# 地震观看心得体会300字左右(8篇)

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2024-08-14

*心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。地震观看心得体会300字左右篇一主角有“...*

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

**地震观看心得体会300字左右篇一**

主角有“方登”、“方达”、“方大强”、“元妮”。

讲了在1976年里，元妮和方大强正在夜里工作，突然，一声巨响，倒得倒，垮的垮，他们出来一看原来是发生地震了，元妮一下想起了孩子还在屋里睡觉呢，她不顾危险去救孩子，方大强拦住了她，自己去救孩子，可一样东西落下来把他砸死了，元妮伤心极了。

第二天，绝望的元妮铺在地上大哭起来，后来有人叫道：“元妮快过来你的两个孩子都在里边呢!”他接着说：“可你只能救一个，如果你救了男孩，这块石头就得压着女孩，救了女孩，就得压着男孩。”元妮哭着说：“两个都救呀!求你了。”他说：“不行，你快选一个吧!”元妮犹豫了一会儿，吞吞吐吐地说：“救弟弟。”这句话被方登听到了，因为她是清醒的。

姐弟俩被拉上来的时候，元妮抱着方登哭了一会儿，就背着方达上了一辆车，过了一会儿，下起了一场大雨，方登奇迹般的醒了，后来被一位解放军叔叔抱去了集中营，最后被一对好心的解放军夫妇收养去了。

方登长大了，学了医，方达去开三轮车，后来他当了某个公司的董事长。方登她生了一位可爱的小女孩，方达他娶了媳妇有了一个帅气的小男孩。

20\_\_年5月12日，在汶川又发生了大地震，方登和方达在那儿悄然相遇，方达让他妈和方登见了面，元妮一见方登就跪下了，连说：“对不起，你怪我吧!”下午，元妮又带方登去见他爸爸(方大强)的墓葬，方登伤心的哭了。

这部电影告诉我们，生命只有一次，生命是最脆弱的，我们要珍惜它。

**地震观看心得体会300字左右篇二**

故事一开始讲述的是一个幸福的家庭,一个弟弟一个姐姐,父母双亲都在,可是因为弟弟小,所以妈妈经常让着弟弟,只剩一个西红柿了,两人都要吃,妈妈还是给了弟弟,但是答应姐姐会给她的,于是,姐姐就有一点不服气。

在一个夜晚,姐弟俩独自在家睡觉,忽然一个突如其来的大地震让这姐妹俩措手不及,爸爸妈妈迅速跑回家,爸爸冲了进去,留妈妈一个人在外面,楼房轰然倒塌,当看着丈夫的尸体抬出,妻子痛不欲生,突然传来了发现孩子的消息,妈妈重新燃气了希望,她冲了过去,救助人员给她讲解,两个孩子只能救一个,让她选择,妈妈不忍心失去任何一个孩子,一直说:“两个都要。”救助人员拿她没法,就走了,妈妈突然小声的说:“救弟弟。”而压在石板下的姐姐听到了,闭上了她的眼睛。

姐姐醒来以后,发现她躺在了他爸爸尸体旁边,她起来了,一个解放军来说:“小妹妹,你的家呢?”姐姐不愿提起妈妈,硬是不说话,解放军把他带到了营地。

终于,有人领养了她,一晃三十二年过去了,汶川大地震再次震动了中国儿女的心,姐姐和弟弟虽然生在异处,但是想起唐山地震,想起那些人跟自己的遭遇一样,都不约而同的到了救援现场,亲自救人。姐姐和弟弟就碰到了一块,姐姐就跟弟弟回到了家。

姐姐回到家,发现她的.坟墓前(之前不知道还活着)放着几个新鲜的西红柿,不禁热泪盈眶,她还发现,她妈妈每年都买了她的练习册,她立刻抱住妈妈,说:“三十二年,我折磨了你三十二年。”

