

2023年家务劳动洗碗心得体会感悟 做家务劳动心得体会(精选9篇)

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。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？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。

家务劳动洗碗心得体会感悟 做家务劳动心得体会篇一

我说：“妈妈天天做家务都不累，我也能做到。”妈妈点了点头，同意让我擦家具。于是我拿了一块抹布，找来了水盆，盛满水后，把抹布放在水里泡湿，然后再来回揉洗抹布，把抹布洗干净后再拧干。开始先擦洗我们家大沙发，之后我又擦洗书柜，不一会抹布就变黑了，我小手也弄脏了。

妈妈让我把抹布放在水盆里再重新洗干净，水盆里水也立刻就变黑了。我又去换了一盆干净水。

又把家里电视柜床头柜都擦洗了一遍。这时候我感觉好累，身上开始出汗了。想想妈妈每一天都这干家务，我才体会到妈妈很辛苦。平时我还在家里搞破坏乱丢东西，想想真不就应该。

这个时候妈妈过来了，看到我把家具擦洗这么干净，高兴得拍拍我头：“我们家子晨长大了，会帮妈妈做家务了！”听到妈妈赞许，看着我擦过得家具好像也对着我微笑。刚才疲劳立刻就没有了。哈哈，其实帮忙妈妈做家务，也是一件令人快乐事情。

家务劳动洗碗心得体会感悟 做家务劳动心得体会篇二

星期六的早晨，爸爸妈妈都出去买菜去了，只有我一个人呆在家里。

正当我感到无聊时，突然看见了房间的地板上有很多脏东西，我心想：“我要把地板打扫得更干净些，给爸爸妈妈一个惊喜”。

经过一番努力，所有的房间都拖好了。我又仔细检查了一下，突然，发现厨房那儿还有几处油渍，于是又赶快拿起抹布蹲在地板上用力地擦着。没几下，油渍消失了，擦好以后的地板像一面大镜子，都能照出人影来。看着被打扫得干干净净的地板，我心里喜滋滋的。

通过这件事，我懂得了一个道理“只要肯劳动，就会有收获。”

家务劳动洗碗心得体会感悟 做家务劳动心得体会篇三

我的妈妈是从事教育工作的，我的爸爸在银行上班。爸爸每天早上都要打扫卫生，还要为我做饭，晚上还要给我检查作业。妈妈每天晚上下班回到家里后，不但要为做饭，而且还要为我们全家洗衣服。他们本来就很忙，可他们还要做家务，他们非常辛苦。我想，我应该帮爸爸妈妈做一些力所能及的事情，减轻他们的负担。

“五一”放假了，我为自己制定了一个计划，要做三件事：打扫卫生、端饭端菜、为妈妈捶背。

扫把上淋些水，这样就能把那些细小的东西扫到一起了。”

我马上就按照妈妈的说法做起来，果然很快就把整个屋打扫的干干净净了。然后我又拿着事先涮好的拖把，把地拖了一遍，随后打开窗户，是地面尽快让风吹干。爸爸妈妈看到这干净整洁的地面非常高兴，夸我非常能干，我非常开心。

到了中午，妈妈做了很多我爱吃的菜，还有香甜可口的米饭。妈妈平时很少让我端饭端菜，主要是怕把烫着，今天我就想帮妈妈端菜，于是我就开始行动起来，端菜时，一不小心，菜水洒在了地上，我想端菜也是要有技巧的。首先，步伐要小，并且缓慢的行动，其次要把菜端平，于是我就小心翼翼的把妈妈做的菜一一的端上了餐桌，妈妈把米饭也端上来了，我们就开饭了，当我坐在餐桌前吃饭时，觉得还真是有些累，心想爸爸妈妈天天这样做该有多累啊。

到了晚上，我和爸爸妈妈都坐下来看电视，我就不由自主的走到妈妈背后，给妈妈捶背和按摩脖子，我按了一会，妈妈说：“坐下休息会吧，今天你为妈妈做了很多事，也一定很累了。”听着妈妈的话，我想，今后一定要多做些家务事，减轻父母的负担。

