

2023年珍爱视力心得体会(优质8篇)

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

珍爱视力心得体会篇一

可以短暂如流星，可以长存如丹青，这，就是生命；

可以晦暗如黑夜，可以明亮如日月，这，就是生命；

可以绚烂如百花，可以静美如秋叶，这，就是生命。

每个人的生命握在自己手中，可以选择怎样去描绘，甚至可以选择生还是死；但生命又不仅仅属于自我，更属于所有关心、爱护我们的人。所以，我们不仅该为自己坚强地活，更需要为爱着我们的人努力地活。这，就是生命。

大学生自杀如今已经成为了一个沉重的社会热点问题，近几年来大学生自杀率更是居高不下且呈上升趋势□20xx年2月24，北京理工大学23岁的女研究生在宿舍内吞催眠药身亡□ 20xx年2月26日北京大学化工学院研究生在学校宿舍楼地下浴室自缢身亡□20xxx年2月27日，人民大学大四女生被证实坠楼身亡……一条条鲜活的生命，一位位寒窗苦读十几年的天之骄子就这样化成一个个死亡数据，谁之错！谁之过！！

这就是生命：有酸有辣，有甜有苦，不同的心态可以塑造不同的人生。有的同学抱怨自己出身贫寒，抱怨想要的东西得不到，有的抱怨生活索然无味，抱怨这个世界太多虚假太少真实……可他们不知道，多少宝贵的时间在他的抱怨中流逝，多少快乐的日子在他的抱怨中溜走，多少美好的东西在他的

抱怨中失色。而有的同学赞美这个世界，赞美自己的生活，以一颗积极乐观的心去生活，去帮助需要帮助的人。不知不觉中，他已拥有了整个世界！

珍爱自己的生命，健康地成长是一种责任，是对自己和对爱自己的人负责。我们只有在风雨中坚定信念，才能做到“珍爱生命，健康成长”。

朋友，我们也许无法拥有百花开放的春天，但我们可以花丛中进行着新春的感悟与构想；我们也许无法拥有炽烈的夏日，但我们可以用激情去点燃青春的梦想；我们也许不得不面对肃杀的秋季，但我们可以金黄的世界里检点着自己的收获；我们也许不得不迎来冰封大地的寒冬，但我们可以敞开大地一般宽广的胸怀去为自己营造一个温暖的世界！

这，就是生命。总会给你人以苦恼，但决不会让人真正绝望。

珍爱视力心得体会篇二

今天，我们如约地迎来了全国《珍爱生命健康成长》读书征文活动总结大会。在这次活动中，我校现三年七班的连世龙同学一举夺得了全国青少年《珍爱生命健康成长》征文比赛金牌，实现了我市金牌零的突破。这是鞍山市的骄傲，这是铁东区的骄傲，这更是我们十五中学的骄傲。

20xx年9月至20xx年7月，教育部关心下一代工作委员会在全国开展“做五好小公民—珍爱生命健康成长”读书征文主题教育活动。我校作为铁东区中学的代表参加了这次活动。校党支部、团委、校关工委的领导对此项活动高度重视，专门召开领导班子会议，共同商讨、研究、部署，并成立了由书记、校长、关工委常务副主任亲自挂帅的领导小组。组织全校师生共同阅读《珍爱生命健康成长》一书，让师生对此项活动有一个全方位、多层次的理解。让学生们认识到：珍爱生命、健康成长不仅要关心个人，还要关爱他人，不仅要关

心集体，还要关心社会乃至整个中国世界。与此同时，学校还成立了“三组”：由全校语文教师参加的指导小组；由离退休老同志参加的课外辅导评审小组；通过致家长一封信的形式，让全体参加读书活动的学生家长，了解开展这次活动的重要意义，同时，对这次活动给予了大力支持，并自愿的成立了家长评审小组。

