

2023年实训自我鉴定(模板8篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

实训自我鉴定篇一

1. 实习目的和意义

通过实习使在掌握专业理论知识的基础上，进一步了解化工行业中的一些实际生产过程，对现代化工生产企业的生产和管理方式有一个较为全面的认识，并巩固和深化所学的专业知识。同时运用所学的化工专业知识，独立分析和解决化工生产中的一些实际问题，掌握化工生产操作的特点，以达到将理论知识学以致用、融会贯通并增强自己适应实际工作的能力的目的。

2. 石大科技集团的发展情况：

山东石大科技集团有限公司是教育部直属重点大学——中国石油大学(华东)的校办企业，是其重要的教学、科研和生产基地，是国家级工程技术研究中心——教育部油气加工新技术工程技术中心的重要组成部分。

公司占地约1850亩，资产总额11亿元，固定资产总额4.23亿元，现有员工1610余人；20xx年完成销售额42.08亿元；是国家火炬计划重点高新技术企业，中国石油和化工百强企业，中国大企业集团1000强，中国企业集团竞争力500强，山东省工业企业100强，中国高校校办产业综合排名前五位。

目前，集团公司已具有150万吨/年的原油一次加工能力，拥

有125万吨/年常减压-氧化沥青联合装置、25万吨/年常减压、20万吨催化裂化、6万吨/年碳酸二甲酯、3.6万吨/年碳酸丙烯酯、1000吨/年碳酸甲乙酯、1000吨/年碳酸二乙酯、500吨/年碳酰肼、7万吨/年溶剂油、1万吨/年特种溶剂油精分、10万吨/年气体分离、3万吨/年气体分离、5万吨/年环氧丙烷等近二十套炼油化工生产装置。 3. 实现要求：

生产实习作为教学的重要环节，是熟悉和了解实际化工生产过程、接触化工生产实践，掌握基本化工生产技能的重要教学手段。通过在实习工厂主要岗位的生产劳动，实地参观、教学和讨论，要求我们每个学升熟悉工厂生产工艺主线的生产原理和工艺流程，了解主要设备的性能和构造，了解主要工艺环节的操作指标制定依据及测试方法，运用所学基础理论知识，联系实际分析和理解主要生产工艺主线和关键操作和原理，为专业的继续深造打好基础。

二. 实习内容 1. 减粘装置开停工：

开工过程中，应始终坚持“安全第一、预防为主、综合治理”的思想不动摇，要求准备充分，稳妥可靠，不留隐患，坚持反对冒险蛮干、急于求成。在开工中做到：不跑油、不串油、不超温、不超压、不出次品、不冲塔、不满塔、不抽空、不着火、不爆炸。

2. 操作技能：

基本操作技能包括换热器的投用，泵的切换等；本岗位的操作主要是通过控制减粘压力来调节粘度，通过调节沥青塔液位来稳定外送催化混合蜡油量。

换热器的投用：

投用：

4. 换热器投用后，确认换热器无泄露，按要求进行热紧，检查调整换热器冷、热介质入口和出口温度、压力、流量。确认换热器运行正常，恢复保温。 切除：

2. 打开热介质旁路阀，关闭热介质入口阀，关闭热介质出口阀。打开冷介质旁路阀，关闭冷介质入口阀，关闭冷介质出口阀。

泵的切换：

2. 启动备用电机；

5. 切断待停泵电机的电源；

7. 将停下来的机泵的出口压力表阀门关小；

8. 停车后，机泵的的冷却水不能停；

9. 热油泵在停泵后要进行预热。

调整减粘压力：

当减粘压力低时，开大水箱副线阀门，关小水冷器油气出口阀，开大油气副线阀，关小循环水副线阀，也可通过打开d131底部的盘管注汽使油汽化为瓦斯气而使压力升高。当减粘压力高时，调节则相反。 调整热进料液位：

当热进料液位比较高时，开大补蜡油集合管上自p116入口的阀门或开大蜡油补油线与泵出口跨线阀。当热进料液位低时，调节则相反。

3. 事故处理：

满塔处理：

通知调度后按紧急停工处理，瓦斯改火炬放空卸压，事故状态稳定后，甩减粘系统正常开工生产；将安全阀起跳线及设备用蒸汽扫出以防凝线，协调车辆将减粘起跳罐d130内油污走装车线后扫线。安全阀重新定压后安装投用，投减粘。

