# 2024年防溺水安全教育报告(优秀17篇)

作者：梦回宋朝 更新时间：2024-03-28

*“报告”使用范围很广，按照上级部署或工作计划，每完成一项任务，一般都要向上级写报告，反映工作中的基本情况、工作中取得的经验教训、存在的问题以及今后工作设想等，以取得上级领导部门的指导。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？下面是*

“报告”使用范围很广，按照上级部署或工作计划，每完成一项任务，一般都要向上级写报告，反映工作中的基本情况、工作中取得的经验教训、存在的问题以及今后工作设想等，以取得上级领导部门的指导。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？下面是小编帮大家整理的最新报告范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

**防溺水安全教育报告篇一**

夏天到来，人们纷纷走出房间，享受自然的美景。海滩、游泳池和河流等地域成为人们休息的好地方。但是，在这些地方，尤其是泳池和海洋，溺水是一个普遍的问题。一些孩子和成人因为缺乏安全意识和技巧而失去生命。关于如何避免溺水和采取措施保护个人安全，近日，在教育副校长的组织下，学校对此进行了安全教育。

第二段：对安全教育的理解

作为大学生，我们应该认真对待溺水安全教育。我们应该树立安全意识，因为安全是大前提。作为关防溺水安全教育的受众，我们应该了解自己的安全状况，并积极采取措施。

第三段：安全技巧

学校专门邀请了防溺水专家，他和我们谈到了一些安全技巧。首先，定期锻炼身体。身体健康和良好体质是安全活动的先决条件。 其次，掌握一定的游泳技能，与学校、游泳俱乐部等学习游泳技巧。 自由泳、平泳、蛙泳、仰泳和气球式是必备的，注意技能的连贯性，等第一种方法纯熟后再尝试其他技能。 最后，了解紧急情况下的自救技能，警惕可能存在的危险，这是最重要的安全技巧。

第四段：如何有效采取措施

在避免溺水和采取措施方面，我们需要注意以下几点： 首先，学会观察。观察自己和朋友周围的情况，注意危险的迹象：疲乏、抽筋、流口水等。 其次，学会规划和组织。规划游泳区域和时间，选择良好的游泳场地和最佳时间。 最后，熟知地理环境。了解周围的河流、湖泊等地形环境，保持冷静，避免意外发生时无法掌握应对措施。

第五段：总结

良好的安全意识和安全技巧是避免溺水的有效手段。但是，做到这点，需要每个人的重视。个人的安全责任是自己的，但安全的实践需要他人的支持和帮助。只有我们都理解和共享安全知识，认真对待自己和他人的安全问题，才能有效的避免不幸的事故。

**防溺水安全教育报告篇二**

2017年安全教育防溺水教育方案怎么写?看看下面小编整理的安全教育防溺水教案范文吧!

教学内容：学习游泳安全知识，学习溺水安全的基本常识，培养有关防范力。

教学目标：

1、情感目标提高安全意识，愿意自觉去学习防溺水安全的有关知识，在学习中增强与同学的合作交流意识。

2、知识目标初步了解防溺水安全的有关内容，知道每一个学生(包括公民)都要提高安全意识。

3、能力目标自己能改变生活中不遵守防溺水安全的不良习惯，提高对生活中违反安全原则的行为的辨别能力。

教学过程：

一、谈话引入课题

生命安全高于天，父母给你的生命只有一次，所以每个人都要珍惜生命、注意安全。

二、新授

游泳中要注意的问题：

组织学生观看安全教育专题片中学生游泳的画面。

学生讨论：在游泳时要注意哪些问题?

学生分组讨论以后，教师进行总结：

游泳要严格遵守四不：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;江溪池塘不去。

在网上搜集学生发生溺水而导致死亡的事故，然后组织学生共同分析发生溺水事故的原因，教师作总结：

溺水原因主要有以下几种：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。

溺水的急救

发现溺水者如何将其救上岸。

教师进行详细讲解：

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，可以入水直接救护。

接近溺水者时要转动他的髋部，使其背向自己(为什么?)然后拖运。

拖运时通常采用侧泳或仰泳拖运法。

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，未成年人保护法也规定：未成年不能参加抢险等危险性活动。

学生按照教师的讲解方法，全班学生每人分成一个小组，安全教育平台，进行模拟演示，人扮演溺水者，人扮演救护者。

每个小组轮流进行，其他同学细心观察，最后做出总结，指出优点和缺点。

三、课堂总结

同学们小结：

通过这次活动，你懂得了什么?

教师小结：

生命只有一次，幸福高兴掌握在你的手里，希望同学们通过这堂安全教育课，学会珍惜生命，养成自觉遵守防溺水安全原则的好习惯。

教学目标

情感目标——提高安全意识，愿意自觉去学习防溺水安全的.有关知识，在学习中增强与同学的合作交流意识。

知识目标——初步了解防溺水安全的有关内容，知道每一个学生(包括公民)都要提高安全意识。

能力目标——自己能改变生活中不遵守防溺水安全的不良习惯，提高对生活中违反安全原则的行为的辨别能力。

教学过程：

一、谈话引入课题

生命安全高于天，父母给你的生命只有一次，所以每个人都要珍惜生命、注意安全。

二、新授

1、游泳中要注意的问题：

组织学生观看安全教育专题片中学生游泳的画面。

学生讨论：在游泳时要注意哪些问题

学生分组讨论以后，教师进行总结：

游泳要严格遵守“四不”：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;江溪池塘不去。

2、在网上搜集学生发生溺水而导致死亡的事故，然后组织学生共同分析发生溺水事故的原因，教师作总结：

溺水原因主要有以下几种：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。

3、溺水的急救

(1)发现溺水者如何将其救上岸。

教师进行详细讲解：

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，可以入水直接救护。

接近溺水者时要转动他的髋部，使其背向自己(为什么?)然后拖运。

拖运时通常采用侧泳或仰泳拖运法。

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，未成年人保护法也规定：“未成年不能参加抢险等危险性活动。”

学生按照教师的讲解方法，全班学生每2人分成一个小组，进行模拟演示，1人扮演溺水者，1人扮演救护者。

每个小组轮流进行，其他同学细心观察，最后做出总结，指出优点和缺点。

三、课堂总结

1、同学们小结：

通过这次活动，谈谈自己懂得了什么。

2、教师小结：

生命只有一次，幸福快乐掌握在你的手里，希望同学们通过这堂安全教育课，学会珍惜生命，养成自觉遵守防溺水安全原则的好习惯。

教学目的：

1.提高安全意识，学习溺水安全的有关知识。

2.初步了解溺水安全的有关内容，要求每一个学生都要提高安全意识。

3.自己能改变生活中不遵守溺水安全的不良习惯，提高对生活中违反安全原则的行为的辨别能力。

教学重点：学习溺水安全的基本知识，培养有关防范力。

教学过程：

一、谈话引入课题

生命安全高于天，父母给你的生命只有一次，所以每个人都要珍惜生命、注意安全。

二、新授

1、游泳中要注意的问题。

组织学生观看安全教育专题片中学生游泳的画面。

学生讨论：在游泳时要注意哪些问题?

