

# 2023年珍爱生命远离溺水心得体会 珍爱生命远离溺水(大全6篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 珍爱生命远离溺水心得体会篇一

水，是我们人类的生命之源，是人们生活必不可少的。可是同学们你们知道吗，水也有有的时候吞没了一些人的生命。

暑假即将到来，而这也是溺水事件的严重期，许多小学生和同学因为炎热结伴去江边，河里游泳，才导致溺水事件再次发生。

记得有一次，我在一篇报道上看到有三位小学生认为自己的游泳水平很高，于是三个人就约好一起去河里游泳。当他们游得正高兴的时候，其中的一位同学不知怎么的突然游不动了，他在水中挣扎了许久，接着溅起一片水花就不见了。游在前面的同学吓得目瞪口呆，赶紧跑上岸大声的喊救命。一些水性好的大人赶紧跳到河里捞上孩子，把落水的孩子送往医院，但还是因为抢救无效而死亡。

游泳虽然好玩，但是安全还是最重要的，无论你有多厉害，如果一个不小心就会出事的，俗话说：“不怕一万，就怕万一”。所以为了安全起见，同学们想去游泳的话一定要和家長一起去正规的有救护人员的游泳馆游泳。

同学们!夏天是炎热的，它的炎热牵引着多少的人去江里、海里、河里、湖中游泳、嬉戏?正是因为这一个不规范的“游

泳池”才夺走了一个又一个含苞待放的生命，是让一个原本幸福美满、快乐的家庭承受着巨大的痛苦，这是多么令人心痛的事啊！

## 珍爱生命远离溺水心得体会篇二

水，是生命的源泉，可如果不懂得防护的话。它，就有可能让人失去宝贵的生命！

高个子在没到脖子的位置止了步，好像自言自语道：“就在这儿吧。”说着，高个子像一只青蛙一样在这周围熟练地游着。

不久后，正当高个子游得正欢时，他突然发现腿部没了知觉，原来他抽筋了！高个子的身体缓缓沉了下去，“救命啊！”高个子意识到自己抽筋了，拼命地呐喊。另外两人听到喊声，不约而同地望过去，正好看见高个子挣扎的模样，心想：高个子水技这么好，应该是恶作剧。他们这般想着，朝高个子做了个鬼脸，似乎在说：“别装了，我们知道你在恶作剧。”

然而，事情并不是他们所想的那样——他们看到高个子身处的水域上冒出一层又一层的水泡后，终于醒目过来，心里想：我们可没抽筋，绝对能把高个子救回来。说去就去，他们以像风一样的速度向高个子那边游去。他们二人到了高个子的旁边，刚想把高个子推向岸边。发现高个子拼了命般地拍打着水面，水花溅在了三人的眼睛里。三人在水中滚在一起，想拼命三郎似的，使劲乱蹬，不让自己沉下水去。

这时，岸边的一位年轻人看见这一幕，立刻跳下水中，看他游泳的姿势，显然也是个游泳高手，他冲上前去，抱住三人中的一个，似乎是想一个一个救上去，可是，他却小看了三人为保命的疯狂——在眼睛进水的情况下，拼命蹬，把年轻人的腿踢伤了。他想爬上岸去，可却有些显得力不从心，游

不动了，渐渐沉了下去。这时，旁边已站了許多人，可他们看了年轻人的下场，却无人再敢去救人，就这样，四人都沉了下去。。。。。110赶来了，立刻下水捞人。

从这件事例中，大家一定有所感悟，我提醒大家：不要私自下水游泳，不要擅自与他人结伴游泳，不要在没有家长或老师的带领下游泳，不要在没有安全设施和救护人员的情况下游泳，不要到不熟悉的水域游泳，不要私自下水施救。。。。。别让悲剧发生在自己或身边的人身上！

### 珍爱生命远离溺水心得体会篇三

在经济发展飞速的时代，毒品的流通也日益猖狂，每年，有数百万人得如毒品的血盆大口，无法自拔，学生们放弃了理想的大学，青年们为了毒品自甘堕落，一个个原本完整的家庭破碎了，禁毒，已成为一个刻不容缓的时代话题。