冲塔处理：

关闭炉前瓦斯手阀，通知调度及车间后，将减粘油并减底外送闪底见液位。

4、安全培训：

进入公司，首先是进行厂级，车间级，班组级三级安全教育，使我们牢固树立“安全第一”的意识。同时对人身安全十大禁令，防火防爆十大禁令，“四不放过”，三不伤害，三不动火等重要的安全规定进行了学习。从20xx年12月10日至20xx年3月20日，在全公司范围内开展以安全生产为目的，以反违章、堵漏洞、除隐患为手段，以防火、防爆、防中毒、防伤亡、防跑冒、防冻凝为内容的“冬季安全生产无事故百日竞赛”活动。我们要时刻坚持“最大的节约是安全，最大的浪费是事故，最大的隐患是麻痹，最大的贡献是尽责”的思想，在平时工作中“以安全生产为己任”，严格按照操作规程和劳动纪律工作，避免懒惰松懈意识与侥幸心理，实现全公司的安全、和谐的良好氛围。

“安全不是全部。但是失去了安全就失去了全部”，可见安全在我们工作中的重要地位不容忽视。安全与生产的关系——二者并不矛盾，只有在安全条件下才能有生产：没有安全，就没有生产。既不能以安全压生产效益，也不能以生产效益压安全。安全生产，不是重心，影响重心：不是乾坤，左右乾坤。我们每一个职工都要树立“安全生产，我的责任”的思想，从小事做起，从现在做起，从自身做起，把安全落实到实际工作中。

5. 装置与流程:

80万吨/年常减压-氧化沥青-减粘裂化联合装置于20xx年7月投产，设计年处理量为80万吨胜利管输原油，采用dcs集散操作控制系统. 本装置除生产常规常减压产品外，还可生产100#甲道路沥青. 同时，还可生产运动粘度合格的减粘燃料油.

本岗位流程包括减粘流程和热进料流程. 此外，还包括公共流程和消防流程. 公共流程包括本装置内的新鲜水、循环水、软化水、汽提蒸汽、轻污油、净化风、非净化风、8公斤蒸汽流程。消防流程包括本装置内的消防水，消防蒸汽，消防泡沫及消防水炮，泡沫炮，消防箱等消防设施的流程。

三. 实习结果

经过近两个月的学习，对本装置上的公共与消防流程有了全面的了解，对本岗位的工艺流程作到心中有数，了然于胸。在操作问题上，从理论上对换热器的投甩进行了学习；能够对泵的切换进行操作；可以独立的调节本岗位的减粘压力和热进料液位。在事故处理学习上也仅从理论上做到知道和理解，但并不能很好的操作。本季度的考试中，我获得了70多分，表明自己还有提高的空间，我将继续努力，奋斗不懈让自己有个更高的飞跃。

四. 实习总结

总结两个月的实习工作，尽管有了一定的进步与成绩，但在一些方面还存在着不足，比如积极性不高，主动性不强。来到公司完全要靠自己的自学来增强自己的技能，学到的知识是自己的。在工作中也常犯一些错误，这是我工作的失职，同样也是一个很大的教训。在平时，一定要预想到可能发生的事故，居危思危，谨慎行事，本着对自己、别人、车间及工司负责的态度工作。

新的一年已经到来，在这一年我将认真学习公司及车间各项规章制度和劳动纪律及本岗位的操作技能，努力使自己的思想觉悟和工作效率进入一个新的水平，为公司的发展做出自己的贡献，为我校增光。

实训自我鉴定篇二

一周的实训时间已经结束，经过这一周的审计学实训，我受益匪浅，以下是对审计大作业的鉴定以及一些自我的心得体会。

我们都清楚审计学是一门实践性很强的课程。我们只依靠理论知识是不够的，它更需要的是利用我们所学到的理论知识去实践。经过实训我们能够发现自我存在的问题，能够自我多查阅相关资料或向同学请教，以解决问题。从而，以奠定良好的专业基础，也为以后的工作做了铺垫，同时丰富了个人的阅历。作为一名学生，我想学习的目的不在于经过考试，而是为了获取知识，获取工作技能，换句话说，在学校学习是为了能够适应社会的需要，经过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献。经过实训了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确，得到的效果也相应的更好。

