# 力所能及的家务劳动心得体会(优秀11篇)

来源：网络 作者：梦回唐朝 更新时间：2024-11-05

*当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。力所能及...*

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**力所能及的家务劳动心得体会篇一**

家务劳动是家庭运转不可或缺的一环，它的重要性在于保持家庭的整洁和和谐。作为一个家庭成员，我时刻关注着家务劳动的进行，并对其保持着积极的态度。 对我来说，家务劳动不仅仅是一种责任，更是一种乐趣。在家务劳动中，我体悟到了很多宝贵的经验和感悟。

第二段：家务劳动的实践与技巧

在实践中，我发现家务劳动需要有一定的技巧。一方面，要合理安排时间，做好每项家务劳动的前期准备工作，避免因为纷繁杂乱的琐事而导致时间浪费。另一方面，要有高效的工作方式，比如在打扫房间时，先进行整理，然后再进行打扫。此外，还要善用工具和化学品，比如使用吸尘器来清理灰尘，使用洗衣液来除污渍等。这些技巧的运用，能够提高家务劳动的效率，节约时间和精力。

第三段：家务劳动的意义与收获

从做家务劳动中，我不仅获得了实践技巧，更感受到了一份成就感。当我完成一项家务劳动时，看到整洁干净的家，我会感到一种满足感和疲惫感的交织。这种满足感，让我更加珍惜家庭，更加关心家人。此外，家务劳动也让我增长了见闻和知识。在做饭、洗衣等过程中，我学会了烹饪技巧和一些实用的生活小妙招。

第四段：家务劳动的培养意义

家务劳动不仅帮助我成为一个更有能力的个体，也给我带来了一种责任感和担当精神。在家务劳动的过程中，我明白了一件事：家不是一个人的，而是大家共同生活和付出的。每个家庭成员应该有一份责任心和付出，才能使家庭更加和睦和幸福。同时，家务劳动也教会了我珍惜劳动的成果，不再将家务劳动视为一种负担，而是一种享受和成就。

第五段：展望家务劳动的未来

对于家务劳动，我乐于参与，愿意肩负起应有的责任。在未来，我希望能够与家人一起共同分担家务劳动，尽我所能为家庭付出。我也期待自己能够在家务劳动中进一步提升自己的能力和技巧，更好地满足家庭的需求，让家庭更加温馨和幸福。

总结：家务劳动是每个家庭成员共同分享的责任，它不仅仅是一种义务和负担，更是一种享受和成就。通过家务劳动，我不仅学到了实践技巧，也获得了满足感和成就感。同时，家务劳动还培养了我责任感和担当精神。展望未来，我将继续积极参与家务劳动，为家庭贡献自己的一份力量。

**力所能及的家务劳动心得体会篇二**

从一些事情上得到感悟后，常常可以将它们写成一篇心得体会，通过写心得体会！ 可以帮助总结积累经验。那么要如何写呢？以下小编在这给大家整理了一些家务劳动心得体会，希望对大家有帮助！

我一直认为父母做家务是对的。直到有一天我做了家务，我才意识到做家务是多么的辛苦。

一个星期天，爸爸妈妈不在家。做完作业后，我在家里闲了两次。我真的无事可做。最好是收拾一下，打发时间。也许我能得到父母的表扬。说干就干，我还记得爸爸妈妈的清洁程序：先扫地，然后把拖把弄湿，再拖地板。

我找到一把扫帚，使劲扫了起来。我从沙发下面扫出几张纸，飞来飞去地飞了一会儿。我花了很长时间才把它们打扫干净。我擦了地板。我又洗了拖把，开始拖地。湿拖把真的很重。拖了几次之后，我的背开始疼了。短暂休息后，我继续拖地。最后，我拖了几个房间。我深吸了一口气。

从远处看，地面是干净的，但我拖的那个是湿的。之后，我环顾四周，发现电视机柜上有一层灰。我找到一块抹布，擦了擦电视柜、茶几、我的桌子和电脑桌。最后，房子基本干净了。我也有背痛和出汗，两个袖子都湿了一半。

就在那时，我的父母回来了，看着潮湿的地面，让我很尴尬，我的母亲惊讶地说：“你为什么要打扫？”我自豪地说：“我拖着地面，擦着桌子。”爸爸妈妈异口同声地对我说：“你真的长大了，知道怎么做家务了。”太好了！”妈妈补充说：“下次你把拖把拧干，它就不会那么湿了！”我很高兴听到爸爸妈妈的话。

