

防溺水主题班会教案

防溺水主题班会教案

在平凡的学习生活中，大家都知道主题班会吧？主题班会是班主任根据教育、教学要求和班级学生的实际情况确立主题、围绕主题开展的一种班会活动。你都参加过什么类型的主题班会？以下是小编精心整理的防溺水主题班会教案，仅供参考，大家一起来看看吧。

防溺水主题班会教案 篇1

一、活动目标

- 1、懂得预防溺水的相关知识。
- 2、增强安全意识，预防溺水事件发生。
- 3、懂得一些简单的溺水急救知识。

二、活动准备

课件

三、活动过程

(一)谈话引入

宝贝们，现在是什么季节？对，现在是夏季，天气渐渐变的很热了，你们热了怎么办？可是，今年有好几个小朋友因为热就悄悄地去河里、池塘里洗澡，你们想知道他们去洗澡发生了什么事吗？告诉你们，他们下河洗澡被淹死了，他们再也看不到自己的爸爸妈妈了，他们好可怜，老师伤心，他们的爸爸妈妈更伤心。

(二)防溺水教育

我们怎样才能使自己不发生溺水事故呢？我认为应做到以下几点：

- 1、教育幼儿周末、节假日、寒暑假严禁到河边、池塘无盖的水井边戏水、游泳、不能结伴到池塘边玩耍。
- 2、教育幼儿千万不能去玩水，下河游泳。
- 3、我们是幼儿园的小朋友都不会游泳，如果发现有幼儿不慎掉进河里，不能自己下水营救，应大声呼唤成人来相助。

观看课件，师幼共同讨论：

这些小朋友哪里做错了，我们应该怎么做？

说一说：

日常生活中应该怎么防范溺水事故的发生？

不要到水池边、池塘边、井边玩耍，放假期间不要远离父母，不要独自玩耍，在幼儿园里时刻不离开老师的视线，不独自乱跑。

小结：

1、通过这节活动你懂得了什么？

2、人的生命只有一次，我们要保护自己，不能独自到河边、井边、水池边玩耍。必须要大人陪同，遇到危险的事要大声欢呼救。

防溺水主题班会教案 篇2

一、强化教育，不断提高安全防患意识

男：今天的第三个环节是对我们班这个月行为规范最差同学进行评比，请同学们每人拿一张纸写上他们的名字。

溺水者面部青紫、肿胀、双眼充血，口腔、鼻孔和气管充满血性泡沫。肢体冰冷，脉细弱，甚至抽搐或呼吸心跳停止。

在暴雨季节不外出游玩，特别是节假日，避免发生各类师生安全事故：

1、在上学或放学途中突遇暴雨，应及时躲避在安全区域。

2、上学期间，如遇雷暴雨，各班级应及时关好门窗，切断电源。

学校将放学时间延迟，等雨停或雨小以后，学校统一放学。

二、增强防雷防暴雨知识，提高自护自救能力

各学生应多了解防暴雨防雷的知识，突遇暴雨或雷电，应沉着应对，根据不同情况，采取科学的方法，增强自我保护能力。

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。

三、预防雷击的方法如下：

1.室内如何预防雷击：

(1)电视机的室外无线在雷雨天要与电视机脱离，而与接地线连接。

(2)雷雨天气应关好门窗，防止球形雷窜入室内造成危害。

(3)雷暴时，人体最好离开可能传来雷电侵入波的线路和设备 1.5m 以上。也就是说，尽量暂时不用电器，最好拔掉电源插头；不要打电话；

不要靠近室内的金属设备如暖气片。自来水管、下水管;要尽量离开电源线、电话线。广播线,以防止这些线路和设备对人体的二次放电。另外,不要穿潮湿的衣服,不要靠近潮湿的墙壁。

2. 室外如何避免雷击:

(1)为了防止反击事故和跨步电压伤人,要远离建筑物的避雷针及其接地引下线。

(2)要远离高塔。烟囱、旗杆,如有条件应进入有宽大金属构架、有防雷设施的建筑物或金属壳的汽车和船只,但是帆布蓬车和拖拉机、摩托车等在雷电发生时是比较危险的,应尽快离开。

(3)应尽量离开山丘、海滨、河边、池旁;应尽快离开铁丝网、金属晒衣绳。孤独的树木和没有防雷装置的孤立的小建筑等。

(4)雷雨天气尽量不要在旷野里行走。如果有急事需要赶路时,要穿塑料等不进水的雨衣;要走的慢些,步子小点;不要骑在牲畜上或自行车上行走;不要用金属杆的雨伞,不要把带有金属杆的工具如铁锹、锄头扛在肩上。人在遭受雷击前,会突然有头发竖起或皮肤颤动的感觉,这时应立刻躺倒在地,或选择低洼处蹲下,双脚并拢,双臂抱膝,头部下俯,尽量缩小暴露面即可。