我们这次的审计任务有五个实验，经过这五个实验，我们要掌握审计方法的应用，内部控制的测试与鉴定，审计重要性和审计风险的分析，审计报告等等。经过一个星期的努力，基本上完成了这五个实验。由于一个暑假没有看审计了，有些知识忘记了，经过复习，翻阅书本和向同学请教，总算完成了以上的任务。

1、自主学习。实训期间不像我们平时的上课，在这期间教师不像之前那样每一节课都和我们一齐，给我们讲课，监督我们的学习……而如今几乎是靠我们自我去把握，我们必须自觉地去学习，遇到不懂的问题时，要自我去查阅相关资料而不是抄同学的实验结果。遇到问题时，只要找到教师，她是

会帮忙我们解决的，从而我们又能够从中学会一些东西。

2、进取的态度。在实训期间的确是有点枯燥无味，因为每一天应对的都是同一门课程，一堆数据……这就更需要我们有那份由始至终的进取态度，坚持学习的热情，对知识的渴望。我们需要进取的态度，把每一个实验做好，把结果做到最好。

3、团队精神。在这次的审计实训，其实也需要我们发挥团队精神，我们要学会与人沟通，交流，因为有时候仅有经过不断地讨论和交流彼此的意见，这样才能到达实验的最精确的结果。然而别人遇到不懂的问题时，我们要尽自我最大的本事去帮忙同学，因为从中我们也是收益的，我们也会收获不少东西。

4、理论和实践相结合。在这次的审计实训周异常深有体会，原以为学到了一些书本知识就能够了，就能够很好地把它运用到实际工作中来。其实我们在学校所学到的书本知识，只是理论知识，我们仅有经过实训，使我们的理论指导实践，仅有这样，才能更好地与以后的会计工作接轨。我们要做到理论指导实践，从实践中不断鉴定，从而真正地做到理论与实践相结合。

四、存在的不足。

1、基础知识不够牢固。审计学这门课是在基础会计，

中级财务会计，成本会计，管理会计等学科的基础上开设的。由于在过去的日子里，有些基础知识还是不够牢固的，所以给此刻的审计学这门课程带来有些不便。可是，亡羊补牢，为期不晚。经过这次的实训，我发现了不足之处，给予及时的复习巩固，总算基本完成了这次的审计实训。

2、粗心大意。在这次的审计实训中我又犯了老毛病，那就是粗心。在实验四的案例八那题，要求重新编制利润表，我

在编制的过程中，有好几个数字算错了，导致计算结果出现错误，经过几次检查和向同学请教，才发现是由于自我粗心把数字算错了。可见，仅有认真细心才能把事情做好，异常是对于我们这些会计专业的学生来说是最起码的要求，也是提高工作效率的要求。在以后的工作中，我们都要始终带着认真细心的态度去做好每一件事情，否则将会使工作效率大打折扣，同时对企业本身也会造成不一样程度的影响。所以在我们的平时学习中就要养成认真细心的好习惯。

总之，经过这次审计实训使我发现了自我的不足之处，也收获了不少，我将会更努力地学习相关的学科知识，切记：理论与实践相结合！

实训自我鉴定篇三

20xx年9月9日至10月30日，我在xx市第六中学七（2）班进行了为期近两个月的实习。实习的基本资料包括两部分：课堂教学、班主任工作。在原任指导教师武教师和班主任孙教师的耐心指导、帮助下，我较好地完成了教育实习任务。

实习期间，在武教师的指导和支持下，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，教学资料能当堂消化、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，还经常请武教师指出缺点和不足，以不断地提升自我。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，我都认真听了指导教师的课。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，并全部交给指导教师修改。

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

孙教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，得到了教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教师，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教师以及六中的教师们表示衷心的感谢和崇高的敬意！

实训自我鉴定篇四

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必须比90度、135度多1~2度。经过这次的箍筋制作掌握了下料长度计算、制作箍筋技术、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。对于制作出来的箍筋不合乎要求，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，这种情景只要调整好定箍筋长度

标尺即好。

绑扎柱的纵筋要坚持纵筋竖直，箍筋的间距要按图纸的要求，在绑扎相同间距箍筋时要坚持箍筋间距的相同，绑扎上柱的箍筋的四角要与柱四角的纵筋绑扎牢固，箍筋要水平放置，箍筋的135弯角在柱中要错开设置，在绑扎时使用顺扣绑或反扣绑务必要绑紧，使箍筋不能滑动。这次的绑扎柱的纵筋实训中使我对柱构造的要求有了深入的了解，对柱纵筋、箍筋的架设情景有了深层的认识，所学的理论资料在这次实践中得到了很好的运用，理论与实践的结合对我认识专业知识理解柱纵筋、柱箍筋的架设得到很大的帮忙。在我们组在柱纵筋绑扎中进展得还顺利，分工合作做得不错以至缩短了工期完成。

