

最新珍爱人生感悟 珍爱生命班会教案(实用7篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来文字，近似于经验总结。我们想要好好写一篇心得感悟，可是却无从下手吗？下面小编给大家带来关于学习心得感悟范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

珍爱人生感悟篇一

- 1、了解火与人类的密切关系，知道火灾给人类带来的危害。
- 2、知晓发生火灾的主要原因，提高学生的防火意识，明确防火自救的重要性。
- 3、学生利用各种方法查阅、搜集消防安全资料，培养学生搜集和处理信息能力、获取新知识能力、交流与合作能力。培养学生积极主动的参与意识及认真负责的科学态度。

活动准备：

- 1、学生通过各种渠道搜集有关家庭安全方面的资料。
- 2、制作相关的课件。
- 3、黑板上用彩色粉笔书写“珍惜生命安全第一”八个美术字。

活动过程：

一谈话引入

红彤彤，一大蓬，见风它就逞凶狂，无嘴能吃天下物，单怕雨水不怕风。（打一自然现象）

师生开展猜谜活动，激发学生的学习兴趣。（谜底：火）

师导言：火与人类生活密切相关，给我们的日常生活带来极大的便利。可是如果利用不好，它会将我们所拥有的一切毁于一旦。这节课我们就共同来了解“火与火灾”。

二生活中的防火

1. 家庭用电

随着生活水平的不断提高，生活中用电的地方越来越多了。因此，我们有必要掌握一些基本的用电常识。

1) 认识了解电源总开关，学会在紧急情况下关断电源。

用湿手触摸电器，不用湿布擦拭电器。

3) 电器使用完毕后应拔掉电源插头。

4) 使用中如果发现电器有冒烟、冒火花、发出焦糊的异味等情况，应立即关掉电源开关，停止使用。

5) 发现有人触电要设法及时关断电源；或者用干燥的木棍等物将触电者与带电的电器分开，不要用手直接救人。

6)、不要用老化的电源。

2. 安全使用煤气

1) 燃气器具在工作时，人不能长时间离开，以防被风吹灭或被锅中溢出的水浇灭，造成煤气大量泄露而发生火。

2) 使用燃气器具(如煤气炉、燃气热水器等)，应充分保证室内的通风，保持足够的'氧气，防止煤气中毒。

3、校园防火安全

防火：学校是人群密集的地方，防火是学校安全的重要问题，

- 1) 禁止在校园内玩火、放炮。
- 2) 上实验课要注意老师的要求，不要随意乱动药品。
- 3) 定期检查消防设施发现损坏应立即修复。希望大家能齐抓共管。共同参与到校园安全防范的活动中来。

三防火技能

- 1、火警电话“119”拨通后，要沉着、准确地说出灭火单位或所在地点、名称、火势大小及燃烧物品，说明报警人地姓名和电话号，报警后，安排专人到离火场最近的路口迎候并引导消防车辆。
- 2、燃气罐着火，要用浸湿的被褥、衣物等捂盖灭火，并迅速关闭阀门。
- 3、家用电器或线路着火，要先切断电源，再用干粉或气体灭火器灭火，不可直接泼水灭火，以防触电或电器爆炸伤人。
- 4、救火时不要贸然开门窗，以免空气对流，加速火势蔓延。

四灭火器使用方法

- 1、干粉灭火器：使用时，先拔掉保险销，一只手握住喷嘴，另一只手握紧压柄，干粉即可喷出。
- 2、1211灭火器：使用时，先拔掉保险销，然后握紧压柄开关，压杆就使密封间开启，在氨气压力作用下，1211灭火剂喷出。
- 3、二氧化碳灭火器：使用时，先拔掉保险销，然后握紧压柄

