

# 打扫寝室卫生心得体会(优质5篇)

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来看看吧。

## 打扫寝室卫生心得体会篇一

为了营造一个整洁舒适的宿舍环境，接受省督查组的检查，同学们都对寝室卫生进行了认真打扫、整理。这几天、经过各位辅导员和任课老师频繁地下宿舍检查，以及同学们的反馈意见，新、旧寝都出现的问题可归结为：

- 1、网口、插座数量少，同学们都使用路由器和插座，宿舍地面、桌上到处都是网线和电线。
- 2、窗户、空调、热水器、风扇、面板上灰尘较多
- 3、书本摆放错乱无序。
- 5、女生的个人衣物、生活用品实在太多，柜子不够用，床底和桌子下面堆满东西。

旧寝硬件设施较差，问题也较突出，可单独归结为：

- 1、空间有限，行李无处安置。每位同学的衣物、生活用品都喜欢放在床铺旁边的墙壁柜上，放眼望去，东西很凌乱，视觉效果差。
- 2、部分寝室没有配备脸盆架，寝室5位同学的脸盆只能平铺在桌上。

3、墙角的绿色高柜子，已经有很长的历史，看上去很陈旧，部分黑色污垢时间久远，不能擦拭掉，还有的门柜子是坏的，报修后暂时还未修理。

4、窗户玻璃比较陈旧。

相比较而言，新寝的硬件设施很好，对宿舍要求自然也相应提高，问题单独归结为：

1、地面的白色瓷砖，清理干净之后过半天时间又脏了

2、部分寝室阳台和卫生间下水道不流畅，脏水无法流下去，地面积污垢

在刚下达寝室卫生检查的通知的时候，大部分同学还是一种懒散的态度，老师进宿舍点评，提出整改意见的时候，同学们都是一种敷衍的态度。面对这种现状，系领导分别针对大一、大二、大三的所有同学开展了寝室卫生动员大会，效果相当显著。每个宿舍同学在动员大会之后，都进行了认真的大扫除，老师们也去每个寝室不厌其烦地教同学如何摆放书本、收拾桌面。

经过两天时间，各个宿舍电器、窗户玻璃、阳台上、各个死角的灰尘都已清理干净，桌子上和旧寝墙壁柜上的用品全部收入柜子，书本、箱包和鞋子摆放整齐，新寝卫生间的马桶和洗漱水池清洗干净。接下来针对旧寝的玻璃，系里会统一发放彩纸贴上。

但是目前还存在的问题主要归结为：

1、旧寝空间狭隘带来的行李、脸盆无处安置，湿衣服挂在室内；

2、每位同学的桌面上收拾整齐后过半天时间又凌乱了、地上

白色瓷砖又会出现黑脚印。

### 3、网线、电线多

4、女生宿舍过多的衣物、生活用品都放在显眼的桌子下，视觉效果凌乱。

### 5、旧寝玻璃待贴彩纸

转眼间大学生活已经走过一年，下面对上学期和下学期的9号楼545宿舍卫生做下总结。

上学期，大家刚刚步入大学，对大学生活也充满了热情，宿舍是我们生活、学习、休息的主要场所，是思想、情感、信息交流的重要平台。我们也争取创建一个舒适、和谐的学习休息环境。

每天都安排一个人进行宿舍卫生的打扫，保证宿舍内的卫生做到干净、整洁，个人物品摆放整齐有序。每周一我宿舍会进行一次大扫除，对宿舍的死角进行处理。我宿舍的成员也养成了保持宿舍卫生的习惯，不在室内乱扔，乱倒。每天负责卫生的同学都会开窗通风，保持室内空气清新，无异味。在大家共同努力下，我宿舍连续几次被评为优秀宿舍。

我宿舍有很强的学习氛围，每天早上六点半准时起床，大家一起去自习室进行晨读，学习方面的积极性很高，虽然上学期的课程比较少，但是我宿舍成员却经常在自习室里度过，经过一天的学习，大家回到宿舍会讨论当日所学内容，解决为听懂的部分。所以，在上学期期末考试中我宿舍成员也取得了很可观的成绩。

下学期的课程比上学期要多，但是我宿舍依旧保持着每天都打扫卫生的习惯，每周一也会进行一次大扫除，对宿舍彻底清理。

乱放的杂物，地面整洁无积水；宿舍内无私拉电线现象，无违禁电器。

我宿舍也很注重宿舍文化建设，无赌博、吸烟、酗酒、上课时间在宿舍睡觉等现象；电脑利用有效、无不良音像制品；宿舍成员都按照自己的风格特点去装饰自己床铺，让整个宿舍充满了活力。

对于宿舍成员之间的相处一直都很融洽，大家都很有团结，在一些学校组织的活动上，我宿舍成员都很积极的参加，对生活充满了激情，当宿舍的'任何一个人遇到困难时，其他人都会竭尽全力的帮忙，绝不会袖手旁观。

下学期的学习任务比较重，所以，大家的学习积极性未曾减低，认真的完成老师布置下的作业，做好预习和复习。做到学习上面不掉队，紧跟老师的进度。虽然下学期期末成绩不如上学期成绩优异，但是我们宿舍会再接再厉，争取大二能创造新的辉煌。

