# 最新钢筋心得体会(优质13篇)

来源：网络 作者：紫竹清香 更新时间：2025-04-29

*心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？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。钢筋心得体会篇一作为建筑行...*

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？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。

**钢筋心得体会篇一**

作为建筑行业中最基础的材料之一，钢筋在建筑中的应用广泛，承载着建筑物的重量和压力。作为一名在建筑行业工作多年的人，我对于钢筋的了解及体会也越来越深刻。今天，我将分享一下我所获得的关于钢筋的心得体会。

第一段：认识钢筋。

钢筋是一种含有镁、锰、硅等元素的废钢炉渣转炉精炼铁的材料，它的主要成分是碳素和铁。在建筑中，钢筋扮演了重要的角色，它是承载建筑物的主体材料，它一般由螺纹钢筋、普通钢筋和带肋钢筋三种。

第二段：钢筋强度的重要性。

在建筑中，钢筋的强度非常重要。因为建筑的质量和结构稳定性直接影响到人们的安全，钢筋灌注的质量问题，往往影响到建筑物的结构和稳定性，因此我们要注意钢筋的质量和强度。

第三段：正确的钢筋使用。

在建筑材料中，除了钢筋以外，如混凝土、方砖、水泥等材料都有其应用的范围和标准。建筑工人需要准确的理解和掌握使用建材的范围和标准。在钢筋使用过程中，要注意配合设计图纸，根据标准大小进行切割、弯曲等操作。特别是在不规则房屋的施工和修缮过程中，要特别注重钢筋的质量，以便防止施工失败。

第四段：钢筋在架构中的发挥。

在建筑中，钢筋的使用不仅仅是用于墙壁、屋顶支撑以及地基基础等方面，实际上它还扮演着很多重要的角色，例如在抗震性和负载承受能力等方面都起到很大的作用。建筑中的废钢筋翻新也是建筑行业中的重要一环，因为废钢筋看似没有用处，实际上还可以通过循环经济转化为实用价值。

第五段：总结。

总体来说，钢筋作为一种建筑行业中最基础的材料之一，其使用的重要性是不言而喻的。建筑业在钢筋的使用过程中，必须持续关注钢筋材料的质量、标准，以及每一步的使用过程。如果钢筋的使用技术能够掌握好，并且在适当的标准之下使用，才能为我们打造更加稳定且安全的建筑物，为日益增长的居住人口提供更好的保护。

**钢筋心得体会篇二**

1、作业前必须检查机械设备、作业环境、电路设施等，并试运行符合安全要求。

2、机械运行中停电时，应立即切断电源。

3、弯曲机运转中严禁更换芯轴、成型轴和变换角度及调速，严禁在运转时加油或清扫。弯曲钢筋时，严禁超过该机对钢筋直径、根数及机械转速的规定。严禁在弯曲钢筋的作业半径内和机身不设固定销的一侧站人。弯曲好的钢筋应堆放整齐，弯钩不得朝上。

4、进场必须戴好安全帽，不得穿拖鞋，不得打闹、喧哗、嬉戏等...

5、尊重和听从技术人员和指导老师的安排。

**钢筋心得体会篇三**

钢筋是建筑中极为重要的一种建筑材料，是建筑物的骨架，起着承重支撑的作用。学习钢筋，对于专业学生来说是必不可少的一部分。在学习钢筋的过程中，我积累了许多心得和体会。以下将从学习的动机、学习的方法、学习的心态、学习的困难和学习的收获五个方面进行阐述。

首先，学习钢筋的动机在于对建筑学专业的热爱和追求。作为一名建筑学专业的学生，我对建筑的各个方面都十分热爱，特别是对建筑的结构设计和承载性能极具兴趣。钢筋作为建筑的重要组成部分，其在建筑物中的巧妙运用和精确计算一直是我所向往的。因此，我对学习钢筋产生了浓厚的兴趣和强烈的动力。

