# 202\_年实习生自我鉴定

来源：网络 作者：流年似水 更新时间：2024-01-08

*202\_年实习生自我鉴定（精选16篇）202\_年实习生自我鉴定 篇1 XX年9月和10月，我在广州西汉南越王博物馆实习。在实习期间，我获益良多。除了拓宽了自己的事业还锻炼工作能力，并提前体验企业单位的工作模式。虽然累，却快乐着。 一，丰富知...*

202\_年实习生自我鉴定（精选16篇）

202\_年实习生自我鉴定 篇1

XX年9月和10月，我在广州西汉南越王博物馆实习。在实习期间，我获益良多。除了拓宽了自己的事业还锻炼工作能力，并提前体验企业单位的工作模式。虽然累，却快乐着。

一，丰富知识，学习予于实践

实习期间我像海绵般汲取博物馆里丰富的历史资料信息。尤其当我原有的知识于新知识链接起来，感觉就像脑袋瓜一下子通畅了。 那种感觉特别畅快回味。同时越了解自己家乡的历史，越体味中国历史的精粹，就越发热爱自己的家乡，自己的祖国。

在南博馆， 我有机会把学校的知识运用到实践当中。我们小组发挥英语专业所唱，整理英文讲解稿，带外国游客参观博物馆并提供讲解。在十月中后旬，我们实习小组为博物馆十一月的临展 大唐余辉 长沙窑陶瓷展的说明词翻译成英文版。课文上和课堂上老师所说的理论终于得到实践印证了。翻译的时候，我为求 信达雅 回味翻译一个中文词查搜几本字典， 然后到网上搜索从字典找出的那几个引文候选单词的常用情况，才断定该用哪个词。

二，认真工作，锻炼能力

我每天9点30分上班，下午5点30分下班，做到不迟到早退，不旷班，不请假。我的工作岗位主要有三个，咨询台、办公室、接待室。通常今天在咨询台工作，明天就去办公室，后天就轮到接待室。这种轮换岗位的工作方式可以让我接触不同的工作。咨询台是博物馆与客人交流的第一线。在办公室里，我认真有效的完成领导交给的任务。我的翻译工作主要是在这里完成的。接待室的工作最灵活，在没有重要接待任务的时候，我可以自由活动，通常我会导游旅客和他们进行跨文化的交流。

三，走出校门，融入社会

社会是个大课堂， 这里更多的是学习待人接物和工作规矩。

我觉得我很幸运。南博馆这里的工作人员都非常友善。他们已经成为我的良师益友。在实习期间，我常常和她们倾谈，她们教授我许多做人做事的原则，包括工作上和生活上。对此我万分感激。

南博馆实习时一个很有价值的课程，得到自我提升的同时让我更珍惜剩余的校园时光，知道自己的不足，查缺补漏，为日后就业作准备。

202\_年实习生自我鉴定 篇2

在期间听不同老师各种各类的课程,在听课过程中能认真的做笔记,总结每一节课,从中学习不同的老师的教学方法.积极地与班主任,同学们谈话,了解老师的工作与同学们的学习情况.

在见习的期间,让我的思想逐渐成熟,在今后的日子里,我将继续努力学习,不断改善自己的不足,吸收更多的专业知识,提高自己的认识水平和应变能力.

在口语表达方面多下功夫.通过这次的见习,让我知道了作为一名小学教师应具有良好的道德修养,良好的精神面貌,谈吐大方,对学生应耐心,友善,学生提出的问题要委婉地回答,建立良好的师生关系。

在整个见习过程中,我乐于参于,重在体会,吸收了诸多老师的精华,同时也发现了自身很多的不足地方.在以后的工作和生活中,我会认真地把握发以后的这段时间,多学习,勤思考,善于发现.

从今年9月初开始我进行教育实习工作,在实习中,在指导老师的认真指导下,我积极且负责任的完成我的授课内容。

这次实习令我感受颇多，首先，在我的教学活动过程中，遇到了很多在大学课堂里所没有经历过，没有学过的东西，以前总认为自己的有很强的亲和力，做每件事都很自信，自我鉴定总结《教学实习总结自我鉴定》。但在一次讲课中，我用讲授法并结合实际的事例给学生上新课，刚开始学生还听得津津有味的，可到后面有部分学生已经听得有气无力了。学生何以如此呢?仔细分析了原因，在我看来，主要是由于学生没有学习兴趣，以及教师的教学方法太过于单一。课堂应该充分的体现教师的主导作用与学生的主体作用相结合，在自己认真总结过后，不断的改进了自己的缺陷和不足，而认识到本班学生对讨论活动比较感兴趣，在之后的上课之中,就改进了教学方法,同时指导学生对教师教学的相关具体案例进行讨论分析，这样就活跃了课堂气氛，使得我的教学与学生的学习达到了预想的效果。

其次，课前准备工作要充分，作为一名教师，我在考虑问题时，做到了细心全面，并且要切合实际的内容，同时在教学过程中我觉得自己的的眼神、表情、语速等等都很恰当。

最后，认真总结老师及学生给我的反馈意见和建议，不断的扩宽自己的知识面，不断的提到自己的教学水平，不断的充实和完善自己。

在这次实习期间，考虑到我所实习的班级是毕业班，学生的思想波动很大，虽然我不是班主任，但作为任课教师，我同样有责任做好他们的思想工作。而由于学校管理的要求，每天晚上都要上自习，且他们都是师范专业的学生，同时在前几年的学习中，很少有机会上讲台去锻炼自己，鉴于此，我就利用晚自习的时间安排学生进行试讲，并作相应的指导点评。很多学生在经历了这次试讲过后，不管是在课堂的回答问题还是在课堂上的讨论活动，以及他们站在讲台上的发言，都变得更加的自然而自信。可以说在这短短的实习期间，我本着对学生负责的态度尽全力做好每一件事情。

