

# 最新逃生演练心得体会(大全10篇)

心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

## 逃生演练心得体会篇一

### 第一段：引入

逃生演练是一种常见的安全训练活动，旨在提高个人应对突发灾难的能力。最近，我所在单位组织了一次逃生演练，让我深刻体会到逃生演练的重要性和必要性。在这次逃生演练中，我对逃生逃生的技巧和自救互救意识有了更加深入的了解。

### 第二段：逃生演练的意义

逃生演练是非常必要和重要的，它可以有效提高人们在灾难面前保持冷静并采取正确行动的能力。在逃生演练中，我们可以认识到自己在紧急情况下的反应速度和应变能力，同时也可以了解到逃生的常见防护设施和逃生路线。逃生演练还可以提高大家的团队合作意识和自救互救精神，让我们在遇到紧急情况时保持冷静，相互帮助，共同度过危险。

### 第三段：逃生演练中的收获

逃生演练中，我意识到在逃生过程中要保持冷静，不能恐慌。只有在冷静的状态下，我们才能更好地判断逃生路线和选择正确的逃生方式。此外，我还发现了一些隐藏危险以及应对突发情况的有效方法。通过逃生演练，我学会了如何快速检查火灾状况、正确使用灭火器等防护设施。这些技能对于我们未来生活中避免危险和自我保护至关重要。

## 第四段：逃生演练的不足和改进

尽管逃生演练的目的是提高个人和集体的逃生能力，但我也觉得这次演练还存在一些问题。首先，演练时的场景设置过于简单，没有真实感。因此，参与者很容易对演练持漠视或敷衍态度。其次，逃生路线和应急出口标识在实际中并没有得到充分的宣传和关注。因此，得不到有效的引导和利用。为了让逃生演练取得更好的效果，我们应该改进这些问题，加强逃生演练的真实性和参与度。

## 第五段：提高逃生能力的建议

为了提高个人逃生能力，我们应该定期参加逃生演练并加强自身的应对能力。在日常生活中，我们也应该学习一些基本的自救互救知识，比如正确使用灭火器、紧急救护和拨打报警电话等。此外，我们还应该关注逃生路线和应急出口的标识，确保在紧急情况下能够迅速找到最近的出口。通过这些努力，我们可以提高自己的逃生能力，保护自己和他人的安全。

## 总结：

逃生演练是提高个人逃生能力的重要训练活动。通过逃生演练，我们可以学习到冷静判断、快速行动的技巧，提高自救互救意识。逃生演练的目的是让我们在面对紧急情况时能够保持冷静并采取正确的逃生行动。然而，在进行逃生演练时，我们也应该注意演练的真实性和参与度，以提高演练效果。通过定期参加逃生演练，学习自救互救知识，关注逃生路线和出口标识，我们可以提高个人逃生能力，保护自己和他人的安全。

## 逃生演练心得体会篇二

闹钟的声音响起，我的心弦绷紧了。我先把房门关上，拿起被

子堵住门缝,然后拿枕巾,从书桌上的花瓶,往外倒出水在枕巾上,捂住口鼻,打开窗户从原先设定好的房间的另一条逃生通道逃生。到门口时,我看见爸爸妈妈,他们同我一样,用毛巾捂住口鼻,爸爸为我和妈妈让开了一条通道,我先弯着腰通往楼梯跑下楼,到会和地点等爸爸妈妈,等了一会儿,妈妈到了,接着是爸爸。

我和爸爸妈妈确定好就以楼下的\_\_\_\_\_ (某地)为会合点,在那里见面。这样,我们计划好了逃生方法。

## 逃命切忌进电梯

我画了一张家里的平面地图,在门的地方画了一个小小的“十”字,表示那里是逃生出口,在窗户,阳台的地方画上红色的叉叉,表示当火灾发生时不能因着急而从这些地方逃走,生命是最重要的;在每个房间,我都画了两条通往门的逃生通道,一条是通过房门的,但如果房门被大火,浓烟堵住时,就可以从窗户通往阳台到大门逃出。

