

2023年打扫寝室卫生心得体会(优秀10篇)

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。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，我们一起来看一看吧。

打扫寝室卫生心得体会篇一

劳动是中华民族优良传统美德，我们作为21世纪大学生，有着较高的文化素质，应当积极参加劳动。XX曾在XXXX中明确提出：以辛勤劳动为荣，以服务人民为荣。我班在学校领导之下，积极开展社区服务劳动。

我班大部分同学进入部分单位参与志愿服务。进入单位后，我们在单位负责人的分配下，有条不紊地做相关工作。在志愿服务过程中，我们互相合作，互相搭配，争取达到较高的工作效率。看着同学们热情服务、忙碌的样子，单位负责人对我们做了很高的评价，对我们的服务表示非常的满意。

张瑞敏曾说过：“把一件简单的事做好就是不简单，把一件平凡的事做好就是不平凡。”劳动改造人。通过这次社区服务劳动，我明白了许多道理。我想应该是我们在劳动中明白了许多平时不懂的道理。慢慢的长大了，改变自己。劳动中，我知道了许多自己的不足之处。平时，在家的時候爸爸妈妈都把我们当宝一样的伺候，这次我们算是亲身实践了，而且我们都努力的去做了。我们做了将近半天的活，包括拖地、扫地、擦窗等。最后当事情全部完成的时候，我们松了一口气，嘴角露出一丝笑意。刚开始劳动是有点累，但很高兴，有种成就感。就像一群人坐在一起吃着你做的菜，心里会很幸福高兴。我感触深的是万事都不是那么容易的，只有自己不断克服困难才会成功，做事要认真踏实。假如我不去认认

真真地做一遍，就发现不了自己的不足。工作也一样“一分耕耘，一分收获。”只有自己体验了才会知道。自己付出了多少，就得到多少回报。只有认真做了，才能有所得。认真学习了，会有好成绩；认真工作了，会有成果。通过自己的努力付出，不管结果如何，那个过程自己肯定是受益的。这次劳动并不是很难，想想父母每天都要工作，辛苦挣钱供我们读书，而我们只要坐在教室里学习，没有负担，我们没有理由不认真学习。我们应该珍惜眼前的生活，想到父母小时候连吃都吃不饱，更别说读书，比起父母来，我们幸福多了。或许赚钱这么辛苦，甚至比这样更辛苦。一想到父母，我真的觉得好愧疚。因此，我在心底暗暗的下决心，以后一定要让父母过上幸福快乐的日子。让父母以我为骄傲。

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，大家不仅亲身体验了劳动，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。

[工厂打扫卫生心得体会]

打扫寝室卫生心得体会篇二

工作，是人们生活的一部分。每个人都会有自己的工作，有自己的职责和责任。在工作中，我们会不断积累经验，得到成长和提升。今天我要分享的是我的“打扫仓库心得体会”。

第二段：认识仓库

仓库是一个保管物资的地方，是公司发展的重要环节之一。一个仓库的好坏直接影响着公司的生产效率和盈利状况。所以，我们在打扫仓库的时候，必须认识到仓库的重要性，意识到仓库打扫的意义和价值。

第三段：打扫仓库的工作

要打扫仓库，就必须按照规章制度进行操作。首先，要清理仓库内外的垃圾和杂物。其次，要对存储货物的位置和方式进行整理和规范化管理。最后，要做好卫生消毒工作，保证仓库内外的整洁和卫生。

第四段：体会与感悟

在打扫仓库的过程中，我深刻体会到了仓库整理打扫工作的重要性，并且认识到了在日常工作中的工作习惯和行为对仓库的保持和管理的影响。仓库的整洁和卫生不仅仅是为了美观卫生，更是为了货物的质量保证，同时也能够为员工的工作提供一个良好的工作环境，提高员工的工作效率。