总结：

游泳要严格遵守“四不”：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;江溪池塘不去。

2、上网搜索相关溺水事故新闻、图片，组织学生分析事故的原因，教师作总结。

溺水原因主要有以下几种：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。

三、教育学生如何预防溺水。

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易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去游泳。

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。

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。

四、教育学生遇到他人溺水时如何施救

1、大声呼救。

向附近的成人大声呼喊，尽量引起大人注意，请大人开展营救。

2、简明扼要地向施救人员讲清落水人数、地点，便于开展营救工作。

3、可将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者，再将其拖至岸边;若没有救护器材，可以入水直接救护。

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。

五、课堂总结

1、同学们小结：

通过这次活动，你懂得了什么?

2、教师小结：

生命只有一次，幸福快乐掌握在你的手里，希望同学们通过这堂安全教育课，学会珍惜生命，养成自觉遵守防溺水安全原则的好习惯。

-->[\_TAG\_h3]防溺水安全教育报告篇三

溺水是很多人感到害怕和难以避免的危险。每年都有大量的溺水事故，其中大部分发生在青少年身上。因此，加强关防溺水安全教育尤为必要。在这方面，我最近获得了一些经验和心得体会，想要在这篇文章中与大家分享。

第二段：导入防溺水安全教育

防溺水安全教育是一项非常重要的社会公益活动，需要全社会的努力。目前，不少公共场所开始引入了关防溺水安全教育，学校和社区也注重这方面的工作，希望能够提高人们的防范意识和安全意识。

第三段：我在防溺水安全教育中的体验

我通过多种途径参加了一些防溺水安全教育活动。我发现这些活动常常非常生动有趣，通过模拟场景和互动游戏等方式深入学生的心中。其中，我最为喜欢的一些活动包括水上游戏和防溺水培训课程。这些活动可以让我们在轻松愉快的氛围中学习防范措施和应对策略，提高了我们的防范意识。

第四段：通过参加活动的心得和体会

在参加这些活动的过程中，我逐渐掌握了几个防溺水的方法和技能。首先，我们应当学会怎样保持冷静，不要失去理智。其次，我们应该知道如何使用救生装备和救援工具。最后，我们应该了解自己的体能水平，不要超出自己的能力范围，避免发生意外事故。

第五段：结论

总体来说，关防溺水安全教育是一项非常重要的活动，不仅需要大力推广，还需要加大社会宣传力度，提高人们对溺水危险的认识。通过参加相关的防溺水活动，我们不仅能够学到多种防溺水的方法和技巧，还能够在学习的过程中收获快乐和成长。让我们共同努力，为保障人们的安全，创造一个更安全、更美好的社会。

**防溺水安全教育报告篇四**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《珍爱生命、谨防溺水》。

记得曾经听到过这样的一件事：青田县腊口镇7岁的\'小金杰到章村乡一亲戚家玩耍，共有4名小朋友一起外出，并来到离村庄不远的一个小电站蓄水池去玩耍，结果发生溺水事故。小伙伴跑回家报告后，村民赶去救援，但7岁的小金杰已经溺水身亡。这难道不令人感慨吗？一个年仅7岁的生命，本该享受着同学的关心，享受着老师的教育，享受着父母的呵护，享受着爷爷奶奶的嘘寒问暖，享受着属于自己的童真年华，可他就这样永久地离我们去了。

在现实生活中，这样的例子不胜枚举。而纵观这些事故，又大多是因大家不遵守相关规定而引起的。有一篇报道说：我国每天都有近40名学生意外死亡，也就是说中国每天都在减少一个班级。这是一个多么可怕的数字啊！

同学们，我们即将迎来期末考试，为了迎接这一学期中最重要的时刻，我们需要做好充分的准备，除课堂上专心听讲外，课后要认真完成作业，更重要的是还应该合理安排时间，按时作息，中午一定要好好休息，保证下午以充沛的精力投入学习，使自己的学习效果更高效。

中午要好好休息，就一定要呆在家里睡觉，不可以到处乱跑，任何活动都不要参与，特别是不要私自跑去游泳。咱们高市乡没有专门的游泳池，部分同学因为天热喜欢到瓯江、水库、水潭、小溪等游泳。因为水不卫生，水下不平坦，水下也许有暗礁、暗流、杂草等，所以不要私自去游泳。

最后请同学们允许我送给你们三句话：

1、少一次水中嬉戏，就少一次安全隐患。

2、莫贪一时凉，徒留一世悲。

3、别让生命的火焰熄灭在冰冷的水中。

**防溺水安全教育报告篇五**

近年来，我国发生了一系列溺水事故，给人们的生命财产造成了极大的损失，因此，在全社会开展关防溺水安全教育活动显得尤为重要。我也从中收获了不少启示与感悟。

第一段：了解溺水危险

在参加这次安全教育活动的过程中，我了解到了溺水的危害和原因。溺水并非泳不好的人会遇到的事情，就算是游泳高手也有可能遭遇这种事故。在水中，尤其是深水中，人体的浮力十分有限，如果在不慎掉入水中没有及时得到救援，就会发生溺水事故。此外，溺水事故的发生原因有多种，常见的包括弱水下泳、水里互相挤压、赤脚进水等。

第二段：掌握正确的求救方法

当掉入水中、遇到不测事故时，正确的求救方法必不可少。正确的求救方法是跟周围人们大声呼救，或者张开抱臂，尽量保持身体挣扎和嘴巴呼吸。如果太远离救援者，还可以利用漂流物或者一些救生道具等物品，抓住它们尽快靠近救援者。这些方法能够让我们在紧急情况中应对自如，保证生命平安。