三月，万物复苏，春天就这么悄然而降，我们男生也决定在这春日翻身，将自己的宿舍美化美化。前人告诉我们不要做语言的巨人，行动的矮子，更何况我们是机电的佼佼男子，动手能力必须是超强的！

我们秉着“寝室是我家，安静、干净、和谐全靠我、你、他”的真理为自己创造一个绿色健康的“家”。为此，必须坚持以为人本，实行人性化管理，坚持通过自己的双手，用汗水和一颗时刻向上的心来完成宿舍打扫这件事，正所谓“一屋不扫，何以扫天下”。

针对我们的工作，我做出以下几点主要总结，即

第一、宿舍各成员的打扫态度相对较认真，时间观念很强，工作相对来说相当到位，工作勤勤恳恳，应当继续保持和进

一步改善、发扬。

第二、我们机电系的男生寝室卫生整体较好，应当继续保持，真正做到把寝室当成为自己的家去整理，把寝室成员真正当成为自己的兄弟礼遇。

第三、针对我们男生宿舍的卫生工作，我提出以下建议：

(1)、为保证各寝室的卫生，对寝室卫生的检查应当更为严格。

(2)、宿舍各成员特别是舍长必须做好带头作用，把寝室卫生打扫干净，按照寝室卫生检查的要点，把各个部分以及角落收拾到位，真正使临近寝室的同学们信服并且效仿，各成员也要为自己的寝室争光等。

生活在寝室这样一个集体中，大学生们最需要的就是一种集体认同感，克服独立独行，唯我独尊的心理，要懂得我甚或在寝室中，大家离不开我，我也更离不开大家。每个人积极的融入这个集体中，具有了集体概念，做事才能从大家的角度考虑，奉献出炽热的心，那么就能拥有一个团结友爱、互助和谐的生活学习环境下面是同学们的打扫成果的展示。

## 打扫寝室卫生心得体会篇二

寝室是学生生活中不可或缺的一部分，它不仅是我们安身之所，更是我们学习、休息、社交的场所。我们每天都要在这个空间里度过大部分时间，卫生环境的整洁直接影响着我们的生活质量。然而，在学生宿舍中，常常出现卫生不干净的情况，尤其是一些同学可能会将卫生都交给宿管，而不自我管理和维护。

第二段：寝室卫生状况分析

现实中，寝室卫生状况非常不容乐观，不少同学都因为学习或者娱乐的缘故而忽略了卫生。衣服、被子、书本、饭盒等杂物堆积在一起，地面上有物品乱扔，垃圾桶中堆满了垃圾，厨房和卫生间长期没有打扫等等，这些卫生环境不好的现象都表明，同学们缺乏自我管理卫生意识。

### 第三段：寝室卫生意识提高的必要性

正确的卫生意识是我们健康、舒适生活的基石，同时也是人的文明素养的体现。学生时期，不仅要学习专业知识，更要养成规律的生活和良好的卫生习惯。自律和自我管理对于个人成长和社会发展都非常重要，如果缺乏自律和自我管理能力，就会在日后的工作中碰壁。由此可见，提高卫生意识和自我管理能力是我们非常必要的任务。

### 第四段：自我管理的方法和措施

提高自我管理能力的最主要方法是养成良好的习惯。在日常生活中，我们要经常清洁、整理、消毒、分类和垃圾分离等，让自己的生活环境变得整洁卫生。同时，实施修宪制度也是提高卫生意识的重要措施之一。固定的值日制度、清洁任务分配，可以促使同学们更规范有序地管理自己的卫生环境。

### 第五段：总结

让我们爱护我们的寝室，从自我管理和提高卫生意识做起。当我们自己养成卫生习惯时，也能感受到整个寝室环境变得更加温馨、舒适的感觉。希望每个同学都能把寝室环境建设得更加整洁、舒适，而这也是我们个人修炼和守护自己生活环境的体现。

## 打扫寝室卫生心得体会篇三

寝室是我们学生生活的小空间，一个不干净的寝室不仅让自

己感到不舒服，还会影响室友的情绪和健康。但是，有些同学并没有养成做好寝室卫生的好习惯，导致寝室脏乱差，这不仅仅是一种不良的生活态度，更是一种不负责任的行为。今天，我想与大家分享一下我在“寝室没有打扫卫生”这个问题上的心得体会。

## 第二段：寝室不干净的危害

首先，寝室不打扫卫生会给我们带来很多危害。寝室肮脏不仅会影响我们的身心健康，甚至还会滋生各种病菌和细菌，增加感染疾病的风险。另外，寝室里的气味如果不及时清除，过于浓烈会使得大家感到不适，严重影响我们的情绪和精神状态。

## 第三段：解决问题的途径

既然知道了卫生对我们的身心健康有着重要的影响，那我们应该如何做才能积极的解决这个问题呢？首先，我们应该养成良好的卫生习惯，及时清理自己的垃圾，归置好属于自己的东西，做好房间的通风换气。其次，大家应该有一个负责任的心态和能力，随时督促室友打扫卫生，无论是一次大扫除还是每天的小清洁，都要让寝室摆脱肮脏和异味。

