

珍爱生命预防溺水倡议书(精选16篇)

运动会正在静待您的加入，让我们一起挥洒汗水，释放激情。运动会前后的学校氛围如何营造，如何激发同学们的热情和参与度？运动会是释放能量、挑战极限的舞台，敢于挑战吗？如何在运动会上发挥出自己的专长和优势？跟着这些建议一起来吧！以下是小编为大家整理的运动会精彩瞬间，让我们一起回顾吧！

珍爱生命预防溺水倡议书篇一

亲爱的老师、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。

一、关于游泳我们要严格遵守“四不”

- 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）

二、溺水原因主要有以下几种

- 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。

三、如何防溺水

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。

珍爱生命预防溺水倡议书篇二

尊敬的家长、亲爱的同学们：

天气转热，因嬉水、玩耍、游泳等引发的意外溺水事故进入多发期。为有效预防溺水事件的发生，殿前街道提醒各位家长要加强对未成年子女的监护和看管，同学们要切实提高自我防范意识，以防止发生意外溺水身亡的事故。为此，特向家长、学生们发出如下倡议：

我是家长：

履行对子女的监管责任；

加强对未成年子女的安全教育；

提醒未成年人在无家长陪同下，不得下水游泳或进行其他涉水活动。

我是学生：

不私自下水游泳；

不擅自与同学结伴游泳；

不在无家长或监护人带领的情况下游泳；

不到无安全设施、无救护人员的水域游泳；

不到不熟悉的水域游泳；

不在上下学的途中去水库、水塘等危险水域游泳、玩耍、嬉水；

不盲目下水施救。

珍爱生命预防溺水倡议书篇三

老师们，同学们：

大家早上好！

今天我讲话的题目是：珍爱生命，预防溺水。

人的生命是最宝贵的，但同时它又是非常脆弱的，如果我们不注重安全意识，视安全隐患于不顾，把生命当儿戏，那么造成的后果不堪设想。夏天天气炎热，很多游泳者由于缺乏

有关的安全知识，而发生溺水事故。

5月11日上午□xx省xx市xx一中8名初二学生在东江边烧烤时，1名学生不慎落水，4名同学施救，结果造成5名学生溺亡。同日□xx省梅州市油田中学4名学生结伴到油田华裕河段游泳时溺亡。5月12日下午，河南省信阳市沙河铺乡小学5名学生到附近河水中游泳时溺水，导致4名学生溺亡。同日，四川省内江市东兴区2名小学生和1名初中生在东兴区中山乡下河游泳时溺亡。

短短两天时间内四省五地连续发生5起未成年人溺水事故，造成16名中小學生溺亡。一个个如花生命，还未来得及绽放，就转瞬凋零，沉入水底不复可寻。斯人已去，而留下的，是伴随亲人一生的伤痛与遗憾。生命诚然脆弱，难道我们不应该好好珍惜吗？难道我们甘愿让美好年华与水同逝吗？同学们，悲剧不能一演再演，生命更没有第二次。我们要防患于未然，加强自我保护，远离溺水隐患，在人生路上走好每一步。为此，我们特向各位同学提出以下几点建议：

- 1、下水时切勿太饿、太饱，饭后一小时不要下水，以免抽筋。
- 2、下水前试试水温，若水太冷，则不要下水。
- 3、若在江、河、湖、海游泳，则必须有伴相随，不可单独游泳。
- 4、下水前观察游泳处的环境，若有危险警告，则不能在此游泳。
- 5、不要在地理环境不清楚的峡谷游泳。这些地方的水深浅不一，而且冰凉刺骨，水中可能有伤人的障碍物，很不安全。

生命最珍贵，幸福快乐掌握在我们自己手里。生命之花只有细心呵护才会灿烂地绽放，希望同学们能谨防溺水，珍爱生

命，愿生命之花永不凋零！

谢谢大家！

珍爱生命预防溺水倡议书篇四

敬爱的老师、亲爱的同学们：

随着炎热的夏天到来，青少年儿童冒险玩水导致溺水身亡的惨痛事件时有发生。溺水，已是青少年的头号杀手，为确保师生安全，创设更安全的学习生活环境，努力杜绝此类悲剧的发生，我们特向全市学校学生发出以下倡议：

