

# 2023年大学生实践报告(模板5篇)

在当下社会，接触并使用报告的人越来越多，不同的报告内容同样也是不同的。掌握报告的写作技巧和方法对于个人和组织来说都是至关重要的。下面是小编给大家带来的报告的范文模板，希望能够帮到你哟!

## 大学生实践报告篇一

时间过得很快，实践前认为十分漫长的20xx年xx月xx日，这是我们来到实践基地——xx市xx镇xx学校的第一天，为期xx年級的普通话课，孩子们的.语言基础比较薄弱，加上小孩子天性活泼好动，给我们的教学带来了一定的挑战。相对于低年级同学的活泼，高年级的同学们显得有些低调，因此我们教师在师生互动环节下了不少功夫。最后，我们实践队还对每位学生的普通话水平做调研测试，然后根据结果进行分班分层教育，以便使我们的学习更有效果。接下来的四天中，队员们对xx学校和这里的孩子们做了充分地接触与了解，按照计划规律地对学生们进行普通话课、武术课、表演课、诵读课、国学课、团体辅导课等课程的教学，并在课余时间和学生们互动，使学生们在快乐学习的同时快乐生活。期间，我们实践队的指导老师也不时地来到实践基地对队员们表示鼓励与关心，希望队员们在“授人渔”的同时，悉心体验，感受“为人师”的快乐，并且收获更多的成果。而接下来的两天是我们在xx乡度过的第一个周末，我们自然欣喜万分，虽然最后不像预想中的那么美好，但是这个周末给xx乡的孩子和乡亲们带去了新的活力与惊喜。在xx号那天，我们实践队对一些学生进行了家访，几个可爱淳朴的学生带领我们，沿着山间小路，绕着弯，踏着石头随意铺成的台阶，走进学生家中。家长的热情，学生的害羞都印在我们的脑海中久久不能忘却，那是一份质朴，那是一份纯真，那是一种让我们感动的真心。虽然我们无法在那里至此停留，但是那份真情却会永远留在我们心头。在xx号一大早，学校门口便挤满了

学生，那天的游园活动分外吸引学生，各种各样的游戏和奖品使学生们与家长玩得尽兴，也为他们提供了一个互动的平台，使他们更加懂得亲情的可贵。这个星期是我们实践的初步阶段，对孩子和周围的一切有了更多的了解之后，我们才能更有效地开展活动。

在第一周的基础上，这一周的教学活动进行得更加顺利，老师们不是按部就班，而是不断创新。除了计划中的教学活动之外，这一个星期的惊喜不得不提。7月xx年级学生开展了校园定向活动，让在教室里呆腻了的同学们能到外面来进行活动，舒展他们的筋骨，活跃他们的精神，也让他们从中体会找寻的快感，学会珍惜自己努力获得成功的喜悦。隔日，我们便迎来了我们在xx学校的第二个周末。往日，周末的校园，总是比较安静，校园里少了孩子们的欢乐的笑声和奔跑的身影。但是今天，原本冷清的校园却显得热闹，最后的汇报演已经进入了紧张的排练阶段，读书声、歌唱声……从我们的排练教室中传出。孩子们童真的声音与纯真的笑脸让我们感觉非常的欢喜，像一首小插曲印刻在我们心中。而周日的玉女谷一游更是给队员们的身心彻底地放松，一路的秀丽风景与欢声笑语是我们最难释怀的记忆，这些毫无疑问给了我们更大的动力去迎接挑战。

这个星期显然过得比上一星期迅速得多，因为我们开始忙碌，开始不停息……

### 冲刺展示阶段

相对于前两个星期，这一周过得异常迅速，我们还来不及小憩，就已经踩在了最后汇报演出的舞台上。

这一周里，领导和老师们依然不忘对我们实践队的关怀，温州大学赵xx教授和实践队指导老师等人来到xx乡和队员们一起对实践活动做了交流与探讨并表示了自己对本实践队的看好与期待，也预祝本次实践活动的成功。期间，队长还协同

