

2023年实习自我鉴定(实用7篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

实习自我鉴定篇一

我在xx工作了x个月，公司夏季的上班时间是8点，虽然我就住在公司的宿舍里，但是我还是不到七点就起来了，收拾完毕后就早早的来到办公室，打扫打扫办公室的卫生，整理昨天的文件，做好工作前的准备，每天皆如此，这可以充分培养我的认真和负责态度，对于我今后的学习和工作都是非常有帮助的。刚到公司的时候，许多事情做起来还不太顺手，工作比较忙，有时候晚上会加加班，争取把领导交给我的工作都按时认真地完成。

从学校到社会的大环境的转变，身边接触的人也完全换了角色，老师变成领导，同学变成同事，相处之道完全不同。在这巨大的转变中，我们可能彷徨，迷茫，无法马上适应新的环境。我们也许看不惯人与人之间的勾心斗角，无法忍受同事之间漠不关心的眼神和言语。很多时候觉得自己没有受到领导重用，所干的只是一些无关重要的杂活，自己的提议或工作不能得到领导的肯定。做不出成绩时，会有来自各方面的压力，领导的眼色同事的嘲讽。失落时想找人诉说时却发现没有人可以倾诉。而在学校，有同学老师的关心和支持，每日只是上上课，很轻松。谚语有云：“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”两个月的实习时间虽然不长，但是我从中学到了很多知识，关于做人，做事，做学问。

我一直认为在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力。“千里之行，始于足下”参加工作后我更加深刻的体会

到这句话的真正含义。除了英语和计算机操作外，课本上学的理论知识用到的很少。我担任的是文员一职，平时的工作只是接电话，处理一些文件，几乎没用上自己所学的专业知识。但是在实习的过程中，通过我认真的观察和虚心的学习，初步了解了办公室文员工作中的具体业务知识，拓展了所学的专业知识，并了解了很多关于企业管理和宣传方面的知识，大大拓宽了我的知识面。

通过这次的实习，为以后正常工作的展开也奠定了坚实的基础。从个人发展方面说，对我影响最大的应该是作为一个社会人工作作风以及在工作过程中专业知识对工作的重要作用，因为这些都是我在学校的学习中不曾接触过的方面。大学期间的实习是每个大学生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上学不到的知识，受益匪浅，也开阔了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下了坚实的基础。

通过这次实习我也发现了自己的一些不足。在工作方面，文员的工作比较琐碎，工作计划做不好，有时候忙起来的时候就会乱无头绪，弄得手忙脚乱。而且对于一些办公软件的运用，比如excel表格用起来还不熟练，办公效率比较低，今后应该加强这方面的学习与运用。

在个人方面，刚开始工作的时候没有条理，没有规划，有时候会比较没有耐心，但是在这两个月的过程中，我渐渐培养成了条理，耐心，认真的好习惯：做事之前要有规划，做事时要有条理。而且这次实习也让我的性格更加开朗，能与他人更快更融洽地相处。

实习自我鉴定篇二

水上运动中心，地处美丽的'西里湖。正面是杭州有名的名胜古迹一岳王庙，右边是风景如画的苏堤，南来北往的游客川流不息。现在本中心有在训运动员80名，训练船艇40艘。可

以根据广告要求的不同，分别在不同的船艇上做广告，我们也可以穿着印有产品品牌的广告衫，参加今年的全国城市运动会□xx省锦标赛，并可酌情出让冠名权。同时，还可以在所训练的xx区域内，做一些固定的广告牌，广告横幅，以宣传产品品牌。

我进入大学以来的第一个假期，当然，也是我第一次经历社会实践。说实话，对于这种实践活动，我起先不清楚真正的意义。可是对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。于是，带着心中的问号，我踏上了社会实践的“道路”。虽然心里有不解，但是对于这次实践我还是有着自己的计划的，带着社会的激动心情踏进了xx市水上运动中心的大门。这是一所充满朝气和热情的单位。，周边有最优美的环境。训练基地里，看着一个个教练顶着酷暑，细心指导运动员的样子，当时我就觉得很伟大。我也深刻的感觉到了每一个站上世界舞台的运动员，他们是要经历怎么样的磨练，方能成才。今年是奥运年，是一个全世界都在注视着中国的年份。看着在水上划动船桨的学员们，我知道有一天他们一定会成功的，他们一定会站在世界的最高领奖台上，看着五星红旗徐徐升起。

