

最新大学自我鉴定报告 大学实践报告自我鉴定(优质7篇)

在现在社会，报告的用途越来越大，要注意报告在写作时具有一定的格式。报告的格式和要求是什么样的呢？以下是我为大家搜集的报告范文，仅供参考，一起来看看吧

大学自我鉴定报告篇一

时间如流水，在我们不知不觉中静静地流过无数个日与夜，回想起当初面试心心筑梦客家大学生支教队的场景还记忆犹新，没想到转眼间就到了7月末。7月20日坐了差不多一早上和一下午的车，终于达到位于半山腰上的南洞小学。前行的道路上感谢有我的一群队友和一堆可爱的学生，伴我走过这一段难忘旅程。

心心筑梦，有你有我

常言道：岁月如歌，人生道路跌宕起伏，然而在我看来，友情如歌，既有活泼欢乐的音符更有短促激昂振奋人心的节拍。我们为了编织同一个梦想从五湖四海聚集到一起，最后又回到天南地北去，在这短短半个月里面让我感受到了一个集体的团结，也让我感受到了朋友间的温暖。开会时一起讨论班级管理场面还历历在目，如果大家还能交流各学科如何教学怎样寓学习于娱乐之中就锦上添花了。

在这15天里不得不提的就是后勤了，强烈要求每组的后勤必须要有专业煮饭的，至少要把饭给煮熟了。

还有的就是要做一个确切时间表出来，并要严格执行，划定娱乐时间和工作时间，。如果规定了会议室是我们备课工作的地方，那么我觉得也应该要规定会议室在什么时候可以放音乐看搞笑电影，什么时候可以与学生面谈，什么时候应该

安安静静的让大家备课等等的。

三尺讲台，挥洒青春的汗水

“一支粉笔，两袖清风，三尺讲台，四季耕耘”这是我在支教前对乡村教师的大体印象，确实，来到南洞小学住进一个教师宿舍更让我深切感受到了他们的朴实生活。桌面上一叠两叠的都是学生的作业本，桌前的墙上还张贴着一封四五年级学生写的信，大概内容就是：“我没有考上全班第一，对不起老师，我会更加的努力”，如果不是房间里的女式拖鞋我是看不出这里原来住的老师的性别的。

在八年级我也上过一节课的，我的整体感受是他们不喜欢去表达自己内心的想法，只是喜欢去倾听别人的一些人生经历。对于八年级的课堂设计上，由于在他们的这个年纪他们会害怕失败，有很强的自尊心，所以我虽然设计了一些问题去引导他们思考但是没有规定他们一定要按照我的答案给答出来，一些回答错误的同学，我还是笑着跟他们说：“很感谢这位同学举手回答这个问题，这个答案也可以是我们去思考的一个方向。”等等的，要让他们感觉到我们有尊重他们，然后把话题引回到我想要表达的层面上。

关爱留守儿童，让阳光照进每一个角落

直到现在我都有点后悔当时开会的时候，我竟然在会上非常武断的说了自己对学生的一些看法，大致的就是说他们礼貌方面不过关，不懂得去尊重他人。现在想想反而是我自己还未能全面的去看待这些现象背后的成因，未能完全地站在当地学生的角度去思考问题，未能充分地去理解他们的成长。通过家访，我们了解有很多学生都是由他们的爷爷奶奶照顾的，家长多是外出工作，在家里面他们都是很懂得去照顾他人的。

很多时候一个人的性格品行，待人接物等等的都是与家庭有

着密切的关系的。学生在家里就是向父母家人学习，在学校就向老师同学学习，由于父母长期不在家，家庭教育方面多多少少会有缺失，然而在学校，由于考试升学的压力在校老师也会侧重于科学知识方面的教育，而忽略了人文道德关怀方面的教育。

在与一些高年级学生的相处方面，我觉得我们首先要做的是要尊重学生，这样他们才会愿意敞开心扉让你靠近他们的，这样才能让他们更加自信地在阳光下健康成长。

大学自我鉴定报告篇二

1. 实习目的

实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论就应与实践相结合。透过此次实习，让理论的花朵盛开在实践的土壤中，为以后的成功搭一座桥梁。

1. 透过本次实习使自己能够将多年学习的理论知识运用到实践里，使理论高度上升到实践高度，更好的实现理论和实践的结合，为自己以后的工作奠定更好的基础。

2. 在实习过程中使自己走出生活多年的校园，与社会来一次亲密接触，透过短暂而又充实的实习体验由学生转变到职业人的过程。为不久后真正步入社会积累经验，也为离开象牙塔理解社会的历练提前做好心理准备。

3. 借助此次实习的机会学得更多学校里获得不了的知识，培养团结协作精神，充分发挥主观能动性，学习与人交往的技巧，进一步提升自身的综合素质。为接下来的求职之路增加更多的筹码，以获得满意的就业机会。

