

# 2023年预防溺水安全知识演讲稿(大全10篇)

演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都觉得很苦恼吧。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。

## 预防溺水安全知识演讲稿篇一

敬爱的老师，各位同学：

大家上午好！我是4年1班的今天我演讲的题目是《珍爱生命、预防溺水》

春天来了，冰雪融化。预防溺水渐成为学校安全教育的热点话题。学为确保全校学生安全，严防因溺水带来安全事故的发生，禁止任何同学私自到游泳池、水潭、小溪等有水源的地方嬉戏与游泳；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通常在：游泳池、水库、水坑、池塘、河流、溪边、海边等场所。

每年都有溺水身亡事故发生。现在天气逐渐转暖，中小學生溺水伤亡的事故也明显多了起来。据教育部等单位对北京、上海等10个省市的调查显示，目前全国每年有1.6万名中小學生非正常死亡，平均每天约有40多名学生死于溺水、交通或食物中毒等事故，其中溺水和交通仍居意外死亡的前两位。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，“生命是宝贵的，给予每个人的机会只有一次，所以我们全体同学都要珍爱生命、预防溺水。”

我的`演讲到此结束，谢谢大家！

## 预防溺水安全知识演讲稿篇二

各位老师、同学们：

大家早上好！

根据xx市学校安全年“一月一主题”教育活动安排，本月是安徽第四个“全省中小学预防溺水教育”活动周，我校充分利用宣传栏，黑板报进行宣传，增强了你们的安全意识。但游泳，是广大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。

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。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。

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，如该水域、浴场是否卫生，水下是否平坦，有无暗流、杂草，水域的深浅等情况要了解清楚。

2、必须要有组织并在大人或熟悉水性的'人带领下去游泳，以便互相照顾。

3、游泳时切勿太饿、太饱。饭后一小时才能下水，以免抽筋。

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。不要在急流和漩涡处游泳。

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。

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，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。

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。

## 预防溺水安全知识演讲稿篇三

亲爱的老师们、同学们：

大家好！

有人说，生命是宝藏；有人说，生命是黄金。我说，生命如花。世界因如花的生命而精彩，可是，有的人却轻易地让生命之花过早地凋谢了。

很快春去夏来，天气越来越热，暑期也即将来临。在炎热的夏季，游泳，是广大少年喜爱的锻炼项目之一。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。据调查，中国平均每天有近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儿童中，有近6个是因为溺水身亡的。

夏天是酷热的，它的酷热牵引着多少人去沟渠、去江河湖海中游泳、嬉戏？正是因为这一个个不规范的“游泳池”夺走了一个又一个含苞待放的生命，使一个又一个的原本幸福的家庭承受着巨大的痛苦，这是多么令人心痛的事啊！溺水——成了一个恐怖的字眼，让人心惊胆寒，让人心情悲愤，但却无济于事。

江河、塘堰、游泳池给人带来欢乐享受之余，也潜藏着安全危机，如果游泳前多一分防范意识和自救知识，就可以带给我们欢笑，更可以避免可能发生的后悔与遗憾。

- 1、从我做起，树立安全意识，加强自我保护，远离溺水隐患，不参与各类危险的校外活动。
- 2、不私自或结伴到水池、河塘、水库、蓄水池等危险地带嬉戏、玩耍。
- 3、一定要在有家人陪伴的前提下，到安全的、正规的游泳池游泳。并要做好相应的准备活动，防止溺水事件的发生。
- 4、不到无安全设施、无救护人员的水域玩耍和游泳；不在设有“禁止游泳”或“水深危险”等警示标语的水域处下水戏水，