一、树立安全意识，加强自我保护，不参与那些危险的活动，不到危险、陌生的水域游泳。

二、在有家人陪伴地前提下，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。

三、学会相关的防溺水知识，并能将所学的知识运用于实际。

四、牢记 " 六不准 "

1、不私自下水游泳；

2、不擅自与他人结伴游泳；

3、不在无家长或教师带领的情况下游泳；

4、不到无安全设施、无救援人员的水域游泳；

5、不到不熟悉的水域游泳；

6、不熟悉水性的学生不擅自下水施救。

五、牢记 " 八避免 "

- 1、避免去近几年有人挖（采）沙的河道游泳
- 2、避免去水库主干渠游泳
- 3、避免在危险地段推拉玩闹、清洗衣物、打捞物品等
- 4、避免雨中、雨后在河道、湖塘、井池边行走，避免雨中单独过桥（渠道、堤坝等）
- 5、避免去不熟悉的水域游泳
- 6、避免在恶劣气候条件下游泳，如正午暴晒期间、高温季节、天气多变时刻等
- 7、避免到深水区、冷水区游泳
- 8、避免到污染严重、水质差的水域游泳。

六、掌握自救方法

- 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。

生命是宝贵的，我们是祖国和民族的未来和希望，希望每一个同学牢记一句话： " 生命安全高于天，父母给我们的生命只有一次，每个人没有理由不珍惜生命、注意安全。 " 让我们行动起来，珍爱生命，预防溺水，平平安安地度过每一天！

倡议人：

日期：

珍爱生命预防溺水倡议书篇五

敬爱的老师、亲爱的同学们：

近日气温逐渐升高，同学们接近沟塘的机会也在逐步增多，溺水的危险又悄悄地靠近了大家。为确保师生安全，创设更安全的学习生活环境，努力杜绝溺水事故的再次发生，厦门实验小学集美分校保卫处特向全校学生发出以下倡议：

(一)树立安全意识，加强自我保护，不参与那些危险的活动，不到危险、陌生的水域游泳。

(二)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

的准备活动，防止溺水事件的发生。

(三)学会相关的防溺水知识，并能将所学的知识运用于实际。

(四)从我做起，严守学校纪律。坚决不参与危险的外出游泳活动。

(五)在加强自我安全意识的同时，亦努力做好说服教育工作，对于那些违反学校纪律，私自外出游泳的行为，要坚决抵制并劝阻。

(六)“七不两会”

即：不私自下水游泳；不擅自与同学结伴游泳；不在无家长或监护人带领的情况下游泳；不到无安全设施、无救护人员的水

域游泳；不到不熟悉的水域游泳；不在上下学的途中下江河、湖海、山塘、水库、水坑等危险水域玩耍嬉戏；不盲目下水施救；发现险情会相互提醒、劝阻并报告；会基本的自护、自救方法。要反复告诫学生，遇到同伴溺水时应立即寻求成人帮助，不要盲目手拉手营救，以免发生多人溺水悲剧。

(七) 游泳要注意

不去非游泳区游泳。游泳前不做剧烈运动，要适当热身，防止下水后抽筋。游泳时间不宜过长。注意游泳后的卫生。

珍爱生命预防溺水倡议书篇六

老师们、同学们：

大家上午好！

最近一段时间，天气逐渐炎热，也是学生易发生溺水事故高发时期，为避免溺水事件的发生，在校内进行主题为“珍爱生命预防溺水”的安全教育，下面学校特向全体同学提出以下倡议：

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、不要私自一人外出游泳，更不要到不摸底和不知水情或比较危险且宜易发生溺水伤亡事故的地方去玩耍、游泳。不要在河塘边、围矿坝玩耍；不捡落入水中的物品；不去河塘钓鱼捞鱼。

三、游泳需到有资质的游泳场游泳，而其必须要有组织，并在大人带领下方可去游泳。

四、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，如果水温太低，应先在浅水处用水淋洗身体，待适应水温后再下水游泳。

五、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。

六、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。

七、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。

八、从我做起，严守学校纪律，坚决不玩水。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。

九、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，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，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。

