**一起说**：大家好，本周的1530安全教育播报由我们三8班承担。

我们播报的主题是：珍爱生命 预防溺水

**孙佳怡：**夏季是溺水事故的高发期！为防患于未然，我们需牢记防溺水相关安全常识。

**李果：**防溺水请牢记以下“六不准”:  
1.不私自下水游泳；  
2.不擅自与他人结伴游泳；  
3.不在无家长或教师带领的情况下游泳；  
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.不擅自下水施救。

**孙佳怡：**万一溺水如何自救  
1.不要慌张，发现周围有人时立即呼救。  
2.放松全身，让身体漂浮在水面上，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，可深呼吸一口气潜入水中，伸直抽筋的那条腿，用手将脚趾向上扳，以解除抽筋。

**李果：**此外：我们学生参加水上项目时，必须有成年人陪伴，乘坐观赏船、游船等，务必和孩子一起穿好救生衣。一旦发现有人溺水，应及时呼救，寻求大人相助，切不可盲目下水施救，并及时拨打110、119、120急救电话

**一起说**：今天的安全教育播报到此结束，谢谢大家。