

最新小学生防溺水安全教育演讲稿(模板6篇)

演讲稿具有宣传，鼓动，教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点，主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

小学生防溺水安全教育演讲稿篇一

溺水是非常危险的。在日常生活中，我们必须提高安全意识，安全第一，防患于未然。今天小编主要给大家分享小学生校园安全溺水演讲稿，希望对你们有帮助！

老师们、同学们：

大家上午好！

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6月9日，山东省莱芜市，7名初三学生游泳全部溺水身

亡;湖南省邵阳市5名小学生游泳全部溺水身亡;黑龙江省哈尔滨市7名学生在松花江游泳,4人溺水身亡。同一天中16名学生溺水死亡,令人十分痛心。

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。学校德育处在3月7日,给各班下发了“关于防溺水事故的通知”希望各班根据通知内容,认真开展好安全教育活动,在6月15日又给每位同学发放了《致家长的一封信》、《仁和区东风小学防溺水安全知识宣传》《仁和区东风小学学生防溺水安全保证书》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。

谢谢大家！

x小学德育处

20xx年xx月xx日

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。

一、中国儿童意外溺水调查报告

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。

二、游泳安全要点

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。

三、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，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。

老师们、同学们：

大家上午好！

今天我讲话的主题是：“珍爱生命、快乐暑假”，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。

现在天气慢慢变热，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。在此学校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，珍爱自己的生命。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，只要我们在生活中提高安全防范意识，我们的生命将永远绽放光彩。

最近，天气变得越来越热，学生溺水事故的发生率也很高。为避免溺水事故的发生，学校开展了“珍爱生命，预防溺水”为主题的安全教育。学校对所有学生的要求如下：

第一，树立安全感，加强自我保护，不要沿河而行，不要走偏僻的路，回家时要结伴而行。

第二，不要独自外出游泳，更不要到不知水情或比较危险的地方去玩耍、这些地方很容易发生溺水事故。不要在河边和

矿坝玩耍;不捡落入水中的物品;不去河塘钓鱼捞鱼。

第三，游泳需要在一个合格的游泳池游泳，必须有组织，并在成年人的带领下去游泳。

第四，要注意身体健康，平时四肢容易抽筋，不宜参加游泳或不要在深水区游泳。要做好下水前的准备，先活动身体，如果水温过低，应先在浅水区用清水冲洗身体，调整水温后再下水游泳。

第五，你必须对你的水性有自知之明，不要贸然跳水和潜泳，更不能互相打闹，以免溺水。

第六，游泳时如突然感到不适，如头晕、恶心、心悸、呼吸短促等，应立即到岸边休息或呼救。

第七，在游泳时，如果小腿或脚抽筋，不要惊慌，可用力蹬腿或做跳跃动作，或用力按摩，同时呼叫同伴救助。

第八，从我做起，严守学校纪律，坚决不玩水。同学们应该互相关心，互相爱护。如果他们发现一些同学去游泳或去危险的地方玩，应该及时劝阻并告诉老师或家长。

当发现有人掉进了水里，不能冒然下水营救，因为一旦被溺水者抓住，这将是非常危险的。在水中与落水者纠缠不仅会消耗救援者大量的体力，有时甚至会导致救助者体力耗尽最终丧命，应立即呼救，并将救生圈、竹竿、木板等抛向溺水者，然后拖拽到岸上。

现场救助溺水儿童的方法：

1. 迅速清除口腔及鼻子内的污泥、杂草及分泌物;保持呼吸道畅通，拉出舌头，避免阻塞呼吸道。

2. 将溺水人员举起，使他卧在救助者的肩上。腹部靠近救援者的肩膀，头和脚下垂，使呼吸道中的水自然流出，但不要因为控水而耽误心肺复苏的时间。
3. 进行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。

总之，溺水是非常危险的。在日常生活中，我们必须提高安全意识，安全第一，防患于未然。水是无情的，人是有情的。

事实上，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，学会在遇到溺水时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。

尊敬的老师、同学们：

大家早上好！今天我演讲的题目是“珍惜生命，防止溺水”。

亲爱的同学们！现在天气越来越热，暑假就要到了。在炎热的夏天，游泳是最受孩子们欢迎的运动之一。

然而，不做好准备，缺乏安全意识，在发生事故时惊慌失措，无法冷静自救，容易发生溺水事故。根据一项调查，中国每天有近150名儿童因意外伤害而丧生。

意外溺水是儿童意外伤害死亡的主要原因，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。在这里，希望大家注意游泳安全，做到以下几点：

- 1、不要单独外出游泳，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。选择一个好的游泳场所，环境好的地方，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. 必须在成年人或熟悉水的人的指导下组织和游泳，以便互相照顾。

