

# 2023年防震心得体会短篇(实用9篇)

心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。那么你知道心得体会如何写吗？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 防震心得体会短篇篇一

4月4日，公司组织新员工一次消防培训，通过廖经理细致的法规讲解和真实的图片展示，认识到了各部门和各岗位对消防法规认识的重要性和火灾的'危险性，熟悉了消防灭火的基本措施以及消防器材的系统种类、使用方法、报火警程序、扑救初级火灾和逃生技能。

这次培训中，重点讲述了深圳舞王俱乐部和广州建业大厦火灾的来龙去脉，还原了事故发展的起火过程，逃生过程，以及在公共场合逃生路线选择。观看视频播放的时候，心灵十分的震撼，短短的2分钟的过程，开始起火到燃烧，吞噬了44条鲜活的生命，不少的人不是被火火的烧死，而是被踩踏和烟熏致死，使我们懂得了，在面对火灾的时候，我们需要冷静，不能慌乱，得听从指挥，选择正确的逃生路线，正确的逃生方法；廖经理还现场演示了灭火器的使用方法和防毒面具如何正确佩戴使用，这都关乎火灾发生时，关系到个人生命和财产安全，自救和如何施救他人。

应该是工作员，也应该是消防员，发挥岗位“一专多能”的作用，只有日常工作中，注重细节的培养，一根烟头、一张废纸，稍不注意都有可能造成火灾，从小处做起，重视和消除安全隐患。

“安全第一，预防为主”，“隐患显于明火，防范重于救灾，安全重于泰山”，我们相信在公司的管理下，提高防火意识，维家思的消防安全工作会做的越来越好，人人参与消防，把

学到的消防知识运用贯彻到实际的工作中去，为维家思广场正常经营，提供安全保障。

预防火灾，敬畏生命，消防警钟长鸣，做好消防工作，从自己做起！

## 防震心得体会短篇篇二

为了使全系老师及同学了解消防基础知识，提高安全防范意识，增强自我保护能力，掌握对突发火灾的应变、逃生技能，学会自我保护以及有序地进行人员的疏散处理，确保生命安全及财产安全□20xx年11月19日上午8：30时到9：30时，我系联合网络与信息中心，组织了一次消防演练。演练过程所有师生认真对待，演练紧张、有序进行，并取得圆满成功。通过此次消防演练，不仅增强了全体老师和同学的消防安全意识，同时还帮助同学们掌握了自我保护以及有序地进行人员撤离的技巧，进一步提高了全体老师和同学应对突发事件的能力。

1□20xx年10月21日下午六点，我系在老师的主持下召开了针对新生班主任及助班的关于20xx级新生防震消防演练的会议。会议上，任永健老师简要的总结了以往我系在防震与消防演练中的成功经验，详细的安排了此次演练中需要注意的相关细节，并对此次演练提出了更高的要求：要求我系新生在此次演练中保持一个轻松而又严肃的心态，希望新生班主任和助班引导同学们正确的认识 and 对待此次演练。

2□20xx年10月21日晚上八点，各班班主任又召开了各班班级内部会议，班主任老师和同学们共同学习防震与消防的有关知识，使同学们进一步认识了地震和消防，并要求全体同学认真对待此次演练。

1□20xx年10月22日上午九点三十分，演练指挥小组的成员全

部就位，材料工程系各班班主任、助班及全体同学在各班级教室做演练前的准备，各班助理班主任对演练中的注意事项，以及可能出现的意外情况做了再次强调。

2、十点整，第一声命令发出后，全体同学手拿书本保护头部，并躲在桌子下进行避震，同时助班打开教室门，关闭教室内的电源。

3、三分钟后随着第二声命令的发出，班级同学快速而有序的在班级过道站成两列。

4、伴随着第三声命令的发出，全体同学快速走出教室，并排两列紧靠走廊右侧，随后按照指定路线紧张而有序的下楼，并快速的到达指定集合场地。整个过程有条不紊，同学们认真圆满的完成了此次演练。我系应参加演练人数251人，实际参加演练人数251人，所有同学安全撤离到指定地点，演练过程井然有序。