队员们对xx镇副镇长袁宏毅进行录像采访，使大家对这个美丽的侨乡有了更加深入的认识。不知不觉中，时间已经到了28号，此时日历簿上每一个数的跳动都会使队员们心中一颤。队员们在学校里开始对各个年级的学生进行最后阶段的普通话阅读录制工作，以便与实践第一阶段的录制有个比较，更好地反映出学生的学习与进步情况。而各位汇报演出的节目负责人分别安排时间对同学们进行最后的排练巩固工作，走秀、朗诵、武术、小品等节目全部到位。在忙碌的同时，队员们学习激情毫无缩减，一些队员在校园里同老师们一起学习乐器演奏，葫芦丝、二胡等乐器的演奏学习也给队员们带来了几分新的体验。有付出必会有收获，29日，对于实践中的每一位人来说都是最重要的日子，这不仅仅是成果的展示，更是大家辛苦付出之后的收获与大家一起度过的xx年7月3日星期六，我们结束了不知该说漫长还是短暂的xx年有新的突破，也有新的不足呈现，本次实践活动在激烈的队员选拔开始至今，给了队员们xx年强多了。后来王校长任命郑金香为班长，小男孩就愤愤不平地告诉我，郑金香有亲戚在学校当领导，奶奶是小学门卫。哦呵，现在的小孩子真不简单，小小年纪就懂世道，还把话讲得如此圆滑，我不禁感叹道。他们都是五年级的优秀学生，分别从七个班里挑选出来，很多小朋友家境不错，他们的思维方式和行为举止比起城市小孩毫不逊色。

20xx年xx月xx日下午是活动课，我和支教组的几个同学一起去学校帮忙维持纪律。小孩子真的很闹，我们几乎个个都扯破了嗓音，但仍然很难震慑住他们。可怜的薛龙，感冒还没有好，拿着大喇叭主持活动，估计下课后嗓子就哑了。我们把小朋友分成三队，分别由龚礼佶、曹荣华、顾梦颖带领。我负责登记比赛分数，程楠拍照，王玲帮忙维持秩序。比赛开始紧张有序地进行，小朋友们集体荣誉感很强，参加比赛的奋力拼搏，其他组员在一旁加油助威，小组长把大家紧密地团结起来，协调各方矛盾。每轮比赛结果出来，总是几家欢喜几家愁，不过友谊第一比赛第二嘛，玩得开心就好。最

终顾梦颖带领的战龙队取得了团体第一名的好成绩。

小朋友的体力精力果然很好，一个下午的活动让我们个个疲惫不堪，他们仍旧活蹦乱跳。真的太累了，我找把椅子坐下，边看他们比赛边休息，不禁使我想起自己的童年，曾几何时，我们也是这般天真无邪，这般无忧无虑，也会为小事和同学吵得面红耳赤，也渴望得到老师的鼓励和表扬。回过来想想觉得他们很可爱，活泼又充满朝气，于是我又站起来走进他们，融入其中的快乐。

这天下午是支教来最累的半天。大家个个筋疲力尽，但是和小孩多呆一会儿就多一点儿感触，多一份喜悦和收获。

20xx年xx月xx日早晨是我的地理课，终于要登上讲台了，有点紧张有点激动。我一大早起来同梦颖去学校，把课件拷到电脑上预演一遍，因为里面有许多flash[]但愿电脑不要临时罢工。我教的是“中国行政区划”，重点教他们如何认识地图，掌握各个省市的名称、简称、地理位置和轮廓识别。小朋友很聪明，瞬时记忆能力很强，一教他们马上就能掌握，提问时大家都争先恐后地回答。本来打算让他们把各省轮廓图拼成中国地图，动手环节比较有趣味性，但是因为有的小朋友没有准备好材料，我只能把他们分成两组，各派代表上来在电脑里计时比赛。这节课上下来很顺利，我很满足很开心，不知他们收获如何。站在讲台上经历着由学生到老师的角色变化，让我感觉更加自信和成熟。

## 大学生实践报告篇二

会实践，在实践中见真知。在往后实践中能更好地接触社会、实践自我的专业技能，寻找发展的机会。

大学生成长成才，是高等院校普遍关注的问题。而大学生社会实践已成为培养合格大学生的重要组成部分，也决不能忽视或放下大学生社会实践。因此这次调查就选取了在读大学

生50名，其中广州大学20名，中山大学10名，广东外语外贸大学10名，华南理工大学5名，广东工业大学5名。年级分别为大一学生5名，大二学生30名，大三学生15名。

本次调查透过对大学生有否参加过暑期工、兼职或实习，最想参与何种社会实践，所参与的打工或实习是否与所学专业相符，能否体现实践与理论知识相结合以及在工作或实习中获得了什么等问题进行展开。

透过派发问卷进行调查，发放问卷共50份，收回有效问卷50份。

从调查中发现，许多大学生都认为兼职是大学学生的

没有课的时光，12%会选取周末。有31人认为在不影响学习的基础上赞成合理兼职或打工实习，19人很赞成兼职、打工，没有人反对。54%的人都提出学校除了带给就业指导以及专业课程外，还应带给实习机会，22%觉得学校就应带给就业体验，至于选取素质拓展和职业生涯规划的各占12%。

