# 最新汽车实训心得体会1500字 汽车实训心得体会1000字(4篇)

来源：网络 作者：沉香触手 更新时间：2024-06-27

*我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么你知道心得体会如何写吗？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。汽车实训心得体会1500字 汽车实训心...*

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么你知道心得体会如何写吗？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**汽车实训心得体会1500字 汽车实训心得体会1000字篇一**

【实习时间】20xx-20xx学年第一学期

【实习目的】

1. 学习道路交通法律法规，加强安全文明驾驶意识。

2. 学习汽车构造，驾驶技术等理论知识，并与实际汽车驾驶操作相结合。

3. 熟悉汽车操纵机构，了解仪表的识别和功用，养成良好的操作习惯。

4. 掌握汽车驾驶技术，熟练驾驶汽车，安全行车。

5. 了解车辆性能及评价指标，制动性能对行车安全的影响。

6. 对车辆进行日常的维护，了解车辆日常维护的内容，方法和要求以及运行材料的常识。

【实习内容】

学习了道路交通法律法规，如《中华人民共和国道路交通安全法》、《中华人民共和国道路交通安全法实施条例》、《中华人民共和国道路运输条例》等相关法律知识，学习各项道路通行条件、道路通行规定、交通事故处理等相关知识，以及道路运输运营相关法律法规。熟知各项道路交通标志标线，做到遵守交通规则，遵照道路交通标志标线要求谨慎驾驶安全行驶。

学习了安全驾驶常识，养成良好的行车习惯，文明行车，安全礼让。除了遵守各项道路交通安全法律法规以外，同时还要讲究驾驶道德，不违规停车，不任意变换车道，开车不心浮气躁，酒后不开车，不超速等等。学习机动车驾驶人心里常识，了解驾驶人空间知觉时间知觉运动知觉等，了解驾驶人的反应时间特性，操纵特性，驾驶人心理行为特性等，对自我进行驾驶心理训练，消除驾驶不良情

绪，避免因这些不良情绪可能导致的危险。

学习了车辆结构及操作规范，通过学习汽车发动机、汽车底盘、车身电气电子设备、汽车车身等相关结构知识，巩固课堂上所学过的相关课程，将理论和实践结合在一起。学习车辆性能及维护相关知识，了解车辆性能及评价指标，包括车辆的动力性指标，汽车的燃油经济性、制动性能、车辆操纵稳定性、车辆平顺性、车辆通过性、一方面巩固所学课程，一方面为将来解决汽车驾驶所需面对的问题打好坚实的基础。学习车辆定期维护保养的知识，并学习汽车故障应急诊断方法、汽车常见故障的主要症状及几种常见故障的解决措施。

学习了驾驶前的准备及操作规范：车辆外部的检查、发动机箱内的检查、正确的上下车动作、调整座位与方向盘的位置、后视镜的调整、正确的驾驶姿势、系好安全带、检查操纵装置、发动机起动和熄火的操作、等知识。

学习了特殊交通环境下的安全驾驶方法。高速公路驾驶应注意控制好行车速度；严格遵守分道行驶，各行其道原则；保持足够的安全距离；正确变更车道。夜间行驶应注意正确使用行车灯光、注意克服夜间行车困倦问题。此外还有山路驾驶问题和恶劣天气条件下的驾驶操作。

最后学习了交通事故发生的原因、规律及应急处置。包括轮胎漏气、轮胎爆裂、转向失控、制动失灵时的正确处理办法和应急驾驶措施；此外还有发生交通事故后的急救常识等相关知识。

行车前安全检查：燃油、机油、刹车油、防冻液、高压线、低压线、电瓶、 轮胎气压、尾气等。首先进行外部检查，然后进行内部检查，发动机舱检查和轮胎的检查。

起步、停车、变速、倒车的学习。起步：起步1档挂，转向灯喇叭，松开手刹车，后视别漏下，离合“快、停、慢”，轻轻把油加，停顿加跟油，重点就在它。停车操作要领：观察后视镜确认车后安全，开右转向灯，收油，踩下制动踏板（轻重轻），踩下离合踏板，拉紧手制动，变速杆到空挡，抬起离合踏板，抬起制动踏板。换挡四大标准：及时、准确、迅速、平稳。倒车要注意体会正确的倒车姿势操作，观察学习选择倒车位置，学会操控油门和方向盘。