容易些。在梁的绑扎中虽然是艰难了一点但对于我对梁的认知是很有帮忙的，异常是在梁伸入柱的部份中使我有直观的认识，消除了实训前对梁伸入柱部份的模糊概念。

板面筋的绑扎要认真算好板的每一边梁的负筋数量、间距，以至确定下料的长度，截取的段数。要按照图纸要求负筋伸出梁的长度来架设板面筋，板面筋要绑扎为钢筋网，在中部的板面筋要加架立钢筋，板面筋的90弯钩要竖直向下架设，每条伸出的板面筋的要对齐摆放，间距要均匀架设，中部加的架立筋要与架立筋同方向的板面筋对齐绑接，以至构成的负筋网整齐有序。本身对板这个方面的知识不是很熟悉，在经过这次实训对板的知识中已经有了进一步了解，加强了板方面的知识理解。

虽然实训仅有短短一周的时间，但这一周定为三年的学习生涯添加精彩的一笔，这一周理论与实践的结合使我们专业知识得了巩固与提高，独立思考本事、动手本事、团队合作意识得到了很好的煅练。我们这一组的绑扎资料对于整体来说是少了一点，在前面几天的时候是简便了不少，但最终的板面筋绑扎要等到其他组的同学绑扎完工才能开始绑扎，在最

终一天绑扎板面筋的时候差点忙可是来，幸亏有其他组已完工的同学帮忙才能得已赶完工，在这个实训过程中一环紧扣一环要求每个组间的合作才能在完成，这也使团队合作意识得到了煅练，也增进了同学间的友谊。

实训自我鉴定篇五

为期两周的会计实训结束了，回想这两个实训周：建帐，填制凭证，审核，记帐，编总帐，制试算平衡表一个一个落实，掌握。

看凭证与帐簿一一对照，看看是否漏记了哪笔业务，或者是记错了数字。检查，计算，检查.....需要耐心，更需要细心。我想没有细心与耐心是做不好会计的。会计实训在训我们做会计的操作本事的同时也在训我们的细心和耐心。

经过这次实训，我们对会计的工作也了解了几分。实训中我们没有碰到多的困难，但我想在实际工作中也许会碰到更的困难，所以我们此刻就要做好准备，努力地去学习各种知识，不断充实自我。

实训过后，又是一个新的开始。以后我们还得去学习更多，更新，更复杂的东西，这是对我们的考验。但无论如何，请必须坚持下去，既然选择了会计这个专业，就要有一份职责，然后认真应对。

实训自我鉴定篇六

从前很喜欢看影视节目中关于急诊科的故事，觉得故事中的医生和护士是那么的果断和干练，具有魅力，让我羡慕不已。没想到多年后长学成的我现在也有幸成为一名急诊科的护士，从开始的手忙脚乱到渐渐找到规律，这才真正体会到想做好一名急诊科的护士谈何容易！

急诊科是医院最重要的窗口之一，我所在的医院是省里名列前茅的综合性三级甲等医院，不仅接诊正常的急重病人，还要收治从地县上转的危重病人，有着急、忙、杂的特性。面对危重急症病人的首诊和抢救，急诊病人又往往诊断不明、病情不清、变化迅速，若处理不当，就容易发生医疗纠纷。而病人及家属容易产生急躁、忧虑、恐惧的情绪，急诊不同于病房，医护人员有充足的时间与患者及家属沟通，及时了解患者的需求，建立良好的护患关系。在急诊，患者及家属在与医护人员较短的接触时间内，还未建立良好的信任感，对医护人员的每一个细微环节都十分敏感，医护人员的言谈举止对病人心理都会产生很大影响。造成医护人员的救治行为不被理解，患者及家属留下“不被重视”、“急诊不急”的错觉。所以我越发觉得沟通在急诊是最容易忽略而最重要的东西。