每年,每月,甚至每天,都有不同程度的火灾发生,在损失我们财产的同时,也威胁着我们的人身安全,它像一只巨大的吸血鬼,吞噬着我们的一切,而为了防止这种灾难的发生,首先应消除火灾隐患,但有时是意外发生,就需要我们具备有逃生自救能力。

### 1、时间

如果万分情急决定跳-楼出逃时,可先往地下抛出一些衣物棉被等,以增加缓冲,然后手扶窗台往下滑,以缩小跳落高度,并尽力保持双脚着地,尽可能地保全性命。

不要复制的,是家庭的哦

画好这份地图,我拿给爸爸妈妈看,让他们了解了家里的主要

逃生通道。

## 2、地点

为响应教育局,学校的宣传,今天,我们在家里举行了一次小小的家庭火灾演练。

我们见了面,拿开一直捂着口鼻的毛巾,对视着笑了,互相击掌表示演练成功。

没有最好的回答

如多层建筑物火灾,楼梯已被烧断,或者火势已相当猛烈时,可以利用房屋的老虎窗、阳台、下水管道或其他可以接地牢固的物件逃生。

观察周围找生机

危难见真情,在处于火场生死关头,更要发扬互助和奉献精神,尽力帮助老、幼、妇、弱者优先疏散。千万不能惊恐失措,无序夺路。

## 3、参加人员

如处在较高楼层,且又无法采取跳-楼逃生的办法时,可在室内,关闭通向火区的门窗,如有条件,尽可能向门窗上浇水以缓火势蔓延。这时,要采取一切办法(如可用打电话,抛物件等办法)向楼下的人发出求救信号,以赢得救援的机会。

今天,我们在家里举行了一次小小的家庭火灾演练。

画好这份地图,我拿给爸爸妈妈(家庭成员)看,让他们了解了家里的主要逃生通道。

跳-楼逃生有技巧

通过这次演练,我知道了做好火灾逃生的预备工作是多么重要。天灾无情,生命是最重要的,而这次练习,巩固了我和家人的防火意识,也锻炼了我的逃生技能。

5、沉着冷静,切断电源等,迅速使用家庭自备灭火器;(学习灭火器的使用)或者切断电源等后迅速用水源灭火。组织孩子老人逃生演习:火势不大,用湿毛巾等捂住口鼻弯腰逃生或者躲进卫生间等有水源地方,打电话求助。火势大的情况下,用水喷浇躲藏地方的门窗等,并积极打电话求救,准确告知事发地点,情况,所处位置……等待救援。

日记只需要把实践演习的经过及心得写出来即可。主要让孩子明白逃生和自救常识,会应对意外突发事件,能沉着冷静正确自救。

#### 4、演练内容:家庭消防演习

若被困周围烟雾很大,这可比火更为可怕。因为烟雾中含有大量的有毒有害气体,如果不加防备,就会被有毒有害烟气熏倒,这往往是火灾事故中死亡率最高的原因(约占95%以上)。如果一定要冲出烟雾区,必须用湿毛巾等捂住鼻嘴,尽可能地猫腰贴地跑出,这样才能减少烟气的吸入量,以免中毒倒下。尤其应该注意的是,处在高层建筑火灾时,如果不是消防专用电梯,绝对不能进电梯逃生。因为这时的电梯电源随时有可能被切断,并且电梯通道往往在发生火灾时首先成为烟雾的袭击部位而成烟道。

#### 6、实施演习并总结演习中存在的问题。

我画了一张家里的平面地图,在门的地方画了一个小小的“十”字,表示那里是逃生出口,在窗户,阳台的地方画上红色的叉叉,表示当火灾发生时不能因着急而从这些地方逃走,生命是最重要的;在每个房间,我都画了两条通往门的逃生通道,一条是通过房门的,但如果房门被大火,浓烟堵住时,就可