毒品的种类有很多，比如：

“k粉”的化学名称叫“氯胺酮”，其外观为纯白色细结晶体，在医学临床上一般作为麻醉剂使用。，公安部将其明确列入毒品范畴□k粉的吸食方式为鼻吸或溶于饮料后饮用，能兴奋心血管，吸食过量可致死，具有一定的精神依赖性□k粉成瘾后，在毒品作用下，吸食者会疯狂摇头，很容易摇断颈椎；同时，疯狂的摇摆还会造成心力、呼吸衰竭。吸食过量或长期吸食，可以对心、肺、神经都造成致命损伤，对中枢神经的损伤比冰毒还厉害。

摇头丸：传统的摇头丸，是指由mdma□mda等致幻性苯丙胺类化合物所构成的毒品□mdma□即3，4-亚甲二氧基甲基安非他明；mda□即3，4-亚甲二氧基安非他明；mmda□即3-甲氧基-4，5-亚甲二氧基甲基安非他明，等等。

摇头丸外观为圆形，方形，棱形等形状的片剂，呈白色，灰色，粉色，蓝色，绿色等多种颜色。这类毒品具有明显的中枢致幻，兴奋作用。在我国，因吸毒者滥用后会随着音乐剧烈地摆动头部而得名“摇头丸”。我国目前缴获的摇头丸多是混合型的，经检验，犯罪分子在传统的摇头丸中添加了冰毒，麻黄素，氯胺酮，咖啡因，大大加大了它们相互的毒性作用。

吸食摇头丸，经常处于幻觉，妄想状态，出现精神异常，表现出苯丙胺精神症状，酷似精神分裂症。同时，也会发生其它滥用药物感染合并综合症，包括肝炎，细菌性心内膜炎，败血症，性病和艾滋病。还有大麻，病毒，摇头丸，等等…无论是哪一种，都可令人倾家荡产，妻离子散。

梁蓓丽，21岁，贵州人，一个聪慧、漂亮的女孩，染上毒瘾后，靠卖淫维持吸毒，因注射毒品过量死于南宁市街头。梁蓓丽死于南宁市街头。倾家荡产、妻离子散、家破人亡倾家荡产：吸毒的费用是个“无底洞”，普遍的工资收入根本不能满足吸毒的需要。即使有一定的经济基础也只能维持一时。因为毒瘾永远不可能得到满足，结果只能是吸得一贫如洗、倾家荡产。很多吸毒者为满足毒瘾不惜遗弃老人、出卖子女，甚至胁迫妻女卖淫以获取毒资，直至妻离子散、家破人亡。

一个人的生命只有一次，那一次生命是无价的，也是脆弱的。它承载着你的亲人，朋友和整个社会赋予你的责任。所以，请记住：珍爱生命，远离毒品。

珍爱生命远离毒品相关作文：

1. 远离毒品珍爱生命作文300字

## 珍爱生命远离溺水心得体会篇四

俗话说水火无情，刚进入夏季，各种溺水事件频繁发生，一个个鲜活的生命离我们而去，一个个血淋淋的事件再次为我们敲响了防溺水安全的警钟。

防溺水安全重于泰山，溺水事件的频繁发生也值得我们深思。纵观一次溺水事件的发生现场。

炎热的夏天，非常闷热，有的人在家里吹空调，有的在家运动，还有的在家看电视，那夏天的头号杀手是什么呢？那就是溺水情况。

在放假的那天老师在学校里一直提醒同学们不要去池塘、河、深水区等地方游泳，但有些同学还是不听，为了凉快到河、池塘等地方去游泳。

有一次我看了一个新闻，上面写着有一家人出去旅游，有大人、小孩，刚好到了一个有池塘地方，由于天气太闷热了，心情烦躁，他们决定一起下池塘游泳解决闷热，他们一起下了池塘，小孩子也下去了，确实是凉快了，一起玩的痛快，大人后来陆续的上了岸到车里换衣服，小孩却一直在池塘里玩耍着，忽然，小孩一下子沉入水中不停的摇着手，在求救，可是没有大人发现，当大人发现时，小孩已经没看见了，最终小孩是被救上来了，但经医生的抢救，人还是没有救回来，太可惜了。