202\_年实习生自我鉴定 篇3

经过了这一年的实习，在从中明白到，对学生而言，实习可以使每一个学生有更多的机会尝试不同的工作，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。在工作过程中，我能做到以下几点：

第一、积极进取的工作态度

在工作中，我不只为公司创造了效益，同时也提高了自己，像我这样没有工作经验的新人，更需要通过多做事情来积累经验。特别是现在实习工作并不象正式员工那样有明确的工作范围，如果工作态度不够积极就可能没有事情做，所以平时我主动争取多做事，这样才能多积累多提高。

第二、团队精神

工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。一位资深人力资源专家曾对团队精神的能力要求有这样的观点：要有与别人沟通、交流的能力以及与人合作的能力。合理的分工可以使大家在工作中各尽所长，团结合作，配合默契，共赴成功。个人要想成功及获得好的业绩，我牢记一个规则：我永远不能将个人利益凌驾于团队利益之上，在团队工作中，会出现在自己的协助下同时也从中受益的情况，反过来看，自己本身受益其中，这是保证自己成功的最重要的因素之一。

第三、在学术上钻研

这是由工作性质决定的，也是我自己选择的，因为在我看来，只有被市场认可的技术才有价值，同时我也认为自己更适合做与人沟通的工作。但我毕竟是研究生，需要作一些技术的研究工作，这就需要我个人多关注科研的最新进展，同时，这也对我的工作有促进作用。我的导师在百忙之中都会抽出时间作研究工作并指导我的学习。而我也很认真的听取知道，加倍的努力。

我们只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

202\_年实习生自我鉴定 篇4

实习，一个并不陌生的词语，在南通已经有过了一定的实习经验，所以不由得有种感觉，这次实习和以往一样。其实斐然，首先，时间比以往长了，此次的实习时间从上次的一个月延伸为三个多月;其次，这次实习是回到了家乡，接受家乡领导的检验;再者，以前实习只需实习专业对应的科目即可，而这次不仅仅要实习对应的科目，还要实习班主任。正因为有了这么多的变化，所以这次的实习对于我来说有许多要适应和努力的地方。三月份的实习也接近尾声了，我想我首先努力适应的应该就是美术课教学。

记得第一个星期，接到教导处的通知，要上美术课。那时我的心情十分忐忑，因为教学美术是我最薄弱的环节，所以就去请教美术老师应该怎么上。美术老师从教学内容和教法几个方面给了我几点指导，听了美术老师的指导后，随即就乘热打铁开始备课。课备好后，就请美术老师帮忙修改。随即，我便开始熟悉教案，并思考应该怎样上这节课?应该用什么样的语言去对待一年级的学生?应该怎样评价学生们的画?

第二天，带着有点担心的心情，我走进了103班的教室。一声“上课”，就开始了我的教学。前二十分钟，我带领学生们一起欣赏着书本上的图片，也让他们想象着平时校园里都有哪些热闹的场景。后二十分钟，让学生自己设计绘出一幅热闹的校园。

一节课下来，学生们那些充满创意的画儿，让我有了一些满足感。我觉得美术课只要认真准备，就可以达到预期的效果。只是事后想想，我的那节课还存在着几点不足：①美术课上对学生的色彩的要求还没有很好的讲授，没有让他们知道美术的画儿色彩要饱满，导致有些学生的画儿色彩比较单调;②课堂上给学生们的示范比较少，更多的是让学生们自己想象。我想这一点应该是因为我的美术功底不太行，日后一定要多加练习。这两点，在接下来的美术教学中我会及时改正。

一个月的美术课下来，适应了不少，相信只要通过自己的努力，我也可以给学生不一样的美术课堂。让我的学生们爱上于老师的美术课堂。让自己朝着一专多能的方向发展。

202\_年实习生自我鉴定 篇5

来到这家公司实习已有半年了，这些日子以来，在公司各位领导和同事们的精心辅导和教育下，通过自身的不断努力，在工作中，不仅得到了磨练还培养了我的工作作风和团队意识，相信在今后的工作中，我会紧密配合公司销售规定，任劳任怨的工作，成为一名称职的房地产营销能手。

四年的校园生活让我学习到了丰富的市场营销知识，在实践的过程中叶增加了自己的学习能力和阅历丰富了我对房地产营销职业的兴趣。使我获益匪浅。我从坎坷曲折中一步步走过，脱离了幼稚、浮躁和不切实际，心理上更加成熟、坚定，专业功底更加扎实。

在实习的这段时间里，我不仅学到了很多在书本中学不到的营销知识，也让我个人更加的成熟和坚强;在工作中，我正确认识自身的工作和价值，正确处理苦与乐，得与失、个人利益和集体利益的关系，坚持甘于奉献、诚实敬业，保证各项工作的高效运转。

在实习工作中，当我在工作中遇到销售困难时，曾夜不能寐的思考解决方法，因为我始终相信方法总比困难多;只要肯学，就一定能找到解决问题的方法。

生命在于坚持，我可以接受失败，但我却拒绝放弃!就这样，两个月过去了，我坚持了下来;如今的我已经变的成熟老练了，在工作中积极向上，善于发现问题，并及时的解决，曾多次受到主管经理和副总的表扬;在具体的市场上，能很好的处理同客户的关系，同时维护好同终端的客情关系，从而让我感受到了营销给我带来的乐趣!一年的实习让我收获了不少，无论是理论知识，还是社会实践都让我受用终身，增长了不少知识，同时也让我明白了很多道理。

在学校学好本专业知识的同时，还应该多参加些社会实践，拓展自己知识面，提高自己的综合素质，不断学习，多思考，多练习，同时要做好与人相处和沟通，处理好人际关系。

202\_年实习生自我鉴定 篇6

社会实践活动是每一个大学生必须拥有的一段经历，它是我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本学不到的知识，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。我觉得实践还可以让我们更实际的了解和熟悉工作，只有在实际的工作中，我们才可以知道工作到底是怎么一回事，如何处理工作中的人际关系等等，这将有助于我能更全面的认识和了解职业。

