

2023年大学生寒假劳动实践总结 大学生 寒假社会实践总结(大全6篇)

总结是指对某一阶段的工作、学习或思想中的经验或情况加以总结和概括的书面材料，它可以明确下一步的工作方向，少走弯路，少犯错误，提高工作效益，因此，让我们写一份总结吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的总结吗？以下我给大家整理了一些优质的总结范文，希望对大家能够有所帮助。

大学生寒假劳动实践总结篇一

大学生寒假社会实践总结范文，在假期里，大家是否参加过社会实践活动呢？在一次社会实践活动完成后，写一篇总结报告会让我们收获更多！一下这篇是：大学生寒假社会实践总结范文，欢迎大家阅读！

摘要：面对现实社会，我们大力培养自己的实际动手能力和良好沟通能力是尤为重要的。

在我们学校，老师及校领导关切地鼓励我们多参加社会实践活动。

利用寒假，我很幸运的去万州区双河口街道办事处的事务科工作。

在工作中，我了解了作为政府职员应具备怎样的素质，同时，也意识到：凡事学着尝试，学着自己动手是非常重要的。

走出绿绿的校园，告别年轻的欢笑，我们都应学着坚强，慢慢变得成熟。

幼年的时候，总是被爸妈强制要学着早睡早起，尽管我是十分的不愿意，但就是不会反抗。

以后，天真、爱幻想的我喜欢躺在野外的干净石头上、呼吸着轻松的空气、用脸面对清爽的蓝天、一个人慢慢的渴望。

童年的时候，我渴望我可以瞬间长大，离开所有人的庇护，独自成长。

后来啊，我一直渴望明天能够自由自在。

我渴望在很多时候不要爸妈的决定；我渴望有一天我成为“能人”，什么都会做；我渴望我能在爸妈不知道的情况下进行一次大胆的尝试！

今天，我终于成了长硬翅膀的小鸟，自己决定自己的事情；今天，我终于迈开了走向社会的第一步，自己面对自己的灿烂未来；今天，我终于抛开心中的胆怯，自己去解决自己的人生障碍。