从为父母做家务这些事中，我知道了父母的劳累和辛苦。我现在要好好读书，长大后回报父母。

家务劳动洗碗心得体会感悟 做家务劳动心得体会篇四

我拿起了一个盘子，仔细地瞧了瞧，盘子上面油油的，小问题，用洗洁精就好了。我把清洁布拿在手中，往上面挤了一些洗洁精，又在盘子里接了些水。正准备用清洁布去擦油的时候，滋溜一声，我手中的盘子一下滑走了。“咔嚓”一声，这个可怜的盘子变成了两半。我的额头上冒出了冷汗，万一老妈回来看到这情景，说不定要把我臭骂一顿，毕竟她可对我千叮万嘱过呢。

我小心翼翼地把碎盘子弄到垃圾桶中，接着拿起了下一个盘子。我用食指和拇指紧紧地捏住盘子的边缘，轻轻晃了晃，盘子纹丝不动。哈哈，我成功了！我的心里窃喜，高兴地手舞足蹈起来。一不注意，盘子又逃出了我的手心，和地面来了一个亲密接触。完了！完了！完了！我打碎了第二个盘子！“咚，咚咚，咚咚咚”我的心跳越来越快，总感觉老妈就在我的身后，像一个空调，散发着丝丝寒气，吹得我的后背凉飕飕。

“我就不信了！”我拿起了第三个盘子，这一次我吸取了前两次的教训，左手的食指和拇指紧紧捏住盘子的同时用虎口托住盘身，让盘子的边缘顶住洗碗池。右手拿起了沾有洗洁精的清洁布，在盘子的中间轻轻地擦洗着，油污搓掉后就用清水慢慢冲洗。不一会儿，盘子就被我洗得干干净净，我又拿擦碗巾认真地擦拭，直到在盘子里看到了自己的脸。虽然我的脸上粘了好几朵小白花，但这并不影响我的开心。我把盘子稳稳地放在灶台上，“哈哈，我成功了！”我大叫的声音差点儿让整个小区都知道了这档子事儿。

在“牺牲”两个盘子之后，我艰难完成了这次洗碗任务，原来有些事情没有看起来那么简单。这也让我想到了一句俗语：“亲身下河知深浅，亲口尝梨知酸甜。”以后家里洗碗的任务就交给我吧，保证完成任务！

家务劳动洗碗心得体会感悟 做家务劳动心得体会篇五

今天我们放学很晚，我在学校里已经把作业写完了，回到家里，奶奶已经做好了饭，我的肚子也已经饿得咕噜咕噜地直叫，于是我匆匆忙忙地洗了手就津津有味地吃起晚饭来。

等我吃完饭，妈妈用和蔼的口气对我说：“恺恺，帮妈妈擦擦桌子好吗？”我听完了就楞住了，心想：不会吧，平时我

可从来都没做过家务，今天怎么就突然让我出手了呢，我可真是不想干这活呀……这时妈妈似乎看穿了我的心思，便诱惑我说道：“擦好了给你买一张游戏碟。”我一想，不亏本！就爽快地答应了。

妈妈一直在我身旁看着我，这时她开口了：“你擦桌子是要记得加一点洗洁净，效果就会令人满意了。”我听了连忙去厨房把洗洁净瓶子拿出来，从里面滴出少许，点在油污和菜汤遗留在桌面的痕迹上，用抹布使劲抹了几下，嘿，这些难缠的东西还真的就一点一点消失了。我拿着抹布来到水龙头前冲洗干净了，再次把桌子擦了一遍。桌子变得好干净呀。

我等待着妈妈的评分。这时我看到妈妈满意的笑了。突然间我感到，奖励并不那么重要了，看到妈妈的笑，我已经感到很高兴了。

家务劳动洗碗心得体会感悟 做家务劳动心得体会篇六

今天，我在家都没什么事情干。我想：爸爸、妈妈上班那么辛苦，我要减轻他们的负担，今天给他们一个惊喜，让他们知道我是一个勤快的好孩子。可是，我能做些什么呢？扫地？拖地？洗衣服？但这些活爸妈上班前已经做完了。对了，我可以煮饭。于是，我来到厨房，学着妈妈的样子，把围裙系在腰上，样子还真像个小厨师。

