# 2024年工地实训的心得体会(五篇)

来源：网络 作者：海棠云影 更新时间：2024-08-26

*心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。优质的心得体会该怎么样去写呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。工地实训的心得体会篇一实习单位：\_建筑安装有限公司;实习工程名称：南通zz国际商业广场。...*

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。优质的心得体会该怎么样去写呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**工地实训的心得体会篇一**

实习单位：\_建筑安装有限公司;

实习工程名称：南通zz国际商业广场。

我所在的实习部门是其第三项目部，zz国际商业广场所附的群楼层层，这是一个很大的工地，听那些前辈们说这次的工程为南通单体建筑是迄今南通地区的工程之一也是南通目前规模很大的几个重点工程之一。附建式甲类六级人防工程，防空地下室位于新建广场地下室地下二层，南靠洪江路，东临工农路，总的建筑面积为10400m2，人防面积为13906.3m2。该工程以区划分有a、b、c三大区为主区，另附其他几区。其中a区为高层框筒结构，主体结构26层，建筑高度99.450m;b区为框剪结构，主体结构27层，建筑高度92.600m，地下两层;c区为框剪结构，主体16层，建筑高度58.050m，地下两层;其他附区均为多层建筑，地下两层。工期约为五百天也就是大约两年。

工程管理简介

在学校学习高层建筑施工这门学科期间，我们曾经在徐老师的带领下参观过这个规模庞大的工地现场，那时候只是表观的学习并了解整个工程的基本情况，包括基础类型，结构类型，整个施工场地区域的划分，对现场管理的参观等。

而现在自己带着安全帽，一步一步踩在绑扎好的基础梁上，听着那些前辈们对于像施工放线，砖胎膜砌筑，钢筋梁柱的绑扎，模板安装，支护体系的布置等一些施工工艺的解释。这样一句话一句话的介绍和引导，逐步了解到这个工程里包含的是我们很多未曾接触过的知识体系，不仅是规模，更多的是管理。

由于该工程规模比较大，所以采用了典型的分段流水施工方法。地下二层为一万四千多平方米，根据后浇带的位置共分为九个施工短进行施工。其中第一段在进行混凝土的浇筑，第二短在进行钢筋的绑扎;第三短为垫层的养护及定位防线;第四段进行垫层的浇筑;五六段在砌筑砖胎膜;七八段在进行承台及地梁基坑的开挖;第九段在进行平整场地。

流水施工方法是实践证明了的效果的施工组织方法。先进的施工技术与科学的管理手段相结合，是改善施工企业生产经营管理素质、提高劳动生产率、保证工程质量、缩短工期、降低成本的重要途径。而该工程的管理就能很好的体现到这点。

实习主要任务

虽然说两个月不是很长的时间，而我们仍然给自己规划了自己这次实习的主要任务：

①仔细读图识图，争取尽量把结构施工图以及建筑施工图的读图技巧掌握牢固，了解工程的性质，规模，建筑结构特点与施工条件等内容

②了解不同机械设备的操作范围和规程，多多请教了解看到的不知道的知识。尽量争取参与并了解工程开工前和施工中的各项准备工作

③参与进入施工现场的材料，收集有关技术资料，学习如何整理施工实习日记。

④学会和周围的人，事更好的融合，以及一些讲话技巧。

大家都知道走入社会，要的不仅仅是我们的专业知识与专业技能，现在整个社会的教育体制都在转向综合性，讲究的是综合性的高质人才。我们应该对自己有信心，始终记得机会是留给那些有准备的人，而我们也即将面临就业这个很现实的问题，如何能够让自己立于不败之地，而寻求更好的岗位，就是要提高自己的综合素质，有意识的多学习各种进入社会的技巧，为了我们真正走入社会的那一天打好基础。

“凡事豫则立，不豫则废;言前定，则不跆;事前定，则不困;行前定，则不疚;道前定，则步穷”说的就是这个道理。

其中有几天天气不好，有雷阵雨有的基坑砖胎膜后土体被冲垮影响了施工进程，并且很多地方需要重新进行测量放线，我跟随着师傅经过了仔细读图，去施工现场找出确切的实体位置，在此过程中学习后浇带施工工艺，并对超前止水有了总体印象，在这一个过程中了解到迎水面垫块间距500mm，其余800mm。了解了箍筋布置形式，尤其是四肢箍;加密与非加密区的读图方法。以及抗压桩及抗拔桩的构造，钢筋的锚固形式。

另外施工现场在进行混凝土浇筑的时候，施工现场会浇筑混凝土使用两种机械。即固定泵(无长管)使用坐邦传送混凝土，可以进行长距离的浇筑;而另一种是汽车泵(有软管)使用比较灵活，速度比较快;通常情况下，使用汽车泵比较普遍。为了使混凝土振捣结实，同时运作的还有混凝土振捣装置：一个是振动棒，一个是平板振动器。另外还有将混凝土整平整的磨光器。