以从窗户通往阳台到大门逃出。

## 逃生演练心得体会篇三

这天下午第二节课，我们校园举行了一场精彩的消防演习活动。

开始，校园突然出现了十分紧急的三声哨响，大家听到哨声，我们四(4)班同学按照以前的惯例，前三排从前门走，后三排从走，迅速而又紧张地走出教室。一出教室，大家按照老师的要求，弯下身子，拿出毛巾，捂住口鼻，迅速而有秩序从楼上消防通道往下跑去，因为大家明白大火来临时，首先要注意自身的安全，要防止二氧化碳气体毒害，不能挤来挤去，以免影响了他人的逃生。

到了篮球场，只见浓烟滚滚，刺鼻的烟味扑鼻而来，同学们立即按照老师的要求，立刻拿出毛巾捂住口鼻，蹲了下来。安全逃生的第一关，我们胜利脱险。

之后，校园通知我们到足球场那边练习如何灭火。刚到足球场，只见两个铁桶燃起了熊熊大火，火势越来越旺。这时，消防主任拿起灭火器告诉大家：“同学们，遇到这样的大火，我们不要害怕，要沉着冷静，要学会使用灭火器灭火。怎样使用灭火器灭火？此刻我给大家做一个示范，请同学们仔细、认真观看。”消防主任很熟练地给我们一次次示范。之后，他请了几个老师和一些高年级的同学去学着用灭火器灭火，大家看着，情绪都十分激动，就连低年级的同学也跃跃欲试，可时间不允许。灭火的‘第二关就这样结束了。

最后，我们集中在操场上，罗校长做了总结发言。我记忆最深的是，罗校长说：“如果坏人来了，我们必须不要恐惧，就应镇静；如果火灾来了，我们必须要学会自救，千万不要推推挤挤的。”

这是一场多么精彩的消防防演习呀！我们从中尝到了不少东西。

## 逃生演练心得体会篇四

### 第一段：引言（120字）

逃生演练是学校安全工作中的重要环节，作为一名教师，我有幸参与了学校的逃生演练，并深受触动。在这次逃生演练中，我亲身体会到了逃生的紧迫感和自救互救的重要性。通过这次逃生演练，我不仅能够更深入地了解学生的安全需求，还意识到了作为教师应该承担的责任。

### 第二段：逃生演练的紧迫感（240字）

逃生演练开始时，紧急广播和警报声响起，我立刻意识到演练的严重性。在短短的几分钟里，我绞尽脑汁寻找最快的逃生路径，并指引学生沿着安全的通道迅速撤离。面对惊慌的学生，我努力保持冷静和镇定，不断鼓励他们保持安静，并有序地集结在操场上。逃生演练的紧迫感让我深刻体会到，当发生紧急情况时，冷静和果断是保护学生安全的关键。

### 第三段：自救互救的重要性（240字）

在逃生演练中，我意识到自救互救的重要性。作为教师，我们不仅要全力保护自己的安全，还要确保学生们能够顺利逃生。我鼓励学生们互相帮助，特别是那些需要额外帮助的同学，要确保每个人都安全到达指定地点。同时，我也感受到了团队合作的力量。只有大家紧密配合，互相扶持，才能在紧急情况下做出正确的决策。

### 第四段：了解学生的安全需求（240字）

通过逃生演练，我更深入地了解了学生们们的安全需求。有的

孩子在紧急情况下极度恐慌，有的则相对淡定。这让我明白每个学生都是独特的，需求各异。作为教师，我们应该更加关注学生的个性差异，以更好地满足他们的安全需求。参与逃生演练，我们能够更加了解每个孩子的性格特点，为他们提供更有效的帮助和指导。

### 第五段：作为教师应承担的责任（360字）

逃生演练使我深刻认识到作为教师，我们应该承担的责任。在学校的安全工作中，我们是学生们的保护伞，他们的指导者。我们必须时刻保持警觉，不仅要在平时教育他们遵守安全规则，还要在紧急时刻带领他们平安撤离。我们要不断提高自己的安全意识，学习逃生救护技能，并与学校和家长保持紧密联系，共同为学生的安全教育负责。只有这样，才能使我们的学生在面对危险时能够保持冷静，正确应对。

