# 做家务劳动心得体会(优秀10篇)

来源：网络 作者：浅唱梦痕 更新时间：2024-09-01

*我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。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。做家务劳动心得...*

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。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。

**做家务劳动心得体会篇一**

做家务劳动是每个家庭成员必须承担的责任，其中之一就是吸尘，毕竟地面清洁是家居卫生的关键。尤其是在疫情当下，定期清理卫生对于预防病毒的传播有着至关重要的作用。但是，很多人在吸尘时常常存在一些问题，比如吸不干净或易疲劳等。在这里，我想和大家分享一下我做家务劳动吸尘的心得体会。

第二段：准备工作

首先，为了吸尘的顺利进行，我们需要做好一系列的准备工作。比如，将电源线插上，准备好吸尘器、吸尘头以及拖把等清洁工具。在使用吸尘器前，最好先检查一下吸尘器是否正常工作，并检查吸尘口是否畅通，这样可以避免出现吸力不够或者没有吸力的情况。同时，确保家中没有小物件或被异物堵塞。

第三段：开始吸尘

接下来，我们进入正题，开始吸尘。在吸尘过程中，我们需要按照一定的顺序来完成。通常，我们从最远的房间开始，逐步向门口走去，这样可以避免重复清扫。当然，在清扫过程中，我们还需根据不同的区域选择不同的吸尘器功率，小面积的角落可以选择微弱的功率，而大面积的地方则需要使用大功率的吸尘器，这样才能确保地上的灰尘和杂物被彻底清理干净。

第四段：注意事项

在吸尘时，我们需要注意一些细节，以确保吸尘的效果。首先，在吸尘的时候，我们要注意吸头的角度和位置。吸头要始终保持与地面平行，这样才能更好地吸附灰尘和脏物。另外，在吸尘的时候，我们还要注意一些易被忽视的角落，如家具底部、墙角和门槛等。这些地方很容易积聚灰尘，通常需要用手或拖把将灰尘清理干净。

第五段：结束语

总的来说，家务劳动虽然看起来很繁琐，但是只要按照一定的顺序和方法进行，就能够事半功倍。在吸尘过程中，我们需要细心认真，注意细节，并且做好后整理工具，保持清洁卫生，才能使家庭环境更加优雅与整洁。更重要的是，作为家庭成员，承担好家务劳动的责任，也是我们履行社会责任的一种体现。

**做家务劳动心得体会篇二**

家庭是我们最亲密的生活空间，家务劳动是家庭成员的共同责任。做家务不仅是一种义务，更是一种责任和爱的表现。在家中，我承担着家务劳动的一部分任务，经过长期的体验和总结，我深深地体会到了做家务的重要性，感受到了其中的美好和意义。

第一段：做家务感受到的快乐

在我眼中，做家务就像是一种自然而然的事情，让我感受到了快乐。这种快乐是一种内心深处的满足感和愉悦感。在做家务过程中，我能够体会到清洁，整齐，有序带来的愉悦感。每当我将衣服摆放整齐，地面清洁干净，家中摆设擦拭得干干净净，我就会感到满足和快乐。这种快乐虽然平凡，但它深深地植根在我的内心深处，让我愿意将这个过程一直坚持下去。

第二段：做家务带来的舒适与温馨

做家务不仅为家庭创造了一个舒适、整洁、有序的生活环境，更能带来一种温馨的氛围。每当家中变得整洁、干净，我总会感觉到一种特别的亲切感和温暖感。这样的环境不仅能够让我们感受到幸福，更能够使亲戚朋友乐于来到我们家中，享受家庭的舒适和温馨。因此，我非常重视家务劳动，希望能够为家庭创造更多的舒适和温馨。

第三段：做家务懂得坚持与自律

家务劳动是一种需要长期坚持和自律的劳动。每当我完成了家务工作，我总会感觉到一种莫名的成就感。这种成就感让我更加愿意继续坚持家务劳动，不断地奋斗与自律。因此，做家务不单单是一种义务，更是一种生活态度和习惯。只有我们在家务劳动中坚持和自律，才能够成为一个积极向上的人。