这个单位的工作流程其实很简单，但却充满着许多情感。虽然我的工作只是帮单位打报告，转接电话。但我深深被那里的企业文化给震撼。早晨，运动员们早早起来吃过单位精心搭配的营养早餐，一个个精神焕发。他们是在为他们的未来在努力。他们从单位出发去学习文化课。对于一名优秀的运动员来说，不仅需要优秀的专业技能素质，当然也需要优秀的品格素质和心理素质，而这些。是通过他们早上的文化课学习来完成的，随着他们离开运动员宿舍的那刻开始，整个单位的一天工作就开始了，生机勃勃!在后勤部，要忙着为运动员下午的专业训练做好一切最妥善的准备。而对于财务部，要忙着预算单位的收支。争取好好利用国家的资金最大限度的培养最优秀的运动员，为国家输送最优秀的人才。对于教

练员办公室，他们要一个字一个字写好他们的训练章程，让他们的弟子在最短的时间得到最大的专业素质提高。对于领导办公室，他们则要负责于其他体育局单位的沟通配合并且积极贯彻体育局下达的指令和精神。让整个单位的运作极其其工作流程得到最大程度的顺利和稳定。

社会实践是验证实力的“试金石”。走出校门融入社会的大舞台，我们才真正体验到自身知识的欠缺，能力的有限。任何理论知识只有与实践密切结合，才能真正发挥它的价值。行不行，实践中看！在实践中我们才能真正的知道自己有几斤几两，不要以为自己是大学生就很了不起，我们需要学习的东西还多着呢。我们需要虚心的向前辈向同行请教，不断的充实自己壮大自己。

在成绩上的收获让我所学的知识有了施展拳脚的机会，然而，工作以外的人生经历，却又是一份不可多得宝贵财富。过去常听人说刚出社会的大学生往往无法适应社会的人际关系，导致在生活和工作找不到自我的平衡点，错失了成功的机会。经过这次实践的经历，让我深刻的认识到，这一点也没错，把握好每一次交际的可能事实上都是在为我们自己积累人生阅历，可以说，没有好的沟通能力，再好的才华也会埋没于沉寂的阴影下，但并不是每一个人都有这样的意识。我自己刚开始辅导实践的时候，自己也不习惯于与人交流，多数时间里都是埋头于辅导工作里，十足一个典型的只做事不开口的人。正是这样，导致我和学生之间不能充分了解对方，因而耽误了工作。所以，当我们在抱怨别人不主动与你交流的时候，为什么不先检讨一下自己的惰性呢？工作中、生活中我们都需要学会主动与人交流，提出疑问，事先熟知一切，而且应该学会如何与周围的同事互帮互助，这样不仅能使自己尽早地进入工作状态，也可以避免我们少走弯路，于情于理都是弊大于利的。此外，对工作的热情，对任务的投入态度，都决定了我们在前辈眼中的被信任程度，实习过程难免有忽略的时候，但这时的我们应该抱有学习的态度主动求教于他人，不放过任何一次学习的可能，因为再细微的

工作都存在着它自身的价值！

作为当代中国的大学生，应该不再只是被动的等待别人告诉你应该做什么，而是应该主动的去了解自己要做什么，然后全力以赴的去完成。所以在大学期间我觉得多与社会接触，多了解自己所处的环境，多了解你将会面对的种种问题，对以后的发展和继续深造都是非常非常有益处的。

实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的最好途径。亲身实践，而不是闭门造车。实现了从理论到实践再到理论的飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。同时还需我们在以后的学习中用知识武装自己，用书本充实自己，为以后服务社会打下更坚固的基础！

