# 实习自我鉴定范文

来源：网络 作者：悠然小筑 更新时间：2025-06-05

*实习自我鉴定范文（精选17篇）实习自我鉴定范文 篇1 三个月的实习期即将结束，在这三个月里我学到了很多学校里没有的东西，得到了同事们很大的帮忙。 首先，我十分注意的向周围的老同事学习，在工作中处处留意，多看，多思考，多学习，以较快的速度熟悉...*

实习自我鉴定范文（精选17篇）

实习自我鉴定范文 篇1

三个月的实习期即将结束，在这三个月里我学到了很多学校里没有的东西，得到了同事们很大的帮忙。

首先，我十分注意的向周围的老同事学习，在工作中处处留意，多看，多思考，多学习，以较快的速度熟悉着公司的状况，较好的融入到了本人们的这个团队中。

其次，在工作中，善于思考，发现有的单据在处理上存在问题，便首先同同事进行沟通，与同事分享自己的解决思路，能解决的就解决掉，不能解决的就提交上级经理，同时提出自己的意见带给参考。

为以后的工作带给便利，我努力学习，工作主要有：采购核对前期的应付账款余额，并对账袋进行了分类整理，根据核对后的应付账款余额重新建产新账，并及时的填制应付凭证、登记应付账款明细账，建立库存明细账。接手公司及分公司的手工库存明细账。接手运费的登记工作。

为了尽快的熟悉公司状况，我不断的对工作进行改善，构成公司总的库存明细账。在建账的同时，将当期该处理的单据进行相应的处理，但因期初数据不准确，影响了报表的可信度，但是在这个过程中已经积累了一些经验，在以后的工作中会做的更好。

在三个月的试用期间，我能够用心、主动、熟练的完成自己的工作，在工作中能够发现问题，并用心全面的配合公司的要求来展开工作，与同事能够很好的配合和协调。

在以后的工作中我会一如继往，在相处中，我与人为善，在工作中，我力求完美。并且不断的提升自己的业务水平及综合素质，为公司的发展尽自己的一份力量，为自身的发展尽自己最大的努力。

实习自我鉴定范文 篇2

本月在妇科医院妇科实习，前两周在病房，后两周在门诊，实习中见到各种人和事，让我感受颇深，即使以后不选择当妇科大夫，但身为一个女生和有众多女性朋友的我来说，还是受益匪浅的，身为一个女性真该好好的保养和保护自己。

经过月25日到月29日为期5天的临床实习岗前培训，我们正式转入临床实习一次轮转阶段。而第一个转的科是妇科医院妇科。

妇科医院妇科病房主要病种是输卵管不通性不孕，盆腔炎，子宫内膜异位症，子宫肌瘤和子宫腺肌症。主要行中药综合治疗：中药口服(通络煎、内异煎，妇科一、二、三号方，异位通，调冲方)，中药灌肠(通络灌肠方，灌肠一、二、三号方)，中药热敷，中药离子导入，丹参注射液点滴。利用活血，消症，温通等方法，松解盆腔粘连，消除肿块，达到治疗目的。

妇科医院妇科门诊病种则丰富一些：月经不调(提前，后错，老不来，老不断，量少，量多，功血—功能失调性子宫出血：排卵期(经间期出血)、无排卵性(崩漏)等)，围绝经期综合症，痛经，白带异常(量多，色白或色黄或色暗红或带有血丝，清稀或豆腐渣状，伴有外阴瘙痒等)，盆腔炎(包括子宫，附件炎—输卵管、卵巢)，宫颈炎，阴道炎(细菌性—BV、霉菌性、滴虫性、老年性，可伴泌尿系感染)，外阴炎，多囊卵巢综合症，卵巢囊肿，不孕，早孕(怀孕早期)，先兆流产，产后缺乳和回乳，产后抑郁，子宫内膜异位症(异位至卵巢所致的巧克力囊肿多见)，子宫腺肌症，子宫肌瘤，宫颈癌前病变筛查(TCT—宫颈薄层液基细胞学检查)。治疗以中西医结合为主。

实习自我鉴定范文 篇3

一、实习目的及意义：

实习目的：认识药品并掌握其销售方法。

实习意义：实践及锻炼与人接触、与人交往的能力。

二、实习内容：

1、 认识柜架上的药物品种大致有r\_(非处方药)、otc(处方药)、保健品、特殊管理药品。常被购买的药品如感冒药、消炎药、胃药等放在方便拿取显眼的位置，标明价码，熟悉管理区域内商品摆放及分区分类。

2、常见疾病症状及对症下药

㈠感冒a、流行性感冒 b、普通感冒分为风寒型、风热型、暑湿型、气虚感冒型及表里双感c、常用感冒药的价格感康片(10元/盒)、白加黑片(9.5元/盒)、感冒通片(1.5元/盒)、维c银翘片(3.5元/盒)、速效伤风胶囊(4.00元/盒)、板蓝根冲剂(7.50元/袋)、日夜百服咛(12.80元/盒)和泰诺(10.5元/盒)。

㈡胃病胃病分为饮食停滞型、胃阴亏虚型、脾胃虚寒型、寒邪客胃型、肝气犯胃型、肝胃郁热型、瘀血停滞型。药品有斯达舒、吗丁啉、丽珠得乐、三九胃泰、健胃消食片、温胃舒、三精胃必治等等。

㈢五官科常见的眼病有红眼、角膜炎、沙眼、近视、中耳炎、鼻炎、咽炎。

三、实习结果：

认识了药店里面的大部分药品，了解药品的基本性能，收获颇丰。

四、实习总结：

《中华人民共和国药品管理法》第八十条规定：销售药品要严格遵守有关法律、法规和制度，正确介绍药品的性能、用途、禁忌及注意事项。

⑴对一些常见疾病进行了深入的了解春天是个美好的季节，到外一片和-谐的气象，但是温暖的春天也是细菌、病毒生长繁殖的季节。比如说感冒、胃并红眼玻。

①感冒：

感冒一年四季皆可发病，但多发季节当属春天，其发病特点及临床表现亦各不相同当然治疗也就不一样了。

a对流行性感冒(流感)用m2离子通道阻滞剂，如金刚烷胺、金刚乙胺(甲型);神经氨酸酶抑制剂，如奥司他韦、扎那米韦(甲、乙型)治疗。除药物治疗外，平常要多洗手，多喝水，多锻炼，注意营养，保证睡眠，保持室内空气清新，严重时带口罩，少在人多的地方聚集。

b对普通感冒(伤风)根据发病特点给药。

1、风寒型：表现为恶寒生，发热轻，无汗，头痛，肢节酸痛，鼻塞声重，咳嗽，流清涕等，应用辛温解表药治疗，中药如麻黄、细辛、防风;西药如通宣理肺片、九味羌活、参苏理肺丸、风寒表实感冒冲剂、风寒表虚感冒冲剂、柴麻解表丸、桂枝合剂、柴胡饮冲剂。多休息和饮水，食用易消化的食物，

2、风热型：表现为身热较重，微恶风，头胀痛，咳嗽，痰黏黄，咽噪红肿疼痛，鼻塞等，应用辛凉解表药来治疗，中药如薄荷、菊花、桑叶;西药如羚羊感冒片、银翘解素片、羚翘解毒丸、板蓝根冲剂。

