家做老婆了，儿子以后也就继承家业，至于坐吃山空还是继续开辟壮大家业就看儿子自己本事了。

这两种，前者城市居多，后者乡村居多。

对于谈恋爱的学生，学校采取的措施一般是很严格的，可这种严格并没有彻底将谈恋爱的现象消除。反而火上浇油，使得恋爱之风更加狂烈，不仅高中生和大学生情侣整日漫步街头，似乎初中和小学有时也人影成双。这已经不仅仅只是学校和家长的问题，而是已经一种社会现象，值得每个人去思考的社会现象。

在这个物质和精神生活糜烂的社会里，每个人都似乎已经忘记当年的国耻家恨，只记得在这个社会中谋取地位，赚取金钱。各行各业里都存在着激烈的斗争。表面的平静似乎只是一种虚假的现象。似乎这些不关学生的事。可是，如今两岁的孩子就知道说谁是好人谁是坏人。而长大以后却渐渐不说

话了，不敢去指责了，即使见到自己厌恶的人有时也要假装微笑，见到自己喜欢的人却不知道该说什么了。是啊，长大了，越来越笨了吧！孩子呢，看到父母的种种无奈，在不知不觉中总会产生一些影响。青春的叛逆，使得他们迫切希望自己快点长大替父母分担的更多，替父母去抗下生活的重担，社会的重担。去替父母把不喜欢的人该走，去替父母把喜欢的人接到家里。然而，这些似乎都很难实现。在这个社会中，每个人都承受着一种压力，这种压力是无形的，但却可以清楚感受到。然而这种压力父母或老师总是无形之中就传带给我们。毕竟，老师和家长每天都在承受着不同的压力。

然而这些似乎并不是造成学生恋爱的主要原因。这个原因是什么呢？就是我们学校和家长对于恋爱总是否决的状态，而没有真正理解孩子为什么谈恋爱。只因为他们的长大，他们的孤单，他们的不受关注。他们长大了，脱离了陪他们的毛绒玩具，同样，父母也越来越疏远他们了。父母除了关心他们的成绩之外，再也没有其他话语，这种单纯成绩的交流使得他们越来越冷漠。我想一个温馨家庭里培养出来的孩子绝对不会去谈恋爱。

还有就是，大家发现没有，学校的课程大多都是为了追求成绩，对于生活似乎真正起作用的并不多。而能够真正体现人性的就更少了。这不是指责，只是我们为盲人开设的盲道，有为保护花草设立的广告牌，为什么就不能有提高人道德修养，思想品德修养的课程。学校，育人成才的地方。可是，成人的先决条件是做人啊。幼儿园的老师教小孩要听话，小学的老师教学生要诚实，初中老师教学生不要打架，高中老师教学生要努力，要拼搏。今天学习不努力，明天努力找工作。大学老师教你知识，叫你自己去适应社会。可能到大学素质是有了，他们谈恋爱的目的不过是一种虚荣。而谈恋爱的双方也都知道毕业后各分东西。而高中初中乃至小学生谈恋爱是不是为时尚早。

可能由于科技的发达，几个月就能让猪长大，几个星期小鸡

就走上市场。对于一些瓜果蔬菜滥用化肥和生长素。人是不是也这样被催生早熟了。有一个很明显的社会现象就是，小孩子普遍都不快乐。成长之中他们遇到很多烦恼，无人诉说，他们渴望找寻一个依靠。渴望有个人可以宠着她，爱着她。渴望向别人证实自己的存在，学习好的还好说，学习差的呢？学习跟别人没法比，父母还带着美好的愿望期待着。老师看似不管，自己却感觉每节课都是在苦海的煎熬。无奈，与其整日苦学无果，还不如放开自己，去风花雪月一番。

说白了，即使缺少父母的关心。如果学校和家庭能给他们足够多的关心，或许将不会有恋爱之风。如果社会有一门专门替人解析心理问题的课程，加强道德伦理的课程，我相信定会拯救更多沉迷的学生醒悟。真正的追求自己的梦想，不放弃。努力寻求自己价值的实现，而不是在风花雪月过后，什么也留不下，终究只能郁郁终生。

谁还记得周总理的那句为中华之崛起而读书。我们读书的结局终是服务于祖国。

我人为学生可以贪恋爱。但我也希望能有一部校园谈恋爱法则。保护那些懵懂的少年儿童。别为一时的虚荣而产生人生的阴影。

防溺水高中篇八

夏季是学生溺水事故的高发期。暑假临近，为防止学生溺水悲剧的发生，我向孩子及学校郑重承诺：

1. 我已清楚居住地附近河流、水库、池塘特征及危险性；
2. 平时注意教育自己孩子不私自下水游泳；
3. 自己不去非游泳区域游泳，给孩子树立好榜样；

4. 我会尽到孩子不在校期间的监护责任：孩子上学、放学路途中、双休日、节假日是溺水事故高发期，我会在这些时段切实做好孩子的教育、监护工作。

承诺人：

日期：

防溺水高中篇九

老师们、同学们：

大家好！今天我讲话的主题是：“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，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。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50,000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。