在这几天的实习中我的思想还有很大的一个转变：在以前的头脑中，我认为的工作都是很美好的，我想企业和工厂应该都是挺漂亮、挺大起的。现在不都是在讲环保、讲生态化吗，将来的工作环境肯定是整洁美丽的，工作应该也是有趣轻松的。但实际的情况并不是这样的，一下车我就傻眼了，天哪!这个地方到处都是刺鼻的气味，到处是一片落尘，原来老型化工厂就是这样子的啊，经过工人师傅的初步介绍才知道，我国的早期建厂的化工厂由于技术含量相对比较低，属于劳动密集型产业，各项生态指标不可能达到现代化的工厂水平。这也是我国化工行业相对比较落后的一个现状，但是这也说明化工行业在我国还有很大的发展空间。也就是说我们这一代的化工专业的学生也有很大的发展空间。

经过几天的实习参观，在车间里必须首先了解生产工艺流程，我们先查看了每个仪器和设备，并了解他们的名称和用途，遇到不懂的地方工艺员就跟我们耐心讲解。我们不但学习到了许多书本中没有的知识，同时我们接触到了好多化工原理课本中的换热器，冷却塔等许多化工生产中的生产流程。在这短短的几天时间内，我收获了很多的东西，这些都是我在学校里和课本上找不到的，现在我们已经是大三了，还有一年多的时间就要踏入社会，这些实践性的东西对我们来说是至关重要的，它让我们脱离了书生的稚气，增加了对社会的感性认识、对知识的更深入的了解。

前半段时间，可能自己觉得工作很简单，就粗心大意，马虎了事，而且还有点心浮气躁，常常出现错误，但由于和他们未熟悉，所以不敢和他们说太多的话，而且对工作未曾了解，开始觉得不太适应。后来我慢慢发现，只要真诚待人，虚心请教同事，他们也很乐意和我交往，还教会我一些实际的东西，由此我深感真诚的重要性。这是我明白了做任何事。哪怕是一件小小的事，也是需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸。在这里不但要学会如何做事，而且要学会如何做人。正确处理同事之间的关系是非常重要的，它会关系到你能否开展工作，孤芳自赏并不能说明你有个性，过于清高是很难融入大集体的。社会实践活动带给我的是欣喜，喜悦、在实践活动中我感觉到自己的微薄，体会到合作的力量。一方面，我锻炼了我自己的能力，在实践中成长，在实践中学习，充实了自我，增强了口头表述能力，与人交流，真正的走出课堂，如何服务大家，享受自己的成果，使自己陶醉在喜悦中，有时忙的时候也会觉得很累，但更多的是感觉自己在成长，我在有意义的成长。另一方面，我也意识到了自己的不足，在与人交流的时候有比较大的欠缺，但通过这次在化工厂的实践，我发现自己在慢慢的进步。

202\_年实习生自我鉴定 篇7

本人工作认真负责，上进心强，有较强的团队沟通意识和职业操守，做事有始有终，坚韧执着。不管有多困难都要去克服，这是一种人生厉练，工作给我一个施展的舞台。工作中，我一直严格要求自己，认真及时地完成领导布置的每一项任务，并虚心向同事学习，不断改正工作中的不足;对于公司的制度和规定都是认真学习并严格贯彻执行;另外，本人具有很强的团队合作精神，能很好的协调及沟通，配合各部门负责人落实及完成公司各项工作，并热心帮助其他同事，与人相处和谐融洽。

在工作中，也发现了个人的不足之处，就是喜欢一心两用甚至多用，喜欢一口气做许多事情，但是贪多嚼不烂，即使最后都能干完，也已经搞得自己很疲劳。如今想想，这样其实并不好，如果我一段时期内专注于一项工作，不求博但求精，相信一入党定能更好更精的完成。自从我发现自己有这个缺点和问题后，我常常警戒自己，以后无论做事还是做人也不能一心两用。

在过去的十周中，通过不断的学习和自我提高，已经适应了自己的本职工作，但是对于一个初入公司的新人，要全面融入企业的方方面面，可能在一些问题的考虑上还不够全面，但是我相信，通过公司领导及同事的悉心指导和帮助，我一定能在今后的

的工作中更好的提高自己的业务水平和综合素质。也许接下来是我的人生另一个旅程，但我会更加努力完善自己，提高自己，在热爱的事业中奉献自己的光和热，做一名最出色的文员。

202\_年实习生自我鉴定 篇8

自从我进入进入实习单位实习已经过去了三个月，在这三个月的工作和学习中，我有很多的感受和收获，深深体会到了社会实践经验与课本理论知识的巨大差异，所谓从实践中来，到实践中去。当我开始实际的工作的时候，我更加明白了自己的斤两，知道自己只有付出更多的汗水与辛劳，才能做好本职工作，不辜负实习单位领导的期望。感谢，单位领导们给我足够的宽容和耐心，加上同事们毫无保留的授业解惑，无论是思想上还是工作上我都得到了很大的锻炼和提高，取得了长足的发展和巨大的收获。

工作近三个月，接触了不少人和事，在为自己的成长欢欣鼓舞的同时，我也明白自己尚有许多缺点需要改正。我认识到做任何工作都要有足够的耐心与细致，首先需要改正的就是尚显浮躁的心态，有时候做事只求速度而忽略了质量;有时在做一件事的时候忽略了其他事情与此事的关系，造成前后矛盾，更需要时刻警醒自己。如果不是同事们及时为我指正，恐怕到现在我也不自知而无法提高自己，因此我经常是带着一种感恩的心态在工作;其次就是专业知识不够熟练。就这些情况，我将来更需要多多学习的，希望以后能够少犯错误，做出成绩。

来\_\_见习期间，心境有时还显浮躁，做事偶尔还有粗心;这两点是在日后须牢记心中，并不断努力改进的地方。相信，通过踏踏实实做事，谦虚低调做人，并在领导和同事的帮助下，自己会在中粮得到很好的成长，也会为大中粮的发展贡献自己的力量!