学习方向盘的操作，行驶位置及路线的选择等相关知识。注意弯道和曲线驾驶、窄路驾驶、停车入位等动作的操作要领。

上坡起步的操作要领：左脚迅速踩下离合踏板，右手将变速杆挂入1档；右手上提手制动拉杆并按下棘爪按钮，等待放松时机；左脚抬离合踏板至“半联动”位置，右脚跟油门；待发动机声音变小，车身抖动时，松开手制动，慢抬离合踏板，右脚慢加油。

跟车时应保持一定的跟车距离，注意力高度集中，不要保持长时间远距离的跟车行驶。安全距离：时速40km时大于20m，时速50km时大于30m，时速60km时大于40m，如果路面潮湿，或驾驶人感觉疲劳时应加大安全距离。

变更车道应符合交通条例相关规定，保持原行车方向，可考虑适当减速，打转向灯并观察后视镜，变更车道角度尽量小一点。

会车，超车，让超车：掌握会车，超车，让超车的操作规范，安全的进行会车，超车和让超车。注意交通信号灯，交通标志和标线，及时准确的识别交通信号灯，交通标志和标线，并遵照其规定安全行驶。

通过交叉路口，铁道路口：能够针对交叉路口和铁路道口的交通状况，以安全的速度和方法通过。通过环岛，立交桥。掌握环岛的让行规定及驶入，使出方法，掌握常见的立交桥通行方法。

车辆停放：按照车辆停放的规定，正确的停放机动车。速度感知。在不超过速度限制的条件下，体会较高速度的驾驶感受。预测险情的驾驶。

通过学校，仍行横道，公共汽车站，弯道及地下通道的预见性驾驶训练，能够预测不同交通状况下的险情，按照预见性驾驶的要求，规范驾驶行为。通过道路障碍和想在路段。提前识别道路障碍，选择安全的行驶路线和速度，正确的判断所需空间。

**汽车实训心得体会1500字 汽车实训心得体会1000字篇二**

最近一段时期，我参加驾驶员学习培训班。通过理论知识和驾驶业务知识的系统培训学习，对交通法规和安全驾驶等基础知识有了进一步的理解和认识。对安全驾驶有了更深刻的体会。随着我国综合国力的不断增强，社会主义物质文明和精神文明的不断提升，人们的物质生活水平越来越好，人们对物质和净胜生活的追求也越来越高，交通用车迅速进入评测百姓家，成为工作和生活中不可缺少的一部分。如何遵守交通法规，做安全驾驶、文明行车的楷模，为构建和谐社会、和谐家庭尽一份自己的力量，我的体会总的一句话就是：“一慢解百忧”。

在我们的日常生活和座车出行时，经常会看到公路两旁树立着高大醒目的交通安全牌：“十次出事十次快”，“酒后严禁驾车”，“为了您和家人的幸福，请注意交通安全”等等。这些语重心长的话语，也许当时的人们对此理解并不深刻，但对于参加学习培训和即将从事车辆驾驶的我来说，理解更透了，感触更深了。回想以前交通事故，哪一起不是车速太快引发的，哪一次不是违反交通法规造成的，真是“车祸猛于虎”啊。

安全行车看起来是很简单的一件事，里面确有一定的道理，就像老师傅开车一样，一个简简单单的操作，一个小小的眼神，一两秒钟的时间，就把这些道理全部包括在内了。因此，当我们驾驶车辆时，应时时刻刻遵守交通。

根据公司的要求，我们每个驾驶员要写一份《驾驶车辆安全心得体会》，我想，因为我的文化会水平不高，与领导和大学生毕业的同事相比，有很大的差距，所以写心得难免会有不足和错误，恳请领导批评指正。

我是一名老驾驶员了，20\_\_年到公司开车以来，从未出现过车辆责任事故，之所以年年安全、岁岁平安，我想是因为我热爱这项工作，有高度的责任心，有刻苦钻研驾驶技术的精神，熟练掌握了驾驶技能与道路交通法律法规，有较高的思想素质、心理素质、身体素质。只要这样，安全就会有保障。关于怎样掌握，下面我讲讲我的经验技巧。

一、最简单的安全行车方法就是一个字：慢。比如，有时我在开车的时候会觉得心里有点没有安全感，因为当时车速有点快，这时我只要把车速放慢一点，我心里就觉得比较有安全感了。还有夜间与雨雾视线不清的时候，路况复杂的时候，没有十分把握的时候等情况。我慢慢的开车就是了。

