# 安全驾驶心得体会 驾驶安全课心得体会(汇总9篇)

来源：网络 作者：雨声轻语 更新时间：2025-05-20

*在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。安全驾驶心得...*

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**安全驾驶心得体会篇一**

作为一名驾驶员，驾驶安全课程是我们必须要学习的一门基础课程，通过学习驾驶安全课程不仅可以提高自己的驾驶技能，更可以对改善和保障交通安全起到重要的作用。在这个过程中，我深有感触，并获得了一些心得体会。

开车成为了现代生活中不可或缺的一部分，驾驶安全问题备受关注，掌握了基本的驾驶安全知识是每一位驾驶员所必须具备的素质。而学习驾驶安全课程的意义就在于帮助我们建立起正确的驾驶观念和行为习惯，提高道路行驶安全意识和驾驶技能，防止交通事故的发生。

学习驾驶安全课程，最大的收获就是加深了我对交通法规的理解。课程中对于交通标志、交通信号灯、交通规则等相关知识详细讲解，这些知识点是我们驾车所必须了解的。例如，在红灯亮起时停车、在校车前加强注意、注意路面行车安全等等。通过学习驾驶安全课程，我也明白了一个既简单又基本的道理，认真遵守交通规则是我们不可推卸的责任，也是对交通安全的一种维护。

在驾驶安全课程中，我们不仅学习到了交通法规，更重要的是学习到了驾驶技能，例如驾驶技巧、车辆日常维护等。通过模拟驾驶，我更进一步掌握了刹车、换挡、起步的技巧与要领等重要驾驶技巧。在驾车过程中，我们还学习了安全的车辆操作和维护，例如更换雨刷、保持车辆空气压力、注意车轮四个角的轮胎磨损等。这些知识不仅对驾驶车辆有所帮助，还可以为我们解决在行驶中遇到的一些车辆故障提供帮助。

第四段：如何将学习到的驾驶安全课程运用到实际驾驶中。

学习驾驶安全课程，是让我们在安全参与道路交通中提升自身素养，而如何将学到的知识用于实际驾驶中，这才是学习的最终目的。对此，我认为，首先要认真阅读交通法规，理解他们的含义，确立好正确的交通观念。其次，我们需要在自身的驾驶操作中尽自己的最大可能付诸实践。要培养细心、耐心的习惯，谨慎驾驶，做到时刻注意交通情况，避免行车过程中发生恶劣情况。

第五段：结语。

总而言之，学习驾驶安全课程可以让我们快速获取基本交通法规，提高驾驶安全意识、正确的安全驾驶技巧、以及如何维护车辆这几方面的技能。学习驾驶安全课程是为我们更好的掌握驾驶知识，培养良好的驾车习惯，更好地享受驾驶的娱乐性，同时也提高道路安全水平的重要途径。成为合格的驾驶员并不容易，但是只要我们认真学习驾驶安全课程，并将所学知识用以实践，也定能在行车中安全到家。

**安全驾驶心得体会篇二**

我叫xx，从xx年从事汽车驾驶工作至今。在多年的驾驶工作中，我能够时刻紧绷安全这根弦，安全行车三十五万公里无事故，较好地完成了运输任务，连续多年被评为局优秀驾驶员、局级先进工作者。下头就安全行车工作，谈一点自我的体会：

作为一名司机，最最根本的是要保证行车安全。保证不了安全，及时送货，提高运输效益，增加收入都是空谈。

因而，我认为仅有在安全学习上一丝不苟，积累行车经验，才能做到随机应变，及时处理突发事件。所以，我十分重视部门每周一的安全教育会。我认为安全会不但要参加，并且要理解安全教育的重要好处，事故关系着货物、车辆和自我的生命安全，不能拿国家财产和自我的生命开玩笑，透过例会，摆事实、讲道理、总结经验，到达安全行车的目的，只带耳朵听，不往心里记，是极其危险的，所以每次安全学习，我都认真听，会后反复琢磨，虚心向别的驾驶员学习，力求不断提高自我的驾驶水平。

“驾车如驾虎”，驾车上路，不能有丝毫马虎，多年实践经验告诉我，只要一上车，就要全神贯注，同时，要针对所驾车型的特点，中速行驶，我的做法是：

1、注意观察：在驾驶车辆过程中，驾驶员的观察力很重要，集装箱卡车，车长、超高，道路上有很多电线不贴合标准，个性是农村横过街道的线路，千万不能盲目透过，每当这时，我便抬一下踏油门的脚，然后再扫一眼车速表，然后细心观察，当线路不够高时，就下车请过路人帮忙，决不盲目透过。

2、中速行驶：道路交通状况复杂多变，既要依法行车，又要个性注意车速，持续中速行驶，并与前车持续必须的安全距离，没有把握不强行超车、不紧急刹车，做到掌握路况、掌握车况、遇事不慌。