### 总结（120字）

逃生演练教会了我冷静和果断的重要性，让我体会到自救互救和团队合作的力量。通过演练，我更加了解了学生的安全需求，并意识到作为教师应该承担的责任。作为教育者，我们应该不断提高自己的安全意识，努力为学生提供一个安全的学习环境。

## 逃生演练心得体会篇五

学会生存，学会做事，学会合作，学会学习，是二十一世纪对每个人的要求。今天，我给大家聊聊自我保护，我们学校举行的火灾逃生演习。

“叮叮叮——”上课了，老师拿着一条毛巾大步走进教室，严肃地对我们说：“同学们，这节课我们要进行火灾逃生演习，在此之前，我们要先放一个火灾逃生的小视频。”我们边看，老师边和我们说：“毛巾一定要用水打湿，而且多叠



几次，阻隔的烟雾就更多一些，逃生的时候，一定要把贴身的金属饰品给拿下来，防止烧伤。”

视频刚一结束，学校就响起了刺耳的警报声，班主任带领着我们来到走廊，然后，我们弯着腰，用湿毛巾捂住口鼻，安静、有序的往楼梯口走。这时楼上的一个班正在下楼，然后一个班接着一个班，我们都急了，不知所措。这时，老师对我们说：“火灾来临时，就是因为许多人不知所措，不知道自己应该去哪里，与逃生的机会失之交臂，而葬身火场。”这时，我们都冷静下来，等楼上的最后一个班撤离了，我们才弯着腰缓缓下楼。

来到操场，我们清点完人数后，向上级汇报后，校长对我们说：“这次火灾逃生演习圆满成功。”整个操场响起了掌声。

这次演习圆满成功，通过演习，我们知道了在任何危险来临时，我们要懂得自救，要尊重生命，因为生命高于一切！

## 逃生演练心得体会篇六

为保证学校防火逃生应急疏散工作高效、有序地进行，做到灾害发生时最大限度地减少人员伤亡，有效强化学校紧急突发事件应对机制，确保师生生命财产安全，按照市教育局镇文教办的指示精神，结合我校实际，以119消防日为契机，开展了“让生命灿烂，为党的“十八”大献礼”的防火灾紧急疏散、逃生自救演练活动。

为使本次活动顺利开展，中学部黄校长、国际部梁校长亲自督导制定了详实的活动方案，并具体落实、部署各项工作。德育处、教导处、团委、总务处、各年级在宣传教育、设备调试、物资筹备、组织救助等方面对此项活动给予了大力支持和配合。11月2日德育处召开班主任年级组长工作会议，德育处王玉华主任、王亮副主任进行了火灾防灾减灾应急疏散宣传发动、部署了疏散演练预演工作。11月4日各班的班会课

上,班主任针对突袭、震灾、火灾,开展了防灾减灾安全知识讲座,增强了学生的安全知识。

11月9日上午10时10分,一声警笛划破了校园的宁静。20xx多名师生在应急疏散领导小组的指挥下,用湿毛巾或衣襟衣袖等物品捂住口鼻从教学楼内迅速撤离,安全到达田径运动场和停车场。演练整个过程中我们用了2分30秒就顺利完成消防逃生演练活动,同学们能认真对待,疏散迅速、有序;工作人员老师及时到岗,各司其职,工作到位;班主任老师迅速反应,组织到位,保证了这次演练的成功。在此我代表学校向同学们出色的表现提出表扬,向为这次活动付出辛劳的各位老师表示感谢。

此次消防疏散演练设计合理、内容丰富、过程逼真,对提高学生的逃生自救和应急处理突发事件的能力起到了积极作用,让学生零距离接触了消防,了解消防,正确掌握报警方法、灭火常识和逃生技巧,达到活动预期目的。