一、参加实践活动的背景：

这次实践活动的工作是在学校的帮助找到的。

在上学期期末时，我收到老师的通知说是希望参加寒假社会实践的同学可以报名参加。

我当时一惊，兴奋得不得了。

这不就是我一直渴望的吗？我报名了。

大概三天后，我又接到通知说是要去参加寒假实践活动的培训及动员大会。

我很高兴，就把这一好消息告诉了爸妈。

他们很体谅我的心情，但是，同时他们又担心说：过年的时候怕大家都在休息，只有我在工作，这样我会不高兴。

我很自然的跟他们说：关于这点我不在乎。

参加寒假社会实践的培训及动员大会我是极其的高兴，在高兴之余，我又有些担心，因为我以前没有参加过社会实践，我很害怕在实践过程中会出现些差错，造成别人麻烦。

我更害怕我去了单位上什么都不会做。

因此，我小心翼翼的听老师给我们的交代和经验的传授。

我也认真的写下要点，生怕有漏掉的。

在培训中，我知道了自己的实践地点和时间伙伴，我也麻烦了我们的指导老师。

可我还是很开心，因为我即将开始我的梦幻生活。

二、参加实践的人物及时间：

一月十一日。

这天，我清楚地记得。

前一天我们完成了期末考试，第二天，我们就投入到实践活动中。

我还有一位“实践伙伴”。

也是女生，我暗喜女生好相处。

第一天到了我们的实践单位(万州区双河口街道办事处)上，做的第一件事就是报到。

在完全陌生的一个环境，我们有些不知所措，并且还是这样一个严肃的地方。

我惶恐的心开始一阵阵的颤抖。

可以没办法，我们反正都要面对的事情，无法有实践与地点让我们来躲避。

于是，我们按照老师说的，一点点的摸索，开始了我们二十多天的“实践生活”。

三、参加社会实践的收获：

短短二十几天的实践生活，是我心的一次磨砺和成长。

我不仅在做事的态度与方法上收获了很多知识，我也对自己以后可能要面对的工作岗位有了些认识。

参加寒假实践活动，留给了我更大的空间锻炼自己，让自己更早的认清世界冷暖，为自己以后能更好的服务社会打下基础。

在实践中，我必须得做到时时警惕，凡事细心。

因为，我很害怕事情没有做好而造成他人的麻烦。

我也害怕因为不上心儿造成不可弥补的错误，伤害到单位、部门等·····因为害怕，原本大大咧咧的我开始转向细致、成熟。

(一)、告别了幻想的年纪，就应该踏踏实实、勇敢面对现实，学着生活。

由于我实践的部门是社会事务科，所以大多数的事情就会和普通群众打交道。

由于我们所在的双河口街道办事处属于乡镇级，所以我们会和很多的农村居民交流。

从这个方面讲，生活给了我更多的启示——凡事靠自己动手，生活才会变得充实，有价值。

另外，我也意识到：工作没有高低之分，只有价值的实现与否。

农民伯伯们没有高的学历，没有高人的才智，每年就重复同样的工作：春天播种，夏天乘凉，秋天收获，冬天取暖。

可是，就是因为他们的简单与淳朴，才使得人间有播种时的期待，秋收时的喜悦啊！他们有他们的生活，他们也许崇拜有钱人，震惊有才的人，可是，他们重来都不放弃自己的生活，踏踏实实做平凡而不平庸的人。

农民伯伯们的真实生活态度，深深的`感染着我。

他们可以为了了一年的低保而哭诉，到处托人解决家里的困难，那么的坚持，不放弃。

在爸爸妈妈的金窝中长大的我们，可能还不知道，在农村还有那么一部分人没坐过火车、见过飞机呢。

而我们呢？在生活中，有时还会为某样东西不上档次而懊恼。

想想，这样的我们，还能抱怨什么？真的是应该好好珍惜、把握我们拥有的幸福。

我记忆中有这么一位老婆婆。

身穿蓝色的布衣，弯曲的身体幅度让人有时看不清她的容貌，白白的头发蓬乱着。

她提着一个塑料袋，里面有一大把的纸票。

她喘息着用微弱的声音说道：请问一下，这个，住院报账在哪儿弄啊？这时，有一大群的目光聚集在老人身上，老人抬起头，前额上的几丝头发微微的随着摇晃了几下，然后用非常期待的混色眼神左右看了一下。

