# 2024温暖帮扶路观后感及感受新版

来源：网络 作者：岁月静好 更新时间：2025-06-18

*[说明]地震科普携手同行活动直播观后感多篇为的会员投稿推荐，但愿对你的学习工作带来帮助。地震科普携手同行活动直播观后感【篇1】地震时如被埋压在废墟下，周围又是一片漆黑，只有极小的空间，你一定不要惊慌，要沉着，树立生存的信心，相信会有人来救你...*

[说明]地震科普携手同行活动直播观后感多篇为的会员投稿推荐，但愿对你的学习工作带来帮助。

地震科普携手同行活动直播观后感【篇1】

地震时如被埋压在废墟下，周围又是一片漆黑，只有极小的空间，你一定不要惊慌，要沉着，树立生存的信心，相信会有人来救你，要千方百计保护自己。

地震后，往往还有多次余震发生，处境可能继续恶化，为了免遭新的伤害，要尽量改善自己所处环境。此时，如果应急包在身旁，将会为你脱险起很大作用。

在这种极不利的环境下，首先要保护呼吸畅通，挪开头部、胸部的杂物，闻到煤气、毒气时，用湿衣服等物捂住口、鼻;避开身体上方不结实的倒塌物和其它容易引起掉落的物体;扩大和稳定生存空间，用砖块、术棍等支撑残垣断壁，以防余震发生后，环境进一步恶化。

设法脱离险境。如果找不到脱离险境的通道，尽量保存体力，用石块敲击能发出声响的物体，向外发出呼救信号，不要哭喊、急躁和盲目行动，这样会大量消耗精力和体力，尽可能控制自己的情绪或闭目休息，等待救援人员到来。如果受伤，要想法包扎，避免流血过多。

维持生命。如果被埋在废墟下的时间比较长，救援人员未到，或者没有听到呼救信号，就要想办法维持自己的生命，防震包的水和食品一定要节约，尽量寻找食品和饮用水，必要时自己的尿液也能起到解渴作用。

如果你在三脚架区，可以利用旁边的.东西来护住自己，以免余震再次把自己伤害，再把手和前胸伸出来，把脸前的碎石子清理干净，让自己可以呼吸，等人来救你。

地震科普携手同行活动直播观后感【篇2】

应根据震后环境和条件的实际情况，采取行之有效的施救方法，目的就是将被埋压人员，安全地从废墟中救出来。

通过了解、搜寻，确定废墟中有人员埋压后，判断其埋压位置，向废墟中喊话或敲击等方法传递营救信号。

营救过程中，要特别注意埋压人员的安全。一是使用的工具(如铁棒、锄头、棍棒等)不要伤及埋压人员;二是不要破坏了埋压人员所处空间周围的支撑条件，引起新的垮塌，使埋压人员再次遇险;三是应尽快与埋压人员的封闭空间沟通，使新鲜空气流人，挖扒中如尘土太大应喷水降尘，以免埋压者窒息;四是埋压时间较长，一时又难以救出，可设法向埋压者输送饮用水、食品和药品，以维持其生命。

在进行营救行动之前，要有计划、有步骤，哪里该挖，哪里不该挖，哪里该用锄头，哪里该用棍棒，都要有所考虑。

过去曾发生过救援人员盲目行动，踩塌被埋压者头上的房盖，砸死被埋人员，因此在营救过程中要有科学的分析和行动，才能收到好的营救效果，盲目行动，往往会给营救对象造成新的伤害。

地震科普携手同行活动直播观后感【篇3】

2024年的四川汶川大地震重创了约50万平方公里的中国大地，破坏性巨大，损失惨重。为了能在沉重的灾难面前沉着应对，我们每一个人都要树立防灾减灾意识，力争把灾害带来的损失与伤害降到最低程度。

要知道，地震发生，要保持清醒、冷静，及时判断震动状况，千万不可在慌乱中跳楼。其次，可躲避在坚实的家具下，或墙角处，亦可转移到承重墙较多、开间小的厨房、厕所去暂避一时。因为这些地方结合力强，具有较好的支撑力，抗震系数较大。总之，震时可根据建筑物布局和室内状况，审时度势，寻找安全空间和通道进行躲避，减少人员伤亡。

现在，我们有防震教学楼，还有好的防震设备，如果在学校遇到地震，只要听从老师的指挥就可以及时逃生。在操场或室外时，可以原地不动蹲下，双手保护头部，注意避开高大建筑物或危险物。千万不要回到教室去。

如果在室内，我们遇到地震更不能慌，室内房屋倒塌后角落会形成的三角空间，往往是我们避难的最佳地点。室内易于形成三角空间的地方一般有：炕沿下、坚固家具附近;内墙墙根、墙角;厨房、厕所、储藏室等开间小的地方。