不在公园尤其是靠河处逗留玩耍。

5、当发现有人落水时，不能冒然下水营救，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。

生命是宝贵的，每个人都只有一次，她不像财富能失而复得，也不像离离原上草周而复始。失去了生命，不仅仅是自己失去了一切，还要给活着的亲人留下心灵的创伤。

同学们，我们是国家和民族的未来和希望，我们一定要珍惜青春，努力学习，不断提高自身素质，为自己，为祖国创造有意义的人生。让我们行动起来，珍爱生命，预防溺水。

谢谢大家！

## 预防溺水安全知识演讲稿篇四

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家早上好。

今天我国旗下讲话的主题是“珍爱生命预防溺水”。

夏天已经到来，水塘、河流和小溪给人带来欢乐之余，也潜藏着安全危机，游泳前多一分准备和清醒，就可以带给我们欢笑，更可以避免可能的后悔与遗憾。

据调查报告显示：全国每年有1、6万中小學生非正常死亡，其中溺水占死亡人数的百分之四十几，这血淋淋的数据让人触目惊心，我们要时刻警醒自己：

1、做到“五不”：不在水边危险区域玩耍；不在无家长或老师带领下私自下水游泳；不擅自与他人结伴游泳；不到无安

全设施、无救护人员、无安全保障的水域游泳；不到不熟悉的水域（山塘、水库、水坑、水池）等处游泳。

2、游泳时要有自护意识，在身体过饱、过饥和过于疲劳都不要下水；在水中不宜时间过长，以防发生抽筋现象。

3、游泳时要有自救常识和能力，不了解水深及水底情况时，不要跳水，以免发生意外。

4、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。

5、如果一旦遇到溺水者，不要贸然下水救人，应立即大声呼救，绝对不能下水营救，及时拨打报警电话110。

安全重于泰山，万家平安是我们共同的心愿。亲爱的同学们，让我们时刻记住：安全无小事，在心中永筑一道安全防线，为我们的生命负责！最后，让我们共同宣誓：珍爱生命，预防溺水！

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 预防溺水安全知识演讲稿篇五

老师们、同学们：

早上好！

今天我讲话的主题是：“珍爱生命、预防溺水”，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，更多的是会游泳、甚至是水性好的人。

现在正是天气炎热季节，加上我们所处的地域环境比较特殊，

周围河流、鱼塘、小溪比较多，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。在此学校再次强调要求同学们做到以下几点：

一、没有家长陪同坚决不能私自下水游泳。

二、树立安全意识，加强自我保护，不要去江河、小溪、鱼塘边玩耍及钓鱼。从我做起，严守学校纪律，坚决不私自下水游泳。

三、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和家长。

四、在加强自我安全意识的同时，要相互督促，对于那些违反学校纪律，私自玩水的行为，要坚决抵制并提出严厉的批评。

五、放学回家须经过小河边或过桥的同学，一定要注意安全，不要太靠近边上走，不要去爬桥上的栏杆。

六、掌握游泳的基本常识，学会简单防溺水的急救方法，坚决杜绝溺水事件的发生。

七、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家长带领下方可去游泳。

八、在我们的日常生活中，如果一旦遇到有人落水，最重要的一点，就是不能冒然下水营救，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。所以，发现有人落水，最正确的做法应立即大声呼救，寻求他人的帮助。同时，可以将救生圈、竹竿、木板等抛给落水者。

九、熟记游泳六不准：不准私自下水游泳；不准擅自与他人

结伴游泳；不准在无家长或老师带队的情况下游泳；不准到不熟悉的水域游泳；不准到无安全设施、无救护人员的水域游泳；不准不会水性的学生擅自下水施救。

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。

同学们，生命高于一切，珍爱生命，预防溺水，杜绝悲剧的发生。谢谢大家！

## 预防溺水安全知识演讲稿篇六

大家好！

今天我演讲的题目是《生命如花》。

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、灿烂的，可也是非常短暂的。

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！

谢谢大家！

## 预防溺水安全知识演讲稿篇七

早上好！

现在是最热的时候，有同学私下去游泳。今天，在国旗下，我们重点进行预防溺水的安全教育知识。要求大家不要私自下水游泳，不要在工地的水坑、池塘边玩耍，提高自己的安全意识和自我保护意识。我们要学会珍惜生命，远离伤害。

