# 暑期防溺水演讲稿600字

来源：网络 作者：青苔石径 更新时间：2025-03-07

*我们又该怎样预防溺水呢？首先，不要私自到水域旁玩耍，嬉戏，不要在河边钓鱼，摸虾，这样都是很危险的，一不小心也许就会滑入水中，溺水身亡。其次，不要私自结伴游泳，这样也是非常危险的，最重要的是不要到情况不明的水域游泳。为大家整理的《暑期防溺水演...*

我们又该怎样预防溺水呢？首先，不要私自到水域旁玩耍，嬉戏，不要在河边钓鱼，摸虾，这样都是很危险的，一不小心也许就会滑入水中，溺水身亡。其次，不要私自结伴游泳，这样也是非常危险的，最重要的是不要到情况不明的水域游泳。为大家整理的《暑期防溺水演讲稿600字》，希望对大家有所帮助！

篇一

　　尊敬的老师们，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　时间过得飞快，转瞬之间，一个炎炎夏日又到来了。每年这个时候，是发生溺水事故的高峰期，夺走了无数青少年的生命。看着眼前的《防溺水》短片，我的心中充满了深深的感叹。

　　短片通过一件件事例，让我们学会了如何预防溺水。同学的惊呼声，旁人的叹息声，父母的痛苦声，这一件件事历历在目，给我的心灵以极大的震撼。也许是因为贪玩，也许是因为向对方炫耀，还有可能是因为按捺不住的好奇心，许多青少年都不小心遭遇危险，在水中拼命地挣扎，最终缓缓沉入水底除此以外，当溺水发生后，许多同学采用了错误的施救方法：有的使用手拉手去拽人的方法，有的直接去跳水救人……从而引起了连环伤亡。这一朵朵美丽的，含苞待放的鲜花，在本应该无忧无虑享受露水与阳光的时候，就这样在逆溺水中早早夭折，与父母和亲人阴阳两隔……

　　看完《防溺水》视频，我不禁感慨万千。这一个个孩子多么可怜！他们的父母多么悲痛啊！联想到我自己，虽然我肯定不会和同学结伴去游泳，但学会一些自救，救人的方法也是很重要的。

　　如果不慎落入水中，首先，一定要调整好心态，不能手足无措的挣扎，这只能导致自己耗尽力气快速沉入水底。此时，正确的方法应是仰起身体，至少让鼻子和嘴浮出水面并用它们相互配合呼气，吸气，直到飘到岸边或有人来救援。

　　当然，学会救人也很重要。在大人或用粗木条，泡沫板，长竹竿，长绳子等物体的帮助下把人救出后，一定要及时拨打“120”，并清理溺水者口中的杂草，保证其呼吸通畅。如果对方已没有呼吸，一定要及时使用胸外心脏按压加人工呼吸的方法进行施救，并坚持到专业医护人员前来救援才能停下来。

　　人的生命只有一次，不能重新来过，我们一定要牢记这些血的教训，学会珍爱生命，让生命的花朵能够绚丽的绽开。

篇二

　　老师们!同学们!大家好

　　今天我国旗下讲话的主题是“珍爱生命,预防溺水”。

　　游泳，是广大青少年喜爱的体育锻炼项目之一。然而，在下水前如果不做好准备、缺少安全防范意识，遇到意外时慌张、不能沉着自救，那么极易发生溺水伤亡事故。

　　据统计，奉化区去年一年的时间里共发生了3起溺水死亡事件，横跨面积较广，有幼儿、小学生、中学生。为什么会发生这样的事情呢?首先是缺乏自律，夏天到了，同学们都喜欢去玩水，切记千万不要途一时的凉快单独去河里玩耍。在去年的开学初，学校组织了一次查访，在检查中发现了我校有几位同学在中午时分去河里游泳，据了解还不止一次，老师们马上对他们进行了安全教育。我校共有747名学生，其中外来务工人员子女有143名，绝大部分同学的爸爸妈妈可能平时忙于工作，疏忽了对你们的监护和看管，所以我们更要学会自律，管好自己，也要提醒身边的同学，如果发现身边有同学独自或结伴去河里游泳，一定要第一时间通知他的家长或者告诉老师。

　　一、游泳要注意哪些安全要点?

　　1.不要独自一人外出游泳，更不要到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，要选择安全干净的游泳场所，如配有救生员的游泳馆。

　　防溺水安全演讲稿配图

　　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.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。

　　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。

　　5.在游泳中如果突然感觉身体不舒服，如头晕、恶心、心慌、气短等，要立即上岸休息或呼救。

　　6.如遇到溺水者，我们不要冒然下水营救，应立即大声呼救，同时将救生圈、竹竿、木板等会漂浮的物体抛给溺水者，等救援人员到后再将其拖至岸边。

　　二、要记住游泳六不准

　　1.不准私自下河游泳。

　　2.不准擅自与他人结伴游泳。

　　3.不准在无家长或老师带领的情况下游泳。

　　4.不准到不熟悉的水域游泳。

　　5.不准到无安全设施、无救护人员的水域游泳。

　　6.不准不会水性的学生下水施救。

　　同学们，溺水是非常危险的，生命只有一次，我们要珍爱生命，提高安全意识，防患于未然。

篇三

　　尊敬的老师们，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　上星期，学校组织我们观看了一部防溺水教育宣传片，此片讲述了一位老水警在短短几年的时间里，从湘江里打捞出了数百具溺水身亡的尸体，绝大部分是青少年，其中，只有一位是不慎落入水中的。一个快要退休的老水警，不辞幸苦，大力宣传防溺水知识，在周边学校进行说法，把血淋淋的照片放给同学们看。告诫他们远离深水区，珍爱生命。

　　当然，这样的悲剧是我们不愿看到的，数百条人命，牵动了多少个家庭的痛苦，失去亲人之痛，可想而知。其中给我印象最深的是一对商人夫妇仅有的希望——他们的儿子，被水无情的夺去了生命，他们的内心无比的痛苦，这种痛苦将永远的伴随他们一生。这个孩子的母亲并不敢相信，这对他们的家庭带来了无尽的损失和痛苦，本来一个幸福的家庭，一刹那间突变了，意外就发生在不知不觉中。

　　然而，我们又该怎样预防溺水呢？

　　首先，不要私自到水域旁玩耍，嬉戏，不要在河边钓鱼，摸虾，这样都是很危险的，一不小心也许就会滑入水中，溺水身亡。

　　其次，不要私自结伴游泳，这样也是非常危险的。同伴落水，不要盲目去救，因为你还不具备救人的技能。最重要的是不要到情况不明的水域游泳，这样的危险性更大，不幸者就如同掉入深渊。天气渐渐变热，人们对水的喜爱更加突出，可以到一些正规的游泳场所去游个痛快。

　　水火无情，请珍爱生命，警钟长鸣，预防溺水。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！