4. 经过实习这一过程的磨练，来开拓眼界，使自己有一次丰富充实又富有新鲜感的实习经验，拥有一次难忘的学习经历。

5. 抓住这样一个个性的学习良机，透过理论与实践的结合，进一步提高自己的播音及采访技巧，培养发现问题、分析问题和解决问题的创新思维及实际工作潜力，以便提高自己的实践潜力和综合素质，帮忙自己以后更加顺利的融入社会，服务社会。6、透过本次实习锻炼，对电视节目策划、录制以及后期制作技术和电视节目的推广等潜力进行实际操作和锻炼。使我们能够在掌握理论的同时，在实习过程中对专业知识进一步理解和消化。充实和丰富自己的专业水平，为自己今后走上工作岗位做好准备。

2. 实习时间

20xx年9月2日至20xx年2月28日，实习时间共半年。

3. 实习单位及介绍

播出。

4. 实习主要资料

的记者一组，他实际上就是带我的师傅，因为他比我也大不了几岁，我和他关系处得还不错，平时我都是叫他钱哥。在整个实习期间，钱哥教会了我很多在学校学不到的东西。

4.1 外出采访

有美食，当然我在这半年的时间里也采访了不少的新闻，透过镜头从另一个角度看到了我从小生活的家乡的另一面。我看到了家乡的杞麓湖是怎样被治理保护的，看到了通海的纳税大户通变集团是怎样进行科技创新的，看到了很多农村基层干部是怎样服务人民的。我还有幸参与了一届通海的人大

和政协代表大会，虽然只是县级的代表大会。还进入到通海驻军8752部队拍摄过一次大型记录片。

4.2新闻视频的后制作

制作视频时的辅助工作贯穿我整个实习过程，主要工作资料是为视频添加字幕和简单的废镜头剪切。这两项工作在整个视频制作过程中能够算是最简单的，接触了几次后我已经能够熟练完成这项工作。例如为视频添加字幕主要分为两个阶段：

第一个阶段，看视频记录文字，将文字整理成word文档。由于很多新闻的受访者都为普通市民或者农民，普通话在我所在的城市并没有推广开来，我务必将很多方言性的词语转换成普通话的表达方式，怎样准确将方言的意思用书面语表达出来，着实费了我不少脑筋。

度，这是一项需要耐心的工作，有些枯燥，但是却让我学到了一门技能。后期制作比起外出采访，虽然我自己的动手实践相对较少，但透过修改老师详细的教我用了几次视频修改软件，我觉得后期制作还是容易的，主要还是视频修改软件操作的熟练程度，在加上细心一点就能够了。而我做的只是最简单的剪切，基本没出过错。

4.3撰写新闻稿

刚到电视台我所接触的文字工作大多是关于校对稿件。校对主要是对记者老师们写的新闻稿进行错别字的校对、修改。偶尔也为记者老师们打他们写好的稿子。之后跟了钱哥以后，每一次采访回来他都会让我也写一篇新闻稿，虽然我写的新闻稿都不会被采用，但我还是很认真的写好每一篇新闻稿交给他，并不是当做任务在完成，钱哥每次也会帮我修改我的稿子，还把他自己写的稿子拿给我比较，让我发现自己的不足。撰写新闻稿是我在实习期间做得比较多的一项工作，所

以体会颇深。首先，我学会了电视节目撰稿的基本模式，还学会了如何把稿子写得更贴切、更深入。在写前一两期的节目时，我写的稿子有很大的漏洞。但经过钱哥的指点，再透过和他稿子的比较，在之后的撰稿中，我的写作潜力有了很大的提高，也得到了钱哥的赞扬。我的稿子一部分资料也会被他所采用。

5. 实习总结和体会

5.1 实习总结

电视台实习的半年中，我收获很大，从一开始的一无所知到之后的渐渐上手，逐步对电视媒体这一新兴媒体有了更为全面深刻的了解。并且，我在实习中，也发现了自身所存在的不足，这对于完善自己，使自己更好的适应社会作出前瞻性的准备。

1. 作为一个好的编导或传媒人，都务必得有深厚的文化底蕴和文学功底。从我在撰稿这块上，便暴露出了我浅薄的文化底蕴，也感到了文学功底的薄弱。所以我务必加紧丰富文化常识和文学写作潜力，要持续肚里时刻有墨，能在任何时候都能随之发挥。

2. 我还缺乏的就是创新。我不断探索、坚持创新理念，创新是源动力，有创新才有发展。比如说，在工作中能做到不循常规，以一种创新的形式去完成工作，这不但能为工作赢得时间，提高工作效率，而且还能赢得领导或同事的肯定和表扬。还比如说，在讨论一个课题或者在写一份调研报告的时候，如果能用独特的思维提出新的思路、新的观点、新的方法，这对的个人发展十分有利。