1. 不要单独出去游泳。不要在不了解水情或有溺水伤亡危险的地方玩耍、游泳。远离河塘；不要捡掉在水里的东西；不要去河塘钓鱼。

第二，游泳需要去有资质的游泳馆，而且一定要有组织。可以在大人的指导下游泳。

第三，注意身体。四肢容易抽筋的人不宜参加游泳或深水区游泳。下水前要做好准备，先锻炼身体。如果水温太低，先用浅水冲洗身体，适应水温后再下水游泳。

4. 对自己的水要有自知之明。下水后不要逞强，不要贸然潜水浮潜，不要互相打闹，以免溺水。

5. 如果在游泳时突然感到不适，如头晕、恶心、心悸、气短等。应立即上岸休息或呼救。

6. 游泳时，如果你的腿或小腿抽筋，不要惊慌。可以用力踢或跳，也可以用力按摩或拉扯抽筋的部位，也可以向伴侣求助。

七、同学之间要互相关心，互相爱护，发现有的同学去游泳或在危险的地方玩耍，应及时劝阻并告诉老师或家长。

## 八、溺水急救

在我们的日常生活中，如果遇到溺水的人，在施救时应该怎么做？

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，就会非常危险。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。应立即呼救，向落水者投掷救生圈、竹竿、木板等物，然后拖至岸边。

现场抢救溺水儿童的方法：

1. 迅速清除口鼻的污泥、杂草和分泌物；保持呼吸道通畅，拔出舌头，避免堵塞呼吸道；

3、口对口人工呼吸和心脏按摩；

4. 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，把安全放在第一位，防患于未然。水无情，人有情。其实只要注意生活中的各种游泳事件，提高安全防范意识，学会溺水自救和溺水救人，溺水是可以预防的。

## 预防溺水安全知识演讲稿篇八

一潭潭清隽纯厚的死水活泉，经阵阵激扬的东风用双手轻拂，泛起丝丝片片的微澜好似一亲琉璃长带被击碎，散落一地。水面上是荡漾的春天的倒影，明清又美丽。死水咧开了嘴儿，正迎接生命的笑意，潭上凄美的桃花洒下落红，坠入潭中，编织一个个敦实的梦呓……然而这些潭水却成了生命的枷锁，禁锢了无数可爱、顽皮、不应该死去的生灵。

这一切的一切都是顽皮孩子们的好奇心和薄弱的游泳技术和知识酿成的祸胚。今天，我们班开展的班会“珍爱生命，防止溺水”令我感悟深刻。图片中，一位位苍老的家长们各自跪倒在苍白的面无血色的横尸前，一阵伤怀欲绝的痛哭。细细端详，父母们的双鬓昼夜便有了白发！一失足成千古恨，如果这些孩子早就有了安全意识，这些操劳的苦情人便不会悲痛欲绝，人欲断魂了。当我们接受了这糅合着万分哀伤的事实时，我们还要做到以下几点，防止我们成为水塘的下一个泉下鬼！

1. 不要独自一个人外出游泳，单身一人去游泳最容易出问题，因为在出现险情时，很难保证能够得到妥善的救助。
2. 身体患病者不要去游泳。中耳炎，心肺病，肝肾疾病高血压，癫痫等慢性疾病者，感冒发热，精神疲倦，身体无力都不要去游泳，因为上述病人参加游泳运动容易加重病情，发生意外。
3. 参加剧烈运动或强体力劳动后，不能立即跳进水中游泳，尤其是在满身火汗，浑身发热的情况下不可立即下水，否则易引起抽筋感冒等。
4. 饱食或饥饿时不要游泳。
5. 要注意休息，不要长距离游泳，不要远离伙伴。若有身体

不适，要告诉同伴并上岸休息，在岸上也要时刻留心伙伴的安全。

6. 不要相互在水里攀比游泳技术，因为这样做容易发生危险。

7. 被污染的河流水库，有急流处，两条河流的交汇处以及落差的河流湖泊(水况不明的)均不宜游泳。

8. 恶劣天气如雷雨，刮风，天气突变等情况下也不宜游泳。

请珍惜你的生命，别用烦恼来折磨它，请远离烦恼，生命属于我们只有一次。请你珍爱生命，防止溺水！

## 预防溺水安全知识演讲稿篇九

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《预防溺水珍爱生命》。

天气越来越热。夏天是溺水事故的多发季节，游泳溺水身亡事故多有发生，由此给家庭、学校乃至整个社会带来的是抹不去的伤痛，教训也尤为深刻。为积极落实以“预防溺水，珍爱生命”为主题的安全教育活动，创设更安全的学习生活环境，努力杜绝溺水事故的再度发生，在此，我向同学们提出如下要求：