第三段：重视自我防范

在日常生活中，越是日常的事情我们就越容易疏忽。但是，关防溺水的安全教育让我深刻认识到，要时刻保持警觉。在夏季游泳、玩水时，要选择安全环境，避免跳水、游泳等过程中出现身体不适，更要避免酗酒等过度消耗体力的行为。或者在行走、玩耍等时间也应该保持警惕，不在有水的区域玩耍，例如水沟、溪流等地方。另外，更要学会泳水和一些自救的技巧，以应对不测之事。

第四段：提高团队意识

从关防溺水安全教育活动中可以看出，只有自救是远远不够的。团队的互助才能避免溺水带来的不幸。当出现危险时，我们应该第一时间大声呼喊，切忌惊慌失措，让周围人、认识的人，包括陌生人都知道我们的情况。同时，也应该随手找到救生工具，或者是环境资源，如水上游泳设备、水浮衣、浮筒等，以便及时救援。互帮互助是本次教育活动最重要的一点。

第五段：养成正确的生活习惯

正确的生活习惯是我们生活中的基础，同样也是关防溺水安全教育的核心。正确的生活习惯可以有效提高我们的安全意识，避免不必要的危险。这不仅限于水上运动，还包括交通出行等方面。例如，在出游前，要仔细查看游泳场所的水深、水质、水流和水温等。同时，也要仔细检查自己的身体状况，避免体力不足、过敏等状况出现。如果体质较弱或者有心脏等疾病，应该在家休息，避免出门，危及生命安全。

总之，关防溺水安全教育活动不仅仅是为了避免溺水事故的发生，更是在提高我们的安全意识，让我们在遇到紧急情况时能够有应对的办法。通过这次活动，我深刻认识到了防范溺水的重要性，也清楚了自救求救的正确方法，更加重视了团队意识和养成了正确的生活习惯。

**防溺水安全教育报告篇六**

珍爱生命，远离危险--防溺水安全教育教案

教学内容：学习游泳安全知识，学习溺水安全的基本常识，培养有关防范力，‘教案’防溺水安全教育教案。

教学目标：

情感目标--提高安全意识，愿意自觉去学习防溺水安全的有关知识，在学习中增强与同学的合作交流意识。

知识目标--初步了解防溺水安全的有关内容，知道每一个学生(包括公民)都要提高安全意识。

能力目标--自己能改变生活中不遵守防溺水安全的不良习惯，提高对生活中违反安全原则的行为的辨别能力。

课时数：1课时

教学过程：

一、谈话引入课题

生命安全高于天，父母给你的生命只有一次，所以每个人都要珍惜生命、注意安全。

今天我们要学习的主题是防溺水教育。

二、新授

1、游泳中要注意的问题：

组织学生观看安全教育专题片中学生游泳的画面。

学生讨论：在游泳时要注意哪些问题?

学生分组讨论以后，教师进行总结：

游泳要严格遵守“四不”：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；江溪池塘不去，教案《‘教案’防溺水安全教育教案》。

2、在网上搜集学生发生溺水而导致死亡的事故，然后组织学生共同分析发生溺水事故的原因，教师作总结：

溺水原因主要有以下几种：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。

3、溺水的急救

(1)发现溺水者如何将其救上岸。

教师进行详细讲解：

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，可以入水直接救护。接近溺水者时要转动他的髋部，使其背向自己(为什么?)然后拖运。拖运时通常采用侧泳或仰泳拖运法。

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，未成年人保护法也规定：“未成年不能参加抢险等危险性活动。”

学生按照教师的讲解方法，全班学生每2人分成一个小组，进行模拟演示，1人扮演溺水者，1人扮演救护者。每个小组轮流进行，其他同学细心观察，最后做出总结，指出优点和缺点。

(2)如何开展岸上急救

教师详细讲解急救步骤：

第一步：当溺水者被救上岸后，应立即将其口腔打开，清除口腔中的分泌物及其他异物。如果溺水者牙关紧闭，要从其后面用两手的拇指由后向前顶住他的.下颌关节，并用力向前推进。同时，两手的食指与中指向下扳颌骨，即可搬开他的牙关。

第二步：控水。救护者一腿跪地，另一腿屈膝，将溺水者的腹部放到屈膝的大腿上，一手扶住他的头部，使他的嘴向下，另一手压他的背部，这样即可将其腹内水排出。

第三步：如果溺水者昏迷，呼吸微弱或停止，要立即进行人工呼吸，通常采用口对口吹气的方法效果较好。若心跳停止还应立即配合胸部按压，进行心脏复苏。

第四步：注意要在急救的同时，要迅速打急救电话，或拦车送医院。

学生按照教师的讲解方法，全班学生每2人分成一个小组，进行模拟演示，1人扮演溺水者，1人扮演救护者。每个小组轮流进行，其他同学细心观察，最后做出总结，指出优点和缺点。

三、课堂总结

1、同学们小结：

通过这次活动，你懂得了什么?

2、教师小结：

生命只有一次，幸福快乐掌握在你的手里，希望同学们通过这堂安全教育课，学会珍惜生命，养成自觉遵守防溺水安全原则的好习惯。

四、课后作业

利用查找书籍、上网、开展调查等方式深入了解防溺水的知识，写一篇调查报告。

**防溺水安全教育报告篇七**

溺水是一种常见而危险的意外事故，每年都有大量的人因溺水而丧生。为了提高公众的安全意识并减少这类事故的发生，我观看了一部关于溺水安全教育的专题片。通过观看这部教育片，我深刻认识到了溺水的危险性以及如何预防和应对溺水事故。以下是我的心得体会。

首先，教育片通过生动的影像和真实的案例给我展示了溺水的危险性。在片中，有许多悲惨的溺水事故发生，让我深刻认识到溺水是多么的恐怖和不可预测。有的人因为不慎落水，秒速就被吞噬，无力挣扎，最终丧命于水中。有的人在游泳过程中突然痉挛，无法呼救，最终也不幸葬身于水底。这些画面让我骤然间明白了溺水事故的严重性和紧急性。

其次，教育片通过具体的案例分析和生动的演示向我介绍了如何预防和应对溺水事故。在片中，我了解到了一些重要的安全常识和游泳技巧。其中最关键的一点就是“不要单独游泳”。这一点非常重要，因为如果一个人独自游泳，一旦遇到危险将无法及时寻求帮助。另外，我还了解到了正确使用救生圈、呼救和逃生的方法等等。这些知识和技巧对于避免溺水事故，保护自己和他人的生命安全至关重要。

