

最新演练后总结经验(模板7篇)

工作学习中一定要善始善终，只有总结才标志工作阶段性完成或者彻底的终止。通过总结对工作学习进行回顾和分析，从中找出经验和教训，引出规律性认识，以指导今后工作和实践活动。那么，我们该怎么写总结呢？下面是小编为大家带来的总结书优秀范文，希望大家可以喜欢。

演练后总结经验篇一

地震是世界上最凶恶的敌人，它会直接造成建筑物与构筑物、地面、山体等自然物的破坏，海啸、海底地震引起的巨大海浪冲上海岸，还会造成沿海地区的破坏。地震的直接灾害发生后，有可能会引发出次生灾害。有时候，次生灾害所造成的伤亡和损失，比直接灾害还要大。

“5.12”大地震，使四川人民遭受了巨大的精神和物质伤害；前一段时间，海地7级大地震使首都太子港等地化为一片废墟。地震再次显示了它巨大的杀伤力。为了防止遭受类似灾害，我校于本学期搬离了抗震能力较差的房屋。为了强化师生安全意识，提高自救能力，针对突发事件情况下，如何让师生熟悉逃生路线，确保师生生命安全，我校组织全体师生进行了一次地震逃生演习。

一个星期五的上午8：35分，演习正式开始。同学们在老师的指导下，迅速抱头、闭眼、躲在各自的课桌下。嘈杂声过后，学生们分楼层、分教室迅速有序地撤离教室。所有人员按照预先制定的路线从教学楼逃离，短短的2分钟以后，所有人撤离到大操场上。整个过程指挥到位，秩序井然。

这次地震逃生演练、紧急疏散演习活动开展得非常有意义，不但增强了同学们应付突发事情的意识，而且还让学生懂得了很多自救知识。他们知道了在操场或室外遭遇地震时，应该原地不动蹲下，双手保护头部，注意避开高大建筑物或危

险物;在室内遭遇地震时,应该在老师的指导下,迅速抱头、闭眼、躲在各自的课桌下,震后再有组织地撤离;在楼上发生地震时,千万不要跳楼,不能站在窗外和阳台上。另外,学生们还亲身体会到了在逃生过程中,不能只顾个人安危,要服从老师的指挥,镇定、有序地疏散到安全地带的重要性。

这次地震逃生演习,还让我想到了很多。我想到了在学校里对小学生进行类似逃生演习的重要性。有些灾难并不是像我们想象的那样离我们很远,相反,有些灾难就可能出现在我们身边。必要的知识宣传和实地演习,能增强学生自我保护的意识,提高自我保护的能力,能在灾难来临之际,减少伤亡。地震逃生演习、火灾逃生演习……我们要多开展类似的工作。有中长期地震预报的地区,平时更要结合教学活动,向学生们讲述地震和防、避震知识,在活动中培养学生听从指挥、团结互助的品德,提高师生突发公共事件下的应急反应能力和自救互救能力。

我还想到了,学校发生地震时,最需要的是学校领导和教师的冷静与果断。震前要安排好学生转移、撤离的路线和场地;震后沉着地指挥学生有秩序地撤离。沉着冷静的指挥和合理得力的措施,能最大限度地减少灾难带来的损失,保护师生的生命安全。

演练后总结经验篇二

为进一步预防火灾事故的发生,提升员工在火灾事故发生时的自救能力,近期,阳信农商银行组织各网点、各部门安全员进行了消防安全知识培训和消防预案演练,并邀请专业消防宣讲教官进行授课。

教官通过近年来发生的真实案例,对火灾发生的原因、火灾的危害性、灭火器的正确使用方法以及逃生自救等内容进行详尽讲解,要求大家从思想上重视,行动上落实,做到火灾发生时能够及时报警,会灭火、懂自救、能逃生。

随后，教官详细讲解了日常用火注意事项、灭火器的构造和维护保养、灭火器的基本原理，就如何报火警、如何疏散及使用灭火器扑灭初期火灾进行了示范，现场组织参训人员进行了实操演练。

现场消防演练围绕多种模拟火情展开，第一项为火灾撤离演练，报警器响后，全体人员有组织的有序从楼梯口撤离，在撤离的过程中大家都弯腰贴墙、用湿毛巾捂住口鼻，有效进行自我保护，疏散至行总部大门外，确保所有人及时逃生。第二项演练为初期火灾演练，教官详细讲解了灭火器操作要领及注意事项并示范操作。参训员工轮流操作灭火器，亲身体验了一次起火、灭火过程。

