

防踩踏应急疏散心得体会(大全5篇)

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。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。

防踩踏应急疏散心得体会篇一

案例:2014年12月31日23时35分，上海市黄浦区外滩陈毅广场东南角通往黄浦江观景平台的人行通道阶梯处发生拥挤踩踏，造成36人死亡，49人受伤。

鲜活的生命，瞬间就消失。血的事实，总是在不经意间发生，血的教训，总是在无所谓中淡忘。请珍爱生命，不要漠视生命的珍贵！请珍爱自己，不要漠视家人的心碎！

1、哪些场所易发生踩踏？

1. 人多是发生踩踏事故的基本原因，事故常发生于学校、车站、机场、广场、球场等人员聚集的地方；发生的时间常见于节日、大型活动、聚会等等。2. 当人群较为集中时，前面有人摔倒（或只是蹲下来系鞋带），后面人群未留意，没有止步，发生踩踏。

3. 人群受到惊吓，产生恐慌，如听到爆炸声、枪声，出现惊慌失措的失控局面，在无组织无目的的逃生中，相互拥挤踩踏。

4. 因好奇心驱使，专门找人多拥挤处去探索究竟，造成不必要的人员集中而踩踏。

3、踩踏中死因多是什么？

踩踏事故中，人们会遭遇踩踏外伤，但遇难者更多是死于挤压性窒息。上海外滩的踩踏事故发生后，据医生介绍，接受治疗的伤者伤情多为挤压伤，包括胸部挤压伤、脊柱和头部受伤。

任何时候去人流密集的地方，都应当观察周围，记住出口的位置，提前在大脑中规划撤离方案。

1、遭遇拥挤的人群怎么办？

1. 发觉拥挤的人群向着自己行走的方向拥来时，应该马上避到一旁，不要奔跑，以免摔倒。

2. 如果路边有商店、咖啡馆等可以暂时躲避的地方，可以暂避一时。

3. 若身不由己陷入人群之中，一定要先稳住双脚。切记远离店铺的玻璃窗，避免因玻璃破碎而被扎伤。

4. 遭遇拥挤的人流时，一定不要采用体位前倾或者低重心的姿势，即便鞋子被踩掉，也不要贸然弯腰提鞋或系鞋带。

5. 如有可能，抓住一样坚固牢靠的东西，例如路灯柱之类，待人群过去后，迅速而镇静地离开现场。

2、出现混乱局面后怎么办？

1. 在拥挤的人群中，要时刻保持警惕，当发现有人情绪不对，或人群开始骚动时，就要做好准备保护自己和他人。

2. 当发现自己前面有人突然摔倒了，马上要停下脚步，同时大声呼救，告知后面的人不要向前靠近。

3. 如果身边同伴摔倒，立即把他拉起来。

4. 若被推倒，要设法靠近墙壁。

3、不慎跌倒时的自我保护动作

(1) 两手十指交叉相扣，护住后脑和颈部。两肘向前，护住头部双侧太阳穴。

不慎倒地时，双膝尽量前屈，护住胸腔和腹腔重要脏器，侧躺在地。

在拥挤人群中，左手握拳，右手握住左手手腕，双肘撑开平放胸前，形成一定空间保证呼吸。

踩踏事故发生后，一方面赶快报警，等待救援；另一方面，在医务人员到达现场前，要抓紧时间用科学的方法开展自救和互救。在救治中，要遵循先救重伤者、老人、儿童及妇女的原则。1. 2. 3. 4.

防踩踏应急疏散心得体会篇二

为做好幼儿园安全教育工作，提高师幼的紧急避险自救自护能力，x月x日，xx镇第一幼儿园开展防震防拥挤防踩踏安全演练活动。

活动前，各班教师对小朋友进行了紧急避震、切勿拥挤及踩踏的安全教育课，以观看视频、情景再现的方式向幼儿介绍遇到突发情况时：第一应保持镇定，应立即就近躲避，身体采用卧或者蹲下的方式，使身体尽量躲到桌下或墙角，双手交叉放在脖子后面保护自己，以保证身体不都砸，幼儿能够熟练地掌握安全技能。第二教导幼儿在人多拥挤窄道的避险中，谨记靠右行，不推、不挤，幼儿们个个学会了护体本领。

活动期间，第一声紧急铃声响起，各班幼儿临危不惧，迅速抱头就近躲在桌下或墙角，尽量蜷局身体，降低身体的重心，

并尽可能保护头部。随着第二声急促的警报声拉响，孩子们迅速用书包或者枕头遮挡住头部，按照事先确定的疏散撤离路线，分班级、分楼层、分区域，安全、快速地跑各个安全出口，有组织、有秩序地疏散到操场上，整场演练快、齐、静，用时2分20秒，达到了预期的效果。

