

最新高中生社会实践报告及 高二寒假兼职社会实践报告(通用5篇)

在当下这个社会中，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。优秀的报告都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编带来的优秀报告范文，希望大家能够喜欢！

高中生社会实践报告及篇一

有时间总要做些什么，不能够消耗时间，我虽然是高二学生但是我想通过自己的努力去尝试去工作，因为没有毕业，做不到什么工作只找到了一些简单的兼职工作。

我进入到了一个餐厅做简单的服务工作，也就是去做着端茶倒水的事情，每天都是要九点才会才是工作，虽然工作累了些但是我也感到了充实，我从来没有做过兼职，以前看到兼职的广告没有去，这次得到了爸妈的同意，餐厅离家不远，我才知道工作原来不是那么难，我想要继续工作好，就必须努力。

在工作中，我每天都要端菜，经常会端的双手发麻，还要经常打扫客人们吃完的饭桌，好药去洗碗，从没有做过这些工作的我突然发现，在家中我就如同被保护在温室的花朵，同样我也体会到了工作的困难，生活在社会上没有知识只有做着这些最底层的工作，不但类还非常的苦难。

我在寒假工作中，为了能够有更好的工作还要经常走到大街上，发传单，我第一次发传单，却没有发出多少，应为我总是沉默着发传单，很多人被我突然递上的传单给吓了一跳走开了，就这样，看到我半天发的传单没有多少，餐厅经理一生气就对我大声呵斥，当时我都被所得非常难过，然后让一个人来教导我，我终于慢慢的开始自己工作虽然经常会被责

骂，但是我也都会咬牙坚持下去，每天都会坚持上边，这让我知道读书的重要。

虽然这次的兼职工作简单，但是却让我成长了起来至少我不在是那个娇生惯养的`独生子，知道了该如何去改变，知道了该如何去工作，读书能够改变自己，我现在已经是高二了，我要做的就是不断的改变，不断的提高自己的成绩和能力，我以前读书虽然也还不错，只能说是一般般，但是从今天之后我一定会好好的读书。

一定会加油提升自己的成绩，会在上学的时候学号每一课，需要每一天的知识点，付出更多的努力，去改变自己的成绩，我一定好好的加持。我会加油做好，我进入了社会才是道竞争的压力，也知道了生活的压力，我自己做兼职的时候我居然都不能够养活自己，只有读书有了知识才能够找到一份好工作。

在兼职工作中，我清楚的知道要努力才能偶改变，实践才能够检验自己学习到的知识是否有用，我也明白了以后应该如何去好好的做好。我学会了交流，我学会了微笑，更学会了如何去奋斗，坚持才能够得到更多，今后我还会去继续做好兼职来锻炼自己。

高中生社会实践报告及篇二

__年的_月6日，由学校党支部、工会和学生处联合策划的“让爱流动”——20__大型爱心义卖活动如期举行并圆满结束了。经过一周的汇总，申报、评选，我们完成了义卖的后续活动——帮困助学基金的申请，优秀义工和优秀组织奖的评选，视频新闻及各部门文字资料的宣传报道等等。今年的义卖，全校各部门共分成了15个小组开展义卖活动。今年的义卖，我们还增加了党小组和外籍组的参与，使之成为党员教育和外籍学生教育的一个很好的平台。义卖当日，天公也作美，连续阴霾了二十多天的阴雨一扫而空，和风艳阳，

我们不仅看到了春的脚步，更感受到了付出爱心的温暖和幸福。整个义卖结束，我们共筹集帮困助学款24370.5元。其实，这样的活动，我们收获的何止是这两万多元帮困助学款。在活动中，我们的同学们体会了付出爱心、收获感动的教育历程，我们的家长感受了家校合一、协力同行的教育氛围，而且，活动也凝聚了年级社区的向心力，弘扬了校园正气，倡导了师生关爱，营造了和谐-谐的校园氛围。相信在这样的活动中，我们的师生、我们的家长都会受到一次爱的洗礼。