二、小心心细，心细决定安全。小心行得万里路。行车不能有一点点的疏忽与麻痹大意。用心开车，专注行驶，及时全面仔细观察路面情况，提前判断和决定。前后左右的动态，要在大脑里及时判断准确，及时处理。保持车辆与物体要有一定的安全距离。给自己留有一点的安全空间。

三、要有良好的心态，礼让行车，不与他人斗气，不开英雄车。不因为情绪失控而放松了安全意识，开车不能忘记安全第一。

四、规规矩矩的遵守交通法规。道路交通法规是血的教训换来的，谁不遵守，谁就会受到血的教训。受到血的教训再后悔就来不及了。

五、当快就快，当慢就得慢下来，为什么这样说?因为开车是一项思维性运动，要形成好的驾驶思维，例如：在行车的过程中自己的车辆速度，对面来车的速度，大约在什么地段相会，自己要有明确的思维判断，选择合适的时间地点，哪儿加速哪儿减速，控制合适的时间和地点保证安全的交会。如果视线良好，道路宽阔，路上又没有行人，不存在安全隐患时，当然可以开快点。反之，前方情况不明，或不具备安全条件时，还是要慢，不然就太危险了。该慢时慢，该快时就快。

六、要能自我控制。作为驾驶员一定要学会自己控制好自己的情绪，要知道人、车、路、天气、等因素都会影响安全。

七、及时采取有效的措施，果断的处理好每一个细节问题。坚决不开英雄车，不给自己和他人制造安全隐患。

八、不酒后驾车，不疲劳开车，不违章开车，不带病开车，不开有问题的车，有良好的心态，不急不躁的把握好手中的方向盘。

九、选择了驾驶员的工作岗位，就得开好安全车，时时敲响安全的警钟。安全就是硬道理，服从指挥听从安排。

**汽车实训心得体会1500字 汽车实训心得体会1000字篇三**

时间过的真快，转眼间，在浙江正道车业服务有限公司的实训马上要接近尾声了。在这半年多的时间，我学到了很多东西，不仅有工作方面的，更学到了很多做人的道理，对我来说受益匪浅。做为一个刚踏入社会的年轻人来说，什么都不懂，没有任何社会经验。不过，在朋友和同事的帮助下，我很快融入了这个新的环境，这对我今后踏入新的工作岗位是非常有益的。除此以外，我还学会了如何更好地与别人沟通，如何更好地去陈述自己的观点，如何说服别人认同自己的观点。相信这些宝贵的经验会成为我今后成功的最重要的基石。实训是每一个大学毕业生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，也打开了视野，增长了见识，为我们以后更好地服务社会打下了坚实的基础。

浙江正道车业服务有限公司成立于xx年4月，是一家以产业投资为背景、以整合产业链资源和再造业务流程为运作手段、以提供汽车后市场品牌服务为目标的企业。公司以“车走正道，想到做到”为诉求，为广大汽车用户提供最高水准的服务。

我在公司先是就职于汽车美容组主要，从事汽车漆面保养工作，如抛光、封铀、镀膜等，刚开始的时候由于对抛光机的使用不熟练，工作中好多问题都不会处理，后来在同时的帮助下慢慢的进步懂得了其中的使用技巧。工作中就显得轻松多了。其实汽车美容是一项比较简单的工作，技术含量并不高，最主要的就两个字“细心”。我们公司对汽车美容工还有以下几点原则：

1、耐心细致：

汽车美容是精细工作，类似工艺品的加工制作，必须有耐心，要精益求精。粗心大意容易出错，稍有疏忽就会留下边边角角的污点。如果工作干得不细、不清，就会失去顾客。

2、求稳避灾：

车漆美容时，一旦研磨或抛光过度，会造成原有漆面的破坏、很难补救。因此，当出现难题时要停下来，规划好后再继续操作。

3、取轻避重：

进行美容作业时，应根据部位及材料选用产品，并作好试验、试用工作。优先选用柔和型、稀释型或微切型的产品。尽量由低速档位、小力量开始试验操作，直至速度、用力大小满足要求为止。

4、先试后用：

为了保证作业要求，应在全面作业之前，在隐蔽处小范围内进行试验，以便掌握情况正确使用产品和优化操作方法。现在我已经申请调到汽车维修区去了，不过刚过去做了几天好多还是很陌生，我想在回公司的时候一定会好好努力做好工作，认真向那些经验丰富的师傅学习，以学到更多的专业技术知识，期待明天的到来。

