

# 最新寒假社会实践的报告 寒假工工作社会实践报告(模板7篇)

在当下这个社会，报告的使用成为日常生活的常态，报告具有成文事后性的特点。那么，报告到底怎么写才合适呢？下面是我给大家整理的报告范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

## 寒假社会实践的报告篇一

20xx年寒假我参加了天元公司的一次促销活动，那是一家大型家电企业，我去了其旗下的一个小店，主要为他们散发传单，活动时间从1月25日至2月8日。从时间上来说并不长，可每天的工作量和工作时间确实是以前的我所无法想象的。每天最早六点半就得起来，晚上有时到九点半，前一个星期还可以，中间有三个小时的休息时间，可后面几天就变成了完全是全天式的。可以说是继08年的建筑小工后的对自己身体素质和忍耐力的又一次考验，很庆幸自己已经受住了考验并顺利完成了工作。

因为快过年了，路上行人比以往多了许多，这也是我们工作时繁忙了很多。我们的工作分两个阶段，前一个星期着重发放传单，并为路人作简短的介绍。在这三天中，我每天直接接触的人多达上千人，介绍三分钟以上的也有几百人。这次的社会实践是我接触人数最多的一次，虽然有些仅仅是接收传单的一霎那，但就一霎那的时间却让我看到了很多在学校看不到的东西，想了一些我以前从没想过的问题，包括自己平时的举止，也包括整个社会的人民素质。有时候，越是小事，越能体现一个人的自身素质和道德水平。

可以说我接触了形形色色的人，友好与不屑都大有人在。这几天我一直在思考一个问题就是个人素质，我不是说全民的素质，而是个人的修养。有时候，一个简单地动作就可以体

现一个人素质的高低和个人修养。在我接触的这几千人中，一半以上的人是接受传单的，在接受传单的人中，接受时能够说一句“谢谢”的屈指可数，大多都是面无表情。在这些人眼中，是我们发传单给他，又不是他们要的，接受是理所当然的，根本不需要感谢。

可是，对于一个这方面的工作人员来说，一句简单的谢谢是对自己工作的肯定和尊重，有时，一天下来，自己的工作却得不到别的基本的肯定和尊重，每当这时，我就会想到骄阳下的那些清洁工，他们的工作又得到过多少人的尊重。从这个角度来说，他们对我提供的`服务表现冷漠是无可厚非的，可想想自己在骄阳下给每一个过往的人发放传单，且不说自己是为了锻炼还是为了那些微薄的工资，看到自己的劳动得不到别人的肯定，总觉得一种失落，因为我知道，每一个人的“感谢”对我来说都是一次鼓励，也是我坚持下来的一种动力。如果说一个简单的“谢谢”是有温度的话，它就是骄阳下的一杯冰水，这也是整个社会和谐的一个标志。可太多的人们是那么的吝啬这句用不了几秒的话。我想等到社会上的每个人都能对别人为自己提供服务时能够说声“谢谢”，生活中就可以少很多不必要的纠纷，社会自然也就和谐了。

后面几天的工作，无论从时间上还是从工作量上来说都增加了很多。我们每天不得不六点多就起来，然后在路上匆匆解决早餐，接着就是不间断的工作。这期间的工作，除了发放传单以外，还要为有意产品的顾客作讲解。讲解语速一定要快，因为我必须在短短的几分钟内把产品的性能和优势讲解清楚，并且要清晰明了，顾客大多都是过往的行人，没有人愿意花长时间听讲解。另外，我还要针对顾客的逐一提问做出讲解，顾客什么样的问题都会问到，这也需要我不停的转变讲解形式，以便使我的讲解更加清晰，达到销售产品的目的。这样就极大的提高了自己的应变能力和语言组织能力，我再也不用像以前那样花很长时间去思考一种问题的答案。

在这短短的一星期时间中，我的语言表达能力得到了极大的

提高，也让我接触到了各色各样的人，其中出现的很多问题，包括个人素质和修养问题，都和前些天无异，依然遇到了很多极其不尊重我的工作的人。在他们眼中，无论我是促销也好，买卖也罢，都不应该受到应有的尊重和善待。我想说的是促销只是一种活动，无论是什么形式的，这种活动完全是双方自愿的，你有不买的权利，但请给别人起码的尊重。不过，令人鼓舞的是，我们的努力还是得到了很多人的一声感谢，这一声“谢谢”虽很短，但它是由温度的一个词，它足以在寒冷的冬季温暖我们的心。所以，无论对谁请不要太吝啬这句话。