南丁格尔说：护理工作不仅需要精湛的技术，更需要艺术。首先，要学会观察，才善于发现问题的存在，包括对病人病情、心理、需求及家属的观察。例如：有些患者家属对护士的行为百般挑剔，却对自己患者液体输完都浑然不知，像这样的家属我们就应该在每次更换液体时都耐心的提醒他液体输至什么地方时应该叫护士，与此同时我们也应该按时巡视病房，多观察液体的进展，这样就可以在很大程度上避免因为液体没有及时更换了与患者家属产生矛盾。其次，要学会沟通，人与人的相互尊重和信任是建立在沟通的基础上。对于来急诊就诊的病人，我们应该积极主动地询问，热情的为其引导。例如：对于行动不便的患者我们可以予以搀扶或协助其用推车送至诊室，为其测量生命体征，交予诊室的护士；对于需要并可以去病房治疗的患者，我们可以为其细致的指明病房的位置，避免患者跑“冤枉路”。而对于患病时间长而并不危重的病人我们可以建议他去门诊就医，耐心而细致的告知其门诊的位置和就医的时间，便于患者的安排。虽然，一个微笑的表情，一个搀扶的动作解决不了患者身体上的疼痛，但是，却能迅速缩短护患距离，有效满足病人需要被照顾的心理需求，从而便于我们开展下面的护理工作。最后，

通过观察和沟通学会判断，对病人的病情和需求有一个准确地了解和判断，有利于医护人员救治工作的展开，也为病人争取了时间。例如：受外伤的患者可以通过观察和致的询问了解其受伤的部位和严重程度，第一时间为其找到接诊医生为其救治，而挂号等手续可以稍候补齐。

以上只是我在急诊短暂工作的浅谈，要学的东西还很多很多。在急诊每个人都是我的老师，每件事都是我的经历，教会我很多东西，无论做人还是做事。当然，想做好一名急诊科的护士，只会沟通是远远不够的，还需要扎实理论基础、丰富的抢救经验、快速的'应、麻利的动作，这才是在遇到紧急情况时禁得起考验的保证。

实训自我鉴定篇七

作为一名应届毕业生，感触颇多。在x天的实习生活中，我上了节课，作为实习班主任，带领学生参加锻炼，带领该班学生参加运动会，读报、课间操时维持秩序，做了几名后进生的细致的思想工作，筹办了“学会关爱”主题班会。在整个实习期间，我本着对学生负责的态度尽全力做好每一件事情。做如下实习工作自我鉴定：

茫然无语。学生何以如此呢?在我看来主要是由于学生没有学习的兴趣。

要做到在快乐中学习，不能孤立地营造活跃的课堂气氛，搞花架子，而应该从教学内容中找到学生的兴奋点。课前准备一定要充分。有课时，我往往是凌晨三、四点就起床备课，查资料，写教案，直到上课前还在考虑各种细节问题。尽管如此，我还是觉得如果准备时间充裕的话，讲课时会发挥得更好。老师讲课时声音要洪亮，要有一股气势，要有较好的气质。我给自己定位为清刚之气：直率、真挚、刚强而不失温和。我认老师一定要有一点硬气，这样言传身教，有利于

学生的性格发展。提问后应给学生充分的思考时间，这一点我做得不够，往往问题一说，就要学生举手回答，而且我的语速、教学的进程都比较快。我认为语速、教学进程应根据教学内容的性质、重要性和大多数学生的适应程度灵活掌握，该快则快，应慢则慢。

在班主任实习工作中，我在班上开展了“学会关爱”主题班会活动。起初，我遇到了许多困难：比如学生的不配合就常常令我痛心疾首。当时，有人建议我使用强制方法。比如说罚站、罚蹲等。诚然，这种方法可以勉强维持班级秩序。然而，这也无疑加深了老师与学生之间的隔阂，甚至会使学生产生厌学的心理。作为教育工作者，就要想方设法创设民主和谐的教学气氛，在教学活动中建立平等的师生关系。而且，教师要把自己当成活动中的一员，是学生活动的组织者、参与者、引发者，是学生的学习伙伴、知心朋友。为了办好这次班会，我努力为每一个同学创造展示自我的机会，提供展现自我的平台，使每一个学生都能够体验到成功的愉悦，感觉到自我的价值，品尝到其中的乐趣。结果，在准备班会的过程中，同学们都很积极。

在这些天的实习中，我受益匪浅，让我有机会将理论与实践有机地结合起来。站在教育的最前线，面对一双双求知的眼睛，心中倍感任重而道远。我一定要不断学习，要为人师表，争创光辉。