在水上运动中心这样一个体育事业单位里实践，我是很幸运的，因为绝大部分层面上来说，这是和我的专业对口的。那里的每个人的都教会了我很多，有为人处事方面的，有专业精神方面的，有社会责任方面的。而最让我感到收获的是我学到了一种运动员的精神，一种刚毅顽强拼搏的精神。对于我这样一个大学生来说，不正是需要这样的精神嘛！我很感谢这次实践。因为它给我带来的收获并不只是几天或者是几个月的，我认为它对于我走向社会前的准备工作迈进了一大步。我感谢学校。也感谢水上运动中心给了我这样的机会。在即将开始的新的学年里，我会投入我实践工作中那样的热情去对待我的学习。希望明年暑假，我还可以有机会再来到这里。过一个让我成长而有充实的暑假。

实习自我鉴定篇三

即将踏入社会，好像实习已经成为了必然。希望通过参加xxx社区新农村建设发展成就，了解在新政策，新环境，新条件下我国新农村建设由量变到质变的艰难发展过程；同时了解组织变革中遇到的阻力以及更好的解决这些阻力的有效办法；

明白部门在决策中的重要作用，以及管理工作的技巧，能更好的理论联系实际，将所学所用有效合理的应用到实践中去，在不断提高自身理论水平的同时也加强自身实践能力的培养，从而真正达到教学相长的目的。我毅然决定去实习，以上就是我对自己在实习过程的自我鉴定。

我们是集体乘车去的社区。车一到区，我们全都看的目瞪口呆，这是农村吗？大家都禁不住惊叹的喊了出来。

漂亮的花园小区，整洁舒适的楼房，静谧安逸的环境，幼儿园，卫生所，社区服务中心，亭，廊，花草树木整齐而干净，各项服务设施一应俱全。市级标准的免费幼儿园，小学让我们垂涎三尺；高大挺拔，气魄宏伟的文化中心让我们艳羡不已。我想，这就是我们新农村建设的领头羊，真正领军的人物了。

单从表面上看，我们只能看到一些不全面的物质性的东西，比如酒店，道路，老年活动室，健身房等真实的表象，当你深入了解时，就会有一种按捺不住的冲动，不光是优秀的居住环境，更重要的是它的优惠政策和浓厚的人文气息更会深深的吸引你。了解后田社区的发展，那不是简单的像建一栋楼房那样一年两年就可以完成的事情，那是一个浩大的工程体系。要有强大的资金积累和雷厉风行，实干的管理者与博学多才的领导者。看看后田十多年的发展进程，一个个数字都那样触目惊心，那样虚幻而又真实。从出了名的贫困村到今天新农村建设的楷模，农民的生活水平发生了翻天覆地的变化。比较后田村史，我们更是难以想象它成长并发展壮大的艰辛。

通过此次实习。让我不论是在思想觉悟上，还是实践能力上所得到的提高，都是对我自己的超越。我会继续努力，在党的思想指导下，做好自己的职责，为祖国社会主义建设奋斗。

实习自我鉴定篇四

在职的一个多月里，我深感自己的不足，我会在以后的工作中更加努力，取长补短，虚心求教，本科毕业生实习自我鉴定。相信自己会在以后的工作中更加得心应手，表现更加出色！不管是在什么地方任职，都会努力！原创，发展的源动力。。

我要对自己在实习期间做以下鉴定：

工作，扮演不同的社会角色，逐步完成职业化角色的转化，发现自己真实的潜力和兴趣，以奠定良好的事业基础，也为自我成长丰富了阅历，促进整个社会人才资源的优化配置。对我而言是一件幸事，通过实习工作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。

对实习生而言，实习可以使每一个学生有更多的机会尝试不同

为人处事

作为学生面对的无非是同学、老师、家长，而工作后就要面对更为复杂的关系，自我鉴定《本科毕业生实习自我鉴定》。无论是和领导、同事还是客户接触，我都要做到妥善处理，多沟通，并要设身处地从对方角度换位思考，而不是只是考虑自己的事。

只要我想学习，学习的机会还是很多的，老员工们从不吝惜自己的经验来指导我工作，让我少走弯路；集团公司、公司内部有各种各样的培训来提升自己，我所要作的只是甄别哪些是我需要了解的，哪些是我感兴趣的。