这让我知道了,亲人永远是亲人,是分不开的亲人,虽然有时会偏爱比自己小的弟弟或者妹妹,但并不是剥夺了父母对你全部的爱,父母永远是爱你的。

还可以体现出,中国儿女凝聚在一起的心,也是永远分不开的。

**地震观看心得体会300字左右篇三**

前几个星期，我和爸爸妈妈一起去看了唐山大地震，这部影片深深震撼了我的心。

这部影片讲述的是：1976年，卡车司机方大强和妻子李元妮、龙凤胎儿女方登、方达过着平凡幸福的生活。方大强经常出门在外，好不容易回来一次。爸爸每一次回家，姐弟俩都特别高兴。7月的一个傍晚，方大强回到了自己的家，两个孩子已经在家中睡下了。在小区外的马路上，方大强和元妮躲在卡车上亲热，突然——地震了。为救孩子，方大强死了，方登和方达被同一块楼板压在两边，无论人们想救哪一个，都要放弃另一个。元妮选择了从小体弱多病的弟弟方达，而头脑清醒的方登听到了母亲作出的抉择。母女、姐弟从此天各一方…

震后，元妮独自抚养着儿子，选择坚强地活下去，劫后余生的方登被军人王德清夫妇领养，进入了一个全新的世界。正由于地震时，母亲选择了弟弟，而放弃了方登。方登从听到放弃她开始就对母亲怀有一种恨。

方登的养母去世后，方登也因为怀孕而退学。从此，与养父也多年没有联系。直到一年春节，她领着女儿回到养父的家中。养父对于方登多年与他不联系，而感到担心和生气，并告诉她一定要找到自己的亲生父母。这一晃到了20\_\_年，她在国外结婚并定居，一天她在电视新闻中看到了中国四川汶川地震，决定作为志愿者回到中国参加救援。

她在参加救援的人中找到了自己的弟弟，并同弟弟一起回到母亲的家。母亲对于当年因救弟弟而舍弃她而感到内疚。方登也因虽然活着却多年不与母亲联系而感到羞愧。母女两个的恩怨也就此了解。

看完了这部影片后，我被这伟大的亲情深深地震撼了，有时就连我也没有这么伟大的亲情，我和影院里的每位人都是眼睛红红的出去的。我一边走还一边想，他们是多么的伟大。

**地震观看心得体会300字左右篇四**

随着一段忧伤又感人的乐曲，带出了一个又一个悲伤的故事，在那些日子里，谱写出了一首又一首悲哀的歌，记得20\_\_年5月12日的那一天，一个又一个年青的生命在生命线上被死神拉走，这是一个难以抹去的伤痕，深深地刻在了我们的心中，这就是世界上最可怕的汶川大地震，《汶川大地震》电影观后感。

5月12日，灿烂的阳光洒满了汶川市，百合还没有开花，晨风中已经飘来甜丝丝的香气，汶川市的人们并没有察觉到在几个小时以后，就会发生一场里氏8.0级的大地震。

我们也并不知道以后发生的事，也正是这一点，20\_\_年5月12日成为转折极大的一天。

早上，孩子们一起奔进学校的大门，他们一起在校园里玩耍;影片里的小主人公用爸爸给他的两元钱买了荧光棒，在上课时引得全班哄堂大笑;六一小组的同学们正在排练《让我们荡起双桨》，袁老师在孩子们的歌声中跳着优美的舞蹈---可是天神又是那么的绝情，在快乐中带来了不幸，这就是512大地震，观后感《《汶川大地震》电影观后感》。

天，渐渐的阴沉下来，乌云笼罩着汶川，闪电把天空劈成了两半，雷声在空中怒吼，随后一场8.0级大地震在汶川发生了。楼房倒塌了，高楼变成了斜塔，大地在不停地摇晃，哭声、叫喊声响成一片。

