

# 2023年逃生演练心得体会(实用9篇)

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 逃生演练心得体会篇一

防火逃生演练对于如何逃生，如何灭火有重要的指导意义。下文是防火逃生演练心得体会，希望对大家有所帮助。

作为此次消防演练的参与者与付诸实践的人来说，我感觉挺好的，同学们都抱有一种紧张、认真。严谨的态度去对待此次演练，车里及时，有序，路线清晰明确，达到了既定的标准。

但此刻我想要说的确实极其重要而又被所有人包括组织者所忽视的事情。那就是所有人都是有所准备、有预判，有固定思路，有人领导的情况下进行的消防演练。试问，如果真的发生火灾，又有谁可以第一时间内摇起那撤离的警报，又有谁能临危不乱，冷静判断，迅速灭火并及时撤离实现自救与呼救，可想而知，答案是否定的，估计当警报及时响起时还没有人可以迅速反应出是因为什么，可能还会因好奇而造成不可估量的灾难。

我在此建议，所谓演习虽说是假的，但只有越接近真实，越突然，越让人记忆犹新，让每一个人对消防安全都有一种如履薄冰，如临深渊，战战兢兢的心态，让每个人头脑中都有一根紧绷的弦，这样才能对突发火情做出最正确的选择，减少灾害对人、物的损害，这样的演习才是有效果的，希望可以借鉴采纳。

火，到底在生活中扮演了一个怎样角色，它温暖并照亮了最初的世界，平易近人可使人们温柔的利用，用之取暖，烹食大大促进了人类文明的发展，也就是它，当狂躁不安时，可以借风起势，星星之火，可以燎原，刹那间，绿色森林变成红色海洋，最终化为一堆灰烬。在生活里，人们的粗心大意，也可使这温顺的朋友勃然大怒，例如，使用大功率电器可能会因电压过大，引起电线短路，从而引发大火，在矿井下，一个微不足道的电火花，也会有可能引起瓦斯爆炸，甚至你随手一扔的一个小小的火头，也会不幸成为一个火源，威胁到我们的生命与财产安全。

火灾的发生，是由很多因素引起的，而避免火灾对我们造成的伤害，我们还是应该从不同方面采取相应的措施来达到杜绝火灾发生的目的。例如，我们在学校，可能引起火灾因素主要有：人多不安全行为，例如在宿舍抽烟，乱扔烟头，不遵守学校的规定使用大功率电器，对有损坏的带电电线不加以保护等等。这些都有可能酿造事故的发生，而作为老师来讲，应当加紧对学生的这些不良行为，不安全行为予以警戒，杜绝这些违反校园规定的行为，通过安全素养课的教育让学生加强火灾防范安全意识，学习到消防安全意识，达到人人懂消防，个个会消防的目的，在学校方面，应当注重在校园环境中物的不安全状态是否存在，可以定期检查各用电设施是否完善，有无损坏，对防火工具如灭火器等进行定期检查是否完好，可否使用，定期举办消防安全演练，确保学生在演练过程中动作行为专业化，统一化，能够达到安全自救的目的。

随着国家经济的快速发展，现代化的大都市越来越多，人们的生活水平也在不断的提高。享受型的生活方式在向我们靠近，不断有很多突发事情让我们措手不及。人们往往面对这突如其来的事不知如何面对。生与死往往在一念之间。安全已经成为当今社会一大焦点问题，怎样去做才能把危险降到最低，人民财产不受大的侵害?成为我们今后不断探索和研究的重要问题。

当遭受特大地震日重现的时候，我们可曾想过如何去避免大灾大难。当火灾向我们扑来时我们可曾想过如何去避免。今天遵义消防支队的领导和官兵走进校园，为我们讲解消防知识，让我们亲身参与演练。过去在电视或电影中才能看到的画面今天在眼前浮现，让我们每个参加的人都难以忘怀。教导员首先跟我们讲解一些消防安全的常识，譬如：如果不小心把酒精打倒燃烧起来了，不能用水直接去灭。如果高层建造起火，受困人员必须往高处的地方进行躲避，在较宽敞的地方呼叫救援或用鲜明的物体召唤救援。不要心慌，在没有安全气垫的情况下不能选择轻易跳楼，到防火间区等待救援。如何拨打119?在很多人看来很简单的事情，其实并不是那样的。