其次，学习钢筋需要掌握一定的方法。钢筋的学习不仅需要理论的学习，还需要实践的操作。在理论学习方面，我通过认真听讲、阅读相应的教材和论文，深入理解钢筋的特性、用途和计算方法。在实践操作方面，我积极参与学校举办的实习活动和校外的实践项目，通过亲自操作和观察，加深对钢筋的认识和掌握技巧。同时，与同学们进行组队合作，进行钢筋结构设计，相互帮助和交流，提高自己的学习水平。

再次，学习钢筋需要保持良好的心态。学习钢筋是一项复杂而繁琐的任务，需要耐心和毅力。在学习的过程中，遇到困难和挫折是难以避免的，但是我们要保持乐观和坚持的态度，相信自己的能力和潜力。在遇到问题时，要善于思考和询问，积极寻找解决办法。同时，要保持对学习的热情和兴趣，通过不断地自我激励和奖励来保持学习的动力。

学习钢筋的过程中，我遇到了许多困难和挑战。首先，钢筋的计算公式和结构设计规范复杂而繁多，需要我反复的学习和理解。其次，实践操作中，对于钢筋的加工和施工技术要求高，对细节的把握和操作的熟练度要求严格。再次，钢筋的学习需要时间和精力的投入，需要自己主动学习和探索。面对这些困难和挑战，我通过不断地学习和实践，克服了诸多问题，逐渐提高了自己的学习能力和综合素质。

最后，在学习钢筋的过程中，我获得了许多收获和成就感。首先，我对钢筋的认识和掌握不断提高，可以独立进行钢筋的计算和结构设计。其次，通过实践操作，我在实际工程中施工钢筋，熟悉了工地的运行流程和规范要求。再次，在学习的过程中，与同学们进行合作和交流，增进了我们的友谊和团队合作精神。学习钢筋不仅使我取得了学术上的成功，还培养了我对专业的执着追求和探索精神。

总结起来，学习钢筋是一项具有挑战性和意义的任务，需要我们保持热爱和兴趣，学习正确的方法，保持良好的心态，克服困难和挑战。通过学习钢筋，我不仅提高了自己的学术能力，还培养了自己的实践操作能力和团队合作精神。在今后的学习和工作中，我将继续努力学习，不断提高自己的技能和综合素质，为建筑事业的发展做出贡献。

**钢筋心得体会篇四**

1、基本知识、安全纪律教育（0.5天）。

2、钢筋的翻样，钢筋切断（0.5天）。

3、钢筋计算与弯曲成形（1天）。

4、柱、梁、板的钢筋的绑扎（1天）。

5、综合作业（考核检查）（1天）。

6、拆除钢筋骨架、清理现场（1天）。

**钢筋心得体会篇五**

作为建造房屋的重要一环，扎钢筋是建筑工人们非常重要的工作。在扎钢筋的过程中，需要注意到很多细节，否则就会导致整个建筑的稳定性和安全性出现问题。在我的工作中，我曾经历过很多扎钢筋的场面，今天我将分享一下我的扎钢筋心得体会。

第二段：规律性问题。

扎钢筋首先需要注意的是规律性问题，也就是说钢筋的放置位置必须按照规定来完成。如果放置位置不当，那么钢筋的受力均匀性就会出现问题，在建筑使用的过程中就会出现不稳定的情况。所以在扎钢筋的过程中，一定要仔细阅读图纸，跟严格的规定，保证钢筋的合理放置。

第三段：细节问题。

扎钢筋的过程中，还有很多的细节问题，需要细心去注意。其中最重要的一点就是钢筋的连接，这一点是保证建筑物基础稳固性的关键。在进行钢筋连接时一定要很细心去做，保证连接的牢固性和受力均匀性，这样才能保证建筑在长期使用的过程中不出现安全隐患。

第四段：检查问题。

完成扎钢筋的工作后，我们还需要进行一些指定的检查，这一点非常重要。我们应该仔细检查每根钢筋的位置和连接情况，用尺子和对称原则检查每组钢筋的长度和位置是否一致，避免在后期的使用过程中出现安全隐患。

第五段：结尾。

总之，在扎钢筋的过程中，我们需要注意到规律性问题、细节问题和检查问题，保证钢筋的安装能够满足建筑物的稳固和耐久。只有在扎钢筋的过程中细心做好，在检查工作中严谨细致，才能保证整个家庭和一栋房子的安全。