结合实际情况，拟定主题，制定切实可行的实施方案。以爱国主义、社会主义和集体主义教育为主线，注重研究新型的科学的教教育模式，采取学生喜闻乐见的、生动活泼的形式，加强对学生进行政治思想教育。开展“珍爱生命远离毒品”、“关注生灵 热爱鸟类”等主题班会；在全校辐射铺开不同主题、不同层面的主题团会；把思想道德教育和校园文化建设有效地结合起来，帮助青少年学生树立正确的世界观、人生观和价值观。

注意架设舞台，创造时机，为青少年学生创设施展才华的广阔空间。通过开展争做“五好小公民”活动，提高学生的素养和公民意识，养成良好的卫生习惯和健康的心理，珍视生命，茁壮成长。通过此次活动的开展，充分调动了学生参与的积极性和主动性。

为培养学生的创新精神和实践能力，为了达到让学生增长知识，锻炼自己的目的，在活动中，鼓励学生写出详细的读书报告。为了切实落实关工委组织的“珍爱生命健康成长”读书征文活动，积极弘扬中华民族自强不息的精神，我校组织初二、初三1628名学生参加到活动中来。语文教师积极组织，认真指导、批改，使学生的阅读能力、写作水平迅速提高。区教育局关工委常务主任李志涛、王恩福、校关工委副主任李长钦、关工委成员王志生、姜玉华及学校周书记等同志，自愿与语文教师联系指导学生阅读。这些同志的无私奉献、拼搏进取、团结协作，形成了一股强大的工作动力，推动了读书活动的健康开展。

为了切实贯彻、落实全国教育部关工委组织的“珍爱生命、健康成长”读书征文活动,学校利用板报、墙报、广播、班团队会、演讲等形式,开展了丰富多彩的读书活动。此次参加征文的优秀稿件达300余份。金奖获得者连世龙同学自己就写了两篇读书体会,向这样的同学还有冯姝、郑斌斌等等,首先在教师指导下学生们进行二次修改;然后经过我校各级评审小组公平、公正、公开的评选,评选出32名“读书之星”;最后指导学生们练习演讲,进一步推动读书活动向纵深发展。我们把32份最优秀的征文作为全国的参赛作品,上交市教育局关工委,统一参加全国比赛,并获得骄人成绩。其中,获金奖1人,银奖2人,铜奖5人,优秀奖8人。随着争做“五好小公民”活动的深入开展,在我校形成了弘扬中华民族自强不息精神的氛围,提高了学生的文化素质,增强了学生的公民意识,使学生们懂得要珍视生命,科学防治及战胜各类疾病、自然灾害,战胜传统陋习,培养健全人格。

正直当今学生对生命比较漠然,不懂得如何去珍惜生命,不懂得利用有限的生命去创造价值之时,全国关工委如沐春风地在全国召开了《珍爱生命健康成长》读书征文活动。

通过这次读书活动,我们广大学生深受教育。引发了对生命的深刻思考。从广义上讲,我们每一个人的生命并不是属于我们自己的,而是属于我们祖国的、大家的。同学们深深地领悟到生命的重要意义。生命并不是因为它的价值而显得可贵,而是因为它的希望而可贵,属于人的生命只有一次,在短暂的生命历程中,交织着矛盾和痛苦,充满着求索与艰辛,遍布着荆棘和坎坷...,只有珍爱生命,把握自己,才能抛弃渺小、可悲、失意和挫折,拥抱伟大、丰富、幸运和重塑。只有珍爱生命,才能健康成长。

今后,我们要以这次读书活动为契机,在全校开展“多读书读好书”的活动,内练自己,提高整体素质,让学生在读书过程中,发展自我,完善自我。

珍爱视力心得体会篇三

世界上最珍贵的是什么?有的人会回答：“是钻石。”有的人会答：“是荣誉。”也有的人会回答：“是成功。”但是我认为，世界上最珍贵的是生命。因为只有生命的存在才可以挖掘钻石，才可以赢得荣誉，也才可以获得成功，但是钻石、荣誉、成功等任何东西都换不来鲜活的生命。

