

# 2023年安全第一课体会(大全11篇)

即兴需要一定的语言基础和思维敏捷性，是一项需要不断锻炼的技能。不害怕犯错是进行即兴创作的重要原则之一。在以下范文中，我们可以看到一些精彩的即兴表达和即兴发挥的例子，希望能够激发大家的创意和想象力。

## 安全第一课体会篇一

在节目中，透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就应怎样自救。比如火灾来临的时候，我们就应迅速找到安全通道，尽量是身体贴近地面；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。因此许多小伙伴都在没有父母照看的状况下私自结伴去河边游泳。在这时，溺水的状况就常常发生。由于溺水者缺乏自救知识，不知道就应把自己的口鼻露出水面，因此导致悲剧的发生。因此，当溺水状况发生的时候，我们不就应盲目的下水营救，就应呼喊大人相救。

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”。

我们是祖国的未来和期望，安全教育对我们十分重要。透过这次节目，使我们树立了安全意识，了解了很多的安全常识，学会了自我保护，提高了应变潜质。这次节目也更加让我明白了生活是完美的，生命是值得珍惜的。生命只有一次，让我们珍惜生命吧！

## 安全第一课体会篇二

用电安全是我们每个人在日常生活中都需要遵守的原则之一。

为了进一步增强大家对用电安全的意识，学校特意组织了一次“用电安全第一课”的活动。通过这次活动，我学到了很多关于用电安全的知识，并深切体会到了用电安全的重要性。下面，我将结合我的学习经历和心得体会，分享一下我对“用电安全第一课”的深刻认识。

在这次“用电安全第一课”中，老师首先向我们普及了一些有关电的基础知识。我了解到，电是一种十分危险的能源，如果不正确使用，就会带来严重的危害。同时，我们还了解到了电的特性，以及常见的用电安全事故案例。通过这些讲解，让我们对电的危险性有了更深的认识，也提醒我们要时刻保持警惕，不能因为工作繁忙或者其他原因而忽视用电安全。

在课堂上，老师给我们详细介绍了日常生活中常见的用电安全知识。他强调了正确使用插座和插头的重要性，特别是不能乱拉乱拔插头。他还告诉我们不要将带电插头插入插座，要保持插座干燥、清洁，并定期检查它们是否出现松动等安全隐患。此外，老师还提醒我们在插拔插头时要保持双手干燥，以免发生触电事故。通过这些具体的讲解，我对用电安全有了更加清晰的认识，也明白了正确使用电器和插座的重要性。

然后，老师给我们展示了一些用电安全事故的教学视频。这些实例生动形象地展示了电器的危险和不正确使用所带来的后果。其中有的是因为插座短路导致火灾，有的是因为电线老化引起触电事故。通过观看这些视频，我深深意识到用电安全是我个人以及我们整个社会的重要问题。只有正确使用电器，才能保护自己和他人的生命财产安全。

最后，老师组织了一次用电安全实践活动。我们分成小组，每组在老师的指导下检查了班级中的电器设备和插座安全情况。我们认真检查每个插座是否稳固、有无老化状况，同时查看各类电器是否正常工作，线路是否接地等。通过自己动

手检查，我亲身感受到了用电安全的重要性。只有经常检查，才能确保家庭和生活环境的用电安全。

通过这次“用电安全第一课”，我不仅学到了很多有关用电安全的知识，也深刻意识到了用电安全的重要性。我明白了正确使用电器和插座的原则，以及定期检查和维护电器的必要性。在以后的生活中，我将更加注重用电安全，不仅关心自己的安全，还要随时提醒他人注意用电安全。毕竟，用电安全不仅关乎个人，也事关整个社会的安全和稳定。我相信，在大家共同努力下，用电安全一定会得到更好的保障！

### 安全第一课体会篇三

随着春节假期的结束，人们开始有序地返回工作岗位，尽快恢复正常的生活节奏。然而，由于长时间的放松与放纵，人们的警惕性可能会降低，安全意识也可能会有所松懈。为了确保大家能够平安地度过工作日，公司特别组织了一堂关于“节后安全第一课”的学习，从而使我们在工作中时刻保持警惕。通过这节课，我深刻认识到了安全的重要性，下面我将从课程的内容、案例分析、心得体会、反思及应用四个方面来谈谈我的学习心得体会。