**钢筋心得体会篇六**

实训期间，让我学到了不少东西，不仅使我在理论上对钢筋工艺的制作有了全新的认识，在实践能力上也得到了提高，真正地做到了学以致用，对我来说受益匪浅。

首先通过实训我学到了严谨的工作态度，以前对扎钢筋不以为然，认为很简单，结果自己一动手就犯难了。学习和工作都需要严谨的态度，就像扎钢筋时弯折角度稍有偏差就会造成整体参差不齐，影响质量和美观。

其次感受比较深的就是规范的问题。虽然不可能一开始就做的很规范，但是这方面一定要考虑，尽量把它做好!就像我们在弯折钢筋的时候就产生很大的问题。

起点偏移量不同，弯钩、弯折长度不一样等等问题，这些似乎都可以通过规范来解决。当然我们也是初次做，没什么经验，这也可以说是一个教训吧。

再次团队之间的交流，有些东西事先不交流，凭自己的主观臆断来做，到时候肯定会出问题。没有一个人的团队!所以要把项目做好，这些东西一定要注意。应该多注意团队之间的交流。最后就的体会就是自己不懂的东西太多太多。需要好好去学习!

本次实训绑扎钢筋结构是现浇混凝土框架结构，钢筋搭接采用现场绑扎搭接，梁配筋构造要求按7度三级抗震配置，混凝土等级为c25。

在箍筋制作的实训项目中，用到的工具：手摇板、断线钳、卷尺、滑石笔，实训要求箍筋的下料长度为1528mm，箍筋的内环长度为330mm。开始时要在箍筋制作台上定箍筋的内环长度标尺330mm时尤为重要。

这决定制作出来的箍筋是否合乎要求，在弯箍筋的弯角90、135时操作手摇板所弯一的角度一定比90度、135度多1~2度。通过这次的.箍筋制作掌握了下料长度计算、检验箍筋等知识，使我们的专业技能得到了提高为以后工作奠定了良好的基础。

对于制作出的箍筋不合乎要求，可能是在定箍筋内环长度时与要求有偏差或者是在制作过程中碰移了定的箍筋内环长度标尺以至制作出来的箍筋或大或小，这种情况只要调整好定箍筋长度标尺即好。

**钢筋心得体会篇七**

钢筋是市民生活中潜在而常见的材料。尽管它很厚实，却不断地为城市建设做出了贡献。掰钢筋其实也是一项具有挑战性的技术，不象人们想象的那样“愚蠢”，需要一些技巧和方法的帮助。通过实际操作，我们可以学到一些掰钢筋的心得和体会。

段落二：技术要点。

掰钢筋需要用锤子敲打钢筋两端，然后将钢筋弯折直到断裂。在实践过程中，我们需要小心翼翼，注意力集中。使用锤子的尖端，避免使用过硬的锤头，在锤打的过程中要持续保持一定的力度不断敲打，直到能够钢筋的断口变薄。达成这个目标之后，我们可以尝试将钢筋拍成V字形，然后迅速地用力弯曲它。这时候，大部分的钢筋需要两个人一起合作才能完成这个任务。需要注意的是，在弯曲钢筋过程中尽量保持稳定的位置，尽量不要抖动。这样我们会更加容易掰断钢筋。

段落三：实践操作。

在我们实践了很多次后，我意识到，最好是尽早锤打钢筋，减少不必要的错误发生。在同时，一定要打散钢筋，否则很难接下来的掰断。弯曲钢筋时，注意使用合适的工具，如有的场合需要使用滑动钳。在一些情况下，我们需要将钢筋抽出来，再次切割掰断。总之，不要过于贪心，要耐心等待，尤其在涉及到较厚的钢筋钢干时要注意。

段落四：其他技巧。

掰钢筋时一定要有耐心，不要急着掰，因为较厚的钢筋是非常难弯曲的。当您需要掰较厚钢筋时，请先学会锤打，然后弯曲。如果您损坏了钢筋，不要放弃它。因为在一定的情况下，一个浸泡在水中的损坏的钢筋有可能会修补，所以我们可以把钢筋拿出来让它变干后，再尝试掰断。另外的话，如果要节省时间，请使用掰钢筋器。

