

为贯彻落实关于全面加强新时代大中小学劳动教育的要求，在持续推进我校“新财经”教育改革中积极发挥劳动教育的独特育人功能，切实加强劳动教育，打造特色劳动教育体系，我校在 2022 年寒假期间组织开展劳动教育实践活动。旅游学院学生积极行动，参与实习实践。

参与实习实践，争做工作达人

21 级 G 酒店管理 1 班范子晔

作为一名大学生，这个寒假我参加了社会实践活动，在此期间，我深深地感到社会实践的重要性，并希望以后能够经常参加实践。只有在真正的社会实践活动中体验生活，亲身的接触社会、了解社会，才能使自己得到锻炼，并把自己所学的理论知识得以运用，令自己成为真正有益于社会的学生。亲身地服务于群众，服务于社会，真的很有意义。

通过这次社会实践我的感受:

1.走向社会接触各式各样的人，为人处世的能力得到了很大的提升。

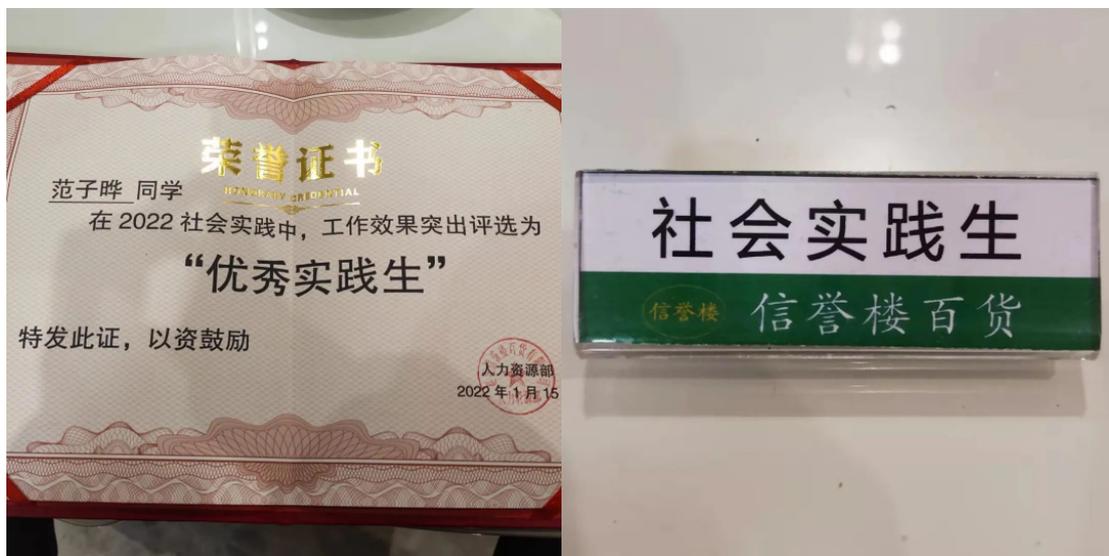
2.我们要充满自信，以热情的态度去迎接顾客，有时候确实不尽人意但也要用积极的心态去面对，虚心学习，努力进步。

3.社会与学校不同，没有老师的教诲，只能靠自己一点点摸索，积极向别人请教。

4.只要认真学习，虚心请教，结果一定不会太差，我在这次社会实践中将平时学习到的理论知识运用到了实践上，获得了更多的

实习经验，也获得了“优秀实践生”的荣誉。

5.在这次社会实践过程中，我也深刻的认识到不能一味地闭门读书，而要敞开大门，走向社会，在实践中学习、提升自己。在今后的学习中，我也会将理论与实践结合起来，不断进步，提升自己。



21级G酒店管理1班张宏利

我在寒假期间做的是酒店前台。前台工作，是“公司的形象、服务的起点”。对客户来说，前台是他们接触公司的第一步，是对公司的第一印象，而第一印象非常重要，所以前台在一定程度上代表了公司的形象。同时，公司对客户的服务，是从前台迎客开始的，好的开始是成功的一半。