现场抢救溺水儿童的方法：

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。

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。

倡议人□xx

20xx年xx月xx日

珍爱生命预防溺水倡议书篇七

区广大青少年及家长朋友：

正值暑假，天气逐渐变热，雨季河位高涨，溺水又进入高发季。留守儿童群体在无人看管下更易产生安全隐患，为进一步加强防溺水安全教育工作，预防溺水事故的发生，武陵源区妇联特向全区广大青少年及家长朋友特别是留守儿童及其监护人发出以下倡议：

一、树立安全意识，加强自我保护，正确评估自身的游泳水平，不靠近陌生危险的自然水域，尽量避免在河边、水沟、水渠、水塘等有水的地方玩耍或钓鱼(捕鱼)，以防不测，造成伤害。

二、必须在有成人陪伴的前提下，到安全正规有救生员值岗的游泳场所游泳，下水前要了解自身的身体状况，并充分做好热身活动，到安全的水域下水，防止溺水事件的发生。

三、即使在游泳池，也不要依赖充气浮具，并听从救生员的管理，严禁在游泳池边追逐打闹，推搡他人，跳水潜泳等危险动作。

四、学会相关游泳防溺水知识，并掌握一定的自救技能，如

遇同伴溺水，请勿下水，降低重心借助棍、绳和衣服等可用于救生的器材，进行施救，防止被拖带入水，同时千万不要忘记向成人求助。

五、预防溺水的最好方法是到正规的游泳场所参加游泳培训，尽早学会游泳，掌握自救技能。

珍爱生命预防溺水倡议书篇八

尊敬的家长、社会各界朋友：

近年来，溺水事故已成为学生意外伤害的“头号杀手”，校外、周末、节假日或暑假期间，学生溺水事故时有发生，给涉事家庭造成了巨大的伤痛和损失。为有效预防学生溺水，现作如下倡议：

一、家长朋友要重点教育孩子做到“六个绝不”：绝不私自下水游泳；绝不擅自与他人结伴游泳；绝不在无家长或教师带领的情况下游泳；绝不到无安全设施、无救援人员的水域游泳；绝不到不熟悉的水域游泳；不熟悉水性的学生绝不擅自下水施救。尤其要教育孩子遇到同伴溺水时避免手拉手盲目施救，要智慧救援，立即寻求成人帮助。

二、家长在孩子离开学校时段做到“四个知道”：知道自己的孩子去哪里？和谁一起去？去干什么？什么时候回来？尤其是周末、节假日和暑假，家长要时刻关注孩子的去向，切实担负起监护人的职责。

三、社会各界积极行动起来做到“四个及时”：发现学生私自在水中嬉戏或游泳，及时劝阻并联系相关人员；发现学生在水中遇到危险或不慎落水，及时呼救和采取恰当的救助措施；发现危险区域安全隐患，及时向辖区政府、村（社区）和相关部门反映；相关部门按照属地管理的原则，及时完善必要的预防溺水警示标牌和防护措施。

孩子是家庭的希望，更是祖国的未来。保障他们的生命安全，是全社会义不容辞的责任。让我们携起手来，共筑安全防护网，为学生健康路成长保驾护航！

倡议人：

日期：

珍爱生命预防溺水倡议书篇九

全市青少年学生、各位家长、社会各界朋友：

青少年是祖国的未来、民族的希望，保障青少年学生生命安全需要全社会的重视、支持和参与。当前，正值暑期，持续高温，溺水事故进入高发期。为有效预防溺水事故发生，保障青少年生命安全，现提出如下倡议：

一、切实增强安全意识

青少年学生要做到“六不”：不私自下水游泳；不擅自与他人结伴游泳；不在无家长或监护人陪伴的情况下游泳；不到无安全设施、无救援人员的水域游泳；不到危险、陌生、不熟悉的水域游泳；不盲目下水施救。遇到有人落水，要采取妥当方法施救、呼救和报警。

二、认真履行监护职责

家长及监护人要积极做好学生安全教育及管教防范工作，无论您工作多忙，都要全力做好暑假期间子女的监管工作，时刻关注孩子的去向，切实担负起监护人的职责，避免孩子私自外出游泳或嬉水，防止意外溺水事故发生。