参谋长为我们讲解如何正确拨打119。“首先要拨119，有值班人员接听时要说明准确的地址，时间，有无人员被困，最好说明属于哪类火灾。待接听员问好各个问题之后在挂，为了方便留下自己的电话号码。到接口等待消防人员的到来，引路，说明情况”。官兵为我们演练如何正确使用消火栓，消火栓由阀门，水袋，水枪组成。一般保护半径150米，我们题炼一番。我从没拿过那东西有点重，水袋和水枪是用螺旋型丝扣连接起来的，我们都不会用，总是上不去。最后有位消防战士来帮我，我终于完成人生第一次消防器件的常识，我知道这些内容对于我们在今后的生活中是很重要的。虽然我们是第一次接触，但看得出我们每个同学都很认真的去了解，去学习知识。我们还模拟一次突发事件逃生演练。我们所在的房间突发火灾，烟雾很浓，看不清前面的情况。房间内的报警器突响，我们就低着身子，几乎贴近地面，这样才能模糊的看到前面的物体，我们用湿毛巾唔着鼻和嘴，这样主要是为了不吸入有毒气体很让人窒息的一氧化碳，二氧化硫等。

在很多火灾事故中百分之八十的人不是被火直接烧死的，而是吸入大量让人窒息的物体昏迷，最后被烧死的。我们前后都保持好一定距离，有什么帮助大家一起努力去做。在安全

通道指示灯的帮助下我们成功的走出火灾危险。虽然这只是演习但我们今后如果再遇到这类的火灾我们心里就会有底了。教导员还告诉我们一些小常识：如果房间发生火灾，烟雾比较大的话，我们想尽快离开就要选择好的通风口，疏散口。首先有窗情况下，在窗子的高处打个小孔，让烟从这小孔向外走，再在相反的位置偏下点打个能让身体离开的孔，这个孔就是安全孔，从这里离开是安全的。还有在屋内起火的初期，要把屋内的东西尽量往外扔，在必要时，利用屋内的能接起来的東西打结，比如床单之类的，拴在牢固的地方以备在低层跳楼。说到灭火器，我们很多人都见过，但很少有人去试用过。今天我们演练的一个科目就是学会使用灭火器。在教员的认真指导下，我们每个人都有机会去体炼下。听了教员的话我们才对这东西了解一点点。灭火器分为很多种；二氧化碳灭火器，泡沫灭火器，干粉灭火器。卤代烷灭火器□abc类灭火器等，各有各的用场。泡沫灭火器主要是用来扑灭油类火灾。干粉灭火器主要是用来扑灭电器类火灾，让我们真正学到了知识。我很幸运成为一位灭火小队员，听了教员的讲解，知道灭火器原来是这样用的：首先看看灭火器上的压力表是否正常，那住瓶子上下颠倒几个来回，左手托住手把下颚部，右手用力打开保险销。站在上风地带，用喷嘴对准火焰根部，双手压住把柄进行灭火。通过这次实战演练我真的大胆很多，学到很多。

当今社会在无与伦比发展，火灾这类灾害离我们的生活越来越近，突发在还不断侵袭。我们只有通过学习一些救生知识，掌握一些救生技能，才能在今后如果发生此类事情的时候自救，救助他人。谢谢消防官兵的到来，是你们让我们在未来的生活中有多了一份安全，自信。我们还希望此类演练能更多的走进校园，走进百姓生活，让我们这世界多一份可靠。让我们学到更多有用的知识。

星期五下午，我校举行了一场别开生面，内容丰富，使我终身受益的安全疏散演练活动。

第一节课的时候，老师就向我们讲了一些关于安全疏散的知识，并让我们熟悉了疏散的方法和路线。过了一会儿，广播里响起了疏散指令，只见四楼的学生纷纷往下面跑。老师就对我们说：“赶快把板凳放在桌子下面，四楼的同学撤离完后，就该我们了。”同学们听了，连忙把凳子放在了桌子下面，在老师的口令下按秩序迅速离开了教室。各层楼的老师们则在一旁指挥，协调，防止拥堵，踩踏。没过几分钟，同学们全都安全地撤离到了操场上。

紧张的逃生撤离刚结束，接着就是灭火演练。校长用洪亮的声音宣布：“灭火演练正式开始！”话音刚落，操场上立刻响起了雷鸣般的掌声。消防叔叔把火点燃了，熊熊大火在旗台上燃烧了起来，就在这危急关头，消防叔叔拿出灭火器直往火苗上喷，只见粉沫纷飞，臭气冲天，我和几个同学赶忙用手堵住了嘴巴和鼻子，我还来不及看清楚，火竟然灭了，叔叔的动作真快呀！接着，火又燃烧了起来，学校领导纷纷上去尝试了一下如何灭火，学校的男教师，女教师都上去尝试了一下，如果我也能上去该多好啊。最后这次演练活动在同学们的欢呼声中结束了。