整个促销活动分几个点，我们这只是其中的一个小点。这一队中有四人，一个是天元公司的领导，其余三个包括我在内都是学生，一个大一学生，另一个还是高中生，这样看来，在这三人中，我还算老生了，不过，我们三个在一块还是很开心。当然，在工作队最后，因为工资的发放时间出了点偏差，我们十多个学生跟公司发生点不愉快，不过问题很快得到了妥善解决，我也为自己在这一中间的冷静感到惊讶。问题解决后，我惊喜的发现自己真的成熟了很多，我不再是像刚来大学时不分轻重，做事莽撞，我找到了一条更好的表达自己意愿和观点的方式，这种方式能够为他人接受。通过另一种形式达到自己的目的，这不失为在做人和处事方面的另一种收获。

就像我对这次促销活动的主管说的那样，每一次的社会实践对我老说都是一次自我提高，所以我很珍惜每一次实践的机会。无论是去年的餐厅工作，还是工地上的建筑小工，都让我的自身能力有了很大的提高，从起初的不谙世事，到后来的努力谨慎，这是我终身受用的，也是学校生活所不能给的。虽然自身还有很多方面有待提高，但我想社会会给我锻炼的机会，我也会积极的创造每一次锻炼的机会。另外，社会实践给我的往往不仅是专业知识的运用，还有很多为人处世方面的收获。通过一次次的社会实践，我想我不应也不会是那种低能的大学生。

另外，在这次工作中，我的收获远不止自身素质和能力的提高，还有一个重要的收获就是，我的努力工作得到了天元公司领导的肯定和赞赏，这是我在学校所得不到的，对我也是一个巨大的鼓舞。我至少知道，这竞争这么激烈的社会中，我可以凭借自己的努力找到一个属于自己的位置，我的努力也会得到一个全新的认识。我不再迷茫和徘徊，而且对未来充满了信心和期待。这个收获是以前任何实践活动所没有过的，所以我也更加珍视这次社会实践，并在今后的工作中进一步明确自己锻炼的目标。

当然，我还是希望自己在将来的实践中多锻炼自己的专业素质，毕竟，我还是想获得学历和能力的双丰收，这就需要自己付出别人多一倍的努力和时间。合理地安排时间和适当的锻炼自己对今后的我来说都很重要，我想我会更加努力地学习专业知识，不让宝贵的时间付之东流。我也相信自己在未来的时间里能很好的把握的。为了美好的明天加油！

## 寒假社会实践的报告篇二

大学的第一个寒假我开始了人生的第一次打工历程，其中的辛酸与快乐都是一份宝贵的经验。xx年1月7号我来到了许昌市花都大酒店开始了第一天的打工生活，花都大酒店是一个以餐饮与住宿为一体的酒店，而我的工作就是服务，对于我们服务员来说客人就是我们的上帝，我们的宗旨就是让客人满意。刚开始的几天我的任务就是看菜谱、熟悉菜名和了解这道菜怎么做的，经理给了我一星期的时间去学习这些。刚开始我以为不就是菜谱嘛。我根本没把这看在眼里，别以为这很简单，第一次我们经理提问我的时候回答得很不好，经理也很不满意。两天后经理又提问，这次回答的还是可以的。慢慢的经理就让我尝试着去帮客人点菜。第一次点菜的时候我站在那里都是发抖的，由于紧张给客人上菜的时候都把菜水洒在了客人的衣服上，好在客人很好，没有多说些什么。然后一些老员工总会教我一些，比如上菜的时候一定不要紧张，要等客人让出来一定的空间的时候再把菜端到转盘上，

