

2023年安全实训报告心得体会(汇总5篇)

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。那么你知道心得体会如何写吗？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

安全实训报告心得体会篇一

随着社会的发展和就业市场的竞争，实习成为了很多大学生踏入职场的第一步。实习既是对所学知识的应用，也是对自身能力和职业素养的锤炼。在实习的过程中，安全问题是我們最应该关注的。在这篇文章中，我将分享我在实习岗位上的体会，并提供一些建议以确保实习的安全性。

首先，了解工作环境和工作流程是实习中最基本的安全常识。在进入实习岗位之前，我们应该尽可能地了解待实习公司或组织的情况。这包括了解公司的产品和服务、组织的规模和文化等。了解工作环境和工作流程对我们在实习中的工作效果和安全有着至关重要的影响。因此，在开始实习之前，我们应该主动向导师或前辈们请教，了解公司的工作规范和安全措施，这将帮助我们更好地适应实习环境。

其次，培养自身的安全意识和应变能力也是实习中必备的素质。实习岗位往往需要我们面对各种各样的安全隐患和突发情况。例如，有效的防范病毒攻击和网络诈骗是IT行业实习生在工作中必须要面对的问题；在制造业实习生需要时刻注意生产线的安全，避免发生意外事故。因此，在实习中，我们要提高自己的安全意识，时刻保持警觉，并不断培养应对突发情况的能力。

此外，与同事和导师的良好沟通也是保障实习安全的重要因素。实习时，我们通常要与许多不同背景和经验的同事一起

工作。渠道上，每个人都有不同的观点和操作习惯，我们之间的沟通是为了减少误解和协作的关键。当我们在实习中遇到问题或遇到安全隐患时，应该及时向导师或同事请教，共同解决问题，共同维护实习安全。

另外，定期的实习总结和反思对实习安全也有很大的帮助。通过定期总结和反思，我们可以回顾自己在实习环节中的表现，发现自身存在的不足之处，并及时进行纠正和改进。此外，我们可以将实习中遇到的问题和安全隐患记录下来，以备将来参考。总结与反思是一个不断进步的过程，只有通过总结和反思，我们才能提高自己的实习安全意识和应对能力。

最后，在实习结束之后，我们还应该保持联系并继续学习。实习只是我们职业生涯的一个起点，而不是一个终点。我们应该与导师和同事保持联系，建立良好的人际关系，并向他们请教和学习。此外，我们也可以通过参加培训课程、研讨会和读书来继续提升自己的专业技能和安全意识。

总之，实习期间的安全对于我们的职业生涯和个人发展至关重要。为了保证实习的顺利进行，我们应该提前了解工作环境和流程，培养自身的安全意识和应变能力，与同事和导师保持良好的沟通，定期总结和反思，并在实习结束后继续学习。只有通过不断地学习和提高自身素质，我们才能更好地应对实习中的各种安全挑战，并为未来的职业道路奠定稳固的基础。

安全实训报告心得体会篇二

无危则安，无损则全。安全就是人们在生活和生产过程中，生命得到保证，身体免于伤害，财产免于损失。安全生产是企业管理的重点，是企业发展的根本保证，安全就是效益。我们肩负着国家的财产、职工的安全。下面给大家分享一些关于安全认识实习心得体会，供大家参考。

书面资料相关内容：

1、 阅读项目部相关资料

(1) 公司关于安全的规章制度：

第一”的原则。

b. 制度保证：做到有章可循，有法可依，根据国家、地方、公司等相关的法律法规、规章制度等进行执行，保障安全工作顺利进行。

c. 工作保障：工作之前要对相关的持证、交底、预案等相关工作落实检查，工作中要即时的检查出危险源并即时的排除危险源。要对员工加强安全教育，让他们心中有数地进行安全规范操作，工作结束后要学会总结，让成功的经验与方法能够在以后的工作中得到推广。

公司关于职业、健康、环境安全管理相关规定，同时必须要到现场进行巡视检查危险源；定期召开安全会议，加强员工的安全意识、加强用点安全、安全设施等安全管理；计划项目部的应急预案和进行应急演练等相关工作；对伤亡情况等相应的向上级汇报、协助事故调查和处理工作；参与制定纠正工作中的错误防止事故的发生。

(2) 学习了关于触电、高处坠落、火灾、中暑、防汛防台等事故情况的应急预案各种情况的应急预案首先要达到的是：长期准备，立足突发；突出重点，快速反应；集中指挥，分工负责；自救互救，主动配合；预防为主，降低损失。

主要的应急救援部门有：应急领导小组、现场救援小组、对外联络小组、事故调查小组、善后处理小组等部门。

明确各个部门的责任和组内人员岗位和责任，并以表格的形

式表示出来，另外附带联络方式等。一旦事故发生之后应急程序的启动和步骤都应该具体明确。保证整个应急救援程序能够有条不紊的进行，尽最大可能的减少事故对人员伤害和造成的财产损失。

(3) 参加项目部关于桩机安全技术交底和安全教育会议

此次会议的主要内容主要是进行安全技术的交底和安全教育培训。

安全技术交底的内容有□a.桩机人员应该佩戴安全帽;b.桩机在进行作业之前需要进行仔细的安全检查(如桩机的稳定性、稳固性、钢丝等);c.桩机的操作人员必须进行培训，获得相应的资格证书方可进行上岗作业;d.用点需要注意安全，切勿用铜丝代替保险丝，电气设备需要良好的接地，且接地电阻不大于4欧姆，并有触电保护装置。

安全教育培训内容□a.了解本工程大体的工作概况;b.了解本工程中包含的危险有害因素(如基坑支护、支架搭设、起重吊装等危险有害因素的识别)，让现场的工作人员对本工程的危险有害因素有个大致的了解和认识。

(4) 整理关于钢筋厂里面的安全操作规程资料

钢筋厂里面的主要操作工种有吊装工、钢筋工、电工、电焊工、气焊工这五种工种，而师兄给我的资料是关于这五种工种的全部的相信安全操作规程。针对我们项目的情况，需要具体考虑具体的情况制定相应的安全操作规程。

本钢筋场地里面只有卷扬机，因此在制定其操作规程的时候只需卷扬机的相关安全操作规程。由于在工棚中进行作业，因此在对电工的要求上面，可以删去对电缆进行掩埋和防止潮湿等相关的相关内容。

2、 现场巡视检查结果

(1) 现场最为普遍的不安全行为是有部分员工不戴安全帽；

(3) 有些基坑和泥浆池附近没有架设护栏和挂警示标牌；

(4) 在预制厂里面发现的问题比较多

f. 配电房的门没有关，且周边没有人看管；

3、 此时间段的实习内容给我的感受有以下方面：

(2) 新进场的员工必须进行三级教育，进行安全培训和进行安全交底，让新进场的员工有安全意识，让他们在工作中要做到“三不”原则(不被他人伤害，不伤害自己，不伤害他人)。增强其安全意识，规范其行为，从员工的行为和意识上面消除安全隐患，保证工程的顺利进行。

(3) 工程的各类应急预案必须编制详细，明确应急救援部门和各个部门的负责人及相关人员，明确各自的责任。特别是后勤保障部门必须做好后勤保障工作，一旦事故发生能够在第一时间提供相应的救援物质和救援器材。应急预案完善之后必须组织员工进行应急演练，通过演练落实反应应急预案是否可行并加以修改，同时也让员工对应急事故发生的时候该如何处理有个明确深刻的认识。

(4) 加强气焊工、电焊工关于用电和用气的安全教育，规范其安全行为，防止不戴护目镜就进行施工作业、氧气瓶和可燃气体瓶共同堆放、从铁架上跳下来依旧打开气枪等不安全行为的发生。

(5) 在此次实习工程中也学到了不少的新东西，比如：在便道上如果高度差大于了2米应该设置防护栏；在考虑砌防护墙的时候应该从工程的实际情况出发加设防护墙的高度；在高压

线附近进行吊装作业的时候，其吊臂顶部离高压线(50kv)的临界距离为8.5米，因此在吊装作业的时候必须确保安全距离方可进行吊装作业；学会识别施工图纸和了解了关于如何架设电线的安全距离(两电线杆之间的安全距离为60米)，每隔200米应该设置一个一级电箱以供施工人员使用，配电房的单项输送电的供电半径为300米，双向供电的距离为600米。

通过此次的实习，了解了不少安全隐患，把书本中学到的知识与实际进行了链接，让理论性的知识更加具体实际化，同时此次的实践过程也让我学到了不少的东西，补充了我的知识，为以后的工作奠定了知识基础。

安全工程专业是一门及其重要的工程技术学科，它直接关系到人民的生命财产安全和国家社会的稳定和谐。随着社会的发展和不断进步，矿业、施工等安全问题越来越引起人们的重视，每年由于人和物的不安全操作和状况导致的事故和死亡率都触目惊心，因此安全关系着每个人的利益。而作为安全专业的学生更应该担负起提高全民安全意识水平的责任，具备安全知识素养，运用安全评价、检测、分析、管理等科学方法和技术找出事故隐患，预防生产事故的发生，给人民减少灾难和痛苦，给国家、企事业单位减少不必要的损失。由于安全工程的特殊性，就要求安全技术人员必须理论于实践相结合，因此实践环节尤为重要，只有将事故实例与现场环境结合起来，才能更深层次的理解安全工程科学的实际内涵，从而更好的指导安全生产。因此，认识实习是安全工程专业学生的基本要求。

认识实习是大学教育最后一个极为重要的实践性教学环节。通过认识实习，使我们在社会实践中接触与本专业相关的实际工作和环境，增强感性认识，培养和锻炼我们对即将所学的专业有一个比较系统、全面的了解，为我们今后专业方面的学习打下一定的基础；在实习期间，深受单位领导和学校老师的照顾和关怀，并在指导老师的带领下，认真听讲，做好各项记录工作，完成各项任务要求，把认识实习这个环节做

好。为以后专业方面的学习打下坚定的基础，增加了对今后所学专业知识的认识，受益匪浅。

一、 实习的目的、任务

认识实习时安全工程专业在完成部分公共课之后的一个认识性教学环节。通过认识实习，使新生对本专业的概况、主要课程在社会实践中的应用和地位有一个比较全面的了解，对本专业所涉及的技术岗位及领域有一个感性的认识。主要任务是要求学生了解和熟悉安全工程学科的主要研究内容，了解我国不领域存在的安全隐患及采取的安全管理措施与技术，为今后的生产实习、岗位实训、毕业实习和从事安全工程工作打下坚定的基础。

二、 基本要求

3. 通过认识实习，了解安全科学的有关环节，掌握安全工程与技术工作的内容及燃烧与爆炸、安全人机工程、安全管理工程设计、安全隐患的排查与处理程序和方法，并能在实际工作中灵活应用。

三、 实习班级人数及实习时间

班级：0324082 人数：62 实习时间：大二第二学期16周(20__/6/2125)

四、 实习内容及地点

1. 认识实习的动员，有带队老师介绍实习目的、要求和有关注意事项；介绍不同实习地点应掌握的知识 and 要了解的要点；介绍实习纪律和成绩考核的方式。

2. 平顶山工业职业技术学院安全学院通风与瓦斯实验室的参观考察。

3. 火力发电厂安全实习：参观平顶山市煤业集团坑口火电厂，了解企业概况，听有关人员讲解电力行业安全管理制度的落实情况和企业安全文化开展情况。

4. 中平能化集团坑口火力发电厂的具体实习内容。

首先我们参观的是冷凝装置也就是通过冷凝塔进行蒸汽的降温（主要采用的是排管散热系统也就是类似空调、冰箱的散热片）这个冷凝基地的安全防患主要是睡得烫伤以及个人没有足够的安全意识在水里进行游泳的低级安全事故的发生。其次在专业技术人员的引领下我们参观了电厂的主要设备，对于中平能化集团火力发电厂主要有两个机组，每个机组的汽轮发电容量可达5.5万千瓦，在450℃的环境每小时供热80吨。其中能源的主要来源是煤，整个电厂包括能源的综合利用以及废物（石煤灰、炉渣）的处理，主要处理途径是制备水泥。具体参观实习流程如下：发电站的组成主要有泵和管道组成安全保护分为过载保护、人身安全保护，原料的传送点燃产生锅炉蒸汽(9.8mpa)通过汽冷机(散热方式铜管热用水吸热)推动扇叶进行发电。电厂安全制度分为工作制度和操作制度，工作制度主要利用于点、水源处理方面，采用无防开关、无操作、无切换模式来达到控制切换的操作，在进行各种操作过程之中需要进行各种签证(由主要技术人员进行责任签发)。另一种模式为操作模式操作制度主要应用范围汽、电、水路的断开和恢复，在具体的操作之前需要上报维修产生的具体原因、位置以及所要采取的具体措施，等待签证需要上报具体的时间等待专业的技术人员的确认，如果在规定的时间内没有完成具体的操作任务，需要申请延期。在维修过程之中至少需要两个人的参与一人复述具体详细的操作步骤另外一个人惊醒具体的操作，每操作完成一步等待具体的确认工作。一般采用二票三制的制度(巡回检查、交接班制度、明确具体的运行状况)并定期切换实验制度(一备二用或二备一用)具体的启动方式有手动启动和自动启动方式。

五、 实习总结

态度和承诺及领导亲自参与的积极性，同时在集团车间的宣传标语中我看到了公司对安全生产员工所采取的奖惩和评价体系，并切实提高员工的职业素养。这都为中平能化集团坑口火力发电厂的安全生产提供了可靠保证，并为其成为一流企业奠定了坚实的基础。实践是检验真理的唯一标准，在这次的实习中我深刻感受到了，这也是我的重要收获。

安全生产是涉及职工生命安全的大事，也关系到企业的生存发展和稳定。安全生产对于我们这个高风险行业来说，其意义更加重要。结合工程施工安全工作实际，强化各级安全生产责任、提高全员安全生产意识和技能、执行落实好各项规章制度和消除思想认识上的误区无疑是实现安全生产“有序可控”良好局面的有效办法。

做好安全生产工作犹如履薄冰，来不得半点疏忽和麻痹。作为安全管理者或单位安全第一责任人首先要消除在思想认识上存在的误区。随着科学技术的迅猛发展，施工现场安全设施和劳动保护用品也呈现高、精、尖技术，并被广泛运用到生产实践中。由此个别从事安全管理人员或干部就出现盲目乐观思想，认为只要投入这些“精良装备”今后不会再发生安全大问题了，工作中也不注重抓小防大了，这种麻痹思想很可能导致事故的发生。

再先进的安全设施和机器也要靠人去操作、去控制、去维修，其科技含量愈高，对人的素质要求也愈高。因此，安全生产必须以人为本，没有一支恪尽职守、技术过硬的职工队伍，安全生产就没有最基本的保障。

提高人的素质，首先是提高思想素质。把公司“做精做强”创建一流电力施工企业需要高素质的干部职工队伍，保持良好的安全生产局面同样需要培养过硬的职工队伍。以科学的理论作指导，是切实提高职工政治思想水平的根本途径。所以，我们应采取多种形式积极宣传搞好安全生产的紧迫性、重要性，牢固树立“安全第一，预防为主”的思想，针对工

程施工安全生产现状，进行超前性、前瞻性的培训，提高事故的防范能力。

实践证明：安全好不好，关键在领导。为落实“谁施工、谁负责”的责任机制，扭转一些干部认识上存在的误区和不务实现象，就要进行严格的考核，变结果考核为过程考核，形成动态考核评价机制。同时要制定完善的考核制度，明确不同层次考核的对象、内容、程序，并结合职工群众评议、考核等办法有机结合起来进行一体化考核。对未完成定量考核任务或发生安全问题的，要有相应的处罚制度，以此增强干部的危机感、责任感，促进逐级负责制的落实，实现从“要我抓安全”到“我要抓安全”的转变。

安全管理是一项长期的、复杂的系统工程，需要各不断探索、巩固和创新，努力走出一条适应工程施工安全、操作性强的管理路子，时刻保持良好的、稳定的安全生产局面，做到筑牢防线、长抓不懈、警钟长鸣，为公司安全生产长周期做出新的贡献。

电力生产是一门非常复杂的系统工程，而生产安全又是这一系统工程中诸多因素综合作用的结果。通过这次安全生产月活活动，让我从中学到了很多。

一般而言，电力生产事故有三类：一是天灾，如雷电、大风、暴雨、施工爆破等不可控或不便控的自然因素，有其突发性。二是线路、设备、器材的先天不足，有其隐蔽性。三是人祸，人为地违法、违规、违章，有其盲目性。而人祸又占所有事故中的绝大部分。人祸又可分为三种表现形式：其一是对规章明知故犯，明知这样做不符合要求，但图一时方便或抱着侥幸心理的习惯性违章。其二是对规章似懂非懂，知其一，不知其二，工作中又恰好在其二中发生了问题。其三是对规章不懂装懂，稀里糊涂，发生了事故才恍然大悟。

勿庸置疑，经过有电以来的生产实践和血的教训，总结提炼

了一套有效确保电力生产安全的规章制度。各电力生产企业又结合实际根据不同生产时期制定了大量的具体保证措施，以及上级随机性，针对性的电力安全生产的指示、通报、要求等。这些是确保电力生产安全的依据，且有唯一性。但是电力生产是一个错综复杂，千变万化的过程，从事生产的人又是这个过程是否安全的决定因素。而人的认识水平，接收能力，工作姿态，经验积累等等又各尽不同，要把所有确保电力生产的依据变为每一个从事电力生产的职工的自觉行动，应是从事电力生产安全的管理者，生产者长期的、艰巨的、复杂的课题。我认为：唯一的途径就是学习-学习-再学习。

安全既是电力生产本身的需要，更是生产职工的生命保障线，安规技规既反应了电力生产安全的客观规律，又是从事生产人的行为规范。因此，每一个从事电力生产的人，都应明白学习安全技能的重要性。

安全实训报告心得体会篇三

学校实习是大学生们进入实际工作领域，积累工作经验，提高就业能力的重要途径。然而，在实习的过程中，我们也面临着诸多安全风险。因此，学校实习安全教育显得尤为重要。在这篇文章中，我将回顾我的学校实习经历，分享我从中收获到的安全教育体会。

第二段：了解安全规定

在进入企业实习前，我们需要了解该企业的安全规定，明确各类工作的安全要求。这些规定通常包括工作岗位的安全知识、安全操作规定、紧急情况下的应急处理措施等。有了这些知识，我们可以在工作过程中更好地做好自身保障，减少安全事故的可能性。

第三段：提高安全意识

学校实习安全教育的主旨之一就是提高安全意识。在实习期间，我们应该牢记安全第一的原则，时刻保持警觉，不打乱自己和他人的安全现状。我们可以在工作中将一些基本的安全原则贯彻到实践中，比如带好劳保用品、保持警觉、勤洗手等。这些简单的习惯可以有效地保障我们的安全。

第四段：调整心态

在学校实习中，我们可能会面临着许多历练，遇到困难和挫折。这时候，一定要调整心态，不要让情绪影响到实习的进行和个人的安全。同时，要积极寻求帮助，与企业工作人员、同事建立良好的沟通与协作关系，共同维护个人和团队的安全。

第五段：结论

在学校实习过程中，学生们需要时刻保持安全意识，学习一些基础的安全常识，以及遇到困难时如何调整心态。这些方面的准备会极大地提高我们的安全意识和实习效率。同时，学校和企业对实习生的安全教育也要更加好，制定更严格的安全标准，为实习生创造更加安全、健康的实习环境。

安全实训报告心得体会篇四

最近，公司组织全体员工学习了安全警示教育，从交通安全，用电安全，防火防盗等方面摆事实，讲道理，只希望全体员工从中学到相关知识，在以后的工作，生活中时刻保持住安全第一的观念。

一幕幕悲惨的画面，虽然只是在安全教育的宣传片中看到的，但我知道这一幕幕却是真实的发生着，而且悲剧还在继续着。每天，这个世界上有多少人丧命于那无情的灾难里，有多少人因意外事故而失去自己宝贵的生命，有多少幸福美满的家庭妻离子散，家破人亡呢？“安全”，这是全世界真切呼吁的

话题，大多数的灾难都是由于当事者无视安全法规而造成的。这一幕幕惨剧本应该是可以避免的。

各种先进的安全设施，难道真能对人们的安全起到持久稳固的作用吗？如果是那为何各种事故还在年年不断的频繁发生？可见安全保障并没有达到真正的效果。国家、公司给了我们安全保障，对我们进行安全教育，而我们却往往无视各种安全措施，只顾自己的方便，只顾自己的利益，未能真正做到安全第一，才导致一幕幕悲剧的’发生。

血淋淋的事实提醒着人们千万不要忘记惨痛的教训，千万不能把生命当儿戏。短暂的一瞬间，一时大意成千古恨，亲人沉浸在悲痛中，呼喊毫无意思，最后剩下的只有一辈子悔恨和泪水，生不如死的痛苦。

上帝是公平的也是吝啬的，它只赐予每个人一次生命，所以我们必须珍惜。生活中安全与我们的关系是非常密切的，它就像我们的朋友，日日夜夜都守护在我们的身边，教育我们，劝戒我们。

为了社会安康幸福，为了各种害人害己的安全事故不在发生，我保证做到：

一是刻苦学习公司相关法规，做学安全法规的模范；

三是向我所熟知的同事和朋友讲述安全警示教育片中的内容让人们认识到遵章守纪的重要性，做宣传安全法规的模范。只有这样，才能让家人放心，不辜负公司领导的期望。

安全实训报告心得体会篇五

实习课是大学生在校期间经常参与的一项实践活动，它有助于学生将理论与实践相结合，提高专业能力，并为将来的就

业做好准备。然而，在实习课上，安全问题是一个不可忽视的问题。下面，我将从个人经历出发，总结一些实习课安全心得体会。

首先，了解实习课的工作环境和隐患是保证实习课安全的前提。在实习课之前，我们应该对自己即将进入的工作环境进行一定的了解。了解危险品存放地点和使用操作规程，熟悉各类应急设备的位置和使用方法，熟悉逃生通道等等，这些都是预防和应对突发事故的基本要求。通过事前的准备，我们能够更好地预防和应对潜在的安全隐患。

其次，加强个人保护和自救能力是安全意识的体现。在实习课期间，我们应当时刻保持警惕，并将个人安全放在首位。我们要学会正确佩戴和使用各类防护用品，如安全帽、手套、护目镜等，做好个人保护措施。另外，在工作中，我们也要严格根据工作规程和操作规范进行操作，避免因疏忽大意而引发安全事故。如果发生事故，我们要迅速采取自救措施，避免事态扩大，保证自身安全。

再次，建立紧密的沟通与合作机制是确保实习课安全的重要保障。实习课期间，我们通常需要与同学、老师和同事进行密切合作。因此，建立良好的沟通与合作机制非常重要。当我们发现安全隐患或存在疑问时，应及时与他人进行交流，寻求合适的解决方案。同时，我们也要关注他人的安全问题，提供帮助和支持。只有形成紧密的团队合作，才能够更好地预防和化解潜在的安全风险。

此外，参与实习课应具备一定的安全培训和知识。在进行实习课之前，我们应该充分接受相关的安全培训。这些培训包括安全标准、急救技能、防护用品的使用等。通过接受培训，我们能够掌握实际工作中的一些安全原则和方法，提前做好安全的心理准备。此外，我们在实习课期间也应该增强自己的安全意识，定期关注安全新闻和经验，学习他人的安全案例，不断提高自己的安全知识和应变能力。

最后，实习课安全是一个需要持之以恒的工作。安全无小事，我们每个人都要时刻提醒自己。只有不断强化安全意识，不断完善安全措施，我们才能在实习课中安全无虞。实习课是我们展示自己的舞台，也是我们为以后工作做准备的关键时期。因此，在实习课中，保障自己的安全不仅是对自己的负责，更是对未来的负责。

总之，实习课安全意识的培养和实践是我们每个大学生必须重视和做好的事情。通过了解工作环境和隐患、加强个人保护和自救能力、建立良好的沟通与合作机制、接受相关的安全培训和知识以及持之以恒地做好安全工作，我们能够更好地保障自己的安全，在实习课中展示自己的才能，为将来的工作打下坚实的基础。