在这次安全疏散演练活动中，我学会了如何逃生，如何灭火，也深深明白了遇到任何事情都要镇定，不要慌张。这是一次难忘的演练活动。

## 逃生演练心得体会篇二

今天下午第二节课，我正在专心致志地读书，广播突然响起来：“同学们和老师们请注意逃生演练马上就要开始了。”我一听，悠闲的心一下子变得紧张起来。我双手握拳，做好一副准备逃生的样子。再看看其他人，一副悠然自得的样子，感觉一点也不在意。我心想：干嘛这么紧张？如果提前准备好了，那么这次逃生演练就没有意义了，想到这儿，我悬着的心又放了下来，继续看起书。

“唔……”警报声响起来了，我双手抱头，快速跑下楼梯，生怕一不小心，真的就有一块大石头砸到自己身上。大多数人都把这次的逃生演练当成真的，个个小心翼翼，神情严肃；也有的人纯粹就是来玩玩的，嘻嘻哈哈、谈笑风生。大家迈着大步跑到了操场后，每个人的脸上都冒出了豆大的汗珠，气都喘不上来了。

第二次是防火逃生演练，一听到警报声，我们每个人都捂住口鼻，排好队伍、有秩序地逃离到操场。

这次逃生演练进行了20分钟左右，有的人很重视，有的人却毫不在乎，只是跟着班级里的其他同学跑跑楼梯而已。我真的很想问问那些不重视这次逃生演练的同学，如果灾难真的来临，你还会这么悠闲地跑来跑去吗？恐怕早就冲到操场，自个逃命去了。生命是宝贵的，所以，大家一定要把逃生演练当做一次真的灾难去对待，这样即使发生了灾难，你也不会惊慌失措，不知道怎么样去保护自己了。

这次的逃生演练，使我懂得了更多灾难来临时的注意点，比如说：火灾来临时，要捂住口鼻，身体要往下压；地震来临时要猫着腰、用双手保护头部。最重要的一点是；不管什么灾难来临，都不要惊慌，要沉着镇定、头脑清醒，千万不要吓傻了。

### **逃生演练心得体会篇三**

为了提高房地产企业的文化氛围，增加运动员之间的交流，培养龙禧企业文化，提高龙禧房地产品牌，经公司全体负责人的会议决定，特别要求举办首届龙禧文化消防演习和器材操作竞赛活动。

比赛结束了，他们获得了冠军。我们所有的选手都为他们欢呼，领导为他们招聘奖。

福与鼓励。我们收获的不仅是哪方的胜利，而是心中的喜悦，那就是团队的协作、团结及凝聚力，同时也体现出每个秩序维护员的个人价值……。一场比赛虽已结束，但它留给我们许多回忆和思考，每个赛场的团结协作永争第一的精神将会带到我们的工作中，这就是那场比赛的收获。

也可以说通过这么多天的培训与训练目的得到了体现，训练的目的不在训练本身——过硬的队列、消防、军体、擒拿是秩序维护员的基本技能，但训练的根本目的不在于训练本身，而是培养秩序维护员令行禁止、雷厉风行的作风纪律和善于处理突发事件的应急能力。如果训练偏于机械，甚至过急，在服务过程中会阻碍服务质量的提升。在这次比赛中由此也显示了团队文化即团队的主流价值观念和精神以及全体人员在工作和生活中形成的潜意识的职业理念，秩序维护员队伍应确立“专业、学习、健康、协作”的团队理念，并通过工作和生活的种种载体予以展现，最终实现个人和团队价值的最大化，有力的支持和推进安全管理与服务向“无瑕状态”提升！也由此显示了整个团队的凝聚力！

为了加强消防知识的普及，让学生更加体会到消防知识的重要性，我校于5月25日上午进行了应急消防疏散演练活动。

消防演练的目的是让我们在火灾来临时能够更好地、本能地、镇静地去应对，这对我们来说是一次次的锻炼和为生命在演习。让我们的生命更加安康，透过这次消防演练，我看到了生命的延续，无私无畏精神的体现，更加体现出我们的本质，在慌乱中有备不乱的逃生，这是我们对生命的尊重，对生命的肯定和爱护。

