# 劳动的心得体会作文450字(十一篇)

来源：网络 作者：尘埃落定 更新时间：2025-05-12

*劳动的心得体会作文200字 劳动的心得体会作文450字一家务，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...*

**劳动的心得体会作文200字 劳动的心得体会作文450字一**

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。

带着大汗淋漓的身躯，回到家里。已经忙碌了一上午的母亲，心疼的对我说：“看你，满头大汗的，来，先洗把脸吧。”接着，笑着对我说：“王子，你不是囔着要帮着做点家务活吗?回头帮妈妈刷刷锅。”

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。

先打了一些水，倒入锅中，接着，我拿起带柄的钢丝刷，冲刷锅里讨厌的油腻。刷呀刷……咦?怎么还有油腻?再来一遍，怎么还没刷干净?

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。

**劳动的心得体会作文200字 劳动的心得体会作文450字二**

家务劳动心得体会

星期六，我早早的醒了。躺在床上，回忆着老师说的话“回家以后，一定要帮父母做家务事，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，下午回来做家务，还要为我辅导，多么辛苦啊。我一定要帮她做一件事，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，一定要让妈妈周末休息一下，就努力不让自己看电脑，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，为了让妈妈的房间非常干净，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，终于拖完了。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，妈妈看见自己的房间是那么干净，那样清香，心情也会十分好吧。

妈妈下班回来，进屋一看，本来一脸的疲惫，现在全没了，变得就像天使一样春风满面。原来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!

**劳动的心得体会作文200字 劳动的心得体会作文450字三**

劳动基地是我们小学生训练和学习技能的一个地方。我们学校每年都会组织学生去一次劳动基地。每次我们都会学到很多的东西。

这周三，我们四年级和五年级的学生们先去了。到那里之后，还是像往常一样，先进行升旗仪式。然后介绍老师和做的东西。最后由老师带学生入班。

我们做的是船模。还算是比较简单。下午的副科是微型机床操控。再做船的时候首先得安装线路。我很快的完成了。到下午组装的时候遇到了点麻烦。到最后也只拼成了一个半成品。不过还是值得骄傲的。

每次去劳动基地都会有不同的收获。而且还很多。可以说劳动基地教给了我不少的知识和劳动技能。就拿这次的微型机床操控来说吧。我以前只知道机床是一个工厂里得一个大型机器。这次老师介绍了机床的种类。比如:钻床、磨床等。让我受益匪浅。通过老师的介绍中我又知道了很多知识。包括如何使用机床和操控要点等。

最后一节课老师带我们去试试船能不能在水里游。结果我的船做成功了。我当时很兴奋。最后开开心心的回了家。

劳动基地让我学到了很多的知识。也让我学到了不少的技能。我要感谢劳动基地的老师教给了我这么多。我也不会忘了教给我这么多知识的这个地方的。

**劳动的心得体会作文200字 劳动的心得体会作文450字四**

在自己家做家务的时候，最应注意的是：自觉与真实。尽孝，不是别人让你，而是你让自己去做。真实，就是发自内心的感谢，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，继续帮助爸爸妈妈做些家务，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，回忆着老师说的话“回家以后，一定要帮父母做家务事，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，下午回来做家务，还要为我辅导，多么辛苦啊。我一定要帮她做一件事，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，拿拖把在水中打湿，等水少点儿了，我拿着拖把来到书房，看见爸爸在玩儿电脑，心中十分想玩，可又一想，一定要让妈妈周末休息一下，就努力不让自己看电脑，只在一旁拖地，可又禁不住去看，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，为了让妈妈的房间非常干净，我特地在拖把上放了洗衣粉，在妈妈的房间中疯狂地拖来拖去。出了一身大汗，终于拖完了。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中喷了几下，房间中顿时香气四溢。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。

妈妈下班回来，进屋一看，本来一脸的疲惫，现在全没了，变得就像天使一样春风满面。原来妈妈的心也容易被女儿的一小点儿的“成就”满足的。“可怜天下父母心啊。”我这作女儿的心中乐开了花。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!

