

# 学校防震演练方案及流程(汇总5篇)

为保证事情或工作高起点、高质量、高水平开展，常常需要提前准备一份具体、详细、针对性强的方案，方案是书面计划，是具体行动实施办法细则，步骤等。优秀的方案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下是我给大家收集整理方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 学校防震演练方案及流程篇一

为了进一步宣传防震减灾知识，传播防震减灾科学信息，增强广大师生的防震减灾意识与能力，提高应对自然灾害的能力，根据《福建省人民政府办公厅关于开展全省防震减灾宣传周活动的通知》（闽政办发明电[2008]90号）要求，结合我市实际，决定在全市各级各类学校开展防震减灾宣传周活动。具体活动方案如下：

坚持以党的十七大精神为指导，认真贯彻落实科学发展观，按照“安全第一，预防为主”的方针，运用多种形式的宣传教育手段，在校园内进一步开展防震减灾宣传教育活动，积极宣传党和国家有关防震减灾工作的方针、政策，有效地开展防震减灾宣传教育，动员广大师生共同参与防震减灾活动，全面提高师生的防震减灾意识和自救自护能力，努力构建和谐平安的校园环境。

通过开展形式多样防震减灾科普知识宣传教育活动，使师生了解地震发生时的应急避震知识，掌握应对地震灾害发生时应采取的防护措施和方法，最大限度地降低地震灾害造成的损失，从而提高师生紧急避险、自救自护和应变的能力，达到“教育一个孩子，影响一个家庭，带动整个社会”的目的。为防震减灾工作创造出一个良好的社会氛围。让防震减灾知识的宣传教育进课堂、进社区、进家庭，使防震减灾科普教

育真正成为一种自觉的需要和行为。

1、为加强对防震减灾宣传活动的`组织领导，确保各项工作统一协调和各项措施落到实处，特成立晋江市教育局防震减灾宣传活动领导小组。市教育局局长为组长，其他局领导为副组长，各科室负责人为成员。

2、领导小组下设办公室，挂靠市教育局执法检查科，办公室主任由执法检查科负责人兼任，成员由执法检查科全体人员组成。

9月份新学期开学后，集中一周时间，在全市各级各类学校开展以“增强防震减灾意识，建设平安和谐校园”为主题的地震科普进校园宣传活动，采取各种有效方式，大力宣传地震科普知识，进一步加大学校防震减灾宣传力度，认真开展校舍抗震安全排查，组织师生地震应急疏散演练，提高全体师生防震减灾意识，增强广大师生应急自救自护能力。

### 1、加强宣传教育，提高防范意识

各级各类学校要把地震科普宣传教育作为学生安全教育、素质教育的一项重要内容，要进一步提高学生的预防、避险、自救能力。结合9月份新学期开学各项工作，努力发挥学校教育的主渠道作用，组织学生集中观看《应对地震灾害——公众自救互救常识》、《蟾童》、《直面地震》、《地震揭秘》等防震减灾科普音像片；要在宣传栏等醒目位置张贴宣传挂图，分发《地震知识百问百答》、《地震来了怎么办》等地震科普读本，通过组织班队会等活动，在师生中宣传普及应急知识，让学校师生进一步了解灾害发生的原因、灾害发生前的防范方法、灾害发生时的应急措施等；组织学生开展地震科普知识竞赛，扎实推进中小學生防震减灾教育工作。同时市教育局在9月上旬将举行小学生地震知识作业本赠送仪式。

### 2、组织疏散演练，增强应急能力

各级各类学校要在地震部门的指导下，根据学校不同年龄段学生的情况，制订学校地震应急疏散预案，力争每学期开展一次演练。在今年9月份新学期开学后，各级各类学校至少要有组织、有计划开展一次地震应急疏散演练，要认真做好部署，做好分工，老师在演练中要起重要作用，学校领导要亲临指挥，既要确保演练顺利进行，又要通过演练来提高学生的自救自护能力，使师生得到锻炼，也要防止在演练中发生意外的事故。通过实际演练，使师生了解和掌握灾害发生的逃生方法和应急手段，确保师生在地震突发时能做到科学避震、有序撤离。

### 3、创建示范学校，增强工作实效

进一步抓好防震减灾科普活动示范学校创建工作，市教育局与市地震局将根据各级各类学校开展防震减灾知识宣传教育情况，评定几所防震减灾科普活动示范学校。已建成的防震减灾科普活动示范学校，要不断创新工作方式，适时组织参观、培训、宣讲等，充分发挥其科普活动示范学校的作用。