4

3. 对于地方性的电视台经营模式，好的地方是，能够借助于

地缘优势生产适合当地文化和富有地方特色的文化活动和经济活动，这种与生俱来的地缘优势是十分明显和强大的。另外感受更多的还是一种不正规，制作的广告基本没有什么创意，都是平铺直叙的记录产品信息。所有的技术人员几乎全部都是全能人才，及文稿，拍摄，后期处理为一体的多功能人材，工作强度十分大，也就造成了分工协作潜力的不强，没有发挥出一个群众的智慧和潜力。媒体行业就应是一沟活水，让不同的思想和智慧自由自在的碰撞交流才能源远流长，如果是一潭死水的话，最后出来的只是一个个的生产加工者，这种流水线的经营模式让人很难发挥出创造力。

每一次的成长都会伴随着痛苦的经历，不经历风雨真的是见不到彩虹。对于这次的实习经历，我觉得对我最重要的一点就是对我性格的磨砺，让我学会了忍耐，学会了包容，学会了如何在一个陌生的环境里找到熟悉的感觉。

5.2 实习体会

无论在什么岗位上，都要干一行爱一行，兢兢业业，总能干出一番成绩。我这次实习的单位跟我的专业并不对口，起初我是想着这个工作能够多与社会接触，能够让我得到更多的锻炼。事实也证明的确给了我很大的挑战，但是挑战就意味着能够学得更多东西。这次实习让我领悟到，虽然专业不对口，但是如果可塑性强，能够适合很多行业，适应社会的潜力更强。

1. 待人要真诚，这是每一行业的共通点。踏进节目部办公室，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，每一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，我就和电视台的同事，还有老师们打成一片。我想，就应是我的真诚，换取了他们的信任。

2. 要善于与别人沟通。沟通是一种重要的技巧和潜力，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。因为人一旦踏入社会，都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地理解。

才能碰撞出最美丽的火花，工作才能做到。我的信心打动了带我的记者和老师，他们都十分信任我，也愿意把工作分配给我。所以，我悟出了一个道理，无论走到哪里，只要拿出应有的自信，不管是谁，都会被那份自信所眷顾并被打动。

4. 拥有良好的团队意识是成功的关键。如果没有个体就没有团队的存在，没有团队个体也谈不上成长和发展；是个体组成了团队，更是团队成就了个体。在团队中，任何一位员工的利益都是和他人*在一齐的，帮忙别人就是强大自己，帮忙别人就是帮忙自己，别人得到的并非是我所失去的。在每个团队群众的企业中，都需要有分工与合作的团队协调工作方式，我们自觉或不自觉地都会工作在某个团队，为了一个共同的目标而努力。常言道：“人多力量大。”加入团队能够减轻“独立无援”时的不安全感，我们会感到更为强大，更为自信，也多了一份对外来威胁的抵抗力。所以个体有事总是求助于团队，以获取指导和支持。同时我们透过与他人交往并成为团队中的一员而得到安全感和归属感。

5. 学无止境，有了工作不代表学习的停滞，相反，只有不断地学习才能将工作做得更好。我在电视台的实习过程就是我不断学习知识和技能的过程，比如添加字幕要求我务必学会使用aftereffects软件，没实习前，我是绝对想象不到要学习操作视频处理软件，也没有学习的动力。但是当我来到电视台后，我只有不断学习，才能够让自己融入这个群众，才能够获得大家的认可。活到老，学到老，在职场中只有不断学习充实自己，才能够获得更多的机会，才有机会取得事业上的成功。

让我深切地体会了知识的可贵，在今后的日子里，我会充分发挥自己的潜力，展现自我，用心向上，努力进取。总而言之，实习是一个发掘问题的过程，包括自身的问题和实际问题，关键在于理论联系实际找到问题的要点和解决方案，不断在错误中成长。在今后的工作学习生活中，要认真向前辈们学习，学习他们对工作认真负责吃苦耐劳的精神，用自己的实际行动为社会作贡献。

有些人可能认为实习完了，就是完成任务了。但是我不是这样觉得的，实习结束了，但是学习还没有结束。与栏目的编导持续良好的联系，透过他们能够了解到最新电视制作模式。因为科技时时在变，个性是媒体这个行业变化就更大了，持续联系，其实也就是让自己与时俱进，把学到的知识和技术融入到最新的理念中去。还有一个比较现实的原因也就是关系到就业。与栏目的编导们有一个良好的关系的话，他们很可能就是以后的伯乐！

在电视台的实习不仅仅只是接触专业的环境与知识，也是在接触社会工作，我开始明白在社会中工作与生存的必备品质与态度，为人处事的方法，及作为一名电视人的标准。

纸上得来终觉浅，须知此事要躬行。这次电视台实习不仅仅让我找到了理论与实践的结合点，学习并掌握了在学校里学不到的知识，而且教会了我如何融入社会，与人交往。既增长了见识，开阔了视野，又增长了实践操作潜力、丰富了生活阅历，这将是走向社会的一笔最为宝贵的财富。