第五段：结论

打扫仓库是一项非常重要的日常工作，它不仅关系到公司的生产效率和盈利状况，还关系到每一个员工的工作效率和工作环境。我们要树立仓库管理的意识，遵守规章制度，做好工作规范化管理，让仓库始终保持干净整洁，为公司的生产

和发展提供有力的支撑。

打扫寝室卫生心得体会篇三

同在东方校园内，却有两种极其不同的行为反差形成鲜明的对比，难道不该引起我们对卫生公德一词的深思吗？前者所述受人谴责与藐视，而后者则需表扬、大力推崇及学习。

我们青少年是祖国的花朵与未来，能否拥有良好的素质是至关重要的，而拥有卫生公德是体现我们内在素质的一方面，也是不可缺少的一部分，只有人人都树立起讲卫生的意识，不随意破坏这分美，尽自己所能，从小事做起，才会有一分真正宜人的环境呈现在大家面前。

只有学校这一社会最文明的地点培育起了卫生公德，营造起了和谐、宜人的环境，整个社会的环境彩绘更和谐、更宜人！

打扫寝室卫生心得体会篇四

随着城市建设的不断发展，城市公共空间成为城市文明建设的重要方向之一。广场是城市公共空间中的一个重要组成部分，不仅是城市绿化景观的重要组成部分，还是市民社交、休闲、娱乐的场所。然而，在城市快节奏的生活中，广场的卫生状况却令人担忧。作为市民，每个人都应该身体力行，参与到广场卫生的工作中。在尝试了多次打扫广场之后，我对于打扫广场的心得体会如下：

第一段：关于时间的问题

打扫广场一般需要在早上进行，因为早上的人流量相对较少，时间上也相对宽松，可以花费更多的时间。早晨的光线柔和，气温也比较适宜，有利于打扫。但是，在天气炎热的夏季，建议选择傍晚进行，因为此时工人们至少不用在强烈的阳光下工作。

第二段：细节决定效果

打扫广场的时候，细心认真是必要的。保洁人员应该先观察广场的卫生环境，然后有计划地进行清理。在打扫时，应该从远到近，从高到低，少覆盖，多翻土。比如废物应该先刮到一起，再用扫帚扫走，树干上的枝叶可以用手抹掉或用擦窗器擦去。在观察和打扫过程中，细节决定效果。

第三段：沟通协调的重要性

公共场所的清扫更多地涉及到团队合作。清洁工作涉及到各方的合作，例如环卫和城市管理部门的沟通协调。保洁工人也应该密切协作，互相帮助。正常情况下，每个人都应该有一个明确的职责责任。比如，一个人的职责可能是清理烟蒂和废物，另一个人的职责则是打扫树叶。保洁工人们交流应该流畅有效，避免出现误工和重复劳动的情况。

第四段：倡导市民互动

彻底打扫广场需要参与广场使用者的积极配合。对于垃圾，市民应该自觉地将生活垃圾和烟蒂等丢进垃圾筒。我们应该利用媒体、公告、标志、宣传等方式，向市民宣传如何正确地使用公共环境。城市管理部门应该经常组织不定期的集中清洁行动，逐步营造积极向上的城市环境。倡导市民互动，一起建设美好的城市。

第五段：保持对市容管家意识的坚持

打扫广场的工作中也应该保持市容管家的意识。保持公共环境的干净整洁，是我们每个市民的重要责任，也是对我们城市的尊重。只有每个人都积极参与到城市的美化工作中来，才能够共同营造良好的城市环境，让我们的城市不仅繁华、美丽，更具有人文情怀，让每个市民都以此为荣。

在参与打扫广场的过程中，可以感受到体育馆、商铺、住宅周围面貌有了改观。同时也让自己更加具有责任感和参与感，回报社会，呈现出社会责任担当的形象。希望每个人都能够积极参与到社会公共事业中来，为社会发展、城市美好和家园和谐出一份力！

