

# 打扫寝室卫生劳动体会心得 打扫寝室卫生心得体会(优秀5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 打扫寝室卫生劳动体会心得篇一

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。

搞完家里卫生的感悟

打扫寝室后的感悟

## 打扫寝室卫生劳动体会心得篇二

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。

无论老师，还是学生，心里都要有一个明确的卫生和纪律标准。开学第一天的第一节课，我会准时到班抓迟到，让迟到的学生站在自己的位置上，等所有人到齐之后，从迟到现象说起，借题发挥，宣布班级最重要的纪律要求。自习课纪律八个字：“准时，定位，安静，专心”。教室和宿舍的卫生要求：随时保持干净，如果有问题，不管你在干什么，立刻停下打扫干净。宿舍纪律：违反就寝纪律的宿舍，所有人都站到我办公室去。

只要我去宿舍就查卫生，卫生有问题，立刻指出，立刻改正，绝不拖到明天。如果哪一天我到宿舍，没有提卫生，那么只有一种情况，就是这个宿舍没有问题。久而久之，我养成了查卫生的习惯，而我的学生养成了打扫卫生的习惯。

关于宿舍卫生，我们班级有一个宿舍卫生报告制度。就是舍长负责将每天的卫生分数单交给班长，班长收起之后交给我，这样我既可以及时了解宿舍的卫生状况，又可以提醒同学们要注意卫生打扫。如果低于90分或者就寝纪律有问题，宿舍所有人要到我办公室说明情况，次次如此，从不间断，必须让学生清楚老师的态度是认真而坚决的。在与学生交流的过程，我只追究集体的原因，不问个人原因。原因有三：一是个人原因难扯清，也花时间。二是容易导致互相推诿，不利于宿舍团结。三也是一次集体主义教育的机会。

我们还有学校物业和值日组反馈的信息，只要有问题，立刻去改，不要等，注意时效性。

对有问题的宿舍要有耐心，不能心急，要做好长期斗争的准备。在斗争的过程中，要仔细斟酌自己的每一句话，每一个决定，坚决避免简单粗暴的处理方式。舍长不能轮流做，这样没有人会珍惜，必要时对舍长进行一些培训与指导，唤醒他们责任心与集体荣誉感。

如果提醒就能解决的问题绝不批评，如果自己能解决的问题绝不叫家长或者提交年级部。就好比人一生病就用重药，那肯定不行。而且也有小题大做之嫌，不仅得不到学生的理解与支持，还会激化师生矛盾，那也是我们不愿意看到的。

让班级的每一个学生热爱自己的班级，可以使我们的很多工作事半功倍。

## 打扫寝室卫生劳动体会心得篇三

家庭打扫卫生是每个家庭必须面对的日常任务。然而，许多人认为这是一项繁琐、无趣、重复性高的工作。其实，只要我们从正确的角度看待家庭打扫卫生，这个步骤并不会那么乏味。通过日常的打扫卫生，除了保持家居环境的清洁卫生之外，我们也可以从中获得身心方面的净化和调整。下面，本文将分享我对家庭打扫卫生的心得体会。

### 第二段：乐享家庭打扫卫生的乐趣

打扫卫生并不意味着枯燥乏味。一旦你了解打扫卫生的正确方法和技巧，你会发现这项任务有很多有趣的部分。首先，打扫卫生可以让我们释放压力并舒缓情绪。有时候，一次彻底的清洁和整理会让你的身心得到放松，减少焦虑和压力。其次，打扫卫生可以是一项有益的锻炼。当你用手臂打扫地板时，也会成为一种全身的锻炼，并有助于改善肌肉和骨骼健康。最后，你还可以尝试将打扫卫生这项任务变得更有趣。例如在打扫的时候听自己喜欢的音乐，或者让家庭成员一起参与，让这项任务变得更有趣。

### 第三段：家庭打扫卫生的必要性与重要性

家庭打扫卫生不仅仅是为了让房间整洁和干净。它还有助于防止疾病的传播和维护家庭成员的健康。特别是在冬季流行病期间，打扫卫生可以有效地减少细菌和病毒的传播，预防

家庭成员感染疾病。此外，打扫卫生还可以排除空气中的污染物和其他有害物质，提高室内空气质量，从而让家庭成员的呼吸更加通畅。

#### 第四段：家庭打扫卫生的技巧和方法

虽然家庭打扫卫生是一项日常任务，但一定要掌握一些技巧和方法。首先，要定期打扫卫生。不要等到房间乱成一团再开始打扫，否则会非常困难。定期每周一次查看房间，及时整理和清洁，以保持房间的整洁和干净。其次，准备好必要的清洁工具和材料，以便在打扫卫生时更方便。例如，需要准备清洁剂、拖把、扫把、垃圾袋等工具，这些工具可以轻松帮助你完成打扫卫生的任务。最后，了解不同房间的不同打扫方式，可以更好地打扫卫生。例如，在厨房打扫卫生时要更加重视卫生问题，需要更加彻底地清洁。

#### 第五段：总结

总之，家庭打扫卫生虽然是一项繁琐的工作，但是它是必须的。通过日常打扫卫生不仅维护了家庭的清洁和干净，更重要的是提高了家庭成员的身心健康和幸福感。带着正确的态度和技巧，让家庭打扫卫生变得更加有趣和轻松。因此，我们应该共同努力，定期打扫卫生，并把打扫卫生贯彻到日常生活的每一个细节之中。

### 打扫寝室卫生劳动体会心得篇四

上周我们班级进行了为期一周的劳动，在这一周里我的任务是打扫宿舍楼，在开始的第一天我们就感到了劳动的艰辛，但是一切都得坚持。

当一周的劳动结束了，我们切切实实是在作为一名普通的劳动者在挥洒汗水的。我深深感受到了工作人员的艰辛和不容易，更会注意以后自己的行为。

我们是大学生还没有走向社会，对待一些人际关系和自我评估的方面都有所欠缺。而这次的劳动周，使我体会到了工人的艰辛，社会上的压力。也让我亲身体会到了劳动的光荣感。不要向以前一样轻视劳动。劳动周让我们亲身体会到了劳动的艰辛和劳动创造世界的真理，避免了我們形成好逸恶劳的坏习惯。劳动周也同样加强了我们的劳动观念，帮助我们树立正确做人的态度。

劳动者每天都付出辛勤的劳动，为我们营造了一个舒适的学习环境，让我们每天有着一个好心情行走在校园里。劳动创造财富，而我们的劳动就是营造了美丽的校园环境相对于劳动成果我们付出的再多也是值得的。我还懂得了劳动需要互相帮助有合作精神。这样才能发挥出每个人最大的特点和优点。

这一星期的劳动增强了我们对社会的认识。让我们接触、了解社会，增强我们的社会适应能力。而学校组织的劳动周，更让我们明白了学会独立的重要性。在竞争如此激烈的社会，对于我们这些大学生们，独立的培养和社会的洗礼是多么的重要。于现在的我们，越早接触这个日新月异的社会，就意味着我们越能适应它。为以后步入社会打下坚实的基础。只有现在了解社会才能在今后顺利的融入到社会里。

经过一个星期的宿舍劳动，我们有艰辛的付出，也有劳动后的回报，我们付出的是体力上的汗水，收获的是精神上的升华。

欧文先生曾经说过这样一句话——“完善的新人应该是在劳动之中和为了劳动而培养起来的”，恰是这次劳动周，让我对这句话有了更真切与深入的理解。劳动周期间，我们每天从事的都是擦玻璃、拖楼梯一类简单的劳动，有的在宿舍打扫卫生，冲洗公共卫生间，在这些岗位做的事情都很小，也很琐碎，需要耐心和认真。可能很多同学不屑于做这样的小事，总想做一番轰轰烈烈的大事。其实做什么事都需要脚踏

实地，需要把每个细节做好。没有在做每件事情上的认真负责精神，任何事情都不会办好。古话说“一屋不扫，何以扫天下”吗？我们要培养的就是这种做事情干工作的美好品质。

这次的宿舍劳动也让我们明白了学会劳动的重要意义。整理好宿舍卫生，在竞争如此激烈的今天，对于我们这些在校的大学生们，独立的培养和社会的洗礼是多么的重要。在这个更新速度超快的今天，如何适应社会也是我们即将面临的问题。对于现在的我们，越早接触这个日新月异的社会，就意味着我们越能适应它。我们应该做我们力所能及的事情，由此联系到我们以后的工作，就业，对于应用型人才的我们需要靠双手来创造生活，需要靠技能来创造明天，因此更需要具有吃苦耐劳的精神，这次劳动使我体会到了工人的艰辛，社会上的压力。也让我亲身体会到了劳动的光荣感。不要向以前一样轻视劳动。劳动周让我们亲身体会到了劳动的艰辛和劳动创造世界的真理，避免了我們形成好逸恶劳的坏习惯。劳动周也同样加强了我们的劳动观念，帮助我们树立正确做人的态度。

劳动还培养了我们的责任心，使我们树立了要回报社会，回报人民的人生观。它使我们认识到：职业没有高低贵贱之分。我要在自己的岗位上，兢兢业业，尽职尽责，鞠躬尽瘁，吃苦在前，享受在后，努力做一个合格的社会主义新人。

## 打扫寝室卫生劳动体会心得篇五

第一段：引言（100字）

家庭打扫卫生是日常生活中必不可少的，它不仅仅是将家居环境清洁卫生，更是一项能够让我们锻炼身体，增强家庭感情的劳动。我和家人们每个人都要参与其中。在这个过程中，既能激发我们的劳动热情，也能让我们更加关注卫生的重要性。接下来，我将分享一些我在家庭打扫卫生中的心得体会，希望对大家有所帮助。

## 第二段：通晓基本常识（200字）

打扫卫生的最基本常识就是先打开门窗让新鲜空气流进来，然后再开始打扫。在清扫地面时，要先利用扫帚将地面上的物品都清扫干净，再用拖把擦拭。在清扫布艺家具和沙发时，要使用吸尘器或特定的清洁剂，切忌使用什么物品去擦拭，否则会让家居家具变形或者受损。

## 第三段：分工合作（300字）

家庭打扫卫生不能靠一个人来完成，每个人都需要分工合作。家里的成员可以根据各自的特长，将任务分配到不同的人身上。比如小孩子可以负责收拾自己的玩具；母亲可以负责整理被褥，打扫厨房等。因为人手不一样，任务分配会更合适，打扫也就更加高效。

## 第四段：关心家人健康（300字）

打扫卫生不仅仅是为了美化家居，更是关心家人的健康。清洁地面、沙发和床铺可以有效地防止细菌和灰尘的滋生，将室内环境的卫生状况变得更加安全健康。同时在清洁家具和织物的时候，最好选择不含化学物质的清洁剂来减少污染，这样家人的健康风险就会得到减少。

## 第五段：对未来的规划（200字）

在家庭打扫卫生的过程中，我们应该对未来进行规划。我们可以将每个任务记录在便签上，并与家人共同计划下一次打扫的时间。通过这种方法，我们可以更好地管理我们的时间和家庭资源。此外，对未来的规划还包括培养孩子的好习惯，让他们学会如何打扫和维护自己的室内环境。

## 结尾（100字）

通过家庭打扫卫生这个微不足道的劳动，我们可以在日常生活中锻炼自己，增强家人之间的感情，更能关心自己家人的健康。同时我们也可以将这个小小的劳动变成一种习惯，为我们的未来做出规划。让我们用心去完成这个任务，让我们的家园变得干净清爽。