

知危险会避险交通安全公开课心得体会 会(汇总9篇)

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

知危险会避险交通安全公开课心得体会篇一

第一段：引言（150字）

逃生是一种必要且时刻面临的能力。在生活中，我们可能会面临火灾、地震、交通事故等危险情况，如何迅速、冷静地逃生变得至关重要。在我多年的生活经历中，我曾多次遭遇危险逃生的情况，积累了一些宝贵的心得体会，与大家分享。

第二段：提前做好准备（250字）

第一要素是提前做好准备。在日常生活中，我们应当熟悉自己所居住或工作的环境，了解周围的安全出口以及逃生通道。在家中，可以定期进行火灾逃生演练，培养家人的逃生意识和应急反应能力。此外，合理规划家居环境，保持通道畅通，并备有朝气剂、黄金水等急救物品。在办公场所，要熟悉楼层的逃生通道，并掌握不同情况下的逃生方法。

第三段：保持冷静应对（250字）

第二要素是保持冷静应对。在危险发生时，人们往往容易因惊慌失措而无法正确应对。因此，我们需要平时培养一颗冷静的心态。当遇到危险时，要迅速评估形势，并根据情况做出正确决策。如果是火灾，应低姿态趴在地上，用湿毛巾捂住口鼻，沿着疏散通道尽快撤离；如果是地震，应躲在坚固

的桌子下，避免一切可能掉落物品；如果是车祸，应向安全的地带挪动，迅速报警并等待救援。此外，平时可以学习参加急救培训，增加应对突发事件的自信。

第四段：团队合作互助（250字）

第三要素是团队合作互助。在逃生过程中，要意识到一个人的力量是有限的，寻找他人的帮助能提高逃生的成功率。在火灾时，互相帮助逃生是至关重要的，特别是老人、孩子和体弱者需要额外的关照。在地震时，团队合作可以提供互相支持和保护，减少伤害。在交通事故中，大家需要相互安抚和协助，共同保护自己和他人的安全。因此，与家人、同事和朋友进行有针对性的逃生演练，建立默契和信任，可以在危险来临时紧密合作，提高生存能力。

第五段：总结（300字）

逃生是一种危险情况下的生存技能。通过提前做好准备，保持冷静应对，以及团队合作互助，我们可以增加逃离危险的机会，减少伤害和损失。重要的是，我们应当始终保持警觉和自信，不惧危险，迎难而上。在逃生过程中，要及时报警，积极与救援人员合作，并遵守他们的指示。通过这些心得体会的总结，我们可以更好地应对危险情况，保护自己和他人的生命安全。

（共计1200字）

知危险会避险交通安全公开课心得体会篇二

这天，天朗气清，小明和小华一起来到一个正在施工的工地上。那里有几堆沙子和几个大坑，他们高兴极了，于是就不管三七二十一地玩了起来，他们把沙子仍得漫天飞，围着沙堆跑来跑去。越玩越高兴，就忘记了时间，也忘记了自己的安全。忽然，一阵风吹来，飞舞的沙子调皮地进了小明的眼

睛，他难受极了。哭了起来还不停的用手搓着眼睛，越搓越痛。最后把自己的眼膜搓破了，于是他们只好到医院去治疗。

医生给小明清洗了好几遍眼睛，可是还不行。最后医生只好给小明蒙上了纱布。小华扶着小明垂头丧气的走了。

这也使我明白了这个道理，我们不能在危险的.地方玩，就像小明和小华一样如果他们在玩之前想一想玩了这沙子的后果，如果你们想一想也不会落到这个下场的，所以我们以后做这些事时得想一想事情的后果。

知危险会避险交通安全公开课心得体会篇三

近年来，电影产业蓬勃发展，各种类型的电影层出不穷。其中，警匪题材电影一直受到观众的喜爱。最近上映的电影《危险速递》便是其中之一。作为一部大片，该电影引发了我对现实生活中的思考，并带给了我深深的触动。下面，我将从剧情、演技、拍摄手法等方面，分享一下我对这部电影的体会和认识。

首先，从剧情来看，《危险速递》是一部紧张刺激的警匪电影。影片讲述了一名平凡的快递小哥岳飞，被卷入了一个黑帮团伙的圈套。在逆境中，他勇敢地与犯罪份子展开斗争。整个剧情紧凑且紧张刺激，使观众仿佛置身于影片中的场景之中，直呼过瘾。电影中的每个细节都紧密地围绕着主线展开，使人感到无法停下来。警匪电影向来善于营造紧张刺激的氛围，这部电影的剧情正是其中的典型代表。

