

# 最新高血压科室自我鉴定(优秀5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 高血压科室自我鉴定篇一

2。每秒振动2万—10亿次，人耳听不到的声波称为超声波。利用超声波的物理特性进行诊断和治疗的一门影像学科，称为超声医学。其临床应用范围广泛，目前已成为现代临床医学中不可缺少的诊断方法。

3。珍贵的实习生活已接近尾声，感觉非常有必要总结一下实习的得失，从中继承做得好的方面改进不足的地方，使自己回顾走过的路，也更是为了看清将来要走的路。

实习成绩不是非常好，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。在我刚刚实习时，脑子里想的是好好放松从重压下解放出来的自己，然而很快我就明白了，工作仍需努力认真的学习。看到周围的同事拼命的工作，我也打消了开始的想想法，开始了努力工作的旅程。其次是极大程度的提高了自己的自学能力。只靠工作努力是完全不够的。这就要求在课余练习巩固课堂上所学的知识，须自己钻研并时常去图书馆查一些相关资料。日积月累，自学能力得到了提高。再有就是懂得了运用学习方法同时注重独立思考与工作的结合。做什么都勤于思考，遇到不懂的地方能勤于请教。时刻不忘警戒。随着学习的进步，我的心也有了一个质的飞跃，能较快速的掌握一种新的技术知识，我认为这对于将来很重要。在实习知识这段时间里，我更与领导建立了浓厚的师生情谊。领导们的谆谆教导，使我体会了工作的乐趣。我与身边许多同事，也建立了良好的学习关系，互帮互助，克

服难关。 锻炼了自我的动手和分析问题能力，受益匪浅。

我一直在追求人格的升华，注重自己的品行。我崇拜拥有巨大人格魅力的人，并一直希望自己也能做到。在实习生活中，我坚持着自我反省且努力的完善自己的人格。 越来越认识到品行对一个人来说是多么的重要，关系到是否能形成正确的人生观世界观。所以无论在什么情况下，我都以品德至上来要求自己。无论何时何地我都奉行严于律己的信条，并切实的遵行它。平时友爱同事，尊师重道，乐于助人。以前只是觉得帮助别人感到很开心，是一种传统美德。我现在理解到，乐于助人不仅能铸造高尚的品德，而且自身也会得到很多利益，帮助别人的同时也是在帮助自己。 我很高兴能在同事有困难的时候曾经帮助过他们，相对的，在我有困难时我的同事们也无私的伸出了援助之手。对于领导和老师，我一向是十分敬重的，因为他们在我彷徨的时候指导帮助我。如果没有领到与老师的帮助，我可能将不知道何去何从。我现在领悟到，与其说品德是个人的人品操行，不如说是个人对整个社会的责任。一个人活在这个世界上，就要对社会负起一定的责任，义务，有了高尚的品德，就能正确认识自己所负的责任，在贡献中实现自身的价值。

社会实践能力有了很大提高。 我参加了不少的活动和一些社会实践。例如东城区运动会为公司争得了荣誉，锻炼了自己的交际能力，学到别人的长处，认清自己的短处。 我喜欢做一些社会活动，会让我的生活更丰富多彩， 虽然有时会感到累些，但是我乐此不彼。 积极参加！

个人认为这个世界上并不存在完美的人，每个人都有自己的优点缺点，但关键是能否正视并利用它们。这段时间我不断的自我反省，归纳了一些自己的优缺点。 我的优点是诚实，热情，性格坚毅。我认为诚信是立身之本，所以我一直是以言出必行来要求自己的，答应别人的事一定按时完成， 我这个人有个特点，就是不喜欢虎头蛇尾，做事从来都是有始有终，就算再难的事也全力以赴，追求最好的结果， 然而我自

己认为最主要的一个优点就是，能够认识到自己的错误，并及时改正，我相信这一点可以让我终生受益。以上这些优点，是我今后立身处世的根本，我应该继续保持，并不断以此鞭策自己奋发向上。

通过一年的实习生活，我学到了很多知识，更重要的是有了较快掌握一种新事物的能力。思想变成熟了许多，性格更坚毅了。认识了许多新同事和朋友，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。社会实践能力也有很大提高，为将来走向社会奠定基础。

