

最新防溺水安全心得体会(优质7篇)

心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面小编为大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

防溺水安全心得体会篇一

随着天气越来越炎热，很多人选择去海滩、游泳池等水域消暑。然而，水中的危险性也相应增加，溺水事故时有发生。作为学生，我们需要时刻警惕溺水的危险，并学会如何防溺水。

在学校的防溺水宣传活动中，我们学习了很多防溺水知识。比如，游泳前需要穿上救生衣/游泳圈，不要围绕在四周的泳池里跑，避免不必要的危险。还有，我们要了解自己的游泳能力，根据自己的能力选取对应的游泳场地和游泳深度。

在我的生活中，我也时刻注意防溺水。比如，在游泳池里，我更喜欢选择比较深的游泳区域，因为当水深度超过我的身高时，我会感到有一定的压力，从而更能集中注意力防止不测。此外，我始终记住，在水里跑步是很危险的，不开玩笑。

第四段：父母的建议

我的父母也十分重视防溺水工作。每次去游泳池和海滩前，他们都会提醒我穿上救生衣、浸湿救生衣后要立刻脱下，以免服救生衣时被淹。同时，他们也会跟我分享一些避免溺水的经验，比如在防汛抗洪演练活动中教会我如何抓住救生带等。

第五段：结论

总的来说，防溺水是我们每个人必须掌握的技能。需要时刻提醒自己注意危险，决不能因为玩乐而忽视安全。我们应该积极转达防溺水的知识给家人和朋友，从而呼吁更多人重视防溺水意识。作为一名学生，如果我们能做到时刻注意防溺水，那么对我们和我们的周围人都会带来很大的安全保障。

防溺水安全心得体会篇二

- 1、懂得溺水相关知识，感悟生命的可贵。
- 2、培养学生养成遵守防溺水安全的习惯，掌握溺水救护方法。

教学重点：溺水安全自救与预防措施。

教学难点：溺水安全自救方法指导。

教学准备：收集溺水的文字、图片资料，并制作多媒体课件、视频。

教学形式：多媒体教学

教学过程：

一、激情引入

- 1、多媒体出示学生溺水死亡的照片。
- 2、播放学生溺水死亡的案例。（视频）

20xx年6月22日云南省个旧市红旗小学5名上学的学生（均系男生）于22日分别于早上和中午外出玩耍未归家，家人找寻至晚上，在杨家田水库分别找到3名学生的衣服裤子和2名学生骑行的电动车，结果5名不慎溺水死亡。

师：同学们看了图片和新闻报道之后，你有什么感受呢？请同学谈谈自己的想法。

小结：生命安全高于一切，父母给“我们”的生命只有一次，因此每个人都要珍惜自己的生命，时刻注意安全。

今天这节课我们来学习《珍爱生命，预防溺水》。

二、新课教学

（一）溺水原因

1、小组讨论溺水事件发生的原因，指名交流。

【多媒体】图片展示近六年全国0——14周岁儿童溺水死因构成图，（让学生明白）溺水在所有意外伤害死因中的比例在半数以上。图片展示20xx年6月22日云南省个旧市红旗小学5名上学的学生（均系男生）于22日分别于早上和中午外出玩耍未归家，家人找寻至晚上，在杨家田水库分别找到3名学生的衣服裤子和2名学生骑行的电动车，结果5名不慎溺水死亡。