下面我列举一下20__年来发生的'学生溺水死亡事件。

20__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。

20__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。

20__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。

20__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。

20__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。

20__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。

20__年5月，赤峰建筑职业学校一名学生，去锦山橡胶坝玩水，不慎坠入水中，溺亡。

现在已经进入炎热的夏季，暑期也即将来临，防溺水伤亡必须要引起每个学生、家长、老师的高度重视。

1、老师们要高度重视溺水教育，让溺水安全意识深入人心，要通过班会课、安全课、课前一分钟教育向学生传授防溺水安全知识，培养学生安全技能。

2、家长要加强学生管理，严禁学生私自去水塘、养鱼池、河边等危险场所，尤其是在假期，更要严格约束，防患于未然。

3、同学们要遵守“六不”，不去从事危险性活动，要积极参加打乒乓球、踢毽子、跳绳、打羽毛球、唱歌、读书等既有益又小的活动当中去，做到活动、安全两不误，学习娱乐双丰收。

4、在加强自我安全意识的同时，同学间要互相关心、爱护，发现有同学私自去游泳或到危险的地方去玩耍，要坚决抵制、及时劝阻并告诉老师、家长。

同学们：生命高于一切，我们是国家的未来和家庭的希望，让我们行动起来，水火无情，青春可贵；珍爱生命，预防溺水。

防溺水高中篇十

各位家长朋友：

大家下午好！感谢家长们在百忙之中抽出宝贵的时间前来参加今天的家长会。在家长的配合和支持下，20__学年度第二学期已经顺利结束了，我们的工作得到了家长的支持、帮助和配合，在这里，我首先要对各位家长朋友们表示衷心的感谢！暑假从7月1日起就正式开始了，今天，我重点针对学生假期的安全问题和家长们进行交流。

首先，请家长们要对孩子进行防溺水教育。最近，我省已发生了多起学生溺水死亡事故，我市也有几起溺水事故发生。家长们要教育孩子做到“五不”，即不私自下水游泳，不擅自与同学结伴游泳，不在无家长带领的情况下游泳，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。

发生溺水的常见原因有：在水边玩耍，钓鱼或下水摸鱼虾，捡落入水中的物品；游泳时抽筋或在水中打闹等。

预防孩子溺水的措施：

- 1、小学生应在成人带领下游泳；
- 2、教育孩子不要独自在河边玩耍；
- 3、不会游泳者，不要游到深水区，即使带着救生圈也不安全；
- 4、游泳前要做适当的准备活动，以防抽筋；

5、游泳时注意不要打闹。

教孩子学会溺水时的自救方法：

1、不要慌张，发现周围有人时立即呼救；

3、身体下沉时，可将手掌向下压；

4、如果在水中突然抽筋，又无法靠岸时，立即求救。如周围无人，可深吸一口气潜入水中，伸直抽筋的那条腿，用手将脚趾向上扳，以解除抽筋。

现场抢救溺水儿童的方法：

3、进行口对口人工呼吸及心脏按摩；

4、尽快联系急救中心或送溺水儿童去医院。

监护人签名：

20__年5月2日

防溺水高中篇十一

尊敬的家长朋友：

您好！

青少年是祖国的未来，是民族的希望。保障青少年学生健康成长是学校、家庭、社会共同的责任。目前已进入夏季，是溺水事件的高发期。近几年学生溺亡事件不断发生，给学生家庭带来无尽的伤痛和损失，为切实加强安全教育、防止发生溺水事件，希望家校互相配合重视对孩子进行防溺水教育工作，提高孩子防溺水的自觉性和识别险情、紧急避险、遇

险逃生的能力，现将有关防溺水常识告知如下：

一、预防孩子溺水的措施：

- 1、孩子应在家长带领下游泳；
- 2、教育孩子不要独自在河边玩耍；
- 3、不去非游泳区游泳；
- 4、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、雨天行走、在井边打水要格外小心。

二、教孩子学会溺水时的自救方法：

- 1、不要慌张，发现周围有人时立即呼救；
- 3、身体下沉时，可将手掌向下压；
- 4、如果在水中突然抽筋，又无法靠岸时，立即求救。如周围无人，可深吸一口气潜入水中，伸直抽筋的那条腿，用手将脚趾向上扳，以解除抽筋。

三、现场抢救溺水孩子的方法：

- 3、进行口对口人工呼吸及心脏按摩；
- 4、尽快联系急救中心或送溺水孩子去医院。

四、严格要求孩子做到“四不”：

不在无家长或老师的陪同下私自下水游泳，不擅自与同学结

伴游泳，不到无安全不保障或不熟悉的水域游泳，不在上下学途中下河、池塘戏水玩耍。

亲爱的'家长朋友，安全无小事，让我们携起手来，在孩子的心中筑起一道安全防线，让您的孩子健康快乐成长。最后，祝你们合家欢乐，吉祥如意！

承诺人：

年 月 日

防溺水高中篇十二

尊敬的'各位老师，亲爱的同学们：

大家上午好！

早上好！我今天国旗下讲话的题目是《珍爱生命，预防溺水》。

夏天来到，天气炎热，一些学生喜欢到河边、池塘等有水的地方玩耍、游泳，很容易出现溺水事故。据媒体报道：今年5月?——6月之间在x省各地区连续发生多起学生溺水事故，共造成10名学生及2名幼儿死亡。5月27日下午4点左右□x县发生群体溺水事件。该县中心小学5名六年级女学生游泳时，不幸溺水身亡。为积极落实以“防溺水”为主题的“安全教育”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，我在此特向全校同学发出以下倡议：

