

2023年观看安全第一课心得体会(模板5篇)

心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

观看安全第一课心得体会篇一

生命是地球上最宝贵的东西，地球因生命的存在而变得生机勃勃。每个人的生命都是独特的。生命属于我们只有一次，任何代价都换不来。

是个很好的例子，四川汶川大地震发生时，学生们立刻按照老师的要求钻进课桌下，在第一阵地震波后，快速而有序地疏散到了学校开阔的操场上，从而创造了零伤亡的奇迹。由此可以看出，在灾难来临时自救是多么重要。

下面就来说一说面对各种灾难时的措施：面对火灾时，要迅速跑到室外，如出口被阻断，应尽快跑到未失火的房间，关闭房门，阻挡火势，如被困在失火房间内，要用湿布堵住口鼻，防止烟呛窒息，贴地爬行至门窗附近，大声呼救，不可仓皇跳楼。

生命只有一次，生命是宝贵的，作为未成年人，保护自己的生命健康，首先要懂得生命的价值，理解父母的养育之恩，其次，要多学一些卫生保健方面的知识，养成好的生活习惯，尤其在紧张的学习生活中注意劳逸结合，加强体育锻炼，增强体质；再次，要杜绝不良嗜好，抵制不良，纠正不良行为；最后，当遭遇危险情境，生命健康受到威胁时，要沉着冷静，采取措施。

呵护生命，我们应从现在开始，从自己做起，让每个人都充

满生命之爱，让安全之花开遍每一个角落，让安全永驻心中。

观看安全第一课心得体会篇二

今天，我看了《中小学生安全第一课》，里面讲了几项安全知识。有交通安全、游泳安全、居家安全、消防安全等。

交通安全：不要在马路上随意乱跑、打闹，不要闯红灯和翻越栏杆，过马路要走天桥或斑马线，坐车时不要往马路上扔废弃物，头和手不要伸到车外，以免刮伤。

游泳安全：游泳要到正规的游泳场所，要有大人陪伴，游泳前要做一下准备活动，在水中不要嬉戏打闹，如腿抽筋或发生危险要大声呼救并面部朝上，游泳时不能饥饿或过饱，游泳后要滴眼药以防眼部感染。

居家安全：不要把钥匙挂在胸部露在外面，以免给坏人有机可乘，自己一个人在家时不要给陌生人开门，不要轻易相信陌生人说的话，当心违法小商贩。

消防安全：不要用带水的手去接触电源，不要用金属物去接触电源，水也是导体，雷雨天不要打开电视和电脑，点燃的灶台边不要放异物，以免着火。

报警求助电话：110

失火报警电话：119

医疗救护电话：120

观看安全第一课心得体会篇三

春去夏来，天气越来越热。我们实验小学为了防止学生在游泳中发生溺水事故，开展了“珍爱生命，预防溺水”的主题

班会课。

在炎热的夏季，游泳，是广大少年喜爱的锻炼项目之一。然而，不做好准备，缺少安全防范意识，遇到意外时慌张、不能沉着自救。极易发生溺水伤亡事故。据调查，中国平均每天接近有150多名儿童因意外伤害而失去生命。意外溺水是儿童意外伤害的首要死因，10个因意外伤害而死的儿童中，有近6个是因为溺水身亡的。

同学们!夏天是酷热的，它的酷热牵引着多少人去沟渠、曲江海河湖中游泳、嬉戏?正是因为这一个个不规范的“游泳池”夺走了一个有一个含苞待放的生命，是一个有一个原本幸福的家庭承受着巨大的痛苦，这是多么令人心痛的事啊!

让我们一起大声呼喊：“珍爱生命，预防溺水!”

“暑期安全第一课·防溺水”观后感8

水是生命之源。它有温柔的一面，滋养着人和万物;但也有暴躁的一面，有时会吞噬人的生命。

在暑假，很多孩子都很喜欢去游泳，可是缺少安全防范意识，不少儿童因此丧失了生命。据调查，中国平均每天近150名儿童因意外丧失了生命。夏天是酷热的，它的酷热牵着多少人去水库中去游泳，正是因为不规范的游泳夺去了一个又一个的生命，使一个个幸福的家庭承受了这么大的痛苦，令人心痛的事啊!溺水成了一个恐怖的字眼，让人心惊胆寒，让人心情悲愤，但却无济于事。

在这我想提醒大家：

一、从我做起，树立安全意识，加强自我保护意识，远离溺水隐患，不参与各类危险的校外活动。

二、不私自或结伴到水池、河塘、水库区玩耍。

三、一定要在家人陪伴下，到安全的泳池去游泳，防止溺水。

四、不到危险的地方或无救护人员的水域游泳，不在有水深危险或禁止游泳的地方去玩耍。

五、遇到溺水者，不能盲目下水去救人，可以将身边的竹竿抛给溺水者，再拖到岸边，千万不可用手牵手救人。

珍爱生命，座位小学生，不到水深的地方去，不在水中玩太久，学习必要的游泳技能和自救措施。

观看安全第一课心得体会篇四

今天，我看了一个安全教育片，主要讲的地震、游泳、交通事故、火灾来袭时，怎样保护自身安全。

当地震来临时，如果是在家里，一定要躲在卫生间或坚硬的床底下，用柔软的枕头保护头部，千万不要躲在窗户底下，更不要从窗户上往下跳。如果在学校里，要躲在桌子下面，用手或书包保护头，听从老师的指挥，有秩序地迅速撤出教室，到操场上去抱头蹲下。