十几年的学生生活，即将划上一个句号。在浙江正道车业服务有限公司实训的这段时间，我懂了不少东西。大人们都说刚毕业的学生身上总存在着许多让公司老板头痛的“特点”，现在我终于亲身体会到了。以前作为一名学生，主要的工作是学习；现在即将踏上社会，显然，自己的身份就有所变化，自然重心也随之而改变，现在我的主要任务应从学习逐步转移到工作上。这几个月，好比是一个过渡期——从学生过渡到上班族，是十分关键的阶段。回想自己在这期间的工作情况，不尽如意。对此我思考过，学习经验自然是一个因素，然而更重要的是心态的转变没有做到位。现在发现了这个不足之处，应该还算是及时吧，因为我明白了何谓工作。在接下来的日子里，我会朝这个方向努力，我相信自己能够把那些不该再存在的“特点”抹掉。现在就要和老师离别了，多少有点伤感，感谢老师们对我的指导和教诲，我从中受益匪浅。

在本学期的第七周至第十周的顶岗实习中我不但学习了汽车的各种相关技术（主要有汽车的美容、汽车的钣金、汽车的喷漆和汽车机修四个方面），还学会怎样与他人沟通，也了解了一些关于汽车维修企业的运作方面的知识。以下是我这三周实习中的总结：

要运用科学的管理，传统的“胡萝卜加大棒”管理模式已经过时了，我们要用现代现代管理模式来进行管理。现代管理要把制度管理和文化管理结合起来，重视人地作用，要做到以人为本。现代企业的经营观念主要有：

（1）战略观念，全面系统地看问题，要有全局、面向企业未来的发展观点。

（2）市场观念，要了解市场，确定对策去占有市场，赢得市场。

（3）用户观念，企业要树立一切为了用户的观念，全心全意为用户服务。

（4）效益观念，关键在于，对外如何赢得市场，如何多完成任务；对内如何降低成本。

（5）竞争观念，要通过竞争去获得市场，要做到“质量以优取胜，价格以廉取胜，服务以好取胜”。

（6）时间观念，把握好决策的时机，努力缩短生产周期，坚持效率观念。

（7）变革观念，企业要保持对外部环境的适应性，事前有预测，环境变化时有对策。

与人沟通，这是我们日常生活工作中非常重要的一个基本能力，我们要学会善于与人沟通。在实习的过程中我们主动地与维修厂的员工进行交流，不懂就问，有时也会聊一些生活上的小事，使我们在这三周里相处得很好，厂里员工也很乐意把他们的经验告诉我们，让我们学到不少书本上没有的东西。由此，我明白了，在与他人的沟通之中我们要保持主动、积极的态度。

（1）在顶岗实习中，博辉汽车维修厂的相关服务归类与书本上的分类是有所出入的，它的汽车美容主要是洗车而已，其实真正的汽车美容是这样的：汽车美容是一个全新的概念，它与一般的洗车、普通打蜡有着本质上的区别。专业汽车美容与众不同之处，在于它自身的系统性、规范性和专业性。所谓系统性就是着眼于汽车的自身特点，由于表及里进行全面而细致的保养；所谓规范性就是每一道工序都有标准而规范的技术要求；所谓专业性就是严格按照工序要求采用专业工具、专业产品和专业手段进行操作。汽车美容应使用专业优质的养护产品，针对汽车各部位材质进行有针对性的保养、美容和翻新。使经过专业美容后的汽车外观洁亮如新，漆面亮光长时间保持，有效延长汽车寿命。

（2）汽车美容的具体服务项目概括为：

1）防爆隔热膜。包括前挡、后挡、侧窗。通常用的有绿色、天蓝色、灰、棕色、自然色等。

2）车身美容。车身美容服务项目包括电脑洗车，去除沥青、焦油等污物，上蜡增艳与镜面处理，漆面方程式处理，新车开蜡，钢圈、轮胎、保险杠翻新与底盘防腐涂胶处理等。

3）内饰美容。内饰美容服务项目可分为车室美容、发动机美容及行李箱清洁等项目。其中车室美容包括仪表台、顶棚、地毯、脚垫、座椅、座套、车门内饰的吸尘清洁保护，以及蒸汽杀菌、冷暖风口除臭、室内空气净化等项目。发动机美容包括发动机冲洗清洁、喷上光保护剂、做翻新处理、三滤清洁等项目。