**劳动的心得体会作文200字 劳动的心得体会作文450字五**

周末，我早早地醒了，懒懒地躺在床上，瞅了瞅床头的日历，“噢，今天是五月的第一个周末，是母亲节。”我一骨碌爬起来，想想平时老师对我们的教育“父母为我们操劳，在家一定要帮父母做家务事，报答父母对我们的爱。”我脑海中闪出母亲为我做的每一件事，是啊，母亲不容易，平时要上班，拖着疲惫的身体下班回来还要做家务，还要辅导我学习，多么辛苦啊!今天，我一定要帮她做一件事，让妈妈周末好好休息一下，也享受一个快乐的母亲节。

对，立刻行动起来，母亲节给辛苦的妈妈一个惊喜。我还是先把卫生打扫干净吧，我高高兴兴地来到洗手间，拿拖把在水里打湿，等水少点儿了，我拿着拖把来到书房，先把书桌收拾得干干净净，又拿起拖把认真地拖起地来，我边哼着小曲边用心地干着。一会儿小小的书房被我打扫得镫亮，我心里甭提多滋了。

我又来到妈妈的房间，为了让妈妈的房间更加干净，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，终于拖完了。可我直起腰一看，傻眼了，地板全是花的，高兴劲一下就消失得无影无踪，好沮丧。我瞅了瞅手中的拖把，又瞧了瞧地板，一拍脑袋，自己乐了，原来是这样啊。我又开始拖了，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，可我一点也没觉得累，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，妈妈看见自己的房间是那么干净，那样清香，心情也会十分好吧。

妈妈下班回来，进屋一看，本来一脸的疲惫，现在全没了，变得就像天使一样春风满面。原来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

**劳动的心得体会作文200字 劳动的心得体会作文450字六**

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飘荡。

刷锅，简单吧?可这么简单的一件事，却让我无可奈何。

中午，妈妈回到家做饭，看到她忙碌的身影，我感到心疼。妈妈笑着对我说：“你早上不是嚷着要帮着做点家务活吗?回头帮妈妈刷刷锅。”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。”吃完饭，我飞也似的冲进厨房，一切准备就绪。

我打了一些水倒入锅中，接着，我拿起钢丝刷，冲刷锅里讨厌的油腻，刷呀刷，咦?怎么还有油腻?再来一遍，怎么还没干净?

第三遍……第四遍……我刷呀刷，怎么就是刷不掉?而且，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。但在我面前，这种困难，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。如今，被这点困难所阻挡，我总不能傻站在这里干着急吧!

正当我一筹莫展时，我的脑海里回忆着妈妈刷锅时的情景：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，这方法真灵验!滚烫的开水，将粘在锅里的油腻散开，这样，锅刷起来既快又干净。

瞧，如此一件小事，也得花精力，用上自己的智慧，把事情做得又快又好。而且，妈妈成天要洗衣服，拖地板，做饭……比起我刷一个锅，简直是天壤之别。是呀，我们应该多帮助父母做些力所能及的家务，减轻他们的负担。

人们常说“一屋不扫，何以扫天下”，是的，想要做大事，必须先做好各种小事。

**劳动的心得体会作文200字 劳动的心得体会作文450字七**

今天，吃过晚饭之后，决定要让妈妈休息，我来把碗给洗了。

说干就干，我心想：“从来每次只知道端碗吃饭，怎么会洗碗呢?”我又想：“如果碗洗不好，妈妈一定会很生气的。”爸看见我愁眉苦脸的样子对我说：没事儿，来我教你。我鼓起勇气，心想，行!我一定要把碗洗干净。

于是我打了一盆水，把碗放进去洗。谁知洗了三遍，却怎么也洗不干净，摸起来总是粘乎乎的。爸爸摸了摸，说：“别白费力气了，冷水是洗不掉油脂的，得用热水才行。”我看着水盆，不好意思的笑了。

之后，我有换来一盆热水，将碗。筷子放入热水一段时间。静泡过后，首先我只用抹布在碗里转两圈，之后倒入洗洁精，用力的在碗里使劲抹，但爸爸又对我说：“这样是不行的，”应该将抹布放在碗的边缘，沿着边缘来回的抹，说着爸爸也动起了手，给我演示了一遍，我就照着爸爸的样子去做，果然很快的将一个碗洗好了，我拿给爸爸看，爸爸对我说：“洗得不错，在继续洗。”接着第二个。第三个……也相继洗好了。我越洗越快，不禁心里自喜，我终于可以帮助家里出一份力了。