这份家务活让我充分体会到了父母平时的辛苦。的确，对他们来说，既要上班又要做复杂的家务是不容易的。在未来，我必须尽我所能，尽可能地减轻他们的负担。

今日，我写完了作业，看见妈妈在干家务，她累得脸上满头大汗，不时的伸直身子用手捶着腰，我心里有点心疼妈妈，于是我决定和妈妈一齐做家务。

我先去涮了拖把，然后开始拖地，刚开始我怎样也拖不好，总是弄得自我的脚印满屋子都是。之后，妈妈告诉我我：“拖地的时候要把拖把放在在前面，慢慢的往后移动，不能向前移动。”我按照妈妈说的去做，真的见拖得十分干净。可是我才拖了一会儿，就累得直不起腰了。我想：这点和妈妈比起来真是小巫见大巫呀！

不行，我是小男子汉要坚持下去，于是我硬撑着把地拖完了。呼，累死死我了！我必须要珍惜父母的劳动成果，不在调皮捣蛋，让他们好休息休息。拖完了地，我开始擦桌子，擦了好久才擦干净了，尤其是桌子上的油渍。对于这个顽固的东东，必须要先喷上清洗剂让它慢慢的浸泡一会儿，然后用湿的抹布用力地擦洗，最终用干抹布擦干净。擦完了桌子，我去倒垃圾。哇！这么多垃圾，仔细一看自我平时不注意造成的垃圾占了一半，心里有点不好意思和歉疚。于是我抓起垃圾，飞快的跑到楼下去倒，来来回回好几趟，累得我气喘吁吁，就像要虚脱一样。

今日我经过和妈妈一齐劳动，体验到了父母的辛苦，懂得了珍惜父母的劳动成果，也学会了帮父母分担家务。今日我在这一件事中收获了很多的道理，这真是见一石三鸟的好事呀！大家以后要多干家务，帮父母分担一些力所能及的事，让父母有时间休息一下，做些他们喜欢的事，尽尽做儿女的孝心。

今日是星期六，妈妈又想往日一样，在家大扫除。我醒之后也帮着妈妈干起活来。我先是扫地。妈妈说：“让你感受一下劳动的欢乐和妈妈平常的辛苦！”我从楼上扫到楼下，我十分认真的在扫，每个小地方都不放过。我扫来扫去，还是没扫干净。妈妈见此情景，立刻过来给我示范一下，妈妈说：“扫地要计划好你打算怎样扫，心目中还要定下一个汇聚渣子的点。扫的时候力不能太大，太大了会扫过这个点。扫到渣子汇聚点时，手轻轻的把扫把抖一下，这样扫把上的渣子就不会带到其他地方去。”妈妈几下子就把地扫干净了，好像地上的垃圾都乖乖的听妈妈的话。

几下之后让我试试，我拿着拖把使劲拖。谁知，不一会儿就汗流浃背了，这让我明白：一件看似简单的事，其实做起来很难。有一句话说的好：台上一分钟，台下十年功！

之后妈妈又教我洗衣服，说：“首先把衣服放在一个很大的盆子里，然后放一些水浸湿，再用肥皂搓，最终再把衣服清洗几遍就完成了。”

我看着妈妈做这些家务活做的有条有序的，让我体会到妈妈的能干和辛苦，我决定以后利用一些假日时间帮妈妈干些力所能及的家务活！

每天，我的妈妈工作很忙，工作单位离家很远。我父亲基本上做家务。看到爸爸很辛苦，我对爸爸说:“我想帮你做些家务。”“那么，明天就是五一假期了，让你学会做一些简单的家务吧!”爸爸说。

第二天早上，起床的第一件事就是学会叠被子。爸爸先告诉我方法，然后我开始叠被子。首先，我把被子放在床上，把它整理好。然后我把被子从床头翻过来，叠了两遍，然后把床单和枕头整理好。这种被子是可以折叠的。现在是我刷牙、洗脸和吃早餐的时间了。早饭后，我开始扫地。我的家是一个厨房，有三间卧室，两间卧室，两间浴室和一间厨房。这是一个很大的区域。我首先打扫了客厅、餐厅和房间，不是太脏，只是一些灰尘、头发和碎片，但这么大的面积，一旦扫下来，我已经开始出汗。之后，我去打扫厨房和浴室。厨房里有更多的杂物，浴室里有更多的头发。在家里擦完地板后，我有点累了。短暂休息后，我开始拖地。爸爸让我拖一个小点的拖把。我小心翼翼地拖着房子，不可能放过每一个角落。爸爸说:“你拖得很干净，继续加油吧!”爸爸的鼓励让我的心像吃蜂蜜一样快乐。

现在我要读一本书。做了些家务后，我有点累了。让我们把阅读当作休息吧。我读的这本书叫《慢下来，长大》。它很好看。我读了大约一个小时，然后我开始做我的家庭作业。我一个接一个地看完了，很快就看完了。这个时候，该吃午饭了。我不得不处理美味的米饭和美味的菜肴，我做了一些家务。我大嘴巴吃东西。爸爸说我吃的很好吃，像一头饿猪。