打扫寝室卫生心得体会篇五

利用一个双休日的时间，我们是去到社区做服务的工作，在社区来打扫卫生，在这次活动中，我也是有一些心得感悟，明白做好卫生工作不是那么容易的。

这次的活动，是班集体组织的，大家分成不同的小队，去到不同的社会做服务工作，到了社区，我们就开始分工，扫地的，清理草坪的，修剪树木的，在老师的带领下，我们开始工作，虽然看起来我们要做的事情很少，但是完整的把社区的卫生打扫完，我们也是花了很多的时间，感受到了劳动的辛苦，但看着干净的街道，美丽的社区，我们还是感到很高兴，这就是我们劳动的成果。

团结在一起，才能把工作给做好，这次社区的打扫工作大家分工，各司其职，配合好去完成，如果是我们一个人去做的话，可能做到没多久就不想做的，但是我们一起做，却是在劳动中体会到了开心，感受到了大家一起做事，一起配合的好处，工作起来也是快了很多的，而社区平时的卫生打扫据我们了解却是一个人去负责的，想想就知道非常的辛苦，而且日复一日的工作着，我们也是要感谢他们的付出，才有了美丽的社区环境。

打扫卫生也是培养了一个动手能力，虽然在学校我们也是搞过卫生，但是不同的地方，不一样的方式，而且社区的环境和要求也是不一样的，这次的打扫卫生让我明白做事情，不是靠脑子想一想就行的，必须要落实到行动当中来，而且在行动中我也是明白，以前在学校做的那些卫生工作都

是比较简单的，而社区的卫生工作就比较复杂一些，而且一些边边角角的卫生也是不容易搞好的。

同时通过这次的活动，也是培养了我们的一个责任心，使我们明白我们自己要做的事情，必须要有责任心去对待，既然分配了做什么工作，那么就必须要认真的去对待，把卫生打扫干净，不能拖沓，不能不认真的去做，打扫卫生还是比较简单的事情，但是从这些简单的事情中我也是得到了锻炼，让我更加的明白，有责任心，是更能把事情给去做好的。

活动虽然是已经结束了，但是也是让我们明白社会上环卫工人的工作并不是那么的容易的，同时也是告诉我们要养成好的习惯，不能乱扔垃圾，要爱护环境，尽量不要去给他们添加麻烦。

打扫寝室卫生心得体会篇六

作为一个志愿者，近日我有幸参加了一次社区广场的清洁活动。在清扫的过程中，我深刻地感受到了这项工作的重要性，也成就了让我更加关注环境卫生问题的一个机会。以下是我参加此次社区清洁活动后的心得体会。

一、清扫环境意义重大

在社区广场清理的行动中，我发现每一个不起眼的角落都会隐藏着垃圾。这些垃圾不仅会影响广场的整体卫生，更会影响周围居民的生活品质。因此，我们必须认真的对待这项工作，维护好整个社区环境，让居民们有一个舒适和健康的居住环境。

二、重视环保意识

在这次清洁活动中，我看到许多人不仅认真而又愉快地完成了各自的任务，也有一些人积极去传播环保理念，为社区居

民提供了宣传环保知识的机会。这不仅有助于培养环保意识，还能够提高居民的环保意识和社区居住环境。我们应该尽可能的让更多的人了解到环保的正确的方法，这才是我们应该做的。

三、加强志愿者的参与

志愿者们是社区清洁活动的主要力量，他们将自己的时间和精力投入到这项事业中。但是，我注意到还有一些居民把垃圾扔在了道路上，或是不够重视环境卫生问题，这说明仅仅通过这种方式是无法彻底改变他们的习惯。我们应该加强志愿者之间的参与，提高志愿者们的积极性，在社区居民的教育中，更加注重环保知识的普及宣传，让更多的人加入我们的行列。

四、积极开展环保促进活动

社区环境清洁活动，只是环境保护工作的一个方面。我们必须重视环境保护的全局思考，积极地开展宣传、推广和教育相关的活动，培养公民环保意识，并为其提供工具和知识，为建立更加美好的生态环境做出贡献。因此，我们要大力投资，积极筹划更多有意义的活动。

