

2023年劳动实践自我评定(优秀5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？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。

劳动实践自我评定篇一

我是哈尔滨师范大学xx-x级学生。我出生于黑龙江省铁力市的一个普通家庭，这使我保留了勤奋、简朴和吃苦耐劳的精神。多年在外的学习生涯更磨练了我独立分析、解决问题的能力。

明天又是一个新的里程，面对新生活的挑战，我信心十足，相信我所具备的专业技能，积累的知识 and 所掌握的人际关系心得及较强的适应能力，对事业的执着和对理想的追求，会帮我掀开生活中新的一页，“山不拒土石之微方能擎天”。尊敬的领导假如我能有幸成为贵公司的一员，我相信我有能力胜任贵公司安排的工作，会虚心进娶竭尽所学、用热情和汗水为贵公司的发展贡献一切力量，并愿与公司同甘共苦，并将以敬业乐业，深入实际，刻苦耐劳，开拓创新的精神投入到这份工作当中去，为公司创造更好的效益献上自己的一份力量。希望领导相信我的真诚与能力，我也将会好好把握这次利于我本人发挥和发展的机会，在工作上兢兢业业，以不负您的期望与厚爱。我真诚的期盼着您的佳音！

海阔凭鱼跃天高任鸟飞！

劳动实践自我评定篇二

综合实践活动的实施，是面向学生完整的生活领域，既关注学生现实需要，尊重学生的兴趣和爱好，又兼顾学生长远发

展。它给了学生一个广阔的天地，让学生有机会走出课堂，到自然、到社会中去学习科学知识，为学生的发展带来了开放的空间，并在活动不断深化的过程中实现学生个性的张扬和健康发展。综合实践活动的产生既适应了学生个性发展的需要，又适应了社会发展的需求。每一个学生的个性发展都具有特性、具体性，每一个学生都有自我的需要、兴趣和特长，都有自我的认知方式和学习方式，综合实践活动为每一个学生个性的充分发展创造了空间。当今社会变迁日速，产生了一系列新的问题，如环境问题、道德问题、国际理解问题、信息科技问题等等，这些问题都具有跨学科的性质，综合实践活动为学生参与、探究、理解这些新的社会问题带来了机会。为了促进学生树立探究和创新意识，学会科学研究的方法，发展综合运用知识的潜力，构成初步的生活和生产技能及利用信息技术的意识，培养学生的职责感，实现由活动课、劳技课向综合实践活动的拓展。本学期，我校按照综合实践活动课程实施方案，全面开设综合实践活动课程并收到良好的效果。为了为以后的工作带给借鉴，特对本学期工作做简单回顾与鉴定。

作为初次接触综合实践活动的三年级教师，我们认真学习新课程标准，明确了综合实践活动课程的实施目标，引导本年级学生走进综合实践活动这一门新课程。为了更好地引导学生走近“综合实践活动”，平时我们认真学习了综合实践活动的有关理论丛书，坚持讨论活动中出现的问题。综合实践活动课程的开设到达了预想目标，且趋于完善，我们全体师生会让这学科逐步向构成比较完整规范的'校本课程努力。

综合实践活动课程是综合了一系列相关学科的基础知识、研究方法以及当前社会的综合性问题。当我们在活动中，应对学生那一双双渴求知识的双眼时，深深明白了“一杯水、一桶水“都早已不能满足他们的需求，教师仅有不断的学习、思，不断地充实知识、研究方法才能适应新的课程。

在活动中，学生是最的受益者，在好奇心和求知欲的吸引下，

他们会主动的去获取知识，去查询信息，长期这样可培养良好的学习习惯。学生不仅仅能够在活动中获取知识，培养潜力，并且在思想上能够得到纯化，心灵得到升华。同时他们的实践操作潜力、分析问题的潜力、综合表达的潜力、与人交往的潜力等等方面都得到了提高。综合实践活动为他们打开了想象的翅膀，也为他们搭建了展示自我的平台。比如在《让我们的教室更美丽》这个主题活动中，到达以下几个目标：在教师的忙下，学习制定研究方案，参与简单的项目设计与实践；了解收集信息的几种途径，尝试用两种方法收集与主题相关的一些资料；培养良好的倾听习惯，在小组讨论中，学会表达自我的观点；学习项目设计与实施的一般方法和步骤。

综合实践活动课对我们来说还是全新的领域，由于我们的理论水平、实践潜力不足，在实施过程中存在一些问题。

宣传舆论工作未做好，社会氛围未能构成。社会、家长不清楚、不理解、不支持，活动初期，觉得这学科不重要，有这些观念的家长人数不少。但相信，透过我们的努力，会得到更多家长的支持，我们也会在舆论宣传方面做得更细致，更彻底。