团队精神

作往往不是一个人的事情，是一个团队在完成一个项目，在工作的过程中如何去保持和团队中，其他同事的交流和沟通也是相当重要的。

实习自我鉴定篇五

本科毕业实习与毕业设计是学生在校期间的最后一个重要的实践环节,其质量直接反映了学校的整体实力和学生的综合素养。下面是本站小编为大家整理的大学毕业生实习自我鉴定,希望对大家有所帮助。

我实习的单位是广西壮族自治区高级人民法院刑事审判第三庭，主要是办理刑事二审和刑事复核案件，案件范围涉及除了经济犯罪外的其他各类刑事案件。在实习期间，我严格遵守实习单位各项规章制度，服从指导老师的安排，礼貌待人，不迟到、不早退，工作积极肯干。在工作中严守单位的有关秘密，不出现责任事故。通过三个月的实习，我在我的专业领域获得了实际的工作经验，巩固并检验了自己几年来本科学习的知识水平。这次实习是我大学生活中不可缺少的重要经历，收获很大。实习期间，我学习和掌握了人民法院工作的 workflows，了解了各类案件的诉讼程序，尤其是刑事二审了刑事复核案件的主要诉讼程序和流程。了解了大量庭审案件从立案到结案的全过程，在一些案件我还担任了具体的案卷整理工作，并且对部分参与案件提出了自己的想法。基本上掌握了案卷的整理、清卷、订卷、贴封条等工作具体操作细节;在实践巩固了一些司法文书如刑事判决书、刑事附带民事裁定书、阅卷通知书、指定辩护通知书、委托宣判函、送达回证、提押票、传票等的书写;进一步巩固了一些具体的司法程序知识如：刑事案件庭审的二审开庭审理程序、二审复核程序。

作为实习生，我始终牢记自己的工作职责，以端正的学习态度和高度的责任感，努力做好各项工作。注意理论联系实际，

把在校学到的知识与案件联系起来，不懂就问，虚心请教老师，丰富了自己的法律知识，学会了为人处事的道理以及法院工作的严谨性。与老师出差办案，调查取证，不怕苦不怕累。以严谨的态度，较好地完成好老师交给的各项任务。其中担任代理书记员一次，合议记录1件，提审被告人记录4件，询问记录2件，宣判记录1件。校对法律文书30多份，退寄案件若干件，以及装订编写卷宗目录，接待律师阅卷等，对其他工作从不分内外。在协助办案人员做好审判工作的同时，认真做好记录。

在实习中也发现了自己有许多不足之处，法律基础知识还不够扎实，对于法律程序的理解不够全面，对于办案的某些细节容易忽略，今后必当谦虚谨慎，戒骄戒躁，不断改正自己的缺点和不足，争取更大的成绩。自己深知，作为一个法学专业的学生，必须勤于学习，不断磨练自己的意志品德，牢固树立正确的人生观、价值观，将来才能对社会作出贡献。

通过实习，我将自己所学的知识应用于实际的工作中。理论和实际是不可分的，在实践中我的知识得到了巩固，解决问题的能力也受到了锻炼；本次实习开阔了我的视野，使我对法律在现实中的运作有所了解，也对专业知识有了进一步的掌握；此外，我还结交了许多法官和律师朋友，我们在一起相互交流，从他们身上我学到很多为人处世的方法和办案的技巧，这些都是我在书上学不到的。

最后，我想借此机会，再一次向为我的实习提供帮助和指导的广西壮族自治区高级人民法院的工作人员及我指导老师，在实习过程中帮助我的朋友、我的同学致以衷心的感谢！

在这次实习过程中，社区的负责人给我们介绍社区状况，带我们参观了社区的状况，在参观的同时，社区的负责人的还给我们介绍了目前社区状况，比如社区外的沟渠疏通清理问题。

了解社区工作的方法很多，开始接触的实地观察就是一个方法。透过仔细的观察，能够洞察通过口述阐述的问题。

我们通过自己的观察，知道正因社区住房出租收入、餐饮娱乐等收入是当地居民的主要收入。但是在当地居民追求经济收入的时候，一些细节被忽略了，给社区管理造成了一定的难度。如xx学校侧门外的同心路，是以小吃、超市、文具店等为主的街道，外来零散的摊贩，散布在各个角落。走到同心路，摊位之间的空隙不大。这样，各个摊位之间，卫生的界限不分明。尽管社区每天都有专人打扫、清理垃圾，可是，摊位每天乱弃堆放的纸屑仍旧不少。卫生是社区环境清洁重要的任务。