开关，二氧化碳即可喷出。

五逃生技能

如果发生火灾时应该如何做才能地迅速脱险？

3、若身上已着火不可乱跑，要就地打滚使火熄灭；

4、遇火灾不可乘坐电梯，要向安全出口方向逃生；

7、充分利用阳台、天窗等进行自救；

8、处在高层建筑被火围困时，要赶快向室外抛沙发垫、枕头等小物品，夜间则打手电，发出求救信号。

六儿歌：安全知识小结

发生 火 灾 不 用 慌 ，

分清 火 情 找 主 张 。

油锅 着 火 不 用 水 ，

锅盖 盖 上 火 灭 光 。

衣物 着 火 快 浇 水 ，

电器 着 火 拔 电 源 ，

同时 拨 打119，

消防 官 兵 帮 大 忙 。

七小结

只要我们处处小心，注意安全，掌握自救、自护的知识，锻炼自己自护自救的能力，机智勇敢的处理遇到的各种异常的情况或危险，就能健康地成长。

珍爱人生感悟篇二

主题分析：

生命是何等的可贵，它就像那喷泉一样，是那样的多姿多彩；

它就像傍晚的晚霞一样，是那么的美好；

它就像二月的鲜花一样，是那么的美丽却短暂。

人的生命只有一次，所以我们必须珍惜它，必须珍惜你所拥有的美好时光，

我们要学会生存，珍爱生命，

让我们在灿烂的阳光沐浴一方平安，健康成长，愉快生活，让生命的一泓清泉，永流不息。

同时要以积极、乐观的心态对待困难和挫折，做个珍惜生命、热爱生活、努力实现自身价值的人。基于这种理念，我设计了《阳光总在风雨后——“珍爱生命”》主题班会。

活动目的：

1、通过此次班会的召开，使学生清楚地认识到人的生命只有一次，我们要珍爱自己的生命。

2、教育学生珍惜生命，热爱生活，正确面对困难和挫折，努力实现自身价值。

活动准备：

1、作文《给生命一个笑脸》、《让生命灿烂如花》、小品《不屈的生命》

2、笑脸图片，各种资料。歌曲《阳光总在风雨后》。

活动时间：2009年3月9日

活动过程：

本次班会分为四个环节：一、生命如花。二、笑对人生。三、阳光总在风雨后。四、课外延伸。由甲、乙两位主持人来主持。

一、生命如花：

甲：生命如花。如果说，人生如花开四季，那么，我们少年儿童就是春天。春天，是阳光明媚的季节，是万象更新的季节，是倾听花开的季节，是青春绽放的季节，更是孕育希望的季节！

乙：生命如花。是花，就要让自己开得更艳。风华正茂的青少年，正如盛开的鲜花，有着张扬的青春，悦目的色彩，醉人的芬芳！

甲：生命如花。是花，就要经得起风吹雨打。我们的人生道路也是荆棘丛生，困难重重。所以，我们也要经得起考验，笑对人生，做生命的强者。

乙：让我们来听一听蒋诗瑶同学的演讲《让生命灿烂如花》，用心感受一下自己如花的生命。

二、笑对人生：

观看小品《不屈的生命》，再由主持人乙采访同学：“看完小品，你们有何感想？”学生讨论后回答，主持人归纳总结(给别人鼓励，也要给自己鼓励。让我们永远都用笑脸相迎每一天)。最后由钱宇同学朗诵《给生命一个笑脸》，接着投影出笑脸的图片。使学生认识到生命需要笑脸，有了笑脸，生命才拥有向命运抗争、向困难招手的精神！

三、阳光总在风雨后

甲：人的生命，似洪水奔流，不遇着礁石，又怎能激起美丽的浪花？

乙：人的生命，似天空辽阔，不经历风雨，又怎能出现绚丽的彩虹？

甲：美国盲聋女作家和残障教育家海伦·凯勒，1880年出生于亚拉巴马州北部一个叫塔斯喀姆比亚的城镇。她在一岁半的时候因为一次猩红热夺去了她的视力和听力，接着，她又丧失了语言表达能力。然而就在这黑暗而又寂寞的世界里，她借着她的导师安妮·沙利文的努力，使她学会读书和说话，并开始和其他人沟通。成为一个学识渊博，掌握英、法、德、拉丁、希腊五种文字的著名作家和教育家。