3、暑湿型：表现为身热，微恶风、汗少、肢体酸痛或疼痛，头昏胀痛，咳嗽黏痰，浊涕，口渴，小便短赤等，应用清暑祛湿解表药来治疗，最常用的是藿香正气液(丸)。

4、气虚感冒型：表现为发热，恶寒较重，无汗，咳嗽，咯痰无力等，应用益气解表药进行治疗。

5、表里双感：表现为口苦口干，头痛目眩，壮热增寒，咽喉肿痛，大便便结小便赤涩。应用表里双解解表理清药进行治疗。如防风通圣丸。

②胃病：

1、饮食停滞型：表现为胃痛，脘腹胀满或吐不消化，大便便结等，应用消食导滞药治疗，如健胃消食片。

2、胃阴亏虚型：表现为胃隐隐作痛，口噪咽干，大便干结等，应用养阴益胃药治疗。

3、脾胃虚寒型：表现为胃隐隐作痛，喜温喜按，空腹痛食痛减，泛吐清水，手足凉，大便溏薄等，应用温中健脾药治疗。

4、寒邪客胃型：表现为胃病暴作，恶寒喜暖，脘腹得温而疼痛减轻，喜欢饮热饮等，应用散寒止痛药治之。

5、肝气犯胃型：表现为胃脘胀闷，大便不畅，因情绪因素而疼痛等，应用舒肝理气药治之。

6、肝胃郁热型：表现为胃脘灼痛，痛热急迫，泛酸，口干口苦等，应用舒肝泻热和胃药治之。

7、瘀血停滞型：表现为胃脘疼痛，痛有固定的位置，按之有针刺感，食后更痛等，应用活血化瘀药治之。

③红眼玻：

春天还有一些外科病容易发生，如红眼玻红眼病的潜伏期一般为24小时左右。病后常有眼部不适和有异物感，眼多流泪，怕光及胀痛，眼结膜明显充血，球结膜发红，布满血丝、眼内分泌物增多。若为病毒感染所致，又可见眼睑高度水肿、脸结膜上有大量滤泡、患眼侧耳前淋巴结肿大，有压痛，严重的有结膜下出血、角膜发炎、视力模糊。本病在治疗上须分清是细菌，还是病毒所致，若是细菌感染者，用抗生素或磺胺眼药水滴眼;属病毒者，可用盐酸吗琳双胍、疱疹净眼药水滴眼，每小时一次。本病之所以造成暴发流行，主要是接触传染所致。

因此，要养成讲卫生、爱清洁、勤洗手的良好习惯，切忌用手揉眼。

实习自我鉴定范文 篇4

为期一个月的教育实习已经结束，回顾这一个月的实习生活，感慨颇多。而让我感受最深的是：教育实习对每一个准教师来说，都是一步非常重要的棋，是我们师范类学生将理论付诸于实践的必需环节。我们可以通过实习，接触与专业相关的实际工作，综合运用所学的理论知识，基本技能和专业知识，把理论与实践相统一，用理论指导实践，提高自己在教育工作中的实际操作能力，而不仅仅是局限于书本的知识，理论的思维。这一个半月的实习，我收获了很多学校里学不到的知识，综合素质得到了很大的提高，体会了作为一名教师的光荣与责任，以及明白了成为一名优秀的教师所要付出的艰辛和劳累。

在这短暂的日子里，作为实习班主任兼音乐实习老师，不仅积累了初步的班级管理和音乐教学经验，还深刻地(体会到强烈的班级凝聚力和素质教育在具体实施过程中的困难性。

教育无处不在，在讲台上要为人师表，以身作则;在讲台下更要注意保持教师的良好形象。我坚持早读、晚自习上班提前十分钟到达班级，把课桌上的椅子拿下来摆好，让学生一进教室就能坐上摆好了的椅子并让整个班级保持良好的纪律。在教学与日常管理中严格要求自己，同时也要求学生学会严谨治学与做人，真正履行了一名实习教师的职责。

在学院领导及教务处、学生处等有关部门的关心下，在实习学校的大力支持和帮助下，在全体实习师生的共同努力下，本次实习取得了圆满成功。这次实习，实习生用自己的辛勤汗水品尝了教师这一职业的甘苦，懂得了为人师的责任，积累了宝贵的经验教训，为今后走上教育岗位、献身教育事业打下了坚实的基础。

从今年\_\_月初开始我进行教育实习工作，在实习中，在指导老师的认真指导下，我积极且负责任的完成我的授课内容，

实习自我鉴定范文 篇5

公司介绍：

(一)公司主营

公司是专业从事铸造设备研发，设计，制作厂家，生产实习自我鉴定。主要产品有垂直无箱造型机、底注式浇注机、倾斜式浇注机、砂处理设计和制作、各种抛丸机等。公司致力于生产碳钢、不锈钢、合金钢、铜合金系列材料的精密铸钢件及成品件，采用先进的硅溶胶失蜡铸造工艺，是国内一个熔模铸造的大型的规模化专业生产基地，集精密铸造厂和机械加工厂，年可生产精密铸件及各类精铸成品件15000多吨，主要出口欧美日本等许多国家。公司产品的应用十分广泛，几乎涵盖了整个装备制造业和机械制造加工业的可应用领域，主要有火车铁道、工程机械、汽车卡车、船舶、采矿机械、石油机械、农机、建筑、泵阀、机电、五金工具、电力器材等行业。各种牌号的普碳钢、不锈钢、低合金钢、铜合金系列材料规格达100多种，各类产品品种达1000多种。能熟练执行国标GB;美标ASTM、AISI、德标DIN、法标NF、日标JIS、英标BS、澳标AS、美国铁道标准AAR等各国和许多行业标准。

(二)公司概况

凯恩总部位于中国著名的工业城镇河北省邯郸市，位于晋、冀、鲁、豫四省交界处京广铁路从此路过，交通条件十分优越;凯恩铸造厂主体座落在距总部约10公里的风景秀丽的邯郸市尙壁镇。企业创建于1992年，总共占地总面积40500平方米，现有员工共500多名，其中专业技术人工程师30多名，各类翻译人才10多人，熟练掌握英语、德语、法语和日语。企业拥有新建的30000多平方米的现代化生产厂房;大规模新式节能环保的熔模铸造生产流水线和热处理设备;完善先进的CNC机加工设备。企业不仅拥有行业内领先的生产设施和生产设备，而且拥有本行业内最先进完备的顶尖检测设备：光谱分析仪、金相显微镜、拉力试验机、低温冲击试验机、\_射线探伤机、磁粉探伤机、超声波探伤仪、三坐标测量仪等。上述装备完全能确保提供给客户高精度的最终铸件成品件，同时能确保满足客户对材料的理化性能、无损测试、高精度几何尺寸检测等全方位的检测要求。

(三)公司理念

企业推行现代化企业管理模式，以ERP系统为主体进行全程信息化管理，积极推进管理的规范化、程序化、精细化、制度化，全面实施ISO9001和TS16949质量管理体系并注入了6S、绩效管理、精益生产、六西格玛等先进管理模式，同时正在导入ISO14001环境管理体系，以求企业绩效与社会效益的双赢。企业摆脱铸造厂仅提供毛坯件的传统概念，开创了以提供解决方案、终端铸件、客户服务为核心的新产品理念，以尽可能提高附加值为公司产品的核心竞争力，立足高品位及高端市场，除了供应国内市场，主要出口至美国、德国、日本、西班牙、意大利、英国、法国、荷兰、澳大利亚、加拿大等30多个国家,合作的客户中有世界五百强企业10多家, 已成为它们在中国的精密铸件的重要供应商。

实习主体：

首先，公司进行了，实习前的培训，包括安全和公司概况，首先是安全教育，企业规定必须对新员工进行安全生产的入厂教育，车间教育，班组教育;对调新工种，采取新技术，新工艺，新设备，新材料的工人，必须进行新岗位，新操作方法的安全教育，实习者经考察合格后方可上岗操作。之后我们有了解了河北凯恩机电设备有限公司的发展情况及发展历史，以及，公司的辉煌历程。之后公司开始给我们安排岗位

我主要从事的部分是学习参观毛胚件的选择流程，零件一般是由毛胚加工而成。在现有的生产条件下，毛胚主要有铸件，锻件和冲压件等几个种类。铸件是把熔化的金属液浇注到预先制作的铸型腔中，待其冷却凝固后获得的零件毛胚。在一般机械中，铸件的重量大都占总机重量的50%以上，它是零件毛胚的最主要。铸件的突出优点是它可以是各种形状复杂的零件毛胚，特别是具有复杂内腔的零件毛胚，此外，铸件成本低廉。其缺点是在其生产过程中，工序多，铸件质量难以控制，铸件机械性能较差，锻件是利用冲击力或压力使用，加热后的金属胚料产生塑性变形，从而获得的零件毛胚。锻件的结构复杂程度往往不及铸件。但是，锻件具有良好的内部组织，从而具有良好的机械性能。所以用于做承受重载和冲击载荷的重要机器零件和工具的毛胚，冲压件是利用冲床和专用模具，使金属板料产生塑性变形或分离，从而获得的制体。冲压通常是在常温下进行，冲压件具有重量轻，刚性好，尺寸精度高等优点，在很多情况下冲压件可直接作为零件使用。选择毛胚还应该考虑的原因：

