

最新开学安全第一课心得体会(精选13篇)

通过模仿范文，我们可以提高自己的语言表达能力和语感。写一篇完美的总结需要我们将重点放在对过去一段时间的收获和经验教训的总结上，让读者能够从中获得启示和帮助。这篇总结范文包含了关键要点和精彩的观点，值得我们学习借鉴。

开学安全第一课心得体会篇一

随着秋天的到来，假期已经悄然结束。转眼间，是新的开学季节。在学校开学之前，开学第一课也如期到来。xxxx年秋天《开学第一课》将播出，今年学校第一课的主题是奋斗成就梦想。晚上8点，我很早就兴奋地看电视，生怕错过每一张动人的画面，随着熟悉的画面，美妙的音乐响起，除了无与伦比的兴奋之外，我心中还有更多的期待。

每年的第一课是所有中小学生在每年都要看的常规节目，因此主题每年都不一样，通常都是根据这年时下的环境来确认一个新的主题，同时也是个历史与实际相结合的公益节目，是通过历代往年的中励志的事情来进行改编而成，只不过是希望通过电视的节目形式所呈现出来，目的想要让广大的中小学生们利用这次的机会来学习，激发个人的爱国，为祖国贡献的斗志。

每年的《开学第一课》节目内容都是振奋人心，看得我们热血沸腾，无论是爱国励志，抗震救灾，还是英雄事迹，每一个人物都是我们学习的好榜样，或多或少给人们带来一种动力和激情。

通过这些节目让我们更好、更全面地了解祖国的面貌，让我们在未来有一个更明确的学习目标和方向，为未来的成长道

路打下良好的基础。同时我也深深感受到了，每一位英雄事迹的背后，支撑他们一路走来不只是勇气与坚持，还有对于梦想，对于祖国的无限热爱。作为新中国未来的花朵，时代赋予我们的历史责任，要求我们有非凡的知识和丰富的体力去实现。让我们努力学习，每天进步，不断吸收新知识，发展好身体，在祖国怀抱中不断朝着更好更强的方向跃进，实现自己的梦想！

开学安全第一课心得体会篇二

第一段：引言部分（200字）

近年来，法治安全教育在我国得到了广泛的关注和重视。作为维护社会秩序和稳定的重要环节，法治安全教育的推广不仅是加强国家治理能力的需要，也是全面提升人民群众法治素养的必然选择。在参加法治安全第一课的学习过程中，我收获颇丰，深感法治安全教育的重要性和必要性。

第二段：法治安全教育的重要性（250字）

法治安全教育的重要性体现在多个方面。首先，它有助于提高人民群众的法治素养，让大家了解法律的意义和作用，知道如何通过法律渠道维护自身权益。其次，法治安全教育是构建和谐社会的基础，通过教育人们遵守法纪，规范行为，维护社会秩序的稳定。再次，法治安全教育有助于加强国家治理能力，通过推进法治进程，实现国家治理的科学化、规范化、法治化。

第三段：法治安全教育的启示（250字）

参加法治安全第一课，我深受启发和感悟。首先，法治安全教育告诉我们法律是公平公正的，是保护人民权益的利器，我们要积极行使自己的权利，守护自己的合法权益。其次，在法治社会中，我们要充分认识到法律的约束和规则的重要

性，不违法、不触法、不利用法律漏洞谋取私利。最后，我们要以法治精神为指导，培养遵纪守法、守信用、公平正义的良好品质。

第四段：法治安全教育的应用（300字）

法治安全教育不仅仅是知识的传授，更是要让人们将法律观念融入到实际生活中。首先，我们要了解法律的基本知识，不管是从社会角度，还是从个人角度，都要对法律法规有清楚的认识。其次，我们要懂得权利和义务的平衡，既享有自由权益，也要承担相应的责任义务。再次，我们要通过法治安全教育，提高自我保护意识，防范社会风险和事故的发生，确保自身和他人的安全。最后，我们要积极参与社会治理，关注公共事务，共同维护社会的和谐与稳定。