记得99年2月的一天晚上，我从青岛回到，当车行至烟青一级公路莱阳段附近时，心想，尽管夜深人静，但前方的几个立交桥附近，由于两侧有许多条小路穿越一级路，是事故多发地段，想到那里，我把车辆速由50码降到了30码，突然，前面有一辆无灯的农用三轮车抢穿公路，我紧急制动。停下一看，只见那驾驶三轮车的人因无证驾驶没有经验，早已吓得目瞪口呆不知所措地将车停在距我的车头不到一米的\'路面上。

一场事故化险为夷。所以，我把这样一句话当作为开车时的座右铭：“回家心切莫超速，亲人盼你平安归”。

3、仔细应付路面状况，适应复杂驾驶环境。由于天气及路面状况复杂多变，给安全行车工作带来很大的困难。所以，在这种状况下，我始终坚持谨慎驾驶，不盲目开车的原则，选取适当车速，安全行车。比如：雨雪天谨慎驾驶防路滑;市区行车留意慢行防行人和自行车横穿;雾天低速行驶防碰撞。由于措施得当，留意谨慎，我曾成功的避免了一齐重大交通事故。

驾驶员都明白，行车时要注意做好车辆的“一日三检”工作，那就是：行车前、行车中、收车后的检查，这三检必不可少，它关系到我们每次行车安全，所以，每次出车前，都仔细的检查车辆，有问题立即修理;行车中，我根据载货的重量及路面状况，及时停车检查车辆的安全部位，如轮胎螺丝、轮胎气压、传动轴螺丝、马鞍螺丝及刹车系统各部件是否安全可靠等，这样的检查在收车后再重复一次，以确保下次任务的顺利完成。

今年四月份，我驾车赴淄博拉货，出车前依照惯例检查车辆没有发现问题，装货回到时，由于货物较重，我在谨慎驾车的同时，更加注意随时认真地检查车辆的状况，行至潍坊高速公路，我在停车检查时，突然发此刻后轮轮毂出现了十几公分的裂缝，并且已经有2根轮胎螺丝断裂，我顿时惊出了一身冷汗，如果不及时停车检查发现问题，一旦上了高速公路，车速一快，后果不堪设想。

我立即联系单位派人抢修，避免了一齐行车事故的发生。由于三检工作做的认真，即便是保钟点的活因修车耽误了一点时间，货主也会对自我的货物能安全运到目的地而谅解。

二要修车的原则，清理完车辆后再回家。在洗车上，我为自我定的原则是：“长途归来必洗车，两天行车后必洗车，短途归来后必擦车”。

每次跑长途或雨天行车后，我总是要用上一个多小时的时间，对车辆进行彻底冲洗，所以，我诗司“冲车台”上的常客;同时，出车归来后，我总是根据车辆在公路上的行驶状况，发现故障部位，及时进场修理，在车辆进行修理时，我一般状况下是换上工作服，看修理工修车，对不懂的地方就问，掌握车辆的结构，积累修车经验，同时，我主动给车辆的润滑部位打黄油，确保各润滑部位润滑良好。由于虚心向修理工学习，认真研究车辆构造，使我具备了排除一般鼓掌的潜力，在公司举办的汽车排故比赛中，多次获奖。

因违章驾驶，疲劳开车而导致发生交通事故的案例比比皆是，且触目惊心，作为一名驾驶员，应个性注意这一点，我是一名长途车司机，长途运输有时为了保点，往往需要长时间超负荷作业，这样似乎与不能疲劳驾车的交通法规相抵触，怎样才能既做到保证多拉快跑，又不使身体过度疲劳呢我认为，应根据自身的身体力行，自行调节，始终持续旺盛的精力来开车，当感到身体疲倦时，应及时寻找安全地带靠边停车，下车放松一下，必要时睡上一会儿，感觉精力充沛，再上路行驶。在不行车时，要注意休息，远离赌桌、牌桌等耗费时间和精力的场所，保证充足的睡眠，以便工作时精力充沛，不打瞌睡。

以上是我工作中的一些做法和体会。虽然我在工作中取得了一些成绩，但离单位和领导的要求还是有很远的差距。今后，我将更加严格要求自我，加强车辆的维护保养，加强学习，注意做好本职工作。

**安全驾驶心得体会篇三**

对于交通事故，有一条通用的理由可以讲一讲：“倒霉，运气不好”。

在杂志上看到一篇短文:。

一个小孩从那边跑过来，撞到这个桌子，他哭起来了，他的妈妈爸爸在做什么?“小宝不要哭，妈妈打这个桌子，妈妈打这个桌子。”那么，小孩摔倒在地上哭起来了，是这个地的错，妈妈打这个地。

另一小孩从那边跑过来，撞到这个桌子，他哭起来了，全世界的小孩撞到这个桌子都会哭的。他的妈妈马上把他带过来，说：“再走一遍!”世界上有这种第二遍又撞上去的小孩吗?所以，他就从旁边走过去了。妈妈马上就讲：“一个小孩会撞到桌子，有三个理由：第一个跑步冲的太快，来不及刹车;第二个，头一直低着，没注意看;第三个，心中不知道在想什么。你是那一个?”