这时的我，我自觉的就吧一板凳送上前，然后让她坐下。

看到这一幕，我的心又惊又抖：她为什么会自己来？她的儿女呢，去哪儿了？我转过头，斜眼看过去，从她的身上我看见了妈妈的影子。

我很伤心，我妈妈以后也会是这样吗？我暗暗地下决心，不能这样。

体会了那么多不同的人，才知道，生活并不像电视剧里“灰姑娘遇到王子”那么美妙。

他远比战争要残酷得多。

我想，走出社会，面对现实，接受生活，这会是我们的又一课程吧！

(二)、作为“人民的奴隶”，就必须掌握坚定地岗位知识，凭着实力，团结同事，踏踏实实为人民服务。

这对我以后可能选择的工作岗位有很大的帮助。

1、耐心、静心、细心“三心”必须有。

这是我的认识，也将是我培养自己的一个方面。

接触了他们才知道：他们的工作很杂，很靠脑力，很零碎，量很大。

在我的脑海里，一直都认为“人民的公仆”工作很多，但是会很简单。

没想到，他们的工作原来很考验一个人意志。

我所在的社会事务科，不明思议就是处理社会家庭事务等琐碎小事件的。

每天会有很多不同的、相同的问题、情节在办公室里发生，但是，科室里的工作人员们不辞辛苦，耐心的一遍又一遍的解释、解决。

可能口会说的很干，嘴皮会摩擦的很软，但他们也只能接受。

有些话，有些原因，在办公室里实践的我就学会了，有时还会帮忙解释呢。

可是，作为“公仆”的他们无权反抗，必须接受，一点一点的解释给群众们听。

我想，他们的耐心一定不差吧。

因为是处理琐碎杂事，作为办公人员，他们必须很小心，不容许有半点差错。

在他们心中：人民的事情出了半点差错，人民的丁点儿事情没得到解决，他们算就是失职，这样的责任他们不愿担当，也担当不起。

因此，在平常工作中，应该更加的细心才是。

办公职员的大脑一定要灵活，应用的知识很多，有问题一定要学着立刻马上处理，这点是很重要的。

另外，问题不可能永远都发生一样的，所以要学会变通。

第一次触摸复印机的时候，心里很担心，不知从何下手。

在老师的帮助下，我学着去了解它，认知他，发现他其实并不难使用，之后，我总是有意识的去接触他。

比如，在办公室里有谁需要复印的，我会马上提出来我去做。

这样，我就学会了简单的使用复印机了。

真的很开心，因为试一次小小的成功。

(三)、和陌生人大方的、有底气的交谈，是我们生活的另一门课程。

刚开始到单位的时候，一个人也不认识，什么都不知道。

也不了解他们的职位、姓氏，都不知道怎么称呼别人，所以有问题也不会问别人，首先想到的是自己解决。

所以呀，这让我有了一种习惯，就是：遇到困难的时候，首先让自己解决。

后来慢慢的发现，其实与人说话不难，但与人交流就有些问题了。

因为，如果和不认识的人随便问候几句，我们平时都经历过，很容易。

但是如果要和陌生人进行长时间的交流，这就要靠我们敏捷的洞悉能力了。

这需要交流双方有共同的话题，兴趣点。

最重要的是：不知道要怎样开口。

比如，在实践中给乡村干部打电话通知事情的时候，我既要大声的以办事处的名义介绍自己，也要向他通知清楚事情，并且说话不能颤颤抖抖的，要自信，有底气。

在开口说话的时候，如果迟疑或吐字不清，打哆嗦，电话那方的人可能会听不清楚，要求你再说一遍，这时，心里会很不好受的。

在与人的交流方面，我认为放宽心态，把对方看作是和自己一样的人，自然地开口说话，就会有所收获的。

(四)、充分发挥自己的主观能动性。

这对我们的人生有很总要的意义。

“随时要想着自己找事情做！”这时参加寒假社会实践的时候老师嘱咐我们的。

我一直怀揣着这句话快活的陶醉在我的实践愉快当中。

因为，事情自己不会指定对象被做。

主动和人说话，主动给人微笑，主动找事情做，主动学习使用打印机·····这一切都离不开主动。

(五)、作为大学生，我很自豪。

一直认为，作为我们这一代的大学生是很渺小的，很有可能会被世人所忽略。

但是，到了时间单位的时候，我感受到，作为大学生，我应该是很自豪的。

在我们还不熟悉那个严肃的单位的时候，总是自我介绍说：我们是三峡学院的学生，到贵单位实践的。

而他们总会代问一句：你们是大学生啊?之后，每次科长向不认识我们的人介绍，就会说到：是我们科室来实习，都是大学生· · · · · ·每次他们提到我们是大学生的时候，我们的心理都会感到乐滋滋的。

其实，我们都因该这样：从内而外的自豪，我们是大学生。

四、总结：

这次实践对我来说是一次非常大的成功。

在这过程当中，我拒绝了父母一丝不苟的庇护；在这二十几天中，我远离了朋友们真心真意的关心；在这段时间内，我感受到了老师细致入微的关爱；在这寒冷的冬天里，我享受到了陌生人好意的问候；在这热呵呵的阳光里，我送出了我真切的爱心；在这热闹的新年里，我送走了旧时的我，改造出一位大方、坚持、成熟、实实在在的我！

很幸运，能够有这样的机会让我们得到锻炼，因此，感谢市政府、市委细心地为我们着想，为我们提供这样好的时间机会。

另外，这次能够顺利的完成社会实践，我发自内心的感谢李涛老师，因为在这之间我们遇到了很多困难都是求助于他，不管有多晚、多忙，他总会帮助我们，真心的感谢李老师。

另外，我要对我们辛勤的辅导员武老师说声谢谢。

虽然在实践过程中他不直接负责我们这一小组，但是，只要我有问题求助于他，他都会尽力帮忙解决。

最后，很谢谢办事处的叔叔阿姨们对我们的照顾。

即使是给他们添了麻烦，他们也会耐心的教导我们。

很感谢他们，在很多时候能想起我们！

感谢！（我很真心的想说这一句话）

一片叶子属于一个季节，年轻的莘莘学子拥有绚丽的青春年华。

在注重素质教育的今天，大学生假期社会实践作为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。

它有助于当代大学生接触社会，了解社会。

同时，实践也是大学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社会、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。

大学是一个小社会，步入大学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，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。

这个假期我没有选择自己所学的专业去实践，而是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。

大学是一个教育我、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最好途径。

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。

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。

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-走进了餐厅。

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。

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，你必须自觉地去学，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。

我们也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了课堂上地认真消化，有平时作业作补充，才能比一部人具有更高的起点，才有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。