首先，课程的内容让我对安全产生了更深的认识。在这节课上，教师详细讲解了各种安全防范的重要性和意义。他提到，无论是在工作中还是生活中，安全问题都是至关重要的，它关乎个体的生命安全，也关乎整个单位的和谐稳定。我们必须紧紧把握生活中的每一个环节，从做好防范工作开始，确保自己和他人的安全。

其次，通过一系列的案例分析，我更加深入地认识到了安全问题的严重性。课堂上老师讲述了一起电器事故的案例，一个大学生因为乱接电线导致了火灾，不幸致死。这个案例让我深感触动，也纠正了我以往在家中使用时器的不规范行为。此外，教师还播放了一些交通事故的视频，使我们亲眼

目睹了因不遵守交通规则而产生的悲剧，从而进一步增强了我遵守交通规则的意识。

在课程的后半部分，我总结了一些自己的心得体会。首先，安全这个问题没有小事，一定要高度关注。大多数意外都是由于疏忽和不重视引起的，所以我们要时刻保持警惕，不可掉以轻心。其次，事故防范要从日常生活中做起。不仅要在工作岗位上注意安全，也要在生活中居住、出行等方面重视安全，才能真正实现安全无小事。同时，要善于观察，发现并排除潜在的安全隐患，以免给自己和他人带来伤害。最后，要不断学习和提高，及时了解相关安全知识，通过不断的学习和实践，才能更好地应对各种突发情况。

课程结束后，我反思自己在往常的工作和生活安全问题，发现了许多不足之处。例如，我在家中使用电器时经常会忽略对插座的检查，这样存在很大的安全隐患；又如，在出行时我常常追求速度而忽视了交通规则，给自己和他人的安全造成了潜在的危险。通过对自己的反思，我决定要在工作生活中注重安全问题，从细微之处做起，从而确保自己和他人的安全。

最后，我决心将所学的安全知识应用于日常工作和生活中。从今天开始，我将把安全放在工作和生活的首位，严格遵守各项安全规定，积极主动地提醒他人注意安全，形成良好的安全习惯。我会充分利用各种渠道学习更多的安全知识，提高自己的综合素质，以提供更好的安全保障。

总之，参加了这次关于“节后安全第一课”的学习，我不仅对安全问题有了更加深入的认识，而且也总结出了一些自己的心得和体会。通过不断地提醒自己 and 他人注意安全，以及不断加强安全知识的学习和应用，相信我能够更加自觉地把安全放在第一位，为自己和他人的安全保驾护航。

## 安全第一课体会篇四

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，但我们遇到火灾时，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，因此我们更要好好珍惜、保护它！

## 安全第一课体会篇五

前几天我观看了《安全教育第一课》，透过观看这个视频，让我了解了当灾难发生时，我们就应怎样去应对、怎样避险、怎样逃生自救等安全问题。虽然灾害是难以避免的，但是如果掌握了更多的安全知识后，在灾难降临时我们就能有更多获救机会。

具体来说，透过观看影片，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。

透过观看这个影片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！

## **安全第一课体会篇六**

在春节期间，许多人都回家与家人团聚，度过了一个欢快温馨的假期。但是，随着节日的结束，我们又回到了繁忙的工作和学习中。在这个过程中，我们必须时刻保持警惕，特别是在安全方面。近期，我校组织了一次“节后安全第一课”活动，给我们上了一堂生动的安全教育课。通过这次活动，我深刻体会到了安全的重要性，并汲取到了许多有益的经验

和教训。

首先，我意识到了安全是无处不在的。不论是在校园内还是校园外，我们都要时刻保持警惕。在活动中，我们聆听了消防员的讲解。他们告诉我们火灾事故是非常常见也非常危险的，而且往往因为一些微小的细节被忽视而引发。所以，我们要时刻关注周围的安全隐患，不随便使用明火，不乱拿乱扔烟蒂。此外，交通安全也是非常重要的一部分。我们要严守交通规则，不酒驾、违法超速等，确保自己和他人的安全。

其次，我认识到了意外事故时时刻刻都可能发生。安全事故往往是瞬间发生的，而我们往往无法预料。尽管我们不能完全避免意外事故的发生，但我们可以通过提高自己的安全意识来减少事故发生的概率。在活动中，我们学到了如何正确应对突发情况，如火灾、地震等，以及如何正确使用灭火器等紧急设备。这些知识不仅让我们能更好地应对突发情况，还给了我们勇敢面对困难的勇气。

