

# 最新应急棍术心得 应急演练心得体会(精选9篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 应急棍术心得篇一

xx年3月25日，项目部组织开展应急预案演练。本次演练分为四个部分：第一部分，熟悉演练计划和应急知识培训；第二部分，紧急集合；第三部分，现场救助；第四部分，现场灭火。

首先由项目经理把演练计划对大家做以说明，然后专职hse协调员就灭火器的使用、呼吸器的正确佩戴和使用步骤做了详细讲解，之后进行了应急知识培训。

随着三声急促的长哨音发出的紧急集合信号，营地所有人员在听到警报后，在最短的时间内到紧急集合点集合，以宿舍为单位各自清点人数，并组织撤离。

现场救助要求演练模拟施工现场人员受伤情形，我现场救助人员在接到求救的通知后，在第一时间内赶到施工现场进行救助，并组织人员用担架抬伤者上应急车。

演练模拟火灾现场，我机组人员在发现火源时采用消防用石棉布隔绝空气，但不幸吸入毒气晕倒，现场急救队一面采取抢救，一面进行组织灭火。整个演练历时1小时29分，充分展示了项目部应急机构对突发事件的应急反应速度以及对应急程序的执行效果。

经过这次演练，验证了火灾应急预案的合理性和可靠性，普及了消防知识和火灾逃生常识，熟悉了火灾应急启动和处置的程序，加强了对火灾防范和应急支持的本事。

经过演练，使大家更加明确，一旦发生火情，每个人应当做什么；如何正确报警；如何正确扑救；如何疏散人群；如何自救和逃生。使大家认识到时间就是生命，时间就是金钱，在遇到火灾等突发情景后，根据平时掌握的逃生路线及时撤离至集合点是减少人员伤亡和火灾应急处置的最关键环节，在今后紧急集合演练还要定期和不定期的进行。

按照上级有关部门的要求[]20xx年5月份为应急预案演练月（以下简称演练月）。我校以演练月为契机，坚持“安全第一，预防为主”。着力构建和谐、平安学校，大力营造“关注安全，关爱生命”的浓厚氛围，经过演练月活动，强化师生的安全意识，提高师生紧急避险，自救自护本事。

学校进取响应，认真制订活动方案，周密部署，严格落实“一把手”职责制，扎实开展应急预案演练月活动。

学校以演练月为契机，利用国旗下讲话，学校广播、墙刊班报、宣传栏、举办安全主题班会、开展安全知识讲座、安全知识竞赛等形式，宣传贯彻有关安全生产应急管理法律法规和《生产安全事故应急演练指南》，推动应急演练活动开展，提高师生的防范意识和应急本事。

学校依据案演练月活动方案的要求，认真做好应急预案的论证，确保应急预案的科学性、可操作性及安全性。并于5月20日进行应急预案演练。经过演练进一步明确各职能组应急管理工作职责，提高相关部门和应急救援队伍协同应对本事，掌握社会各类应急资源，推动应急救援体系建设。要从提高构建和谐、平安学校管理本事，促进社会和谐发展的高度，加强对演练月活动的领导，精心组织、广泛动员，扎实有效地开展好演练月活动。

学校经过应急预案演练，及时发现应急管理工作存在的问题，强化制度建设，完善学校应急预案，补充应急装备。进一步加强对危险源监测监控，提高师生风险意识和自救互救本事。

## 应急棍术心得篇二

应急法是一种特殊的法律体系，旨在应对突发事件和紧急情况。我在学习应急法这门课程后，对应急法有了更深刻的理解，也有了一些体会和感悟。下面我将通过五个段落，分别从应急法的重要性、应急法的原则、应急法的应用、应急法的不足以及个人应急意识培养等方面，来进行具体的阐述。

首先，应急法的重要性不容忽视。在现代社会中，各种自然灾害和人为事故频繁发生。应急法的出现，为国家和社会提供了应对突发事件和紧急情况的法律基础。它能够及时调动各种资源，采取有效手段，保护人民的生命财产安全，维护社会的稳定。应急法极大地提高了国家和社会的应对突发事件和紧急情况的能力，对于保障国家的安全和人民的福祉起到了重要的作用。

其次，应急法有一些基本的原则。其中最重要的原则是效忠于公共利益。在应急法中，公共利益是最高的法律价值。所有的应急措施和应急行动都是基于维护公共利益的需要，例如，采取紧急撤离、封控区域、停工等措施，都是为了保护人民的生命和身体安全。应急法的其他原则还包括科学性、人文性和合规性等，这些原则在制定应急法和实施应急措施时起到了指导的作用。