3、游泳时切勿太饿、太饱。饭后一小时内不要下水，以免抽筋。

4、要知道自己的身体健康状况，通常四肢容易抽筋，不宜参加游泳或不宜在深水区游泳。入水前要做好准备，先活动身体，如果水温太低，应先在浅水中用清水冲洗身体，待适应水温后再入水游泳。

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，不要相互打闹，以免喝到水和溺水。不要在急流或漩涡中游泳。

6. 游泳时如突然感到不适，如头晕、恶心、心悸、呼吸短促等，应立即上岸休息或呼救。

7、在游泳时，如果腿或脚抽筋，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、当发现有人落水时，不要贸然冲进水中救人，应立即呼救，同时将救生圈、竹片、木头等物体扔向溺水者，然后将其拖到岸边。

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泳、戏水事项，提高安全意识，学会如何自救，学会如何救助遇到溺水的人，溺水事件是可以预防的。

同学们!为了更好地搞好对溺水的安全教育工作,根据市教育局《关于开展第二届中小学防溺水专项教育活动》的文件精神,我校将从本周开始,举行了一个为期三个月的“珍惜生命,防

止溺水”特殊教育活动。

活动包括:在国旗下举行演讲动员活动;开展“珍爱生命,防止溺水”特色教育活动;开展一次防溺水“三字经”、儿歌诵读比赛活动;召开一次“防溺水”主题班会;设立一个安全教育的警示牌等。

我的演讲到此结束。谢谢大家!

小学生防溺水安全教育演讲稿篇二

尊敬的老师,各位同学们:

大家好!

我是xx班的xx,现在天气越来越炎热了,每年的这个时候,都会有新闻报道,溺水事件的发生,所以同学们我们不得不重视起来,在学校的时候,安全是最重要的,一定要重视安全,坚决不私自下河游泳,对于学生来讲,这是应该要对自己有的态度,这次溺水的清理,我们应该要认真的对待,安全问题一直以来都是学校再三叮嘱的,所以接下来应该要认真去做好。

平时在生活当中我们应该要养成好的习惯,再有就是偶尔能够看到部分同学在河里面游泳,这样下去肯定是会有问题的,我们应该要重视起来才是,水库,河里面这些实在是太危险了,这是非常不应该的,危险的同时也是影响了别的同学,作为一名中学生,这是应该要去做好的,中学阶段的学习也是非常关键的,预防溺水的同时,也应该要树立一个好的情况,这是非常不好的,中学阶段的学习当中,我们应该要认真去规划好的,不要觉得自己水性好就觉得自己没有问题,但是危险正是因为这样的情况才出现的。

首先我们应该要预防这样的情况发生，不要一个人私自下河游泳，就算是有家长陪同，也应该要重视起来，不可忽视自身安全，对于游泳的环境，也是要熟悉，这是应该要重视起来的，水下有没有的暗礁，有没有水草，如果出现了身体不适的情况，就一定不要下水游泳，所以我们如果要游泳的话，就一定要去专门的场所，要有专人陪同，一定要确保自身安全的前提下才去游泳，以后我们一定要重视这一点，安全是应该要认真去对待的，作为一名中学生，树立一个好的榜样是非常有必要的。

预防溺水，我们学习这些相关知识的同时，也要和周围的朋友，宣传这些知识，这是对我们各方面还是应该要重视起来的，同学们以后我们一定要认真的去做好，一定要遵守学校的规章制度，把安全放在第一位，虽然现在天气炎热，但是解暑的方式有和很多，一定不要私自下河游泳，保证自己自身安全的同时，也需对这样的情况有比较全面的认识，始终把安全放在第一位，那么这是应该要认真去做的更好，希望大家以后能够养成好的习惯，对自己各方面认真一点，重视这个事情，预防溺水要从我们生活当中做起，自觉的养成习惯，一定不能够再这样下去了，让我们大家一起营造这样的好习惯。

小学生防溺水安全教育演讲稿篇三

老师和学生：

大家好！

我今天演讲的题目是《珍爱生命预防溺水》。

夏天越来越热了。游泳是最受欢迎的体育活动之一。然而，由于缺乏安全意识，溺水事故很容易发生。近年来，中小學生溺水死亡多发生在周末、节假日或放学后；大多发生在农村地区；大多发生在无人看管的河流、池塘等野生水域；大

多发生在学生自己一起玩的过程中，有的是一起游泳淹死的，有的是为了救溺水同伴被很多人淹死的。

夏季是安全事故高发季节，预防溺水事故无疑处于重要位置。为了创造安全的学习和生活环境，杜绝此类悲剧的发生，现向全校提出以下要求：

1. 未经许可，禁止在江河、池塘、溪流中玩耍，任何时候未经许可，禁止在江河、湖泊、池塘、水库中游泳或泼水。

2. 坚持“六不”：不私自下水游泳；不得擅自与他人游泳；不在无家长或教师带领的情况下游泳；不到无安全设施、无救援人员的水域游泳；不到不熟悉的水域游泳；不熟悉水性的学生不擅自下水施救。坚决做到“四不去”：未经家长教师同意不去；没有会游泳的成年人陪同不去；深水的地方不去；对水情不熟悉的江、河、湖、塘、水库不去。