安全职责大于天，生命诚可贵，在生命面前我们要重视自己的职责，安全为自己的生命竖立一道坚固的堡垒。将不安全因素阻挡在外，将萌芽扼杀在摇篮中。为了生命而奋斗，为了家人和自己而去践行安全准则。

在火灾面前，要迅速逃生，不要贪恋财物，只有生命在，钱财随时都能够赚回来，不要迎风快跑，更不要乘坐电梯逃生，以免被困无法脱险，要捂住口鼻，弯腰前行，以免吸入超多烟雾导致窒息，如果烟雾过大，无法逃生，等待救援，发出救援信号，水火无情，在灾害面前，我们要有一颗平静的心来应对，更要了解一些常识性的逃生方法和急救方法和措施。在灾害面前，我们的力量是弱小的，我们务必要珍惜自己的生命。

不要玩火、不要抽烟、不要随意点火，注意自身安全，珍爱他人健康，我们要珍爱生命，远离火灾。

为了贯彻落实上级教育部门有关加强校园安全的文件精神，为加强学校的消防安全，预防火灾和减少火灾危害，保护人、财、物的安全，本着“预防为主，防消结合”的宗旨，切实做好防火、灭火工作，我校开展了一次消防演练活动，学校的喇叭里传来了火警声。当老师、同学听到火警声后，同学们立即按照早上老师预先设计的逃生路线逃生，都用袖口捂住口鼻然后弯着腰快速地，有秩序地向教室外逃生，在我组织学生向外逃生时，心情很紧张，直到确定全校无一人走失。此次演练用时只有二分多钟，教师、学生全站到了操场指定的位置，全校进入指定位置后，安全员手持灭火器进行灭火救灾演示。演练结束后由王园长作性讲话。之后学生由各班班主任带至教室进行教育和小结。

在大家的共同努力下，这次消防演练顺利完成。看来学生在这次活动中是最大的受益者，而我们老师也从中明白了自己身负重任。今天的演练是让人难忘的！我明白了，碰到火灾不能慌张，要有秩序地排队出去，不能拥挤，否则事情会不堪设想。通过消防安全演练，让学生学到有关的安全防护知识，做到有事不慌、积极应对、自我保护的目的。

今天下午，我园组织校车的师生开展了“校车消防疏散演习”活动。

活动开始，跟车老师发出“校车起火危险，立刻抢救孩子”的警报，校车司机立即下车和跟车老师互相配合组织校车上的幼儿有次序地从车门逃生，并将孩子转移到安全地带清点人数，前后只用了2分钟就完成校车所有师生的安全转移。

校车的安全工作一直是我园工作的重中之重，我园除定期督促司机检查校车功能及到指定汽车维修点保养汽车外，还组织司机学习校车安全、文明驾驶知识，组织跟车老师学习跟车职责，使校车工作人员时刻保持清醒头脑，确保行车安全和乘车安全。并坚持定期对幼儿开展安全教育，使师生树立安全意识，提高紧急事故应变能力和应急逃生能力。

大家下午好！

感谢大家能够抽出时间参加今年的119消防演练。119消防宣传日是1992年公安部确定的，旨在提高全民的消防安全意识。我们今天开展这个演练也是为了响应国家的号召，通过活动的开展来提高广大职工的消防安全意识，提升我院消防工作的应急实战能力。

今天来到现场的我们这些人，都是我院消防安全工作的主力，是核心力量。希望我们以这次消防演练为契机，切实强化消防安全意识，按照“四会”要求，加强安全宣传，落实安全检查，掌握必备技能，确保把火患消灭在萌芽状态，把明火制止在初起阶段。

进入11月份，天气逐渐寒冷，天干气燥，是火灾的高发期。火患猛于虎！希望我们大家携起手来，共同织起一张消防安全之网，打造天衣无缝的安全环境，共同促进医院的安全发展。

今天，我们学校组织了一次全校范围的防火演习。在班主任的组织和楼梯老师的精心指导下，全校师生在两分钟半内全部撤离。这是一个可喜的数字。通过练习，学生们学到了一些逃生技巧，并理解了纪律的重要性。没有老师的组织，学

