# 2024年地震科普馆心得体会范文 参观地震科普馆后的感想范文

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2024-08-29

*我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。2024年地震科普馆心得体会范文一地震灾害是全世...*

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

**2024年地震科普馆心得体会范文一**

地震灾害是全世界造成经济损失最严重和人员伤亡最多的自然灾害之一。在目前地震预报不能解决人员伤亡问题下，我们要加强对地震预防知识的学习，以利于掌握正确的避震和自救、互救方法。

地震是由于地球内部物质不停的运动，会产生一股作用于岩层巨大的力，当这股力累积倒一定程度时，岩层会变形、弯曲。一旦承受不了这种变化时，岩层会发生急剧的破裂、错动，释放出巨大能量，缠身强烈的震动，这就是地震!地震分为两大类，一类是天然地震，另一类是人工地震。其中天然地震包括：火山地震、陷涡地震等。

当地震发生时，房屋倒塌后所形成的室内三角空间，往往是人们幸存的安全地点。特别是在楼房内的人，选择厨房、卫生间等空间矮小的房间、不易倒塌的空间、墙角或桌子等坚固家具易形成三角空间的地方避震。在没有桌子等可供藏身的场合，无论如何，都要用坐垫等物保护好头部。千万不要盲目跳楼和使用电梯。

户外的场合遭遇地震时，要避开高大建筑物等危险之处，护住头，迅速跑到空旷场地蹲下。当大地剧烈摇晃，使人站立不稳的时候，人们都会有扶靠、抓住什么身边的建筑物。但是你完全想错了，这些看上去结结实实、安安全全的东西，实际上却是很危险的。务必不要靠近水泥预制板墙、门柱等躲避。在繁华街、楼区，最危险的是玻璃窗、广告牌等物掉落下来砸伤人。因此，要注意用手或厚毛巾等物保护好头部。

地震发生后，人们可能面对各种困难。但是，要逃生，必须克服恐惧心理，用正确的方法自救求生。这对于减轻地震灾害，免遭不该有的损失。如果不能自行脱险，一定要沉住气，保护自己不受新的伤害，如果暂时无法脱险，要想办法维持生命，寻找食物和水，保存体力，耐心等待，并设法与外界联系，不能可大声哭喊，勉强行动。这样反而伤害自己。应该尽量闭目养神，时间就是生命。被救后要积极参与震后救人工作，迅速壮大救援队伍，让更多的人获救。在发生大地震时，人们心理上容易产生动摇>参观防震减灾科普展心得体会。为防止混乱，每个人依据正确的信息，冷静地采取行动，极为重要。

同学们，地震发生时，只要能按正确的方法去做，就不会有危险的。有时，地震并不像你所想象得那么可怕，真正房倒屋塌的灾难性地震还是少数。只要沉着、冷静地静观灾变，就有可能躲避这次地震。

**2024年地震科普馆心得体会范文二**

生命对于一个人来说十分宝贵，失去了就没有第二次了，地震给人们带来的损失是巨大的，它直接威胁到人们的生命财产安全。我们每一个人都要树立防震减灾意识，力争把灾害带来的损失降到最低程度发生地震时，还有很多自救的方法：

一、将门打开，确保出口，躲在桌子等坚固家具的下面，户外的场合，要保护好头部，避开危险之处。

二、不要惊慌失措，更不能在教室内乱跑或争抢外出。如果是一楼靠近门的同学可以迅速跑到门外，中间及前排的同学可以尽快躲到桌子底下，用书包或者书本护住头部；靠墙的同学要紧靠墙根，双手护住头部，等地震间隙再尽快离开住房，转移到安全的地方。

三、我们要带上基本很厚的书或衣服，然后我们要快速跑到宽广的地方去，在那里等待救援人员。

我们要做到减灾防震还要爱护我们的环境，首先我们应做到以下几点：

1．保护森林，种植树木，保护水土。

2．保护臭氧层防止有毒气体扩散。

3．要节约用电，不过度浪费。

4．小心用火，不乱玩火。

5．要多学防震、防灾方面的知识，有防范意识。

6．节约用水，珍惜每一滴水。

如果先做好了这几点，会减少灾害的发生，或者一旦灾难发生时会挽回不少人的生命。

地震给我们带来的伤害是巨大的，突如其来的巨大灾害，将无数或平凡或精彩的生命，在分秒之间，从或平静或波折的生活中拽进巨大的困顿和危难，甚至沉入深渊。每想到这一点，每一个有幸深处平

安之地的中国人，心中就再难平安。

我们要争取做到最好，防止自然灾害带来的不必要伤害，我们要努力保护我们的家园——地球，便是保护自己。让我们行动起来，共同防止灾害的发生，让明天的地球更加光明，更加灿烂！

**2024年地震科普馆心得体会范文三**

活动目标：

1、了解地震的基本知识及地震造成的危害。

2、帮助幼儿掌握地震发生时自我保护的方法，掌握逃生技巧。活动准备：有关地震知识的录像短片。

活动过程：

一、观看地震知识的录像片段，了解地震造成的危害。

（一）通过短片让幼儿了解，由于地球不断运动，逐渐积累了巨大的能量，在地壳某些脆弱地带造成岩层突然发生破裂或震动，这就是地震。

（二）教师提问：刚才你们看到了什么?地震会给我们带来什么危害呢?