“学校安全事关社会稳定,事关每个家庭的幸福与安宁”。在校园中,需要紧急疏散的机率并不大,但我们必须“居安思危”,时刻具备安全意识,了解发生紧急情况时如何应变及紧急疏散的程序,最大限度减少受伤机率。即时灾害降临,我们也要坦然面对,心理上要坚强,要服从指挥、从容镇定、遵守秩序,既要保障自己生命安全又要尊重他人的生命权。

“隐患险于明火,防范胜于救灾”。通过此次的演练,师生们学会了在校发生火灾时的逃生方法,达到了我们预期的目的。经常开展安全宣传教育和应急演练,不断提高师生应对突发灾害的能力,对减少各种灾害造成的伤亡和损失,具有重要意义。

灾害无情、生命无价,未雨绸缪、防患未然是安全教育永恒不变的基石。若是真实火灾,每一秒、每一细节都将生死攸关,因此,周密严谨、临危不乱、灵活变通是为全体师生下

次演练提出的更高要求。希望全体师生以这次消防疏散演练为契机，在未来的日子里，用知识守护生命、用珍爱呵护心灵，牢记安全教育，掌握应急避险的常识和技巧；及时总结本次疏散演练活动的得与失，进一步把我校的安全工作做好、做实，为营造一个平安、祥和的校园环境不懈努力。

## 逃生演练心得体会篇七

### 第一段：引言（总体介绍逃生演练重要性）

高中逃生演练是一种为了培养学生应急意识和逃生能力而在校园内组织的实践活动。逃生演练旨在提高学生应对突发事件时的应变能力，提醒学生了解自救、互救、报警等基本逃生方法。在逃生演练中，学生们亲身体验特殊情况下的紧急情况，培养逃生时的冷静和临机应变能力。接下来，我将分享我参与高中逃生演练的心得体会。

### 第二段：准备阶段（心态调整和注意事项）

在逃生演练之前，我们学校组织了培训课程，教导我们逃生的基本知识和技巧。这些准备课帮助我建立了一种积极的心态，并且我了解到：首先，我必须要保持冷静和头脑清醒，这样才能有条不紊地做出正确的决策；其次，了解校园内的逃生通道和安全出口，这样在实际情况中才能快速找到最近的出口；最后，我们还学习了灾难发生时如何应对和保护自己的方法，如用湿布捂住口鼻、寻找掩护等。这些准备课让我对逃生演练充满期待和信心。

### 第三段：演练过程（实际经历和感受）

逃生演练当天，警报突然响起，室内浓烟弥漫，一片混乱。在这危急时刻，我迅速回想起培训课上所学，沿着熟悉的逃生通道迅速撤离。由于之前的演练，我不惊慌、不慌张，冷静地指挥同学遵循逃生步骤。虽然逃生时感受到了短暂的惶

恐，但通过实践，我真切地体会到了冷静和团队合作的重要性。在逃生演练中，我们互相帮助、相互搀扶，很快地到达安全的地点。整个演练过程虽然紧张刺激，但我深感这种实践让我更加增强了自己的逃生能力和自信心。

#### 第四段：心得体会（提炼经验和深化思考）

通过这次逃生演练，我意识到逃生能力的重要性。在平时的生活中，我们往往忽视了安全意识和自救能力的培养，而逃生演练为我们提供了一个危机情境的模拟，让我们更好地认识到逃生的紧迫性和必要性。同时，逃生演练还增强了我对集体行动和团队合作的认识。在紧急时刻，大家需要互相协作，相互搀扶，只有凝聚力和配合度才能确保逃生的效果。因此，逃生演练对于个人的成长和集体的安全都起到了积极的促进作用。

#### 第五段：未来展望（安全意识的培养和继续磨炼）

通过逃生演练，我深感需要进一步加强自己的安全意识和自救能力。我们应该根据演练中暴露的问题，不断完善逃生预案，监督演练细节，为安全做好更充分的准备。同时，我们也应该将逃生演练的知识和技能传授给更多的同学，在校园内推广安全知识的普及和培训。只有通过长期的培训和实践，才能真正树立起广大学生的安全意识，保障校园的安全。

