

2023年全民练摊心得体会(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。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

全民练摊心得体会篇一

伴随着经济的快速发展和人民生活水平的提高，越来越多的中国人加入到“全民练摊”的行列中来。练摊是指人们利用业余时间，在街头巷尾摆摊卖货，通过自己的努力和智慧来提升收入。这一现象的兴起，不仅缓解了就业压力，激发了社会创业的热情，更让更多人意识到自己的潜力和机会。以下是我在全民练摊中的心得体会。

第二段：锻炼独立经营能力

练摊是一项需要独立运作和管理的工作，没有老板的压力，也没有同事或下属的帮助。这对我来说，是一种锻炼，让我更加注重自己的计划和决策能力。我必须仔细考虑每一个决策，包括产品选择、定价、促销策略等等，因为每一个细节都关乎到我的收入和成功。通过长期的实践和总结，我逐渐发展出了自己的经营风格和方法，不断提升了我的独立经营能力。

第三段：培养沟通和销售技巧

卖货不仅需要好的产品，还需要有良好的沟通和销售技巧。和顾客打交道是一项繁琐的工作，需要我们对顾客的需求有敏锐的洞察力，并能够准确地传达产品的优势和好处。通过

与各类顾客的接触和交流，我学会了倾听和尊重客户的需求，培养了自己的沟通技巧和销售能力。这些技能不仅对于练摊有帮助，也对我的其他社交和工作场合有着积极的影响。

第四段：发展创新和适应性

练摊是一个充满竞争的领域，市场需求和消费习惯都在不断变化。在这个过程中，我学会了不断创新和适应市场的能力。我不仅要密切关注市场的变化，还要不断改进和完善我的产品和服务，以满足客户的需求。通过这样的努力，我的销售业绩也得到了不断提升。这种创新和适应性的能力，在日后的工作和生活中也将发挥重要作用，让我能够适应各种变化和挑战。

第五段：培养坚持和毅力

练摊不同于正规的就业方式，没有固定的工作时间和稳定的收入。虽然面临各种困难和挑战，但我学会了坚持和毅力。我知道，只有持之以恒，才能获得成功。通过练摊，我逐渐养成了早起、早睡和坚持努力工作的习惯。这不仅增强了我的工作效率，也锻炼了我的毅力。在实践中，我也遇到了许多困难，但我相信只要坚持下去，困难就会迎刃而解。

综上所述，全民练摊给予了我许多宝贵的经验和体会。通过独立经营、沟通销售、创新适应以及坚持毅力的锻炼，我在练摊中不仅提升了自身的能力，也获得了更多的机会。练摊不仅仅是一种补贴收入的方式，更是一种发展个人潜力和实现自我价值的机会。我相信，在全民练摊的潮流中，越来越多的人将会获得更多的机遇和成功。

全民练摊心得体会篇二

亲爱的爸爸：

您好!

今天是世界无烟日，在这个特殊的日子，儿子希望您也加入戒烟队伍中哦。

在学校通过老师的教育，我了解了吸烟危害可大了。

吸烟几乎损害人体全部重要器官：呼吸系统、循环系统、神经系统、泌尿系统及其它重要脏器。吸烟还损害大脑，使思维变得迟钝，记忆力减退，影响学习和工作。心理研究结果表明，吸烟者的智力效能比不吸烟者减低10.6%。

更为严重的是，吸烟者还严重妨碍他人健康。研究结果表明，吸烟者吸烟时对旁人的危害比对他自己还大。

爸爸，您那么爱我和妈妈，我相信当你了解了这些，一定会下决心戒烟了。

爸爸，听说一旦吸上了烟要戒不容易，我从书上了解了不少好的戒烟方法，您试试看哦。

- 1、扔掉吸烟用具，诸如打火机、烟灰缸，香烟，减少你的“条件反射”。
- 2、避免参与往常习惯吸烟的场所或活动，或告诉别人你已经戒烟，不要给你烟卷，也不要在你面前吸烟。
- 3、餐后喝水、吃水果或散步，摆脱饭后一支烟的想法。研究表明：在戒烟初期多喝一些果汁可以帮助戒除尼古丁的成瘾。
- 4、烟瘾来时，要立即做深呼吸活动，或咀嚼无糖分的口香糖，避免用零食代替香烟，否则会引起血糖升高，身体过胖。
- 5、写下自己认为的戒烟理由，如为了自己的健康、为家人着想、为省钱等等，随身携带，当你烟瘾犯了时可以拿出来告