1、加强领导。要充分认识地震科普宣传活动的重要意义，加强领导、精心策划、抓紧部署、认真组织。要围绕活动的主题，根据自身的特点，认真制定“学校防震减灾宣传周活动方案”，既要有丰富多彩的活动内容，又要确保活动开展的有序和安全。

2、注重实效。要正确处理好正常教学与科普宣传的关系，结合自己的工作实际，进一步丰富活动内容，创新活动的形式，有针对性地开展活动，尤其是要精心制定演练方案，适时开展地震应急演练活动，进一步提高广大师生应对突发事件、自护自救、疏散救援的能力。

3、扩大影响。要积极营造氛围，做好宣传报道工作，不断扩大社会影响，同时做好总结、有关材料上报工作。

市教育局将结合期初检查对各级各类学校防震减灾宣传周活动开展情况组织重点抽查。各级各类学校[小学以教委（育）办为单位]要对防震减灾宣传周活动开展情况进行认真做好总结，并于9月20日前将总结材料及学校地震应急疏散预案上报市教育局执法检查科（电子邮件□[emailprotected]□□

## 学校防震演练方案及流程篇二

通过防震逃生演练使广大师生了解地震发生时的应急避震知识，掌握应对地震发生时采取的防护措施和方法，最大限度地降低地震带来的损失，从而提高师生紧急避险、自救自护和应变的能力。

安全第一，确保有序，责任明确，落实细节。

组长：

副组长：

组员：

- 1、让学生熟悉应急避震的方法。
- 2、让学生熟悉震后疏散的集中地点和途经的路线。
- 3、进行模拟发生地震的演练。

1、演练时间：上午两节课后

2、演练内容：演练包括应急避震和疏散两个内容。当地震发生时，先进行应急避震。当主震结束后，再进行疏散，到集中地点集中，以防余震发生。

3、警报信号：年组长

应急避震和疏散以警报声作为启动信号：

第一次警报声：代表发生地震，学生进行应急避震。

第二次警报声：组织疏散的信号，学生进行疏散。

4、听到警报声按预订方案进行演练，全过程要求在3分钟内完成。

应急避震演练要有组织、有计划的开展。老师在演练中起着重要的'作用，学校领导和老师要预先做好部署，做好分工，亲临指挥，既要确保演练顺利进行，通过演练来提高学生的自救自护能力，使学生得到锻炼，又要防止在演练中发生意外事故。

1、明确职责，负起责任，演练开始前要到达所负责的岗位，教学楼通道口、疏散路线等，都要有人负责。

- ( ) ——现场总指挥
- ( ) ——协调指挥
- ( ) ——负责发警报信号
- ( ) ——负责操场秩序
- ( ) ——摄影

要求：

1、要严肃，要当作是真的地震发生，而不是一种游戏，各地点教师提前5分钟到位。

2、及时纠正学生不正确的动作。

3、当发生意外事故时，要及时作出处理。

4、集合后各班及时清点人数，向现场总指挥报告。

总指挥宣布演练结束。

地震发生时的应急避震（要求班主任在演练前提前进行指导）  
从你意识到这是一次地震，到地震结束，一般只有十几秒钟的时间，很少会持续一分钟以上。要把握好最早的几秒钟，赶紧躲到最近的安全地方。躲避到地面停止摇动，再也没有东西落下来为止。

当听到地震发生的信号后，学生们立即开始演练，应该做到：

1、要保持镇定，切莫惊慌失措。尽快躲避到安全地点，千万不要匆忙逃离房屋。

2、在室内的学生，应立即就近躲避，身体采用卧倒或蹲下的方式，使身体尽量小，躲到桌下或墙角，以防止身体被砸，但不要靠近窗口。

3、躲避的姿势：将一个胳膊弯起来保护眼睛不让碎玻璃击中，另一只手用力抓紧桌腿。在墙角躲避时，把双手交叉放在脖子后面保护自己，可以拿书包或其他保护物品遮住头部和颈部。