第四段：做家务懂得关爱与责任

做家务需要我们不断地付出关爱和承担责任。我们需要了解家中成员的生活习惯和需求，才能够更好地为家庭服务。每当我为家庭做出一些微不足道的改变，我总能感到家庭成员的真诚感激和认可。这种关爱和责任感源于我们对家庭的热爱和责任，只有我们能够掌握这些，才能够让家庭更加温馨、和谐。

第五段：家务劳动是我们生活的一部分

家务劳动不仅是女性的责任，更是家庭成员之间平等的责任。我们应该理性看待家务劳动，坚持家务劳动的平等原则，共同承担家庭的责任和义务。与此同时，我们也应该对家务劳动保持一种正确的态度，不应该只是一种无尽的劳动，而是应该从中汲取快乐和成长。

总之，家务劳动是我们生活的一部分，是一种责任和爱的表现。在做家务的过程中，要充分体会到这份工作所带来的快乐与美好，不断地完善自己，让家庭更加温暖、和谐。

**做家务劳动心得体会篇三**

看着妈妈每天做家务劳动很辛苦，我下定决心减轻妈妈的负担，自身也当了一回“小小清洁工”，没想到挺累的。

我拿上“装备”，整装待发了！先去擦地板了，我拿好抹布，在地板上擦过来，擦过去，十分费力，但我还唱着快乐小调，“洗刷刷，洗刷刷，洗刷刷噢噢……”正当我得意洋洋之时，“地板不作美”！居然出现困难了，许多灰尘像调皮的小孩一样，都躲在了地板缝隙之中，该怎么办呢？我灵机一动，拿来几根棉签，沾水，往内部擦，哇！“灰尘宝宝”都被扫出来了！房间的地板干净得一尘不染，让人看了舒服许多！

我又把门上的贴纸刮掉，这些贴纸“历史悠久”，是我小时候贴的\'，整个门都是，看上去很不美观！我要把他们全都消灭掉！可是，问题又出现了，用刀刮吧！可会把门损坏，用指甲一点一点弄吧！不行，太慢要弄到何年何月！于是我左右为难，想出了一个好办法。我把水枪拿来，射向贴纸，它们变湿了，一弄就掉，一下子都消灭了！我看着整洁的门，心里美滋滋的，像吃了蜜一样甜！

这次家务劳动即使我满头大汗，但是体验到了家务劳动不容易，佷辛苦，但我觉得还是值得的。

**做家务劳动心得体会篇四**

做家务劳动是我们每个人的基本义务和责任，其中吸尘作为日常家务之一，也是我们必须完成的工作之一。我们通常认为吸尘很简单，只需要把吸尘器拿出来，连接好电源，然后把地上的灰尘吸走就好了。但是仔细想想，吸尘这个小小的家务工作也有很多需要注意的细节，本文将探讨做家务劳动吸尘的技巧和体会。

第二段：准备工作

在进行吸尘之前，我们需要做好一些准备工作。首先，我们需要检查吸尘器的滤网是否干净，如果不干净需要先清洗；其次，我们需要清空吸尘器里的尘袋或散装储物箱，这样才能充分利用吸力去吸尘；还有，需要检查吸头是否干净，如果塞满了尘埃就需要拆开清洗。

第三段：技巧方法

在吸尘的过程中，我们也需要注意一些技巧和方法。首先，我们需要找到一个合适的吸头，如果是长毛绒地毯，可以选择较长的吸头，而对于硬地面和低矮的地毯，则建议使用较短的吸头，这样吸力更集中。其次，我们需要以直线方式移动吸头，从房间的一端到另一端，这样可以保证每个房间都能被充分清洁。最后，吸尘的时候一定要按照箭头指向的方向吸，这样能够充分利用吸力，吸走更多的灰尘。

第四段：心得体会

在长时间的吸尘中，我们可以积累一些心得体会。最重要的是，我们需要有耐心，不能心急意燥，急于完成任务，这样会导致本应吸走的灰尘留在地毯和地板上。其次，我们需要保持专注，不能因为身体疲惫或者无聊而粗心马虎，这样会使得吸尘的效果大打折扣。最后，在长时间的吸尘中，我们需要经常停下来休息，让身体得到恰当的休息，这样才能长久保持高效完成家务的能力。