第三，我体会到了预防事故比事后处理事故更为重要。在活动中，我们不仅听到了一些真实的故事案例，还看到了一些伤残人员的现场救援演示。这让我深刻认识到，在事故发生之前，我们应该及时采取预防措施，以避免事故的发生。这包括正确使用电器，遵守操作规则，做好防火、防盗等基本措施。同时，我们也学到了如何急救受伤人员的基本方法，这为我们提供了面对突发事件时的更多方法和能力。

第四，我发现安全是由每个人共同维护的。在活动中，我们看到了学校广场上安排了很多志愿者，他们通过发放宣传资料、回答问题等方式，使活动更加顺利。在听取安全讲座的同时，我们也积极参与练习活动，学习如何正确使用消防器材。通过这些实践，我认识到只有人人共同努力，才能守护我们的安全。因此，在日常生活中，我们要积极参与宣传，教育他人注意安全，形成共建共享的良好安全氛围。

最后，我深刻体悟到安全知识是不断更新的。每年，都有新的安全问题和挑战涌现，我们需要时刻更新自己的知识储备。活动中我们还获得了一份安全手册，其中详细介绍了各类安全问题的应对方法和预防措施。这让我明白，安全知识是一种生活常识，我们要时刻关注媒体的信息，保持警惕，及时更新自己的知识。

通过这次“节后安全第一课”活动，我获得了一次宝贵的安全教育。我认识到安全无处不在，学会了应对突发情况的方法，更加重视了预防事故的重要性，意识到安全是大家共同维护的，同时也明白了安全知识是不断更新的。希望在以后的日子里，我们能够更加注重安全，提高自我保护和应急能力，为实现安全、和谐的社会做出自己的贡献。

## 安全第一课体会篇七

今天下午，我和奶奶坐在电脑旁专心致志地观看《安全第一课》。在那观看的过程中，我意识到了安全的重要性，在第一部分里，我知道了要遵守交通，注意交通安全；在第二部分里，我知道了如何严防溺水，正确施救……其中，令我印象深刻的是：刚刚所说的第一部分：遵守交通，注意交通安全。

在这里，我对安全更进一步了解，俗话说：“不怕一万，只怕万一。”所以，大家不可以拿宝贵的生命开玩笑。如果在过马路看见绿灯要变成红灯时，请不要硬闯，耐心地等待下一波绿灯吧！如果你想去对面的话却迟迟不见斑马线，请不要投机取巧地过去，应该从天桥或地下室里通过，如果你在过马路时，不小心把东西掉在地上，请你提高警惕，确保周边已经安全时，在迅速地把东西捡起来……同学们，安全对每一个人都非常重要哦，所以大家要对自己负责。

看完了提醒大家的《安全第一课》的视频，我的心就会紧张的像十八个吊桶，七上八下，砰砰直跳，就感觉像做了亏心



事一样，就在这时，我会情不自禁地想起一些随时有可能带来生命危险的片段：有时候，我和奶奶要到对面去坐车，为了节省时间，我们就不走斑马线，直接横穿马路；有时候，我去参加兴趣班时，要经过斑马线，当我看见红灯亮的时候，却没看见汽车行驶过去，于是，我大胆地冲了过去；正当我和小伙伴们一起回家时，为了更快乐，我们不管三七二十一，玩玩闹闹，不知不觉地来到马路上……接着，我又想到：虽然这一次次冒险都是万幸，但是不是每次都是万幸，所以我们不能抱着侥幸的心理，应该遵守交通规则。

看完了《安全第一课》它使我一生受益。

## 安全第一课体会篇八

第一段：开学第一天，我们全体学生聚集在操场上参加了一堂特别的课程——安全开学第一课。这节课主要是为了让我们了解和掌握一些紧急情况下的自救技巧和安全知识。在这堂课上，我学到了很多有关安全的知识，也深深地感受到了保护自己安全的重要性。

第二段：在课堂上，老师首先向我们介绍了生活中常见的两种突发事故，火灾和地震。针对火灾，老师教给我们如何正确运用灭火器灭火，并且告诉我们要远离火源和沿着楼梯有序有组织地撤离。对于地震，老师教给我们躲避地震时的正确姿势，例如躲在课桌下保护头部，紧握桌角等。通过实际操作演练，我们掌握了这些重要的应急技能。

第三段：在校园安全教育活动中，我们还学到了日常生活中要注意的一些安全事项。比如，我们要远离一些危险品，如刀具、火柴、打火机等，以免造成意外伤害。我们还应该加强交通安全意识，尤其是过马路时要走人行道和等红绿灯。此外，学校还安排了急救培训，让我们了解了一些基本的急救知识，例如心肺复苏术和止血方法，使我们能在紧急情况下能够正确快速地处理伤员。