总结起来，高中逃生演练是一种重要的实践活动，通过参与逃生演练，我认识到了安全意识和自我保护的重要性；同时，我也深感逃生演练对于个人成长和集体安全的积极影响。未来，我将继续加强自己的安全意识和自救能力，同时也会积极参与推广校园安全知识的普及。相信通过我们的共同努力，我们能够更好地提高逃生能力，保障校园的安全。

## 逃生演练心得体会篇八

逃生演练是为了提高人们在紧急情况下的逃生能力和应急反应能力。参与逃生演练不仅可以让人们熟悉逃生设备和逃生路线，还可以锻炼人们的应急反应和冷静处理问题的能力。我最近参加了一次逃生演练，下面将分享我的心得体会。

首先，逃生演练的目的是帮助人们熟悉逃生设备和逃生路线。在逃生演练中，我们穿上救生衣，看到了紧急通道和紧急出口标识，也学会了使用灭火器。这些知识和技能在危险情况下可能会挽救生命。通过逃生演练，我对逃生设备和逃生路线有了更深入的了解，知道如何寻找最快速、最安全的逃生出口。

其次，逃生演练可以锻炼人们的应急反应能力。在逃生演练中，我们要根据训练的提示和指示，迅速行动。这不仅对我们的反应速度提出了要求，还要求我们能在高压环境下保持冷静。逃生演练让我认识到面对紧急情况，冷静处理问题的重要性。我们不能被恐慌所驱使，而是要根据情况做出正确的决策，保护自己和他人的安全。

此外，逃生演练让我意识到团队合作的重要性。在逃生演练中，我们需要和其他团队成员紧密合作，互相配合，共同完成任务。没有团队合作，一个人的力量是远远不够的，只有通过团队的努力才能更好地完成逃生任务。逃生演练教导了我们如何在团队中发挥个人优势，互相帮助，共同克服困难。

另外，逃生演练还提醒我注重预防和安全意识。逃生演练不仅是为了应对紧急情况，更是希望我们能够在事故发生前就意识到潜在的危险和风险。我们应该时刻保持警惕，注意消防安全、电器安全等方面的知识。逃生演练让我认识到预防事故的重要性，我们要做好各种安全防范措施，避免危险的发生。

最后，逃生演练是提醒我们关注生命的重要性。在逃生演练中，我们能够亲身体会到生命的脆弱。每个人的生命都是宝贵的，我们不能因为一时大意而付出可怕的代价。逃生演练教导了我们要珍惜生命，不仅要保护自己的生命安全，也要关心他人的安全。只有关注生命，才能更好地保护自己和他人的安全。

总之，逃生演练是一次宝贵的经历，让我学到了很多实用的知识和技能。通过逃生演练，我熟悉了逃生设备和逃生路线，锻炼了应急反应和冷静处理问题的能力。我也意识到了团队合作和安全意识的重要性，更加关注生命的珍贵。我相信这次逃生演练对我今后的生活和工作都会有很大的帮助。

## 逃生演练心得体会篇九

近年来，由于一系列灾难事件的发生，逃生逃生演练已经成为社会日常生活中的重要组成部分。逃生逃生演练不仅能提高人们面对危险时的应变能力，还能增强自救互救意识。最近，在一次逃生逃生演练中，我深刻体会到了它的重要性。以下是我在这次演练中的所得的心得体会。

首先，逃生逃生演练的目的是教育我们如何正确面对危险和紧急情况。在演练过程中，组织者通过模拟真实的灾难场景，让参与者感受到紧迫和危险，并锻炼他们的应急能力。在这次演练中，我扮演的是一名被困在火灾中的角色。当火势蔓延，浓烟迅速弥漫时，我感到了巨大的恐惧，但是通过参与演练，我学会了如何保持冷静并迅速找到安全出口，这将在真正的危险情况中非常有用。