3、见到有人落水时，不盲目下水施救或者避而不见，而应大声呼救或报警(110)，避免发生因盲目施救而导致更大的不幸。

4、每个人从我做起，严守学校纪律，用学到的防溺水知识运用于实际，坚决杜绝溺水事件的发生。在加强自我安全意识的同时，对于那些违反学校纪律，私自玩水、游泳的行为，要坚决抵制、劝阻并报告学校老师。

同学们，我们每个人是家庭的希望，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。让我们行动起来，珍爱生命，预防溺水，杜绝悲剧的发生。最后，让我们共同：珍爱生命，预防溺水。

小学生防溺水安全教育演讲稿篇四

尊敬的xx老师们、亲爱的同学们：

大家好！

人，应该珍爱生命。今天这节课我们就来学习珍爱我们的生命——防溺水教育。

- 1、未经家长老师同意不去。
- 2、没有会游泳的成年人陪同不去。
- 3、深水的地方不去。
- 4、不熟悉的江溪池塘不去。（当然，也不能到河塘捞鱼摸虾）

- 1、不会游泳。
- 2、游泳时间过长，疲劳过度。
- 3、在水中突发病尤其是心脏病。
- 4、盲目游入深水漩涡。

游泳，是广大青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。

为了确保游泳安全，防止溺水事故的发生，必须做到以下几点：

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

2、必须要有组织并在老师或熟悉水性的人的带领下游泳。以便互相照顾。如果集体组织外出游泳，下水前后都要清点人数、并指定救生员做安全保护。

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；镶有假牙的同学，应将假牙取下，以防呛水时假牙落入食管或气管。

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，更不要酒后游泳。

5、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。

6、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。

7、在游泳中遇到溺水事故时，现场急救刻不容缓，心肺复苏最为重要。将溺水者救上岸后，要立即清除口腔、鼻咽腔的呕吐物和泥沙等杂物，保持呼吸通畅；应将其舌头拉出，以免后翻堵塞呼吸道；将溺水者的腹部垫高，使胸及头部下垂，或抱其双腿将腹部放在急救者肩部，做走动或跳动“倒水”动作。恢复溺水者呼吸是急救成败的关键，应立即进行人工呼吸，可采取口对口或口对鼻的人工呼吸方式，在急救的同时应迅速送往医院救治。

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，溺水事件还是可以防止的。同学们，珍爱我们的生命吧。珍爱生命就是珍惜每一天。

小学生防溺水安全教育演讲稿篇五

亲爱的老师、同学们：

大家好！

人，应该珍爱生命。关于游泳我们未经家长老师同意不去。没有会游泳的成年人陪同不去。深水的地方不去。不熟悉的江溪池塘不去。（当然，也不能到河塘捞鱼摸虾）溺水原因主要有不会游泳。游泳时间过长，疲劳过度。在水中突发病尤其是心脏病。盲目游入深水漩涡。

游泳，是广大青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。为了确保游泳安全，防止溺水事故的发生，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，如该水库、浴场是否卫生，水下是否平坦，有无暗礁、暗流、杂草，水域的深浅等情况要了解清楚。必须要有组织并在老师或熟悉水性的人的带领下游泳。以便互相照顾。如果集体组织外出游泳，下水前后都要清点人数、并指定救生员做安全保护。

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；镶有假牙的同学，应将假牙取下，以防

呛水时假牙落入食管或气管。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，更不要酒后游泳。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。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。

在游泳中遇到溺水事故时，现场急救刻不容缓，心肺复苏最为重要。将溺水者救上岸后，要立即清除口腔、鼻咽腔的呕吐物和泥沙等杂物，保持呼吸通畅；应将其舌头拉出，以免后翻堵塞呼吸道；将溺水者的腹部垫高，使胸及头部下垂，或抱其双腿将腹部放在急救者肩部，做走动或跳动“倒水”动作。恢复溺水者呼吸是急救成败的关键，应立即进行人工呼吸，可采取口对口或口对鼻的人工呼吸方式，在急救的同时应迅速送往医院救治。

溺水是非常危险是，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，溺水事件还是可以防止的。同学们，珍爱我们的’生命吧。珍爱生命就是珍惜每一天。

谢谢大家！

小学生防溺水安全教育演讲稿篇六

亲爱的老师、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xxx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。

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。因此，在这里我希望同学们：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；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。

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；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；当发现有人落水时，不能贸然下水营救，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！