幼儿自由讲述：地震时，地面会剧烈震动、裂开大缝，房屋倒塌，家里的东西都被压坏了，有时我们的生命也受到威胁，地震的确给我们带来很大的危害。所以今天我们一起来学习一些避震的知识。

二、帮助幼儿掌握一些地震发生时自我保护的方法。

（一）小朋友，如果发生了地震，我们该怎么做呢?

（二）教师对正确的做法进行小结：

1、当你在室内的时候，可以躲在墙角、厕所等容易构成三角支撑的地方以及结识坚固的家具底下或旁边。用身边的坐垫、枕头等柔软物保护头部。选好躲藏处后，正确的避震自姿势为;蹲下，低头，闭眼或用手保护头部。还可以用湿毛巾捂住嘴、鼻子以防吸入灰尘和毒气。千万不要跑到阳台或窗户旁边，要远离玻璃门窗，或是悬挂物物下。

2、如果是在室外，应该尽快跑到开阔的地方。要远离楼房、围墙、树木、广告牌等，更不要躲到地下通道中或高架桥下面。不要坐在汽车里，要到空旷的广场避难。

3、千万不能跳楼或者进电梯。

4、如果被埋，不要惊慌，要想办法保护自己。可以设法敲击能发出声响的物体，向外发出求救信号。

三、教育幼儿在发生地震时，不慌张，及时躲避,运用逃生技巧。地震虽然很厉害，但是小朋友不能慌张。在地震发生时，地面开始摇动后，还是有一小段时间可以用来躲避，如果在这段时间内躲到安全的地方，就不会受到伤害。

**2024年地震科普馆心得体会范文四**

李蒙是班里的班长，他说自己以前没当过班干部，2024年8月1日复课回来后，他成了新班的班长。

“我现在的玩具少多了，以前住楼房的时候，家里的玩具可多了。”李蒙说起地震前自己家里的那些玩具，眼睛里流过一些失望，“不过现在跟我玩的伙伴们多了。”

李蒙妈妈告诉我，地震时，自己正在帮刚睡醒的李蒙穿衣服。床突然晃动起来，“我以为是妈妈在摇床，妈妈以为是我在摇床，后来我就看到家里的房子裂开来了，我跟着妈妈往楼下跑。”李蒙说。

“地震那几天大家都很害怕，路一抢通，我们就把他送到外婆家里去了。他还羡慕我们有方便面吃，一直想回来呢。” 李蒙妈妈说。

“你光想着方便面，不怕余震啊?”我笑着逗他，李蒙想了想说：“不怕！”

李蒙妈妈告诉我，后来的日子里，每次发生余震，李蒙都会镇定地安慰其他小朋友们，叫他们不要害怕，板房很安全。他还养成了一个习惯，在第一时间看手表，爸爸妈妈回来后，他能说出每次余震发生时的准确时间。

“地震后，孩子比以前勇敢了，也独立多了。原来的家有80多个平方，李蒙晚上去上厕所，路灯总是开了一路，还一定要父母陪着。现在我们住在板房里，用的是公共厕所，走过去有100多米路，他一个人起床后拿着手电筒就自己去了。父母不在的时候，他一个人在家里写作业、看电视，没有以前那么依赖我们了。

“他一直惦记着要参加学校‘六一’儿童节的文艺表演，他有个节目是弹电子琴。地震了，电子琴没带出来，后来我们又到房子里把电子琴挖出来了。”

李蒙不好意思地笑笑，和妈妈扮鬼脸。

“你心里是不是觉得挺遗憾的啊，没能在‘六一’儿童节上表演节目?今年的儿童节演出，可以让你好好表现表现了。”我点点李蒙的鼻子。

“那时候我练得还不熟，下次我给同学们弹更好听的曲子。”李蒙笑着说。

他给我们弹了一曲《小乐曲》，说这首曲子很好听，特别欢快，代表着希望和幸福，爸爸妈妈和同学们都喜欢听他弹这个曲子。

**2024年地震科普馆心得体会范文五**

据调查，全国发生过许多发生大地震，如1514年云南大理大地震年辽宁海城大地震年海南琼州大地震年四川康定南地地震年唐山大地震……如此多灾害，损伤惨重，特别是唐山大地震，有20多万人死亡和受伤。可见，地震是多么可怕呀!