(1)零件的力学性能要求相同的的材料采用不同的毛胚制造的方法，其力学性能有所不同。铸铁的强度，离心浇注，压力浇注的铸体，金属型浇注的铸体，沙型浇注的铸体依次递减;钢质零件的锻造毛胚，其力学性能高于钢质棒料和铸钢体。

(2)零件的结构形状和外廓尺寸，直径相差不大的阶梯轴宜采用棒料。相差较大时宜采用锻件。形状复杂的毛胚不宜采用金属型铸造。尺寸较大的毛胚，不宜采用摸锻，压铸和精铸。多采用沙型铸造和自由锻造。外型复杂的小零件宜采用精密铸造的方法

(3)生产纲领和批量 生产纲领大时宜采用高精度与高生产率的毛胚制造方法，生产纲领小时，宜采用设备投资小的毛胚制造方法

(4)现场生产条件和发展 应该经过技术经济分析和论证零件的材料为QT450-10，根据零件结构简单和对称分布的特点，零件的生产纲领为大批量生产

实习感悟：

通过这次实习，我的社会工作能力得到了相应的提高,在实习过程中，我们不仅从企业职工身上学到了知识和技能，更使我们学会了企业中科学的管理方式和他们的敬业精神。感到了生活的充实和学习的快乐，以及获得知识的满足。真正的接触了社会，使我们消除了走向社会的恐惧心里，使我们对未来充满了信心，以良好的心态去面对社会。同时，也使我们体验到了工作的艰辛，了解了当前社会大学生所面临的严峻问题，促使自己努力学习的知识，为自己今后的工作奠定良好的基矗本次实习使我第一次亲身感受了所学知识与实际的应用，理论与实际的相结合，让我们大开眼界，也算是对以前所学知识的一个初审吧!这次生产实习对于我们以后学习、找工作也真是受益菲浅。在短短的一个星期中，让我们初步让理性回到感性的重新认识，也让我们初步的认识了这个社会，对于以后做人所应把握的方向也有所启发!

很快我们就要步入社会，面临就业了，就业单位不会像老师那样点点滴滴细致入微地把要做的工作告诉我们，更多的是需要我们自己去观察、学习。不具备这项能力就难以胜任未来的挑战。随着科学的迅猛发展，新技术的广泛应用，会有很多领域是我们未曾接触过的，只有敢于去尝试才能有所突破，有所创新。就像我们接触到的车工，虽然它的危险性很大，但是要求每个同学都要去操作而且要做出成品，这样就锻炼了大家敢于尝试的勇气。三周的生产实习带给我们的，不全是我们所接触到的那些操作技能，也不仅仅是通过几项工种所要求我们锻炼的几种能力，更多的则需要我们每个人在实习结束后根据自己的情况去感悟，去反思，勤时自勉，有所收获，使这次实习达到了他的真正目的。

在忙忙碌碌并在企业中师傅的精心指导和严格要求下，本次实习才得顺利结束。在整个生产实习期间，从安全教育到最后的数控线切割的学习都倾注了企业指导师傅的大量心血，师傅以他渊博的知识和娴熟的经验，指导我如何更好地工作。在许多实践工作中给了我细致无微的指导，每一个细微的知识都严格要求，使我能顺利完成工作。还有感谢企业实训指导的领导，车间主任，同事等人员的关怀和照顾，感谢企业领导给我学习的机会。同时还要感谢学校给我们这次机会。

实习自我鉴定范文 篇6

我毕业于河南省\_\_幼师学校，临近毕业时我在本市的一所私立幼儿园进行了一个月的实习工作，虽然时间很短，但却收获甚多，以下是我的幼师毕业生实习自我鉴定：

在这一个月里，我学习到许多在学校学不到的东西。也感悟到了许多，从老师们身上，我看到了园丁们散发出的耀眼光芒，给了我在实习生活带来了许多启发性思维。在校期间总会认为当一名幼儿老师肯定很好玩，很轻松，但在这里我改变了这个想法，每上完一节课我都有最大的感触：想当好一名幼儿老师实在不易!

刚开始听带课老师跟孩子们上课，认真学习她上课的方法和怎样管好教室纪律。即使那样，我还是遇到了许多师范学校里没学过、事先也没有料到过的难题。毕竟试教的时候和正式去教室上课的时候的心态是很不一样的。同时也佩服老师对付这些孩子们的方法。用小组比赛来管他们的纪律，一来可以培养他们的团队精神。二来还为教室带来一些活力。使教室上不那么死板。听了几节之后我就开始试着讲课，一开始孩子们会乱成一团，不听你讲课，我用了老师的那些方法，可是发现后来慢慢的，他们开始接受你还有喜欢你，这是实习期最有高兴的事。也使越来越喜欢幼师这个职业。

我们除了教室教学之外还有教室领导工作。也组织了一次主题班会活动。幼儿园艺术节，我帮着班里的小朋友们安排节目，帮两个班安排画版。使我在实习期忙碌但很充实。同时也明白做好老师除了要有丰富的专业知识之外，还要其他课外知识，这样才能让你的学生在和你打成一片之外还能尊敬你。这样忙碌的实习生活我进行了一个月，而这个月的每一天我都做好了幼儿园实习工作总结。

实习期已过，我将一个月的实习工作做了简单的实习自我鉴定，实习中给了我最大的经验，也是最宝贵的。我将朝着“把班带得更好”的方向努力，并相信自己一定可以做到。

实习自我鉴定范文 篇7

实习不仅让我在工作上的能力有了一定的提高，自己的意志力也得到了很大的锻炼。在销售实习的过程中，我对自己的销售实习鉴定以下几点：

1、精神状态的准备。

有一个好的精神状态，就会给顾客一种积极的、有活力的、上进的氛围，那么这种积极的上进的情绪总会影响到客户，从而，让顾客感到自己得到一种情绪感染。

2。对顾客的准备。

当我了解了相关的产品知识的时候，就是我掌握销售的第一步，让自己的销售业绩提升还需要我对顾客的性格，风格等的了解，只有我对顾客掌握的越多，我就能更能把握顾客的心理，和顾客建立一种和谐的关系。

3。身体的准备。

有一个好的身体，才能保持旺盛的精力，才能更好的工作。这些天，在商场里的站立服务，让我感觉到很疲惫，所以我才更能体会到有一个好的身体，才能让我更好的全力以赴的工作。

做销售最忌讳的就是没有创造力和想象力，经历了初期的惶恐、不知所措，撑到现在，真的是有酸有甜有苦有辣。无论如何，总算是站住脚跟了。懂得了对待客户要用到心理学，要懂得客户的需求，从而一一地介绍产品。要懂得和客户进行沟通，找到共同的话题之后，客户也就成了你的朋友，这样想要成交产品也就不难了。

实习自我鉴定范文 篇8

三年多的大学生活就要结束了，几年的会计专业知识学习与丰富的课余社会实践经历，培养了我对会计职业的兴趣，也使我在专业技能方面打下了坚实的基础。同时，大学生活的学习与实践，让我从对会计专业懵懂无知的门外汉蜕变成一个会计学的新学者，接触了社会，脱离了幼稚、浮躁与不切实际，心理上更加成熟、坚定，为走上会计工作岗位做好了心理准备。

学习上，通过大学三年努力学习《基础会计学》、《中级财务会计》、《会计电算化》、《成本会计》、《管理会计》等各门课程，我系统地掌握了本专业所必需的基本理论、基本知识、技能与方法。在此基础上，结合专业特点及工作实际，加强了会计、计算机应用能力以及社交能力的锻炼，在专业知识上，一直以“一专多能，全面发展”严格要求自己，通过扎实学习《基础会计学》、《成本会计》、《中级财务会计》、《管理会计》等各门课程，我系统地掌握了本专业所必需的基本理论、基本知识、技能与方法，在此基础上，结合专业特点及工作实际，加强了会计、计算机应用能力的锻炼，能够熟悉运用会计电算化软件(如用友)，并能熟练操作与office系列办公软件(如word、e\_cel)并运用到财务办公中。为更好地从事财务工作，提高工作效率及质量打下了坚实的基础。

