# 家劳动心得体会精选7篇

来源：网络 作者：紫陌红颜 更新时间：2025-03-10

*不少人都习惯通过写心得的方式记录自己的感受，通过心得体会可以更好地了解自己的兴趣和激情所在，小编今天就为您带来了家劳动心得体会精选7篇，相信一定会对你有所帮助。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...*

不少人都习惯通过写心得的方式记录自己的感受，通过心得体会可以更好地了解自己的兴趣和激情所在，小编今天就为您带来了家劳动心得体会精选7篇，相信一定会对你有所帮助。

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！

“吾尝终日不食，终夜不寝，以思，无益，不如学也。”这是论语中的一句话，说的是一个人整夜不食不寝去思考钻研一个问题，没有什么好处，不如亲自去学习研究。实践的过程是每个人都要经历的必经之路，在这个路上，你不在是个孩子，在锻炼，在成长，跌跌撞撞，且歌且行。青春的光阴留给更多的是奋进的号角与激昂的乐谱，也许每天拖着疲惫不堪的身子回来，也许每天都要为了完成当天的任务而焦头烂额，也许每天都要为了明日的采访做着准备，但我们是快乐的。不再是不为浮云遮眼之势，更在一览众山之躯。

我们实践，我们快乐。作为实践，这样的一项活动，也必须有其流程经营。从开始的确定主题，到队员的选拔再到实践的开始，分工，任务的布置，或许疏一看，甚易。但实则不然，在这过程中不是冷冷的追求学术上的严谨，更是寻找种人心向往的科学之美。孙中山说“人既尽其才，则百事俱举；百事举矣，则富强不足谋也。”每个人在“sunshine”这样阳光的队名中贡献着，以追求对大学生村官的深入调查为目的，大胆的去想，去做，在这个团队中关心着对方，真正做到了团结，奋进。有激动，有感动，有触动。

不论第一天大家为了提高团队效率方案的讨论争论不休，不论每天在外采访村民的队员被烈阳晒伤，汗珠滴落早已浸湿全身的队服，更不论每晚写报告，写日志，总结全天，为明日准备到深夜。每天的采访，吃饭，采访，总结，休息，成为了我们的主线，每天奔波于乡村城镇的各个小巷街头，我们询问着，调查着，目的只是完成实践，让自己明白更多属于我们，属于我们这个时代的真谛。只因为我们知道，孵化梦想，需要汗水与坚强的臂膀，我们付出，我们收获，我们快乐。

在对大学生村官的调查实践中，我们感受到了村里的建设，这里有孩子，农民，村干部，每每从他们的质朴中，我们在感受，感受着这份简单，经过我们的采访，知道了村里创业的艰辛，孩子受教育的困难，在同情的同时，我们更多了一份宽慰，因为，我们的村在不断的改善为更好的生活而努力。或许，我们的实践不能反应村里的每个角落，但是我们每个人都希望，我们的实践能够受到更多人的关注，更多人注意到在大城市的周围，还是有着一些需要帮助，建设的村镇，我们的实践活动受到xx网，xx网，xx报，xx晚报的关注。为自己为一名南大学子感到自豪。

实践活动结束了，每个人在思考着这几天发生在我们身上全部，少了那些青春的张狂，多了些青春的踏实，少了那些青春的迷茫，多了些青春的奋斗，sunshine这个词，不再是一个队名，更多的是一种精神，当远离喧嚣，来到村镇的时候，才真正明白，什么是奋斗，什么是团结，什么是一个团队。这样的实践，这样的我们，这样的，快乐。

为期一周的劳动周结束了，然而这短短的一星期却已然成为我大学生活中十分珍贵的一段回忆。欧文先生以前说过这样一句话――“完善的新人就应是在劳动之中和为了劳动而培养起来的”，恰是这次劳动周，让我对这句话有了更真切与深入的理解。

劳动周期间，我们每一天从事的都是擦玻璃、拖楼梯一类简单的劳动，乍看起来并不多的劳动却往往需要一个多小时才能完成，稍事休息后的片刻才渐渐发觉麻木的肢体上传的酸痛。在此之前，我们从未想象过，在我们每一天都要接触到的角落也能够隐藏如此灰尘，清洁那些我们每一天上下楼的必经之路原先需要这么辛苦。

大四的时光对于每个学生都有特殊的好处，成长的欣喜、离别的愁苦，更夹杂未知的迷茫与不解的慌乱。恍然间四年的完美年华已成逝水，对这校园中的一草一木都是如此熟悉，却因为早已习惯而从未发觉，自己每一天所处的洁净环境中蕴藏的关爱与辛劳。