通过此次防火演练，有效提升了阳信农商银行全员的消防安全意识和应急预案能力，提高了全行消防安全防火水平，为促进业务稳健良好运行提供了有力的安全保障。

演练后总结经验篇三

卫勤工作是我们军人的重要职责之一，而卫勤演练则是检验我们卫勤人员能力和应对突发状况的重要手段。最近，我参加了一次卫勤演练，给我留下了深刻的印象。在这次演练中，我经历了各种紧急情况和应对措施，锻炼了自己的应急能力和团队协作能力。通过这次演练，我收获了许多宝贵的经验和教训，感悟到了卫勤工作的重要性。

第二段：全面部署和准备

在卫勤演练前，我们的领导对演练进行了全面部署和准备工作，制定了详细的计划和流程。在演练前，我们进行了大量的理论学习和实践训练，了解了卫勤演练的目的和要求，并熟悉了各种应急设施和器材的使用方法。我们还参加了模拟演练，练习了各种应对措施和团队合作的能力。这些准备工作作为我们的顺利完成卫勤演练奠定了坚实基础。

第三段：应对突发状况和团队协作

在卫勤演练中，我们面临了各种突发状况，如疫情爆发、突发事件等。在这些情况下，我们必须迅速应对，并采取有效的措施来保障士兵的健康和安全。在这个过程中，团队协作起到了至关重要的作用。每个人要扮演好自己的角色，密切配合，共同应对挑战。只有通过团队的合作和默契，我们才能做到快速反应和有效应对，最大程度地保障士兵的健康和安全。

第四段：总结经验和教训

在卫勤演练中，我们遇到了一些困难和问题，也犯了一些错误。但通过及时总结经验和教训，我们能够从中吸取教训，提高我们的工作水平和应对能力。我们意识到卫勤工作的重要性 and 紧迫性，明确了我们的责任和使命。我们也发现了一些不足之处，比如沟通不畅、信息传递不及时等。在今后的工作中，我们将努力改进这些问题，提高我们的工作效率和协作能力。

第五段：展望未来

通过这次卫勤演练，我深刻体会到了卫勤工作的重要性，也认识到了自身的不足之处。在今后的工作中，我将不断学习和提高，努力成为一名出色的卫勤工作者。我会加强自己的技能训练，提高应对突发状况的能力；我会加强沟通和团队协作，与团队成员密切合作，共同完成我们的任务；我会时刻保持警惕，提高自己的事故处置和判断能力。我相信，通过不断努力和实践，我一定能够成为一名优秀的卫勤工作者。

总结：

卫勤演练是检验我们卫勤人员能力和应对突发状况的重要手段。通过这次演练，我收获了许多宝贵的经验和教训，认识

到了卫勤工作的重要性。在今后的工作中，我将不断学习和提高，努力成为一名出色的卫勤工作者。我相信，只要我们保持警惕、提高能力，并加强团队协作，我们一定能够胜任我们的职责，并为部队的健康和安安全做出更大的贡献。

演练后总结经验篇四

随着新冠疫情的逐渐缓解，各地学校纷纷开展复学演练，以为后续的正式开学做准备。本次我参加了学校的复学演练，让我体会到了学校复学安排的重要性，同时也让我认识到了我自身在面对复学的问题上还需努力。

第一段：复学演练告诉我学校的努力

通过参加复学演练，我了解到学校为了做好这次复学安排的准确性，为我们学生安全起见，不遗余力地做了大量的准备工作。他们制定了详细的复学方案，并严格按照流程实施。在我参加的演习中，学校严格要求在教室内保持安全距离，每个人都必须佩戴口罩，食堂也实行一人一餐的原则。同时，学校也加强消毒，做好防疫措施，确保学生安全。

第二段：复学演练告诉我个人的问题

在参加复学演练的过程中，我不禁反思自己在复学安排上的问题。我发现我在佩戴口罩上并非十分的顺畅，总会出现口罩滑落，甚至忘记佩戴等不良情况。在复课期间，这些问题会给我带来不必要的风险。因此，我意识到我在口罩佩戴方面还需加强。

第三段：我对学校复学演练的收获

通过本次演练，我体会到了学校为我们学生的重视。而且，我也深刻的认识到了学习的重要性和规范性。学校的复学演练不仅仅是为了安排正式的复学，更是为了提醒我们学生，

我们要积极配合学校的安排，并树立自我防范的意识。

第四段：学校要求我们的重点

同时，学校也重点强调了我们在复学期间的注意事项。例如佩戴口罩、保持社交距离、勤洗手等，重申了健康的重要性，引导我们要积极配合学校的安排，以从细节入手，将疫情的风险降到最低。