夏天天气炎热，有些孩子会到水塘边玩耍，这是很危险的，我们要在大人的带领下到游泳池里去游泳，还有就是不要在游泳池里嬉戏、打闹。

游泳前要做准备活动，也可用少量的冷水浇四肢，让身体尽快适应水温，以防抽筋，饥饿、饱食、过度劳累后不能游泳；游泳时遇到水草，应立即停止划水动作，改用仰泳姿势迅速离开水草。如果已经被缠住，应仰躺水面，一手划水，一手排开水草。切不可双手乱挥、双腿乱蹬，这样会使水草越缠越紧。游泳时遇到旋涡，应吸气下潜，从水底向外游，离开

旋涡后再浮出水面；游泳时突然抽筋，如果离岸近应立即上岸，按摩抽筋的部位；如果离岸远，应立即仰面浮于水面，按摩或牵引抽筋部位，待抽筋不太严重时，马上用未抽筋的肢体划水，尽快上岸。如果当时附近有其他人，应大声呼救；洪水季节绝对不能下河游泳。如果看到别人溺水自己的水性又不好时，应大声呼救，切记不要下水去营救。

“交通”是我们生活的一部分，与我们的人身安全息息相关。有人说：“一个不经意的动作就可能会改变人的一生！”交通安全就是如此。一场小小的意外可能会使你的人生从此变得不同。曾经有过多少人因违反交通秩序被捕入狱；曾经有多少人因为交通事故而命丧黄泉；曾经有多少人因为交通意外而终身残废。听着这一幕幕的悲剧，我们应该都不能无动于衷吧？遵守交通规则是我们都应该做到而且是必须做！小而言之，这关系到人身安全的一道“防护墙”。

在马路上行走一定要靠右侧，过马路时，要看清红绿灯，走人行横道，不要跟汽车赛跑，也不要横穿马路。

发生火灾时要用湿毛巾捂住口鼻，朝最近的安全通道撤离，如果逃不出去，要呆在有窗户的大房间，便于呼救，切记不要乘坐电梯，如果火大时用湿棉被裹住身体，如果身上有火立即躺到地下翻滚。

生命是宝贵的，人的一生就只有一次生命，我们应该爱惜生命。

观看安全第一课心得体会篇五

星期六早上，我和爸爸妈妈一起观看了山东电视台公共频道播放的《中小学春季安全教育第一课》专题节目，看完讲座后，我对于安全知识有了更加全面的认识。片中从避震、火灾、交通事故、水灾等各方面使我懂得了面对突发事件与灾难时应如何自救和紧急避险。

家庭避震：地震时，应选择室内坚固的地方躲避，如厨房、卫生间、储藏室等；地震时应蹲下手把坚固物体，如桌腿；地震时保护好头部、颈部、同时应闭上眼睛防止异物伤害；地震时不要站在窗边、阳台下；不要跳楼，不要随意点燃明火。

学校避震：如果在上课时发生地震，应迅速躲在自己书桌底下，抱头；（本文出自 范文 . 先生网 ）如果教室是楼房，不要躲在外墙边，不要跳楼；地震过后由老师有组织疏散到空旷地方去。地震时如果在操场时，应保持原地不动，千万不要往教室跑。

溺水是青少年头号杀手，其死亡率占三分之一。不要私自到河边、池塘去玩耍。

游泳前要做到游泳四不要：

- 1，没有家长的带领，小孩不能偷偷的去游泳。
- 2，不能去控制不了水情偏僻的地方游泳。
- 3，为防止下水后手脚不抽筋，下水前应活动好身体。
- 4，对自己的水性要有自知之明，下水后不能嬉戏玩闹，在没有大人安全措施情况下，不能参加比赛。

减少车祸对我们的侵害，行走时的安全知识有以下几个方面：

- 1，走路时要走人行横道，没有人行横道时靠右边行走。
- 2，横过马路时要走人行横道，或走天桥、地下通道。
- 3，遵守交通信号，红灯停、绿灯行。
- 4，不钻，不跨越交通隔离设施。

- 5, 不在马路上追逐猛跑, 不疯打闹, 不追车。
 - 6, 不要边走路边看书。
 - 7, 夜行时, 尽量选择穿浅色衣帽和有路灯的地方横穿马路。
- 1, 火灾袭来时, 要迅速逃生, 不要贪恋财物。
 - 2, 发生火势危险时, 当机立断披上湿的被褥或衣物, 朝安全出口冲出去。
 - 3, 穿过浓烟时, 尽量使身体贴近地面, 要捂住口鼻。
 - 4, 发生火灾时, 千万不可乘坐电梯, 要向安全出口逃生。

通过对这些知识的了解, 我知道了在任何一件事情中, 安全永远是第一位的'。我们要加强自身安全防范意识, 以安全的行为在安全的环境中学习, 成才, 生活。