一年的实习生活是我人生这条线上的一小段，是闪闪发光的一小段，它包含了汗水和收获，为我划平人生的线起着至关重要的作用。

## 高血压科室自我鉴定篇二

为了更好地巩固已有知识，学习技能，我到桂中纸业有限公司进行实习，在办公室担任行政文员的工作，在此我对我的实习工作做一个自我评价。

在实习期间，我接触了一些办公用品，如传真机、碎纸机、打印机、扫描仪等，掌握了这些机器的基本操作，了解了我们公司办公的基本情况。同时在此期间我也学到了许多更有用的东西。

开始实习时，刚进入陌生的环境难免会有些紧张，不知道该怎么办。是同事们友善的微笑缓解我的尴尬。大家都很有礼貌，不管大事小事都要说声谢谢。

作为行政文员，任务比较琐碎繁杂，指导我的老师教我，做事情要分主次、有条理。说着容易，做着难。每天要发传真、收信件、整理废旧纸张在利用等，手头有多件事情需要完成。当然这时候就要将重要的事情放在首位，把所有事情的主次

顺序排好。这样就不会乱。正好最近我们公司在扩建，传真很多。要“分主次，有条理”是做好事情的关键，这次实习让我更加深了对这句话的理解。

实习是我步入社会前的第一课，教会我怎么待人接物，如何处理各种事情。虽然在短短的3个月里看到的只能是工作的一个侧面，学习的只能是一些初步的方法，但这些对于我是非常重要的。

这次实习告诉我，在社会这个大学堂里我还是一个小学生，还有很长的路要走。要抱着谦虚谨慎的态度，无论大小认真踏实的完成每一件事，走好每一步。

通过实习，我有信心，未来的路我能更好地走下去！

时光匆匆，为期3个多月的实习已经圆满的落下帷幕。回顾其中的点点滴滴，有成功后的欣喜和激动，也有挫败后的失落和无奈。在师傅们的谆谆教导下，我在收获业务技能的同时，内心也经历着微妙的成长。

面对新的环境，新的顾客，内心有点紧张。在看似忙碌而又紧张有绪的工作中，我开始记住了“客户”这个词，因为我深知客户是我们的服务对象，我开始体味“微笑服务”诠释的真谛。

这一次实习主要是行政。同时，学习联行往来业务。前几周主要是以看为主。开始安排我在财务部学习。我从整理发票开始。虽然看似一句话就能讲清的流程，但实际操作起来却并不是行云流水般流畅的，这其中所抱露的细节问题也决不是可以草草了之的。我从编码开始，慢慢熟悉整个操作过程。但渐渐的随着熟练程度的增加，错误减少了，从中也得出了自己的心得。正如我们主管说的：“财务部工作需要的不是超凡的智力，而是一份细心和耐心。”确实如此，财务工作是一项看似简单但精密度很高的工作，它需要的是更多的耐心和

细心。所以我一直都在培养自己这方面的能力。刚开始时，几乎每一天每做一件事都要犯错，但是渐渐的在各位同事的帮助和指导下，我已经慢慢从常犯错，减轻到少犯错，犯小错，并争取不犯错。我把每次犯错都做为对自己的一次警示，更是做为自己迈向成功的一道道关卡，人生不拒绝犯错，重要的是看待错误的正确态度和之后的自省。

由于老板和同事的信任，不到一个月，我就有了自己固定的办公桌，虽然对公业务不是很多，但是在一些简单的业务中我渐渐培养自己专注和细心的能力。因为我觉得业务可以学，但性格是需要慢慢培养和塑造的。它需要一个过程，更需要一份恒心。

3个多月的时间转瞬即逝，但是它留给我的决不仅仅是业务技能的提高，更多是一种精神的同化和感召。实习的结束同时又是一个新的开始，在新的起点上，我将重新审视自己，不断的给自己充电，在提高业务能力的同时，加强技能训练，使自身在原有水平上再创新高。

## 高血压科室自我鉴定篇三

第一次到工地实习，刚来的时候心理很没底，不知道怎样与别人相处。一上午过后发现与师傅相处并不难。当你遇到不明白的地方时，你就要多问，在问的同时，就增添了你和师傅交流的机会，这样，不仅问题解决，也很快融入了集体。在这里，要勤学好问，多与人交流，要以诚待人。