有的人认为，打牌和开车有相似之处，开车出事故完全是命中注定，有时躲也躲不掉;打牌也主要是靠运气，手气好就赢钱，手气差就输钱。但是，再看看实际情况，实际情况是，所有的专业赌徒都精通业务，对牌技十分精通，对于如何打好牌是费尽苦心的研究，钻研精神非常之好，其技术水平是绝对没得话讲的，令人不得不服;即使是水平比较一般的人，也常常是一样的切磋琢磨，勤奋好学。打牌有时是要靠运气，但没有哪一个赌场高手会拱手把一切都托付给运气。开车同打牌有相似的地方，但也有区别，打牌时对牌面的变化，有时实难掌握，因为有的牌完全控制在别人手里，有时也不知道下面会拿到一张什么牌，未出牌之前，也不知道外面的牌形到底是怎样一种组合。但开车不同，开车时周围的情况都可以做到一目了然，都可以观察清楚，别人的行为也可以预测，因为他的行为一般不会超出两、三种变化，我们只要做好两、三种准备，完全可以应付他。第一种、他有可能继续正常通行，我们第一种作好这种理想的打算;第二种、他可能会毫无预兆的改变行走方向，挡住我们的去路，像这种情况，在他未改变行走方向之前，我们注意同他保持-足够的安全距离，相对放慢车速，提前响喇叭，警告提醒，加强注意观察，随时准备好停车，只要我们简单的做到这几点，再加上礼让三先，这种问题也是可以很好的解决的;第三种情况，打牌时轮到我们出牌，我们就一定要出牌，不可以不出牌，而开车时遇到难办的问题，我们可以原地不动，高挂免战牌，万事大吉。从这三点来看，能不能保证安全行车，关键在于我们驾驶员做得怎么样，做的程度如何，主要还是预防措施是不是到位。

一个好的打牌方式和一个好的开车方式，都不能有一个赌一赌的心理，都不能指望运气，而是要靠一个踏踏实实的技术来保证。开车不单单只是向前开，更重要的是去做，去营造一个良好的行车环境，安全是靠踏踏实实地做出来的。

许多老师傅在安全行车方面都做得非常好，但青出于蓝而胜于蓝，我们开车时完全可以比他们更负责任，比他们做得更好。《道路交通安全法》从某种意义上说，也要求我们驾驶员积极的承担更多的安全行车责任。也许以后行人或非机动车会更加随意地通行，但只要我们有足够的责任心，安全行车可以做得更好。积极主动的负责任也是人生的一个转折点，是人生的一个新的起点。有一个人，有一个儿子和一个女儿，他对儿子说：别的没什么要求，但是你一定要做一个负责任的人。他对女儿说：要有一个好的眼光，对一个人是不是负责要看得清，将来不能嫁给一个不负责任的人。他借钱给别人，也要看看这个人是不是负责的，如果这个人责任心非常好，那么即使这个人还不起，也没有关系，大家还可以做好朋友。不过要想找个结婚后也一直十分负责的男人怕是不容易，所谓“城中十万八千兵，哪个男儿是丈夫”。还是古人比较聪明，“嫁鸡随鸡，嫁狗随狗”，眼光比较现实。在生活中自由自在，有的时候不负责任，古人也能够谅解。但是在开车时还是要注意，我们有开快车的权利和自由，我们也有确保安全行车、不出任何大小事故的责任和义务，真正的尊重别人的生命。

——当快则快，该慢则慢。

人在江湖。

当我们对路面的情况做了及时仔细的观察以后，再来分析判断一下路面情况，前方路面有情况就慢一点，没有任何情况就开快一点;开车，就这么简单，自已看，自已提前控制好车速，就这么简单的两点。

开车时，对前方的路面情况，理所当然的要及时的分析判断，迅速的作出正确决定，但很明显的，我们有时在路上开车，根本是不动脑子，不很好的思考判断，这个问题，值得注意改进。平时说的用心开车，也就是说开车要靠自己用脑子，开车不用脑子，危险。想开车开得很好，想开车开得非常安全，就是要多动脑子，多及时正确判断决定，及时根据路面情况调整好车速。

前方有情况，马上就减速慢了下来，这就叫反应快，如不减速，对情况不作任何判断处理，简单的说是反应慢，严重的话，便是极有可能会发生很危险的事故了。象有时明明该及时停下来的时候，我们却只是含糊的减一下速度，像这种情况，就是措施不力、措施不到位;措施的效果究竞怎么样，当然要分清，反应判断不好含糊。

反应由慢到快。

路考时，考官坐在我们的身边，他考核我们的内容，有相当一部分就是看看我们对路面的情况，是如何反应如何处理的，有时，我们天生的反应慢了那么一点点，如没有及时减速刹车，没有响喇叭，那么，考官就可能相当不满意了。

