

安全驾驶学习心得体会【优秀8篇】（驾驶安全教育心得体会范文）

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/meiwen/1084707663504cd466cda9f81b36be1e.html>

范文网，为你加油喝彩！

我们都听说过或者看过一些因为行车不安全而导致的悲剧，因此很多人都需要学习一下如何安全驾驶的知识。以下是人见人爱的小编分享的8篇《安全驾驶学习心得体会》，我们不妨阅读一下，看看是否能有一点抛砖引玉的作用。

安全驾驶的心得体会 篇一

最近一段时期，我参加了xx驾校，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法规，避免危险事故在我们身上重演。以下是在我学习驾驶期间想各位师傅学到和自己总结出来的几点意见，不对之处多多包涵，多指教。

一、准时参加交通安全警示教育学习，及时了解安全新形势。

通过每一次听课和其他培训学习，工作上吸取大家的经验教训，稳重驾驶是安全行车的重要保证，安全学习是定期提醒我们对安全提供警惕，一点都不能松懈。

二、在高速公路上一定要保持最安全的距离，更加车速而定。

例如车行驶速度在100公里，跟前车距离应保持在100米以上，观察后车的行车速度，如你的候车

距离离你太近，那你就要采取轻点刹车，提醒后车不要跟得太近。特别是高速公路出入口位置，是交通事故的黑点，所以告诉公路上保持车距是最重要的；其次是不要乱变行车路线，要观察清楚前后左右的情况方可以变线，不要左穿右插，违章超车，按线行车，一定要铭记在心，要时时刻刻提醒自己正确行驶的标线，才能保证安全。

安全驾驶个人心得体会 篇二

转眼间，数日即逝，一天天的日子，仿佛在弹指间流逝，总结这一年来的经历，颇有感触。

一、在思想上

认真学习各项交通规章制度深刻了解自己所肩负的职责之重，在工作中能起到模范带头作用，同时认真学习相关业务知识，不断提高自己的理论水平和综合素质。

二、在工作中

做为一名驾驶员，平时注意车辆的定期维修和保养，每日耗油量都记录在册，时刻坚持车内清洁卫生。做到领导安排的事情坚决立刻办理，今日事情绝不拖到明天。在今后工作中继续坚持安全行车，不酒后驾车，不让车辆带病上路，做到勤检查，勤修理。

20xx年虽然是忙碌的一年，但做为一名普通司机基本完成了领导安排的各项工作任务。一年来，本人能爱岗敬业，取得了一些成绩，但也存在一些问题和不足，主要表此刻：

第一、作为一名司机，服务效率需要进一步提高。

第二、有些工作还不够细致，有待于加强。

第三、工作中要学会开动脑筋，主动思考，充分发挥自己的主观能动性，业务知识水平有待提高。

第四、有问题进取与领导进行交流，出现工作上和思想上的问题及时汇报，也期望领导能够及时对我工作的不足进行批评指正，使我的工作能够更加完善。

新的一年意味着新起点新的机遇新的挑战。所以我更应当严于律己，宽以待人，勤奋工作，努力提高文化素质和各种工作技能，为公司贡献自己的青春和微薄之力。

安全驾驶心得体会 篇三

通过对《汽车安全驾驶》书本的调研及教学使我进一步意识到汽车安全不仅关系到每个人，更是社会必须重视的问题。当我刚看到这课题时我一下子还真不知道给学生讲什么，因为可说的东西太多，包括的东西太多，有种无处下手的感觉。但最后我决定给学生讲讲关于道路交通事故的影响因素这一块。发生人为责任事故的原因是多方面的。

其中有是因驾驶员思想麻痹、违章驾驶、操作失误等造成的；有的是行人、非机动车驾驶员不遵守“道路交通管理条例”所造成的。当然驾驶员是导致道路交通事故的主要原因，从机动车驾驶员方面分析，驾驶员的操作特性和驾驶员的心理特性对于驾驶员责任事故的发生有这样影响。通

