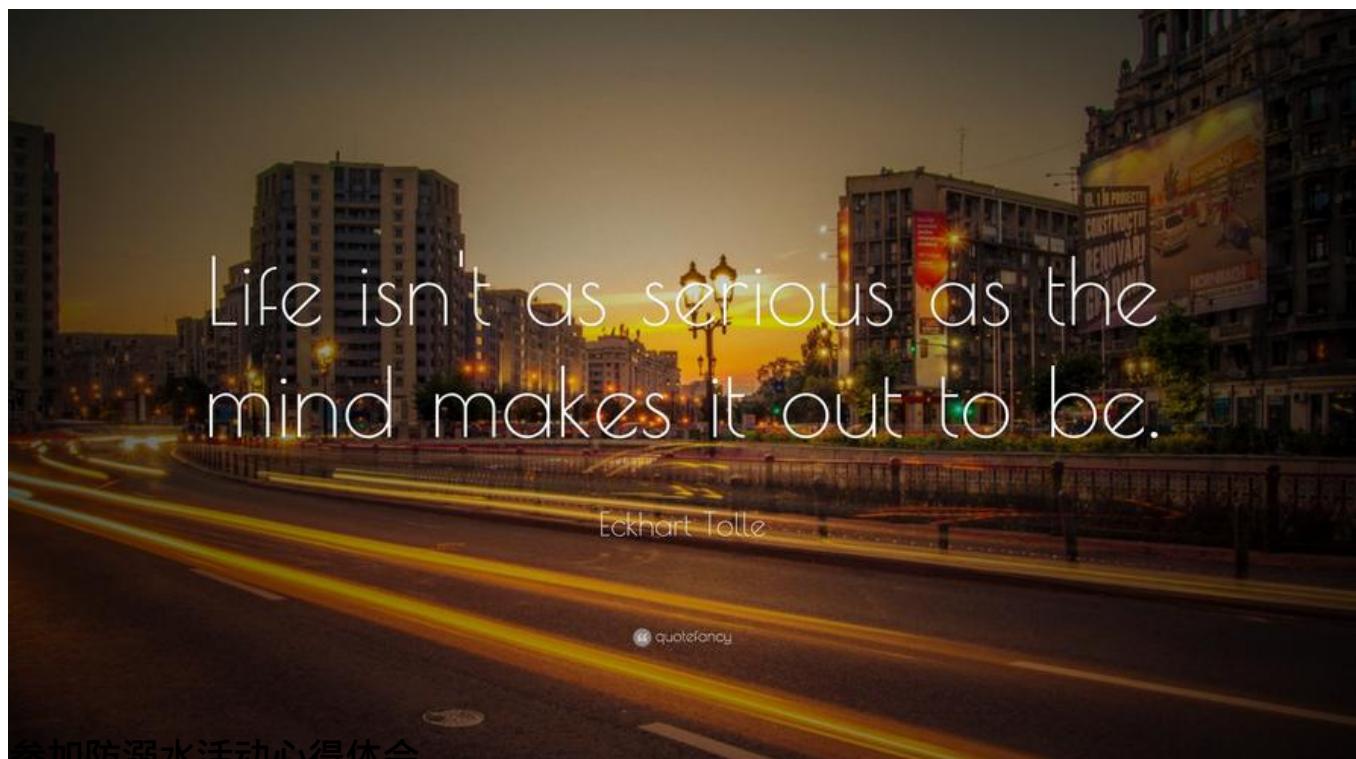


参加防溺水活动心得体会

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/1692683710623104.html>

范文网，为你加油喝彩！



参加防溺水活动心得体会

参加防溺水活动心得体会

我们从一些事情上得到感悟后，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。那么心得体会到底应该怎么写呢？下面是收集整理的参加防溺水活动心得体会，仅供参考，希望能够帮助到大家。

参加防溺水活动心得体会1

随着暑假的到来，越来越多的学生都选择了游泳，来作为自己暑假里的娱乐方式，这本是非常好的，可是，却有很多人，没有到正规的地方游泳，甚至去池塘，河流等危险的地方游泳。而这样轻率的行为往往都会导致溺水事故的发生，并非是因为学校的安全教育工作有什么做的不到位的地方，实在是因为这些学生都带有一定侥幸心理的缘故。