如果客人没有注意到你的时候，就一直说你好。直到他们给你让出来一定的空间。碰到爱找事的客人，就一直保持着微笑，让他们无事可找。

在学校中的我们总是两耳不闻窗外事，无忧无虑的，总把世界想得很美好。到社会上了才发现一直都是自己太天真了。感觉自己太傻了，什么都不了解，有时候别人说的话根本就听不懂。自己决定出去打工的时候父母都不是很愿意，总觉得我们还小，天又太冷。可我们总不能活在父母的庇护下。就像小鹰如果不离开老鹰的怀抱永远享受不到飞翔在辽阔的天空时带给他们的成就感。我刚开始打工的时候也是感觉很新鲜，新鲜感过去的时候也想过放弃。因为每天去上班时寒冽的风冲的我是瑟瑟发抖，三天下来我的脚趾头冻了，看着肿胀起来的小脚趾，说实话真想放弃。可想想刚开始的热情自己还是挺过来了，从前有点小毛病就会向爸爸妈妈抱怨，如今自己却没有勇气向他们抱怨，因为这是自己的选择……在打工的过程中曾经在四天中摔到三次，没有哭泣、没有埋怨、没有诉说、没有放弃，只能怨自己太不小心，因为哭泣、埋怨、诉说、放弃只会让别人更瞧不起你。我做的只能是让自己站起来对旁边的人笑着说：“我没事”，继续干自己该干的活。也曾经差点让客人跑单，我不能抱怨客人记性不好，只能怨自己太不认真，如果不是经理打电话给客人回来结账，那么我不是要看着自己辛苦一个月的成果就因为自己的粗心而为别人吃的饭买单吗？这个教训也让我明白无论做什么都不能粗心，万事细心一点总是好的。在打工的最后一个晚上面对客人们一开始的无理取闹和喝醉酒后的找事，我只能笑着什么事也没有的去做，尽管他们呵斥我，说我工作的不好，我也只能当是他们在自己的领导面前受气了，找个地方撒撒气而已。毕竟当我不开心的时候还会给别人脸色看呢。面对各种各样的压力人们总会有不开心的时候。

在不同的岗位上的人们无论他们的职位高低如何都有不为人知的辛苦，就像我们的酒店经理，她虽然不用费那么大的力去干活，也许我们看着她每天往吧台里一坐很清闲的样子。

其实她比我们操的心要多，当我们的服务不能让客人满意了是经理陪着笑脸去向客人说好话，当我们出了什么差错的时候，是她跑前忙后的去给我们处理。大多时候穷人总会羡慕富人能过上丰衣足食的生活，而自己整天为这些拼命地苦干，其实想想做个穷人有什么不好，不用担心别人惦记你的财产，不用担心别人和你成为朋友是为了你的钱，不用整天有很多的应酬，不用白天是白天夜晚还是白天的过。简简单单有什么不好，无忧无虑也是一种境界。

经过这次打工的社会实践让我学到了很多宝贵的经验，也让我不再像以前那样不敢在很多人面前说话。我认为吧，我们每个大学生都应该有自己的主见有自己的社会经历，总有一天我们要像雏鹰那样离开父母的怀抱去打拼自己的世界，为自己的世界去奋斗，就像蒲公英的种子一样不离开父母永远不会有开花结果的那一天。这次打工让我明白成功都不是从天上掉下来的，不经过努力、不经过打拼只能是默默无闻，无所事事。学历固然重要，经验更难能可贵。我们没有理由去瞧不起任何职业，从事任何职业的人都是这个社会必不可少的，就像环卫工人，虽然它们看起来微不足道，但如果没有他们，那么我们的城市会是什么样的呢？会像现在这样整洁吗？不论将来我们从事什么职业都要怀着一颗认真的心去对待，干一行爱一行，行行出状元嘛。而且我们还要尊重别人的劳动成果，因为那都是别人用自己的汗水换来的，你尊重别人了，别人也就会尊重你。不论是在社会上还是在学校我们都要用心去对待任何人，学会忍耐，学会做一个聪明的人。即使自己受气了，也要站在别人的角度去想想，那样也许自己就会开了，学会做一个乐观的人。我们在实践中获得经验，在经验中不断成长，让我们用心去体会种。种实践吧。

### 寒假社会实践的报告篇三

经过前期准备，我们山东经济学院齐鲁情大学生支农促进会以协办方的身份参与到西部爱心公益网、上海公益联盟和西北师范大学爱心天使西部助学会联合举办的xx年7月xx年级学

生来说，她的梦想是做一个舞蹈家，所以她选择了健美操小组，通过近二十天的学习，她离她的梦想更近了，而且最后这位同学健美操成功入选我们的联欢会。个性化教育，按学生们兴趣教学，我们在实践。

