

# 2023年变电仿真实训心得体会 参观变电站心得体会(精选8篇)

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

## 变电仿真实训心得体会篇一

20xx年9月9日至26日，为了让我们更快的从学生到工作者角色转换，公司领导安排的第二阶段地区分点深化基本模块培训中又组织了县局参观体验学习活动。在为期17天的剑河供电局参观学习中不仅让我深刻体会到理论联系实际的重要性还学习了更多的电气专业及其他专业的知识，切身地感受到了来自各个部门员工的敬业感及责任感。虽然短暂的参观体验已经结束，但这期间的所见所闻让我感受很深，收获匪浅。

在为期17天的参观学习中，我们先后去了电力调度控制中心、输电管理所、110kv寨章变电站、城关供电所四个部门进行了实地参观学习。在电力调度控制中心，部门主任带领我们参观调度中心的工作流程，了解部门的工作内容。通过施辉祥主任的详细讲解，我们了解到，这是一个压力较大的工作，是负责对3座110kv变电站，8座35kv变电站进行停送电监控，调度指令必须严格按照操作规程来，每一个指令都必须保证正确无误，这是对电网负责，也是对自己负责。其中，我们还了解了该部门休息时间极其少，双休日都很少享受，各位师傅们告诉我，在重大节日期间他们将一直坚守在自己的岗位，用自己的平生所学来保障公司的安全可靠供电，辛苦和疲惫都是值得的，这是我们的责任。

在输电管理所的学习中，我们接触到了实际工作中常用到的工器具如脚扣、踩板、安全带、安全帽、安全绳，绝缘手套、

绝缘验电器等等及绝缘子的一些零件，还了解到了输电管理所主要工作职责等相关知识。短暂的三天培训学习中，为了加深我们对必要工器具更进一步了解和熟悉，张主任带我们参观了设备物资仓库及胜任能力评价考试基地。在参观仓库过程中，为了让我们在以后的工作中能够找到师傅交代施工途中所需工器具，张主任非常细心地讲解仓库里所有的器具设备。除此之外，张主任还详细的讲解了爬电杆作业时须注意的一些基本要领和注意事项，边实践边教我们，从中我们体会到理论联系的重要性。我们跟随张主任及其师傅们上山巡线，大多数都是翻山越岭，工作辛苦度可想而知，但看到师傅们开心积极的工作态度，这就是一种境界，干一行爱一行，这是一种责任。

在110kv寨章变电站的参观学习中，我们进一步目睹整个变电站一次和二次设备及功能作用，理解了集控站的含义，师傅告诉我们，集控站的调度指令必须严格按照操作规程进行，要保证安全可靠运行。在三天的学习中我们还了解到，变电站主要工作职责是巡视，维护。变电管理所共有修试班和巡维中心两个班主，修试班主要担负变电设备的检修、高压电气试验、电测、热工、安全工器具耐压试验、直流定检等工作。而巡维中心则主要负担各变电站设备巡视、维护倒闸操作和事故、异常处理等工作。变压器及断路器的诊断过程，阐述了诊断结果对设备的重要性及必要性，体现了对设备负责的态度。

是的，选择了电力就选择了一种责任，而我们应该感到自豪，感到光荣，做到知行合一，展示南方电网“万家灯火，南网情深”的优质服务。在城关供电所参观学习中，这部门是我参观体验的最后一个部门也是我感受最深的。在各位师傅的指导下，让我了解到城关供电所主要工作职责维护，抢修，装表接电，抄表，催费等工作。城关所主要面对的是不同行业不同级别的客户，因为大部份客户都是乡村的，所以每每到抄表催费时都是该部门工作人员最累最头疼的时候。在电话催费中，部门的前辈让我们参与了，在那么多不同行业的

用户中要一个一个电话去通知，电话那头各种奇葩。但是，作为服务型行业，在保证电费回收率同时我们要坚守成为服务好，管理好，形象好的国际先进电网企业的使命，不管面对怎么刁蛮的用户，我们都要耐心地提供优质服务，提高供电可靠性这是我们的责任。

作为剑河供电局的一名新员工，能够有机会去各个部门进行参观体验，这是一件非常难得地机会，也反映了贵州电网公司人才培养体制更加的完善。在这里，各位前辈们虽然已经在相对应的专业上取得很大的成就，但是，让我感受最深的是在他们的身上，我看到了贵州电网人的敬业精神和责任感。通过此次参观体验，我懂得了在未来的生活和工作中，凡事应从细节做起，真诚对待生活及工作的每一件事，在潜意识里培养责任感，这样才能成为一个合格的贵州电网人。