前台的主要工作是迎客，为客户答疑。因此，做好此项工作，最重要的是服务的态度和服务的效率。我始终坚持“以情服务，用心做

事”，始终面带微笑，认真谦和的接待各方来客，我对待工作勤恳扎实，严格按照关于前台工作的各项规定和要求，认真履行岗位职责，积极开展各项工作。对前辈以及同事教给我的知识争取一次性记牢，不懂的问题当场问明白，并认真地总结，避免以后出现同样的问题后不知道怎么处理的情况。同时认真学习同事的做事方法和说话技巧，渐渐地使自己办事麻利、高效、少出差错。在出色完成工作的同时，增强了自己处事的灵活性，提高了沟通和人际关系的处理能力。

做好服务工作，光有良好的素质还不够，还必须学习相关的专业知识。我业余时间认真学习礼仪知识、公共关系学，了解在待人接物中必须要遵守的礼仪常识，包括站坐姿、说话语气、眼神、妆容、服饰搭配，以及回答客户提问技巧等等。虽然酒店外宾不多，但如果英语不好的话，遇到外宾就容易出现问题，所以我还需要加强外语的学习。



“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”经过此次实践，我丰富了自身的社会经验，同时也看到了自身所欠缺的，今后我也会多参加社会实践活动，从各方面来提升自己的能力。

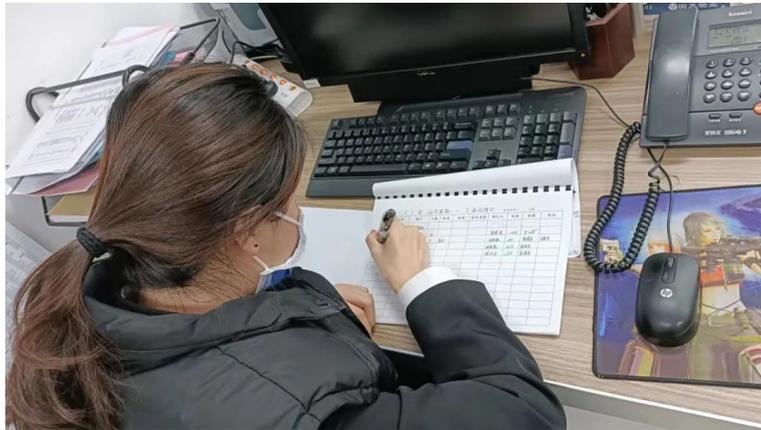
21级G酒店管理1班李佳楠

将近一个月的寒假实践生活结束了，通过这次寒假实践，不管是在生活上还是在精神上都得到了全身心的磨练，虽然在实习的过程中有很多的挫折和困难，但这正是对生活的点缀，也是在青春收获的宝贵财富，更是我一生最重要的一课。

寒假期间，我在北京中石化工作，一方面在住宿方面有保障；另一方面是因为可以获得更多的实习经验，为我今后的学习打下坚实的基础。在这里，公司会对每一位即将上岗工作的员工严格要求，无论你是否有过工作经验都要进行上岗培训，面试合格的人员办理上岗手

续并佩头花。公司对着装也有特别的要求，比如员工统一黑色着装，并且男女指甲不准过长。第一天去上班，早上五点多起床开早会以及收拾前一天剩余的茶具，给各个房间打水，同时兼顾打扫院长房间的卫生。





在实习期间发现自己还有所欠缺，比如最基本的专业知识，人际交往关系的技巧，如何管理好一个团队等等，这些都需要我在今后不断的学习，不断的去努力创作，去抓住机会，我一定会尽自己最大的努力高质量的完成任务,我意识到要学会充分利用时间，一分一秒都不容忽视，我深刻的认识到实习期间与在校生活的不同，明白了时间的重要性。在实习期间每天开会都需要会议记录。每一次负责记录会议内容渐渐让我养成一个认真负责的好习惯。同时也结交到了一些志趣相同的朋友，最重要的是知道了父母挣钱的不易。学到了书本上没有的知识，通过这次实习，我下定决心在今后的大学学习期间要更好的利用时间去完善自己，提升自己！

21级 G 酒店管理 1 班白家乐

“稚子当劲学，与国举觞。”白家乐说道：“假期即将开始，短暂的大一上学期接近尾声，在辅导员及专业老师的职业生涯指导下，我对酒店管理专业的行业前景及未来发展有了清晰且深刻的认识，这极大地为我本次去酒店实践提供了有力的支撑。”

