

2023年师范生实习 实习自我鉴定(精选5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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

师范生实习篇一

我第一次踏进xx电视台的时候，什么都不懂什么都不会，总是小心翼翼的，但是两个月后的今天，我在这里收获了一段快乐的时光。我不仅从同事们身上学到很多东西，和他们成为朋友，更重要的是，我在实习过程中拿到了开启通往社会之路大门的钥匙。

第一把钥匙：真诚你可以伪装你的面孔你的心，但绝不可以忽略真诚的力量。

第一天去电视台实习，我怀着惴惴不安的心情，之前听过很多关于实习生的传闻，说他们在单位要么被当成透明人，要么就净干些杂活，于是有点担心自己会和它们一样。踏进办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。我总觉得，经常有一些细微的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和同事们打成一片，我担心变成“透明人”的事情根本没有发生。我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，也愿意把工作分配给我。其实，不仅待人要“真诚”，对事也要“真诚”。节目组的摄像师在制作《生存大挑战》主题曲的mtv时，有几个镜头总觉得不满意，但又想不出好的修改方法。

我于是把自己的意见诚心诚意的提出来。没想到，他竟欣然的接受了。在他面前，我只是一个毫无经验的小字辈，但我觉得对待工作我们不应该论资谈辈，有意见或建议，只要对工作有利，都应该诚恳的说出来，大家一起探讨。其实，只要你是真诚的，谁会在乎你资历小，又有谁会小看你呢？从那以后，每次编辑剪片，都会找我去看片子提意见，她曾告诉我，我提的意见和建议很中肯，非常有用，把我心里美的啊，因为我看到了自己的价值。真诚，让我走出了显示自身价值的第一步。

第二把钥匙：沟通你知道他，但你记住他的名字吗？

你认识他，但你了解他吗？“你能将人和名字对上号吗？”导演从我手中接过《生存大挑战》集训入围选手的名单，劈头一问。我被问了个哑口无言。天啊，3多名来报到的选手，怎么可能一一记住他们的名字？而且导演让我负责的是选手的签到，又没我熟悉选手，我心里嘟脓着。导演没再说什么，只见他把名单和选手熟练的对上号，还和他们天南地北的侃。后来我了解到，其实导演和各位选手之前也只见过一次面而已。之后，我们带选手上阳春集训。每晚我们都要开工作会议，对各个选手进行评价，讨论谁更适合进入决赛。有时，对某个选手的看法，我和导演会有很大不同，但我总坚持自己是对的。回广州后，导演写了一份对选手的性格囊括和总体评价，我总觉得其中一两人的性格并非他们说的那样。再后来，首发阵容踏上丝绸之路的征程，在比赛中，各人真面目显露，我这才发现，导演看人真是看准了，每个人的表现正如他评价中所说的那样。我不得不佩服他。我和他与选手的接触时间是一样多的，为什么他比我更了解选手呢？答案很简单，他对选手进行了大量的采访，平常一有机会就与选手聊天。我终于明白了：沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个人，首先要记住对方的名字。了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。

第三把钥匙：激情与耐心激情与耐心，就像火与冰，看似两

种完全不同的东西，却能碰撞出最美丽的火花。

节目组一位读新闻出身的导演说，假设你从事报业投入的是1%的精力，那么，若你从事电视业，就必须投入15%的精力。我见证了这种15%的精力投入。电视节目制作不是一件轻松的工作。就拿制作一集2分钟的片子为例，首先要看前方拍摄的2盒带子合计6分钟；然后把镜头采集进电脑；继而进行剪片的重大工作，这是创意的活，费脑力，镜头需要不停的修改；继而还要编辑音乐、配音、上字幕，做完这一集至少需要几天的时间，为了完成进度，节目组的同事们有时每天就睡3小时，工作起来不知外面是白天还是黑夜，也忘了到底是星期几。如果没有激情，他们不可能心甘情愿的付出如此巨大的精力，而且这种日夜颠倒的日子要持续几个月；如果没有耐心，他们不可能在电脑前一坐就是一天，就为了让几个镜头更精彩，也不可能每一集都精心修改，一遍又一遍。我佩服他们。我私下问过几个电视人，他们坦言工作很辛苦很累，但感觉很快乐，心里很满足。其实，不管在哪个行业，激情和耐心都是不可或缺的。激情让我们对工作充满热情，愿意为共同的目标奋斗；耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精。激情与耐心互补促进，才能碰撞出最美丽的火花，工作才一能做到最好。

