

打扫寝室卫生的心得体会(优质6篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

打扫寝室卫生的心得体会篇一

今天是5月1日——劳动节。做些什么事呢?对了!可以大扫除呀!我心里一喜。

于是，我便开始大扫除。我先来到了阳台，我用扫把扫了一下便扫完了。扫完了阳台后，我又开始扫书房和我的卧室及爸爸妈妈的卧室。不到15分钟，便扫完了。接着，我又扫完了厨房、餐厅和卫生间，整个过程用了短短10分钟。后来，我又把目光转向了爷爷奶奶的卧室。我拿着扫把刷、刷的几声便扫完了。我刚想离开。突然，我想：会不会爷爷奶奶床下还有垃圾呢?于是，我便把扫把伸进去，然后，把扫把拿出。果然不出所料，床下有许多垃圾。看着从床下扫出的垃圾，我心里比吃了蜜还甜。最后，我又把扫把对准了客厅，扫完后，我想：终于可以休息一下了。但是沙发下会不会有垃圾呢?此时，我脑子里出现了一个大大的问号。试试不就知道了。于是，我把沙发移开。真的!沙发下真的有许多垃圾。我高兴极了，连忙把垃圾扫掉。我又发现了好多灰尘，便用拖把拖，一边拖一边唱着：喜刷刷，喜刷刷，喜刷刷，喜刷刷……拖完了地，大扫除就正式完毕了。

望着被我打扫的干干净净、一尘不染的家时，我开心的笑了。

打扫卫生的心得体会范文5

朋友家的楼下住着一位双腿残疾的老奶奶，老奶奶的儿子在

外地工作，家里只有她一个人。

我和我的好朋友下楼的时候，经过老奶奶的家门口，听见里面“咣当”一声，像什么东西摔碎了。我们急忙按下门铃，老奶奶坐着轮椅给我们开了门。

我们进门一看，是老奶奶家的暖水瓶打碎了。原来老奶奶想倒杯水喝，一不小心，就把水瓶打碎了。我和朋友相互对视了一下，就开始帮老奶奶收拾了。我们拿来扫帚，把碎片扫在一起，用簸箕收了起来，倒在了外面的垃圾桶里。回来后仔细一看，发现老奶奶家里还很脏，于是，我们又找来抹布和水桶，帮老奶奶搞起了家庭卫生。不一会，我们就把老奶奶的家打扫得干干净净，当然，我俩也累得气喘吁吁。

看着我两累了，老奶奶让我们坐下喝杯水，吃点水果。我们看看时间不早了，就跟老奶奶道别后走了。

出了老奶奶家，天快黑了，我就回家去了。

今天，我和朋友虽然没有去玩，可我的心里却很高兴。因为我们做了一件很有意义的事情。

打扫卫生的心得体会

打扫寝室卫生的心得体会篇二

在开始时，我们觉得有些窘困。不仅是因为我个人的性格不善于做这些需要面对许多人好奇的目光的服务，还因为开始时还并不觉得打扫街道这个任务所具有的重要意义。只是认为我们本身更加喜欢帮助别人。在正式开始前的那天晚上，我们只是在想着第二天的工作。实际上，在这之前，我们并未做过例如打扫街道这样的，关乎人们平常生活质量的工作，并且那时我们认为，打扫街道是一件劳累却得不到相应工作报酬的活动。所以在开始服务的第一天，在我拿起工作用具

扫帚之前，我有些忐忑不安，甚至还有些逃避的念头。但一想起那些整天辛苦工作的环卫工人，我还是硬着头皮拿起了扫帚。

在活动中，同学们都很积极的参与，看到的都是一滴滴真实的汗水。虽然我们是被动去参加活动的，但对于我们这一时代的青少年来说可谓是一场锻炼的好机会，所以大家都没有什么怨言。在班长的带领下，我们互相帮忙共同努力完成了这次集体扫大街的活动。

这次活动虽然没有干什么大事，但是在这个过程中，我们不光在环保问题上有了一个深层次的理解，与此同时我们大家学会了合作互助，大家能够在这活动中自觉地分配任务，并且能很好地完成自己的任务，既提高了工作的效率，也提高了工作的质量，很好地发挥了集体的力量。在整个活动中大家发挥个人的积极性，饱含热情地完成了这次活动。我觉得这次活动的意义非凡，大家不仅亲身体会了劳动，而且认识到保护环境刻不容缓，最重要的是我们第一次深刻认识到珍惜我们的环境，珍惜我们的家园，珍惜我们身边的人是多么重要的事情啊！