本次研习我有三个目标：一是能够对职业发展有清晰的认知，二

是对酒管心理学进行亲身实践并得出结论，三是研习中国本土休闲酒店的消费人群的淡旺季及收益变化情况。



“执着于理想，纯粹于当下。”我于2021年12月22日在石家庄威尼斯水世界大酒店入职，负责客房部的前台接待。在正式开始工作前，部门经理张波涛先生和主管张栋先生对我进行了严格的岗前培训，我在工作过程中积极同老员工学习，在短时间内掌握了工作流程及工作方式，并积极融入到酒店的集体生活中。在工作过程中，我了解到威尼斯酒店的基本情况和规章制度及新世界集团的企业文化。

“有志者事竟成。”通过本次研习我收获颇多。首先是职业意识明显加强。在面对不同类型的客人时，我尝试运用多种心理学方法（躲避，转移注意，照镜等）来化解酒店和宾客之间的矛盾。通过对不同类型客人的观察与服务，我开始适应自身所处的环境，并且体验了客

房送餐，客衣送洗，擦鞋服务等对客服务。



其次我初步形成职业认知。通过投身工作，我对石家庄威尼斯水世界大酒店的基本情况有了较为清楚的了解。酒店工作者相对来说没有气温工作负担，但酒店从业者可能面临岁数增大将没有企业保障等问题。另外在工作中随机性大，酒店从业者应有过硬的业务能力和较为平稳的心态。在工作过程中，我开始认识到职业的就业优势及劣势。

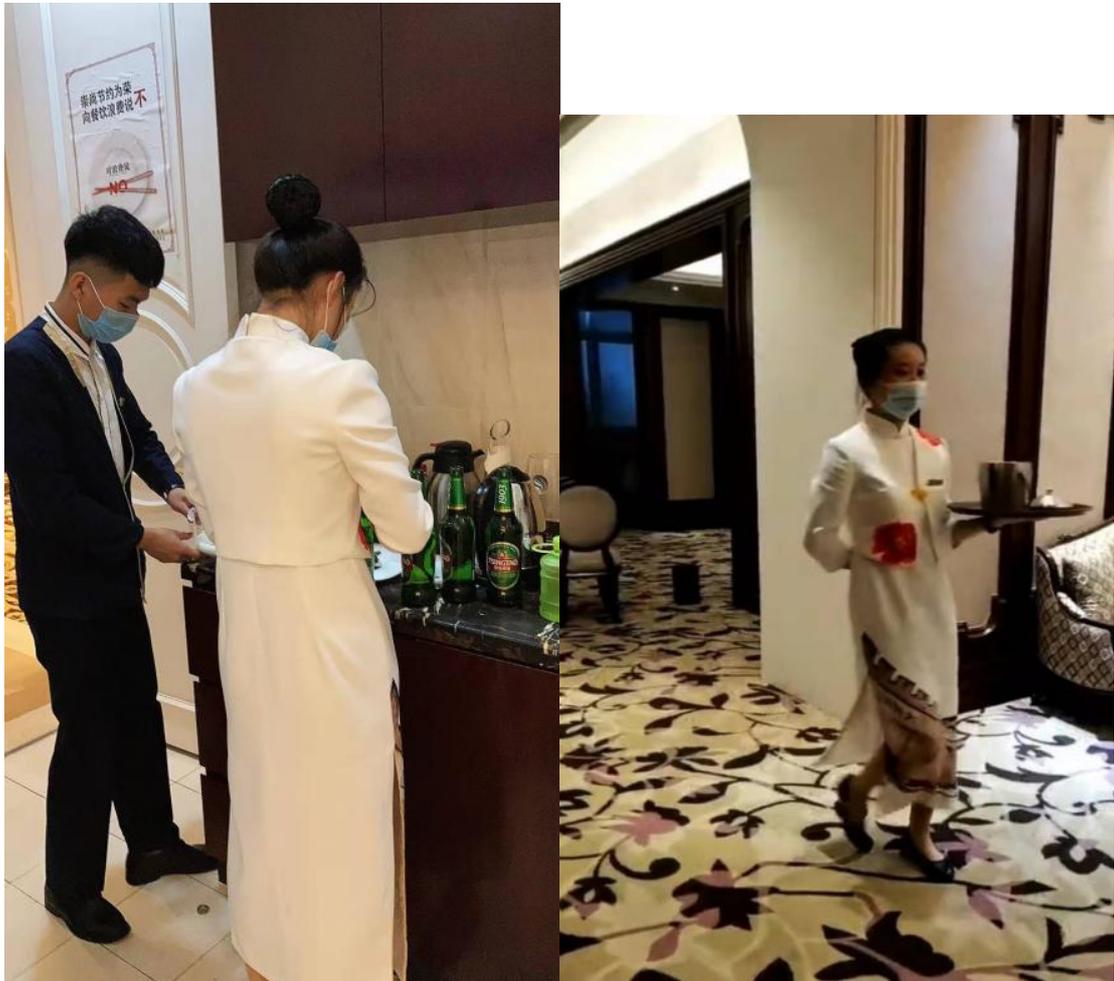
最后我未来的职业规划更加贴合现实。本次研习是一次与职业的面对面活动。在研习前我仔细学习了旅游学院高院长《不忘初心，奋勇于创新，为建设国内知名旅游学院而奋斗》的讲话，并深刻感悟了十九届六中全会精神，我深刻意识到作为一名旅游学院学子身上的责任