乙：张海迪5岁的时候，因患脊髓血管瘤造成高位截瘫，但她身残志坚，勤奋学习，热心助人，被誉为“当代保尔”。

甲：古今中外一切杰出人物，没有一个是一帆风顺走向成功的。在失败和不幸面前，他们无不选择了与逆境抗争，最终迎得了命运的青睐，取得了成功。

乙：同学们正当青春年华，在今后的人生之路上肯定会遇到一些挫折。希望大家学会在挫折中奋起，在挫折中走向成功。只要你不失去对美好事物的追求并坚持奋斗，命运必将回报给你以幸福的微笑。

然后全班同学合唱《阳光总在风雨后》

四、课外延伸

要求同学们课外阅读《假如给我三天阳光》、《活着真好》、《轮椅上的梦》等书，使学生更加明确本次班会的观点：生命是美好的，生命是宝贵的，要珍惜生命，努力实现自身的价值。

预设效果：通过这次主题班会，学生会感觉受到了深刻的教育，也都明确了观点：生命是美好的，生命是宝贵的，我们要学会生存，珍爱生命，要以积极、乐观的心态对待困难和挫折，做个珍爱生命、热爱生活、努力实现自身价值的人。

大学生珍爱生命主题班会(三)

珍爱人生感悟篇三

(一) 认知目标

- 1、认识生命的来之不易，生命对于每个人只有一次。
- 2、认识生命的意义在于让它充实，焕发光彩。

(二) 情感目标

- 1、珍爱自己的生命。
- 2、立志做一个有志向的人，做一个对别人、对社会、对祖国有用的人，让自己的生命焕发光彩。

(三) 行为目标

1、增强应对挫折的勇气，培养笑对困难、挑战挫折的乐观精神。

2、形成良好的学习习惯，积极的处世态度，不断充实自己的生命，不断增加生命的分量。

珍爱人生感悟篇四

一、活动主题

以“远离烟草 珍爱生命”为主题，响应全班师生，推广宣传，落实行动。

二、活动背景

近年来，我国大学生吸烟人数呈持续上升的趋势，据全世界卫生组织统计，最近几年，我国25岁以下的青年烟民人数，将激增到2亿，而他们中到少有五千万人最终将死于与吸烟有关的疾病，大学生吸烟情况非常普遍，吸烟已经对中国人的健康构成重大威胁对此，活动组织呼吁大校大学生远离香烟，倡导大家自觉遵守公共场所禁止吸烟的规定，宣传吸烟有害健康的常识。

三活动目的

杜绝大学生吸烟现象，让同学们了解个人在公共场合抽烟，不公影响到自己的身体健康构成重大威胁，希望通过活动能让同学们对这种危害有更深刻的了解。

四、活动内容

1、在班上通过不记名抽样调查，反映出抽烟人数的比例。

2、由生活委员为同学们介绍烟中的在害物质，让同学们在更

深的认识。

3、通过小品的表演来提高同学们的气氛，让同学们有更深的印象。

4、宣传委员为同学们凌晨解吸烟对人体的危害，劝同学们远离烟草。

5、通过播放以“远离烟草 珍爱生命”的宣传片，让同学们引起共鸣。

五、主持人：大队委

六、参与人员：全体同学

七、活动时间：2011年11月24日

八、活动总结

通过“珍爱生命，远离香烟”主题班会，大家对烟草有了新的认识，知道“罪恶之烟”碰不得，请大家从现在开始拒绝第一支烟，同时也时时监督自己的同学好友拒绝第一支烟，尽量戒烟！

□2□

活动目标：

1、使同学了解毒品对社会、家庭、个人的危害，从而珍惜宝贵的生命，拒绝毒品远离毒品。

2、激发同学的社会责任感，使每位同学以后对有关毒品的言行等做力所能及的工作。毒品，提高拒毒防毒意识。

活动准备：

学生收集资料，教师借助图片、多媒体辅助教学。

活动过程：

一、出示题目：《珍爱生命，远离毒品》 教师：同学们你们知道“国际禁毒日”是哪一天吗？(6月26日)