第五段：结论

综上所述，吸尘虽然是一项看似简单的家务工作，但是有着许多需要注意的细节和技巧。只有我们认真地做好各种准备工作，掌握各种技巧和方法，并保持正确的心态，才能真正地做好这份家务工作。在做家务劳动的过程中，我们也能够不断增长自己的经验和技能，更好地去应对生活的各种挑战。

**做家务劳动心得体会篇五**

今年暑假的一天，刚放假回来的我什么事也没做，便翻开电视机津津有味地看起足球赛来。母亲见状说道：;你都十二岁了，也应当做些家务劳动了吧？听母亲那口气，好似我不会做家务劳动似的，我感到十分不服气，便决定做一次家务劳动来证明自我。

第二天一清早我就起来了，拖地、扫地、准备早餐，忙得不亦乐乎，过了约莫一小时，我已将地板清扫得干干净净，就这短短一小时的家务劳动，已足以让我汗流浃背，腿脚酸痛了。我开始体会到父母平时做家务劳动是十分不容易的。而最苦的还不是清扫房间，做午饭对我来说才是最大的考验。中午十二点，烈日当空，再加上劳动了一上午，不禁使我感到身心疲惫，这时我还得走进厨房做午餐。从未做过饭的我拿起刀手就发软，将白菜切得片不像片，丝不像丝的\'模样，再将灶台的火一开，这时就更难受了——本来中午温度就高，再加上这么大的火，这时厨房的环境简直令人窒息。顶着高温，我将切好的白菜放入锅中，只听;啪的一声响，油溅到了我的手上，还烫出了一个水泡。情急之中，我也没顾那么多，将酱油、醋、盐等调料胡乱倒入锅中，再随便搅拌了两下，还不知菜到底熟了没有就将它倒入了碗中。最终，一碗半生半熟的白菜便端上了饭桌，尝尝其味道，还真难以下咽！想想我平时在空调房中吃饭，还总嫌父亲厨艺不好，真是感到无限的内疚。

这次家务劳动，让我吃尽了苦头，也让我体会到父母做家务劳动所付出的汗水，这次劳动将会是我帮助父母做家务的开始。

**做家务劳动心得体会篇六**

在中国传统节日中，家人团聚共度的同时，家务劳动也是少不了的一项重要内容。而在这些家务劳动中，包饺子、包汤圆无疑是大家最期待的环节之一。作为一名家庭主妇，我多年来都是负责做汤圆的任务，通过这个过程，我深刻体会到了背后的辛苦和快乐，也有了一些心得体会。

第二段：熟悉的步骤

包汤圆的步骤虽然繁多，但经过多次的练习，我已经非常熟悉。首先，准备好糯米粉和热水，然后将糯米粉慢慢加入热水中搅拌，直到形成一个柔软的面团。接下来，将面团揉成一个长条，再切成小块，轻轻搓成圆形。最后，用手指轻轻按压汤圆的中心，加入喜欢的馅料。这些步骤虽然简单，但每一个细节都需要用心去做，只有经过反复的练习，熟能生巧。

第三段：体会到的辛苦

作为一个家庭主妇，我每年都要包上几十甚至上百个汤圆。包汤圆看似简单，但实际上需要耐心和细致。尤其是搓成圆形时，需要用适当的力度，否则大小不一。而包好的汤圆需要放在一个平整的盘子里，否则会被粘在一起。这些细节需要我时刻注意，经常需要弯腰和蹲下来调整汤圆的形状。长时间的弯腰和蹲下来，让我感到背部酸痛，并且会出现一些小的伤口。但正是这些小小的辛苦，让整个家庭感受到我的爱和付出。

第四段：体会到的快乐

虽然包汤圆是一项繁琐的工作，但在这个过程中我也体会到了快乐。首先，我享受着与家人一起欢聚的时光，享受着亲人们品尝美食的满足感。其次，当我将自己亲手做的汤圆端上桌时，看到家人们笑容满面地夸赞，我感到无比的幸福和成就感。汤圆作为中国传统美食之一，也代表着圆满和团圆的美好寓意，在包汤圆的过程中，我也从中感受到了家庭的温暖与团聚。