首先煲饭。我拿出内饭锅，舀了两杯米倒进去，打开水龙头开始洗米。水哗哗地流，我将米和水顺时针地搅着，白花花的米在水里畅游。经过一次次换水，混淆的水变清澈了。一会儿，一粒粒的白米静静地躺在水底，等待着我将他们变成香喷喷的白米饭。我把内饭锅放入电饭锅里，按下开关，开始煲饭。

我先拿出苦瓜放在砧板上切片，心想：得小心点，要不就切

到手了。还想着哩，一不留神，就划破皮了。我放下刀，赶紧用红药水消毒，贴上止血贴。心想：不做了吧？不行！爸爸说过，做事不能半途而废，我一定要克服困难，做一顿饭出来。于是，我又继续干起来。苦瓜切完了，我把鸡蛋磕开，放进碗里，再把蛋壳丢掉。这时，我的手被蛋白弄得湿腻腻的，我赶紧翘起受伤的左食指，将手洗干净。接着，我拿起一双筷子打蛋，把切好的苦瓜倒下去。关键的时候到了，我把鸡蛋倒进有油的锅里。“哗啦！”一声响，鸡蛋就唱起歌来，“吱吱吱……”真好听！油像运动员似的，在锅里跳来跳去，一个比一个蹦得高，跳得远，有的差点儿跳到了我的手上，我怕极了，躲得远远的。“再不翻一个面，鸡蛋就焦啦！”我想起第一次做荷包蛋时妈妈说的话，赶紧拿起锅铲，把鸡蛋翻一个面。油跳得不高也不远了，我放心了许多，大胆地炒起来……苦瓜炒鸡蛋终于做好了，金灿灿，香喷喷的，还有一股淡淡的清香。我兴奋得不得了，手舞足蹈，等妈妈回来。

“铃铃铃……”门铃响了，我赶紧去开门。妈妈上气不接下气，边说边走进厨房，打开电饭锅一看“咦，今天我没煮稀饭啊？”妈妈奇怪极了。我踮起脚一看，米饭变成了稀饭，原来是水放多了。我红着脸，不好意思地低下了头。

爸爸尝了尝青菜，边吃边说：“嗯，真不错！”

妈妈尝了尝苦瓜炒鸡蛋说：“这苦瓜炒鸡蛋怎么是甜的？”

“……”我一愣，原来我把糖当成盐了。

“吃了这苦瓜炒鸡蛋，不但嘴甜，心更甜。”妈妈接着说。

家务劳动洗碗心得体会感悟 做家务劳动心得体会篇七

又是一个星期天，母亲说：“今天大家都在家，家里脏了，

我们来一次家庭大扫除吧！”我们都爽快地答应了。

母亲分配好了任务，大家就开始干活了，就连表弟和堂哥也来帮忙。我把地拖布在水桶里涮了又涮，再拧了几下，然后弯下腰，前腿弓，后腿绷，“吭哧吭哧”地拖起地来。我拖得很认真，很细致，也很卖力。好不容易，地面所有肮脏的东西都被我拖得一干二净。

母亲负责清洗楼顶的水池。母亲顺着梯子登上水池顶，然后小心翼翼地爬进水池里，水池空间矮小，母亲只能弓着身子，卷起裤脚、衣袖，一手拿着清洗液往水池四周墙和地板上喷，一手拿湿布把墙和地板抹洗，还不时用水冲干净。母亲干得很辛苦，一会儿，全身湿漉漉，分不清是水还是汗。

父亲负责清理天花板和灯。父亲拿着一把长长的扫帚“横扫”天花板，许许多多的灰尘“摔”下来。父亲把这些灰尘都扫进笤帚里。接着，父亲把人字梯抬到灯下面，然后爬上梯子，小心翼翼地把灯罩拆下来，一步一步走下梯子，用湿布擦掉里面的小飞蛾残骸，再用水来冲洗，又用干布擦干，最后爬上梯子，把灯罩装好。不一会儿，父亲已经汗流浹背了。

哥哥负责洗窗帘。他把所有窗帘都拆下来，放进一个盘子里，装满水，倒了洗衣液，然后用力搓，哥哥的“乾坤太极掌”果然无敌！水“哗啦哗啦”地流着。不一会儿，窗帘洗好了，他也腰酸手麻了。