第五段：结语部分（200字）

参加法治安全第一课，我深切体会到了法治安全教育的重要性和必要性。作为一个公民，我们应当不断学习法律知识，提高法治素养，做到遵纪守法、守信用。同时，我们也要积极参加社会治理，关注公共事务，主动履行社会责任。相信随着法治安全教育的不断深入推广，我们的社会将会更加和谐，秩序更加稳定。让我们共同努力，共建法治社会的美好明天！

开学安全第一课心德体会篇三

法治安全是国家安全的重要组成部分，法治安全第一课是全体公民了解和贯彻法治安全的基本常识与法律法规的首要课程。最近，我有幸参加了一次法治安全第一课的学习，收获颇多，深感法治安全对于我们每个人来说都至关重要。下面我将围绕我个人的体会与感悟，以五段式的形式进行展开。

首先，法治安全第一课使我明白了法治安全对个人、家庭和

社会的重要性。在课程中，我们学习了一系列的案例，这些案例直观地展现了法治安全的重要性。例如，当一个家庭没有意识到法律保护的重要性，没有了法律的约束和规范，家庭成员之间就很容易发生矛盾和冲突，甚至导致家庭暴力的发生。而有了法治安全的保护，人们就能够依法行为，避免犯罪行为的发生，保护自己和家人的生命财产安全。同时，在社会层面上，法治安全的重要性更加显著。一个国家只有依法治国，才能够建设和谐稳定的社会环境，保障人民安居乐业，维护社会秩序的正常运转。因此，我深刻认识到，法治安全是一个社会和谐与安宁的基石。

其次，法治安全第一课使我意识到了法律知识的重要性。在课程中，我了解到法律是保护公民合法权益的最基本工具，它规定了公民在生活、工作和社交活动中的权益和义务，并为违法者制定了相应的处罚措施。对于我们每个人来说，了解和学习法律知识不仅能够增强自身的法律素养，还能够更好地维护自己的权益。比如，在生活中，我们遇到侵犯自己权益的情况时，能够根据法律规定采取合适的措施保护自己的权益；在工作中，了解与自己工作相关的法律法规，可以避免因为违法行为而失去工作甚至引起法律纠纷。因此，学习法律知识对于我们每个人来说都是至关重要的，不仅能提高我们的法律意识，还能使我们在法律层面行事更加明智。

此外，法治安全第一课给我留下了深刻的第三点体会，那就是要积极参与法治建设。作为公民，我们不仅要遵守法律法规，更要积极参与法治建设，为维护社会法治安全尽自己一份力量。我们可以积极参与社区巡防、志愿服务等活动，加强社会监督，提高社会治安水平；同时，我们也可以通过合法的方式提出建议和意见，推动法律法规的完善和改进。法治安全的建设是一个长期而复杂的过程，只有每个公民都能积极参与其中，才能实现社会的和谐与稳定。

此外，法治安全第一课还教会我如何正确应对危险和风险。在课程中，我们学习了如何提高自身的安全意识，识别和应

对各种危险和风险。例如，在手机被盗的情况下，我们要及时报警，不应轻易相信陌生人；遇到火灾或地震等突发事件时，我们要冷静处理，迅速采取有效措施保护自己的安全。通过这次学习，我明白了提高自身的安全意识和应急能力的重要性，这对于我们防范和应对各种风险和危险具有重要意义。

最后，法治安全第一课让我明白了法治安全的首要地位。在现代社会中，法治安全是最基本的安全。只有确保法治安全，我们才能安心生活、快乐工作。无论是个人、家庭还是社会，都需要遵守法律的规范和约束，维护法治安全。法治安全第一课为我们提供了深入了解法治安全的机会，让我们认识到了法治安全的重要性，并提供了学习和应用法律知识的途径，使我们能够更加全面地认识和维护自身的合法权益。

综上所述，法治安全第一课给予了我许多宝贵的经验与心得体会。通过学习和参与，我深刻认识到法治安全对个人、家庭和社会的重要性，意识到了法律知识的重要性，明白了积极参与法治建设的重要性，也学习到了如何应对危险和风险。我相信，在未来的生活中，我将不断提升自身的法律意识和法治素养，积极参与法治安全维护的工作，为社会的和谐稳定献出自己的力量。