## 第四段：多方面督促

除了我们自己要注意卫生，外部的督促和帮助也是必不可少的。在校园里学生会和寝室管理员都会定期来检查卫生情况，有时候会罚款甚至会开除寝室。除此之外，我们应该向寝室管理员反映室友的不良卫生情况，希望他们能够制定一些教育和惩罚措施，促使同学真正认识到卫生问题的严重性，营造一个清洁卫生的宿舍环境。

## 第五段：结语

在整个卫生问题上，我们个人的责任是不可忽视的。养成良好的卫生习惯，督促室友打扫卫生，及时通风换气，这些都是我们应该努力去做的。同时，我们也应该加强对宿舍管理和教育措施的重视，让大家都认识到卫生的重要性，建立一个良好的宿舍环境。相信只要我们每个人都能积极行动起来，就一定能够在问题的解决上取得好的效果。

## 打扫寝室卫生心得体会篇四

亲爱的同学们：

我们的母校四川大学历史悠久，环境优美，校风优良，这让我们每一位川大人都感到无比的骄傲和自豪。而学生寝室不仅是我们温馨舒适的家园，更是展现同学们风采和素质的重要场所。为了更好地贯彻我校校风学风建设的要求，提高同学们的精神文明素质，四川大学学生会特向全校同学们发出创建文明寝室的倡议，希望我们大家齐心协力，一起来创建文明的校园环境，创造优良的学习生活氛围！

象牙塔中的天之骄子们，一屋不扫何以扫天下！快快行动起来吧，让我们的房间物品一尘不染、洁净清爽而又整齐有序，让我们的寝室布置格调高雅，朴素大方而又风格独特；快快行动起来吧，让我们爱护公物，节水省电，杜绝火患，让我们作息规律，互敬互助，举止文明；快快行动起来吧，让我们从自身做起，从小事做起，从现在做起，让我们展现出自己最积极、最乐观、最健康、最精彩的精神风貌吧！

“勿以恶小而为之，勿以善小而不为。”文明的寝室是文明校风的缩影，只有让文明的在寝室这一小家庭蔚然成风，川大这一大家庭才会呈现出更好的生机与活力。同学们，让我们从美化寝室做起，让我们展现出新世纪大学生的高尚风貌和情操，让我们共同努力推进我校的校风学风建设，让我们无愧于川大的百年美誉和作为川大人的崇高责任！



倡议人□xxx

日期□20xx年xx月xx日

## 打扫寝室卫生心得体会篇五

我们学校每周x的下午都是不上课的，当然并不是给我们来玩的，而且学校规定这一天的下午是用来搞大扫除的，学校是有物业保洁阿姨来弄的，所以我们要负责的就是自己的寝室区域了。我平时觉得我们寝室还算是干净的，因为都是开空调的没有怎么开窗，所以觉得寝室里面没有什么灰尘，但是到了搞卫生的时候才发现，现实情况完全不是我们想的那样。所以每周下午我们都要弄好半天才能够将寝室给整理干净，对比一下之前的样子，真的是焕然一新的感觉，看上去都让人变得开心的，在里面学习起来都更加有劲了。

虽然我们寝室都很少开窗通风，但是空气中是飘散着许多看不见你灰尘的，再加上有时候下雨，我们鞋子下来夹带着灰尘进了寝室，所以每次搞卫生的时候就会发现寝室里面还是能够扫出很多的灰尘出来的。不仅仅是灰尘，因为我们每个人每天都会掉一点点头发了，所以一个寝室一周下来竟然还能够扫出不少的头发出来，让人头皮发麻。还有一个很大的问题，就是寝室的整洁问题了，尽管每周都会叠一下寝室的東西，但是大家都是拿着东西用了就都会随手放下，时间久了桌面上就会变得杂乱，大家又把衣服直接挂在床边，从门口看下去寝室就是特别的乱的，在加上我们几个人也比较懒每天起床了被子很少叠的，所以又是一个扣分点。所以说平时不注意，这到了整理的时候发现特别多的问题。在寝室卫生整理工作结束后看到寝室的情况，我也渐渐明白要注意卫生的原因了。我们在寝室里面待的时间是比较长的，要是不搞好寝室卫生的话就非常容易产生病菌，从而让我们的免疫力下降，让我们生病影响健康。而且我们寝室钥匙脏乱差的话，就会让别人进来看到了就会对我们产生不好的看法，觉

得我们都是不爱卫生的人，影响人格魅力。还有一个原因就对个人的了，就像古人说的“一屋不扫，何以扫天下”，我们平时不注重细节，那么在学习工作等重大问题上也就不能够让人信服了，自己也会因为养成了这种情况而潜移默化中表现在学习和工作上面。

所以无论从什么角度上来看，注重寝室卫生都是我们应该要做到的，也是我们每个人都需要十分注重的，不能够光依靠别人的催促，自己要具备这种意识才行。