

~级一等奖手抄报防溺水内容 防溺水手抄报内容文字(精选10篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

~级一等奖手抄报防溺水内容篇一

1. 小学生应在成人带领下游泳，学会游泳。
2. 不要独自在河边、山塘边玩耍。
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。

1. 不要慌张，发现周围有人时立即呼救。
2. 放松全身，让身体飘浮在水面上，将头部浮出水面，用脚踢水，防止体力丧失，等待救援。
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。

方法一：可将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者，再将其拖至岸边。

方法二：若没有救护器材，可入水直接救护。接近溺水者时要转动他的髋部，使其背向自己然后拖运。拖运时通常采用侧泳或仰泳拖运法。

特别强调：未成年人发现有人溺水，不能冒然下水营救，应立即大声呼救，或利用救生器材呼救。

1. 迅速清除口、鼻中的污泥、杂草及分泌物，保持呼吸道通畅，并拉出舌头，以避免堵塞呼吸道。
2. 将溺水儿童举起，使其俯卧在救护者肩上，腹部紧贴救护者肩部，头脚下垂，以使呼吸道内积水自然流出。但不要因为控水而耽误了进行心肺复苏的时间。
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。

~级一等奖手抄报防溺水内容篇二

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。