其次，逃生逃生演练还可以增强人们的自救意识。在演练过程中，每个人都必须独立思考并采取行动来保护自己的生命安全。通过模拟真实的场景，演练能够让我们意识到在灾难中自救是至关重要的。在演练中，我清晰地记得，当我听到警报声时，我立即睁大眼睛寻找逃生出口，并紧紧抓住湿毛

巾遮住口鼻以防止吸入有害烟雾。我深刻意识到，只有提前做好准备并保持冷静，才能在紧急情况下迅速采取正确的自救行动。

第三，逃生逃生演练还能够增强人们的互救意识。在演练中，我们不仅要关注自己的安全，还要关心周围的人。我还记得，在演练中，我遇到一位老年人无法自己逃生。尽管时间紧迫，但我和其他参与者一起协作，帮助这位老人找到一个安全出口。通过这次演练，我们认识到只有互相帮助和协作，我们才能更好地度过危险。

此外，逃生逃生演练还能使人们对灾难防范有更加深入的了解。通过这种实际的体验，人们能够更好地了解火灾、地震等突发事件的危害，并学会采取相应的防范措施。在演练中，在消防员的指导下，我们掌握了灭火器和灭火器的使用方法，了解了如何正确疏散人群。这些知识和技能不仅能在演练中派上用场，还可以在日常生活中保护自己和他人的安全。

总结起来，逃生逃生演练是提高人们应对危险和紧急情况能力的重要手段。它通过模拟真实的灾难场景，让人们面对恐惧和危险，并锻炼应急能力。通过演练，我们不仅能增强自救意识，还能加强互救意识。逃生逃生演练还能增加对灾难防范的了解和实践经验。综上所述，逃生逃生演练对每个人来说都是必不可少的，它不仅能提高我们对危险的警觉性，还能教导我们正确应对紧急情况的方法。

## 逃生演练心得体会篇十

火既能给我们带来光明，也会为我们制造祸患。为了使我们更加的了解防火意识，掌握自救能力，学校再次开展消防演练。

下午三时十分，“呜…呜…”警铃响彻校园，消防演练在这个警铃声里拉开了序幕。此时，教室里一片混乱，任课老师让

我们镇定下来，指挥我们用手或衣服捂住鼻子，往安全地方撤离。我和同学们迅速地冲出教室，跑向楼梯口。

为了使防火演练更逼真，学校在楼梯口的两侧都放置了烟饼，在我们下楼的时候，烟饼冒出的那难闻的味道，像调皮的小精灵似的一不溜湫，全都钻进鼻子里，令我不得不用手紧紧地捂住鼻子。不一会儿，我终于从那人山人海，熏烟滚滚的楼梯口跑出来，和同学们在操场上集中，楼梯口还回荡着同学们的脚步声。待到各年级汇报人数完时，我们就按顺序排好队，井然有序的回到教室休息。就这样，消防演练在这短短的时间内结束了。

虽然这次演练的时间很短，但它却给了我一生的教育。学校为了让我们更清楚的意识到消防安全的重要性，知道火灾后逃离的方法，预防真正的火灾向我们袭来，学校是那么的用心去布置，可是有些人就是不在乎平时的演练，无济于事好像与他自己无关似的，一旦遇到真正的火灾，那些人就傻傻的等着大难临头吧！

没有遇到真正的火灾，那是我们的幸运。平时从电视、电脑、手机、报刊杂志上的一些关于火灾的新闻，都是那些有关人员不够重视，所以造成的人员伤亡、损失惨重等现象，你一旦遇到了，后悔都来不及！如果你在商场、超市、公共场所等地方遇到火灾，不要太过于着急，要冷静下来，请不要忘记了安置在墙上的灭火器，虽说它不是很让人注意，但是往往在火灾迫在眉睫的时候，它就能派上用场，让你从危险中脱离。