202\_年实习生自我鉴定 篇9

学生们在暑假期间，很多时候都会进行实习生活的体验，短短的一至两个月的实习时间，往往给实习生很大的收获与心得，如何写实习生自我鉴定呢?以下整理了暑期劳动与社会保障局实习自我鉴定，可供参考。

这个学期经过一些专业课的学习，认识到理论的学习必须与实践结合起来，才能互相促进。因此，我决定利用暑期的时间进行社会实践。我实习的部门是东湖开发区劳动与社会保障局，时间是四周。前两周我在劳动监察科实习。后两周我在养老和失业保险待遇核定科实习。

劳动监察科主要负责有关劳动关系的事务，对外业务主要有劳动合同鉴证、办理劳动就业证、劳动争议处理。除此之外，通过各种行政手段，贯彻执行上级有关要求，对开发区的企业进行劳动用工监督和管理，保障劳动者的合法权益不受侵害。

劳动合同鉴证主要是为了规范劳动合同，进一步规范劳动用工关系，保障劳动者和用人单位的合法利益而办理的一种认证手续。作为一种行政行为，劳动合同鉴证并不影响合同的效力。只要是符合劳动法的劳动用工合同，不管是否经过鉴证，都是受劳动法保护，有合法效力的合同。但是为了起到规范劳动合同的作用，建议还是将已签定的劳动合同送到劳动行政机关鉴证，避免以后因劳动合同条款的不明晰造成的劳动争议。所以，劳动合同鉴证从根本上来说是劳动行政部门对劳动合同的一种规范，以及从根本上杜绝劳动争议的一种尝试。

每个劳动者在初次就业的时候，就业单位都应依法为其办理就业证。劳动就业证不仅是劳动者就业的证明，而且是在办理失业保险等其他业务时必要的证件。所以在就业时办理劳动就业证是非常重要的。

劳动争议是劳动者与用人单位在劳动过程中产生的权利与义务的争议，而劳动争议处理就是处理这些劳动争议。劳动争议处理的程序包括协商、调解、仲裁、诉讼。而我们主要负责劳动争议处理程序中的仲裁这个步骤。劳动仲裁主要包括受理申诉、庭审准备、庭审和宣判这几个程序。当劳动者感觉自己的合法权益受到用人单位侵害的时候，可以向企业所在地的仲裁委员会提起劳动申诉。仲裁委员会可以决定是否受理。如果受理，就进入庭审准备阶段。在这个阶段，负责案件的仲裁员要准备相关材料，并通知申诉人和被诉人具体的庭审时间。庭审阶段是在仲裁庭中进行的。庭审一般包括以下阶段：书记员宣布庭内纪律、开庭、验证申诉人被诉人身份、庭审调查、双方笔录签字、庭审结束、宣布闭庭。在庭审结束后，仲裁员会制定裁决书，送达申诉人以及被诉人。

劳动监察是对辖区内的企业用工进行监督，保障劳动者的合法权益不受侵害。劳动监察一般包括登记立案、调查取证、处理、制作裁决书、送达、回馈、立案归档这几个步骤。一般来说，劳动监察部门只受理明显违反劳动法律法规的投诉，并且只能对辖区内的案件具有管辖权。劳动者进行登记应该填写立案审批表，报劳动监察机构负责人审查批准，批准之日为立案起始时间。调查取证要收集证据。证据一般包括书证、物证、视听资料、证人证言、当事人的陈述、鉴定结论、勘验笔录、现场笔录等。承办人员在完成调查取证后，应向劳动监察机构提出案件处理报批表，案件处理报批表应当写明被监察单位或个人，违法事实及处理意见等。处理完成后，应制作劳动监察处理决定书。劳动监察处理决定书包括以下内容：

1.当事人基本情况;

2.劳动行政部门认定的违法事实;

3.适用的法律,法规,规章;

4.处罚决定;

5.处罚决定的履行期限;

6.当事人依法享有的权利;

7.作出处罚决定的行政机关名称;

8.作出处罚决定的日期。

制作好劳动监察处理决定书后，应送达当事人，处理决定书自送达之日起生效。送达必须有送达回执，当事人应在送达回执上签名或者盖章，并注明签收日期，签收日期为送达日期。送达之后的步骤是回馈。当送达回执收到时，可以开始调查问题是否得到解决。待问题得到妥善解决之后，应当立案归档，将案件记录下来，制定卷宗。另外，劳动年检也是劳动监察的重要组成部分。劳动年检主要是在每年的特定时期对企业劳动用工规章制度的执行情况进行检查，及时纠正企业在劳动用工中的违法行为。

在劳动监察科实习了两个星期之后，我被安排到养老与失业保险待遇核定科。养老与失业保险待遇核定科主要负责审核养老保险和失业保险待遇，为符合发放条件的人员发放相应的养老金和失业金，并在每季度对失业金的发放对象是否符合失业金的发放条件进行审核，以及在每年对养老金的发放对象是否符合养老金的发放条件进行审核，还能办理退取养老保险的业务。

养老保险的发放程序一般包括以下几步：

1.提出申请。提出申请是应提供个人档案等相关资料。

2.确定申请的工龄以及养老保险的缴纳情况;

3.输入记录审核。将符合发放条件的申请者的资料输入电脑，在系统中进一步审核。

4.打印单证;

5.退休者领取养老金。

失业保险的发放程序一般包括以下几步：

1.单位在将解除合同人员的社会保险办理暂停之后七日内，将相关材料上报上级劳动行政部门。相关材料包括：单位申报失业人员备案审核表、劳动关系终止的证明、所申报人员的身份证复印件、求职登记表、失业人员申请失业保险金备案审核表、失业保险金申请登记表(一式三份)、失业登记通知。