生不可能走得这么快，有些学生可能会被践踏。这是学生在练习中学到的。

在这次练习中，学生的表现并不令人满意。可能是一些班主任没有讲好，学生们在练习中低着头，笑啊笑啊。如果他们在火里，他们会吸入烟雾，这可能导致窒息。这些表现是学生不重视的原因。

总的来说，这次学校消防演习按照预定计划有序紧张地进行着，完全成功。这个练习安排的很细致，全校师生都很重视。每个老师都各司其职，尽职尽责，尽职尽责，从而确保练习万无一失。通过消防演习，师生的防范意识和应急逃生自救能力得到进一步增强，此类活动将在学校继续开展，不仅为学校积累了演习经验，也为许多应急预案的实际操作提供了参考。也提醒师生灾难就在眼前，冷静对待。今后，全体师生要高度重视火灾和地震演练，做好每次演练，确保火灾和地震来临时，全体师生尽快离开教室和教学楼，到达安全地点，确保人身安全。

## 逃生演练心得体会篇四

逃生演练是一种模拟火灾、地震等紧急情况下如何应对和逃生的活动。在现代社会中，火灾和其他突发事件发生的频率越来越高，因此正确的逃生技能对每个人都至关重要。近期，我参加了一次逃生演练，并观察了許多人如何应对紧急情况。通过这次观察，我深刻体会到了逃生演练的重要性并得到了一些宝贵的经验。

首先，在逃生演练中，有序的行动是最关键的。当火灾或地震发生时，人们常常会陷入恐慌和混乱状态。然而，在逃生演练中，我观察到参与者都表现出了条理和组织能力。他们按照指定的指示逐个清点每个人，确保安全的撤离，并遵守预定的逃生路线。这种有序的行动可以最大程度地减少人员

伤亡，并确保逃生的效率。我也意识到，在真正的紧急情况下，冷静和有序的行动将是生存的关键。

其次，逃生演练强调了团队合作的重要性。在演练中，每个参与者都被要求和指派了具体的任务。有人负责指挥，有人负责组织人员队列，还有人负责扫描周边环境和出口位置。通过这种分工合作，逃生演练中的每个人都能够做到心有灵犀，各司其职，并最大限度地提高逃生的成功率。团队合作也能够减少不必要的混乱和冲突，为每个人提供一个安全的逃生环境。

第三，逃生演练让我明白了自我保护的重要性。在演练中，我注意到许多人会迅速戴上紧急逃生面罩或口罩，以保护自己不受烟雾和有害气体的伤害。浓烟往往是火灾中最致命的杀手之一，而戴上逃生面罩可以提供更多的氧气，并减少吸入有害气体的风险。此外，逃生演练还教导了我们如何使用灭火器和灭火器的灭火技巧。这些技能可以帮助我们控制并消灭初起的火灾，保护自己和他人的安全。

第四，逃生演练提醒了我规划逃生路线的重要性。在观察逃生演练时，我注意到每个房间都有明确的出口指示和逃生路线标志。这些标志指导着人们如何快速地、安全地到达安全区域。在日常生活中，我经常忽视这些逃生路线标志，但现在我意识到了它们的重要性。在火灾或地震发生时，事先规划好逃生路线并熟悉周围环境将会是关键生存方式。我决心在实际生活中更加注重这些细节，以提高自己在紧急情况下的逃生能力。

最后，逃生演练让我对灾难和紧急情况变得更加警觉。在观察逃生演练时，我看到每个参与者都非常专注和投入。人们认真对待训练的每个环节，并时刻保持警惕。这让我意识到，无论在何时何地，我们都应该时刻保持警觉，准备应对任何紧急情况。事实上，我们不知道何时会面临灾害，因此从现在开始，我们都应该培养一种警觉的心态，并不断提升自己

的逃生能力。

总而言之，逃生演练对每个人都十分重要。通过观察和参与逃生演练，我深刻理解了有序行动、团队合作、自我保护、规划逃生路线以及保持警觉这五个方面的重要性。我将把这些经验应用到实际生活中，提高自己的逃生能力，并传播这些知识给身边的人，以提高整个社会的安全意识和紧急情况应对能力。

## 逃生演练心得体会篇五

近年来，逃生演练在各类场所中变得越来越普遍，它不仅是一种应急处理的手段，更是提高人们自救自护意识和能力的重要途径。最近，我有幸观看了一场逃生演练，对于这次经历，我有着深刻的心得体会。