再者，教育片通过实际演示的方式提醒我要加强自己的技能和身体素质。在片中，我看到了许多专业游泳教练和潜水员的训练过程。他们身姿矫健，游动如鱼，不仅游得快，而且游得好。这给我很大的启示，我意识到只有具备一定的游泳技能和良好的身体素质，才能更好地应对意外情况。于是，我下定决心要加强自己的训练，增强游泳能力，做到游泳技能的专业和熟练。

最后，教育片让我明白了溺水安全是一个永不放松的教育话题。通过观看这部片子，我深感教育的重要性和紧迫性。我们不能仅仅满足于观看一次教育片，而应该将所学的安全知识和技巧应用到实际中，时刻保持高度的警惕性。同时，我也认识到了宣传溺水安全的重要性，我们应该通过各种途径向更多的人传播这些知识，从而减少溺水事故的发生。

总之，通过观看这部溺水安全教育片，我深刻认识到了溺水的危险性，并学会了如何预防和应对溺水事故。我将牢记教育片中的安全常识和技巧，不仅要加强自己的游泳能力，还要多次强化这些知识，使其深入人心。希望同样观看这部教育片的人们都能在面对溺水的危险时做出正确的判断与应对，保护好自己和他人的生命安全。

**防溺水安全教育报告篇八**

安全教育防溺水

1、使学生了解有关生命的来之不易与宝贵，感悟生命的可贵。

2、使学生懂得溺水的主要原因和自救的方法。

1、讲述我们身边的溺水事故；

2、发生溺水的常见原因；

3、请学生讲述学校周边存在溺水可能的危险地点；

4、自救与救护的方法；

5、如何防溺水；

6、遭遇溺水你该如何自救？

通过这次主题班会，引导学生学习防溺水安全知识，进一步增强学生的安全意识和自我保护意识；掌握一些自救自护的本领；珍惜生命，健康成长。

**防溺水安全教育报告篇九**

目前正值夏季，又临近暑假，雨水增多，是容易发生溺水事件的高峰期，全国各地发生了多起学生溺水事故，触目惊心。因此，加强对学生的安全教育，强化安全措施，防止发生溺水事故，是当前学校安全工作的重点。为认真贯彻落实山东省教育厅有关要求，切实提高学生的安全防范意识和自救自护能力，保证学生生命安全，根据市教体局通知要求，特制定实施方案如下：

各部门、班级要以对学生生命安全高度负责的态度，充分认识加强学生防溺水安全工作的重要性和紧迫性，切实增强忧患意识和责任意识。对学生的防溺水安全教育要常抓不懈，采取切实有效的措施，确保学生的生命安全。

1、学校要积极营造防溺水活动的健康育人氛围。悬挂“珍爱生命，远离危险”横幅标语，要求学生每人办一份“生命高于天，远离溺水伤害”手抄报并进行签字活动，广泛宣传，使学生牢固树立忧患意识。

2、通过国旗下讲话对全校师生进行一次防溺水安全知识教育活动。严格要求学生在无监护人陪同时不得私自下水游泳；不随便到野外水域游玩；不去河道挖沙坑地带、水库主干渠、不熟悉水域以及深水区、污染水域游泳；不在危险地段推拉玩闹、清洗衣物、打捞物品等。对违反以上规定者，一旦发现严肃批评。

3、各班进行一次以“关爱生命，远离溺水伤害”主题班会活动，并通过具体案例、典型事例警示学生，增强学生的安全意识。使每个学生能够认识到“生命高于天”，生命只有一次，要珍惜生命，时刻注意安全。

4、开好一次家长会。围绕“防溺水安全教育活动”主题，用真实具体的事例提醒家长：孩子们玩水、游泳一定要在会游泳的家长陪同下，采取安全防护措施的情况下去玩水、游泳，切实增强学生及家长的安全意识。假前，学校要与每位学生家长签定《安全公约》，要求学生家长（监护人）严格监管、看护孩子，把溺水防范教育抓紧抓实，确保学生的人身安全。

5、总务处要对村、校周边的水库、河流、池塘、水湾、水沟等处进行一次深入全面的大排查，设置警示标志，做到防患于未然。

附：

目前天气开始转暖，个别学生会有去游泳消暑的想法，希望每一个同学牢记这句话：“生命安全高于天，父母给你的生命只有一次，每个人没有理由不珍惜生命、注意安全。”

下面我们一起来学习游泳中的安全常识。

1、必须在家长（监护人）的带领下去游泳。单身一人去游泳最容易出问题，如果你的同伴不是家长（成年人），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、心脏病、皮肤病、癫痫、红眼病等慢性疾病患者，及感冒、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，不但容易加重病情，而且还容易发生抽筋、意外昏迷，危及生命。传染病患者易把病传染给别人。另外女同学在每月特别期间均不宜游泳。

3、参加剧烈运动后，不能立即跳进水中游泳，尤其是在满身大汗，浑身发热的情况下，不可以立即下水，否则易引起抽筋、感冒等。

4、被污染的（水质不好）河流、水库，有急流处，两条河流的\'交汇处以及落差大的河流湖泊，均不宜游泳。一般来说，凡是水况不不明的江河湖泊都不宜游泳。

5、恶劣天气如雷雨、刮风、天气突变等情况下，也不宜游泳。

1、应该相互关照、相互关心，而不应该相互嬉水，或捉弄对方。一起去游泳，如果有人提前上岸，要告诉同伴，一起去游泳应该一起回家。

2、凡是到天然游泳场所（如江河、水塘、水库）游泳，应该有家长、亲人的带领。特别强调初学者不要到野外去游泳。

3、要注意休息，不要长距离游泳，不要远离伙伴。如果感到身体不适，要告诉同伴并上岸休息，在岸上观看同伴游泳，留心他们的安全。

4、中小学生不游潜泳，更不能相互攀比潜水的时间谁更长，潜水的距离谁更远。这样做很容易发生危险。

1、抽筋：是肌肉不自主的强直性收缩，水温过低或游泳时间过长，都可能引起抽筋，发生抽筋时最重要的是保持镇静，不惊慌。

2、一般处理办法。

（1）如果发现有抽筋现象，应马上停止游泳，立即上岸休息，并对抽筋部位进行按摩。

（2）如果在深水中发生抽筋，且自己无力处理，而周围又无同伴时，应向岸边呼救，千万不要慌张。

再次强调：不管发生什么样的抽筋，都先向同伴或其他游泳者呼叫：“我抽筋了，快来人呀！”