实习自我鉴定

一、实习状况简介

作为一名合格的大学生，不仅仅要在学校里努力学习与专业相关的理论知识，完成应有的专业水平，更要将所学理论知识与社会实践有机结合，在实践中体会真理、检验自我。带着

这份热情与执着，我来到了我的实习地——周口电视台。

周口电视台于1990年10月正式建台，由四套节目组成：一套为新闻综合频道(发射功率15kw);二套为经济生活频道(发射功率10kw);三套为电视剧频道(发射功率10kw);四套为“商务信息频道”，信号实行有线传播，全天24小时不间断播出。四套节目全部进入周口有线电视网，实现了有线、无线的交叉覆盖。一、二、三套无线信号覆盖周口和周边。如驻马店、漯河、许昌等豫东城市以及皖、鲁西部临近地区，收视人群达两千万以上。

其节目设置有：新闻综合频道，该频道下设有《周口新闻联播》《公仆与市民》栏目，经济生活频道，包括《民生报道》《经济与生活》《乡村服务社》《川汇视点》栏目，还有电视剧频道，主要包含《商务资讯》《互动点播》《幽默剧场》《电视剧场》《晚间影院》等节目。

我所在的栏目组是《民生报道》，在电视台我主要学习了后期制作，后期制作就是将采集到的素材或已保存好的素材进行重新整合，修改并制作出贴合要求的影视节目，但透过两个月的见习，学习思考修改老师们的后期制作，觉得后期制作还是不容易的，主要还是要看修改的技术功底是否深厚。值得高兴的是，我在学校所学的后期制作的理论知识和实践潜力能够自如地运用到节目制作中去，也因此，我得到了修改老师的夸赞。

除了学习了一些修改制作技巧，学习到了如何制作出优秀的电视节目和后期修改节目的流程，我也了解到了完成一档节目需要的工作和团队合作的重要性，每个优秀节目的诞生，需要每个部门的密切配合和协作。

二 实习资料

周口电视台修改部所用的软件是北京中科大洋科技发展股份

有限公司的修改软件，我们从事的主要是后期制作，制作后期是制作后的各种整理工作，在实习过程中，作为计算机专业的学生，我对电视制作有了新的认识。此刻，我只是一名大四的学生，掌握的电视技术还很浅，想要成为一名合格的电视制作务必要掌握各种制作修改的手段和技巧，在实习过程中，我目睹了后期修改的过程，实在感叹，原先要掌握一门技术，决非易事：后期修改是一项涉及众多资料的、复杂而细致的工作。有三个阶段：

1、准备阶段(熟悉素材、修改提纲)：

在修改过程中，准备阶段是一个很重要的阶段。准备工作做得越充分，修改时越省时省力、得心应手。

熟悉素材是对拍摄到的原始图像和原始声音素材进行了解和鉴别，并对照脚本资料，在素材的基础上建立形象系统。

修改提纲是修改工作最主要的环节，也是画面组接的基本依据。根据脚本的资料和素材状况，修改提纲要对资料、结构、每部分资料的大致时间有较精确的设计和表述。修改提纲细致、周到，能够给修改工作带来方便：其一，能够使结构完整、匀称、各部分资料比例得当；其二，能够保证选用的镜头；其三，能够提高效率，并保证节目时间精确无误。

2、修改阶段(整理素材、选取画面、剪辑)：

修改阶段是修改工作的最主要阶段，主要包括以下几项工作：

选取素材。是在众多的素材中选取和确定可用的镜头，然后根据修改题纲所提示的资料进行剪切，把剪切下来的画面粘贴到导视模板上制作成节目导视，并配上字幕，就可制作成节目导视。

修改素材。就是将已经拍摄好的新闻中画面不清晰的或者是

比较冗余的镜头剪切掉，配上字幕，按照修改提纲的要求将新闻进行组接。就是按提纲要求的顺序将一个个新闻组合在一齐，用来表达创作者的思想和意图。有时，还有在节目中插播广告。只需在剪切点之间吧广告模板复制到声频和音频的轨道上就能够了。为了到达更好的效果，剪辑又被分为粗编和精编两个阶段。

3、检查阶段(好处表达、声音、画面)：

检查阶段是在画面组接完成的基础上进行的。它主要涉及这样几方面：首先是检查好处表述是否有问题，这一工作主要决定：叙事是否贴合真实性的原则；是否贴合生活逻辑；是否条理清晰，顺畅连贯；结构是否完整匀称；资料之间的联系是否合理自然；各种结构因素的比例是否得当；好处表达是否有问题；组接点的选取是否恰当；有无技术失误；运动的把握是否流畅；场面过渡是否自然等。