诫自己。

爸爸，这个学期已经临近期末了，我在学校一切都好，我会在期末阶段更加认真复习，查漏补缺，争取再次取得好成绩，并把它作为礼物送给您哦。也相信等学期放假回到家时，爸爸一定会成功戒烟了。爸爸，祝您和妈妈。

身体健康，永远快乐！

儿子：--

全民练摊心得体会篇三

近年来，随着全民创业的热潮兴起，越来越多的人加入了练摊大军。无论是大城市还是农村，摊贩已经成为了街头巷尾的一景，他们用自己的双手创造了财富，也丰富了社会的多样性。我也是其中的一员，下面我将分享一下我作为一名摊主的心得体会。

首先，摊贩职业并不是一份轻松的工作。想要成功经营摊位，需要花费大量的时间和精力。每天清晨，当人们还在床上享受美梦时，摊主已经奔波在买菜、摆摊、做准备的路上。而在纷纷扰扰的摊位，摊主需要时刻注重商品的陈列和摆放，也要不断研究市场需求，及时调整销售策略。此外，在与客人的沟通中，摊主也需要有足够的耐心和智慧。总的来说，摊贩职业需要摊主具备坚韧、细致以及市场敏感度等多种素质。

其次，摊贩职业也是一种学习和触摸社会的机会。摊贩经营的商品种类繁多，摊主需要学习各种商品的相关知识，并且时刻关注市场变化。通过这种学习，摊主逐渐培养起了自己的眼光和判断力。同时，摊主也是每天与各类人群接触最多的人之一。这让摊主能够更加了解社会各个层面的需求和心理，培养了交际和沟通的能力。

再次，摊贩职业也是一项经济收入的来源。无论是大城市还是农村，摊主可以通过经营摊位来实现自给自足，甚至创造一定的财富。相比于传统的就业方式，经营摊位具备更大的自由度和灵活性，能够更好地适应个人的需求和生活节奏。同时，通过不断地努力和创新，摊主也有机会将小摊发展成为大生意，实现事业的突破。

最后，摊贩职业也是一种对城市文明的贡献。摊主们通常是城市中最基层的一群人，他们的存在使得城市更加生动、多样化。通过他们的努力，一些特色小吃、创意产品等得以出现在人们的生活中，极大地丰富了城市的文化内涵。与此同时，摊主们也积极参与城市文明创建活动，注重环境卫生和秩序，为城市的整体形象和发展做出了贡献。

综上所述，作为一名摊主，我从摊贩职业中获得了许多收获。虽然摊贩职业并不是一份轻松的工作，但通过努力和创新，摊主可以实现自给自足，甚至创造一定的财富。同时，摊贩职业也是一种学习和触摸社会的机会，通过与各类人群接触，摊主能够更好地了解社会各个层面的需求和心理。此外，摊贩职业也能够为城市文明做出贡献，丰富了城市的多样性和文化内涵。正是这些收获，使得我坚定地选择了这个职业，并且乐此不疲地投身其中。