其实，在开始学车时，大家的反应一律都是很慢的，因为不熟悉，不熟悉，一时手忙脚乱，就来不及反应。

后来慢慢的熟悉了，反应也就变得越来越快了，前面有情况，就自然知道一脚刹车，毫不犹豫的踩下去。嘻嘻，原来跟师傅学车，也就是在学，反应怎样由慢到快。

总的来说，在路上的原则，就是前面有情况，就慢一点，没情况，就快一点。

有时当我们车速很快时，这时遇到了前面有情况，或前方是个有车辆行人通过的小支叉路口等，一般是不怎么提前减速，总是想跟着车速的惯性冲过去，到最后迫不得已不得不很危险的刹车制动，这其实就是反应慢，思想和手脚的动作都慢了半步，实际上规范的应该是，该慢则慢。

前面有情况，不肯提前慢一点，这就是比较迟钝，唉，我有时也是这样的，反应总是慢了半步，为什么慢了这么半步?懒!路上的情况，有时懒得理它，司空见惯，心理上有点麻木了，不主动关注路面情况，不主动处理路面情况，只是被动的应付路面情况，被动的开车。

开车时思想和动作都懒，反应就慢，呵呵，还有这就是为什么不提倡疲劳驾驶，疲劳时，精神差一点的时候，反应也慢。

懒，也就是眼里明明看到前方有情况，明明看到前方是交叉路口，明明看到前方有小支叉路口，还有明明前方马上要转弯了，这时心里也知道，最好是慢一点，但就是懒得提前松油门，懒得响喇叭，懒得刹车。懒，就是一个懒字。

懒，怎么办?

懒?嘻嘻，回家跪搓衣板呗。

说到底，简单的一条，看见前面路上有情况，应马上反应过来，应马上就减速慢下来，开车时应养成这样的良好习惯!

在公路上通行时，对路面情况观察清楚后一定要迅速分析判断，马上作出决定，如何前进。如果只是茫然地看，不去认真分析，那就没有完全起到观察的作用;前面有情况，这时我们要看一下，有没有危险，然后决定是否继续前进;开车时观察与分析、判断、操作，应该是紧紧相连的，缺一不可，各方面都要及时做好。

当快则快，该慢则慢，这是开车时对路面情况分析后作判断的准则，这是开车的基本常识，也是开车的根本道理，这一点应该没有疑问，总不至于前面有情况，还照样加油门向前开吧。但公理也常常被违背，常识也会被置之脑后。

在上海法制报上看到过一个事故案例，有个开中巴车的驾驶员，为了多做点生意，想抢在公交车前面停靠站点，到了一个路口，就违章闯红灯，结果与一辆摩托车发生事故，摩托车驾驶员不幸身亡。

金钱固然重要，但作为开车来说，确保安全更重要。

开车时有抢时间的意识，也会使我们的判断摇摇晃晃。

有时只要进入危险地带，即使有浑身的本事，也没有用。

如果我们作判断的原则是确保安全，不开危险车，那么，进入交叉路口前我们会慢一点，遇到红灯我们会停下来。

但有时我们的大脑好像没有派上正确的用场，理智没有强硬的做主，结果，别人有时就会问我们“你开车时有没有用脑子?”

用脑子?科学研究发现，大多数的女士只要一进入购物商场，大脑负责理智判断的区域，便会减少活动或自动关闭。

另外，“情人眼里出西施”，当面对自己心爱的人时，大脑负责批评思维的那部分区域，便完全舒舒服服睡眠休息了。

那么，只要往车上一坐，有时驾驶员便也有可能失去理智清醒的判断，这在科学上也应该是讲得通了。

但，在这里，也可以这么说，开车是一项有思维的运动。开车时要注意不思维和思维不正确的危险误区，要养成良好的驾驶思维习惯。小心实际的等候远胜于冒险犯难之前行。故说“宁停三分，不抢一秒”。

“智勇双全”，在开车时，在智慧和勇气之间，让理智一直准确的主导感情，仍然是我们唯一的对策。

智者不乱。

快有快的条件。

如果道路宽阔，路两边视线良好，两边又没有骑自行车的或是骑摩托车的，也没有行人，对面又没有来车，也就是说，不存在任何隐患，那当然可以开快一点，而且应该开快一点，大可放心，此时不可能发生任何事故，不具备发生事故的条件;另外，路上虽然有别的情况，但和这些情况有足够的安全距离的时候，也可以快一点。

当快则快，该慢则慢，这一条在跟教练学车时，师傅应该经常说过，只是不知考到驾驶证以后，自己单独开车时，“当快则快，该慢则慢”，有没有做得更好，开车就这么简单的一句话，照这一句话去开，也不可能发生事故。有一次向一个师傅请教：怎样开才能保证不出事故?他说：“不出事故，只能说是不出责任事故，你该开二十迈，你不要开三十多迈，象雨雾天气，你只开二十多迈，总不会出事。”

当前面有情况，不提前减点速，不提前慢一点，还是开快车，就出事了，就这么简单。

理所当然。

当前方路面有情况的时候，应该慢一点，还有什么情况下应该慢一点?