在社区实习的过程中，我们也要征询社区工作人员良好的建议与意见。我们在社区人员的指导下，制订了一份针对社区卫生、治安、社区工作人员工作态度满意情况的调查。而后，我们访问了正因社区的居民，根据调查问卷的内容随即调查了一些店铺，我们通过分析得出了一个简单的调查报告，把我们在本科中学的社区调查和社会统计相关的知识和内容用在了实习中。

而后，刚好碰到社区统一地缴纳社会保险费用社区工作，我们也随即参加了解社区的日常工作，社区的工作人员给我们讲解了社会保险的缴纳的困境，让我们的社会保险开办情况有所了解，也增加了社会保险宣传和收缴的知识。

作为社会保险工作，这是关系居民切身利益的一项工作，其包含的内容和任务多样，包括收缴失业保险、养老保险、生育保险等等。社区工作人员要开展收缴工作和服务内容的咨询，每一天社区工作人员都会接待来咨询的居民。社区工作人员往往会反复地宣传国家政策和方针。

此外，通过真正地接触社区工作，我们了解了社区发动的一个动向：即是文明、。正因社区尽管建立时间不长，但是，

它也积极配合国家的宏观的社会发展方针，积极地进行各种工作的整治，将文明社区的建设作为社区发展的方向，创文明、争先进。

毕业实习结束了，回过头来反思自己的实习所得，我发现专业课程中有一小部分内容可以运用在实践中，理论和实践结合起来，让我们更加深刻地理解专业工作的内涵。而且，在参观实际的工作中，我发现社区工作考验的是工作人员的一种耐心引导的态度，某些简单的社区事务可能不需要很多的技巧，但它需要更多良好的态度去引导居民认识自己的社区和自己肩负的权利和义务。在实际的工作中，社区工作人员不能以自己的专业背景和社区地位、职权自居，要积极地与居民融合，保持良好、融洽的社会关系才能把社会政策、方针、规章等落到实处。社区工作注重与社区居民关系的建立。

从9月8号开始，我在xx中学开始了为期三个月的实习。教育实习能检验我们所学的知识，加强理论与实践的结合，又能使我们更加了解和熟悉教师工作，加强我们的综合能力，对于我们师范生是非常重要的。在实习开始之前，指导老师就要求我们在做好知识准备的同时也要做好心理准备，特别要注意角色转换，每人的一言一行都要以教师的标准来要求自己。

虽然这么说，但是刚得知自己被分配到xx中学时，心里还是有点害怕的。因为听一些师兄、师姐说过在杭州实习的话讲课的机会比较少，而且不受重视，可能学不到什么，而且xx中学又是省内数一数二的学校，可能对实习生会不屑一顾。

但是到了学校以后，我的一切顾虑都慢慢消失啦。负责历史系实习的是戚青平老师，他曾经来过我们学校做讲座，很有学识，是高中历史特级教师，对我们非常照顾，而我的班主任和教学指导老师是同一个人——吴红渠老师，她也是我的学长朱徐锋的知道老师，已经任教十多年，经验丰富，教学很有自己的一套。而且她的个性我很喜欢，就是有什么说什么，会严厉的指出我存在的缺点和不足，我觉得这对我的成

长很有帮助。

那还是来说说我的三个月的实习吧！

这三个月是我过得最充实，最辛苦的也是最有成就感和最有挑战性的一段快乐时光，这段日子里，我终于体会到了要做好一名教师，并不像想象中的那么容易，也明白了要做好一名人类灵魂的工程师的责任感和重要性，总之，这是一段将对以后的工作有着重要影响的日子。

