

# 2023年消防宣传日活动心得(优秀5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编为大家收集的优秀作文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 消防宣传日活动心得篇一

1、学习助跑跨跳动作，尝试跨过宽65厘米、高30厘米的障碍。

2、喜欢跨跳运动，体验集体运动的挑战与快乐。

1、重点：学习助跑跨跳的动作。

2、难点：尝试跨过宽65厘米、高30厘米的障碍。

1、经验准备：有跨障碍的运动经验。

2、物质准备：自制井盖（宽60厘米）、壕沟（宽65厘米）、小河（宽55—60厘米，高15厘米）、奖章、灭火器、火苗、皮筋、山洞、垫子、自制沼泽地等。音乐：清晨、兔子舞、口哨与小狗。

### 一、热身活动

1、队列练习：左右分队走。

2、原地从上到下活动身体各关节。

3、听音乐进行行进间的热身，如：高抬腿、侧跨跳、踢腿、蹲走、脚尖走、大臂拉肩弓箭步等针对跨跳动作有针对性的进行上下肢运动。

## 二、游戏活动

### 1、消防员练本领

循环摆放三组障碍□a□壕沟b□小河c□井盖

(1) 自主游戏，尝试学习助跑跨跳动作。

提问：试一试可以用什么方法过障碍？如果用最快的速度通过障碍，什么方法最好？

(2) 学习助跑跨跳的方法，练习助跑跨跳的动作。师幼进行示范，总结助跑跨跳的动作要领：加速、蹬地、单脚起跳单脚落地。

提问：你们是怎样跨跳过障碍的？方法：幼儿自选材料分散练习。

重点：通过分散练习，掌握助跑跨跳的动作要领。

### 2、消防员夺奖章

玩法：幼儿自主分组，用比赛的形式练习助跑跨跳过宽65厘米、高30厘米的障碍。

重点：掌握助跑跨跳动作的连贯性，把握合适的起跳点。

### 3. 消防员执行任务

玩法：提供宽65厘米，高30厘米的跨跳障碍。幼儿合作摆放道路障碍，每条路线一种障碍。幼儿根据自己意愿选择不同的道路去灭火。

重点：巩固跨跳动作，提高身体动作协调能力，感受合作的快乐。

### 三、放松活动

- 1、集体放松活动：幼儿和教师一起通过音乐舒缓情绪进行放松，调整呼吸。
- 2、针对腿部、腰部肌肉和各关节和同伴一起进行相互放松的运动。
- 3、搬游戏材料回班级舒缓肌肉和心跳进行放松活动。

## 消防宣传日活动心得篇二

转眼间，为其5天的安全培训就结束了，虽然只有短短的5天，使得我掌握了很多关于银行安全和消防安全的知识和技能，也为我们今后的日常行为习惯敲响了警钟。

也让我明白银行作为整个社会经济运行最重要的部门，其安全保卫和消防工作，不仅关系个人、客户的人身、财产安全，更关系到国家财产安全，甚至影响着社会的稳定和谐。

在这5天的培训生活中，我感受到了军事化的管理，也增进了自我安全意识，同时学习了自护自救的安全知识和技能，通过实战演练，进一步增强了面对实际发生安全事故的应变能力，积累了丰富的实践经验。通过行内的培训，我主要有体会：

#### 1) 消防安全应做到“安全第一，预防为主”

消防安全，人人都懂，但在日常工作中却往往被忽视，被麻痹，被侥幸心代理，往往是等到确实发生了事故，造成了损失，才会回过头来警醒。这就是没有把防范工作做到第一位导致的，“隐患险于明火，防范胜于救灾，责任重于泰山”的口号就是消防安全管理主旨所在，而做好预防工作的关键就在于提高对这项工作的重视程度。

## 2)加强消防安全知识培训，提高防范意识

通过这次培训，发现现有的防范意识程度还是不够的。作为一线的工作人员，应该对岗位所涉及到的火灾风险和消防通道等消防设施有充分的了解。特别是加强火灾消防安全教育的培训，内容包括：消防法规、消防安全制度、保障消防安全的操作规程；各种消防设施的性能、灭火器材的使用方法；报火警、扑救火灾和自救逃生的知识和技能。