这次的暑期实习带给我不仅仅是一种社会经验，更是我人生的一笔财富。更可喜的是我在实习期间还结识了一些好朋友，他们给予我不少的帮助。俗语说：纸上得来终觉浅。没有把理论用于实践是学得不深刻的。当今大学教育是以理论为主，能有机会走进工地实习，对我来说是受益非浅的。我就还有一年就毕业走向社会了，相信这次实习对我日后参加工作有帮助。

通过这次实习，在设计方面我感觉自己有了一定的收获。实习主要是为了我们今后在工作及业务上能力的提高起到了促进的作用，增强了我们今后的竞争力，为我们能在以后立足增添了一块基石。实习单位的施工员也给了我很多机会参与他们的设计是我懂得了很多以前难以解决的问题，将来从事本专业工作所要面对的问题。这次实习丰富了我在这方面的知识，使我向更深的层次迈进，对我在今后的社会当中立足有一定的促进作用，但我也认识到，要想做好这方面的工作单靠这这几天的实习是不行的，还需要我在平时的学习和工作中一点一点的积累，不断丰富自己的经验才行。我面前的路还是很漫长的，需要不断的努力和奋斗才能真正地走好。我坚信通过这一段时间的实习，所获得的实践经验对我终身受益，在我毕业后的实际工作中将不断的得到验证，我会不断的理解和体会实习中所学到的知识，在未来的工作中我将把我所学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作来，充分展示自我的个人价值和人生价值。为实现自我的理想和光明的前程努力。

在工地上还学到了大的数值，就有导致裂缝的危险，但如果在拆除模板后及时在表面覆盖一轻型保温材料，如泡沫海棉等，对于防止混凝土表面产生过大的拉应力，具有显著的效果。加筋对大体积混凝土的温度应力影响很小，因为大体积混凝土的含筋率极低。只是对一般钢筋混凝土有影响。在温度不太高及应力低于屈服极限的条件下，钢的各项性能是稳定的，而与应力状态、时间及温度无关。钢的线胀系数与混凝土线胀系数相差很小，在温度变化时两者间只发生很小的内应力。由于钢的弹性模量为混凝土弹性模量的7~15倍，当内混凝土应力达到抗拉强度而开裂时，钢筋的应力将不超过100~200kg/cm<sup>2</sup>..因此，在混凝土中想要利用钢筋来防止细小裂缝的出现很困难。但加筋后结构内的裂缝一般就变得数目多、间距小、宽度与深度较小了。而且如果钢筋的直径细而间距密时，对提高混凝土抗裂性的效果较好。混凝土和钢筋混凝土结构的表面常常会发生细而浅的裂缝，其中大多数属于干缩裂缝。虽然这种裂缝一般都较浅，但它对结构的

强度和耐久性仍有一定的影响。为保证混凝土工程质量，防止开裂，提高混凝土的耐久性，正确使用外加剂也是减少开裂的措施之一。例如使用减水防裂剂，笔者在实践中出其重要作用为：

（1）混凝土中存在大量毛细孔道，水蒸发后毛细管中产生毛细管张力，使混凝土干缩变形。增大毛细孔径可降低毛细管表面张力，但会使混凝土强度降低。这个表面张力理论早在六十年代就已被国际上所确认。

（2）水灰比是影响混凝土收缩的重要因素，使用减水防裂剂可使混凝土用水量减少25%。

（3）水泥用量也是混凝土收缩率的重要因素，掺加减水防裂剂的混凝土在保持混凝土强度的条件下可减少15%的水泥用量，其体积用增加骨料用量来补充。

（4）减水防裂剂可以改善水泥浆的稠度，减少混凝土泌水，减少沉缩变形。

（5）提高水泥浆与骨料的粘结力，提高的混凝土抗裂性能。

（6）混凝土在收缩时受到约束产生拉应力，当拉应力大于混凝土抗拉强度时裂缝就会产生。减水防裂剂可有效的提高的混凝土抗拉强度，大幅提高混凝土的抗裂性能。

（7）掺加外加剂可使混凝土密实性好，可有效地提高混凝土的抗碳化性，减少碳化收缩。

（8）掺减水防裂剂后混凝土缓凝时间适当，在有效防止水泥迅速水化放热基础上，避免因水泥长期不凝而带来的塑性收缩增加。

（9）掺外加剂混凝土和易性好，表面易摸平，形成微膜，减

少水分蒸发，减少干燥收缩。许多外加剂都有缓凝、增加和易性、改善塑性的功能，我们在工程实践中应多进行这方面的实验对比和研究，比单纯的靠改善外部条件，可能会更加简捷、经济。