开学安全第一课心得体会篇四

今天是新学期开学，老师让我们观看了安全教育片。看完以后，我知道了生命。安全是多么的重要，如果遇到灾难时，要在不同的场所有不同的应对方法如：自然灾害。洪水。地震。等等，我们必须冷静处事，听大人的指挥或跑到安全的地方来保护自己，在平时我们要多训练多掌握一些自救与救人的一般技能。

在现实生活中，难免会遇到一些突发事件如：溺水。失火。交通事故等等，这时我们必须冷静处事，其实这些并不可

怕，如果你平时掌握了一些有关的安全知识和应急措施，就会避免一些不必要的伤害，总之，在生活中我们一定要进行必要的安全防危教育，让我们学会生存。学会爱护生命。学会安全第一。学会生活的重要内容，这也能促进我们的全面发展。

爱护生命，安全第一，中小學生是祖国的花朵，是祖国的希望。

开学安全第一课心德体会篇五

通过这次安全教育的学习，我起来就是要牢记以下几点：

第一、做好课间活动的安全。楼梯口是我们的重点安全防范部位，不少学校都发生过楼梯拥挤造成的安全事故。在课间休息时，教室里、走廊上、楼梯间到处都是走动或者站着的同学，如果追赶打闹，一是可能由于跑的速度过快而使自己扭伤手、脚、腰或跌得头破血流；二是可能撞倒其他同学，造成意外事故。我们校园里还有一幢教学楼正在施工，小朋友们课间绝对不能到施工区去玩耍、打闹。

第二，做好劳动活动时的安全。学校或班级都要组织一些公益劳动和打扫卫生的劳动，这是十分必要的。但在劳动中，也极有可能出现一些危险，小朋友们要注意了解劳动场地的特点，做好安全防范；注意劳逸结合，累了就休息一会再劳动；不要在高空和有危险的地方劳；不要在劳动时间打闹嬉戏。

第三，注意交通安全。马路不是游戏场所，不能在道路上玩耍；不仅自己要遵守交通规则，还要互相提醒，相互监督，相互照应，当一名维护交通安全的“宣传员”；不坐“三无”车辆；过马路时做到一停、二看、三通过，靠右行；在城市里还要注意走斑马线，走人行道。

第四，提高食品卫生安全和自我防范意识。不在路边小摊点、无证无照的商店买东西，不买“三无”过期变质食品，不暴饮暴食。在校外不能随意的相信别人，碰到有人问路时我们只能指路不能带路，不能和不熟悉的人一起玩，遇到坏人时应及时告诉家长和老师。

第五，要遵纪守法，遵守社会公德，遵守学校各种规章制度。不迟到早退旷课，不违纪，按时作息；严禁翻越学校围墙和大门；严禁购买、收藏、携带管制刀具；爱护学校财产，不损坏公物；配合门卫人员的管理工作，保证校园的安全。

安全责任靠大家，希望我们都能在学校安稳快乐的学习成长。

开学安全第一课心得体会篇六

煤矿是我国最重要的能源资源，但其开采过程中也存在着巨大的安全隐患。为了提高煤矿作业人员的安全意识和安全技能，我所在的煤矿组织了一次名为“煤矿安全第一课”的培训活动。参加了这次培训后，我深感受益匪浅，并且对煤矿安全问题有了更加深刻的认识。以下是我对此次培训的心得体会。

首先，我意识到煤矿安全是每个煤矿工人应当时刻牢记的重要原则。在培训中，我们学习了一系列煤矿事故案例分析和安全教育知识，深入了解了以前并不了解的安全隐患和预防措施。通过参与演练和模拟实操，我明白了每个煤矿工人都必须设身处地地想象自己处于事故中的各种情境，提高预防事故的能力，时刻做好安全防范工作。

其次，我认识到煤矿安全需要全员参与，形成强大的安全合力。培训中，我们不仅学习了安全知识，还进行了多次协同演练。通过和同事的合作和交流，我深感只有全员参与、密切配合，才能形成强大的煤矿安全合力。每个人都应当时刻警醒，及时发现和报告安全隐患，同时也要倾听他人的意见