第一次走上讲台的那一天我永远不会忘记，那是中秋节放假回来，9月17号，星期二，早上第一节课，我是我们小组第一个讲课的人，紧张的不得了。讲课的内容是列强入侵与民族危机，主要讲了鸦片战争、甲午战争、八国联军侵华，以及《南京条约》、《马关条约》、《辛丑条约》，只记得我讲的满头大汗，前言不搭后语，学生一直都很迷茫的看着我，我都快紧张死了，离下课还有5分钟左右我就讲完了，是指导老师替我解的围。课后，她先鼓励了我一番，说我教态还好的，做老师的推翻还是有的，等等，最后她说我课上有几个知识点讲错了，这是最不应该的，然后……我都没怎么听到啦，可以说是迷茫的第一节课。

这也让我深刻的觉得自己的基础知识很不扎实，有些知识点之际都没有掌握好，怎么将给学生听呢？于是在以后的每一节课前，我都认真的备课，知识点都一一查清，不容许自己再犯同样的错误，这是对学生，也是对自己的负责。

出来踏上讲台的喜悦，另外让我终生难忘的就是军训。虽然xx中学这个实习点以前也是有的，但是他们都是没有经历军训的。由于这次实习改革，原来都是十一放假以后再去的，总共两个月，现在是9月8号就开始了，而xx中学的高一学生军训安排在9月22日。所以我们就跟随班主任带着学生去军训了。

军训与其他学校不一样，他们是去军队军训的，完全的军事化管理。这也是我第一次进入军营，还没开始就已经兴奋了，但军训的开始更让我刺激，就是徒步拉练到军营。从到留下军营有三个多小时的路程，我简直不敢相信，带着这么多学生走三个多小时，但这是历年的保留节目，我也只得硬着头皮往前冲。结果比我想象的好多了，我认识第一次走这么长的路，难以想象！

踏进军营的我感受到的除了震撼还是震撼。震撼与那种庄严的肃静还有他的简陋。由于床铺不够，大部分学生是打地铺的，而我们教师寝室四个人只有一张单人床板，于是我也是打地铺的。这还好，反正天热，更惨的是没有地方洗澡，出了一整天的汗，浑身发臭也没有办法，尤其是学生，那套军装都没得换，三天下来衣服上都有白白的盐花了。更糟糕的是厕所，还是停留在80年代，每次上厕所都得屏住呼吸，然后迅速解决，离开。

除了艰苦的条件，更令我高兴的是和学生的相处。看着他们在烈日下暴晒很不忍心，尤其是一些女生，平时在家都是小公主，在这里被热得浑身长满痱子，给他们搽痱子粉是每天的必修课。不过看着平时娇滴滴的她们都更坚强和团结是我最高兴的。

在实习期间我学到的很重要的一点就是作为一名称教师必须热爱这个工作，热爱学生。

正如爱因斯坦所说，兴趣是最好的老师，只有热爱教育事业，才有可能搞好教育工作。培养人是一项伟大而复杂的艰巨事业，它要求教师要有强烈的事业心，责任感，一般职业热情是远远不够的。把教师职业当作谋生的手段，得过且过，更是和教师的职业性质格格不入的。教育事业需要的是教师对他的忠诚和无私奉献精神，充分发挥自己的聪明才智。我们在实习期间也体会到了，班主任老师真的很累，早上六点半起床已经太迟了，晚上10点半才能回到寝室，心里还在记挂

着学生，教师并非一个理想的职业，相等待遇情况下，它比一般的行业要更累，甚至在八小时外还不能休息。因此就要求教师热爱教育事业，才能对教育事业抱有执着的追求，才能摆脱名利的困扰，坚定自己的选择，在当前“追求经济利益最大化”的环境中保持一颗平常心，甘于寂寞，才能在平凡而伟大的教书育人中找到人生的价值。

热爱学生是教师热爱教育事业的直接体现，是师德的核心内容。教育是知识的传递，人格的塑造，是心与心的沟通和交流。教师只有首先付出对学生的爱，才能赢得学生的爱，师生之间架起了感情的桥梁，学生才能主动接受教师的指导，教育才会有实效。因此，要尊重和理解学生，在人格上平等相待，做学生的知心朋友，全面关心学生的健康成长，平等地对待每个学生。消除学习不好同学的自卑感帮助他们树立学习的信心。