第五段：我面临的挑战以及为之努力的愿望

从中我了解到我面临的挑战是在新情况下适应复习。我深刻认识到了不学习将一事无成的道理，而这时候学生敢于去尝试，去不断努力，才能取得进步。我知道我需要努力改进在佩戴口罩上的问题，才能更好地适应复学时期的正常学习。当我面临困难时，我会继续努力克服挑战，做出自己的努力，灵活适应复学态势。

总结：通过本次演习，我了解到了学校为我们复学安排的重要性。同时也让我更加认识到了自身在面对复学问题上的问题，更加认清了危机面前的自我调整策略。我深知这一学期总体安排非常关键，我会密切配合学校在这学期内安排好各项学习措施，为将这学期安排得更好而努力前进。

演练后总结经验篇五

根据《20xx年矿井水灾事故应急救援预案》要求，为增强安全防范意识和提高应急处置本事，强化应对矿井水灾事故的自救和抢险技能，提高快速反应本事、应急救援本事以及协同作战本事，全面提升抵御水灾事故的本事，确保一旦发生水灾事故，能够有效组织、快速反应、高效运转、临事不乱，最大限度地减少事故危害，我矿在7月30日早班举行了井下水害事故演练，现将演练情景简要总结，汇报如下：

- 1、经过实战演练，进一步提高矿井广大干部、员工的应急救援实战本事。
- 2、强化培训突发事件发生时，事故现场人员撤离速度、撤离路线的选择和自我保护本事。
- 3、进一步了解重点职工对预案的学习、应用和应变本事。
- 4、检查应急救援的启动本事，以及各工种在突发事件来临时的整体协同本事和应急水平。
- 5、检查各种应急物资的准备情景是否能满足应急救援的要求。

演练时间：7月30日早班14：00至15：10分

水害事故地点：六采区末端水仓

14：00接到地测科赵霍生汇报（模拟）：矿井六采区末端水仓因失电造成水泵停运，无法排水。

14：00调度员刘福侠接到电话后及时通知矿领导及有关业务科室负责人。

14：18张岩华汇报涌水量增大，水位快速上涨。

14：19樊总下达命令：要求井下留守抢险、维修排水设施的人员和瓦检员密切观测异常气体，有异常及时汇报并撤离。其余受水灾影响的开拓二队、掘进二队和开拓准备队人员全部撤离。

开拓准备队无人留守，12人全部撤离，14：39分到达三站台，并向调度室汇报。

掘进二队留守2人，其余12人撤离，14：40到达三站台，并向调度室汇报。

开拓二队留守3人，其余15人撤离，14：56分到达三站台，并向调度室汇报。

得知人员已全部撤至安全地点后，14：57分总指挥樊启文命令撤离人员全部出井，在地面工业广场待命。

14：05由总工程师以及所有生产口管理人员对井下突水进行分析研究，首先末端水仓掌握情景进行排查，对巷道容量、排水管路、排水设施、排水系统、通风系统、供电系统进行计算验证，同时对控制水灾进行物资调拨程度进行分析，并针对突水应急预案完善程度解剖。

（1）末端水仓涌水量为340m³h⁻¹，末端水仓容积为960m³，该区段巷道标高在+240水平以下。蓄满水仓蓄满需2小时48分钟，末端水仓蓄满后，涌水可顺泄水槽流至6031积水巷，有效汇水容积为3750m³，预计需11小时可蓄满。

（2）组织队伍立即抢修排水设备供电系统，尽快恢复供电。

（3）通风系统根据现场水情及时研究通风条件，必要时安设局部通风设施，确保排水巷道能够正常通风。

（4）调度室、机电科落实应急排水材料准备情景是否可满足抢险要求。由现场抢险救灾组提出应急材料及工具供需，宣传部跟踪拍摄，提取各类管件、梅花扳手、活络扳手、螺丝、衬垫、密封圈等各类应急材料。

15：10，确定受水灾威胁区域人员安全撤离，事故可控，总指挥樊启文宣布演练结束。

3、“3.23”突水事故抢险救灾的顺利施救，是集团公司领导干部应急处置、救灾指挥程序、通信保障本事、物资的调配、运输、物资供应协作本事的充分体现，为我矿突水事故演练指出了准确的航向。

