2023年防溺水安全教育演讲稿三分钟(优秀6篇)

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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。

防溺水安全教育演讲稿三分钟篇一

尊敬的老师们、亲爱的同学们，大家：

上午好。

今天，非常高兴由我来做国旗下的讲话，最近，气温连续升高，有些学生禁不住酷热，冒险下水游泳或玩水。因此，夏季是中小学生溺水事故高发时期。就在刚刚过去的两个星期，我们木化中学就有一名同学中午时候私自到水库里洗澡，结果就永远离开了人间，有些事件我就不再举例，但有一点，我们稍加注意，就会安全！根据上级相关文件精神的要求，今天我再次向大家提出有关防溺水的安全要求：

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；年龄小的一、二年级的学生要在有家人陪伴的前提下回家，并要做好相应的防备，防止溺水事件的发生。

三、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，要坚决抵制并及时向老师报告。

四、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。遇到有人溺水，不提倡未成年人下水救人，应立即呼

救求救。

五、夏季来临，雷雨多发，注意汛期安全。不强行过沟过河，雨天不靠近河流海沟。

六、在防雷方面，有关专家提醒我们：下雨打雷时不要靠近金属门窗和金属管道，不要使用电话和手机，外出遇到打雷无法躲入有防雷设施的建筑物内时，要将手表、眼镜等金属物品摘掉，千万不要在离电源、大树和电杆较近的地方避雨；尽量降低身体的高度，以减少直接雷击的危险；双脚要尽量靠近，与地面接触越小越好，以减少跨步电压野外最好的防护场所是洞穴、沟渠和峡谷。如果你在野外开阔地带活动，感觉到头发竖起或皮肤发生颤动时，可能要发生雷击了，要立即倒在地上或者双膝下蹲，向前弯曲，双手抱膝。

其它我就不详细讲了，谢谢大家！

防溺水安全教育演讲稿三分钟篇二

夏天到了。游泳安全逐渐成为学校安全教育的热门话题。

池塘、河流、小溪给人们带来欢乐和享受的同时，也隐藏着安全隐患。游泳前多一点准备和苏醒可以给我们带来欢笑，避免可能的遗憾。为期150天的石寨小学预防溺水特殊教育活动今天正式启动。

本着“以人为本”的精神，为确保师生安全，学校严格防止因游泳引发的安全事故的发生。阻止任何同学在上学期间私底下自到游泳池、水潭、小溪等有水源的地方嬉戏与游泳。上星期，学校已给每位同学分发了一份《致中小学生家长的一封信》，希望同学们经常和家长一起认真地去学习一下印在背面的《防水安全三字经》、《防溺水“六不”》、《四个牢记》等内容。

在家期间，除非有父母亲的亲身陪同否则也不准下水游泳!假如要跟随父母参加游泳，那末应留意甚么呢?我们聚集了有关知识。请同学们耐心肠听下去一定会有收获的。

1.下水时切勿太饿、太饱。饭后一小时才能下水，以免抽筋;

2.下水前试试水温，若水太冷，就不要下水;

3.若在江、河、湖、海游泳，则必须有伴相陪，不可单独游泳;

4.下水前观察游泳处的环境，若有危险正告，则不能在此游泳;

7.在海中游泳，要沿着海岸线平行方向而游，游泳技术不精良或体力不充分者，不要涉水至深处。在海岸做一标记，留意自己是否是被冲出太远，及时调剂方向，确保安全。

游泳前一定要做好暖身运动。

游泳前应考虑身体状态，假如太饱、太饿或过度疲惫时，不要游泳。

游泳前先在四肢撩些水，然后再跳入水中。不要立即跳入水中。

游泳时如胸痛，可用力压胸口，等到稍好时再上岸，

腹部疼痛时，应上岸，最好喝一些热的饮料或热汤，以保持身体暖和。

如何保证游泳的健康和安全，避免溺水事件的发生?对水情不熟而冒然下水，极易造成生命危险。万一不幸遇上了溺水事件，专家先容，溺水者切莫慌张，应保持平静，积极自救：

(3)要是大腿抽筋的话，可一样采用拉长抽筋肌肉的办法解决。

对溺水者，除积极自救外，还要积极进行陆上抢救：

(1)若溺者口鼻中有淤泥、杂草和呕吐物，首先应清除，保持上呼吸道的通畅;