人们在悲伤中和惊慌中寻找着自己的亲人。在中心小学，充满欢乐的校园早变已成了一片废墟，没有受伤的同学和老师不顾自己的一切，只知道压在地下的是一条条活生生的生命，他们一停不停地挖。6个小时，12个小时，24个小时--他们的身上满是灰尘，衣巾上有些血渍，眼睛里布满着血丝---再看看废墟底下，袁老师用优美的歌声唤醒了即将沉睡的孩子们，同学们为了不让朋友怕，就互相鼓励，不吃不喝活了三天。

是团结的精神，使他们成为了一个永远不会分开的团体，也正是这股团结的力量，凝结成了一份巨大浓厚的爱。

**地震观看心得体会300字左右篇五**

很震惊的，那一幕幕又出现在了眼前!那一刻，我 看到生命的宏伟和壮丽永存!

回首汶川地震，那时候的我们还禁身在高考的战场中，偶然听到某同学说了一句：“四川地震了!”。当时还很不以为然，因为我们那个县城也地震过，都只是一些四点多级的小地震，而且四川又是盆地，不容易地震，所以很多同学都没有放在心上，只以为是轻轻地晃一晃而已，没什么可担心的。

可是，随后有关汶川地震的新闻接踵而至，让我们彻底的震惊了!废墟之上，医生、护士、武警部队、解放军、自愿者、记者四处奔走，随处可见衣衫褴褛、神情木讷的受灾者，周围是泣不成声、等待消息的亲人...，整个天空都是阴沉沉的，没有人说话，只有哭泣声和救援的指挥声，一个原本热闹宁静的县城，刹时变成了悲伤的海洋。{地震视频观后感}.

至今我仍记得，央视救灾晚会上，被介绍的一个个{地震视频观后感}.

救灾英雄以及那些幸存者的家属，废墟中的紧紧相拥的情侣、为保护学生而牺牲的老师、用手机给幼儿写遗言的母亲...那场晚会我是全程流泪看完的，心情很沉重，只能木讷的盯着电视。当时心里一直想着：那些失去家人的灾民太可怜了、那些舍己救人的英雄太伟大了、灾难永远不要再发生在了、一切都快点好起来吧!

四月二十号晚上，毛概课堂上，又一次看到了这些画面，我眼中已然充满泪水，蜀地的天空下，那一片残破的废墟之中，多少生命在为之挣扎;多少亲人在为之哭泣;多少自愿者在为之拼搏!回到现在，距离地震已经三年了，灾区建设已经全面完工，为全国乃至全世界人民展现了一个全新的面貌。逝者安息，活者坚强，在各省的帮助以及灾区人民的努力下，多功能学校、小区、公园等等一应俱全，灾区人民的生活开始迈开全新的步伐!

汶川地震确实是一场毁灭性的灾难，但是，从灾难中走出的灾区人民让我们看到了，生命顽强而不屈的精神能够屹立在时光的洪流之上，演奏着动人的华丽乐章!

再次回顾地震，让我更加理解“灾难无情，人有情”这句话，同时也让我更加的珍惜生命、重视生命。天

灾人祸是没法避免的，但是，我们却有能力让自己的生命过得更有意义、更加充实。作为大学生，不应该沉迷于网络游戏或是盯着美剧、韩剧、日剧不放，而是应该在抓好学习的基础上多参加社会实践、多结交益友，让自己的生命更“广”!

**地震观看心得体会300字左右篇六**

每个人的一生是不同的，有人可以平平安安的度过一生，而有人一生确实坎坷的。

安全对于我们学生来说尤其重要，我们还没有接触社会，什么东西都还处在懵懂的状态中，知其一，不知其二。在最近几年发生的自然灾害和最近的发生的重大事件中，损失最严重就是我们新一代的学生。 今天晚上，工商管理系组织每一个班级都开展了安全教育视频观看，看了这些灾难，对我们的安全意识有很大的提高，而且充实了我们的安全自救知识，如何做到自我防范和自救的方法。

5?12地震过去才两年，那一次，令我们最感伤的就是死了好多学生。我们不禁会问为什么会死去那么多的学生?事实是她们缺少安全只是的教育，当出现了紧急状况的时候，她们会手忙脚乱的，变成热锅上的蚂蚁，乱成一团，最后的结果是更加的惨痛。所以我们要吸取这个严重的教训，学生的安全知识教育是必不可少，而且要教育她们如何自救和求救!当同学们去观潮的时候，我们要永记教训，避免一切不改发生的惨剧出现在自己的身上!