过查阅资料我们不难发现机动车驾驶人交通违法是造成交通事故的主要原因，打开交通事故案例分析一下，许多事故的发生，都是因为驾驶人酒后驾车、疲劳驾驶，同时也有部分司机存在不良习惯而造成的，假如驾驶人全神贯注，保持身体素质良好，克服一些不良习惯，就会减少交通事故的发生。通过整理总结了影响驾车安全的几大因素。

一、饮酒是引发不安全事故的罪魁祸首

据交通部事故调查统计，大约50%-60%的车祸与饮酒有关。因为酒的主要成分是酒精，酒精是一种能够刺激和麻痹神经系统、有镇静作用的物质，饮酒之后，约20%的酒精在胃内被直接吸收，其余80%进入小肠后被很快吸收。被吸收入血的酒精可以到达全身各部位，受影响最大的是大脑，由于酒精对人的大脑起麻痹作用，从而影响全身各系统的功能，导致驾驶人员酒后思想不集中，对外界事故的感知力、判断力及综合分析能力均下降，眼睛观看的视野范围缩小，动作笨拙，操纵动作的准确性差，因而在遇到紧急情况时，刹车制动及操纵回避动作均欠准确与灵活，以致发生车祸。其次，部分服药也对大脑起麻痹作用，因此驾驶员工作时，服药前应仔细阅读药品说明书，特别注意用量、禁忌症和副作用，不可超剂量用药。尽量避免药物在血液浓度峰值的时间内驾驶。去医院看病时，应主动告诉医生你是开车的，请他在开处方时尽量避开对驾驶员可能产生不良反应的药物。

二、感觉身体疲劳不要开车

美国一项交通安全研究显示：每晚睡眠时间为6-7小时的驾驶员发生车祸的概率是每晚睡8个小时的人的两倍，睡眠时间少于5小时者，这一概率就变成4-5倍了。因此，开车前应保持充足的休息和睡眠，一旦发现疲劳，切不可勉强开车。为防止疲劳驾驶，要保持充足的睡眠，尤其是驾驶车辆长途行驶的驾驶员，在前一天晚上，不要玩得太晚。开车时间不宜太长，掌握好持续开车的时间节奏。自驾车旅游时更应该注意这一点。开车人在行车过程中，最好听一些舒缓、优美的音乐，以缓解疲劳。长途行车，一般应在行车两小时左右停下来，离开驾驶室，到车外活动几分钟，呼吸一下新鲜空气，变换体位姿势。行车中如感到疲劳犯困，应立即停车休息，活动一下身体，同时做一些眼部的保健活动。

三、患有某些慢性病的患者慎驾车

患有高血压和冠心病的人在驾车时最容易出现的症状是眩晕，如果遇路面突发情况引起情绪激动或紧张，还极易出现脑部出血而导致肢体瘫痪，或诱发心肌梗死，导致猝死。患有糖尿病的司机大多都有眼病，如角膜病变、眼肌麻痹、青光眼、视网膜病变等，常常导致视力减退，司机可因视物不清而引发车祸。糖尿病神经病变可累及感觉神经、运动神经，表现为肢体疼痛或肢体麻木，这都会影响司机的正常操作和判断能力。早在1958年，世界卫生组织就对汽车驾驶员的健康检查提出了18项要求，其中包括视力、视野、辨色能力、听力、肢体、关节、心脏疾病、高血压病、内分泌疾病、神经系统疾病、精神障碍、胃肠病等。高血压病人服降压药以及糖尿病病人在胰岛素治疗期间均不可以驾驶汽车。

四、心理因素也同样影响驾车安全

以往我们一提及安全驾车，就会和驾车人的驾驶技巧或驾车人的交通行为联系起来，但却往往忽略了驾车人的心理，这在一定程度上直接影响着驾车人的安全驾车意识。一般来说，每个人都会有好胜心、都会受情绪的影响、都会遇到挫折……