2.具有管辖权的当地劳动行政部门审核材料。单位将材料上报以后，当地劳动行政部门应当审核材料是否属实，是否符合领取失业金的条件。如果属实，将有关材料进行备案。

3.失业人员领取失业金。失业人员应在单位申报的第二个月的1-17日到劳动行政部门申请领取失业金。失业人员领取失业金应携带以下证件：身份证、就业证、户口本、社区失业登记证明、劳动力市场求职证明。在经过初审、复审两个步骤后，进行登记，并打印凭条，交给失业人员，失业人员凭劳动行政部门开出的单据在当地商业银行开户领取失业金。当月21日以前开户的，当月可以领到失业金，当月22日以后开户的，次月领到失业金。缴纳失业保险满一年的，可以享受三个月的失业金，以后每多缴纳一年，失业金领取月数多两个月，但最多不超过二十四个月。失业金的领取标准是435/人。失业者在领取失业金期间如果生病，可以最多领到相当于失业金总额四倍的医疗费，如果在领取期间死亡的，可以得到相应的抚恤金。

养老保险和失业保险应定期进行审核。养老保险实行年度审核制度，失业保险实行季度审核制度。劳动行政部门每年对领取养老金的退休人员进行资格审核，确定其是否仍享有领取养老金的资格。而对于失业保险，每一、四、七、十月的一至十日，失业金领取人应携带就业证到所在社区办理审核业务。如果未办理审核业务，当月开始将停发失业保险金。对于被停发失业金的失业人员，可以到当地劳动行政部门办理恢复业务。在确认仍具有领取资格后，劳动行政部门为其办理恢复手续。

社会保险一般不能退回给劳动者，但以下人员可以申请退回养老保险中个人缴纳的部分：

1.外来务工人员决定离开当地，且不再返回到当地的;

2.在职死亡的;

3.出国定居的。

在单位办理停保后两个月，劳动者可以向当地劳动行政部门申请退保。申请退保必须携带的材料有：退保申请、户口原件及复印件、身份证复印件、个人收款银行账号、用户名、银行行号及行名。对于出国定居退保的，还需要国外永久居住权相关资料。对于在职死亡退保的，还需要死亡证原件及复印件、申报人户口及身份证复印件、以及申报人与退保人的社区关系证明。

四个星期的实习一眨眼就过了，经过这四个星期的实习，我不光发现了自己的优点和长处，还认识到了自己的缺点和不足，在以后的工作和专业学习中我会针对发现的问题有的放矢，多多锤炼自己，争取更大的进步和提高。

202\_年实习生自我鉴定 篇10

自从我在20xx年X月进入实习单位实习已经过去了X个月，在这X个月的工作和学习中，我有很多的感受和收获，深深体会到了社会实践经验与课本理论知识的巨大差异，下面是我这X个月工作以来对自己的自我鉴定和总结。

所谓“从实践中来，到实践中去”。当我开始实际的工作的时候，我更加明白了自己的斤两，知道自己只有付出更多的汗水与辛劳，才能做好本职工作，不辜负实习单位领导的期望。感谢单位领导们给我足够的宽容和耐心，加上同事们毫无保留的“授业解惑”，无论是思想上还是工作上我都得到了很大的锻炼和提高，取得了长足的发展和巨大的收获。

工作近X个月，接触了不少人和事，在为自己的成长欢欣鼓舞的同时，我也明白自己尚有许多缺点需要改正。我认识到做任何工作都要有足够的耐心与细致，首先需要改正的就是尚显浮躁的心态，有时候做事只求速度而忽略了质量；有时在做一件事的时候忽略了其他事情与此事的关系，造成前后矛盾，更需要时刻警醒自己。如果不是同事们及时为我指正，恐怕到现在我也不自知而无法提高自己，因此我经常是带着一种感恩的心态在工作；其次就是专业知识不够熟练。就这些情况，我将来更需要多多学习的，希望以后能够少犯错误，做出成绩。

作为实习单位中的一分子，我惟有踏踏实实做事，谦虚低调做人，努力学习行业新知识，向同事们学习经验技巧，在领导和同事们的帮助下，尽力与其一起努力保证日常工作的更新，保证工作任务的顺利进行。这是我职责之所在，价值之所在。

在实际工作中，更重要的是牢固树立了强烈的事业心、高度的责任感和团队精神。我想毕业以后我会继续以朝气蓬勃、奋发有为的精神状态，努力发挥聪明才智，相信在自我的奋斗下，我一定能够实现人生的理想。

202\_年实习生自我鉴定 篇11

经过一周的实习，我发现当一名好老师没有我想象中的那么容易。在小学里，语文老师还要肩负班主任这个重任，所有鸡毛蒜皮的事都要那么倾力亲为。而教给学生不只是知识，更重要的是教会他们做人。

在小学里，我跟随的老师是四年级三班的蒋志琴老师。她是这个班的语文老师，她也是这个班的班主任。第一天到这个班，就发现这个班的孩子都很乖，后来听了蒋老师的课，我才知道什么叫严师出高徒。她讲课非常棒，她的语言很自信并且带有表情，课堂思路也十分明确，能随着学生的表现转换教学方法，他的课堂深深地吸引我的思绪，也让所有学生的思绪都跟随着她，而且不会感到累，学生在课堂的精神都很集中。例如在上《古诗两首》这课时，她先是激情导入，告诉学生爱是什么，然后引出课题，因为这两首诗都是送别诗，所以她着重讲了第一首诗《黄鹤楼送孟浩然之广陵》，第二首《送元二史安西》以学生自学为主。她较好的利用了PPT，先是让同学们理解课题，然后了解江南三大名楼，再来就是了解诗人的简介了，在这里老师要求同学们回忆以前学过的李白的古诗，这样也有利于学生温故以前的知识，增强记忆。再来就是了解写这首诗的背景，这样有利于学生更好地体会诗人的思想感情。层层递进，引导学生更好的理解古诗，体会诗人对朋友依依不舍之情。在整个课堂里，老师始终坚持着以学生为主体，恩威并施的教学方法，在让同学讨论的过程中，老师也适当地维持课堂纪律，让学生明白讨论的意义所在。在上第二首古诗时，老师采取了“授之以鱼，不如授之以渔”的教学方法，这样既有利于检查学生是否在上节课认真听，也很好的节约了时间。在课间时，我也问过蒋老师作为班主任应该如何管理好这个班，蒋老师告诉我要恩威并施，就是对学习认真的同学毫不吝啬地夸奖，对调皮捣蛋的同学毫不留情面地批评，我想这是很值得我们学习的一种管理方法。

这周的实习，我受益匪浅。蒋老师的教学方法和管理方法都值得我学习。相信在今后的实习中我能学到的会更多。

202\_年实习生自我鉴定 篇12

实习期间，在x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，教学内容能当堂消化、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，我都认真听了指导老师的课。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老师，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老师以及六中的老师们表示衷心的感谢和崇高的敬意!