午饭后，我说让我来洗碗。盘子上有很多油。我在盆里放了些洗洁精和水。我用抹布一个一个地洗碗，盘子，筷子等，然后我用水两次。洗盘子要花很长时间。

我今天很累，但我学会了做一些家务。我的心情仍然很好。在未来，我将学习做更多的家务，减轻父母的负担。

有人说父亲是山，母亲是水，我总觉得不确切。父母亲，不单单只是山或者是水，他们都是山和水！山山水水一向保护和养育着我们，此刻的我虽然只能做做家务来帮父母减轻生活的一点点负担，总比什么都不做的好。

其实，帮忙父母做事，只是讲孝的一种方式，更重要的是要有体会，不能只做不思，也不能只思不做。父母养我们，我们要报恩。怎样报最少自我心里应当心存感恩，体会到爸爸妈妈的苦衷，不让他们为我们担心。然后要行动起来，为他们做事，小到家务事，大到父母老时做到老有所养。因为，他们既是我们的第一位教师也是我们的唯一不会背叛的最好朋友。绝大多数情景下，父母是唯一能够不顾一切帮忙儿女的人。因为父母的爱是世界上最无私的爱！

白云在蔚蓝的天空中飘荡，细绘着那一幅感人的画面，那是白云对哺育它的蓝天的感恩；落叶在空中盘旋，谱写着一曲感恩的乐章，那是大树对滋养它大地的感恩。因为感恩才会有这个多彩的社会，因为感恩才会有真挚的友情，因为感恩才让我们懂得了生命的真谛。

从婴儿的“哇哇”坠地到哺育他长大成人，父母们花去了多少的心血与汗水，编织了多少个日日夜夜。从上小学到初中，乃至大学，又有多少父母为自我的儿女呕心沥血，默默奉献着光和热，燃烧着自我，点亮着他人。平时，你能够不承认自我的父母，甚至你们之间的关系能够是一种十分极端的状况。可是在生命诞生的那一刻，已经把父母和你牢牢的缠在一齐，并且你心里很清楚，无论发生什么情景，他们就是你的父母。

在自我家做家务的时候，最应注意的是：自觉与真实。尽孝，不是别人让你，而是你让自我去做。真实，就是发自内心的感激，没有任何虚假的东西。俗话说“滴水之恩，当涌泉相报。”更何况父母，亲友为你付出的不仅仅是“一滴水”，而是一片汪洋大海。你是否有在他们生日时递上一张卡片，在父母劳累后上一杯暖茶，在他们失落时奉上一番问候与安慰他们往往为我们倾注了心血、精力，而我们又何曾记得他们的生日，体会他们的劳累，又是否察觉到那一缕缕银发，那一丝丝皱纹开始一天一天多了起来。感恩需要你用心去体会，用行动去报答。所以，我打算以后尽量在爸爸妈妈上班的时候，在家打扫卫生，叠被子，条理地安排时间，总起来说，我还要继续做下去，继续帮忙爸爸妈妈做些家务，分担一下她们平日工作的劳苦。星期六，我早早的醒了。躺在床上，回忆着教师说的话“回家以后，必须要帮父母做家务事，报答父母平时为我们做的事。”我继续回忆母亲为我做的每一件事。都是那么辛苦。

我想了想，妈妈平时又要上班，午时回来做家务，还要为我辅导，多么辛苦啊。我必须要帮她做一件事，让妈妈周末好好休息一下。

我想，我还是先把卫生打扫干净吧。便高高兴兴来到洗手间，拿拖把在水里打湿，等水少点儿了，我拿着拖把来到书房，看见爸爸在玩儿电脑，心里十分想玩，可又一想，必须要让妈妈周末休息一下，就努力不让自我看电脑，只在一旁拖地，可有禁不住去看，我急急忙忙拖好书房，逃命一般的出来了。

接下来我来到妈妈的房间，为了让妈妈的房间十分干净，我特地在拖把上放了洗衣粉，在妈妈的房间里疯狂地拖来拖去。出了一身大汗，最终拖完了。我一看地板是花的，高兴劲一下就消失得无影无踪，十分灰心。时间一分一秒的过去了，我想了许久又开始拖了，这次我聪明点儿了，顺着地板的纹路细细的慢慢拖，拖了没多久，豆大的汗珠从脑门上流下，可我一点也没觉的累，反而觉得开心，我稍作休息又开始拖了，过了没多久我把妈妈的房间拖完了。

我看着闪闪发光，一尘不染的地板，十分开心，我突然看见有香水的瓶子，于是我拿起香水在妈妈的房间里喷了几下，房间里顿时香气四溢。我心想，妈妈看见自我的房间是那么干净，那样清香，心境也会十分好吧。