但如果开车时产生这些不良的心理情绪，那就会对驾车构成严重的威胁。据专家分析，对驾车人行车带来严重威胁的交通心理主要有超越心理、挫折心理、情绪化心理和好胜心理。超越心理：驾车人为了抢时间，争先恐后，超越心理表现非常明显，见空就钻、见缝就挤、见慢就超，经常会引来旁边的驾车人急刹车，从而诱发事故的发生。挫折心理：每一位驾车人在日常生活中都会遇到各种各样不顺心的事，而每一位驾车人对挫折的心理承受能力又不相同，一旦驾车人所承受的这种心理压力超越了他所能承受的范围，就会出现思绪紊乱的心理状态，导致驾车人注意力不集中，只会是机械地、无意识地驾车，此时若遇到危险情况就很难避让了。情绪化心理：在驾车过程中，难免会遇上强行抢道、强行超车或强行并线等现象，从而引起驾车人的情绪动，在盛怒之下不顾一切地急速追趕……

此时极易引起事故。好胜心理：持这种心理的驾车人多为年轻的男士，他们爱在众人面前显示自己高超的驾车技术，不管不顾其他人的感受，甚至生命安全！研究证明：反应灵敏、判断准确、操作得当和性格理智、道德观念强、自觉性强且具有果断意志品质的驾驶员具有较强的驾驶适宜性，发生交通责任事故的可能性较小。总之在提高汽车安全性能的同时，我们更需要提高的是公民自身对汽车安全的认识，加强宣传，加强交通管理，提高事故处理的效率。

安全驾驶心得体会 篇四

各位领导你们好！

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，20xx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。

祝：家家户户平安幸福！

驾驶员心得体会 篇五

本人从11月进入公司上班以来任驾驶员一职，在各位领导的正确领导下，在各位同事的。热情帮助和大力支持下，立足本职工作，努力学习、勤奋工作。在这三个月的工作中能够自觉遵守各项交通法规和单位的规章制度，在领导需要时不论早晚或节假日随叫随到，不计报酬从无怨言，较好的完成了领导所交付的一切任务，得到了领导的肯定。

在今后的工作中，我会认真学习业务知识，不断提高驾驶技能。在本岗位上，按照单位领导的安排和要求准时安全地完成各项出车任务，努力做好自己的本职工作。平时做到严格遵守各项规章制度，坚守工作岗位，不迟到，不早退，不误事，不无故缺勤，随叫随到，服从调度，听从指挥，自觉维护单位和个人形象。听从交通警察指挥，不酒后开车，文明驾驶、礼让三先，确保今后安全行车无事故。

为公司利益着想，在日常的行车、保养方面为节能降耗多作积极的工作。认真保养车辆，经常保持车辆的完好与整洁，认真坚持三检、一保制度，努力做到了三清、四不漏为原则而达到励行节约的目的。使车辆性能保持最佳状态，随时听后安排调遣。

安全驾驶的心得体会 篇六

摩托车是代步工具，既然是代步工具，那么就要让他尽可能的节省油耗，行驶安全，以及少维修，那么这些与驾驶技巧密切相关。

一、启动

启动其实是很讲究的，启动是不要加太大的油门，甚至不需要加油门，但是应车而定，有的车需要加那么一点点小油门才能启动。有很多人启动后会在空档情况或是带挡捏离合的情况下轰几下油门，其实这是错误的做法，如果车启动后是正常状态，那么轰几下油门不但没有好处，还会增

加油耗，加快发动机的磨损。如果车在启动后有怠速不稳定的情况，不如让车原地怠速几分钟，而不是轰油门。

二、行驶

行驶过程中不同的行驶习惯对油耗也有不同情况的影响，在行驶过程中要让油耗降低，则行驶时尽量匀速行驶，避免油门一下大一下小，这样会增加油耗。为什么在市区驾驶的油耗会高于郊区？就是因为市区内车流量人流量大，而车速高低不同导致的油耗增加。而匀速驾驶也有一个驾驶范围，而不是匀速都能省油，摩托车比较省油的速度区间在50到70码之间，低于或高于对油耗都不是很理想。

三、档位

档位的高低不但对车速有影响，同时对油耗也有影响，档位越高越省油，一般的摩托车都是5个档位，5挡是速度最快的，也是最省油的，在路况好的情况下尽量用高档行驶，但是不要在高档吃力的上坡路段用高档给慢慢的扯上去，这样对车的影响是非常大的，如过遇到前方有上坡路段，在安全的情况下加速冲坡比换抵挡上坡省油。如果行驶十公里路程，全程用1档和全程用5档的油耗差别是非常大的。

