

# 内一科出科自我鉴定 实习期间自我鉴定 (大全10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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 内一科出科自我鉴定篇一

xx年轻，别学得太功利，先把自己的内功修好。至少，在你没有进入圈子之前，别太浮躁了，沉得住气，埋头学着处世做人，到了有人发现你的那天，许多你想要得到的东西就不需要你刻意追求，自然就会来到你的身边了。起身走的时候，我拍拍他的头，小兄弟，在我这实习我可能教不了你什么，但我送给你六个字吧：多谋事，少谋人。以后肯定对你有用。

但后来的现实却大大地出乎我的意料。

小伙子是一个喜欢蹦的人，压根儿就坐不住。而且他的兴趣根本就不在做那些在他看来很小的事情上。我让他帮着打印文稿或者起草个节目流程表什么的，他很少有及时完成的。有一次我交给他一个软盘，让他给我调出一个方案并打印若干份上报总台。原本一件很小的事情，没想他因为赶着去跟朋友聚会，就送到个体的文印室给处理了。这件事情自然是违反原则的，我也就第一次不留情面地批评了他。小伙子表面上没有什么反应，但我从他的眼神里看出了他的叛逆。

果然，过了些天，他跟我说，你在电视圈熟，有没有门路让我临时出镜什么的，我回学校也好有个体面的交代。我知道他是寻思离开幕后走向前台，若替他一想也是，在我身边实习，做的都是不为人知的事情，与他的专业也有距离，就给他搭个桥吧。刚好我打听到另一个节目组有一个外景主持人

不知什么原因给撤了，正寻人呢，我就跟那边的制片人说了。人家一看小伙子的外形挺适合的，就让他试了试镜，还挺不错的，便让他做了两期。我再见他的时候，他那精神劲儿整个就变了。我正想玉成他的好事，办个移交让他直接去那边得了，没想那边的制片人却给我打来了电话，说，你推荐的那个主持人你还是领回去吧。

事后我才知道，这人还没站稳脚跟，就开始飘了，见人就拿着印有某某节目主持人的名片招摇，还私下以主持人的身份去拉广告。

还有一次，我的一个朋友搞一个发布会，要请一个主持人，我还在电话里跟人家谈呢，说过些天再看吧。没想这家伙贼机灵，在一旁给听到了，第二天就找上门把活儿给揽下了，回来还笑嘻嘻地说，您真管用，我说是您举荐来的，就搞定了。还硬拽着我去吃火锅，把一沓钞票在我面前扬得哗哗响，生怕我不知道那是他拿的红包似的。

我当时就想这家伙活泛得可以呀。只是，如果他是一条鱼的话，会有哪个池塘供他恣意游弋呢。

好在3个月一晃就过，他的实习期结束了。

要走的前一天，他拿来一张鉴定表让我填写实习鉴定，我看了看那需要填写鉴定的空白处，觉得笔头真是很重：如实写吧，对小伙子肯定不利；不如实写吧，或许又会从某种角度纵容了他。想来想去，我在那长长的空白处，只写了5个字：功夫在诗外。我想这是我能填写的最确切也最聪明的评价了。这句话可从多个角度去理解，但我相信他们学校是能找到正解的。

这之后，我与李熙再没了往来。他的鉴定我是按他们学校的要求通过密信方式传送的，李熙是不知道的。所以我现在有些迷惑李熙与我不再联系的原因。我承认李熙在我身边实习

的日子，我没有教给他什么技艺，但他如果用心体悟的话，应该能体悟到我教了他一些比技艺更重要的东西。所以，我在猜想，或许多年以后，他会想起我这个实习老师的，我有这个预感。

## 内一科出科自我鉴定篇二

在实习生活以来我一直以严谨的态度，乐观的热情投身于学习和工作中，有失败的辛酸，也有成功的喜悦，然而日益激烈的社会竞争也使我充分地认识到，成为一名德智体全面发展的优秀学生的重要性，实习当中不能说我有怎样的成绩，但我觉得收获不少，我想这些对于我今后的学习和工作会有很大的帮助的。