全民练摊心得体会篇四

书是打开知识宝库的金钥匙。每一本好书都像一位启蒙教师，指引着我前进的方向。它告诉了我做人的道理，让我从中获得更多的知识，树立起我人生的奋斗目标。

自从我呱呱坠地来到这个美妙的世界，书就成了我形影不离的好伙伴。从它那里，我吸取到了知识的营养，也懂得了做人的道理，更品尝到了成长的欢乐。

当我还是幼儿的时候，爸爸妈妈拿着色彩鲜艳、图案丰富的

画册教我认识各种各样的动物、植物、水果……我明白，我已经来到了一个美丽多姿的世界。幼儿园了，教师拿着图文并茂的童话书，将我们带进了美丽的童话王国。在那里，我认识了美丽的白雪公主、勇敢的“小红帽”、骄傲的孔雀、狡猾的狐狸……也看到了酷爱新装的皇帝、贪得无厌的渔夫妻子……我开始懂得了什么是真、善、美，什么是假、恶、丑。于是，我梦想着一个仅有好人没有坏人的国度，那里所有的人民都亲如兄弟姐妹，大家和睦相处，过着完美的田园生活。那里没有奸诈，没有狡猾，更没有战争和杀戮，人民过着和平安宁的日子。

跨入小学的大门，我激动地捧着教师发给的教科书。我明白，我即将在知识的海洋里遨游了。从此，我心爱的课本就与我如影随形了。辛勤的园丁们受执教科书，将知识的种子撒在我们幼小的心田里，为祖国的未来浇灌出茁壮的幼苗，培育出美丽的花朵。

此刻我已经上中学了，但在紧张的学习之余，我对课外书也是爱不释手。我曾同情过多愁善感的“林妹妹”，也厌恶过诡计多端的“凤丫头”，更羡慕过智勇双全的“孙猴子”；我对三国英雄产生过无限的敬佩之情，更对梁山好汉的义举忍不住拍手叫好。同时我也认识到，我们的祖先虽然有着灿烂悠久的历史，但几千年的封建礼教却束缚着他们的发展和提高，在那样的时代里，人们仅有把自我完美的梦想和愿望寄托于文学作品之中。

我相信：书会给我欢乐，伴我一生成长，助我成长。因为伟大的戏剧家莎士比亚说过：“书籍是全世界的营养品。”而我要说的是，读书是我们大脑吸取营养的最佳途径，也是让我们大脑变得更加聪明的最有效方式。

全民练摊心得体会篇五

现如今，随着社会的快速发展和经济的繁荣，越来越多的人

开始加入到创业大军中。而练摊作为一种低门槛、灵活性强的创业方式，也逐渐受到了广大市民的喜爱。全民练摊成为一种新的趋势，带给人们不同的体验和收获。在我练摊的过程中，我深深感受到了全民练摊所带来的心得和体会。

首先，全民练摊培养了我的创新能力。练摊过程中，同质化的商品总是难以吸引顾客的注意，因此我们必须通过创新来打破固有的模式。我曾经制作了一款独特的手工艺品，因其创意和工艺精湛而受到了顾客的好评。而这种创新能力也让我在生活中懂得了“不断进取”的重要性，不断尝试新事物，追求新的突破。

其次，全民练摊锻炼了我的沟通能力。在练摊的过程中，与各类顾客沟通成为了非常重要的一环。仅仅通过使用绚丽的宣传牌、流畅的演讲以及热情的态度，我就吸引了很多潜在的顾客，并且与他们建立起了友好的关系。通过这种沟通，我逐渐了解到了顾客的需求和喜好，从而更好地提供服务。这种沟通能力也在其他方面发挥了作用，如面试和与人合作等。

再次，全民练摊提升了我的应变能力。在练摊过程中，面对各种突发状况和竞争压力，我们必须随时作出反应，找到最合适的解决办法。曾经，由于天气突然变化，我的商品的销售受到了很大的影响。我迅速调整了销售策略，推出了适合天气的商品，并成功挽回了损失。通过这样的经历，我提高了我的灵活性和应变能力，能够迅速适应环境变化，灵活应对各种问题。

此外，全民练摊还培养了我的责任心。作为一个练摊者，我不仅仅要考虑自己的利益，还要考虑到顾客的需求和利益。每一次与客人沟通，为顾客提供服务时，我都时刻保持着对顾客的负责心态。我相信只有通过用心为顾客服务，才能获得顾客的信任和回头客。同时，练摊也需要我们对自身承担责任，比如保持店面整洁、售后服务等等，这使我意识到做