其次是检查声音是否有问题：声音质量是否贴合技术标准，声音是否连贯、完整，声画同步是否准确等等。

三实习单位技术状况

在实习单位我看到了一些线性修改机器，这些机器都算是比较老资格的机器，一般此刻大多数都改善为了非线性的修改机，两者在操作上，功能上，非线性修改器都有必须的优势，非线性修改是相对传统上以时间顺序进行线性修改而言。传统线性视频修改是按照信息记录顺序，从磁带中重放视频数据来进行修改，需要较多的外部设备，如放像机、录像机、特技发生器、字幕机，工作流程十分复杂。非线性修改借助计算机来进行数字化制作，几乎所有的工作都在计算机里完成，不再需要那么多的外部设备，对素材的调用也是瞬间实现，不用反反复复在磁带上寻找，突破单一的时间顺序修改限制，能够按各种顺序排列，具有快捷简便、随机的特性。非线性修改只要上传一次就能够多少次的修改，信号质量始

终不会变低，所以节省了设备、人力，提高了效率。非线性修改需要专用的修改软件、硬件，在此刻绝大多数的电视电影制作机构都采用了非线性修改系统。

随着dv的流行，普及，非线性修改一词越来越被大家熟悉，那么什么是非线性修改呢有人说这一概念是从电影剪辑中借用而来，事实确实如此，但这天的非线性修改被赋予了很多新的含义。从狭义上讲，非线性修改是指剪切，复制和粘贴素材无须在存储介质上重新安排它们。而传统的录像带修改、素材存放都是有次序的。你务必反复搜索，并在另一个录像带中重新安排它们，因此称为线性修改。从广义上讲，非线性修改是指在用计算机修改视频的同时，还能实现诸多的处理效果。

大学自我鉴定报告篇三

即将面临毕业，学校为我们安排到了一家动漫公司实习，既然选择了动漫这个专业，就要好好去学，在大学里学的知识却不知道如何运用，因此我非常珍惜这次实习的机会，在有限的的时间里加深对动画的了解，找出自身的不足。

刚来到公司的时候不知道该做些什么，动画涉及的知识面很广，自己在大学学的那些只是三脚猫功夫，在商业领域里根本没有用武之地，所以只能是参观公司，了解一下动画制作的一些流程。接下来的日子里，我们就开始练习手绘，传统动画行业关键是要看手绘功夫，线条要流畅动作要连贯速度要快，要达到这些要求不是一朝一夕能练出来的，刚开始一天画几十张就喊累了，却不知老员工一天上百张的量，要达到这种境界，不仅要时间还要花大量的精力去练习，手绘是基础，是每个从事动画行业的人必须要掌握的。经过两个月的练习进步了许多，不仅仅是练习线条，还要学中割，了解人物运动规律，自然现象等等。对于传统动画我也有了进一步的了解，分工上比较复杂，一部完整的传统动画片，无论是5分钟的短片还是2小时的长片，都是经过编剧，导演，美

术设计，设计稿，原画，动画，绘景，描线，上色，校对，摄影，剪辑，作曲，拟音，对白配音，音乐录音，混合录音，洗印等十几道工序的分工合作，密切配合，才可以顺利完成，但是动作看起来要顺畅得多。现在动画制作也逐渐由电脑来操作完成，flash是最常用的软件，我们也必须学，有了之前一点手绘基础，就要运用到电脑中去，之所以刚来实习的时候要练习手绘就是这个原因。开始用软件制作动画时，很乱很烦躁，经常忘记某个步骤而不能播放，还会遇到很多困难，比如转面动作，转面是动画中常碰到的情况，就是动画角色从正面转到侧面或者从背面转到正等……这时画起来比用传统方法更加费力，毕竟用鼠标和绘图笔没有真正的纸笔好操作，但是也渐渐去克服了，毕竟学习动画这条路是很漫长的，没有吃苦耐劳的精神是走不下去的。

这次实习的收获对我来说有不少，我自己感觉在知识、技能、与人沟通和交流等方面都有了不少的收获。总体来说这次是对我的综合素质的培养，锻炼和提高。不管现实怎样，国情怎样，想投身动画事业中，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。

大学自我鉴定报告篇四

短暂的金工实习尘埃落定了，自己也顺利地完成了实习任务。实习虽然是结束了，但是内心却依旧感到沉甸甸的自己明白了许多。

一个不接触工厂，不接触机器的工科人的经历是不完整的，所以学校的金工实习课程就给我们提供了这样的一种平台，让我们能充分的对工厂、对工具、对机器产生认知，进而了解和热爱。

第一项，我们要进行最累一项工种—钳工，老师告诉我们，

钳工是完全靠手工来制作出各种零件，是最能锻炼一个人动手能力的，一些机器加工不了的零件，都要由钳工来完成。老师介绍了钳工的各种知识，它作用广泛，如切削加工前的准备，机器装配前的准备，某些精密零件的加工等。我们顿时觉得钳工是一项很了不起的工种，应该好好去体验。同时老师也提醒我们要爱护工具，保护自己，列举了以前一些学生所犯的错误的伤害。我们意识到金工实习不是闹着玩的，要时刻小心。