二、什么是毒品及毒品的种类：

1、谈话：同学们一定都听说过毒品，那么你们知道什么是毒品吗？毒品都有哪些呢？哪位同学能给大家介绍一下？(学生回答)

2、讲解：(让学生看图片)毒品的品种很多，一般我们知道的有吗啡、杜冷丁、海洛因、大麻、可卡因、冰毒、摇头丸；它的来源也很广，既有天然生长的植物，又有从天然植物中加工提炼的化学药物以及人工合成的化学药品。这些毒品长期吸食都会成瘾，对人体产生危害，而且易感染疾病。如果服用过量，则可导致死亡。

辅助材料：

1、鸦片：鸦片取自罂粟花落之后结出的果，割开罂粟果，从中流出的白色浆液在空气中氧化分干，就是鸦片，鸦片中有20种生物碱，其中吗啡的含量约10%，长期吸食会使人消瘦，体质下降，免疫力下降，感染各种疾病。

2、吗啡：是从鸦片中提炼出来的一种白色针状结晶。它对呼吸中枢有叫强的抑制作用，用量过大可致呼吸缓慢，甚至出现呼吸中枢麻痹，这通常是吗啡中毒死亡的直接原因。吗啡比鸦片更易上瘾。

3、海洛因：俗称白粉，是吗啡和其它化学物品混合加热合成的。极易上瘾，长期吸食或注射海洛因，会使人身体消瘦，

瞳孔缩小，免疫功能下降，易感染病毒性肝炎，肺脓肿及艾滋病，极难戒除。

4、冰毒：学名是去氧麻黄碱或甲基安非他明。属安非他明类兴奋剂的一种，它是无臭、带苦味的半透明晶体。吸食冰毒将对人的中枢神经系统产生极强的刺激作用，长期使用会导致大脑机能损坏。吸食者常发生精神分裂而自杀、自残。

5、摇头丸：学名二亚甲基双氧苯丙胺，属安非他明类兴奋剂的一种，具有强烈的中枢神经兴奋作用，有很强的精神依赖性，长期服用，会严重损害人的中枢神经系统，导致偏瘫，也很容易使吸食者的行为失控而发生以外。

6、可卡因：化学名为苯甲基芽子碱，是最强的天然中枢兴奋剂，小剂量的可卡因能导致心律减缓：剂量增大后则心律增快，呼吸急促，可出现呕吐、震颤、痉挛、惊厥等现象：如果大剂量。则可导致死亡。

3、讨论：(观看图片)由美丽的罂粟花到可怕的“毒品”的演变过程。

教师：看了这些图片，同学们有什么感想?(学生发言) 总结：罂粟花漂亮吗?可是，有谁会想到这么漂亮的花朵会变成吃人的毒品。-----外表的美丽，并不代表内心的善良，我们要让自己的外表和内心一样美丽。

三、 介绍毒品的危害(结合图片)

2、学生发言，小组讨论并总结：

(1)毒品会摧毁健康，它能摧毁人的消化功能、神经系统、呼吸系统及循环系统，还会患上传染性病及“艾滋病”。

(2)毒品令吸毒者丧失工作能力，导致倾家荡产、家破人亡，

给家人带来无尽的折磨。

(3)吸毒导致堕落、犯罪，进而危害社会，成为世界公害。

吸毒是一种可耻的违法行为，也是一种自杀行为。吸毒者大多是面色蜡黄，身体消瘦，嘴唇焦黑，神色漠然。而当毒瘾发作时的狼狈相，更让人目不忍睹。吸毒者的堕落和自毁是说不尽的，它不仅害己，而且害自己的家庭，害自己的国家。