重大。本次研习加深了我对未来职业发展的了解，并相应巩固和发展了相关职业技能。

世上无难事，只要肯攀登。面对复杂的就业局势，本次研习活动，让我进一步明白实践学习和相互配合的实际需要的重要性。在接下来的学习中，我将把在工作中听到的，看到的，学到的积极运用到接下的专业学习中，最后强烈感谢石家庄威尼斯水世界大酒店对我本次研习的大力支持。

21级 G 酒店管理 1 班庞盈盈

工作是一种享受，也是一种快乐。当我为客人展现热情的微笑，听到客人的道谢;当我的服务获得客人对餐厅的赞许;当我以诚挚和亲切的态度主动送客，客人露出满意的微笑时我的内心仿佛吹过春天的和风温暖惬意。我们的工作是一项美丽的事业，在学习中体验生活，在工作中收获快乐，在微笑中赢得尊重。



眨眼间我的工作接近尾声，回首竟有些留恋，经理的谆谆教诲，主管温和的微笑，那些和我一起工作的同事都让我牵挂难忘。经历此次工作，我学会了细心认真地去生活学习，学会了如何待人接物，在生活的道路上，不经风雨怎见彩虹，今后我将珍惜每一次机会，勇敢地挑战自我,完善自我,让自己成熟起来。

21级 G 酒店管理 1 班杨心宇

我寒假社会实践是在食堂餐厅打工。在做服务员的这段日子，让我体会到工作的艰辛，对社会有了更多的了解，明白要继续努力地学习，提升自身的能力，为以后毕业进入社会做好充分准备，让自己能

更快去适应，找到更适合自己的工作，通过此次实践我也是有很多的感触。

因为我所学的专业是酒店管理，想了解饭店的工作流程，了解基层工作人员的艰辛，清楚如何进行更好的管理，所以我在北京中石化研究院的自助餐厅应聘餐厅服务员一职，而此次的饭店打工也是让我体会到，做餐饮工作，真的很辛苦。服务员属于基层工作，基本不需要有什么经验就可以上手，但是要想成为一名优秀的服务人员也需要去付出，去思考，积累经验才行的。服务工作并不是我之前想象的那么简单。在工作中，我积极的和同事去请教，了解餐厅各个方面的经营是如何进行的。工作期间会遇到各种各样的客人，有友善的，也有态度不好的，遇到一些问题，我尝试着自己去解决，如果遇到难以解决的问题，我积极的向同时餐厅主管人员寻求帮助，在此过程中我提高了自身的交际能力和解决问题的能力。



经过此次社会实践，我也看到了自身的不足，回到学校后要努力学习，不断完善自己，发挥自己的长处，改正自己的不足，争取做的更好。