三、积极行动齐抓共管

有关方面要通过家校互动沟通，加强防溺水教育，做好防溺水水宣传工作。有关部门和镇（办事处）、村（社区）要加强重点水域安全管理，在江河、水库、池塘等重点水域和危险地段设置安全警示标牌、隔离带、防护栏，放置救生圈、竹竿等应急救援设施。发现未成年人私自在池塘、河边、水库等地方游泳、玩耍，请您尽自己一份力量，及时进行劝阻制止，避免悲剧的发生。

生命是宝贵的，让我们携起手来，共同担负起保护青少年学生生命安全的重任，珍爱生命，预防溺水。

倡议人：

年月日

珍爱生命预防溺水倡议书篇十

尊敬的家长、亲爱的同学们：

天气逐渐转热，因嬉水、玩耍、游泳等引发的意外溺水事故进入多发期。往年同期，我市多发学生意外落水身亡的事故，为有效预防溺水事件的发生，警方提醒各位家长、同学要切实提高自我防范意识，加强对未成年子女的监护和看管，以防止再次发生意外溺水身亡的事故。为此，特向家长、学生发出如下倡议：

一、家长要切实履行子女的监管责任，加强对未成年子女的安全教育工作，提醒未成年人在无家长陪同下，不得下水游泳或进行其他涉水活动。

二、学生不得私自在上学、放学途中擅自与同伴下水游泳、嬉水、玩耍、捉鱼等，不随便到野外水域游玩；不在危险地段推拉玩闹、清洗衣物、打捞物品等；不准在无监护人陪同下到池塘、河里等地方洗澡、游泳；若要学习游泳，要到正规游泳

场馆，且必须有监护人陪同。

三、一旦发现有人溺水，应及时呼救，让成年人来抢救，未成年学生切不可盲目下水施救。

四、由于我市河道较为宽阔、水位较深，来往船只较多，要劝导不熟水性的亲朋好友、同事、邻居勿到河道中游泳。

儿童和青少年是民族的未来和希望，作为家长我们责任重大，必须提高安全意识，增强自身责任感；而同学们一定要珍惜青春，努力学习，积极要求进步，不断提高自身素质，共同担负起历史和时代的重任。

让我们行动起来，“以遵纪守法为荣、以违法乱纪为耻”，珍爱生命，预防溺水，杜绝悲剧的发生！

桐乡市公安局

2017年5月4日

“珍爱生命 预防溺水”倡议书【二】

珍爱生命预防溺水倡议书篇十一

尊敬的社会各界朋友、各位家长：

一、广大青少年朋友要提高自我保护意识，做到“六不”。不私自下水游泳；不擅自与他人结伴游泳；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。遇到同伴溺水时避免手拉手盲目施救，要智慧救援，立即寻求成人帮助。

二、广大家长务必增强安全意识和监护意识，切实承担起监

护责任。要加强对孩子的教育和管理，特别是加强放学后、周末、节假日期间和孩子结伴外出游玩时的管理，经常进行预防溺水等安全教育，给孩子传授相关知识和技能，不断加强孩子安全意识和自我保护意识，提高孩子们的避险防灾和自救能力，严防意外事故的发生。

三、相关部门要有预防措施，社会各界要加强关注。学校要加强防溺水教育，做好防溺水宣传工作；各街道、有关部门按照属地管理的原则建立或完善必要的预防溺水警示标牌和防护措施，部门联动，齐抓共管，共筑青少年儿童夏季溺水防护网。

青少年儿童是祖国的明天、家庭的未来，保障少年儿童生命安全是全社会义不容辞的责任，朋友们，行动起来吧！让我们共同担负起保护少年儿童生命安全的责任，让我们的家庭和亲人远离悲伤，让我们的孩子快乐学习、健康成长！