《礼记·中庸》中写道“凡事预则立，不预则废”，我们应充分的加强自我的安全防范意识教育，提高自我的警惕性与处置突发事件的能力重要性，做到“人防”、“物防”、“技防”相结合，建立一道有效的安全保护网。

## 3)加强实战演练、提高紧急情况下的自救互救能力

通过实战演练，使每一位员工在紧急情况明确自己所扮演的角色，做到分工明确，责任清晰。当碰到火灾时不能慌张，要有秩序的排列出去，不能拥挤，否则后果不堪设想；当发现大楼内失火时，切记不要慌张、乱跑，要冷静地探清着火方位，确定方向，并在火势未蔓延前，朝逆风方向快速离开火灾区域。

一旦起火，楼道被封死，或者浓烟阻碍逃生，应该立即关闭房门和室内通风孔，防止进烟，随后用湿毛巾堵住鼻口，防止吸入热烟和有毒气体，保证自身和他人的人身安全。

## 消防宣传日活动心得篇三

黑夜里的一把火，让我们在黑暗中找到光明；冬日里的一把火，让我们在严寒中感到温暖……火，可谓我们生活中不可缺少的一部分。

但是，火，它也是一把“双刃剑”。它在带给我们无限美好的

同时，也有可能像恶魔一样夺走无数人的生命，让我们的家园变成一片灰烬。

几年前，吉林省吉林市中的百商厦发生了一场特大火灾事故，这场火灾事故造成了54人死亡，70多人受伤，财产损失400多万元，让无数原本幸福美满的家庭陷入了无限的哀痛中。这场造成如此惨重代价的火灾是由什么引起的呢？一个小小的烟头，一个没有被完全踩灭的小烟头！百商厦公司至始至终都在强调生产厂区内禁止吸烟，可是百商厦中的一位员工不仅无视公司的规定——在生产厂区内吸烟，还把吸完的香烟随意扔在某一个角落踩几脚便离开了，他没有注意到那烟头没有被完全踩灭，那烟头一闪一闪的火光，正闪着狰狞的面孔，他更没想到，一场令人类梦魇的特大火灾事故就因此发生了！

细节决定成败，有时候，细节也能决定生死。因为在一个排插上插满了插头，导致电量超负荷使用引起的火灾；因为一个没熄灭的烟头引起的火灾……这都是生活中的小细节，但是正是因为没把这些小细节做好，所以，灾难发生了。

无规矩不成方圆。如今每个地方都有每个地方的规定，比如：在商场中，可以看到“禁止携带宠物”“禁止吸烟”；在森林中，可以看到“禁止携带易燃易爆物品”……可是，有些人却对这些标语置之不理，仍然我行我素，最终就有可能导致悲剧的发生。比如，百商厦的那位员工正是因为对公司的规定的置之不理，才导致了那场火灾的发生。那些标语贴出来，必定是有道理的，有用处的。只有每个人都用心按标语上的做，才可以有效地减少安全隐患，避免灾难的发生。

作为一名中学生，我们应当注重生活中的小细节，善于发现生活中的安全隐患，学习并掌握一些消防安全知识；认真对待每一次学校举行的火场逃生演练。只有这样，当火灾真正发生时，我们才可以从容面对，提高生存下来的几率。

让我们从身边的小事做起，把“消防安全”这四个字牢记在心，

真正做到“消防安全伴我行”！

## 消防宣传日活动心得篇四

通过这次学习，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，让我在提高消防安全认识的同时也抓住落实工作，增强了消防安全意识感和使命感，参加这次学习让我有几点体会：

一、认清消防安全的重要性。火灾的发生是现实生活中最常见的、最突出，而从麻痹和认识不到所引发的，疏忽而忽视所造成的，也是危害的一种灾难，是直接关系到人民生命安全，财产安全大大问题，，所以我们要时刻提醒，警惕安全消防隐患与存在的问题和漏洞，必须做到位，做到彻底，“安全就是效益”、“消防工作是其他工作的保障”，牢固树立“安全第一、预防为主”的思想，将安全生产工作放到尊重生存权，尊重人权的高度，本着对社会、对公众负责的态度，明确责任，狠抓落实。在消防安全中要警长鸣，做到居安思维，防患于未然，防范于隐患，确实做到安全为天的理念。