妈妈下班回来，进屋一看，本来一脸的疲惫，此刻全没了，变得就像天使一样春风满面。原先妈妈的心也容易被儿子的一小点儿的\'“成就”满足的。“可怜天下父母心啊。”我这作儿子的心里乐开了花。

父母的爱是伟大的，他们一向在为了我们操劳。以前是我们小，还不懂的孝敬父母，可此刻。我们应当去孝敬父母，报答为我们所做的一切。哎。我这才发现帮妈妈做事的感觉真好啊。

寒假里做假期生活计划时，我觉得自己已经六年级了，应该多帮爸爸妈妈干点活儿了。当我把这个想法告诉妈妈时，妈妈开心极了，立刻吩咐道：“先从整理自已的房间做起吧！记得先收拾床和桌面，再打扫地面，用小掸子时要轻一些稳一些！”

“整理房间还不简单！”我心里嘀咕着，说干就干。我先把早上铺好的床单铺平，把桌面上的书本和笔分类放好，把笔盒等小东西摆整齐；然后用小掸子把床头、桌面和书架掸了一遍；最后又用抹布擦了一下。地面就用吸尘器吸，又快又干净，我索性帮妈妈把整个房子都吸了一遍。这一系列干下来，足足用了二十分钟，别说还真有点累啊！妈妈每天都做这些，可真是辛苦啊，以后我一定要注意保持房间的整洁，不乱放东西了！

妈妈看着整洁明亮的房间欣慰地说：“我的宝贝越来越会干活了！这么洁净的房间，我都不忍心进来了！”看着妈妈的笑脸我的心里有种说不出的感觉。我决定以后我一定多帮妈妈做些力所能及的事！于是在妈妈的指导下，我又给缺水的花花们浇饱了水！扶着有点酸痛的腰，我仿佛听到了花花们喝水后欢快的歌声，客厅都变得更清新了起来。

“自己的事情自己做”，从小妈妈便这样教育我，虽然在学习上和生活自理上我从不让妈妈操心，但现在想来我还真的是“只做自己的事情”。通过这次家务劳动，我深深体会到了父母平日的艰辛，在以后的日子里我一定要更加勤快一些，多做些家务，减轻爸爸妈妈的负担，努力成长为一个勤劳懂事的好孩子！

劳动是中华民族的优良传统美德。劳动是一种美德；劳动是一种修养，当代大学生更应该将这种传统美德传承下去。张\_\_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。”在寒假期间，除了学习、阅读课外知识外，还要多劳动，帮助父母分担一些家务，洗洗碗，拖拖地，还可以在父母劳累的时候做做饭，感受父母日常生活中的艰辛，并一直坚持下去。

在劳动中，增加了劳动经验，提高了劳动的能力。感受到了劳动的快乐知道了劳动最光荣。劳动的乐趣无穷无尽，比如可以体会到用自己的双手劳动而创造出一个个成功，这种乐趣，这种喜悦，就像在蓬勃生机的春天辛勤的劳动，在满地金黄的秋天得收获那样无法语言来形容的感觉。而且在这次劳动中我感到自己的心灵有了巨大的升华，仿佛甘霖的滋润，让我心旷神怡。当在切身体验劳动时。劳动确实很辛苦，但却是苦中带甜的。劳动的感受，在劳累时大汗淋漓的感受。这些都不是能从平时生活中能体会到的。

“一屋不扫，何以扫天下”，干净的生活环境可以带给我们好的心情，生活中的琐碎劳动可以锻炼我们的毅力，作为当代青年大学生，如果连打扫卫生都做不好又何谈“扫天下”，如果不能帮父母做一点点力所能及的事帮父母减轻负担，又何谈“报效祖国”。劳动最光荣，让我们在劳动中体味生活，在劳动中“铸就人生”。

**力所能及的家务劳动心得体会篇三**

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。

**力所能及的家务劳动心得体会篇四**

上学的时候天天享受着爸爸妈妈的照顾，饭来张口、衣来身手，今天也想为家里做点事，减轻妈妈的负担.

吃完了早饭，爸爸妈妈都去上班了，我也开始了我的秘密行动——做家务.我学着妈妈的样子，首先将抹布洗干净，蹲在地上，一点一点擦地板，还没擦上一个房间，我已经热得满头大汗、气喘吁吁了.想到妈妈每天都要做这些家务，今天我终于体验到了妈妈的辛苦，我到洗手间洗了把脸，继续擦起来.坚持就是胜利！大约过了一个多小时，我终于将每个房间的地板全擦了一遍，地板亮了，我也累得趴在沙发上起不来了.但是看者亮得照的出人影的地板，我心里乐极了.