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。

大学生寒假劳动实践总结篇二

在我的打工生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的。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，二十四天的打工生活，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，这也算是我的一分财富吧。

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寒期打工。寒假虽然只有短短的一个月，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交际能力。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。

除了工作中我学到很多很多在学习中无法学到的知识和经验外，在我看来，我收获最大的是，我变得很开朗很自信。以前在人群里，我胆小得几乎宁愿缩在角落里，希望没人能注意到我。而这一次，在我们的小组会议里，我变得很自信，我勇于在大家面前表达我的看法，勇于向组长提出建议。更有甚者，在每一次活动中，我都踊跃参加，表现相当积极。组员居然不相信我之前会是一个相当内向的人。我觉得，这次社会服务活动给我最多的是，让我自己有了很大的改变，而且这个改变，是我之前都一直想要的。

在这次寒期的工作中，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。

这次的实践的确给予了我很多。今后，我将继续保持认真负责的工作态度，高尚的思想觉悟，进一步完善和充实自己，争取在以后的学习中更好的完善自己，在以后的实践中更好的运用去自己的只是，做一个合格的大学生，将来做一名对社会有用的人。

大学生寒假劳动实践总结篇三

餐厅的工作除了要熟悉流程，清楚菜品，和客人去介绍，同时对于英语的要求也是比较的高，兼职的餐厅也是有很多的外国人，而且交流上面也是如果你英语更好，那么也是可以做的更出色，得到肯定，并且收入也是不错的，而在实践的过程里头，我也是发现，虽然学了那么多年的英语，但是我的口语其实还有很大提升空间，虽然勉强可以做好工作，但是多余的话语，或者和他们沟通更多一些就不是那么的容易了，而这也是让我明白，自己可以提升的方面有哪些。工作里头，亲戚并没有帮我，而是让我自己去适应，而同事们也是相处的不错，愿意给予我很多的帮助，让我更快的融入到工作里头，每一天都是很辛苦的，但是也是收获很大的。

社会实践，这算是头一次的和自己专业相关的，以前都不是这类的，而更多是志愿的工作，而那些其实并不能很好的锻炼自己，而这份工作，也是让我体会到做好一名服务员工作是多么的辛苦，同时也是有很多的要求，这些基础的工作，自己做过了也是更熟悉，以后再去做酒店管理方面也是可以更好的去制定一些方案，去更好的把管理做好，此次虽然是在餐厅，但是其实都是一样基础，而酒店的餐厅工作也是如此，甚至还有些要求更好，也是让我知道，一份岗位，虽然都是基础的，但是不同的地方，不同的级别，要求也是很不一

一样，自己要去学的方面还有很多，对于未来也是要多一些思考和去规划好。今后我也是会继续的来做这类基础的工作，来让自己对于基层工作更加的了解，也是能更好的在以后迈入社会更好的工作做好。

寒假的兼职时间不长，但是我也是很大成长以及收获，同时也是看到自身的一些不足和要去改进的方面，回到学校，也是要学好自己本专业的知识，这些理论看起来在工作中没什么用处，但是只有掌握了这些理论，多去思考，才能真的把岗位工作做好，更好立足在职场中去走的更好更远。

大学生寒假劳动实践总结篇四

我们练习组的出发时间是在x x这样一个特殊的日子不自觉的选择的，恰逢我们反连发的主题，也冲走了我们的.感情。从车站一路出发，可以看到一望无际的山和灵动的水。我由衷感叹东北这片土地的美好，但我的思绪跳跃到当初这片土地上埋葬了多少抗日的忠魂，现在又养育了多少绿树。我们期待在这里挖掘更多你不知道的故事。

负责接待我们的宽甸市园林局孙老先生已经70岁了，但他一点也不老。孙先生一路给我们讲他父亲小时候给他讲的故事，这些故事就发生在这片土地上。杨靖宇收集了三个土匪抗日和刘青山烈士的故事，他的所有话语都透露着老人对革命先辈的崇敬和感激。当今年轻人中红色故事的缺乏给王先生留下了深刻的印象。我还跟王老师讲了东北大学光荣的爱国史，他一直夸我们今天的行为。不得不说，我们从来没有见过这么深的山，这么陡的峰。无尽的水雾增加了这里的神秘。当我们看到粗糙的反联邦废墟时，我们沉默了，因为我们知道我们被对方震惊了。从那时候到寒冬，他们以如此坚强的意志坚持下去，因为他们坚信未来一定是辉煌的。看着反工会的小道，我以为他们这么着急已经兴奋了。