这样的事例每年都有发生，夏天的头号杀手真是太可怕了，我们要做到远离池塘、深水危险区，珍爱生命，热爱生活，让溺水远离我们的生活。

## 珍爱生命远离溺水心得体会篇五

溺水是造成中小生意外死亡的第一杀手，我相信很多人都

知道，今天我就来谈谈我的感受。

昨天晚上，学校领导让我们看《防溺水教育》这个视频后，我了解了很多人是怎样溺水身亡的。视频里说有一个人掉进水里了，后面有七人用手拉着手去拉溺水的人，可是万万没想到，前面一个拉落水的人的时候，自己也掉进水里了，后面的人便也相继的都被带入水中，最后导致八人全部死亡的惨剧发生；还有的人是坐在夜中行驶的船上不小心掉入了海中，因为无人及时救援，导致落水的人也溺水死亡了；还有的人是在池塘边玩因为地太滑了，溜入池塘中因为无人发现并施救，导致溺水死亡；还有一些人是因为没有穿戴游泳工具就潜入海中，导致缺氧死亡……溺水事故真是数不胜数的。

因为有许多人溺水死亡，所以我们国家就提出了很多的防溺水方法。而最重要的预防措施就是要始终铭记防溺水事故发生的“六不一会”，即：不私自下水游泳；不擅自与他人结伴游泳；不在无家长或老师带领的情况下游泳；不在无安全设施、无救援人员的水域游泳；不熟悉水性的学生不擅自下水施救；不到不熟悉的水域游泳；溺水后学会自救。这些大家一定要记住，因为我们都是小学生，而溺水是导致小学生意外死亡的第一杀手。也希望广大到河中心，因体力不支而活活淹死；两名小学一、二年级的学生，暑期到外婆家度假，暗地里瞒着外公、外婆去河里摸鱼，结果淹死在河里，无一生还……这一串串惊人的数据足以令人深省，而这些死亡的背后，更多的是对防溺水知识的缺乏。

防溺水家长、老师日日讲、月月讲，可真正做到防溺水并没有想象中那么容易。首先，学会游泳是必然的，它能在关键时刻救你；而更重要的就是了解一些防溺水知识，“防患于未然”，虽说它是书面的，但它却能在最危急的时候给你最清楚的判断。

同学们，认真学习防溺水知识吧！它能让你受益一生。同时，也让我们用健康的童年来奠基美好的人生。

## 珍爱生命远离溺水心得体会篇六

- 1、不要无父母陪伴下水游泳。
- 2、大手牵小手，安全去游泳。
- 3、常在水边走，安全记心头。
- 4、水中非天堂，涉水请慎重。
- 5、游泳有乐趣，生命最可贵。
- 6、珍爱生命，远离危险水域。
- 7、不明水域，请不要下水游泳。
- 8、珍爱生命，坚决不下水游泳。
- 9、请不要让江河成为你最后的家！
- 10、坚决远离河道，铭记生命至上。
- 11、增强防溺水意识，绽放生命光芒。
- 12、安全健康游泳，畅享戏水快乐。
- 13、珍爱你我生命，河塘切勿靠近。
- 14、生命只有一次，安全伴君终生。
- 15、生命只有一次，溺水只差一念。
- 16、生命至高无上，学生安全第一。
- 17、若果你嫌命长，请在此处下水。

- 18、失足成千古恨，要想回岸等来生。
- 19、游泳有乐趣，生命最可贵，谨慎。
- 20、珍爱生命，水深危险，回头是岸。
- 21、使用泳池设施时，成人须照顾儿童。
- 22、同伴落水莫逞能，呼救报警搬救兵。
- 23、安全使用游泳池，照顾儿童勿忽视。
- 24、强化安全教育，防止溺水事件发生。
- 25、江河戏水莫越区，安全区域少顾虑。
- 26、游泳热身很重要，预防溺水要记牢。
- 27、溺水事故揪人心，下水游泳不安宁。
- 28、安全第一，不要让水带走你的生命。
- 29、预防溺水，不要让水变成亲人的眼泪。
- 30、生命只有一次，请远离“水”边。