4、矿井水文地质资料、水情水位监测系统能够充分发挥作用，为总指挥部供给详实的水源、水位实时变化，为领导决策供给科学依据。

本次演习虽然到达了预期的目的，可是也存在一些的问题：

1、部分人员对突发事故的心里准备不足，平时演习少，突发事故要求到现场时，显得准备不足，有些慌乱。

2、部分科室人员不能保证24小时随时接听调度电话，导致部分人员到位时间过长。

3、部分人员没有认真学习《李雅庄煤矿水灾事故应急演习实施方案》，导致到调度室直接进调度指挥部，造成事故总指挥中心显得混乱。

4、调度信息群发功能软件存在发送信息时间过长的情景。

5、反应了调度原始记录存在缺陷，没有做到“事事有着落、条条有回音、项项有记录”的调度工作原则。

6、井下参加演练的人员较少，且在井下三站台进行人数清点，少部分职工只着急下班，配合清点人数时不遵照执行。

1、要进一步健全组织指挥体系，理顺部门职责，加强统筹领导，加强日常突发事故演习的培训学习，做到遇事不惊，心中有数。

2、调度室要加强调度电话的查岗制度，严格执行调度电话24小时开机制度，严格考核；提议提升调度信息群发功能软件，加快调度信息化建设；调度室要加强调度原始记录的日常管理，真正反映矿井人员的素质和矿井的管理水平。

3、参与救援必须要有自己的加工体系，在应急救援抢险救灾

实施中，应全部投入人力、物力、财力；尤其是专业的'技术工人，专用的小型加工工具如：电焊、氧焊、切割机、矿用砂轮机、小电钻等。

4、六采区末端正式排水系统与六区强排系统正在建设中，仅有可靠的系统才能保证矿井的安全生产。结合“3.23”出水事故教训给人以启迪，必须认真落实矿井防治水每一项日常工作，并建立健全水文地质资料。

1、本次演习是矿井各级人员对突发事件时的快速反应和应急处理本事真实反映，不仅仅是演习的过程，更是一个学习和锻炼提高的过程，经过本次水灾事故演习，提高了矿井各级人员对突水事件的应急处理本事，为矿井安全有序的生产供给了保障。

2、由于我矿六采区末端水仓现正常出水量为340m³h⁻¹且面临具大的挑战，一方面为六采区末端水仓容量仅为850m³h⁻¹并且水仓为毛断面，受水浸泡后很容易造成水仓堵塞水泵或是水仓报废，六采区排水系统瘫痪。另一方面，目前的排水系统为临时排水系统，投入很多的人力、财力，并且随时处于危险的边缘，没有任何抗风险的本事。以前的突水事故演练只是虚拟的事故，而现今六采区时时面临着这样的威胁，令人难以心安。

演练后总结经验篇六

第一段：介绍安保演练的背景与目的（150字）

近年来，全球各地频繁发生安全事件，人们对安全问题的关注也日益增加。为了提高应对突发事件的能力，许多机构和组织纷纷进行安保演练。安保演练是一种预防和应对突发事件的有效手段，通过对模拟事件进行完整的实践操作，可以检验应急预案的完备性和可行性，并培养人们的紧急反应能力。在参与安保演练的过程中，我深感收获颇丰，对安全问

题有了更深入的了解。

第二段：体验安保演练过程中的惊险与压力（250字）

参与安保演练的过程中，我亲身体会了模拟事件下的惊险与压力。在模拟的恐怖袭击事件中，我扮演了一名受伤的被困人员。当模拟炸弹爆炸声响起时，我感受到了一阵巨大的恐惧。紧接着，随着警钟的鸣响，模拟的抢救队伍迅速集结，各司其职。在救援过程中，我亲眼目睹了警察、医护人员和消防人员们的精神风采。他们能冷静应对，果断行动，让我深感佩服。然而，在这样的紧急情况下，我也因害怕自己的安全而感到压力山大。但是，通过这次模拟演练，我学会了如何保持冷静，并且知道了如何正确地主动寻求帮助。这是我参与安保演练的一大收获。

第三段：感受到安保演练对个人责任的意识提升（300字）

安保演练是一个团队合作的过程，每个成员都发挥着重要的作用。在演练中，我深刻体会到安保工作中个人责任的重要性。在模拟事件中，每个人都有自己的任务和角色。如果一个人的步骤出错，可能会影响整个救援过程，甚至危及到其他人的安全。因此，每个人都必须要对自己的责任负责，不仅要严格按照救援流程操作，还要与其他成员保持良好的沟通和配合。通过这次演练，我认识到每个人在安保工作中都应该有强烈的责任感和使命感，只有这样，我们才能更有效地保护自己和他人的安全。