工作上，我时刻保持一颗热情的心与高度的责任感，做事尽心尽责，并能做到最好，事后认真总结。假期期间，我还积极参加社会实践。这些锻炼使我的社会适应能力、管理、组织与协调能力得到很大的提高，团队合作精神与竞争意识得到进一步加强，也让我在处理事情问题的方式方法更加灵活。

思想上，我力求上进，关心时事，拥护党与国家的方针政策，不断加强自己的理论修养，以提高自己的思想觉悟与政治素质，并深刻理解作为一名合格的会计，所需的理性思维与较稳定的法律意识。

生活上，我严于律已，宽于待人，坚持原则，敢于批评与自我批评，培养了很强的生活自理能力，性格开朗，诚实守信，谦虚好学，有责任感与集体精神。我热衷于参加各类志愿者活动，尽我所能帮助那些需要帮助的人。平时积极参加各项实践活动，课余时间注意加强锻炼身体，积极参加运动会以及各类球类比赛(如篮球，羽毛球)，懂得幸福生活的首要条件，就是具备健康的体魄。通过三年会计专业的学习，我不仅在思想境界、知识结构与业务水平方面得到了极大的提高，而且培养了我一定的自学能力、创新能力与团体合作精神。我明白我的缺点与优势，我所拥有的是年轻与知识。年轻也许意味着欠缺经验，但是年轻也意味着热情与活力，我自信能凭自己的能力与学识在毕业以后的工作与生活中克服各种困难，不断实现自我的人生价值与追求的目标。年轻是我的本钱，拼搏是我的天性，努力是我的责任，我坚信，年轻没有失败，挑战无处不在!

实习自我鉴定范文 篇9

在三天的实习中，我们每个土木人都学到了很多的知识，以下是我通过三天实习所学到的知识，它们分别为：基础底板及基础梁钢筋;墙筋绑扎;构造柱钢筋的绑扎;梁钢筋;板箍筋绑扎。

一.基础底板及基础梁钢筋：

1. 按弹出的钢筋位置线，先铺底板下层钢筋。根据底板受力情况，决定下层钢筋哪个方向钢筋在下面，一般情况下先铺短向钢筋，再铺长向钢筋。

2. 摆放底板混凝土保护层用砂浆垫块，垫块厚度等于保护层厚度，按每1m左右距离可缩小，甚至砂浆垫块可改用铁块代替。

3. 底板如有基础梁，可分段绑扎成型，然后安装就位，或根据梁位置线就地绑扎成型。

4.底板钢筋如有绑扎接头时，钢筋搭接长度及搭接位置应符合施工规范要求，钢筋搭接处应用铁丝在中心及两端扎牢。如采用焊接接头，除应按焊接规程规定抽取试样外，接头位置也应符合施工规范的规定。

5.根据弹好的墙、柱位置线，将墙、柱伸入基础的插筋绑扎牢固，插入基础深度要符合设计要求，甩出长度不宜过长，其上端应采取措施保证甩筋垂直，不歪斜、倾倒、变位。

二.墙筋绑扎：

1. 在底板混凝土上弹出墙身及门窗洞口位置线，再次校正预埋插筋，如有位移时，按洽商规定认真处理。墙模板宜采用“跳间支模”，以利于钢筋施工。

2.先绑2～4根竖筋，并画好横筋分档标志，然后在下部及齐胸处绑两根横筋定位，并画好竖筋分档标志。一般情况横筋在外，竖筋在里，所以先绑竖筋后绑横筋。横竖筋的间距及位置应符合设计要求。

3. 所有钢筋交叉点应逐点绑扎，其搭接长度及位置要符合设计图纸及施工规范的要求。

4. 为保证门窗洞口标高位置正确，在洞口竖筋上划出标高线。门窗洞口要按设计要求绑扎过梁钢筋，锚入墙内长度要符合设计要求。

5.各连接点的抗震构造钢筋及锚固长度，均应按设计要求进行绑扎。如首层柱的纵向受力钢筋伸入地下室墙体深度;墙端部、内外墙交接处受力钢筋锚固长度等，绑扎时应注意。

6. 配合其他工种安装预埋管件、预留洞口等，其位置，标高均应符合设计要求。

从6月3日到6月5日，在此期间我们土木工程专业到合肥市三个大型建筑工地上实习，虽然在此之前我们的专业课还没有开设，但通过此次的实习也让我们每个土木人受益非浅，让我们对建筑物有了初步的感行认识，以及为我们今后开设专业课，学习专业知识打下坚实的基础。非常感谢学校给我们这次实习的机会，让我们有机会到建筑工地现场观看实习，让我们亲眼目睹施工人员如何对建筑物施工。我们每个人都很高心能够有这样的机会，让我们学习到很多书本上学不到知识。

三天到工地上实习，学校都是用校车专车接送，当我们到达工地集合地点时，我看到同学们头上都戴着安全帽;同时工地的生活区与施工区的门上也写着：不戴安全帽者不得进如施工现场;当然在建筑物结构主体外面的防护网上也写着标语：安全责任，重于泰山;由此可见在建筑施工当中首先要注意的问题就是安全问题。过去由于生产企业不重视民工安全造成了很多工伤和死亡事故，这些事故给工人和企业带来了很大的损害!同时，为了确保施工能顺利进行和施工的安全，工地是要用砖墙围护起来的，只有建筑施工的各种车辆和内部人员才可以出入，我们实习也要事先和施工方协调商议经过他们的。

进到施工区，我们一眼就看到了建筑物的结构主体，当时结构主体给我的感觉就是不像建筑很不好看。这个可能是因为它和我所看到过的已经建好并投入使用的楼不同。主体前面有个很大的场地，这个场地是堆放建筑材料用的，可以看到所堆放的建材主要是钢筋，没有水泥、砂、石之类的建材，这是因为现在已经都采用了成品混凝土来浇筑结构了。这样可以保证混凝土的质量，减少施工浪费和降低生产成本。在钢筋堆放区我们可以看到不同型号的钢筋是分开放的，而且还在其前面标明钢筋的型号和进场时间等信息。

在建筑工地上我看到我从未看到过的建筑材料，名字记的不太清楚了，叫加压混凝气团，目前合肥很少有建筑公司在使用这种材料，相对那些传统红砖来说这种材料有很多红砖所不具有的特点：具有隔音保温的作用。用这么多优点，价格当然比那些红砖价格要高出很多。这种材料虽然占据很大体积但它却很轻。力气大的人一支手都可将起举起。

三、板钢筋绑扎：

1. 清理模板上面的杂物，用粉笔在模板上划好主筋，分布筋间距。

2. 按划好的间距，先摆放受力主筋、后放分布筋。预埋件、电线管、预留孔等及时配合安装。双向受力板，短方向钢筋在下，长方向钢筋在上。

3. 在现浇板中有板带梁时，应先绑板带梁钢筋，再摆放板钢筋。

4.在钢筋的下面垫好砂浆垫块，间距1.5m。垫块的厚度等于保护层厚度，应满足设计要求，如设计无要求时，板的保护层厚度应为15㎜，钢筋搭接长度与搭接位置的要求与前面所述梁相同。

通过此次的实习，我有所感触，主要从几个方面讲：“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”：第一次，亲身感受到土木工程是一门大学问，有很多很多的知识。我还是个连土木工程门都没进的无知学生，要学的很多，要做的很多，今后的时光应该是自己发奋读书的日子，是努力求索的日子。从理论到实践还有一段路要走：在我们的第一天站在建筑物的施工现场，我们从书本上学到的很多的知识不能和实践相结合。以后，我们要多加努力，大学不是高中，要学真本事，能把课本上的东西运用到实际中去，并有所创新，才能算是真正学会了，才是真正的 本事。要想学好，先要“三勤”：在许多工地，工地技术人员等给我们最多、最宝贵经验就是“三勤”，勤看、勤问、勤思。对各工地、工程，要多留心看，施工技术、施工方法、施工管理等要多留心看，另外，就是对于专业书籍等要多看;对发现的问题和不太清楚的地方要多问，问技术人员，问工人师傅，总之，要在最短的时间内，把问题解决好，搞清楚;对于任何问题、任何方法等，都要经过自己的认真思考，不要把问题留给别人去解决，不要简单的照搬别人的方法，思考是进步的捷径。学真本事，有自己的一技之长：这次老师和工地技术人员，让我记忆最深的话就是“学真本事，有自己的一技之长”。不要死钻课本，但也不要脱离课本，联系实际，要把本事真正学到手，学过的就要能用的上，能在将来的岗位上，施展自己的本领。要有自己的特长，用工人师傅的一句话就是“一招先吃遍天”，要有自己的夺人之处,才有自己的立足之地。搞工程要能吃苦,要有耐力：一个连阳光都见不得的人,会有什么作为呢?一个一遇到困难,就退缩的人更不会有什么作为.这次实习我的又一收获,就是自己的毅力,又得到了一定的锻炼,为将来更好的走上工作岗位,准备了一份适应力。