和建议，共同制定和执行安全规定。

第三，我意识到煤矿安全培训是一个长期的过程，需要不断地学习和提高。培训中，讲师详细介绍了煤矿各类事故的起因和救援经验，并为我们提供了关于煤矿安全的书籍和资料。这让我深刻体会到，只有通过不断的学习和提高，才能更好地应对各种事故情况。我决心将煤矿安全作为我的一项重要职责，并终身学习和提升自己的安全技能和意识。

第四，我认识到煤矿安全和生产效益是紧密联系的。正如培训中强调的那样，只有保证煤矿安全，才能更好地提高生产效益。安全事故不仅会导致人员伤亡和产能损失，还会对煤矿的声誉和发展造成极大的影响。因此，我们必须时刻将安全放在首位，从生产安全和经济效益两个方面全面考虑，制定合理、可行的安全管理措施。

最后，我认识到煤矿安全是全社会的责任和共同责任。作为煤矿从业者，我们要时刻保持谦虚和谨慎，维护领导正确决策，积极响应和参与煤矿安全监督和管理。同时，政府和社会各界也应加大力度，切实增强对煤矿安全工作的支持力度，共同营造安全、稳定的煤矿生产环境。

总之，煤矿安全第一课是一次非常有意义的培训活动，使我对煤矿安全有了更加深刻的认识。通过这次培训，我明白了煤矿安全是每个煤矿从业者应当时刻牢记的原则，需要全员参与，形成强大的安全合力。同时，煤矿安全需要终身学习和提高，同时与生产效益密切相关，需要全社会的共同努力。我将以这次培训为起点，不断提升自己的安全意识和技能，为煤矿安全和健康发展做出贡献。

开学安全第一课心德体会篇七

近年来，我国法治建设取得了令人瞩目的成就。为了进一步弘扬法治精神，提高广大民众的法治意识和法律素养，我参

加了一门名为“法治安全第一课”的培训班。在这个培训班中，我深刻认识到法治对于社会安全的重要性，并从中获益良多。以下是我对《法治安全第一课》的心得体会。

首先，从课程内容来看，《法治安全第一课》着重介绍了法治原理和基本知识。通过讲解宪法、法律、法规和司法程序等内容，使我们对法治的概念和内涵有了更深入的了解。特别是对于宪法的学习，我深感宪法是国家的根本法，是我国法律体系的灵魂，而我作为一个公民，应该时刻遵守宪法，并积极参与法治建设，推动国家法治进程。

其次，我认为课程中关于个人权利和义务的讲解十分重要。作为一个公民，我们不仅享有自由和权利，还应当履行相应的义务。只有坚守法律底线，才能维护自身权益，促进社会的和谐与稳定。而对于年轻人来说，更有必要强调法治观念的培养和法律意识的增强。年轻人作为社会的未来，需要具备正确的法律观念和法治精神，才能为国家和社会的发展做出积极贡献。

此外，在课程中，专门介绍了交通法规和消防安全知识。这让我深刻认识到交通安全和消防安全的重要性。在城市化进程中，交通事故频发，安全隐患不容小觑，而火灾事故更是给生命和财产带来了巨大损失。通过学习交通法规和消防安全知识，我明白了遵守交通法规和防止火灾事故的重要性，也更加明确了自己应该如何做出正确的行为选择，保护自己和他人的安全。

对我来说，最具触动的是课程中的案例讲解。通过真实案例的分析，我看到了法治的威力和司法的公正。不论身份地位如何，只要违法犯罪，都会受到法律的制裁。而相反地，只要守法行为，都能得到法律的保护。这让我深信法律是保护人权和社会正义的最有力工具。同时，案例的分析也提醒我，要时刻保持警惕，正确使用法律作为自我保护和权益维护的工具。

最后，这门课程使我对法治安全有了更加深刻的认识，并思考了许多问题。作为普通公民，我们应该如何正确维权和守法？作为年轻人，我们又应该如何培养正确的法治观念？作为中国人，我们应该如何更好地参与到国家法治建设中？这些问题都需要我们认真思考和行动起来。我相信，只要每个人都能从自身做起，从小事做起，法治安全一定会在全社会形成强大的合力。