四、学生讨论怎样养成良好的习惯。

养成良好的行为习惯

(1)不吸烟，不喝酒。吸烟、喝酒不利于青少年的健康成长。

吸烟、喝酒的不良行为往往是沾染毒品的第一步。对于涉世不深的青少年来说，吸烟、饮酒的年龄越早，越有可能沾染毒品。所以，远离毒品，首先要从远离烟酒做起。

(2)不涉足青少年不宜进入的场所。一些歌厅、舞厅、迪厅、酒吧、游艺厅等娱乐场所是一些毒品违法犯罪活动的多发地点，如果青少年涉足这些场所，就容易沾上不良习惯，甚至可能会染上毒品。

(3)慎重交友。“近朱者赤、近墨者黑”。一些青少年在交友中良莠不分，在所谓讲哥们、姐们义气、虚荣心的驱使和同伴的影响下，很容易沾染毒品。

一些毒贩为了拉人下水，千方百计和你交朋友，想尽一切办法和借口来诱人吸毒。所以，大家在交友时要慎重，交好友、益友，不交损友、滥友，千万不能盲目从众。

(1)直截了当法——坚定直接地拒绝引诱。

(2) 金蝉脱壳法——根据不同情况找借口委婉拒绝。

(3) 主动出击法——立刻提出反建议。

(4) 秘密报案法——寻找机会偷偷告诉你依赖的人，或者秘密拨打 110 报警，民警叔叔 会迅速给予你帮助。

(5) 及时告知师长法——当毒贩毒友逼你吸毒并威胁你时，一定不要被他们威吓住，要 在第一时间告诉你的师长。

六、总结：

同学们，今天我们了解了有关毒品的知识及防范措施，也知道了毒品对家庭、社会 的危害。所以，我们要拒绝毒品，保护自己远离毒品，如果你遇到了有不法的毒品交易， 一定要向告诉大人或报警，不能置之不理，因为禁毒、防毒是我们每个人的责 任。

教后记：

学生在日记中写到，在家中能够做到奉劝大人不吸烟不吸毒。

珍爱人生感悟篇五

1、通过读新闻、讲解身边事例等方式引起同学们对交通安全的重视。

2、通过本次主题班会活动，使学生了解一些基本的交通规则及交通标志，并逐步形成自觉遵守交通规则的良好行为习惯。

二、课前准备：

1、收集有关交通事故的新闻；

- 2、选好主题班会课的主持人并进行简单的培训；
- 3、收集全面的交通事故统计数据；
- 4、常见的交通安全tips的收集；

三、活动过程：

(一)主持人阐述班会主题，强调主题班会的内容

- 1、班委分发关于学生交通安全的调查问卷；
- 3、由统计结果与案例作对比，说明交通安全的重要性、随意性，提醒同学注意交通安全，熟悉交通规则、珍惜生命。
- 4、面对严峻的交通频发的形势，课堂讨论收集

(二)学生看《中华人民共和国道路交通安全法》摘要，深化主题：

中华人民共和国道路交通安全法(摘录)

第三十五条 机动车、非机动车实行右侧通行。

第三十六条 根据道路条件和通行需要，道路划分为机动车道、非机动车道和人行道的，机动车、非机动车、行人实行分道通行。没有划分机动车道、非机动车道和人行道的，机动车在道路中间通行，非机动车和行人在道路两侧通行。

第三十七条 道路划设专用车道的，在专用车道内，只准许规定的车辆通行，其他车辆不得进入专用车道内行驶。

第三十八条 车辆、行人应当按照交通信号通行；遇有交通警察现场指挥时，应当按照交通警察的指挥通行；在没有交通信号的道路上，应当在确保安全、畅通的原则下通行。

第三十九条 公安机关交通管理部门根据道路和交通流量的具体情况，可以对机动车、非机动车、行人采取疏导、限制通行、禁止通行等措施。遇有大型群众性活动、大范围施工等情况，需要采取限制交通的措施，或者作出与公众的道路交通活动直接有关的决定，应当提前向社会公告。