我们的趣味运动会。我们在支教中期了解到学生们从来没看过运动会，为了扩展同学们视野，所以我们特举办此次运动会。我们的运动会很特殊，按常理来，有点自相矛盾甚至可笑。既然是趣味运动会，一些流程上应该从简，项目向搞笑靠拢，我们不是，我们开幕式很正规，领导致辞、入场式、运动员代表宣誓我们都有，有些项目甚至不是体育项目，像你来比划我来猜。我们认为，运动会本身并不重要，重要的让孩子们去体会，去经历，去感受。没开过运动会，但你必须知道运动会开幕式流程是什么，没玩过，但你必须知道怎么玩，我们海派别人称我们的学生为土老冒。再就是我们的运动会，就是给你提供一个见识、经历的机会。

#### 四对外交流

我们山东经济学院齐鲁情大学生支农促进会古浪支教队，在出发前协会给我们制定了两个重点：支教和对外交流。由于此次活动是西部爱心公益网、上海公益联盟和西北师范大学爱心天使西部助学会主办，我们协办的，所以对外交流的机会难得。除了，我们同主办方的交流外，我们还同黄羊川镇国际会展中心、当地大学生组织雁归社、南开大学义工联盟、中国地质大学、兰州大学红丝带爱心社展开了交流，更是和雁归社和南开大学义工联盟确定长期合作关系。通过交流，我们学到了其他学校开展类似活动不同模式和先进经验，也推广了我们协会的经验成果。这有利于我们协会，在日后在类似活动者的完善，有利于我们协会的发展壮大。

#### 四队员的生活娱乐与纪律并重

在外我们九个人就是一家人，所能依靠的也只有我们九个人，

所以我们必须要团结，我们就是相亲相爱的一家人。

在娱乐方面，我们每一天上完课休息时间，特别是晚上我们会在一起唱啊，跳啊，闹啊，我们尽情的欢笑，有笑声化解了一天的疲惫，迎来了新一天的而生活。我们每周会有一天休息时间，利用这一天我们组织大家集体出去玩，领略当地大自然风光的同时也增进大家的友情。此外，在支教期间，我们的队员包蓉迎来了她二十岁的生日，我们那天聚在一起，为她过了一个，简单而隆重的生日。

没有规矩不成方圆，我们每一个队员都牢记我们的支教纪律，并严格遵守。我们每天准时六点起床，六点半统一早操，然后一起早餐、上课、午餐、休息、上课、晚餐，每晚坚持开会并进行批评与自我批评。每天我们要求统一佩戴协会标志，左臂红领巾，胸前会员牌，有活动还要统一队服。当然，还有其他例如：做最便宜的车，吃最简单的饭；不拿群众一针一线，接受的礼品必须要付钱；不轻易许诺，许诺的事必须要兑现等等。

娱乐的生活和严明的纪律保障了我们各项工作顺利有序地开展。

## 寒假社会实践的报告篇四

为我总是对自己说：“勇敢点，挫折？怕什么，风雨过后一定会有彩虹的。”于是，我便有着一个坚定的信念，那就是克服自己在成长中的困难，坚定不移地朝着自己奋斗的目标前进。我相信，自己的明天将会更加美好！

寒假，我到所在的社区居委会帮忙，进行社区服务。从2、21到2、27，一个七天，我每日都去居委会服务，帮那里的工作人员整理资料 and 文件，走访人民群众，了解社区居民的生活情况。

刚开始，我并不适应那里的工作，觉得很无聊，很没用。但是，通过与当地居民和工作人员的接触，我逐渐了解到了这个社区服务的乐趣。我知道了如何整理资料，如何照顾老人，如何体贴他人，也知道了成年人的艰辛、努力——这一切的一切，若是没有走出家门，参与服务，就不会体会到的。

通过这次社区服务，我提高了社会适应能力和运用知识解决实际问题的能力，增强了社会责任感和使命感，也扩大了视野，对自己有了清醒的定位，不仅发现了自己知识结构中欠缺的一面，也感受到了现实和理想的差距，这对我们的学习、生活和工作都有很大的启发。

