# 预防溺水话题作文优秀10篇

来源：网络 作者：翠竹清韵 更新时间：2025-07-25

*预防溺水话题作文优秀(10篇)生命安全高于天，让我们行动起来，爱惜生命，预防溺水，平平安安地度过每一天。下面是小编给大家带来的预防溺水话题作文优秀(10篇)，欢迎大家阅读转发!预防溺水话题作文优秀（精选篇1）马上就是暑假了，到了暑假，是每个...*

预防溺水话题作文优秀(10篇)

生命安全高于天，让我们行动起来，爱惜生命，预防溺水，平平安安地度过每一天。下面是小编给大家带来的预防溺水话题作文优秀(10篇)，欢迎大家阅读转发!

**预防溺水话题作文优秀（精选篇1）**

马上就是暑假了，到了暑假，是每个学生都非常自由的时候，而在暑假，由于天气炎热，游泳就成了许多人的必备项目了，不过，在游泳的时候，我们要注意暑假防溺水。

我们不能去水库游泳。水库的水不仅深，而且上下温差大，人下水以后，很容易发生安全事故，如果没有注意安全，溺水后没有及时救治，就很可能发生安全事故。仅仅在浪坑水库，今年就发生了三起溺水事故，其中一人还带了救生圈。而近几年，不断有人在水库因游泳而淹死。虽然水库边常常有人巡逻，但也无济于事，溺水死亡的事故还是时有发生。

所以，我们要去游泳馆，游泳馆里有专门的教练及救生人员，所以，我们的安全是有保障的。但是，有的人却不想到游泳馆里去游泳，也许是为了省钱，也许是因为嫌游泳馆太挤，他们去水库游泳。

为了过一个清凉舒服的夏天，我们应该防溺水，尤其是暑假，更要做好暑假防溺水的准备。

**预防溺水话题作文优秀（精选篇2）**

现在夏天到了，许多同学都去河里游泳、嬉戏，可曾想过危险随时可能发生，所以大家在游泳时，最好由爸爸妈妈带领比较安全！因为我也曾发生过这样的事。

有一次，天气很热，我吃过饭便和小伙伴们约好去游泳。我们游得可高兴了。可是，我游着游着，腿突然一阵痛，就抽筋了。我立刻感受到危险，马上大声喊叫，伙 伴们听见了，有的游过来救我，有的去找大人，还有的竟然呆在那里不知道做什么了，一个个显得手忙脚乱、惊慌失措。我就更不用说了，手不停地扑腾着。后来不 知道是谁通知了大人，把我救了上来，回到岸上的我大口地喘着气，最后是小伙伴们通知了我爸妈，把我送了回去。

溺水的可怕我亲身经历了，知道是那么地恐怖。但是在溺水时千万不要慌乱，否则只会造成反效果，还有最好不要在吃过饭之后去游泳，不然就容易腿抽筋，从而导致溺水。

生命十分宝贵，希望大家珍惜；生命只有一次，希望大家爱护；生命一去不回，希望大家牢记。溺水是可怕的，但是只要你远离危险地带，或者你懂得如何不溺水，如何溺水时自救，溺水就永远不会发生在你身上。

**预防溺水话题作文优秀（精选篇3）**

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。

**预防溺水话题作文优秀（精选篇4）**

近几年，溺水死亡的事件越来越多，例如：\_年6月26日，3个同胞兄妹在村口的池塘边玩水而溺水身亡;20\_\_年4月28日中午，3名学生为了救一个名叫小文的孩子溺水身亡;20\_\_年2月22日，6名儿童在河上溜冰，不慎落水，打捞上来后抢救无效身亡;就在我们身边 还 发生了小学生游泳溺水身亡的事件。

为什么会发生这么多溺水身亡的事件呢?我上网查了资料，进行整理后，认为主要可以从五个方面来分析原因：

一是心理原因：1.怕水心理严重，遇到水就惊慌失措，四肢僵硬;2.因好奇心重而不小心落入水中;3.与人打赌，争强好胜，更容易导致溺水。

二是生理原因：1.潜水时间过长，产生缺氧窒息;2.体力不支，饱食、饥饿、酒后等原因;3.寒冷、疲劳或者用力不当，在水中发生肌肉痉挛。

三是病理原因：患有心血管病、精神病及癫痫病的患者，下水后引起病发。

四是技术原因：1.突然呛水，不会调整呼吸;2.水中打闹玩耍，被人误压水底时间过长;3.入水方式不当，意外受伤。

五为其他原因：1.对水域情况不明，误入深水漩涡;2.游泳场馆等场所管理不规范，设施、人员存在不安全隐患。

不查不知道，一查吓一跳!危险就在身边，我们怎么预防?我觉得作为小学生最起码要做到以下几点：1.无论去什么地方游泳，都必须有会游泳的大人陪伴;2.做好下水前的充足准备：器材、热身、既不太饿也不太饱等;3.未知情况的水域决不能下水游泳，也不要在水边嬉戏、逗留;4.去正规的场所先学会正规的游泳技术再去游泳吧!