根据统计可以得知目前全国每年有x万名中学生非正常死亡，溺水和交通事故死亡居前两名。这说明了溺水事故对我们学生过得威胁性是非常大的，如果现在不能够引起足够的重视的话，很有可能在将来的生活中因此而吃大亏。

江河湖泊往往装出一副平静、温柔的样子，让人忽视了温柔的背后是多深的地狱。有多少人落入了这无底的漩涡、这可怕的魔爪。身边，也许这些沉重的画面时常可见，就在我们身边，悲剧正在上演着。当你看见朋友要私自去河里游泳时，你会阻拦吗？当你看见有人在水中挣扎时，你会张皇失措吗？当你在没有家长陪同，有炎热难耐时，你还会任性的往水中跳吗？

一些学生因为逞强好胜，不知水深，潜入水中，还做出各种各样的姿势，导致体力不支。碰到这种情况的学生，有的被救了，但另外的学生呢，则再也无法重新开始了。这难道是天意吗？难道活下来只能靠运气吗？离去的学生或许很后悔，但再也来不及改正了，只留下在世的亲人悲痛不已；死里逃生的学生，带着侥幸心理，但恐怕再也没有第二次了吧；对于那些从没有遇到过这件事的人，趁来得及，更加珍惜自己的生命。溺水时可以避免的，只是学生缺乏“游泳安全”的意识以及防溺水知识。身边的河流只便于用来欣赏，享受游泳的乐趣还是留给那些有经验和准备的人吧，他们总是预料到一些可能发生的事情，准备好应对的方法。

在不知水深的情况下，绝对不可以以身试险；在有障碍物或有漩涡的激流中，也不可以轻易下水。游泳之前一定要做好安全措施，如救生圈，必须要有懂水性的家长陪同，还要做一些准备活动，否则有可能会导致头晕、恶心、心慌等不适应的现象。若在水中大腿抽筋，应立即上岸，在无人时，也要学会自救的方法：先吸一口气，仰浮在水上，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，帮助抽筋的腿伸直。

生活中世事难料，我们要好好把握自己的生命，对自己的生命负责，不能因为一时大意而让自己身处险境。看着身边一个个生命就这样在世界上消失，请记住这一个个教训。

预防溺水，珍爱生命，希望我们每个人都能够重视这些问题，不要为了一时的快乐，而让自己的生命陷入危险之中。

参加防溺水活动心得体会2

今天的语文课上老师给我们看了一组关于防溺水知识的***片和视频，看了那些触目惊心的***片，同学们都感慨万分。那些揪心的画面，悲痛欲绝的哭泣声，萦绕在我的耳边，使我的心情久久不能平静。

在炎炎夏日，清凉的河水会诱惑很多的同学去痛快的洗个澡。可是同学们你们知道吗？看似平静温柔的水面却暗藏杀机。那淙淙的河水诱惑着你，当你跳下去的时候，却又张开血盆大口准备把你吞掉。如果你就这样悄无声息的走了，有没有想过你们的父母？

俗话说的好“不怕一万，就怕万一”。在前几年，在我们村里就发生了一件令人悲伤的事。一群孩子在无防护措施，没人看管的情况下下河游泳。

突然一个孩子，慢慢的沉下去，当岸上的孩子找来大人施救的时候，那个孩子已经奄奄一息了。不管怎么摇动，怎么做人工呼吸，孩子就是不醒。孩子的父母伤心欲绝，在一旁的我忍不住哭了。

这不是天灾！是人祸！是他们自己缺乏安全知识，最终造成了不可挽回的惨痛。

同学们，有时候危险总在我们不经意的时候发生，所以酿成了一个个惨不忍睹的事件。现在处于青春期的我们，有无比美好的未来。

所以我们必须珍惜自己的生命，认真听老师和父母的教诲，减少悲剧的发生。我们不愿意看到一个个的生命被无情的流水带去，我们更不愿意看到那悲痛欲绝的一幕幕。

同学们，让我们行动起来：珍爱生命！让我们的世界充满欢笑！

参加防溺水活动心得体会3

夏天到了，喜欢游泳的小朋友们又可以开开心心地游泳了，但总有一个词刺激着我们的神经，那就是溺水事故。

今年新沁河桥附近，有几名学生去沁河边玩耍，其中一名女生不慎落水，三名男生见状相救，结果都掉进了河里，造成一女三男溺水。在电视上，当看到他们的父母号啕大哭、悲痛欲绝的神情时，我也深深地替他们感到痛心、难过。