第四十条 遇有自然灾害、恶劣气象条件或者重大交通事故等严重影响交通安全的情形，采取其他措施难以保证交通安全时，公安机关交通管理部门可以实行交通管制。

第四节 行人和乘车人通行规定

第六十一条 行人应当在人行道内行走，没有人行道的靠路边行走。

第六十二条 行人通过路口或者横过道路，应当走人行横道或者过街设施；通过有交通信号灯的人行横道，应当按照交通信号灯指示通行；通过没有交通信号灯、人行横道的路口，或者在没有过街设施的路段横过道路，应当在确认安全后通过。

第六十三条 行人不得跨越、倚坐道路隔离设施，不得扒车、强行拦车或者实施妨碍道路交通安全的其他行为。

第六十四条 学龄前儿童以及不能辨认或者不能控制自己行为的精神病患者、智力障碍者在道路上通行，应当由其监护人、监护人委托的人或者对其负有管理、保护职责的人带领。

盲人在道路上通行，应当使用盲杖或者采取其他导盲手段，车辆应当避让盲人。

第六十五条 行人通过铁路道口时，应当按照交通信号或者管理人员的指挥通行；没有交通信号和管理人员的，应当在确认无火车驶临后，迅速通过。

第六十六条 乘车人不得携带易燃易爆等危险物品，不得向车外抛洒物品，不得有影响驾驶人安全驾驶的行为。

根据南昌市政府发布的《关于加强摩托车管理的通告》，从今年6月1日起，南昌市最后一批拥有行驶证的摩托车到了强制报废期，这也意味着，南昌市将全面“无摩”。包括燃油助力车、超标电动车也一并取缔。

4、主持人：看了中华人民共和国道路交通安全法的内容有什么感想呢?(学生发言)

四、小结：

1、提高交通安全意识：不管是校内还是校外，发生交通事故最主要的原因是思想麻痹、安全意识淡薄。作为一名在校大学生遵守交通法规是最起码的要求。若没有交通安全意识很容易带来生命之忧。

2、自觉遵守交通法规：除提高交通安全意识、掌握基本的交通安全常识外，还必须自觉遵守交通法规，才能保证安全。以下三点是大家必须掌握并要在日常生活中严格遵守的。

(1)在道路上行走，应走人行道，无人行道时靠右边行走。走路时要集中精力，“眼观六路，耳听八方”；不与机动车抢道，不突然横穿马路、翻越护拦，过街走人行横道；不闯红灯，不进入标有“禁止行人通行”、“危险”等标志的地方。

(2)乘坐交通工具。乘坐市内公共交通等车停稳后，依次上车，不挤不抢。车辆行驶中不得把身体伸出窗外；乘坐长途客车、中巴车时不能贪图便宜，乘坐车况不好的车，不要乘坐“黑巴”、“摩的”，因为这些车辆安全没有保障。乘坐火车、轮船、飞机时必须遵守车站、码头和机场的各项安全管理规定。

(3)骑自行车回家要双手握住把手，慢速前进，过马路要下车推过去，要遵循靠右行驶的原则，同时不要让别人搭座，珍爱生命。

生命只有一次，幸福快乐掌握在你的手里，希望同学们通过这次班会活动，学会珍惜生命，养成自觉遵守交通规则的好习惯。

五、交通安全顺口溜

交通安全知识平安出行第一条，交通安全要记牢；路口要看信号灯，红灯停止绿灯行；过街要走斑马线，或走天桥地下道；走路要走人行道，骑车不进汽车道；公路来往车辆多，追逐打闹会闯祸；隔离护栏不翻爬，发生事故受伤害；候车要在站台上，文明乘车讲礼貌；黑车货车不能上，人身安全没保障；乘车系好安全带，头手不伸车窗外；站得稳步坐得好，紧急刹车危险少；为了行车保安全，不与司机闲话聊；每天上学和离校，平平安安很重要；交通法规是个宝，同学都要遵守好。

六、全班同学共唱《祝你平安》，在歌声中结课。

大学生珍爱生命主题班会(二)

珍爱人生感悟篇六

- 1、观看《中小学生在春季安全教育第一课》专题节目，加强学生安全防范意识，提高自救自护意识。
- 2、让每位学生在遇到自然灾害和突发事件时，能够沉着应对，减少意外事故的伤害。
- 3、了解校园安全隐患。