(3)若是溺者已昏迷，呼吸很弱或停止呼吸，做完上述处理外，要进行人工呼吸。可使溺者仰卧，救护者在身旁用一手捏住溺者的鼻子，另外一手托着他的下颚，吸一口气，然后用嘴对着溺者的嘴将气吹入。吹完一口气后，离开溺者的嘴，同时松开捏鼻子的手，并用手压一下溺者的胸部，帮助他呼气。如此有规律地反复进行，每分钟约做14—20次，开始时可稍慢，以后可适当加快。

希望每个同学都能牢牢记住老师的教育，阔别危险，珍重自己的生命。

防溺水安全教育演讲稿三分钟篇三

各位老师、各位同学：

大家早上好！我是五（1）班学生xx□我今天演讲的题目是《珍爱生命，安全第一》。

据统计，我国每年大约有1。6万小学生非正常死亡，中小学生因安全事故死亡的，平均每天有40多人，也就是说每天将有一个班的学生在“消失”。其中包括交通事故、食物中毒、打架斗殴、体育运动损伤、火灾火险、溺水等等。专家指出：通过安全教育，提高我们的自我保护能力，80%的意外伤害事故是可以避免的。为了让学校安全的警钟长鸣，为了我们能有一个舒心、优雅的学习环境，我向大家发出以下倡议：

一、加强宣传教育。认真组织开展安全教育班会，提高我们

的安全、文明意识，要时时想安全，事事讲安全，树立自我安全意识。

二、提高个人思想素质。团结同学，和睦相处。不因小事和同学争吵，不打架斗殴，争做文明的学生。

三、关注课间安全。不做剧烈的活动，避免发生各种伤害事故；不追逐嬉戏；不在教室内打球、踢球。

四、遵守交通规则和交通秩序。上学放学做到文明行路，不骑自行车；集体外出必须经过学校同意，必须服从带队老师的指挥。

五、讲究饮食卫生，养成良好习惯。拒绝三无食品，不吃变质食品，不吃零食，不喝生水，不偏食，不暴食暴饮。

六、增强“防火防水防电”意识。不玩火，不随意触摸各种电器。不接受陌生人接送与来访，遇到形迹可疑的人要及时报告老师。

同学们，校园是我家，为了创建文明、安全的校园，为了大家都能健康快乐地成长，让我们携起手来，从现在做起，从自我做起，从点滴做起，共同维护好我们的校园环境，为构建安全校园贡献自己的一分力量！

防溺水安全教育演讲稿三分钟篇四

老师们、同学们：

你们好！

我们今天演讲的主题是“珍爱生命，预防溺水”。

游泳是青少年最喜欢的运动之一。但在下水前，如果没有做

好准备，缺乏安全防范意识，遇到意外时惊慌失措，不能从容自救，那么很容易发生溺水事故。

据统计，去年奉化区有三起溺水死亡事件，涉及面广，包括儿童、小学生和中学生。为什么会这样？首先，缺乏自律。夏天来了，所有的学生都喜欢玩水。记住千万不要一个人去河边爽着玩。去年学年开始，学校组织了一次参观。检查的时候发现我们学校有几个同学中午去河里游泳了。据了解，不止一次，老师们立即对他们进行了安全教育。我们学校有747名学生，包括143名农民工子弟。大多数学生的父母可能忙于工作，忽视了他们的监护和照顾。所以要学会自律和自我管理，提醒身边的同学。如果发现一个同学单独或者一起在河里游泳，一定要尽快通知他的父母或者告诉老师。