其次，演员们的出色表演也让我深深地震撼。影片中，郭富城扮演的岳飞是一个平凡人的代表，他既没有超级英雄般的能力，也没有天赋异禀的技巧。但正是这种普通的形象，更加贴近了观众，让人在感叹他的平凡中也发现了自己的力量。而梁家辉饰演的黑帮团伙头目韩军更是让人印象深刻。他以精湛的演技将韩军犹如真实地展现在观众面前，使人不禁感

到他所传达的威胁和紧张。这些优秀的演员们通过自己的表演，演绎出了一个个生动而有血有肉的角色，让人真切地感受到了他们的情感和内心世界。

此外，电影的拍摄手法也给我留下了深刻的印象。首先是剪辑的运用。影片运用了快速剪辑的手法，通过将不同场景互相切换，给观众一种紧迫感，增强了整体的紧张氛围。其次是摄影的技巧。电影中大量使用了运动镜头，通过镜头的追逐和旋转，让观众更加密切地参与到影片的情节中。此外，采用舞台道具，场景布置，烟雾灯光等各种视觉元素，也使电影的画面更加华丽大气。这些手法的运用，不仅提升了电影的观赏性，更是对导演的聪明用心和技术功底见证。

最后，在这部电影中，我深深感受到了人类善良与邪恶的斗争。主人公岳飞是一个平凡的快递员，他没有雄厚的背景，也没有过人的才华。然而，在面对黑帮团伙的威胁时，他并不退缩，而是勇敢地与之战斗到底。他的行为彰显了人类内心的强大和坚韧。而黑帮团伙则是邪恶的代表，他们为了私利不择手段，动用暴力，对社会造成了严重的危害。整个故事通过这样的对比，呼吁人们要勇于正义，要积极与邪恶势力作斗争。这种思想的传播在电影中得到了极好的呈现，也使观众在观影过程中得到了感悟和启示。

总之，《危险速递》这部电影以其精彩的剧情、演员们出色的表演、多样化的拍摄手法以及对人性的思考，给我留下了深刻的触动。在今天的社会中，人们面对着各种各样的挑战，但只要我们坚定信念，勇往直前，相信我们也可以像岳飞一样，在困境中战胜自己，战胜邪恶。电影给人们带来乐趣的同时，也唤醒了人们对社会问题的关注和思考。正是因为这样，警匪类型的电影一直深受观众的喜爱，也有助于引起社会对于犯罪与正义的思考，推动社会的进步和发展。

知危险会避险交通安全公开课心得体会篇四

“放心吧！我肯定会把烟花放得高高的，让你们饱饱眼福。”逞能的我，再次夸下海口。望着弟弟妹妹们期盼的目光，平时就胆小的我鼓起勇气，迈开双脚，来到外婆家的平台上。

仰望着天空，只见无数颗半明半暗的星星在动，低头凝视着那小小的烟花。刹那间，在我的脑海里浮现出一个个因为玩火让自己饱受终身残疾，甚至还失去生命的人。想到这些惊险的场面，我一阵心惊肉跳，惶恐不安，我就难以跨步。算了吧，我下定决心不要放烟花了。

我再抬头一看，只见弟弟妹妹们坐在椅子上，眼巴巴地盯着我，还不时地大叫着：“姐姐，不要害怕，快一点点火。”就在这时，我眼前出现了一个身穿黑衣服的“恶魔”。他不断地吼叫着：“小心不要在自己的弟弟妹妹面前抬不起头呀，不要让他们失望啊！”连身边的小花小草都“呼呼”地摇曳着，好像在嘲笑我：“胆小鬼！哈哈连这么点事都办不了”。

此时，我的脚颤抖了几下，心里像端了一只小兔子似的怦怦乱跳，又像波涛汹涌的大海无法平静下来。最终，我竭力抑制内心的慌乱，按下打火机，“叭”的一声，蹿出了一串串火苗。红色的火苗在我的眼前欢快地跳跃着。我眯着眼睛，紧缩着心，屏住呼吸，连大气也不敢出，把手伸向导火线。只听见“砰”的一声，我被吓得浑身哆嗦，脸色苍白，魂飞魄散。