在上山的过程中，我们只看到一个游客在参观抗日联盟的遗

迹。我看着刘青山墓旁的一个人影，而铁路线正在争夺排队的人群。我怀着崇敬和沉重的心情深深鞠躬，现在却找不到语言来形容。我感觉到眼泪在眼眶里打转，但我不知道这些眼泪为什么会蔓延开来。你是为了祖先的解放而英年早逝，还是为了今天的人们？烈士的忠骨埋在深山密林中。幸运的是，随着潺潺的流水，无尽的水似乎在向后来的人讲述他们的故事。我觉得一开始选这个题目是对的，我有义务。我们采访了不同年龄的游客，发现45岁以上的人对革命先辈有一种敬畏感，对年轻一代有更多的红色教育。但是年轻人对红色知识的缺乏，让人担心对红色文物不够重视。

中朝边境的宽甸，尤其以风景优美独特而闻名，我们心中最美的风景永远是杨靖宇将军和他的反联留下的足迹。

大学生寒假劳动实践总结篇五

短短1个月的社会实践过程使我受益匪浅。不仅会计专业知识增长了，最主要是懂得了如何更好的为人处事。当今社会一直处在加速的发展变化中，所以对人才的要求也越来越高，我们要用发展的眼光看问题，就要不断提高思想认识，完善自我。师傅说作为一名会计从业者，所受的社会压力将比其他行业更加沉重，要学会创新求变，以适应社会的需要。如果是在单位，那就更需要掌握全面的计算机知识，因为小到家庭的理财，大到相关的投资，都需要一个人有很强的理财思路。可以说，近1个月的工作使我成长了不少，从中有不少感悟，下面就是我的一点心得：

你可以伪装你的面孔你的心，但绝不可以忽略真诚的力量。第一天去服务部实习，心里不可避免的有些疑惑：不知道师傅怎么样，应该去怎么做啊，要去干些什么等等！踏进公司的办公室，只见几个陌生的脸孔用莫名而疑惑的眼神看着我。我微笑着和他们打招呼，尴尬的局面立刻得到了缓解，大家多很友善的微笑欢迎我的到来。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声：“师傅早”，那是

我心底真诚的问候。我总觉得，经常有一些细微的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对老师同事对朋友的尊重关心，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和师傅们打成一片，很好的跟他们交流沟通学习，我想，应该是我的真诚，换得了老师的信任。他们把我当朋友也愿意指导我，愿意分配给我任务。

要想在短暂的实习时间内，尽可能多的学一些东西，这就需要跟老师有很好的沟通，加深彼此的了解，刚到会计部，主任并不了解你的工作学习能力，不清楚你会做哪些工作，不清楚你想了解什么样的知识，所以跟主任建立起很好的沟通是很必要的。同时我觉得这也是我们将来走上社会的一把不可获缺的钥匙。通过沟通了解，师傅我有了大体的了解，一边有针对性的教我一些会计实际知识，一边根据我的兴趣给予我更多的指导与帮助，在这次的工作中，我真正学到了会计教科书上所没有的知识，拥有了实践经验，这才真正体现了知识的真正价值，学以致用。

激情与耐心，就像火与冰，看似两种完全不同的东西，却能碰撞出最美丽的火花。在中心时，老师就跟我说，想做会计这一块，激情与耐心必不可少，在整理帐簿这方面，这一行业就像做新闻工作，需要你有耐心去实事求是，而你的耐心就要用到不断的学习新知识，提高自己的专业水平当中去。在一些具体的工作当中也是这样的。后来我又进行了会计帐簿的规范案例，一遍又一遍的研究，自然有些烦，但我用我的热情与耐心克服这些困难，师傅也帮我用书面的方式整理了不少关于会计记录的经验。这些在平常的书本上仅仅是获得感性的认识，而在这里真的实践了，才算是真正的掌握了，也让我认识到了自己的不足，告诫自己，不管做什么，切忌眼高手低，要善于钻研。师傅说对每台计算机都要细心负责，具有基本的专业素养，因为细心负责是做好每一件事情所必备的基本条件，基本的专业素养是做好工作的前提。