我在实习中，每天出发前都要先检查一下自己的衣服是否整齐。因为我明白，在教育过程中，教师的一言一行，一举一动，都对朝夕相处的学生起着示范榜样的作用，学生也正是从教师那里学会了如何待人接物，如何做人。因此，教师必须严于律己，以身作则，为学生作出表率。凡是要求学生做到的，自己首先做到；要求学生不做的，自己首先不做。

我深深感觉到这三个月我所学到的东西是在大学里永远学不到的，我把自己全身心的投入到教学工作中去，享受学生叫的每一句“老师好”，在那时我是真正的一名人民教师——阳光下最最崇高的职业！

实习自我鉴定篇六

我是一名法学专业的毕业生，我热爱我的专业。在南充中级人民法院民三庭的实习已结束，现就本次实习作出以下自我鉴定。

一、在实习态度上，我实习态度端正，尊敬单位领导，尊敬单位各岗位工作人员，做人诚信踏实，工作认真负责，学习勤奋上进，对于法院工作表现出强烈的积极性和主动性。

三、在实习能力上，通过指导法官细致耐心的讲解、引导以及自己认真努力的学习、领悟，我的实际工作能力和工作经验从无到有、从点到面，都获得了巨大的提高和扩充。

在实习过程中，我先后参与了一些细致而具体的工作，比如旁听法庭审理、整理判案卷宗、跟随法官庭外调查、对当事人进行访谈、协助记录调解及庭审笔录、特许参与合议庭的评议、法律文书的制作与校对等，以及独立完成所在庭安排的其他工作任务。

通过在实际工作中自己有意识地培养与锻炼，我发现问题、分析问题与解决问题的能力得到进一步加强，文书写作、语言表达与沟通交流的基础能力得到进一步巩固，创新与协作的进阶能力得到进一步优化，交往与活动的社会能力得到进一步提高。

四、在实习效果上，总体上自己能够将学校里的知识转化为实际工作中的能力与经验，但同时也存在着一些需要改进的瑕疵与不足。

通过实习，我了解了法院受理、审理案件的所有程序和法院工作的流程和步骤，加深了对法院工作的认知；我能够初步掌握和运用已学法学理论知识，来科学地指导自己的实际工作；我提高了个人素质能力，各项能力获得发展，综合素质进一步提升；我学习了科学的文书档案管理基础知识，培养了一定的实践操作技能，能够熟练运用现代办公设备。

同时在实际工作中也认识到了自身存在的一些问题和不足。首当其冲是缺乏更深的耐性。例如整理案卷的工作本身是繁琐枯燥的，有时候案卷包含内容比较多和复杂，整理起来难

度大、耗时长，这时就易产生工作厌烦心理，这就需要自己在以后的工作中能够静心，进一步提升耐性。其次是缺乏一定的社会经验。在一些案件审理过程中，我社会经验的欠缺暴露无遗，这也给自己敲响了警钟。法律是社会生活的一部分，法律在社会实际运行中会受到诸如社会偏见、情绪、环境等影响，要求我们应具有一定的社会阅历、经验和应变能力。我想在今后我会更着重注意社会经验的积累和丰富，使自己能够获得更好更快的发展与进步。

总之，这次实习的体会和影响对我来说是深远的，不仅是巩固提高了我对专业理论水平的认识，而且拓展和提高了我的思维视野、个人能力和综合素质，这将有利于我毕业后更好地参与工作、有利于我人生目标的实现！

实习自我鉴定篇七

20xx年11月15日我被分配到宅急送快递公司实习，在近七个月的学习中我有许多的感触和领悟，对书本上的理论知识有更加深刻的了解。尤其是对物流定义里的物流的各个环节间的紧密关系更加明白！

物流是将运输，装卸搬运，仓储，流通加工，配送，包装，信息处理等基本因素实施有机结合的过程，其中的每个环节紧密相连，环环相扣，缺一不可。在我每天的工作中我就体会到这一点，我在公司实习的岗位是小件员，每天的主要工作就是派件和收件，在这其中可以说对物流各因素的关系更加了解。下面通过工作实例来阐述以上所述：