暑假期间天气炎热，的确应该快乐地度过，不过我还是要提醒大家防患于未然，让预防溺水的警钟长鸣!因为只有在安全的前提下，才会带给我们真正的快乐哦!

**预防溺水话题作文优秀（精选篇5）**

炎热的夏天到了，随着天气越来越热，许多家长都喜欢带着孩子去游泳。

虽然游泳是件非常快乐的事，但也是一次次悲剧的起源，以及幕后的杀手。许多人因为溺水而失去生命，许多家庭因为溺水而悲痛万分。那么，我们应该如何预防溺水呢？

20\_\_年6月18日上午，在萧山老年大学的一间教室里，小记者团邀请到了杭州市游泳协会队长华老师与她的队员，开展了“我与生命有个约定———青少年安全宣讲”的讲座。现在，由我来和大家分享一下其中的内容吧！

首先，我们学习到关于“自我保护———安全意识”，要做到的“六不”：

1、不私自下水游泳；

2、不擅自与他人结伴游泳；

3、不在无家人或教师的带领下游泳；

4、不到无安全设施、无救援人员的水域游泳；

5、不到不熟悉的水域游泳；

6、不准随意下水救人。

接着，华老师和她的队员们给我们做了演习：让一人扮演落水者，之后请上了几位小记者和家长，最后把一些施救工具放在“岸边”，但大家都只是站在“岸上”盲目地乱扔工具，不用说，全部都施救失败。

这些工具都有用，可是为什么救不了人呢？原因是他们选择的工具和救援的方式不下正确。因此，华老师和其中两位队员给我们一一讲解并示范了各种救援工具的使用方法和范围。

现在，我们知道了如何利用工具施救，可救上来后遇昏迷我们还能做些什么呢？华老师告诉我们：救上来后要先判断有无意识、呼吸、脉博……，再实施心肺复苏急救。可心肺复苏又怎么做呢？华老师的队员又给我们做了示范并请上几位小记者上台体验。

华老师还告诉我们，救援溺水者时可要争分夺秒，速度一定要快，因为在水中两分钟便可致昏迷，10分钟后脑死亡，以致失去生命体征。

那么，小朋友们知道在无人救援时，应该如何自救吗？华老师给我们讲了以下4点：

1、保持头脑清醒，使自己能沉着应对突发事件；

2、头顶向后，口向上方，上浮才有喘气呼吸的机会；

3、吸气要深，增加浮力，以等待他人抢救；

4、不要双手上举，盲目挣扎，不然更容易下沉。

小朋友们，今天我所学到的安全知识就和大家分享到这里。珍爱生命，预防溺水，让大家一起牢记这些安全知识，并做到“六不”吧！

**预防溺水话题作文优秀（精选篇6）**

水是生命之源，更是炎炎夏日解暑良药，可他却蕴藏了无尽的安全隐患，会无情的夺去宝贵的生命，使本该幸福温馨的家刹那间毁于一旦。

今天我们上了一节如何预防溺水以及如何溺水后自救的安全教育课。我深刻领悟到：我们小孩不应在双休日，节假日未经大人同意下河游泳。也不得擅自与同伴结伴，无大人陪同下游泳。更不得到无安全设施和救护人员，不熟悉的水域游泳。以上条件全部具备，下水时还要注意游泳前是否做好全身运动；水温和体温是否适宜；天气状况是否良好；一切正常才可下水。如果发现溺水，不要慌，保持镇静，积极自救：头向上，鼻子露出水面，浅呼深吸，手脚不要乱扑，尽量让身体浮出水面。如果抽筋，可采用拉长抽筋肌肉的办法解决。当发现有人溺水，不能盲目施救。要立即大声呼救，将救生圈或竹竿抛给溺水者，再拉到岸边。

珍爱生命，防止溺水。让我们一起行动起来，时时树立安全意识。让世界多一些笑声，少一点哭声。让生命之花常开。

**预防溺水话题作文优秀（精选篇7）**

马路上，走动的人群是个个鲜活的生命。兔子在森林里奔跑是一个快乐的生命，生命是有限的，是宝贵的，也是幸福的。玩火、爬树、玩水等是危险的，而玩水却是最为可怕的。今天我就来谈谈如何防止溺水吧！

溺水，听到这个词就感觉可怕，游泳并不是坏事，可溺水就不好了。不管是江、河、湖、海或者在水库等游泳，都要有大人陪伴。最好在游泳管里游泳，因为那里有专业的救生员，会及时救助溺水人员。