对于沿海地带的学生来说，我们最重要的安全知识就是如何抵挡台风的来临。会游泳不完全是一件坏事，但是就要看我们如何去控制自己，和安全知识的掌握了。

自然灾害对我们来说是不可避免的，但是我们要充分去了解它们的脾气和掌握如何躲避它们的知识。这样我们才可以将损失降到最低，并确保自身安全的同时还可以帮助其他人。

除了不可避免的自然灾害，最近屡屡出现的校园惨案，给我们的校园安全敲响了警钟。在全国个地幼儿园和小学，都成为那些对社会失去信心的疯子的目标，他希望自己一个人死的时候带上更多的人陪葬，完全失去了人性的美，变成了一个杀人机器，在瞬间的时间带走了很多脆弱的生命。

**地震观看心得体会300字左右篇七**

20\_\_年 “5.12”汶川大地震已经过去三年了，但留给我们的伤痛是永久难以忘却的。面对难以抗拒的巨大天灾，人类又一次表现出渺小和虚弱。 多少个无辜的生命被无情的自然灾害所吞噬;多少纯真的少年儿童经历了生死离别的场面;多少个自然灾害拆散了一个个幸福美满的家庭……我开始呼吁：为了自己来之不易的生命，从现在做起，从生活的点滴做起，跟我一起来学习如何防震的知识吧!

四川汶川5·12特大地震后，一所紧邻重灾区的乡镇中学创造了全校师生无一人受伤或者遇难的奇迹。原来自20\_\_年起，四川省安县有所中学就坚持进行安全疏散演习，并想方设法不断加固学校的教学楼，以维持学生们逃跑的时间。四川汶川特大地震发生时，学生们立刻按照老师的要求钻进课桌下，在第一阵地震波过后，大家又在老师的指挥下快速而有序地疏散到了学校开阔的操场上。

由上可知安全意识对我们的重要性，同事要懂得随机应变，防止安全隐患。发生地震时，我们要沉着冷静，不要惊慌，如你住在第四层，必须待余震过后，立即从楼梯道有序地逃出，注意，逃出来以后，要到空旷的场地去等待救援。

地震了，你被压在废墟的底下，这时候，你不要盲目乱动，要冷静，先把手抽出来，慢慢地挪动废墟，先保持呼吸顺畅，再想办法呼吸，喊人员来救你。如果发生地震时你在家里，必须马上钻到坚硬、并且没有倒塌的小房间中躲避，以免砸伤。还有，要贴着坚固的墙壁或在门口蹲着，在房子倒塌后，再求生，要避免被弄伤。如果在野外，一定要避开陡崖，防止掉下山。还有要预防山体滑坡，以免滑下去。如果在学校，一定要听从老师的指挥，躲到课桌下，注意保护头部，如果在上体育课，要避免高大的建筑物，不要被砸伤。

下面，我将说一则有关地震的另一个故事。某中学在发生地震时，惊慌失措，惊叫声遍布，许多学生因性子急，不听老师领导指挥，冲出教室，应为学生数量多，再加上慌乱，很多学生一股脑第冲出去，造成学生伤亡多起，只逃出不到十五人，其他人无一幸免。