通过消防演练，同学们的防范意识和应急自救的能力得到加强。

1、参加演练的所有老师和同学消防安全意识有所增强，对消防安全常识有了进一步的了解。

2、对抗击突发事件的应变能力有所提高，现场演练人员能有效组织、迅速地在地震、火灾等事故警报做出相应反映，对今后应对突发事件很有益处。

3、演练前组织的消防基本知识培训，使同学们的消防安全知识、突发应急能力、事故发生后逃生技巧得到了很大提升。

4、演练过程中，所有同学都能遵守纪律，“一切行动听指挥”，团队凝聚力得到了升华。

通过这次的消防演练，进一步增强了广大同学们的防范意识和自救的能力，了解和掌握如何识别危险、如何采取必要的应急措施等基本操作，以便在事故中达到快速、有序、及时、有效的效果。我们将经常性地开展培训或演练工作，以提高我系同学的应急救援技能和应急反应综合素质，有效降低事故危害，减少事故损失，确保同学们人身，促进同学们安全、健康的发展。

## 防震心得体会短篇篇三

(2) 要讲清什么东西着火，火势情况；

(3) 要讲清是平房还是楼房，能讲清起火部位，燃烧物质和燃烧情况；

(4) 报警人要讲清自己姓名、所在单位和电话号码；

(5) 报警后要派专人在路口等候消防车的到来，指引消防车去火场的道路，以便迅速、准确到达起火地点。发现火警应及时报警，这是每个公民的责任。

《中华人民共和国治安管理处罚条例》第二条规定：扰乱公共秩序、妨碍公共安全，尚不够刑事处分的，要根据治安管理处罚条例给予处罚。以往一些假报火警者都曾分别受到行政拘留、罚款、警告等处分。

火灾初起阶段火场面积小、温度低，是便于扑救的最有利时机。在此阶段发现火灾，只要不错过时机，可以用很少的人力和灭火器材，甚至一桶水、一只灭火器，就可以扑灭火灾，火灾损失小。因此要注意扑灭初起阶段的火灾。

(1) 爬到卧室的门边，用手背试一试门是否热；

(2) 准备好湿毛巾；

(3) 自制救生绳索，但切勿跳楼；

(4) 利用自然条件作为救生滑道。

1、燃烧必须具备三个条件：有可燃物、有助燃物、有着火源。

2、常见的火源有：明火、高温物体、火星、电火花、强光等。

3、生活中的因素引起的火灾主要包括：用火不慎、用电不慎、用油、用气不慎、吸烟不慎、玩火、燃放烟花爆竹等。

4、家庭易燃物品有：木制家具、被褥窗帘、衣物、沙发、书籍、煤气罐等等。

1、禁止学生携带烟花、爆竹、砸炮、火柴等易燃易爆物品进校。

2、实验用的`易燃易爆物品，要有专门库房存放，随用随领，不要在现场存放。

3、注意经常检查电器设备的安装使用情况，用完后要切断电源。

4、不带火种不携带易燃易爆物品（如汽油、洒精等）去公共场所，或乘坐公共交通工具。

## 防震心得体会短篇篇四

这次演习活动的成功，在多次“防火防震”疏散演习的经验前题下，与学校领导对疏散演习活动进行周密部署，与师生严格按演习方案进行实地消防疏散演习是分不开的。

疏散预案演习的前提是“安全第一，确保有序；责任明确，落实细节”。在学生疏散过程中，同学们在班主任组织下，

在任课教师的引导下，成功疏散到安全地点。学生在疏散过程中忙而不乱，学生之间、班级之间等前后距离保持适度，没有造成人员拥堵。从总体上看，高年级疏散得比较快，纪律比较好，班主任老师在确保学生安全有序的前提下，敦促学生加快疏散的速度。××小学的师生能用手帕捂住嘴，到达安全地带后能抱头下蹲。××小学不仅有广播信号，还用了哨子作为紧急疏散信号，为的就是应付停电的突发情况，这点值得兄弟学校的学习。

这次“防火防震”疏散演习活动虽然初战告捷，但在疏散过程中，还是存在一定的问题以待我们在下一次演习中改正。

（一）是还存在着多余环节和动作。个别学校班级在警报响起后，班主任还在班级门口整理队伍的现象，下楼梯时个别老师在队伍前面带队速度较慢，影响撤离下楼梯的速度，班级带队老师应该在队伍的旁边引导、指挥学生安全有序地撤离。