我体会深刻的一点是，理论要与实践相结合。其实很多东西在学校的时候我都学习过，但知道的都是理论，知道操作步骤，却没有多少实践，甚至都没有考虑到根据这些步骤去做的时候，也会出现很多的问题以及要如何去解决这些问题。在遇到问题的时候我全面的思考，不让自己的思想有局限性。

我谦虚谨慎，勤奋好学。注重理论和实践相结合，将所学的课堂知识能有效地运用于实际工作中，仔细听取老员工的指导，对于别人提出的工作建议，可以虚心听取。表现出较强的求知欲，并能够仔细观察、切身体验、独立思考、综合分析，灵活运用自己的`知识解决工作中遇到的实际困难。

工作中踏实肯干，吃苦耐劳。有制造性、建设性地独立开展工作的思维；具有一定的开拓和创新精神，接受新事物较快，涉猎面较宽，有自己的思路和设想。能够做到服从指挥，仔细敬业，工作责任心强，工作效率高。

在生活上，养成了良好的生活习惯，生活充实而有条理，有严谨的生活态度和良好的生活作风，为人热情大方，诚实守信，乐于助人，拥有自己的良好出事原则，能与同事们和睦

相处;乐观参加各项课外活动,从而不断的丰富自己的阅历。

实习结束了,我学到了很多东西,也觉得自己成长了很多。丰富了自己的知识面,也开阔视野,实习是一个过程,需要我们不断的积累和更新,也需要我们的坚持。

### 内一科出科自我鉴定篇三

实习期间,在×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,我能仔细备课,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,能够顺利地完成任务。同时,课外辅导耐心细致,批改作业仔细仔细,还常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,我都仔细听了指导老师的课。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乐观配合下,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老师积累了宝贵的教学阅历。

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经常出现疏漏的地方,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。

## 内一科出科自我鉴定篇四

我在xx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、帮忙下，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，每一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。自我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。

可是，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，给学生造成必须的理解困难。所以，我想，作为一名师范生，要真正走向了工作岗位，还需要自我以后两个月的实习不断地努力实践，追求提高。

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。最终，我要异常感激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！

## 内一科出科自我鉴定篇五

实习匆匆过去，作为一名应届大学实习生。从这段在xx公司实习岗位上锻炼的时间里，我学习并体会了许多的事情，这不仅让我在专业能力上有了成长和进步，更让我从一名大学生，逐渐适应了社会的生活和环境。

回顾并对比来时的自己，我对自己实习之后的成长和发展做了总结，现将自己的情况做自我鉴定如下：

适应了这里的生活后，我思想上的变化是最明显的。过去作为学生，我们胜过的过于被动，无论是那个阶段，即使上大学以后，我们其实都依靠着老师的教导和灌输，缺乏对未来的准备和自我挑战的积极态度。

但在社会实习的岗位上，我却深刻的感受到了压力，来自社会、生活以及身边的压力。这份的压力让我意识到自己必须努力起来，并开始逐步改进了我的思想，让我学会了竞争，学会了为将来和今后考虑。

因为这份思想上的变化，我不仅在实习的工作上变得更加积极热情，且还学会了利用网络、社会以及公司的资源，积极吸收经验，提升自我的工作能力。这让我在专业、生活以及人际能力方面都有了很大的成长。

在来到实习岗位后，起初我还能凭借自身坚实的基础良好的适应公司的工作任务。但很快，我也意识到仅靠基础，也只能做好基础！为此，我开始积极的向领导请教，向同事学习。这份的努力，让我在专业知识和岗位经验上有了突飞猛进的成长。虽然期间也遇上了不少挫折和大意出错的时候，但每一次的反思，都给我带来了新的经验。

如今，我在自己的岗位上的能力已经基本与其他同事没有多少差别，但在细节处理和经验判断上，仍需要继续加强，相信只要再给我一段时间，我一定能将工作完成的更好，更出色！

这段实习期间，我也适应了独立在外的生活情况。虽然起初我连自己的起居都照顾不好，但如今，我不仅能遵守公司的规定，按时上班完成工作，更学会了烹饪、打扫、规划等等能力。对比过去的我，如今我在独立方面变得更加全面，也能看的更远。

三个月的实习生活匆匆结束，我从这段社会经历中真的学会了很多事情。但这还不足以支撑我走完自己的人生，在今后的生活道路上，我会不断努力，不断的进步！让自己永远前进下去！

## 内一科出科自我鉴定篇六

医院实习自我鉴定：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

里的目的就是要学会渔，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。

在卫校的第四年是我们到医院实习的时间，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，但乐此不彼。

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。

通过四年卫校生活，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。

## 内一科出科自我鉴定篇七

到公司已经1个月了,试用期里我努力熟悉业务,对自己的自我鉴定还是比较满意的..