综合实践活动课这门课程是由数学教师兼任的，说实话，我们没有更多的精力放在这门学科上，只能尽力而为。此外，综合实践活动课是一门综合课程，一个课题可能要涉及到各个学科各个门类的知识，有许多问题教师根本无法解决，众人拾柴火焰高，我们需一齐努力，一齐提高！

虽然在活动实施过程中，遇到了这样那样诸多问题，但我们毕竟迈出了坚实的一步，相信在上级主管部门的领导下，随着活动的不断深入，综合实践活动课必将驶入我校高速运行的快车道。

一个学期是有些长的，能够有那么多个星期给我们开展活动；

一个学期又是短的，每到鉴定时，总发觉开展过的每一个活动还近在眼前。不论学期长短，扎扎实实地开展好每一次活动才是最重要的。相信只要有捧着一颗心来，不带半根草去的思想，我们的教育才会越来越尽人意，综合实践活动也会越来越精彩！

教坛枝繁叶茂，风景这边好。我们深信，在未来的日子里，我们的综合实践活动必须会绿荫满地，前程似锦！

劳动实践自我评定篇三

四十多天的暑假生活就要结束了，回首我这个暑假的生活体验感觉仅有一个字“累”。以前并不明白真正的生活真正的工作到底是什么样的，这次的生活实践让我真正体会到了工作的辛苦，挣钱的不容易。经过这次的工作经历让我能更好的调整好自我的心态，以便更加认真努力的学习今后的课程。为以后真正独自接触社会奠定坚实的基础。“吃得苦中苦，方为人上人”。

在这段时间的工作中我最大的收获就是做什么事情都要有耐心以及韧性，社会不比家里不管做什么都有人给你庇护，社会生活中有着很大的学问，说话做事都有不少值得我们学习的地方。

由于我家里的店子很忙又缺人手，所以这个寒假就没有去外边找工作就在自我家的店子里帮忙，顺便筹集我的生活费用。家里做的是超市行业，和我的专业是很不搭调，但终究是工作也是能够从中学到些东西的，在正式开始工作的时候我就在店里跟着工作了两天，原本以为这行业很简单嘛，就是问下进门的顾客需要什么东西。但真的做起来还是需要很多的技巧的，自我慢慢的也学着和顾客沟通，进行销售。

繁忙的一天：

刚开始每一天的工作除了有顾客来了要招呼一下外就是整理一些堆积的或刚进的新货，由于我爱干净，而我此刻所做的工作都是收拾搬运货物。刚开始是有些不愿意拿那些东西了。但我妈妈也就是我的“老板”根本不把我当孩子似的一会儿让我取这东西一会儿取那东西的，弄的我双手都脏兮兮的。

最让我尴尬的是我根本就不认识一些酒水类和香烟，老是拿错了，还自作聪明的把盒子上的字曲解了。，把东西都乱放都搞混了，当然我这么做的直接后果就是被我的“老板”一顿指责，心里委屈也没办法，毕竟自我弄错了，闹了不少笑话出来，让人家顾客以为我们店子的员工都这么不熟悉货物还卖东西，对我们的产品也有了些许的怀疑，这估计就是在公司里，员工的言行会影响到公司的形象一样的道理吧。

短短的的工作时间里，我发现了我自身存在的不少问题，很简单的我作为一个通信系的大学生，自我的字写的也实在太对不起观众了，平时没注意，在给顾客开发票的时候我充分意识到了这点，当我把开好的发票递到人家手上时，对方看到字的那种表情让我真的感觉很惭愧。当时就心里暗暗下定决心以后必须要把字先练习好。免得以后找工作上在这个上头摔跤。

社会是复杂的，社会中的人也是千奇百怪的，有些人就是真的很不好相处，也就是我们俗话说的“赖皮”。应对这样的顾客我刚开始不明白怎样应付，于是关系弄的很僵，场面很尴尬。直到“老板”的及时出现才解了围，当然我少不了挨一顿批评，同时也告诉我一些与人沟通的技巧，以及随时应对问题的方法。

顾客就是上帝，我们对顾客的态度直接影响顾客对我们产品的信任度，就和在公司里面的道理是一样的，员工的工作态度会直接影响公司的形象。所以有时学会忍耐也是必不可少的。在那里我学会了随即应变的本事，以后我们的社会也将是一个深不可测的战场，没有一个好的心里素质，被人挤兑