一、充分认识溺水事故的危害性

青少年是家庭的希望，祖国的未来。溺水事故会给家庭带来难以挽回的后果，造成无法弥补的损失。同学们一定要充分认识到这一点，深刻认识到溺水事故的危害，远离危险地，从而避免溺水事故的发生。

二、几点建议

1. 未经家长同意不去。
2. 没有会游泳的成年人陪同不去。
3. 深水的地方不去。
4. 不熟悉的河溪池塘不去。
5. 如遇有人溺水，要找会游泳的成年人，千万不要去盲目施救。

三、掌握溺水时自救的五个方法

1. 遇到意外要沉着镇静，不要惊慌，应当一面呼唤他人相助，一面设法自救。
2. 游泳发生抽筋时，如果离岸很近，应立即，到岸上进行按摩，如果离岸较远，可以采取仰游姿势，仰浮在水面上尽量对抽筋的肢体进行牵引、按摩，以求缓解，如果自行救治不见效，就尽量利用未抽筋的肢体划水靠岸。
3. 游泳遇到水草，应以仰游的姿式从原路游回，万一被水草缠住，不要乱蹦乱蹬，应仰浮在水面上，一手划水，一手解开水草，然后仰游从原路游回。
4. 游泳时陷入漩涡，可以吸气后潜入水下，并用力向外游，待游出漩涡中心再浮出水面。
5. 游泳时如果出现体力不支、过度疲劳的情况，应停止游动，仰浮在水面上恢复体力，待体力恢复后及时返回岸上。

关注安全就是关注生命，关注安全就是关注我们自己！让我们学会生存，热爱生命，让我们在灿烂阳光下沐浴一方平安，

让生命的一泓清水永流不息。最后，祝愿我们的校园永远平安！祝愿每个同学健康快乐成长。

谢谢大家！

防溺水高中篇十三

各位尊敬的xx老师、亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《生命如花》。

有人这样形容我们，我们是早晨冉冉升起的初阳，充满了青春活力，饱胀着蓬勃朝气，多么快乐，多么美丽！然而，您有没有想过，在我们离开母亲的搀扶，摇摇晃晃地行走在人生道路上以后，我们如此美妙的生命靠的是什么？曾有诗人问：“是生存，还是死亡？”；也有哲人说：“艰难和困惑是生命的本身。”我思来想去，只能说：是安全！是“安全”这把拐杖捍卫着我们的生命，维护我们生存的权利。“做事应该未雨绸缪，居安思危”。说得多好呀！人的生命是美好的、炫烂的，但也是非常短暂的。

水是生命的源泉，可它也危害着我们的生命！

两个不会游泳的孩子，从游泳池的跳台滑下去，因为没有带救生圈，结果溺水而死；几个小学生去旅游，他们不听工作人员劝阻，走在狭窄的小桥上玩耍，结果坠山而亡；夜晚，一个学生在路上，突然转弯，不仅自己被车撞死，而且还连累了别人。

生命之河流，需要“安全”做曲折迂回的护堤；生命之画卷，需要“安全”这支抒写深远神致的笔。没有了“安全”，我们的生命就会摔跤，就不可能走过人生的风风雨雨。要知道，

生命对于每个人只有一次，而生命的控制，往往在于我们自己。

同学们，生命如花，让我们携起手来关爱生命，关注安全，让安全永驻心中，让“安全”之绿叶永远千娇百媚！

防溺水高中篇十四

各位家长、各位同学：

溺水一直是造成学生非正常死亡的主要原因，我市去年非正常死亡学生中，因私自下水游泳或无家长监管不慎落水造成溺水死亡的占较大比例。夏季即将来临，而夏季又是学生溺水事故的危险期、高发期。为使学生能安全度夏，学校正在开展防溺水专项教育。为使该项教育起到良好的效果，我们殷切希望能得到您们的关注和配合，并签订以下承诺：

我向父母亲及学校郑重承诺：

- 1、未经父母或其他监护人同意不下水游泳；
- 2、不擅自邀请其他同学下水游泳；
- 3、不跟不会游泳的'监护人下水游泳；
- 4、不到河边、水渠、水沟或者建筑取土形成的水坑边玩耍、戏水、嬉闹；
- 5、在见到有人落水而自己又无能力救护的情况下，不避而不见或者冒然下水救人，我会采取大声呼救或者报警（110）等措施。

承诺人：

年 月 日