(5)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

现在正是天气逐渐转热季节,暑期即将来临,中小学生在溺水伤亡的事故也明显多了起来。据教育部等单位对北京、上海等 10 个省市的调查显示,目前全国每年有 1.6 万名中小学生非正常死亡,平均每天约有 40 多名学生死于溺水、交通或食物中毒等事故,其中溺水和交通仍居意外死亡的前两位。让我们一起来看看 20xx 年的一组溺水事故数据。

四、防溺水安全教育

(一)、预防溺水的措施:

我们出危险，不仅我们自己会难过，家人也会为我们担心。正如《钢铁是怎样炼成的》的作者奥斯特洛夫斯基所说的：“人最宝贵的东西是生命，生命属于我们只有一次。”所以，从现在起，学会保护自己，学会珍惜生命，学会过好生命中的每一刻。

- 1、小学生应在成人带领下游泳，学会游泳；
- 2、不要独自在河边、山塘边玩耍；
- 3、不去非游泳区游泳；
- 4、不会游泳者，不要游到深水区，即使带着救生圈也不安全；
- 5、游泳前要做适当的准备活动，以防抽筋；

同学们，生命的全部意义在于无穷地探索尚未知道的东西，在无穷的探索里，你会看到光辉、灿烂的前景。让我们珍爱生命，防止溺水。祝愿大家今天好，明天会更好！

(二)、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，将头部浮出水面，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、如果在水中突然抽筋，又无法靠岸时，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。

暑假，漫长而又炎热。每次一到暑假，我都会和朋友到少年宫的游泳馆去游泳。但是这个暑假，我却不能去。因为发生了溺水事件。

(三)、发现有人溺水时的救护方法：

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。

特别强调：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。

感谢您的阅读，祝您生活愉快。

防溺水主题班会教案 篇3

一、教学目标：

1、初步了解防溺水安全有关内容，家长要教育自己的孩子提高安全意识。

2、提高安全意识，愿意自觉学习防溺水安全的有关知识，在学习中增强与同学合作交流意识。

3、通过教育使学生自觉改掉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辨别。

教学重、难点：防溺水安全常识

教学过程：

一。谈话导入课题。

生命安全高于一切，父母给“我”的生命只有一次，因此每个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，防溺水安全教育》。

二。学习新知

1、回忆溺水死亡事例。

在其他校园曾经有一些同学因去游泳未经家长同意发生了溺水死亡，我们听到这些溺水事例，不会感到轻松，但我们会感叹、惋惜，一个生命就这样消失了。

2、向家长们宣传防溺水知识

三。严格遵守。

无论在炎热的夏季还是秋季，孩子们们都喜欢游泳，但因为缺少安全常识而溺水死亡，再加上某种因素导致溺水死亡，今年秋季雨水较多，学生喜欢到有水的地方去玩，会引发溺水事故，因此，家长要教育学生严格遵守“四不”。

一不：未经家长、老师不准去。

二不：没有会水性的大人陪同不准去。

三不：有水的地方远离不准去。

四不：不到沟、渠、水库、塘等深水处玩。

四。齐探讨原因。溺水原因主要有以下几种：

- 1、不会水性。
- 2、意外调入水中，窒息死亡。
- 3、在水突发病尤其心脏病。
- 4、盲目游入深水漩涡。

五。救护需知。

未成年人若发现有人溺水，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。

六。家长和老师交流。

家长们，要教育孩子珍爱我们的生命吧！珍爱生命就等于珍爱自己，请举例子说一说怎样注意安全、珍爱生命。

七、总结：

家长们生命只有一次，幸福快乐每一天。希望这堂防溺水安全教育课，使孩子们珍爱生命，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！