4、掌握安全知识，培养学生“珍爱生命，安全第一”的意识。

掌握安全知识，培养学生“珍爱生命，安全第一”的意识。

同学们，前段时间我们了解到四川雅安发生了地震，对于逝去的生命我们感到非常惋惜。我们的家乡也处于环太平洋地震带，假如我们这里发生地震我们该怎么办呢？假如遇到火灾时我们又该如何呢？“安全”是一个永恒的话题。

《中小学生春季安全教育第一课》

同学们看完这个视频你想说些什么呢？(生讨论发言)

师：同学们，地震、火灾、溺水、交通等等夺走了多少鲜活的生命，让人感到惋惜的同时，我们又必须面对的是安全，只有安全的警钟常常响起，只有把安全落实到我们的学习和生活中，我们才能快乐健康的成长。那么在我们身边又有哪些安全隐患呢？(生讨论师总结)

1、学生集会、集体活动、课间活动的安全隐患。

2、校园用电安全隐患。

3、学生交通安全隐患。

4、校园隐性伤害的隐患。

1、行人靠右走，注意观察来往车辆。

2、学生在上下学路上不追逐打闹、不玩耍。

3、其他交通安全注意事项。

讲究饮食安全拒绝三无食品，不吃腐烂变质食品，不吃零食，不喝生水，不在校外无证摊点上吃饭，不随地吐痰，不乱扔

果皮纸屑。养成良好的卫生习惯。

- 1、遇到火灾不可乘坐电梯，要向安全出口方向逃生。
- 2、穿过浓烟逃生时，要尽量使身体贴近地面，并用湿毛巾捂住口鼻。
- 3、身上着火，千万不要奔跑，可就地打滚或用厚重的衣物压灭火苗。

1、独自在家时要关好门窗，锁好房门，不轻易给陌生人开门，当遇坏人欲强行闯入，可到窗口、阳台等处高声喊叫邻居或打报警电话。

2、不饮用、食用陌生人送给的饮料、食物，不占别人的小便宜，以免上当受骗。

3、未成年人遇到抢劫等侵害时，要依靠智慧，不要硬拼，关键时要大声呼救，及时报警。

临危逃生的基本原则：

“119” ----火警 “110” ----报警

“120” ----急救 “122” ----交通事故报警

打电话时要说清地点、相关情况、显著特征。

珍爱人生感悟篇七

解剖学是一门很高深的学科，是法医必备的课程，但就是因为需要。如果没有必要，谁愿意把一个死人开膛破肚？我也解剖过。但因为这次尸检，我后来感到了深深的愧疚。

那天，我和一个朋友在野外玩得很开心。突然，我们看见田野里有一只蜜蜂。不知道为什么，它尾巴上的针不知道去哪里，也不知道怎么飞走。它只是在地上爬行。

我们立刻跑回家，拿了一点水，用来让他保持清醒，不至于晕倒。后来我们才知道这是活切，是世界上最残忍的事情之一。我们把它压在桌子上，拿来一根棍子，压在它的一条腿上，然后用力拉，腿就被活生生地扯下来了。然后我们把它放进水里，再拿出来，用同样的方法把它的六条腿都扯下来。这时，它几乎要晕倒了，尾巴蜷曲着，整个尾巴由黄变红。它努力的翻着，逃避着，但是每一次要成功，又被我们翻了一遍。我们看着它挣扎，忍不住笑了。然后我们就把它的翅膀摘下来了，现在它完全失去了逃跑的能力。似乎知道它已经无法逃脱，也已经放弃了挣扎，但是它的身体却因为剧烈的疼痛而忍不住颤抖。它成千上万只眼睛中的每一只都流露出绝望，但它只能让我们发笑。

玩够了，我们用绳子把它绑起来，随着夕阳一起扔下去，似乎意味着它生命的终结。

后来，我不禁为此感到羞愧。难道他们没有任何意义吗？我觉得任何生命都值得尊重！