混凝土的早期养护实践，混凝土常见的裂缝，大多数是不同深度的表面裂缝，其主要原因是温度梯度造成寒冷地区的温度骤降也容易形成裂缝。因此说混凝土的保温对防止表面早期裂缝尤其重要。从温度应力观点出发，保温应达到下述要求：

- 1) 防止混凝土内外温度差及混凝土表面梯度，防止表面裂缝。
- 2) 防止混凝土超冷，应该尽量设法使混凝土的施工期最低温度不低于混凝土使用期的稳定温度。
- 3) 防止老混凝土过冷，以减少新老混凝土间的约束。混凝土的早期养护，主要目的在于保持适宜的温湿条件，以达到两个方面的效果，一方面使混凝土免受不利温、湿度变形的侵袭，防止有害的冷缩和干缩。一方面使水泥水化作用顺利进行，以期达到设计的强度和抗裂能力。适宜的温湿度条件是相互关联的。混凝土上的保温措施常常也有保湿的效果。从理论上分析，新浇混凝土中所含水分完全可以满足水泥水化的要求而有余。但由于蒸发等原因常引起水分损失，从而推迟或妨碍水泥的水化，表面混凝土最容易而且直接受到这种不利影响。因此混凝土浇筑后的最初几天是养护的关键时期，在施工中应切实重视起来。

所以在施工时我们要谨慎的处理这些事件，根据不同情况不同处理。

这些问题都是在施工事要注意的，在施工时采用何种水泥，用量都是要注意的，还有混凝土的早期保养。



还有模板设计：

（一）施工准备1）放线：首先引测建筑的边柱，墙轴线，平以该轴线为起点，引出各条轴线。模板放线时，根据施工图用墨线弹出模板的中心线和边线，墙模板要弹出模板的边线 and 外侧控制线，以便于模板安装和校正。

2）用水准仪把建筑水平标高根据实际标高的要求，直接引测到模板安装位置。

3）模板垫底部位应预先找平，杂物清理干净，以保证模板位置正确，防止模板底部漏浆或混泥土成形后烂根。

4）工长事先确定模板的组装设计方案，向施工班组进行技术，质量，安全交底。

5）模板应图刷脱模剂。还有好多注意事项，我在这就不列举了。

我坚信通过这一段时间的实习，所获得的实践经验对我终身受益，在我毕业后的实际工作中将不断的得到验证，我会不断的理解和体会实习中所学到的知识，在未来的工作中我将把我所学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作来，充分展示自我的个人价值和人生价值。为实现自我的理想和光明的前程努力。

## 高血压科室自我鉴定篇四

按照学校与学院的有关要求和指示，文学院新闻采编与制作的我按照自己的选择和决定来到xxxx镇中学进行为期6周的教育实习活动。实习期间，在学校各位领导和有关老师以及学校其他相关人员的帮助、指导下，我顺利地完成了教育实习任务。下面，就此期间自己在教学实习等方面的工作做一个简单的自我鉴定：

这是首要的任务，目的是熟悉实习学校、班级的基本情况，接受指导老师的点拨，并随班听课，作好听课笔记，积累教学经验，为日后几周打下良好的基础另外，在原任课老师的帮助下，熟悉教材、大纲，写出详细而完整的教案，经审阅、批核并达到要求后，正式授课。

这是重中之重的任务，经学校教导主任安排我负责七（3）班的语文教学，内容为人教版《语文》的第1、2单元。总体看来，我能做到认真备课，努力搜集教学素材，所设计的教案规范内容准确。板书工整，教态自然，课堂教学效果好；教学基本符合新课标要求；教学语言表达清楚，普通话顺畅；课外辅导耐心细致，负责到底，答疑解惑比较正确而有启发性，批改作业仔细正确，注重评点与鼓励相结合。并且时常与一些老师进行交流听取他们的看法和建议汲取他们的资深经验，更好地提高自己的教学素养等。

