

秋季安全教育开学第一课观后心得感悟(优质5篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么我们写心得感悟要注意的内容有什么呢？下面我给大家整理了一些心得感悟范文，希望能够帮助到大家。

秋季安全教育开学第一课观后心得感悟篇一

度过了一个美好又充实的假期，回到了校园的我们迎来了一个崭新而又充满期待的新学期，以及我们的《开学第一课》。

在新学期的第一课堂上，晓俞老师和周老师一起热情地为我们展开了这节课的主题——安全教育，从我做起。围绕这个主题，整堂课分为了4个部分，一是消防安全；二是交通安全；三是人身安全；四是食品安全。在课堂中让花儿朵朵小记者的小伙伴们分成红蓝两队，进行了一场虚拟城市中的安全知识大闯关比武，还邀请了四位嘉宾老师为大家亲情授课。

首先是消防安全环节，通过同学们在台上精彩的演示和演绎，以及嘉宾老师的授课，使我们了解了在发生火灾时湿毛巾叠八层捂住口鼻，并使自己尽量低下身体逃生，还要拉响警报器，如有人员被困要及时拨打火警电话，说清地址、着火点以及是否有人员被困等……。

其次是我们的交通安全环节，在此环节中，同学们用精彩的回答配合嘉宾老师的讲解，让我们知道了今天安全不容轻视，过马路千万要遵守交通规则，不闯红灯，不跨越栏杆，行人要走斑马线，骑车不走快车道，12岁以上未满18岁儿童骑车不能载人，12岁以下不能骑车上公路等等……。

然后是人身安全环节，在这个环节里，工作人员和蓝队小同

学上演了三个遇到陌生人的片段，三组同学机智的判断和镇静的头脑提醒未雨绸缪，在遇到陌生人主动搭话时不应该接受其一切物品，不能泄露自己的地址、父母电话等一切个人信息，也不要激怒陌生人。

最后，也是我最重视的一个环节——食品安全环节。食物是我们每天生活中必不可少的营养必需品，可是在生活中有很多食品无论是人为故意还是其他原因都会危害人们的身体健康。老师通过一项看似普通的挑选食品招待客人的题目，告诉我们在选购食品时要看清楚保质期、生产日期以及生产厂家，不要购买三无产品，要注意警惕罐头、罐装食品、真空包装食品是否有胀袋、漏气的现象，并可以通过按压罐头盖子检查是否鼓起，来推断是否漏气灯等觉得方法来判断食品的安全性。

注意安全，呵护并爱惜生命，一节精彩的开学第一课下课了，但宝贵的知识留在了每个人的心中，让我们铭记这些知识，倡导亲友注意安全、重视安全、珍爱生命！

秋季安全教育开学第一课观后感悟篇二

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。

秋季安全教育开学第一课观后心得感悟篇三

周末，老师给我们布置了一项家庭作业。那就是让我们观看《中小学生安全教育开学第一课》，一开始我很不以为然，

认为那些灾害根本不可能发生在我的身边。

今天早上，当我还在睡懒觉的时候，妈妈就把我从梦中扯了出来，让我坐在电视机前等这个节目，当时我很不情愿，但当节目开始的时候，我被深深的触动了。

在节目中，通过案例分析以及专家的讲解，让我了解了在灾难来临的时候应该怎样自救。比如火灾来临的时候，我们应该迅速找到安全通道，尽量就是身体贴近地面；有浓烟时，应用湿物捂住口鼻；若身上着火了应在地上打滚，将火扑灭。在农村，许多孩子的父母都外出打工，把自己的孩子交给年迈的父母照看。所以许多小伙伴都在没有父母照看的情况下私自结伴去河边游泳。在这时，溺水的情况就常常发生。由于溺水者缺乏自救知识，不知道应该把自己的口鼻露出水面，因此导致悲剧的发生。所以，当溺水情况发生的时候，我们不应该盲目的下水营救，应该呼喊大人相救。

随着节目的深入，也更加让我了解了交通安全的重要性。如在马路上行走的时候应靠右边行走；在过马路的时候应走人行横道；“红灯停，绿灯行”，“宁让三分，不争一秒”。

今天，奉老师之命在七点五十五分准时收看《中小学生学习春季安全第一课》，这个节目主要讲的是为提高中小学生学习安全防范意识，让每一个中小学生在遇到自然灾害和突发事件的时候沉着冷静应对，减少意外事故对中小学生学习带来的伤害，节目共分为四个部分：