为了进行有效的成本控制，工长告诉我们在进行混凝土的搅拌时正确的放料顺序为：石子，水，砂。因为放料顺序正确可以降低对材料的浪费。即使是混凝土用水也不可以使用生活用的污水来拌和混凝土。混凝土用水需要干净的水，因为污水会影响混凝土的质量。不单是水，对砂、石的细度模数、对水泥标号也有要求。并且这种大型建筑场地浇筑混凝土都要使用商品混凝土。在夏季施工时，气温一般都要超过三十摄氏度。为防止初凝时间过短，便于施工，混凝土都加有外加剂，使其初凝时间达到6至8小时。

模板安装在一个工程中是很重要的，它关系着后面混凝土的浇筑效果及建筑物几何尺寸，外观效果。所以在绑扎好钢筋后要确定准确保护层的厚度以便很好的按装模板。在按装模板时要注意板与板之间不能有缝隙，支撑系统一定要到位，尺寸要按规范进行以及标高轴线要定位准确。

实习感想

①时刻把安全第一放在第一位，当自己身处施工现场一定要戴安全帽，穿厚底的鞋子，长衣长裤，看到有人衣着不适，没有戴安全帽，要及时提醒。

②摆好心态，遇事不能着急，遇到自己解决不了的大事，小事，先考虑慎重，再咨询前辈的意见，比如自己对工地的这种环境身体有不适应症状出现，要及时发现并就医，然后向项目经理征求一下意见，休息几天，都是必要的。

③做事要勤快，坚持每天早早到达自己所属的部门，打扫卫生，烧水沏茶，擦板凳桌椅，将一天的开始工作做好，良好的开端是成功的一半，做事态度一定要诚恳。

④天气炎热，前辈们那种敬业精神，那种做事认真，负责的态度给我们树立了标榜，让我们在今后的道路中严格的要求自己，勇于把自己的责任放在心里，行动于实际。

⑤做事要讲究技巧，不能蛮干硬干，要注意结合专业知识，平时注意休息，保证自己有个充足的睡眠时间，这样才能精神饱满，保持清醒的头脑和思维，做到对于一些教诲反应及时迅速，养成良好的生活习惯也是很有讲究的，平时注意联系社会现状分析自己所属专业的发展方向，这就需要经常阅览报刊，书籍，关注互联网上格地区公布的最新消息，也对于自己寻找自己的发展方向很有好处，前辈们几年甚至是几十年积累的经验更是可贵的，要和前辈们多交流。

施工现场偶发实例的实录

(一)六月的上旬，天气炎热的势头正逐渐开始上升，学校里为了让我们能够在校园里体会到社会的责任而所作出的自我锻炼的仅仅一种试探性的步伐，这一步让我知道了自己能力的欠缺。我开始自己质疑自己不能够将自己的专业更好的融入到工程中，开始否定自己对社会的看法，一些让我有时候会对镜子里的自己摇头的想法，但是始终坚信的：那就是你要忠于现实，而后你要忠于自己的内心。那些可亲的师傅们，常教导的就是无论哪行哪业，都有这么一句话叫：师傅领进门，修行在各人。

而我们那里放线的有陈师傅，李师傅等，预算资料的有赵师傅是一个最年轻细心的女师傅;钢筋质检员里，要说到最厉害的就是老李师傅了，老李师傅是一个退休的老干部，是个经验丰富，为人处事都让人不得不由衷佩服的老处长了，他那里有一本图集规范，在我们闲来无事，其实不是工地上的任务很轻松，而是，还没有算得上是初出茅庐的我们不知道自己如何能够适应这样的环境，和突然阳光暴晒下的工作任务。

但是“责任”两字在我们心中大如天，因为在学校里，老师们每次讲课，每次提到施工规范，施工工艺，施工安全等，都要将那份厚重的责任心态灌输给我们，久而久之，就在我们心里萌生出责任大于天。而老李师傅的那种敬业的精神其实就是一种责任成为了习惯。

六月下旬最热的时候，温度将近四十度，那时候，温度不是在正午的十二点而是在下午两点左右，热气突然喷涌而来，大概三点的时候，老李师傅还会捧着厚厚的沉沉的图纸去现场进行钢筋的质检，因为要赶工期，而浇筑混凝土的时间不能在温度太高的时候进行，为了防止混凝土凝结过快，所以要在气温不那么高的时候进行。所以就要从下午的六点开始浇筑，总共分成了算是九个区吧，这个工地很显然采取的是分段流水施工，施工安排比较合理，我在上面工程管理简介里也介绍过了。所以在进行浇注混凝土之前，要将绑扎好的钢筋对照着结构施工图来检查，检查长宽尺寸，角钢布置，钢筋的布置，保护层是否达到要求，箍筋加密是否按照图纸完成合格以及是否按照规范施工等等。

为了能够在浇筑混凝土之前做好钢筋质检工作，老李师傅往往会将他那个大大的玻璃杯随身携带，然后进驻正在进行钢筋绑扎的区域，那时候的钢筋通常被太阳烤的炙热烫手，有，我跟随在老李师傅后，拿个卷尺，测量钢筋尺寸和间距的时候，闻到一股被烤了的橡胶的闻到，发现一个刚刚焊接好的钢筋接头处还没来得及凉透，发红的钢筋接头正好被老李师傅的鞋子擦到，那股味道就是老李师傅只顾看图纸检查钢筋绑扎，而没有发现自己的皮鞋此时正在经受最严酷的考验啊，所以这种敬业精神是要学习，但是在施工现场，千万要注意好自己的脚下，头上，及自己身体周围的环境，安全第一!防患于未然。