四、减速

减速对油耗的影响也是不可忽略的，在正常行驶的情况下不必要的减速尽量的避免，在遇到路口或者是红绿灯时这种必须减速的情况下要在远处开始空档，滑行到需要减速的地方，而不要加油门到减速区才采取刹车，下破的时候可以采用滑行，这样也可以省油，长下坡路段甚至可以熄火下坡，但是这样不是太安全，谨慎使用。

五、安全刹车

刹车其实是很危险的，但是又是安全的，有些刹车能制止事故的发生，但有些却会带来事故摩托车因为是两轮，所以刹车非常容易造成侧翻，那么要怎么避免呢！摩托车的安全刹车首先是在紧急刹车的情况下要保持车身的平稳，千万不能倾斜，再有就是千万不能突然捏死前刹，这样翻车的概率很高。

安全驾驶的心得体会 篇七

5月份，公司召集驾驶员在阳澄西湖服务区对公司全体驾驶员进行安全集中培训，用大量典型的案例进行了剖析，我作为一名收费站的班车驾驶员深感安全责任之重大。通过会议学习，我了如下几点：

一、加强交通法规学习，提高安全行车意识

交通法律法规是驾驶员安全行车的基础，驾驶员在平日需加强对相关交通法规的学习，提高现代交通文明素质，养成自觉遵守交通法规的良好行为，预防和减少交通事故的发生。

二、端正工作作风，保持良好心态

驾驶员一定要端正工作作风，保持良好的心态，安心开车、静心开车，铭记血的教训，做到用心、细心、爱岗、敬业。

三、强化岗位责任心，杜绝麻痹思想

无论什么情况下始终要有“十分把握七分开，留下三分防意外”的安全意识，强化岗位责任心，把安全问题落实到行动中，保障工作及时高效的完成。

通过此次培训学习，我要严格要求自己，认真总结经验，遵守公司的规章制度，努力争做一名合格的高素质员工，为公司贡献自己的一份力量！

驾驶员心得体会 篇八

参加集团道路运输安全集中教育培训会，使我受益匪浅，事故的惨痛教训，令我终身难忘，此次培训让我在掌握了更多的交通安全法律法规及相关安全知识的基础上，更加深刻地意识到交通安全的重要性，作为一名客运驾驶从业人员来说交通安全更是重中之重，在交通安全形势日益严峻的今天，作为驾驶员遵守道路交通安全法律法规意义重大，有时可能只是驾驶员的一个疏忽、一个小动作就将是一幕幕血淋淋的惨剧，甚至摧毁无数人的幸福生活。对于驾驶员来说意义重大，交通安全来不得半点马虎，安全生产警钟长鸣，无处不在。

因此，我保证在今后的驾驶服务过程中，严格遵守《道路交通安全法》、《道路交通安全法实施条例》，认真遵守交通规则，做到文明、安全礼貌行车，绝不发生酒后驾车、超速行驶，闯红灯等违章行为，从而有效地预防和避免道路交通事故的发生。

我是至班线号车驾驶员，参加集团道路运输安全集中教育培训会，使我受益匪浅，事故的惨痛教训，令我终身难忘，此次培训让我在掌握了更多的交通安全法律法规及相关安全知识的基础上，真正意识到了违法、违章、违规行为的危害性，更加真正使我意识到了道路交通安全的重要性。

因此，我保证在今后的驾驶服务过程中，严格遵守《道路交通安全法》、《道路交通安全法实施条例》和公司安全管理制度，做到文明、安全礼貌行车，绝不发生酒后驾车、超速行驶、超员，闯红灯等违章行为，从而有效地预防和避免道路交通事故的发生。

以上就是为大家带来的8篇《安全驾驶学习心得体会》，希望可以对您的写作有一定的参考作用，更多精彩范文样本、模板格式尽在。

更多 范文 请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/91_0.html