倡议人□xx

日期□xx

珍爱生命预防溺水倡议书篇十二

春去夏来，天气越来越热。我们市瓦小学为了防止学生在游泳中发生溺水事故，特意请到了交通运输部东海救助站的邵林陇叔叔为我们做了一次“珍爱生命，预防溺水”的主题讲座。

邵叔叔先向我们介绍了东海救助局在水上的救助功能。就在我们交头接耳啧啧称赞时，他心情沉重地告诉我们，在中国每天有57000人溺水死亡。其中70%以上是15岁以下的儿童。而溺水死亡者又以10岁到16岁的青少年居多，而且因游泳、嬉戏造成溺水悲剧的男孩子占50%！意外溺水是儿童意外伤害的首要死因。

邵叔叔用一个个具体生动的事例，一张张触目惊心的图片，细致地向我们讲解了导致溺水伤亡的原因和预防溺水的措施及注意事项。叮嘱我们不要私自外出游泳，游泳前要接受正规训练，还要做好充分的准备活动，不在身体状况不佳时游泳，不在自然条件不好时游泳，还要学习掌握基本的溺水自救互救技能。

珍爱生命预防溺水倡议书篇十三

亲爱的同学们：

夏季将至，随着气温逐渐升高，有些人为了求凉爽下水游泳，戏水、这些行为存在极大的安全隐患，每年夏季都成为我国溺水伤亡事故的高发时期，为切实加强安全教育，防止发生溺水事件，提高学生防溺水的自觉性和识别险情、紧急避险、预先逃生的能力，为积极响应学校以“珍爱生命、预防溺水”为主题的“安全教育”系列活动，创设更安全、和谐的学习生活环境，杜绝溺水悲剧的发生，现向全校同学发出以下倡议：

一、牢固树立安全意识。各位同学要增强自我保护意识，不参与任何涉水危险活动，不靠近危险、陌生的水域。

二、牢固树立责任意识。美好的生命只有一次，保证生命安全、人身健康不仅是个人的事情，也关系到家庭、学校、社会的和谐，任何同学都要本着对家庭、对学校、对社会负责的态度规范自己的行为，杜绝溺水伤亡事故的发生。

三、严禁在没有家长的监护、陪同下私自下河（江、湖、库、池塘、沟等）洗澡，有家长监护、陪同的也一定要到安全的、正规的游泳池游泳，并要做好相应的准备活动，注意安全防范，防止溺水事件的发生。

四、严禁学生私自结群下河（江、湖、库、池塘、沟等）洗

澡。一旦发生溺水事故，后果将不堪设想。

五、掌握相关的防溺水知识，并能将所学的知识运用于实际。

六、在增强自我安全意识的同时，也要努力做好宣传、监督和说服工作，发现身边同学有私自外出游泳想法时，要及时予以劝阻。

同学们，让我们行动起来，珍爱生命，预防溺水，平平安安地度过每一天。

xx中学

20xx年xx月xx日

珍爱生命预防溺水倡议书篇十四

敬爱的老师、亲爱的同学们：

随着炎热的夏天到来，青少年儿童冒险玩水导致溺水身亡的惨痛事件时有发生。溺水，已是青少年的头号杀手，为确保师生安全，创设更安全的学习生活环境，努力杜绝此类悲剧的发生，我们特向全市学校学生发出以下倡议：

一、树立安全意识，加强自我保护，不参与那些危险的活动，不到危险、陌生的水域游泳。

二、在有家人陪伴地前提下，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。

三、学会相关的防溺水知识，并能将所学的知识运用于实际。

四、牢记 " 六不准 "

- 1、不私自下水游泳；
- 2、不擅自与他人结伴游泳；
- 3、不在无家长或教师带领的情况下游泳；
- 4、不到无安全设施、无救援人员的水域游泳；
- 5、不到不熟悉的水域游泳；
- 6、不熟悉水性的学生不擅自下水施救。

五、牢记 " 八避免 "

- 1、避免去近几年有人挖（采）沙的河道游泳
- 2、避免去水库主干渠游泳
- 3、避免在危险地段推拉玩闹、清洗衣物、打捞物品等
- 4、避免雨中、雨后在河道、湖塘、井池边行走，避免雨中单独过桥（渠道、堤坝等）
- 5、避免去不熟悉的水域游泳
- 6、避免在恶劣气候条件下游泳，如正午暴晒期间、高温季节、天气多变时刻等
- 7、避免到深水区、冷水区游泳
- 8、避免到污染严重、水质差的水域游泳。