总的来说很高心能够有机会参加实习。让我们学到了很多的知识。对此次实习感到很满意。以上内容为我在实习中所学所感。报告到此结束，

实习自我鉴定范文 篇10

我叫\_\_\_，是医科大\_\_届的应届毕业生，经过学习的推荐，今年开始我到了\_\_西药房进行实习，药房实习自我鉴定。通过几个月的学习使我学会了很多东西，增加好多医学上的知识。以下是我对本次实习进行的自我鉴定。

首先在药房其间我遵守药房的各项规章制度。做到上班不迟到，不早退，热爱自己的工作，关心病人，和同事相处得很好，他们也教会我很多知识。

其次我在西药房学习的知识：

一、学会了药物的 摆放：同类药物放在一起，做到先进先出。

二、学会了看处方：首先看病号，再看年龄，最后看用法用量。

三、学会了拾处方，拾处方要认真、细心，要检查有没有药物配伍禁忌。

四、学会了处方的计价收费。

经过本次三个多月的实习，使我们增长很多知识。我运用在学校老师教我的知识加上实际鉴习学会很多药学上的知识进行融会贯通!为走进社会，为人们作出贡献打牢了基矗。

20\_\_年9月9日至10月30日，我在安顺市第六中学七(2)班进行了为期近两个月的实习。实习的基本内容包括两部分：课堂教学、班主任工作，实习自我鉴定《药房实习自我鉴定》。在原任指导老师武老师和班主任孙老师的耐心指导、帮助下，我较好地完成了教育实习任务。

实习期间，在武老师的指导和支持下，我总计听了8节课，上了32节课。教学实习中，总的来说，我能认真备课，所设计的教案规范准确。课堂教学中，教学效果好，教学内容能当堂消化、巩固，教学重点突出，明确，能够顺利地完成教学任务.同时，课外辅导耐心细致，批改作业仔细认真，还经常请武老师指出缺点和不足，以不断地提升自己。在实习过程中，我深刻的感受到：上一堂课容易，但要想上一堂精彩的课很难!需要下很大的工夫。在教学之前，我都认真听了指导老师的课。从中我也学到了很多教学方法和技巧!同时我都准备好每次课的详细教案和课件资料，并全部交给指导老师修改。

实习期间，作为实习班主任，每天课间操时维持秩序，监督到位，耐心地做学生的思想工作。教师节期间，我在班主任孙老师的指导支持以及学生的积极配合下，筹办了以”尊师重教”为主题的班刊展览活动，得到了老师和学生的极大肯定。

在整个实习生涯中，我本着对学生负责的态度尽心尽力做好每一件事情。自己在实践活动中得到了极大的提升，学到了许多书本上根本学不到的东西，受益匪浅，为以后做一名光荣的人民教师积累了宝贵的教学经验。

但是，在教学过程中，时间把握不当，不能在有限的45分钟内完成教学目标任务，教学过程和教学环节常常出现疏漏的地方，给学生造成一定的理解困难。所以，我想，作为一名师范生，要真正走向了工作岗位，还需要自己以后两个月的实习不断地努力实践，追求进步。

实习尽管辛苦忙碌，但却是对我人生的一大有益的尝试和磨练。最后，我要特别感谢辛勤指导我的武老师，是他让我学到了很多的教学知识，使我从稚嫩的教学走向了成熟的教学。同时，我也要向指导和勉励我的孙老师以及六中的老师们表示衷心的感谢和崇高的敬意!

实习自我鉴定范文 篇11

两个星期的游戏实习转眼间就结束了，脑海里却还浮现着刚入幼儿园的情景。总的来说，在幼儿园的这两周实习中，让我得到了一次较全面、系统的锻炼，也学到了许多书本上所学不到的知识和技能。让我受益匪浅。

这次实习我被分配到了湖南省军区幼儿园，听说是在军区幼儿园，我的心有那么点期待，同时又有点儿害怕。对于这次的游戏实习，我不是第一次实习了，可我却比第一次的保育实习显得更紧张，因为这次下园，主要是进行幼儿游戏及一日生活的实习，不只需要我们做做保育类的事情，更重要的是还要我们亲自给幼儿们上游戏课，对于我们，这无疑是一个挑战。

虽然紧张，但还是得做好充分的准备，才能让自己有足够的信心与勇气接受这次的挑战。

这次实习我被分到了大一班，刚进入我们班，看到一个个聪明活泼的小孩，让我不免喜欢，可是，大班的孩子是我所不太了解的年龄段，因为上次的保育实习，我是在一个小班，这让我有点紧张，大班的孩子会不会很难相处，或又是我的能力能不能带好大班的孩子们。经过一天的相处，我的担心是多余的，我发现大班的孩子是很懂事的，基本上你只要说的，他们就能懂。当然在每个班上，都会有那么几个特别一点的孩子。在前面三天，我带着新奇观察他们，看老师给他们上课，和他们交流，班主任也从第一天就和我们说，要想和孩子相处，我们首先要融入孩子中去。下课时，我们就只主动和他们交流，在饭前饭后，我们还会给他们讲讲故事，一起玩。就这样，在前三天和孩子们相处得很愉快。

我们的见习阶段就这样结束了，虽然和他们相处的还好，但是要我们给他们上课了，心里还是没有底，我猜想不出任何随机发生的可能性。第五天，我的第一次游戏就要开始了，我要给孩子们上的是一个音乐游戏《抢椅子》，这个游戏很多幼儿都已经玩过，所以我在中间又夹了一些以前没有的环节。在游戏前准备中，我向原任老师请教了一些问题，把自己的教案给老师修改，老师给了我一些建议，在想了很多遍游戏中应该要做的环节，步骤，怎样进行，觉得应该没问题了。信心满满的准备下午的教学。可是理想与现实却始终相隔甚远，让我深深地被打击到了。

上课前，我压抑住自己的紧张，带着甜甜的微笑和幼儿们以谈话的形式进入游戏主题，从幼儿的热情中，我可以看出他们喜欢玩这个游戏，我很开心。游戏过程进行时，我要我的组员帮我放音乐，可是就在幼儿热情高涨的同时，我发现教室里的音响设备放不了，我一下就急了，我只能临时决定借助手机的微弱声音和手摇铃来配乐。在我要幼儿举手来游戏时，很多幼儿都争着来玩，现场有那么点乱，我点了一些人，而其他的小朋友就不怎么开心了，我只能安抚他们说，每个小朋友都会玩到，他们才安静下来。游戏进行中还算愉快，可是意料之外的事情又发生了，一些玩过了的小朋友还要争着玩，在我大声和他们说游戏要公平，一些幼儿才不执意要玩了，但明显激情退了一半。接下来在稍混乱的场合下又玩了几轮，游戏就结束了，我对游戏作了总结，批评了一些不良现象，也表扬了一些幼儿。游戏结束了，我的心情却难以平复。

对于我的第一次游戏，我总结出了我的几点不足;

一、 在游戏准备中没有做的很充分，没有及时检查到音响的问题;

二、在游戏前没有给幼儿提出具体要求;

三、没有充分想到幼儿的心理，在他们都激情中却只能有一部分幼儿先玩;

四、没有很好的组织好幼儿，让幼儿在游戏中较无序;

五、没有在平时中树立好老师的形象，没有老师应有的威严，使得的游戏中孩子较不听从指挥。

通过这次游戏的组织，让我更加了解了幼儿，也让我更加肯定：实践出真知。让看到了自己的不足，但是我没有气垒，我觉得我们要学会谅解自己，反思自己。这次游戏，给了我一个教训，我要吸取这个教训。它也会时刻提醒着我，在游戏上课中，特别是对于我们新手来说，首先我们一定要做好充分的准备。其次就是要在游戏前给幼儿提出明确的要求、目标。再就是要充分根据幼儿年龄特征、心理组织游戏。还有一个很重要的就是，我们要记得我们是实习去当一名老师的，而不仅仅是去当幼儿的朋友，要在平时和幼儿的相处之中，要有我是老师的意识，做出老师该有的形象，否则你会发现在关键时刻，幼儿还是会和我们很随便，不听话，无纪律，老师说什么，他们可能还会反着做，没有老师的威严。

在总结第一次的游戏中，我的第二次游戏已经有了很大的进步，我很高兴。也相信，只要我们努力，虚心听取别人意见，经常反思自己，改进自己，我们每个人都会成为一名优秀的幼儿教师。要坚信：实践出真知!