休息了一会，看看时间快x点了，我又开始了第二项秘密行动——帮妈妈煮米饭.

我从米斗里舀出一些米放在盆子里，然后学着妈妈洗米的样子，用手反复将米在水里搓洗，等洗出的水变得比较干净了，再将米到进高压锅，添了足够的水（妈妈曾经告诉我，水位要没过手面），盖上锅盖，打开液化器阀门开始煮米饭.大约过了xx多分钟的时候，高压锅压力阀开始跳动，我闻到了米饭的香味，米饭终于熟了！我甚至有些激动，急忙关掉了液化汽阀门，然后坐到沙发上等妈妈下班.

一会儿妈妈回来了，一进门看到干净的地板，惊喜地说：“哟，今天的地板怎么这么亮啊？”“是我擦的！”我从沙发上跳下来，迫不及待地展示自己的劳动成果，“妈妈快到厨房看看，还有惊喜呢.”说着我就将妈妈拉进厨房，“看看，我还煮了米饭呢.”我洋洋得意地拿掉压力阀，掀开锅盖，说：“妈妈，尝尝我的手艺.”说着，拿筷子夹了一点米饭放到妈妈嘴里，“哟，米饭有点夹生呢.你好象火候有些轻了.”我尝了一口，果然有些硬硬的，妈妈又告诉我，压力阀跳动后还要继续煮x分钟才可以停火，哦，原来如此！

虽然今天的米饭不如妈妈做的那么可口，但吃饭的时候，我看到爸爸妈妈的脸上一直洋溢着笑容，爸爸告诉我，这是他有生以来吃的最香的一顿米饭，妈妈也直点头表示同意，我从他们赞许的眼神中受到鼓舞，我想，我会继续努力的，下一次一定让他们吃上真正可口香甜的米饭.

**力所能及的家务劳动心得体会篇五**

盼望已久的“国庆长假”终于来到了，我早就想好了要在假期里去做一件有意义的事——帮助xx街的孤寡老人x大爷打扫他家的`卫生。

来到x大爷家门口，刚一用手敲门，门就”听话”地开了——这时，我惊讶地发现，门竟然没有关。推门而入，一副“乱七八糟”的景象呈现在我眼前，地上全是垃圾，天花板上到处是苍蝇，垃圾桶这儿一个，那儿一个。我叫了声“x大爷！”听到他的声音从里面传出来，走进像“狗窝”一样的卧室，我便看见x大爷正虚弱地躺在床上，正准备问x大爷“您家怎么这样———”我刚想说“乱”，但看到x大爷显得更忧伤的神情，我便把“乱”字咽了回去。“x大爷，我来给您家打扫卫生”我说着，便卷起了衣袖。

哼哼，我心里想，今天终于可以好好地大干一番了。开工喽，我神气地拿起苍蝇拍：就先打苍蝇吧！我踩着椅子，对着开花板上的苍蝇打将起来，结果，可想而知，苍蝇满天飞舞，嗡嗡嗡，还成群结队地围着我转，我左拍右打地，好不容易打中了几只，但大部分都从天花板这端打到了那端。我想这样不行，得把它们赶走，我马上把门窗打开，把带来的“灭害灵”对着天花板的苍蝇喷过去，这样苍蝇们只好从屋子里飞了出去，好不容易地，苍蝇被我搞定。接着我开始收拾地板，地上的垃圾好多，我不得不一次次弯腰将它们一个一个拾起，然后就是扫地，拖地……哇，当我做完这些之后，看到客厅里亮堂多了，心里别提多高兴了。

最后，该整理x大爷的卧室了。其实，这个时候，我已经是马尾穿豆腐——提不起（精神）来了。但看到x大爷望着我微笑的样子，我仿佛浑身又充满了干劲，三下五除二就把卧室打扫完了。

**力所能及的家务劳动心得体会篇六**

第一段：引言（200字）

家务劳动，是指在家庭生活中进行的各种日常杂务，如扫地、洗衣、煮饭等。作为家庭成员，尽自己的一份力量去完成家务劳动是每个人应尽的责任。在我长大的过程中，我逐渐认识到家务劳动的重要性，并积累了一些心得体会。

第二段：家务劳动的重要性（200字）

家务劳动不仅仅是完成一些琐碎的事情，它承载着家庭的温暖和和谐。每一次洗衣、煮饭或者打扫卫生，都是为了让家人的生活更加便利舒适。同时，家务劳动也培养了我的动手能力和细心观察力，让我学会了如何尽心尽力地去照顾他人的需求。家庭是一个小社会，每个人都应该为家庭的和谐付出努力，家务劳动正是这样一种有力的证明。