比如说，居委会的资料总是井井有条，分类整齐，通过居委会大妈的言传身受，我知道了学习应该也像整理资料一样，每天都应该按门按科地把知识梳理一遍，这样，不仅有利于查找，而且还有利于记忆。不只是学习，家里的一切也应当是这样，书籍、衣服、玩具等等。

## 寒假社会实践的报告篇五

这个大一的寒假过的很有意义，大概是我前面十几年了真的有意义的一次了。以往的寒假都是在家待着，什么也不干，特别的无聊，这次寒假因为进入大学，学校对学生有社会实践的要求，所以我真正的进行了一次社会的实践。现在我的寒假结束了，那社会实践也结束了，如此也来总结我的大一寒假社会实践。

一放寒假，我就迫不及待的去附近的镇上一家餐厅应聘前台的收银员了。当然我也成功的应聘上了，这真的是很开心的事情，这样离家也不远，这份工作也是自己可以去做到的。

应聘上的第二天，我就正式上班了。开始的一个礼拜是培训，熟悉环境和工作流程，其次就是学习如何进行收银的操作。第一个礼拜，也算是作为我短暂的试用期，毕竟我的寒假只

有一个半月左右。在一个星期试用期通过后，我就正式的上班了，老板就把收银的事情全部交给我了。如果是以前，我会觉得收银很简单，很轻松，但是当我真正的做下去的时候，才慢慢的感受到了收银工作的艰难。为什么这样说呢？首先，上班时间长。我的下班时间是跟餐厅关门时间一样的，我每天要从早上七点开始工作，一直上到晚上十点左右，一天这么下来，就特别的累。其次，身体疲惫。我是前台收银，我要服务好顾客，我几乎只能站着上班，那我基本上是要站十几个小时的，我的双腿这么一站下来，真的无比的酸痛，身体也是很累的。第三，工作看似简单，实际上不是这样的。我不仅只是收银，还要给顾客上报菜单，对于我这样没有做过这样的事情的人来说，一天要不断的在电脑的给顾客下订单，有时候大脑不够用，就会弄错顾客的菜单。所以工作只是看着轻松，实际上做的时候，就会觉得很难了。一个月的收银工作做过来，我总算是体验到打工人的辛苦了。

虽然本次寒假的社会实践只有一个月，可是我所学到的、所感受到却很多，不仅体会到工作生活的艰苦，也学到怎么与人打交道。在实践中，我明白读书真的很幸福，这么一对比，我觉得自己以后会珍惜读书的机会，会努力在学习上下苦功的。我很感谢这样的实践，让我的工作经验有所积累，也让我对于在社会工作没有那么害怕了，更多的是去勇敢面对路途上的艰苦。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

## 寒假社会实践的报告篇六

叔叔和阿姨热情的招待了我，与我在客厅里诚恳的交谈了很久。在交谈中，我了解到以下情况：小孩有厌学情绪，懒于学习，贪于玩乐。同时我可以感受到父母心中那种望子成龙，很铁不成钢的殷切的心情，父母对子女的那种期望是炙热的，无私的。他们看得很远，看到了子女的未来；他们做的很无私，甚至会由于子女的不才而深深自责。我被父母对子女的这种情已深深打动，同时感到肩上的担子很重。她，对于没有任何家教经验的我来说。

我帮扶的对象是一个五年级的小学生。刚开始可能是由于之间不熟悉，小孩还是很听话的，做什么都很认真，无论是写作业还是背单词，都有耐心。没过多久，我们之间的说笑增多时，他也就表现出调皮相，不想学习。布置的一点点作业也只是勉强完成，更不愿意多听我讲。回来后，总结这几天家教的经验教训，觉得真有些失败，可能是小孩没有和自己好好配合，没有做好这几天的家教，小孩子的调皮、贪玩在这个年龄阶段是不可避免的，大多原因在于自己的教学方法的不正确性，没有适应孩子心理的发展，使小孩对自己产生一种排斥心理。我想应该多用引导的方式来教他，比如在数学方面。我开始意识到：现在的首要任务不是讲课，而是帮助她端正学习态度后来的几天比前几天好多了，在教孩子的过程中多了表扬和鼓励，找到孩子的优点，激发他对学习的兴趣。

在后来的几次中，我也不断的总结经验，并向同学请教一些方法，在家教结束时也取的了比较满意的效果。此后，我也经常给她上类似的课程，她也慢慢有所改变。她还没领红领巾，从言语中听出她对红领巾的渴望。我便慢慢培养她那颗上进心，让她得认真学习才能获得奖赏(红领巾)，一步一步