就彷徨不知所挫的人，将会被这个社会所打击。

耐力的考验：

回家工作的这段时间让我体会颇深的还有就是陪妈妈去分店对货收帐的经历，它对我的耐力考验是必不可少的一个例子。那会我们是早上七点去晚上八点才要回家，一天几乎都是坐着在对账本，在我的理解中，对账无疑就是把账簿上的物品对一下看有没差错有没漏掉的，然后把货款全结算一下，收钱走人就能够了的，没想到要这么麻烦的，要些对着账本把货物都先点一遍，再开始慢慢的一本一本的对帐。

这个过程远没我想象的那么简单简便，比单纯的在店子里待着要麻烦很多，付出的精力也要多很多，原本我以为半天就能对完的帐，三天了才弄完。并且每一天都是那个点来回跑，当时的感觉就像老年人常得的一种病能够形容腰酸背痛的，等忙完了休息了好久才恢复。

在这个过程中我好几次都真的很想把本子一丢不想做了，可是想到了我之前的承诺要把事情都坚持做好，还是咬牙硬撑了过来，最终的成就感当然压过了以往的抱怨，突然间我明白了做事情要有耐心和恒心，只要认定的事情就要坚持把它做好，此刻也是将来也是，这个好的习惯能够成就我们的未来。

在以后我们将面临的社会工作中，我们可能也会遇到类似的事情，你不想做又很累人的工作安排给我们，我们能不去做吗不能。那么我们必须养成这样良好的耐心，以及很好的耐力，才能够不管做什么工作都不怕都能有很好的心态去把它做完做好。

实践心得：

这段时间的实践，虽然不是选的我们的专业部门，可是从中

我还是学到了不少对以后工作有用的东西，比如说心理素质的培养，耐力的考验，这都是我们以后的工作中要碰到的东西，我们的专业再好，没有一个好的心理素质和适应社会的本事。也是不好在这个复杂多变的社会中立足的。从中我也了解到了自我的不足之处，在以后的学习中我会努力抓住这个学习的好机会，多学点东西，以便以后在社会中争取自我的一席之地做充分的准备。我相信成功始终会眷顾有准备的人的。大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式；是促使大学生投身改革开放，向工农群众学习，培养锻炼才干的好渠道；是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。经过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。这次的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自我在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了自我的奋斗目标。实践，可为以后找工作打下基础。经过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不一样，接触的人与事不一样，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。并且在中国的经济飞速发展，又加入了世贸，国内外经济日趋变化，每一天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今日就已被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其它知识，不断地从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

社会是另一个学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，既能让我们的人生价值得到体现，更为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。陶渊明说过“盛年不再来，一日难再晨，及时宜自勉，岁月不待人。”期望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

社会总是不一样于学校的，学校中的那份纯真，学校中那份简便的气氛，在社会上是不存在的，在学校中，我们所接触的人和事都是那么单纯、那么简单，在学校中，我们除了学习没有多少事情需要去做，生活的简便并且自在，但在工作单位，就不是那么简单了，我们要做的事情是那么多，那么繁碎，然而，没有人会告诉你，你要做什么，你要怎样做，只能凭自觉去做，要做好，做的认真漂亮，要把最简单的事情以最认真的态度去做，也仅有这样，我们才能得到别人不一样的鉴定，我们才能有一个漂亮的开头，同时，我们也会发现自我的不足，才能向别人学习更丰富的知识，才能学习别人为人处事的方法，才能高自我的本事。

劳动实践自我评定篇四

今年7月到9月，我到xx县xxx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！

劳动实践自我评定篇五

短峨月的医院实践学习生活就要结束了，回顾这段时间的点点滴滴，虽然说不上激情澎湃，但是毕竟自己为此付出了诸多的心血，心里难免有着激动。第一次作为实习医生的经历会让我们铭记一生。实习，意味着我不再是学校里的那个摇篮中的宝宝，而是即将步入社会的那个学步的幼儿。虽然没有毕业，还要在学校中继续学习，但是这短暂的实践学习生活使我对以后的医学影像专业学习树立了信心，更激发我今后的学习热情与主动性！

怀着激动又憧憬的心情，我回到了家乡，见到了很久未见的父母。和父母讲了我将要准备到医学去锻炼自己，父母积极为我寻找实习单位，最后我在进行为期半月的实践学习生活。

在实践学习过程中正好有学的医学生在这里实习，我便与他们开始了实践学习生活。接下来的一个星期，是医务处的助理老师按照我们的需要和上岗要求安排院领导及科室主任对我们进行培训，其间科室的代教老师还穿插地组织我们到各病房看病历、观看关于医疗纠纷的专家讲座及急救处理方面的录像，让我们对实际的临床工作有了初步了解，为正式工作打下了基础。