表弟负责擦窗户。他自言自语说：“哼！以前大家都说我好吃懒做，今天终于到我大显身手的时候了。”弟弟站在椅子上，拿着湿布擦窗户，擦了一会儿后，觉得满意了，眯着眼看了一下，呵了口气，又擦起来。忽然，一不小心，差点摔了下来。有惊无险，表弟终于将窗户抹干净了。

经过我们“五虎将”两个多小时的大扫除，家里终于干净了。

大家虽然挥汗如雨，挺累的，但看着家那么干净，都感到快乐无比。

家务劳动洗碗心得体会感悟 做家务劳动心得体会篇八

我们有一些启发后，写心得体会是一个不错的选择，这样就可以通过不断总结，丰富我们的思想。一起来学习心得体会是如何写的吧，下面是小编为大家整理的家务劳动心得体会，欢迎阅读与收藏。

我的家长从小就不“惯着”我，不会让我做一个饭来张口，衣来伸手，的公主。从小，妈妈就让我力所能及的事，渐渐的，我随着年龄的长大，也学会了不少家务活。以为自己对家务的理解已经很深刻了，可是，最近的一次家务活着实让我深有体会。

这两天听妈妈说腰疼病又患了，我想了想，妈妈平时既要上班，下午回来还要做家务，多么辛苦埃我一定要帮她做一件事，让妈妈周末好好休息一下。吃完了早饭，爸爸妈妈都出去了，我开始了我的秘密行动——做家务。

我学着妈妈的样子，首先将拖把洗干净，然后高高兴兴来到妈妈的房间，为了让妈妈的房间非常干净，我特地在拖把上放了洗衣粉，在妈妈的房间里使劲地来回拖。出了一身大汗，终于拖完了。我一看地板是花的，高兴劲瞬间消失得无影无踪，十分灰心。时间一分一秒的过去了，我想了许久又开始拖了，这次我学聪明点儿了，顺着地板的纹路细细的慢慢拖，拖了没多久，豆大的汗珠从脑门往下流，可我一点也没觉的累，反而觉得开心极了，我稍作休息又开始拖了，我终于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，

妈妈看见自己的房间是那么干净，那样清香，心情也会十分好吧。

休息了一会，看看时间快十点了，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。大约过了十多分钟的时候，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！我甚至有些激动了，急忙关掉液化汽阀门，然后坐到沙发上等妈妈回家。

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！”我马上从沙发上跳下来，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。好象火候不够。”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十五分钟才可以停火，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。

1、懒惰笨拙的人，是不受人欢迎的。从小参加家务劳动，不但能掌握一定的劳动技能，而且会养成勤劳的作用。一旦走向社会，这些技能和作风，就会在集体生活中表现出来，受到大家欢迎。

2、同学们在家务劳动中，经历克服困难的过程，能锻炼意志和毅力。

3、学做家务，可以学到许多书本上学不到的知识。家庭是个小社会，家庭生活的内容涉及到各种知识。许多同学的小发明、小创造，大多是在家务劳动的实践操作中受到启发而产生的。

4、紧张的学习之余，做一点家务，正是一种积极的休息，不但可以通过改变活动形式来调节大脑机能，而且有利增强体质促进健康。

5、一个人家务劳动的能力强，生活技能也高，独立生活能力就强，从而对生活充满自信心，能独立面对各种困难。

同学们：我们从小就要养成爱劳动的好习惯。久而久之，你会发现劳动不但给你带来许多乐趣，还陶冶了你的性情，你的人生价值也得到了体现。我们从现在就开始学习劳动技能吧！因为不管科学有多发达，社会发展到了什么时代，劳动永远都是人类生存的最基本的技能。没有劳动就不会有幸福和快乐；没有劳动就不会有一个崭新的世界！

父母的爱是伟大的，他们一直在为了我们操劳。以前是我们小，还不懂的孝敬父母，可现在。我们应该去孝敬父母，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。

家务劳动洗碗心得体会感悟 做家务劳动心得体会篇九

家务，两个对于大家来说并不陌生的字眼，再平凡不过了。可是，平凡又平凡的家务，却在我的脑海中，成为一滴永远不会被蒸发的海水，永远在我的记忆海洋中漂荡。刷锅，简

单吧？可如此简单的一件事，却让我无可奈何。

我一听，心中却有一种轻视的感觉：“切，不就是刷锅嘛，太简单了。”