我们从本来以为扫地，不过简简单单的几下，很容易的想法经过扫了一会儿后，我的手已经开始微微发酸，因为大街地面不像教室平滑，大街地面粗糙，从物理的角度来说，摩擦力大，因此扫起来很费力。心里开始出现烦躁，速度也慢了下来。最后扫完后，又烦恼垃圾往哪倒这一过程变成了原来扫大街也这样困难，在我们烦躁的同时却看到环保阿姨推着垃圾车过来。她热情地向我们打招呼，虽然她戴着口罩，但从眼睛我们看出了她在笑。一下子，心里打了个激灵。我们只不过扫了20几分钟，我们就已经厌烦、埋怨。而那些环保工人天天自己推着一辆垃圾车，边走边扫，拿的是大扫把，比我们现在手里的重多了，扫地的时间是一天一天算的，但他们没有任何怨言，累了就只在马路边歇一会，相比之下，我们是多么的渺小，我们整天只在学校里学习，只听闻环保

工人的伟大，跟着别人大呼“尊重我们的城市卫士”，却少付出行动。想完这些，回神已经发现，阿姨已经走远。我仰起嘴角，身体已没有刚才的沉重。扬起大步，跟同学们有说有笑地走回学校。相信以后，在路上碰到环保工人，我会对他们微笑。通过这次的的社会实践活动，我们逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我们对自己的未来有一个正确的定位，增强了自身努力学习知识并将之与社会相结合的信心和毅力。

以前我看到妈妈整天忙忙碌碌，为我做饭，为我洗衣服，为我付出的太多太多了，妈妈才三十几岁就已经有了白发丝，脸上有了皱纹。今天我来帮妈妈做家务劳动。

我看了看，有没有我可以做的，忽然我看见玻璃有点脏，于是我打来一桶水，拿起抹布蘸了点水，搓上点肥皂，接着把抹布放在玻璃上，使劲地擦。擦完后，我发现玻璃上仍有许多小黑点，我左一下，右一下地擦，但是这些顽皮的小黑点却怎么也不肯走，就硬粘在上面。这时，可惹急了我，我生气地指着小黑点说：“老虎不发威，你当我是病猫啊！我今天非收拾你们不可！”说罢，我又将抹布蘸了点水，放在上面擦，可这依然没有用，哪些小黑点就是赖在那里了，怎么也洗不掉。我又伸出手，用指甲在上面轻轻地挂了几下，这些小黑点终于弄掉了，我又在上面哈了一口气，又拿起抹布，将它擦干净了。但是玻璃是干净了，可上面那么多水可怎么办啊！我又拿来纸，在上面小心地擦了起来，不一会儿，玻璃就干净得发光了。我擦擦头上的汗说：“可把你擦干净了，累死我了！”噢！对了，还要找妈妈来点评一下呢！我赶紧把妈妈叫了过来，让她看看我的劳动成果，当她看到玻璃闪闪发光时，高兴极了，仔细打量我一番后，又向我竖起了大拇指。

当我坐在沙发上想着我的劳动成果时，脑海里又浮现出妈妈每天辛勤劳动的场面，不禁想对妈妈说：“妈妈，您辛苦

了！”想到这里，我想说：“妈妈每天这么辛苦，还要为我操心。以后可要多多为妈妈干活，不让妈妈这么辛苦，这么为我操劳了。”

打扫寝室卫生的心得体会篇三

这项活动是由班级集体组织的。每个人都被分成不同的团队，去不同的社会做服务工作。当我们到达社区时，我们开始分工、扫地、清理草坪和修剪树木。在老师的指导下，我们开始工作。虽然看起来我们要做的事情很少，但我们花了很多时间来感受劳动的艰辛，但我们看着干净的街道和美丽的社区，我们仍然很高兴，这是我们劳动的结果。

团结在一起，做好工作，社区清洁工作分工，履行自己的职责，合作完成，如果我们一个人做，可能不想做，但我们一起做，在劳动中感到快乐，感受到一起工作，一起工作，工作更快，社区通常清洁据我们所知是一个人负责，想想就知道很辛苦，日复一日的工作，我们也要感谢他们的努力，才能有一个美丽的社区环境。