应急法的应用十分广泛。它在日常生活中的各个领域都有体现。例如，在交通事故中，司机必须根据应急法的规定及时报警并采取正确的救助措施；在环境污染事件中，相关部门根据应急法可以启动应急预案，及时处理污染源等。此外，在突发事件和紧急情况中，各级政府也会根据应急法制定相应的措施，保障公众的安全和利益。应急法的广泛应用，不

仅保障了公众的利益，也促使各个部门和个人更加注重应急能力的提升。

然而，应急法也存在一些不足之处。首先，法律的制定和执行往往滞后于现实的需求。由于突发事件和紧急情况的复杂性和多变性，应急法的制定和修改往往需要时间，而这段时间可能会导致资源浪费和破坏。其次，应急法的意识培养和能力培训还有待加强。很多公民对于应急法的了解和理解程度不高，缺乏必要的应急知识和技能，造成了应急行动的不力和效果的不佳。为了克服这些不足，我们需要进一步优化应急法的制定和执行机制，加强公民的应急意识培养和能力培训。

在实际生活中，个人的应急意识是至关重要的。每个人都有可能面临突发事件和紧急情况，只有在平时注重培养应急意识，才能在关键时刻做出正确的反应。个人的应急意识培养包括学习应急知识、熟悉应急预案、参与应急演练等。通过这些方式，个人能够提高自己的应变能力，有效抵御突发事件和紧急情况的冲击，减少损失和风险。

总之，应急法的学习让我深刻认识到它的重要性和必要性。应急法的原则和应用也让我对它的实质有了更清晰的认识。尽管应急法还存在一些不足，但通过个人努力和社会的配合，我们可以不断完善应急法，提高应急能力，保护人民的利益和安全。通过加强对应急法的学习和理解，我们每个人都可以成为更加有能力、有责任的公民，为社会的安全稳定做出贡献。

## 应急棍术心得篇三

第一段：一、应急法的背景和意义（200字）

应急法是指在突发事件发生时，政府利用法律手段调动一切力量、组织一切资源，以迅速有效地采取措施应对灾害和其

他突发事件，保障人民生命财产安全。应急法的颁布实施，是我国法律体系的重大补充，对强化突发事件应对能力，提升国家治理能力具有重要意义。

## 第二段：二、应急法的核心内容（200字）

应急法的核心内容主要包括突发事件的分类和报告、应急预案的制定和实施、应急资源的调配和保障、国际合作和对外援助等方面。通过建立和完善应急管理制度，提高突发事件应对能力，减少灾害损失，保障人民生命财产安全。同时，应急法还规定了政府和公民的责任和义务，对于防范和应对突发事件起到了指导和保障作用。

## 第三段：三、应急法的改革与完善（200字）

从实施以来，应急法取得了显著的成效，但也暴露了一些问题。一是相关法律法规的配套不完善，制约了应急法的有效实施。二是应急管理体制机制还不够完善，需进一步加强协调和合作。三是应急能力和技术手段还需进一步提升，以更好地应对突发事件挑战。未来，我们应当加强对应急法的学习和宣传，加强应急管理队伍建设，不断推进应急法的改革与完善。

## 第四段：四、应急法在实践中的体会（300字）

实践证明，应急法在突发事件中发挥了重要作用。首先，应急法明确规定了组织机构和职责，提高了应急响应效率。其次，应急预案的建立和实施，使得处置突发事件更加科学合理，并能够快速有效地动员各种资源。再次，应急法强调了信息的共享和传递，在突发事件应对中起到了重要的信息化支撑作用。同时，应急法还明确规定了社会各界的义务，加强了人民群众的自救互救意识，促进了公众的安全教育和自我保护技能的提高。

## 第五段：五、展望未来的应急法（300字）

未来，我们应该进一步加强应急法的宣传和解读，提高广大公民的法律意识和自我保护能力。同时，加强应急法的法律监督和执行力度，确保应急法的有效实施和执行。此外，应大力加强科技投入，提高应急能力和技术手段，不断提升突发事件应对的能力和水平。加强国际合作与对外援助，拓展应急资源，共同应对全球突发事件挑战。总之，应急法是一项重要的法律法规，在维护社会安全稳定和人民生命财产安全中发挥着重要作用，我们有信心和决心在全面建设社会主义法治国家的进程中，进一步推进应急法的改革与完善。