综上所述，《法治安全第一课》让我深刻认识到了法治对社会安全的重要性，也促使我思考了如何正确行使个人权利和义务、如何遵守交通法规和消防安全知识以及如何积极参与到国家法治建设中。我将会积极践行所学，做到遵纪守法，守护社会安全，以实际行动为法治建设贡献自己的力量。

开学安全第一课心得体会篇八

近年来，煤矿安全问题频繁发生，给社会造成了重大损失。针对这一问题，各级政府、企事业单位以及煤炭行业都加大了对煤矿安全的关注力度。在这样一个背景下，我有幸参加了一场以“煤矿安全第一课”为主题的培训，通过学习，我深深体会到了煤矿安全的重要性和我们每个人应该发挥的作用。

首先，培训课程向我们强调了煤矿安全的重要性。煤矿行业是我国重要的能源行业，面临的安全风险也是十分巨大的。过去几年，煤矿事故频发，造成了严重的人员伤亡和财产损失。这不仅对煤矿企业造成了巨大打击，也对整个社会造成了不可估量的损失。笔者通过课程了解到，煤矿安全事关企业和员工的生命财产安全，同时也事关国家的经济发展和社会稳定。因此，煤矿安全必须放在首位，责任重于泰山。

其次，课程中提到了煤矿安全管理的关键要素。煤矿安全需要有全员参与的精神和传统，也需要有科学的管理体系和完善的制度规定。培训课程通过案例分析和实际经验分享，向

我们传达了有效的煤矿安全管理方法。首先，要加强对风险的认识，做到预防为主，安全为先。其次，要注重安全技术培训，提高员工自救互救的能力。再次，要完善安全管理制度，逐渐建立科学高效的煤矿安全管理体系，确保员工的安全知识、技能和意识的提高。通过课程的学习，笔者明白了煤矿安全管理的重要性，也认识到了建设科学的管理体系和制度的必要性。

课程过程中，我们还探讨了煤矿安全的难点和挑战。笔者了解到，煤矿安全存在一系列的难题，如人为因素、设备老化、安全意识淡薄等。在当前矿井深度增加、煤层潜火、高、突等安全风险增加的情况下，煤矿安全形势愈发严峻。因此，培训课程提醒我们要对可能的风险时刻保持警惕，增强预防和应对突发状况的能力，同时也要加强科技创新，提高安全设备设施的可靠性和智能化水平。

最后，课程引导我们认识到煤矿安全责任的重大。煤矿安全关乎每个人，不仅仅是企业和政府的责任，更是个人的责任。煤矿企业要承担起安全管理和风险控制的责任，政府要加大监管力度和法律法规的制定。但我们每个人也都需要成为煤矿安全的守护者，要提高自身的安全意识，加强安全知识培训，严格遵守规章制度。只有我们每个人主动积极地投身到煤矿安全事业中，才能真正做到安全可持续发展。

总而言之，通过参加煤矿安全第一课的培训，我深刻认识到煤矿安全的重要性和紧迫性。课程提醒我们煤矿安全管理的关键要素，探讨了当前煤矿安全的难点和挑战。同时也引导我们明白了煤矿安全责任的重大，要求我们每个人都应该承担起属于自己的责任。煤矿安全是一个系统工程，需要全社会的共同努力。只有大家齐心协力，才能实现煤矿安全的可持续发展。

开学安全第一课心德体会篇九

在生活中，我们会遇到各种危险，如交通事故，遇上坏人，烧伤，被电等等，所以我们要保护好自己，这也就是所谓的“自我保护”，就是用自己所学过的知识来保护自己，学会自我保护是很重要的。

就在去年夏天，四个十二岁的小男孩在中午时到龙源湖去游泳，可他们并不知道危险根据蒲场镇中心学校3月1日校长、园长会议要求，结合县教科局及市《关于开展春季学期学校安全工作检查的通知》要求，在开学第一天认真组织开展好“开学安全教育第一课”活动，对学生进行交通、消防、食品卫生、预防溺水、踩踏、传染病等安全教育和心理健康教育等宣传教育活动。3月3日上午，大溪小学利用开学典礼时间集中对全校学生开展了春季开学安全第一课活动。现将活动情况总结如下：