以上是我本次到电视台的自我鉴定，希望我今后的道路可以越走越顺。

师范生实习篇二

对于尚未毕业的我，很荣幸，也很感激××公司能给我一次汽修实习的机会，针对这三个月的实习，我将对自己的工作做一份自我鉴定。

实习期工作我主要涉及到了汽车维修服务站的. 整车销售、维修以及信息反馈等。先是从事汽车漆面保养工作入手，刚开始的时候由于对抛光机的使用不熟练，工作中出现好多问题，

好在有领导和同事的热心帮助，我慢慢的懂得了其中的使用技巧。其实汽车维修是一项比较简单的工作，技术含量并不高，最主要的就两个字“细心”。在这一个月的时间里，我对汽车维修服务站的整车销售、维修以及信息反馈等有了一定的了解和深刻体会。

对于汽车美容我总结了几个要点：

1、求稳避灾：一旦研磨或抛光过度，会造成原有漆面的破坏、很难补救。因此，当出现难题时，应该规划好后再继续操作。

2、耐心细致：汽车美容类似工艺品的加工制作，要求精益求精。

3、先试后用：在隐蔽处小范围内先进行试验，以便掌握情况正确使用产品和优化操作方法。

4、取轻避重：需要根据部位及材料选用产品，并作好试验。尽量由低速档位、小力量开始试验操作，直至速度、用力大小满足要求为止。

通过三个月实习，理论联系实际，我把所学的理论知识巩固和充实，培养分析、解决实际问题的能力，为后继毕业设计打下坚实的基础。

师范生实习篇三

按照学校的安排，我荣幸的到**学校为期一个半月的教育实习，在这段难忘的实习过程中，不管在知识掌握，实践体验方面我都得到很大的收获，教师实习期自我鉴定。 以下就是我实习的自我鉴定。

一方面，我深感知识学问浩如烟海，使得我不得不昼夜苦读；另一方面我也深深地体会到，要想成为一名优秀的教师，不

仅要学识渊博，其它各方面如语言、表达方式、心理状态以及动作神态等也都是要有讲究的。每上完一节课后我最大的感受就是：当好一名老师真不容易啊！

教学生知识如果我们仅仅只懂得书本上的知识的话，那是远远不够的。俗话说的好“要给学生一碗水，自己就要有一桶水”。上好一堂课不仅要求我们能够旁征博引，而且平时学生也会提一些书上没有涉及到的知识，这时候你不仅要自己对这些知识点有所了解，而且更为重要的是你要能够以学生容易理解的平实的语言将它表达出来。

我深感不能以自己的思维来揣度学生的思维，自己认为很简单的问题，对于刚刚涉及这一知识的学生来说很可能就会是一个无法理解的地方，这时候，我们以何种方式将此知识点向他们表达清楚就显得尤为重要了。于是，在以后的备课过程中，我就不在象以前一样只要自己弄清楚了就了事，而是更加侧重于如何将知识的来龙去脉向学生表达清楚。我的这一举措果然收到了良好的效果，学生听完课后普遍都说我讲得较清楚。

“冰封三尺非一日之寒”这段经历使我认识到要成为一名优秀教师不但要有丰富的书本知识，还要有丰富的教学知识，所以在以后的学习中我一定会更加努力，注意观察，不断培养自己的各方面能力。

师范生实习篇四

时间过得很快，我的一年实习期即将结束了。很感谢公司给我这个机会，让我从一个懵懂的毕业生成为一个敢于担当的中建员工。

在这见习期的一年中，我深深的体会到了实践与理论知识的巨大差异，也明白了团队的力量与魅力。在这一年的工作当中我不仅知道了如何当好一名施工管理人员，同时也明白了

一句话：“业精于勤荒于嬉，行成于思毁于随。”下面我对见习期间进行一下总结。

进入公司后我被分到了新华世纪广场项目，在这里我担任见习工长。这是一个十二万平米的大项目，地处繁华的市区中心，施工现场狭小，周边建筑地下管线密集，而且有地下人防工程，需要深基坑作业。参加工作之初能假如到这样全面又具有一定难度的项目是值得我珍惜的，所以我下定决心要好好把握这次机会。在工作的同时不断学习不断完善自己，将自己的知识和能力完全投入到工作中，争取早日成为公司的业务精英、技术骨干，为公司的发展和壮大献出自己的一份力量。当然成长是需要过程的，也可能有许多曲折和困难，既然我选择了方向便只顾风雨兼程义无反顾。