该园相关负责人表示，本次防震防拥挤疏散演练活动，提高了全体师幼面对突发事件的应变能力和紧急疏散能力，为每一位在园幼儿安全、快乐、健康成长做好了保障。

防踩踏应急疏散心得体会篇三

为了更好的使全体教师和幼儿了解突发安全事件应急的相关措施，根据上级领导的工作安排。我园在20xx年9月26日上午10点10分组织幼儿园全体教师及幼儿进行了防拥挤、防踩踏安全演练活动。

此次活动得到园领导的高度重视，演练活动组织到位，责任明确。为了确保演练活动落到实处，我园成立了由园长任组长的领导小组，并针对此次演练召开安全会议，部署演练工作。会上，园长要求全体教师首先要从思想上引起重视，增强安全意识，对幼儿进行安全意识教育，抓住这次演练机会，提高应对紧急突发事件的能力。同时园长还强调此次活动一定要注意幼儿安全，以确保这次演练活动顺利进行。

为了确保演练活动的顺利进行，此次演练活动领导小组针对演练方案进行了仔细研讨。就演练的时间、路线、内容、对象等都作了具体的安排和说明。对这次演练的具体操作程序、疏散要求于注意事项作了一一讲解。为了确保演练活动按方案顺利进行，进一步明确疏散集合地点、疏散顺序和注意事项，要求教师教育幼儿，听到警铃之后，全体幼儿必须听从教师指挥不抢先；沉着冷静不惊慌；严肃有序不嬉闹；立即跟随教师快走、不追跑；不拥挤、不推搡、不害怕；不要重返教室；更不要喧哗；要求各班教师按照各自的`职责，到达

规定的位置，完成各自的任务。

9月26日上午10点10分，警报拉响以后，全体教职工迅速到岗，指挥幼儿安全撤离。各班幼儿在老师的带领下排队迅速撤离到指定地点，到达安全地带后，各班教师马上清点人数，并立即向总指挥汇报情况。整个演练过程用了2分钟，没有发生幼儿摔倒和拥挤现象，有意设置的小障碍也得到很好的处理。随后园长宣布结束演练活动并对此次活动进行简要点评和总结，各班幼儿在教师组织下有序地回到教室。

此次演练活动按方案进行，整个演练过程既紧张、又有条不紊。这次演练活动是对我园突发安全事件应急处理能力的一次检验，提高了实际应对和处置突发安全事件的能力，进一步增强教师及幼儿的安全意识，真正掌握在危险中迅速逃生、自救的基本方法，提高应对紧急突发事件的能力，整个演练活动达到了预期目标。

防踩踏应急疏散心得体会篇四

为了更好的使全园教师及幼儿了解突发安全事件应急的相关措施，根据教办会议精神，我园在20xx年12月10日上午9：30组织幼儿园全体教师及幼儿进行了一次防踩踏演练活动。

此次演练得到了我园领导的高度重视，演练活动组织到位，责任明确。为了确保演练活动落到实处，我园成立了由园长任组长的领导小组，并召开领导小组会议，部署演练工作。会上，园长要求全体教师首先从思想上要引起重视，增强安全意识，对幼儿进行安全意识教育，抓住这次演练机会，提高应对紧急突发事件的能力。同时园长还强调此次活动一定要注意幼儿安全，以确保这次演练活动顺利进行。

演练方案中就演练的时间、路线、内容、对象等都作了具体的安排和说明。对这次演练的具体操作程序、疏散要求与注意事项作了一一讲解。为了确保演练活动按方案顺利进行，

进一步明确疏散集合地点、疏散顺序和注意事项，要求教师教育幼儿，听到警铃之后，全体幼儿必须听从教师指挥不抢先；沉着冷静不惊慌；严肃有序不嬉闹；立即跟随教师快走、不追跑；不拥挤、不推搡、不害怕；不要重返教室；更不要喧哗；要求各班教师按照各自的职责，到达规定的位置，完成各自的任

务。12月10日上午9点半，警报拉响（吹响哨子）以后，全体教职工迅速到岗，指挥幼儿安全撤离。各班幼儿在带班老师的带领下排队迅速撤离到指定地点，到达安全地带后，各班教师马上清点人数，并立刻向苗光玲汇报情况。大一班撤离50人，大二班撤离50人，中一班撤离36人，中二班撤离43人，小一班撤离28人，小二班撤离35人，整个演练过程用了1分零10秒，无发生幼儿摔倒和拥挤现象。随后园长宣布结束演练活动并对此次活动进行简要点评和总结，各班幼儿在教师组织下有秩序地回到教室。

此次演练按方案进行，整个演练过程既紧张、激烈，又有条不紊。这次演练活动是对幼儿园《突发安全事件应急预案》的一次检验，不仅再次落实了幼儿园应付突发事件的防范措施，而且也提高了实际应对和处置实发安全事件的能力，更进一步增强教师及幼儿的安全意识，真正掌握在危险中迅速逃生、自救的基本方法，提高抵御和应对紧急突发事件的能力，整个演练活动达到了预期目标。

防踩踏应急疏散心得体会篇五

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，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！