

# 2023年初中学生假期社会实践报告单(优质5篇)

随着个人素质的提升，报告使用的频率越来越高，我们在写报告的时候要注意逻辑的合理性。报告帮助人们了解特定问题或情况，并提供解决方案或建议。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。

## 初中学生假期社会实践报告单篇一

说长不长的一个月暑期工生活完了，但却是我兼职以来最长最累的一次，和前几次有着的不同就是我进厂做了一次普工，这工作实在是有点累，中途试图几次都想放弃。其实这次对我的挑战挺大的，这样的生活真的有点让人喘不过气来，不再像以往那样自由，不再那么轻松，也不再那么耍任性，这样的生活也只有亲身体会了才有那么真实那么深刻的感受。

之初，本已经决定和几个同学就在成都待个寒假，工作也托同学找好了，但是以往的惯例依然如此，变化实在是难以预料。和我之前工作一样，突如其来的决定让我又放弃了原来的工作，又在成都晃荡了半个月，两天的火车又将我带到了深圳。其实我还好一点，几次的类似经历，我似乎对这样的暑寒假生活慢慢习惯了，慢慢接受了。社会上的这种经历也许就是如此，只是之初我们没有遇到过罢了。

深圳，中国经济开放的窗口，大陆城市发展的方向。这里与成都那样的旅游休闲城市完全不一样，这里的人们生活节奏是那么的快，压力是那么的大的，来这里的人怎么能不入乡随俗呢。表面上是说要找一个轻松的工作，不想那么累，但是又想到只工作一个月，而且想磨练磨练自己，能更大的突破自己，也就潜意识的想累一点的工作也很不错。于是就想找

一个工资高一点的，我想到了进厂，就在周围找着自己的工作。

现在这竞争有这么激烈吗，激烈得让人害怕，连一个小小的普工都是排着队的人，还都是年轻人。要求还是那么的离谱，年龄是90后的不收，要25岁到45岁的，真是难以让人想象，而且要一次性一个男生搭上两个女生才收。虽然都不是什么大学生大专生，但也可以看出在中国这个市场工作是多么的紧张，竞争是那么的激烈。最后我拖自己的堂弟进去了···厂，但是由于之前什么地方都不招暑期工，而自己又没想到进有试用期的厂，那样在试用期期间辞工是很正常的。所以等到我上班的时候就已经又过去几天了，算算打紧只能做个40天。接着，我就像接受魔鬼训练一般开始在厂里面煎熬。之初，长时间的工作让我实在是有点吃不消，虽然每天做的工作看似不是很累，但主要是工作时间太长，反复的动作最终还是相当的累。

以广东为代表的很多城市，大部分说的是大陆，加班是很正常的，由于加班，所以工资表面上看去相对农民工来说是比较高的，比以往是要好一些。这些农民工也就是冲着这加班费去的，反倒不加班，这些人还不会去做，因为为了家庭，他们需要金钱已经远远超过对休息的需要，休息一词就很少在他们脑海中出现了。

除了加班的特点以外，就是白夜班的工作形式，一个月白班一个月夜班这样循环更替。每天跟这些同事一起拼命般的工作，就没有了白天和夜晚的区别。因为每天从进厂后就会下班才见得到不一样的光线，还不是太阳光，说夸张一点，就是每天不管你是上白班还是上夜班都基本上和太阳相隔，一周休假时候就是他们相见的时候。其余时间就是在车间里面和机器打交道，听着那不堪入耳的噪音，犹如地狱般的煎熬。说到这里，我很形象的描述它就是监狱，每天像犯人劳动改造一样，被铁门关在车间里面工作，铁门外面就是像看犯人的保安。

在自己熬不住试图放弃时，我就是想想父母，父母这么多年就是这样过来的，甚至更艰苦的生活都没有难倒他们，他们是因为为了儿女才有坚持下去的理由和毅力。我们作为儿女的，忍受这点也就远远算不了什么，何况是短短的一个月时间呢。每次看见路边、树下·····都是农民工的身影，我都不由自主的全身打寒颤，甚至有泪在眼中流淌。他们下班后不吃饭的，有手里只拿一个馒头的，再或是拿着一瓶啤酒，那样处理自己的下班时间，那样对待自己的身体。殊不知，也许他们的孩子就是在某某城市上大学，他们是那样的伟大。我有时候就在想，他们孩子要是能看到这一幕幕触目惊心的画面，他们会有多么的心疼，不听话、学习不努力的就会听话、努力学习了；听话的会继续听话，努力学习的更加努力，因为他们欠父母的太多太多。