(二)其实关于身在工地这种安全常识自己实在是深有体会，因为自己也曾经忙于听那些师傅在进行模板安装质检的时候，只顾着听师傅们讲模板的安装准备工作，模板安装工艺而没有照顾到脚下，一个步小心，一条腿就掉进了梯井里，还好，这是在地下室，我倒是幸运的一个机灵抓到了已经绑扎好的板墙钢筋，但这总归是个教训，让我以后在现场无论是放线测量，还是钢筋质检，跟随着前辈的指点一步一步完成任务的时候，都会小心自己所在的环境。

结束语

诚者，自成也;而道，自道也。诚者，物之终始，不诚无物。是故君子诚之为贵。诚者，非自成己而己也，所以成物也。成己，仁也;成物，知也。性之德也，合外内之道也，故时措之宜也。

**工地实训的心得体会篇二**

一：实习目的及任务

目的是通过参观典住宅建筑工地，使我们对所学知识有一个感性认识，对建筑构造的概貌有一个系统全面的了解，提高理论联系实际的能力。实习的任务如下：

1.通过参观实际建筑的施工，增加对建筑构造的认识程度，加深对所学知识的理解。

2.通过参观和老师的讲解，了解建筑工程施工工艺，熟悉房屋构造。

3.通过在实际施工现场的参观实习,培养我们吃苦耐劳的品质和对劳动人民的敬意。

二、实习地点及时间

1.\_市\_路彰泰睿城施工现场 (20\_年12月30日早上)

2.\_市\_路安厦\_大美楼盘施工现场 (20\_年12月31日早上)

三、实习内容

带着实习报告指导书上面的问题，我们参观了两个楼盘的施工现场，当时指导书上有要求，不要带相机拍照，所以照片没有很多。我们参观的彰泰睿城住宅楼是12层,2～11层为标准层，12层为复式楼层。两处楼盘都超过十层，均为高层建筑。住宅建筑规范规定南北向不应小于南侧建筑高度的0.5倍，且最小间距不应小于24米;东西向不应小于较高建筑高度的0.3倍，且最小间距不应小于21米。参观的时候我们问了负责人，他回答住宅的间距都是按规范要求而定的，有些为了功能需要就做大点，大概在20～ 30米这样。

住宅主道路与住宅出入口呈“非”字型布置，方便出入。

我们参观的时候正好都看到打了基础的施工现场，两处楼盘均为桩基础。

底层框架柱界面为600mm,梁高为300mm。均有剪力墙，厚度为200mm。

两处楼盘每栋楼均设一部电梯，井道尺寸2600\_2300mm，井道为砖井道。

彰泰睿城电梯厅的宽度为5000mm，\_大美则只有3000mm。均能采光。

住宅部分框架柱的截面尺寸，跨度，梁高不一样，底层承受荷载较重，所以框架柱比较大，跨度8000mm,梁高也比较高，大概400mm。

彰泰睿城为框架剪力墙结构，平面布置上比较灵活，没有很多的柱子，剪力墙居多，所以不会对使用空间有影响住宅建筑工地参观实习报告三篇住宅建筑工地参观实习报告三篇。\_大美是全框架结构，参观的时候我们明显感觉到室内比较较狭窄，但是不影响使用空间。两处楼盘采用的填充墙为240mm，采用240mm宽的火砖，施工方便。入户门洞为1800\_2100mm，室内门洞为1800\_2100mm。室内均设飘窗，窗台高度500mm，出挑宽度700mm。\_大美的舍友转角飘窗，非常有特色。阳台出挑尺寸为1560\_2200mm,阳台不是很大但足够使用。起居室阳台室内外高差为750mm，厨房生活阳台室内外高差350mm。阳台栏板是钢筋混凝土反边，上面预埋钢板，再与铁栏杆焊接。

卫生间地面下陷380mm，用于布置管道，我们看到预留的排水孔在侧面转角处，得知是采用侧面排水，卫生间设有排气管道，尺寸为250\_350mm。

上到屋面，首先看到的就是密密麻麻的突起的小圆柱，上面插有钢板，问了老师得知这是预制的安装太阳能热水器的支座住宅建筑工地参观实习报告三篇文章住宅建筑工地参观实习报告。旁边围合起来的女儿墙能上人的部分高1500mm，不能上人的部分为300mm。

屋顶要做防水保温层还有面层，在安厦\_大美住宅楼，他们采用保温隔热与面砖结合的一种砖，使屋面更有美感。屋顶排水有坡屋顶排水和平屋顶排水，在屋面设排水天沟槽，排水沟内贴防水材料，雨水流到排水沟内通过过管道把水排走。在屋顶我们还看到风能排气装置和抽气管，抽气管高度有1700mm。作用是抽水马桶排水的时候达到气压平衡排水顺利。屋面还设有水箱用于消防和顶层供水。除此之外还有电缆管道、空调管道、给水排水管道。电缆