第三段：家务劳动的技巧和乐趣（300字）

虽然家务劳动经常被认为是一项繁重和枯燥的任务，但逐渐积累起来的技巧和经验可以使这项工作变得更加高效和有趣。例如，在整理房间时，我喜欢先规划好整理的流程，然后一件一件地有条不紊地完成，这样不仅节省了时间，还给我一种成就感。此外，我还发现在家务劳动中倾听音乐或者与家人交流能够带来更多的乐趣，让繁琐的家务成为一种有趣的陪伴。

第四段：家务劳动的困难和挑战（300字）

尽管家务劳动有乐趣，但也不可否认其中存在一些困难和挑战。时间管理是我在家务劳动过程中最大的挑战之一。在我忙于学业和工作的同时，必须合理安排时间来完成家务劳动，这需要我具备良好的时间规划能力。此外，有时家庭成员对家务劳动的分工不均衡，也让我感到有些困扰。然而，正是这些困难和挑战，让我逐渐成长并提升了自己的能力，为更好地适应社会做好了准备。

第五段：结语（200字）

通过多年的家务劳动，我深刻认识到家庭温暖和谐的重要性，学会了通过家务劳动为他人尽心尽力。在学会技巧和管理时间的过程中，我体会到了家务劳动的乐趣。尽管其中也有一些困难和挑战，但正是这些困难和挑战，让我变得更加坚韧和有责任感。我相信，通过家务劳动，我不仅得到了成长和提升，更学会了为自己和他人创造一个温馨和乐观的家庭环境。

**力所能及的家务劳动心得体会篇七**

有人说父亲是山，母亲是水，我总觉得不确切。父母亲，不单单只是山或者是水，他们都是山和水！山山水水一向保护和养育着我们，此刻的我虽然只能做做家务来帮父母减轻生活的一点点负担，总比什么都不做的好。

其实，帮忙父母做事，只是讲孝的一种方式，更重要的是要有体会，不能只做不思，也不能只思不做。父母养我们，我们要报恩。怎样报最少自我心里应当心存感恩，体会到爸爸妈妈的苦衷，不让他们为我们担心。然后要行动起来，为他们做事，小到家务事，大到父母老时做到老有所养。因为，他们既是我们的第一位教师也是我们的唯一不会背叛的最好朋友。绝大多数情景下，父母是唯一能够不顾一切帮忙儿女的人。因为父母的爱是世界上最无私的爱！

白云在蔚蓝的天空中飘荡，细绘着那一幅感人的画面，那是白云对哺育它的蓝天的感恩；落叶在空中盘旋，谱写着一曲感恩的乐章，那是大树对滋养它大地的感恩。因为感恩才会有这个多彩的社会，因为感恩才会有真挚的友情，因为感恩才让我们懂得了生命的真谛。

从婴儿的“哇哇”坠地到哺育他长大成人，父母们花去了多少的心血与汗水，编织了多少个日日夜夜。从上小学到初中，乃至大学，又有多少父母为自我的儿女呕心沥血，默默奉献着光和热，燃烧着自我，点亮着他人。平时，你能够不承认自我的父母，甚至你们之间的关系能够是一种十分极端的状况。可是在生命诞生的那一刻，已经把父母和你牢牢的缠在一齐，并且你心里很清楚，无论发生什么情景，他们就是你的父母。

在自我家做家务的时候，最应注意的是：自觉与真实。尽孝，不是别人让你，而是你让自我去做。真实，就是发自内心的感激，没有任何虚假的东西。俗话说“滴水之恩，当涌泉相报。”更何况父母，亲友为你付出的不仅仅是“一滴水”，而是一片汪洋大海。你是否有在他们生日时递上一张卡片，在父母劳累后上一杯暖茶，在他们失落时奉上一番问候与安慰他们往往为我们倾注了心血、精力，而我们又何曾记得他们的生日，体会他们的劳累，又是否察觉到那一缕缕银发，那一丝丝皱纹开始一天一天多了起来。感恩需要你用心去体会，用行动去报答。所以，我打算以后尽量在爸爸妈妈上班的时候，在家打扫卫生，叠被子，条理地安排时间，总起来说，我还要继续做下去，继续帮忙爸爸妈妈做些家务，分担一下她们平日工作的劳苦。星期六，我早早的醒了。躺在床上，回忆着教师说的话“回家以后，必须要帮父母做家务事，报答父母平时为我们做的事。”我继续回忆母亲为我做的每一件事。都是那么辛苦。