安全问题老师常讲、家长常说，可有的人总是不以为然，觉得这样的事故离自己太遥远。其实，在我们身边类似的事故曾不止一次地发生：城区水口街道老津老街一鱼塘发生一起溺水事故，造成4名小学生死亡；有的地方一天发生两起小孩溺水事故；更悲剧的是某地3个同胞兄妹在村口池塘旁边玩耍时溺水身亡。

每到夏季，这样的悲剧时有发生，如果不及时预防，增强安全防范意识，悲剧还会继续发生。不过，我认为，酿成这样惨祸的罪魁祸首还是他们自己没有紧绷安全这根弦。进入夏季，他们没有把“防溺水”放在心上，只***一时痛快，等灾难来临追悔莫及，在自己失去生命的同时，也给家人造成了重大伤害。

在这里，我要呼吁大家：生命只有一次，一定要珍惜。为了爱我们和我们爱的人，请远离威胁我们生命的水池、河流吧，不要让它们吞噬了我们的生命！

参加防溺水活动心得体会4

河像一条玉带从我们村庄绕过，河岸上堤脚边有几棵硕大的樟树。每逢夏季，人们便在这里洗澡、乘凉。村里的孩子们更是把这里当成他们嬉戏游玩的乐园。但……白塔河演绎着生活的欢乐，但也见证了生命的消失。

那是暑假的一天中午，我们小区的几个老人玩着麻将。我正坐在一旁仰望着天空。几个小孩慌慌张张地跑来，“不好了，雨熙跌进水里了。”当大人们拿着网、扛着竹排把两个小孩捞上来的时候，小A和小B已经奄奄一息，无论怎样做人工呼吸，还是扑放在牛背上，都无济于事。懊恼声、叹息声、哭声响成一片。雨熙是个好学生，是她爸爸妈妈的骄傲，可她才9岁，连世俗都还未看破的一个小女孩，那条河无情地结束了她的生命。人们只能从两人慌张的姿态，想象水中挣扎的情景。

假如，做爷爷的不带孩子到河里游泳，也许孩子就不会因好奇而下水；假如河里没有挖机，也许河水就不至于很深；假如把孩子看紧一点，也许孩子就没有机会外出……唉！生命又哪里有假如。河水是我们的生命之源，她有时是温柔平静的，有时又是刚烈澎湃的；有时是清澈见底的，有时又是深不可测的。为了不再使我们美丽的江河蒙受不白之冤，请我们珍爱生命，谨防溺水吧！

水充满呼吸道和肺泡引起缺氧窒息；吸收到血液循环的水引起血液渗透压改变、电解质紊乱和组织损害；最后造成呼吸停止和心脏停搏而死亡。

参加防溺水活动心得体会5

今天的语文课上老师给我们看了一组关于防溺水知识的***片和视频，看了那些触目惊心的***片，同学们都感慨万分。那些揪心的画面，悲痛欲绝的哭泣声，萦绕在我的耳边，使我的心情久久不能平静。

在炎炎夏日，清凉的河水会诱惑很多的同学去痛快的洗个澡。可是同学们你们知道吗？看似平静温柔的水面却暗藏杀机。那淙淙的河水诱惑着你，当你跳下去的时候，却又张开血盆大口准备把你吞掉。如果你就这样悄无声息的走了，有没有想过你们的父母？

俗话说的好“不怕一万，就怕万一”。在前几年，在我们村里就发生了一件令人悲伤的事。一群孩子在无防护措施，没人看管的情况下下河游泳。

突然一个孩子，慢慢的沉下去，当岸上的孩子找来大人施救的时候，那个孩子已经奄奄一息了。不管怎么摇动，怎么做人工呼吸，孩子就是不醒。孩子的父母伤心欲绝，在一旁的我忍不住哭了。