由此可知，面对危险，我们应沉着冷静、机智，树立自我保护意识，提高自我保护能力，面对危险临危不惧。

生命是宝贵的，学会保护生命，从我做起，从身边的点点滴滴做起。

我们除了震惊、悲哀、坚强之外，也需要反省,为何全球变暖，为何沙尘暴，洪水，地震频频发生，还是我们埋下的种子。

**地震观看心得体会300字左右篇八**

20\_\_年7月27日，汶川映秀的天气很好，就是有点热，随同公司同事一行6人，我们从成都乘车前往汶川地震博物馆，去时在车上师傅告诉我们，叫我们调整好自己的情绪，毕竟20\_\_年的那场地震是每个中国人心中无法抹去的创伤。在车上我就在想着自己以前通过网络和电视看到的那些汶川地震图片，还记得那时电视上24小时播放着关于地震的最新情况，当时很多人都是哭着看新闻，现在想起来总觉得恍惚如昨天，历历在目。

到达汶川地震博物馆的时候，才9点多，我们经过映秀新县城，看着当地人脸上都洋溢着舒心的微笑。房子修得都很漂亮，环境优美，游客也很多。到处都洋溢着幸福和快乐的气息。当时只觉得心里一松，汶川的人们已经从那些伤痛中走出来了，真好! 我们先是参观了汶川地震博物馆。走进博物馆，我们都在伴随着哀伤背景音乐下显得格外沉默，看到的第一幕就让我很心痛：那是一个很大的钟，上面的指针永远定格在：20\_\_年5月12日14点28分。只知道自己的心在那一刻揪得很紧，紧得快透不了气。 博物馆里那么多的场景都让人望之动容，有志愿者、军人、医生……抛下的满腔热血和爱。每一件当时的留下的物件都让我心酸又心疼。在博物馆里还放着当时的新闻，当时的音乐，以及作家诗人写的诗歌，每一句都是那么让人心酸，却又那么感动。这就是爱的力量吧!

博物馆展览的都是汶川如何在大家众志成城下，重建家园。今天的汶川那么漂亮是离不开党和国家，以及世界上爱心人士的帮助，所以你可以在汶川的任何角落看到感恩的标语。这是汶川人民最朴质的一种感谢吧!走出博物馆，恍惚穿越了一次时空回到了08年，再看看外面的蓝天觉得格外美好。

到了汶川映秀就必须去看看地震遗址，就如同到了北京要去长城一般不容置疑。也许是我之前在博物馆时情绪已经崩溃过，在到了步行十几分钟远的地震遗址-----汶川漩口中学地震遗址。时空已经在这里凝结，永远呈现那地震时发生的景象，让人们缅怀，祭奠逝去的生命。有如废墟旁那黄色的小菊花，年复一年，默默地表示着哀思。

漩口中学是四川省阿坝州的省级重点中学，原在漩口镇，20\_\_年才搬迁到映秀镇，总>投资6500万元。20\_\_年\'5.12\'地震发生时，有学生1527,教师133名。其中45名学生，8名教师，2名职工在地震中不幸遇难。漩口中学在\'5.12\'汶川特大地震中所有校舍建筑下沉、坍塌，震前我们眼前这些建筑为5层，地震后，5层楼只剩下3层，3楼直接变1楼，原本的1楼2楼变为碎屑。漩口中学损毁严重，灾后重建中，为了铭记、保留这段历史，漩口中学的废墟被作为遗址完好地保留了下来，它是\'5.12\'汶川特大地震中唯一得到较为完整保存的大型遗址。{地震视频观后感}.

也许，如果没有那么一场地震，那些正在读书、午睡、嬉闹的孩子，他们现在一定幸福快乐的生活着，可惜，天不如人愿啊!!我注意到每一个参观者脚步轻迈，神情凝重，没有人嘻笑，没有人高声说话，恐怕惊扰了地下长眠者。

我平时游玩是很少拍照的，但这一次却拍了很多照片，有些历史是不可以忘记的，不是吗?在映秀返回成都的路上，我感到先前朋友说得没错：参观汶川地震遗址会让每个人都受到一次心灵的洗礼。我想我不仅洗礼了自己的灵魂，更多的是珍惜现在拥有的一切和热爱生活。还有就是感动，因为人生不需要多么伟大，只需要感动和珍惜。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找