我想了想，妈妈平时又要上班，午时回来做家务，还要为我辅导，多么辛苦啊。我必须要帮她做一件事，让妈妈周末好好休息一下。

我想，我还是先把卫生打扫干净吧。便高高兴兴来到洗手间，拿拖把在水里打湿，等水少点儿了，我拿着拖把来到书房，看见爸爸在玩儿电脑，心里十分想玩，可又一想，必须要让妈妈周末休息一下，就努力不让自我看电脑，只在一旁拖地，可有禁不住去看，我急急忙忙拖好书房，逃命一般的出来了。

接下来我来到妈妈的房间，为了让妈妈的房间十分干净，我特地在拖把上放了洗衣粉，在妈妈的房间里疯狂地拖来拖去。出了一身大汗，最终拖完了。我一看地板是花的，高兴劲一下就消失得无影无踪，十分灰心。时间一分一秒的过去了，我想了许久又开始拖了，这次我聪明点儿了，顺着地板的纹路细细的慢慢拖，拖了没多久，豆大的汗珠从脑门上流下，可我一点也没觉的累，反而觉得开心，我稍作休息又开始拖了，过了没多久我把妈妈的房间拖完了。

我看着闪闪发光，一尘不染的地板，十分开心，我突然看见有香水的瓶子，于是我拿起香水在妈妈的房间里喷了几下，房间里顿时香气四溢。我心想，妈妈看见自我的房间是那么干净，那样清香，心境也会十分好吧。

妈妈下班回来，进屋一看，本来一脸的疲惫，此刻全没了，变得就像天使一样春风满面。原先妈妈的心也容易被儿子的一小点儿的“成就”满足的。“可怜天下父母心啊。”我这作儿子的心里乐开了花。

父母的爱是伟大的，他们一向在为了我们操劳。以前是我们小，还不懂的孝敬父母，可此刻。我们应当去孝敬父母，报答为我们所做的一切。哎。我这才发现帮妈妈做事的感觉真好啊。

**力所能及的家务劳动心得体会篇八**

第一段：引子（150字）

家务劳动是每个人都要经历的一项日常工作，它不仅是维护家庭生活的基础，还是个人培养品德和责任感的关键。在我多年的家务劳动中，我深深体会到了它的重要性和价值。下面我将结合自身经历，分享一些家务劳动的心得体会。

第二段：发掘潜能（250字）

家务劳动不仅仅是单纯的清扫、洗衣、煮饭等常规工作，它还是培养个人潜能的良好机会。做家务劳动需要细心、耐心和毅力，这些品质在其他领域也是不可或缺的。在整理家里的杂物时，我学会了分类和组织的技巧，在煮饭时，我发现了调味的诀窍。家务劳动为我提供了锻炼自己的空间，帮助我不断发掘自身的潜能。

第三段：培养责任感（250字）

家务劳动能够培养人的责任感。当我担任起家庭中的脏活累活时，我意识到自己的责任不仅是完成工作，更是为家庭营造舒适的环境。当我把家里收拾得干净整洁时，我能感受到家人的心情也变得愉快和放松。这种责任感培养了我对家庭关系的重视，让我更加珍惜家人之间的亲情和友情。

第四段：亲情的感受（300字）

在完成家务劳动的过程中，我深深体会到了家人之间亲情的珍贵。每当我为家人准备一顿温暖的饭菜时，看着他们享受美食的笑容，我会感到无比的幸福。家务劳动让我更加了解家庭的重要性，也让我更加感受到家人间的关爱和支持。家人的陪伴是我勇往直前的动力，是我在家务劳动中不断成长进步的鞭策。

第五段：总结（250字）

通过家务劳动，我逐渐明白了它的价值和意义。家务劳动不仅是个人成长的机会，也是增进家庭成员间感情的重要方式。它可以培养出耐心、细心、责任感和组织能力等品质，让我在其他方面也能发挥更大的作用。在未来的生活中，我将会继续发扬这些品质，将家务劳动做得更好，为家庭营造一个幸福和谐的环境。正如古语所说：\"家和万事兴\"，有一个幸福的家庭，才能真正实现人生的价值和快乐。

**力所能及的家务劳动心得体会篇九**

今天上午，在爸爸的提醒下，我发现，家里的客厅真是好乱啊。我就自告奋勇地整理起客厅来。

首先，我清理vcd影碟的矮柜。我先把影碟擦干净，又把摆放的地方擦干净，最后把影碟依次放进去。哈，我的动画片影碟又变得井井有条了。

整理好了这一块，转头看看存放茶具的小柜和茶几，哎呀，简直是乱成了一团。我又接着干了起来。一不小心，我摔破了两个杯子，不敢出声，想看爸爸会有什么反应？却听到爸爸说：

