



博实乐
Bright Scholar

增城碧桂园学校
Zengcheng Country Garden School

在线课堂

珍爱生命，从我做起

——第九周四年级主题班会







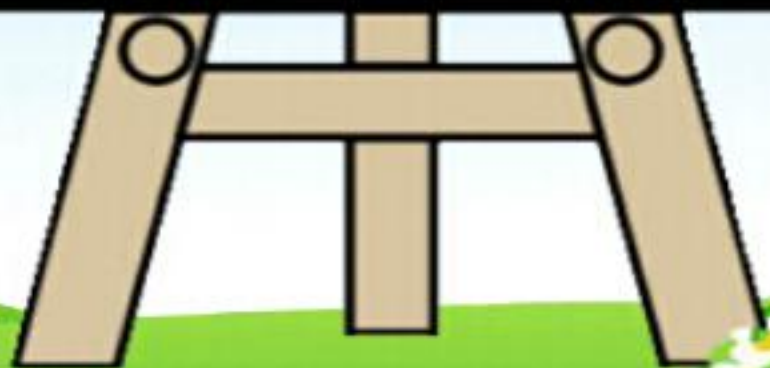
水能哺育生命！

水,也能夺走生命!

珍爱生命! 防范溺水!

学习目标：

- ☑ 知道夏季溺水事故频发，玩水懂得注意安全；
- ☑ 知道野外游泳危险，拒绝野外游泳；
- ☑ 不慎落水会自救；
- ☑ 知道不同部位抽筋时的自救方法。



溺水，俗称淹溺，是指在游泳时或者失足落水时发生的严重意外伤害，溺水的进程很快，一般**4-5分钟**或**6-7分钟**就可因呼吸心跳停止而导致死亡。很多人在夏日喜欢在江、河、水塘内游泳，这就很容易发生溺水现象，是青少年意外死亡的原因之一。一般容易发生溺水的地点通常是：游泳池、水库、水坑、池塘、溪边和海边等场所。

溺水是常见的意外事故，溺水后可引起窒息缺氧，如合并心跳停止的称为“溺死”，如心跳未停止的则称“近乎溺死”，这一分类对病情和预后估计有重要的意义，但救治的原则基本相同，因此统称为溺水。

当发生溺水的时候，溺水者因为在水里挣扎而导致呼吸道和消化道进水，呼吸反射性暂停，但此时神志很清醒，动作却已经十分慌乱。因为缺氧，溺水者重新呼吸，导致水进入肺部而引起呛咳，同时胃发生反射性呕吐，呕吐物则进入气管阻塞呼吸造成窒息。

伴着窒息的出现，溺水者的神志会越来越不清醒，很快出现昏迷，继而停止呼吸，大小便失禁，各种反应消失，但仍会有微弱的心跳和呼吸。如果这时仍得不到及时的抢救，溺水者会在**2-3分钟**内死亡。

溺水的人为原因

溺水的人为原因很多。不了解水性，对自己的体力和游泳能力缺乏正确估计，进入水中便可导致溺水。

即使是习水性的人由于某种原因也会在水下出现四肢痉挛、抽搐，导致失去自主能力而下沉。出现的原因可能是未做充分准备活动，下水后突然遭受冷水的刺激；也可能是由于游泳的时间过长，使体内的二氧化碳丧失过多而引起。

安全意识淡薄、私自到非开放的水域游泳，四肢可能会被水底的水草缠绕而导致下沉，或者陷入泥沙而失去控制能力。

青少年缺乏游泳的安全观念，彼此之间互相嬉戏、打闹，发生意外后又惊慌失措，就会错过救治时机，导致溺水死亡。

身体不好，患有心脏病、贫血、癫痫及其他慢性病的人，可能在游泳中因冷水的刺激而引起旧病复发，从而导致溺水。

据统计广东省2012年非正常死亡学生数764人，其中359人为溺死，约占47%。



2013年5月11日上午博罗县罗阳一中8名初二学生发生溺水失踪事故，有5人失踪死亡



鉴于事故现场水况较为复杂，专门请来水下专业搜救队下水开展搜救工作。



11日凌晨5时50分，已身亡的5名溺水学生已全部打捞上岸。据当地村民称，这里的水深仅1.5米至2米深。



溺水事故频发（）：

2017年7月19日，河北省保定市曲阳县灵山镇洼子村西一片水域，发生一起溺水事件，一少年野泳溺水身亡。

2017年7月9日，在山东省菏泽市境内的单县、鄄城和牡丹区，一天之内连续发生三起溺水事故，造成3名少年在事故中丧生。

2017年6月18日，安徽省亳州市利辛县7名孩子去沟塘里玩水时发生意外，3个孩子不幸溺亡。

2017年4月23日，广东省阳山县南塘村委会南坑村小组7名小孩相约水塘玩耍。4人游泳时意外溺水，1名小孩获救3人身亡。





学生溺水图片



我现在可以去游泳吗？

不会游泳的同学不要轻易尝试下水，会游泳的同学也要选择好游泳的时机！



我应该到哪儿去游泳？为什么？



游泳小腿抽筋怎么办？

提示：泳前热身运动可有效防止抽筋！



他人溺水怎么办？

专家提示：不提倡未成年人下水营救溺水者！



发现有人溺水后的正确措施之一



发现有人溺水后的正确措施之二



发现有人溺水后的正确措施之三



谨记：安全标示



切记：严格遵守“四不”，珍惜宝贵生命！

未经家长、老师同意不去；

没有会游泳的成年人陪同不去；

深水的地方不去；

水库、池塘不去。



同学们一定要熟记：

我防溺水有高招，大人陪伴第一招。
我防溺水有高招，泳前热身第二招。
伸手踢脚弯弯腰，预备动作不可少。
我防溺水有高招，解除抽筋第三招。
赶紧上岸很重要，喝杯糖水解疲劳。
防溺水措施要知道，不可逞能不骄傲。
“安全”二字需记牢，远离危险身体好。



让我们尽情享受安全游泳带来的乐趣吧！

遇到危险怎么办？

- 1、保持镇静，趋利避害。
- 2、学会自救、保护自己。
- 3、想方设法，不断求救。
- 4、记住四个电话。
 - (1) “119”火警电话。
 - (2) “110”报警电话。
 - (3) “120”急救电话。
 - (4) “122”交通事故报警电话。

打电话要说清地点、相关情况、显著的特征。



珍爱生命 共创明天

班会课到此结束，谢谢大家！