一、第一部分

第一部分主要讲的当我们在地震发生时该如何逃生。对这一点，我总结出几个不要：

- 1、不要在地震时到楼梯上去，也不要跳窗户。

- 2、不要躲在易碎品放下。
- 3、不要在没有组织的情况自行逃跑。

通过这个部分我认为，我们应时常搞演习呀！

二、第二部分

第二部分主要讲的当我们在火灾发生时该如何逃生。对这一点，我总结出几个不要：

- 1、不应用不安全电器。
- 2、晚上看书，要注意用火安全。
- 3、不能乱接乱拔。

三、第三部分

第二部分主要讲的是在马路上应注意哪些问题。在马路上，平均1小时死亡小学生是100个对这一点，我总结出几个不要：

- 1、不能直窜马路。
- 2、要遵守交规则。
- 3、骑车的要右行。

四、第四部分

第四部分主要讲的是我们该到哪里去游泳，当发生人溺水时该怎么面对。

- 1、不要去小河边玩。

2、不能自己去游泳。

我听了这节课，以后一定会注意。

秋季安全教育开学第一课观后心得感悟篇四

这天，我按照老师布置的任务——看电视《安全教育课》。我看了以后。受益匪浅，并且懂得了遇到突发事件该怎样应对、处理。

我早早就起了床，为的是能够看到节目，八点零五分我准时坐到电视机前，打开tv52《安全教育课》主要分成四大事故总结，但令我最难忘的还是第一个地震事故。看了之后我体会到了：万一遇到了地震，首先不好慌张，要冷静处理、应对。同时也知道了：遇到地震时，要尽量蹲下，用手保护好头部，逃跑时，不好贪恋财物，要有秩序地逃跑，不能拥挤。第二，火灾事故，但咱们遇到火灾时，就应拿湿毛巾捂住鼻口，迅速逃生。万一身上着火，千万不能害怕，就应就地打滚，把火扑灭。要是堵在房间里，就应用水淋门口，以便降温。再到窗口大声呼救，那些显眼的东西挥摆，引起路人的注意，方便他人及时救助。

透过看了以上两大事故，我明白了：无论发生什么突发事故，首先第一件事就是不好紧张，就应冷静应对，要把之前所学到的安全知识学以致用，并且要学会利用身边的工具自救，或利用它引起别人注意。是他人能及时通知并且救助，逃跑时要走安全出口，不好贪恋财物，还要迅速、有秩序地逃到安全的地方，同时，我也感受到：生命是宝贵的，因此咱们更要好好珍惜、保护它。

安全教育第一课里面讲了：在学校地震时要跑到操场，不能躲在教学楼旁边，如果教学楼操场太远，就应躲在桌子下方。如果在家里地震时，就应尽快找到三角形的小空间，假如没有找到，就拿枕头等软的东西放在头顶上。游泳安全：如果

有人掉下河里，如果旁边有木棍，就去救他(她)，假如没有，就应去找身边的人帮忙。

咱们做每一件事的时候都要仔细地想一想：它安全吗？做了以后会有什么后果呢？交通安全：高高兴兴地上学，平平安安地回家，这是爸爸妈妈每一天的期望，但是天有不测风云，交通安全事件占的人数最多，因此咱们就应要很重视这一点，让交通安全的事故减少，甚至消失。因此咱们过马路要走斑马线，红灯停，绿灯行，不违反交通规则。

我看了《安全教育第一课》，让我明白了人在自然界中是多么脆弱，让我学会保护自己，了解很多安全常识。咱们就应要珍惜生命，安全第一，生命只有一次，青少年是祖国的未来和期望，咱们就应要好好学习，将来为祖国多出点力，加油吧！

秋季安全教育开学第一课观后心得感悟篇五

开学第一天我看了《安全第一课》才知道生活中有许多的危险向我们靠近，我们都没有意识到，甚至知道危险还是想去尝试，所以才会有那些事故发生。

第一，火！对于火很多不懂事的小孩都喜欢玩，比如：有打火机；估计很多小朋友都和我一样喜欢用打火机烧东西，这样是很危险的，万一不小心烧到自己或者是点着易燃物会发生大火灾的。发生火灾一定要先保护自己，用湿毛巾捂住口鼻，匍匐前进，在想办法打119求救，自己尽量躲进卫生间打开水龙头躲在里面等待救援。

第二，水！虽然说火很危险，但是与火相克的水也同样危险。下水前一定要做热身运动，以防游到一半发生腿脚抽筋等，千万不要在深水处游泳。不会游泳的小朋友千万不要到深水处玩水，身边一定要有家人陪着，家长一定要牢记不要让小朋友单独去玩水。

第三，食品安全!饭前洗手是家长对每个孩子都说过的话，对于我们身体所需的营养爸爸妈妈也是非常重视，牛奶是我们每天都需要喝的。对于小朋友来说零食是必不可少的，家里的冰箱、橱柜里都有零食，路边的小吃是一定不能吃，是不干净的。

第四，交通安全!小朋友过马路时需要爸爸妈妈的陪同才能过去。很多小朋友都喜欢骑自行车，要记住12岁以上的小朋友才能骑自行车，但是不准在马路上骑，在小区或者是公园里由爸爸或是妈妈陪着骑，一定要注意安全。

具体来说，透过观看《讲座》我学到了许多有关地震、游泳、火灾还有人身安全等方面的安全知识及注意事项。比如在发生地震时我们就应在老师的指挥下跑出教室，或躲在课桌底下，也能够就近躲在狭小空间的墙角处;在遇到火灾时要及时拨打110报警，并用湿毛巾捂住嘴和鼻口，尽量贴近地面沿着安全路线逃离火灾现场。逃生时要走楼梯，不能坐电梯;夏天游泳时务必和大人一齐去，要做到“四不好”，不好在游泳池里打闹，不好成群结队去河里游泳，当其它小朋友溺水时，不好自己下水救助，要呼喊大人或打110报警;在学校要遵守校规校纪，在上下楼梯时不好拥挤打闹。

在上学或放学的路上要遵守交通规则，过马路要走人行道，要走斑马线，不好在马路上嬉戏打闹玩耍，不好横跨护栏，横穿马路，更不能在马路上看书。不吃陌生人的东西，不贪小便宜，不跟不熟悉的人走，与陌生人持续必须的距离，遇到坏人时不好被他或她的言语吓倒，要勇敢地大声呼救，做好自己的人身安全防护。

透过观看这个讲座让我明白了我们就应坦然的去应对那些无情的自然灾害;我懂得了在灾害发生时要先自救，有潜质的再去救其它的人这个道理。

同学们：我们的生命只有一次，因此我们要珍爱自己的生命。

让我们行动起来吧，学会一些逃生和自救的小常识，使自己
和他人能避免或减少受到的伤害，时刻把安全铭记在心，让
我们健康快乐地成长！