六、掌握自救方法

- 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。

生命是宝贵的，我们是祖国和民族的未来和希望，希望每一个同学牢记一句话：" 生命安全高于天，父母给我们的生命只有一次，每个人没有理由不珍惜生命、注意安全。" 让我们行动起来，珍爱生命，预防溺水，平平安安地度过每一天！

倡议人□xx

日期□xx

珍爱生命预防溺水倡议书篇十五

区广大青少年及家长朋友：

正值暑假，天气逐渐变热，雨季河位高涨，溺水又进入高发季。留守儿童群体在无人看管下更易产生安全隐患，为进一步加强防溺水安全教育工作，预防溺水事故的发生，武陵源区妇联特向全区广大青少年及家长朋友特别是留守儿童及其监护人发出以下倡议：

一、树立安全意识，加强自我保护，正确评估自身的游泳水平，不靠近陌生危险的自然水域，尽量避免在河边、水沟、水渠、水塘等有水的地方玩耍或钓鱼(捕鱼)，以防不测，造成伤害。

二、必须在有成人陪伴的前提下，到安全正规有救生员值岗的游泳场所游泳，下水前要了解自身的身体状况，并充分做好热身活动，到安全的水域下水，防止溺水事件的发生。

三、即使在游泳池，也不要依赖充气浮具，并听从救生员的管理，严禁在游泳池边追逐打闹，推搡他人，跳水潜泳等危险动作。

四、学会相关游泳防溺水知识，并掌握一定的自救技能，如遇同伴溺水，请勿下水，降低重心借助棍、绳和衣服等可用于救生的器材，进行施救，防止被拖带入水，同时千万不要忘记向成人求助。

五、预防溺水的最好方法是到正规的游泳场所参加游泳培训，尽早学会游泳，掌握自救技能。

珍爱生命预防溺水广播稿

黑板报内容之珍爱生命预防溺水

学生预防溺水的倡议书

小学生预防溺水倡议书

预防溺水中学生的倡议书

预防溺水安全教案

珍爱生命预防溺水倡议书篇十六

尊敬的各位家长 and 监护人：

近年来，溺亡已成青少年儿童意外死亡的头号杀手。幼小生命的逝去，给家庭带来无尽的伤痛。当前，炎炎夏日即将到来，青少年儿童溺水已进入高发期，青少年溺水防范工作需要全社会的关注支持。为了孩子的健康成长，为了每一个家庭的幸福安宁，我们恳切希望各位家长把孩子的. 生命安全放在第一位，不管您有多忙，请您切实履行对孩子的安全教育

与监护职责，认真做好安全教育工作。

请您掌握孩子发生溺水的常见时段：下午放学后、双休日、节假日、暑假期间。

请您对孩子通常发生溺水死亡的原因做到心中有数：在水边玩耍、下水摸鱼、捡落入水中的物品、擅自下河玩水、三五成群结伴游泳。

对孩子离家外出，请您一定做到“四知道”：1. 知去向、2. 知同伴、3. 知归时、4. 知内容。

请您教育孩子做到“六不”：1. 不私自下水游泳；2. 不擅自与他人结伴游泳；3. 不在无家长或教师带领的情况下游泳；4. 不到无安全设施、无救援人员的水域游泳；5. 不到不熟悉的水域游泳；6. 不熟悉水性的学生不擅自下水施救。

家长朋友们，平安是福，守护好孩子的安全是父母最大的幸福！请您记住“安全第一，预防为主”，加强安全宣传教育，提高安全防范意识，让孩子如幼小的树苗长成参天大树，未来成为父母的骄傲、社会的栋梁！

天气逐渐炎热起来。希望各位家长朋友们时刻留意，如果您发现有未成年人在没有监护人在场的情况下，私自在池塘、河边、水库等地方游泳、戏水、玩耍，请您一定要及时制止！

孩子是父母的期望、国家的未来。让我们携起手来，共同担负起保护青少年儿童生命安全的重任，珍爱生命，关爱孩子，预防溺水！

倡议人□xx

日期□x