发现溺水者如何将其救上岸。

方法一：可将救生圈、竹竿、木板、绳索等物抛给溺水者，再将其拖至岸边；

方法二：若没有救护器材，大人可以入水直接救护。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。溺水者因为逃生潜意识会挣扎、会死死勒紧救护者，救护者应有充分准备、并避免。

特别强调：未成年人发现有人溺水，禁止下水营救，应立即大声呼救，或利用救生器材或当时可以利用的竹竿、木板、绳索等物件进行营救。未成年人保护法也规定：“未成年不能参加抢险等危险性活动。”这也是学校为什么要强调学生去游泳要由家长带领。

**防溺水安全教育报告篇十**

溺水——就是水经口鼻进入肺内，造成呼吸道阻塞或因吸水的刺激引起喉部痉挛，使气体不能进出，引起人体缺氧窒息的危急病症。溺水安全教育教案是应届毕业生小编为大家特别推荐。

一、安全意识淡薄：青少年在夏季都喜欢玩水，下水后往往只顾玩乐，不重视安全，缺乏自我保护意识，容易造成乐极生悲。

二、心理原因：指怕水，心情紧张，一旦遇到意外时，就惊慌失措，动作慌乱，四肢僵直，动作不能自控等。

三、生理原因：指体力不支(如剧烈运动后马上下水游泳或在水中游泳时间过长)，过饱或太饥饿，还有就是酒后游泳，因为喝酒后有可能使人体的中枢神经系统失去平衡，人体的反应和协调能力降低。

四、技术原因：指游泳技术不佳或技术失误者出现等意外而导致的溺水。

五、病理原因：指患有不宜在水中活动疾病的人，如患有心血管系统疾病(指心脏病、高血压、低血糖等)、哮喘病、糖尿病、精神病(含癫痫病者)等下水后易引起病发而导致溺水。

六、其它原因：指在哪些设施有隐患，组织管理不规范等不符合游泳条件的场所、野外水域等地方游泳;(如有急流、旋涡或水温比较低的水域，水下环境比较复杂的地方等)，如果游泳者缺乏自我保护意识，到这些地方游泳就易导致溺水。

一、不小心从池边、岸边或薄冰等处落入水中。

二、在水中突然滑倒后站立不起来或嬉水时，被人按压而不能自控等情况。

三、准备活动做的不较充分，又急于下水马上就进行剧烈运动;有时过于逞强，不自量力或游泳时间过长而造成疲劳过度。

四、突然呛水，不会调整呼吸;带在身上的浮具脱离或破裂漏气沉入水中。

五、游泳技术没掌握好，在水中遇到碰撞等意外造成惊慌失措、动作慌乱。

六、在水温过低的水域里游泳而产生的抽筋现象。

七、入水方法不当，撞到墙壁或石头等硬性物体而受伤所造成的意外事故。

八、冒险潜水，(由于憋气时间过长，造成心肌缺血或中枢神经系统工作骤停等现象)。

九、被溺水者紧抱不放的其它游泳者。

十、游泳场所的设施不当或在急流、有旋涡、有大风浪的海或湖等水域里游泳。(有些地方水下有乱石、暗流、暗礁等)。

俗话说：“欺山莫欺水”，溺水死亡率占意外事故死亡总数的十分之一;要杜绝溺水事故，就要远离水，提高认识，重视安全教育，加强管理;如何预防溺水事故的发生呢?总的来说要做好如下几点：

1、要树立安全第一的指导思想：

每年一到夏天的游泳季节，学校要开展有关水上活动的注意事项，加强安全教育，无论班主任或家长都要强调安全第一的指导思想，使学生树立安全意识，不能随意到野外的水域游泳，提高学生对溺水事故的认识，时刻警惕意外的发生;任何的活动都要做到保障人身安全为首位;生命只有一次，为了家庭、社会的责任，我们要珍惜自己的生命。

2、严格管理

学校与家长密切配合，制定一些行为规范，落实管理措施，严禁学生到那些偏远的山塘、峡谷或有急流、旋涡等水情复杂的地方游泳，也不能到江、河、湖、海、水库、等大面积的水域游泳，特别是对当地环境不熟悉的水域;更不能在狂风、暴雨的天气游泳;游泳要到正规的游泳场所，到一个场所去游泳，一定要先了解该场所的环境情况，如场地的大小、深浅水区的划分、对活动的各种要求和各种警示的标志;同时要遵守各项管理规定，服从有关人员的管理;小学生一定要家长或大人陪同，中学生要有集体组织的行动。

有人说会游泳的人，多半条命，人只有真正掌握了游泳技术，才能有效地预防溺水，有条件开展游泳运动的\'学校一定要使学生学会游泳，并且要熟练掌握，多练习，使每人都能掌握水中求生本领;学校没有游泳池的要鼓励学生到正规的游泳池去培训和学习，请有关专业教练指导。

1、及时呼救：遇到意外或危险时应迅速及时发出求救信号，以取得别人的救助。

2、争取时间：时间就是生命;危急关头要保持镇静，在水中尽量采用仰卧位，呼吸要做到深吸、浅呼，争取更多时间等待获救。

3、靠岸意识：在有能力的情况下，努力向岸边靠拢，靠岸越近获救的机会越高。

在水中活动，如果突然发生身体不舒适或其他意外时，必须马上喊“救命”，救生员或其他人听到后会来帮助你的，但是如果没人来帮助你，你必须保持冷静，设法自救。

1、利用漂浮物求生：如救生圈、救生衣、浮板，木板等能在水中浮起来的物件。

2、徒手漂浮求生：利用身体的浮力尽量放松身体，采取仰卧位(仰泳)，注意：吸气要深，呼气要浅,(因为深吸气时，人体比重降到0.967，比水略轻，可浮出水面;呼气时，人体比重为1.057，比水略重);用最小的体力在水中维持最长的生机，争取更多的时间，等待获救;此时千万不要慌张，不要将手臂上举乱扑动，这样就使身体下沉的更快。

3、肌肉抽筋自救法

肌肉抽筋常见的部位是小腿、脚趾、大腿、手指、手掌等;无论抽筋发生在什么部位都要及时采取拉伸肌肉的办法进行解救，保持镇静，千万不要惊慌，否则更危险;如小腿后面的肌肉抽筋是最常见而多发的部位，解救的方法是一手按住膝盖，另一只手抓住脚底(或脚趾)做勾脚动作，并用力向身体方位拉，反复做几次，放松片刻，肌肉抽筋部位则可缓解;大腿抽筋时，可用两手抱住小腿贴近大腿，反复压下直到解脱。