第四段：学会与团队成员合作的重要性（250字）

安保演练是团队合作的过程，不论是在模拟事件中的每个分工任务，还是在与其他参与者的沟通配合，都需要紧密的协作。通过与团队成员的沟通和合作，我学会了如何更好地协调和配合其他人的工作。在模拟演练中，我意识到没有良好的团队合作和沟通能力，工作效率将大大降低，甚至可能出

现严重的错误。我也发现，团队成员之间的配合越高效，救援工作的完成时间越短，受伤人员的生命安全也就越有保障。因此，通过这次安保演练，我深刻地认识到了团队合作的重要性，以及良好的沟通与协作能力对于完成任务的关键作用。

第五段：总结对安保演练的体验与收获（250字）

通过这次安保演练，我深刻体会到了紧急情况下的反应能力和冷静处理问题的重要性。同时，我也加深了对安全问题的认识和对安全工作的敬重。安保演练不仅提高了自己的安全意识，还培养了自己在危急时刻的应急能力。我明白，无论是在家庭、单位还是公共场所，每个人都应对自己和他人的安全负责，做好安保工作。通过这次演练，我意识到只有通过不断地学习和实践，才能更好地提高自己的反应能力和紧急处理问题的能力。

演练后总结经验篇七

实弹演练是一种特殊的训练方式，对于每个参与者来说，都需要有充分的准备和心理准备。在实弹演练前的准备阶段，我从各个方面做了充分的准备。首先，我仔细研究了实弹演练的相关规章制度和注意事项，确保自己能够严格按照要求执行。其次，我进行了大量的实弹射击训练，提高了自己的射击水平。最后，我还和战友们进行了高强度的体能训练，以适应实弹演练的高强度和紧张的环境。这样的准备让我在面对实弹演练时更加从容和自信。

二、实弹演练的感受

实弹演练是一项具有极高风险和挑战性的任务，但也是一次难得的锻炼机会。在演练过程中，我深刻感受到了军事训练的严谨性和紧张性。实弹射击需要我们在短时间内迅速冷静下来，准确把握目标，并迅速做出决策。这种极限的训练让我更加注重细节和时间管理，也培养了我在紧急情况下保持

冷静和沉稳的能力。通过实弹演练，我意识到自己的潜力是无限的，只要付出努力，就能够完成任何困难的任务。

三、团队合作的重要性

实弹演练需要整个小组的紧密协作和密切配合。在演练中，每个人都扮演着不同的角色，有位防空手、有位狙击手、有位突击手等等，我们需要密切配合，准确传递信息，共同完成任务。每个人的责任和任务都是紧密关联的，只有通过分享信息和密切配合，才能确保任务的顺利完成。通过实弹演练，我深刻体会到了团队合作的重要性，并学会了如何更好地与团队成员沟通和合作。团队合作不仅是在军事训练中的重要能力，也是在现实生活中的必备技能。

四、自我反思与改进

实弹演练结束后，我会对自己的表现进行全面的自我反思。我会回顾自己在演练中的表现，分析自己的不足之处，并制定改进措施。我会重点关注自己在实弹射击和战术应用上的问题，并积极主动地向教官和战友请教，提高自己的技能和知识水平。同时，我还会对整个团队的表现进行评估，找出演练中存在的问题和不足，并提出改进意见。通过不断地反思和改进，我相信自己能够不断进步，提高自己的训练水平和综合能力。

五、实弹演练的意义

实弹演练是对战士们进行训练的重要手段，也是检验士兵战斗力的重要考核。通过实弹演练，我们能够更好地锻炼自己的身体素质、技能水平和心理素质，增强战斗力和胜任力。同时，实弹演练还能够提高士兵的执行力和适应能力，培养战斗中的果断和勇敢品质。所以，实弹演练不仅仅是一种训练形式，更是一种意义深远的培养方式。通过不断地参与实弹演练，我们能够更好地适应战场环境，提高自己的应急能

力和处置问题的能力。这样的训练不仅能够保卫国家的安全，也能够培养我国未来的军事精英。

总结：

通过实弹演练，我深刻感受到了军事训练的严谨性和紧张性，也体会到了团队合作的重要性。我会持续进行自我反思和改进，提高自己的训练水平和综合能力。实弹演练对于个人成长和国家安全都起到了重要的作用，我相信通过持续的训练和努力，我能够成为一名真正的军事精英。