- 1、开学之初，学校根据教科局文件精神，具体布置了开学第一课的要求，各班级利用主题班会课，大力向学生宣讲交通、卫生、春季传染病预防、消防、防溺水、防震等方面安全知识，让学生在安全防范意识、安全自我保护能力方面有一定程度提高。
- 2、利用旗下讲话时机对全体学生进行一次集中开学安全教育，来增强学生安全防范意识；教育学生严格遵守纪律，时刻把“安全”二字牢记于心，教育学生加强安全知识学习，不断增强安全防范能力。
- 3、组织学生观看“春季开学第一课——安全教育”相关电视节目，通过直观案例来增强教育活动的实效性。
- 4、开展安全检查活动，在开学出对整个校园进行一次安全集中大检查活动，重点是学生日常活动安全、校舍财产安全、

学生体育活动器材、场所等方面安全，及时排查可能存在的安全隐患，杜绝校园重大安全事故发生。

“安全重于泰山”，安全工作是一项长期性的工作，仅仅靠开学第一课活动是远远不够的，我们必须时时树立“安全第一”的意识，坚持不懈地抓好安全工作，确保学生不出任何安全事故，让安全陪伴学生每一天。

开学安全第一课心得体会篇十

第一段：引言（150字）

近年来，煤矿行业发展迅速，为国家经济做出了不可磨灭的贡献。然而，煤矿安全问题也一直存在，给人民群众生命财产安全带来了严重威胁。为了提高煤矿从业人员的安全意识，我参加了煤矿安全第一课培训，通过学习，我深刻认识到煤矿安全对于国家、企业和个人的重要性，也对如何防范煤矿事故有了进一步的了解。

第二段：煤矿安全意识的重要性（250字）

煤矿安全是一个涉及国家、企业和个人的综合性问题。国家需要保障人民群众的生命财产安全，企业需要保证正常的生产经营活动，个人需要保护自己和家人的生命安全。而建立和提高煤矿安全意识是实现这些目标的基础。通过煤矿安全第一课的学习，我们深刻认识到安全问题的重要性，明确了煤矿安全对于国家发展、企业发展和个人幸福的意义。只有强化安全意识，把安全放在首位，才能有效预防事故的发生，保障人民群众的生命安全。

第三段：煤矿事故的防范措施（350字）

在煤矿安全第一课中，我们学习了许多煤矿事故的防范措施。首先，要做好安全生产管理工作，加强煤矿安全监管，制定

和完善安全生产制度；其次，要加强设备管理，及时检修、维护设备，确保设备运转的安全可靠；再次，要加强培训教育，提高从业人员的安全意识，掌握煤矿安全知识和技能；此外，还要加强事故应急预案的制定和演练，及时处理事故，最大限度减少损失。通过学习，我们更加清楚了防范煤矿事故的紧迫性和必要性，也为日后的工作提供了一些实践指导。

第四段：煤矿安全管理的困难与挑战（350字）

煤矿安全管理是一项复杂而艰巨的任务，面临着许多困难和挑战。首先，我国煤炭资源丰富，煤矿数量众多，使得安全管理的范围广、难度大；其次，煤矿安全问题的多发性和复杂性，需要我们针对不同的情况制定相应的措施；再次，煤矿从业人员质量和素质参差不齐，安全教育和培训的成效有限；此外，还存在着一些基层管理人员安全意识不强、监管不到位的问题。面对这些困难与挑战，我们需要坚持问题导向，加强煤矿安全管理的科学性和系统性，不断提高安全管理水平和能力。

第五段：总结（200字）

通过煤矿安全第一课的学习，我对煤矿安全的重要性有了更深刻的认识，对事故预防有了更系统的了解。煤矿安全是国家、企业和个人命运的线索，只有在全社会的共同努力下，才能实现煤矿安全的目标。我们应该加强煤矿安全意识，严守安全纪律，坚持以人为本，注重安全培训和科学管理，促进煤矿安全工作的健康发展。只有这样，我们才能实现煤矿事故零发生的目标，为社会稳定和经济发展做出更大贡献。

