# 2024年防溺水安全教育心得体会(优质17篇)

来源：网络 作者：沉香触手 更新时间：2025-01-08

*我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。优质的心得体会该怎么样去写呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。防溺水安全教育心得体会...*

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。优质的心得体会该怎么样去写呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**防溺水安全教育心得体会篇一**

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。

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。

**防溺水安全教育心得体会篇二**

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。

**防溺水安全教育心得体会篇三**

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。

**防溺水安全教育心得体会篇四**

夏天的脚步近了，越来越多的人受不了夏天的酷热，用各种各样的方式来降温。于是，就成了很多人的选择！

游泳不仅可以娱乐，还可以避暑，是人浑身清爽。你们喜欢游泳吗？游泳虽然可以强身健体，但是“溺水”——这个安全隐患，你知道有多么恐怖吗？据资料统计，中国每年因溺水身亡的有57000人，相当于每天会有150人会死于溺水，而且发生惨剧的时间一般都在暑假，年龄大都在18岁以下的小学生和中学生当中防。

水是温顺的，我们可以用它来救活干旱的庄稼；我们可以用它来帮助小树苗长得挺拔茁壮；我们可以把它放进不同形状的瓶子里，它就会变成不同的形状……水也是凶残的，它能引发山洪暴发，它能摧毁房屋，更可怕的是它能吞噬一个又一个无辜鲜活的生命，使一个又一个原本温馨、幸福的家庭承受着巨大的伤痛。

珍爱生命，请预防溺水！不要让水成为洪水猛兽，让我们的生命受到威胁，安全游泳，千万不要拿自己的生命开玩笑。

**防溺水安全教育心得体会篇五**

水是天底下最温顺的物体了，她也特别的听你的话。你把她装进圆的瓶子，她就变成圆的；你把她装进方的瓶子，她就变成方的；你把她装进长的瓶子，她就变成长的；你把她装进扁的瓶子，她就变成扁的了！可就是这样一个让人觉得温顺无比的物体，却也隐藏着无限的凶机。河水是清冷的，让人觉得舒适的，看起来又是那么的.温顺安静。会使你觉得投入她的怀抱将是特别美妙的事，你也经不住她的，投入了她的怀抱，可有时她会抱着你不放。就像6月26日上午，我县某一学校初一（1）班学生徐某，因天气燥热，想到欧江清冷一会儿，投入其怀抱，结果就再也回不来了。

河水是凉快的，让人觉得舒适的，玩起来又是那么的富有情趣。你想在她身边多呆一会儿，或许你也只是想和她握握手，或者是踢踢脚，和她亲近亲近，可是她发起火来就不得了。记得20xx年5月30日中午12时许，我县某一小学四年级学生朱某与几位同学在欧江边玩，朱某不慎被发火的水带走了，离开了他的亲戚挚友。河水是无情的，让人觉得恐怖的，做起来又是那么的难以防范。或许你觉得河水那么可怕，你就不去接触她，那也就平安无事了，可她还是不肯定放过你。比如2月29日下午2时许，遂昌县湖山乡一中心小学二年级学生罗某在自家门口步行时，不慎滑倒掉进小溪，就被她抢走了生命。水是生活中最常见的，也是人所离不开的。可是由于水所发生的悲剧又是不少的，仅我县中小学生在一年时间里，就发生溺水事务十一例，死亡十二人。但我们也不能因为她存在的危机而就不去接触她，要想不发生类似的悲剧，我想关键在于防范。对水如此，对其他的亦应是如此。

**防溺水安全教育心得体会篇六**

随着夏天的到来，水上活动愈加频繁，但与此同时，溺水事故发生的频率也在逐年上升。因此，学生们需要开始关注安全问题，并加强自我保护意识，提高自救能力。近期，我参加了一次溺水安全教育活动，分享一下我的学习心得。

第一段：缺乏安全意识危及生命。

我们常常听到一些溺水事故的悲惨故事，很多时候是由于缺乏安全意识，导致悲剧的发生。在水上活动前，往往会没有充分准备，也没有进行必要的安全措施，这让人们无法及时做出反应，从而失去控制，甚至丧失生命。因此，在水上活动前，我们需要时刻提醒自己对自身的安全负责，尤其在没有水上活动经验的情况下，更应该严格遵守安全规定，不要贪图玩乐而忽视安全风险。