一到夏天，报纸上、电视里经常报道有人溺水的消息。电视中报道一个小男孩独自到江里游泳，本来游的好好的，一阵突如其来的大风刮的江里起漩涡，小男孩眼看着就要被卷走，岸上的人都想救他，可是离得太远了，大家都希望小男孩能自救，可是江水太急了，一下子把他卷走了……，就这样，一个人被无情的水吞没了，一个生命从此消失了。这本来是一个鲜活的生命啊！多么可惜啊！而留下的是悲伤、难过。多少年来，水吞噬了多少生命，简直不可计数，那一颗颗快乐的心在无情的流水中，停止了跳动。

因此，为了防止溺水，我们应该尽量不到危险区游泳，在没有人陪伴下坚决不下水，让这个“恶魔”不要再吞噬我们的生命。

**预防溺水话题作文优秀（精选篇8）**

随着气温的逐渐升高，溺水死亡的人数也逐渐升高。如果不做好防溺水的准备工作，那必将失去更多的生命。所以，我们一定要认真做好预防工作。

我们小学生不会游泳，千万不要单独在水边玩耍；没有大人的监护，不要和伙伴们玩水。游泳前应做全身运动，充分活动关节，放松肌肉，以免下水后发生抽筋、扭伤等事故。如果发生抽筋，要镇静，不要慌乱，边呼喊边自救。

小学生不宜在太凉的水中游泳，如感觉水温与体温相差较大，应慢慢入水，渐渐适应，并尽量减少次数，减低冷水对身体的刺激。

小学生一般不要跳水，可以在水中玩抛水球的游戏，但不能起哄瞎闹、搞恶作剧，不能下压同伴、深拉同伴或潜水“偷袭”同伴。对刚学会游泳的同学更不能这样做。

农村的少年儿童应选择水下情况熟悉的区域。

人的生命只有一次，防溺水要从小做起。

**预防溺水话题作文优秀（精选篇9）**

俗话说水火无情。刚进入夏季，大中小学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。

防溺水安全重于泰山。溺水事件的频发也值得我们深思。纵观第一次溺水事件的发生，我们不难发现，这里面既有防溺水设施的缺位、漏位，也有遇溺大中小学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。防患于未燃。防溺水安全重在一个防字，重在提高大中小学生的防溺水安全意识，提升大中小学学生的防溺水技能。学校应加强防溺水安全知识宣传和教育，要通过观看幻灯片，参观图片展，以事实说话，以个案示人，让广大大中小学学生对防溺水有一种直观和形象的认识，从而牢记在脑，铭记在心。同时要定期不定期地组织开展防溺水安全演练，模拟涨水场景，让学生身临其境，通过现场指导，教会学生防溺水的基本技能和救生要点。

当然，防溺水安全不是一个部门就能解决的问题，应该建立起学校、家庭、社会三位一体防溺水机制。政府应积极发挥其职能作用，加大对湖、泊、河、塘、坝安全警示标志的设置，实现全覆盖，并加大巡查力度，做到全天候。

学校应发挥防溺水安全的主体作用，提高学生的防涨水安全的意识和技能。家庭是学生生活休息的另一个主要场所，学生除在校学生外，很多业余时间都在家渡过，而溺水事件集中发生时段也是在节假日和暑假之中。

究其原因是家长的监管不到位，等到事情发生，后悔晚已。家长应承担起自己的`职责，加强对自己子女的监管，时时教育和提醒他们远离水患。

目前由于溺水事件的频发，让学生家长谈水色变，禁止游泳于是乎也就成了共识。禁止游泳不亚于堵源截流。正确的方式应该是疏导，要教会孩子学会游泳，掌握一些游泳的基本技能，不至成为旱鸭子和称砣，从而从源头上最大限度地杜绝和减少溺水事件的发生。溺水猛于虎，但当我们面对频发的溺水事件时，我们不应该只扼腕叹息，而应该积极行动起来，共同构建起一道防溺水安全的生命屏障，让溺水远离孩子，让溺水事件不再重演。

**预防溺水话题作文优秀（精选篇10）**

那是一个烈日炎炎的下午，老师给我们看了一个小短片《湖南省中小学生预防溺水警示教育专题片（学校版）》，看完后，我受益匪浅。

我们看的这个小短片是关于预防溺水的，我看见视频中很多孩子成群结队去河边游泳，一去却再也没有上来，父母哭得撕心裂肺，这不就是白发人送黑发人吗？

记得有一次，我生日的时候，姐姐带我去河边钓龙虾，可是不料，姐姐掉进去了，我很慌张去拉姐姐，把姐姐拉起来了，我心想：幸好水不深，不然就惨了。我看到这个短片时，就想起了这段不堪回首的事。我又想：一户可不能在水边玩耍了，太危险了。

看了这个小短片，我知道了，不能在没有大人的陪伴下，私自去水边游玩，不能因为怕别人嘲笑就赌气去河里游泳，因为我们不能和生命开玩笑。

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