防溺水主题班会教案 篇 4

一、教学目标：

1、提高安全意识，愿意自觉去学习溺水安全的有关知识，提高安全意识。

2、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。

3.学习防溺水的一些安全自救知识，培养防范能力。

二、教学重点：

学习防溺水安全的基本知识,培养有关防范力。

三、教学准备：相关资料、“防溺水”安全教育视频

四、教学过程：

（一）导入

同学们，生活中因为车祸、中毒、溺水剥夺了许多宝贵的生命，尤其是溺水最为严重。我们经常会听到一些溺水事故的发生，看到一

些触目惊心、惨不忍睹的灾难在我们身边发生。随着天气转暖，许多同学会去游泳，今天这节课我们就来学习有关溺水和如何预防的知识。

（二）了解案例，明白溺水危害

- 1、老师出示近年来溺死事故实例和数据图例。
- 2、出示溺水事故发生后的几组图片。
- 3、谈看后的体会，明白溺水不仅给自己，也给家人带来巨大的伤害。

（三）讲解溺水知识，明白生命可贵

- 1、溺水发生原因。
- 2、溺水死亡原因及症状。
- 3、观察安全警示牌。

（四）学会方法，自救与救护

1、出示一组关于溺水发生的选择题，靠靠学生的安全知识，激发学习兴趣。

- 2、自救方法。讲解并邀请学生演示。
- 3、游泳常识的教学，与学生实际相联系。多媒体出示。
- 4、溺水者的救护：

（1）岸上急救。课件出示相关知识，阅读并演示。

（2）溺水急救。可以请学生提出方法，共同讨论并归纳出可行性，加强学生的安全意识，不盲目施救给自己带来安全威胁。

（五）如何防溺水，加强安全意识

- 1、播放“防溺水”安全教育视频
- 2、师生共同归纳“游泳四不”。
- 3、学习游泳小常识，齐读，指名读。

（六）同学讨论，归纳知识

这次班会课学到了什么，并且举例说明以后应该如何做？

（七）结束语：

今天我们在班会上通过多种形式对同学进行“预防溺水”安全知识的宣传，包括“溺水常识”、“溺水的预防与急救”等等，教育同

学要保持高度的安全意识，提高对溺水危害的认识，坚决杜绝溺水事故的发生。亲爱的同学们，安全无小事，长鸣警钟，常抓不懈，希望同学们通过这节课的学习，懂得珍惜生命，关爱家人，养成自觉遵守溺水安全原则的好习惯。

防溺水主题班会教案 篇5

一、活动目标

1、初步了解溺水安全的有关内容，要求每一个幼儿都要提高安全意识。

2、引导幼儿了解如何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。

3、培养幼儿用已有的生活经验解决问题的能力。

4、考验小朋友们的反应能力，锻炼他们的个人能力。

5、培养幼儿反应的敏捷性和对动作的控制能力。

二、活动准备

1、照相机拍摄的一些幼儿溺水的图片或视频。

2、周围环境中一些不安全的场所图片。

三、活动过程

1、谈话引入

小朋友，现在是什么季节?对，现在是夏季,天气渐渐变得很热了,你们热了怎么办?可是今年有好几个小朋友因为热就悄悄去河里、池塘里洗澡，你们想知道他们去洗澡发生了什么事吗?告诉你们，以前有好几个小孩下河洗澡被淹死了，他们再也见不到自己的爸爸妈妈了。他们好可怜，老师伤心，他们的爸爸妈妈也很伤心。

2、防溺水教育

小朋友们，我们怎样使自己不会发生溺水事故呢?我认为应做到以下几点：

(1)教育幼儿周末、节假日、寒暑假严禁到江河、池塘、无盖的水井边等处戏水、游泳。不能独自或结伴到池塘边钓鱼、游泳、玩水。

(2)教育幼儿在节假日千万不能去玩水,下河游泳。

(3)我们是幼儿园的小朋友，很多小朋友都不会游泳，如果发现有

幼儿不慎掉进江河、水库、池塘、水井里等，我们不能自己下水营救，应大声呼唤成年人前来相助或拨打 。

(4)老师谈谈事例，幼儿讨论几名幼儿到讲河边钓鱼玩，有两名幼儿掉到河里溺水死亡。这些小朋友哪里做错了?我们应该怎么做?

(5)说一说说说日常生活中应该怎么防范溺水事故的发生。

3、小结

人的生命只有一次，我们要保护自己。不能独自到河边、海边、井边去玩，必须要大人陪同。遇到危险的事，要大声呼救!

防溺水主题班会教案 篇 6

活动目的:

1、提高安全意识，学习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、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。

活动时间:

20xx 年 xx 月 xx 日

活动地点:

五(五)班教室

活动主持人:

班主任

活动过程:

一、老师谈话引入

同学们，你们好!今天我们学习溺水安全知识。小学生是祖国的明天，民族的希望。提高青少年学生的综合素质，特别是少年学生的学习能力、生活能力、生存能力，都是开展素质教育的重要课题。如今的社会里，车祸、中毒、溺水……剥夺了许多宝贵的生命，尤其是溺水最为严重了。了解溺水和如何防止溺水显得非常重要。那我们该怎么预防呢?

1、老师先向学生讲几点防溺水的知识要点

(1)教育学生周末、节假日、寒暑假严禁到江河、大海、青山头水门、池塘、无盖的水井边等处戏水、游泳。不能独自或结伴到海边、池塘边钓鱼、游泳、玩水。

(2)教育学生在来校、离校的途中千万勿去玩水，下江游泳。

(3)我们是小学生，很多同学都不会游泳，如果发现有学生不慎掉进江河、水库、池塘、水井里等，未成人不能冒然下水营救，应大声呼唤成年人来相助或拨打“110”。

2、溺水原因主要有以下几种：

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。

3、如何保证游泳的健康和安全，避免溺水事件的发生？

对水情不熟而贸然下水，极易造成生命危险。万一不幸遇上了溺水事件，溺水者切莫慌张，应保持镇静，首先应打 110 报警，然后积极自救：

(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。

4、对于溺水者，除了积极自救外，还要积极进行陆上抢救：

(1)若溺者口鼻中有淤泥、杂草和呕吐物，首先应清除，保持上呼吸道的通畅；

(2)溺者若已喝了大量的水，救护者可一腿跪着，另一腿屈膝，将溺者腹部放在屈膝的大腿上，一手扶着溺者的头，将他的嘴向下，另一手压在背部，使水排出；

若是溺者已昏迷，呼吸很弱或停止呼吸，做完上述处理后，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。

5、同学们，珍爱我们的生命吧。珍爱生命就是珍惜每一天。请同学说说——怎样珍惜每一天？

6、小结：

今天我们学习了如何防止溺水，同时我们也学习了一些溺水自救的方法。现在天气也越来越热了，同学们去游泳时一定要注意安全。要做好下水前的热身活动，以免发生意外。溺水是非常危险的，在日常生活中要提高安全意识，安全第一，防患于未然。水无情，人有情。其实，只要我们在生活中注意各种游水、戏水事项，提高安全防范意识，学会在遭遇溺水懂得如何自救和他人遭遇溺水时如何抢救，溺水事件还是可以防止的。

篇 7

教学目标：

- 1、使学生了解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

教学过程：

1、导入：现在正是天气逐渐转热季节，特别是夏天有些同学回去小溪边池塘边游泳，这些都是非常不安全的。平时有些同学会单独和几个小朋友一起在池塘边啊，小河边嬉戏玩耍都是非常不安全的。我们最好尽量少去池塘边小河边玩，一定要有大人的陪伴。

2、人，应该珍爱生命。今天这节课我们就来学习珍爱我们的生命——防溺水教育。

首先，我们外出游泳洗澡严格遵守“几个不”：

(1)下水时切勿太饿、太饱。饭后一小时才能下水，以免抽筋；(2)下水前试试水温，若水太冷，就不要下水；(3)若在江、河、湖、海游泳，

; (4)下水前观察游泳处的环境，若有危险警告，则不能在此游泳；(5)不要在地理环境不清楚的峡谷游泳。这些地方的水深浅不一，而且凉，水中可能有伤人的障碍物，很不安全；(6)跳水前一定要确保此处水深至少有 3 米，并且水下没有杂草、岩石或其他障碍物。以脚先入水较为安全；

(7)在海中游泳，要沿着海岸线平行方向而游，游泳技术不精良或体力不充沛者，不要涉水至深处。在海岸做标记，留意自己是否被冲出太远，及时调整方向，确保安全。

2、溺水原因主要有以下几种：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。

3、如何保证游泳的健康和安全，避免溺水事件的发生？对水情不熟而贸然下水，极易造成生命危险。万一不幸遇上了溺水事件，溺水者切莫慌张，应保持镇静，首先应打 110 报警，然后积极自救：

(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。

篇 8

教学目的：

1.提高安全意识，学习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.初步了解溺水安全的有关资料，要求每一个幼儿都要提高安全意识。

3.自我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本事。

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：

渐变得很热了，你们热了怎样办可是今年有好几个小朋友因为热就悄悄去河里、池塘里洗澡，你们想明白他们去洗澡发生了什么事吗告诉你们，今年涪陵有好几个小孩下河洗澡被淹死了，他们再也见不到自我的爸爸妈妈了。他们好可怜，教师悲痛，他们的爸爸妈妈也很悲痛。

二、防溺水教育小朋友们，我们怎样使自我不会发生溺水事故呢我认为应做到以下几点：

(一)、教师先向幼儿讲几点防溺水的知识要点

(1)教育同学们周末、节假日、寒暑假严禁到江河、池塘、无盖的水井边等处戏水、游泳。不能独自或结伴到池塘边钓鱼、游泳、玩水。

(2)教育同学们在来学校、离校的途中千万勿去玩水，下江游泳。

(3)我们是同学们的小朋友，很多同学都不会游泳，如果发现有幼儿不慎掉进江河、水库、池塘、水井里等，我们不能擅自下水营救，应大声呼唤成年人前来相助或拨打“110”。

(二)、教师谈谈事例，并由幼儿扮演小品本学期_学校在周末，几名幼儿到讲河边钓鱼玩，有两名幼儿不慎溺水死亡。这个悲惨的事实告诉我们了什么这几个同学违反了哪些安全规则我们应如何遵守安全规则。

(1)议一议：

这几个小朋友违反了哪些安全规则我们应如何遵守安全规则

(2)把小朋友的错误纠正过来。

(3)由这个事实谈谈我们的心得体会。

(三)、说一说说说日常生活中应当怎样防范溺水事故的发生。

三、小结：

(1)经过这节课的学习，你懂得了什么(2)教师小结：人的生命仅有一次，幸福欢乐掌握在你的手里，期望你们经过这节课的学习，学会珍惜生命，养成自觉遵守溺水安全原则的好习惯。

篇 9

一、活动目的：

1、提高安全意识，愿意自觉去学习溺水安全的有关知识，在学习

2、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。

以讨论为主。

三、班会过程：

【引言】

春天来了，夏天会如期而至，天气炎热时，你想游泳吗？诚然：游泳是大家喜爱的消暑解热的活动。可是，我们却经常听到一些溺水事故的发生，看到一些触目惊心、惨不忍睹的灾难在我们身边发生。那我们该怎么关爱生命，预防溺水呢？八（X）班《珍惜生命，预防溺水》主题班会现在开始。

一、看一看

【投影展示】

20xx 年春天，文山州富宁县连续发生 2 起在校学生溺水身亡事件。4 月 12 日 12 时许，富宁县木央中心小学校在校生王某与两名同学到木央砖厂后面水塘内游泳时溺水。13 时 35 分，木央派出所接到报警后，立即组织民警赶往现场打捞，14 时 40 分，民警打捞出王某的尸体。同日 16 时许，富宁县归朝中心小学的在校生刘某在归朝河莫弄小组河段的河边玩耍时不慎坠入河中。直到晚上，刘某的家长未见刘某回家，经过多方询问才得知刘某已于下午时分溺水死亡。当晚 22 时许，刘某的尸体被群众打捞上岸。看到这些惨痛教训，对我们有哪些启示呢？我们身边有该类现象吗？

二、议一议

【引言】

同学们，这些小朋友为什么会发生溺水事故呢？他们违反了哪些安全规则呢？（学生各抒己见）

1、有的学生私自下水，没有成人的陪同下；

2、有的学生为了逞强好胜，在不知水的深度和水底的情况下，就潜入水底；有的甚至在水里连续游两个小时以上，还做各式各样的姿

- 3、有的是下到河里，腿抽筋了；
- 4、有的是因救人，被带下去呛死了；

三、说一说

【引言】

是的，造成事故发生的原因是多种多样的，但有很多是可以避免的。那么应该如何尽可能避免儿童溺水事故的发生呢？（学生根据已有经验举手回答）

【教师小结并讲解】

同学们说的都很有道理，现在我们来谈一谈游泳安全的知识吧！

1、保持自身良好的身体状态，下水时切勿太饿、太饱。饭后一小时才能下水，以免抽筋；

2、有开放性伤口、皮肤病、眼疾不宜游泳；感冒、生病、身体不适或虚弱不宜游泳。

3、下水前一定做好身体热身准备，游泳前先在四肢擦些水，然后再跳入水中。预防抽筋；

4、跳入水中后，如发现腹部疼痛时，应立即上岸，最好喝一些热的饮料或热汤，以保持身体温暖。

5、营造安全游泳的环境，不要随兴下水，特别是野外；若水太冷，风浪太大、照明不佳不要游泳；

6、若在江、河、湖、海游泳，则必须有伴相陪或套上救生圈，不可单独游泳；

7、跳水前一定要确保此处水深至少有3米，并且水下没有杂草、岩石或其他障碍物。

8、游泳时禁止与同伴过份的开玩笑；小心呛着。

【学生问】

万一不幸遇上了溺水事件时我们怎样自救？

【教师讲解】

切莫慌张，应保持镇静，积极自救；

如不熟悉水性者，除呼救外，取仰卧位，头部向后，使鼻部可露

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/847063201104006161>