开学安全第一课心得体会篇十一

生命无处不在。在川流不息的人群中，来来往往那一颗颗跳动的心灵，那一张张微笑的脸庞，是一个个鲜活的生命；在散发着智慧气息的森林里，沐浴着阳光茁壮成长的小树，伟岸

而祥和的参天古树，是一株株充满生机的生命；在那浩瀚无垠的大海里，无忧无虑畅游的小鱼，婀娜多姿的珊瑚，是无数灵动而美丽的生命。可是这么美丽的生命有时却又是那么的脆弱，几分钟前生龙活虎，却由于自己的贪玩，无知而瞬间消失！

小学生游泳应在有安全保障区的游泳区内进行，严禁在游泳区内游泳。若是选择河里，应选择水下情况熟悉的区域。参加游泳应结伴集体活动，不可单独游泳，最好要有成人的带领。游泳时间不宜过长，20-30分钟应上岸休息一会，每次游泳时间不应超过2小时。

游泳前应做全身运动，充分活动关节，放松肌肉，以免下水后发生抽筋，扭伤等事故。如果发生抽筋，要镇静，不要慌乱，边呼喊边自救。常见的是小脚抽筋，这时应做仰泳姿势，用手扳住脚趾，小腿用力前蹬，奋力向浅水区或岸边靠近。

因此我在这里呼吁：我们要珍爱生命，远离溺水。

开学安全第一课心德体会篇十二

__年，我们__车队在公司领导及机关各组室的关心指导下，克服困难，大胆创新，在各项工作车均取得了较好的成绩。

下面就我车队在管理方面特别是体系管理方面的一些做法与大家作一交流。

在体系安全管理上，我们坚持教育为先，预防为主，提倡警觉性驾驶，坚定了“抓生产从安全入手，抓安全从思想出发”的工作理念，及时规范和完善安全基础资料，广泛宣传交，广泛宣传交通安全知识，加强安全监督检查，加大考核力度，逐步形成了安全生产稳定发展的良好局面。我们以健全和完善“预防为主”的安全生产管理体制、构建安全生产长效机制为重点，以提高驾驶员的安全意识和安全技术素质，

杜绝各类安全事故发生为目标，结合安全生产专项整治活动的开展，通过学习、教育、检查、考核等多种方式，把安全生产理念、制度、方法灌输到每个人的头脑中，以实现“以制度管安全”的安全生产文化理念。如在“反习惯性违章”活动中，结合习惯性违章的特点和____安全生产的实际，在制定实施意见的基础上，广泛宣传，层层发动，强化措施，注重实效，使“反习惯性违章”成为操作人员的自觉行为。在“安全生产月”活动期间，我们通过开展“十看”活动（看各级领导对安全生产工作的重视程度、看安全生产首位意识树立情况、看安全生产教育是否到位、看安全生产制度落实情况、看安全生产事故隐患排查整改情况、看生产设备设施的安全状况、看对“三违”人员的处罚情况、看对以前发生的一些小事故的反思情况、看安全生产投入及安全生产技术管理和创新情况、看对上级和公司有关安全生产文件及会议精神的落实情况），深入排查安全生产工作车存在的隐患和问题，做到了注重实效，不搞形式，不走过场，真正在措施上行动上体现“安全第一”的要求，从而在全队范围营造出了“关注安全，关心生命”的浓厚氛围。

安全工作的全面提高需要全体人员的共同努力，而对驾驶员的安全教育是重中之重。如何做好基层安全教育工作，作为基层管理者应该有耐心、有恒心，有创新，需要平时做多方面卓有成效的工作，以人为本，提高人的素质是关键。素质的提高，教育是最有效的途径，我们发现在驾驶员安全教育过程中，做好以下几个方面十分重要：

一是教育内容突出针对性。安全教育的内容广泛，在有限的安全活动里，只能集车精力解决一两个突出问题。面面俱到，胡子眉毛一把抓，很难收到良好的效果。

二是教育对象要突出层次性。安全教育不能一个模式，不能新老职工“一锅煮”。我们根据驾驶员的工作年限，违章记录等情况，划出不同层次，依据各个层次的实际状况，对症下药，确定不同的教育内容，做到“一把钥匙开一把锁”。