生命是最可宝贵的，只有有生命的人才能创造财富，才能使世界变得更美好；只有同学们的欢声笑语、活泼身影，才能使我们的校园充满阳光，充满生机；但是生命又是非常脆弱的，如果我们不注重安全意识，视安全隐患而不顾，对安全问题措施不及，防范不严，责任心不强，把生命当儿戏，那么造成的后果不堪设想：交通事故、食品中毒、疾病染身、游泳溺水、玩耍坠楼等等吞噬了多少鲜活的生命，损失了多少财产，我们身边随时都潜伏着多少张牙舞爪的杀人凶手，随时威胁着你的生命安全，因此，我们要珍爱生命。

新闻中一件件，一桩桩血腥的报道，令人触目惊心，一幕幕惨剧目不忍睹，这些只因为我们忽视了安全问题；只因为我们忽视了安全，一个个鲜活的生命瞬间凋零，给社会、家庭、亲人带来的只是悲痛欲绝，血的教训，到那时我们失去的就太多太多，到那时再注意安全就为时已晚；因此对生命的关爱，不能成为美丽的词藻，难道只有失去之后才能醒悟。特别对于我们教师而言安全意识的淡薄、责任心的冷漠、玩忽职守会造成更多的灾难，会给更多的家庭带来灾难。难道我们不该反思，不该把安全视为重中之重吗？而我们今后应该怎样做更好，更应令人深思。

随着一声清脆的啼哭，离开母体，一个生命降落人间，这就标志着又给人世间增添了一份宝贵的财富，同时也给家庭带来了无比欢乐。从这一刻起多少人关注着你，期望着你快快长大，成材成器。生命不仅属于你自己，属于家庭、父母，还属于社会、国家。所以也可这样说：生命诚可贵，人生价更高，

只有生命的存在，才能去实现更高的人生价值。

“天生我材必有用。”这是说我们肯定有自己的特长，肯定有能被别人赞赏的地方。所以，我们不能自暴自弃，不能对自己失去信心，不能对自己的生命不负责任。周瑜临终前曾说过：“既生瑜，何生亮。”这是因为诸葛亮的智慧比他高，所以嫉妒诸葛亮，才被诸葛亮气死。我对他这种想法很不赞同，还是那句话：天生我材必有用。何必一定要和别人一争高下呢？只要自己能对国家做出贡献，那么就是英雄。

其实，我们有很多值得去珍惜的情感——友情、亲情、快乐、悲伤，但这些都和生命有关，如果没有生命，这些情感也就都不存在了。

人生命只有一次，长着百年，短着几十年，在这短暂的生命中，我们是应该好好珍惜自己的生命，还是在无谓的消遣中度过一生呢？我相信，我们每个人都会做出正确的选择——好好珍惜自己的生命。那么，就让我们从现在开始，从“我”开始，珍惜正在流淌着的生命吧！

珍爱视力心得体会篇四

今年10月16日是第x个世界粮食日，按照自治区粮食局等4部门关于印发20x年全区世界粮食日和爱粮节粮宣传周活动方案的通知要求，我局协调和配合市农牧局、团委、妇联等部门围绕“节约一粒粮，我们在行动”的活动主题，组织开展了“家庭在行动”、“青少年在行动”、“企业在行动”等节粮系列活动，共设计制作爱粮节粮图片展板40余块，发放各种节粮手册x余份，印制节粮宣传袋x个，搜集节粮小窍门20条，组织70余名学生参加x爱粮节粮教育社会实践基地开放日活动，征集爱粮节粮征文数量x余篇，评选20名大学生“光盘标兵”，参与节粮宣传工作人员x多人次，受益人群达2万余人，发放精品小包装粮油3千多份。爱粮节粮活动的

开展，为宣传节粮与健康知识，培养科学食粮意识，动员全社会力量共同参与减少粮食损失和浪费起到了积极作用。

一、加强领导、周密安排

为搞好这次宣传周活动，我局认真制定活动方案，对活动周内容、形式、时间都做出了统一安排。同时在人员、经费上予以大力支持。及时设计制作爱粮节粮图片展板，编印宣传袋和宣传资料，准备小包装粮油，有力保证了这次宣传周活动的顺利开展。