## 变电仿真实训心得体会篇二

为了加强沧州输变电工程标准化管理，提高变电站施工工艺水平，抱着学习其长处、寻找自身差距的目的，公司李总带队一行十人到湖北黄石对黄石供电公司的变电站施工现场进行了参观学习。通过参观在细节上确实有很多值得我们学习借鉴的经验。从土建施工的角度出发，体会如下：

### 一、 变电站建筑物整体施工工艺、观感美观

1、建筑物内外装修大量采用了瓷砖、石材。外墙、室内地面瓷砖铺贴采用计算机预排版，做到前后、左右对缝，四周拼砖一致；台阶、窗台、踢脚等处采用石材铺贴，大大提高了整体观感效果。

2、雨水管采用暗设，雨水直接排入下水井，使建筑物的外观观感效果提高。

3、散水采用倒角工艺，施工缝顺直一致，外观观感效果美观。

## 二、清水混凝土施工工艺先进，观感美观

- 1、基础混凝土施工采用定制钢模板，使砼表面光滑平整、尺寸一致，倒角美观。
- 2、道路等水平倒脚采用专用工具，减小了支模的施工难度，使倒角更加顺直平整。

三、草坪灯底座、沉降观测标志等处采用不锈钢护盖，既起到成品保护的作用，有大大提高了观感效果。

通过以上的学习体会，结合我们的自身情况，以后有待改进和提高之处和需要加强的工作：

### 一、完善管理体系，细化质量管理

- 1、健全质量体系，精细管理是保证工程质量的前提
- 2、加强质量意识，创国家优质工程是我们的目标
- 3、制定切实可行的创优策划施工方案，保证施工有章可循
- 4、把好原材料进场关，保证所用材料都是合格品
- 5、过程检查是保证施工质量的重要手段
- 6、严格执行质量奖惩制度，提高员工质量意识
- 7、抓好成品保护工作

### 二、严格安全管理和文明施工

- 1、提高安全意识，完善安全管理制度
- 2、加强安全教育、安全交底，营造良好的安全氛围

3、严格执行安全文明施工考核

4、适当加大投入，完善安全文明施工设施

三、攻克技术难点、创出亮点

2、努力提高外露砼结构倒角的施工工艺水平，争取做到倒角顺直、平整。

3、主控楼室内地板砖施工前采用计算机排版，做到前后、左右对缝，房间四周拼砖一致，在墙、柱阴阳角处均采用45°角装饰拼接工艺。

4、道路上层路面施工，编制专项施工方案，采取防止裂缝的措施，保证路面上层耐磨、光亮的效果。道路施工缝顺直、宽窄一致。

建议：在设计上多考虑提高观感效果同时又避免一些质量通病的出现，比如围墙增加装饰（抹灰、涂料等）、适当增加瓷砖及石材的应用等。

以上参观黄石供电公司的所见所闻整理匆忙，对这些问题和建议，其不妥之处敬请指正。我们争取把黄石供电公司工地的经验和亮点融会贯通，结合我公司较好的管理办法加以提炼和升华，形成我公司创建优质工地所独有的特色和亮点，打造我公司个性品牌，才能确保我公司在质量安全管理上开创新局面，迈上更高的台阶。

## 变电仿真实训心得体会篇三

变电箱是建筑电力工程中非常重要的组成部分，它起着管电、保安全的作用。在建筑工地中，我经常接触到各类不同的变电箱，并且有一些亲身体会和心得体会，在这里和大家分享一下。

## 第二段：了解变电箱的重要性

变电箱是一个极其重要的电气设备，它作为电力系统的重要组成部分，是实现电能的输送、分配和控制的关键装置。若变电箱运行不正常，甚至会对远距离的电力系统造成严重的影响，带来重大的安全隐患。可见，必须高度重视变电箱的日常维护、管理和运行。

## 第三段：变电箱管理的方法及技巧

变电箱的管理有很多的方法和技巧，其中最基础的就是定期巡视与维护，保持设备完好无损。因为变电箱内部的电缆、绝缘子等元件经常会受到潮气、腐蚀等因素的侵蚀，导致设备缺乏必要的绝缘和安全状态。此外，安装和使用变电箱时，必须严格按照设备操作规程进行管理，合理调配电力负荷，防止设备过载，损坏电缆、开关等设备。