在原班主任的指引下，我较快地熟悉全班学生姓名、个性、兴趣爱好深入了解班级特点，工作积极主动，认真负责，常到教室、宿舍与学生沟通，做思想辅导工作，解决他们学习、生活中的问题。处理日常事务尽量讲究效率，基本做到有计划进行各项班务工作。积极发动班委的策划、组织能力，在相关领导、班主任的批准下带领一群学生进行了一次春游活动爬斗方山；参与三八学校组织的女教师乒乓球羽毛球比赛，取得乒乓球第三名；参加学校全体教师会议，积极融入学教师队伍中，全方面的了解熟知教育相关工作事项。

最后做一次公开课的讲演，根据自己的笔记、工作记录以及其他相关资料，完成教育实习调查报告、实习工作总结、教案整理等总结性文章，为实习作一个详细而全面的总结。

简短的6周的实习生活，既紧张，又新奇，收获也很多，让我得到了一次全面而系统的锻炼，学到了许多书本上没有的知识和技能，有机会将理论与实践有机结合，受益匪浅。在看到优点之余，我还存在着一些不足，主要是上课声音不够洪

亮，时间上把握不很准，表达上还需加强。通过实习，使我在思想上有了很大的转变，此时我是学生的老师，且是老师的学生。而做事做人的态度上，都应该积极向上，认真对待。通过实习，使我对中学教学工作有了深层次的感性和理性的认识。

## 高血压科室自我鉴定篇五

支教对我来说不是一两天了，经历600多个日日夜夜，有说不完的故事和感动。孩子们的歌声比不上歌星的声音，但给我的感觉是真实动听的，能够排除我内心的苦闷与忧伤；孩子们的笑容灿烂无比，能让我体会到童年的快乐；孩子们的尊重，是我人生价值的升华，去用生命去谱写人生的新征程、用知识教育孩子、用心灵尊重童心的需求；孩子们的爱心是我教育的最大成就，学会感恩懂得尊重他人让我无比的欣喜……在近一段时间，我在思考：是否还能在这条路上走下去？对我是不知如何回答，过着清贫生活的我，又难以面对亲人，朋友……。可为了山区的孩子，把我最美丽的青春留在山区。

在雅龙乡尤齐小学，爱心蚂蚁让这里的孩子第一次穿上校服，突破山区学校的学生从来就没有校服的历史。当孩子们穿上自己的校服时，特别高兴，这种喜悦，写在孩子的脸上，我也是第一次这样的喜悦。我代的四年级数学，在上学期期末考试中及格率百分之六十一，优秀率百分之十二。这样的成绩不能说明什么？只能说我和孩子都努力了，取得了这样结果。在教学中我期待着日后大的进步。

在学期结束时，是孩子的感动，让我留在尤齐的念头。有一个学生给我写张纸条，内容是：“李老师请你下学期别走！我们一定要努力学习，您走了我们会伤心，学不进去。”当我看完这张纸条后说，“春节之后我会来的。”

春节之后，我又来到尤齐小学做支教工作。近期的支教工作已经全面展开，现已启动了第二届爱心蚂蚁杯征文活动和教弟子

规的准备工作。

在雅龙乡弄往小学开展十六天的冬令营活动. 由我负责此次的全面工作。活动的主题:我们一起交朋友。目的:促进农村孩子的全面发展, 增强未成年孩子的自我保护意识和普法教育知识, 加强才艺知识的培养。活动期间雅龙乡团委书记和村支部村委亲自来活动场地指导工作; 千名党团员大学生下乡活动与我们爱心蚂蚁国际志愿者团队做一次两个小时的交流活动。这次冬令营活动, 学校这样评价: 爱心蚂蚁志愿者团队在我校开展冬令营期间, 队友们遵守纪律, 团结互助, 工作认真, 生活俭朴热爱乡村教育, 热爱山区孩子, 平时注意激发儿童兴趣, 拓展儿童视野, 善于培养小孩子的实践能力和创新精神. 对学校开展工作具有很大的推动和促进作用, 这次冬令营活动组织严密安全有序收获很大, 成绩优秀。

通过活动, 我也得到成长。只有了解孩子的需求, 才能传授孩子的需求, 这样就能发挥志愿者价值的最大化, 体会到生命的意义与价值。

教育的理念是让人民满意, 孩子满意, 多年来这个理念孩子满意吗? 让孩子满意的教育就是让孩子能够适应生活。生活是一所大学, 生活是知识; 能把生活教育落到实处, 孩子们就能很喜欢老师讲课, 这种喜欢是孩子们在快乐中学习知识并能应用到生活中。