五、重视环保的法律法规

清洁社区环境，并不是一项让我们感觉快乐而没有副作用的工作。我们必须重视环保法规或条例的制定和实施，做好环保方案，参与环境投诉和监管，确保环境保护的有效性。只有把环保法规落实到每一个环保行动中，同时加强对违规者的约束，才能避免亿万年的发展被危机所摧毁。

结语

参加社区清洁活动，不仅让我体验到了志愿者协作的互动欣

悦，而且让我深刻意识到环保工程的重要性。我相信，只须坚持初心，积极投入到环保工作中，每个社区都可以变得更加美好！

打扫寝室卫生心得体会篇七

星期天，我看见妈妈在做家务，我问：“妈妈，我想帮你做家务，好吗？”妈妈说：“不用了，。”我暗自决定，找个好机会帮妈妈一下。

机会来了！妈妈想休息一会儿就坐在客厅沙发上看，我跑过去一把抓过笤帚就开始扫地，就只剩客厅没扫了。我心想：“要怎样才能给妈妈一个惊喜呢？”我偷偷看了一眼正在看休息的妈妈，趁她不注意准备拿抹布开始擦门，结果被妈妈看到了，她笑着说“你偷偷做家务呢？”我呆呆地想：“惊喜计划泡汤了！”

妈妈走过来对我说：“既然想帮忙，就帮妈妈把笤帚拿来吧。”我高兴地跑到卫生间，打开灯拿来了笤帚。

妈妈分配我墩地，妈妈在前面扫，我在后面墩，我原来没做过家务，这次妈妈给机会我一定要做好！

不一会儿我满头大汗，喝了一口妈妈递来的凉水，真爽！

妈妈夸我：“小真棒呀！”我非常高兴！我想，原来做家务也不难呀！我地帮妈妈扫地、墩地、倒。啊！今天我非常高兴！妈妈说：“以后你就可以帮妈妈做家务了！”

你帮妈妈做过家务吗？没有就试试吧！

打扫寝室卫生心得体会篇八

今天是星期五，大家都收拾好东西准备回家了，而我们却要

留下来打扫卫生区，很不爽，所以等大家都走得差不多了，我们才把一片广袤的卫生区打扫完毕。

我们本来想利用课间时间把卫生区打扫完，这样我们就能和大家一起离开学校，能和同学一起回家。但是我们的班主任说，你现在打扫完了，再过一会儿又会有垃圾出现，你下午放学前还是要再去打扫，你们是愿意打扫一遍呢还是打扫两遍？我们想了想，觉得也是，所以就等到下午放学后才去打扫。那么大片却只有几个人打扫，等我们打扫完了回到家，家人都准备吃晚饭了，我们原来一起玩的时间都没有了。

虽然轮到我们在星期五打扫卫生区很不爽，但是因为老师的话，让我们感到很欣慰。尤其是他那一席话，让我们感到老师深深的关怀。也让我们知道，爱护环境是多么地重要。保护环境要我们每一个人的实际付出，我心里暗暗地告诉自己，为了地球的将来我要以实际行动爱护环境，同时要我的同学们也和我一样。

我希望能有更多的同学能通过打扫卫生区领悟爱护环境的重要性，这样我们的地球就更干净了。

学校是我家，卫生靠大家

同在东方校园内，却有两种极其不同的行为反差形成鲜明的对比，难道不该引起我们对“卫生公德”一词的深思吗？前者所述受人谴责与藐视，而后者则需表扬、大力推崇及学习。

我们青少年是祖国的花朵与未来，能否拥有良好的素质是至关重要的，而拥有卫生公德是体现我们内在素质的一方面，也是不可缺少的一部分，只有人人都树立起讲卫生的意识，不随意破坏这分美，尽自己所能，从小事做起，才会有一分真正宜人的环境呈现在大家面前。