再苦再累的工作晃眼过的也是那么的快，一个月暑期工生活就过去了，我视乎慢慢习惯了那种生活，但是累还是存在的。我成功了，我克服了自己，战胜了自己，我选择的这么辛苦的工作我最终还是坚持下来了，我想多少对以后有一点帮助，至少我的感受是很真切的很深刻的。顿时，看看自己这双疲惫的手、发软脚，我心中也谋生了对未来的一些想法，对接下来的学习和不久的工作得重新规划。很多事我又得好好思考，时时反省着自己，让这种感觉一直陪我走下去，鞭策我，随时都能认识自己，看到自己眼前的路，一步一步踏实的走下去。直到成功的某一天，我能很欣慰的回头看看自己当年走过的路，看看自己年少轻狂时磕磕碰碰。

暑期工是很辛苦的，但可以当做我们进入社会时的小练习，寻找一点工作时的感觉，从而趁现在还有机会弥补挽救时，就加进步法想着自己的梦想奋斗，坚持不懈的努力下去。所以，我很是看好社会实践的生活，尤其是那过程中的辛酸苦辣。在这里也希望有钱的没钱的，感受过的没有感受过的同学们，拿出你们的勇气和行动去挑战自己并战胜自己，看看山的那边。

今年寒假我一开始，我开始了紧张的寒假实践，准备和同学一起去打工，以便补贴生活，减轻家庭负担和提高自己的实际动手能。。当我告诉父母说要去打工时，他们都感到惊讶：在他们眼中我还是孩子，平时又不太爱说话，况且我还没有出过什么远门，还能一个人出去打工？肯定吃不了苦，干不了几天就会回家。我也没想到自己在他们眼中居然是这个样子。没办法只得在我家附近找一份合适的工作。

“没有实践，就没有发言权”，只有亲身经历过才会有那种超乎平常的感觉。今年自己的寒假和去年有所不同。其实学校要求我们积极参加社会实践，无非是想让我们提前接触社会，了解社会，这样才不会在真正走上社会的时候找不到生活的重心，于是我才决定今年要真正的去接触社会，品尝社会的酸甜苦辣。

经过几天的奔波，在亲友的介绍下到了钦州远洋国际建筑公司工作。钦州远洋国际建筑公司在钦州港建八栋商业住宅楼。

我的工作主要是负责材料的进出登记。为了做好工作，老板给我引荐了工地的项目经理。我让项目经理给我做了简单的上岗培训，经理给我讲了许多关于施工方面和安全方面的经验。随着经验的积累，我的工作能力的提高不少，这些提高可以说对我是一个很大的帮助。每当一车材料运进来登记好，每当一天的工作结束，我的自信心也就无形中加强了。

记得打工的第一天，我都不怎么开口说话，和工地上的工人也没什么话说，很是放不开。寒假打工第一天的工作就在我的激情和疑问中结束。有的时候做得不好，老板还要批评你。夏天天气很热，工地条件，伙食也不是很好，我有几次都想不干了，但我还是坚持了下来，认认真真做事。原来坚持下去，生活可以更加充实，原来“自力更生”是挑战与乐趣并存的我敢保证从此我可以生活得比以前任何时候都好，都充实！

在我的打工生活中，我也明白了许多：在工地的管理中责备下级是不可避免的。责备也要用适当的方式，既要与工人打成一片，也要保持自己的威严。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的，可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定不会交到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做什么事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。

现在想来，寒假的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一份财富吧。现今，在人才市场上大学生已不是什么“抢手货”，而在每个用人单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了暑期打工。暑期虽然只有短短的1个月，但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多的大学生都清醒得知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代社会需要的人才。大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题能力。通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为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，不要简单地把暑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。现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的人际能力。作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。在这次暑期的工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。这次的打工是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

## 初中学生假期社会实践报告单篇二

人们通常以为，我们所做的一切，是为了最终的享受。其实不然。在这一切的行动中，最为重要，最为实际，最能给我们带来好处的往往是实践的过程。

7月12日，我们班登上了去往狼牙山，白洋淀的汽车。当汽车发动的那一刻，我们7个人都无比的兴奋与自豪。

是哪7个人呢？是我们负责这次出行计划的7个人。放假期间，班主任一共派发了6个任务，每7个人负责一个，有“拜访一个老师”“拜访一位同学”“为社区做一件好事”等等。而我被分到的组，正是绝对对的“死亡小组”——“计划一次出行”。起初觉得不难，但真正实践起来，难上加难。

被分到这个小组后，第一件事情就是确定路线。由于狼牙山，白洋淀这两个地方我们7个人谁都没去过，网上也不好查，不知如何是好。这时还是翁老师指引了我们一条明路——问旅行社。就这样，没人去问一个旅行社，最后报告给组长。

回家的路上，同组的组员都觉得问旅行社会很麻烦。我心想“不就是打个电话吗？有什么难的？”可当坐到电话面前，就没有勇气打了，心咚咚的跳，心想“我这么打过去，刚开始怎么说？万一他问我许多问题，我都打不上来怎么办？没有这个行程怎么办？人家听我是一个未成年人，会怎么和我说。。。。。”诸多的问题泉涌般涌进大脑。一阵忧虑之后，我最终还是拿起了电话：“喂，是国旅吗？我想问一下。。。。。”他玩弄我似的问了我一些问题，可是得到的答案却令人失望“对不起，我们没有你说的行程。”唉，最终还是以失败告终了。向组长一汇报，惊人的发现，不知是我们不会表达还是什么原因，竟没有一个人了解到这样的行程。唉，大家又是一阵苦想，不知如何是好。最后不知是谁想出的办法，让一个有经验的导游带着我们去。这件事情也终于了结了。

一波刚平一波又起。刚解决完行程的问题，营旗的问题又来了。谁去订做营旗？尺寸多大？我们决定用抽签来决定。当我“中标”时，都快昏过去了。这么麻烦的问题要我来做！看到她们几个的窃笑和老师的眼神，顿时巨大的压力朝我扑来。唉，可悲啊！

第二天，我便去了一家打印店。当我按照自己原来的规划和店家设计出来后，我发觉不太合适。就这样，换个又换，改了又改，连老板都烦了：“你还是回家设计好再来吧！”我只能红着脸，羞愧地从店里跑了出来。唉，出师不利啊。我回到家后，自己设计，设计到自己最满意的尺寸，拖了一位朋友，订做了出来。

当那天启程时，我们7个人都高兴极了。虽然做得不够好，但也可以算是勉强完成任务。相信以后会比这次更好！

随着我们工作的深入，我们渐渐学会了许多许多。首先，要想快速工作，就要合作，思想统一；其次，再联系别人时，要有自信，有条理，由主要目的，要有礼貌，这样，才能得到别人的尊重，才能更好的完成任务；工作前，要规划好自己要做什么，怎么做，结果怎样，这样才能没有遗憾，才能确保最终的质量。

我很庆幸能够参加这次暑期社会实践活动，他让我实践，让我进步，让我享受。我想，我们7个人，下一次，一定会比别人做得好，比现在做得好。在生活中，享受是可以没有的，但是没有实践是万万不能的。只有去实践，才能享受，先是前者，才有后者。这次活动，让我们强化，让我们进步，让我们升华！这，就是实践的力量！

## 【范文二】

今天是妈妈在新的一年里工作的最后一天，明天就大年30了，为了能赶上回老家过年，我决定上午帮妈妈送报纸，下午和妈妈一起大扫除。

我早早的爬起床等着妈妈的召令，快过年了，我的身心都在沸腾着。手机一响，我就迫不及待的骑着自行车狂奔，只想着快点送完，就可以快点过年了。可事与愿违，时间一分一秒过去，报纸却没见多少。我从没想过送报纸也会这么累，我原以为只要把报纸投入报箱就可以了，想着从前电视上演的主人公潇洒的把电视甩入报箱，我对此充满了憧憬。可如今看来，那情节完全是骗小孩的。报箱就那么点空，要是能随便一甩就能进去，那我只能说你是神枪手。而且就算你能甩准，可那愈来愈高的楼层绝对不只是摆设，关闭的严严实实的窗户也绝不是吓唬人的，要是这样你还能甩进去，那我就相信世上有神仙。尽管已经到了冬天，我的背仍然有一层薄汗，一阵冷风拂过，我冻的直打哆嗦，可真是美丽冻人啊！想到妈妈每天都要送这么长的路程，我的心暖烘烘的，妈妈为了我付出了那么多，我一定要更努力一点，也许我没有别



人那么聪明，但我可以比别人更努力，想到这儿，我的脚步更加快了…终于送完了，我的脚又算又软，可身体却不冷了，不知道是因为长时间运动还是心里的暖流流遍了全身。

回到家我立马用热水泡了泡脚，酸痛感立马消失，真爽啊妈妈却来不及休息，开始给我做饭。我心里实在不好意思，便起身帮妈妈洗菜。正当我准备看电视的时候，不经意瞄到餐桌上还没来的及洗的碗，看了看正在忙碌中的妈妈，我小心翼翼的拿起碗向厨房走去。我把碗放在菜盆里，加了些水和洗洁晶就开始猛刷。手有些裂开了，洗洁晶刺的我手有些疼，我尽情的发挥着忍者神龟的精神，总算结束了，看着被洗刷的干干净净的碗筷，我感受到了什么叫痛并快乐着！被妈妈用赞赏眼光看着的我顿时感觉到轻飘飘的，可下句就直接把我从天堂打入地狱。“快吃饭，等下还要大扫除呢”唉，我知道今天能不能瘦个几斤肉下来。我立刻开始狼吞虎咽，开玩笑，不吃饱点，等下怎么干活啊！

经过今天的事，我深切了解到妈妈工作的辛苦和不易，作为子女的我们不仅要好好学习来回报父母，在当下也要抽时间为父母做些力所能及的事，为父母分忧！

## 初中学生假期社会实践报告单篇三

社会实践，作为学生一个重要的点，也许你会不以为然。但是社会实践带给我们的远远是你想象不到的。下面小编为大家整理了初中生假期社会实践报告范文，希望大家喜欢！

“实践”是件听起来轻松，实则却“蕴味”十足，甚至意义深刻的事。实践能使你已成的“惯性”和被特定环境“保护”的生活重新增添一些色彩，确切地说，这是一个“过

程”，过程中夹杂着忙与快乐。

“万事开头难”这话一点儿也不假，虽然我参与实践的时间不长，但求职之路的艰辛和求到职之后的茫然让我感叹市场竞争的激烈，感悟到了生活的艰辛。

南通是个绣品城，而我所处之地是绣品城中的一幅绣品，密密麻麻的人以此为生，电脑绣花用的是编程，但我不会。况且也不需要暑期打零工的。整理东西，每天在劳累中度过。学不到一点知识。学的最多的可能是对人生的一份坦然，不得以我放弃了这份工作。每天感叹生活的单调与乏味，却不想依靠父母的帮助。哀叹啊，哀叹。

奔波了好多天之后，我找到了一份真正意义上的暑期社会实践单位。通州市姜灶塑料编织厂。厂长姓张，人很可亲。清瘦显得他活力无限。我跟他谈，我学的是机电专业，但没学过什么专业课程，我还顺便提及辅修过市场营销这门课程。他顿了顿，想了想说，我这儿的机器上有很多针，各种各样的型号都有，分类很严密。有时是大的一排，有时是小的一排，大小有时又要交错相差。这样吧，我先把您安排到拌料间，去学习一下材料的分配和用料的安全。然后去销售部门吧。我点了点头，同意了。

第二天一大早，我就跟着张厂长来到了拌料车间，车间里堆满了聚乙烯颗粒。张厂长领了我来到一个姓赵的师傅面前说，赵师傅，这是从学校里来参加暑期社会实践的，您就好好照顾照顾吧。

我站在那儿，盯着赵师傅熟练的忙碌着，一袋袋的原料按不同的比例被投放到了搅拌机里。我沉默着，虽然我知道“沉默是金”，但此时此刻却是一块没有光泽的石头。我依然沉默着。等到那师傅忙完后，他给我讲起了塑料业的发展，塑料的降解功能。

塑料是一个新兴行业，发展时间还不长。但目前随着塑料制品的日益增多，“白色污染”也越来越严重。而21世纪又是一个环保世纪，为了保护我们的家园，全世界都对塑料行业提出了一个严峻的问题，就是生产出来的塑料产品尽量是环保的，可降解的。连我们厂也都要这样。现在中国的普通老百姓还在追求价的廉宜和结实度，而国外却都已向环保靠拢了。你看那个塑料厂已被国外退回了好多产品，就是因为产品的质量不合格，无环保性能，不可降解。

降解塑料与同类的普通塑料具有相当或相近的应用性能和卫生性能，在完成其使用功能后，能在自然环境条件下较快地降解。成为易广泛被吸收的碎末。并随着时间的推移进一步降解成为 $\text{CO}_2$ 和水。但从总体而言，当前降解塑料还处于技术阶段，有待于进一步深化研究，工艺进一步完善。并致力于提高性能，降解成本，拓宽用途和逐步推向市场化进程中。

目前，已初步明确，聚乙烯是可生物降解的。且在聚乙烯中加入改良性淀粉后可提高其生物降解性。其基本的降解机理是可降解的。塑料制品中所含的淀粉在短期内被土壤中的微生物分泌的酶迅速降解而生成空洞，导致制品的力学性能下降。并伴随着空洞的形成，表面积扩大，从而增大与土壤的接触面；同时配方中还添加了氧化剂和土壤的金属盐。反应生成过氢氧化物。这些将导致聚乙烯链的断裂而降解成为易被微生物吞噬的低分子化合物。最终回到生物圈，进入自然循环。

我惊讶极了，一个小小的师傅竟然懂的那么多，中国加入了wto，不止企业的`管理人员，连师傅也加入了经济发展的行业中，步伐真快啊。

我实践的那家单位虽小，但却为我们的社会创造了不少的财富，若不论财富，那它毕竟为我们提供了若干个岗位，一个企业“以人为本”，人人都把其当作是自己的一部分，那企业的魅力是怎样的大啊。

暑期的实践生活虽然不长，只有那仅仅的两周，但却为我的  
人生刻下了一段铭心的经历。我不知道别人是如何看待这次的  
实践生活，但对我来说却是意义非凡的。使我在享受生活的  
同时也品尝到了生活的艰辛。想要经营一个企业不是容易的，  
靠蛮劲和热血是无法解决的，谁能保证这些有效期有多长。

## 初中学生假期社会实践报告单篇四

xx有限公司

x—x—x至x—x—x

西餐厅服务与西方礼仪培训

通过实习了解西餐厅的基本操作过程，掌握服务技巧提高服  
务水平，锻炼自己的社会实践能力。

随着生活方式的更新和社会交往的活跃，我国吃西餐的人越  
来越多。在组织的涉外活动中，为适合国外客人的饮食习惯，  
有时要用西餐来招待客人。西餐厅一般比较宽敞，环境幽雅，  
吃西餐又便于交谈，因此，在公共关系宴请中，是一种比较  
受欢迎又方便可取的招待形式。西餐源远流长，又十分注重  
礼仪，讲究规矩，所以，了解一些西餐方面的知识是十分重  
要的。今年暑假，我在xx有限公司实践了一个月时间，获得  
了经验，更增长了见识，使我对西餐有了更深的了解。

在xx有限公司一个多月的实习已划上了圆满的句号。在这里，  
第一次接触社会的实践生活，体验到生活的艰辛和不易，总  
体来说还是有不少的收获和所得。

从一个对西餐行业无知的少年变成一个既具有西餐知识，又  
懂得西方礼仪和社会交往的青年。实习的收获是不能用语言

一一所能描述的，总的来说有酸有甜、有苦有乐，苦的是让人记住那些几十种西餐食品的特点与制作方法，还得分清它们的消费对象。还有那些中国人不太懂得的西方礼仪培训工作；快乐的是和同事领导的和睦相处以及老板的风趣幽默；快乐的是顾客对自己付出服务的肯定与赞赏；乐的是自己既充实又有滋有味的实习生活过程。其实实习的日子不是很长，当初的我们不知道牛排还要吃七八成熟？不知道生菜沙拉和水果沙拉是什么东西，以及自己不怎么熟练的在西餐厅铺台布。摆刀叉，给客人介绍菜单的种。种场景就像昨天才发生一样，是那么的叫人印象深刻。

在这里，自己对西餐方面有了比较深刻的认识，品味西餐文化，建议大家到正宗的西餐厅看一看，一般都法国浪漫派风格布置的西餐厅比较好，装璜华丽典雅，乐池内小乐队演奏着古典的名曲，服务员是身着燕尾服的小伙子。研究西餐的学者们，经过长期的探讨和归纳认为吃西餐最讲究6个“m”（第一个是“menu”（菜单），第二个是“music”（音乐），第三个是“mood”（气氛），第四个是“meeting”（会面），第五个是“manner”（礼俗），第六个是“meal”（食品），这些都是西餐行业内必须具有而且重视的地方，好的西餐老板会特别重视这几个方面的投资与开发研究。西餐礼仪也是特别重要的方面，好的西餐厅店，会对所有的员工进行西方礼仪的培训，会对服务人员进行定期的考核和认定。

在xx实习最刻骨铭心的是xx员工竭尽全力为客人提供“温馨细微，物有所值”的服务。还有就是典雅淳美的美国西部音乐，韵味悠长的咖啡，以及闻名遐迩的菲力牛排。都说服务是餐厅的形象之本，是西餐厅的竞争之道，那么xx的服务魅力有表现在哪呢？那就是一张诚挚动心的笑脸，一声声悦耳动听的话语，一次次全身心投入的服务而凝结出一个个回味无穷的优质服务。在那里实习的一个多月期间学到的东西可不少，感触也颇多，若要为客人提供优质的服务，就是要充分读懂客人的心，充分理解客人的需求，甚至是超越客人的期望，

在日常工作岗位上为客人提供富有人性化的和艺术化的服务，高层次的满足客人的需求，让客人愉悦地有频频光顾的欲望。有人说服务是个即时的工作，过去了就不会再来，所以要在当下满足客人的多方面要求，把服务的质量提高。

在西餐厅实习的这一个多月，在工作岗位上勤勤恳恳付出的不光有汗水，还有智慧和技巧，更多的是自我超越。因此，自己变的成熟了，少了一份脆弱，多了份坚强，忘了如何去依靠，想的是如何去学习让自己独立自强。没有了父亲和母亲的关怀，没有了老师和同学的指点，自己的一切事物都得要自己亲自去解决，增强了自己的自信心，从这次实习中我深深的体会到没有自己办不成的事，只有自己不去做，认认真真的学习，勤勤恳恳的做事，这就是生活，是真正的生活！通过实训、实习，我对西餐的专业知识有了很大的提高了，尤其是服务意识、语言交流与表达能力、外语能力、处理宾客关系能力、团队协作能力等方面具有明显的提高，特别是自己的外语口语交际水平有了一个很大的提高，以前在学校里面没有条件锻炼自己的口语，在这里，来吃西餐的也会有很多的外国朋友，锻炼了自己的口语说得能力，为自己以后走上社会做了个好的开始。社会上由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，也许自己的这次实习就是自己新的开始，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，努力提高自己，实现自己的理想。

结束语：通过这次社会的实践，我学会了自立，懂得了团队在工作中的作用，为以后的工作和学习提供了宝贵的经验和教训，我会依次为起点，以后更加勤奋学习，锻炼自己的各方面的能力，努力提高自己的综合实力！

## 初中学生假期社会实践报告单篇五

姓名：\*\*\*\*\*

东营市实验中学2015级\*班

## “测量建筑物高度”社会实践报告

一、活动主题：测量建筑物高度

二、活动人员：\*\*\*

三、活动时间、地点：2016年2月；东营市东城

四、活动简介

综合运用所学的比例性质等数学知识来解决实际问题。本次活动主要是测量建筑物的高度。刚开始是想测量出东营市电视塔的高度，后来由于多种原因，未能有准确的测量数据，改成测量东营市新世纪门的高度。

2月20日上午，我先来到东营市广播电视局，准备测量东营市电视塔高度。到达现场后，由于电视塔影子投射到护城河，无法进行测量。我试着测量电视塔部分高度，然后目测进行估算。经估算，可到的数据约为100米，但实际高度应为184米，偏差较大，因此改作测量新世纪门。

4.48%□

与地面垂直。测量标杆影子和建筑物的影子时，要尽可能在同一时刻进行。第三，活动总结要全面。本次测量存在一定误差是正常的，我通过多次测量来求平均值，尽可能减少误差。

附件1：活动总结性表格

附件2：活动相关图片

图1 新世纪门（实际高度：16米）

图2 东营电视塔（高度：185米）

图3 测量标杆高度（高度□108cm□

图4 测量建筑物影子长度