

# 防灾减灾安全教育心得体会(优质5篇)

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？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。

## 防灾减灾安全教育心得体会篇一

生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一切的前提是安全。所以我们一定要时刻加强安全意识，努力增强自我防范能力，作到警钟长鸣！同学们生活在幸福、温暖的家庭里，受到父母和家人的关心、爱护，似乎并不存在什么危险。但是，家庭生活中仍然有许多事情需要备加注意和小心对待，否则很容易发生危险，酿成事故。下面就谈谈家居安全要注意什么：

一、校园中存在的安全隐患。（可请学生列举一些现象）

- 1、 学生集会、集体活动、课间活动的安全隐患。
- 2、 学生饮食、就餐的安全隐患。
- 3、 学生交通安全隐患。
- 4、 校园隐性伤害的隐患。

二、学生集会、集体活动、课间活动中应该注意的安全事项。  
上下楼梯要注意什么？

- 1、 不要因为赶时间而奔跑。
- 2、 在人多的地方一定要扶好栏杆。

- 3、整队下楼时要与同学保持一定距离。
- 4、上下楼时不要将手放在兜里。
- 5、不要在楼道内弯腰拾东西、系鞋带。
- 6、上下楼靠右行。集体活动中要一切行动听指挥，遵守时间，遵守纪律，遵守秩序，语言文明。

课间活动应当注意什么？

1]室外空气新鲜，课间活动应当尽量在室外，但不要远离教室，以免耽误下面的课程。

2、活动的强度要适当，不要做剧烈的活动，以保证继续上课时不疲劳、精力集中、精神饱满。

3、活动的方式要简便易行，如做做操等。

4、活动要注意安全，切忌猛追猛打，要避免发生扭伤、碰伤等危险。

中学生防灾安全教育心得体会2

## 防灾减灾安全教育心得体会篇二

今天中午，我们组织看了防震减灾科教片，我从中知道了很多知识。

在地震来临时，不能慌张，应该找一些合理的地方进行躲藏。哪些是合理的地方呢？就让我在电视上看到的知识来为大家讲讲吧。

在学校里，地震要来时，应该及时地躲到课桌下，并且将头部保护好，因为头部是我们身体中最重要的一部分。在家里，地震要来时，应该及时地躲到比较坚固的桌子底下，还可以躲到床底下，但要提醒大家的是，在家里时，千万不能躲在阳台上。因为阳台与主体连接不够紧密容易造成伤亡。那，在室外，这可怎么办呢？不用担心如果在室外的话，应该在附近没有建筑物的草坪上，抱着头蹲下，这样比较安全。如果在电影院里，也不要惊慌，可以躲在椅子底下。知道了地震来时应该怎样保护自己，但在买房子时，应该选择怎样的房子比较安全有效地预防地震的冲击力呢？别着急，让我来告诉你吧：

在买房子时，应该选择以下这些房子：竹楼、矮房等。知道了应该选择怎样的房子。有些人肯定还会问，政府是怎样预测地震的呢？别急，别急，让我来告诉你。

政府有效地利用了地震波。如果你在地震波仪器前用力地跳上几下，这个仪器上就会出现地震波。别担心，这不是真的地震要来了。其实，我国知识的火炬在古代已经点燃了。在古代，科技不是很发达，但这台地动仪可以预测到几百万千米以外的地震，并且很准确。地震会在水里发生吗？但水下无人居住，一般不会影响到人类的生死存亡。但如果地震发生在海岸边的话，就会引起海啸，才会威胁到人类。

同学们，我们一定多学些自然现象的知识，为自然灾害来临时，有效地保护好自己的身体打下了扎实的基础。

### **防灾减灾安全教育心得体会篇三**

地震灾害是世界上造成经济损失最严重和人员伤亡最多的自然灾害之一。在目前地震预报仍是个难题的情况下，我们要加强对地震科普知识的学习，以利于掌握正确的避震和自救、互救方法。

为了提升自救能力，在校领导的组织下□xx月12日，我校组织全体师生进行了一次地震逃生演习。

上午九点，演习正式开始。当警报突然响起，同学们在老师的指导下，迅速拿着书或者是书包，来保护自己的头部，蹲在桌子底下。靠近门口的同学，将教室门打开后，尽量蜷曲身体，降低身体重心，抓住桌腿等牢固的'物品。整个动作要一步到位。嘈杂声过后，师生们按照事先计划的秩序有序的从教学楼逃离。这次的演习很成功，大家表现的都很不错。

通过这次地震演习的亲身体验，真的是很受益匪浅。面对地震灾害我们无法阻止它的到来，但我们可以通过学习和认识逃生技能来保卫自己的安全。通过这次演习，能加强学生自我保护的意识，提升自我保护的能力，当灾难来临时，我们可以把灾难控制到最低，而不再是什么都不懂，这个演习真的是很有必要。

## 防灾减灾安全教育心得体会篇四

天灾，总给人们以最残忍，最严厉的惩罚，有些灾难是难以避免的，而有些却是人类自作自受的下场。

地震，是天灾的一种，是地球的内部运动导致的。给人类带来了许多灾害。地震可能会因为未及时熄灭火源、燃气泄露、电线短路等而导致火灾的发生，还会造成山崩、滑坡，从而引起洪灾，如果是毁灭性地震，会使房屋倒塌，遭到毁灭性的破坏。最重要的还是地震会造成人员的大量死亡，1558年陕西省华县大地震死亡人口83万人，汶川大地震也造成人员伤亡24.4万人，人员的大量伤亡使家属们、地震中侥幸存活者的心灵受到了巨大的创伤，也许一辈子都会生活在地震的阴影中。我们很难想象，当一个在地震中失去了双腿的女孩，又在地震中失去了所有亲人，那她以后的人生路该怎么走?康复以后她怎么鼓起勇气面对生活?地震带给她的不但是病痛的折磨，还有心灵上的重重一击，因此，我们应该采取有效

的防护措施，以保证生命安全。地震时不要慌张，应该按指挥紧急疏通，做到效率高而快，尽量跑到空旷场所，这样不易被房屋压到。最重要的是保持体力，不要大喊大叫，用石块敲击等方法告诉他人自己的所在位置。如果被压在下面，应保持冷静，设法自救，用湿毛巾捂住口鼻，防止烟尘呛闷。同时要设法避免上方可能压下来的重物，以免在余震中发生危险。

地震给人们带来的只有不幸，虽然我的`家乡从来没有发生过一次毁灭性的地震，让我们不必为地震的发生而心惊胆寒。但，中国有23条地震带，每时每刻都有可能发生地震，因此，我们仍应学习有关地震的知识。天灾是不可避免的，但团结的力量是强大的，让全中国人携起手来，“防震减灾”，让祖国的明天更加灿烂辉煌！

## 防震减灾安全教育心得体会篇五

每一次，当我们目睹灾难降临，我们不得不承认人类是如此的脆弱，生命变得那么的短暂而宝贵，在灾难来临时，也许前一秒你还沉浸在欢声笑语中，但后一秒你便会觉得心如刀绞，因为灾难，悲泣代替笑语；因为灾难，废墟取代高楼；因为灾难，有无数的人失去生命，灾难，在人们还没来得及反应的情况下就摧毁人类美好的家园，粉碎了人们心中美妙的梦。有些生命就如含苞待放的花朵，在它还没来得及展现自己体态的多姿和人生的精彩就已经被无情的“魔鬼”所扼杀了。

我们无法阻止灾难的来临，可我们能用我们的努力智慧降低灾难带来的`损失□xx月12日为防震减灾日，在当日下午我校举行了一次防震减灾的演练活动，当同学们沉浸在快乐的学习中，忽然哨子响起来了，同学们立即起身，一个接着一个跑出教学楼，就如一条长龙奔向操场，在短短的几分钟内，我感受到了全体师生都是以一种真心的态度去对待这次演练活动，一个个神情在重，我们仿佛将自己置身于真正的灾难中，将自己的生命在生与死这这间作出抉择，经过老师的积

极引导和同学们的认真态度，这次演练取得成功。

这虽然仅是一次演练，却是我们成长中的一束阳光，因为我们在这次练习中取得经验，每一次的演练都是为安全打“预防针”，在为我们的生命加强“免疫力”。

在地震灾难面前我们难免会想到四川地震，一座座高楼大厦，一个个美好家园，无数珍贵的生命在一夜间化为虚有，当我们看着这惨败的现象，倾听着那撕心裂肺的呼喊声我们难道不为之震撼而又心痛吗？与之相比的是日本地震，它同样给予每一位人们震惊，因为在这样人口密集的小岛国家人员的伤亡人数却只有几千人，同样的原因造成不同的后果，这难道不值得引起我们的深思吗？在地震之际，四川人民表现的是惊慌失措，而日本人民则是沉着冷静，有着这样的心态，就是因为日本重视对人们防震减灾的意识，他们懂得如何在灾难面前表现得临危不乱，如何让自己有机会生存。日本重视每一次的演练活动，因为看一次防震减灾的演练都了自身的经验，一点一滴的累积让他们能在灾难中多一份安全的保障，也许我们会认为日本位于频繁的地震地带才需重视，我们生活在安全地带没必要顾及太多，可是，灾难的形式多样，水灾、火灾、泥石流等灾害都对我们的生命构成重大威胁，灾难不会向我们敲响警钟，只有自己才是保护自己永远的天使。因此懂得如何防震减灾是对自己生命负责的表现。

不把演练当成一种形式，而是把它当成一种保护自己的方式，不抱学习防震减灾当成一项任务，而是看成一份责任，只有这样，我们才能让安全成为生命的保障，用生命抒写人生伟大的篇章。