实习自我鉴定范文 篇12

我很荣幸能在赣州国际旅行社全南营业部参加实践活动，我此次在旅行社实践的岗位是计调，计调的工作是很繁杂的，主要是为旅游活动的顺利进行做好准备，工作的方面主要有食住行游购娱这六个大方面，我主要是希望这次计调实践能够培养我的自学和动手能力、理解能力以及思维能力。通过旅行社实践使我进一步的巩固和理解课堂所学知识，培养和提高理论联系实际的能力，更好的掌握课本的知识和实际的操作能力。

实践期中，各项工作中我都接触到很多新鲜事并多中学会了学会摸索客人的心理，对此也总结了一些经验，知道在游客到来时应该做到微笑服务，有针对性的向游客介绍旅游产品，在服务过程中态度要诚恳要真的设身处地为游客考虑，这些工作经验对我以后工作将有着更大的影响和帮助。

在实习工作中，我得以亲身体验社会，学到了很多在课堂上学不到的知识，并获得把课堂教学的理论知识与社会实际实践相结合的机会。通过这次实习，我对旅行社的经营、管理及组织结构有了初步的了解，在实践中使我认识到旅游业的一些基本情况，以及其对地区乃至国家经济发展的重要性，并补充了自己有限的理论知识，提高了实际的操作能力。

通过近期的观察与思考，我对旅行社的发展也有一些粗浅的想法与建议。

目前，旅行社主要面临着三大问题：

第一，同行业激烈的竞争。

第二，优秀员工流失问题。现在很多企业都面临着一个共同的问题，那就是优秀员工的流失，旅行社作为服务性企业，人员具有高流动性。人才的流失将带来一系列问题，如企业机密泄露，客户流失，成本上长升等。所以，旅行社应该重视这一问题。

第三，旅游市场混乱。不管哪一行业，市场混乱将增加企业许多额外的成本，严重地将导致企业灭完。

面对以上问题旅行社该做些什么呢?

1、优化旅游路线，提高旅游服务质量。

2、做好客户服务，让顾客开心地来，满意地走。

3、开发新的旅游资源，创造竞争优势。

4、做好人员管理，降低人力资源成本。

5、完善企业管理制度和人力资源管理制度，留住人才。

6、塑造旅行社企业文化，树立企业形象。

7、规划旅游市场，制定营销策略，明确产品定价，做好市场宣传与营销管理。

通过在旅行社的实习，使我对我国旅游市场有了进一步认识，并且对旅行社也有了一个大概地了解。同时，在进行理论与实际相结合的过程中，灵活运用了自己的专业知识，展现了自己的能力，也发现了自己存在的许多缺点。

实习自我鉴定范文 篇13

重庆天来酒店是一家五星级的酒店，酒店位于重庆北部新区金开大道7号，它的前身是戴斯酒店——一家国际商务酒店，酒店在20\_\_年4月正式由戴斯酒店更名为天来大酒店，沿袭戴斯酒店的五星级标准，天来大酒店在后期的不断完善后成为了拥有各类豪华客房及套房600间，2万多平米的餐饮及宴会配套齐全，40余间餐饮包房，拥有近10个设备完美的餐饮设施，汇集国内外名食，名点，可以满足您的独特口味。酒店特别提供了雪茄吧、茶楼、游泳池、桑拿保健等一系列消遣及娱乐设施。

根据学校对旅游管理专业学生的任务安排暑期必须进行酒店管理方向的专业实习，在经过一番考虑后我选择了重庆天来酒店，由于我具有一定专业背景，因此有幸在层层激烈的面试中脱颖而出，得到进入重庆天来酒店这个五星级的酒店进行实习的机会，实习的几个月里，我感受颇多，受益非浅。

二、实习内容

由于我不是经过学校安排而是自己面试得到的这个工作机会，因此酒店按正规的 酒店从业人员对我进行了系统的培训：酒店实习报告首先是由酒店中餐部经理对我们进行岗前培训，具体内容包括：酒店公共设施、营业场所的分布及其功能。酒店所能提供的主要服务项目、特色服务及各服务项目的分布。酒店各服务项目的具体服务内容、服务时限、服务部门及联系方式。酒店所处的地理位置，酒店所处城市的交通、旅游、文化、娱乐、购物场所的分布及到这些场所的方式、途径。酒店的组织结构、各部门的相关职能、机构及相关高层管理人员的情况。酒店的管理目标、服务宗旨及其相关文化。参加公司的岗位培训，熟悉自己的工作职责，了解本岗位的重要

性及其在酒店中所处的位置，了解工作对象、具体任务、工作标准、效率要求、质量要求、服务态度及其应当承担的责任、职责范围。熟悉菜牌、酒水牌，熟记每天供应的品种;这让我对工作有了大概的了解;

其次是业务技能培训，这一培训持续了大概一个月的时间按，由部门负责人员为我们进行不间断的技能指导，了解工作上的需要了解的工作细节以及技巧，如：怎么铺桌布会更快更好等等，一个月的实习工作让我对部门工作有了基本的了解，这些培训对于我以后的学习和工作都是非常有用的。

我们的工作除了迎宾、摆台、折口布、传菜、上菜、撤台外，也得兼职勤杂工，扛桌子椅子、铺地毯等一些脏活、重活。我们的上班时间是每天8小时工作制，每周休息一天，主管根据需要，为餐饮部的员工安排了A、B、C、D、E、F班，在上班时间上酒店还是安排得比较合理的、灵活的，这样我们就可以根据自己的需求安排休息的时间。但往往下班的具体时间是不确定的，经常根据实际情况加班加点，但是加班时间都有记录，适当的时候会有补休，虽然没有加班费，但我觉的这种制度还是很灵活合理的。

三、实习认知：

(1)通过这次实习，我对酒店的管理又有了更深层次的理解，并且对酒店行业有了自己的见解和认识。在酒店实习期间我不仅更加熟悉酒店的业务操作程序，在待人接物，与人交往方面学到了不少东西。在这次实习中，我重新培训了服务技巧和服务规范，更加深入熟悉服务工作，对服务有了更加深入的了解，服务技能有了进一步的提高。服务更加熟练，可以熟练地完成服务工作。通过酒店的培训，对酒水和菜品更加熟悉可以熟悉的向客人介绍和推销菜品和酒水。并且随着服务技能的提高成，提高了员工的工作效率，减少了工作失误，能够向客人提供更周到便捷的服务，由于重庆是一个人口密集的城市，重庆的某些景点更是游客经常会聚的地方，因此酒店特地培训了磁器口、朝天门、解放碑等景区的一些基本旅游知识，以便为客人提供更加周到优秀的服务，当然，这在以后的服务中也验证了这次培训的正确性与重要性，客人不止一次的向我们了解重庆的风俗人情旅游景点等，而我们周到的服务也不止一次的获得了客人的好评。酒店培训和实习经验的积累，对我毕业以后就业增加了机会，从业能力得到提高，在此过程中语言能力，交际能力，观察能力，记忆能力，应变能力得到了提高。

(2)其次，是不足之处：

1、待人接物稍嫌稚嫩，有时放不开。这正是从学生角色转入社会角色的一道坎，只有靠多实

践来历练。一方面自己要多争取实习的机会，争取到了要好好谋划一番以弥补这点不足;另一方面也不要放过能与社会上的人说话、沟通、争论，甚至吵架的机会，要有敢于表达自己的声音的意识;