段落五：总结。

掰钢筋虽然是一项艰难的劳动，在操作中需要精心处理每个步骤，但这也是一种锻炼的过程。我们能够通过掰钢筋这一过程，探寻其中的最佳方法，学到不断尝试、不放弃的坚持精神。在实践掰钢筋的过程中，我们还可以磨炼自己的专注力和耐力，提高我们工作中遇到困难时的反应能力。最重要的是，在操作过程中，我们对这种牢固、坚韧、厚实的材料有了更深刻的了解和认识。

**钢筋心得体会篇八**

人们对钢筋翻样这一职业或者岗位并不熟悉，国家也无此职业资格证书和岗位证书，但这一职位不仅重要而且紧缺，对建筑业有不可忽视的影响。以下从几个方面来论述：

钢筋混凝土不过一百五十多年的历史，国外高层建筑也只有一百年左右的时间，我国高层建筑真正崛起是近二十年的事，此前建筑高度、建筑规模都不大，并且以砖混结构居多，钢筋用量不多，钢筋构造简单，也无抗震设计，所以没有专业的钢筋翻样，都是由钢筋班长或钢筋工长兼任，要求也不高。后来国家实行上岗证制也只要求施工员技术员等十大员持证上岗，无钢筋翻样上岗证，钢筋翻样处于无名份、无地位的状况。既然国家对施工企业钢筋翻样无持证上岗的要求，所以建筑企业也就顺理成章不设钢筋翻样这一岗位，由此产生非常严重的消极影响。据我所知，只有上海建工系统设专业钢筋翻样岗位。上海建工系统设钢筋翻样岗位也是不得已而为之，九十年代初国有企业改革，上海建工为了成为总承包集团，分流作业层人员，为照顾班组长起见，就让他们充当翻样的角色，他们有丰富的施工现场经验，但缺乏系统的理论知识，其翻样质量还勉强可以。建工系统钢筋翻样持施工员上岗证，翻样成果除用于钢筋加工和绑扎，也用于预决算，还要参加招投标，身兼几职，举足轻重，必不可少。一个优秀的钢筋翻样可以为企业创造价值和可观的利润，如提高钢筋施工质量，减少钢筋浪费等，增加投标概率，提高决算效益。人们往往错误地认为钢筋翻样的工作无关紧要，工程质量是质量员、监理和质监部门的事，其实他们这些人真正有几个是内行的？由于钢筋工程本身的复杂性、隐蔽性和工程量的浩大及工期紧等因素，钢筋工程往往具有不可逆转性，造成的损失有时是不可估量的。可是国内其它建筑企业就是没有钢筋翻样，即使像中建和中铁这些大型国有特级施工企业，更何况一些不具备实力的中小施工企业。都是施工班组自己做，既不专业，错误多，又造成极大的浪费，易引起结算纠纷。究其原因，一是没有这方面的人才，钢筋翻样不是一朝一夕就能造就，钢筋翻样必须具备多方面的知识和经验，以前施工图上附有翻样表，由设计人员翻样，但是它们做出来的翻样表照样错漏百出，无法用于施工绑扎和下料，只能用于设计概算，所以现在设计院施工图一般都不出翻样表了，连设计院都不能做钢筋翻样更何况施工单位。钢筋翻样由此可想而知。其次是，钢筋翻样工作强度高，问题多，很繁琐，压力大，收入低，人们都不愿干。在外边的不愿入行，在里边的纷纷想改行，所以造成钢筋翻样人才奇缺的局面。

一个合格的钢筋翻样必须具备多方面的知识和经验，翻样如翻译，翻译讲究信、达、雅，钢筋翻样同样如此。一份高质量的翻样料单具备如下条件：

一、要求计算准确，符合设计和规范。要计算准确，就必须具备一定的数学知识和cada基础，造型复杂的图纸借助于计算机。要精通图纸，深刻领会设计意图，具有一定的空间想象能力。对图纸一知半解，是不可能完成钢筋翻样任务的。其次要熟悉设计规范、施工规范、相关的国家标准和一些常用做法，并且要对钢筋混凝土结构有一定的了解，由此可见对专业要求相当之高。