“没关系，做事时犯点小错，我不会批评你，继续好好干。”我放心了，觉得刚才的紧张是多余的，因为爸爸一贯就是这样，当然我做得就更仔细了。

干完了这些，我站直了身子看看刚才的劳动成果。看见地板上还有很多垃圾，有灰尘、有棋子、有塑料瓶、还有瓜子壳……。我连忙拿来扫帚，边扫边查看，是不是能找到前两天掉下的小东西，这一扫就扫了半个小时。正在家中电脑间做事的爸爸说话了：“小蓓，做完了没有？可以来写作业了吗？”我说：

怎么了？”我说：“地板上有块泡泡糖。”爸爸起身走了出来：

“哦，还是你上次掉的。”我有点难为情：“嗯，粘在地板上了，爸爸你来帮帮我。”“好啦，真拿你没办法，不过你今天表现真不错。”我听了表扬心里美滋滋的，看见爸爸几下就把地上的泡泡糖弄掉了，我也拍了爸爸一句马屁：“爸爸你真厉害！”

哈哈！

妈妈下班回来，见到客厅里焕然一新，问是谁做的？我心里正得意地想着，爸爸立即大肆地表扬了我，说全是小蓓主动干的。哈哈！我听了好开心。今天我感觉到了，花时间办好了一件事，还得到了赞扬，真是件快乐的事情。

**力所能及的家务劳动心得体会篇十**

家务劳动是每个家庭中必不可少的一部分，它是维持家庭运转的基础。对于任何一个家庭来说，家务劳动都是必须要完成的工作，它包括打扫卫生、做饭洗碗、洗衣服等等。虽然家务劳动看似平凡无奇，但它却对家庭的和谐、互助、共同成长都起着举足轻重的作用。

第二段：学会协作

家务劳动需要每个家庭成员的共同参与。如何将家务劳动分配好，让每个家庭成员都参与进来，是一个很重要的问题。在我们家庭中，我们一般按照时间和任务量来分配家务，使每个人都能平衡参与。在家务劳动中，也需要学会相互协作，互相帮助，团结合作。只有团结一心，共同完成家务劳动，家庭才能和睦、温馨。

第三段：家务劳动能增长自己的能力

在参与家务劳动的过程中，我们可以养成勤奋、认真、细心、耐心的好习惯，同时也能增强体力和耐力。做家务也需要细心，要有耐心，不能心急，还要善于观察和思考。这些都是成为一个优秀人才所必备的素质。家务劳动让我们在实践中锻炼自己，使我们更加独立自主，并提高了个人能力。

第四段：学会珍惜

在家务劳动中，我们还能学会珍惜。比如我们平时打扫地板时，会发现很多东西都是看不到的灰尘和垃圾，但是只要仔细打扫，就会发现隐藏在里面的宝藏。同样，在生活中我们也会遇到许多问题，很多时候，解决问题的方法可能并不在最容易想到的地方，需要我们仔细观察、思考和发现。这些都能帮助我们珍惜所拥有的，发掘身边的美好之物。

第五段：总结

家务劳动是每个家庭成员必须要做的事情。家务劳动不应该被视为劣质的工作，而是一项能够培养我们好习惯、锻炼身体、提高能力并且珍惜生活的重要任务。我们应该珍惜这样一个提高我们品质的机会，并且在实践中不断提高自己的技能，更好地适应自己的家庭生活。只有这样，我们才能在家里享受到美好的生活！

**力所能及的家务劳动心得体会篇十一**

劳动是中华民族的优良传统美德。劳动是一种美德；劳动是一种修养，当代大学生更应该将这种传统美德传承下去。张xx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。”在寒假期间，除了学习、阅读课外知识外，还要多劳动，帮助父母分担一些家务，洗洗碗，拖拖地，还可以在父母劳累的时候做做饭，感受父母日常生活中的艰辛，并一直坚持下去。

在劳动中，增加了劳动经验，提高了劳动的能力。感受到了劳动的快乐知道了劳动最光荣。劳动的乐趣无穷无尽，比如可以体会到用自己的双手劳动而创造出一个个成功，这种乐趣，这种喜悦，就像在蓬勃生机的春天辛勤的劳动，在满地金黄的秋天得收获那样无法语言来形容的感觉。而且在这次劳动中我感到自己的心灵有了巨大的升华，仿佛甘霖的滋润，让我心旷神怡。当在切身体验劳动时。劳动确实很辛苦，但却是苦中带甜的。劳动的感受，在劳累时大汗淋漓的感受。这些都不是能从平时生活中能体会到的。

“一屋不扫，何以扫天下”，干净的生活环境可以带给我们好的心情，生活中的琐碎劳动可以锻炼我们的毅力，作为当代青年大学生，如果连打扫卫生都做不好又何谈“扫天下”，如果不能帮父母做一点点力所能及的事帮父母减轻负担，又何谈“报效祖国”。劳动最光荣，让我们在劳动中体味生活，在劳动中“铸就人生”。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！