总之，预防意识和自救能力必须在平时培养和训练。而在水中遇险后，又必须建立沉着、冷静、积极的基础上，运用合理的、正确的自救手段和方法，达到自救或被救的目的。

遇到有人溺水时，必须运用最安全的方法去救援，如果能在岸上施救的，绝不要下水去救;如能用器材去施救的，决不要徒手去救。不论使用拿一种救生方法，都要先要求保障自身的安全，才能做到去救助他人，千万不要变成“人溺己溺”。

-->[\_TAG\_h3]防溺水安全教育报告篇十一

人的生命只有一条，岂能让溺水志这一回事让更多的`人离开这个世界呢！

我们要顽强抵抗，我们的生命不能白白牺牲，就像陶渊明说的“一生能复几，倏如流电惊晋”。今天，我听校长说：上个学期，有一个低年级的学生在河边洗脚，不小心把一个鞋子掉到河里了，就去捡那个鞋，地很滑，人就掉到河里了，幸亏有个学生看见了，就大声喊“救命”这两个字，就有个大人听见了，就急忙跑过去，学生说：“有个低年级的学生掉到河里了。大人急忙走下去，把学生救起来了，幸好还可以进行及时抢救。所以我希望大家都不要去河边游泳了。

游泳时必须遵守以下的规矩：一、游泳前必须做好热身运动。二、水下不明时，不要跳水。

**防溺水安全教育报告篇十二**

夏季溺水是一个严峻的问题，尤其是对于儿童和青少年来说。为了增强大家的安全意识和自我保护能力，我校组织了一次夏季溺水安全教育活动，使我深刻认识到夏季溺水的危险性和预防措施。在这次活动中，我学到了许多知识和技巧，并深感溺水安全事关自己和他人的生命安全。以下是我个人对这次夏季溺水安全教育活动的心得体会。

首先，我对夏季溺水的危险性有了更深刻的认识。通过观看安全教育片和参与讲座，我了解到夏季溺水事故屡禁不止，每年都有大量的人因此丧生。这些事故往往是因为对水中危险的错误判断或轻视导致的。水势汹涌、波涛汹涌的江河湖海是迷人的，但却蕴藏着许多危险。深知这一点后，我在接近水边时会多加警惕，遵守家庭规定和校规，坚决禁止在没有成人的监护下玩水。

其次，我了解到预防溺水的重要性。预防溺水不仅是依靠周围环境的保护，更需要靠自己的主动意识和防范意识。在活动中，我学到了一些预防措施，例如：不随便下水游泳，尤其是不会游泳的同学千万不能尝试；在游泳之前，要先进行热身运动，并戴好救生圈等防护器具；在游泳时不要过度消耗自己的体力，否则会导致疲劳溺水；在水上活动时，要注意随时保持平衡，不可猛然站起或跳动等。这些预防措施对我而言非常实用，我会将它们内化为自己的自觉行动，以保障自己的安全。

此外，我通过参与救生演练和模拟救援活动，提高了自己的救援能力。在模拟救援活动中，我们了解到了紧急事故发生时的救援流程和注意事项。学校组织了专业的救生员来进行模拟演示，并给我们当救生员的同学进行了培训。我们学到了如何正确利用救生器材，进行救援和抢救溺水者。通过这次救生演练，我不仅增加了自己的实际操作经验，更锻炼了自己的应变能力和沉着冷静的处事态度。

最后，我认识到夏季溺水教育需要长期深入。一次性的教育活动只能起到很有限的作用，要想真正解决夏季溺水的问题，需将安全知识贯穿于我们的日常生活。我们要从周围环境入手，如：家庭、学校、社区等。家庭是孩子们最早接受教育的地方，父母应当具备一定的溺水救护知识，教育孩子正确对待水域；学校可以定期开展夏季溺水安全知识竞赛、演讲比赛等活动，加深同学们对夏季溺水的认识。同时，社区应配齐救生器材，建立社区救援队伍，提高应急救援能力。只有社会各界共同努力，才能从源头上减少夏季溺水事故的发生。

总之，通过这次夏季溺水安全教育活动，我深刻认识到夏季溺水的危险性和预防措施。我将始终保持警惕，增强自我保护能力，遵守规则，预防溺水。并且，我会将学到的安全知识和技巧传播给身边的同学和朋友，为营造一个安全的夏季环境尽一份力量。希望通过我们的共同努力，能够减少夏季溺水事故的发生，让每个人都能在夏天尽情畅游而不用担忧安全。

**防溺水安全教育报告篇十三**

溺水是一种常见但又十分危险的事故，尤其是在夏季，许多人选择在水边游泳或者玩水，这更增加了溺水事故的潜在风险。为了提高公众的安全意识，许多地方纷纷制作溺水安全教育片，以教育人们如何预防溺水事故。最近我观看了一部溺水安全教育片，并从中收获了一些宝贵的心得体会。

首先，溺水安全教育片强调了正确的游泳姿势和技巧。在片中，专业的游泳教练详细地展示了正确的蛙泳、仰泳、自由泳等常见游泳姿势和技巧，让观众了解到如何在水中保持身体平衡和正确呼吸的重要性。通过这些演示，我学会了如何用手臂和腿部协调地划水，以及在游泳时如何控制呼吸，使游泳更加轻松和安全。

其次，溺水安全教育片强调了观众们必须了解水域的情况和自身能力。在片中，教育片的主持人提醒观众在游泳前要了解当地水域的深度、水流等情况，以便能够更好地评估自己的游泳能力。片中还强调了不得在深水区游泳，尤其是对于不会游泳或者游泳技能尚未成熟的人来说。这让我明白了游泳前需要了解水域情况，并且只游泳在自己能力范围内的水域，这样才能避免发生溺水事故。

第三，溺水安全教育片强调了监护人的责任。在片中，教育片提醒了父母、监护人在带孩子们去游泳的时候，要时刻保持对他们的关注和监护。特别是对于年幼的孩子来说，他们对自己能力的判断可能不准确，容易发生意外。监护人需要时刻注意孩子在水中的动态并保持与他们的交流，以便及时发现并解决问题。这让我认识到监护人在水上活动中扮演着重要的角色，他们的责任不仅是保护自己，还要保护孩子。