4、卧倒或蹲下时，也可以采用以下姿势：脸朝下，头近墙，两只胳膊在额前相交，右手正握左臂，左手反握右臂，前额枕在臂上，闭上眼睛和嘴，用鼻子呼吸。

5、在室外的同学，应跑到空旷的地方，要用双手放在头上，防止被砸，要避开建筑物和电线。

6、班主任和任课老师要按预先的分工，迅速到每个教室检查

避震的情况，发现有采取不正当措施的，要及时纠正。

## 疏散的集中地点和路线

等到主震结束后，为了防止有较大的余震发生，应该立即进行有秩序的疏散，到安全的地方去躲避余震。疏散的集中地应选择坚实、平坦的开阔地，远离高大建筑物的场地（学校操场）。

当听到疏散的信号后，按预定的路线和集中地、有秩序地进行疏散（必须小跑）。

## 疏散注意事项

- 1、要有顺序地疏散，在转弯时，不准学生在转弯处互相拥挤，避免跌倒。
- 2、老师要在每道转弯处把守，指挥学生有秩序疏散。
- 3、疏散过程中，以双手护头，以防被砸。
- 4、疏散过程中，要迅速，要排队有秩序前进，不要慌乱奔跑。
- 5、各班学生到达集中地后，学生要蹲下，保护头部。等到演练结束后，以班为单位集合，各班应立即清点人数，并向总指挥报告。

当各班到齐集中地点，经核实人数无误后，可以宣布演练结束。各班主任要及时总结经验，不断提高学生应急避震演练的效果。

## 学校防震演练方案及流程篇三

通过地震应急演练，使全校师生掌握应急避震的正确方法，

熟悉紧急疏散的程序和线路，确保在地震来临时，学校地震应急工作能快速、高效、有序地进行，从而最大限度地保护全校师生的生命安全。同时，通过演练活动培养学生听从指挥、团结互助的品德，提高突发公共事件下的应急反应能力和自救互救能力。

1、内容：本次防震自救演练共分为三部分：

(1) 应急避震演练。

(2) 紧急疏散演练。

(3) 避震演练总结。

2、对象：全校师生。

20xx年12月28日上午课间操

姚王初中校园

突发地震紧急疏散。

1、成立地震应急疏散演练指挥小组：

组长□xxx

副组长□xxx□xxx□xxx

组员□xxx□xxx□xxx□xxx以及全体班主任。

2、播音员□xxx(负责拉响警报)

1、各楼层总负责职责：在楼梯口负责本楼层师生疏散顺序，稳定本楼层师生情绪，并拍摄活动照片。



2、到班教师：听到指令后，让学生做好自我保护的同时，迅速组织学生分a□b两队从班级前后门出班级。

3、协助老师：在班级走廊上让学生有序汇成一队，并从楼梯一侧下楼，并拍摄活动照片。

各楼层具体分工：

三楼：

总负责□xxx□xxx□xxx□xxx

三（1）到班老师□xxx和xxx协助老师□xxx□xxx

三（2）到班老师□xxx和xxx协助老师□xxx□xxx

二楼：

总负责□xxx□xxx□xxx

二（1）到班老师□xxx和xxx协助老师□xxx□xxx□xxx□

三（2）到班老师□xxx和xxx协助老师□xxx□xxx□xxx

一楼：

总负责：何国法、丁娜

一（1）到班老师□xxx协助老师□xxx□xxx

一（2）到班老师□xxx协助老师□xxx□xxx

综合楼和门卫室

总负责□xxx□检查综合楼情况，负责到操场拍照)

组员□xxx□xxx□xxx□xxx□到教学楼前维持秩序，负责拍照)

操场

总负责：戴向群和周为民（负责组织全校师生安全有序地集中到操场，清点人数，同时做好救护、应急物资等工作）

按“先底层后高层，先近后远”原则进行疏散演练，各楼层同时进行。

服从年级组安排

地震避险及逃生演练常识

### （一）地震发生时的应急避震

从意识到这是一次地震，到地震结束，一般只有十几秒钟的时间，很少会持续一分钟以上。要把握好最早的几秒钟，赶紧躲到最近的安全地方。躲避到地面停止摇动，再也没有东西落下来为止。当听到地震发生的信号后，学生们立即开始演练，应该做到：

- 1、要保持镇定，切莫惊慌失措。学生就地躲避，尽快躲避到安全地点，千万不要匆忙逃离房屋。
- 2、在室内的学生，应立即就近躲避，身体采用卧倒或蹲下的方式，使身体尽量小，躲到桌下或墙角，以保护身体被砸，但不要靠近窗口。
- 3、在走廊的同学，也应立即选择有利安全的地点，就近躲避，卧倒或蹲下，双手保护头部，不要靠近窗口。