首先，逃生演练的目的在于让我们了解紧急情况下的行动步骤。逃生演练模拟了各种可能出现的危险情况，例如火灾、地震等，让人们意识到在这些场合下如何行动才能最大限度地保护自己的安全。通过观看逃生演练，我深刻认识到了面对危险时应迅速冷静下来，并寻找逃生的最佳路径。逃生演练让我明白了内外楼梯的作用和使用方法，避开浓烟、防止恐慌等众多宝贵的生命教育。

其次，逃生演练还提高了人们的自救自护能力。观看这次演练，我发现在危险四伏的环境下，只有学会自救才能最大限度地保护自己的生命安全。在演练中，许多人都紧紧抓住湿毛巾捂住口鼻，用湿毛巾阻挡浓烟，防止一口气吸入过多有毒气体。此外，还有人通过观察灭火器的使用方法，学会如何正确使用灭火器，即使是在最后一刻也能扑灭突发火灾。自救自护能力的提高可以最大限度地保护我们的人身安全。

第三，逃生演练唤起了人们的团队合作精神。在一座大楼火灾逃生演练中，我观察到参与者之间互相扶持、协作的场景。

有些人鼓起勇气，从火源处逃生的路上，帮助那些动作不便的人，指引他们躲避危险，确保大家的安全。逃生演练强调了团队合作的重要性，并提醒我们在紧急情况下，我们应该团结一心，互相帮助，以达到共同逃生的目标。

此外，逃生演练也强调了平时的安全意识。观看这场逃生演练，让我进一步深刻认识到生活中日常安全的重要性。我们不能忽视每个环节的细节，要时刻关注自己周围的安全状况。检查电器设备是本着安全使用的习惯，预防火灾的发生；养成随身携带钥匙的习惯，以免发生意外被困无法及时逃生。逃生演练提醒我们，只有在意安全、重视安全，才能在危险来临时，依靠自己的自救能力逃离险境。

总结起来，逃生演练让我深刻认识到了应急情况下的正确行动步骤，提高了我的自救自护能力，激发了团队合作精神，并且唤醒了我对日常安全的重视。这次观看逃生演练是一次有益的体验，它让我认识到提高自身安全意识和能力的重要性，同时也唤起了我对于推广逃生演练的呼吁，希望更多的人能够通过逃生演练提高自身的应对危险的能力，保护自己和他人的生命安全。

## 逃生演练心得体会篇六

忻州市首次组织防震应急疏散演练，演练点设在忻府区秀容中学。忻州市防震减灾领导小组和忻府区防震抗震指挥部全体成员共计80余人观摩了本次演练。通过观摩演练，我们有以下几点体会：

一、举行防震应急疏散演练很有必要。通过防震应急疏散演练，有组织、迅速地引导学生安全疏散，让学生掌握逃生的方法，进一步提高学校师生应对各种自然灾害及突发事件的应变能力，增强自护和自救能力，因而能够最大限度地减轻地震灾害造成的损失。

二、领导高度重视是演练成功的保障。本次应急疏散演练，学校领导高度重视，成立了以校长韩贵喜为组长的演练领导小组，制定了比较完善的《秀容中学防震减灾安全演练方案》，设立了指挥部，明确了工作人员分工及职责，并在演练前详细向师生讲解预案内容，让师生熟悉演练程序。

三、本次应急疏散演练基本成功。整个疏散演练活动的过程紧张有序，全体学生在老师的指挥下按照事先设定的疏散通道，迅速地撤离了教学楼，并到达学校操场的指定地点，没有发生任何危险事故。整个过程紧张有序，师生们把它当成一次真实的逃生经历，没有丝毫的疏忽。通过演练，全体学生均掌握了逃生的核心要领(护头)和其它基本要领。

四、本次演练贴近真实，但与实战还有一定差距。如：演练中有的同学嘻嘻哈哈不够严肃；撤离教室时各楼层没有分楼层、按规定的延时撤离，所以人员比较集中，相当拥挤，容易发生挤倒、踩踏等事故。

五、应通过拓宽应急演练层面，普及应急公共安全知识。通过本次应急疏散演练，学生们有了很大的收获，学校也积累了一定的经验。应让秀容中学对不足之处加以改进后，将他们演练的成功经验在全市推广，通过拓宽应急演练层面，普及应急公共安全知识，进一步增强应急管理水平，提高全民安全意识和自救自护能力。