## 第四段：经验分享与实践操作

在实际工作中，我们遵守了厂家的操作规范，对变电箱进行了多次检修。我们发现，变电箱的故障率很低，基本上不会出现太过严重的问题。改善变电箱的管理，可以遵循以下经验：1、增加维护次数和质量，包括定期检测电缆的绝缘情况，检测开关的连接情况；2、合理调度电力负荷，以保证设备不会过载；3、加强员工的专业技术培训，提高公司的维护能力；4、及时更换陈旧的设备，避免设备老化、损坏对工厂生产带来的影响。

## 第五段：总结

从上述经验和实践来看，变电箱的安全运行与管理十分关键。运用各种方法和技巧，及时检修，并加强员工的技术培训，这不仅是对工艺过程的一种保障，更是对员工和设备的负责。我们要高度重视变电箱的管理，不断改进，进一步提升管理

效能，确保设备运行稳定、可靠，绝对不会出现任何安全隐患。

## 变电仿真实训心得体会篇四

### 第一段：引言（100字）

在如今电力发展迅猛的时代，变电站作为电能输送和分配的重要环节，承担着极为重要的任务。变电站的管理对于保障电力系统的正常运行、提高电网安全性、优化电力资源配置具有重要意义。通过对变电管理的实践与总结，我深感变电管理是一项艰巨的任务，但也是一项宝贵的经验之路。

### 第二段：加强组织管理（250字）

变电管理的成败离不开良好的组织管理。首先，需要建立强有力的组织架构和责任制度，明确各岗位的职责和权限，使每个员工都能明确自己的工作任务。同时，要注重培养员工的团队合作意识，加强协作与沟通。其次，通过内部培训和外部交流学习，提高员工的专业素质和管理水平。加强组织管理的过程中，需要领导者具备激励和管理能力，并且鼓励员工提出合理的建议和创新思路，不断完善管理经验。

### 第三段：注重设备维护（250字）

在变电管理中，设备维护是至关重要的一环。要做好设备维护工作，首先需要建立完善的设备档案和维护计划，明确设备的使用寿命和维护周期，制定科学的维护方案。其次，重视现场巡检和定期检测，做好设备的预防性维护，及时发现并解决潜在问题。再次，建立健全的设备维修保养制度，加强对维修人员的培训，提高设备的可靠性和可用性。通过注重设备维护，可以延长设备的使用寿命，提高变电站的运行效率。

#### 第四段：加强安全管理（300字）

安全管理是变电管理中的重点内容之一。要做好安全管理，首先需要落实各项安全制度和规章，提高员工的安全意识。其次，进行全员安全培训，加强员工对安全操作的理解和掌握。进一步，建立完善的安全检查和事故报告制度，及时排查安全隐患并进行整改。此外，要加强对设备的防火和防水工作，确保变电站的安全运行。通过加强安全管理，可以减少安全事故的发生，保障员工的人身安全和设备的完好。

#### 第五段：优化能源管理（300字）

如今能源短缺与环境污染是亟待解决的问题，优化能源管理成为变电管理的重要课题。首先，要提高能源利用率，降低能源消耗。通过对电力系统的负荷调度和运行优化，实现最大限度地利用电力资源，降低电力系统的能耗。其次，加强节能技术的研发和应用，推广使用高效节能设备和技术，提高变电站的能源利用效率。进一步，加强对电力设备的监测和分析，通过数据分析和智能化管理，实现能源的有效管理和优化配置。通过优化能源管理，可以减少能源的浪费和排放，促进可持续发展。

#### 总结（100字）

通过对变电管理的实践与总结，我深刻认识到变电管理的重要性。加强组织管理、注重设备维护、加强安全管理和优化能源管理成为我在变电管理工作中的核心体会。这些经验不仅对于提高变电站的运行效率和安全性，还对于优化电力资源配置和推进能源可持续发展具有重要意义。在今后的工作中，我将继续努力，不断完善变电管理经验和技能，为电力发展和社会进步做出更大的贡献。



# 变电仿真实训心得体会篇五

## 第一段：引言（200字）

变电站作为电力系统重要的支撑组成部分，管理工作的优劣直接影响着电力系统的稳定运行。多年来，我在变电管理岗位上积累了丰富的经验，深感变电管理是一项综合性的工作，需要严格的组织、精确的计划和高度的技术能力。通过不断总结实践经验，我发现了几个关键点，对于变电管理工作的提升至关重要。

## 第二段：强化安全意识（200字）

变电站作业中，安全永远是第一位的。对于变电管理而言，安全管理是核心任务。我们始终坚持安全第一的原则，落实安全责任制，加强安全培训，引导职工树立起稳步上进的安全意识。此外，我们还开展了日常安全检查制度，每天对变电站的设备、线路和工作环境进行全面检查，及时发现问题并及时处理。通过这些措施，我们有效提高了变电站的安全运行水平，并防患于未然。

## 第三段：强化设备维护（200字）

设备维护是变电管理的重要环节。我们注重对设备的定期检修和保养工作，制定了详尽的设备维护计划和检修方案。在实际操作中，我们积极采用先进的设备维护技术，严格执行各项技术规范和操作程序，全面保证了设备的安全运行。此外，我们还加强设备的监测和数据分析，利用先进的传感器和监测设备进行实时监测，并通过数据分析及时发现设备故障的迹象，减少设备停电时间，提高了设备维护的效果。

## 第四段：加强团队协作（200字）

变电管理是一项复杂的工作，需要各个岗位之间的密切协作。

我们重视团队建设，注重不同岗位之间的沟通和协调。我们定期组织各岗位的例会和培训，加强彼此之间的沟通和了解，提高团队的凝聚力和协作能力。在实际工作中，我们积极与外部单位建立合作关系，广泛吸纳其他单位的经验和先进管理模式，为自身团队的发展注入活力。

#### 第五段：持续改进与创新（200字）

在变电管理中，我们始终坚持持续改进和创新的原则。我们不断总结工作中的经验教训，优化变电管理的流程和方法，提高管理的科学性和规范性。同时，我们积极引入新技术、新材料和新设备，不断推进变电管理的现代化进程。我们也鼓励员工提出改进意见和建议，并予以认可和奖励，激发员工的积极性和创造力。通过持续改进与创新，我们在变电管理工作中不断取得新的突破和进步。

#### 结尾（100字）

在变电管理岗位上，我深刻领悟到，只有将安全意识贯穿于工作的始终，加强设备维护，加强团队合作，持续改进与创新，才能提高变电管理的质量和水平。这些心得体会将成为我未来工作中的宝贵财富，帮助我更好地履职尽责，为电力系统的稳定运行做出更大贡献。

## 变电仿真实训心得体会篇六

根据单位安排，本人于20\_\_年9月21日，很荣幸的在贵州电网公司贵阳供电局110kv观水变进行了参观。

作为非电气专业的一名即将进入供电局的新员工而言，能在变电站参观对于我在以后的工作中能够更好的了解输、配电工作，以及生产工作过程中应该注意的安全事项都是很重要的意义。

110kv观水变位于贵阳市观水路电力医院旁边，是贵阳市区比较重要的变电站之一，在参观的过程中，老师给我们分别介绍了变压器、电压互感器、电流互感器、断路器、电力电缆、电容器、避雷器、站内直流系统、五防系统等设备的作用以及相互配合的方法，以及相关应该注意的安全事项以及在线检测技术将作为以后的发展方向等等，并给我们例举讲述了以前在变电站发生的一些人身安全事故。虽然有很多专业知识对于我这样一个非电气专业的新员工来说不是很能了解透彻，但能够了解这些知识也使我开阔了眼界，使我明白了变电工作的重要性，受益匪浅。

多年来，有关工作者为了提高供电可靠性，对电气设备不断的进行探索和实践。历史必然被未来所替代，科学技术的更新如潮水般向我们涌来。相信在不久的将来，由于在线检测技术的广泛运用，人们一定能更准确发现问题、监视问题的发展趋势，并预测发展的后果，从而科学的制定出变电工作策略。从而提高工作人员的工作效率以及降低人身安全事故的发生率，给变电工作带来一次质的飞跃。

通过这次参观，在以后的工作中，我一定会认真体会这次在参观过程中学到的变电知识，结合实际工作，改掉以前不好的习惯，力争能够取得更大的进步，很感谢单位领导能够给我这么一次参观学习的机会，让我学到了很多关于变电方面的知识也让我开阔了眼界，不过自己的能力还很有限，今后我一定会不断的努力学习来充实自己。