202\_年实习生自我鉴定 篇13

自从我在某某年某月进入实习单位实习已经过去了某个月，在这某个月的工作和学习中，我有很多的感受和收获，深深体会到了社会实践经验与课本理论知识的巨大差异，下面是我这某个月工作以来对自己的自我鉴定和总结。

所谓“从实践中来，到实践中去”。当我开始实际的工作的时候，我更加明白了自己的斤两，知道自己只有付出更多的汗水与辛劳，才能做好本职工作，不辜负实习单位领导的期望。感谢单位领导们给我足够的宽容和耐心，加上同事们毫无保留的“授业解惑”，无论是思想上还是工作上我都得到了很大的锻炼和提高，取得了长足的发展和巨大的收获。

工作近某个月，接触了不少人和事，在为自己的成长欢欣鼓舞的同时，我也明白自己尚有许多缺点需要改正。我认识到做任何工作都要有足够的耐心与细致，首先需要改正的就是尚显浮躁的心态，有时候做事只求速度而忽略了质量;有时在做一件事的时候忽略了其他事情与此事的关系，造成前后矛盾，更需要时刻警醒自己。如果不是同事们及时为我指正，恐怕到现在我也不自知而无法提高自己，因此我经常是带着一种感恩的心态在工作;其次就是专业知识不够熟练。就这些情况，我将来更需要多多学习的，希望以后能够少犯错误，做出成绩。

作为实习单位中的一分子，我惟有踏踏实实做事，谦虚低调做人，努力学习行业新知识，向同事们学习经验技巧，在领导和同事们的帮助下，尽力与其一起努力保证日常工作的更新，保证工作任务的顺利进行。这是我职责之所在，价值之所在。

在实际工作中，更重要的是牢固树立了强烈的事业心、高度的责任感和团队精神。我想毕业以后我会继续以朝气蓬勃、奋发有为的精神状态，努力发挥聪明才智，相信在自我的奋斗下，我一定能够实现人生的理想。

202\_年实习生自我鉴定 篇14

现在回想起实习期间，往事还历历在目，有酸的，有甜的，有苦的，有辣的，自心中滋味也只有自己最清楚。但是不可否认的却是这些经历将会是我人生当中不可多得的财富和经验的累积。毕业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根本就学不到的知识 , 也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础，所以这次的实习体会颇深。

进入公司实习已经有三个多月的时间，在这段短短的时间里，有过喜悦，有过兴奋，有过苦恼，有过忧郁，苦辣酸甜都经历了和在经历着，使我从一个初出茅庐的学生，逐渐的步入了社会，熟悉了公司的组织结构、业务范围、人事关系、企业文化。在不同的岗位上锻炼，跟着不同的师傅学习，不仅开拓了我的眼光，而且积累了许多的业务知识，提高了工作能力。

每天的工作内容包括：合同的制作、指令的制作下发、装船通知的制作、箱单和发票的制作、单证的核对、单证的寄出、货款的回收;与客户及时的联系，通过邮件、电话或者传真的方式向客户提供有效 的信息(装船通知、货物运输状况等)，根据贸易方式及时的催款;与销售经理及时沟通，每天更新工作序列表格和电子表格，向销售经理提供有效的信息(生产进度、客户提货和付款、客户要求)，按照销售经理的思路制作合同和指令;和单证方面确认证书，和海运方面确认船期，和货代方面确认提单。当公司接下一笔定单后，财会需要审单和理单，在下单时，我都要检查各地方存在的问题，比如颜色数量等，如果每张定单都是不同的图案，不一样的面料，不一样的工艺，一定要把客户的规定在生产单上写清楚。在整个生产过程中，如有意外情况不能满足客户的需要，及时的和领导反映，找到合适的解决办法。跟单的第一步是接单，客人会把他所需要做的产品制单发给我们，而我的工作就是根据客户提供的粗略信息，通过自己的整理提取，做出一个规范的格式，这一步是至关重要的，因为各个部门的作业并没有现成的成品能够拿来参照，因此，许多的工作只能依靠这个制单来完成。为更好的做好跟单工作，我首先从以下几个方面入手：

(一)熟悉客户。熟悉客户的要货情况及其规律，如某个客户喜欢要什么样的货，什么规格的，有什么特殊的要求等等，这都是我做跟单必须了解并熟悉的。

(二)深入了解产品知识。只有我们更好的了解我的产品才能更有效的工作，减少一些低级的失误，如多少量的皮甲装什么规格的，在一个集装箱里可以装多少箱，以及这个集装箱怎样保护好产品，这是我们必须要了解的基本常识。