二、密切配合、分工协作

我局积极主动与市农牧局、团委、妇联协商，周密安排部署，一方面从各部门抽调人员联合开展世界粮食日广场宣传活动，联合去学校、社区发放宣传资料；另一方面各部门结合各自工作实际，在学校、企业、妇联开展节粮宣传活动。

三、形式多样、注重实效

宣传周期间，我们通过多种形式开展爱粮节粮宣传。

珍爱视力心得体会篇五

珍爱生命，安全第一。意思就是说：爱护自己的生命，首先要注意安全。一个人的生命是脆弱的，一旦消逝就永不再来。可见生命是何等的珍贵！多么需要我们去呵护啊！

注意安全，就是呵护生命，安全不仅是个人问题，而且还关系到家庭的幸福，关系到整个社会、国家和民族的安全与稳定。

古人说：“身体发肤，受之父母”，人的生命来自于父母。

我们都是爸爸妈妈的心肝宝贝，父母养育了我们，我们要懂得感恩，不能因忽视安全或一时冲动，伤及身体甚至危及到生命安全，这会伤父母的心，是不孝的行为。生活中有许多有意义的事情等着我们去做，我们可以和小伙伴一起去郊游，去爬山，去上学，去逛街。一起欢笑，一起歌唱。这一切美好的事情，皆因有生命的存在。

珍爱生命，就要遵守纪律。在学校里，不要把楼梯扶手当滑梯，课间时，不要追逐打闹。不要压在同学身上打滚，不要搞恶作剧，无论在任何场合，都要有安全意识。

珍爱生命，就要学会善待自己，以一颗平常心对待生活，学会与人相处，遇到困难与挫折，沉着应付，要相信，人生没有迈不过的坎。

珍爱生命，就要让自己的生命有价值，要不断地充实自己、提高自己，让生命因奋斗而精彩。

珍爱生命，安全第一。让我们从自身做起。

珍爱视力心得体会篇六

风，总是吹过无痕，却扫落落叶归根，因为那是大树对滋养它大地的感恩；水，却总是淌过无迹，因为那是流水对哺育它江河的感恩。因为感恩才会有这个多彩的社会，因为感恩才会有真挚的友情，因为感恩才让我们懂得了生命的真谛！感恩，其实是无处不在的。

我站在这个演讲台的理由是什么？其实就是感恩：感谢父母给予我生命，抚养我长大成人，也感谢我自己的付出。感谢老师，他们教给我知识，引领我做“大写的人”；感谢朋友，他们让我感受到世界的温暖；感谢对手，他们令我不断进取、努力。感谢大地，它让我有生存的空间。因为感谢着这些，我今天便有了机会站在这里和同学们有近距离的接触。

有一种爱，即使我们付出所有也报答不了，那就是父母的爱。从来到这个多彩的世界开始我们就注定是有很多事情是不能选择的。后来我们开始长大，被逼去学好多的东西，认识各种人，不管愿意不愿意。正是因为这许多的被逼，我们才能更快的学会长大，才更能去爱人，不管是我们爱的还是爱我们的，其实这辈子我们欠的最多的就是父母了。

汶川地震，地动山摇，却让我记住了这样一位伟大的母亲。她用自己的身躯顶住了垮塌下来的碎石，保护了自己只仅有3、4个月大的孩子。因为母亲身体的庇护，孩子却毫发未伤，还安静地睡在自己的小被子里，他熟睡的脸让在场的人感到很温暖。感动人故事还在继续，当医生给废墟中抢救出来的孩子做检查时，发现有一部手机塞在了被子里，医生下意识的看了下屏幕，发现了一条写好但未发出的短信：“亲爱的宝贝，如果你能活着，一定要记住，妈妈爱你！”看惯了生死离别的医生在这一刻也禁不住落泪了，这是一种多么伟大的母爱啊！

