

# 最新运动康复出科自我鉴定 运动自我鉴定 (优质5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 运动康复出科自我鉴定篇一

- 1、注意正确的握拍法，握拍的正确与否。
- 2、注意准备动作的合理性，引拍动作是否正确，准备姿势是否到位。
- 3、注意全身协调用力，是否使腿部、腰部、上臂、前臂、手腕和手指的动作充分协调。
- 4、注意击球点的选择，打平高球、吊球、杀球时选择的击球点是否合理。
- 5、球与球面的接触点，当大力量杀球时，球是否落在球拍正中心的焦点上，是否正确拍面击球；吊球时，球与球拍面的接触点是否用切面击球。

## 二、步法

- 1、注意站位姿势的合理性，站位姿势是否合理与良好的步法有很大关系。
- 2、注意步法起动及回动的节奏。
- 3、重视回动的技巧，身体是否保持平衡；双脚间隔是否太大；

上网时前脚制动后，后脚是否及时跟上一小步；后退击球时，是否撑住3重心，是否在击球后随重心的前移立即回动。

4、注意起动的技巧与起动姿势，是否在任何时候双膝都保持微屈，身体重心移至脚掌。

5、注意步伐的调整技巧，是否根据临场的实际情况进行调整。

### 三、战术

1、提高战术质量，是否能充分发挥自己的技术特长。

2、提高各种变化能力，战术运用是否灵活多变。

3、提高防御和应变能力，在比赛中，是否能攻善守、扬长避短、控制对手。

4、提高处理关键时刻的作战能力，在关键球、关键局中，是否能保持清醒的头脑，敢打敢拼，克服求胜。

### 四、心理素质

1、健康的身体和平衡的个性，身体的机能或体质是否正常；各器官系统之间能否相互作用和协调配合；能否使自己的身体全面发展。

2、良好的意志品质，在比赛小相持阶段、疲劳时，是否能调整体能和心态。

3、自我心理的调节，遇到常见的情况，是否能控制和调整自己的心理状态。

## 运动康复出科自我鉴定篇二

通过学习和实践，我能够掌握各临床病的起因，但是缺少实际操作，能够知道基本的病理过程，但是缺少更多的学习。我相信在以后的学习和工作中，我会成为一名合格的（自己填了），为社会、为人民服务！

拥有扎实的医学理论知识，带着满腔的热情，我来到了实习单位，武汉市第五医院实习。在五医院各个科室带教老师的悉心指导下，我顺利完成了教学规定的临床实习任务。

在工作上，我坚持按时到岗，及时完成当天的工作任务。个别科室的带教老师要求特别严格，各项书写内容都必须严格按照标准规范书写，容不得半点错误，今天的工作必须今天完成，决不能拖到明天。在他们的指导和影响下，我在工作中也严格要求自己，培养了细心谨慎、尽职尽责、力争做到的品质。

在学习上，我勤奋好学、虚心求教。通过带教老师的指导、向科室其他医生求教、与其他实习同学交流以及参阅相关书籍资料等等，我对病历书写基本要求、各项记录及申请单的书写、住院病历排序、化验单的粘贴、医嘱要求等各方面都有了全面的了解，为之后其他科室的轮转打下了坚实的基矗。

在思想上，我积极上进、乐于助人，与科室医生相处融洽，对病人认真负责、热情礼貌。

总之，在这一年的时间里，我圆满完成了临床，还在实践中学到了许多临

床知识，在工作、学习和思想上都上了一个新的高度。

### **运动康复出科自我鉴定篇三**

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。

## 运动康复出科自我鉴定篇四

1. 优点：比较去年的秋季联赛，训练时间明显充足，因为有了固定的教练(男篮队员)，训练变得有规可循。教练非常认真负责每次都给队员们制定具针对性的方案，同时队员们与

教练认真的配合。人数能够保证，训练强度也能保证，甚至连晚上的时间都用上了。在这些方面大家都尽力了。

2. 缺点：根据我们与八院的淘汰赛的情况，体现出了有些时候训练的对抗性不强的缺点，我们的技术是过关的，但还不够泼辣，女生打球需要很多场上的配合技巧甚至是一些小动作。应该在训练时候适当的加入有对抗性的小比赛，积累经验，培养胆量和良好的反应能力。但也应该注意适度，避免受伤和体力透支。