向更高的目标发展。她很聪明，题目一点就明，很快便把它的寒假作业完成了。我也遵循我的诺言，她每上完一节课就像一个新游戏陪他玩，她也高高兴兴的愿意听我的话，我为之感到欣喜万分。学习态度比以前端正了许多，学习也知道使劲了，以前的疑难问题基本得到了解决。这就是我家教的成果。她的父母跟感激我这段时间对她的帮助，要我不定期的给她带电话来督促她。我会坚持这样做下去。

## 实践体会

转眼间，暑期实践活动就过去了。蓦然回首，发现原来匆匆的假期里多了一份沉沉的充实。虽然暑期社会实践活动已经结束了，但社会实践给我们带来的巨大影响却远没有结束。它使我们走出校园，走出课堂，走向社会，走上了与实践相结合的道路，到社会的大课堂上去见识世面、施展才华、增长才干、磨练意志，在实践中检验自己。短短几天的社会实践虽然比较辛苦，是庆幸？还是依恋？回想起来，才发觉，原来乏味中充满着希望，苦涩中流露出甘甜。参加暑期实践活动，有助于我们在校大学生吸收新的思想与知识。虽然短短的十天社会实践一晃而过，但给我的启示不是那么一点点，而是非常的多，而且这些东西是我在书本上学不到的。这次实践学到的经验是我一生中的宝贵财富，我会好好利用这笔财富的。我学到的不仅仅是在实践中学到的一点点知识，而是在实践中学到的总的工作策略和为人处事的方法，这不只是一次实践那么简单。

社会实践带给我的不仅是能力的提升，还有更多在书本上读不到的道理。知识没有高低，工作不分贵贱。实现人生价值，回报社会，需要做出切实的努力。实践出真知，理论的全面掌握也同样重要。汲取知识，提升能力，健康而全面地发展，这是一名大学生在进入社会前所要做的。艰辛知人生，实践长才干。实践之行，让我们走出了校园的避风港，踏入了与实践相结合的道路，到社会的大课堂上去经受酷暑的考验，检验知识，锻炼能力，为今后更好地服务于社会打下了坚实

的基础。是我人生的宝贵财富。

虽然义务家教并未给我带来一丝物质上的利益，但我知道，我把我的爱心传递给别人，当自己身处困境时，也定会有人向我伸出他们的援助之手。

同时我也发现了一些问题存在，教育不是单方面的，家长应该主动与孩子的老师联系，学校也可以通过开家长会、组织老师进行家访等与家长进行沟通交流。家长与老师之间必须保证能随时取得联系，以便不时之需。家长应该注意对孩子的疼爱方式，多给孩子买零食并不是对孩子的正确的疼爱方式。家长应该以冷静的头脑来思考该如何对待孩子，怎样去爱自己的孩子。家长平时要多主动的与孩子进行交流，不能因为忙着挣钱养家就忽视了与孩子的交流。可以利用吃饭的时间或者孩子写完作业后与孩子交流。

马上就开学了。期待下一次社会实践的来临。

更多热门的社会实践报告分享：

大学生三下乡社会实践报告范文

寒假走访农村的社会实践报告

大学生寒假饭店打工社会实践报告

大学生的暑期社会实践心得

## 寒假社会实践的报告篇七

弹指一挥间□20xx年寒假又到来了。那么，每年寒假到来之际，都有什么样的安排呢？下面来分享下我的寒假饭店打工社会实践情况：

今年的寒假，是有史以来最有成心的一个寒假。今天寒假我在饭店找了份工作，因而，我的寒假打工生活从此开始，我的社会实践脚步从此踏出。下面是我饭店打工的心得体会：

本着一颗不为利益，只为在实践中磨练自己，在实践中寻觅自己的不足，更为在实践中能成长自己的心，我开始工作，深处其中体味了一下这份工作的酸甜苦辣。

工作第一天，领班把任务分配了一下，大家便开始了新一天的劳作。孰不知我这个新手甚么都不会，仿佛大家都以为是约定熟成的东西了吧，我向他人求助了一下，拖地时，但我还使尽浑身解数努力往拖，总算是干净了，擦擦额上的汗珠，我真感到累了，不光是拖地，像擦杯子整餐具，这些活儿跟我们平时干的都不一样，看这些老手们干的都是有声有色的。固然不是很上手，但我觉的很欣慰，让我晓得了，生活中琐琐碎碎的事很多，但他们中都隐含着各自的规则，需要我们往遵守，往感受，不容一点的忽视懈怠，只有这样，我们才能收获很多，成长更多。

我欣喜地感觉到，通过社会实践的磨练，让我变得更加成熟、更加自信，我们有理由相信，当代青年大学生有实力承当的起未来建设国家的重担，寻求进步，刻苦求知，勤于实践，全面成才势必成为广大青年学生的共同心声和行动！

刚来的前两天是给我们培训的，别以为服务工作是一份简单的工作，为了让我们熟习饭店的基本工作流程和熟习菜品，所以我们干起了传菜。固然传菜部基本上都是男生，我们证明了女生也能够干的一样好。开始练我们端盘子，男传菜员两手各拿一个端盘，我们也不例外，端着盘子往返来往，有的菜品也很沉，就这样走，一走就是一个小时，走的腿都酸了，酒店还给我们发的小跟鞋，想历来没穿过跟鞋的我们，更是一种煎熬啊！工作时我感觉很累，而且很不适应，觉得有些坚持不下来，但最后还是咬牙挺过来了！

宝贵的经历胜过我们在课堂里埋头于课本里挖空心思，虽然这样的实践不能代表甚么，但却能使我们感遭到走出象牙塔后危机四伏的压力，有了这样的体验过后，当我们真正面对困难的时候，我们会发现自己比他人多了一份的淡定和冷静，千万不要忽视每件事的细微的地方，由于常常事情的结果就在这样一个不起眼的细节处决定成败。社会实践是艰苦的，但收获是巨大的。实践让我的生活变得多姿，实践让我们的人生变得很多彩。

这家饭店是一家四星级的商务涉外饭店，每个饭店都有好几个岗位，各个岗位的要求不一样。这家饭店岗位主要有前厅、餐饮、客房、酒吧、商品部、康乐等，而各岗位中又有小小的岗位组成，我的主要工作是餐厅服务员。

餐厅是饭店中的一个重要部分，是客人用膳的主要场所，也是饭店取得最好经济效益、弹性最大的部分之一，它的服务特点是服务员直接对客人提供对面的服务，个量大，时间长，需求多，为了满足宾客的不同需求，必须做到美味佳肴，令客人吃得满意。工作很苦很累，明天都要忙到晚上九点以后，但是我却从中学到很多书本上没有的知识，也顺利的将所学充分应用到实践当中，做到了理论和实践的结合。

天天上班时间不固定，每周都会给我们排班，有早班，中班还有晚班。上班时开会领班就会给我们先容菜名及价钱和今天的工作日程，还有今天客人订好的包间，哪几个传菜员往哪几号包间服务上菜等等。11点开始站岗了，迎宾在门口等待来临的客人，中午十二点到两点是客流高峰期。4点半过往又开始打扫卫生。晚上五点到九点又是一个客流高峰期。

在服务中，有很多礼貌礼节和仪容仪表是应遵守的，餐厅服务员主要的职责是负责菜肴的传送工作，在服务中要做到精神饱满，并且热忱和蔼地面对顾客们，耐心的满足顾客的所有要求，急顾客所需，这样才能让服务传递到顾客心中，让顾客觉得物有所值，给顾客留下美好的印象。

在这一点上，我丝毫没有马虎，它让我在面对顾客需求等其它服务时，能够迅速而正确的完成，而且在动作、表情等细节上也做到了精益求精，给领班留下了很好的印象，也让顾客十分满意。

由于我们饭店的假期工比较多，由于社会实践是一笔财富。一分付出，一分收获，有付出，就一定会有收获。在社会实践中可以学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野，了解社会，深进生活，无穷回味。社会实践是一种动力，在祖国需要的时候，我会无条件地把所学的知识的一切奉献给祖国和人民。

走出校门融进社会的大舞台，我们才真正体验到本身知识的欠缺，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。在实践中我们才能真实的知道自己有半斤两，我们需要虚心的向先辈向同行请教，不断的充实自己壮大自己。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)