管道、空调管道、给水排水管道都较矮，抽气管道比较高，使气味不会被屋面上的人吸入。屋面上唯一的房间就是电梯机房，供工人维修电梯使用。

四、实习体会

通过两天的参观实习，通过实践，使我学到了很多实践知识。所谓实践是检验真理的唯一标准，通过旁站，使我近距离的观察了房屋的建造过程，学到了很多很适用的具体的施工知识，这些知识往往是我在学校很少接触，很少注意的，但又是十分重要、十分基础的知识。比如，钢筋的绑扎，底层基础钢筋的绑扎首先要放样，每一跨度里钢筋的接头数只有25%，即4根钢筋里只有一个接头，另外，接头要尽量放在受压区内。实践是大学生活的第二课堂,是知识常新和发展的源泉,是检验真理的试金石,也是大学生锻炼成长的有效途径。一个人的知识和能力只有在实践中才能发挥作用,才能得到丰富、完善和发展。大学生成长,就要勤于实践,将所学的理论知识与实践相结合一起,在实践中继续学习,不断总结,逐步完善,有所创新,并在实践中提高自己由知识、能力、智慧等因素融合成的综合素质和能力,为自己事业的成功打下良好的基础。[\_TAG\_h3]工地实训的心得体会篇三

根据学校对每届学生每学期末的实习要求，我们在长春市中海国际社区进行了为期2个小时的参观实习。以下为我们所要实习的地点中海国际社区工程简介：

工程名称：中海国际社区e区二期工程

建筑面积：73910.8平方米

建筑层数：地下一层，地上十八层

设计单位：吉林省绿地建筑工程设计事务所

建筑单位：长春市海华房地产开发有限公司

施工单位：江苏南通六建建设集团有限公司

一、实习目的

通过这次实习进一步对所学知识进行实践性的认识，把理论与实践相结合，并对以后的实习及工作环境有进一步的了解，即对工作中所接触的工具及器材功能进行粗略的掌握。

任务：通过这次实习把所看所学所想结合起来写一篇关于此次实习的实习报告。

二、出席情况、纪律情况

7月8日下午虽然天空飘着小雨，但并没有影响我们激动的情绪，我们在下午一点准时乘校车前往这次的实习目的地——中海国际社区，并全程听从老师指导遵循工地安全原则。

三、实验内容

(一)进入工地后，一路上老师就所看到的建筑实体给我们进行讲解，对上一层施工与下一层施工的结合进行分析，下层混凝土结构做好后在上面置模板打入钢筋灌注的混凝土拌合物，下层钢筋高于模板，上层施工于下层施工结合时将下层混凝土凿毛，进行连接。在楼房主题已基本形成的楼梯周围有钢管绑在一起的黄色脚手架，钢管脚手架较之以前的木质脚手架有更好的安全性。老师对该建筑的构造、成型、设置的原理及原因进行分析讲解。

(二)随后我们观看的是钢筋在常温下进行的机械加工。根据建筑的需要，所需钢筋的种类不同，主要有直放的螺纹钢筋和成卷装的盘圆钢筋。并在现场观看了盘圆钢筋的冷拉和螺纹钢筋的弯曲过程。告诉我们钢筋不能露天放置，遭受雨水侵蚀的钢筋会一起理学性质的变化，而且钢筋生锈后会影响钢筋于混凝土的粘结力。老师在介绍时说在过去的20\_年这些复杂艰难的程序都是通过人工完成的。我们在参观的同时不禁感慨人类的智慧与勤劳和科学技术的进步。

(三)最后我们通过安全通道进入楼房主体结构内部，这是一栋一梯两户的住宅楼，每户的面积在80平米左右的两室两厅一卫的小户型标准间，楼体以钢筋混凝土为主题，墙体结构为砖墙。考虑同学们的安全问题，我们并没有向高层走，只是在2-4层之间进行参观。由于天气原因在参观完主体楼房之后就乘校车返回学校。

四、学习体会

通过这次实习我们对将来的工作环境，施工安全，施工原则有了进一步的了解，并把以往过去一年所学的理论只是通过这次实习与实践相结合，更好地掌握了知识的精华。

**工地实训的心得体会篇四**

作为一名大一的大学生，社会实践是我们在大学生活中的一个重要环节。大一暑假,我们有幸到黄州工地实习,在将近半个月个月的实习期里,我初步接触建筑的一些知识,同时也积累了社会经验.负责指导我门组的是一名毕业两年多的学长,他在那个工地是一名施工员,实习内容主要是了解一下工地的基本知识.在王工的悉心教导下,很快我就熟悉了工地上许多最基本的知识,使自己的基础更牢固，技术更全面, 实际操作能力有所提高，以下就是我的一些实习过程和体会。

我们刚刚开始时是上安全教育课,上了大概一个星期,总这过程中我们也去了学校的工地,是由我们曲老师带领我们,在这一个周里学习到了许多知识,还有许多老师给我们上课说工地的知识,也让我明白了以后的发展路线,7月110号，真正实习的第一天，我被分配到第三大组的2小组，我们是上午坐车去的黄州市里。由王老师和艾老师带领我们,到了那里又有工地的一个人来接应我们,又给我们分别安排给一个指导我们的施工员,也就是我在之前说过的那个学长,他首先带我们去楼的里面看看,可是不知道该做些什么，什么也插不上手，只是这里看看，那里逛逛，后来他就说我们如果有什么不明白的就可以问他，于是我们组的同学便纷纷的问起了他问题,他也是一一解答我们,其中我明白了整个大楼不仅仅是建筑施工的事情,也不单单只有楼的图纸,还有那个楼里也有消防人员的图纸,当然别人问问题时我也没在那里呆着,我是把同学们的问题都做了记录,后来就听他给我们讲一些工程的事情,首先，是对建筑的整个流程的了解。建筑物的形成、流程如下：投资商投资--国家审核批准--设计院做出建筑方案--中标--设计院进行建筑设计(包括建筑物正，立，剖面，水电，供暖的设计)--建设部审核批准--施工单位施工--监理进行审核--施工完成，交工--装潢公司进行装修--交工--由投资商和房产公司进行买卖。整个过程中，建筑的设计部分占了相当重要的位置。所以设计的时候，每一步都要按照规定，每一步都要谨慎。设计时也有它的过程：做方案(必须符合结构要求)--进行平面设计(设计的同时，由结构师就行调整，平面做法应符合结构要求，调整的同时，结构师进行结构设计，两者属于同步进行，同步完成)--立面，剖面设计--水电，供暖，电梯设计。

对这一些方面有了大致的了解后，我们又问了他一些关于绘图的知识。 他也告诉了我们绘图所用程序为auto cad--计算机辅助设计。程序具有二维，三维绘图功能。我所做的工作就是建筑物平，立，剖的二维绘制。 绘图，要先对功能进行了解，再就是熟悉里面各个工具的用法。绘图的时候也有步骤：轴线--墙线--门窗--楼梯--屋内布置--标注。还要一边绘制一边修改。刚开始画一些简单的房屋平面图，学着用快捷键做图。在绘制的过程中也遇到一些困难，如弧线与直线的交接，图形的闭和，楼梯的绘制，在做这些时候经常出现错误，影响下一步的操作。在这些操作中，就需要有足够的细心和耐心去修改。

在学习过程中，他告诉我们在工地上工作半年可以相当于学校学习一年,所以我们大家要珍惜这次机会好好学习,老师和同学们都给了我莫大的帮助，让我在学习中少走弯路。

心得体会：

第到工地实习，刚来的时候心理很没底，不知道怎样与别人相处。一上午过后发现与师傅相处并不难。当你遇到不明白的地方时，你就要多问，在问的同时，就增添了你和师傅交流的机会，这样，不仅问题解决，也很快融入了集体。在这里，要勤学好问，多与人交流，要以诚待人。

这次的暑期实习带给我不仅仅是一种社会经验,更是我人生的一笔财富.更可喜的是我在实习期间还结识了一些好朋友,他们给予我不少的帮助.俗语说:纸上得来终觉浅.没有把理论用于实践是学得不深刻的.当今大学教育是以理论为主,能有机会走进工地实习,对我来说是受益非浅的.我就还有一年就毕业走向社会了,相信这次实习对我日后参加工作有帮助.

通过这次实习，在设计方面我感觉自己有了一定的收获。实习主要是为了我们今后在工作及业务上能力的提高起到了促进的作用，增强了我们今后的竞争力，为我们能在以后立足增添了一块基石。实习单位的施工员也给了我很多机会参与他们的设计是我懂得了很多以前难以解决的问题，将来从事本专业工作所要面对的问题。这次实习丰富了我在这方面的知识，使我向更深的层次迈进，对我在今后的社会当中立足有一定的促进作用，但我也认识到，要想做好这方面的工作单靠这这几天的实习是不行的，还需要我在平时的学习和工作中一点一点的积累，不断丰富自己的经验才行。我面前的路还是很漫长的，需要不断的努力和奋斗才能真正地走好。我坚信通过这一段时间的实习，所获得的实践经验对我终身受益，在我毕业后的实际工作中将不断的得到验证，我会不断的理解和体会实习中所学到的知识，在未来的工作中我将把我所学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作来，充分展示自我的个人价值和人生价值。为实现自我的理想和光明的前程努力。

在工地上还学到了大的数值，就有导致裂缝的危险，但如果在拆除模板后及时在表面覆盖一轻型保温材料，如泡沫海棉等，对于防止混凝土表面产生过大的拉应力，具有显著的效果。加筋对大体积混凝土的温度应力影响很小，因为大体积混凝土的含筋率极低。只是对一般钢筋混凝土有影响。在温度不太高及应力低于屈服极限的条件下，钢的各项性能是稳定的，而与应力状态、时间及温度无关。钢的线胀系数与混凝土线胀系数相差很小，在温度变化时两者间只发生很小的内应力。由于钢的弹性模量为混凝土弹性模量的7~15倍，当内混凝土应力达到抗拉强度而开裂时，钢筋的应力将不超过100~200kg/cm2..因此，在混凝土中想要利用钢筋来防止细小裂缝的出现很困难。但加筋后结构内的裂缝一般就变得数目多、间距小、宽度与深度较小了。而且如果钢筋的直径细而间距密时，对提高混凝土抗裂性的效果较好。混凝土和钢筋混凝土结构的表面常常会发生细而浅的裂缝，其中大多数属于干缩裂缝。虽然这种裂缝一般都较浅，但它对结构的强度和耐久性仍有一定的影响。为保证混凝土工程质量，防止开裂，提高混凝土的耐久性，正确使用外加剂也是减少开裂的措施之一。例如使用减水防裂剂，笔者在实践中总结出其主要作用为：

(1)混凝土中存在大量毛细孔道，水蒸发后毛细管中产生毛细管张力，使混凝土干缩变形。增大毛细孔径可降低毛细管表面张力，但会使混凝土强度降低。这个表面张力理论早在六十年代就已被国际上所确认。

(2)水灰比是影响混凝土收缩的重要因素，使用减水防裂剂可使混凝土用水量减少25%。

(3)水泥用量也是混凝土收缩率的重要因素，掺加减水防裂剂的混凝土在保持混凝土强度的条件下可减少15%的水泥用量，其体积用增加骨料用量来补充。

(4)减水防裂剂可以改善水泥浆的稠度，减少混凝土泌水，减少沉缩变形。

(5)提高水泥浆与骨料的粘结力，提高的混凝土抗裂性能。

(6)混凝土在收缩时受到约束产生拉应力，当拉应力大于混凝土抗拉强度时裂缝就会产生。减水防裂剂可有效的提高的混凝土抗拉强度，大幅提高混凝土的抗裂性能。

(7)掺加外加剂可使混凝土密实性好，可有效地提高混凝土的抗碳化性，减少碳化收缩。

(8)掺减水防裂剂后混凝土缓凝时间适当，在有效防止水泥迅速水化放热基础上，避免因水泥长期不凝而带来的塑性收缩增加。

(9)掺外加剂混凝土和易性好，表面易摸平，形成微膜，减少水分蒸发，减少干燥收缩.许多外加剂都有缓凝、增加和易性、改善塑性的功能，我们在工程实践中应多进行这方面的实验对比和研究，比单纯的靠改善外部条件，可能会更加简捷、经济。

4混凝土的早期养护实践证明，混凝土常见的裂缝，大多数是不同深度的表面裂缝，其主要原因是温度梯度造成寒冷地区的温度骤降也容易形成裂缝。因此说混凝土的保温对防止表面早期裂缝尤其重要。从温度应力观点出发，保温应达到下述要求：

1)防止混凝土内外温度差及混凝土表面梯度，防止表面裂缝。

2)防止混凝土超冷，应该尽量设法使混凝土的施工期最低温度不低于混凝土使用期的稳定温度。

3)防止老混凝土过冷，以减少新老混凝土间的约束。混凝土的早期养护，主要目的在于保持适宜的温湿条件，以达到两个方面的效果，一方面使混凝土免受不利温、湿度变形的侵袭，防止有害的冷缩和干缩。一方

面使水泥水化作用顺利进行，以期达到设计的强度和抗裂能力。适宜的温湿度条件是相互关联的。混凝上的保温措施常常也有保湿的效果。从理论上分析，新浇混凝土中所含水分完全可以满足水泥水化的要求而有余。但由于蒸发等原因常引起水分损失，从而推迟或防碍水泥的水化，表面混凝土最容易而且直接受到这种不利影响。因此混凝土浇筑后的最初几天是养护的关键时期，在施工中应切实重视起来。

所以在施工时我们要谨慎的处理这些事件，根据不同情况不同处理。

这些问题都是在施工事要注意的，在施工时采用何种水泥，用量都是要注意的，还有混泥土的早期保养。

还有模板设计：

(一)施工准备1)放线：首先引测建筑的边柱，墙轴线，平以该轴线为起点，引出各条轴线。模板放线时，根据施工图用墨线弹出模板的中心线和边线，墙模板要弹出模板的边线和外侧控制线，以便于模板安装和校正。

2)用水准仪把建筑水平标高根据实际标高的要求，直接引测到模板安装位置。

3)模板垫底部位应预先找平，杂物清理干净，以保证模板位置正确，防止模板底部漏浆或混泥土成形后烂根。

4)工长事先确定模板的组装设计方案，向施工班组进行技术，质量，安全交底。

5)模板应图刷脱模剂。还有好多注意事项，我在这就不列举了。

我坚信通过这一段时间的实习，所获得的实践经验对我终身受益，在我毕业后的实际工作中将不断的得到验证，我会不断的理解和体会实习中所学到的知识，在未来的工作中我将把我所学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作来，充分展示自我的个人价值和人生价值。为实现自我的理想和光明的前程努力。

**工地实训的心得体会篇五**

首先实习对于我来说是很陌生的字眼，因为我十几年的学生生涯没有经历过实习，这是第一次实习，他将全面检验我各方面的能力：学习、心理、身体、思想等等。就像一块试金石，检验我能否将所学理论知识用到实践中去。关系到我将来能否顺利的立足于这个充满挑战

首先实习对于我来说是很陌生的字眼，因为我十几年的学生生涯没有经历过实习，这是第一次实习，他将全面检验我各方面的能力：学习、心理、身体、思想等等。就像一块试金石，检验我能否将所学理论知识用到实践中去。关系到我将来能否顺利的立足于这个充满挑战的社会，也是我建立信心的关键所在，所以，我对它的投入也是的!紧张的九礼拜实习生活结束了，在这九礼拜离我还是有不少的收获。

经过九周的实习学习，使我们更多的掌握了关于建筑方面的理论知识，而理论与实践是紧密相联系的，这次的实习让我很好的了解到实际操作能力，将理论知识全面的融会于工作实践，我更好的在实际作中得到了锻炼。3月27来到了位于户县新石油大学校区西安市第二建筑工程公司项目部，开始了我的实习生活。

工程简介：该工程是石油大学新校区道路b标段的工程。我所在的工程是ak1+220~bk2760道路的管网工程包括热水、电力、电缆、给水、排水以及人行道。

一、测量放线

在工程开工前，建筑物位臵的确定也是很重要的，在从事测量的工作中，我了解到为确定建筑物的位臵首先应根据规划院给定的建筑物坐标点及坐标线、建筑红线进行定位测量，确定它的位臵。

主要应注意以下几点：

(1)以外轴线作为基本纵横线，以绝对标高作为±0。00标高，分别将基本轴线标高引到临近建筑物上。

(2)建筑物的垂直测量。 a：建立辅助轴线控制网。

b：建立施工线控制网，根据辅助轴线控制网画定墙边线、柱边线等施工线。

(3)建筑物水平标高测量。

建筑物的高程控制。采用分层传递法，根据±0。00标高线，将建筑物的标高引至一层柱的竖向钢筋面上，并以此层向上传递测量。

基础工程：

基础工程是每个建筑最为关键的部分，它直接影响工程的质量是否合格。而且基础部分的技术含量也很高。本工程基础部分包括了土方开挖、排水、筏板基础施工、底板混凝土。

二、混凝土工程

(一)、模板设计 施工准备

1.模板安装前的基本工作：

1)放线：首先引测建筑的边柱，墙轴线，平以该轴线为起点，引出各条轴线。模板放线时，根据施工图用墨线弹出模板的中心线和边线，墙模板要弹出模板的边线和外侧控制线，以便于模板安装和校正。

2)用水准仪把建筑水平标高根据实际标高的要求，直接引测到模板安装位臵。

3)模板垫底部位应预先找平，杂物清理干净，以保证模板位臵正确，防止模板底部漏浆或混泥土成形后烂根。

4)工长事先确定模板的组装设计方案，向施工班组进行技术，质量，安全交底。

5)模板应图刷脱模剂。

(二)、混凝土工程

混凝土质量的好坏，既对结构物的安全，也对结构物的造价有很大影响，因此在施工中我们必须对混凝土的施工质量有足够的重视。

一.作业准备：

浇筑前应对模板内的垃圾、泥土等杂物及钢筋上的油污清除干净，并经检查钢筋的水泥垫块是否垫好。如果使用木模板时应浇水使模板湿润，柱子模板的清扫口高水平在清除杂物后再封二。

混凝土现场搅拌：

自拌砼用于防止商品砼暂时供应不上的应急措施和零星砼的现场拌制，原材料和配合比应与商品砼的保持一致。

1根据配合比确定的每盘(槽)各种材料用量及车辆重量，分别固定好水泥、砂、石各个磅称标准。骨料含水率应经常测定，及时调整配合比用水量，确保加水量准确。要过称。

2装料顺序：一般先装石子，再装水泥，最后装砂子，如需加掺合料时，应与水泥一并加入。如需掺外加剂(减水剂、早强剂等)时，粉状应根据每盘加入量预加工装入小包装袋内(塑料袋为宜)，用时与粗细骨料同时加入;液状应按每盘用量与水同时加入搅拌机搅拌。

3搅拌时间：混凝土搅拌的最短时间根据施工规范要求确定掺有外加剂时，搅拌时间应适当延长。

4混凝土开始搅拌时，由施工单位主管技术部门、工长组织有关人员对出盘混凝土的坍落度、和易性等进行鉴定，检查是否符合配合比通知单要求，经调整后再进行搅拌。

混凝土早期养护

实践证明，混凝土常见的裂缝，大多数是不同深度的表面裂缝，其主要原因是温度梯度造成寒冷地区的温度骤降也容易形成裂缝。因此说混凝土的保温对防止表面早期裂缝尤其重要。

从温度应力观点出发，保温应达到下述要求：

1)防止混凝土内外温度差及混凝土表面梯度，防止表面裂缝。 2)防止混凝土超冷，应该尽量设法使混凝土的施工期最低温度不低于混凝土使

用期的稳定温度。

3)防止老混凝土过冷，以减少新老混凝土间的约束。

(三)、混凝土的养护

混凝土早期养护，要目的在于保持适宜的温湿条件，以达到两个方面的效果：一方面使混凝土免受不利温、湿度变形的侵袭，防止有害的冷缩和干缩。另一方面使水泥水化作用顺利进行，以期达到设计的强度和抗裂能力。

从理论上分析，新浇混凝土中所含水分完全可以满足水泥水化的要求而有余。但由于蒸发等原因常引起水分损失，从而推迟或防碍水泥的水化，表面混凝土最容易而且直接受到这种不利影响。因此混凝土浇筑后的最初几天是养护的关键时期，在施工中应切实重视起来。

所以在施工时我们要谨慎的处理这些事件，根据不同情况不同处理。

这些问题都是在施工事要注意的，在施工时采用何种水泥，用量都是要注意的，还有混泥土的早期保养。

由于时间短暂，在那九礼拜里就接触到这些东西，但是我很知足。 不实践很多问题都考虑不到，实践后才知道什么情况都可能遇到，这就要求我们必须有丰富的实践经验，像刚刚走出校门的实习生实践经验还很不丰富，但理论中的东西要是也什么都不会，那在实习过程中就吃不开了。到了施工现场经过一段时间的实习，才体会到并不是课本中学的东西用不上，而是要看你会不会用，懂不懂得变通和举一反三的道理。本次实习中比较严重的问题有以下几个：

问题一：对理论知识掌握不够扎实，例如：混凝土、砂浆试块的养护时间，做试块时应该振捣到什么程度，混凝土浇筑完毕后的养护温度、养护时间，另外对混凝土出现裂缝分析不出原因等等。这些概念都很模糊，实习时用到了才知道自己没学好，在学校时只是为了应付考试为了过关，才在考试的前几天报老师讲过的重点死记硬背上几遍，一等考试过去后脑子里就是一片空白，不管以后又用与否就都在记忆里消失了。等到需要时才知道自己还没记住这些，就像现在进入施工现场没有人会问你这些，但是作为一个技术人员，不知道试块该怎么养护、混凝土出现裂缝是什么原因等一系列的问题，还怎么能指导施工呢?

针对这个问题解决的办法就时在以后的学习中做到扎实掌握，不死记硬背做到灵活运用，与实践相接合。

问题二：熟悉图纸的能力差，对平面的图形想象不出立体的样子。致使不能明确的判断出施工的对错。

问题三：对于最新的施工规范不知道，致使不能很快的判断出施工的对错。

问题四：对于一些施工顺序还不太明了，对每一个施工过程的操作不了解。

问题五：理论联系实际的能力差。对于建筑方面的一些出新了解太少。

问题六：实际中的标高和设计标高在计算施工标高时容易混淆。 实习的经验及收获：

首先本此实习的收获就是学会了适应环境。未去工地之前我从没想象过九礼拜的实习我能坚持下来。但是通过这次实习我适应了这种工地生活。虽说以后不一定去工地工作，但有了这段时间的锻炼，不论以后做什么工作心中都有了一种吃苦耐劳的毅力，也学会了适应环境。另外就是在工地上知道了一些与学校不同的问题，就是在工地上知道了作为一名技术人员应该怎样去和工人交流等。

其次，通过这次实习使我对工程方面的有关知识在实际上有了更深一些的了解。应该说在学校学习再多的专业知识也只是理论上的，与实际还是有点差别的。这次实习对我的识图及作图能力都有一定的帮助，识图时知道哪些地方该注意、须细心计算。在结构上哪些地方须考虑施工时的安全问题，在绘图时哪些地方该考虑实际施工中的问题。到即能施工又符合规范要求，达到设计、施工标准化。没有这次实习也许绘图只是用书本上的照搬照画，不会考虑太多的问题，更不可能想到自己的设计是否能施工。工地虽苦，但能学的是一些现实东西，锻炼的是解决问题的实践能力。

另外，通过帮助资料员填写部分资料，使我对填写施工资料也有了一定的认识，知道什么时候该填什么资料，需什么人签字等，这些是我以前没有接触过的。

最后一点就是：这次实习我见到了只有在课本中才见过的打桩机械，了解了它的工作程序与原理。

实习结束后有必要好好总结一下，首先，通过九礼拜的实习，通过实践，使我学到了很多实践知识。所谓实践是检验真理的标准，通过旁站，使我近距离的观察了整个道路的构造过程，学到了很多很适用的具体施工知识，这些知识往往是我在学校很少接触，很少注意的，但又是十分重要基础的知识。

大学生活是紧张而又充满期望的日子，学习的闲暇时总是憧憬着背起行囊，远离亲人朋友以及师长护佑，去走真正属于自己的路。然而当我们终于可以像刚刚长满羽毛的雏鹰般离开长者们搭建好的巢穴，独自一人走上社会工作这个大舞台时，却发现人生的道路原来是如此的坎坷不平，任何人的成功都是经历一番狂风暴雨的。短短九礼拜的实习生活中，让我学会了不少东西，会对我以后工作有很大帮助的，这是我人生的第一次走入社会，第一次走向工作，感觉生活真的很不容易。

实习实质是毕业前的模拟演练，在即将走向社会，踏上工作岗位之即，这样的磨砺很重要。希望人生能由此延展开来，真正使所学所想有用武之地。

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