火灾逃生演练心得体会这次演练虽然结束了，但安全工作没有止境。各班级要认真总结经验教训，完善责任制度，确保校园安全。

这次演练，参演学生136名，用了分秒安全撤离到运动场，到清点人数完毕，一共用了分半钟。但是，在取得成绩的同时，我们也通过演练发现了一些问题：表现为部分学生在活动中没能把演练当作一次实战演习，在疏散的过程中紧张程度不够，撤离速度较慢。

这次逃生疏散演练警示着全校师生时刻提高安全防范意识，促进了学校安全管理工作的完善，检验了全校师生安全疏散的有效程度，对加强学校的安全工作，是非常必要的、有益的。

这次演练虽然结束了，但安全工作没有止境。各班级要认真总结经验教训，完善责任制度，确保校园安全。

为切实抓好安全工作，确保师生的生命安全，学校倡议同学们努力做到以下几点：

- 1、在正常教学和晚自习时出现突发事件，全校师生要沉着冷静，一切行动听指挥，按照学校紧急疏散预案的总体要求，比照这次演练，有组织有秩序地进行疏散。
- 2、避免打架、上网等违纪现象，避免因违纪引发的安全事故。
- 3、尽量杜绝购买路边小吃，流动摊贩的食品，以免发生食品安全事故。
- 4、在体育活动、课外活动中，要注意人身安全。
- 5、遵守交通规则，主动避让机动车辆，谨防交通意外事故发生。
- 6、加强安全知识的学习和体能的训练，不断增强安全意识。

做好消防安全工作是促进学校健康、稳定发展的关键，是保障全体老师和同学的生命与财产安全的重要环节，是我校安全稳定工作的重要组成部分，也是本次活动的一项重要内容。为了本次的火灾逃生演练，我校领导和广大师生团结协作，共同努力，特别是学校政教处、总务处、教导处、团委会以及各位班主任多次研究部署此次活动方案。在此我代表学校对组织和参加本次活动的各位老师、同学的辛勤付出表示衷

心的感谢!

百善文明为先，万思安全是重。文明在于细节处理，安全在于未然防患。让我们积极行动起来，为彼此的生命撑起一片安全的天空。“远离火灾，创建平安校园”是我们共同的目标，老师们，同学们，让我们携起手来，更加关爱生命，更加关注消防安全。

同学们，重视安全是我们每个人的义务，更是我们每个人的责任。请同学们一定要遵章守纪，遵章守纪就是尊重生命，尊重自我，更是尊重他人。我们希望今天火灾和地震逃生疏散演练活动，能够再次唤醒同学们对安全的重视，推动我校安全工作跨上新的台阶。

最后，我代表学校对组织和参加本次活动的各位老师、同学的辛勤付出表示衷心的感谢!祝全校师生和谐、幸福和安康。

## 逃生演练心得体会篇七

逃生演练是一项非常重要的活动，它是对于我们在重大灾害或紧急情况中的安全进行测试的过程。逃生演练可以帮助我们准确快速的了解应对灾害和危险的基本方法和技能，从而面对火灾等紧急情况时做出正确的决策，有序的逃离危险的场所，保障我们自身和他人的安全。

### 第二段：个人参加逃生演练的体验

我也曾亲身参与一次逃生演练，当时，我们在学校里开展了一次针对学生的灾难演练。在演练过程中，我们看到烟雾，听到了砰砰的爆炸声，迅速佩戴口罩，按照老师的指示，有序地逃离了现场。在逃生演练的过程中，我深刻意识到，想要在灾难中保护好自己和别人是一件非常需要技能和知识的事情。如果不是有演练，很多时候的惊慌失措也许会耽误重要的时间，甚至无法在紧急的情况下保护好自己生命的安全。

### 第三段：逃生演练的好处

逃生演练的好处是非常多的。首先，逃生演练可以增加人们对火灾或其他灾害的认识和了解程度，掌握在紧急情况下应对措施的技能和方法，可以更好更有序的应对危险。其实，每个人都应该具备基本的急救知识和灾害自救技能。其次，逃生演练可以提高人们的预警意识，以及对危险的敏感度，并且加强了团队合作的精神，进一步提高了应对突发事件的能力。

### 第四段：逃生演练未来的发展

逃生演练是一项对于安全预防和事故控制非常有效的措施。随着相关技术的不断发展，未来逃生演练的方式也会变得更加多样化和高科技化。比如利用虚拟现实技术进行模拟演练，人们可以更加逼真的感受到灾难的场面，甚至感受到场面上的体温和气味等。相信未来逃生演练的深度和广度也会得到进一步提升。通过逃生演练的不断提升和改进，我们可以更加准确的判断危险和减少潜在的安全隐患。