在钳工实习场地上安装了许多台虎钳，用来夹各种工件。工作台面下摆放着锯、各种锉刀、直角尺等等。老师让我们先熟悉下工具。我对钳工还是很感兴趣的，所以很兴奋。不过我很快意识到要真正能够掌握它，还需付出长久的努力。

钳工实习在我“看来最重要的要素之一是工具与身体有节奏地来回运动。

下一页更多精彩的“2017大学生实习自我鉴定报告””

大学自我鉴定报告篇五

在学校安排下我于2011年一月在一局中南通道项目许村隧道参加实习工作，期间主要以隧道的监控量测工作为主。现将实习情况，收获与体会回报如下。隧道现场监控量测是新奥法的重要内容。现场监控量测是监控施工中围岩稳定性，检验设计与施工是否正确合理的重要手段，搞好监控量测并及时将量测信息反馈到设计施工中去，可以掌握围岩在支护在施工过程中的力学动态及稳定程度，保证安全，为评价和修改初期支护参数，调整掘进进尺和施工方法及二次衬砌施工提供信息依据。这次实习，我们主要是学习关于隧道监控量测的相关技术及数据分析处理方法。

一、隧道概况

---□

二、量测项目、方法和目的

通过隧道监控量测，掌握围岩和支护状态，进行动态管理，根据量测信息，预见事故和险情，以便及时采取措施；预测和确认围岩最终稳定时间，指导施工顺序；根据隧道开挖后所获得的量测信息，进行综合分析，修正支护参数和检验。

三、工作步骤：

(1)水平净空收敛实测步骤：根据设计要求随时掌握岩石的变化情况，测点安装应靠近开挖面又不宜被破坏的地方，并且保证在开挖后12小时(最迟不超过24小时)内埋设，且在下一次循环开挖前量测到初次读数，初期观测为每天两次，如岩石没有异常变化按照上表中量测频率进行观测。监测点的钢筋根部应深入岩石并灌入水泥砂浆使其牢固。量测方法：每个监测断面两次挂尺的最小读数为0.01mm□量测结果的取值也为0.01mm□能够反映围岩的细微变化，满足精度要求。

四、完成工作量

我监测组根据《铁路隧道监控量测技术规程》(tb10121-20__)和许村隧道技术方案的要求开展工作，20__年8月1日至20__年8月29日许村隧道开展的工作如下：许村隧道共完成拱顶下沉断面监测2个、周边收敛断面监测2个、地表沉降断面监测0个，满足停止监测的断面有1个。

五、施工进展情况

截至20__年-月-日，施工进度如下：

许村隧道进口本月掌子面未开挖。

六、下月监测工作计划

监测组将根据监测方案和施工进度情况，及时布置各断面的必测及选测监控量测元件，并展开相应的测试和监测工作，对已经布置的监测断面例行监测，并及时数据分析和反馈给相关各方单位。

大学自我鉴定报告篇六

刚开始我们要锯断毛培，慢慢地我们开始体验出巧劲如何用，看着锯痕的加深，内心的喜悦驱除了手臂的酸痛。接下来是要对锯过的端面进行锉工，由于我们这组锯出来的面比较平，所以锉的过程并没花费很长时间。不过在后来把圆柱体变成六面柱体的时候，还是很辛苦的。

钳工还需要人的耐性。

钳工第二次时我们用了一上午只干一件事——锉。由于一上午只锉，身体机械式地重复一件事，导致我们很痛苦。这是很考验人的，这要求我们拥有一丝不苟的负责精神。钳工不仅锻炼我们的身体，同时锤炼我们的精神。

最后是划线、打样冲、钻孔、攻丝、套扣，这几项还是比较快的，但对我们这些刚开始接触的人毕竟还是挺难的。划线、打样冲时注意不要歪了就行。钻孔时是手动进给，用力不能太猛。攻丝套扣时应该先慢后快，才够容易成功。攻丝时不可盲目加工，要注意螺纹深度。最后，我还用锉磨了一下毛边。

最后一天交作品时，看到自己的作品心中的喜悦溢于言表。钳工实习，充满汗水，但我也从中学到了许许多多。

第二项是车床。老师为我们详细的介绍各种刀具，工件，车床的相关知识，虽然这些知识对我们很陌生，但老师的耐心

讲解，让我们开始产生了兴趣，听的也比较认真，因为这些知识是最基本最重要的，老师也强调了我们要注意安全，包括着装，工作习惯等等。我们接下来按照分组，由不同的老师带领进行各自的学习。

车工是在车床上利用工件的旋转和刀具的移动来加工各种回转体的表面，包括：车端面、车外圆、车台阶、切槽及切断等，车工所用的刀具有：车刀、镗刀、钻头，常用设备为卧式车床。车削加工时，工件的旋转运动为主的运动，刀具相对工件的横向或纵向移动为进给运动。