（二）是存在年级楼层之间队伍接不上的现象，甚至出现了学生摔倒的现象。这有待负责疏散的老师认真做好楼层之间的沟通联系，在确保学生疏散安全的前提下，提高该疏散楼梯口学生撤离速度。

以上两点不足，希望在以后的疏散演习中重点强调和关注。为让“防火防震”疏散更快、更有效，学校还会在往后的时间，安排在学生不知情的全校性疏散演习，使学生形成习惯，在真正遇突发事件时可以迅速有序的按路线疏散到安全地点。

时间就是生命，多掌握逃生的技巧往往能在危急之际让我们逃出困境。开展“防火防震”疏散演习活动，目的是为了防范，增强了师生的安全意识，对普及消防安全知识和提高学生自护自救能力起着重要的促进作用，也提高了师生应对例如地震等地质灾害的应变能力。保障我们校园的健康发展，为提高教育教学质量保驾护航。

## 防震心得体会短篇篇五

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、陷溺地震等。

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。

## 防震心得体会短篇篇六

生命是一曲优美的交响曲，是一片华丽经典的诗章，是一次经历煎熬两次与艰难的远航，生命诚可贵！我们歌颂声明，因为生命是宝贵的，他只有一次；我们热爱生命，因为肉体是美好的，他令我们的人生焕发出光彩！在这个世界上最蓬勃旺盛和美好的就是人的生命！

同火灾来比，生命是渺小而强韧的。人们为什么将记忆置之度外？

人，最宝贵的是生命，生命对于每一个人来说，只有一次。”的确，只有生命生活的健康存在能否有新的生活。尤其花苞是我们这些中华儿女的花朵，可说是要精彩的活着！消防安全就是生命，我们要时刻牢记：生命是宝贵的！

## 防震心得体会短篇篇七

一、演练前宣传到位，为了确保演练活动落到实处，我园认真组织师生学习“关于地震逃生”的相关知识，学习“演练方案”的具体内容。

二、演练方案切实可行，当听到第一次警报声之后，各班老师马上引导幼儿迅速做好避震准备，孩子们就近躲避，用双



手护住头部。

三、演练时组织有序，当第二次警报声响后，每位老师立刻各施其职，在各自的位置上指导幼儿有秩序地迅速撤离。到达目的地后，各班班主任马上清点人数，向园长汇报。这次活动全部孩子从教室撤离到操场的演练过程既紧张又有序。

此次演练不仅再次落实了幼儿园应对突发事件的防范措施，而且也提高了实际应对和处置突发安全事件的能力，更进一步增强教师和幼儿的安全意识，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。

通过此次防震演练，幼儿园全体师生了解了地震发生时的应急避震知识，初步掌握了应对地震发生时采取的防护措施和方法、自救自护的应变能力得到了提高。今后，我园将继续开展一系列安全教育活动和安全演练活动，进一步提高幼儿的反应力。

## 防震心得体会短篇篇八

今天在人才开发院参加了消防安全知识培训班，虽然时间较短，但体会颇深。未来几年正是中厚板分公司深化宝钢现代化管理制度和强势发展的关键阶段，在企业变革发展的过程中，安全是企业的生命线。而抓好消防安全工作又是安全工作中的一项重点，要做好消防安全工作。

一、领导要到位。

这是企业消防安全工作得以顺利开展的首要保证。各单位的负责人作为消防安全工作的第一责任人，要加大对安全工作的管理力度，定期组织安全大检查，查处隐患限期整改反馈，切实地把消防安全工作与生产经营管理工作相结合，确保各项工作能顺利进行。

## 二、宣传教育要到位。

这是企业消防安全生产工作得以顺利开展的第一前提。要通过开展培训讲座，发放消防宣传资料和组织专业人员到生产一线宣讲等形式宣传消防安全知识，宣传教育面要达到100%，提高职工的消防安全意识，提高职工在事故发生时的施救、自救能力。

## 三、制度措施要到位。

这是企业消防安全生产工作得以顺利开展的软件保障。要根据上级有关消防的法律法规，结合本单位实际制定出一套行之有效的制度和措施，并严格抓落实，奖优罚劣，保障消防安全的各项工作能正常有序开展。