我工作的交通工具是电动车，它是我运输的交通工具，公司发的背包相当于我的“快递仓库”，我每天出库后都要装卸搬运(它们是10公斤以下的货物，当然这期间要遵循重不压轻，大不压小的堆码原则)，然后要对货物的收件人进行电话联系，有异常信息及时反馈处理，最后就是派送，在这个环节中更要注意合理优化资源(包括路径的合理选择，时间的合理安排，

派送的先后次序和物品的贵重安全情况等)。只有把这几个环节紧密的贯穿在一起,才能按时完成派送任务(上午物流过来的货物要在12点之前签收完毕并录入签收信息,下午物流过来的货物要在17点前签收完毕并录入签收信息)只有这样才不会导致货物晚点。

在送件的同时会有客户打电话要你去取件,这时你要在得知取货信息40分钟内完成取货任务,在取货环节中你要把客户的快递进行合理包装(做到不挤压,不易碎,有气味的物品不串味等),要信息处理(填写快递工作详情单)最后把货物安全送回自己所在的操作点。

以上就是我每天要做的最主要的工作,它很好的把物流的各个因素联系在一起,物流的过程是一个整体的过程,它的各个环节的合理优化配置是物流顺利进行的前提条件和重要保障。物流就是a至b的过程,但是要想在最短的运输时间,最低的物流成本,和最安全的运输方式达到目的地就要很好的衔接物流的七大要素!

通过近7个月的实习,让我对物流管理情况有了更深一步的了解。在这一过程中,我学到了物流管理工作中的具体业务知识,同时也丰富了所学的专业知识。为以后正常工作的展开奠定了坚实的基础。在实习期间,我深深体会到了宅急送的优势,以及在全国的影响地位,同时我也收获了许多:

首先是业务上的收获。在这里,我向老同事学习小件开发营销知识,专业的包装知识,工作单的填写知识,保险知识,物流对接知识等。每天的实习交流让我在课堂中学到的理论知识得到了充分的利用和验证,使我在业务操作上得心应手。

业务上的提高是实实在在的,有目共睹的,同时心理的收获却是潜移默化但又受益终生的。首先这里给我的第一印象是同事们团结合作的气氛。在这里大家都是朋友,互相帮助,互相爱护,谁有了困难都会得到最真诚的帮助。特别是前辈

们对我的指导，总是无私的毫不保留，亲切耐心的指导，让我心里热乎乎的。这样的潜移默化的影响使我觉得生活和工作总有新的目标，每天都充满了干劲。

难忘经历，**年的那场大雪使武汉及许多省份受到了严重影响，交通闭塞，道路瘫痪，春节时的人们无法团聚，在这样的情况下，许多快递公司纷纷放假，只有我们宅急送依旧坚持每天的工作，秉承“珍重承诺，送物传情”的誓言。还清晰的记得那天我骑着自行车在冰天雪地里送快件，身上全是白的，自行车几乎行走很艰难，此时的我很饿，在路边买了几个馒头一边骑车一边啃馒头。当时并没有感觉到苦，只知道身上肩负着学校及公司的使命，不能怕苦，要为学校争光，为公司赢得荣誉，就这样我一直坚持到春节放假！现在回想起来，感觉自己当时很坚强，人生中再大的困难也能挺过！

真的要感谢在这里的七个月，让我有了如此喜人的收获。回过头来看看这段时间的摸爬滚打，我觉得自己很幸运可以参加这样一个有意义的实习，我很珍惜这次机会，同时也深切感受到“知识无限，能力有限”的涵义。在日后的日子里，我会充分发挥自己的能力，展现自我，积极向上。深深的感谢宅急送快运有限公司各位领导及工作人员对我的重视、关心和悉心指导，在这一段时间里，我不仅学习了专业知识，而且还学到了很多在学校学不到的实用的待人处世之道，扩大了知识面，也丰富了社会实践经历，为我即将踏入社会奠定了很好的基础。

感谢宅急送，也衷心的祝愿我们宅急送尽快走上快速发展的轨道，但愿宅急送能在陈平总裁的带领下和北京奥运一起在**年带给中国乃至世界一个大大的惊叹！