价值观主要是围绕自我出发，致使大学生自身社会阅历和实践经验不足，更不用说参与“三下乡”活动服务人民了。

另外，没有人选取反对大学生兼职、打暑期工或实习，大家都认为只要不影响学习能够积攒经验能够为以后的工作打基础。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。从大学生活的开始到走进社会的大圈子中，就只有短短的几年时光，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务必投身校园内外的各类实践活动，有助于锻炼品质，提高潜力。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下了专业知识的学习，结果是得不偿失的。

## 大学生实践报告篇三

□xx区xx镇白xx村留守儿童服务站

□x月x日至x月xx日共xx天

1、给留守儿童送去爱心，让他们知道自己没有被社会遗忘，让他们知道还有很多大哥哥、大姐姐关心自己，从而帮助孩子们树立健康的社会观，帮助他们更好地融入社会。

2、村里的留守儿童不像城里的孩子，可以在暑假里上辅导班，我们的支教活动正是为了解决留守儿童在暑假无人看管、无处读书的问题。大学生志愿者在暑假当起留守儿童的“家教”正好可以帮助孩子们提高学习成绩，不输在起跑线上。

3、社会实践是大学生培养锻炼才干的好渠道，一来，我们摆脱了“一放假就沉迷网络”的日子，过上了真正有意义的生活；二来，社会实践活动可以帮助我们更好的走出校门，走向社会，接触、了解社会，从而更好的投身社会。

根据本次活动的组织者——xx城乡互助工作组的整体安排，我们计划利用x月x日至x月xx日这宝贵的xx天对历城区xx镇白xx村留守儿童进行集中的学习辅导。我负责辅导孩子们语文和数学，其他志愿者也各有所长，根据孩子们的具体需要，我们进行了分组，结果如下：

小学一到五年级

初中一到三年级

高中组

xx负责语文和数学

xx负责英语

xx负责语文数学

xx负责物理化学

当我们真正走进孩子们的临时教室时，我们发现，原先“一个人上一节课”的计划是行不通的，因为孩子多，各个年级的孩子都有，而且只有一间教室，所以我们临时决定，分组同时上课，这样做虽然会使教室内稍显混乱造成一定程度上的互相干扰，但却是我们根据实际情况指定的最合适方案。

我们将自己的支教生活安排得井井有条：

对于整体安排，我又根据我们教学组的具体情况进行了调整：

2、通过各种形式，锻炼孩子们的各种能力，比如在人前发言的能力、语言表达能力等等。

3、根据我对各个年级课本的了解，我为各个年级分别制定了xx天的学习计划，不同的年级，要求的难度也有所不同。一到三年级的主要任务是背诵经典课文，学习生字、组词、造句；而四年级和五年级的孩子除了要求掌握基本知识之外，还要求对课文进行理解。注重培养他们良好的学习习惯。

1、分组上课的策略

我们面对的情况是：从小学到高中几个教学组都有学生，而且所有学生都挤在一间教室里。我们意识到，原先“一个老师上一节课”的计划是行不通的，要解决这个问题，必须按照分组同时上课，这样做既提高了课堂效率，又有助于老师们近距离的接触学生们，给他们更多有针对性的帮助。

## 2、针对学生的特点合理调整计划

众所周知，一到五年级的小学生最多能在三十五分钟之内集中精力，我经过分析和对孩子们的观察得知，我负责的小学组的学生不能做到在一个小时的课堂上保持精力集中。针对这个问题，我做出了以下调整：

(1) 将一个小时的课堂分成两部分，前半个小时我给学生们讲解课本的基础知识，而后半个小时则用来做练习，这样既有利于孩子们在课堂上及时巩固学到的知识，而且这种听课与做题结合的方法能够缓解孩子们在课堂上的疲劳，从而对学习更感兴趣。

(2) 下午第四节尽量在室外上课，这样做既可以使孩子们感到新鲜，从而更容易集中精力，而且可以减少孩子们的读书声对高年级学生们的影响。

在最后一节课上，我们一般会集体背诵课文，然后让孩子们挨个在大家面前讲故事，以锻炼他们当众发言的能力。如果孩子表现得好，学得快，我们还会做一些小游戏。我始终认为，教育小学生，要针对他么烂漫爱玩的天性，在游戏中教会他们知识，而填压式的教育只会是孩子厌恶学习。

## 3、注重孩子们综合素质的提高

在教授课本知识之外，我们还特别注重孩子们综合素质的提高，我们教孩子们下象棋，玩魔方，唱歌，跳舞，给他们的课余生活增添了很多欢声笑语。

另外，我还特别注重对孩子们阳光性格的塑造，我平等的对待每一个孩子，不以学习成绩论学生，以求学生们不会产生自卑感。比如说我的学生xx□他自尊心比较强，平常在课堂上，如果有个知识点别人都学会了，就剩他没有学会时□xx就会急得大哭。这时我会先让其他同学做练习，我单独用各种方法



教会他，决不让他落后!久而久之□xx独立思考的能力提高了一大截，成绩也非常优异了!不过xx还是有些内向，课间和小伙伴闹了矛盾，他就一个人坐在教室里不出去玩，这是我会动员其他孩子组织一个好玩的游戏，然后让xx的好朋友邀请他去玩，笑容就又会会在xx的脸上绽放。

#### 4、与身边的人相处

(1)我们七个志愿者住在村长的母亲家中，与老人在一个厨房做饭。怎样与两位老人相处对我们来说是一个挑战，因为在学校我们身边只有同龄学生，在家中爷爷奶奶都宠着我们，很少与我们计较。所以，为了树立大学生良好的形象，更好地与两位老人相处我们自觉改掉了大声喧哗、用水不节俭、睡觉晚等不良习惯，并时常为两位老人做一些家务，赢得了老人的喜爱。

(2)一起支教的六个同伴对我们来说也有不同的意义，因为我们要一起生活十六天，一起做饭一起吃饭，有人刷碗，有人打扫卫生。又脏活累活大家都抢着干，有什么好吃的都给出来与大家一起分享。在共同生活的这些天里，我学会了关心别人，学会了为集体的利益作贡献，真正读懂了“出门靠朋友”这句话!短短十六天的相处，却让我们这七个原本不认识的年轻人成为了无话不谈的好朋友，我们在暑假里都还保持着联系，不时的关心一下昔日的“战友”的最新动态，感受友谊的无比珍贵。

虽然这次支教只有十六天，但却给我留下了许多美好的回忆，也给我留下了太多的感受。

## 大学生实践报告篇四

第一次参加社会实践，我明白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。通过参加社会实践活动，有助于我们在校中学生更新观念，吸收新的思想与知识。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我们要走出校园，踏上社会，我们能否不辜负他人的期望，要好好锻炼自己的各方面的能力，努力提高自己的综合实力！

在实践中我明白了人际关系有多么的复杂，大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，要跟他（她）们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了。我想说的一点就是，在交际中，既然我们不能改变一些东西，那我们就学着适应它。如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。更重要的是我在社会实践中学会了自强自立！凡事都要靠自己！

现在，就算父母不在我的身边，我都能够自己独立。

在这次社会实践中，除了培养出了我各种能力之外，还让我了解到一切认识都于实践。实践是认识的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，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 and 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。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。通过这段时间的实践，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。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。及自己最大的努力去完成自己的工作，要有自信要对自己的工作负责，要有责任心去做到最好。

这次实践让我知道，社会和学校是不一样的。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。接受各种的挑战而令自己变得更加强大！

通过社会实践的磨练，我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，体现大学生的自身价值。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，思想汇报专题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。虽然现在的我还没有能力做的更好，但是我感觉我懂得了太多的书本上没有的东西，假期实践增强了我的办事能力交往

能力，叫我懂得钱来之不易，叫我懂得人要打拼出一片属于自己的天空。

这次实践让我知道工作要有自信，自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。社会经验缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来句什么都会的，只要有自信，就能克服，那一切就变得容易解决了。而且必须要与人们多做交流，一定要做到良好的沟通。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、虚心地接受。最好是能在社会实践中把经验与所学到的知识相结合。并且要不断的使自己的知识变得更加的全面和具体。从而令自己的工作做得更好。

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。

肯德基工作的这段时间里，有一次我们开员工大会，主题是餐饮业的良心，食品安全。因为那段时间在网上出现了许多关于肯德基的负面报道影响。通过这次事件我知道各行各业都有自己的责任和规矩。而且这些规矩都是以不危害顾客的安全和利益为前提。在刚开始培训的时候，有一条就是想顾客之所想，就是说在顾客需要的时候就能够及时帮到顾客，一切以顾客为第一位。各行各业都应该以顾客为第一。这也是我所要学习的，因为在以后我不管从事什么职业，如果不能把顾客放在第一位，那么我就会失败，正所谓民心所向，是为了赢得顾客的信任。

社会虽然比学校要复杂很多，但是社会上有课本上学不到的东西，那就是社会经验，为人处世的经验，想想自己明年就要真正的走向社会，参加工作，也许自己的这次实践就是自己新的开始，也就意味着自己的成熟，我会在以后的工作和

学习中，不怕困难，勇于克服，在实践中锻炼自己的能力，努力提升自己，实现自己的理想。

## 大学生实践报告篇五

XXXX

xx年-1-28—xx年-2-28

酒店大厅服务

第一，勤工俭学；

第二，锻炼自己与人交往的能力，增加社会经验

这是我上大学以来的第二个寒假，一年到头，忙于学业，在外奔波，理所当然要回家和父母亲人团聚。不过身为当代大学生，总不该“日出三竿而起，日落西山而息”地无所作为。况且也是大二学生，应该出去锻炼一下了。回到家后，我与父母商量，准备找一份工作。我家不远就是肥牛大世界，放假的第二天就去应聘了。

我先从传菜干起的，在我的印象中，传菜不外乎是把菜交到服务员手里就啥事没有了，但实际上我想错啦，酒店里的传菜员工作很多，当点完名后，就要把前一天的酒瓶都收起来放到洗刷间等人来卖掉，不能小看这活，当你面对成山的瓶子时就有感触啦。然后去给大厅打热水以供客人喝，两个人抬八十多斤的水桶，起初还不习惯，胳膊酸得抬不起来，慢慢适应了才缓过劲来。接下来就是最脏的活了一一打扫厕所。由于下水道管子细，又难找人疏通(清扫工过年下班)。就只有我们拿塞子哼哧哼哧的干啦，好几次都想呕了，真不容易啊!当这些活干完，我已是气喘吁吁了，这时候心理开始不平衡来，心想来从小到大读了这么多的书，家里花了那么多的钱把我培养长大成人，可现在只能干这些零活，怎么着在学

校里也是个学生会干部，多少也有点社会能力，不免有点失落。

我们正式站位时差不多是中午十一点和晚上五点钟。这一站就是四五个小时不能歇着，师傅先教我认了台号和房间，当客人陆陆续续进来时，正式传菜才开始。我眼睛都跟不上刨肉机的速度，我必须集中精力接好每一盘肉和菜，接肉时还要懂规矩，就是每接盘肉都要大喊菜名，喊菜员告知你地点，你必须回一声才能去传，刚开始我羞于出口，总是惜字如金，总是挨批，后来随着环境的熟悉，拘束感没了，自然也就没事啦。传菜可有学问，它不仅练体力，还练反应能力和菜名，几十种菜名几天就认清了，但体力是有点吃不消了，晚上回到家时累得一句话也不想说，睡觉时腿抽筋很厉害，开始那会真想打退堂鼓了。

累只是一方面，真正的考验是如何服务好客人，在打工期间里，服务员有的休班回家过年，留下来继续工作的不多，我们传菜员就客串了一回服务员，负责备小菜，出锅，酒水服务。不干不知道其中不易啊！作为80年代后的我们，平时在家象个小皇帝，享受着年轻所应有的优越，让我们一下子放下这一切去服务别人真是不习惯，客人有时是很苛刻的，对服务要求很高，我初来乍到，就惹了不少祸。大年初一，我在收拾台面时，不小心将汤桶弄翻，结果弄了旁边的客人一身，客人很生气，找到了老板，并喝叱我，当时我吓坏了，不知如何是好，这件事整整斡旋了两个小时才解决了，老板出于同情，并未罚我工资，但经过此事，我真是害怕了，做事反而拘束的不得了，心情也很差，从初一到初三这几天里，我始终是战战兢兢，也不知是怎么过来的，精神始终不振。

好不容易修了一天班调整，我也主动找我同事虚心地向他们请教和学习，传菜部的领班跟我说：“我知道你是大学生大常有志向，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，不积小流无以成江海；不积跬步无以致辞千

里。”他为我指出了工作中的很多错误和缺点，还对我说，我看一个人怎么样并不是看他学历、文凭怎么样，关键是看此人做事是否认真勤快踏实，对事对物要对得起良心，对得起自己，凡事要坚强，拿得起放得下。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，年累人就行能挑大梁，年轻人的时候不吃苦，难道到老了再吃苦吗？”确实，听了我的领班对我所说的金玉良言。我的确让的思想认识有了更深一层的提高，某种程度上，给我指明了很好的一个努力方向。

从那天开始，我重新树立了目标，重新找回了信心，在这几天里，我从没犯任何差错，始终默念一条原则，“客人永远没有错，我们永远有不足”。终于我的努力有了回报，我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，却没有此句这么让我如此的感动，如此的感慨，如此的回味，真的！我也认真学习其他工作，慢慢琢磨，总结，后来我成了多面手，除了传菜员，还能胜任洗刷工，喊菜员，吧台结算员等多种角色。

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。