任何事情都要有责任心。

练摊过程中，我不仅仅获得了来之不易的收获，更重要的是，我在这个过程中成长了许多。全民练摊给我提供了锻炼自身能力的机会，让我明白了什么是创新、沟通、应变和责任。无论从个人角度还是社会角度来看，全民练摊都是一种积极的创业形式，可以带来更多的机会和福利。在未来，我将继续坚持摊贩这一方式，不断锻炼自身的能力，追求更好的自己。

全民练摊心得体会篇六

1978年12月召开的党的十一届三中全会推动中国进入改革开放新时期。40年来，改革开放时而似雷霆万钧的高速列车奔驰在中华大地上，时而似冲天的火山喷发冲刷着社会的地貌，时而似拂煦的微风温暖着人们的心灵；40年来，思想解放有时似疾风暴雨荡涤着陈旧的观念，有时似春风化雨浇灌着新理念的田园，有时似滔滔江水冲决着阻碍中国前行的堰垒。思想在改革开放中新生，改革开放在解放思想中奋进，两者相互交映，推动中国社会发生了广泛而深刻的变化。

解放思想成为改革开放的理论先声

中国的改革开放是以充分的思想解放为前提的。在党的十一届三中全会之前，我们从两个方面进行了思想解放。首先，进行了广泛的真理标准问题的大讨论。邓小平明确指出了这场讨论的重大意义。他说：“目前进行的关于实践是检验真理的唯一标准问题的讨论，实际上也是要不要解放思想的争论。大家认为进行这个争论很有必要，意义很大。从争论的情况来看，越看越重要。一个党，一个国家，一个民族，如果一切从本本出发，思想僵化，迷信盛行，那它就不能前进，它的生机就停止了，就要亡党亡国。”这为改革开放奠定了思想基础。其次，形成了“解放思想，实事求是，团结一致向前看”的政治共识和社会氛围，使改革开放有良好的社会基

础。1978年12月13日，在中央工作会议闭幕式上，邓小平发表了题为《解放思想，实事求是，团结一致向前看》的讲话，这实际上是十一届三中全会的主题报告，其核心内容就是强调解放思想。邓小平说：只有思想解放了，我们才能正确地以马列主义、毛泽东思想为指导，解决过去遗留的问题，解决新出现的一系列问题。党的xx大报告明确指出：《讲话》是“开辟新时期新道路、开创中国特色社会主义新理论的宣言书。”

40年来，解放思想发挥出了巨大的历史作用。首先，解放思想使我们挣脱了“左”的束缚，使社会主义走上了生机勃勃的改革道路。解放思想使我们以马克思主义的科学态度对待“什么是社会主义、怎样建设社会主义”，得出“贫穷不是社会主义”、“发展太慢也不是社会主义”、“人民生活长期停滞在很低的水平也不是社会主义”的结论，推动社会主义事业欣欣向荣地发展。其次，解放思想使我们不断地探索社会主义建设和改革的规律，在遵循规律、把握规律、运用规律的过程中推动中国经济社会跃上一个又一个新台阶。我们强调实事求是的思想路线，强调“摸着石头过河就是摸规律”。40年来，我们不仅深刻把握了共产党执政规律、社会主义建设规律、人类社会发展规律以及现代化的一般规律、社会主义现代化的普遍规律、中国社会主义现代化的特殊规律，而且把握了执政规律、共产党执政规律、中国共产党执政规律以及发展背后的经济规律、社会规律、自然规律，从而使中国经济社会又好又快发展。再次，解放思想极大地开阔了我们的视野，使我们勇敢地打开了对外开放的大门，勇敢迈向了世界市场。在这个过程中，我们遇到过风浪，但我们在世界经济的大海中学会了游泳，而且正在成为一流游泳健将。

面对21世纪经济全球化，新问题、新情况层出不穷，解放思想不是一蹴而就的，而是一个不断推进的过程，解放思想不仅要突破旧框框，也要突破一些新框框。这里说的新框框是指成功的经验被教条化，从而约束了自己的进一步发展。