作为见习工作我的主要任务是辅助生产经理，对现场的各项工程进行组织和控制，合理安排各工序的搭接和进度计划，对施工过程中的质量和安全进行监督和管理。同时我还担负着项目的劳务管理、农民工信息上报、信息化和《项目管理手册》的宣贯执行等工作。在完成各项工作的同时我也收获颇多。

在技术方面，刚到项目时自己对图纸还是一知半解。通过与实际的对照和老同事的指点，我现在已经能完全理解图纸，并能提前找出图纸中的错误，为现场施工的顺利进行提供帮助。随着工程的进展，目前我已经掌握了深基坑施工的要领以及各项工序的衔接。掌握了测量、土方、钢筋、模板、混凝土等各项工艺方法和质量验收标准，对现场的主要仪器也能熟练实用。

在经营管理方面，以合同为基础。掌握合同中的各项条款，明确我方的职责，同时也利用好合同进行变更、签证、索赔等二次经营，为项目获取更大利润。加强对成本、进度、质量的控制，使三者能够协调统一。为了做好这些，我们深入民工内部，了解工人的生产效率、技能水平以及劳动报酬，

这些都为整个工程的预算、工期安排、质量管理提供了依据。在其他各项管理中对外以合同为基础，对内以《项目管理手册》为参照，确保工程有序高效的进行。

在沟通协调方面，虽然自己处理的都是一些小事，但还是有些感触和心得。现场施工中牵扯的层面较多，而且各方的立场也不一致，甚至产生冲突，所以要想协调好他们必须先明确之间的利益关系。在与其沟通的时候尽量以对方的立场为出发点，顺着自己的思路，最终实现目的。在现场各项工作的协调中要推行共赢的理念，明确各方对立统一的关系，找到共同的目标，这样才能集中力量推动工程建设的高效进行。

在这一年中虽然收获很多，但也发现自身的许多不足。主要是有时心静还显浮躁，在个别方面还不够扎实。偶尔校园里的理想主义还在作祟，使得有些工作只追求理论的完美而脱离实际。当然还有别的许多不足，这些我都会牢记于心，在今后的工作中努力改正。争取化浮躁为创造，化理想主义为精益求精。

在这一年中，虽然我学到了很多，但是在个别方面还有很多不足。在今后的工作中，我会继续努力，将工作做得更好。

师范生实习篇五

到单位进行实习,从中收获良多,我的对实习的理解是,个人到企事业单位的办公室学习处理日常的行政事务,熟悉整个企事业单位工作的`过程,通过实践学习,使所学理论知识得到验证,培养灵活运用书本知识的能力,并且学到许多书本上学不到的东西,增长和扩充知识面,增加对社会的接触,为在毕业后能快速地融入社会打下基础。

工作上我积极主动,态度端正。实习期间,我主动要求到各部门了解学习,努力从多方面开拓自己的眼界。我先后去了财务管理科、招标办公室、计划财务部、人力资源部、办公

室、法律事务部、设备管理科、法制办公室等主要业务部门。通过学习书面材料和与各部室人员的交流，我现在已经全面地了解了本单位科室的主要职能和重点工作，还协助完成了一些她力所能及的行政事务工作。这种积极主动的工作态度获得了各科室人员的一致好评。

实践学习上谦虚谨慎，勤奋好学。实习中我注重理论和实践相结合，将大学所学的课堂知识能有效地运用于实际工作中，认真听取同事的指导，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。

实习这两个月期间，我拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更多的是希望自己在工作中积累各方面的经验，为将来自己走上工作岗位做好准备。

我认为，在这个充满激烈竞争的社会，需要学习的东西不光停留在书本，生活在现实中就应将自己摆在适当的位置，正确公平的估计自己，把今天当成一个新的起点，从头开始，过去的就让他过去。

我总喜欢挑战一些新鲜事物，因为只有选择有价值有意义的事，勇敢的去尝试，才能不断发现自己的不足，只有不断学习，才能努力赶上。优胜略汰是社会进步的法则，超越压力，战胜自我是我人生的奋斗目标，工作面前，我积极肯干，认真负责，喜欢在乐观中进取，用微笑面对人生。我最喜欢的一句格言：“从成功里得到自信和快乐，从自信里得到快乐和成功，从快乐里得到成功和自信。”

虽然自己资质平平，卑微鄙俗，成长的历程艰难险阻，但我相信，带着微笑，不懈的努力，定能战胜一切！