在节日时，不时能听到身边的同学在谈论送什么礼物给父母时，我不禁茫然。其实我们的父母什么都不缺，他们只要我们好好读书，健康成长，活的好好的，就足够了。只要我们时不时的向他们说一句：“爸、妈，你们好吗？我爱你！”沉默的父亲，在严厉的表情背后，藏了这句话；辛劳的母亲，在慈祥的眼神中藏了这句话；年少的孩子，在叛逆的内心深出压抑了这句话。不管我们在道路上会有什么不可思议的状况出现，我们都应该，都必须陪着父母！虽然有时候父母会逼我们去做很多我们不愿意做的事情，可是当一切过后，回头再想想，剩下更多的还是感动——永远抹不去的感动！

让我们记住，在这世上有一种爱叫父母的爱，有一种情叫感恩！珍爱生命——学会爱自己，爱亲人，珍惜身边的每一个人；懂得感恩——感恩父母，感恩生活，才会拥有一个快乐健康的人生。

落叶在空中盘旋，谱写着一曲感恩的乐章，那是大树对滋养它大地的感恩；白云在蔚蓝的天空中飘荡，绘画着那一幅幅感人的画面，那是白云对哺育它的蓝天的感恩。因为感恩才会有这个多彩的社会，因为感恩才会有真挚的友情。因为感恩才让我们懂得了生命的真谛——题记 从婴儿的“哇哇”坠地到哺育他长大成人，父母们花去了多少的心血与汗水，编织了多少个日日夜夜；从上小学到初中，乃至大学，又有多少老师为他呕心沥血，默默奉献着光和热，燃烧着自己，点亮着他人。

感恩是发自内心的。俗话说“滴水之恩，当涌泉相报。”更何况父母，亲友为你付出的不仅仅是“一滴水”，而是一片汪洋大海。是否你在父母劳累后递上一杯暖茶，在他们生日时递上一张卡片，在他们失落时奉上一番问候与安慰，他们往往为我们倾注了心血、精力，而我们又何曾记得他们的生日，体会他们的劳累，又是否察觉到那缕缕银丝，那一丝丝皱纹。感恩需要你用心去体会，去报答。

感恩是敬重的。居里夫人作为有名的科学家，曾两次获得诺贝尔奖，但她在会上看见自己的小学老师，用一束鲜花表达她的感激之情；伟人毛泽东也同样在佳节送上对老师的一份深深感激。自古以来的伟人无不有着一颗感恩的心，感激不需要惊天动地，只需要你的一句问候，一声呼唤，一丝感慨。感恩是有意义的。

爱让这个世界不停旋转。父母的付出远远比山高、比海深，而作为我们，只知饭来张口，衣来伸手。而似乎又有一条隔离带，让我们变得自私自利，忘记了曾经父母的付出，忘记了那一声声快乐，学会去感激别人是自己的一份良心，一份孝心，因为如此才会有和睦，有快乐，有彼此间的敬重。怀着一颗感恩的心，去看待社会，看待父母，看待亲朋，你将会发现自己是多么快乐，放开你的胸怀，让霏霏细雨洗刷你心灵的污染。

两年前，我得了一场大病，父母背着我东奔西跑，到处求医，从他们焦急的神态中，从他们悉心的呵护中，我深深地体会到父母对我发自内心的爱。一天，爸爸用自行车驮我去医院，我坐车后发现爸爸骑得很慢。几个月了，爸爸是太累了，我的病让他身心疲惫。我无意中发现了爸爸头上的一些白发。

啊，爸爸变了，变老了。我在他身上看到了岁月的沧桑，看到了生活的艰辛，更看到了爸爸为我操劳的痕迹。啊，爸爸没变，大山般的父爱没变。我依然感受着他的温暖，他的爱。那是我住院期间的一天傍晚，天很冷，外面的雪下得很大。爸爸下班后赶来给我送饭，可是我想吃饺子。

他二话不说，放下手里提来的家里做好的饭菜，迎着凛冽的大风，冒着漫天飞舞的鹅毛大雪又出去为我买饺子。天黑了，风更猛了，雪更大了。这时，雪人似的爸爸一边走还一边说：“饿坏了吧！”看着爸爸慈祥的面容，摸着爸爸冻得通红的双手，我感动得流泪了。“爸爸，爸爸……”我在心里一遍遍地念叨，“你真是我的好爸爸！”。