## 应急棍术心得篇四

近年来，火灾事件频繁发生，不仅给人们的生命和财产造成了重大的损失，也揭示了我们在应对火灾时的不足。面对火灾，应急消防是最有效的手段之一，关于应急消防，我们需要总结经验，探讨体会，提高应对火灾事件的能力，保护我们的生命和财产安全。

### 第二段：事前准备

在火灾事件前，我们必须进行合理的准备工作，提高我们的应对能力。首先，我们应该掌握基本的消防知识，了解如何使用灭火器、如何逃生等。此外，我们还要对火灾风险进行评估，制定应急预案，增强自身的安全意识。平时，我们可以参与消防演练和应急演练，提高我们的应对情况下的应变能力。

### 第三段：火灾发生时的应急消防

火灾发生时，我们必须保持冷静，迅速采取应对措施。首先，我们要及时报警、通知周围的人员撤离。在火场中，我们必须用湿毛巾或其他有效物质呼吸，进行自救或互救的同时，

在避免后路被堵塞、火烟吸入的情况下，慢慢蹲走或匍匐前行。如果我们掌握了使用灭火器的技能，可以尝试用灭火器对火灾进行扑灭，如果无法扑灭，我们应该尽快撤离现场，确保自身的安全。

#### 第四段：火灾后的应对工作

火灾结束后，我们仍然需要采取一些应对措施，保护自身的安全。首先，我们需要检查周围的环境，确保没有隐藏危险，防止再次发生火灾。然后，我们要积极配合消防人员进行事后处理和调查，对火灾原因、教训进行总结，提升我们未来的应对能力，预防火灾的发生。

#### 第五段：结尾

总之，应急消防是我们应对火灾的重要手段，我们必须重视其作用并进行充分的准备和培训。在火灾发生时，我们要保持冷静，理智应对，为自身和他人的安全做出最大努力。只有长期积累经验，不断总结经验，我们才能在火灾中保持沉着冷静，有效应对，保障我们的生命和财产安全。（总字数：1121 字）

## 应急棍术心得篇五

生命重于泰山，关于火灾的灾难越来越多，我们不得不防范起来，生命只有一次，对于谁都是宝贵的。

今天早上我们学校举行了一次“消防演练”，我们早早的准备好了一条湿毛巾，突然一声警报声响起，我们班迅速整好队后，我们跑向操场，一路上我们用毛巾捂住鼻子，防止烟雾进入鼻孔。到了操场上，接下来领导讲话，校领导说：“同学们，灾难是无情的，在一所黑龙江的公司中研究着一种药品，因为操作不当，引起了一场巨大的火灾，84人受伤，74人死亡，84人受伤，94辆汽车受损。”我们听到这

这个词大吃一惊，我们应该多多注意防范意识，紧急情况下的逃生，绝不仅仅是速度的较量，保持清醒的头脑和良好的秩序才是关键的关键，否则必然会导致场面的‘混乱，不仅伤害他人，也一定会伤害自己。所以遇到突发事件，保持冷静是至关重要的。

同学们，火电无情，安全第一，我们应该树立生命至上、预防在先的思想，提高安全防范意识，学习安全知识，提高自救，自护能力，把安全放在第一位。

作为一名小学生，我们现在没有能力，也不可能去解决这催人泪下的一幕幕，但我想，在此呼吁大家重视消防知识，从我做起！共创美好的家园！

## 应急棍术心得篇六

通过此次的演练让全体师生理解了防震、疏散等应急避险知识，知道在发生地震时可以采取正确的方法自救，可以迅速、有序、平安地撤离疏散到平安地带。在此次演练中，老师沉着镇定、恪尽职守，各位同学临危不惧、同心协力，师生同舟共济、众志成城，因此演练非常成功。这主要表如今以下几个方面：

为了确保演练活动落到实处，我校成立了由王玮校长任组长，全体班子人员、各班班主任等为组员的指导小组，并召开指导小组会议和全校教职工大会，部署演练工作。会上，王校长要求全体老师首先从思想上要引起重视，增强平安意识，在学生中进展平安意识教育，抓住这次演练时机，进步应对紧急突发事件的才能。王校长还着重强调，对于这样的活动，一定要注意平安，保障措施一定要到位，以确保这次演练活动顺利进展。