经过几天的培训，我对医院的情况有了初步的了解，并且学到了好多新的知识。首先，医务处的于助理给我们讲了医院的发展历史及规模，让我了解到我们医院是有着悠久历史和光荣背景，以及发展潜力。同时，各科室代教老师在教学管理方面对我们也作了严格的管理规定，让我们一开始就树立严谨的作风和认真的工作态度，形成我坚定的思维方式，为将来参加工作打好基础。医德医风教育让我切实感觉到了作为一名医生的神圣和务实性，我们必须树立好自己的形象，做事坚持原则，才能更好地维护“白衣天使”的神圣职权，才能得到病人及同事的尊重。其次，关于临床上具体工作，如书写医疗文书，医疗知识和临床操作的讲座，让原本只具备理论知识的我们认识到了临床工作要干好是多么的不易，只靠掌握理论知识是不行的。同时，对正确的处理医患关系的问题上我们有了感性的认识。

即来之，则安之。在医院这个团结向上的家庭中我一定好好实习，充实自己的知识，为自己将来的工作打好基础，也为医院奉献出我的一切。

在骨科，我跟带教老师学习疾病的诊断与治疗，各种手术的操作外，有时带教老师会让我给病人的创口换药。其中给我以震撼的一次是：有一天，我一个断指再植的病人换药过后，

病人的家属指着病人腰麻后腰椎部位粘的无菌纱布问我，什么时候可以拿掉它。我揭开纱布看了看，没有在出血的迹象。我便对他说，可以拿掉了，随后我感觉不妥当，有让病人家属去医生办公室问下医生。我回办公室后，病人家属便去了。他们问了我的带教老师，我的带教老师看了后也说是可以拿掉了。但病人并没有当即拿掉，而是转过身又问了我一遍：“医生，是不是可以拿掉了。”我当时有点哭笑不得。只能对他们说：“那位比我权威多了。”我的带教老师听了急了。我不禁想起了刚来医院时医务科的那位助理对我说的那句话：“每科中的患者更多的是把你当一名医生来看待。你的一言一行，不仅仅要对自己负责任，还要对病人负责。”这件事情让我深切地感到自己肩上的重担，也对我在骨科继续的日子里留下了不可磨灭的影响。在骨科的日子里，我见到了量手外伤和足外伤疾病。并且能基本了解它们的诊断与治疗。可谓是不枉此行。

肿瘤科是研究内科系统病的一门学科。它的主要研究对象是内科系统疾病。它包括食管、胃、肠、肝、胆、胰等脏器的疾病，其中需要借助量的医学影像设备。不仅包括的器官最多，而且是临床疾病发生率较高的系统。对于我们来说，是实践学习医学影像设备功能的重点科室之一。在该科，我真了解了这个科的基本医学影像设备情况，肿瘤科的放射治疗的基本操作，以及肿瘤科中的医学影像常见故障的诊断及维修。在这个科室中，给我留下深刻印象的是跟科主任的一次会诊。当时的老师在给一位患者作诊断时，看着电脑上的影像图象，老师脸上有一丝忧郁，当时老师说：“图片质量不对，可能是射线管有问题啊！”我当时很诧异，老师怎么会这么说阿，射线管有问题怎么会出射线，就不可能会有图像在电脑上。当我们停下为机器进行检查使发现线管内确实有问题，这让我很倾佩老师。作为一名老专家能这样认真地对待机器设备，了解机器的本身特性，并不断在实际中对机器进行维修。我在肝胆外科实习的日子里，我们的主任不仅在临床理论和实践上是我的良师，他在如何做人上更是我的好老师。

在肿瘤科的日子里，我基本了解了胃镜，血脉瘤，食道癌，肝癌等一些疾病的常识和它们的初步治疗影像设备的诊断方法随后的十几天，我一直留在设备科与mir□ct□x线、肿瘤放射科等一些科室进行实践学习。并且熟练地掌握了这些科中的一些常见病的诊断和治疗。

随着我对医学知识的认识逐步深入。我的实习生涯也即将结束。在我的实习生涯中，我深切地感到了做一名医生的不容易，想做一名好医生更是一件非常不容易的事情。实践出真知，实践长才干!在第一次临床实践中体会到理论与实践相结合的重要性，领悟到良好医患关系的重要性。没有实践的考验，再多的理论也只是纸上谈兵。

最后，感谢医院给我实习的机会，也感谢各位代教老师在工作忙碌之时，还要带领实习生，教导我们正确的方向;更感谢学校给了我们这次锻炼自己，提高自己的机会让我们学到课本之外的许多知识。虽然实习时间短暂，但这段时间却给了我无比的收获，除实务工作上的学习外，人际关系的拓展、职场文化的百态、还有一些活动的参与都让我获益良多，这样充实的生活，我想会是我人生中一段难忘的时光。