每年暑假，医院急诊科都会遇到大量因遭遇溺水意外事故求救的病例，而其中有相当一部分就因现场急救措施不得力而错失抢救时机，令人痛心。

2、根据学生交流，老师小结，得出溺水原因。【出示多媒体】

（1）可能是在河道、水渠、池塘、水井、水池、水库中嬉水落水引起的；

（2）意外掉入水中，开放性水域无明显警告标志和隔离栏；

（3）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。

(4) 在水中突感到胸闷、手脚抽筋等。

师：因此多学一些自救与互救的知识和技能，可以给自己与他人的生命多一份保障。下面我们就来学习有关专家对溺水救助的指导。

(二) 致死原因

【出示多媒体】据医学专家解释，溺水致死原因是气管内吸入大量水分阻碍呼吸，或因喉头强烈痉挛，引起呼吸道关闭、窒息死亡。

(三) 如何自救

学生讨论并交流思考后回答：

(2) 发现有人溺水，不能冒然下水营救，应立即大声呼救，或让大人来营救，同时拨打110。未成年人保护法规定：未成年人不能参加抢险营救等危险性活动。

(3) 若是溺水者已昏迷，呼吸很弱或停止呼吸，要进行人工呼吸。每分钟约做14—20次，开始时可稍慢，以后可适当加快。[模拟现场救护示意照片]学生演示救护方法。

三、总结

1、同学们生命只有一次，幸福快乐每一天。希望这堂防溺水安全教育课，同学们珍爱生命，感受生命价值，养成自觉遵守防溺水安全原则及其他安全防范原则，祝大家天天安全。

2、最后，送给同学们一首安全儿歌：

小朋友，要牢记，安全课，为己好；

听爸妈，听老师，不随意，不疏忽；

讲安全，守规则，危险处，不要去；
防事故，除隐患，讲和谐，保平安；
懂礼貌，爱学习，幸福家，你我他；
校园树，安全花，结硕果，献大家。

防溺水安全心得体会篇三

防溺水是一个非常重要的话题，特别是对于年纪小的孩子来说。每年都有许多不幸的溺水事故发生，这些事故的背后总有一些无法挽回的悲痛。作为一个三年级的小学生，我们也应该知道如何防止溺水，以免发生悲剧。在此，我想分享一些我个人的防溺水心得体会，希望对大家有所帮助。

第二段：认识水的危险性

在防止溺水之前，我们首先要认识水的危险性。水是一种非常美丽而又神秘的自然物体，但它也是一个非常危险的存在。水的表面看起来非常平静，但深处却充满了各种危险。我们应该始终保持警惕，不要莽撞行事，避免身份的不可挽回的事故。

第三段：学会游泳

如果我们想要防止溺水，最重要的一点就是要学会游泳。游泳是一种重要的水上运动，它不仅能够锻炼身体，还能够增强我们的游泳能力，提高我们在水中的安全性和自救能力。同时，在游泳之前，我们也要正确佩戴救生器材。如果不会游泳的话，我们不应该擅自进入水中，以免发生危险。

第四段：千万不要单独行动

在水中，千万不要单独行动。如果我们想在水中玩耍或游泳，最好找一些朋友或大人一起，在分配好任务之后进行。这样既能增加娱乐性，同时也能够相互监督，在发生危险的时候及时互相救助。

第五段：结论

总之，防止溺水是一件非常重要的事情。作为一个三年级的小学生，我们应该学会怎样防止溺水，并不断提高自己在游泳和水中自救的能力。同时，我们也要牢记，在水中不要单独行动，保持必要的警惕，以免发生不幸的事故。只有保持这些良好的习惯，才能真正防止溺水，以确保我们的安全和健康。

防溺水安全心得体会篇四

在炎热的夏季，许多人喜欢游泳，因为缺少游泳常识而溺水死亡者时有发生。据有些地区统计，溺水死亡率为意外死亡总数的10%。接下来小编为大家精心准备了2017三年级防溺水安全教育教案，想了解更多相关内容请关注应届毕业生考试网！

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、使学生学会珍爱生命，学会自救的方法。

1. 出示一溺水身亡的孩子的图片，教师讲有关故事。

2. 听了这个故事，我想在座的每一位同学心里都不会感到轻松。你是否感叹，是否惋惜，一个生命就这样在世界上转瞬消失?此刻，你在想什么?请同学谈谈你的'看法。

1. 过渡：在炎热的夏季，许多人喜欢游泳，因为缺少游泳常

识而溺水死亡者时有发生。据有些地区统计，溺水死亡率为意外死亡总数的10%。

2. 我们外出游泳洗澡严格遵守“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。

1. 溺水原因主要有哪几种？

2. 学生分小组探讨。

3. 小组代表回答后归纳：

- (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。

1. 如何保证游泳的健康和安全，避免溺水事件的发生？

2. 指名回答后归纳：

- (1) 对于手脚抽筋者，若是手指抽筋，则可将手握拳，然后用力张开，迅速反复多做几次，直到抽筋消除为止。
- (2) 若是小腿或脚趾抽筋，先吸一口气仰浮水上，用抽筋肢体

对侧的手握住抽筋肢体的脚趾，并用力向身体方向拉，同时用同侧的手掌压在抽筋肢体的膝盖上，帮助抽筋腿伸直。

(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。

对于溺水者，除了积极自救外，还要积极进行陆上抢救：

(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。

防溺水安全心得体会篇五

在我们的成长过程中，安全问题一直都是我们最关心的事情之一。每个人都不希望自己因为一些小错误而导致不必要的伤害。在我三年级的学习经历中，我越来越意识到安全问题的重要性，并且也学到了很多关于安全的心得和体会。本文将从五个方面来阐述我在三年级学习中对安全的心得和体会。

第一段：关心生命安全

人的生命只有一次，我们必须要好好把握。在学校的班级口号中，我们都认真的宣誓“关心生命安全，遵守交通规则。”这句话告诉我们要关心自己和他人的生命，要严格遵守各种交通规则。在这个集体环境中，我们要及时提醒同学们注意安全。