清洁也培养了我们的动手能力。虽然我们在学校也做过卫生工作，但是不同的地方，不同的方式，社区的环境和要求也不一样。这次清洁让我明白，做事不仅仅是靠脑子去思考，还要落实到行动中。而且，在行动中，我也明白，以前在学校做的卫生工作比较简单。而且社区卫生工作比较复杂，有些边角卫生也不容易做好。

同时，通过这次活动，也培养了我们的责任感，让我们明白我们想做什么，必须有责任感，因为分配什么工作，所以我们必须认真对待，清洁，不能拖延，不能认真做，清洁或相对简单的事情，但从这些简单的事情我也得到了锻炼，让我更了解，负责任，更能把事情做好。

虽然活动已经结束，但它也让我们明白，社区卫生工作者的

工作并不那么容易，但也告诉我们养成好习惯，不要乱扔垃圾，照顾环境，尽量不要给他们添麻烦。

打扫寝室卫生的心得体会篇四

第一段：引言（100字）

打扫卫生是每个人的责任，而帮助同学打扫卫生更是一种友善与关爱的表现。作为一名学生，我有幸有机会亲身体会到这种帮助他人的喜悦，并从中获得许多宝贵的体会和感悟。在这篇文章中，我将分享我帮助同学打扫卫生的心得体会，展现这一过程的益处与重要性。

第二段：关注度的提升（200字）

积极地帮助同学打扫卫生不仅可以提高我的个人服务意识，更能够提高整个班级的关注度。在日常的学习生活中，我们常常会专注于自己的事务，很少关注到周围的环境和他人的需要。然而，一旦开始打扫卫生，我发现自己的视野也随之拓宽，能够更加关注到班级的整体环境。同时，同学们也开始注意到我对卫生的关心和付出，这种关注度的提升有助于建立更加和谐的班级氛围。

第三段：自我修养的提高（300字）

打扫卫生不仅是繁琐烦杂的工作，更是一种培养自我修养的机会。在这个过程中，我开始学会如何关心他人的需要，如何体谅帮助他人。清洁卫生间、扫除桌椅、拖地等琐碎的工作让我更加尊重劳动，并懂得了付出的力量。此外，我还从中体会到与同学共同努力的乐趣，感受到团队协作的重要性。通过帮助同学打扫卫生，我的自我修养得到了提高，更好地锻炼了我的责任心和团队精神。

第四段：环境美化的意义（300字）

帮助同学打扫卫生也有助于改善学习和生活环境，营造一个清新整洁的学习氛围。一个干净有序的教室可以提高学习效率，让同学们更加专注于学业。此外，整洁的环境还能够陶冶人的情操，提高审美观。当同学们亲手打扫出一个干净整洁的教室时，无形中增强了对环境的尊重和保护意识。这种环境美化的意义不仅体现在个人的成长上，更对整个社区的和谐共处起到积极的推动作用。

第五段：经验总结（200字）

帮助同学打扫卫生是一种充满意义的活动，它不仅能促进班级关系的融洽，更可以提高个人的自我修养和责任心。在这个过程中，我学会了如何自觉地关爱他人，培养了担当责任的意识。同时，打扫卫生也让我对环境的保护和美化有了更深刻的认识。在未来的学习生活中，我将继续坚持这一良好的习惯，并鼓励更多的同学积极参与到卫生打扫中，共同创造一个更加美丽和谐的学习环境。

结尾（100字）

通过帮助同学打扫卫生，我收获了许多。关注度的提升、自我修养的提高、环境美化的意义，这些经历和感悟使我懂得了打扫卫生背后即蕴含的深层意义。希望这篇文章能够激励更多的同学加入到这个活动中，共同创造一个更加整洁和美好的学习环境。

打扫寝室卫生的心得体会篇五

校园是每一个学生日常生活的地方，也是大家共同学习生活的场所。然而，每天活跃在校园的队伍中，有一群默默无闻，但却是非常重要的人——校园保洁员。为了让自己的校园更加整洁、美丽，我也加入了打扫卫生的行列，通过自己的努力与实践，我深刻体会到了打扫校园的意义与价值。

段二：参与打扫

平日里，校园保洁员们每天都在保持校园的清洁和整齐，然而我们学生仅仅是校园的使用者，一味地享受他们的劳动成果，是很不合理的。因此，我暑假期间就主动加入了校园卫生工作队伍，并且参与了多次的清扫工作。一开始我很不适应，哪怕只是拎着垃圾桶在校园里到处转悠，我都感到有些吃力，但我依然坚持下来了。此举不仅锻炼了自己的体力，培养了自己的耐力，同时也让我更加珍惜其他劳动者的工作。