(三)合同与指令。当我在做合同的时候一定要与销售经理多沟通，如客户所要货物的规格，重量，金额和船期。确保无误后再给客户发过去。

(四)在确认单证方面。我一定要了解到单证对客户的重要性，一个不起眼的错误到了客户那里将是一个非常的麻烦，甚至直接影响到客户的正常提货，所以也必须做到准确无误。

(五)在做箱单，发票方面。在得到产地证的时候我就可以做箱单发票，做好以后先放好，在给客户寄单证以前每天检查几遍，这样可以非常有效的减免失误率。

(六)在给客户寄单证方面。

(七)对货款及单证，货物的跟踪。我每发走一批货，寄走一套单证都要及时的跟踪直到收到客户的货款，才算是完成了这一票的跟踪。

经过这三个月来在凯得皮件有限公司的实习，我将在学校里学习的国际贸易知识运用到工作当中，专业的外贸知识在工作中给我带来了很大的帮助，使我加深了对跟单岗位的理解，真正体会到了跟单的 工作内容和职责，跟单不仅要认真，而且要有责任心，只有这样才能真正的融入工作当中。跟单是一份细致的工作，由不得半点马虎，一点点的差错可能就会给公司带来较大的损失。在具体的工作过程中，作为一个新的跟单员，要在工作中不断学习。同时，我感受到跟单这个岗位是一份繁琐和辛苦的工作，工作量大，并且重复性工作多。跟单人员的要求很高，需要掌握产品知识、生产加工知识、单证知识、国际贸易实务，还需具备较强的综合分析能力、应变能力、协调能力、沟通能力，对英语的水平要求也很高，不仅要会写，而且口语要过关，否则与客户的沟通就存在问题。

在工作中，每一位同事都会耐心的跟我讲解业务知识，无私分享他们的工作经验，在出现错误的时候，领导和同事都是本着体谅和教育的原则，和我耐心的讲解。鉴于优异的内部环境和外部环境，我在逐渐的进步，已经融入了这个团队。实践总是能让 人成长得更快，了解得更多，这次实习让我对一个公司的外贸流程，各工作环节，公司运作，各部门管理都有了一个更深的认识，让我受益非浅，也让我对今后的工作更加有信心。

在跟单的工作中，最主要的两点就是细心的态度和良好的沟通能力，首先是细心，外贸跟单的工作，从最初pi的制作，到最后的出货，都在和数字打交道，重量，片数，金额等等，一个0或者一个小数点的差距都可以酿成巨大的错误，因为出口涉及到报关，报关资料和b/l必须完全一致，0.01kg的差别都是不允许的，所以要很细心地核对所有的数据;而每一个客人的要求也不相同，有共性也有个性，即时是同一个客人，在不同的时期下的订单也不尽相同，所以要求我们有良好的沟通能力，要知道客户的要求，还要了解到不通过地区的客户的特点，根据不同客户的需求来销售。

在实习过程中，可以发现人际交往能力很重要。其一是，必须学会处理好工作中的各层关系，与同事的关系，与上级的关系，与客户的关系等，必须与各方打好关系，融入集体，并尽量努力维系集体的和-谐;另外是要加强对外的人际交友能力，拥有足够强大的人际网络将能获得事半功倍的效果。

通过这次实习，我深切的体会到自己有能力做的事情必须自己做这个道理的深刻内涵。只有培养自己独立处事能力，能够自己做的事情自己做才能更好地锻炼自己的处事能力，才能发现自己的不足，才能有更多思考创新的空间，才能在工作中不断进步。在工作上，有问题，有不懂的就应该大胆地请教同事和，而不是不懂装懂，自以为是;还要有团队合作精神，相互合作，相互帮助，团结一致。独立思考，认真经验教训，积极学习同事的优点，主动承认错误并改正，虚心接受别人的批评和意见，最后得到的才是最适合自己的东西。

202\_年实习生自我鉴定 篇15

怀着一颗诚挚而兴奋的心踏进天源的大门。经过一个星期的实习，我对天源有了或多或少的一些感觉，郑经理气质、漂亮，张秘书可爱、亲切，同事也很热诚、真切，还有厨房阿姨做的饭也好好吃。这无疑给我们大家都创造了一个愉悦的工作环境。

此外，对工作最大的感悟是“态度决定一切”。因为做了三天的客服，主要的工作就是打电话给潜在客户传达信息，交流沟通。每天大概都要打100个电话以上，难免会有疲惫的感觉。但只要学会自我调节，以正面的思维去对待客服，那客服也是一件很开心的事，而且置身其中也能学到很多。

第一天，因为好奇心、新颖的驱使，打一天电话下来一点都不累的感觉，而且很还有成就感。因为学到很多打电话的技巧、练习与人交流、沟通;还记录了很多潜在客户的号码。所以第一天就很轻松、愉悦的结束了。

第二天，这是感悟颇多的一天，因为没了第一天的激动、兴奋，也没了新东西可学，所以一开始还慢郁闷的。但是想想自己不能那么颓废，就想到一个小办法——把每一个电话都当做是一个电话面试面对。这样使打电话的效率很高，记录的潜在客户居然有14个，比前一天还多了5个;而且也锻炼了一下自己。也许这个就是态度决定一切，正面思维的作用吧!第三天，这是趋于平淡的一天，这一天自己可以用比较平常，正确的心态、方法去面对一天的工作了。

总体而言，实习的第一个星期收获颇多，自己也会再接再厉。

202\_年实习生自我鉴定 篇16

实习即将结束，静下心来回想，虽然日子忙碌，但在自己的努力实践中和指导老师帮助下我觉得在实习过程中受益匪浅。

20\_\_年10月12日至11月20日，本人在宝鸡斗鸡中学进行教育实习。通过实习，使得自己对教师职业有了许多认识，提高了自身素质，掌握了一些教学技能，并展示了各自的个人风采，受到实习学校领导的一致好评。

教育实习是我们师范生即将踏上漫漫人生征途的标志，对我们的生涯规划有着重要的意义。短短六个礼拜的实习生活转瞬即逝，在这收获的季节里，取得了意想不到的成绩，获得了宝贵的经验，由于经验不足，实习过程中也存在一些问题，现就本次实习总结如下：

我于10月12日到斗鸡中学报到，正式开始了实习生活，实习年级为高二年级。在六个礼拜的实习生活中，作为一名实习老师，我以一名正式教师的标准严格要求自己，以高度的责任心、积极的态度投入到课堂教学中。