在总结这次义卖活动时，我不得不提到这样几个群体。

第一个就是我们的总务部门。为了给活动做好后勤保障，总务的老师，包括我们的外聘员工，前前后后忙碌了很长时间，早早得扫除了积水，搭起了一个个帐篷，搬来了一张张桌椅，挂起了一条条横幅，为我们营造了浓浓的义卖氛围。最让人感动的是，辛苦了大半天的外聘员工，同样用自己本来就不多的收入买下了一个个义卖品，他们，也要为义卖出力，他们也同样奉献着爱心。这里，让我们向他们表示由衷的敬意。

第二个需要提到的群体是我们的党员教师。这次的党员摊位，可以说是义卖活动中一道亮丽的风景。一向温文儒雅的单云德老师，这位名闻遐迩的语文特级教师，端起了水果盘，笑容可掬地做着广告和推销，他的人气资源，让他成为义卖活动当仁不让的“推销能手”。一向擅长科技制作的周立民老师，则义务做起了收银员，一直在摊位里埋头收钱、找钱，忙得不亦乐乎，同伴们笑称他是“理财高手”。其他的党员也是争先恐后，从活动的策划、摊位的布置到义卖品的筹集，每一分每一元都倾注了我们党员教师的一片心血，一份爱心。因为党员组不同于年级组，没有直接的家长资源，所以党员们都是主动捐钱，事先购买了义卖品，这样也就有了王晓巧老师的自制辣年糕，老殷茶叶蛋，小蔡豆腐干，因为有爱心的倾注，我们的食品就更多了一层美味。我们的校长和陈书记，也是早早到场，最后离场，一个个摊位买过来，你们的行动，就是我们最好的榜样。活动结束，也是我们可爱的

党员教师和我们的校长坚守到最后，帮助一起清理了场地。使活动自始至终能圆满结束。

还需要说到的是我们的家长群体。他们中，不仅有带着孩子来参加义卖的爸爸妈妈爷爷奶奶，更可敬的是那么多请了假，亲手制作了美味食品、准备了丰盛义卖品的家长们，他们中，有在义卖结束主动买下剩余义卖品的一年级学生妈妈，有为了义卖急急赶航班的美丽空姐，有巧手制作珍珠奶茶、苹果派、寿司的台湾妈妈、韩国妈妈，有为了确保食物新鲜一直等到义卖开始前一刻才购买原料、现场制作的香港妈妈，有听说义卖，匆匆从外地赶回、赶制了一晚上义卖品的七年级学生妈妈，还有很多很多个不留名但在默默奉献着的家长们。为了表彰他们在活动中的善举，也为了让这份爱心永远传递，我们这次义卖特设了优秀义工评眩经过各组室的申报，我们最终评选出了20__年爱心义卖的优秀义工。

高中生社会实践报告及篇三

在注重素质教育的今天，假期社会实践作为促进学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。

寒假期间社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。它有助于当代学生接触社会，了解社会。同时，实践也是学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来，社会实践活动已在我校蔚然成风。

学校是一个小社会，步入高中就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，

我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件；才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现高中生的自身价值。

今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创造了新的财富。

我在一个亲戚开的电脑配件柜台帮忙卖货，过的十分充实。在此次实践过程中我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、回味无穷。也对自己一直十分想了解的电脑知识有了更进一步的深入。社会实践作为广大青年学生接触社会、了解国情、服务大众的重要形式，对于青年学生的成长、成才有着极为重要的作用。

这次假期实践我以善用知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富假期生活为宗旨，利用假期参加有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。我认为以下四点是在实践中缺少的。

一、在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的工作让我认识更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前工作的机会不多，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。与同事的沟通也同等重要。人在社会中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、虚心地接受。

二、在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己

的能力做出肯定。在多次的接触顾客中，我明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，没有第一次又何来第二、第三次呢？有自信使你更有活力更有精神。

三、在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打假期工时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如哥哥所说的在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某个名人所说：勇气通往天堂，怯懦通往地狱。

四、工作中不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。

以上是我自己觉得在这次假期社会实践学到了自己觉得在社会立足必不可少的项目。

高中是一个教育我、培养我、磨练我的圣地，我为我能在此生活而倍感荣幸。社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会。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。

我在2月迎来了寒假，当然，也是我迎来了的第一次经历社区服务。对于一个高中生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽天气炎热，烈日当头，我毅然踏上了社区服务的道路。

想通过，亲身体会社区服务让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，想通过社区服务，找出自己的不足和差距所在。