在公共场所，我们可以听从现场工作人员的指挥，避免拥挤，避开人多的区域，避免发生踩踏事件。还要注意避开吊灯、电扇等悬挂物等容易下坠的物品。

其实，有些灾害是可以预防的。地震发生前，会有一些预兆。比如马等牲畜会挣脱缰绳，并极力想往外跑;正在冬眠的蛇会不顾一切涌出洞外;蜜蜂会惊飞、逃窜;鱼儿想跳出水面等这些预兆可以让人们提前知道将要发生地震。如果发现动物有这些反常现象，必须先辨别真假，再向地震局询问报告，以防在先，及早撤离，减轻伤亡。

发生地震时，还有很多自救的方法：地震了，如果被压在废墟下面，就不要盲目乱动，要冷静，先把手抽出来，慢慢地挪动废墟，先要保持呼吸顺畅，再想办法求救。如果被压在重物下，不要消耗太多体力呼救，尽量找些金属物敲打，等待救援。灾难其实并不可怕，只要人们增强防范意识，就能减少灾害带来的损失。

地震是我们不可避免的灾害，但是只要我们认真面对正确逃生，就不会怕地震这个恶魔了!

地震科普携手同行活动直播观后感【篇4】

大自然经常会有一些毁灭性的灾难，我们要学会预防灾难，减少灾难。

灾害有许多种：地震、火灾、洪水等。据调查，全国有许多地方发生大地震，如一九七六年唐山大地震，二零零八年汶川大地震等，有数十万的人死亡和受伤。

其实，有些灾害是可以预防的。地震发生前，会有一些预兆。比如马等牲畜会挣脱缰绳，并疯狂地往外面跑，蜜蜂会惊飞、逃窜。这些预兆可以让人们提前知道将要发生地震。假如发觉动物有这些反常现象，必须先辨别真假，再向地震局报告，以防在先，及早撤离。

火灾逃生法：有序撤离。逆风逃生，不能顺风逃生，用湿毛巾或衣服捂住口鼻迅速躲避，假如发生草原火灾没有退路时，讲周围草拔掉，防止火继续往里烧。

台风也是灾害之一。台风带来的是狂风、暴雨、巨浪和潮灾，严重威胁着人民生命财产的安全。我国近海十五个省最高雨量记录中，百分之八是台风造成的。

洪涝是国内外关注的大灾。洪涝是由缕降暴雨或大于，引起江河决堤、山洪暴发，淹没田地、毁坏建筑、人员伤亡的水灾。在我国洪频发，强度大。长江中下游、黄淮海、江河下游和华南地区尤为严重，每年四到九月是各主要河流的防汛时期。1991年夏，江淮地区大面积的洪涝灾害，成为国内外关注的大灾!直接经济损失超过500亿!

我应该做的就是不在没有大人的陪同下不去深水区玩耍，不玩火不玩电，过马路要走人行道，要看红绿灯，以防受伤。

其实灾害并不可怕，只要人们加强防范意识，就能减少灾害带来的危害。

相信我们的明天会更加灿烂。

地震科普携手同行活动直播观后感【篇5】

还记得5·12吗?四川汶川8.0级地震，还记得青海玉树地震吗?灾情十分惨重。

往事仍历历在目：在地震中，有许多城镇楼房都倒塌了，大桥也塌了。因为地震太厉害，造成了山体滑坡，泥石流等灾害。在这场地震中，死亡将近两万人。许多人都眼睁睁地看着自己的亲人悲惨地死去却无能为力，只能悲伤地哭。在四川灾区的中小学，一座座教学楼倒塌了，很多中小学生都因为地震而被困在教学楼里，幸存者寥寥无几。

在这场地震中，受灾最为严重的地方就是四川青川县。那里房屋倒塌，人们流离失所，没有食物吃，只能靠政府救援。青川县是四川省最偏僻的地方，因为那里四周有许多山坡悬崖，所以与外界没有多少联系因为道路残缺，很难进去，所以至今不出，得靠飞机运送物资。

天灾无情人有情，虽然四川地震后伤亡惨重，但中央政府、当地政府都派人进行救援。解放军战士冒着生命危险进入倒塌的房屋挖掘救人，因此有许多人得救，在被困的人中，有本地人也有游客。他们得救以后都被送入医院进行救治，医院的白衣天使都夜以继日地工作，对受伤灾民进行救治。他们为了让受伤的人们早日恢复健康，一刻都不休息，他们真是太伟大了!政府还给灾民送去棉被、食品、帐篷，使他们能有稳定的生活，努力工作，重建家园。而游客都被送到四川首府成都，在宾馆受到很好的照料，然后再从成都搭乘飞机回到

自己的家乡。可见国家对这次地震多么关注与重视啊!此时其他国家也向我国灾区人民表示慰问，并为灾区人民捐款。一场地震引起了这么多人的关注，都对灾区人民进行支援慰问。

这就叫“一方有难。八方支援”。这正好应了这句话：天灾无情人有情。

地震科普携手同行活动直播观后感【篇6】

我们生活在这个地球，每天都会遇到各种各样的灾难，这是我们无法避免的。

听外婆说年1月5日凌晨，通海发生了7·8级大地震，当时，恰逢半夜，人们在睡梦中惊醒，只听山崩地裂，房屋倒塌，到处是断壁残垣、哭声、呻吟声和呼救声掺和在一起，在夜空里显得特别凄厉。事后，根据有关部门统计这次地震共造成了一万多人死亡，三万多人受伤，二万多头大牲畜死亡，三十多万房屋倒塌，被称为20世纪云南地震之最。我外婆的妈妈也在地震中被倒塌的梁柱砸中后背，经过抢救，虽然保住了老命，但却从此落下了病根，成了一个“驼背”的残疾人。沉痛的瞬间，心痛的数字，死去的乡亲、受伤的肢体，久久萦绕在我心中……。