此外我积极参加社会实践活动，锻炼自己的专业技能，增长自己的专业知识，并达到了一定的效果。通过一系列的校内外活动，我也逐渐把握了人交往和沟通的技巧，学会了如何使自己处于一个融洽的人际关系中。通过在校的学习我深深体会到理论指导实践的含义，并且确实以这个准则要求自己。在学习和活动之余我也积极充实自己，博览群书，丰富知识，而且掌握了一定的计算机应用技巧足以应付工作需要。

作为应届大学生，我还很稚嫩，但我明白：一个青年人，可

以通过不断的学习来完善自己，在实践中证明自己。我相信，良好的自学能力和不懈的钻研精神一定能使我很快胜任我的工作。我性格开朗、大方，有较强的沟通组织能力和实际动手能力，善于人际交往。掌握良好的`礼仪知识和接待工作经验，头脑灵活、反应敏捷，能够灵活处理工作中的突发事件。

尊敬的考官，难与青松比碧翠，愿做梅花傲雪霜；给我一次机会，我会用实际效果来证明给你们看！

篇二：实训自我鉴定

三年的卫校生活，回想过去的点点滴滴，无不让人怀念，校园的生活总是那么的美好，同学之间总是那么的单纯。现在就以在校三年的时间做一份自我鉴定：

虽然我的学习成绩不是非常好，但我却在学习的过程中收获了很多。首先是我端正了学习态度。在我考进卫校时，本来想解放一下自己的，但是很快我就明白了，卫校的学习是更需要努力认真的。看到周围的同学们拼命的学习，开始了卫校的学习旅程，觉得自己落后了。卫校的学习不象初中那样是填鸭式的，而是老师把课讲完，然后自己去看，去理解。这个时候自习能力和自制能力是很重要的。长期自习以来我知道了要想学好只埋头苦学是不行的，要学会“方法”，做事情的方法。古人云：“授之以鱼不如授之以渔”我来这里的目的是要学会“渔”，做什么都勤于思考，遇到不懂的地方能勤于请教。在学习时，以“独立思考”作为自己的座右铭，时刻不忘警戒。在学习知识这段时间里，我更与老师建立了浓厚的师生情谊。老师们的谆谆教导，使我体会了学习的乐趣。我与身边许多同学，也建立了良好的学习关系，互帮互助，克服难关。

学习护理单有理论是不行的，还要有良好的护理技术。所以在上实践课的时候我都会争取机会多操作几次，加上卫校本来就少学生可给学生用的空间可不少。所以我可以再趁放学时间多练习一下。在卫校的第三年是我到医院实习的时间，

基本上一年都是呆在医院里学习。再这里我熟练我的护理操作技术，把理论和实践结合在一起，在带教老师的指导下用我全副的耐心和爱心护理病人，使病人得到良好的照顾，早日康复。到医院实习认识到许多也是学习护理的同学，也就增加了与其他同学交流和向其学习的机会，锻炼了自己的交际能力，学到别人的长处，认清自己的短处。所以我喜欢实习。虽然有时会感到累些，但乐此不疲。

我个人认为自己最大的缺点就是喜欢一心两用甚至多用。急功近利，喜欢一口气学许多东西，但是贪多嚼不烂，即使最后都能学会，也已经搞得自己很疲劳。如今想想，这样其实并不好，正所谓，贵在精而不在广。如果我一段时期内专注于一种学问，不求博但求精，相信一定能更深刻的理解并掌握这门知识。自从我发现自己有这个缺点和问题后，我常常警戒自己，步入社会后也不能一心两用。

通过三年卫校生活，学到了很多知识，更重要的是掌握了护理操作技术。思想变成熟了许多，性格更坚毅了。认识了许多同学和老师，建立起友谊，并在与他们的交往中提升了自身素质，认清了自身的一些短处并尽力改正。

实训自我鉴定篇八

20xx年9月9日至10月30日，我在**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。在原任指导教师武教师和班主任孙教师的耐心指导、帮助下，我较好地完成了教育实习任务。

一堂精彩的课很难！需要下很大的工夫。在教学之前，我都认真听了指导教师的课。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，并全部交给指导教师修改。

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，我在班主任孙教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，得到了教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教师，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教师以及六中的教师们表示衷心的感谢和崇高的敬意！