觉得有点危险的时候，就慢一点。

车辆不熟悉的时候，就慢一点。

觉得路面情况有点复杂的时候，就慢一点。

觉得很紧张，有点恐慌的时候，就慢一点。

觉得没把握的时候，就慢一点。

雨雾冰雪天气的时候，就好好慢一点。

与前后左右靠得太近的时候，就慢一点。

很生气的时候，就慢一点。

视线不清的时候，就好好慢一点。

觉得不安全的时候，就好好慢一点。

一慢二看三通过。

在车辆起步时，要慢一点，看清楚了再起步。

在通过交叉路口前，要慢一点，要看清楚。

在进出非机动车道前，在转弯时，要好好慢一点，好好看清楚。

在打方向变更车道前，要好慢一点，好好看清楚。

在夜晚要慢一点，要看清楚。

在视线不清、视线受阻、视线隐蔽的地方，要好好慢一点，好好看清楚。

在和周围的车辆与行人靠得太近的时候，要好好慢一点，好好看清楚。

在前方道路边上有人，路上车多，觉得不安全、不踏实的时候，要慢一点。

在超车前，在会车前，要慢一点，看看好，要选择安全的超车会车。

在路况好的时候，也不要太快，要预防万一。

这样开，就是很安全了。

开车有快的时候，当然也有应该慢的时候，在这些该慢的时候，是的的确确、实实在在应该慢一点的，不慢，万一的话就会发生车祸，无法保证安全。

有很多很多的事故，都很平常，都是因为在这些该慢的时候没提前慢下来。

到了该慢的时候就慢一点，尽好我们的职责。说小心，也就是在这个时候我们要好好小心。

一慢二看三通过，开车时，这句话是经典中的精典。

有个朋友，刚学开车，替他亲戚开车。

他亲戚夫妻两个都开车，他单独跟女的开车子，女的安全意识特别好，朋友开的时候，她总是说：“你慢点，你慢点。”预防意识特别强。单独跟男的开车，男的时间观念比较强，男的总是说：“你加油，你加油门呀。”一个叫快，一个叫慢，弄得他有点不知如何是好，两天下来，不得要领。后来正好要从南通到无锡去，叫我一起去，我说：“你来开”。从南通到无锡，他开我说，说来说去，无非是该快的时候就开快点，该慢的时候就开慢点。没有任何危险情况的时候就开快点，前方路面有行人，有骑自行车的人，有骑摩托车的人，就慢点。

他拿证以后在南通才开了两三天，开的路也不多，但觉得非常吃力，有时开得浑身是汗，紧张不熟练。同我到无锡去，一来一去，对他来说，路也算不少，我问他，他说倒不觉得太吃力;没情况，放心朝前开，当然不吃力;前面有情况，就提前减速，提前慢下来，这样一来，也就将情况化解掉了，也就没有多少情况好处理了，所以也不觉得吃力。

万变不离其宗。

该让的时候就让，该走的时候就走，该静观其变的时候就静观其变，不该超车的时候就不要超车;开车时，我们所作的决定应该对自己或别人不会造成任何危险。

曾经有一次经过一个小镇，小镇的中心是个小小的十字路口，路口的四个角上都是房屋，经过这样的地段应该好好慢点，但当时没有注意好好提前减速，没有做到一慢二看三通过，车速偏快了一点，等过了这个路口，才后悔，这样开不对，很危险。

还有一次，是在一条比较窄的公路上，当时前方路两边都有自行车，这时对面又过来一辆小货车，本来看见前方路面是空的，就没有怎么减速，但当和小货车交会时，发现也同时正好和路边的自行车一起交会，这样在一条小路上就形成了四点一线的情况，相互间的安全距离就实在太小了，过去以后，心中也是后悔不已，当时应该慢一点，让小货车先走的。

开车时，有时观察一些路面情况，再分析判断，所需要的时间一秒钟都不到，这个时候，最起码的总要知道是应该快一点，还是慢一点吧。

有很多时候我们偏偏做不到这一点，不能及时慢下来;有时要等到发生事故以后，才认识到：“唉，我当时要是提前慢点就好了。”

“文武之道，一张一弛。”快和慢相辅相成，各尽其妙。交通法规有：“保障交通安全和畅通”。“安全”要求大家慢一点，“畅通”要求大家快一点。安全和畅通是对交通行为的合理要求。开车时非常恰当的快和非常恰当的慢，可以很好的满足这两个要求。

还是再来看看交通规则。

共

2

页，当前第。

2

页

1

2

**安全驾驶心得体会篇四**

近年来，交通事故频发，车祸造成的人员伤亡和物质损失严重。为了提高驾驶员的安全意识和驾驶技能，各地交通部门纷纷开展驾驶安全课程。我最近参加了一次驾驶安全课程，在课程中获得了一些启示和收获。