改革开放为解放思想提供强大实践动力

改革开放提出了无数深层次的现实问题，为思想解放提供了直接要求。改革开放从一开始就提出了很多理论问题。例如，社会主义与资本主义之间的区别是否在于计划与市场，社会主义的本质是否是计划经济，资本主义的本质是否是市场经济？这一实践提出的问题促使我们推进理论创新，形成了社会主义市场经济理论。1979年11月，邓小平第一次明确提出社会主义也可以搞市场经济的思想。他指出，“社会主义为什么不可以搞市场经济，这个不能说是资本主义。我们是计划经济为主，也结合市场经济，但这是社会主义的市场经济。社会主义也可以搞市场经济。”40年来，我们不仅建立了社会主义市场经济体制，而且还完善了社会主义市场经济体制。

改革开放提出了无数未来的问题，为思想解放提供了方向和趋势。改革开放只有进行时没有完成时，中国的改革开放永远是面向未来的改革开放。在20xx年就指出：“全面建成小康社会之后路该怎么走？如何跳出‘历史周期率’、实现长期执政？如何实现党和国家长治久安？这些都是需要我们深入思考的重大问题。”这每一个问题都为思想解放提供了方向。全面建成小康社会之后路该怎么走？党的十九大提出“分两步走”的战略安排。如何跳出“历史周期率”、实现长期执政？我们党形成了新时代党的建设总要求的思想：坚持和加强党的全面领导，坚持党要管党、全面从严治党……把党建设成为始终走在时代前列、人民衷心拥护、勇于自我革命、经得起各种风浪考验、朝气蓬勃的马克思主义执政党。如何实现党和国家长治久安？我们党形成了“三基本”的思想：坚持中国特色社会主义基本理论、基本路线、基本方略。中国特色社会主义基本理论是我们实现党和国家长治久安的思想基础；中国特色社会主义基本路线是党和国家长治久安的生命线、人民的幸福线；中国特色社会主义基本方略是我们实现党和国家长治久安的根本保证。

在深化改革和扩大开放中进一步解放思想

由于改革开放特别是党的xx大以来取得的历史性成就和发生的根本性变革，中国特色社会主义进入新时代。中华民族伟大复兴不仅意味着中华文明再次辉煌于世界，而且意味着世界社会主义走向复兴，要用21世纪马克思主义的宽广视野推动中国特色社会主义在与资本主义的竞争中不断赢得比较优势。中国特色社会主义新时代是建设富强民主文明和谐美丽的社会主义现代化强国的时代，要成为综合实力和国际影响力领先的国家，就要大力培养一批批能在国际社会产生重要影响的思想家。20xx多年前，中国给世界贡献了老子、孔子、墨子、庄子、孟子、孙子、荀子、管子、韩非子等伟大的思想家，一直深刻地影响到当今世界。当代中国不仅要给世界贡献裤子、帽子、鞋子、袜子以及缝纫机、电视机、汽车发动机，还要给世界贡献更多的思想家。正如所言：要围绕我国和世界发展面临的重大问题，着力提出能够体现中国立场、中国智慧、中国价值的理念、主张、方案。我们不仅要让世界知道“舌尖上的中国”，还要让世界知道“学术中的中国”、“理论中的中国”、“哲学社会科学中的中国”，让世界知道“发展中的中国”、“开放中的中国”、“为人类文明作贡献的中国”。

改革不断迈向纵深，开放不断走向全面，改革开放提出的新问题越来越多、越来越大、越来越复杂，我们的思想必须有更加系统、更加深刻的解放。社会主义基本制度与市场配置资源优势相互结合，推动中国经济迅速发展起来。同时，一系列复杂的难题摆在我们面前，市场在配置资源过程中有可能拉大收入分配差距，政府如何在二次分配、三次分配中有效缩小差距，需要解放思想，不能停留在以前解决问题的办法上。社会主义市场经济发展到今天，不仅仅是处理好政府与市场的关系，更重要的是解决好党与市场经济的关系，不断提高党驾驭社会主义市场经济的能力。在我国，党的坚强有力领导不仅是政府发挥作用的根本保证，而且是使市场在资源配置中发挥决定性作用的根本保证。