4、躲避的姿势：将一个胳膊弯起来保护眼睛不让碎玻璃击中，另一只手用力抓紧桌腿。在墙角躲避时，把双手交叉放在脖子后面保护自己，可以拿书包或其他保护物品遮住头部和颈部。

5、在厕所内同学，也要采取应变措施，适时逃生。

6、在室外的同学，应跑到空旷的地方，要用双手放在头上，防止被砸，要避开建筑物和电线。

7、老师要按预先的分工，迅速到每个教室检查避险的情况，发现有采取不正当措施的，要及时纠正。

## （二）震后疏散注意事项

1、各楼层要有专人组织应急疏散，并按照“先底层后高层，先近后远”原则进行疏散演练，各学生通过楼梯疏散。具体情况参考疏散图。

2、每层楼的疏散指令，由老师或领导安排的人员统一下达，教师指挥学生有秩序疏散。

3、疏散时，要有顺序地疏散，在出教室门时，不准学生互相拥挤，避免跌倒，出现踩踏事故。

4、疏散过程中，以双手护头，以防被砸。

5、疏散过程中，要求依次、快速、安全有秩序前进，不要慌乱奔跑，不要争先恐后。不能抢先下楼，不得推、拉同学，以免发生拥挤、踩踏事故。

6、疏散途中不能穿过建筑物，要尽量避开建筑物和电线。

7、各班学生到达集中地（操场）后，学生要蹲下，保护头部。等到演练结束后，以班为单位集队，各班应立即清点人数，

并向总指挥报告。

8、如发现有学生在疏散过程中发生意外，楼梯口的教师应及时救护。

9、有心脏病及哮喘病等易引发危险的呼吸道疾病的学生不能参加演练。有其它重大疾病不能参加演练的学生不参加演练。

## 学校防震演练方案及流程篇四

活动目的：

通过结合“天下防灾减灾日”开展活动，进一步巩固宿舍安全教育事情，帮助学生树立安全意识、掌握安全常识、提高自我保护能力，保证宿舍的教育教学事情健康有序的开展。

活动要求：

各班级中队辅导员布置队员提早收集聚资金料，各中队根据本身学生情况自定活动主题，可根据下发的质料学习，学习后会商，也可适当在班级里做摹拟练习训练。活动时将各自立题书写在教室黑板上。

时间：

地点：各班教室

参加人员：全体师生

活动资料：

一、地动时该怎样办

1、躲在桌子等坚固家庭用具的底下

大的地动晃动时间约为1分钟摆布。首先，在重心较低、且结实牢固的桌子底下躲避，并牢牢抓牢桌子腿。在没有桌子等可供藏身的场合，无论如何，也要用坐垫等物保护好头部。

## 2、不要慌张地向户外跑

地动发生后，慌慌张张地向外跑，碎玻璃、屋顶上的砖瓦、广告牌等掉下来砸在身上，是很危险的。此外，水泥预制板墙、自动售货机等也有倒塌的危险，不要靠近这些物体。

## 3、将门打开，确保出口

钢筋水泥结构的房屋等，由于地动的晃动会造成门窗错位，打不开门，曾经发生有人被封闭在屋子里的事例。请将门打开，确保出口。

## 4、户外的场合，要保护好头部，避开危险之处

在繁华街、楼区，最危险的是玻璃窗、广告牌等物掉落下来砸伤人。要注重用手或手提包等物保护好头部。在楼区时，根据情况，进入建筑物中躲避比较安全。

## 5、地动发生后应当采取哪些自救措施？

大地动中被倒塌建筑物压埋的人，只要神志清醒，身体没有重大创伤，都应该果断获救的信心，妥善保护好本身，积极实施自救

[a] 要尽量用湿手巾、衣物或其他布料捂住口、鼻和头部，防止灰尘呛闷发生窒息，也可以免建筑物进一步倒塌酿成的危险

[b] 尽量活动手、脚，断根脸上的灰土和压在身上的物件

[c] 用四周可以挪动的物品支撑身体上方的重物，避免进一步塌落；扩大活动空间，保持足够的空气

[d] 几小我私人同时被压埋时，要互相鼓励，共同计划，团结配合，必要时采取脱险行动

[e] 寻找和开避通道，设法逃离险境，朝着有光明更安全宽敞之处移动

[f] 一时无从脱险，要尽量节省力量。

如能找到代用品和水，要计划着节约使用，尽量延伸生存时间，等待获救。保存身体的力量，不要盲目大声呼救。在四周十分平静，或听到上面（外面）有人活动时，用砖、铁管等物敲打墙壁，向外界传递消息。当确定不远方的有人时，再呼救。

## 二、火警逃生小常识

一般来说，在高层建筑中遭遇火警时，首先应该防止窒息和中毒，从消防通道及时逃生。如果火势太大，可以选择卫生间等地方躲避，等待救援。千万不要惊慌失措，贸然跳楼。

### 1、卫生间是个避难所

如果房间内起火，且门已被火封锁，室内人员不克不及顺利疏散时，可另寻其他通道。如通过阳台或走廊转移到相邻未起火的房间，再利用这个房间的通道疏散。发生火警时，实在无路可逃时，可利用卫生间进行避难。因为卫生间湿度大，温度低，可用水泼在门上、地上进行降温。

2、如果房间外面起火，且火势较大，可将门缝用手巾、棉被等封死，不断往上浇水进行冷却，防止外部火苗及烟气侵入。如果是晚上听到报警，首先要用手背去接触房门，如果是热的，门不克不及打开，否则烟和火就会冲进卧房。如果房门不热，火势可能还不大，通过正常的途径逃离房间是可能的。如在楼梯间或过道上碰到浓烟时要马上停下来，千万不要试图从烟火里冲出。

### 3、湿手巾捂嘴匍匐前进

在疏散过程中，应采用湿手巾或手帕捂住嘴和鼻，防止吸入毒气。由于着火时烟气太多聚集在上部空间，因此在逃生时，不要直立行走，应哈腰或匍匐前进，但石油液化气或城市瓦斯火警时，不该采用匍匐前进方式。

因为火警现场温度很高，可以用浸湿的棉被、毛毯等遮盖在身上，确定逃活路线后，以最快的速度直接冲出火场，到达安全地点。

#### 4、千万注重，不克不及乘平凡电梯逃生。

高楼起火后容易断电，这时乘平凡电梯就有“卡壳”的可能，使疏散失效，反而处于更危险的境地，而且人员在电梯里随时会被浓烟毒气熏呛而窒息。

#### 5、迫不得已不要跳楼

如果多层楼着火，楼梯的烟气火势特别猛烈时，可利用绳索、消防水带，或者用床单撕成条连接起来，一端紧拴在牢固的门窗上，再顺着绳索滑下。

如无条件采取上面所说的自救办法，而时间又十分紧迫，烟火即将威吓生命时，较低楼层（如二楼）可以选择跳楼逃生。但是必得先向地面上抛下棉被、沙发垫子等物品，以增加缓冲，之后手扶窗沿往下滑，以缩小跳楼高度，并保证双脚首先落地。

## 学校防震演练方案及流程篇五

根据《中华人民共和国消防法》以及《学校消防安全管理规定》的要求，为了进一步加强我校消防安全工作，增强全校师生的防火安全意识，逐步提高师生的防火逃生自救能力，经研究决定，11月6日下午（星期三）在我校学生公寓区举行一次消防演练，现将演练实施方案公告如下：

### 一、成立学校消防演练领导小组

组长：\_\_

副组长：\_\_

成员：德育处、总务处、教务处等相关部门、班主任及学校抽调的部分工作人员。

## 二、演练时间

20\_\_年11月6日下午4：00至4：30。

## 三、演练地点

1#、3#学生公寓楼。

## 四、演练的程序及内容

（一）演练的程序：（演练现场由\_\_助理主持）

- 1、\_\_校长介绍消防演练相关注意事项；
- 2、\_\_校长讲话并宣布演练开始；
- 3、发出警示信号进入灭火、应急疏散、逃生自救等实战演练；
- 4、学校领导总结讲话。

（二）演练的内容

演练的内容包括三个方面：灭火器灭火、应急疏散、自救及医务人员救护等。具体为：

- 1、演练指令下达后由专人负责发出警示信号（模拟已发生火灾）；
- 2、学校抽调的有关人员及时赶赴火灾现场组织人员疏散，扑救初起火灾；



- 3、组织开展灭火活动；
- 4、学生疏散后在广场集合。
- 5、各班级清点人数，演练结束。

## 五、工作要求

- 1、所有参加演练的人员于11月6日下午3：40到位。
- 2、各部位安排的人员各负其责，认真准备，做到万无一失。
- 3、参加人员听从指挥，大胆谨慎，正确操作，确保安全。