在方案中就演练的时间、道路、内容、对象都作了详细的说明。对这次演练的详细操作程序、疏散要求与本卷须知作



了——讲解。为了确保演练活动按方案顺利进展，进一步明确疏散集合地点、疏散顺序和本卷须知。要求班主任教育学生，听到警报后，全校师生必须服从指挥，听从命令，立即迅速、平安进展疏散，不能再拾掇物品；不得拥挤、推搡，排好队有秩序地下楼，不得重返教室，更不得喧哗、开玩笑；如发现有人摔倒，应即将其扶起，帮助一起逃离危险地。要求各司其职，到达规定的位置，完成各自的任务。

总指挥通过播送下达命令：“全体师生请注意，如今进展地震应急疏散演练，请大家不要恐慌，一切听从老师的指挥，马上有秩序地进展避震和疏散演练。”在场老师指导学生有秩序地迅速避震及疏散。到达目的地，各班主任马上清点人数，向分管校长汇报。演练指挥小组坐阵统筹，驾驭全局。这次活动全部学生从教室撤离到操场只用了3分钟，演练按预案进展，整个演练过程既紧张、剧烈，又有条不紊。这次演练活动是对我校《地震应急疏散演练预案》的一次检验，不仅再次落实了我校应付突发事件的防范措施，而且也进步了我校实际应对和处置突发平安事件的才能，更进一步增强师生的平安意识，增进师生之间的患难真情，真正掌握在危险中迅速逃生、自救、互救的根本方法，进步抵御和应对紧急突发事件的才能，整个演练活动到达了预期目的。

在此次演练中也有缺乏点：

1、在逃生时，很多学生都没有用手护头，这说明自我保护的意识还不够。

2、有极少部分班主任和任课老师认识还不到位，有拖拖拉拉现象。在到达指定地点后，不能立即组织学生进展自我保护。

在今后的演练中将克制这些缺乏点，尽最大努力到达尽善尽美。

通过演练，让我们明白：才能与意识是靠实际训练出来的，

光靠书本上的讲解，是很难到达预期的效果的，——至少在这次的地震演练中，我校的师生都增强了这方面的认识。

## 应急棍术心得篇七

### 段一：引言（200字）

应急法心得体会，是对应急法实施过程中的经验与感悟的总结，对于我们加强应急工作具有重要意义。应急法是我国应对突发事件和自然灾害的法律基础，旨在保障国家安全和人民生命财产安全。我作为一名普通市民，也亲身体验了应急法的执行，获得一些宝贵经验。下面我将从责任意识、应急预案、应急救援、社会参与和法律宣传这五个方面，总结我的心得体会。

### 段二：责任意识（200字）

在应急法实施过程中，责任意识被视作关键因素。个人与组织都应担负起自己的责任，积极参与应急工作。作为普通市民，我认识到自己在应急事件中的责任。通过学习应急法，我了解到在突发事件中，我应该保护自己的生命安全，同时遵守政府的指导，积极配合有关部门的工作。曾经有一次，台风袭击我所在城市时，我及时关闭门窗，采取安全措施。这不仅对我自己的安全负责，也减轻了救援部门的工作压力。因此，培养责任意识是应急法执行的基础。

### 段三：应急预案（200字）

应急预案是应对突发事件的重要工具，也是一种行动指南。在我参与的应急演练中，我深刻体会到预案的重要性。只有提前制定并熟悉预案，才能在事发时作出正确的反应。例如，当某个公共场所发生火灾时，大家都紧急逃生，并按照预案集合到指定地点，确保自己的安全和团队的整体安全。另外，预案还需要实时更新，以适应不断变化的应急需求。只有科

学合理的应急预案，我们才能更好地应对突发事件。

#### 段四：应急救援（200字）

应急救援是应急法实施的重要环节。在我所处的社区，我们开展了应急救援演练活动。通过这次活动，我明白了救援就是一项艰巨的任务，需要有关部门和志愿者的共同努力。在演练中，我们组织成立了临时救援队伍，采取协同行动。有人负责疏散群众，有人负责搜救被困人员，还有人负责提供紧急救护等。这次救援演练让我们在实践中积累了宝贵的经验，提高了应对突发事件的能力。

#### 段五：社会参与和法律宣传（200字）

应急法的实施需要广泛的社会参与和法律宣传。在我所参与的应急法宣传活动中，我认识到公众的知识水平和应急技能很关键。我们通过小型讲座、宣传册等形式传达应急法和应急知识，提醒大家关注应急法律法规，增强应对突发事件的能力。同时，我们也号召各个社区、单位和个人积极参与应急工作，建立起一个社会化的防灾减灾机制。