第四段：这堂安全开学第一课不仅让我们学到了宝贵的安全知识，还增强了我们的自我保护能力。通过这次教育，我们认识到了遇到突发事件时即使面临险境，也要保持冷静，迅速采取正确的逃生措施。我们深刻理解到了安全无小事，无论是在校园还是在生活中，都要时刻保持警惕，勤于学习和掌握应对紧急情况的技术和方法。

第五段：在安全开学第一课之后，我们在班级中组织了安全演练活动。活动中，我们分别模拟了火灾和地震情况，学生们紧盯灭火器锻炼灭火技能，迅速有序地疏散。通过这次活动，我们进一步巩固了安全知识，并且在实践中加深了对应急情况处理的理解。

总结：在这堂安全开学第一课上，我们不仅学到了一些应对突发事件的基本技能和知识，还树立了保护自己安全的意识。通过这次课程，我们深刻认识到安全无小事，每个人都需要加强安全意识和培养自救能力，只有这样，我们才能在面对突发危险时做出正确的决策和应对。安全是每个人的责任，我们应该将学到的安全知识应用到日常生活中，保护好自己和他人的安全。

## 安全第一课体会篇九

随着新冠疫情的全球大流行，校园一度成为了一个封闭的空间，学生们长时间无法返校学习。久别重逢的安全开学第一课成为了学生们心中最为期盼的时刻。在这节课上，我们学到了许多防控疫情的知识 and 技能，深刻体会到了安全的重要性。下面，我将从课程的目标、内容、效果、感悟以及行动计划五个方面来展开叙述。

首先，安全开学第一课的目标是让学生们了解和掌握防控疫情的基本知识和技能。这节课的教学目标明确，旨在提高学生们的疫情防控能力，增强学生们面对疫情的紧急情况下的自救互救能力。

其次，课程内容丰富多彩。安全开学第一课的内容紧密围绕着疫情防控展开。老师以生动有趣的教案和案例，全面介绍了疫情传播途径、防控措施和应急处置等相关知识。通过讲解和讨论，学生们对疫情防控的重要性和实施方法有了更深入的了解。

再次，课程的效果显著。通过这节课，学生们对疫情防控有了更加全面和深刻的认识，对防控措施的可行性也有了更好的理解。同时，学生们眼中的校园变得更加安全和亲切，他们也更加重视自己的身体健康和个人卫生习惯的养成。

与此同时，在这堂课中，我们孩子们也有了更深刻的感悟。我们明白了病毒的危害，懂得了防控疫情的重要性，更加乐观积极地面对生活。我们深感父母、老师和政府的辛勤付出，他们为我们的安全默默奉献，我们将更加珍惜身边每一个人。

最后，通过这节课，我们制定了行动计划。我们决心做好个人防护，不随便外出和聚会。在校园里，我们严格遵守学校的防控措施，勤洗手、佩戴口罩，并及时向学校报告任何不适症状。同时，我们也会主动参与到志愿服务活动中，为疫情防控尽自己的一份力量。

总而言之，安全开学第一课是我们迎来的一堂特殊的课程。通过这节课，我们明白了疫情防控的重要性，掌握了相关知识和技能，树立了正确的防控意识。在未来的学习生活中，我们将进一步加强自觉防护，为自己和他人的安全共同努力。相信在全社会共同努力下，疫情很快就会结束，我们可以重新回到正常的学习生活当中。

## 安全第一课体会篇十

通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。我们是祖国的未来和希望，安全教育对我们非常重要。通过这次节目，使我们树立了安全意识，了解了很多的安全常识，学会了自我保护，提高了应变能力。这次节目也更加让我明白了生活是美好的，生命是值得珍惜的生命只有一次，让我们珍惜生命吧！

## 安全第一课体会篇十一

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'》要求，在认真组织开展好“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等宣传教育活动。3月3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教育第一课活动。现将活动情况如下：

3月1日上午，我校召开了全体会议，明确提出上好开学第一课的要求和内容，让广大教师尤其班主任充分认识到：通过认真组织开展春季开学第一课——安全教育活动，对强化学校安全教育工作，帮助学生树立安全意识、掌握安全知识、提高自我保护能力，保证学校的教育教学工作健康有序地开展，有着十分重要的意义。

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。