教学方面，先听两周的课，第三周开始正式上课，在听课过程中，我不再是听老师讲了些什么，为什么，而是听他如何讲解如何分析，以及这样安排教学内容等。我还积极去听学校其他老师的课，如本实习队所有数学实习老师，还有斗中最为有名气的老师的课都一有空就争取去听，做好听课记录，和老师交流，学习老师们的长处和丰富的教学经验。

正式上课期间，每节课都能听从任课老师的指导，认真学习教学大纲，根据大纲要求，钻研教材，备好每一节课，编写好教案，并在交予指导老师审阅后进行试讲。学校给我们安排的课不是很多，共十二节，这使我有充分的时间细心琢磨教材，与队友组成的数学备课组一起讨论教法、例题、习题设计等内容，进行集体备课，详细写教案，每一样都是紧紧结合教学目标和学生的学习情况改了有改，尽量让学生在课堂上都能听懂，很好地吸收相关知识，让课堂效率达到最高。

在批改作业和批改试卷的工作中，及时了解学生的学习情况，存在的突出问题，并做好记录。对学生做法不大肯定时，虚心地向老师请教后再批改。同时，在评卷中，学会了如何酌情给分。此外还参与了一次大型的月考和期中考试的评卷、统卷工作，学会了如何使用软件进行统计、排名。

为了尽量给学生更多的课后辅导，每天两节晚自修，我都会到班上进行答疑。同学们学习数学的热情都较高，课上听不懂的地方、作业、练习册遇到的问题都纷纷举手提问。经常在一个班一答疑就是一节课，根本抽不了空到另一个班去。为了公平，只能一节课去一个班。从学生的问题中，我发现他们的课堂效率很低，课堂上重复了好几次的题型，还是不会做相同类型的作业，如不等式最值问题，至今仍有好一部分学生是不懂的。学习方式也存在较大问题，没有养成课后及时复习的习惯，该记的公式、定理、知识点还没记好就做作业。“巧妇难为无米之炊”，导致作业无从下手或乱造公式。一节课甚至整个晚自修就做几道数学作业题，学习效率非常低。针对这个问题，答疑时，我会让这种类型的学生先复习书上的相关知识再做作业，若还是不懂，再给他们讲解，避免让他们太过依赖老师，培养他们独立思考的习惯。

班主任工作实习方面，我担任高二理科5班的班主任，首先我通过指导老师较快地了解了整个班的情况特点和个别好动生的基本情况，同时了解班级地一些日常工作。其次，我通过与学生多接触沟通，细心观察的方法较快地熟悉和掌握学生的情况。每天晨检和午检我都会去教室，慢慢地融入了这个班集体。学生也很喜欢实习老师，能像朋友一样和我聊天，一些调皮的学生也能虚心听取我的教导，努力改正，和学生相处得非常融洽。

在六周的时间里，我更多的是抓学生的学习，纪律和卫生，每天早上都很早到教室，巡视早读情况，监督打瞌睡，发呆或赶写前天晚上作业的同学，提高早度效率。登记好迟到的同学，进行时间观念教育。

学生的纪律方面，理科8班的学生较为活跃，部分学生很调皮，自修自习课常有讨论问题的现象，影响到安静学习的同学。根据观察，问题主要出在那几个学生身上，只要管理好那几个学生，整个班就可以正常化了。因此我采取各个击破的方法。首先向班主任指导老师了解了那几个学生的一些情况，如学习情况，入学以来的一些表现等。然后在平时的早晚读、自修时间对他们重点观察，对他们不良习惯进行约束。抓住最佳的教育时机对他们进行个别教育。

个别教育时，首先让他们作自我评价，看他们那是否认识到自己的缺点和不足。学生对自己的缺点还是有一定认识的，有些还是清楚地认识到，但约束不了自己去改正。认识得不到位的，我再以“老师发现，老师觉得……你觉得是不是呢?”这种方式与学生对话，给学生辩解的机会，避免对学生的片面了解而伤了学生的自尊，甚至造成逆反心理。学生虽然很调皮，但他们都有一个共同特点，就是服理、重事实，容不得老师半点夸大;但，是就是，能勇敢承认。这时，再对他们进行指导教育，学生才能放下防备武器，真正从心里接受老师的教育，认真思考老师的教诲，真正去努力改进。

学生较喜欢踢足球，在实习期间，很庆幸在阳光体育活动上有机会观看了一场学生自行组织的班赛，为他们呐喊加油的投入中，理解了学生对篮球的热爱。但学生还是学生，对事情的度把握得不好，组织班赛过于频繁，心思都放在足球赛的组织和开展上了，很难投入到学习，老师对踢足球采取了硬管理：近期不允许组织班赛，让学生先投入到学习中来，顺利完成初中到高中的转变。

在实习期间，我也有了一些收获：通过实习，对中学的现状有个更为感性的认识，对学生的学习有个更为恰当的了解，对教师的工作有个更为真实的体验，这些都有利于在今后的工作中能够更快地适应新的工作环境。我还掌握了一些基本的教学方法和师范技能，提高了教学效果和教学水平，通过实习，增强了教师的责任感和荣誉感。教师承担着“教书育人”和培养祖国未来人才的重任，每当上课时，这些都是激励自己上好每节课的前提，左边是收获，右边是不足，在实习中，也发现了一些不足，在上室内课时，面对学生时却口不顺心，有时难以表达透彻，面对学生“打破沙锅问到底”却无法从容应付，这些让我看到了自己的不足，在今后的学习中，更要加强这方面的学习。

两个月的教育实习结束了，它是师范院校的一门重要的综合实践必修课程，既是对师范生思想上的训练，也是对师范生心理、思想、能力及知识等各种因素的全面检验和提高，它在形成师范生合理的知识结构、能力结构以及帮助我们增强对社会、国情、高中教育的了解具有特殊的功能，在以后的日子里我会在更好的学习专业知识的同时，更多的了解有关中学教育的理论知识，以便更好的运用于日后的教学中，希望将来能成为一个合格的中学教师。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！