全民练摊心得体会篇七

莎士比亚说过：“书是全世界人民的营养品。”这句话给了我深刻的启示。小学阶段是我们的黄金时期，书则是我们补充大脑最需要的东西，不读书怎样能行呢？从一年级开始，我便爱上了看书，爱上这首书的歌，这幅知识的画，这篇提高的梦！看书就这样成了我无法割舍的爱好。而多摘抄，多批注，就是我们对看书最基本的要求。

捧起一本书，轻轻抚摸，我仿佛感受到了中国历史上古色古香的瑰宝——汉朝的司马迁，他查阅历史书，刻苦钻研，写出了历史著作《史记》。这本书讲了许多许多的历史故事，并且人物鲜明，栩栩如生。我从中感悟到一丝丝的道理，如《将相和》、《屈原自沉汨罗江》让我懂得一个人首先要爱的就是自我的国家，有国才有家！

捧起一本书，放于耳侧，我仿佛听见了中国现代文学史创新的轻盈脚步声——一本本作文辅导书让我能在作文方面有了突出，一个个好词就像一把把金钥匙，不断地为我打开作文宝库的大门，能让我在里面尽情摘抄、学习，它是我们幻想的梦，是未来的阶梯！在一篇篇优秀作文面前，我不禁佩服得五体投地，心想：我要向他们学习，让自我的明天更加辉煌！

有了耐人寻味的书，渐渐的，我发现我的作文果真提高了。二、三年级“无物可写”的坏水平没了，对作文烦厌的心理也没了，更喜欢上了看书：一本书、一本采蜜本、一支笔就是我睡前必备的东西。我如梦初醒，开始摘抄扣人心弦的好词好句，品读精妙绝伦的小节段落。

书，扣住了我的心弦。晚上我无法真正入睡，就因为它！它成了我的左右手，我身体的一部分！把玩的时间花在看书的上头，那它对我们陪伴它的回报就是——给予我们知识，做好我们的小教师，兢兢业业地为我们过五关斩六将！

“读书破万卷，下笔如有神！”一本好书把世界牵连，让我们随心所欲地在书的王国里遨游吧！

书，伴我成长！

全民练摊心得体会篇八

20xx年是新中国成立xx周年的喜庆之年，也是广州迎亚运工作重要的一年，我街以此为契机开展了全民读书月主题活动，培养居民群众崇尚读书、自觉阅读的良好习惯和崭新风气，动员辖内机团单位、学校、企业等积极参与到活动中来，扩大活动的覆盖范围。街党工委、办事处重视全民读书月活动的开展，鼓励机关干部、社区工作者利用双休日、节假日等时间进行阅读增值，不断提升自身的综合素质，进一步在全街范围内形成“爱读书、读好书”的良好氛围。

我街在去年开展读书节的基础上，以拓宽广大社区居民的阅读范围、提高文学修养为重点，按照“全员参与、覆盖社区”的思路和“内容充实、形式多样”的要求，在辖内开展“书香社区”、“书香家庭”等有奖征文活动，努力提高社区居民的阅读和写作热情。

街文化站发动辖内中小學生积极参与全民阅读活动，协助办好中小學生读书节，并同步开展“书香校园”评选活动。充分利用和发挥各级图书馆的作用，在校园组织开展丰富多彩的阅读活动，营造良好的社会氛围，吸引更多的学生广泛参与，并积极组织学生参加越秀区“做一个有道德的人——第三届在阅读中成长”之“迎国庆、颂祖国、迎亚运、创和谐”诗歌散文朗诵比赛等活动，受到了学生的欢迎。

我街充分利用现有的街道文化站、妇女学校等网点优势，大力推进“社区书屋”建设。街图书馆馆舍面积约1200平方，藏书约13000册。各社区均建有图书阅览室，以供居民阅读需要。年，我街有效利用共享工程越秀区图书馆数字资源平台、共

享工程越秀区文化局vod点播系统等现有资源，在东风社区开展了网上阅读活动，安排专职工作人员指导社区居民进行网上阅读、网上写作、网上互动。策划了“庆祝建国六十周年：我最爱的一本书”网上书评比赛活动征稿、“向国旗敬礼、做一个有道德的人”网上签名寄语活动、优秀童谣评选网上投票活动等，深受居民群众的喜爱和支持。