忽然，一双温暖有力的大手把我拉了过来。我扭头一看是爸爸，我忍不住，鼻子一酸，泪水夺眶而出。

回到家里，爸爸妈妈都围着我，躺在床上的我，模模糊糊地听见妈妈在说：“以后不要玩火了！一点也不像个女孩子。”想起今晚干的不光彩的事，内疚、懊悔敲击着我的心，

使我翻来覆去睡不着。这件事给我一个深刻的教训，像一道抹不掉的痕迹，深深地印在我的脑海里。

知危险会避险交通安全公开课心得体会篇五

在人生中，每个人都会经历一些危险边缘的时刻。这些时刻一般涉及到极端的情况，让我们感到异常的焦虑、害怕、无助和忐忑。这种无法控制和勉强面对的状态，让我们更深刻地认识到自己的局限性和脆弱性。然而，当我们在度过这些困难时刻后，也许会发现自己内心更加坚定、勇敢和果敢。在此，我想谈谈我经历过的危险边缘、我所得到的启示和体会。

第二段：经历的危险边缘

如今，我想起越野单车赛事上的一个经历。当时我已经参加过几场这样的比赛，自认为有了一定的技术和经验。可是，几乎在比赛的最后阶段，我遇到了一个我并不熟悉的路段。它是一条山路，崎岖起伏，弯道密布，而且坡度非常大。当时我考虑，如果我要下车爬着走，这将使我的时间损失很大，而且我肯定无法赢得比赛。于是我决定冒险骑下去。结果，我的车速变得太快，控制不住，最终摔下了悬崖。这次经历让我认识到，当我们面对一些局限性和危险时，不要轻易冒险，还是顺应自己的能力和局限性为好。

第三段：启示和体会

这次经历带给我很多启发。首先，我们应该清楚自己的能力和局限性，不要优化估计自己和情况。其次，我们要尊重规则，尤其是像比赛这种对规则非常严格的场合。最后，我们应该时刻保持冷静，想好如何稳妥地应对危险情况。如果我当时能够思考清楚，没准能避免发生这样的意外。

第四段：如何预防和应对危险

为了避免危险发生，我们可以采取一些常用的预防措施。首先，我们要确保自己在情况和能力范围之内。即使面对看似容易的事情，我们也要保持警觉，避免轻敌。其次，我们要保持冷静，避免情绪失控，因为情绪失控会让我们做出错误的决策。最后，我们应该认真分析场合，考虑如何应对突发状况，增加应对危险的能力。

第五段：结尾

我们常说，“危机意识意味着危机中的机会。”在卫生环保、国际关系、人际交往等各个领域，我们都需要掌握应对危险和考验的能力。当我们遇到危险边缘的时刻，虽然会感到惊恐和无助，但我们也应该积极向上，勇敢应对。通过克服危险，我们可以更好地认识自己、丰富自己的人生经验，成为更加坚强、真实和成功的人。

知危险会避险交通安全公开课心得体会篇六

放寒假了，我每天都和几个要好的朋友在一块玩儿。

这天，我们几个又在一起玩起了擦炮。一开始，我们玩得很开心，每个人手上一盒擦炮，拿出一个擦炮往盒子上一擦，然后用力扔出去，过一会儿，擦炮就“啪”地炸响了。有时几人同时扔，响声连成一片。有时将擦炮擦后扔进水里，炸出一朵水花，挺好玩的。

玩了会儿，又来了两个人，其中一人去捡来了个玻璃瓶子，把擦炮擦后扔进瓶子里，一炸，瓶子没破。他又往瓶子里灌了些水，然后再把擦炮扔进去。这时，意想不到的事发生了，擦炮一下子把瓶子炸碎了，碎片四处乱飞。在离瓶子两三米处站着一个小女孩，一块碎片飞过去，正中她两眼中间的上面一点，小女孩马上手捂住脸蹲了下去，鲜血从指缝里往下淌。我们吓坏了，赶忙喊来了大人，将她送往。经检查，幸好伤得不深，消了毒，缝了几针，配上些药回家了。

回到家，我们几个都被大人骂了一顿。我很后悔，心想：要吸取教训，今后再也别玩这样的. 危险游戏了。

知危险会避险交通安全公开课心得体会篇七

危险是什么？危险是爬小区的健身自行车。那次我因为太调皮，不爬好像心里不好受一样。结果，那个把手直接倒了过来，我吓了一跳，好像要摔下去的样子，我差点撞到了头！

危险是吃错药，在小区的`花园里，我看到有一个小孩子让他朋友带他每次必吃一次的左金丸，然后叮嘱说：“是左金丸，别拿成其他药了！”他的朋友头也不回地答应：“我已经知道了，拿来就可以吃了。”不一会儿，他的朋友下来了，我仔细看了看，他朋友拿的是风油精，我不敢对那个陌生的孩子说，因为我怕他骂我“多管闲事”，后来，他打开看了看，他朋友说：“是这个吗？”他以为家里的药用光了，朋友给他买了新的。他吃了口，“噗，什么药？”后来我再次看到了他，他又说起了上次吃错药，然后拉了肚子。我觉得小孩子应该在大人监督下用药。