第一段：认真聆听课程的内容，提高安全意识。

在开课前，被教练提醒：“事故总是发生在不提防的时候，你要时刻意识到道路危险。哪怕是你觉得再熟悉的路况，也要保持警惕。”听到这句话，我深刻地意识到了驾驶的风险。在课堂上，教练详细讲述了各种交通标志和交通信号的含义，以及行车规则。我认真聆听，并积极举手发言。在课程中，我学习到了很多知识，如何排除驾驶中的干扰因素，如疲劳驾驶和低头玩手机的风险。这些知识帮助我提高了驾驶中的安全意识。

第二段：了解车祸原因，避免犯同样的错误。

揭开一个车祸背后的原因通常很困难。听取教练讲授的近期车祸的原因，可以让我们更好地认识到在驾车过程中需要注意哪些因素，如何避免犯同样的错误。例如，在主干道上，我们必须让步停车，遵守红灯，快车道不得折返，这些都是大家很熟悉的规则，但是在实际驾驶中，很多人却将其视而不见。此外，听取讲解还可了解到近期在道路上发生的危险状况，如道路施工，根据此信息进行调整，可以避免车祸发生。

第三段：驾驶技巧的提升，可以有效减少车祸。

除了掌握驾驶时的基本规则，还需要学习和掌握一些高效的驾驶技巧。当我参加最初的驾驶安全课程时，我能感受到自己驾驶经验的缺乏。课程中教练指导我掌握如何在夜间或恶劣天气下保持安全驾驶的技巧。我学会了如何控制车辆的制动和油门，如何调整车辆转速以及掌握在滑动路面上如何保持平稳。这些都是驾驶员在不确定性条件下所需要掌握的驾驶技能。

第四段：遵守道路交通规则，保护人民生命财产安全。

在课程过程中，那些前车不看交通信号而闯红灯，违反限速规定的驾驶员被反复警告。作为合规的良民，我们需要遵守道路交通规则。不仅是为了保证自己和家人的安全，更是为了维护道路上所有人的安全。我们的驾驶行为过程中，任何违法行为可能因为自己的疏忽或急躁给其他人的生命和财产带来无限的悲痛和负担。因此，每个驾驶员在驾驶时都应该严格遵守道路交通规则。

第五段：参加安全驾驶课程，提升自己的驾驶品质。

通过学习驾驶安全知识，避免犯同样的错误，提高驾驶技巧和严格遵守交通规则，我们可以保证自己的驾驶安全，保护他人的安全，乘车人员和行人。因此，我十分推荐有驾驶需求的人参加驾驶安全学习课程。除了掌握驾驶技能，也给了我认识别的机会，让我了解到道路交通规则的真正含义，专业讲解驾驶安全知识的同时，传递了他们在道路上的交通管理工作的责任感，让我深受感动。

总之，参加安全驾驶课程的收获非常大，我们需要时刻关注道路和自己的安全。遵循道路交通规则，掌握必要的驾驶技能和识别能力是我们优秀的驾驶人员所需的。通过这些努力，我们一定能够将多年的驾驶体验转化为安全和幸福的驾车之旅。

**安全驾驶心得体会篇五**

随着城市的不断发展和人们的生活水平的提高，越来越多的人开始拥有自己的汽车。开车成为了日常出行的一个重要方式，但是开车也伴随着很多安全隐患。安全驾驶对于个人和社会都是非常重要的，为了协助大家更好地掌握安全驾驶技巧，本文将分享我的个人安全驾驶体验和心得。

第一段：调整心态，保持平静。

安全驾驶首先需要保持一个良好的心态。在驾车过程中，我们难免会遇到一些情况，如交通堵塞、被其他车辆挤压等等，这些情况很容易引起我们的情绪波动。但是我们必须调整好心态，保持平静，不要让情绪影响我们的驾驶。只有心态平和，才能做好后方观察、安全变道等重要的事项。

第二段：时刻保持专注，集中注意力。

保持专注是安全驾驶的关键。我们必须时刻保持警惕，集中注意力。在行车过程中，我们需要关注前方的路况，注意行人、车辆等障碍物的出现，同时也要观察后方交通，保持对后方的观察，避免后刺等情况。

第三段：保持安全车距。

车距的大小直接决定了我们的行车安全。在市区行驶时，我们应该保持一个安全的距离，并随时观察前方的行驶情况，避免车辆间产生任何碰撞，否则将会对自己和其他车辆造成很大的伤害。

第四段：合理使用灯光和信号灯。

开车时不仅要注重自己的安全，也要考虑其他车辆和行人的安全。为了提高行车安全性，我们需要合理使用车灯和信号灯。当夜间、雨天行驶时，开启车灯，使自己的车辆更容易被其他车辆和行人察觉，避免交通事故的发生。同时在掉头或变道时，一定要等待信号灯变为绿色，确保安全。

第五段：不开车醉驾，保护自己和他人的生命安全。

最后，我们需要认识到不开车醉驾的重要性。酒后驾车是非常危险和不负责任的行为，它不仅危害自己，也可能危害他人。作为驾驶人员，我们需要对自己的行为负责，不开车醉驾，为自己和他人的生命安全保驾护航。