最后，爸爸说：“快，把桌子抹干净。”我拿起抹布在桌上乱抹，怎么也擦不干净。爸爸说：“不能这样抹，应该有条理的一点一点的抹，这样才能干净。”我按照爸爸的做法做好了。

真没想到，一个小小的刷碗和擦桌子竟有如此大的学问。

**劳动的心得体会作文200字 劳动的心得体会作文450字八**

上周我们高二(1)班完成了作为值周班级的值周任务，我也完成了我作为学生校长助理的校内社会实践任务，对此我颇有感悟。

孟子曰：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行弗乱其所为，所以动心忍性，增益其所不能。”本次校内社会实践，给我提供了一个良好的平台，让我能够真真正正的仔细思考人生的价值及学习的意义。

人生的价值就在于创造价值，在于在社会实践中奉献自己，创造自己的价值。本次校内社会实践，作为学生校长助理，职责就在于替校长分忧，收集值周中遇到的各种问题，并反映到各个部门。

上岗第一天，我们便来到办公室向校长报到。校长指导我们：要学会自主管理、主动服务，在职期间要热情地收集同学们的问题，文明地制止各种不文明行为，工作时要讲究方法，沟通时要注重情感交流，完成自我锻炼。这席话使我受益匪浅。

本次校内社会实践，我按照校长的指导，在行政楼内热情地为同学和老师们服务，并纪律下了每周的值周情况，协调各值周部门的工作。

在这期间，我学习到了许多。我渐渐明白，学习的意义，就在于知道如何去学习，而并非只是学习本身。此次校内社会实践，在沟通的过程中，我提高了自己的交际能力;在收集问题的同时，也锻炼了自己分析问题的能力。我们在课本中学到的知识，或许不能直接运用于实践，但却能以另一种方式影响到我们的实践活动，即处理问题的方式角度以及归纳技能的方法。

同时，我也认识到，我们的快乐总是伴随着奉献的。在社会实践服务的过程中，我感到很快乐，不懂得奉献的人，就很难体会到奉献的快乐。而这种奉献精神必会伴随着我，让我越行越远。

**劳动的心得体会作文200字 劳动的心得体会作文450字九**

在寒假里，我做了许多家务事，有：倒垃圾、洗衣服、择菜、扫地、做饭、铺床、洗碗……虽然做了那麽多的脏活累活，但是我依然很快乐，因为我从这些家务事里，我悟出了一些人生道理，使我受益匪浅。

在家虽然老师让我们帮大人的忙，肯定有些爱偷懒的家伙不干，但是他们的父母也不让他们干，这是溺爱的行为。

我就不这样，在家，爸爸和我说让我一个假期只要干出五件帮忙大人的事就行了。爸爸跟我说：“让你做家务，不是想故意累你，我也心疼你呀，但是，从小就做一些家务，是对你的将来有好处。就像你以后上了高中，必须得住校吧，自己的生活也得靠自己，就像洗衣服呀做饭呀……这一系列都得你自己弄吧，在家父母能帮你，在学校谁能帮你所以此刻让你做家务不是害你，是帮你。”父亲的这番话使我受益匪浅。

我开始了做家务，倒垃圾：一个大圆桶，再装一些垃圾，很重，到了地方倒完我的手已经被嘞的通红通红的，很疼。由此我感受到了奶奶来倒垃圾的时候有多累。洗衣服：

此刻都用凉水洗，(因为有的衣服不能用洗衣机来洗，所以用手洗)手冻得都僵硬了，还得揉衣服的脏处，由此我感受到了妈妈在洗衣服的时候多麽的辛苦。

在一次次的亲身实践中，我感受到了原先做家务也是那麽的辛苦。

**劳动的心得体会作文200字 劳动的心得体会作文450字篇十**

充实的快乐，是本人在家做家务劳动的感受。本以为会让自己累的不行，后来做完了家务劳动才发现，原来在家多做做家务劳动，反而会因为活动了筋骨而更加舒服，而且时间用来做家务劳动之后，整个人也更加充实快乐。

当了这么多年的学生，总是在打扫学习的卫生，在学校进行大扫除，这次回到家里，我也想参与一下家里的大扫除，替父母分担一些家务。以前是因为学习任务重，所以父母一般都不让我做家务，但是现在我已经进入大学了，可以学着做一些家务了。不久之后我就会开始独立生活，所以学习一下怎么做家务对我自己也有帮助，作为我们这个小家的一份子，我也有义务打扫卫生，保持家里的干净整洁。

开始做了之后，我发现做家务真的不是一件容易的事。之前我只打扫过教室卫生和学校公共区域的卫生，这些地方的摆设都比较的简单，卫生死角也只有一些角落。但是家里完全不一样，家里的卫生死角实在是太多了。家里有很多的家具，每个家具的底下都是卫生死角，有些轻一点的还可以移走，但是像沙发、茶几这样的大家具就没办法移开。有些家具离地面的距离太近，扫把和拖把都塞不进去，所以平常打扫的时候很难打扫到，长久下来，就积满了一层厚厚的灰。?

我自己切身体会过之后才知道，做家务是多么不容易的一件事。我只做了这一次，而我妈妈是要天天做。以后我在家的时候，我一定要多做家务。后来，我又帮妈妈煎蛋麦面糍，我才煎了三四块，就已经热得快融化了，而妈妈天天都站在同一个位置，天天同一时间在厨房里进进出出的，一定会很热，而且，妈妈除了煮饭，还要拖地，洗衣服，平时在家里，很少看见妈妈流汗，她的汗水，都流在了做家务活上了。后来，我又帮妈妈煎蛋麦面糍，我才煎了三四块，就已经热得快融化了，而妈妈天天都站在同一个位置，天天同一时间在厨房里进进出出的，一定会很热，而且，妈妈除了煮饭，还要拖地，洗衣服，平时在家里，很少看见妈妈流汗，她的汗水，都流在了做家务活上了。?

做饭也是一个技术活，每天吃着妈妈做的饭，看着妈妈迅速的做好，使我对做饭产生错觉，以为做饭很简单。但当我亲自掌勺时才发现做饭时非常难的，刚开始时做的饭惨不忍睹，后来经过一个寒假的练习，终于能做出美味的食物了。

当我在切身体验劳动时。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。这些都不是能从我们平时的学习生活中所能触摸到的。

**劳动的心得体会作文200字 劳动的心得体会作文450字篇十一**

每个人都经历过许多的事情，开心的，烦恼的，难忘的……

在我经历的事情中，就像天上的繁星闪耀在我心头，伴我度过每一个快乐的日子。在这些事情中，让我对我印象最深刻的是我在读一年级的时候。

那是一个星期天，吃完了中午饭，妈妈对我说：“孩子，你能帮妈妈扫一次地吗?”我一听是扫地，我高兴得跳了起来，因为我早就想帮妈妈做家务了，再说扫地太简单了，就爽快的答应了妈妈。

我拿来扫把，开始在客厅里扫，我拿起扫帚扫过去扫过来，不知扫了多久，发现把这里扫干净了，其它地方脏了，把其它地方扫干净了，另外的地方又脏了，扫得我汗流浃背，不知怎么回事?这是妈妈走了过来笑眯眯地说：“孩子，想你这样扫地是扫不干净的。”“不就是扫过去扫过来嘛!”我还很不服气的说。“来，我教你，要从房间的四周往中间扫，不能把扫帚扬得太高，不能用太大的力，要不然你扫这里的时候会把灰尘扫到其它地方，扫其它地方的时候同样如此。”妈妈耐心的说道。

我听了还很不耐烦的样子，扫地还有那么多的讲究?我半信半疑的按照妈妈说的方法去扫，结果真的把房间扫得干干净净的，而且一点儿也不累。妈妈看了我的成果，开心地笑了，还连声夸奖我是一个聪明的孩子。我为能帮妈妈做好家务感到开心。

从这一次扫地，让我明白一个道理：做任何事情都要讲究方法，讲究技巧，只有这样，做每一件事情才能成功。

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！