第四，溺水安全教育片无时无刻地强调了避免饮酒后游泳。片中明确指出，饮酒会影响人的神经和反应能力，提高溺水的风险。这是因为酒精会降低人的意识水平和判断力，使人不能正常应对意外情况。通过这个提示，我意识到在饮酒之后，游泳不仅危险，也容易导致溺水事故的发生。因此，我以后会避免饮酒后进行水上活动，以确保自己的安全。

最后，溺水安全教育片强调了紧急情况下的自救技巧。片中展示了当身陷水中时，如何保持镇静并正确有序地采取自救措施，如向岸边漂浮、寻找浮物等。这对于没有能力或条件及时得到他人救助的情况下，保护自身生命至关重要。通过学习这些自救技巧，我更有信心应对危险情况，并提高自己的生存能力。

通过观看这部溺水安全教育片，我深刻认识到了游泳安全的重要性。掌握正确的游泳姿势和技巧、了解水域情况和自身能力、监护人的责任、不饮酒游泳以及紧急情况下的自救技巧，这些都是确保游泳安全的必备知识。我将牢记这些教导并将其应用到实际生活中，以确保自己和他人的安全。

**防溺水安全教育报告篇十四**

近年来，夏季溺水事故频繁发生，给社会带来了沉重的伤痛，对此，为了加强夏季溺水安全教育的普及，提高人们的自救意识和安全意识，我校组织了一次以“夏季溺水安全教育”为主题的活动。通过学习、研讨以及现场救援演示等形式，我深感这次活动对我们的启发很深，下面我对夏季溺水安全教育的心得体会进行总结。

首先，夏季溺水事故的成因是多方面的。通过教育活动，我了解到很多人溺水是因为缺乏基本的游泳和自救知识，对危险的判断力不足，对自身身体素质和水域环境的认识也不清楚。此外，有些人在游泳时过于自信，不顾自身的能力和体能，超越自己的极限，以致发生溺水事故。还有一些人在酒后溺水或贪图刺激而进行冒险水上活动，这样的行为无疑给自身带来了隐患。这些原因都在我们的身边时有发生，我们必须认识到问题的严重性，引起足够的重视。

其次，夏季溺水安全教育是非常重要的。通过此次教育活动，我对夏季溺水安全的重要性有了更深刻的认识。夏季是溺水事故高发期，无论是水上游泳、水上娱乐还是水域旅游等活动，我们都需要掌握一定的自救知识和技巧，提高自己的安全意识。只有通过夏季溺水安全教育，我们才能更好地应对溺水危险，并为自己和他人的安全保驾护航。

此外，夏季溺水事故可以通过加强安全知识学习来预防。在教育活动中，我们学习了大量的关于溺水的安全知识，比如水域中的危险信号、救援方法、自救技巧等等。这些知识都可以帮助我们更好地了解自身的安全问题，提醒我们如何正确判断危险信号，并采取相应的预防措施。同时，我们还了解了如何正确进行水上救援，学会了一些自救的技巧。所有这些知识都为我们预防溺水事故、保护自己和他人提供了有力支持。

最后，在夏季溺水事故中，有效的自救措施至关重要。在教育活动中，我们还进行了实地的救援演示。通过模拟溺水场景和灾情，我们学习了如何正确施救和自救。我们了解到，当我们在水中遇到危险时，要保持冷静并迅速作出正确判断。我们可以通过漂浮、翻滚、独木桥等自救方法，减少自身的能耗，延长求生时间，等待救援。同时，我们还学习了正确的呼救方式和避免酒后游泳等错误行为。这些措施将在关键时刻救我们于水火之中。

总而言之，夏季溺水安全教育活动给我留下了深刻的印象。通过这次活动，我认识到夏季溺水事故的危害性和实施夏季溺水安全教育的重要性。只有通过加强安全知识的学习，提高自救的能力，我们才能在面对危险时保护自己。相信通过这次教育活动的宣传，可以让更多的人了解夏季溺水安全问题，并且提高自己的意识和能力，使夏季溺水事故的发生率大大减少，让我们共同度过一个安全的夏季。

**防溺水安全教育报告篇十五**

学习游泳安全知识，学习溺水安全基本知识，培养相关预防力。

1、提高安全意识，愿意自觉学习防溺水安全的相关知识，在学习中增强与同学的合作交流意识。

2、初步了解防洪安全的相关内容，知道每一次学习。学生应该提高他们的安全意识。

3.我可以改变生活中不遵守防溺水安全的坏习惯。

习惯，提高识别生活中违反安全原则的能力。

通过了解溺水事件，提高学生的\'游泳安全意识，充分了解溺水时的各种逃生和自救方法。

主动规避风险、自救的方法。

提出问题，启发思维，共同探究，教与议相结合，重在理解。

教学过程:

首先，对话引入话题

现在正是高温季节，暑假来临，中小学生溺水伤亡人数明显增多。根据教育部等单位在北京、上海等10个省市的调查，目前我国每年有1-2万名中学生非正常死亡，平均约为。

约有40名学生死于溺水、交通或食物中毒等意外事故，其中溺水和交通仍然是意外死亡的前两位。

二、了解令人心碎的溺水事件(近两年本地学生溺水事件)

20xx年7月的一天，杨桥镇刘达行政村的两名高中生在河里游泳后溺水身亡。

20xx年8月的一天，牛庄乡三名学生下河洗澡，溺水身亡。

老师:听了这个例子，我想在座的各位都不会感到轻松。一个生命就这样在世界上消失了，你会叹息吗，你会感到遗憾吗？你此刻在想什么？请说出你的看法。

讨论:你从中学到了什么？

学生讨论

老师:请记住这句话:生命安全高于天。父母给你的生命只有一次，大家要珍惜生命，注意安全。

今天，我们要学习的主题是预防溺水教育。

1.预防溺水教育。

游泳应严格遵守“四不”:未经家长和老师同意不要去；不会游泳的大人不能陪；深水的地方不要去；我不想去河流和池塘。

2.溺水的主要原因如下:

不会游泳；游泳时间过长，疲劳；水中突发疾病，特别是心脏病；盲目游入深水漩涡。

3.溺水急救

(1)了解溺水者如何将他们送上岸。

老师详细解释:

方法一:可以向落水者扔救生圈、竹竿、木板等物，然后拖到岸边；

方法二:如果没有救援设备，可以入水直接救援。接近溺水者时，转动臀部，使其背对自己(为什么？)然后拖运。侧泳或仰泳拖运通常用于拖运。

未成年人发现有人溺水，不能贸然下水施救。他们应该立即呼救或使用救生设备。《未成年人保护法》也规定:“未成年人不能参加紧急救援等危险活动。”

按照老师的讲解方法，班里每两个学生分成一组进行模拟演示，一人扮演溺水者，一人扮演救助者。每组轮流，其他同学仔细观察，最后做总结，指出优缺点。

(2)如何进行岸上急救？

第一步:溺水者被救上岸后，应立即张开嘴巴，清除口腔内的分泌物等异物。如果溺水者下颌紧闭，要用拇指从后向前从背后按压下颌关节，用力向前推。同时双手食指和中指拉下下颌，可以去除他的下颌。

第二步:控水。施救者单腿跪下，另一腿屈膝，将溺水者的腹部放在膝盖上，一手托住头部，使其嘴朝下，另一手压住背部，使其腹部的水排出。

第三步:如果溺水者处于昏迷状态，呼吸微弱或停止，应立即进行人工呼吸。口对口吹气通常是有效的。如果心跳停止，应立即配合胸外按压进行心脏复苏。

第四步:注意在进行急救的同时，拨打急救电话或停车并将其送往医院。

按照老师的讲解方法，班里每两个学生分成一组进行模拟演示，一人扮演溺水者，一人扮演救助者。每组轮流，其他同学仔细观察，最后做总结，指出优缺点。

第四，课堂总结

1.学生总结:

通过这次活动你学到了什么？

2.教师总结:

生命只有一次，幸福在你手中。希望同学们通过这次安全教育课，学会珍爱生命，养成自觉遵守防溺水安全原则的好习惯。

课后作业

有人溺水了怎么办？如何进行溺水救援？

**防溺水安全教育报告篇十六**

近年来，溺水事故时有发生，相关数据也不容乐观。在这种情况下，对于我们每个人来说，学习溺水安全知识显得更加重要，因为每个人在接触水域时都可能面临意外的危险。下面我将分享自己在溺水安全教育中的心得体会。

第一段：认识溺水危险

在溺水安全教育的学习中，第一步就是认识溺水危险。溺水危险不仅存在于河流、湖泊等大水体，也包括浴缸、水桶等小水体。此时需要我们平时要保持警惕，切勿过度放松。同时，还需要学会观察水面、识别水流、判断水深，坚决避免进入未知水域。

第二段：掌握自救技能

当不慎掉入水中时，应该如何自救保命呢？此时需要我们学习掌握相应的自救技能。其中最重要的自救技能是平行游泳，在水面上保持头部抬高、胸部膨胀等，以减少身体占用氧气的量，延长自救时间。此外，还需要学会使用浮具进行漂浮自救，提高自救的效率。

第三段：提高安全意识

在溺水安全教育中，除了学会自救技能，还需要提高自身的安全意识。比如在游泳或水上活动时，一定要有成年人的陪同或引导。同时，将个人安全放在第一位，不要莽撞行事，尤其是遇到未知的水域，远离警告标志的地方等情况更要避免。

第四段：了解救援方法

当他人遇到危险时，我们需要及时施救。在这个过程中，了解常见的救援方法，如游泳救援、救生圈救援等都是非常重要的。同时，在进行施救的时候，我们也需要保证自身的安全，使用救援工具等辅助救援，尽可能地减少自身的风险。

第五段：落实安全措施

在溺水安全教育中，不仅仅是学习知识，更需要将之落实到实际行动中。比如在进行水上活动时，需要佩戴救生衣等保护装备；需要设置专业防溺设施；进行水上活动时，由专业的教练或者相关人员进行引导等。只有通过实际行动，才可以更好地保障自己的安全。

以上，是我在溺水安全教育中的心得体会。只有学会如何保护自己，才能让我们的生命更有价值。因此，我们都要认真对待溺水安全问题，切勿掉以轻心，让安全成为我们行动中的第一要素。

**防溺水安全教育报告篇十七**

溺水，俗称淹溺，是指在游泳时或者失足落水时发生的严重意外伤害，溺水的进程很快，一般4-5分钟或6-7分钟就可因呼吸心跳停止而导致死亡。

很多人在夏日喜欢在江、河、水塘内游泳，这就很容易发生溺水现象，是青少年意外死亡的原因之一。

一般容易发生溺水的地点通常是：游泳池、水库、水坑、池塘、溪边等场所。

1、首先应保持镇静，千万不要手脚乱蹬拼命挣扎，可减少水草缠绕，节省体力。

只要不胡乱挣扎，不要将手臂上举乱扑动，人体在水中就不会失去平衡，这样身体就不会下沉得很快。

2、除呼救外，落水后立即屏住呼吸，踢掉双鞋，然后放松肢体，当你感觉开始上浮时，尽可能地保持仰位，使头部后仰，使鼻部可露出水面呼吸，呼吸时尽量用嘴吸气、用鼻呼气，以防呛水。

呼气要浅，吸气要深。

因为深吸气时，人体比重降到0.967，比水略轻，因为肺脏就象一个大气囊，屏气后人的比重比水轻，可浮出水面(呼气时人体比重为1.057，比水略重)。

3、千万不要试图将整个头部伸出水面，这将是一个致命的错误，因为对于不会游泳的人来说将头伸出水面是不可能的，这种必然失败的作法将使落水者更加紧张和被动，从而使整个自救者功亏一篑。

4、当救助者出现时，落水者只要理智还存在，绝不可惊惶失措去抓抱救助者的手、腿、腰等部位，一定要听从救助者的指挥，让他带着你游上岸。

否则不仅自己不能获救，反而连累救助者的性命。

5、会游泳者，如果发生小腿抽筋，要保持镇静，采取仰泳位，用手将抽筋的腿的脚趾向背侧弯曲，可使痉挛松解，然后慢慢游向岸边。

(3)要是大腿抽筋的话，可同样采用拉长抽筋肌肉的办法解决。

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。

2、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。

3、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，更不要酒后游泳。

4、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。

5、游泳抽筋的时候可以选择仰泳,，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。

6、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，在急救的同时应迅速送往医院救治。

7、遇见突发事件不要惊慌，水性不好不要救别人，会同归于尽的，因为溺水的人一但碰到了东西会不顾一切的死死抓住的。

如果迫不得已救人要先将被救的.人击昏，或从后面抓住头发拖到岸上。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com