4）漆面处理。漆面处理服务项目可分为氧化膜、飞漆、酸雨处理，漆面深浅划痕处理，漆面部分板面破损处理及整车喷漆。

5）汽车防护。汽车防护服务项目包括安装防盗器、倒车雷达、静电放电器、汽车语音报警装置等。

6）汽车精品。作为汽车美容服务的延伸项目，汽车精品能满足司机及乘员对汽车内部附属装饰、便捷服务的需求，如车用香水、蜡掸、脚垫、座垫、座套、把套等的配置，能使汽车美容服务贴身贴心，宾至如归。

其实，在实习的过程中还学习了钣金、喷漆、机修方面的知识，对于它们在这里就省略了。我特别关注汽车美容方面的知识，因为我打算以后向这方面发展。但是，在这次实习过程中我学到汽车美容方面的知识还是非常少的，只能通过自己搜集相关的资料来了解。不过，经过这次实习，我对汽车美容的了解还是上升了一个层次，我相信，只要坚持朝这个方向走下去，一定会有所得的。

**汽车实训心得体会1500字 汽车实训心得体会1000字篇四**

迎着每天八点半的太阳，拖着不愿早起的身子，扛过了一个多月。

两年的专业理论学习结合这五个月实训，终于对汽车有了比较全面的认识和理解。首先，我认为这次的实训是很成功的，我相信所有实训的人在老师的耐心指导下都受益匪浅。实训有四个星期的动手操作跟一个星期的电脑操作，期间讲解跟拆装了发动机、起动机、发电机、变速器、刹车系统、传动系统、独立悬架等。

首先是发动机：四人一组，我们所拆装的发动机已经是固定好的，所以不需要考虑放置问题。

1）拆下气缸盖13固定螺钉，注意螺钉应从两端向中间交叉旋松，并且分3次才卸下螺钉。

2）抬下气缸盖，取下气缸垫，注意气缸垫的安装朝向。

3）是翻转发动机，拆卸油底壳固定螺钉，拆下油底壳和油底壳密封垫。

4）旋松机油粗滤清器固定螺钉，拆卸机油滤清器、机油泵链轮和机油泵。

1）转动曲轴，使发动机1、 4缸活塞处于下止点。

2）分别拆卸1、4缸的连杆的紧固螺母，去下连杆轴承盖，注意连杆配对记号，并按顺序放好。

3）用橡胶锤或锤子木柄分别推出1、4缸的活塞连杆组件，用手在气缸出口接住并取出活塞连杆组件，注意活塞安装方向。

4）将连杆轴承盖，连杆螺栓，螺母按原位置装回，不同缸的连杆不能互相调换。

5）用样方法拆卸2、3缸的活塞连杆组。

1）旋松飞轮紧固螺钉，拆卸飞轮，飞轮比较重，拆卸时注意安全。

2）拆卸曲轴前端和后端密封凸缘及油封。

3）按课本要求所示从两端到中间旋松曲轴主轴承盖紧固螺钉，并注意主轴承盖的装配记号与朝向，不同缸的主轴承盖及轴瓦不能互相调换。

4）抬下曲轴，再将主轴承盖及垫片按原位装回，并将固定螺钉拧入少许。注意曲轴推力轴承的定位及开口的安装方向。

在拆装变速器的时候，先将外部螺钉旋下，然后拆下变速器外壳，观察变速器的安装位置以及与发动机的联结关系。了解变速器操纵机构的结构特点，观察各挡位齿轮的传递方式，在老师讲解完工作原理后把各个零部件重新组装起来。

在装配的时候安装先拆后庄后拆先装的顺序，怎么拆就这么装上去。

通过这次拆装实习，让我深刻的体会到做任何事情都必须认真对待，都必须付出汗水和努力。当然这次实习也达到了我预先的目的，让我对发动机及变速器等汽车大型组件有了一个很深的认识，以前只有在课本上的感观性的认识，这次则是实践中的深入性的认识。通过这次实习使我们学到很多书本上学不到的东西，多多少少的使我们加深了对课本知识的了解。这次拆装实习不仅把理论和实践紧密的结合起来，而且还加深了对汽车组成、结构、部件的工作原理的了解，也初步掌握了拆装的基本要求和一般的工艺线路，同时也加深了对工具的使用和了解。提高了我们的动手能力，而且也增进了我们团队中的合作意识，因为发动机不是一个人就能随便能够拆卸得下来的，这就需要我们的配合与相互间的学习，通过这次实习我们收获颇丰，不仅是知识方面，而且在我们未来的工作之路上，它让我们学会了如何正确面对未来工作中的困难与挫折，是一次非常有意义的经历。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找