二、加强消防常识的学习。灾害无情，火更无情，当我们被困在火场内生命受到威胁时，在等待消防救助的时间里，如果我们能利用保护自己的方式来为自己采取一些自救措施，那是非常必然的，利用一些物体和地形采取有效的办法，让被动变为主动，给自己生存和逃脱一些生机，要采取果断的、有效的、必然的、灵活多变的办法去为生存找到出口。在平时里要多掌握一些消防基本常识、基本消防要点，作为一名消防工作人员，必须学会有关广泛消防知识，吸收各个案例消防火灾经验，和一些自救，疏散人流，及时采取消防果断措施，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，自己在救援他人中，要首先，采取啥办法，用被子或者其他绝缘空气物体来为别人逃生，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。

一、熟悉本岗位的基本消防通道，具体消防基点和基线。

1、你所职责工作范围，了解和掌握各个消防安全通道以及路线，或一些安全出口。

2、要掌握你所工作的范围消防栓有几个，具体在哪里。

3、要掌握消防栓的水、流程图，和监控室的报警电路图。

二、要经常性的，检查各个水流线路是否完好，检查消防栓设备是否完好，消防栓是否灵活，检查阀门是否完好，消防软管是否完好，一些消防器材备用是否完好。

三、要一定掌握使用灭火器的正确使用，检查是否过期。

四、必须掌握一些必要的消防安全知识，提高消防安全认识，增强消防安全工作力度，积累一些消防安全经验。

五、遇到问题及时反馈上级领导，遇到火情及时采取边报警，边扑救，采取“先控制，后灭火，”在扑救可燃气体、液体火灾时，应首先切断可燃物的来源，争取在短时间内灭火成效。

六、在工作中要保持交接清楚，有责任、有义务确保安全完

成各项指标和任务。

七、不断参加业务学习，提高消防安全基础，参加消防灭火演练，广泛宣传消防安全知识，共同参与从点滴做起，防范做去，自身做起。

八、不断了解四种灭火方法：冷却灭火法、隔离法、窒息法、抑制法，不断用不同的方法，利用灵活多变的方法去消灭火灾。

在以后的生活和工作中，不断加强自我消防意识，提高消防安全成效，扎实工作，巩固、完善自我要求，求上进，在工作求实效，为更好的推进而不断奋进。

## 消防宣传日活动心得篇五

火，是我们的朋友，它帮助我们煮饭、炒菜、烧水……可如果不好好使用火，它可是会惹麻烦的!会造成火灾，危害我们的生命。

要避免火灾的发生，一定要加以练习，所以我们学校每次都会定期进行消防演练，学校要求我们一个人跟着一个人，不推拉，不喊叫，跟在老师后面。我已经牢记在心。

记得一次消防演练，消防火警音乐响了起来，我立刻把书包顶在头顶上，蹲在桌子底下，然后跟随老师和同学往下跑，一边跑，一边用湿纸巾捂住口鼻，低头前进，不和同学交谈，可楼梯口有很多人用蚂蚁般的速度行进着，害得我都没法行走了，哎!好不容易才到达了操场，可我却找不到“大部队”了，我现在才发现消防演练还是存在很多问题的!

通过这次消防演练，我获得了许许多多的感想，现在我来一一跟你讲讲吧!:首先我们不应该走这么慢，让别的同学无法进行逃生，应该跟紧“大部队”，别走散了。因为我们不可



以把消防演练当做儿戏，不然那一天火灾真的发生了，会不会措手无策呢?所以，为了自己的安全，为了大家的安全，好好重视消防演练，让火灾来临时能保护自己，冷静对待!

预火灾、防火灾，其实只为了一个目的：珍爱生命!生命只有一次，“祸在一瞬，放在平时”，让我们从平常的生活中开始，增强消防知识，让我们的明天更美好!