1. 小组赛第一场对阵十系。我们以较大的比分优势取胜，打出了水平，状态佳，队员到齐。

2. 小组赛第三场对阵九系，虽然以较大的部分优势取胜，但渐渐体现出一些问题，就是配合上有些乱，反映了队员的状态不十分稳定，场上的心理素质不稳定。改进这个缺点，把比赛打得更扎实，更好的发挥正常的水平。

3. 进入淘汰赛，我院女篮对阵八院女篮，我们的队员在场上奋斗的十分辛苦，有各个方面的原因：比如压力和期望。无论是院里还是队员自身，对这场比赛都抱有创造历史的希望，这无形中增加了队员们的压力；还有以上提到的对抗性问题，我们的队员刚开始不如对方泼辣，又在比分落后的情况下心急导致较多的犯规，打乱了节奏。

后勤工作做得很到位，尽管是小组赛，啦啦队都很卖力，鼓和院旗等的工具都到位了。大家也给了女篮队员们许多的鼓励和关心。

1. 加强实战训练，锻炼心理素质，但要注意适度，防止受伤及体力下降。

2. 比赛前的兴奋度需提高，并且不能轻视对手，对于实力较弱的对手我们打出水平，绝不留情；对于实力较强的对手，我

们严防死守，不放弃，避免失误。

3. 好的训练方式继续发扬下去。

4. 赛前调查对方的实力和基本概况。

## 运动康复出科自我鉴定篇五

光阴似箭，日月如梭。一年的实习生活很快就过去了，回首过去的一年，内心不禁感慨万千。本人于x年x月被医院正式接纳为检验科实习生。在这一年实习中，自己不断加强学习，提高政治素质和业务素质，准确自我定位，努力做好本职工作，现将一年来的实习情况汇报如下：短短的几个月，在医院党政领导的正确领导下，在检验科主任的带领下，我认真学习各专业知识，锐意进取，求真务实，发扬与时俱进的工作作风，坚持“以病人为中心”的临床服务理念，立足本职岗位，踏踏实实做好医疗服务工作。鉴定主要有以下几项：

作为检验科的一员，既是医生的眼睛，也是医生的助手，把握自身职责，这是我任职以来的又一准则。应用自己所学的知识，收集到老师的意见，学习到外地的经验，提出意见和建议，给医生当好参谋。到目前为止，已基本能满足医院各类病人检测参数要求；为保证各类病人检测数据的准确性，在检验、检测的全过程中严格按照《全国临床检验操作规程》和《产品说明书》进行操作，在过去的一年中所出据的检验报告基本能达到准确。在检验业务上能坚决贯彻医疗安全第一的理念，杜绝了医疗事故的发生。更进一步提高医疗服务质量、改善服务态度来争取病人的信任。

日常的临床检验工作，虽然工作比较繁忙，做起来有一定的困难，如很多手工加样工作，我以前就没做过，但为了搞好工作，服从领导安排，积极支持科主任工作，我不怕麻烦，虚心向老师学习、自己摸索实践，在很短的时间内熟练掌握了手工加样工作，明确了工作程序，提高了工作能力，在具

体工作中形成了一个比较清晰的工作思路，能够顺利的开展工作并熟练圆满地完成本职工作。为了弥补自己专业知识的空缺，我每天不断的要求自己要把这些知识补上，这不管对自己还是在以后面试打下一个牢固的基础。

“医者父母心”，本人以千方百计解除病人的疾苦为己任。我希望所有的患者都能尽快的康复，于是每次当我进入病房时，我都利用有限的时间不遗余力的鼓励他们，耐心的帮他们了解疾病、建立战胜疾病的信心，默默地祈祷他们早日康复。热爱自己的本职工作，能够正确认真的对待每一项工作，热心为大家服务。认真遵守劳动纪律，保证按时出勤，有效利用工作时间，坚守岗位，加班加点按时完成工作。

在过去自己实习的几个月中，在院领导和科主任的领导下，自己兢兢业业，勤奋工作，虽然取得了一些成绩，但由于自己各项素质尚须进一步提高，工作中难免出现这样和那样的问题和错误，比如个别工作做的还不够完善，这有待于在今后的工作中加以改进。我衷心的希望各位领导和老师们能及时地给予批评和指正，新的一年意味着新的起点、新的机遇、新的挑战，我决心再接再厉，更上一层楼，努力开创工作新局面，使思想觉悟和工作业绩再上一个新水平，为总院的发展做出更大更多的贡献。