在现今社会，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成为说不完的话题。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，我来到了椰林小区，开始了我这个假期的社会实践。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，学到一些在学校业学小到的东西。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。

在中国的经济飞速发展，又加入了世贸组织后，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，我们不仅要学好学校业所学到的知识，还要从生活中，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。

刚刚毕业的学长学姐，他们总是对我说要好好珍惜在学校的时间。

回想这次社区服务活动，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，而这些在学校里是学不到的。

在社会上要善于与别人沟通是需要长期的练习。以前没有工

作的机会，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。人在社会中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，事半功倍。别人给你的意见，你要听取，耐心虚心的接受。

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区服务，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。

这个寒假，由于假期时间比较长，还包括春节、元宵节，为了能够多一些和家人相处的时间，我并没有参加任何寒假社会实践调研小组，而是选择了在家附近的社区里当志愿者进行我的寒假社会实践。

当我在社区工作的阿姨向我提及要不要到她们社区去实习时，我认为社区工作也是一个不容错过的很好的自我锻炼机会，所以当即请求去给她们当志愿者帮助工作。这是我第一次体验上班族的感觉，整整二十天的志愿工作，使我的假期很充实，也使我很有收获。

初到社区报到时，陌生的环境和陌生的人让我很紧张。虽然在学校里也会经常的遇到这样的情况，但与此不同的是遇到的都是同龄人，而社区工作着的都是我的长辈，因此我很放不开，一直都默默的不敢说话。但是我知道面对新环境这样扭捏是不对的，克服自己心里的障碍是首要的，所以我鼓起勇气、拿出真诚的笑容向大家问好，做自我介绍，并时常虚心的请教阿姨们不懂的地方，在工作空闲的时候给阿姨们唱歌、讲笑话。随着相处的时间增长，阿姨们都很喜欢我，说我给她们的工作增添了乐趣、给她们增添了活力。

在社区，我负责的是资料的整理和输入电脑，任务虽然看似简单，但是真正做起来时真的很吃力。正值年末，社区各项工作到了总结整理的时候，繁复甬多的资料需要分类归置，

有的需要输入电脑中保存。我在工作的时候发现，在学校学习的知识技能就算是在非专业的工作上也是能够发挥很大作用的，尤其是计算机的运用。在输入资料的时候懂得运用些技巧，就会使工作效率提升很多！理论应用于实际让我很有成就感，但掌握别人没有的技能并没有令我骄傲，我希望大家共同进步。

于是在工作之余，我将我所掌握的电脑软件的应用方法一教给社区工作的阿姨们，虽然阿姨们是刚刚接触电脑，但她们对新事物的学习掌握能力非常的强，很快的大家都能够顺利的运用技巧工作，大大缩短了工作时间。

由于我是刚接手社区的工作，并且我并非学习与此相关的专业，很多东西都不明白，阿姨们总是很热心的为我排忧解难，告诉我一个事情要事先想出多种解决方法以防意外事件的发生，教给我与人交流的正确态度和有效方法等等，让我不仅在工作上获益良多，还在人生哲理上有所领悟。这让我想起我妈妈常常告诫我的话：切忌自大，虚心受教，必定获益良多。

工作中，另一个关键是细心负责。记得从小学到高中，都会常常听到老师跟我们说：细节决定成败。这句话不管对于学生还是上班族来说，永远成立。不细心复习考试，就会丢三落四，拉低分数；不细心工作校对，就会导致工作失误引起不好的影响。在我的工作中，很大一部分是需要打字输入资料。有一次，我因为没有校对好资料，输入电脑的与原始资料不符，造成了别人的工作不便，那时候很是愧疚。因此，专心工作，细心、细心、再细心，是多么的重要。

寒假社会实践告一段落了，在社区工作的这段日子里，有苦更有乐。我通过自己的努力圆满完成了社区交付给我的任务；我通过社区这个平台认识了那么多人，并与他们成为了朋友；我遇到了那么多的事情，有预料中的，也有意料之外的，我能够通过自己的思考独立的将事情合理的处理，而不是像

往常一样依赖于别人的帮助。我成熟了，我学到了很多书本上没有的知识，特别还学会了包容。

我第一次如此关注身边的人和事，用还不够深邃的眼睛去观察，去发现，去思考。我真的感到很开心，为自己，也为别人、社会。我们这个社会，虽然还有很多问题，但有了我们共同的努力，我相信，这些问题终将昙花一现，终将在我们善于思考的头脑中，在我们勤于改造的双手里灰飞烟灭。

社区的阿姨们都很满意我这个小志愿者，当我与她们告别时，她们问我暑假还愿不愿意帮她们的忙，我欣然答应了。我知道我的程度还远远不够，离合格的社区工作者还有段距离，但是我真心的喜欢为大家服务，我也会努力的完善自己，在经过半年的大学学习锻炼，我想暑期回去会给阿姨们不一样的感觉的。

通过这次的社会实践，通过对社区阿姨们的观察，我还深切的感受到一个人在工作岗位上的那份热情。正因为如此，我才渐渐地懂得了一个道理：要创造自己的事业，就必须付出加倍的努力，凭着一个人对工作的执着、坚定的信念会指引着他走向完美的事业之路。

在实践的这段时间里，我通过自己的努力奋斗，体会到了工作中的酸甜苦辣，了解到了有时工作的辛苦艰辛，这时才发现自己是最幸福的。因为我还在学习的阶段，还没能真正地接触事业，接触社会，没能真正地了解到工作的难处和辛苦。与此同时，我更加的心疼我的父母，他们为我能更好的生活每天每天的奋斗着，辛苦的工作着，我工作以后一定要回报他们的恩情，好好的孝顺他们。想起来，还是觉得自己的环境现在真的很不错，能在这么好的环境下读书，为以后的工作打下基础。是这一次社会实践给了我学习的机会，同时也给了我一次记忆深刻的经历。

在实习的过程中，我认真、负责地做好每一件自己该做的事。

这让我想到了学校安排假期社会实践的目的之一：实践活动提高了我们的社会实践能力，引导了我们接触、了解社会，增强我们的社会责任感和社会适应能力。我想经过了这样的锻炼的我们这一代，一定会扛起社会进步建设的重任，迎接更美好的未来！

千里之行，始于足下。这近一个月的短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。

高中生社会实践报告及篇四

暑假的社会实践，我在一家工厂的检分小组里进行为期15天的社会实践！从中我学到了很多的东西。

检分小组，顾名思义它所做的工作是对一个产品进行分选、检验和包装。因为我是短期工，检分主任只安排我做一些简单的小产品。在前三天，我先跟着一位师傅学习的分选、检验和包装。那为师傅先教我产品的分选，告诉我哪些要挑出来当废品，哪些是正品，废品分为了晶粒，老掉角，新掉角，分裂，氧化。高低角及其他一些明显的疵处。这个工作是三个工作中最重要的一个程序，因为产品在这个程序后，就要进行装板。在我对产品分选有一个大概了解后，师傅又教我产品的检验，就是对装板的产品进行检验，看看有没有在分选中的“漏网之鱼”，这步也是非常关键的程序。然后这些产品要让质检员进行再次检验，如果通过，就可以把产品拿去吸塑。封箱及入库；如果检验出来还是有质量问题的，要把自己当天所做的产品全部返工，直到质检员检验过关为止。看看是挺简单的事，做起来就不怎么好做了。

三天后，我就出师了，我开始自己做产品了。我总感觉无法抓好废品与正品之间的那个度，为了安全起见，我把一些可

以用的产品全部当废品拣出来，而且进度很慢，还时常出现“漏网之鱼”。一天下来，我的废品盒子堆满了废品。师傅看见了，帮我把所有的废品进行返工，一边返一边告诉我哪些产品是好的，可以用的，哪些才是不能用的。还告诉我，如果检分组里的所有员工都像我这样的话，那厂里就要亏损了一大笔了，所以分选的时候一定要认真仔细，决不可以马马虎虎，掉以轻心，还有像我这样学生出来社会实践的，很容易就对这枯燥无聊的工作就会马虎起来，进度也会减慢，像“做一天和尚撞一天钟”一样，因此做产品一定要有恒心，要有毅力，做事要认真仔细，绝不可以掉以轻心。

第一天，我就做了一托产品，而师傅她们一天能做四托，这就是距离。看师傅那么熟练的动作，真让我羡慕死了。师傅说：“熟能生巧，如果你在这里做上两三个月，你也灰跟我们一样快，一样好的。”虽然产品是一托做好了，可是在制检员检验的时候，发现我的产品里有一个很大的掉角，我竟然没有把它挑出来，不用说了，返工呗。质检员似乎看出我的心思，走过来对我说：“返工的确是一件既浪费时间又浪费精力的事。但这是对你工作不认真的一个小小惩罚。返工过了，你就会明白你工作时候该怎么做了。如果今天你的产品没有被检验出来，而把这批货入库并且发出去。那么，到时候的后果会更加严重，那不是单单你扣工资我扣奖金的问题，而且厂里会因此而遭受经济损失，产品还会被退货，甚至造成买方我们对产品质量的怀疑，你认为这样值吗？”我低头不语。

在这短短的15天里，我学到了许多书本上无法学到的东西，让我明白了很多道理：做任何事情都要认真仔细，要有恒心与毅力，相信坚持到底就是胜利；做人要有责任心，要对自己所做的事情负责，想一想如果我这样做了，那事情的后果会怎样，想清楚了认为值得去做了再做，不要不经过大脑思考，在那感情用事，盲目做事！

高中生社会实践报告及篇五

虽然只是短短两个月的暑期社会工作实践，但并没有获得丰厚的物质奖励。但是我觉得它带给我的是经验和知识，能力的提升比所谓的物质奖励更重要，更有意义。总结我这两个月的工作表现和工作知识，取得了以下成绩：

作为服务员，要想做好服务，让客人满意，必须熟悉餐饮服务的相关知识。在新苑酒店短短的两个月的的工作中，我学到了很多。比如我知道怎么摆桌子摆好位置，怎么倒茶倒酒，怎么上菜分汤等等。作为服务员，也要牢记各种菜品的名称、价格、用料、做法、口味；记住茶和饮料的名称和价格；记住各种海鲜的名称、重量、做法等等。只有把这些繁琐的东西背下来，才能更好更清晰的把酒店的菜、茶、酒卖给客人。因此，我也学到了很多关于餐饮和服务的知识，丰富了我的经验。

在酒店期间，在学习和与领导同事交流的过程中，我学到了很多餐桌礼仪和基本的文明用语，学会了如何更好地礼貌服务客人。在我看来，这些远比我从商务礼仪书籍中学到的知识更广泛、更实用、更有价值。书上的知识和理论太枯燥、枯燥、无趣，学习记忆不深，总是容易忘记和混淆。但是在酒店工作中，经常可以从领导和有经验的同事那里学到很多与餐饮服务相关的礼仪，近距离与客人交流时观察他们的行为举止，要求他们在各种场合和场合使用礼仪和语言。学会在模仿和学习中记忆和应用知识，在行动中发现问题并改正，更好地弥补不足，增长知识。

例如，在欢迎客人时，说：欢迎，下午好/晚上好！

客人进入包间要主动开门，说：请进来坐。

客人坐下后，问人数，然后拿出菜单和酒单让客人点些酒。遵守倒茶和饮料时。茶、七顿饭、八杯饮料和九份点心。

原理是茶和饮料加满七分钟，米饭加满八分钟，酒加满九分钟（红酒加满红酒杯，三分之一满）。加茶倒酒时，应从主座（即宾座）右手边开始，顺时针依次加茶倒酒。换烟灰缸、接骨板等其他餐具时，都是从客座开始。

上菜时问候客人，说：陪（或者小心点）帮你上菜。

上菜时，尽量不要站在老人和孩子的一边上菜，以免不小心烫伤或碰到客人。

上菜时一般要从助理主持人的座位左侧或右侧开始，注意不要在客人头顶上方上菜，以免失礼。更换烟灰缸时（一般是3个以上的烟头），先用干净的烟灰缸盖住脏兮兮的烟灰缸，然后轻轻取下，再把干净的烟灰缸放上，以免原来烟灰缸里的烟灰飘到蔬菜里。上锅等菜和汤时，要在火锅下面放一个骨盘（俗称垫盘），以免烧坏玻璃转盘。火锅的火嘴向内（转向中间），以免烫伤客人。

去日本刺身要跟着芥末，每人一个。在生鱼片下面，要垫上口布（一般是叠放在酒店桌面骨盘上的杯花），防止生鱼片里的冰融化，弄湿桌面和客人的餐具。餐桌礼仪的项目很多，过于宽泛。至于细节，比较复杂，无法详细讨论，只能列举一二。

在鑫苑酒店工作期间，我觉得学到的最重要的就是餐桌礼仪和交际语言，也学会了与人沟通的技巧。这对我来说是一个进步。这不仅丰富了我的经验和知识，也丰富了我的社会经验，对我的专业（市场营销专业）有很大的帮助，也会深刻影响我以后的学习和工作，会有很大的好处。

作为酒店的服务员，除了日常服务工作（餐饮服务、保洁服务、值班服务等）之外，还需要做很多工作。），还要做好促销。这是一个很有挑战性的任务，也是可以锻炼勇气、胆量和信心的工作。在酒店短短的两个半月实习期间，我一直在努力学

习，勤奋工作。从一个懵懂的实习生，到成为一个熟悉业务知识、充分掌握服务技能、服务水平高的服务员，我不断提高自己的信心和勇气，获得了快乐。

每一个帖子都充满了幸福和甜蜜，也有痛苦和辛酸。作为一个社会底层的工人，服务员的工作不能停止谈论痛苦：有时，因为食物不符合他的胃口，客人们不分青红皂白地虐待自己，但他们必须容忍客人的不理性，强迫他们微笑。有时候遇到素质差的客人，会故意刁难自己，指出自己服务不好，对自己发脾气。就算是客人的错，作为服务员也要包容。

上海是一个国际化大都市，容纳来自世界各地的游客和商人。上海的中小型酒店随处可见外国人。在上海新苑酒店工作期间，经常遇到外宾在酒店吃饭。每次接待外宾(尤其是没有陪同的中文翻译的时候)，大家都很自卑，很无奈，因为英语不是很懂(大部分服务员文化水平低，大部分中学毕业)，所以很气馁。刚开始我也觉得特别尴尬和无奈，因为我的英语口语很差，而且因为我的发音不准所以我一直守口如瓶。但是服务工作必须要做，所以慢慢学会了勇敢，用蹩脚的英语和客人交流。有时，当我遇到我不理解或不知道的事情时，我会阅读英语电子词典或《日常餐桌英语术语全集》，不断丰富我的词汇和餐桌术语，从而慢慢变得自信并愿意为外宾服务。由于工作需要和工作压力，不断学习新知识，敢于挑战自我，学会向客人问好，介绍菜品，请客人点餐点酒，征求意见。由于他的耐心和热情，他受到了外宾的称赞。虽然，我的口语水平没有太大提高，服务能力也不突出。但是，我还是为我的勇气，我的自信，我的知识和能力的进步而骄傲！

虽然我在酒店工作取得了很大的进步，但我自己的缺点和问题是不可避免的。工作可以考验一个人的长处，但也可以反映一个人的短处。在鑫苑酒店工作期间，我清楚地看到了自己的弱点和不足。具体总结有以下几点：

作为一个刚步入社会的实习生，工作经验不足是必然的，我

觉得这是必然的。经验是从工作中总结出来的，而不是从书本理论中学到的。所以我意识到，工作是经验的源泉，只有在工作中才能丰富。

一个优秀的服务员的优秀之处在于能够在细节服务上做的很完美。我承认我是一个认真的，称职的服务员，但我并不是一个真正的好服务员。因为我缺乏观察和灵活处事的能力，这是我做不好服务员的重要原因。这将是我不懈努力的方向。

工作上，我很认真努力，但是服务能力并不突出。原因是知识和经验浅薄。这些都是限制我能力发展的重要因素。比如，你不可能真的忍心伺候外宾。我承认我英语水平差，口语发音不准，所以服务水平较低。我深深意识到英语的重要性。为此，我决心学好英语，制定好学习计划，努力提高英语水平。我相信我能做到，就像我相信我的潜力一样。

以上都是我这两个月暑假的经历和体会。可能有些细节，也可能有些繁琐冗长。都是我自己的话，难免会产生一些偏差和谬误。请理解。总之，这个暑期实习很有收获，也很快乐，不是因为赚了很多钱，而是因为学到了宝贵的工作经验和知识。它开始把我带进社会，带进现实，让我明白了很多道理，也有了一些问题。我调整个人心态和价值观，继续努力奋斗，为梦想和明天加油！