第五段：总结

通过多年的家务劳动，包括包汤圆在内，我深刻体会到了背后的辛苦和快乐。在包汤圆的过程中，我通过不断的练习，熟练掌握了每一个步骤，也懂得了细节的重要性。虽然包汤圆是一项辛苦的工作，但在其中我也获得了快乐和成就感。家务劳动不仅是家庭的责任，更是对家庭的关爱和付出。通过这些家务劳动，我们能够更好的体会到家庭的温暖和团聚，也能够更好地表达我们对亲人的爱和感激之情。让我们一起勤劳地工作，为家庭创造更多的美好时刻。

**做家务劳动心得体会篇七**

其实在扫地的同时，我从厨房中拿了一个崭新的清洁球，跪在地上哼着小调将那些赃物，污垢一点点的擦掉；再用扫帚将其扫罢，将事先准备好的拖把按着扫地的规律，一竖一横便让走廊的“小脸”变干净咯！接下来的客厅、书房、卧室都是这样打理的，很快这些地板便闪闪发光，在阳光的折射下显得绚丽多彩，光洁闪亮！

只是扫地、拖地是显然不够的，后来，我将烟灰缸、玻璃杯、茶几等都用清水冲洗了一遍；把沙发上的软垫用鸡毛刷“拍”后，将电视机、影碟机、桌椅挂件上的灰尘都用抹布擦拭了一遍，我一边打理着家中的一切，一边有声有色的`唱着轻快的歌儿，“啦啦啦~~”就这样我利用短短的两个钟头将家打理的焕然一新！

大家是不是都有些诧异有些惊奇呢？就让我来告诉大家吧，其实做家务并不难，我们需要的是爱家的本能，孝顺父母的心意，只要你怀着这样一颗充满感恩的心打扫卫生，自然就不会觉得打扫很麻烦，很辛苦咯！看着我亲手打理的卫生，我擦了一把额头上的汗珠，欣慰地笑了，心中比吃了蜜还甜。

**做家务劳动心得体会篇八**

第一段：家务劳动的重要性及做汤圆的动力来源（200字）

家务劳动是每个家庭都面临的任务。无论是打扫卫生、购物还是烹饪，这些日常琐事占据了我们大部分的时间和精力。然而，在这些常规任务中，我最喜欢的是做汤圆。每当到了冬令时节，我总会激动地开始准备材料和工具，迫不及待地投身于烹饪的过程中。做汤圆不仅是一种家务劳动，也是一种博爱的体现，让我感受到家庭团聚的温暖和美好。

第二段：做汤圆的技巧和心得（300字）

做汤圆的第一步是制作汤圆皮。用适量的湿水和糯米粉混合搅拌，直至搓成可塑性极高的面团。这个过程需要我们用手感受材料的细腻和变化。接下来，将面团分成小块，搓成圆形状，并用拇指在上面留下一个小坑。再将各种馅料填入小坑，咬合面团，确保馅料不会外漏。最后，将已填充好馅料的面团放入锅中煮熟即可。这个过程需要耐心和细心，以确保汤圆的口感和味道。

第三段：做汤圆的意义和价值（300字）

除了技巧和心得，做汤圆更重要的是其意义和价值。首先，汤圆体现了家庭团聚的温暖和美好。在煮汤圆的过程中，家人们相聚在一起，互相帮助和支持。这是家庭凝聚力的表现，增进了家庭成员之间的情感联系。其次，汤圆是传统文化的重要一环。无论是元宵节还是冬至节，汤圆都是不可或缺的主食。制作和食用汤圆能够传承和弘扬中华民族的传统文化，让年轻一代更加了解和尊重自己的文化根源。

第四段：汤圆与人际关系的关联（200字）

在现代快节奏的生活中，人们之间的社交和人际关系越来越疏远。然而，做汤圆的过程却给了我们与家人、亲戚和朋友密切交流的机会。我们可以一起从事准备材料、制作汤圆的工作，这样的互动可以增进彼此的了解和感情。此外，制作出美味可口的汤圆后，还可以与邻居们分享、交流，增进邻里之间的友谊和互助。

第五段：总结和展望（200字）

总而言之，做汤圆不仅是一种家务劳动，更是一种传承文化、增进人际关系的方式。通过做汤圆，我们可以感受到家的温暖和团聚，传承优秀的中华传统文化，以及加强社区的友谊和交流。每一次制作汤圆的过程都是一次回归家人和传统的旅程，让我更加乐于投身于这份家务劳动中。我希望，在未来，能够把做汤圆的习俗传承下去，让更多的人能够体会家务劳动的快乐和价值。