只有学校这一社会最文明的地点培育起了卫生公德，营造起

了和谐、宜人的环境，整个社会的环境彩绘更和谐、更宜人！

打扫寝室卫生心得体会篇九

店铺的环境对于客户的体验和留存率都有重要的影响，一个干净整洁、温馨舒适的店面无疑会给人留下好印象。而如何打扫店铺，让工作更加高效，效果更加明显，则是每位营业员都需要解决的问题。在我打扫店铺的过程中，我积累了一些心得体会，在这里与大家一起分享。

第二段：预备工作

准备充分是打扫店铺的关键。首先，要有必要的清洁用品，如扫帚、抹布、垃圾袋、清洁剂等。其次，最好提前规划好打扫的时间和区域，避免工作期间的干扰。最后，为了避免增加妨碍操作的物品，应将不必要的物品及时存放到库房或主仓库。

第三段：实施方法

在整个清洁过程中，我采取的是先大后小，先干后湿的步骤。先用扫帚将地面的垃圾扫干净，再用干毛巾擦拭柜台、货架和玻璃等物品表面积灰。之后再用清洁剂擦洗，最后用拖把将地面清洗干净。需要注意的是，对于不同的物品和场合，要采取不同的清洁方法，以达到最佳效果。

第四段：细节注意

“细节决定成败”，特别是在清洁行业中更是体现得淋漓尽致。清洁的细节注意是建立在已经掌握了清洁知识的基础之上的。如异味的处理，需要适当开窗通风；在软材质家具表面清洁时，要注意不能使用过于强劲的清洁剂，避免对其造

成损伤；遇到顽固污渍时，也不要过于强制清洗，容易破坏家具表面有机物的保护层。细节处理的好坏，在提高清洁质量的同时，也是体现您作为一名清洁员工专业技巧的体现。

第五段：总结回顾

在未来的贸易竞争中，店面门面的整洁度为顾客留下深刻印象是至关重要的。通过正确的清洁方法和技巧，您可以更高效、精细地完成店铺的打扫工作，并取得显著的效果。作为一名清洁员工，我们要始终保持对工作的热情和专注，精心打扫每一个角落，以真正的服务意愿回馈客户，树立良好的企业形象。

打扫寝室卫生心得体会篇十

一个星期六的上午，我早早写完了作业，看见客厅和房间乱糟糟的，我心想：以前都是妈妈打扫的，可现在爸爸妈妈都上班了，今天我要自己打扫，给妈妈一个惊喜，说干就干。

第一项家务：擦桌子。我们家桌子的桌面很脏，上面又有很多杂物，我先把杂物摆放整齐，然后找来一条毛巾，沾水后拧干，把桌子上的脏东西擦掉，桌子就擦干干净净的了。

第二项家务：整理衣柜。卧室里的衣服很多很多，堆得像座小山，我先把衣服都拿出来，然后把它们都一件件仔细地叠起来，整齐摆放进衣柜，就大功告成了。哇，从此找衣服就轻松多了，一目了然啊！

第三项家务：扫地。首先我把扫帚拿来，把客厅和卧室里赖着不走的垃圾都扫了出去，然后把它们铲到垃圾桶里，放在门外，现在屋子里面可敞亮多啦！

第四项家务：整理书柜。我的书又多又乱，随意丢放在书柜里，像一群喝醉的酒鬼。我先把它们拿出来，再把它们分分

类，比如《格林童话》放在童话类，《时代广场的蟋蟀》放在阅读类等，现在它们乖乖站成一排，像列队待命的士兵。

第五项家务：整理玩具》。我的玩具又多又乱，玩完总是随手乱丢，好多玩具都被我弄丢了。我要把玩具都整理好，就不会丢了。我拿着自己的玩具分了分类，把积木类的放在一块儿，布娃娃类的放在一块儿……最后把它们放在玩具屋里就行了。现在玩具们都找到了自己的家，再也不会孤单寂寞了。

干完后我满头大汗，全身都累坏了，但是看到了干净的房间，我心里美滋滋的，只要肯努力，什么事情都难不倒我。