其实地震发生前，是有预兆的。我国地震区群众根据地震前动物异常反应就编写了预报地震的歌谣：

震前动物有预兆，群测群防很重要。

牛羊骡马不进圈，猪不吃食狗乱咬。

鸭不下水岸上闹，鸡飞树上高声叫。

冰天雪地蛇出洞，大猫衔着小猫跑。

兔子竖耳蹦又撞，鱼朝水面乱跳跃。

蜜蜂群迁闹轰轰，鸽子惊飞不回巢。

家家户户都观察，综合异常作预报.

其实地震发生了并不是就必死无疑，其实，还有很多自救的方法。户外的场合，要避开高大建筑物等危险之处，护住头，迅速跑到空旷场地蹲下。当大地剧烈摇晃，站立不稳的时候，人们都会有扶靠、抓住什么的心理。身边的门柱、墙壁大多会成为扶靠的对象。但是，这些看上去挺结实牢固的东西，实际上却是危险的。务必不要靠近水泥预制板墙、门柱等躲避。在繁华街、楼区，最危险的是玻璃窗、广告牌等物掉落下来砸伤人，因此，要注意用手或手提包等物保护好头部。

一位亲身经历过1920年海原8.5级大地震的老人，曾向人们详细介绍了“伏而待定”的具体方法：“在屋内感觉地震时，要迅速趴在炕沿下，脸朝下，头靠山墙，两只胳膊在胸前相交，右手正握左臂，正手反握右臂，鼻梁上方凹部枕在臂上，闭上眼睛、嘴，用鼻子呼吸”

有些灾害都是人类自己砍伐树木而造成的不必要的损失。所以在日常生活中我们要做到小心用火，不乱丢烟头;节约用水，珍惜每一滴水;保护森林，种植树木，保护水土;要多用取之不尽的太阳能;多学习一些防震防灾方面的知识，树立防范意识。

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。让我们行动起来，共同预防灾害的发生，使我们的明天更加光明灿烂。

**2024年地震科普馆心得体会范文六**

地震，一个令人感到可怕的字眼;地震，一个无形的恶魔;让无数人妻离子散，与自己的家人阴阳相隔，那么，我们应该如何在地震发生时保护自己呢?我们认识地震吗?下面，我们就一起学习一下吧!

地震，一般分为两种，一种是由于人们的某种原因形成，如从高空往下扔一样重物，地慢慢会因震动而发生地震。还有一种是自然形成的，由于地面一直向一个点往里挤，那个点便会拱起，就如珠穆拉玛峰一样，自然形成的还有一个原因，就是因地幔的移动，使地面出现裂横。地震发生时是非常危险的，如果躲避不当，就会有生命危险。

在古时候，地震就已经发生了，可由于当时的科技条件差，人们对地震的认识也是错误的，当古时候发生地震时，有些人就认为在地底下有一条鱼。当这条鱼摇一摇尾巴或翻个身，都会发生地震，后来，张衡发明了“地动仪”，据说，这个地动仪在当时可以测出方圆百里外发生的地震，那么，张衡发明的地动仪是如何测准地震的呢?当地震快要发生时，地动仪里就会有珠子从仪器内掉出落到周围青蛙伏的容器中。当地震发生时，我们该如何逃生呢?如果你在家中，发生地震时，你应该躲到桌子底下，这样，从房顶上掉下来的砖和石块就不会砸到身体了，千万不可躲到阳台上，因为发生地震时，阳台容易倒塌，而且掉下来的砖块也会砸到身体，会有危险。当你在教室时，你可以躲到课桌底下，保护自己，如果你拿椅子顶在头上也是没有用的，但要记住，千万不要跑到外面去，这样做最危险了。如果你在马路上，一定躲到草坪上，因为那儿没有建筑物，不容易受伤，矮房在我们看来是很破旧的，可在地震发生时，矮房子却是坚固。因为矮房子离地面近，地震发生时，由于地球吸引力的原因，所以不易倒塌。

在唐山市，曾发生过一次大地震。地震是7、8级，整个唐山市全部倒塌，人们逃的逃，躲的躲，最后，没有几个人活着的，人们称这次地震为“唐山大地震”。

同学们，现在咱们都了解地震了吧，一定沉着，冷静哦!

【2024年地震科普馆心得体会范文 参观地震科普馆后的感想范文】相关推荐文章:

2024年参观地震馆心得体会 地震科普馆心得体会6篇征文

地震科普知识讲座心得体会 地震科普知识观后感范文大全

2024年地震科普,携手同行心得体会6篇文章内容

地震科普,携手同行心得体会5篇文章

2024年规划馆工作计划范文 规划馆工作计划书模板

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