**做家务劳动心得体会篇九**

家务劳动是每个家庭中不可或缺的一部分，它涉及到日常生活的方方面面。自己从小就深受其苦，但同时也受益匪浅。家务劳动的经历使我学会了责任、独立、创造力和坚韧不拔。通过这些心得体会，我更加明白了家务劳动的重要性，并且愿意将这种经历传承给下一代。

首先，家务劳动培养了我的责任感。我记得小时候，每天放学回家要做的第一件事就是将家里打扫一遍。这个过程中的一点一滴都需要我亲自动手去做，而不能靠别人代替。这样的经历让我深刻认识到，每个人对于家庭的责任都是无法推卸的。只有在家务劳动中承担起自己的责任，才能够更好地维护整个家庭的利益。

其次，家务劳动教会了我独立生活的技能。在做家务的过程中，我学会了独自完成各种任务。例如，我学会了独立地洗衣服、做饭、打扫卫生等。这些技能不仅让我在大学期间能够照顾自己，也让我在未来的生活中更加独立自主。家务劳动让我明白，只有依靠自己的努力，才能够过上幸福快乐的生活。

此外，家务劳动培养了我的创造力。在面临各种问题时，我需要不断寻找解决办法，而不是抱怨困难。例如，当洗碗后台水管漏水时，我并没有选择放弃，而是努力想出了一个解决方案。我用多层胶布包裹住漏水部位，成功地解决了问题。这个过程不仅让我感到自豪，还让我意识到，只有充分发挥创造力，才能够应对生活中的各种挑战。

最后，家务劳动锻炼了我的坚韧不拔。家务劳动往往需要一点点的时间和耐心。例如，每天的洗衣、熨烫和清洁需要花费相当长的时间，而且看不到即时的成果。但我知道，只有坚持下去，才能够享受到美好的生活。家务劳动教会了我从不轻易放弃，面对困难要勇往直前的精神。

通过这些心得体会，我认识到家务劳动不仅是一种责任，更是一种锻炼自己的机会。家务劳动让我学会了处理人际关系、培养乐观心态，并且让我更加理解和尊重家人的辛勤付出。家务劳动不仅仅是一个任务，更是一种为家庭奉献的方式。我希望将来的下一代也能够体会到这份付出所带来的欢乐和成就感。

就我而言，家务劳动的经历对我来说是一笔宝贵的财富。不管是当下的生活还是未来的发展，我都愿意将这份经验传承下去，让更多的人意识到家务劳动的意义和重要性。无论是男性还是女性，每个人都应该肩负起家庭的责任，为共同的家庭幸福而努力。

**做家务劳动心得体会篇十**

今天是星期天，我早早就起床写作业。写完作业心里想：爸爸妈妈整天上班、洗衣服、做饭，而我却自由自在地在家看电视。所以今天我要为爸爸妈妈做一件力所能及的事情。

吃饭的时候，我对妈妈说：“今天我来洗锅吧。”妈妈说：“好，真是个好孩子！”饭吃完了，我马上把碟子、碗和筷子放到阳台上去。我先给锅里接了半锅水，往锅里倒了一点洗洁精，用手在锅里转了几下，使它产生丰富的泡沫。把碟子、饭碗和筷子放入水中，再拿铁丝刷开始洗刷。

我先刷碟子，因为碟子上的油多，手滑，碟子掉在地上摔成了碎片。我感到不安和内疚，责备自己做事不小心。我又赶紧洗刷饭碗和筷子。那些洗洁精有的粘在手上，有的变成泡沫，还有的在铁丝刷上面粘着，所以碟子很容易摔碎。我洗完了碟子就洗饭碗，饭碗不容易摔碎，因为碗底下容易抓，所以不容易摔碎。洗完了饭碗就洗筷子，筷子用铁丝上下刷几下就干净了。最后，再清洗碟子、饭碗和筷子。锅倒是洗完了，但是我的手上还有好多油，还把我累的腰酸背痛的。

我终于感受到大人们的辛苦了，我以后会经常帮助爸爸妈妈做些力所能及的家务活，让他们在家里轻松一下。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn