# 202\_年观看共上一堂防溺水课有感5篇范文

来源：网络 作者：莲雾凝露 更新时间：2024-01-01

*珍爱生命，关爱为先，切实做好防溺水工作，生命只有一次，安全伴君一生。以下是小编整理的20\_年观看共上一堂防溺水课有感5篇，欢迎大家借鉴与参考!观看共上一堂防溺水课有感1生命是宝贵的，生命是无价的，生命是有限的，大家要让有限的生命发光、发热。...*

珍爱生命，关爱为先，切实做好防溺水工作，生命只有一次，安全伴君一生。以下是小编整理的20\_年观看共上一堂防溺水课有感5篇，欢迎大家借鉴与参考!

**观看共上一堂防溺水课有感1**

生命是宝贵的，生命是无价的，生命是有限的，大家要让有限的生命发光、发热。同时生命也是非常脆弱的。就像森林里的一只小虫子，随时都大概会被踩死。在这个世界上，没什么比生命愈加脆弱，所以大家要掌握保护它，不让它受到一点伤害。让大家一块珍惜生命，预防溺水吧!

炎热的夏季是溺水事件的峰期，几乎天天都有溺水死亡事件发生。据不完全统计，国内平均天天有\_\_左右的人因溺水而亡，其中不乏在校学生。之前三名学生一块去溪里洗澡。在途中，他们还是嘻嘻哈哈的，下了水没多长时间，有一个学生的脚就抽筋了，其他两个人想尽力救人，结果没学会救人办法，反而被溺水者拖入水中，救人不成，反而还搭上了两条鲜活的生命。在那之后，一名小学六年级学生携带两个小学五年级学生去河里洗澡，那两个小学五年级的学生根本就没水性，下水不久，就被水淹没，小学六年级学生为了救那两个学生，用两只手竭尽全力抓住他们，但溺水者死死抓住小学六年级学生的手不放，尽管抢救者想尽方法，也无济于事，三个宝贵的生命就如此没了。

从以上这两个例子可以看出，假如没好的救人办法千万不可贸然行动，不然会连累我们的生命。假如没学会游泳常识就千万不要去洗澡。去洗澡时，需要注意下水时不可以太饱，也不可以太饿，饭后一个小时才能下水，以防抽筋;下水时，先试一下水的温度，假如太冷了，千万不要下水;若在河、潭、溪里游泳，需要要有父母或大人的陪同下，才可以下水游泳。

下水前要先观察水的周围有没危险警告，假如有，就不要下水;不要在地理环境不了解的水域游泳。这部分地方的水深浅不一，而且凉，水中可能有伤人的障碍物，非常不安全;跳水前必须要确保此处水深至少有3米，并且水下没杂草、岩石或其他障碍物。以脚先入水较为安全;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，注意自己是不是被冲出太远，准时调整方向，确保安全。

珍惜生命，从预防溺水开始。

**观看共上一堂防溺水课有感2**

这几天有许多儿童溺水，有的孩子的母亲关顾着打麻将，却不管自己的孩子，就这样，她的孩子就去河边玩，就这样这孩子一不小心就溺水了。所以大家要让孩子跟紧你，别让他走丢了，溺水了。

大家要注意，要是大家真的溺水了：首先应保持镇静，千万不要手脚乱蹬拚命挣扎，可减少水草缠绕，节省体力。正确的自救做法是落水后立即屏住呼吸，然后放松肢体，尽可能地保持仰位，使头部后仰。只要不胡乱挣扎，人体在水中就不会失去平衡。这样你的口鼻将最先浮出水面可以进行呼吸和呼救。呼吸时尽量用嘴吸气、用鼻呼气，以防呛水。经过长时间游泳自觉体力不支时，可改为仰泳，用手足轻轻划水即可使口鼻轻松浮于水面之上。

俗话说得好：“不怕一万，只怕万一。”大家一定要记住这句话，别让这些溺水的事件再次发生。

自六月份来，我们班响应学校的号召，开展了“珍爱生命，预防溺水”的主题活动。我们是这样开展的：

首先，出一期“珍爱生命，预防溺水”的专题黑板报，大力宣传“珍爱生命，预防溺水”的重要性。

接着，同学们认真地读防溺水安全“六不准”，反复地诵《防溺水安全三字经》和《防溺水安全儿歌》。

最后，我们班召开了一个“我们爱生命，防溺水”的主题班会。在班会课上，同学们有的诵读了防溺水安全“六不有的朗诵了《防溺水安全三字经》，有的朗诵了《防溺水安全儿歌》，还有的讲讲了解到的有关溺水的事情，并谈了自己的感受。

通过这些活动，全体队员了解了许多预防溺水的知识，懂得了一些预防溺水的方法，并且在以后的生活中会时刻注意。

**观看共上一堂防溺水课有感3**

夏日炎炎，是一个游泳的好日子，人们总是很想到水库、小溪、河流、江等地方去消暑、游泳、戏水并玩耍。

然而，大家出去游泳时，千万要注意安全，避免发生溺水事故，造成人身伤害和家庭的悲剧。说起防溺水事故，我情不自禁地想起了五月初，在黄桥镇山原村发生的两兄弟溺水事故。事情大概是这样的：

在黄桥镇山原村的一户农民家里，有一对小兄弟，他们到外面玩，一不留神来到了一个的池塘边，那天的天气很热，这对小兄弟禁不住水的诱惑，都想下去洗一个透凉澡解解热气。小弟弟更是迫不及待地跳进水里，哥哥也紧追其后跳进了池塘里，他们在水里一边游泳一边嬉戏好不开心。玩了一会，小弟弟抽筋了，身体一个劲地往下沉，完全没有力气游泳了。就在这千钧一发之时，哥哥来救他了，结果，哥哥因为体力不支，也沉下去了。这对小兄弟就这样溺水身亡，永远离开了爱他们、痛他们爸爸妈妈和爷爷奶奶。

这件事告诉我们：溺水是充满灾难性的事件，不仅会伤害自己的身体，而且会给家人带来永远的伤痛。

从许多溺水事故中，我明的了防溺水、很重要的道理。为此，防溺水在行动上一定要扎扎实实地做到“六不准”，即：一不准私自下水游泳，二不准擅自与他人结伴游泳，三不准在无家长或老师带队的情况下游泳，四、不准到不熟悉的水域游泳，五不准到无安全设施、无救护人员的水域游泳，六不准不会水性的学生擅自下水施救。

防溺水，人人有责，要从自己做起。今后，我不仅要自己防溺水保安全，而且要告诉身边的人做好防溺水工作。

**观看共上一堂防溺水课有感4**

这个炎热的夏天已经到了，我相信大家都很清楚，这个时候肯定不能松懈了，自己因为一旦留了一些不好的想法，就会置自己于一个危险的境地，我们在这个夏天一定要做好安全防护工作，毕竟溺水情况尝尝会发生，我们能够看到新闻，上面有很多的消息，真的不知道意外怎么收到了，所以我们一定要做好预防溺水的准备工作，做一名初中生，一定要自律一点，要提高自己的.警戒心，不能够随意下河洗澡，更加不能够唆使别人一起。

生命是宝贵的，也是自己的，不能够这么的轻易的去违反学校的规章制度，不能够私自下河，回到家中也一定要控制住自己，多多了解这方面的知识，像这种淋水的情况，在我们的生活周围一直都很多，真的例子已经不是一次两次了，新闻上面也经常报道，自己也在生活当中能够听到别人讲到，所以说同学们，我们一定要重视起来，提高自己的警惕性，一定不能够忽视溺水。

现在夏天到了，天气虽然很热，可是我们不能够放松自己，也不能够有一些不应该有的想法，下河洗澡非常的危险，在这个时候通常都是，最放松的时候，也容易放下自己的戒心，我们千万不能有这的想法，千万不能任由这样的事情发展下去，一定要做好相关的防护工作，不能够在学习生活当中让自己处在一个很为难的境地，搞好学习才是最应该的。一定要把自己的注意力转移到别的地方，千万不能够看到河里面有一些人在洗澡，自己就私自下去凑个热闹，往往这个时候就危险到了，同学们，我们放学回家的路上，可能会遇到这样的情况，大家一定要提高自己的警戒，心也要多多了解一下关于溺水方面的知识，遇到这种情况应该如何自救?应该如何去解决?这都是一种方式，所以我们要多多了解，千万不能够有这样的情况发生。

但是我们要做好这方面的防护工作，也要了解到这些知识，这是跟大家来说这些，也是为了安全的度过这个夏天，包括在放暑假的时候，也是如此，大家把的时间在家里，可能会感觉很无聊，也可能会出去游玩累了，热了就可能会松懈下河洗澡，所以我们一定要在这里打好预防针，一定要让自己知道这其中的厉害关系，所以说我们现阶段必须要清楚这一点，严格预防溺水事件发生。

**观看共上一堂防溺水课有感5**

我国一年所发生的那么多起安全事故中，溺水占80%以上，特别是那些在水中无法自救的青少年的溺水率屡屡发生，其实这跟他们的无知有一定的关系。

青少年中最容易溺水死亡的就是我们这些小学生了。若是溺水后4、5分钟或6、7分钟内不及时抢救，那就必死无疑了，所以，小学生一般情况下不能结伴去江里学游泳，要是真的想去学游泳，必须有水性较好的家长的陪同下才可以。

学游泳要先选择地形，一般不能到河水深浅不一，河底淤泥较厚，水草较多的地方游泳。下水前，先用水喷洒全身，使自己的肌肉与神经对水有一定的适应性。下水时，不能像猛虎似的一下子扑下去，而要有顺序地慢慢地进入水里。

有的人在游泳时会出现脚抽筋的现象，这时，请大家千万别慌张，要冷静沉着，绝对不能用双手去按摩抽筋的双脚，而是要放松身体，尽一切办法上岸，这样才有希望逃生。若是真的溺水了，也不要因双手使劲向上伸或用力挣扎，使人体加重而下沉，而是应该大声向旁边的人呼喊求救。

去救的人若是自己不会游泳，就不能轻易下水，必须临近找来救生圈、竹竿或木板，把这些东西抛给溺水者，让他们抓住，再慢慢地把他们拉上岸。若发现溺水者有昏迷现象，得用双手放在溺水者的胸部一上一下重复地按，直到溺水者胸部的水完全排出为止。若是溺水者呼吸微弱，还要立即进行人工呼吸。

我们只有学会了防溺水的紧急措施，那很多溺水的安全事故就能避免，也希望每个同学在游泳时小心些，不要拿生命开玩笑。

**20\_年观看共上一堂防溺水课有感**

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！