那个年代，我们国家还不富裕，还不可能做到像现在这样普及防震减灾知识，所以每遇到自然灾害，损失总是很惨重。如今，国家富强了，我们的生活很幸福，但我们也要做好防震减灾的准备，为此，学校组织了很多活动，让我们学习防震减灾的知识，比如请消防大队的叔叔给我们讲解发生火灾的逃生细节;请交警叔叔给我们讲解交通法规，让我们文明出行，安全回家;请地震局叔叔给我们讲解防震减灾的知识，学会在地震时如何自救，减少伤亡，做到有备无患。

就拿地震来说吧，通过学习，我懂得了和掌握许多防震避险的方法。比如我们正在上课，突然发生地震，那一定不要惊慌失措，不要往教室外头跑，要抱头、闭眼、躲在各自的课桌下，待地震过后。在老师的指导下，向教室外面移;如果在操场室外时，应原地不动蹲下，双手保护头部，注意避开高大建筑物;如果在家里发生地震了，首先应尽快伏在床下，桌下和小跨间如卫生间、厨房等安全角落，待震后迅速撤离，千万不能跳楼和乘电梯。

总之，我们要珍爱生命，热爱生活只要我们平时掌握了基本的自救常识，就能在灾难来临时，避免不必要的伤亡。自然灾害的突如其来，无法阻挡，但只要我们有信心、有勇气、有准备，就能战胜一切困难。

防震减灾，众志成城，一切困难、灾难，都将被我们踩在脚下。

地震科普携手同行活动直播观后感【篇7】

在我们生活的地球上，有着各种各样天气状况，地表运动，地震就是其中一种。要知道，地震给我们美好的家园造成了多大的伤害啊

那伤痛挥之不去…

1976年7月28日的凌晨，正当人们都在睡梦中时，河北省唐山市发生了里氏7.8级的地震，造成人死亡!那场地震中毗邻唐山的.宁河县、汉沽区受灾最为严重，总体房屋破损达到60%，全市死亡人数达余人，仅中心城区和塘沽区就有4000多人因灾死亡。

2024年5月12日，我们永远也不会忘记。那是一个令多少人悲痛欲绝的日子啊!汶川大地震，它带走了多少生命，拆散了多少家庭?多少个孩子要因此成为孤儿，多少人要因此孤单一生

在地震中，有多少英雄为了其他人而牺牲自己啊!

废墟中，龙居小学女教师向倩一手搂住一个学生，把他们紧紧地拥在自己身下，就像母亲护卫着自己的孩子。她的身体已经断为三段，人们却怎么也无法掰开她那紧紧搂住学生的双手!在场所参与救助的人员均被向倩老师这种舍身就义、保护学生的英雄之举感动得泪流满面，自发朝向倩老师鞠躬致敬。

袁文婷，一个普普通通女孩的名字，如果不是这场灾难，没有多少人知道她是谁，一位来自于汶川震灾地区什邡市师古镇民主中心小学一年级的一位教师。

汶川震灾发生时，袁文婷所在的民主中心小学的校舍也遭遇了严重的破坏，灾难发生时，教室里的很多孩子都吓得呆坐着，不知所措。为了最大限度的减少孩子们的伤亡，袁文婷一次又一次冲进教室，用她柔弱的双手抱出了一个又一个孩子。当她最后一次冲进去后，三层的教学楼轰然倒塌……媒体用这样的语言美丽地记录了袁文婷最后的时光——“青春定格在26岁”。

面对如此巨大的天灾，袁文婷老师能够如此镇定，救护孩子，不亚于那些战场上堵枪眼、炸碉堡的英雄，袁文婷老师完全可以作为人道主义精神的崇高楷模。

灾难，是我们改变不了的，但我们可以使它伤害的人减少。

地震来临时，千万不能惊慌。破坏性地震从人感觉振动到建筑物被破坏平均只有12秒钟，在这短短的时间内你千万不要惊慌，应根据所处环境迅速作出保障安全的抉择。如果住的是平房，那么你可以迅速跑到门外。如果住的是楼房，千万不要跳楼，应立即切断电闸，关掉煤气，暂避到洗手间等跨度小的地方，或是桌子，床铺等下面，震后迅速撤离，以防强余震。

同学们，让我们携起手来，防震减灾吧。我相信，不久后，我们的家园一定会更加美好!

你也可以在搜索更多本站小编为你整理的其他地震科普携手同行活动直播观后感多篇范文。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找