### 第五段：总结

逃生演练是一个非常重要的活动，对于我们应对重大灾害或紧急情况有着很大作用。逃生演练可以带给我们知识和技能，帮助我们在面对紧急情况时保护自己和他人的生命安全。同时通过逃生演练，我们也可以加强预警意识和团队精神，增强应对危险的能力。我们应该认识到，逃生演练对于我们来说是非常重要的，我们应该多加意识并积极参与其中，以提高自身的安全防范意识和能力。

## 逃生演练心得体会篇八

在现代化的城市中，火灾事故频繁发生，如果没有及时的逃生演练，一旦遇到火灾事故，就会发生严重后果。去年，我

们单位举行了一次逃生演练，我有幸参加了这次演练，深刻地感受到了安全教育的重要性。

## 第二段：演练前的准备

为了使演练取得良好的效果，我们事先做了大量准备工作。首先，我们在整个单位内部宣传，让每个员工都参与进来，并了解演练的重要性。其次，制定了详细的演练计划和演练方案，明确了演练中每个人的任务和行动方案。最后，还为演练场地进行了安全检查，确保演练场地的安全性。

## 第三段：演练过程中的体验

当演练开始后，我们按照事先制定的方案，迅速行动。每个员工都很认真的执行自己的任务，大家团结一心，密切配合，顺利完成了逃生演练。在这个过程中，我深刻感受到了大家的凝聚力和团队精神，同时也收获了很多宝贵的安全知识。

## 第四段：演练后的反思

演练结束后，我们进行了及时评估和反思，并记录了不足之处，制定相关措施。通过反思，我们认识到了自己的不足之处，发现了其他员工的长处和短处，为今后的演练提供了宝贵经验。

## 第五段：总结

逃生演练，是每个单位和个人必须要参加的安全教育活动，通过演练，可以提高自我保护意识和技能，增强安全防范意识，降低意外事故的发生率。我们应该时刻保持警惕，意识到安全教育的重要性。只有这样，才能更加有效的提高我们的安全意识，保护我们的生命财产安全。

总之，逃生演练是非常重要的安全教育，通过参与演练，我

深刻地认识到了自我保护的重要性，学习到了许多安全知识和技能，同时也提高了自己的安全防范意识。我相信，在今后的生活和工作中，我一定会更加注重安全教育和防范，尽最大的努力保护自己和身边每一个人的生命财产安全。

## 逃生演练心得体会篇九

逃生演练是保障人身安全的重要措施，它可以让我们更好地了解建筑物的逃生路线和逃生技能，避免在火灾、地震等突发事件中的慌乱和无助。最近，在完成了一次逃生演练后，我受益匪浅，下面就分享一下我的心得体会。

### 二、重视安全

安全是第一位的。在参加逃生演练之前，我们要先认识到自身安全意识的重要性。安全的意识不但要贯穿在整个演练过程中，也要贯穿在我们平时的生活中。例如，每次走楼梯时要保持安全距离，发生火灾或地震时应该如何站立、找避难所，等等。平时多注意细节，知道如何保护自己，才能在突发事件中心情稳定、生命安全。

### 三、了解逃生路线

对于一个陌生或新的环境，了解逃生路线是至关重要的。在逃生演练中，我们需要有对建筑物逃生路线的完整认识。这不仅要涉及到楼道和楼梯的位置，还要涉及到各种逃生设备和逃生门。同时，在演练过程中，也需要注意各种标识牌和声音提示，尤其是在火灾状况下。了解逃生路径的同时还要知道自己的身体条件，合理地安排自己的撤离路线。

### 四、处理逃生过程中的问题

在逃生演练中，人们会有各种反应，各种问题也会随之产生。例如，有人可能会恐惧、惊慌，有人可能会受伤、晕倒。在

这种情况下，我们应该冷静、有序地解决问题，并采取相应的应急措施。如果无法处理或对其他人无法提供帮助，应及时呼叫相关救援人员，保持联系。

## 五、总结

对于保护自己、家人、朋友，逃生演练是必须的。它能够让我们学习如何管理和解决突发状况，提高我们的逃生技能，达到保障生命安全的目的。再次强调，逃生演练不仅仅是一场简单的活动，它将成为每个人应急知识长久以来的可持续学习过程，更是一项必须不断加强的安全技能。