在汽车日益普及的当下，安全驾驶不仅仅是一个个人的责任，也是社会的责任。我们一定要重视安全驾驶，遵守交通规则，提高驾驶技能。只有如此，才能保证我们的行驶过程是安全的，同时也是对他人的负责的表现。

**安全驾驶心得体会篇六**

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。

以下是我在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。

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。

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。

过后再行，一定要做到四防，即：“一防视线不清，二防行车撞人，三防车辆侧滑，四防涉水陷车”，驾车出行时时刻牢记。

安全驾驶，就是要自觉维护交通秩序，做到“宁停三分，不抢一秒”，开文明车，行文明路，以实际行动争做交通安全、文明行车的模范，做一个懂法守法的驾驶员。

**安全驾驶心得体会篇七**

安全驾驶是一个人的生命安全和他人的生命安全的基础，是道路交通的基本法，而作为驾驶者，养成安全驾驶习惯是保障自身和他人安全的重要措施。为了提高自己的安全驾驶能力，我总结了一些个人安全驾驶心得和体会，与大家分享。

二、正确驾驶行为的培养。

1.规避疲劳驾驶。

疲劳驾驶是造成交通事故的一个重要原因。在长途驾驶中，我们要认识到疲劳驾驶的危害，及时停车休息，多休息，早起，晚睡，少开夜车。休息充足后才能上路行驶。

2.遵守交通规则。

遵守规则是保障交通安全的基本法，坚持遵守交通规则，顺从交通信号，不超速，不违反实线，不闯红灯，不占用公交车道，做好预防措施。

3.安全跟车，避免危险。

安全跟车是保障自己和他人安全生命的首要原则。行车时，要保持足够的安全距离，根据车辆前面行驶方向和速度变化适时预留刹车距离，千万不要靠近开快车的车辆，以避免发生追尾碰撞事故。

三、潜在危险的警觉。

1.提高观察能力。

道路上存在着各种各样的隐藏障碍，如人行道的拐角，路边树木，广告牌等等，我们要经常加强观察，提前判断潜在的危险，做好预防措施。

2.警惕行人和非机动车。

道路上行人和非机动车较为脆弱，一些疏忽大意的行为可能会给他们带来很大的伤害，因此在行驶过程中要注意保持警惕，千万不要粗心大意，认真观察道路上的所有情况。

四、提高紧急处理能力。

1.灵活的应对突发事故。

在行车中，有时难以避免突发情况，这时要迅速应对，正确处理，避免事故的发生。例如遇到车辆抛锚，要及时开启危险报警灯，拉到路边等待救援；遇到不明物体，保持清醒，按照规定处理。

2.提高驾车技能。

在行车过程中，经常把车辆驾驶技能训练得更好，适时培养自己的驾驶技术，及时了解和掌握有关驾车技巧和相关知识，以增强自己的紧急处理能力。

五、总结。

作为一个驾驶者，负责任地驾驶是每位驾驶员应该承担的责任，要牢记各种流程的经验和技巧，以安全为前提，以责任为重，做好个人安全驾驶的心得总结，有效地提高自己的安全驾驶能力，促进大家的安全驾驶。

**安全驾驶心得体会篇八**

我叫xx，从一九xx年从事汽车驾驶工作至今。在多年的驾驶工作中，我能够时刻紧绷安全这根弦，安全行车三十五万公里无事故，较好地完成了运输任务，连续多年被评为局优秀驾驶员、局级先进工作者。下面就安全行车工作，谈一点自己的体会：

作为一名司机，最最根本的是要保证行车安全。保证不了安全，及时送货，提高运输效益，增加收入都是空谈。因而，我认为只有在安全学习上一丝不苟，积累行车经验，才能做到随机应变，及时处理突发事件。因此，我十分重视部门每周一的安全教育会。我认为安全会不但要参加，而且要理解安全教育的重要好处，事故关系着货物、车辆和自己的生命安全，不能拿国家财产和自己的生命开玩笑，透过例会，摆事实、讲道理、总结经验，到达安全行车的目的，只带耳朵听，不往心里记，是极其危险的，所以每次安全学习，我都认真听，会后反复琢磨，虚心向别的驾驶员学习，力求不断提高自己的驾驶水平。

“驾车如驾虎”，驾车上路，不能有丝毫马虎，多年实践经验告诉我，只要一上车，就要全神贯注，同时，要针对所驾车型的特点，中速行驶，我的做法是：

1、注意观察：在驾驶车辆过程中，驾驶员的观察力很重要，集装箱卡车，车长、超高，道路上有很多电线不贴合标准，个性是农村横过街道的线路，千万不能盲目透过，每当这时，我便抬一下踏油门的脚，然后再扫一眼车速表，然后细心观察，当线路不够高时，就下车请过路人帮忙，决不盲目透过。