2、有收集资料、积累素材的打算，但准备不足、方向不明确，也没及时充电补缺，导致最后没时间来充分收集自己想要的材料(如：相关岗位的用人要求、职位晋升路线、生涯人物访谈等)

3、不够自信，有时老员工就同一问题多问几遍，就会怀疑自己是否正确，导致有时不够坚持。

(3)在明确了优点及缺点后，接下来就是改进措施了：

1、实习前应明确实习目标，实习中应谨记实习目标，力求最大程度实现目标;

2、实践证明，对于我来说，边学边实践的学习效果是最好的。因此在实习的过程中应跟进阅读相关资料，保持敏感性，以便能及时发现问题，调整实习的重点，从而学到更多;

3、面对酒店的繁琐，仅有细心是不够的，还应更上一个层次，即周密。我要培养一种忙而不乱的作风，持之以恒的韧性(尤其是面对不能立刻解决、需要等待及定时查看的事务)，不要一忙起来就忘了先前人家交代的事情。

四、总结：

在这些日子里自己确学到了不少的东西：除了了解到餐饮的服务程序和技巧，也学会了如何调整自己的心态，如何处理好自己的利益和酒店的利益，如何处理好同事之间的人际关系，如何与顾客打交道;同时，更让我认识到作为一个服务员应该具有强烈的服务意识;更为重要的是，在近三个月的工作中，我深刻地体会到了酒店行业的艰辛，也看到酒店发展的前景，更加明白了自己以后学习的方向和侧重点。所以在学校的时光里，好好的珍惜吧，以后回忆起来，没有遗憾而是有一种成就感，自豪感。

实习自我鉴定范文 篇14

20--年初，我的实习生活开始了。在历时半个月的工作中我渐渐认识到了\_\_的各项工作，并且亲身体验了\_\_\_及其\_\_工作者应该把自己定位为社会中的哪一个角色，通过我的学习不仅认识到\_\_\_在人们日常生活中的重要性，并且也看到了他们在运营中的不足，这些不仅影响了他们的经济效益，还对他们以后的发展产生了阻碍作用。

.我在\_\_店的生鲜处带过很长一段时间，特别对生鲜处的营销组合提出自己的一些看法：

从中外超市企业的竞争的现状来看，在资金实力、业态规模、经营管理经验等方面来看中国的超市企业明显地出在弱势地位，但是，中国市场发展的区域化特点、中国消费者消费需求习惯的差异在很大程度上体现在饮食文化方面，这种饮食文化除了反映体现地区差异特色的“八大菜系”外，其后面的底蕴是深不可测的。

超市的生鲜食品经营是能够体现差异化和个性化的经营特点，从而使众多的超市避免在竞争中陷入单一的价格竞争的 陷阱之中，使竞争良性起来，也使得差异化和个性化的经营能够满足消费者多样化的需求。

所以我认为，美特好超市关键要在于其对生鲜的流通渠道这个载体形式进行了本质上的改造，摒弃了传统运作了几十年的旧有农贸市场模式，从根本上依靠超市概念改造旧传统。并立足本地优势，寻找更为合理有效的市场切入点，降低风险。在仍具有顽强生命力的农贸市场和外资超市(主要指沃尔玛)面前，生鲜超市只有把握好方向，才能作为竞争者的替代品，与其共生存、共发展。为此，生鲜超市必须做好以下四方面工作，合理定位。

(1)实行产品多样化和创新经营;

(2)经营方式更要贴近消费需求;

(3)在环境、卫生、价格、服务等方面进行高水平的专业化改造

在这一次的实习中，我学到了很多，怎样使用罗盘测产状，如何判断褶皱和断层，很多东西都是书本上找不到，也解决不了的实际问题。在这次的考察中，也基本上完成了实习任务，接下来就是如何把理论更好地运用到实践中去了。

实习自我鉴定范文 篇15

20\_\_年4月23日在我的人生中是一个转折点吧，就在这一天我和许多的同学一起踏上了去深圳实习的路，这对于没有出过远门的我是一次莫大的考验也是一次蜕变。面对这陌生的城市还没来得及惶恐和茫然时，便已经感觉到了公司领导对我们的关心。

刚上来第一天，从车上下来的时候是凌晨，天还是灰蒙蒙的一片，接着我们被公司的管理人员带到了宿舍，进去后刚坐下，就听见有敲门声，一开门葛经理走了进来，一开口就是一句句关心的话语，一听蛮感动的，原来在这陌生的城市还有人在关心着我们，葛经理说：“等下带你们去公司看一下熟悉熟悉环境，”这一看回来时天已经黑了，等第二天去时便是开始紧锣密鼓的培训，在培训的时候很累有很多同学都想走了，可是最后还是咬咬牙忍了下来，经过一星期的培训后就迎来了，严格的考试，先是笔试，再接着实操，终于在下午6点左右考完了，大家都松了一口气，想着终于解放了，可是后面等待我们的却是分离，4月28日是大家分开的日子，天也下着小雨灰蒙蒙的，仿佛天也在哭泣，大家各自坐上了开往自己上班属店的汽车。

而我也是这样子来到了益田店，刚到店里的时候涂经理安排了店里的人带着我们去熟悉了一下环境，我心想这就是我以后工作的地方了，心里暗暗的想，我一定要努力的工作，这样才不能辜负这么多天的辛苦，5:30的时候我参加了班前会，感觉还蛮好，等开完的时候郑主任叫我们留了下来，为我们安排了师傅，对我们说，“这个以后就是你们的师傅了，以后要好好跟着师傅学。”5月1日便正式跟着师傅上岗了，这时心中又开始茫然了，为什么我在学校学的是国际商务，为什么我出来却是做服务员的工作呢?那我在学校这两年半来的努力又算什么呢?一时间想不明白，但工作的忙碌让我没有时间多想，后来才发现原来做服务员也不是那么简单的事情，在这期间让我学到了很多在学校学不到的知识与理论。领导对我们都很关照，很让人温馨，而且也体会到餐饮行业中服务员的辛苦与开心，工作中有时通过自己热情的服务让客人满意而归是件非常开心的事。有时也会遇到有些脾气暴躁的客人就会被骂几句，虽然会觉得很受委屈，但是有时想想：人生就这么短短几十年，何必为了这点小事而压抑自己，让自己不开心呢，把这些当作家常便饭，吃饱了就等着慢慢消化，

也许自己也有很多未做好的地方，自律自己。其实我们的工作每天都在与不同的人和事接触，与形形色色的人打交道，这都是需要技巧、胆量和勇气，还有工作的速度、以及对事的认真负责，而这就是个人要在每天的工作中不断的提升了。在其位谋其事，然做了一个服务员就要认真的把工作做好，这样才能对得起上级领导对你的信任一分耕耘一分收获，只有付出了才会有回报，

工作了三个月后，我刚刚经过入职转正的考试，正在等待结果。如果考过了，那么我又向迈出了一步，超越了同一起点的人。这是公司和领导给我的机会，如果没有努力，没有付出或许这个机会就是别人的，所以我在不断尝试，不断地从日常的工作中去提升自己，就像上楼梯，你不去努力向前永远也不知道自己能走到哪一个阶梯，通过考试后。我正式接任了特产员的工作开始接触那些密密麻麻的数字和产品，例如要了解特产的价钱和口味以及它的储存啦，和每天的销售情况，要统计起来，每个小组每天销售了多少，每人每天销售了多少，还要做它的库存，每个周要做总结，总结就是这个周每天的销售额，以及它的成本和毛利，做好后发到管理公司，没到月底的时候还要做它的月结，像这个就比较麻烦，这个的话是要做一个月总的销售额，和每个产品的销量是多少?和它的排名，那个产品销量最好，那个产品销量最差，要不要取消不卖，刚开始接触这些的时候感觉好麻烦，总是担心东西会不见，或者做错帐，这都是要很仔细的不能出差错的，如果错了的话等到你做月帐的时候也会跟着错，慢慢的我就开始逐渐的上手了，也不会怕这怕那了，感觉好简单，公司的人说我学的很快，都超过我师父了，但是其中的辛苦只有我知道，我开始接特产员的时候别人都很不服气，在我背后说了很多难听的话，说什么，“她为什么可以这么早下班，为什么她可以不用搞卫生?”刚开始我听到了觉得很委屈，我有很早下班吗?我也不是跟你们一样吗?就算我做好帐了，也是一样要等你们一起啊?难道我就可以先走吗?还有谁说我不搞卫生啦?我也有特产的卫生要搞啊!还有我平时做账的时候要是东西多了，或者做月帐的时候加班的时候你们又在哪里呢?你们早早就下班走了，而我还是自己一个人独自加班而且还是利用自己的时间，我这是为了什么，我心中的委屈谁又能懂?你们只看到我得表面而已，还看到了什么?但是这些我都挺过来了，在这中间也有想过要走，可是一想到自己大老远的上了是为了什么?不就是锻炼自己吗?干嘛要半途而废呢?