为人正直,责任心强,上级交给的任务能及时很好的完成,有较强的工作能力,善于交际,能正确的处理人事关系,团结人心。非常想加入xx公司,如能有幸进入贵公司,必将努力工作,为公司的发展尽心尽力能吃苦耐劳,积极上进,有良好的团队合作精神和人际协调沟通能力,敢于面对高压力的工作环境,善于学习,能不断进行充实与完善自我知识结构体系。

我有足够的信心能够完成岗位上的工作,也请领导提出批评意见,帮助我校正错误.

## 内一科出科自我鉴定篇八

对我们而言,多年的来的校园的习惯早已牢牢的印刻在了我们的生活当中,对于校园的环境和生活,我们都如同在家里一样的熟悉,了解。但如今,在即将结束的大学校园生活中,我们要面对的,却是自己在校园生活中头一次的挑战——走入社会!

此次进入社会，我们的目标是完成自身实习的毕业任务。虽然我们大部分的同学对于社会和工作情况不尽了解，但却对自己这些年来的学习和锻炼充满了信心！这让我们鼓起勇气，迈出了走出校门的第一步！以下是我对这次实习期间自身情况的个人鉴定：

进入社会的新环境，我从自己的经历和体会中认识了很多事情，也逐渐改变了自己读实习的态度。在社会中，我意识到要独立，明白了在校外的环境中没有人能一直帮你，所以必须要自己学会处理事情。而在工作上，我又学会了团结，一个人的力量有限，只有紧贴团队，借助团队的力量并帮助团队发展，我们才能做出有价值的成绩。

这段时间里，我改变了自己，让自己的思想更加的成熟，并且自身的责任感以及团队精神也有了大大的提升！

在实习工作中，因为自身的经验和能力的不足，我首先要做的就是从领导的培训中学习知识和经验。在领导的指点下，我从基础开始掌握xx岗位的工作经验，并一边学，一边尝试锻炼自己。通过实践的锻炼来找出自己的不足。借此，我在学习上的锻炼有了很大的提高和进步，并在后来，还通过观察其他同事的工作并请教，掌握了更多关于xx岗位的工作，提升了自我的能力。

在工作方面，除了基础学习之外，我在工作的岗位中也有许多的收获和体会，尤其是在工作的纪律上，通过纪律的重视和反思，我在工作方面也越发的严谨，并且提高了自我的管理能力和自律性，能较好的完成自己的职责。

在生活方面，通过独立自主的社会生活，我也渐渐地适应了社会的环境。并且在生活方面，还有很多的朋友在帮助着我，让我能积极的面对生活中的许多困难。改进个人行为中的不足。

总之，这次的实习让我在各方面的能力上都有了极大的成长和进步，但我还会继续努力的反思自己，提高自己，让自己能成为一名真正的社会工作者！

## 内一科出科自我鉴定篇九

我相信，每一个人的生活都有一条上升的精神线，依附并加强这条线的，便是我们追逐理想的信念。立志当老师是我对生活的一种期望，教师职业是我的梦，这个梦是我美好憧憬的生活信念。20xx年2月13日，我怀着十分好奇、激动的心情，在古蔺县永乐中学开始了实习教师的生涯。在实习期间，我学到了很多知识，学会了很多做人的道理，使我终生受益匪浅。

我实习的内容主要是语文教学、班主任工作。既然是实习教师，语文教学自然是重点。

我实习的班级主要是初一班，是两个很优秀的班级，他们的语文老师，也就是我的指导老师，是语文教研组的组长，市高级骨干教师。他们使用的是我所不熟悉的新教材，初拿课本时让我压力倍增，因为我作为他们的实习老师，总要做好给他们上课的准备。然而，当教师是我的人生追求，是我的理想职业，我不想输在起跑线上，我想做一名优秀的老师，我想我的学生都是最棒的。所以，怎样才能上好课，怎样才能教好他们，正是我面临的一个重要而又迫切的问题。