段三：收获感受

参加校园卫生工作，让我感受到了劳动的甘苦，在实践中懂得了奉献与共享的真谛。在工作时，我们之间不仅没有任何矛盾与隔阂，相反，都在默契地配合着，互相鼓励着，心灵上也有了收获。与其他工作人员交流，了解了他们的工作状态和生活状态，增强了自己的社会责任感。在工作中积极参与，让我受益匪浅。

段四：卫生工作的意义

学校里，讲究文明、卫生是一个根本的要求，这不仅是为了保持一个良好的教育氛围，也是为了确保学生的健康。一个整洁干净的校园是每个学生应尽的义务，而参与卫生工作则是这种义务的体现。它不仅能够让我们学习到更多的管理和协商技能，也能够提升我们的公民责任感、提高我们的生活素质，实现“共建美丽校园”的宏伟目标。

段五：总结

从校园卫生工作中，我不仅学会了如何更好地管理时间和规划事务，还学会了珍惜劳动果实，尊重他人劳动成果的重要性。更神奇的是，参与卫生工作还能够更好地让我们关心生命、获得更多的成就感，感悟人生和社会，实现自我价值的

最大化。所以，无论是从学生角度还是社会角度，参与校园卫生工作都是一件必要的事情，只有这样，才能实现校园更加文明、整洁、优美的目标。

打扫寝室卫生的心得体会篇六

在这次的志愿者行动中，我在小组的带着下参加了这几次的争论和实践行动。我们的行动方案是调查和清扫校园环境卫生，看看能发觉什么问题。在组内成员的争论下，我们在周末的下午，在组长的带着下，我们到班里借用了扫把和垃圾桶，然后我们一起来到三教大草坪。我发觉有老人和孩子，还有不少的男女同学，他们在草坪上做着各种活动。小朋友在老人和父母的陪伴下玩耍，同学们有的在进展小型聚会，有的在晒太阳谈天。

在组长的号令下，我们开头了清扫草坪。我没有发觉大体积的垃圾，但是我许多的小垃圾。其中最多的就是烟头，而且各种牌子都有，我觉得抽烟不是罪，乱扔烟头就是不对了。还有一些瓜果皮屑，固然还有一些不知名的垃圾。这些垃圾不惹眼，但是还是影响到了环境卫生。为何留下了这些垃圾呢？我们组内争论认为：

一，有可能是有同学在上面开展活动，而后没有清扫洁净。

二是同学们或者别的人在上面活动而后顺手扔的。这些小垃圾很难清扫，我们有时得拿手去捡，而且数量许多，以至于我们来回巡察了一个多小时，才根本上完成了任务。这次清扫虽然有点无聊，还有那么一点点的为难，不过我们很努力的完成任务。我觉得校园环境卫生有关于我们的'生活环境，我们应当共同守护。但是经过这次清扫，我觉得有许多人的观念是不对的，他们可能认为丢点垃圾没什么，可是丢的人多了，就会成为一种坏习惯，所以我们应当不要顺手乱扔。还有多放几个垃圾桶，可能有肯定的效果。

一周的时间又过去了，真是时间飞逝啊。在十三周末，我们经过争论打算去清扫班级教室，看看是否有所发觉。于是乎，我们选定一个教室后，开头了我们的志愿者行动。我们发觉垃圾还真不少，特殊是桌子里面，有各种各样的垃圾，比方塑料袋，饮料瓶，卫生纸……由于在桌子里面，所以只能用手拿出来。特殊是卫生纸，看着还是挺恶心的，用手去拿总觉得怪怪的。这些垃圾都是同学们的产物，有一些是早餐后的垃圾，有些是其他垃圾，但是可以确定都是同学们的。其实垃圾桶就在不远处，但是里面的垃圾没有桌子里面的多。我们经过半个小时的清扫，终于洁净了许多。在这两次的行动中，我发觉了不少问题。首先我们的校园环境卫生，没有得到大家的爱护和关爱，这并非是某个人的校园，是我们共同的家。其次，有不少人顺手乱扔垃圾，比方烟头等。再就是，同学们没有意识到校园环境卫生的重要性。在这里，我盼望有更多的同学能够参加爱惜校园环境卫生这个活动中来。