## 四、消防器材配备要到位。

这是企业消防安全生产工作得以顺利开展的硬件保障。根据消防管理部门，配备足够数量的消防器材，定期对消防设备进行检查和保养，对到期的器材及时换药，以备发生事故时能及时启动。

## 五、素质要到位。

这是企业消防安全生产工作得以顺利开展的重要基础。加大对专（兼）职安全员的培训力度，提高安全员的业务素质，培养出一支具备不计得失、乐于奉献、忠于职守和敢抓敢管精神的专业队伍，提升企业安全管理水平。组织业余消防队，定期组织消防演练，提升企业对事故的防范能力。

安全是企业的永恒课题，“安全为了生产、生产必须安全”，“水火无情、全员皆知”。消防安全事关企业的稳定和职工生命的安全，工作任重而道远，我们只有把各项工作长抓不懈，真正落实“五个到位”，消除隐患以防为主，才能保持

企业消防安全局面长期稳定。

通过这次培训，让我深刻的认识到了消防安全的重要性和必要性，也给自己启迪了消防安全思维，增添不少的见识和实际性理论知识。

一、认清消防安全的重要性。

二、加强消防常识的学习。

灾害无情，火更无情，在平时里要多掌握一些消防基本常识、基本消防要点，必须学会有关消防知识，，利用灭火器减少生命和财产损失。

三、保持良好的心态。

“只有绝望的人，没有绝望处境。”当你面对、或者突然发生火灾，要保持镇静，冷静，认真客观的对待面前所发生一切，首先，看外环境灾情大小，怎样采取有效办法，及时是否打报警电话119，要准确汇报时间、地点、火情范围，在现场中要维护秩序，了解火灾范围内人员和一些实际情况，逃生的方向是否可行。

在室内要采取趴在地上，用湿毛巾放到嘴鼻子之间用来呼吸，过滤那烟雾和干燥环境，等待救援，必要时，不间断呼叫救援，千万要保持冷静态度，不能慌乱。

## 防震心得体会短篇篇九

为了建立有效的防范和处理火灾事故的工作机制，增强学生在遇到火险时逃生、自救能力□xx年11月9日间操时间，我校成功进行了消防逃生演练活动。演练中，从火警警报响起学生全部从教室撤离到校园安全区域，历时一分半钟。整个演练过程做到快速、安全、有序。

这次演练活动的成功，与学校领导对疏散演练活动进行周密部署，与师生严格按演练方案进行实地消防疏散演练是分不开的。

1、为进行这次演练活动，学校成立了以沈玥校长为总指挥的消防疏散演练领导小组，确立了“安全第一，确保有序；责任明确，落实细节”的演练原则。

2、演练前，学校领导根据演练要求和本校实际，预先制订了严密、确实可行的消防疏散演练方案。

3、11月5日下午，学校把演练方案印发到各办公室，让各老师通过传阅，明白演练细节，明白身责任；同时，还根据老师对演练工作的一些提议，进一步完善演练方案，力求做到尽善尽美。

4、11月6日下午放学后，组织教师学习《第六小学消防逃生演练方案》，让各老师进一步明确演练要求、明白演练责任，并做好演练宣传，确保演练万无一失。

5、11月9日，实地逃生演练准备阶段开始，各工作人员到位，各班主任到班里进行宣传并组织学生进行快速组队演练和让学生明白撤离方向、撤离路线、撤离到区域，为快速、有序、安全撤离作准备。

6、撤离演练准备工作做好后，随着常主任“第六小学消防逃生演练开始”的一声令下，警报鸣放员鸣响火警警报信号，参加演练人员各就各位，各班学生用红领巾、手帕等捂着口鼻，猫着腰有序地按指定路线“逃生”，班主任带着本班学生有序地疏散到指定安全区域。整个撤离演练历时一分半钟，做到了快速、安全、有序。

7、演练结束后，各班按指定的返回路线，安全有序地返回教室。返回教室后，各班主任针对此次演练活动作了总结并对

学生进行了相关的消防教育。

这次消防演练活动增强了师生的消防安全意识，对普及消防安全知识和提高学生自护自救能力起着重要的促进作用。另外，通过这次演练活动，也提高了师生应对例如地震等地质灾害的应变能力。