充分利用流花公园等公共设施场地优势，结合东风街居民长者多这一实际情况，在辖内开展“长者论坛”系列活动，有针对性地开展群众切实感兴趣的知识讲座，以丰富全民阅读活动的内涵。如8月13日，在街文化站五楼会议室举办了“公共文明大家谈”的论坛活动，各社区的长者代表积极参与，踊跃发言，纷纷提出了自己的看法和建议。不少长者代表认为，创建全国文明城市应该从自身做起、从现在做起、从小事做起，他们表示将会以身作则，带头改掉这些不文明的习惯，以实际行动支持创建全国文明城市工作。

通过举办20xx年“书香羊城”全民阅读系列活动，进一步提高了全民阅读能力，在创建全国文化先进单位中发挥了积极的作用。但限于经费、人力等方面的制约，活动的规模、质量与效果还有待进一步的提高，我们将会在未来的工作中进一步探索，总结经验，不断丰富活动内容，创建活动载体，将我街的“全民阅读活动”坚持不懈地开展下去，争取办出特色、办出品牌。

全民练摊心得体会篇九

什么是火灾？火灾是在时间和空间上失去控制和燃烧所造成的灾害。在所有的自然灾害中，发生频率的莫过于火灾。

一、消防工作的重要性

二、发生火灾怎么办

发生火灾时，同学们一定要保持镇静，量力而行。火灾初起阶段，一般是很小的一个火点，燃烧面积不大，产生的热量不多。这时只要随手用沙土、干土、浸湿的毛巾、棉被、麻袋等去覆盖，就能使初起的火灾熄灭。如果火热较大，正在燃烧或可能蔓延，切勿试图扑救，应该立刻逃离火场，打119火警热线，通知消防救火。

- 1、牢记火警热线119。没有热线或没有消防的地方，如农村和边远地区，可以打锣敲钟、吹哨、喊话，向四周报警，动员乡邻一齐来灭火。
- 2、报警时要讲清着火单位、所在区（县）、街道、胡同、门牌或乡村地区。
- 3、说明什么东西着火，火势怎样。
- 4、讲清报警人姓名、热线号码和住址。
- 5、报警后要安排人到路口等候消防车，指引消防车去火场的道路。
- 6、遇有火灾，不要围观。有的同学出于好奇，喜欢围观消防车，这既有碍于消防人员工作，也不利于同学们的安全。
- 7、不能乱打火警热线。假报火警是扰乱公共秩序、妨碍公共安全的违法行为。如发现有人假报火警，要加以制止。

三、发生火灾如何逃生

现代教学楼由于楼层逐渐增高，结构越来越复杂，学生密度大，加上课桌、课椅等可燃物较多，当发生火灾时，逃离比较困难。一旦楼房着火，应当按以下方法逃生：

- 1、当发现楼内失火时，切忌慌张、乱跑，要冷静地探时着火

方位，确定风向，并在火势未蔓延前，朝逆风方向快速离开火灾区域。

2、起火时，如果楼道被烟火封死，应该立即关闭房门和室内通风孔，防止进烟。随后用湿毛巾堵住口鼻，防止吸入热烟和有毒气体，并将向上的衣服浇湿，以免引火烧身。如果楼道中只有烟没有火，可在头上套一个较大的透明塑料袋，防止烟气刺激眼睛和吸入呼吸道，并采用弯腰的低姿势，逃离烟火区。

3、千万不要从窗口往下跳。如果楼层不高，可以在老师的保护和组织下，用绳子从窗口降到安全地区。

4、发生火灾时，不能乘电梯，因为电梯随时可能发生故障或被火烧坏；应沿防火安全疏散楼梯朝底楼跑；如果中途防火楼梯被堵死，应立即返回到屋顶平台，并呼救求援。也可以将楼梯间的窗户玻璃打破，向外高声呼救，让救援人员知道你的确切位置，以便营救。