冬天是寒冷的，而爸爸所做的一切，却仿佛阳光，温暖我病痛的躯体；又似暖流，融进我愁苦的心坎里；爸爸的关爱，撑起了我战胜病魔的信念，经过一个多月的治疗，我康复出院。我永远不会忘记父母对我的爱，对我的呵护和关怀。我能为他们做些什么？我常常这样问自己。哪怕是为他们垂垂肩，洗洗碗，给他们唱段曲儿，陪他们逛逛街，散散步，我也会感到心里的安慰。

珍爱视力心得体会篇七

天气越来越炎热，接近暑假了，大家不由地想到游泳，而游泳却让不少儿童死亡，像一个杀人魔。

在酷热的夏季，游泳是所有青少年喜爱的体育运动项目之一，而在没有大人的监护下，游泳意味着失去了“生命之神”的

笼罩，而一步步地踏进“死亡之神”的陷阱。如果你和同伴去附近的水塘游泳，你必须做好充足的准备，拥有安全防范意识，遇到意外时要冷静，叫伙伴用周围的木棍把他捞上来。

我觉得学生一般溺水都是这样的原因：

- 1、学生在水边玩耍下水摸鱼，捡落水中的物品。
- 2、在水中逞能打闹或游泳时抽筋而不能泳泳，掉入水中，慢慢挣扎着死去。
- 3、雨天掉入深水坑，而因为不能出来死亡。
- 4、在过桥时，走路不慎掉落江中，而死去。

我的身边就有一个例子。一天下午，3名小孩其中一个13岁，一个9岁，一个8岁在水库边玩耍，其中一名9岁小孩不慎跌落水库，直至晚上8时，才被打捞上岸。这个水库很深，据附近村民说这个水库是以前用人工挖出来的，最深的地方达6——8米，而且这个水库管理存在严重漏洞，水库边上没有任何设施阻挡，小孩子在附近玩水的时候很容易跌落到水库里。

所以，为了不让更多的人溺水身亡，就应该让更多人懂得溺水的预防工作。1、在无家长或老师的带领下，不要私自下水游泳；2、不要去不知水情偏僻的地方游泳。3、游泳时不要嬉戏玩闹逞强好胜。请大家多注意。

珍爱视力心得体会篇八

在腾飞的21世纪，在高速发展的今天，科学不断进步，物质与精神不断改善，社会呈现前所未有繁荣昌盛。然而，在繁荣的背后却存在一个大问题——安全。

在我们生活中，这样那样的事故频频发生：火灾、车祸、泥石流、地震等等。这一切伤及性命的事事故都警醒着我们：珍爱生命，安全第一！

当我们在安静的教室中听课时，安全意识在我们的脑海里荡然无存，体会不到安全的重要性，然而世界上每分每秒都有人意外死亡。季节可以替换，而生命的逝去就如一江春水向东流——一去不返了。

为什么只有在事故发生后才去修正？为何不防患于未然呢？

人最宝贵的是生命。生命对每个人来说，只有一次。我们来到这个世界上，注定要肩负许多责任义务。我们荣辱生死并非为了自己，更是为了把我们养大的父母。为了不给亲人留下痛苦，为了不给自己生命留下遗憾，所以我们一定要珍惜生命，把安全放在第一位。

清风是夏日的向往，蓝天是雄鹰的向往，春风是寒冬的向往，丰硕是金秋的向往，而安全正是生活的向往。同学们，我们将是家中的顶梁柱，将是社会的擎天柱，是未来的寄托，所以请珍爱自己的生命吧！

今年初，我父亲的一个朋友去ktv参加生日聚会到晚上11点多，由于酒驾发生交通事故，他还想逃逸，但因伤势太重没有跑掉，只好接受刑事处罚。虽没有伤及性命，却赔了不少钱。酒驾真是伤人又伤己！

有些人玩得就是疯狂，哪想过危险在向你靠近呢！请牢记，生命只有珍爱才长久，生命只因珍爱才炫丽！

让我们共同呼吁：遵章守纪，珍爱生命，远离危险！