一、在任何时候都不得私自到池塘、河沟、水库中游泳、嬉水；不得擅自邀请其他同学下水游泳；不得到不知水情或比较危险的池塘、取土形成的水塘、水沟边玩耍、游泳。

二、上学放学途中，不走河边、沟沿，不走偏僻的道路，回家时要结伴而行；不在水库、水沟、池塘边玩耍、追赶，以

防滑入水中；不要到河沟、池塘、堤坝边洗手、洗脚；大雨天不靠近河流，不强行过沟过河；当自己特别心爱的物件掉入水中时，不要急着去打捞，而应找大人来帮忙。

三、从我做起，严守学校纪律，坚决不玩水。同学们要互相关心、爱护，发现有同学冒险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。

四、如果一旦遇到有人落水，千万不能冒然下水营救，应立即大声呼救，寻求大人的帮助，同时，在保护好自己的前提下，可以将救生圈、竹竿、木板等漂浮物抛给溺水者。

最后，再次提醒同学们在日常生活中提高安全意识，安全第一，防患于未然。

同学们，我们是家庭的希望，国家和民族的未来，让我们行动起来，珍爱生命，预防溺水，高高兴兴上学，平平安安回家。

我的演讲完了，谢谢大家。

## 预防溺水安全知识演讲稿篇十

亲爱的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

我今天演讲的题目是“珍爱生命，远离水”。

同学们，我们是冉冉朝阳初升的早晨，充满着青春的朝气和活力。我们是家族的瑰宝，给家族带来无限希望。多幸福多美好啊！但是，你有没有想过，在我们离开母亲的帮助，在人生的道路上蹒跚而行之后，我们的精彩人生是什么？一位诗人曾问：生还是死？也有哲学家说，艰难和迷茫就是生活本

身。我想了想，只能说：安全！保卫我们生命和维护我们生存权利的是安全。你应该提前做好计划，为和平时期的危险做好准备。人的一生是美好而辉煌的，但也是很短暂的。

两个不会游泳的孩子，因为没带救生圈，从游泳池的跳台上滑下来淹死了；几个小学生去旅游了。他们没有听员工的劝阻。他们走在狭窄的桥上玩耍，淹死了；晚上，一个学生在路上，突然掉进了下水道。当他被发现时，他淹死了。

生命之河需要安全迂回的保护；生命的画面需要安全，一只表达深邃神灵的笔。没有安全感，我们的生活就会角力，不可能走过人生的起起落落。要知道人生对每个人来说都只有一次，对人生的掌控往往在于自己。

同学们，生活就像一朵花，让我们携起手来关爱生命，关注安全，把安全永远留在心中，让安全的绿叶永远迷人！

我的演讲结束了，谢谢！

关于预防溺水的演讲5亲爱的同学们、老师们：

大家早上好！

我今天演讲的题目是预防溺水，珍爱生命。

天气越来越热，溺水已经进入旺季。溺水是中小生意外死亡的第一杀手。要不断增强自我保护和安全意识，提高规避风险、防灾自救能力。

防止溺水，首先要做到“六不”。

1. 未经允许，不要在水里游泳。
2. 不要擅自和别人一起游泳。

3. 没有父母不要游泳。
4. 在没有安全设施和救援人员的水域游泳。
5. 在不熟悉的水域游泳。
6. 不熟悉水的同学不允许下水营救。

同时，我们也需要学会自救。溺水时，不要惊慌。发现有人立即呼救，全身放松，让头部浮出水面，用脚踢水防止体力损失，等待救援。如果你在水中突然抽筋，无法停靠码头或者周围没有人，可以深呼吸，潜入水中，用手将抽筋的脚趾向上拉，缓解抽筋。

发现有人溺水，不能盲目救助。可以扔救生圈，竹竿，木板等。然后把他们拖到岸边。如果没有救生设备，不要冲进水中救人，而是立即呼吁成年人营救。

凉爽的海滨、河流和小溪给人们带来欢乐，但也隐藏着安全危机。有了更多的准备和清醒，可能的遗憾和遗憾就可以避免了。

我的演讲结束了，谢谢！