二、要求符合施工实际，指导施工，方便施工，满足施工实际情况。这就需要熟悉施工现场，对施工要有丰富的感性认识和现场实战经验，实践出真知。

三、要求合理，不仅能发现图纸上不尽合理的地方，进行优化，做出来的翻样单既能方便施工又能满足规范，还要尽可能节约钢筋。这需要长期的`经验、技术积累和智慧。像台湾、外国一些钢筋翻样自己要编计算机程序，要会二次开发，非一般人所能胜任。

国家从二00四年七月一日起实施清单规范。在清单之前，钢筋的量基本上是根据定额含量，所以招投标时可不算钢筋，预决算时如果不少于或大于5%也可不调整，这样钢筋翻样显得可有可无，无足轻重，只有施工时需要钢筋翻样。现在实行清单计价，业主在招投标时要提供工程量，并且工程量的风险由业主承担，业主不好马虎，钢筋作为主材非精确计算不可。施工企业为了获得的利润，要进行不平衡报价策略，也非计算钢筋不可，否则心中无数。当然结算时更要进行钢筋翻样。钢筋翻样需求突然大幅度的增加，钢筋翻样出现严重的缺口。据称北京缺5000人，一直实行钢筋翻样制度的上海缺口也达3000人左右。人们寄希望于计算机软件工具，以提高效率，解燃眉之急，但目前国内没有一款成熟的钢筋翻样软件能完全计算钢筋，尤其是施工翻样，软件更是爱莫能助，无能为力。这更说明钢筋翻样复杂的程度。目前钢筋翻样队伍中滥竽充数者为数不少，对一些基本的概念、术语和基本的钢筋翻样技能不甚了了。有一则非常可笑和滑稽的真实故事：某人在网上出了一道题：计算一根简支梁的钢筋长度，有四个答案可供选择。但是我们的造价师们、预算员和钢筋翻样没有几个做对，犹如盲人摸象，瞎做一起，根本没有什么思路。如此简单的梁不会算，怎么能应付纷繁复杂的建筑设计图纸。如果让这些人担任钢筋翻样，后果真是不堪设想的，甚至会造成灾难性的后果。想想都令人不寒而怵。

一个资深的钢筋翻样，其技术含金量不亚于一个著作等身的作家，一个专业的钢筋翻样的工作成果，可能有若干个等身作品。作家的作品属于精神产品，无实用价值，而作为钢筋翻样的工作成果是料单，它直接用于生产和经营，更经世致用，从严格意义上讲，其要求更高，并且不能有任何差错，来不得半点虚伪。而作家可以随心所欲地虚构，可以畅所欲言，可以百花齐放，可以百家争鸣，但钢筋翻样必须按规范规定，科学、合理、适用和经济。作家有协会，我们钢筋翻样为什么不能有自己的行业协会呢？我认为不仅必要，而且可行。我们要改变传统落后观念，要有先进的理念，要提高钢筋翻样应有的地位，发挥他们应有的作用。我们成立的协会是非赢利组织，主要是提供相互交流交易的平台，促进钢筋翻样的有序良性发展，提升钢筋翻样的技术，互通有无，取长补短，不仅要进行学术交流而且进行业务往来。不能让不合格的钢筋翻样流入进来，迫切需要实行执业资格制度，加快对钢筋翻样的培训工作，加强对钢筋翻样队伍建设，实施钢筋翻样软件的开发应用，计划制定钢筋翻样标准，让造价部门、业主、施工单位、监理等有章可循。

**钢筋心得体会篇九**

捆钢筋，是建造工程中重要的一步。一个优秀的钢筋工不仅要在施工现场做好捆钢筋的工作，还要有系统的学习和总结。本文主要就捆钢筋心得体会谈一谈个人的学习和感悟。

第二段：技巧总结。

捆钢筋需要注意很多技巧。这里我主要讲几个个人经验总结中认为很重要的技巧。首先，捆钢筋时要按照设计图纸进行捆绑。每根钢筋的位置和数量都应该精确无误，因此在施工前应该仔细看一看设计图纸。其次，捆钢筋时需要根据要求进行板筋、箍筋的绑扎。板筋需要使用钢筋绑线牢固固定，而箍筋则需要使用扳手、铁丝等工具使其绑牢。最后，要注意捆好的钢筋是否垂直于水平面，是否有倾斜，同时要保管好捆好的钢筋，确保施工期间不会发生滑动等情况。