力求达到安全教育实用、有效。

三是形式要突出灵活性。在长期的安全教育过程中，我们发现如果总是以一种模式进行，驾驶员会容易产生厌烦心理，因此安全教育形式要多样化，灵活安排，要因地制宜，可以采取黑板报、宣传栏、安全知识问答，安全座谈会等驾驶员喜闻乐见的形式，使驾驶员易于接受。我们还根据天气变化情况，通过电话等形式及时提醒驾驶员应注意的事项，在日常工作中，随时随地的与驾驶员进行交流，既温暖了职工的心，也使得安全教育的效果更佳。

四是语言要突出趣味性。以前，我们在周一安全教育例会总是老一套，教育干巴巴的，驾驶员听得昏昏欲睡，重要的一条原因是知识性、趣味性不强，老生常谈，语言单调平淡，平铺直叙，缺乏吸引力。而现在，我们把典型事故、安全警句等穿插运用，做到内容丰富、语言幽默、寓意深刻，把安全教育渗透到员工日常工作学习和生活娱乐中去，把知识性和趣味性有效地结合起来，使职工在娱乐中受到了潜移默化的教育。

五是事例要突出典型性。安全教育少不了列举事故案例，现在我们很注意改变案例只讲远、不讲近，只讲大、不讲小，一个案例讲半天的状况。而是根据教育内容，精心选择具有普遍性和代表性，能引起员工警觉的案例，使大家印象深刻。

六是教育突出参与性。在现在的安全教育课中，我们十分注意驾驶员的有效参与，仅靠队部的几个人讲显得面太狭窄。而打破“一言堂”、“满堂灌”的陈规，让驾驶员唱主角，会取得意想不到的效果。大家通过谈经验、体会、教训，达到经验大家学，教训共同吸取，取长补短，互相提高的目的。

安全教育是安全工作的立本之举，因为它不仅关系到安全生产，关系到企业的经济效益，而且关系到家庭的幸福，社会和稳定。因此尽管安全教育是一项长期而艰巨的工作，但为

有一个安定的生产环境和稳定的社会环境，安全教育工作要持之以恒。随着企业改制的不断深入，不断会有新的问题出现，我们需要在提高自身素质的同时，更加认真分析研究，把工作做得更好。

开学安全第一课心德体会篇十三

过这次安全教育的学习，我总结起来就是要牢记以下几点：

第一、做好课间活动的安全。楼梯口是我们的重点安全防范部位，不少学校都发生过楼梯拥挤造成的安全事故。在课间休息时，教室里、走廊上、楼梯间到处都是走动或者站着的同学，如果追赶打闹，一是可能由于跑的速度过快而使自己扭伤手、脚、腰或跌得头破血流；二是可能撞倒其他同学，造成意外事故。我们校园里还有一幢教学楼正在施工，小朋友们课间绝对不能到施工区去玩耍、打闹。

第二，做好劳动活动时的安全。学校或班级都要组织一些公益劳动和打扫卫生的劳动，这是十分必要的。但在劳动中，也极有可能出现一些危险，小朋友们要注意了解劳动场地的特点，做好安全防范；注意劳逸结合，累了就休息一会再劳动；不要在高空和有危险的地方劳；不要在劳动时间打闹嬉戏。

第三，注意交通安全。马路不是游戏场所，不能在道路上玩耍；不仅自己要遵守交通规则，还要互相提醒，相互监督，相互照应，当一名维护交通安全的“宣传员”；不坐“三无”车辆；过马路时做到一停、二看、三通过，靠右行；在城市里还要注意走斑马线，走人行道。

第四，提高食品卫生安全自我防范意识。不在路边小摊点、无证无照的商店买东西，不买“三无”过期变质食品，不暴饮暴食。在校外不能随意的相信别人，碰到有人问路时我们只能指路不能带路，不能和不熟悉的人一起玩，遇到坏人时

应及时告诉家长和老师。

第五，要遵纪守法，遵守社会公德，遵守学校各种规章制度。不迟到早退旷课，不违纪，按时作息；严禁翻越学校围墙和大门；严禁购买、收藏、携带管制刀具；爱护学校财产，不损坏公物；配合门卫人员的管理工作，保证校园的安全。

安全责任靠大家，希望我们都能在学校安稳快乐的学习成长。