变电站实习心得体会（精选篇2）

## 变电仿真实训心得体会篇七

我们专业分为几个小组在不同的时间段参观下安变电所，我们小组在下午。中午短暂的休息之后，在老师的带领下来到

了下安变电所。首先老师给我们讲解了在变电所工作参观的注意事项，毕竟人身安全是最为重要的。

最初，我们对变电站的了解都是在书本上获得的，并没有到现场去看过，一些认知也都停留在书本上。作为电气工程及其自动化专业的学生，我们不仅要有一定的理论知识，还要有过硬的身体素质。我们要谨记“安全第一”的原则，只有虚心请教才能真正学到东西，也只有虚心请教才可使自己进步快。进入变电所，我们对所有的控制设备都充满好奇，毕竟这是第一次来到现场进行近距离的参观，内心的那种对知识的渴望充斥着我们的大脑。在老师的带领和现场工作人员的讲解下，我们进一步认识了一次设备：主变压器、隔离开关、电流互感器、电压互感器、避雷器、电力电缆、断路器、母线、电抗器、电容器的基本原理，主要结构以及在电网中的作用，型号和技术参数。通过对变电所的参观学习，对变电站有一个初步的了解，熟悉了变电所主接线连接方式。巩固加强了自己所学的专业知识，对自己有了很大的帮助。明白了电气设备在变电所的重要性，和基本的操作倒换，确保生命安全。了解了工作人员平时的一些简单工作流程，对我们以后就业有很大的帮助。这样的理论与实践相结合，更利于学生消化。

在这次实习中，我收益颇多，这些都是无形资产，将伴随我一生。所以，在今后，在学校学习的同时我会更加着重对实践方面进行研究学习，为自己以后的工作打好基础。参观的过程中，大家认真的听着老师的讲解，遇到不懂的问题及时提问，老师都会耐心地给我们解决，知道我们明白为止。在场的工作人员给我们介绍完以后，大家自由参观。面对着控制板，有一些不懂的问题，我们都会向老师请教。这次参观所学到的和感受到的，将是我们终生受用一笔财富。只要我们用心的发掘、勇敢地尝试、认真的去请教，一定会能更大的收获和启发的，也只有这样才能为自己以后的工作和生活积累更多丰富的知识和宝贵的经验。

这次对变电所的参观，以及老师的认真讲解让我对书本上的知识得到更深的理解，让我深刻的体会到了将理论和实践联系起来的重要性，在将来的工作中会带给我们很大的帮助。通过本次的参观学习，我对变电所的主要设备有了更深刻的认识，而且也在现场核对主接线，不再是以前对着图纸的抽象概念，这种实际的参观让我受益匪浅，能够有效的将理论与实际结合起来，对今后正式走向工作岗位有着极高的价值。

## 变电仿真实训心得体会篇八

首段：

变电箱，是电力传输中不可或缺的中转站，它承载了传递电能的重任，因此在安装、维护和运作等过程中都需要应有的重视。最近，我在工作中接触了不少变电箱，也累积了一些心得体会，今天想分享一下。

二段：

首先，变电箱是需要一定空气流量的。因为它内部所装的变压器和电子设备需要通风冷却，这样才能稳定地运作。这点尤其需要注意，特别是在安装变电箱时要格外注意安装位置和空间。通常，变电箱要安装于通风口旁或开阔地带，避免被堵塞影响正常工作。

三段：

其次，变电箱需要定时维护。尽管变电箱经过严格的安检和测试，但工作环境复杂、气候多变，往往会影响变电箱的稳定性和安全性。因此，定期检查和维护十分必要，可以保证安装和使用时的稳定性和长久性。检查的方向可以包括通风系统、电源线及插头，内部高压线路和开关等等。特别需要注意的是，维护只能由有资质的专业人员进行。

四段：

另外，变电箱安装应同时考虑防水、防潮和防雷。这是因为变电箱的电缆和连接器在各种环境和天气条件下容易受到影响，不仅影响了电力传输，还会影响到电流质量。因此，安装步骤要格外小心，严格遵守相关法规和标准。

五段：

最后，识别变电箱的标识是必要的。在一些特殊情况下，如重灾区发生地震、火灾等等，往往出现各式各样的安全隐患。因此，在这个时候能识别标识将会给打击隐患带来有效的帮助。同时，标识类别也会根据变电箱的类型、安全标准和环境等进行分类。在实际工作中，识别这些标识可以让我们更安全地工作和发现一些潜在的隐患。

总之，变电箱无论是在安装、维护还是使用过程中都需要正确、小心地操作，综合考虑各种安全标准，在出现问题或情况无法控制时，不要盲目进行操作。这些心得体会对于我在未来的工作和实践中能够更加高效、安全地进行提供了保障。