

最新餐馆实践报告总结(通用6篇)

报告在传达信息、分析问题和提出建议方面发挥着重要作用。那么什么样的报告才是有效的呢？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。

餐馆实践报告总结篇一

本文目录

1. 餐馆社会实践报告
2. 餐馆服务员寒假社会实践报告
3. 最新大学生暑期社会实践报告范文 餐馆打工

暑假如期而至，这个暑假时我大学生活的第二个暑假，时间较长，俗话说要想充实自己的大学生活，必须在学习的同时积极参加社会活动。这样不仅可以增加自己的社会经验挣点钱而且在人际交往等反方面也有很大帮助，就我个人而言这也可以为将来自己踏入社会奠定坚实的基础，使自己立于不败之地，所以我决定利用暑假这个好机会好好实践，体验一下真正的社会生活，因此我来到我家附近的一家宾馆打工。

“凡事想时容易，做时难！”

本以为在这里打工是一件很容易的事情，不就是端菜，洗盘子，拖地吗？这些都在家做过啊！心里还存在侥幸的心理，可是让我没有想到的是，刚去的第一天下午就犯错了，在端茶时，不小心摔碎了一个酒杯，我当时吓的不得了，刚好被领班发现。我什么也没有说，只是让我交120元的罚金。我心想怎么会是这样啊！刚来钱还没有挣到反而被罚了，心里很是不情愿，可是事实就摆在我的面前，在工作中他们说一就是一，说二就是二，当时领班严肃的表情吓得我说不出话来，脸都通红，他们告诉我：“在工作中时容不得半点马虎的，在开

始讲的很清楚，出现其他的事个人负责。”我也没办法狡辩，这确实也是由于我的不认真造成的，没办法，就交了120元罚款。哎！我想这是第一次做着工作了，也算120元买个教训吧！可是我的心里久久不能平静，总以为这些错不应该发生在我身上，可是又有太多的可是，从这件事中我深深体会到想干好一项工作很难，即使一件小事。心中总有一种想法不愿意从事简单繁琐的工作，可是“一屋不扫何以扫天下”的道理，我们都懂，我想万事开头难吗？在接下来的工作中我会认真。

一月24号那天晚上都九点多了，对没有熬夜经历的我来说实在是困啊，可是还有吃饭的没有离开的人，我在坚持着，大约过了一个小时大部分的人都散了，可是还还有五个男的他们都喝醉了，在吵个不停，可是没有办法啊，他们是顾客，不能撵人家走，我只好硬撑着。当我撑不住的时候，他们也散了，可就当我扯盘子的时候，一不小心把茶水洒到了我身上，以我的性格当时就气火了，忍不住更他们吵起来了，没想到那人的话是在难听，不仅没向我道歉，而且还说我。我实在是咽不下这口气，待会经理过来了，把事情解决了，可是我没有办法逃脱责任，经理说我是一个新来的临时工要学会怎样和顾客交流，在发生此类状况是应该怎么做。可是我要学的还有很多，刚来没有几天就发生了这么多的事情，我实在无法在待下去了，我仿佛是来找气生的，想辞退不干了，可是有又想如果这样就半途而废了，什么也学不到，况且这不是真正的走上了工作岗位。自己需要学的还很多，其实社会就是这么复杂，形形色色的人，各种各样的事情都有，为了了解更多，增加自己的人生阅历，我选择了坚持，一直做到1月30号。20天的打工体验让我懂得了很多，心中也有了万分的欣喜和快乐，真是一份更与一份收获，不经历风雨怎能见彩虹。虽然知哦与短短的二十五天，可是就在这20天里我认识了宾馆的很多工人员，结识了社会上形形色色的人，学会了要以礼貌温和的态度与人交流，用心服务每一位顾客。

现在自己还是一名大学生，都说大学是半个社会，可是我认为截然不同，社会上的人不会像老师那样给我们讲解，他们

的言辞很锋利，直戳到我们的心理。但是为了挣钱我们只有忍耐了。20天结束了。我拿到了九百多元的工资，钱是不多可是我了在心里，因为我学到了书本上没有的知识，增加了我的个人阅历。我相信这个开始会成为我人生中的美好回忆，他也会时刻的鼓励我不断前进在人生的旅途中越走越远。

餐馆社会实践报告（2） | 返回目录

半年的大学生生活转眼间在欢声笑语中结束，大学的生活是很惬意的，当跨进大学的第一步，心里幻想着自己心目中的大学。但半个学年的大学生生活又没有想象中那么舒适，反而让自己有了紧张感，为毕业后干什么而紧张，我意识到不能享受那种无忧无虑的生活。寒假即将而至。

大学只是沟通校园与社会的桥梁，是我们进入社会前继续充实自己知识的“深加工厂”。最终我们要面临社会和市场无情的竞争与淘汰，仅仅依靠校园里的知识是不够的。于是，我开始思考怎样才能让自己的寒假这个短暂的时间里学到学校学不到的东西。同学们都在努力的通过各种机会来磨砺和充实自己，而我也不能落后。

于是我来到了一个小餐馆，我在的餐馆虽然小，但是客流量很多。因为那里附近有个医院，因此来这吃饭的人大多数都是病人或病人的家属。我是在厨房里帮师傅打下手的，我刚去不懂多少。师傅很和蔼的跟我说慢慢学，我点点头说好的。大冷天的我却热得冒汗，厨房里的油烟味很浓，师傅跟我说最多的一句话是习惯就好。有人说在你的生活里有了好人，也就有了坏人。餐馆的小老板很凶，经常叫我干本不是我干的活。他会在我不是很忙的时候去洗碗，洗完了要扫地等等，做不好会挨骂。但是我觉得做好了也会挨骂，我只能低声下气的忍着。当时我想也许这就是社会，冷酷无情。。。

这次亲身体会让我有了深刻感触，在实践的这段时间内，我们穿街走户接触各种各样的人和事，这些都是在学校里无法

感受到的，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不会有人告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自己的努力做到最好。这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识的更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。

餐馆社会实践报告（3） | 返回目录

开学的九月份如期而至，两个月的暑期社会实践时间结束了。一切仿佛就刚刚结束，随时间的漫流也许不再想起这里的每个人，但在这里经历的事永远记得。

我是经过一个好朋友的介绍来到了福州一家客家餐馆，老板是我们的老乡，菜也几乎是我们老家的特色菜。自然店里也就好几个厨师是老乡，于是更有了几分亲切感。但是出于自己以往每年当暑假工的经验，总觉得自己是有点不被看好的，但既来之则安之。初来乍到的生怕自己做错一点事，也想应该勤快点做事，多做点少做点也没关系的。

之前朋友介绍说老板对人挺好的，但第一天来见老板时，就觉得有点不被待见的感觉（不过也可以理解，有哪个老板会很热情的接见一个短期工）于是在后来的工作中我尽量都避免单独和老板一起的场面，在他面前也尽量不说话，说话声音也就小。其实在这里上班就怕老板，并不是怕客人不敢讲话。于是有次和老板，同事们聚会时，老板说的一句话一直记得：读书的人，胆子怎么那么小呢？就想怎么这么说呢？正是因为读书在学校里，缺少锻炼，缺少与社会上的人打交道。但当时也就只是一笑而过，不多解释什么。

我在这里刚开始的工作是买单结账，我好朋友还说：挺好的，这个工作也比较轻松。老板说：不能算错，不能少算，可以多算。你在这里做段时间就会明白的。（后来和好朋友聊天时，向她请教了一些这店里的潜规则）自己很担心会算错，在吧台里呆，整个精神要紧绷着。要看客人有没有走了没买

单的，很多客人时不能买错，买错了要自己负责。其实我就怕客人多的时候，自己慌张买错了单。但有次还是出错了，这次也是我这么多次打工中最为深刻的失误。

7月13号中午，外面下着雨。同时来了三大桌的客人，三四十个人。另外还有一些小桌的客人。没有人买单时需要帮忙上菜，当时我从二楼上菜完下来。有人叫买单，匆匆跑过去看那位女士以为和刚刚来一起的两桌，就算在两桌的了。客人走了，后来一位男士下来买单。我说两桌的已经由一位女士买了。及时发现错了，但已经解释不了了。客人在门外，但老板不允许我出去追回解释清楚。最后，另一桌的就没买到单。当时真的慌了，好无助。所有人都看着我，老板拉下脸说：别追，追了扣你工资。哪桌没买啊？多少啊？我看下，没买的自己垫着。今天中午客人又不多还买错啊，现在服务员那么多不需要你帮忙她们。要不是看在你是老乡，早就不要你做。这是我听过最难听的话。当时那个难过得无法用言语来说，一直劝自己一定不要掉眼泪，让别人看笑话了。可是眼眶都红了，抽泣声。。。同事安慰道：没事的，每个人都会犯错的，之前某某某做了那么久不也算错过。之后老板比较和气点和我说了下，也许算是安慰吧。

只是心有余悸，一直觉得自己站在自己的立场上觉得那次自己还是可以追回来的，就不会自己赔那么多。后来有次和朋友聊天说到这件事情，他说：老板会做生意，确实不能去追。这让我想想，要是站在他老板的立场的确不可以去追，“顾客是上帝”本身就是自己的错，去追的话对店的声誉有影响。

当时难过得想马上离开那里，不然又让大家看见我哭着。当时还说晚上就不来了，不做了。除此之外还有几次老板说了很伤人的话，还记得我刚来几天时，问了下老板菜价。他说：来了那么久还不知道价格啊。越想越不想干下去，后来几天也一直纠结这个问题。晚上下班时间早一般都会和同事出去吃夜宵或者逛街，同事安慰我说：没关系的，老王（他们称呼老板）生气的时候什么话都讲得出的，我以前刚来时也是

这样啊，也想过不做。但认真想想也没那个必要，再说你是暑假工刚来。想了想几天也就没想这个问题，之后买单时更加谨慎。

在这里上班几个同事们挺照顾我的，这点真的很感谢。刚来时觉得这里的员工还是挺团结的，但时间久了渐渐的感觉到了他们的矛盾。在这里呆的时间不长，很多以前的事，现在的事就都知道了。也许是总有部分人爱八卦吧，即使不感兴趣知道也就会知道了。

本以为我这次工作和以往一样每天自己上班时和老板的交集比较少，但这个老板他是很多事要亲力亲为（据说是因为一直没有找到个有能力的经理）这点我也挺敬佩的，因为这样他和员工接触的时间长就会比较了解员工以及店里的情况。同事们会说老板小气，但想想有几个老板是很大方的。对员工小气，对客人假装大方。这是正常现象。第二点，他也经常和员工聚在一起玩，这点也是不错的。另外每个月还可以带员工出去游玩一次，这样也可以搞好员工之间的关系。不过有点不足之处，有一点点失误就会直接说员工的不是，或者生意淡的时候也说员工的不是，这容易造成员工心里埋怨。

最初来到这个环境时觉得员工之间相处的应该不错，时间久了就渐渐发现一些矛盾，虽然表面上挺好的，但实际都有点矛盾。无论是服务员之间还是厨房里厨师之间，我刚来不久就听到她们的抱怨声，就听到各种坏话，各种说别人的不是。（那时候最喜欢和厨房的洗碗阿姨一起，因为和她一起就不需听其他员工的不是）以及她们不想留下来的想法。后来厨房换了一两个厨师，据客人反映：菜的味道变了，比较不好吃了。也许和这也有关系吧。有几回服务员之间就吵起来了，之后又一个个跑到我这里来说三道四的。对此我也只是笑笑而已，也许会跟着应付几句，只是觉得她们好小孩子似的。之后服务员也走了一些，又来了新的。老顾客一来都知道换了员工。

最后是这里的管理，有次客人看我们忙的一团乱的就说：你们这的管理太乱了。我们又何尝不知道这管理乱呢，一到客人多的时候就像战场一样。虽说有一个领班的，但也是不懂怎么管。只是叫我们做事情，很多时候无法理解她怎么想的，没法变通的人。不过有一点很值得我们佩服的是 她都会处在老板的立场考虑问题，很认真的帮老板做事情，就是做事情很不错，确实缺少一个管理人。

这里工作要感谢很多人，让我更清楚的认识了自己的不足之处，让我体会一番真的实践。无论是老板的责骂还是同事的鼓励，朋友的帮助都非常感谢，感谢这段路有你们的陪伴，你们的鼓励。很记得我刚来时还没有适应不习惯，晚上下班就叫小朱带我去走走散散心。他说：很多时候只不过就是一句话的问题。这句话一直记得，也许真的是我刚来时不爱在上班时和别人说话，一句话说中我的心声。还有那次我被老板批评时，你一直鼓励我留下来。之后一段时间小三天天带我出去兜风，出去吃夜宵。有次去唱歌，你听我唱歌声音挺大声的，高音还唱得上去。你就问我：唱歌那么大声，怎么平时说话声音那么小呢？怕什么，人就要有自信。确实如此，有时候出于没底气，没自信。这些话我一直会记得的，谢谢你们。

餐馆实践报告总结篇二

11年的夏季如期而至，这也是我大学的第二个暑假。我给自己布置的作业时社会实践。此次，我在餐馆进行了为期一月的社会实践，感到受益匪浅。

通过此次实践，我明白了社会实践对引导我们大学生走向社会，接触社会，培养工作能力，以及完善思想道德有着重要意义。我所从事的店，是以餐饮服务业为主的，为人们提供了方便快捷的高品质的服务以及物有所值，安全美味的食品。

在此期间没，我学到了许多东西，而这些东西将让我终生受益。

1. 岗位实践概况

我于七月底进入工作实习。主要负责柜台的点餐与收银工作。柜台的点餐与收银是餐厅运营的重要环节，对服务员的要求较高。因此我收到了专业全面的培训。工作的过程看似简单，但真正在规定时间内正确的实施下来是需要一定技巧的。因为，毕竟顾客没有快速点餐的意识也不了解点餐流程。因此我们必须在顾客犹豫不决的时候，时刻为顾客做决定，以缩短点餐时长。方便服务下一位顾客，从而提高餐厅营运效益。厨房制作以及备餐元呈递一般情况下不超过三分钟，以避免顾客长时间的等待。由于甜品站点的独立性时的速度没有严格的要求。但我们仍然要尽量在最短时间内为顾客提供食品与服务。当顾客量较少时，我们也不能闲着，必须积极主动地找事情做。例如随手保洁，不全柜台纸巾，浆料纸杯等等，以确保营运高峰时流程顺畅，为下一轮高峰做好充分准备。由此可见，这里干净整洁的环境，高效便捷的速度都是通过全体员工每时每刻不断努力创造出来的。

2. 岗位实践结果

由于大量的客流量以及长时间的工作，使我感到非常疲惫。我必须一遍又一遍重复同样的对话，细心解释同样的问题，作者同样的动作。嘈杂的环境让我无法喘息，身体的劳累使我有时面对顾客有些不耐烦，服务质量随着客流增多下降。有时不免于顾客产生摩擦，还有上下班时夏日高温让我感到非常难受。虽然挫折很多，困难很多，但我都坚持下来了，我也努力让自己做到最好。于是，我也得到经理们的认可与赞扬，还有顾客们对我的服务很满意地微笑道谢感到很欣慰。

3. 实践的体会

一. 忍耐。每当与顾客发生摩擦或不被理解时，我就感受到了社会真实的打击与

残酷。我们这些平时在家娇生惯养在学校无忧无虑的大学生们似乎真的不懂得人间疾苦。后跟少接触社会的我们都太脆弱，我们的自尊心太强，受不了谩骂与误解。受不了挫折就急着为自己辩护。其实，社会就是这样真实，不会把你宠着，也不是每一个人都会顾及你的感受。每当受到误解时我们不应该以强硬的态度反抗，毕竟架是永远吵不完的，毕竟不是每一个人都能无私的为你着想，理解你。我们能做的先世在原则下忍耐，原则外不理睬。然后反思自己是否有错，然后不断的提高自己的工作能力以避免顾客的不满。若错不在己，则以理服人，心平气和的解释。每当我受挫，我就提醒自己冲动，退一步海阔天空，心里也就平和许多。

二. 和谐的人际关系。员工多总要与人打交道。从前的我不爱理不熟的人。现在 我强烈的感到人际关系的和谐又多么重要，它有利于自己工作顺畅，毕竟在社会工作 团队协作非常重要，一个人是无法完成的。它也有利于你工作顺畅，每天微笑与人打 交道自然心情好，工作效率也提高了。

三. 自制。不要将个人情绪带到工作中去。于是，我深感一个成熟的人必须具备控 制情绪的能力。试着转移情绪，安慰自己。自我安慰可以带来快乐，快乐地工作你会 有意想不到的收获。

四. 提高自己的竞争力。我学会了不断努力，是时虚心请教他人，不断提高自己的技 能。同时，我也深感我们必须在工作实践中勤于钻研，不断学习不断积累，于是我也 学会独立解决问题。并且不可不懂装懂，否则运用于实践中发生错误后果比较严重。

五. 赚钱的辛酸。工作的劳累使我疲惫，这让我体会到了赚钱的不易。花钱容易赚钱 难。今后，我会珍惜每一分每一角，

体会父母的辛酸。

社会时间让我受益良多。今后一定好好学习，提高自己的专业技能，提高自己的社会竞争力，完善自己的思想品德，做一个社会优秀的人才。

我们都知道：进入大学是大学生进入社会的第一步。然而，在校园里我们仍然不能完全融入社会。因此为了我们结束大学生生活的时候能够更好的、更快的适应社会，提高自己的实践交际能力，锻炼自己的才干，培养自己的耐力，我们在大一暑假期间展开了社会实践活动。以下为我的社会实践内容。

按照学校的要求，我在浙江省温州市瑞安市名家美食庄园进行了社会实践活动。名家美食庄园是一家以吃饭为主，喝酒为辅的餐饮场所。

在这里，我成功地应聘了传菜员。传菜员，顾名思义，就是将做好的菜送到每个餐桌上。这是我第一次打工，感慨颇多。在这了做传菜员，也让我真正的学到了很多在学校里学不到的东西。下面是我的切身感受。

这里工作是上午9点上班，工作到中午1点下班。下午4点上班，晚上9点下班。工作量有点大，一站就要站几个小时，刚开始有点不适应，一天下来腿都麻得受不了。现在想起来，我能坚持下来，真的感觉很欣慰。刚开始去，大家把我当新人看待，有些不接受我。所以我就十分小心地处理人际关系，能自己做的事情尽量自己完成，在完成自己的工作之余，尽量帮助同事。如在下班之后，主动帮助服务员整理碗筷和桌椅。终于很快的获得了同事和老板娘的信任，在实践活动结束的时候，老板娘对我说很是舍不得我走。有一次生病期间，另外一个传菜员主动代替我值班，让我很感动。总的来说，还是不虚此行的。

我也了解到，学校与社会有太多的不同之处，要真正融入社

会，只有亲自进入社会才行，因为社会很丰富，但同时也 很复杂，不是我们能想象得到的。如果亲自进入社会，我们看到的永远只是表面现象，怎么能了解社会的实质呢？这就是学校要求我们进行社会实践活动的真正意思所在。以下是我的看法。

得老板娘总体做的很好，但仍有不足之处，不然怎么会有一些员工离开呢？所以需要改进。比如，在食宿上，条件确实不怎么样的，我想如果能够改进一些，那么员工的积极性肯定能够大大的提高，就会踏踏实实的工作。从老板娘那里，我知道了，要想成功，要想飞得更高，走的更远，就要求我们要做得更好，更加努力，付出常人所做不到的汗水。还要有敏锐的目光和开阔的视野。

还有，作为一个暑期工，又是一个人到离家这么远的地方，一开始我担心那里的长期工和本地人会欺负我。害怕与他们处理不好关系，害怕他们会嘲笑我是书呆子，不屑于与我交往。很多以前的同学在外打工的都告诉我在外面要注意自我保护，不要太相信别人，不然很容易被骗。经过几天的适应，我了解到，外面的人有好有坏，不能一概而论。者就需要我们有一双雪亮的眼睛，能够正确地分辨人心。有一个同事人就特别好，刚去的时候他就护着我，告诉其他同事不要欺负我，我特别感动。我很小心的处理与同事、与老板娘的关系。只要你真心去交往，别人是不会伤害你的。同时，我也深深体会到了“三人行，必有我师焉”这句话。我家在北方，与那里有太多的不同。有好多种的鱼和植物我都没见过。没当我对这些东西感到好奇的时候，我同事总是很耐心的向我解释，告诉我它们的种类和作用。让我感到最神奇的是有一种鱼，长了很多的牙齿，有一侧没有眼睛，而在它的头顶上长出了一只眼睛，以前从未见过。

我体会到了钱的来之不易。以前，钱没了就是直接向父母要，没想过珍惜父母的劳动成果。只有亲身经历过，才能真正明白劳动的不易。每当我工作中遇到不顺利的事情和感到不坚

持不下去的时候，我就告诉自己，我的学习机会和所有的一切，都是父母用汗水换来的。最终，我成功地完成了这次实践活动。

我还学到了很多有用的知识，厨师就教过我很多做菜的技巧，告诉我什么时候该大火，什么时候该小火，什么时候该放佐料，什么时候菜会熟。回家之后，我还特意给父母做了一顿饭，他们很开心，夸奖我会做饭了。

一点钱来折腾别人，显然是不对的了。看到有个当服务员的小姑娘被气得哭了的时候，我就找到老板娘评理，最后让那个客人道歉。最后，当我拿到那薄薄的几张钞票的时候，我真是感慨万分，毕竟是我自己的劳动成果，感觉自己的能力提高了不少，很有成就感。总之，这次打工的经历真得让我刻骨铭心！！我所收获的只有我自己知道！在短短一个月的打工生涯中，我觉得我不仅仅是学到了一些知识，更重要的是练就了自己的韧性，让自己明白了很多道理，很多看似简单的道理，也为我自己踏入社会作好铺垫，人，总是需要去磨练，去拼搏，要不岂不是在人间白走一遭吗？虽然我并不迷信，但我一直相信：既然给你做人的机会，那么就要好好的把握！这次打工的经历定将深深印在我的脑海里，以后这样的机会肯定也会很多，我一定会努力争取，多锻炼，，不断自我提高，挑战自我！虽然是第一次，但我认为这次实践活动是成功的，有益的，这会在我以后的学习起到很大的帮助。

每天8：30上班，中午一点半下班，再到下午的4点上班，晚上8点半下班。每天早上到饭店后首先打扫卫生，包括摆餐具、扫地、拖地、打开水等等。到10:00吃饭，吃完饭收拾好后开始站岗，迎客。“欢迎光临”“请问几号包厢”“请问几位”“这边请”之类的话开始在菜馆里四处飞扬。加茶、拿饮料、倒酒、上菜、打饭紧接着而来，完全可以让你忙得焦头烂额。特别是当你一个人看几个桌子时，若几桌人同时叫服务员，你会觉得特别痛苦，然后就是忙上忙下，跑进跑出。

让你再一次明白什么才叫真正的“供不应求”，是呀，这里的服务员真的不多了，所以在职的便特别辛苦。“您请慢走”“欢迎下次再来”“请带好随身物品”送走了一批客人，然后收拾残局。到一点半后如果没有客人就可以回家休息了。下午4:00准时上班，吃完员工餐，开始做准备工作。做好准备工作后又开始重复上午的工作，站门、迎客、送客、收拾，到8点半下班。但值班人员要等所有的顾客走完，才可以离开。

这就是我们服务员一天的工作行程，不是夸张，是事实，特别是有时遇到故意刁难或是蛮不讲理的顾客，你这一天过得更是“凄惨”：一，你不能得罪顾客，因为他是上帝；二，你不能坏菜馆的声誉，因为你还想在那里工作下去；三，所有的错都是服务员的错，即使那错是因为别人而犯或是本身就是别人犯的，只要关系到顾客，你就得认栽；四，做的好，没奖；犯点小错，就要罚！

候，还真有点不习惯，很多东西都不懂，幸好有同事的耐心帮助、老板老板娘的耐心教诲，让我在这次社会实践中掌握了很多东西，更重要的就是使我在待人接物，如何处理人际关系等方面有了很大的进步。

别人都说你一个大学生干嘛来吃这种苦，这活累，又没几个钱。但我还是坚持了下来，即便因此哭过，我知道我不为钱，只想尝试，因为苦都是要尝了才知道，像我们这一代的孩子，从小在父母的呵护下长大，任意花着父母的血汗钱，殊不知钱来得这么的不容易。通过这次暑假的社会实践，我真的学到了很多很多，也看到了、明白了很多很多。虽然只是短短的一个多月的时间，但在这期间我流过汗、吃过苦、挨过训，通过自己的认真总结深刻的体会到了一些在校园里领悟不到的东西。这次与社会的亲身体验，积累了一些必备的社会经验和人际交往的技巧。我相信，这次实践不仅仅是我的一次实践，还是一次人生经历，更是一生的宝贵财富！“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”，只有社会实践才能使我们找

到理论和实践的最佳结合点。

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高。

1、在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的。以前的我并不善于与人沟通特别是初次见面的人场，通过这次的实践我这方面的能力有了河大的提高。人都要学会融入社会这个团体中，人与人之间齐心协力，才能使做事的过程更加融洽，事半功倍。别人给你的意见，你要认真听取，虚心地接受。

2、在工作上要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出的肯定。社会经验缺乏，学历不足等种种原因会让自己缺乏自信。其实有谁一生下来就什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，一切就变得容易解决了。

3、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，人缺少了知识，头脑就要枯竭。要想把工作做好，就必须学会相关方面的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识的更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。

暑假期间，我在青岛的一家餐馆打工，并按计划游览了青岛一些著名的地方。在暑假有限的的时间里，我充分利用，以充实自己。通过实践，来领略社会，了解社会。这份实践报告便是对我暑假期间实践学习的整理和总结。

一、 实践目的：

在暑假没有来临之前，我便将暑假的时间排满，便是为了让这个假期过得更充实与有意义，不再重复以往的空虚与闲度。更是改变只是在书中学得知识的方式，通过实践来获取不一样的只是，体味不一样的生活。出于对青岛的向往，暑假期间我来到了青岛。由于很多朋友和亲人在青岛，加上我从未去过青岛，所以暑假已来临，我便飞似地来到青岛。以便能学习更多的知识。带着很多目的，让我对本次实践充满激情。想体会一下打工者的生活，尝尝自己赚钱的滋味，或酸或甜，绝知此事还须躬行。本次实践的主要目的是通过打工，了解社会，是自己更加成熟，学习在书中学不到的知识，让自己多一份经历，提升自己的能力，拓展自己的能力，拓展自己的知识面。而除了打工，在青岛，也是为了游览一下这里的风景区，观赏不同的景色，开拓眼界，增加见识，也是实践学习的一种方式。

二、 实践内容：

去了青岛，发现找一份工作并不是如自己想象中的那么容易，看着很多店贴着招聘启事，进去一问，基本都是招长期工。短期工、暑假工的工作少之又少。终于到青岛的第三天找到了一份工作：在恩顺灌汤水饺店做服务生。

找到工作的第二天，我便开始了暑期的打工生涯。由于没有太多的工作经验，所以我工作起来特别的卖力与认真。通过几天的学习观察，我便熟练地掌握了工作流程。每天上午9：30上班，晚上9：30下班。早上上班的第一项任务便是收拾昨天客人走后的餐桌，扫地、拖地。等卫生打扫完之后，便是摆上碗筷，等待客人的到来。当有客人时，帮忙招呼一下，上茶水，报价、帮客人点菜开单。然后，便是传菜。客人在吃饭期间有什么需要，及时提供。客人走后，便是收拾餐具，打扫卫生。虽然看起来简单，不过客人多时，也时常手忙脚乱。特别是当客人等待很长时间时，总是会催老板快一点，老板催促服务生快一点，服务生催促厨师快一点，厨师恨不得要催时间慢一点。

以应付的问题，还有时有的客人会拿服务生开玩笑。而作为一名服务生，是没有发脾气的权利的，也不能与客人争吵争辩，因为“顾客就是上帝”。而工作中并非只是收顾客的气，有时工作中的失误与不足，还会挨管理人员的训。不过在一段时间以后，我便慢慢适应了。作为一名打工者，在顾客和老板面前，要做的便是服从、服从、再服从。其实，老板大多数时候是很关心员工的，有时会鼓励我，在受到顾客的委屈时，也会给予安慰。有机会时，其他的老员工，总会给我讲很多道理事情和处理的方法。我也会问一些自己不明白的问题，他们也能帮我很好的解答。我在其中学到了不少社会知识和一些为人处事的原则。出门在外，打工受气在所难免。所以想得开了，再大的误会也会烟消云散。在饭店打工，以前以为没有客人的时候会是闲着舒服。工作之后才发现，即使没有客人，也要站着等候客人的到来。一天站10个多小时的生活，开始并不是很习惯。即使习惯以后，一下班也有立刻坐下的冲动。不禁悟到：站得久了，发现可以坐着的人就是幸福的。由于是在餐馆，所以吃到很多以前未曾吃过的东西，也算是开了口界。由于常在门口站着，店门前恰好是一条公路，所以了解了很多不同类型的车，宝马、奔驰也不再像以往那么眼生。常在城市转，这里养狗和鸟的特别多，也看到很多不同品种的狗和不同种类的鸟，煞是有趣。

在打工结束之后，剩下的假期里，我利用自己赚得的钱去了青岛很多的景区：海底世界、五四广场、栈桥、中山公园第一次洗了海澡。由于正赶上啤酒节开幕，得以在啤酒城畅玩一番。看到很多美丽的景象，感受到很多的乐趣。

三、实践结果：

到了8月10日，我一个月的打工生涯结束了。老板为了给我送别，准备了好的酒菜，让我非常感动。老板对我一个月来的工作给予了肯定，他表示很满意，并满口的赞意，让我感到很欣慰。我想这都是我应该做的。一个月来，对老板的落落大方、管理方式、经营策略都广有认识，其实做老板也非一

件易事。一个月很快就过去了，回忆和很多员工一起忙碌的日子，还有点恋恋不舍的感觉。或许我已经习惯了打工的生活。一个月的辛苦也是有回报的，拿到工资时，真的很欣慰。但是并不是因为有钱可以领，也不是结束了打工的苦日子，而是自己的付出终于有了结果和回报，自己的实践也有了收获。回想一下自己的努力，觉得很值。我一个月的工作也到此画上了圆满的句号。

四、实践总结、体会：

可是我们还得生存下去。通过本次实践，我知道了父母的辛苦和供我上学的艰辛。想想以我一个月一千的工资计算难以维持我一年的大学生活的。原本以为学医苦的我，在经历过一次打工后真正明白，比起打工的艰难多阻，这点苦又算得了什么。社会比想象中的复杂还要复杂。世界虽有太多的五彩缤纷，但看起来远不如大学的单纯美。经过打工的磨练，更知原来大学生活的纯真是多么美好。这让我更加懂得珍惜大学生生活，人生这段美好的时光。在打工中，正是由于工作中的失误与不足，让我学会虚心接受批评，并认真改正，明白拒绝对错误的认知，便会导致正确的迟来。这份工作让我变的更有耐心，更能热情地对待周围的人与事。当从暑假实践中走出，感觉像是由难入易，犹如金蝉脱壳，一切变的都是如此容易。通过实践，真正使自己丰富了知识，磨练了意志。我将用我在实践中学到的知识，让大学生生活变得更美好。

餐馆实践报告总结篇三

山清水秀、鸟语花香，是美好环境的形容词，也是21世纪每个地球公民所向往的。原因很简单，现在随着科技的发展，人类生活水平的提高，污染也与日俱增，看空中，浓滚滚的黑烟伸出巨大的魔爪狂舞在曾经的蔚然里。现在，一起来看看关于环保的实践报告！

随着世界工业经济的发展、人口的巨增、人类欲望的无限上升和生产生活方式的无节制，世界气候面临越来越严重的问题，二氧化碳排放量愈来愈大，地球臭氧层正遭受前所未有的危机，全球灾难性气候变化屡屡出现，已经严重危害到人类的生存环境和健康安全，即使人类曾经引以为豪的高速增长或膨胀的gdp也因为环境污染、气候变化而“大打折扣”。因此，环保低碳出现在人们的视野，并被越来越多的人所关注。对企业来说，低碳经济被提上平台，对大众来说，健康的生活方式——低碳生活被越来越多的人所呼吁。

作为当代大学生，我们不能仅仅局限于课本知识和校园生活，还应该关注社会热点，于是我利用这次寒假时间积极的参与进去，通过环保低碳宣传，农村居民和城镇居民、企业的问卷调查，亲身实践等形式为低碳生活尽我们的一份绵薄之力。

为响应“节能环保，低碳生活”口号的号召，节约能源，营造洁净、优美、低碳的生活环境，我们组成了名为“节能环保，低碳生活，从我做起”的暑期社会实践小分队。低碳生活，对于我们普通人来说是一种态度，而不是能力，我们应该积极提倡并去实践低碳生活，注意节电、节水、节油、节气，这些点滴做起。除了植树，还有人买运输里程很短的商品，有人坚持爬楼梯，形形色色，有的很有趣，有的不免有些麻烦。但关心全球气候变暖的人们却把减少二氧化碳实实在在地带入了生活。“低碳生活”节能环保，有利于减缓全球气候变暖和环境恶化的速度，势在必行。减少二氧化碳排放，选择“低碳生活”，是每位公民应尽的责任。在这次环保行动中，我主要负责的是捡垃圾和进行环保宣传。我们主要在读书走廊、公园、廊桥周边、道路，小区周边进行了捡垃圾和进行环保知识宣传活动。在这些地方，我们就收集了几袋垃圾。

意义的，浪费别人美好视野的无用工。

通过这次实践活动，让我们真正学到不少，对社会的理解也

在活动中加深了。实践中学其他知识，不断的从各方面武装自己，能在竞争中突出自己。作为新时期的一名大学生，我们必须坚持正确的方向，努力学习好各种知识，除此之外，我们还必须参加各种社会实践，到校园外的社会去锻炼自己的意志，增加自己对复杂社会的进一步了解，增强自身社会责任感，增加适应社会的能力，为我们大学毕业完全进入社会做好必要的准备。

前言 此次活动的主要内容是低碳社会环保实践宣传,在低碳生活日益被关注当今社会,并且低碳生活俨然已成为一种趋势和必要,那么当代大学生应该作为这种趋势与必要的先驱者和倡导者。在此次实践活动活动中,我们通过与地方环保部门的相互协作,在多个公共住宅区进行了低碳社会环保实践宣传,向住宅区居民宣传及倡导低碳生活的必要性和具体行动措施。而在城乡进行低碳社会环保工作具有重要意义。所谓“低碳生活(low-carbon life)”就是指生活作息时所耗用的能量要尽力减少,从而减低二氧化碳的排放量。低碳生活,对于我们这些普通人来说是一种态度,是你愿不愿意和大家一起创造低碳生活的问题。我们应该积极提倡并去实践低碳生活,要注意4个节:节电、节水、节油、节气,从这些点滴做起。除了植树,还有人买运输里程很短的商品,有人坚持爬楼梯,形形色色,有的很有趣,有的不免有些麻烦。但关心全球气候变暖的人们却把减少二氧化碳实实在在地带入了生活。

“低碳生活”虽然是个新概念,提出的却是世界可持续发展的老问题,它反映了人类因气候变化而对未来产生的担忧,世界对此问题的共识日益增多。全球变暖等气候问题致使人类不得不考量目前的生态环境。人类意识到生产和消费过程中出现的过量碳排放是形成气候问题的重要因素之一,因而要减少碳排放就要相应优化和约束某些消费和生产活动。

而对于占据中国人口近八成的城乡来说,低碳生活具有重要意义,每个人一个小小的举动放大几亿倍之后,将会产生不

可想象的作用。而且要做到低碳生活只需一些简单却又行之有效的举措，任何人都能做到。

这次活动的主要内容是一方面向社区居民宣传关于低碳社会环保的意义‘必要性，另一方面是指导并相互交流如何在日常生活中做到低碳生活。除此之外，为了让此次活动能够达到某些现实意义。我们在每次宣传和交流过程中收集了一些社区居民家中的可回收利用的生活垃圾。并将它们在活动结束后转移到了工厂中进行再生产。

一、实践主题：

深入社区, 贴近市民, 宣传低碳生活

二、实践目的：

1. 通过深入社区，大力普及环保知识，提高市民的环保意识，培养社区居民和学生关注社会发展的责任感，热爱社会公益事业的品质。
3. 建设绿色家园，弘扬社会道德风尚，发扬义工精神，促进社会和谐发展。

三、实践形式：

1. 对各年龄段人群进行询问。
2. 在小区草坪捡拾树叶垃圾。
3. 去公园社区进行实地访问
4. 上网查询资料, 制定宣传策划
7. 问卷调查：用问卷调查的方式了解人们对环保的认知程度和环保观念；

8. 小组成员与居民、学生交流环保宣传心得。
9. 回收居民家中的可回收的生活垃圾，进行返厂再生产。

四、实践时间：

20xx年8月05日到20xx年8月11日

五、实践地址：

**县花园 **小区 家园 苑 住宅区

六、实践人：

**县低碳社会环保宣传小组

七、实践过程：

前期活动具体实施：

1. 编写绿色社区低碳环保宣传活动策划及方案；
2. 整理低碳环保资料，设计低碳环保展板；
3. 制作低碳环保展板，横幅
4. 编写低碳环保问卷调查；
5. 设计低碳环保有奖问答试题；
6. 策划低碳环保游戏。

实践小组共时间十人组成，活动时间在20xx年8月5日至20xx年8月11日，共七天时间，主要时间内容十向社区居民宣传低碳社会环保的意义以及一些低碳生活小妙招，并对居民提

出的疑问进行解答。实践流程是先于环保局协商并制作了六块宣传展板，上面有低碳社会环保的重要意义，另外是一些低碳生活小妙招。作为补充，小组成员又向社区居民介绍了更多的生活妙招。倡导居民在日常生活中主动做到低碳生活。5日、6日制作展板，7日在**县花园，8日在**小区，9日在家园，10日在苑，11日在住宅区分别进行宣传活动，11日下午将回收的垃圾返厂。

宣传中的生活小妙招有如下：

1、啤酒，让人不再毛手毛脚

大部分女生都希望拥有一双又白又细的腿。但是，毛色明显的手毛和脚毛也是很多女生的烦恼。其实，我们可以使用喝剩的啤酒解决这个烦恼。用棉花沾点啤酒涂抹在手毛或脚毛上，这样可以将毛色染淡，让毛色变得不明显，既省钱又不怕会伤皮肤。

2、厨房洗洁济灭蟑有一套

厨房最怕的就是蟑螂横行。不过要是拿杀虫剂拼命喷，又怕会附着在锅碗瓢盆上，要是被间接吃入人体，那可就不妙了。其实灭蟑不一定要靠杀虫剂，我们还可以使用洗洁精。将清洁剂加水稀释，用布沾湿，擦在蟑螂可能出没的地方。由于洗洁精会堵住蟑螂的气孔，造成蟑螂窒息而死。

3、衣物翻面洗亮丽不褪色

由于顾虑到晾衣与折衣时的方便，洗衣服时，我们都会把衣物翻成正面清洗，不过，衣服长时间的清洗下，会因为相互摩擦而造成褪色的效果，甚至还会伤及表面纤维，往往新衣服没洗几次，便看起来黯淡无光。所以，使用洗衣机洗衣服时，最好先把衣物翻到反面清洗，这样才能防止衣物褪色。

4、保存面粉的容器

像是面粉等食材，用空瓶子装容易结块、放到塑胶袋中又不方便取用；有时候真不知开如何保存才好。如果有不要的卷筒纸罐子，可以将面粉或是太粉放入里头，在卷筒的开口处用一层粗纱布盖着，再用橡皮筋将剩余的纱布绑在瓶身上，然后在纸罐上头盖上一层盖子。就可以直接放到厨房的调味料旁收纳着。

5、要如何挂容易变形的衣物呢

像是大衣或是麻沙制的洋装，如果用一般的衣架来收藏的话，很容易会在肩膀的部位就塌下去，变形了。那么要如何挂这些容易变形的衣物呢？只要多准备几条毛巾，就可以了喔！在衣架的肩膀部位，先用毛巾卷起来，再将衣服挂上，这样就可以防止衣物会变形。

八、实践体会与结论

经过此次社会实践活动，可以看出我们的低碳环保意识还有待提高。我们总是这样形容地球为我们的“母亲”，但是日益恶化的环境正在威胁着我们“母亲”的寿命，总是以为地球上所拥有的资源能源是无限的，但是人们的过度的浪费，已经使这些“无限”的资源能源在逐渐的变成“有限”的！请爱护我们的环境，因为“只有一个地球”！也许现在我们感受不到环境的恶化威胁到了我们的生存，甚至愚昧的人觉得与己无关，但是有没有想到几百年以后我们的子孙后代应该去哪里生活呢？难道要伴随着适合人类生存的环境而永远的消亡吗？针对低碳环保的问题，暑期实践。不仅仅是为了完成实践报告，更希望可以借此来了解人类生存的环境到底如何，借以警示愚昧的人类！

环境污染会给生态系统造成直接的破坏和影响，如沙漠化、森林破坏、也会给生态系统和人类社会造成间接的危害，有

时这种间接的环境效应的危害比当时造成的直接危害更大，也更难消除。例如，温室效应、酸雨、和臭氧层破坏就是由碳大量排放，大气污染衍生出的环境效应。这种由环境污染衍生的环境效应具有滞后性，往往在污染发生的当时不易被察觉或预料到，然而一旦发生就表示环境污染已经发展到相当严重的地步。当然，环境污染的最直接、最容易被人所感受的后果是使人类环境的质量下降，影响人类的生活质量、身体健康和生产活动。例如城市的空气污染造成空气污浊，人们的发病率上升等等，严重的污染事件不仅带来健康问题，也造成社会问题。随着污染的加剧和人们环境意识的提高，由于污染引起的人群纠纷和冲突逐年增加。为了保护生态环境，为了维护人类自身和子孙后代的健康，必须积极防治环境污染。为了做好环境污染的防治工作，我们每一个公民必须努力增强环境意识：一方面要清醒地认识到人类在开发和利用自然资源的过程中，往往对生态环境造成污染和破坏；另一方面要把这种认识转变为自己的实际行动，以“保护环境，人人有责”的态度积极参加各项环境保护活动，自觉培养保护环境的道德风尚。

这次活动还让我认识到：

1、“团队精神、共同合作”在工作中的重要性。

2、前期准备工作在整个过程中的重要性。

“好的开始是成功的一半”这句话都被人说烂了，只有经历后才能真正体会到他的真正含义。要是你在工作前不准备充分，你就不能够搞好你的活动。因为你的活动因为参与的人很少，你就肯定会手忙脚乱的。

3、我觉得做一件事，只要你用心去做了，不管结果怎样都是成功的。

们必须坚持正确的方向，努力学习好各种知识，除此之外，

我们还必须参加各种社会实践，到校园外的社会去锻炼自己的意志，增加自己对复杂社会的进一步了解，增强自身社会责任感，增加适应社会的能力，为我们大学毕业完全进入社会做好必要的准备。

餐馆实践报告总结篇四

：饭店是我国旅游业的重要组成部分。饭店服务的质量是饭店的生命线，要提高饭店的服务质量，关键在于提高员工文明礼貌这个最基本素质。讲究文明礼貌，既体现饭店员工对宾客的基本态度，更反应力一个国家精神文明和民族文化修养，就个人而言，则是衡量道德水准和有无修养的尺度。因此，饭店员工必须十分重视饭店礼貌礼节知识的学习和修养，而所有有名的饭店都是和至高无善的服务是分不开的。

出门在外总要想找一个地方落脚，这个假期通过在饭店的实践，是我对饭店有了一个全新的认识，也了解了许多知识，饭店的经营需要多方面的合作，多方面的努力，只有大家都相互配合，才能赢得更好的利益。

第一次参加社会实践，使我了解了很多，感受了很多，懂得了很多。我明白学生社会实践对学生来说是一个重要不可缺少的部分，也是他们贴近社会，了解社会的基矗在爸爸朋友的介绍下我来到一家饭店打工，而我也就是从最基层做起，做了一名餐厅的服务员。虽然只是干了短短的二十天，但对我来说收获很大，因为我是新人，所以先进行了两天的培训。在培训阶段教导员给我们讲授了作为一名服务员该有的基本准则。像面对客人要经常面带微笑，在餐厅里面再急也要一步一步地走过去，你可以走得快一点，但是绝对不能跑，而且在倒酒时，白酒只倒小杯子的四分之一，红酒只倒玻璃杯的三分之一，啤酒要挨着杯口只倒四分之三，而且端菜时从客人的左面上菜，还要先提醒客人一下，，上菜时也有顺序，有凉菜，有热菜时要先上凉菜，再上热菜，当客人点

的菜比较多时可以提醒一下客人，您需不需要一点什么汤等等好多好多的规矩。刚开始时，也会有不习惯，一天下来，觉得脸都笑僵了，而且脚疼，但是做事情要坚持不懈。“万事开头难”，做着做着，我一边改正自己的不足，一边像哥哥姐姐们请教，在一周之后，他们都说我做得很好。虽然很累很累，但是我很高兴，暂不说可以赚一些钱，更重要的是我可以学到很多知识，比如餐厅管理的知识，一个好饭店所要具备的因素，还可以学到与人交流沟通的技巧。刚开始，要经常笑，觉得有点别扭，但当后来，我真正的明白自己的一个微笑不仅可以给客人带来好心情，而且可以增加客人的食欲，有助于饭店的生意哦。下面就我所掌握的知识向大家介绍一下。

每一个饭店都有好几个岗位，各个岗位的要求不一样，经过调查，饭店各个岗位主要有大厅，总台，客房，餐厅，商场等。而各岗位中又由小小的岗位组成。

如，大厅所在岗位服务员就有大门应接员，大门保安员，行李员，梯口应接员，大厅清洁员，洗手间服务员等。在这些服务员中，有不少礼貌礼节是大家都应该遵守的。像大门应接员的主要职责是负责来店客人的大门迎接工作，在服务中要做到精神饱满，并且热亲和蔼地招呼每一位进出饭店的顾客们，大门保安员对饭店来说起着非常大的作用，饭店的安全和宁静的生活是和保安员分不开的。还有其它岗位的服务员应做到的各个职责都不同，但他们都给整个饭店带来了蓬勃发展。饭店的总服务台是饭店的“窗口”，又是饭店管理的“神经中枢”更是住店人进店和离店的必经之地。因此，能否给客人来时有“宾至如归”之感和离时有“宾去思归”之念，在很大程度上取决于总服务台的服务质量，所以说，总台服务是整个饭店经济和信誉的中心。

总台服务所在的岗位服务人员有接待员，问讯员，定房员，结账员，外币兑换员，商务中心服务员和话务员等。接待员在总台服务中起着巨大的作用，当你接待客人的时候，不仅

要做到办理一个，接待另一个，招呼后一个，这个原则，还要做到热情的为每一位客人服务。当本饭店客已满时，要主动帮客人推荐到另外其它饭店，并且当接待完一位客人时要用心保存好本客人的存档，已在下次接待时，有针对性地接待服务，只有这样，客人才会对本饭店独家青睐，当然，能够做到“宾至如归”宾去思归“这种情感是和饭店内的各个岗位上的服务人员分不开的。

既是饭店，就会有客房，而客房主要是客人的休息场所，房间的好坏，关系到客人住店的心情，为客人提供温馨，舒适，幽静，安全的居住氛围是十分重要的，并且，还要根据住店客人的习俗。例如韩国人喜单厌的习俗，因此，再为韩国客人准备房间时要避免出现双号的房间，此外，为客人准备的房间应该要在客人还没住进去之前检查好一切的设施，以免对客人造成不必要的损失和误会。

餐厅是饭店中的一个重要部门，是客人吃饭的主要场所，也是饭店获得最佳经济效益，弹性最大的部门之一，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，为满足宾客的不同要求，必须做到美味佳肴，令客人吃得满意。此外，饭店能够做得好，还离不开一个主要元素：微笑。古人云：“没有笑颜不开店”。微笑可以赢得商朋满座，产生最大的经济效益。所以，可以说笑是一个饭店的治店法宝，企业的成功之道。

一个好的饭店不仅要拥有好的环境也需要好的管理。企业的领导人对企业的管理要做到实：就是对企业的制度规范和完善，当然也要认识当前的形式是怎样的，这样才能对症下药。如果只是看到的是表面问题，只对当前的问题做出决定，那会免不了死灰复燃的，现在不少的企业只看到了头疼治头，脚疼治脚的方法，没有从根本上解决问题的所在，久而久之就会影响到整个企业。

把它作为一种企业的文化，人人都要学习这种文化，当然这

要从领导自身做起，是要发挥领导的作用去带动企业员工的积极性、自觉性，不能象一颗螺丝一样只要把它拧紧就可以高枕无忧。

领导的决策是企业的发展的根本，如果企业没有了领导的决策就象是鱼儿没有了水。所以领导的决策是关乎企业向前发展的关键，那么企业领导本身的素质和文化水平与市场发展的需求要跟随现代企业管理和发展的步伐。有道是画龙点睛，这点睛就可以说是一个企业的领导，整个企业的精髓，企业领导人的一切水准也就会反应出企业水准。重要的是企业领导自身水平是什么样的，要从哪方面着手？着手的力度应在哪？往往领导人是从全面着手的，但又看不到问题的所在原因也就不能从哪着手了，所以也只能任由其发展到最后反而做的一团糟，领导说员工不好好做事、不听从管理，员工说领导无能、不好甚至骂领导。这些方面恰恰是企业最难解决的，要从根本上解决问题的所在，就是作为领导人要看清事、物出现的原因找到根源，为什么会出现在哪？是从哪出现？以后怎样做才能让类似的事、物不会再出现。而不是出现了！我用制度处理你，让你不敢再犯，这样的话在员工心里也不会服气领导的所作所为，会更加增强领导与员工之间的矛盾化。

餐馆实践报告总结篇五

为了更好的了解社会，锻炼自己，感受社会就业的现状，体验一下工作的乐趣，这学期的假期我根据时间及自己的实际情况在假期期间找了一份饭店服务生的工作，虽然仅有一个月的时间，但我觉得受益匪浅，短短的工作经历让我体会到了就业的压力、自己能力的欠缺及社会的艰辛，同时让我感到工作的无比快乐，一种在学校自由天地里无法体会到的“愉悦”。

当我穿上那件鲜红的工作服时，就表明着我的工作会给我带来快乐。我们都明白万事开头难的道理，所以我对刚开始的工作格外小心，在这个“人生地不熟”的火锅城里，我显得

是那么的“孤单”。在我的印象中，服务生的工作无外乎把菜传到服务员的手中，仅此而已。但实际上我想错了。每天早上九点上班，九点半准时点名，然后我们服务生的工作就是打扫卫生，包括楼梯和谁也不愿意打扫的卫生间，每次都会有人喝醉，卫生间吐的哪里都是，由于是刚开张，并没有招到特定的打扫卫生的人，好几次都想吐，在家都没有做过这样的活，就开始打退堂鼓。做完这些之后，就要开始站位，等着客人的到来，然后我们的正式工作就开始了。也就是把菜从后厨端到前厅指定的桌位就可以。两点半下班就可以休息了，下午四点半开始点名，再重复上午的工作，直到十点回家。工作很简单，就是累了些。想想啊，把菜从一楼运到二楼还有三楼，一趟一趟的跑，最后客人走了还要把碗盘都搬回一楼厨房，这样一天上跑多少趟已经记不清了。只知道晚上下班后腿是谁的都不知道了，浑身上下酸的厉害，不过有一个好处就是易于睡眠。

经过几天的重复性工作，虽然很累，但是为了给他们留下一个好印象，我努力的做好我的本职工作，还时不时帮服务员和后厨的一些忙。我已经对饭店的其他员工有了一些了解，就以为和他们“混”的很熟，心中的束缚好像就没有了，我开始有点飘了，开始学会了偷懒，开始学会了……这些不该学习的不良习惯让我受到了批评，得到了教训。菜都上齐的时候，我感觉累了就坐在椅子上想歇一会，没有想到恰好被经理看到，他吧我叫到一旁，语重心长的说“你跟我们的一些同事不一样，你是受过高等教育的，应该多利用时间不断地学习，不断地充实，不断地提升自己，年轻人不要怕吃苦，年轻的时候不吃苦，难道到老了再吃苦吗？我知道你是大学生有大志向，想做大事，但是你千万不要小看做小事，大事都是由小事积累起来的，做大事的本领也是由做小事的本领不断地积累而成的，你现在就是一个服务生，你就必须把服务生的工作做好。”从那天起，我明白做人做事要认真勤快踏实，对事对物要对得起良心，对得起自己。确实，听了经理对我的金玉良言让我的思想认识有了更深一层的提高，某种程度上，给我指明了一个很好的努力方向。

由于饭店是刚开张，客人非常多，我不仅担任服务生的工作，有的时候还担任服务员的工作，这无疑又是给我的打工生活增添了色彩。服务员的工作与服务生的工作有着本质的区别，服务员这个工作是“人家坐着我站着，人家吃着我看着”，而且还得随叫随到，随时听从客人的使唤。这也让我深刻体会到小社会里的大天地。在这里客人就是上帝，我不能由着性子乱来，不管客人说话怎么样，说话有多难听，我们都必须微笑对待，哪怕是受到天大的委屈，也不能把它发泄出来。因为我们就是干这一行的，要干就要干的最好！当第一次听到了客人对我的夸奖，那一刻，我别提多兴奋了，从小到大，我听到无数夸奖，却没有此句让我如此的感动，如此的感慨，如此的回味。

时间总是会过的很快，我结束了我的打工时代。临走的时候，当我拿着真正的属于自己的钱的时候，那种心情，我会永远记得。

总结：这个假期，我过得是如此的充实，如此有意义。它是一笔财富。在社会实践中可以学到在书本中学不到的知识，它让我开阔视野，了解社会，深入生活，无限回味。更何况参加社会实践活动的过程、阅历本身就是一笔宝贵的财富。知识要转化成真正的能力要依靠实践的经验 and 锻炼。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把假期打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。通过这次实践活动，我有以下心得：

一、要善于与人沟通。只有通过沟通，交流，才能真正了解某件事情、某个人，这样在做事的时候才会达到事半功倍的效果，别人给你的意见更要听取、耐心、虚心的接受。

二、必须提高自己的自信心。自信你就已经成功了一半。

三、知识和技术才是硬道理。就饭店内部相比，厨房里的平

均工资至少比服务生多二分之一。而且用知识和技能挣钱更能得到别人的尊重。

四、做人做事要认真勤快踏实，对事对物要对得起良心，对得起自己。

经过社会实践的磨练，我会渐渐变得更加成熟、更加自信，这对我以后的学习,生活和工作都将起到重要的影响。我会更加努力学习科学文化知识，用知识武装大脑，充实自己，让自己的人生更有价值。

对于大学生来说，寒假不意味着学习的终止，除了在家多陪陪父母，做一些力所能及的家务之外，真正地走到社会中去，锻炼自己也是一个很好的机会。

作为伟大的祖国未来的事业的继承人，我们新一代大学生应该及早树立自己的历史责任感，提高自己的社会适应能力。假期的社会实践就是很好的锻炼自己的机会。当下，挣钱早已不是打工的唯一目的，更多的人将其视为参加社会实践、提高自身能力的机会。许多学校也积极鼓励大学生多接触社会、了解社会，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。进行社会实践，最理想的就是找到与本专业对口单位进行实习，从而提高自己的实战水平，同时可以将课本知识在实践中得到运用，从而更好的指导自己今后的学习。但是作为一名尚未毕业的大学生，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。通过短短几天的打工经历可以让长期处于校园的我们对社会有一种更直观的认识。

实践过程：自从走进了大学，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。在现今社会，招聘会上的一大字报都总写着“有经验者优先”，可还在校园里面的我们这

班学子社会经验又会拥有多少呢?为了拓展自身的知识面,扩大与社会的接触面,增加个人在社会竞争中的经验,锻炼和提高自己的能力,以便在以后毕业后能真正真正走入社会,能够适应国内外的经济形势的变化,并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题,我开始了我这个假期的社会实践-走进xx市金源休闲餐厅。

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。理论应该与实践相结合。另一方面,实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习,学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同,接触的人与事不同,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。而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天就已经被淘汰掉了,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,实践中学其他知识,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。

在餐厅里,别人一眼就能把我人出是一名正在读书的学生,我问他们为什么,他们总说从我的脸上就能看出来,呵呵,也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧!我并没有因为我在他们面前没有经验而退后,我相信我也能做的像他们一样好.我的工作是在那做传菜生,每天9点钟-下午2点再从下午的4点-晚上8:30分上班,虽然时间长了点但,热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累,我觉得这是一种激励,明白了人生,感悟了生活,接触了社会,了解了未来.在餐厅里虽然我是以传菜为主,但我不时还要做一些工作以外的事情,有时要做一些清洁的工作,在学校里也许有老师分配说今天做些什么,明天做些什么,但在这里,不一定有人会告诉你这些,你必须自觉地去 做,而且要尽自己的努力做到最好,一件工作的效率就会

得到别人不同的评价。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自己的能力!记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。记得在我校举行的招聘会上所反映出来的其中一个问题是，学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。在这次实践中，这一点我感受很深。在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到;而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢?这是社会与学校脱轨了吗?也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了在课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一部人具有更高的起点，有了更多的知识层面去应付各种工作上的问题，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。毕竟，3年之后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才。很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书;而已在社会的人都宁愿回校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务。

实践心得：虽然这次的社会实践只有短短的几天，而且从事的是比较简单的服务工作，但是通过与各种各样的人接触，还是让我学会了很多道理。

首先是明白了守时的重要性。工作和上学是两种完全不同的概念，上学是不迟到很多时候是因为惧怕老师的责怪，而当你走上了工作岗位，这里更多的是由于自己内心的一种责任。这种责任是我学会克服自己的惰性，准时走上自己的岗位。这对我以后的学习生活也是一种鞭策，时刻牢记自己的责任，并努力加强自己的时间观念。

其次让我真实的体会到了合作的重要性。虽然我工作的只是小小的一家餐厅，但是从点单到制作到递送到结帐这一环环的工作都是有分工的，只有这样才能使整家店的工作效率都大大的提高。以前虽然在书上看见过很多的团队合作的例子，但这一次是深刻的体会到了，正所谓“众人拾柴火焰高”，“团结就是力量”。在以后的学习和工作中，一定要牢记这一点，将自己融入到集体中，和大家一起携手走向辉煌。

再次，这次打工的经历也让我的心理更加趋于成熟。在餐厅里每天面对形形色色的客人，重复着单调的工作。让从未涉世的我还是有那么一点点不适应的，但是坚持就是胜利。打工毕竟和在家是完全不同的概念，我们学会需要忍耐，需要学会承受，需要学会坚持。

将自己这短短的几天实践同理论相联系，我了解到当代大学生与以往的大学生相比较，求学经历、生活条件、所处社会大环境都相对优越，也没有经过必要的挫折教育，因此，意志往往比较脆弱，克服困难的能力也较差，常常是对社会的要求较高，对自我的要求较低。大学生的责任意识日益成为社会关注的热点问题，责任意识和诚信意识成为不少地方采用人才的两个新标准。大学生参与社会实践是促进大学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成

长和成才的重要举措，是学生接触社会、了解社会、服务社会，培养创新精神、实践能力和动手操作能力的重要途径。对于当代大学生来说，应当刻苦学习专业知识，不断提高综合素质和运用知识的技能。从大学生生活的开始到走进社会的大圈子中，就只有短短的几年时间，谁不想在将来的社会中能有一席之地呢？所以大家认为大学生必须投身校园内外的各类实践活动，有助于锻炼品质，提高能力。可见其对大学生综合素质的提高有不可抵触的重要性。不能否认有过打工经历的同学，看起来要比其它同学更成熟、社会适应力更强，但对于学生，社会适应力只是一方面的衡量指标，大学期间主要的任务是学业结构的搭建，即知识结构、专业结构的搭建，为了打工影响甚至放弃了专业知识的学习，结果是得不偿失的。

实践出真知，社会实践活动是大学生生活的重要组成部份，培养当代大学生的历史使命感、社会责任感和积极向上的精神风貌，充分发挥实践育人的作用，提高大学生的综合素质，也是检验所学理论知识的标准，社会实践不但为大学生提供了一个发挥自我才能，展现自我风采的舞台，也是培养和锻炼同学们综合能力的一个阶梯，更是一个大学生进入社会，走上工作岗位前的演练场地。社会实践活动，这样可以使同学在实践中更好的认识国情，贴近社会，从而确定比较正确的人生前进方向。作为高校教育者，如果能引导大学生将强烈的使命感转化为学习、服务、实践、奉献等实实在在的行动，把行动变为责任，将会使大学生在人生轨迹上树立起更高的起点。大学生的社会责任意识，应该说不仅有助于他们较快适应、融入社会，同时也是实现自我价值的必由之路。一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发 展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高。马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具有巨大的反作用。认识对实践的反作用主要表现在认

识和理论对实践具有指导作用。认识在实践的基础上产生，但是认识一经产生就具有相对独立性，可以对实践进行指导。处理人与人之间社会关系的活动，即人类的社会交往以及组织、管理和变革社会关系的活动。如政治活动、社会改革实践、阶级斗争等。因此，大学生应该积极参与实践，使实践与认识相结合。大学生可以通过调查研究了解实际情况，结合所学为政府部门提供决策参考是一件十分有意义的事情，既提高能力又服务社会，这是一种双赢的选择；二是志愿者服务，将专业知识与社会需求紧密结合起来，利用专长服务社会，回报社会。三是参加各种公益活动，培养自身的社会责任感，这是一种贯穿于日常生活当中的社会实践形式，以小见大，以细微之处见长，是进行社会实践活动的一种长效机制。

实践报告：这个暑假，可以说过的太快了，感觉还没休息了就来学校了。本来放假的时候要和室友一块去南方打工，可是几经周折没能去成，只好无奈的回家。到家之后，找了份暑假补习班的工作，另外有找了份家教的工作。都是教初中的英语。

刚开始补习班开始上课前，白天在街里忙着给人家招生，晚上去给一个初三的小孩补初二的英语，前几天每天都是忙到晚上快十点才一个人骑着车子回家，吃晚饭都快十点半了。后来补习班开始上课，我就开始了两遍跑的生活。白天去给补习班那上课，晚上去家教那，不过还好，步入正轨后，每天晚上八点就能回家了。前几天快要透支了，后来习惯了也没觉得那么苦。在补课期间，我的嗓子哑了一个多月。真的觉得干什么都不容易，去厂里上班和干别的都需要自己的坚持。在过去的一年里，我感觉每次放假都是对我毅力的一种挑战。大一的寒假和暑假让我明白了很多。在这个暑假里，最令我感动的是家教的那个小孩，说实话，他的英语很不好，记忆力也很不好，也许只是在英语方面，但是，在我给他补课的一个月里，他一直很认真的在努力，即使单词他背不会，但是他一直在努力地背。我问他为什么现在想起来补英语了，

他说只想给自己一个机会，以前没努力，现在给自己一次机会，想证明自己到底行不行。真的很喜欢这样坚持的人，我感觉自己曾经也是这样的人，后来没有了目标，就忘记了坚持。为什么自己不能给自己一次机会。面对这么严峻的就业形势，我醒悟到必须给自己一个机会，一个继续前进的机会。

另外就是在暑假补习班的生活，我负责教初一的英语，说实话，我很喜欢那个班的小孩子，和他们相处一个月的时间很开心，他们都喊我二姐，叫他们数学老师大姐，和他们在一块很轻松，让我想起了自己上初中时傻乎乎的样子。在给人家做老师的同时，我深深理解了责任这两个字意味着什么。如果以后我做了老师，我该怎样对得起这个称号。暑假补习班40天，结束后，有时候在街上碰见了那群可爱的孩子，让我欣慰的是他们都叫我二姐，而不是老师。因为是对我一个多月努力地一种肯定。等课结束后，离开学只剩10几天左右，我用我自己的工资买了一个电脑。我始终相信，只要别人拥有的东西我一定会有的，但必须靠自己努力，一直努力。

这个暑假里我想了很多，最重要是想通了很多，前途不再和以前一样渺茫，因为知道了自己的路该怎样走，需要我付出更多的汗水。生命的起点无法选择，但我一定能决定生命的终点。

餐馆实践报告总结篇六

这个暑假与我以往的暑假有所不同，不再是学习课本知识，而是开始了我的社会实践。我在饭店找了份工作，于是，我的暑假打工生活从此开始，我的社会实践脚步从此踏出。

本着一颗不为利益，只为在实践中磨练自己，在实践中寻找自己的不足，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。孰不知我这个新手什么都不会，似乎大家都认为是约定熟成的东西了吧，我向别人求助了一下，拖地时，但我还使尽浑身解数努力去拖，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板有眼的。虽然不是很上手，但我觉的很欣慰，让我懂得了，生活中琐琐碎碎的事很多，但他们中都蕴含着各自的规则，需要我们去遵守，去感受，不容一点的忽视懈怠，只有这样，我们才能收获许多，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担的起未来建设国家的重任，追求进步，刻苦求知，勤于实践，全面成才必将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，别认为服务工作是一份简单的工作，为了让我们熟悉饭店的基本工作流程和熟悉菜品，所以我们干起了传菜。虽然传菜部基本上都是男生，我们证明了女生也可以干的一样好。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，端着盘子来回来去，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，想从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绞尽脑汁，尽管这样的实践不能代表什么，但却能使我们感受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，我们会发现自己比别人多了一份的淡定和冷静，千万不要忽视每一件事的细微之处，因为往往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多彩。

这家饭店是一家四星级的商务涉外饭店，每一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门，是客人用膳的主要场所，也是饭店获得最佳经济效益、弹性最大的部门之一，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之后，但是我却从中学到不少书本上没有的知识，也顺利的将所学充分运用到实践之中，做到了理论和实践的结合。

每天上班时间不固定，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介绍菜名及价钱和今天的工作日程，还有今天客人订好的包间，哪几个传菜员去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点半过去又开始打扫卫生。晚上五点到九点又是一个客流高峰期。

在服务中，有不少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，并且热情和蔼地面对顾客们，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，能够迅速而准确的完成，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，因为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，深入生活，无限回味。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。在实践中我们才能真正的知道自己有半斤两，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。

经过这次实践的经历，让我深刻的认识到，不管做什么事情都一定要认真仔细。学习也应如此，决不能走马观花，尤其是在一些看上去不起眼的小事，更是不能马虎的，正所谓细节决定成败。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和意义。

这次假期的社会实践让我明白了大学生社会实践是引导学生走出校门，走向社会，领悟人生的真谛，创造人生的价值。树立正确的人生观，价值观。学习职业道德好职业活动中的法律知识，提高职业道德和法律意识，锻炼实际履行职业道德规范和法律规范的能力。正确认识当前我国的就业形势，树立正确的择业观和创业观。

以上就是我在假期的社会实践，它给我的身心带来了很深的感受，对我以后的生活产生了很大的影响。通过这次的社会生活体验，我真的感触颇深，不论是老人还是小孩，不管是工人还是个体户，都应该热情对待，更应该牢记“诚信”两个字，真正做一个诚实守信的人。

这个暑假与我以往的暑假有所不同，不再是学习课本知识，开始了我的社会实践。我在饭店找了份工作，于是，我的暑假打工生活从此开始，我的社会实践脚步从此踏出。

经人介绍我得到一份在家附近的饭店的工作，本着一颗不为利益，只为在实践中磨练自己，在实践中寻找自己的不足，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。

一、社会实践经历

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。孰不知我这个新手什么都不会，似乎大家都认为是约定熟成的东西了吧，我向别人求助了一下，拖地时，但我还是尽浑身解数努力去拖，总算是干净了，拭一拭额上的汗珠，我真感到累了，但我觉的很欣慰，让我懂得了，生活中琐琐碎碎的事很多，但他们中都隐含着各自的规则，需要我们去遵守，去感受，不容一点的忽视懈怠，只有这样，我们才能收获许多，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担的起未来建设国家的重任，追求进步，刻苦求知，勤于实践，全面成才必将成为广大青年学生的共同心声和行动！

二、社会实践主要体会

别认为这是一份简单的工作，传菜部基本上都是男生，开始练我们端盘子，男传菜员两手各拿一个端盘，部长让每一个男传菜员向前走50米，然后返回来，就这样走，一走就是一个小时，走的腿都酸了，工作时我感觉很累，觉得有些坚持不下来，但最后还是咬牙挺过来了！

每天早上9点上班，领班就会给我们介绍菜名及价钱和今天的工作日程，还有今天客人订好的包间，哪几个传菜员去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点半过去又开始打扫卫生。晚上五点到九点又是一个客流高峰期。

由于我们饭店的假期工比较多，因为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，深入生活，无限回味。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。

暑假如期而至，这个暑假时我大学生活的第二个暑假，时间较长，俗话说要想充实自己的大学生活，必须在学习的同时积极参加社会活动。这样不仅可以增加自己的社会经验挣点钱而且在人际交往等反方面也有很大帮助，就我个人而言这也可以为将来自己踏入社会奠定坚实的基础，使自己立于不败之地，所以我决定利用暑假这个好机会好好实践，体验一下真正的社会生活，因此我来到我家附近的一家宾馆打工。

“凡事想时容易，做时难！”

本以为在这里打工是一件很容易的事情，不就是端菜，洗盘子，拖地吗？这些都在家做过啊！心里还存在侥幸的心理，可是让我没有想到的是，刚去的第一天下午就犯错了，在端茶时，不小心摔碎了一个酒杯，我当时吓的不得了，刚好被领班发现。我什么也没有说，只是让我交120元的罚金。我心想怎么会是这样啊！刚来钱还没有挣到反而被罚了，心里很是不情愿，可是事实就摆在我的面前，在工作中他们说一就是一，说二就是二，当时领班严肃的表情吓得我说不出话来，脸都通红，他们告诉我：“在工作中时容不得半点马虎的，在开始讲的很清楚，出现其他的事个人负责。”我也没办法狡辩，这确实也是由于我的不认真造成的，没办法，就交了120元罚款。哎！我想这是第一次做着工作了，也算120元买个教训吧！可是我的心里久久不能平静，总以为这些错不应该发生在我身上，可是又有太多的可是，从这件事中我深深体会到想干好一项工作很难，即使一件小事。心中总有一种想法不愿意从事简单繁琐的工作，可是“一屋不扫何以扫天下”的道理，我们都懂，我想万事开头难吗？在接下来的工作中我会认真。

谢谢月24号那天晚上都九点多了，对没有熬夜经历的我来说实在是困啊，可是还有吃饭的没有离开的人，我在坚持着，大约过了一个小时大部分的人都散了，可是还还有五个男的他们都喝醉了，在吵个不停，可是没有办法啊，他们是顾客，不能撵人家走，我只好硬撑着。当我撑不住的时候，他们也散了，可就当我扯盘子的时候，一不小心把茶水洒到了我身上，以我的性格当时就气火了，忍不住更他们吵起来了，没想到那人的话是在难听，不仅没向我道歉，而且还说我。我实在是咽不下这口气，待会经理过来了，把事情解决了，可是我有办法逃脱责任，经理说我是一个新来的临时工要学会怎样和顾客交流，在发生此类状况是应该怎么做。可是我要学的还有很多，刚来没有几天就发生了这么多的事情，我实在无法在待下去了，我仿佛是来找气生的，想辞退不干了，可是有又想如果这样就半途而废了，什么也学不到，况且这不是真正的走上了工作岗位。自己需要学的还很多，其实社会就是这么复杂，形形色色的人，各种各样的事情都有，为了了解更多，增加自己的人生阅历，我选择了坚持，一直做到1月30号。20天的打工体验让我懂得了很多，心中也有了万分的欣喜和快乐，真是一份更与一份收获，不经历风雨怎能见彩虹。虽然知哦与短短的二十五天，可是就在这20天里我认识了宾馆的很多工人员，结识了社会上形形色色的人，学会了要以礼貌温和的态度与人交流，用心服务每一位顾客。现在自己还是一名大学生，都说大学是半个社会，可是我认为截然不同，社会上的人不会像老师那样给我们讲解，他们的言辞很锋利，直戳到我们的心理。但是为了挣钱我们只有忍耐了。20天结束了。我拿到了九百多元的工资，钱是不多可是我了在心里，因为我学到了书本上没有的知识，增加了我的个人阅历。我相信这个开始会成为我人生中的美好回忆，他也会时刻的鼓励我不断前进在人生的旅途中越走越远。

这是我上大学以来的第2个假期了，作为大学生，总不能饭来伸手，衣来张口，久困于象牙塔的我们也应该出去锻炼一下了。回到家后，我与父母商量，准备找一份社会实践工作。

这个假期我在一家中西餐餐厅进行了认识社会实践，它虽然只是一间餐厅，但它拥有一百多名员工，它的运营管理是很科学、很值得我们去学习的。我对它的设施布置、仓库管理的体会最深。

社会实践期间，部门主要安排我学习宴会，会议服务程序。同时作为中餐厅一员，也须全面掌握餐厅对客服务程序，包括预定、点菜、传菜、看台、收银、摆台和收台等一系列服务，同时也全面了解学习餐厅物品的保管与淡季节能方案的制定与实施。在这一过程中，我由一名在校学生，在思想上逐渐成长为一名酒店职业人。社会实践结束时，无论从思想上，心理上，还是体能上，都得到了很大的锻炼。对自己的所学的专业知识，掌握的更加牢固，对酒店业的现状与发展前景都有了一定的了解。下面就从以下几个方面汇报我的社会实践收获。

一、作为一名在校学生，能去认识社会实践，是一次难得的机遇。使我们在掌握基本理论知识后，迅速的加以实践运用。巩固学习成果。同时能对所学知识有了更进一步的深化理解，便于更好的学习。这是学业上的优势。更为可贵的是，我们在社会实践中成长的更加成熟，无论是思想还是心理上。由于我们一贯生活在校园中，时刻有老师、家长和同学关爱，生活可以说用无忧无虑来形容，很少接触社会，也很少吃苦。在这次餐厅社会实践中，困难时刻严峻的考验着我们。暑假社会实践报告范文——餐厅打工。在餐厅工作的同时，也不可避免的同其他部门产生联系。这样，我就在不断的联系中和在正式员工的介绍下，对餐厅的客房、前厅、销售、财务和工程等部门都有了一定的了解。同时，我还主义积攒一些餐厅管理的资料，时刻充实自己对餐厅知识的储备。

二、

0%的住房率都存在。两者相差悬殊，给餐厅经营管理上带来很大的困难。首先是人力资源的配备。往往出现，旺季时人

力配备不足，淡季时，又存在人手浪费现象。这也是为什么这家餐厅聘请大量社会实践生的原因。社会实践生比例高的时候可达整个酒店员工人数的60%以上。这个差别明显的淡旺季经营，给餐厅管理，经营销售等带来很大的不便，需要几种不同的管理方案，毕竟淡旺季管理策略不同。而且淡季时，餐厅往往还需要“倒贴”成本在里面。极大的限制了酒店的长远发展。但是这个淡旺季之分，却是受整个海南大旅游市场影响，不是轻易改变的了。如果从另一方面来说，淡旺季之分，也给餐厅带来一个休养生息的机会。旺季时，设施设备的高速运转，造成过度损耗，到淡季时，正好有个缓冲阶段，加以保养。并且在淡季时，可以组织员工培训，加强员工的技能培训，以保证旺季时的服务效果。

这个暑假，高中毕业，不再有繁琐的补课和补习班去上，而且暑假时间超级长。闲来无事的我就在外面找了份工作来锻炼自己，也好积累一些社会实践经验。经过近一个月的踏破铁鞋的苦苦寻觅，终于，在七月初的时候，我找到了一份在饭店打工的工作。

一、社会实践经历

工作第一天，也就是这家饭店开业的第一天。外面人来人往好不热闹，里面也是忙得热火朝天，并且也因为是开业第一天的原因，所以人比较多。我们传菜生就两个人，而且又都是暑期工，所以菜基本都认不得，每次上菜都要麻烦厨房的打磨工给我们报菜名，怪不好意思的。

第一天下班后那个累啊！真想把双腿直接给废了。不过虽然累，但让我明白了自己是多么渺小，自己能做的事是多么少，所以以后要更加努力地学习知识，丰富自我，完善自我。而且生活中的事都要靠自己去完成，去习惯，去适应。

经过前几天的适应，慢慢的也就不感觉那么累了，之后的工作也能有序进行，而且闲得时候还会帮服务员串筷套摆餐具，

因为几个服务员也都是短期工，所以合作也很愉快。

二、社会实践主要体会

可能大家认为这是一份简单的工作，其实不然，这份工作看起来真的是有够简单，不过日复一日盘复一盘的上菜那可真累的够呛，不过虽然很累但也还坚持下来了，这样就又得到了锻炼。

这些宝贵的经历是课堂上学不到的，尽管这样的实践不能代表什么，但却给我们一种无形的压力，我们大学毕业以后从事什么样的行业直接取决于我们在学校学习的知识的多少。当我们认真思考这些问题以后，我们就能坚持下来去克服困难，以后的我们就比别人多了一份冷静和淡定，我们就能够发现别人不曾注意的细节之处，这样才能立于别人之前，掌握成败的主动权。

社会实践虽然是艰苦的，但收获却是巨大的，实践让我们的生活多姿多彩，让我们的人生变的丰富。社会实践带来的一份耕耘就能得到一份收获。社会实践让我们开阔了视野，深入生活，了解社会。

三、社会实践主要感想

这次实践的经历让我明白了三个道理

1、细节决定成败。

不管做什么事情我们一定要注意细节，有时候只是一根头发、一个指纹印、一片碎纸屑都能带来麻烦如果遇到那些苛刻的客人后果真的很惨呢。

2、环保事业，人人有责。

当前我国国民素质整体还不太高，但经过整整一代人的良好教育，我们应该对此有了一个更深刻的体会，什么随地吐痰啦乱仍纸屑啦等等屡禁不止，当前环保形势依然严峻。环保事业，我们有责。

3、树立正确的职业观

任何职业的存在都是合理的，任何一个职业也都是社会不可或缺的，我们不能歧视别人的职业。当然，我们也要有一个好的职业规划，我们得明白：迈出大学校园的我们面临的竞争压力仍然很大，就业形势依然严峻。