当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。在公司的时候

候，我会主动的打扫卫生，主动地帮师傅做一些力所能及的事情，并会积极地寻找合适的时间，向老师请教问题，跟师傅像朋友那样交流，谈生活学习以及未来的工作，通过这些我就和师傅走的更近，在实习当中，师傅就会更愿意更多的指导我，使我获得更大的收获。有时我就自高奋勇，独自去一些地方进行检修等故障排除。我心里感觉很高兴，因为我的主动，我巩固了我所学的知识，并且得到了师傅的认可。

大学生寒假劳动实践总结篇六

这次实践是应二附中第一届(20xx届)项目实验班任老师之邀，我们，高考成绩不错的三位毕业生，回到母校，将我们三年高中学习的经验和技巧传授给高一项目实验班现在的学生，并指导他们在项目实验班独特的氛围中更好的学习。

原的任教师介绍，新一届的项目实验班的学生由于学生本身兴趣的原因，特别喜爱理科学习，但与此同时，对科学学习的重视程度相比就显得不足，理科虽然是他们很感兴趣的学科，但在学习过程中，不够注重细节，项目实验班是新成立的，教学模式新颖，学生开始可能较难适应。

“项目研究实验班”的程方案是将北京师范大学第二附属中学特有的“6+1+1”程安排体系化为基础，并在此之上特别设置项目学习程、项目研究程和特选程。项目学习程指将国家程中的人与社会领域部分内容、科学领域部分内容以及技术领域全部内容进行整合，以“项目学习”方式进行学习。项目研究程包含项目研究基础程和项目研究实践程。项目研究基础程为学生进入项目研究实践程奠定知识和能力基础，项目研究实践程旨在培养学生的协作交流、创新意识和动手实践能力。特选程包括阅读与写作程、科技讲座程和科技社会实践程。

要点1：项目概况展示

做项目是项目实验班每一个学生必然会经历的过程，而对于初中毕业刚刚半年的高一新同学们而言，项目还是个十分陌生的词汇。所以，我们首先向他们介绍了项目相关的学科种类以及项目对于思维的拓展和我们做项目过程中的收获。项目程开设有物理、化学、生物、机器人等学科。其中物理涉及到电路设计、部分的结构设计。化学包括成分分析、物质合成流程设计、化学实验设计等。生物主要是细胞培养研究及植株的培养研究。机器人是主要有关机械结构和控制设计。每个学科的项目都包含大量的实际操作环节和流程设计、讨论环节。在做项目中，我们不断处于“遇到问题——结局问题”这个循环之中，在这过程中，我们往往能用一些创新的方法解决问题，有时甚至会有出乎意料的效果。我们最后用了原高二时期的“六杆自动调平衡可飞行机械马”等一些项目作为例子进行讲解。

要点2：理科学习指导

项目实验班的学生均是理科生，理科学习对于理科生的重要性不言而喻。在学习过程中，不够注重细节，从高中角度讲，会导致考试中出现不必要的失分，而且，由于蝴蝶效应在生产生活及工程项目中小失误会导致极其严重的问题，再者，在高中养成良好的学习习惯以及形成严谨的思维方式会对接下的学习生活有很大的裨益。

我们三人结合自身对于学科的理解，以我们实际遇到的问题为例子，生动形象的讲解了高中理科学习注重细节的重要性，并将我们各自的学习经验拿出与他们分享，收到了很好的反馈。

要点：科学习建议

最后，自由讨论环节。学生提出了高中三年学习如何规划，余活动如何合理参与，学科竞赛、自主招生等如何准备等问题，我们结合自身实际经历给予解答。

之后高一项目实验班班主任老师说交流会效果很好，学生也表示很有收获，在之后的学习中该班学生找语、英语老师答疑明显更频繁。

我们是北师大二附中项目实验班的第一届毕业生，学校在我班建设上投入之大是我们切身感受到的，现在，我们刚刚从北师大二附中毕业，我们对于项目实验班的学生是最了解的，他们走的路，我们刚刚经过。我们的话对于孩子们有着老师起不到的作用。我们，有责任，有能力，有必要，为母校多做贡献。这是我们对于学校三年培养最基本的回报。

在座谈之余，我们在熟悉的校园里做着曾经爱做的事，和教了我们三年的老师深入地交流，他们对于我们的未有很高的期待和十足的信心，对我们大学的生活有无微不至的关怀。我们也将用我们的实际行动为北师大二附中项目实验班争光添彩。