第一、游泳需要注意哪些安全点？

1、不要一个人出去游泳，也不要去不了解水情或者有危险，应该有溺水伤亡的地方游泳。选择安全干净的游泳场所，如配备救生员的游泳池。

2、需要在大人或者熟悉水的人的指导下组织游泳，这样才能互相照顾。

3、注意身体健康。平时四肢容易抽筋的人不宜参加游泳或在深水区游泳。下水前要做好准备，先锻炼身体。水温过低，先用浅水冲洗身体，待水温习惯后再下水游泳。

4、对自己的水质要有自知之明，入水后不要逞能，不要贸然潜水浮潜，不要为了避免喝水溺水而互相争斗。不要在急流和漩涡中游泳。

5、如果游泳时突然感到不适，如头晕、恶心、心悸、气短等。你应该立即上岸休息或呼救。

6、遇有溺水时，不要冲进水中救援，要立即呼救，将救生圈、竹竿、木板等漂浮物抛向溺水者，待救援人员到达后再拖上岸。

第二，记住游泳是不允许的

1、未经允许，不要在河里游泳。

2、未经允许，你不允许和别人一起游泳。

3、不要在没有家长或老师指导的情况下游泳。

4、不要在不熟悉的水域游泳。

5、没有安全设施和救援人员，不准在水域游泳。

6、不会用水的同学不允许下水营救。

学生，溺水很危险。生命只有一次。我们应该珍惜生命，提高安全意识，防患于未然。

防溺水安全教育演讲稿三分钟篇五

老师们、同学们：

你们好！

我们今天演讲的`主题是“珍爱生命，预防溺水”。

游泳是青少年最喜欢的运动之一。但在下水前，如果没有做好准备，缺乏安全防范意识，遇到意外时惊慌失措，不能从容自救，那么很容易发生溺水事故。

据统计，去年奉化区有三起溺水死亡事件，涉及面广，包括儿童、小学生和中学生。为什么会这样？首先，缺乏自律。

夏天来了，所有的学生都喜欢玩水。记住千万不要一个人去河边爽着玩。去年学年开始，学校组织了一次参观。检查的时候发现我们学校有几个同学中午去河里游泳了。据了解，不止一次，老师们立即对他们进行了安全教育。我们学校有747名学生，包括143名农民工子弟。大多数学生的父母可能忙于工作，忽视了他们的监护和照顾。所以要学会自律和自我管理，提醒身边的同学。如果发现一个同学单独或者一起在河里游泳，一定要尽快通知他的父母或者告诉老师。

第一、游泳需要注意哪些安全点？

1、不要一个人出去游泳，也不要去不了解水情或者有危险，应该有溺水伤亡的地方游泳。选择安全干净的游泳场所，如配备救生员的游泳池。

2、需要在大人或者熟悉水的人的指导下组织游泳，这样才能互相照顾。

3、注意身体健康。平时四肢容易抽筋的人不宜参加游泳或在深水区游泳。下水前要做好准备，先锻炼身体。水温过低，先用浅水冲洗身体，待水温习惯后再下水游泳。

4、对自己的水质要有自知之明，入水后不要逞能，不要贸然潜水浮潜，不要为了避免喝水溺水而互相争斗。不要在急流和漩涡中游泳。

5、如果游泳时突然感到不适，如头晕、恶心、心悸、气短等。你应该立即上岸休息或呼救。

6、遇有溺水时，不要冲进水中救援，要立即呼救，将救生圈、竹竿、木板等漂浮物抛向溺水者，待救援人员到达后再拖上岸。

第二，记住游泳是不允许的

1、未经允许，不要在河里游泳。

2、未经允许，你不允许和别人一起游泳。

3、不要在没有家长或老师指导的情况下游泳。

4、不要在不熟悉的水域游泳。

5、没有安全设施和救援人员，不准在水域游泳。

6、不会用水的同学不允许下水营救。

学生，溺水很危险。生命只有一次。我们应该珍惜生命，提高安全意识，防患于未然。

防溺水安全教育演讲稿三分钟篇六

生命是一朵花，绽放出生命的活力，生命是一首歌，长出无数生命的意义。水是生命之源，但也蕴藏着无尽的.危险，会使人失去宝贵的生命。

怎样预防溺水呢？我认为家长这关是至关重要的，家长们要注意了：如果你的儿女哀求你让你带她们去小河，水库，池塘等游泳场所，如果你这是心软那便很有可能会酿成终身大错，所以不要心软。

防止溺水，我们应该做到以下几点：

一，没有会游泳的家长不许私自下水。

二，如果要游泳不能吃太饱或者太饿，以面手脚抽筋。

三，如果没有安全措施，不能去不熟悉的水域游泳，因为在不熟悉的水域走，你会不知道水的深浅，很容易导致生命危

险。

四，当发现有人淹没时，要冷静，尽量想办法救人。

五，有人救上来时用双手相扣，按住病人的胸口往下按15下。

六，小腿抽筋时，要马上深吸一口气潜入水中，用手轻轻的舒缓小腿部分，脚掌用力向上扳，脚跟向下压等好一些后再游到岸边儿。

同学们，让我们行动起来，珍爱自己的生命吧！远离那些危险的河道，平平安安度过每一分每一秒，跟溺水事件说声拜拜。