知危险会避险交通安全公开课心得体会篇八

上个星期天下午，我和爸爸还有郭阿姨一家到黄金广场去玩。

一到黄金广场，郭阿姨家的弟弟就骑上一辆租来的三轮自行车跑了。这三轮自行车与普通三轮自行车大不相同：转弯用操纵杆控制，刹车装在右转弯手柄上，踏板跑到前轮去了，后轮变得又长又扁——最不可思议的是，后轮居然是用来转弯的！

一开始，我觉得骑三轮车太幼稚。可到后来，看到黄金广场也没什么玩的，实在觉得无聊的我只好就着也骑上了一辆。即使骑上去了我觉得没什么意思，因为踏板老是一脚踩空，转弯也总是不像二轮自行车那么随心所欲……就在我胡思乱

想时，前方突然出现了一个急转弯。我忘了刹车手闸装在哪了，眼看就要撞到楼梯了，我就手忙脚乱地拉操纵杆拐弯。结果一下子拉过头了，车子瞬间就来了个一百多度大转弯，而且还继续往前侧滑了一段，差点把我给甩了出去。等车子停下来，我在庆幸没摔跤的同时发现心里就有一种说不出的爽，和原来在大热天汗流浹背的时后先吃冰棍，然后洗个热水澡的那个爽一模一样。漂移原来有这么爽！同时，危险在我心里已经被压下去了。在无意之中打了个漂移，心里一高兴，我开始疯了起来，拼命蹬着车，寻求那种“爽”的刺激，完全忘了可能带来危险。

我越骑越快，在感觉自己好像要飞起来的时候，我猛拉一下操纵杆然后突然拉操纵杆来享受那种由爽带来的欢乐。但是出问题了：就在我全速前进的时候，弟弟在前面急刹车。我跑的太快，两边的景物飞一般往后退。我拉操纵杆玩漂移，突然车子一滑，冲向弟弟的车。“嘭”一声，车子飞起来之后翻车了。我一头撞到了地面上，眼冒金星，但是没什么大问题，就把危险甩在脑后，继续玩。过一会，我又加起速度，然后一拉操纵杆，不料车翻了，我飞了出去。我着陆的时候，手撞到了地面，一阵刺痛。我不知道，开始被忽略的危险，。

过了一会，俩人正在照相，挡路了。我拉操纵杆玩漂移，不料把一个滑旱冰的小男孩重重的摔倒在地。过一会，他家长来找我算账了。我这才不得不停止玩漂移。

知危险会避险交通安全公开课心得体会篇九

电力是现代化社会中不可或缺的部分，然而由电力带来的危险同样不能忽视。每年都有许多意外事故发生，而大部分都是由于人们在使用电力时没有遵守安全规范所致。在本文中，我们将探讨电力的危险性及其引起的注意事项，同时分享一些个人的体会和建议。

第二段：电力的危险性

电力的危险性非常高，因为电流在流动时能够造成身体的严重损伤甚至死亡。人体在触电时会被电流击中，进而导致心跳急剧加快、呼吸困难、肌肉痉挛等症状。当电流通过心脏时，可能会导致心脏骤停。此外，电器损坏、电线老化等因素也会增加电力危险的发生率。

第三段：如何减少电力危险

为了减少电力危险的发生，我们应该高度重视电力安全。在电力使用环节中，我们应该注意以下几点：

1. 在使用电器时，务必用干燥的手操作。切勿在手湿润或脚裸露的情况下使用电器。
2. 确保电器和电线的维护工作得到及时保养。电器损坏时应及时修理或更换。
3. 合理使用电线插头。不要用手插拔电线插头，而应该拔出插头后再将手放在金属上以释放身体上的电荷。
4. 不要在潮湿的环境中使用电器，如浴室、厨房等。
5. 孩子和宠物应远离电线和电器。

第四段：个人体会

从小我们就学习了电力安全知识，但在生活中难免会有一些疏忽。在我的生活中也曾经发生过一次触电意外，幸亏没有造成严重伤害。这次意外让我更加重视电力安全，我在日常使用电器时更加小心、更加谨慎，同时也尝试向身边的人提醒电力安全，让更多人意识到电力的危险性。

第五段：结论

电力的安全使用是我们每个人都应该重视的问题。我们在日常生活中要加强电力安全知识的学习，同时积极参与电力安全宣传活动，让更多的人了解电力安全的重要性。最重要的是，无论我们身处何种环境，我们都要时刻把电力危险放在心头，并采取相应的安全措施，以保护自己和身边的人的生命安全。