面对着庞大的车床，我们除了好奇外，对它十分的陌生，老师给我们细心的讲解车床的各个部件的名称和操作细则。我们逐渐熟悉车头箱，进给箱，溜板箱，刀架等主要部件的控制，老师要求我们先不开动车床，重点进行纵横向手动进给练习。要求达到进退动作准确、自如，且要做到进给动作缓慢、均匀、连续。到一定程度后可开车练习，每项操作都进行到我们熟悉为止。经过几次的训练，我们已经熟悉了本项操作后老师让我们每个人都进行了一次车端面工作。在工作前老师要求我们认真查看机床有无异常，并且在规定的部位加润滑油，并再次强调工件、刀具要加紧，不用时不可随意乱放，以防飞出。我自己感觉第一天所做的这些还是比较简单。但是，第二天我们组比较失败——只做出一个半成品。原因是我们对操作顺序还是不够熟悉。在车外圆时总会先停车后退刀，然后毛培表面会留下一条刀痕，导致失败，这样的操作也有损刀具。我们还在切断时犯错，由于计算数值错误，半成品近在咫尺，却没能得到。但是，人是会吸取失败的教训并总结进步的，因此，在第三天，我们组一上午就做出了六个成品！

当看到我们自己的作品得到满分10分时，焦虑烟消云散，快乐接踵而至。

数控的学习时间有点短，但经过老师的讲解我们对其有了初

步的了解。机械制造业的迅速发展与社会的进步促使数控机床的产生，数控机床是一种灵活、通用、高精度、高效率的自动化装备。

可见，理论重要，但是实践更重要！

数控车床的使用范围是相当广泛的。它主要用于轴类、盘类等回转体零件的加工，编程比数铣的要麻烦些，毕竟数铣是用于平面，它是用于立体吗！在编程时注意不可让机床进给过度，否则对刀具伤害较大。数控车床的程序输入比较简单直观。

大学生实习鉴定报告篇三

孟德斯鸠说：“我们接受三种教育，一种来自父母，一种来自教师，另一种来自社会。”人的一生不仅要接受家庭的教育，更要接受社会的考验。今年寒假，我们参加了重庆市委市政府组织的大学生带薪顶岗实习——作为重庆市的在校大学生，我们是幸运的，带薪顶岗实习是重庆市针对重庆各所高校在校大学生实行的一项切实有效的政策，通过这种实习方式，让我们这些长期待在学校这座象牙塔的孩子们更早的认识社会、更快的了解社会，为我们大学生未来就业提供了一个良好的平台和锻炼的机会。

我们很荣幸地被分配到了重庆市梁平县政府办公室[]20xx年1月21日，带队负责人武老师把我们带到了政府办公室报到。因为是政府核心行政部门，所以我们不免有些紧张，但更多的是好奇和期待。这是一个宝贵的机会，我们在这里可以从各方面提高自己，接触社会，了解政府机关运作，积累经验。

政府办公室的领导并没有我们想象中的那样严肃，他们非常热忱的接待了我们，并将我们安排到了文书室实习，办公室的哥哥姐姐对我们也很照顾，当遇到不懂的问题他们会耐心的给我们讲解，做错了事情也会认真的给我们指正。在他们

的帮助下，一个月的时间里，我们慢慢熟悉和掌握了办公室的工作流程和职能。每天都会有很多文件需要整理、呈送给领导批阅，并传送到相应部门，这些工作，不仅使我们了解到政府办公室的职能，也提高了我们对政府各个职能部门的认识。就连平时看似简单枯燥的办公室电话接打，也让我们学到不少正式的礼貌用语。

实习期间，我们还很有幸地参与了三次政府工作大会的举办□□20xx年“五个主题”年建设动员大会》，《全县城市经济工作大会》以及《全县农村经济、计划生育暨社会事业工作大会》。大家在办公室兰主任的带领下负责布置会场，安排和分发座次表。在大家齐心协力，用一个星期的时间精心布置下，三个大会最终圆满结束。会后，我们还得到了蒋县长的高度认可和表扬。

“大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力。”在学校时，老师总强调我们要培养自己的自学能力，参加实习后我们才深刻体会到老师的良苦用心。除了语言文字和计算机操作外，课本上学的理论知识用的很少，工作中的问题更多的需要我们勤思考、善分析、多动手。

作为实习生，我们总是积极主动，整理文件、打扫办公室、整理会场，并主动与办公室的同事交流学习。我们也常常翻阅文件，了解时事动态和最新政策，了解政府在哪些方面、通过哪种途径为人民服务，给人民谋福利，落实社会保障工作的。有时候还会有前来上访的群众，真的只有身处政府机关才知道民众的纠纷难事多，有很多事情都需要政府来解决，而我们作为办公室的标杆，形象，应该耐心地与民众沟通，了解情况，通过正确程序与渠道帮他们解决问题。