2、中速行驶：道路交通状况复杂多变，既要依法行车，又要个性注意车速，持续中速行驶，并与前车持续必须的安全距离，没有把握不强行超车、不紧急刹车，做到掌握路况、掌握车况、遇事不慌。记得99年2月的一天晚上，我从青岛回到，当车行至烟青一级公路莱阳段附近时，心想，尽管夜深人静，但前方的几个立交桥附近，由于两侧有许多条小路穿越一级路，是事故多发地段，想到那里，我把车辆速由50码降到了30码，突然，前面有一辆无灯的农用三轮车抢穿公路，我紧急制动。停下一看，只见那驾驶三轮车的人因无证驾驶没有经验，早已吓得目瞪口呆不知所措地将车停在距我的车头不到一米的路面上。一场事故化险为夷。因此，我把这样一句话当作为开车时的座右铭：“回家心切莫超速，亲人盼你平安归”。

3、仔细应付路面状况，适应复杂驾驶环境。由于天气及路面状况复杂多变，给安全行车工作带来很大的困难。因此，在这种状况下，我始终坚持谨慎驾驶，不盲目开车的原则，选取适当车速，安全行车。比如：雨雪天谨慎驾驶防路滑；市区行车留意慢行防行人和自行车横穿；雾天低速行驶防碰撞。由于措施得当，留意谨慎，我曾成功的避免了一齐重大交通事故。

驾驶员都明白，行车时要注意做好车辆的“一日三检”工作，那就是：行车前、行车中、收车后的检查，这三检必不可少，它关系到我们每次行车安全，因此，每次出车前，都仔细的检查车辆，有问题立即修理；行车中，我根据载货的重量及路面状况，及时停车检查车辆的安全部位，如轮胎螺丝、轮胎气压、传动轴螺丝、马鞍螺丝及刹车系统各部件是否安全可靠等，这样的检查在收车后再重复一次，以确保下次任务的顺利完成。今年四月份，我驾车赴淄博拉货，出车前依照惯例检查车辆没有发现问题，装货回到时，由于货物较重，我在谨慎驾车的同时，更加注意随时认真地检查车辆的状况，行至潍坊高速公路，我在停车检查时，突然发此刻后轮轮毂出现了十几公分的裂缝，并且已经有2根轮胎螺丝断裂，我顿时惊出了一身冷汗，如果不及时停车检查发现问题，一旦上了高速公路，车速一快，后果不堪设想。我立即联系单位派人抢修，避免了一齐行车事故的发生。由于三检工作做的认真，即便是保钟点的活因修车耽误了一点时间，货主也会对自己的货物能安全运到目的地而谅解。

在做好车辆“一日三检”工作的同时，务必注意做好车辆的维护保养工作，车辆对驾驶员来说就如同眼睛一样，保护好了，开起来情绪舒畅，显得路面格外宽广，因此，每次出车回到，即使是再累，我总是坚持一要洗车，二要修车的原则，清理完车辆后再回家。在洗车上，我为自己定的原则是：“长途归来必洗车，两天行车后必洗车，短途归来后必擦车”。每次跑长途或雨天行车后，我总是要用上一个多小时的时间，对车辆进行彻底冲洗，因此，我是公司“冲车台”上的常客；同时，出车归来后，我总是根据车辆在公路上的行驶状况，发现故障部位，及时进场修理，在车辆进行修理时，我一般状况下是换上工作服，看修理工修车，对不懂的地方就问，掌握车辆的结构，积累修车经验，同时，我主动给车辆的润滑部位打黄油，确保各润滑部位润滑良好。由于虚心向修理工学习，认真研究车辆构造，使我具备了排除一般鼓掌的潜力，在公司举办的汽车排故比赛中，多次获奖。

因违章驾驶，疲劳开车而导致发生交通事故的案例比比皆是，且触目惊心，作为一名驾驶员，应个性注意这一点，我是一名长途车司机，长途运输有时为了保点，往往需要长时间超负荷作业，这样似乎与不能疲劳驾车的交通法规相抵触，怎样才能既做到保证多拉快跑，又不使身体过度疲劳呢我认为，应根据自身的身体力行，自行调节，始终持续旺盛的精力来开车，当感到身体疲倦时，应及时寻找安全地带靠边停车，下车放松一下，必要时睡上一会儿，感觉精力充沛，再上路行驶。在不行车时，要注意休息，远离赌桌、牌桌等耗费时间和精力的场所，保证充足的睡眠，以便工作时精力充沛，不打瞌睡。

以上是我工作中的一些做法和体会。虽然我在工作中取得了一些成绩，但离单位和领导的要求还是有很远的差距。今后，我将更加严格要求自己，加强车辆的维护保养，加强学习，注意做好本职工作。

**安全驾驶心得体会篇九**

参加xx集团道路运输安全集中教育培训会，使我受益匪浅，xx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安全事故的发生。

我是xx至班线号车驾驶员，参加xx集团道路运输安全集中教育培训会，使我受益匪浅，xx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安全事故的发生。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找