还好，我是幸运而且是幸福的。我遇见了一位专心致志、认真负责、一丝不苟且热爱教育工作的教师——我的指导老师。我首先从指导老师的上课风格入手。既然指导老师教的这么成功，学习他的方法、吸收他的经验自然是一条捷径。实习开始的两周，我便专心听指导老师的课，揣摩他的教学风格。他重视基础知识的掌握，学习方法的指导和知识细化且全面。他为人谦逊随和，工作很负责，很热心地告诉我怎么听课，在课堂上如何观察学生，如何针对不同的情况作出适当的反

应，从而提高教学效果。法国教育学家第惠多斯说过：教学的艺术不在于传授本领，而在于激励、唤醒、鼓舞。那么，怎么去激励、唤醒、鼓舞听课者呢？做到师生互动，让学生参与课堂，给予他们更多的机会，调动他们的学习激情，培养他们的学习兴趣。惟有这样，学生才会更加的融入课堂，惟有这样，学生的语文水平才会提高。在听课的过程中，我看见我的指导老师正这样做着。

在听课的同时，我也对班上学生语文水平进行了调查。通过作文、作业的批改再加上自习时间和课后时间与学生交流的了解，全班的学习氛围很好，课堂纪律和作文、作业上交情况都很好，学生课前预习自觉、准备充分，这为老师进一步牢固学生基础和讲授新课带来很大的动力和信心。当然，我相信这样良好的学习精神与老师长期的细心指导和习惯培养是密不可分的’。

## 内一科出科自我鉴定篇十

自从上次离开学校已经有三个月的时间了，在这段时间里，我在xx公司作为一名应届实习生学习和工作。经过了这短短的三个月时间，我掌握了基本的工作技巧，还大大的提升自己的理论知识。

回顾了自己这段时间在公司的工作情况，我认识到自己已经在不知不觉中成长了很多。但实习的日子也即将结束了。在此，我对自己在实习期间的情况做自我鉴定如下：

实习是对我们在这三年来所学知识的以及个人品德和能力的贯通，通过这次的实习，我彻底的认识到了自己的优势、不足以及问题。并且在实习中强化自己，调整了自己，让我如今在工作中顺利的完成自己的任务。

思想方面：我在实习阶段充分的接触了社会和公司环境，我了解了生活的不易，更明白了，作为一名工作者该用怎样的

心态去面对在工作和生活。这让我在思想上有了大大的成熟和成长。在工作中我不仅热情好学，还学会了保持良好的工作态度，让工作更加顺利。

此外，我还在领导的批评和教导下学会了责任，在同事们的互相帮助下学会了团结，这些在工作中的体会，都在改变我，让我褪去学生的外衣，慢慢的从幼稚走向成熟。

工作方面：作为一名刚刚接触工作的实习生，我在工作方面并没有什么过人的作为。基本上一直在学一步做一步。但是，通过与工作的接触，让我对这门专业有了更深的了解。也更清楚未来的工作方向。并且在工作里，我还学到了不少的实用经验和技巧，相信在今后也能帮助我更好的完成自己的任务。

此外在，除了专业方面，在工作中我学到的最重要的事情，就是心态和目标。作为一名工作者，我慢慢的改变了自己作为学生那种“写不出作业也不会怎样”的心态。每一天我都在积极的面对工作，认真的完成好自己的任务，这份改变是我重要的收获，相信这份心态在未来也一样能很好的帮助我。

生活方面：对于社会独立生活的体验同样让我有了很大的成长。在社会上的`独立生活让我认识到自己的在生活能力上的问题，尤其是在生活的安排上，早睡早起有规律的作息渐渐的代替了过去无规律生活习惯。这不仅仅让我在工作中保持了良好的考勤情况，更让我在生活上也更加的精神，有更多的时间去学习和完善自己的工作。

总的来说，这次的实习真的让我收获了很多的经验和体会，但最重要的还是能有这样的一次经历，让我看清了未来前进的道路。如今的我已经有了前进的目标，为此，我会更加努力，想着目标前进！