自己做的好与不好上级领导都会看得到的，而不是由别人说得，如果连这些都承受不住还算得上锻炼吗?没有压力那来的 动力啊?工作半年多了，在这半年里我尝遍了酸甜苦辣，才发现工作的辛苦与艰难，才体会到了父母的艰难工作的不易，赚钱的难处工作中的一些点滴，总有一些获得和过失，让人久久回味，现在又从服务部调到了咨客部，又有新的技能知识要学习，例如接听电话，接听电话就是每天要接来自各地方得订房电话，接听是语气要由礼貌，不能像接听私人电话一样的随意，要谨慎的记好客人问得问题，还要回答，这些都是需要技巧的，我还在学习中，还有就是待客技巧，熟悉签单客户，计算客流量。。。。。。等，我相信只要努力学习不管到什么部门都可以把工作做好的，现在可是身兼二职啊!

工作又比以前更多了，因为新的部门又有好多的东西要学，又要从头开始，可是人生不就是要一直学习下去的吗?多学一点也对自己有好处啊!我相信任何的东西只要你肯学就没有学不成的，因为世上无难事，只怕有心人嘛!

这一切都是“西湖春天”给我提供的平台，我很感谢“商业学校”给了我这个就业的机会，更要感谢“西湖春天”这个可以让我们既有所需又有所学的大舞台翩翩起舞，我相信再不久的将来我一定会更上一层楼。

实习自我鉴定范文 篇16

我在广西\_\_县三多中学七年(2)班进行了一个多月的实习。实习的基本内容包括两个部分：课堂教学、班主任工作。在校领导的关注下以及指导老师商老师和班主任江老师的耐心指导、帮助下，我较好的完成了教育实习任务。

实习期间，听了8节课。除了听指导老师的课，还去听了八年级的课以及跟着语文组去听了两节公开课。上了七(1)和七(2)两个班的课，共计20节。实习过程中，总的来说我能认真备课，用心修改教案，确保教案规范，内容准确。在商老师的指导下了解两个班学生的学习情况，针对不同的特点进行教学，教学上取得一定的效果。课堂上积极面对，重点明确、突出，能够顺利完成教学任务。课后虚心听取商老师的意见，弥补自己在教学工作上的不足。同时，认真批改作业和单元测试试卷;又在商老师的指导下，对班上成绩稍差一点的学生进行辅导。此外，在课余时间与学生交流，认真听学生的意见;将指导老师和学生的意见综合，认真反思、改正不足和缺点，一不断的提升自己。在实习的过程中，我深刻的感受到;上一堂课容易，但想要上一堂精彩的课就很难了，需要下很大的功夫。在教学之前，我都认真听了指导老师的课，从中我也学到了很多教学方法和技巧。我上的课得到了老师和学生的肯定，让我感到非常的欣慰!

实习期间，作为实习班主任，与学生形成良好的师生关系，热心真诚面对学生。在班级管理下，积极负责。星期天晚上都检查学生是否按时到校，早晚读是否认真读课文，眼保健操是否认真做;宿舍卫生、宿舍纪律、课堂纪律等都给予强调。12月2号举行“红歌会”比赛，在此之前认真组织排练，在班主任和音乐老师的帮助下，比赛中获得了三等奖。认真维护“红歌会”比赛、颁奖大会和校会的纪律。同时，在班主任江老师的协助下完成了贫困生的困难补贴这一事情!

但在实习的过程中，我也发现了自身在教学工作上的不足，粉笔字写得不够好，未能在学生中建立七足够的威信。

实习尽管有写辛苦，但确实我人生的一大有益的尝试和磨练。通过本次实习，使我明白，在未来我还得加倍努力，不断改进，完善自己。最后，我要特别感谢辛勤指导我的商老师，是她让我学到了很多教学知识。同时，我也要向指导我的班主任江老师、三多中学的领导和老师表示衷心的感谢!

为期7个星期的教育实习就快要结束了，而就在此刻我发现自己已经爱上了这所学校，爱上了我的学生、我的指导老师高老师，第一次品味到了作为一位实习生即将离开自己老师和学生的那份依依不舍。

初为人师，对我而言，难的不是胆量，不是去克服紧张，因为我在读高中的时候就帮老师上过一些习题课，那时候他们称我为“毛老师”，而且我还有既是同学又是学生的同学。四年之后，我又听到了“毛老师”这个称号，这一次我感觉它是如此的真实。

对我而言，难的正是细节上的问题。第一次试讲时，本以为自己已经准备得很充分了，但课堂上出现了不少的问题，董老师和高老师都给我提出了很多宝贵的意见，指出了我的问题主要是一些细节问题。比如板书设计问题，教师语言的简洁问题，课堂节奏的控制问题。这时，我才明白，备课不仅仅是把每个知识点搞清楚，把上课的流程搞清楚就可以，而是要考虑到很细的地方，比如你的这句话写到黑板的什么位置，前后两个知识点用什么语言来衔接等，对于我们初次上课的人尤其是这样。此后，我多次认真的听了高老师的课，根据两位老师的意见去找那些不同的细节，以改正自己的不足，提高自己的教学技能。

后来高老师给了我不少的课，我在课堂上开始注意了板书问题、教师用语的精炼和连贯问题以及课堂节奏的控制问题，渐渐的找到了一些感觉。每堂课上完后，有要走到教室后，看看这节课的板书有没有问题，下次应该注意什么，能后想一想：这堂课自己做的好的有那些，不好的地方有那些。我感到，我的教学能力有了较大的提高，对于小学课堂有了更清楚的认识。

当然，我离一名优秀教师还有很大的差距，但我相信这次实习为我打下了一定的基础，基本达到了一名合格的教师的水平。

在此，我真心的感谢高老师这一个半月来对我的虚心指导和培养，同时也感谢董老师对我的指导。

实习自我鉴定范文 篇17

为期一个月的教育实习已经结束，回顾这一个月的实习生活感慨颇多。而让我感受最深的是教育实习对每一个准教师来说都是一步非常重要的棋，是我们师范类学生将理论付诸于实践的必需环节。我们可以通过实习接触与专业相关的实际工作，综合运用所学的理论知识、基本技能和专业知识，把理论与实践相统一用理论指导实践，提高自己在教育工作中的实际操作能力，而不仅仅是局限于书本的知识理论的思维。这一个半月的实习我收获了很多学校里学不到的知识综合素质，得到了很大的提高，体会了作为一名教师的光荣与责任以及明白了成为一名优秀的教师所要付出的艰辛和劳累。

在这短暂的日子里，作为实习班主任兼音乐，实习老师不仅积累了初步的班级管理和音乐教学经验，还深刻地体会到强烈的班级凝聚力和素质教育，在具体实施过程中的困难性。

在讲台上，要为人师表以身作则;在讲台下，更要注意保持教师的良好形象。我坚持早读、晚自习，上班提前十分钟到达班级把课桌上的椅子拿下来摆好，让学生一进教室就能坐上摆好了的椅子并让整个班级保持良好的纪律。在教学与日常管理中严格要求自己，同时也要求学生学会严谨治学与做人，真正履行了一名实习教师的职责。

在学院领导及教务处、学生处等有关部门的关心下，在实习学校的大力支持和帮助下，在全体实习师生的共同努力下，本次实习取得了圆满成功。这次实习实习生用自己的辛勤汗水品尝了教师这一职业的甘苦，懂得了为人师的责任，积累了宝贵的经验教训，为今后走上教育岗位、献身教育事业打下了坚实的基础。

通过本次的实习我学到了很多，同时也认识到了自己诸多的缺点与不足，今后我将更加努力为提升自己，为教育事业时刻努力准备着。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn