# 酒店暑期社会实践心得体会怎么写(7篇)

来源：网络 作者：蓝色心情 更新时间：2024-10-07

*我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋...*

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**酒店暑期社会实践心得体会怎么写篇一**

社会实践拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干。社会和大学一样也是一个学习和受教育的地方，在那片广阔的天地里，我们为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。

确切来说，校园和社会在某种程度上是脱节的，我们青年人仅仅靠在学校学到的知识并不能应付我们即将所遇到的各种错综复杂的社会问题。可以说，适应社会是一门学问，同样也是一门艺术-----一门谁都不能回避的艺术。。它需要我们不断地学习和体会，甚至要用一辈子的时间。

我知道，很多事情需要经历了才会明白，体会了才有领悟。因此，不管是不是‘‘赶鸭子上架’’，对于这一次的实习，我首先要求自己端正态度。我主要目的是学习，探索行走社会的做人艺术。

怀着一种学习的心态，我开始了在广州金桥酒店的实习生活，获益匪浅。

一·人际关系总是从沟通开始。

人际关系的力量是巨大的。任何人都有可能成为对你施与缓手的友人，他|她可能是你工作的伙伴或上司，可能是学校里的同学，甚至可能是一位不曾谋面的陌生人。在金桥酒店，我尽量地与他人沟通，并由此享受到了沟通的乐趣。因为注重沟通，同校同学的友谊使我很快地对酒店产生了亲切之感，而不至于感到陌生。工作上更是多了相互扶持的同伴;领班帮我查找客人的资料以便联系;服务员每天为我提供当天的报纸以便知天下事;工程部的带我上天台参观，熟悉酒店;司机与我们谈笑风生以活跃大脑细胞，让我们以更饱满的精神状态投入到夜班的工作中去;连管理饭堂的阿姨也关心起我的休息和保暖问题上来;而最让我开心的则莫过于外国客人的热情与友善!

都说“异性相吸”，想不到“异国相吸”也是存在的!作为一个实习生，我并不仅仅把自己当作一个为拿学分而工作的学生，而是把自己当作为酒店大家庭中的其中一员，真诚地为客人服务，友善地对客人微笑，及时地送上关切的问候。也许正因如此吧，有时候客人见面，我还没来得及反应过来，客人以及已经主动地跟我打招呼了，颇有亲切之感。

二·适应能力的强弱由心态决定。

因为管家部安排我们实习生上的都是夜班，所以，还没开始工作，同去的同学们就都开始怨声载道了。除了我之外，同去的，在管家部实习的还有另外四位同学。两位是同班的07级师姐，另外两位是同班的08级同学，唯独我一人，是没有跟同班同学一起工作的。为此，我暗暗告诉自己：“这是锻炼你适应能力和自主能力的好时机”。抱着这样一种心态，从一开始因为酒店是环形建筑而迷失方向到后来的“轻车熟路”，从一开始的瞌睡连连到后来的整夜精神饱满，我只需要两天的适应期。直到工作的最后一个晚上，另外的四位同学仍然

逃脱不了瞌睡虫的魔掌，总是嚷着累，嚷着辛苦，说什么再多一天也熬不下去了。工作期间的一个个晚上，她们就是这样度过来的。而我，面对这漫漫长夜，只要手捧一本书，就能看个其乐融融，何愁之有?白天要不不睡，要睡就睡个够;晚上要不不看，要看就看个够，那才叫“做到极致”嘛。因为心态的从容，我快乐地度过了这段实习期，甚至在离开工作岗位的最后一天，产生了不舍之感。

三·学习是事业成功的通行证。

为了更好地利用身边的资源提高自己的口语水平，我努力寻找机会与外国商人进行交流。其中交流时间较长的，要数与两个韩国客人分别半小时的交谈以及一个伊朗客人长达两个小时的沟通。通过与他们的交流，我更好地锻炼了自己的英语听说能力，也更好地了解了他们国家和公司的文化。

客人告诉我，他几乎每个月都会来中国，因为他在上海跟另外五个人共同合资经营着一个公司，并出示了他的名片，告知我他的中文名字以及他在上海的公司的名字;另外一位韩国客人则是一位在计算机领域的专业人士，他还竭力建议我多利用互联网来提高自己的英语水平。小学四年级就开始接触中文的他，能够写出基本的中国会话文字。我看到他当时写出来的他自己的中文名字，真的写得不错，有点笔风。他还跟我讲了关于中日韩三国的一段历史呢。我在教那位伊朗客人一些简单的中文会话的过程中，才知道原来伊朗文的书写顺序跟中国古代一样，都是由右至左书写的!他们那边的学生一般18岁就开始毕业工作了，而他，24岁就开始有了属于自己的公司。因为谈得比较投契吧，他给我留了名片，甚至邀请我给他在中国当一天的翻译，只是由于时间上的冲突，我婉拒了他的邀请。

为了表达我对他们的感激之情，我分别给他们送上了长长的感谢信，并表示了我对他们的祝愿，甚至以一个酒店员工的身份送上酒店的问候与欢迎。他们对我的言行举止表示赞赏，主动要求与我握手，并告知他们的姓名或者留下名片，表示期待下一次的见面与合作。

之前听德育导师说，外商最怕骚扰，从不随便给陌生人留下名片。所以，当从他们手中接过名片的时候，我心里别提有多高兴了!暂且撇开“社会是个大染缸”“林子大了，什么鸟都有”“时时处处都得提防受骗”之类的顾虑，也不要对这名片以后能够放得上用场抱多少希望，单从我能够跟他们愉快地进行交谈，能够在短时间内以语言与微笑取悦他们这一点来说，我还是认为我是成功的!因为我把机会抓住了，而且敢于尽力地把自己推销出去。

四·反思总结。

总的来说，这次的实习时间并不算长，可能因为自己一直对酒店管理这个方面很感兴趣，实习也是带着目的进行的吧，因此我并不觉得难熬，即使上夜班需要熬夜，打扰了生物钟，而且我从小就没有晚上三点(或者确切说凌晨三点后)还没睡觉的先例，但我毕竟是学到了东西，得到了一些我想得到的东西。当然，我也从中看到了自己的不足。

在跟外商聊天的过程中，总会遇到一些自己不会说的专有名词，需要借助其他单词说明或肢体语言，才能表达出自己的意思，有时甚至会有些很简单的句子或单词，因为不常用的缘故吧，居然会想不起来，往往是事后想起来了就很想给自己一个耳光。这些都是平时不注重联练习而惹的祸啊!因此，这将是我接下来需要努力的方向。

五，写在最后。的确，为他人服务不是一件轻松简单的事情。金桥酒店，四星级的酒店，现在我在这里是一个实习生，一个为客人服务的廉价劳动力。我希望，同时也坚信，总有一天，我会以客人的身份入住这个酒店，甚至是更高级的酒店，让别人为我服务。而且，我有理由相信，那一天很快就到了……

**酒店暑期社会实践心得体会怎么写篇二**

作为新时代的大学生，社会实践是每一个人必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会、在实践中巩固知识;它是对每一位学生专业知识的一种检验，它让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识,既开阔了视野，又增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础，也是我们走向走向社会接受挑战的第一步。

今年的暑假，对于我来说是个有纪念意义的暑假，因为我真正步入社会去体验了一番，因为我真正获得了一笔不小的劳动所得，因为我成熟了不少。

xx饭店，是一家四星级酒店，我就是在这样一家星级酒店实习了一个月。这一个月，每一天都是一种挑战，每一天都是全新的，每一天都在教会我一些实用的东西。我实习的岗位是服务员，服务员的工作，顾名思义，在客人就餐过程中为客人服务。说简单很简单，就是让顾客满意而来满意而去，说难其实也很难，因为人是多种多样的，你永远无法完全了解这个人他到底是什么样的，他到底想要什么样的服务方式，他是不是很难伺候。对于我，一个只善于与陌生人沟通的人来说，不算难，我会利用我的微笑，我的热情去服务每一位客人。

1.礼仪。这一个月来让我有最多感慨的当属礼仪方面了，众所周知，礼仪对于一个星级酒店来说是至关重要的一环。为了给来用餐的客人最好的服务，我们领班给我们培训了很多礼仪方面的知识。比如30度迎客礼，45度路遇礼，60度送客礼。一遍一遍不厌其烦地重复，直到我们做的标准，声音到位，热情充沛。说实话，刚开始我确实非常抵触这样的繁琐，可是，当我站到四海厅门口对每一位来用餐的客人鞠躬迎接时，我心底升起一种难言的自豪感，因为我的礼数非常周到，因为我有机会对更多更多的陌生人问好，因为我可以客服我内心的尴尬来做一些有意义的事。站位的姿势也要非常标准，要不卑不亢，不能昏昏沉沉。堪比军训式的培训，现在想来，庆幸这样的严格要求。

2.服务流程客人用餐过程中的服务是最最关键的，因为一个服务员代表了一个酒店的整体形象。(1)从客人来到酒店，到入座，到用餐，到离开，每一个环节都不能出错，都要集中精力去服务每一人。每一个餐桌，都要分清哪位是主宾，倒茶，倒酒要从主宾开始顺时针进行;要分清哪位是主陪，主陪当然是在主宾旁边的那个位置;要分清哪位是副陪，上菜要从副陪左右位置进行，万不可犯错误在主宾旁边上菜。(2)在值台过程中，一定要精力集中，注意什么时候该换骨碟，注意不要让客人的酒杯是空的，注意当烟缸里的烟头超出三颗时要及时更换，注意及时撤下空盘子，注意清理桌面垃圾……(3)上菜也是一种艺术，也需要“智慧”，首先，要遵循“十字上菜法”，顾名思义，第一道菜在副陪旁边上上之后，转动转盘到主宾面前，接着上第二道菜，然后，转动90度，上第三道，第四道上去后，则正好是一个十字。(4)高脚杯。为客人倒酒时，一定不能让手碰到杯壁，而要抓住高脚杯的杯柱，杯子的正确拿法也是非常有必要去遵循的。啤酒要倒满，高级红酒只需倒到杯子的三分之一，白酒的量需要征询客人的意见，茶水千万不可以倒满。

4.喜宴。其实，一个月来，我值了差不多10次婚宴，见证了那么多对新人的结婚仪式，还是蛮有意义的。喜宴的服务流程一般没有那么正式那么严格，因为整个大堂满满的好多人，一般一个服务员负责两桌的上菜倒茶或者客人的需要。菜一定要及时上，否则备餐台上没有那么多的地方去放置传菜员传上来的菜。刚开始的一两次，愁煞我的是那些盘子都一个个好大好重而且那么多种菜，转盘又特别小，菜根本都上不去。后来，渐渐地，我懂得了，菜一定要及时撤下，为后面的菜滕地方，要学会把相同样式的菜品倒腾到一个盘子。每一样菜上过去的时候，要配上相应的餐具，叉勺之类的，方面客人食用。要及时为客人倒茶，清理骨碟里和桌面上的垃圾。

5.火锅区的服务。我被分配到了一楼的四海厅，即火锅区。对火锅从来没有印象的我，这次算是对火锅了解了个通透，从那些菜品，海鲜，菌类，荤菜，素菜，面食，锅底，这些菜品都是需要搭配的。比如，上菜需要先上海鲜调味，然后是菌类，然后依次是荤菜，素菜，面食，当然要注意十字上菜法，荤素搭配，切忌同类菜品摆到一块。给客人点菜当然要清楚每一样菜品的特点，产地，功效等，还有调料，海鲜配姜蓉酱，肉类配黑椒酱，蔬菜配茄子酱……而且，我发现，客人几乎全部遵循一个原则，即，你给他推荐什么，他就肯定会点什么，再准不过了。这让我成就感不少。还有一些红酒类，白酒类的推荐，这真是考验一个人的表达能力，一瓶酒通常要几百几千元，如果真能推销出去，虽说没有任何提成，但内心的成就感还是蛮高的。

6.外国客人的接待。一个月来，接待过韩国客人，日本客人，还有一些讲英语的客人。我发现一个很奇妙的现象，一般来就餐的国外友人都很礼貌。为他们服务后，他们总会随口说一句“谢谢”或者“thank you”，让我非常开心。尤其是那次的燕喜堂，是一家日本公司的会议，里面全部是日本人，给他们倒茶后，他们几乎都对你点头表示感谢或者说一句不怎么清楚的“谢谢”。

7.餐后的打扫工作。餐后的整理清洁几乎占据了三分之二的时间，因为桌面，电磁炉都要擦得锃光瓦亮，餐具要擦得没有一丝水迹，地面也绝不能有一点垃圾。擦桌面，擦杯子，擦餐具，擦锅底，抹尘，都要用不同颜色的布草。餐洗净，消毒剂也要倒得不多不少。可是，即使这样，卫生依然让我发指，一块抹布闯天下绝不是吹得，餐具都用那一块布擦个遍，杯子，骨碟，汤碗也是一样，有些餐具里都没洗干净，一些菜叶子，肉类还飘在上面，全靠抹布去擦掉，脏死了。招牌柠檬水也绝不能去喝，那个大桶里不知有多少人伸进去手了。果汁杯更是要刷一下再用。厨房里一股下水道的味道，每次去倒脏水，或者拎餐具时都是屏着呼吸的。总之，卫生实在不合格，严重合格。尤其是大宴会上的餐具，那些员工都偷懒，基本只用清水冲一遍再用脏兮兮的布擦干。

干过之后，我再也不相信任何星级酒店了。豪华体面的背后是那样的不堪入目。

不管怎么说，一个月的实习算是结束了。每一天都在倒计时，每一天都感觉度日如年，可是，当这一天真的到来时，却会感觉其实时间也是蛮快的。收获了那么多实用的知识，收获了那么多亲密的伙伴，收获了那么多社会上的历练，我想说，我功德圆满了。

**酒店暑期社会实践心得体会怎么写篇三**

蓝天，白云，炎炎的夏日，一排排绿油油的葡萄地和一片散发稻香的田野；一列列白墙琉璃瓦的小屋，屋前的盆栽和池塘；错落有致的健身器材和石制棋桌，内容丰富的板报窗口；整洁的村中小巷，明净的农家小院；村宣传栏前细致的文字和数字。这就是我眼里的吉安县横江镇政府和村民一同切实贯彻党提出的新农村建设“生产发展，生活宽裕、乡风文明、村容整洁、管理民主”的二十字方针后，一起努力打造的美好的新农村生活。

激情似火的七月，为深入贯彻党的xx届三中全会精神，全面落实省委十二届九次全会精神的工作部署，进一步深入学习实践科学发展观，动员和组织学校广大学生开展“三下乡”社会实践活动，不断增强青年学生用科学发展观指导新的实践、推动科学发展的能力和本领，根据省委宣传部、省文明办、省教育厅、团省委、省学联的统一部署，结合学校实际，全省决定开展以“科学发展，加速崛起——青年勇当先锋”为主题的大学生暑期“三下乡”社会实践活动，大学生应到到农村去，到基层去，感受水深火热的社会主义新农村建设，为了进一步引导青年学生在社会实践的大潮中锤炼自己，锻炼自身当代大学生的使命感和责任感。南昌航空大学经管学院在学校各部门的大力支持下，立足江西实际，特别是农村基层实际，结合经管专业特色和学生特点，组织了4名青年教师和34名学生以2支重点服务队和一支小分队的形式下到基层，经过申请，我光荣并且有幸的成为赴吉安横江镇重点服务队中的一员。

结合全校“科学发展树新风，和谐共建新农村，青年勇当先锋”的建设要求，江西各大高校“三下乡”服务队都蓄势待发，我所在的南昌航空大学经济管理学院“三下乡”赴吉安横江镇重点服务队也整队完毕。为确保我院暑期“三下乡”实践活动的顺利进行，学院团委书记李淑贤老师在动员会上特别强调：同学们要发挥经管学院自身优势与特点，结合自己所学的知识，有计划，有目的地开展“三下乡”活动。之后，由经济学辅导员孙琳老师和市场营销辅导员李钊老师带领的12名同学带着全院师生的期望，以及一千余册捐助图书和新农村建设有关宣传材料出发到吉安县横江镇。

在这支暑期“三下乡”社会服务队中，我作为一名大一的新同学，初次涉足暑期“三下乡”这一项光荣的社会实践活动，无论在学术上还是在实践能力上，我的能力都远远不足，需要向队里学长、学姐们悉心学习、请教。同时还要让自己养成能吃苦，能耐劳，能干活的办事精神，在尽自己最大的努力做好自己的本职工作的同时，还要积极去协助其他队员开展工作。

吉安横江那片高速发展的新农村热土是我们本次活动的目的地，在那里，我们整个服务队需要就吉安横江镇的新农村建设成果进行调研，通过深入农村，走近农户进行访谈，获取第一手资料；关注当地留守儿童的受教育程度和生活现状；研究具有将近102019年的历史文化古村唐贤坊村时，我们将实地研究当地的物质文化遗产保护情况，；“农民自主创业”和“生态农业的发展”的研究则需要队员发扬当代大学生特别能吃苦，特别能耐劳的精神走上乡间、地头，进行实地考察的同时，积极同当地村民交流。

服务队联系人罗芬同学在前期，一直积极地联系当地政府，将整个服务队的食、住、行等问题落到实处，为整个服务队解决后顾之忧，让队员们能更专心的做好服务、调研。

吉安县政府、横江镇政府以及横江镇的村民在接洽时都表示会全力给予整个服务队大力的支持和充分的帮助，服务队员怀揣着激动的心情抵达目的地。

在为期6天的实践活动中，我们开展了集市新农村政策有关咨询活动；赴小学建立“爱心书屋”和爱心支教的“大手拉小手”帮扶活动；与小学的教育工作者开展座谈会；亲身前往唐贤坊古村落进行实地考察，参观；前往公塘“生态农业示范点”进行调研数据收集和考察调研；深入农户了解情况；与政府进行洽谈等活动。这些实践活动在我宝贵的“三下乡”生活中占据着主要的位置，让我获益良多，感触颇深。

（1）新农村政策有关咨询活动

长期以来，农业、农村、农民问题一直是决定我国全面建设小康社会进程和现代化进程的关键性问题，也是关系党和国家工作全局的根本性问题。没有农业的牢固基础和农业的积累与支持，就不可能有国家的强大和工业的发展；没有农村的稳定和全面进步，就不可能有整个社会的稳定和全面进步；没有农民的小康就不可能有全国人民的小康。农业丰，则基础牢；农村稳，则社会安；农民富，则国家昌。只有近1亿农民全员加入现代化进程，才能盘活国民经济全局，实现可持续发展；只有广大农村的落后面貌明显改变，才能实现更大范围、更高水平的小康。为此，中央审时度势，在xx届五中全会上作出了建设社会主义新农村的重大战略决策，为今后我国农村勾画出了“生产发展、生活富裕、乡风文明、村容整洁、管理民主”的新蓝图。

在横江镇集市的咨询会上，我们服务队就“新农村建设”“物质文化遗产保留”“农民自主创业”“农村合作医疗改革”的内容进行了充分的资料准备和了解，四个知识点的准备，点点都关系到新农村的建设，点点都关系到“三农问题”的解决和发展，队员们耐心的就这些方面的惠农政策向镇上村民做了详细的讲解。整个咨询会上，人民络绎不绝。

（2）赴横江镇小学进行帮扶活动

2024年7月2日，虽然天气不好，淅沥的小雨下个不停。但是在吉安县横江镇中心小学却是暖意如春，每个人的脸上都洋溢着喜悦的神色。学校操场正在进行的是南昌航空大学经管学院与横江镇中心小学建立“爱心书屋”的揭牌仪式，出席此次活动的有吉安县团委书记、组织部部长、教育局局长以及南昌航空大学团委罗来松老师、经管学院副院长上官飞老师以及所有赴吉安横江镇“三下乡”的队员和带队老师。在此次会议上南昌航空大学团委罗来松老师首先代表学[2]校发表重要讲话，他指出,能够丰富当地学龄儿童的精神文化生活，能够为当地教育事业贡献一份力量，从而实现大学与县市、乡镇的共建是我们共同的期盼。同时罗老师也对当地政府给予下乡服务队队员活动的支持与配合表示感谢，要求我们的同学们不要给当地政府填麻烦，认真做好“三下乡”的调研工作。吉安县组织部刘部长也发表重要讲话，对实践队的到来表示欢迎，同时督促地方上认真做好接待工作，能够帮忙解决的困难要尽力解决，尽量把各项接待工作做好、做细。揭牌仪式在热烈的气氛中结束。

（3）与横江镇小学的教育工作者开展座谈会:心系留守儿童这些花儿

据了解，虽然横江镇在党提出“新农村建设”的要求下，积极推进农民的增收增产问题，但是镇上还是有大量农民进城务工，而家里的适龄上学儿童则留给家里给老人或者是亲戚、朋友看管。这些留守儿童在家庭教育缺乏等多方因素的综合下，都会出现一些或大或小的心理问题，随着年龄的增长，他们往往成为社会的犯罪高危人群。为了能帮助农村留守儿童树立正确健康的人生观、价值观，唤起全社会对留守儿童的关注，我们看望了小学的留守儿童代表，同他们聊天、谈心，为他们解答一些学习生活上的疑惑。我们还给小朋友们带来了丰富多彩的节目，并向他们赠送了文具和书籍。我们用自己的实际行动把“一切为了孩子”这句话贯彻到底，用自己的微薄之力为这些孩子们献出另一种温暖！

（4.）感受千年文化，亲身前往唐贤坊古村落进行实地考察，参观

在互相交流学习的过程中队员们进一步了解了当地的文化遗产保护及发展的状况，现场气氛高涨，村民们对我们的交流和沟通非常热情，队员们纷纷表示要更加珍惜大学时光、努力学习科学文化知识、在实践中提升和完善自我，为社会发展贡献自己的力量。短短几个小时的走访参观，让我们南昌航空大学经济管理学院赴吉安横江镇实践分队的队员们感受到了中国历史文化的光辉成就，感受到了当地群众对我们的深情厚谊。

（5.）在生态农业示范点感受“绿色a级”农产品内涵。

横江镇公塘村的葡萄种植基地现共有葡萄地420余亩,以葡萄专业合作社统一协调，家家户户承包种植的模式经营，它是从2024年的3户村民试点种植，在历经了8年的风风雨雨后发展开来的。今天的横江镇公塘村家家户户正是靠种植葡萄为主要经济支柱走上致富之路的。该村葡萄专业合作社（也称葡萄协会）党支部副书记、公塘村村主任肖光明一边带领着我们深入乡村一边向“三下乡”服务队的队员们介绍整个公塘村的新农村建设成果、葡萄合作社的运作模式、葡萄产品的销售市场和未来前景等，也对当前葡萄种植产业的发展瓶颈、当前应该继续大力解决的冷藏保鲜资金和技术方面的问题进行了阐述。一路走到村里公务宣传的板报前，肖主任还兴致勃勃的给大家讲解了“把党员培养成致富能手，把致富能手培养成党员，把优秀的党员和致富能手培养成村干部，并且带头致富，带领群众共致富”的“三培两带”党员群众发展管理方法。在横江葡萄产业拉动地方和区域经济发展的同时，也明显的为当地村民的政治修养结下了丰硕的果子。

（6.）奋斗在第一线“深入农户”家中调研

建设社会主义新农村是我国现代化进程中的重大历史任务，是统筹城乡发展和以工促农、以城带乡的具体化，是遏止城乡差距拉大趋势、扩大农村市场需求的根本出路，是解决“三农”问题、全面建设小康社会的重大战略举措。新农村建设是一个庞大的系统工程，涵盖了经济建设、政治建设、文化建设和社会建设。当代大学生是社会传播和继承先进文化的一只生力军，他们有活力、有激情，能够深入基层、深入农户的帮助政府助农、惠农。在全国各高校掀起“三下乡”实践活动的热潮下，我省教育机构适时的提出了“科学发展，加速崛起，青年勇当先锋”的建设要求，希望江西各高校的大学生能深入基层，深入乡村，深入农户的在第一线帮助农民解决力所能及的困难。

在调研活动中，收集数据是所有理论建立的基础，而要拿到第一手数据和资料，就需要大学生们发扬特别能吃苦，特别能战斗的精神，深入农村接触农民，这样才能收集到最真实，最新鲜的第一手数据，同时也能听到广大农民心中最真实，最朴实的想法，为后期的资料整理和调研工作提供了强大的实践基础，等等。

从村民的一字一语中，我们了解到在当前科学发展，新农村高速发展的大前提下，虽然政策无法优惠到每一家每一户，但是从总体情况来看，新农村建设的成绩还是可喜的，其中，在公塘村的葡萄基地参观后，我们深刻的感受到运用科学发展的理念发展农业，做到因地制宜，看准市场，适当改进发展思维在为农村增收创收目标下意义重大。实践队队员们在村里和街头采访、讲解什么是科学发展、什么是新农村建设，什么是生态农业。还向当地学生讲解义务教育的知识。

活动期间得到当地政府的大力支持和帮助，当地的居民对我们的活动也怀有很大的热情，极力配合我们的采访调研工作，在短短的几天实践中，我见到、听到很多在学校经历不到、书本所学不到的东西。但同时也遇到了许多活动期间所未预料到的困难。但是在队员们相互帮助下，问题都得到了一定程度的解决。在实践活动中途，学校团委罗来松老师和我院党委副书记，副院长上官飞老师的到来，为整个队伍的士气起了重要而积极的作用。在每天的实践中，我自己都感觉受益非浅。

总的说来，在科学发展树新风、和谐建设新农村的大潮流中，在环境和经济的问题上，我们很难用简单的几句话就说的清楚，我们只能慢慢的摸索，在发展经济和生存环境之间寻找平衡点，我们要做的就是能尽量多相互交流，探讨这些问题，给当地管理者一些属于我们的建议和意见。

正好乘着新农村建设的东风，正如现在新农村建设的要求所在，新农村建设不仅要巩固发展生产的大路子，要坚决贯彻科学发展的要求，积极结合当地实际，立足于自身根本，发掘自身潜力才能做到发展生产。要把努力提高农民生活富裕作为政府和村民一同努力的大方向，生活富裕了，农民才能进一步的往上层建筑发展，只有让农民富裕起来，才是政府最直观的能力体现，农民只有富裕起来了才能积极切实贯彻党提出的“乡风文明”“村容整洁”，才能在工作之余，茶余饭后去提高自己的文化素质，去动手描画自己的多彩生活，从而做到“乡风文明”“村容整洁”。不断地建设新农村建设的要求不止在物质建设上，而且提出了新的要求，把管理民主也提了出来，当然农村的建设不是简单的类比城市，农村建设相对有的优势是建筑用地平面化，它不需要象城市那样向高层发展，也许有人也希望在农村建高楼，建大厦，但是这相对于农村的人口密度来讲显然是不切合实际的，所以，在今后的信念农村建设发展中，管理民主不仅仅只是体现在政府的政务公开，同时也要把民主与经济，文化相结合，走群众需要走的路线，发展群众需要的产业，创造群众需要的小康生活。只有这样，社会主义新农村才能真正做到党提出的“发展生产，生活富裕，乡风文明，村容整洁，管理民主”二十字方针的成果。

三下乡社会实践也为农村经济的发展注入了新的活力，大学生下乡，一方面大学生将在学校学到的知识带到农村去，为农村经济的发展多少提供了一些线索；另一方面，大学生到农村去，也为当地老百姓提供了一个诉说苦情，发表自己观点的空间，让他们紧锁在内心的话语得到释放，所以大学生下乡受到各地农民的热烈欢迎和全力拥护，我们所做的事情虽然并不多，但是这样一种无私的活动也为他们提供了些许帮助，所以各地农民都非常满意。而且，这样一种社会实践，也为中国加快建设社会主义新农村，全面建设小康社会提供了一些精神支柱和智力支持，送科技下乡，服务新农村的三下乡社会实践活动，在社会上也引起了强烈反响，这同时也增强了更多的人对社会主义新农村建设的认识，让更多的人开始加入到这样一个行列当中来，共同为祖国的现代化建设出谋划策，这为加快社会主义现代化建设，拉动经济增长是很有积极意义的。

三下乡与其带给我不少的锻炼不如说带给我不少的思考的角度，这次三下乡让我真真正正的从管理者的角度在思考着问题，即使很幼稚，很懵懂，但却是让我思维的方式有了重大的转变的。在下乡之前，我对“三下乡”的认识，仅仅只是有所耳闻，认为那是一项大学生们的下乡旅游。但是，在这一次有幸参加南昌航空大学经济管理学院“三下乡”赴吉安横江镇重点服务队，与理论知识和下乡经验都有很多积累的大二、大三的学长、学姐们一同进行这一次会让我终生难忘的赴横江“三下乡”之行，让我受益匪浅，这一次为期一周的横江调研活动不仅仅充实了我的暑期生活，更让我在活动中了解了国情下的新农村建设发展，让自己受到教育，增长了才干。同时，“三下乡”还让我意识到了自己身上肩负的责任，也让我认识到了理想与现实的差距。我们要想成为一名高素质的大学生，要想尽快地成为现代化建设的有用人才，就绝不能只埋头于书本之中，必须把学习书本知识与投身社会实践统一起来，积极地投身于社会实践之中，开拓视野，认识社会，对自己有个清醒的定位，明确自己的历史使命，激发自己的学习热情，调整和完善自己的知识结构，学会正确地做人做事，学会战胜各种困难和挫折，锻炼意志和毅力，使自己全面发展以适应社会的需要。

辛苦而极富意义的一周活动随着时间慢慢流逝，我们“三下乡”活动在大家共同努力下圆满结束，大家带着一份激动与期待踏上征程，想想我们分别的那一幕，想想我们与横江镇，公塘村与唐贤坊村的人民共同度过的那点点滴滴，想想我们志愿者们留下的足迹，想想这些天来我们所做的每一件事——真的为我的人生增添了不少的经验和收获，它也是这片天空下不灭的回忆，这将成为我人生的一笔财富，值得我永远珍藏。三下乡就是要我们这些热血青年好好利用自己的学到的理论来与实践相结合，让我们实实在在感受乡情，知道自己作为一名新农村服务队队员和一名当代大学的责任和使命是什么。并要在实践中肯定自己的价值，并认识自己的不足，这就要求我们更加努力去学习和充实自己，去更好地为以后为人民服务作好准备，这才是我们三下乡的意义。

最后还是要再次感谢学校给了我这次锻炼的机会，我希望将来能有机会多锻炼自己，希望我的将来更能深入基层，去真实的看待新农村发展，这次“三下乡”并不苦，但是重要的是通过“三下乡”让我自己真正的明白什么叫“实践是检验真理的唯一标准”，让自己在今后的学习生活中需要在充实理论知识的同时，也要注意实践的执行，在理论和实践的共同作用下不断地总结过去，提高现在，展望未来，真正的做到“澎湃之后容量更大，激越之后内涵更深”！

**酒店暑期社会实践心得体会怎么写篇四**

支教结束了，我们的支教生活也随着结束。现在想起心中却又说不完的喜悦，我们的支教生活有苦有甜，但“苦”却是有着不一般的意义，苦中有着无尽的甜蜜。是因为甜把苦遮掩了，总之，支教虽苦虽累，但我确收获不少，这是我人生的一笔财富，是无价的。

七月二十日早上六点我们从学校出发，乘上了通向改茶的车。车急速向前行驶，我的心却有一种说不出的喜悦，天虽下着雨，却无法浇灭我心中的喜悦，很快我们到达了改茶小学，业看到了我们的学生，一声老师好，让我们感到无尽的喜悦，到下午两点半我们举行了开学典礼，做了相关强调后，我们的支教生活就正式开始。晚上我们开了我们支教的第一次例会，会议的主要类容就是选任班主任，随后就是打电话通知未来的同学，在这之前我们进行拉一定的通话准备，随后就开始逐个逐个的打电话，我们给学生的家长讲明拉我们的目的，学生的家长都给予极大的支持，我们与学生的家长沟通得很顺利，这给予拉我们极大的鼓励，也增强拉我们的自信心。让后我们就开始排课表，这对于我们来说是很困难的，因为我们都是人工来排的，我们十二个人花了几个小时才初步排出来的，看时间也是凌晨一点。

在支教活动期间，我们遇到过各种各样的问题，包括生活上的问题，主要是缺水，但这一点并没有难倒我们，我们通过与周围群众找到了生活用水，虽然有拉水，我们都很节约，因为这水来之不易。从这一点锻炼拉我们解决问题的能力。还有就是发生在学生之间的各种小矛盾，我们都采取了有力的措施给予制止，让他们的矛盾得到及时的化解。比如发生在我那班的一件事。两个发生口角动手打架，我就采取说服教育的方式进行制止，让他们心服口服，彼此认错。这一点也体现拉我们与学生的沟通能力，这也是现代教育的重心。

在支教活动期间，我与各位小同学打成一片，大家玩得很开心，但这一点我的说明，我们都是有一个前提的，那就是上课是师生关系下课就是朋友。

我上的是三年级的数学，我上第一节课的时候，各位同学都非常认真地听着，当我望向他们时，我就感觉到拉同学们的求知欲。第一节课下来，我的嗓子就变得沙哑了，已经喊不出来了。看到同学们对学生的热情，我不可能放下书本去休息，我就坚持了一下，走向了下一个班，下一个班的同学也一样，对学习非常的积极。在这其中，我对班上的同学的学习成绩进行了大致的了解，也准备了适当的课时，针对不同的同学准备了不同的方案，上课对大纲要求的进行讲解，然后布置作业，通过学生交上来的作业再进行了解，再对于个别的同学进行单独的辅导，然后再重新布置作业，通过不断的反复，没让一个同学掉伍，教学方面达到了预期的效果，比如，我上了三位数与四位数及四位数与两位数的乘法，分数的除法与乘法，年月日的计算，三位数与两位数之间得除法都达到了预期的教学结果。掉队的同学比较少。此外，我还兼任拉五年级的《贵州省情》，对贵州的地理特征，贵州的历史，贵州的经济情况以及贵州当前的省情进行了讲解。让各位同学对贵州有一个大致的了解。

在我们支教期间，我们组织了手工比赛，作文比赛，体育节及文艺汇演，在手工比赛中，各位同学的作品非常漂亮，做工巧。赛出了许多优异的作品。在作文比赛中，同学们的作品更是不用说了，写得非常好，优秀的可以拿去投稿了，比如我班的甘旋同学的《我眼中的老师》得到了大家的认可，评了特等奖。体育节同学们本着“友谊第一比赛第二”理恋。赛出了风格赛出了友谊。随后就是文艺汇演，同学拿出了许多精彩的节目。他们的多才多艺让我们感到欣慰。

在支教活动期间。我们针对班上个别的同学进行了家访，与家长进行了沟通，把学生在学校的表现反馈给家长，并对对学生回到家后做些什么以及家长对孩子的家庭教育进行了解，还有就是他们对现行教育的看法进行里交流。与家长的顺利沟通，锻炼了我们的交流的能力。

随着支教活动的进行，留给我们的时间却不多了。很快就要到了八月五号，在那天，我盟举行了文艺汇演，但是各位小同学都知道，我们就要离开了，在最后一个节目的时候，大部分同学掉下了不舍的泪水，我们各位队友的心开始变得……但是我们没有哭，因为我们要坚强，不能让学生们看出来，我们要让他们学会坚强。我们也舍不得他们这些小同学，在这短短的十七天里，我们之间交下了很深的友谊，有着很深的师生情谊。我可爱的，活波聪明的小同学小朋友们，我真的舍不得你们。

这十七个日夜，十二位队员，十一份友谊，让我们聚在了一起。我们通力合作，共同奋进，战胜了一切困难，这显示了我们这个团队的力量。这留给我的将是我人生的一笔巨大的财富。我不会忘记和你们在一起的每一天，我会永远记住你们。

**酒店暑期社会实践心得体会怎么写篇五**

大三暑期社会实践心得

四年的本科转眼就过去了四分之三，在校学习的时间也差不多结束了，虽然自己有很多实习和实践的经验，但仔细回想，那毕竟是很短很短的时间，至多算对本专业、本行业的一个大概的认知。伴随大三的结束和大四的无课，我曾经很平静的坐下来思考过自己到底想要什么，自己凭什么去获得。思考的最终结使我走进了一个叫做云南云视幻维数码影视有限公司的地方，并成为了公司的一名实习编导，于是，我开始了漫长但又短暂的实习生活。

截至到写实践报告的今天，我已经在云视幻维实习两个半月了，这两个半月的时间里，我感受到忙碌给我带来的充实，也感受到工作给我带来的乐趣，期间有过委屈，有过烦恼，有过辛苦，甚至有过想要放弃的念头，但这一切都被公司和谐的工作氛围和浓厚的团队精神打消了。我喜欢这样轻松灵活的工作环境，喜欢和这样一群年轻的80后们一起工作，一起加班，一起玩笑，一起打闹。每一个幻维人都有着一颗不老的心，他们个个有活力，个个有创意，每一个团队都齐心协力，为了共同的目标努力着。

我所在的栏目叫做《闹花灯》，这是一个以中老年人为核心和受众群体的栏目，每天要接触不同的中老年人，刚开始，我完全不能接受这样的工作，尤其是第一天进演播厅录制节目的时候，一整天的时间里，我完全听不懂舞台上选手演唱的所谓的花灯。在进入公司以前，我甚至不知道花灯为何物，也不知道这即将要失传的世界文化遗产为何如此盛行。因为，这个栏目的收视率日趋攀升，已经走到我们完全想象不到的高度，这不得不促使我们更加细心、更加努力，只为了不辜负广大观众对我们的厚爱和殷切的期盼。

我的直属领导是一个84年的年轻女孩子，她目前的工作除了做导播还是项目的分制片。刚开始和她接触，我的初步印象就是严肃，我想象不到一个大不了自己几岁的女孩子为何板着一副脸，看得让人紧张，但是随着和她工作和交流的机会的增多，我发现自己的第一印象太刻板了，她完全不像自己心里想象的样子。工作中，她很努力，也很负责，对我很照顾，也很体贴，教会我很多工作中不懂的东西，同时也教会我工作中核生活中应该有两种不一样的状态，应该明细区分工作和生活。生活中，她也是一个活泼开朗、傻里傻气的女孩子，她会跟我们凑在一起分享哪家的衣服便宜，哪里的小吃好吃，全然一副长不大的样子。我想，这就是职场和生活的区别吧。

我的工作团队是一个群80后的年轻人，他们分别来自不同的学校，毕业没几年，对生活充满希望，我工作充满热情，为未来充满憧憬。他们深爱着自己的职业，对工作不抱怨，对上司不畏惧，对同事不冷漠，工作之余，大家聚在一起有说有笑，互相调侃，相处得极为融洽。这是一个敢闯敢做的团队，我们的工作没有统一的模式，任凭大家创新，只要你有想法，有思路，就照着自己想象的去做，只要不犯原则性的错误，都不会轻易否定一个人的想法。这是一个相互包容的团队，大家在一起互相学习，互相帮助，尤其是作为实习生的我深有体会，工作中，凡是遇到自己不会的，随便请教谁，他们都会放下手边的事，一字一句直到把你教会。

在公司的两个半月时间里，我以导播助理的身份参与了两个月的节目的现场录制，亲历了一个时长50分钟的栏目制的节目从录制过程，从设想四台机位的不同角度的现场拍摄方法，到现场导演的整体调度，再到导播切像、音响控制，最后到自己负责的采编机和一些琐碎的小事，我看了两个月，也记了两个月。有时候工作到下午六七点，拖着疲惫的身子坐上回家的公交车，想想自己做的工作，为公司创造的价值，就突然觉得其实没那么累，自己也是不可或缺的。

栏目实行的是编导责任制，作为一个编导，我至今没有完全独立的做过一期节目，但是每一个流程，我都参与过，从到选手家里录制vcr，到带领选手接受培训老师培训，再到录制演播厅，最后到采写节目信息点，剪辑节目素材，这整个流程说来轻松，其实也不轻松，除了和中老年人沟通外，一些专业知识的掌握程度也是很重要的。所以，我正在努力学习，争取早一天自己能独立完成一整期节目的拍摄制作。

社会实践报告马上就要收尾了，但是我的社会实践还没有结束，甚至才刚刚开始，我希望通过自己的努力能留在云视幻维这个温馨的大家庭里，在毕业前成为这里真正的编导，实现自己的电视梦。

**酒店暑期社会实践心得体会怎么写篇六**

今年的暑假,为了响应学校的号召,更为了锻炼自己,提高自己的社会实践能力,为将来的就业打下基础。我不仅在实践中深化了知识,而且学到了书本上没有的知识,收到了深刻的教育,了解了我们村里的一些民情和青年的一些现状。

通过我的观察,我感受到了农村基层党员干部务实的工作态度和全心全意为人民谋利益的无私奉献精神。此外,在这次实践中,据我亲身所感、亲眼所见、亲耳所听,我对我们村的现状有了更多更深的了解。

村里自20xx年以来,全体村民在村委村领导的带领下,同心同德,修乡村公路5条,打居民用水井12眼,兴修水利灌溉池塘8口,新建养鸡产2座…….自20xx年至今的7年时间内,全村700多户村民从人均收入不到1000元一下子提高到2500元。

此外,村领导干部积极响应党中央国务院建设社会主义新农村的号召,主动转换思维,跟上科技前沿,大力引进抗虫棉、超级杂交稻、三倍体无子西瓜等新型农作物品种。既增加了农作物的产量,有改良了土壤。另外,村领导带领村里一批有志青年利用寒暑假时间到一些信息科技相对发达的新型农村示范点进行考察和交流,在村里率先引进水晶梨、板栗、李子、油桃等一系列蔬果新品种,将原来一些劣质土壤的农田进行大面积整合改造,在上面载起了果树。

如今的马埠头村,再不是原来的穷乡僻壤了,村民的腰包鼓了,腰杆直了,村里的精神文化生活也越来越丰富了。村民开始盖起了各自的小二楼,一个个对社会主义新农村充满了信心和期待。

放假之前,我就联系了爸爸曾经的同事,村领导王会计,表明自己希望参加和帮助村委会的日常工作,从而锻炼自己,同事也可以为乡亲们服务。村主任和其他村干部商量后,同意我在村委会挂名并开展工作社会实践 报告,主要负责基础的日常工作和一些对自己感兴趣的课题进行调查。接到可以正式上班的第二天,我就按照村主任的安排,走进了村委会的办公室,正式开始了我的第一次社会实践。第一天“上班”,难免有些激动和紧张,接受的工作完成的都不是很顺利。例如在帮王会计作工作记录时,经常记住上句忘了下句,而且为了赶时间社会实践 报告,字迹十分潦草,整个会议过程都手忙脚乱的,闹了不少笑话。但是会后村支书找我谈话,并没有批评我的“错误”,反而对我进行了鼓励,并告诉我他的一些工作经验和教训,让我受益匪浅!一天下来,我深感工作的不易,但我学会了怎样调整自己的心态,很快融入到了新的环境中去!

以后几天,我一直做着整理文件,清洁卫生,接打电话等一些较容易较轻松的工作。但即使是一些不起眼的工作,我也深刻体会到做任何事都不能马虎,要做就要认认真真、一丝不苟。一页文件整理错了,到需要时候就很难找到;卫生大扫得不干净,就会给上级领导和人民群众留下不好的印象;接电话的语言不得体、传达事情表述不准确,就会影响到工作效果。我加强了对自己的要求,不放过任何微笑的细节,尽量将每件事情都做到出色和完美。

在村委会工作的同时,我也对我的研究课题进行了一些调查,我个人对经济方面比较感兴趣,所以着重调查了一下村里的经济结构(村民收入的主要组成部分),虽然我不是学经济学的,但对这方面也有一些了解,我确立了一个调查的大致方向,不是很专业,但我觉得挺合实际的。我查了下村里的人口和人均年收入,然后根据自己家里的情况和周围邻居、亲戚的一些了解,同时也走访了一些其他的村民,最终确立了一个有关我们村的一个经济结构模型(私下里觉得挺幼稚简单的,但毕竟是我自己的东西啊)。

最终,我在村委会完成了将近20天的社会实践。这些天下来,我收获了太多太多,许多都难以用语言来形容和表达。而通过这次实践活动,让我感受最深的除了我的能力得到锻炼和提高外,就是农村在这几年里的飞速发展,农村经济的欣欣向荣,农民生活的巨大改变给了我很深的感受,让我对社会主义新农村建设充满了信心。

作为一名在校大学生,我生在农村,长在农村,能够在农村中参加社会实践,去体验中国最底层的社会生活,这对我以后的人生道路来说绝对是一笔宝贵的财富。通过这次活动,我开阔了眼界、增长了知识、锻炼了能力,还丰富许多工作经验,自己的认识和理论水平也明显有了很大提高,也让我对以后的生活和工作充满了信心。我会用饱满的热情去迎接即将到来的大学新学期生活和未来的挑战!

**酒店暑期社会实践心得体会怎么写篇七**

本次暑期社会实践，我们团队深入调研民营企业科学发展情况，以温州瑞安典型的民营企业“瑞立汽摩配公司”和“海尚集团”为调研对象，以开展座谈会、分发调查问卷为调研形式，团队的调研初见成果，作为其中的一名队员，感受颇多。

我们的调研课题是“民营企业的科学发展”。初确定此课题时，感觉我们想要调查的只不过是近年来企业的发展情况，关于发展壮大采取了哪些科学有效的方法等。但是，通过实践，金融危机对企业的影响以及企业的应对策略、企业的人才储备策略，新《劳动法》的实施等诸多方面。课题的延展，使得调研更全面、更广泛，同时也更妥当地诠释了“科学发展”。可见，“纸上谈兵”往往不如到实践中真枪实战。

对于在全国稍具规模的“瑞立集团”，让我感触最深的有两点。一是公司董事长非常关注国家政策，在国家拨款进行宏观调控之际，采取切实可行的政策措施，使得公司应对自如。即便是在金融危机的社会背景之下，企业的产品生产和销售也没有减少，反而要应对更多的订单；二是公司的人性化管理。无论是从职工待遇、福利方面还是在关心职工身体健康方面都体现了人性化的管理。企业宁愿增加工作人员，也不会随意让工人们加班，对于在生产车间的工人，公司强制工人带上专业耳塞，以减少噪声对人身的侵害。或许企业的魅力就在于它的人文关怀。

对于“海尚集团”，让我印象最深的是公司董事长亲自带领我们去参观生产车间，并且在参观的同时他会关注生产进度，产品质量等。这种亲力亲为的态度似乎源自于他白手起家的经历吧。从自己动手研发制作滤清器模具到成立大规模的公司，这其中的智慧和艰辛或许只有亲身经历才能有所体会，也正是这份来之不易才让人更加珍惜。

我们的团队，团结、积极、充满关爱，这是我不得不提到的感受，也是我参加实践的大收获。从杭州到温州9个小时的火车旅途，我们虽然疲惫，但是仍会一同商讨实践的步骤、方式等，车厢里总会有我们的阵阵欢声笑语。每天的调研工作结束，我们都会聚集在一起进行总结，及时撰写新闻稿，整理图片等。实践结束，队员们各自回家，总是会有短信、电话来互报平安。我想，一次实践活动，让我们去调研课题的同时，也更能体会团队的种种乐趣和那股强大的力量。

虽然暑期社会实践已经结束，但是，我们没有停止以合格人才的身份走入社会的脚步。大家会继续加油！

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找