第三段：团队合作。

作为建筑施工中的一项重要工作，捆钢筋需要团队协作才能完成。在实际工作中，我们钢筋工都需要密切配合工程师，现场主管和其他工人，以确保整个项目能够如期完成。尤其是在处理钢筋绑扎时，钢筋工与铁匠之间的配合尤为重要。铁匠需要根据设计要求切割和加工钢筋，而钢筋工需要将其准确地捆扎到对应位置。这就需要两方之间密切协作，为项目的顺利进行做出贡献。

第四段：危险和安全注意事项。

在进行捆钢筋工作时，需要注意一些危险和安全问题。首先，钢筋捆绑时需要注意安全措施，防止发生意外伤害。因此，应该经常做好安全检查，发现问题及时处理。其次，在进行钢筋绑扎时，如果操作不当，在钢筋之间之间夹住的手指、手部等身体部位容易出现伤害。在进行操作时，应该认真对待、仔细检查、带好工具、做好自我防护，随时注意自身安全问题。

第五段：总结。

本文主要从技巧、合作、安全问题几个方面谈到了捆钢筋过程中的一些注意事项。我相信，通过密切的合作、注意安全措施和仔细的施工过程，一定可以创造出一座安全可靠的建筑物。对于每位铁匠和钢筋工，我们更应该认真对待工作、不断学习，努力将自己的工作做好，为建筑事业、为社会做出贡献。

**钢筋心得体会篇十**

前面已经说过，钢筋的下料长度就是指在直线状态下截断钢筋时的长度，它的计算与混凝土对钢筋的保护层厚度、钢筋的形状、钢筋直径及钢筋的搭接长度有关。

钢筋的保护层是指从混凝土外表面至钢筋外表面的距离，主要起保护钢筋免受大气锈蚀的作用，不同部位的.钢筋，保护层厚度也不同。受力钢筋的混凝土保护层厚度，应符合设计要求；当设计无具体要求时，不应小于受力钢筋直径。

钢筋的混凝土保护层厚度。

量度差值——钢筋弯曲后的外包尺寸和中心线之间的差值。量度差值的大小与钢筋直径、弯曲角度、弯心直径等因素有关。

前面已经提过，钢筋弯折后，其中心线长度并没有变化，而图纸上标注的大多是钢筋弯曲成形的外包尺寸，而外包尺寸明显大于钢筋的中心线长度，如果按照外包尺寸下料、弯折，就会造成钢筋的浪费，而且也给施工带来不便（由于尺寸偏大，致使保护层厚度不够，甚至不能放进模板）。

为了增强钢筋与混凝土的锚固，钢筋末端一般需加工成弯钩形式。

**钢筋心得体会篇十一**

根据学校安排，我于20xx年3月2日到xxx有限公司承建的漳州市丽园广场一期工程进行建筑施工及管理实习，这是一个让我了解建筑施工的好机会，让我更深一步的了解理论与实际的差别。紧张的两个月的实习生活结束了，在公司总工的带领下，在工地工程师的讲解下，我在实习过程中还是有不少的收获，以下是我对实习的收获与体会。

经过这次实习活动，让我从实践中对这门自己即将从事的专业获得一个感性认识，为今后专业的学习打下坚实的基础。它不仅让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，还使我们开阔了视野，增长了见识，为我们以后更好把所学的知识运用到实际工作中打下坚实的基础。通过生产实习使我更深入地接触专业知识，进一步了解合理控制建筑工程成本重要性，了解工程施工管理过程中存在的问题和理论和实际相冲突的难点问题，并通过撰写实习报告，使我学会综合应用所学知识，提高分析和解决专业问题的能力。

我首先通过公司总工的介绍，对工地的主要负责人和工程的概况有了基本的一些了解，我所实习的xxx有限公司是建筑一级企业。该公司所承建的漳州市丽园广场一期4、5、7、8楼工程位于南昌路中段北侧，框剪结构，地下1层，4、5楼地上27层，7、8楼地上19层，工程总建筑面积192030?，地下室建筑面积13340?。实习期间该工程正处于桩基础及地下室施工阶段。

**钢筋心得体会篇十二**

作为建筑工人中基本的技能之一，“掰钢筋”是一项需要经过长期练习，才能够熟练掌握的工作。对于我来说，掰钢筋这项任务曾经让我感到压力和不安，但是随着时间的推移，我逐渐明白了掰钢筋的要点和技巧，不仅能够更快更好地完成工作任务，而且也能在某种程度上提升自己的工作技能水平。下面是我的几条关于掰钢筋的心得体会。

第二段：技巧与方法。

掰钢筋的关键在于技巧和方法。首先，一定要用力均匀，不能过于猛力而导致损伤手腕或者骨骼。其次，我们需要在钢筋大约离开需要掰开的位置10厘米左右处用力，这样就能够将钢筋断开得干净、整齐。同时，在另一端紧握钢筋，也能够帮助我们更好地掰开钢筋，同时还能够保护手指。

第三段：经验和心得。

除了技巧外，正确的姿势和注意事项也是掰钢筋必要的准则。在实践中，我发现保持身体平衡和正确的姿势才能够更好地使用身体力量，尽快完成工作任务。同时，注意安全也是至关重要的。工人们必须戴好安全帽、手套等防护用品，为自己的人身安全提供额外保障。

第四段：工作场景。

很多人对“掰钢筋”印象中的场景是工地上，但实际上在不同的工作场合，掰钢筋出现的频率也不尽相同。比如说在做装修的过程中，在拆除墙面的地方，掰钢筋是操作中最主要的工作之一。而在土建施工工地上，掰钢筋可能会成为主要的工作之一。不同的工作场景也要求我们针对具体情况采取适当的技巧和方法。

第五段：总结和建议。

总体而言，把掰钢筋做好，必须要有一定的实践和培训。不管是对于新手还是有经验的工人来说，掰钢筋都需要不断地练习，以自身动作的熟练程度和技巧的不断提升，来保持工作质量的提高。同时，在进行掰钢筋的过程中，我们也要注重自身的安全保障，避免不必要的伤害。对于新手，可以先从掌握基本技巧开始，有条件的话可以请教资深工人或者参加培训班，坚持长期练习，就能够加深对掰钢筋技术的理解，从而更好地应对工作中的挑战。

**钢筋心得体会篇十三**

掌握钢筋的分类方法，熟练识别各种规格钢筋，掌握常用工器具的使用方法，遵守劳动保护制度，熟练完成各种钢筋的加工，掌握钢筋的计算及现场施工焊接、绑扎技能，通过实训周的课程，让学生获得对工程造价—钢筋平法计算和钢筋工程施工的感性认识，掌握一定的施工实际操作技能及相关技术与质量标注，同时激发学生热爱学习，热爱专业，热爱劳动。

1、基本知识、安全纪律教育（0.5天）。

2、钢筋的翻样，钢筋切断（0.5天）。

3、钢筋计算与弯曲成形（1天）。

4、柱、梁、板的钢筋的绑扎（1天）。

5、综合作业（考核检查）（1天）。

6、拆除钢筋骨架、清理现场（1天）。

1、材料。

钢筋：hrb335φ12，hpb235φ6、镀锌铁丝。

2、施工机具。

断线钳、手摇板、钢筋弯曲机、钢筋切断机、铅丝钩、钢筋架、钢卷尺、笔、计算器、粉笔、墨线、绑扎钢丝等。

3、班级分组。

每个实训班分成五人小组，星期一在本班教室进行理论知识学习，星期二至星期五在实训中心建筑工程综合实训室实操。

1、作业前必须检查机械设备、作业环境、电路设施等，并试运行符合安全要求。

2、机械运行中停电时，应立即切断电源。

3、弯曲机运转中严禁更换芯轴、成型轴和变换角度及调速，严禁在运转时加油或清扫。弯曲钢筋时，严禁超过该机对钢筋直径、根数及机械转速的规定。严禁在弯曲钢筋的作业半径内和机身不设固定销的一侧站人。弯曲好的钢筋应堆放整齐，弯钩不得朝上。

4、进场必须戴好安全帽，不得穿拖鞋，不得打闹、喧哗、嬉戏等。

5、尊重和听从技术人员和指导老师的安排。

在不期然间一个星期的实训时间过了，时间虽短，收获甚多。让我懂得了如何计算钢筋的下料长度，还有绑扎钢筋，以前对扎钢筋不以为然，认为很简单，结果自己一动手就犯难了。其次就是箍筋计算及做法，原来钢筋经过弯折，会增加长度，呵呵，很有趣。自己算出来的钢筋，自己动手做，虽然做出来的箍筋不是那么完美，但看到自己辛勤的劳动成果我很开心，很激动。经过这次的实训，除了以上的理论与实践，更让我深悟到一个组的重要性，没有一个人的组合，组之间的交流，有些东西事先不交流，凭自己的主观臆断来做，到时候肯定会出问题，应该多注意组之间的交流，很荣幸在我们第五组，谢谢你们的配合与交流。感觉在学校就像井底之蛙，到现场学到的东西实在太多太多了，百闻不如一见！

期盼已久的施工工种实训终于如期开始。建筑工程是一项庞大而复杂的系统工程，施工质量决定着“万里长城”能否建立，施工人员起着举足轻重地作用。作为一名施工员，我必须认清自己身上所肩负的重任，注重细节，对此我将实训中所学的知识做了一些总结。

在现场接触最多的就是钢筋工种，所以对钢筋这方面的了解还是挺不错的。钢筋种类很多，通常按化学成分、生产工艺、轧制外形、供应形式、直径大小，以及在结构中的用途进行分类。由于地盘的要求，钢筋都要有验筋报告，钢筋的试验，钢筋进场使用前，必须按规定代表数量和取样方法取样，进行力学性能复验。

钢筋开料是施工员基本的一个职责，根据钢筋图制作钢筋开料表，提交工程师审核；根据生产计划合理编制弯、扎铁计划；根据钢筋施工图及开料表，安排人员扎铁；提交钢筋计划下料，并合理使用钢筋；跟进和完善钢筋下料单，并检查钢筋网质量（型号，间距，数量、搭接长度、外露钢筋长度等）；带领re检查钢筋笼及模具内钢筋情况；跟进落实矢后之外露铁检查工作；负责钢筋盘点工作等。根据每个项目工程的要求，我们会根据图纸的总说明这一条件开始来计算钢筋的搭接长度等。查阅得钢筋在90°弯曲调整值为2d，45°为0.5d,180°弯钩系数为6.25d。钢筋的直线段长度就可以计算出钢筋的下料长度。计算出钢筋下料长度，然后把开料表送到切铁区，接下去时按下料长度截取钢筋，截钢筋时注意尺寸不要量错，要不然会影响到下一步工序的进行。紧接着我们便是在钢筋上划线。划线时要注意减去钢筋弯曲调整的系数，不能按照标注的尺寸直接划线。在弯钢筋时注意板距为2cm左右。在弯时要把钢筋放平以防止钢筋变形。如弯的数量多可以做标记比如说钉钉子。接下去我们开始梁钢筋的帮扎。梁的箍筋从柱边50mm开始放置。我们用钢筋钩将扎丝绑扎在梁的钢筋上。我们用“十字花扣”的方法帮扎。我们再进行板和楼梯钢筋的帮扎。在帮扎前要把模板清理干净，我们先帮扎下层的双向钢筋，如有电线管的话要放电线管。接着我们帮扎梁的上层钢筋，上层也是双向筋。楼梯先放受力筋，再放分布筋，受力筋间距为150mm，分布筋间距为200mm，其中靠近梁的部分要伸进梁，保护层为25mm。

通过本次实训让我体会到了“建筑”的艰难，但我会凭着自己的毅力坚持下去。我既然选择了建筑也就选择了坚持。我相信因为我的激情与坚持，我一定可以成功。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！