办公室的前辈们说：“办公室工作会经常加班加到很晚，特别是在召开重大会议之前，需要做很多准备工作，加班很正常。领导们更是经常办公到深夜，白天他们有很多牵头工作，年底慰问也多，但只要有颗奉献的心和热忱的态度，工作就

一定会做好。”听后更能体会到政府工作的辛苦和意义所在。

从实习中，我们感悟颇深。很多事情需要亲自去体验。很多东西书本上是学不来的，知识是死的，人是活的。我们要运用灵活的思维与头脑去稳重处理事情，完成应当完成的任务，用心观察，用心学习。作为办公室的文秘人员，言行举止，态度都关系着整个办公室的形象。见微知著，一个小小的举动可以看出一个人的品行修养。办任何事情都要耐心，细心，用心。（就拿我们在整理领导讲话的录音材料来说，一个标点符号的差错就可能会错误表达一个句子的感情色彩。）就办公室文秘人员这一岗位来说，服务，奉献，创新也很重要。而从这一岗位放大到整个学习生活，我们更应该勤学习，善思考，常修身，敢创新。

此次实习我们不仅增长了见识，得到了锻炼，培养了能力，更领悟到了做人做事的原则和态度。“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”亲身实践，结合自身所学，方能提高自己。

下一页更多精彩的“2017大学生实习自我鉴定报告””

大学自我鉴定报告篇七

大学的第一个寒假如期而至，假期的社会实践是很好的锻炼自己的机会，一方面可以把学到的理论知识应用到实践中去，提高各方面的能力；另一方面可以积累工作经验对日后的就业大有裨益。刚刚步入大学，由于本身具备的专业知识还十分的有限，所以我选择了打散工作为第一次社会实践的方式，目的在于熟悉社会。就职业本身而言，并无高低贵贱之分，存在即为合理怀着一种兴奋与憧憬，我踏上了寒假社会实践之路。

我的工作超市的售货员，正式开始上班的第一天，首要工作就是先熟悉超市里的陈列，检查货架上的物品的保质期，在刚开始的几天里，我接触的最多的就是擦货架和看保质期，

慢慢熟悉了之后，就学着盘点货物，这也是一门很大的学问，是最细心的工作，我本来就是一个比较粗心的人，很多小细节的东西，但是我的熟悉过程也让我觉得无论干什么事情都要学会专心、耐心、细心；在接待顾客的时候要随时保持微笑，这样会使顾客有一种亲切感、一种尊重感，虽说“十足”的东西比一般超市东西都贵上一、二块钱，但是顾客还是愿意到“十足”来买东西，究其原因，就是服务态度好。

在实践的这段时间内，我们接触了各种各样的人和事，同时也交到了很多新朋友，让我“在家靠父母，在外靠朋友”这句话的真正含义，朋友在你需要帮助的时候会无条件的给予你帮助，朋友就是雪中的碳，雨中的伞，黑夜中的一盏明灯。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在委屈的更高的成绩而努力，工作中，则不同，因为你要给别人分担工作的压力，但是无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断的学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，其实在学校里我们不仅要学会理论知识，最重要的一点也要学会做人，不论在什么地方，都要汲别人之所长，补自己之所短，是自己早日成为一个知识面广泛的人。

大学就是一个小社会，但我总觉得校园里总是没有社会上的那种工作的压力，那种为了挣钱而有的精神高度集中，接触那些刚毕业的学长学姐，他们总是对我说要好好珍惜在学校的时间，我们的店长他也是刚毕业不久，他告诉我说“你们现在在学校里还有老师的呵护，关心，可是当你们离开学校以后，社会是很残酷的，要自己挣钱养活自己，说句很实在的话，你今天不工作，今天就没有饭吃，就是这么的现实，虽说外面的工资高，但是消费也高，我们上学期间有父母养活我们，当我们毕业后，也还得到社会上去打拼，去挣钱，在学校里，我们大部分学到的都是理论知识，实践是很少的一部分，在工作中，可能会遇到书本上的知识一点也用不到的情况。

回想这次的实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校是学不到的。在社会上要善于与别人沟通，以前虽说有过打工的经历，但是这次更让我体会到了更多。人在社会中都会融入社会这个大团体中，人与人之间合力做事情，使其做事的过程更加融洽，会达到事半功倍的效果。别人给你的意见，你要听取，耐心、虚心的接受。在工作上还要有足够的自信。自信不是麻木的自夸，二是对自己的能力作出肯定。社会经验缺乏，学力不足等种种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来就什么都会的，只要有自信，就能够克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。知识的积累也是非常重要的，知识犹如人的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，缺少了知识，头脑就要枯竭，、我们这次接触的销售业，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解这方面的知识，对其各方面都要有深入的了解，才能更好的应用于工作中。