飞也似的洗了脸，我冲进厨房，一切准备就绪。

第三遍第四遍第五遍第六遍我刷呀刷，怎么就是刷不掉？而且，全身发痒，手上沾满了油腻，我急了，心中直问自己：“奇怪了，平时觉得简简单单的一件事，到我手上怎么就变得如此之难？”心急则体热啊，额头上，“滚滚长江”也开始奔流直下。我是个急性子，做什么事总想一帆风顺。如今，又被这点困难所阻挡，但我总不能傻站着在这里干着急吧，在我面前，这种困难，似乎从一个小小的小水沟，霎时变成了高不可及的珠穆朗玛峰，出现在我面前，挡住了我前进的步伐，拦住了我通往成功的道路，使我变得手足无措。

正当我一筹莫展时，我的脑海里回忆着妈妈刷锅时的景象：倒上水然后哦，对了，妈妈总是先把水煮开，再来刷锅。我试着这样做，啊，这方法是再灵验不过了，滚烫的开水，将粘在锅里的油腻散开，这样，锅刷起来即快又干净，看，我用这种方法所刷得锅，干干净净，一点油腻都没有。

瞧，如此一件小小的事情，也得花上自己的精力，也得用自己的智慧，把事情做得又快又好。而且，妈妈成天要洗衣服、拖地板、做饭、煮菜比起我刷这么一个锅，简直是天差地别，是呀，我们都应该多帮帮父母做些力所能及的家务，减轻减轻他们身上的担子。人们常说，一屋不扫何以扫天下，是的，要想做大事，必须先做好各种小事。

好久没有做家务了，我帮助我妈在家中做家务，开始的时候是应为我妈说家里比较脏打扫一下，做着也安心，看到她在那里忙碌，而自己在哪里无事可做，也就顺手帮助。

我接过了扫地擦地板等活，为了能够及时的做好这份工作我可是费了不是力气。要打扫就必须要把桌椅等家具都挪开，毕竟在家里放了那么长时间，下面都落了厚厚一层灰，这些都该清理了，为了避免灰尘弄脏沙发桌椅，母亲及时把家中的一些破旧衣服和被单照在上面。这一打扫就是一天的时间，让原本没有怎么做家务的我累了够呛。

以前在家中觉得人来及很方便，也就没怎么注意，没想到距离上次打扫才过去多久，一个月的是那都不不到，灰尘都起了厚厚一层，把地面都覆盖住了这样严重的问题已经让我明白了想要改变这样的状况我不得不注意一个问题，那就是要保证卫生，平时的时候都需要多注意，在我们生活中也是一样的，不要认为很多事情并不需要，但是日积月累下来也会很多，比如学习学习就是一个不断堆积的过程，需要的是慢慢学。

从家务中我发现自己的身体状况并不好，没有做多么累的活，就已经气喘嘘嘘，非常疲惫，非常乏力了我不得不为自己的状况考虑以前因为懒惰，没想到自己的耐力这么差，比我自己想象中的要差很多，也不符合自己的要求，想要适应需要的还是自己的改变之的发展就要在艰苦的工作中不断的提升和锻炼，不够强就更加需要加大的自身的锻炼，。

而且家务也需要经常打扫，不能一直耽搁，时间长了也不知道会留下多少污秽，自己看不到不代表没有，任何时候都应该重视卫生问题，原本还算干净的家中，经过打扫发现很多地方都有着各种各样的问题，有很多的地方都需要注意，其中在这次家务中感受到最多的就是细节问题，如果不注意细节，会留下很多的问题，这次不解决下次会积累更多，一旦积累的多了就会造成严重的障碍问题，影响到我们的健康。

这和做事也是一样的，如果我们不在意同样也会影响到基本的安全，无论是学习中还是生活中细节都需要重视，很多时候如果没有抓住细节容易犯的错误就是让自己的努力白费，

不要因为不起眼就不注意，也不要因为不想麻烦就放弃，一旦积累的多了，就像这灰尘一样把原本洁白的地面都盖上一层厚厚的灰，使得我们都不得不重视，所以今后在学习中认真细心，在生活中会注意细节，不会犯同样的问题犯相同的错误。