第二段：溺水救援知识需要全面掌握。

如果遇到溺水事故，正确的自救和互救是至关重要的，可惜大多数人缺乏相应的知识和技能。在学习溺水救援知识时，我们需要了解触电溺水、溺水窒息、游泳溺水等不同类型的救援方法和技巧，不能心存侥幸，认为自己不会遭遇溺水事故，而忽略了预防和防范的重要性。

第三段：提高意识与技能。

除了掌握基本的溺水安全知识外，我们还需要通过实际训练，提高自己的意识和技能。通过参加模拟训练、实际救援、应急演练等各种活动，可以让我们更加熟悉和掌握各种不同的救援技能，理解危险的性质和流向规律，从而在面对危险时迅速做出反应，提高自我保护和自救的能力。

第四段：重视安全意识教育。

对于学校和家庭而言，应该生动有趣地教育学生对于安全意识的重视。学生们平时可以通过听取经验教训、观看安全宣传视频、亲身体验等方式进行知识积累，增加自己对于危险的认识和预测能力，同时也提高了自己在遭遇危险时的应对能力。只有了解了安全规则和知识，学生们才能更好地做好自我保护，降低危险发生的概率。

第五段：践行安全意识，保护自己。

最后，我们还要时刻践行安全意识，努力保护自己。在生活、学习、游玩等各种场合下，都要坚持养成良好的生活习惯和行为规范。比如在游泳、漂流等活动中，严格遵守安全规则、注意随时保持警惕、远离危险区域、拒绝冒险和追求刺激等违反安全规定的行为，以避免发生意外事故。

总之，作为一个普通学生，自救是我们首要需要面对的任务。在面对危险时，要冷静、果断，拥有正确的自救意识和技能，才能有效减少溺水事故的发生，保护好自己和他人。

**防溺水安全教育心得体会篇七**

在星期五的下午，我们班xxx的爸爸带着蓝天救援队的团队来到了六二班，我们十分荣幸，能够请到蓝天救援队来给我们上一堂安全课。

首先，查老师安排我们井然有序的先到多媒体去安静等待蓝天救援队的来到。过了几分钟，门外进来了几个高大威猛穿着标志性的蓝色衣服的\'为人民服务者，同学们看见了都不约而同地拍起了巴掌。

xxx爸爸用他幽默的话语给我们讲起了课，我从xxx爸爸的课中，受益匪浅，他们蓝天救援队的精神是：少说多做，无私奉献，传播正能量，而它代表的中文意思是：天灵灵地灵灵救救我吧。xxx爸爸也给我们讲述了一个真实的故事：一位老奶奶与孙女再过河堤的时候，一不小心被浪冲走了，在蓝天救援队三天三夜的寻找下，在下游只找到了老奶奶的尸体，孙女的至今都没有找到。这个真实故事告诉了我们要多掌握安全知识，以备不时之需，生命最重要。

夏天就要到了，我们一定都会按捺不住内心游泳的欲望，但很多儿童都因为偷偷游泳而溺水身亡，xxx爸爸告诉了我们游泳的要求：

1.只有在大人的陪伴下，才能去游泳；

2.要知道安全措施，以防溺水；

3.溺水了，要大声呼叫大人；

4.在没有大人的情况下，安排一个人去找大人，如有电话，先打110，5.在没有来到的时候，我们可以利用身边的物品，去救助同伴。

7.救人时千万不能几个人手牵手进行施救，不然的话，自己也会落水的；

8.可以开船前去施救，小朋友不能独自去开船救人，只有经过专业训练的大人才可以；

9.救援时，还可以用衣服把落水者拉上来。

以上几点就是在夏天的时候要注意的。时间已经从表演与讲述中悄悄地逃走了。

时间虽然如流水般匆匆流去，但短短一节安全课，使我受益匪浅:既让我明白了学习防溺水，安全伴我行的方法；又让我体会到了蓝天救援队的战士们的无私奉献，默默无闻！

**防溺水安全教育心得体会篇八**

没有健康，就不会有奇迹，没有安全，祖国也会少一份希望。自从我看了《关爱生命，预防溺水》这个节目以后，使我受益匪浅，每一个孩子，有可能是以后奥运会的世界冠军，有可能是一位鼎鼎有名的文学家，也有可能是一位国之栋梁。可如果没了安全，祖国和社会的希望就将会受到大大的`损失，科技发展将会缓慢，所以，每一个人都要拥有安全。

《关爱生命，预防溺水》这个节目播出以后，告诉了我许多关于预防溺水的安全知识，也警告了各位热爱游泳调皮活泼的孩子不能在不安全或不熟悉的情况下游泳，各位不会游泳的小孩们也一定要尽快学习可以预防意外。

在炎热的夏天，骄阳似火，如火如丹，每一个小孩都想去游泳，可却也是溺水发生最多的时候，所以，要去游泳的话，必须要在大人的陪同下，一定要注意安全，尤其是一些淘气的小孩子，他们总是会有一点逞强，说自己不用救生圈，不用做热身，有的甚至用一只手游泳，结果在游泳的过程中抽筋，造成了不可估量的危险，不能在不熟悉，不知水情的地方游泳，以免造成不可预料的危险，所以每一个人都需要记住这些防溺水的知识，可真是名不虚传，对人可有效了呢！

**防溺水安全教育心得体会篇九**

记得那是去年的一个夏天，我和同伴又跟往常一样来到河边，“扑哧”一声双脚一跃就跳入了水中，在尽情的享受了河水的清凉和惬意之后，我们开始游上河岸。已经上岸的我，忽然发现仍然没上岸的同伴在水中扑腾、挣扎着，身体在往水中下沉。事情紧急，我来不及多想，“啪”的一声就跃入了水中，直接游向同伴，当我还没弄清楚怎么回事时，她已经爬在了我的背上，双手死死的掐住了我的脖子，使我不仅出气不得，身体还被她压得一个劲的直往下沉，口中还不停的直呛水，折腾了几番之后，马上我就被弄得精疲力尽，我意识到自己的生命受到了威胁，情急之下，我连忙使劲摔开她的手，赶紧游上了岸。我不敢再下河去拉她，看着她在河中挣扎，惊慌失措的我拾起身后菜地里的一根豆角芊就伸向了她，这才把她拉上了岸。半天，两人吓得什么话也没有说，好久了，她才告诉我这场危险是由于她突然小腿抽筋引起的。

事情虽然过去这么久了，可我仍然觉得心有余悸，不敢随随便便的下河游泳。经过这次溺水事件之后，我从中积累了许多经验和教训，我真想告诉所有喜欢下河游泳的人，当有人溺水需要求救时，我们不能冒然下水营救，我们应该知道：出于一个人求生的本能，溺水者往往会在惊慌失措之中死死抓住一切能够抓住的东西，包括施救者，使我们也有可能落于危险之中。这时，需要我们正确的\'估计自己的营救能力，如果两者的力量悬殊，我们可以一边呼救，一边下水救人。如果我们自身的营救条件不足，下水营救只会多赔上一条性命，这时，我们要学会立即大声呼救，同时要寻找身边或周围一切可能救助的工具，例如救生圈、竹竿、木板等物品，并把它们抛或递给溺水者，帮助其上岸。以工具救人不仅能将我们的危险系数降到最低，还能使溺水者获得更多求生的机会。如果在万不得已的情况之下，需要我们直接下水去救人，我们最好是等到对方挣扎无力之后再进行施救，并且救人时不应正面接触对方，如对方失去意识，应游至对方背后将其手臂反转拖带出水面，再进行施救。

**防溺水安全教育心得体会篇十**

水是温顺的，我们可以用它来救活干旱的庄稼；我们可以用它来帮助小树苗长得挺拔茁壮；我们可以把它放进不同形状的瓶子里，它就会变成不同的形状……水也是凶残的，它能引发山洪暴发，它能摧毁房屋，更可怕的是它能吞噬一个又一个无辜鲜活的生命，使一个又一个原本温馨、幸福的家庭承受着巨大的伤痛。

在酷热的假日里，人们最想去的就是到既省钱又舒服的江河湖海这些“野游泳场”里游泳。就在人们游得得意忘形的时候，死神也悄然来临了，助纣为虐的水就会毫不留情地帮助死神夺走“不小心”的人。听说我县经常发生溺水事件，溺水已成为重要的“生命杀手”。今年到7月8日，我县已有8人溺水身亡。如今年6月24日，一个家住腊口镇的10岁二年级的男童小刘平时都回家吃饭，这一天却在学校吃营养餐。吃完后穿着泳裤来到瓯江下水玩耍。正当大家戏水高兴的时候，小刘一不小心到江中回不了岸。人们都很想救他，可是离他太远了，只能眼睁睁地看着他被水无情地吞噬了。男童留下的只是给亲人带来巨大的伤痛，给家庭和学校造成无法弥补的损失。

每个人的生命只有一次，我们要珍惜这一次机会，养成预防溺水的良好习惯，千万不要拿自己的生命开玩笑。

防溺水安全教育心得体会(八)暑假是一段欢乐的时光，在暑假中可以尽情地放松；但它也是一段隐患重重的危险期，有许多安全问题需要防备。通过观看安全教育视频，可以有效减低事故发生的几率。

我认为，许多事故的发生，包括在视频中所展示的一些案例，刚开始都是因为疏忽，而后期处理事故的方法又不得当，才会酿成悲剧。比如，如果有人落水，不应盲目施救，而是先观察地形，如果水流太复杂就不应该直接下水。落水者也应该利用地形地物自救，而不能光指望别人。当灾难发生时，首先不能惊慌失措，保持冷静，然后可以设法呼救或自救。这些视频教会观看者时刻注意提防身边的隐患，做到防患于未然。玩是可以的，但不能玩得忘乎所以，玩时也要注意安全，时刻把安全放在心上，这样灾难发生时，才能有效地保护自己。

看完视频，我对安全教育的.意义又有了更深的感触。想起那场死伤无数的5.12汶川大地震，不正是因为人们安全和自救意识的薄弱，才导致如此之大的伤亡吗?安全教育应该落实到生活的方方面面，培养、提高每一个人的应急能力，这样，当类似的事故卷土重来时，我们可以从容应对，将损失控制在最低范围内。

在我看来，注意安全，就是珍惜生命；没有安全，生命得不到保障，何谈明天的幸福?注意生命安全，生活就能焕发出更绚丽的光彩!

**防溺水安全教育心得体会篇十一**

每年假期溺水事件是学生非正常死亡的主要原因，为确保学生的生命安全，严防因游泳戏水带来的意外事故的发生，我园学生和家长相互配合，对孩子进行防溺水教育，提高幼儿防溺水的知识，杜绝事故的发生。

一、预防孩子溺水的措施。

1、从网络，书籍、图片、光碟等收集“溺水”事件的案例，震撼孩子的心灵，增强孩子的安全和自我防护意识。

2、教育孩子不独自一人外出，更不能到池塘、水库、水沟边等地方嬉戏，不独子结伴私自去河边游泳，当同伴发生溺水险情时，及时向附近的大人求救，不得自行救助。

3、节假日、双休日期间，加强对孩子的监管，不随意离开孩子，教育孩子在大人的视线范围内活动。

4、孩子游泳时，要有家长或成人陪同，否则禁止外出游泳。

5、教育孩子在游泳时不要贸然跳水，更不能互相打闹，以免发生呛水或溺水事件；不带孩子在不熟悉的水域游泳、嬉戏、游玩。

二、教孩子学会溺水时的自救方法。

1、不要慌张，发现周围有人时立即呼救；

2、放松全身，让身体飘浮在水面上，用脚踢水，防止体力丧失，等待救援。

3、身体下沉时可将手掌向下压；

4、如果在水中抽筋又无法靠岸，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。

三、现场抢救溺水者的方法。

3、进行口对口人工呼吸及心脏按摩；尽快联系急救中心或送溺水者去医院；

4、在施救时预防眼外伤。

安全工作无小事，千忙万忙，对孩子的安全教育不能忘，我园牢固树立“安全第一”的思想，对孩子的安全多一份关注，为孩子筑一道安全的防线，让孩子们平安、健康、快乐的成长！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

**防溺水安全教育心得体会篇十二**

xx小学最近开展了一系列的防溺水安全教育活动，我深受启发和教育。

生命是一朵等待开放的花，绽放生命的活力；人生是一首歌，唱出无数人生命的意义。水虽然是生命之源，但也蕴含着无尽的危险，导致人们失去宝贵的生命。

夏天，学生溺水事件频频见诸报端，一个鲜活的生命留给我们，一个血腥的事件再一次敲响了我们防溺水安全的警钟。

水好恐怖，怎么办？其实很简单：

1.尽量不要去河边游泳。

2.游泳前的热身运动有助于防止游泳时下肢抽筋。

3.水温过低，先用浅水冲洗身体，适应水温后再下水游泳。

4.游泳时，用鼻子吸气容易引起窒息。我们尽力通过你的嘴呼吸。

生命无价。人生只能在人生经历中独树一帜。让我们热爱生活，远离所有人。

**防溺水安全教育心得体会篇十三**

xx完小近期开展了防溺水安全教育系列活动，我在此次系列活动中深受启发与教育。

生命，是一朵正待开放的花朵，绽放出生命的活力;生命，是一首歌曲，唱响无数人生命的意义。水虽然是生命之源，但也蕴藏了无尽的危险，使人失去宝贵的生命。

进入夏季，学生溺水事件又频现报端，一个又一个鲜活的生命离我们而去，一个又一个血淋淋的事件再次为我们敲响了防溺水安全的警钟。据统计，我国每年约有14460名小学生在各种事故中死亡，大约每月死亡1200多人;每天死亡39人。其中，溺水身亡人数居死亡人数之首，占全部死亡人数的70%。

纵观一次次溺水事件的发生，我们不难发现，这里面既有防溺水设施的缺位、漏位，也有遇溺大学生对防溺水知识的缺泛。特别是紧急情况下自我保护和救生手段的缺失。

水是那么恐怖，我们应当怎么办呢?其实很简单：

1、尽量不要去江边游泳，严格做到“六个一”，如果要去，必须有水性好的大人陪同。

2、游泳下水前做暖身运动有助于预防游泳时下肢抽筋。

3、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。

4、游泳时用鼻子吸气容易引起呛水，我们尽量用嘴呼吸。

珍惜生命，珍惜生活。生命是无价之宝，生命，只能在人生的经历中独一无二，让我们热爱生命，让溺水远离大家吧!

**防溺水安全教育心得体会篇十四**

炎热的暑假快到了，同学们都想找个凉快的地方去避暑，有些同学就想到水库或溪边去游泳，可是有些同学却不知晓水有多深，就冒昧的下去游泳。但游泳是有肯定的危险性，每年夏季，不知有多少人由于游泳而失去了鲜活的生命。所以告诫大伙：没成年人的陪护千万不要去游泳。

我过去听姥姥给我说过如此一个故事：在他小的时候，家非常穷，没电风扇更别提什么空调了，呆在家嫌热，有一天中午，他就和小伙伴们一块趁家人午休的时间偷偷溜到河边玩耍，小朋友们看到清清的河水非常高兴，就开始玩起了打水仗，玩了一会儿，他们就想去游泳，其中有个十一二岁的大哥哥带头先下了水，于是别的小朋友也跟着一个个下去游泳了，在水里你追我赶，玩的可高兴了。可是有些小朋友根本就不会游泳，快天黑了，小朋友尽兴的回家了，到了吃晚饭的时间，隔壁邻居家的阿姨找不到自己家的女儿了，我心想坏了，是否刚才在水塘游泳还没有回来，于是我就和他们一块去找，刚到河边就看到了他的衣服还在岸边，可是左找右找就是看不到人影，大伙都慌了，连忙找来各种工具进行打捞，几个小时过去了，最后终于在一处水流湍急的石缝边找到了，可是他已经停止了呼吸，永远的离开了大家。

这个故事给了我深刻的教训，在这里，我提醒大伙：游泳必须要有家长看护，不会游泳的最好不要下水，即便游泳也应在有安全保障区的游泳区内进行，严禁在非游泳区内游泳。如此大家的生命才有安全保障。

为了预防溺水，大家应该做到：不适合在太凉太深的水库或鱼塘游泳，如感觉水温与体温相差较大，慢慢入水，日渐适应，可以在水中玩游戏，但不可以搞恶作剧。在露天游泳池遇见雷雨天气时，应立刻上岸，到安全的地方躲避，以免发业务外。

同学们必须要记住血的教训，预防溺水、珍惜生命。

**防溺水安全教育心得体会篇十五**

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。

**防溺水安全教育心得体会篇十六**

（精选55篇）湖水清凉、酷暑难耐。每逢这个季节，人们都忍不住想到沟渠、江河、湖海中去畅游一番。然而，就在江河、湖畔给人们带来欢快、娱乐之际，却也隐藏着许多我们看不见的危险，这突然而至的危险，会使疏于防患的我们后悔、悲痛一辈子。

记得那是去年的一个夏天，我和同伴又跟往常一样来到河边，“扑哧”一声双脚一跃就跳入了水中，在尽情的享受了河水的清凉和惬意之后，我们开始游上河岸。已经上岸的我，忽然发现仍然没上岸的同伴在水中扑腾、挣扎着，身体在往水中下沉。事情紧急，我来不及多想，“啪”的一声就跃入了水中，直接游向同伴，当我还没弄清楚怎么回事时，她已经爬在了我的背上，双手死死的掐住了我的脖子，使我不仅出气不得，身体还被她压得一个劲的直往下沉，口中还不停的直呛水，折腾了几番之后，马上我就被弄得精疲力尽，我意识到自己的生命受到了威胁，情急之下，我连忙使劲摔开她的手，赶紧游上了岸。我不敢再下河去拉她，看着她在河中挣扎，惊慌失措的我拾起身后菜地里的一根豆角芊就伸向了她，这才把她拉上了岸。半天，两人吓得什么话也没有说，好久了，她才告诉我这场危险是由于她突然小腿抽筋引起的。

事情虽然过去这么久了，可我仍然觉得心有余悸，不敢随随便便的下河游泳。经过这次溺水事件之后，我从中积累了许多经验和教训，我真想告诉所有喜欢下河游泳的人，当有人溺水需要求救时，我们不能冒然下水营救，我们应该知道：出于一个人求生的本能，溺水者往往会在惊慌失措之中死死抓住一切能够抓住的东西，包括施救者，使我们也有可能落于危险之中。这时，需要我们正确的估计自己的营救能力，如果两者的力量悬殊，我们可以一边呼救，一边下水救人。如果我们自身的营救条件不足，下水营救只会多赔上一条性命，这时，我们要学会立即大声呼救，同时要寻找身边或周围一切可能救助的工具，例如救生圈、竹竿、木板等物品，并把它们抛或递给溺水者，帮助其上岸。以工具救人不仅能将我们的危险系数降到最低，还能使溺水者获得更多求生的机会。如果在万不得已的情况之下，需要我们直接下水去救人，我们最好是等到对方挣扎无力之后再进行施救，并且救人时不应正面接触对方，如对方失去意识，应游至对方背后将其手臂反转拖带出水面，再进行施救。

定要记住：“我防溺水有高招，大人陪伴第一招；游前热身第二招，伸手踢腿弯弯腰，预备动作不可少；解除抽筋第三招，赶紧上岸很重要，喝补糖水解疲劳。防溺措施要知道，不可逞能不骄傲，安全二字要记牢，远离危险平安好。”随着夏季的到来，湾甸坝的天气一天比一天热了，防溺水成了幼儿园安全工作的重中之重，为了提高幼儿的安全防范意识，增强家长对防溺水知识的重视，湾甸乡中心幼儿园开展了防溺水安全教育活动。

班级内开展了主题班会，老师们以观看溺水视频、图片、讲故事等多种形式对孩子进行教育，让孩子做到六不一会。小朋友通过老师的讲解基本掌握了防溺水的相关知识。

对家长进行幼儿防溺水知识的传授，家长是幼儿的监护人。通过层层签订承诺书让家长明确监护人应尽的义务和职责。承诺书的签订率达到了100%。

大一班郭继超小朋友在国旗下进行了珍爱生命，预防溺水为主题的讲话，生动形象地告诉小朋友防溺水的重要性。讲话结束后值周教师进行小结，丰富了全园老师和小朋友们在日常生活中预防溺水的知识。

教育是安全的前提，安全是教育的目的。我园将始终坚持把幼儿的`安全教育工作放在首位。当然，安全工作是一项长期性的工作，仅仅靠一两次活动是远远不够的，从小事抓起，坚持不懈、长此以往地抓下去，杜绝溺水事故的发生。

每年假期溺水事件是学生非正常死亡的主要原因，为确保学生的生命安全，严防因游泳戏水带来的意外事故的发生，我园学生和家长相互配合，对孩子进行防溺水教育，提高幼儿防溺水的知识，杜绝事故的发生一、预防孩子溺水的措施：

1、从网络，书籍、图片、光碟等收集“溺水”事件的案例，震撼孩子的心灵，增强孩子的安全和自我防护意识。

2、教育孩子不独自一人外出，更不能到池塘、水库、水沟边等地方嬉戏，不独子结伴私自去河边游泳，当同伴发生溺水险情时，及时向附近的大人求救，不得自行救助。

3、节假日、双休日期间，加强对孩子的监管，不随意离开孩子，教育孩子在大人的视线范围内活动。

4、孩子游泳时，要有家长或成人陪同，否则禁止外出游泳。

5、教育孩子在游泳时不要贸然跳水，更不能互相打闹，以免发生呛水或溺水事件；不带孩子在不熟悉的水域游泳、嬉戏、游玩。

二、教孩子学会溺水时的自救方法：

1、不要慌张，发现周围有人时立即呼救；2、放松全身，让身体飘浮在水面上，用脚踢水，防止体力丧失，等待救援。

3、身体下沉时可将手掌向下压；4、如果在水中抽筋又无法靠岸，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。

三、

现场抢救溺水者的方法：

1、迅速清除口鼻中的污泥、杂草及分泌物，保持呼吸道通畅，并拉出舌头，以避免堵塞呼吸道；2、将溺水者举起，使其俯卧在救护者肩上，腹部紧贴救护者肩部，头角下垂，以使呼吸道内积水自然流出。但不要因为控水而耽误了进行心肺复苏的时间；3、进行口对口人工呼吸及心脏按摩；尽快联系急救中心或送溺水者去医院；4、在施救时预防眼外伤。

安全工作无小事，千忙万忙，对孩子的安全教育不能忘，我园牢固树立“安全第一”的思想，对孩子的安全多一份关注，为孩子筑一道安全的防线，让孩子们平安、健康、快乐的成长！随着气温的逐渐升高，为全面贯彻安全工作预防为主的方针，增强师幼安全意识，提高安全防范能力，预防溺水事故的发生，4月17日，秀屿区笏石中心幼儿园开展了一系列防溺水安全教育活动。

接着，各班教师结合溺水案例、防溺水安全教育图片，通过有趣的故事，运用形象生动的肢体语言让幼儿形象直观的了解溺水的相关安全常识，增强幼儿自我防护意识和能力。

3、宣传最后，向每一位幼儿家长或监护人发放《防溺水家长告知书》，告知他们必须肩负起监护人的责任和义务，加强对幼儿的安全监管。

据悉，该园将把安全教育作为一项常规工作常抓不懈，让幼儿园的安全教育做到经常化、活动化、有效化，确保安全。

今天，老师带领我们观看关于安全的教育片，我们看得津津有味。我知道了许多关于安全的小常识，也明白了生命可贵，我们应当好好呵护。

我们先观看关于溺水的片段，让我们受益匪浅。这个片段讲的是两个小女孩，她们在湖边看到了有一个小男孩溺水了，她们用正确的方法救了小男孩。看到这里我心想：溺水现象的发生大多数都是因为青少年不知水的深浅，直接跑去水库或湖边游泳，才造成的。所以我们千万不能去这种地方游泳。这样是非常危险的。

我还看到了一个镜头：一个男孩子准备下水游泳，朋友奉劝他别下去，可他根本听不进去，还自信满满地说自己会游泳。于是就下去了，一开始还游得挺成功，可到后来，他到湖中心游泳，没想到河中心水很深，他快沉入水中，他再水中挣扎着，那一刻，令人心惊胆寒，他真是拿生命开玩笑！看到这一刻，我真是为他捏了一把汗，好可怕！幸好他的朋友救了他，要不然他就会淹死的。“珍爱生命，谨防溺水。”这一句话到处可见，可又有哪个人把这句话牢牢记在心中。生命只有一次，生命是珍贵的，更是脆弱的！如果我们不好好爱惜，那就是浪费生命。世界上有很多人因为游泳溺水，他们在要去游泳的时候怎么不想想，这样的区域游泳安全吗？不要只顾着一时的痛快而忘乎所以，在炎热的夏天，哪怕一分一秒，都要提高警惕！同学们，珍爱生命吧！它只有一次，不要在危险的地方游泳，随时你都可能失去生命，安全小常识一定要牢记，这样，我们每天才会过着安全、幸福、安康的生活！

**防溺水安全教育心得体会篇十七**

湖水清凉、酷暑难耐。每逢这个季节，人们都忍不住想到沟渠、江河、湖海中去畅游一番。然而，就在江河、湖畔给人们带来欢快、娱乐之际，却也隐藏着许多我们看不见的危险，这突然而至的危险，会使疏于防患的我们后悔、悲痛一辈子。

记得那是去年的一个夏天，我和同伴又跟往常一样来到河边，“扑哧”一声双脚一跃就跳入了水中，在尽情的享受了河水的清凉和惬意之后，我们开始游上河岸。已经上岸的我，忽然发现仍然没上岸的同伴在水中扑腾、挣扎着，身体在往水中下沉。事情紧急，我来不及多想，“啪”的一声就跃入了水中，直接游向同伴，当我还没弄清楚怎么回事时，她已经爬在了我的背上，双手死死的掐住了我的脖子，使我不仅出气不得，身体还被她压得一个劲的直往下沉，口中还不停的直呛水，折腾了几番之后，马上我就被弄得精疲力尽，我意识到自己的生命受到了威胁，情急之下，我连忙使劲摔开她的手，赶紧游上了岸。我不敢再下河去拉她，看着她在河中挣扎，惊慌失措的我拾起身后菜地里的一根豆角芊就伸向了她，这才把她拉上了岸。半天，两人吓得什么话也没有说，好久了，她才告诉我这场危险是由于她突然小腿抽筋引起的`。

事情虽然过去这么久了，可我仍然觉得心有余悸，不敢随随便便的下河游泳。经过这次溺水事件之后，我从中积累了许多经验和教训，我真想告诉所有喜欢下河游泳的人，当有人溺水需要求救时，我们不能冒然下水营救，我们应该知道：出于一个人求生的本能，溺水者往往会在惊慌失措之中死死抓住一切能够抓住的东西，包括施救者，使我们也有可能落于危险之中。这时，需要我们正确的估计自己的营救能力，如果两者的力量悬殊，我们可以一边呼救，一边下水救人。如果我们自身的营救条件不足，下水营救只会多赔上一条性命，这时，我们要学会立即大声呼救，同时要寻找身边或周围一切可能救助的工具，例如救生圈、竹竿、木板等物品，并把它们抛或递给溺水者，帮助其上岸。以工具救人不仅能将我们的危险系数降到最低，还能使溺水者获得更多求生的机会。如果在万不得已的情况之下，需要我们直接下水去救人，我们最好是等到对方挣扎无力之后再进行施救，并且救人时不应正面接触对方，如对方失去意识，应游至对方背后将其手臂反转拖带出水面，再进行施救。

生活之中，我们常常会遭遇到许多不备而至的危险，如果我们能够多学习和多掌握一些自救或防灾、减灾的知识和本领，我想当我们在面对灾难之时，我们就不会那么的惊慌失策、手足无措了。人的生命是宝贵的！属于人的生命只有一次，关爱生命就应该从我做起，从防患做起！那么请你、请我们最亲爱的同学一定要记住：“我防溺水有高招，大人陪伴第一招；游前热身第二招，伸手踢腿弯弯腰，预备动作不可少；解除抽筋第三招，赶紧上岸很重要，喝补糖水解疲劳。防溺措施要知道，不可逞能不骄傲，安全二字要记牢，远离危险平安好。”

生命是宝贵的，每个人都只有一次我们要提高安全意识，防患于未然。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找