

打扫卫生的心得体会(模板5篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

打扫卫生的心得体会篇一

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。

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。”

打扫卫生的心得体会篇二

那天，是三八妇女节，我给妈妈说：“我帮你打扫一下家里的卫生吧。”妈妈说：“那么你就打扫一下家里的卫生吧。”我就开始打扫家里的卫生了。我先拿来了扫把就开始扫地，我先扫那两间小屋，然后又开始扫那三间大屋，我用扫把慢慢的扫一会我就把家里能扫的地方都扫完了，把家里扫的干干净净的。我又开始擦玻璃了，我们家里的玻璃很多，得擦五十多分钟，但是我还是擦了，我用擦玻璃的抹布慢慢的擦着玻璃，过了一段时间，我已经擦了一大部分，一会我就把家里的玻璃全部擦完了我感到好累呀，也不知道妈妈干

的时候是不是也这么累，我的确体会到了妈妈的辛苦。我又想起了擦桌子，我家里又一个客厅里的茶几，还有一个餐厅里的桌子，我仔细的擦了一会，就把他们都擦完了。我又想起了妈妈有时候扫墙上的蜘蛛网，我又拿来了扫把开始清扫墙上的蜘蛛网我把蜘蛛网都扫了下来，然后扫到了外面，然后我已经累的满头大汗了。最后我又开始拖地了，我拿来了拖把，先从小屋开始拖，我费尽的拖了起来过了一会，我就把小屋给拖完了。我又开始拖大屋，我很费尽的拖着，过了半个多小时我才拖完那几间大屋。

妈妈来了说：“孩子真乖，把家里打扫了的真干净。”我听了开心的笑了，我同时也体会到了妈妈每天干家务的辛苦。

打扫卫生的心得体会篇三

打扫学院，是我们每个人都需要参与的事情。在这个过程中，我们不仅仅是在清扫垃圾、擦拭地面，更是在培养自己的责任心和团队合作精神。下面，我将分享我在打扫学院过程中的体验和感悟。

第二段：认真负责的态度

在打扫学院的过程中，我发现只要认真做好每一个细节的工作，就能够获得满意的成果。比如，在扫地时不仅要在地面上的垃圾清理干净，还要特别注意角落里的灰尘和底部的脚印。只有这样才能让整个环境更加整洁和舒适。在打扫学院的过程中，我认识到只要肩负起责任，认真负责，就有能力创造出非常好的结果。

第三段：团队合作的重要性

打扫学院不仅仅是一个人的事情，需要大家的团队合作。在打扫过程中，我们需要有一定的安排和分工，确保每个区域都有足够的人员清理。只有在团队合作的前提下，才能快速、

高质量地完成工作。在这个过程中，我认识到每个人的分工和配合都是非常重要的。

第四段：感谢和尊重的态度

打扫学院时，我们还需要展现出感谢和尊重的态度。因为只有这样才能体现出我们的尊重和感激之情，也能够增加大家的工作积极性和参与度。与此同时，我们也要提醒自己保持良好的礼仪，包括不大声喧哗，不乱扔垃圾等等。这样，我们才能够创造出一个和谐的工作环境，让大家都能够充满动力地进行工作。

第五段：结尾

打扫学院似乎是一个比较琐碎的事情，但仔细思考，这是容易被人忽略的关键细节。经过这次体验，我深刻认识到，一个优秀的队员不仅要有高强度的执行力，还要有责任心、认真负责、团队合作和感激之情。这是在学院生活中非常重要的一课。

打扫卫生的心得体会篇四

扫除后山是一种传统的中国习俗，其目的在于净化心灵，抚平情绪，思考人生。随着现代生活的进步，最初的传统理念渐渐消失。而对于当今年轻人而言，追求理想的竞争，让生活变得更加起伏不定，所以打扫后山成为一个极度个人化的寻求平静心灵的有效手段。打扫后山，其实就是收拾我们的内心，让我们回归到宁静和平，接下来我会简述我的打扫后山心得体会。

第一段

在打扫后山这个过程中，我感受到了自我与自然的融合。刚开始，我心态比较平静，却有种虚无的感觉。当看到这些不

干净、留有斑驳痕迹的后山时，我突然有了干一番事业的冲动。我意识到，我也需要这个力量，这样我才能在生活中去打坚实的基础。正如我扫的地方越来越大，我的心态也变得更加稳定。

第二段

打扫后山，或许没有太多的物质收获，但却可以获得一种平和的心境。过去的积垢和尘埃被扫走，它们也都被消磨，流放，或者忘记了自己当初的原本的形态。我们也应该如此，享受生活的过程，不过度纠结于物质的积累。我们所能获得的，是无价的心境和内心的喜悦。

第三段

在整理后山的过程中，我体会到了脚踏实地的价值。堆积在后山的東西可能是我们毫不留恋的东西，但仍旧需要耗费时间和精力去给它们归位。在这一过程中，我感到了生活的节奏，因为只有我们从只求效率的生存方式中走出来，才会理解生命的真谛，找到我们生活的意义。

第四段

打扫后山也是一个独钟自足的过程。它没有陪伴，只有思考，我们可以通过这个过程认清自我。生活中的事情并非一件一件地依靠我们去完成，往往需要我们找到一些自己的喜好重心，才能在劳动中充分释放自己的节奏感。

第五段

最后，打扫后山，让人也就在一种空乘静之中，淡然面对自己的生命。在过程的每一个细节中，人们则是将这种咀嚼悟性深深地融入了内心，把它们变成了自己内心的经验和境界。因此，打扫后山不仅仅是一个看似简单的行为，它更是一种

折射人内心状态和本质精神的精美肌理。

以上是我的打扫后山的心得体会，只有亲自去体验这个过程，才能帮助我们体会到生命的厚重和内涵。打扫后山，虽言简单，实则蕴含着无穷的深意和意义。

打扫卫生的心得体会篇五

做家务开始了，我先是立即收拾起了大客厅，这桌子上的东西可算是一团乱，我连忙去收拾桌子，只见我先把桌子上的一盆开得红艳艳的塑胶花摆在桌子的中间，然后把旁边两个可爱的小杯子放在了桌子上，连桌子旁的一些杂物也被我扔到了一堆，然后，在把这些杂物们分别分类摆放。看着被我收拾完的桌椅，房间似乎又变得漂亮了许多呢！

我越做越起劲，不由得连忙赶去收拾沙发，我一蹦一跳的从我的房间里拿出两个我最心爱的毛绒玩具，它们一个是穿着蓝色皮衣的小海豚，一个是带着斑点的粉红色的桃心，我小心翼翼地它们放在沙发上，然后又把沙发上一本本乱放的书本拿起来，放在我的一个浅黄色的书箱里。

接着，我又去我独自的卧室收拾那张矮矮的床，虽然我脸上已经冒出了一颗颗的“小豆豆”，但心里却像玩游戏一样玩得不亦乐乎，只见我的床上还摆放着两个可爱的娃娃，它们都是我生日的时候别人送给我的，两个可爱的熊和人，已经被我放到了床铺的中间。过后，我便开始叠被子了，那张我最喜爱的大棉被在我手里叠过去叠过来，一叠又一叠，不到一会儿，这床厚厚的棉被就被我叠好了……“啊！我终于收拾好啦！”我长长地叹了一口气。这时，妈妈也收拾了不少，阳台和厨房里的电器也都被妈妈擦得干干净净，我们俩都早已是满头大汗，我站在远处，正准备享受成果所带来的快乐是，我们家里那只调皮的巧克力——一只小狗便在沙发、茶几上冲我大声地“汪汪汪”地叫着，我那刚才才收拾好的一片，又成了乌糟糟的一团。

经过了一番收拾，家里变得干净多了，深呼吸一口，连空气也变得新鲜了，我们一家人的心情也跟着变得愉快起来。俗话说，劳动使人快乐，今天我才真正体会到劳动确实使人快乐！