第二段：不碰危险物品

我们生活的环境实在太丰富了，有许多诱人的东西，但是很多东西却是我们不能接触的，因为它们可能给我们带来致命的危险。我们三年级的老师教我们，“不碰危险物品，保障健康安全。”这句话也告诉我们，不能随意接触危险的物品，比如烧红的水壶、插在插座里的电器等等。

第三段：应急处理问题

事故难以避免，所以我们必须掌握应急处理的方法，及时采取措施把事情解决掉。我们老师也教过我们，在遇到突发的情况的时候，我们必须冷静、果断的处理问题。比如如何逃生、如何报警等等。我们还要积极的寻求帮助来处理问题，这样才能避免造成更多的损失。

第四段：守规矩

在我们的学习生活中，守规矩则是保证我们安全的重要手段之一。我们的老师经常会强调“讲规矩，守规矩，遵守游戏规则，保障安全健康。”这样的话语，意在提醒我们和同学，不能随意违反规章制度，不能损害他人的利益，这样才能保障每个人的安全和健康。

第五段：自我保护能力

最后，我们的安全不仅仅是依靠某一个人或某一个组织来保障的，每个人都应该学会自我保护。比如，不要与陌生人交流、在家锁好门窗、不要到危险的地方等等。只有我们具备了自我保护的能力，我们才能锁定事故，抵御灾难，避免被侵犯。

总之，在我们的成长过程中，安全问题始终是我们最为关心的事情之一。我们不仅应该加强对于安全的重要认识，同时在我们的日常学习和生活当中，也应该按照学校和社会的各种规章制度，切实的保障自己和他人的安全。这样才能让我

们走向更加辉煌的明天。

防溺水安全心得体会篇六

随着时光的流逝，炎热的夏天将悄悄的来临，随着气温的逐渐升高，同学们一定想到游泳。游泳能锻炼身体，增长体质，但要保证安全。学校组织的防溺水安全教育系列活动，使我受到很大的教育和启发。

一、不要独自一个人外出游泳，更不要到不知水情或比较危险容易发生溺水伤亡事件的地方去游泳，选择好的游泳场所为场所的环境，如水库浴场是否卫生，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。

二、二必须在家长老师或熟悉水性的人的带领下游泳，以便互相照应。

三、下水前要先做一下运动，以防在水中抽筋，比如跑跑步，做做操。

四、记住“六不”：不私自下水游泳；

不擅自与他人结伴游泳；

不在无家长或老师的带领下游泳；

不在无安全设施，无救援人员的水游泳；

不到不熟悉的水域游泳；

不熟悉水性的青少年不擅自下水施救。

我国一年大约有一万人意外死亡，溺水死亡的人数高达70%，也就是说，平均溺水死亡的人数达到十几人，所以溺水是多

么严重的呀！我们要牢记防溺水的知识，增强防溺水的能力。

防溺水安全心得体会篇七

三年级是孩子们进入小学阶段的重要时期，也是他们开始学习有关安全的知识和技能。在这个阶段，孩子们已经对自己的身体和周围环境形成了初步的认识，在这个认识的基础上，我们要加强孩子们的安全教育，让他们更好地掌握自我保护的能力。

第二段：安全学习的知识和技能

在三年级的安全教育过程中，孩子们学习了很多有关交通、火灾、自然灾害等方面的知识和技能。比如，他们学习了正确的过马路方法、有关灭火器的使用、地震时的自救逃生等。这些知识和技能，让孩子们能够更好地应对突发事件，增强自我保护的能力。

第三段：实际体验感悟

在安全教育过程中，孩子们还通过实际体验来加深对安全知识和技能的理解和掌握。比如，学生们到消防队参观，了解了消防车、消防栓、灭火器等相关设备的使用方法和作用。还进行了消防演习，体验了灭火器的使用，让孩子们了解到事故发生时，自救和互救是非常重要的。

第四段：培养自我保护意识

安全教育不仅仅是让孩子们知道怎么做，更重要的是要培养他们的自我保护意识。通过安全教育，让孩子们明白生命是非常宝贵的，任何时候都要珍惜，同时还要懂得遵守规则，保护自己和他人的安全。只有通过长期的安全教育，让孩子们树立正确的自我保护意识，才能更好地避免各种安全事故的发生。

第五段：结尾

在三年级的安全学习中，孩子们掌握了很多有关安全的知识和技能，同时也感受到了安全教育的重要性。我们要继续加强安全教育的力度，让孩子们在不同场合下都能够正确地应对各种安全问题，更好地保护自己和他人的安全。