这不是天灾！是人祸！是他们自己缺乏安全知识，最终造成了不可挽回的惨痛。

同学们，有时候危险总在我们不经意的时候发生，所以酿成了一个个惨不忍睹的事件。现在处于青春期的我们，有无比美好的未来。

所以我们必须珍惜自己的生命，认真听老师和父母的教诲，减少悲剧的发生。我们不愿意看到一个个的生命被无情的流水带去，我们更不愿意看到那悲痛欲绝的一幕幕。

同学们，让我们行动起来：珍爱生命！让我们的世界充满欢笑！

参加防溺水活动心得体会6

夏天到了，喜欢游泳的小朋友们又可以开开心心地游泳了，但总有一个词刺激着我们的神经，那就是溺水事故。

今年新沁河桥附近，有几名学生去沁河边玩耍，其中一名女生不慎落水，三名男生见状相救，结果都掉进了河里，造成一女三男溺水。在电视上，当看到他们的父母号啕大哭、悲痛欲绝的神情时，我也深深地替他们感到痛心、难过。

安全问题老师常讲、家长常说，可有的人总是不以为然，觉得这样的事故离自己太遥远。其实，

在我们身边类似的事情曾不止一次地发生：城区水口街道老津老街一鱼塘发生一起溺水事故，造成4名小学生死亡；有的地方一天发生两起小孩溺水事故；更悲剧的是某地3个同胞兄妹在村口池塘旁边玩耍时溺水身亡。

每到夏季，这样的悲剧时有发生，如果不及时预防，增强安全防范意识，悲剧还会继续发生。不过，我认为，酿成这样惨祸的罪魁祸首还是他们自己没有紧绷安全这根弦。进入夏季，他们没有把“防溺水”放在心上，只***一时痛快，等灾难来临追悔莫及，在自己失去生命的同时，也给家人造成了重大伤害。

在这里，我要呼吁大家：生命只有一次，一定要珍惜。为了爱我们和我们爱的人，请远离威胁我们生命的水池、河流吧，不要让它们吞噬了我们的生命！

参加防溺水活动心得体会7

召开专题会议，认真落实一岗双责：xx月xx日，学校召开防溺水专题安全工作会，安排部署防溺水工作，明确责任，强化教育。每周学生离校前，学校德育处负责人都要反复强调预防溺水安全的重要性，讲解一些预防溺水相关知识、救护技能与注意事项。让学生懂得一些防溺水的基本常识，特别强调周末、节假日期间和同学们结伴外出游玩的管理，没有家长等监护人的带领不准私自下沟、渠、河等处游泳等规定和要求。

加强宣传力度，营造安全氛围：xx月xx日，德育处主任刘xx作了题为“珍爱生命、预防溺水”的国旗下讲话，训导全体师生要增强安全防范意识，提高自我保护能力。学校制作张贴了防溺水知识宣传栏，教育学生做到“六不”。学校电子屏循环播放“珍爱生命，慎防溺水，远离危险，平安成长”等防溺水安全警示标语，利用校园广播反复宣传《防溺水》知识，举办防溺水专题黑板报和手抄报比赛，此外，各班班主任还利用校讯通、班级Q群、班级微信群等平台向家长及学生发送防溺水安全知识和警示信息。让防溺水安全真正做到入耳、入眼、入心。

签订责任书，家校联手齐抓共管：校历来高度重视防溺水安全教育，今年更是在放寒假期间就组织同学们和家长学习签订了《xx二中防溺水安全承诺书》，要求学生阅读，再带回去给家长阅读，签上名字后交回执联由学校存档。信中希望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，加强对孩子的教育和管理，特别要经常进行防溺水的安全教育。学校还将在xx月xx日组织召开家长会，发放***《致全国中小学生家长的一封信》，进一步加强家校联系，明确责任，共同抓好防溺水安全教育，筑牢安全防护墙。

召开主题班会，开展分析讨论活动：xx月xx各班组织召开了防溺水安全教育主题班会，各班利用班会课时间，播放溺水事故视频，列举具体事例，以近年来发生的中小学生溺水死亡事故的惨痛教训案例，让学生体会亲人失去孩子悲痛欲绝、泣不成声的痛苦，开展分析、讨论活动，进行预防溺水安全警示教育，让学生牢记“六不准”。

宣誓承诺签字，安全牢记心间：xx月xx日，各班利用***训，在班长的带领下，举起右手庄重宣誓：认真学习防溺水安全知识，坚决做到“六不”，我绝不私自下水游泳，我绝不擅自结伴与人游泳……铮铮誓言响彻校园，各班学生在宣誓以后，在防溺水承诺书上签下自己的名字。

活动的顺利开展增强了教师、家长、学生的安全意识，深化了教师一岗双责责任意识，提升了学校和家长的监管意识。

更多 实用文体 请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/93_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发