#### 段六：总结（200字）

通过参与应急法相关活动，我对应急工作有了更清晰的认识，也积累了一些宝贵的经验。责任意识是应急法执行的基础，应急预案的制定和更新是应对突发事件的关键，应急救援是保障人民安全的重要环节，社会参与和法律宣传是建立一个有效的防灾减灾机制的核心。通过我们每个人的努力，相信我们能够在应急工作中更加高效地行动，确保人民的生命财产安全。

## 应急棍术心得篇八

“生命只有一次，但如果你活得精彩，一次就足够了。”这

是茅盾先生说过的一句话，也是我常常挂在嘴边的一句话。因为我们的人生只有一次，所以我们应该好好把握每一个机会，珍爱每一份感觉。而在一次意外事故中，急救人员的到来往往能决定生死。所以，我参加了应急班的学习，成为了一名志愿者。在这过程中，我深刻地认识到了应急班的重要性，并且和很多志同道合的人成为了好朋友。下面是我的总结和收获，希望能够给大家带来一些借鉴。

## 第二段：学习收获

在应急班的学习中，最吸引我的是课堂上的演示。教练员详细地讲解了如何处理突发状况，如何正确使用急救器材等等。我也通过纸上练习和模拟情境练习，掌握了不少应付突发情况的技巧，比如做心肺复苏等方法，更加自信地面对意外状况。在学习期间，我还结交了不少志愿者同伴，志同道合的我们在互帮互助中相互提升。

## 第三段：实践经验

在应急班的学习结束后，我便开始了志愿服务。在长达半年的时间里，我参加了不少活动，见识了不少意外情况。因此，我积累了不少实践经验。其中，最需要注意的是在处理现场状况时不要惊慌失措。过度的焦虑和害怕常常会导致处理事情的效率变得极低。我还学习到了应对骨折、休克、窒息等不同类型的伤害的技能。在处理状况前，我会先考虑情况的严重程度，主动地采取有效的措施，以减轻伤者所受到的痛苦。这样不仅可以有效地处理状况，同时也能提升患者对我们的信任度。

## 第四段：沟通技巧

在应急班的学习中，我学到了一些沟通技巧。在处理意外状况或困难调解等活动中，这些技巧尤为重要。善于与人沟通的人可以更快速地与伤者、病人或其他志愿者建立联系，让

大家在沟通中得到更好的理解和支持。通过学习沟通技巧，我在处理状况、理解病人需要和与志愿者同伴交流时均能更加准确、有效地传达信息。

## 第五段：感悟和建议

参加应急班学习、成为一名志愿者对我来说是一次难得的机会，它增强了我面对突发事件的信心与勇气。在义务服务、志愿服务中，有时不那么顺利的情况难免会出现，但却让我学到了在压力下仍然保持镇静、冷静应对的能力。因此，我感觉真正的应急班之路，也需要人们敢于直面状况，坚持自己的信念，不断的学习与实践。如果您有兴趣成为一名应急班的志愿者，我想说的是，只要有热心，你就可以参加应急班，无论你是哪一行业，我们每个人都可以为社会尽一份心力。同时，我也希望大家在生活中注意安全，保护好自己和家人的的生命财产安全，让我们共同为一个更加美好的世界努力奋斗！

## 应急棍术心得篇九

这个星期，我们学校进行了消防疏散演习。看到“疏散”二字，你们肯定以为这是假的罢了，但是这次的的演习可以增强我们有关消防的一些知识；也可以让我们学会在着火的时候，怎样保护自己。

我们都坐在教室里，等待警铃的'响声。警铃一响，我们要快速的撤离教室往安全的地方逃去，在跑的过程中，不准拥挤，而且还要捂住口鼻，拱着腰，快速地跑。同学们都非常的着急，怕逃不到安全的地方，所以每个同学们都乖乖的听老师的指挥。老师说过，这几次的演习，都是让同学们知道怎样逃生是最安全的。万一是真着火了，怎么办？我们就把演习时怎么做的，遇到空难的时候就怎么做。可以让我们保护自己！

所以，通过这几次的消防疏散演习，我们也懂得了怎么保护自己和安全防范意识，让我们把每次的演习都当成是真的，这样就知道了保护生命的重要，要珍惜生命！