那里是我们的家，我们能够在整洁的环境中无忧无虑的快乐成长，是因为有一群人甘愿忍受艰辛、默默付出，她们所期望的不是关切的话语，而仅仅是尊重与体谅；我们有属于自己的家，那个以前给予我们温馨与关爱的天地，亦曾有那样一个身影每一天日日夜夜穿梭于卫生间、洗衣机、厨房之间，忙碌不休，而她所期望的从不是自己所得，而是孩子的未来。

我们这一代人被媒体戏称为“80后”，标新立异的背后或许隐藏了一些“爱之深、责之切”的期许，这些期许来源于生活，更成就于生活。劳动中，我们品尝了生活的艰辛，更对我们多年来的洁净生活进行反思，对多年来已经习惯的家庭生活进行感恩。短短几天，我真切的看到自己的成长与蜕变，也对自己的生活前所未有的乐观与满足。不久后，我们即将满怀期盼走入社会，踏上征途，用同样的精神去奉献社会、关爱他人。或许多年后，我们将成长为父母，将被子女问及自己的过去，如果那样，“劳动周”将是我大学回忆中不可错过的精彩一笔，我会语重心长的告诉他，这不仅仅仅是一次劳动，更是一份发自内心的反省与感恩。

我们班在这学期迎来了劳动周，学校把校园作为实践的场所，让稚嫩的我们在劳动中有所启示，有所感悟，在劳动中升华自己。使我们慢慢走向成熟。

我被分配到打扫老校区那边，四人一组。每天很早就起，任务繁重，这对我一个不怎么爱劳动的宅男来说是个不小的挑战。不过在劳动周中我战胜了困难 ，很认真的打扫好卫生，保证保洁区无杂物。虽然很累 ，但看到干净整洁的街道，绿色清香的草坪， 我内心是甜的，骄傲的。这是我的劳动成果，是自己克服惰性 ，付出艰辛努力的劳动成果。 望着那干干净净的楼道，一个个被清空的垃圾桶，呼吸着清新的空气，这一刻那些汗水还有疲惫的身体都变得不值一提。

作为大学生的我，已经走在社会的前沿 ，即将走进社会，为生活为梦想而拼搏奋斗。但目前我是幼稚的身上还有很多不好的习惯如好逸恶劳，怕脏怕累怕苦。这一星期的劳动增强了我对社会的认识。让我接触、了解社会，增强了社会适应能力，克服身上的不好习惯。而学校组织的劳动周，更让我明白了学会独立的重要性。在竞争如此激烈的社会，对于我们这些大学生们，独立的培养和社会的洗礼是多么的重要。以前我们依赖于父母，现在依旧依赖。脱离父母的支持我们将无法生存。这是个严峻的问题。一方面增加父母的负担，另一方面也培养了我们啃老的意识。所以我们要培养独立意识。遇到问题要先想到自己的解决。现 在的我们，越早接触这个日新月异的社会，就意味着我们越能适 应它。为以后步入社会打下坚实的基矗只有现在了解社会才能 在今后顺利的融入到社会里。 一周的劳动苦的是身体，但内心得到了升华。让我明白，没有付出就没有回报。要想实现梦想就得不断拼搏，即使再苦再累，再不想去做你也得迎头直上，直到你完成梦想。劳动周让我亲身体会到了劳动的艰辛和劳 动创造世界的真理，避免了我们形成好逸恶劳的坏习惯。也让我明白吃苦耐劳的重要性

一周的劳动也让我明白一切工作都是平等的，不能因为它辛苦工资不高就轻视它甚至藐视它 。完成它也是要付出艰辛努力的。我们应该尊重他们的劳动果实。以劳动为荣以好逸恶劳为耻。这也让我懂得我们作为专科生目前还没有工作经验，刚步入社会也什么都不了解，再刚工作时不能好高骛远，我们要不怕脏乱差，更不怕工资的低廉，我们要脚踏实地，好好做自己的事，在劳动中成长自己，让自己吸收知识壮大自己，也要尊重自己的劳动果实，为自己的人生不断积累自信，从而升华自己，完成自己的人生转变。实现梦想。

本学期，我学习了《劳动法》。《中华人民共和国劳动合同法》于202\_年1月1日实施，通过本学期的学习，我对劳动法法有了一个全新的认识。

在学习之前，我对劳动法完全不了解，学习之后，觉得对我以后的工作与学习有非常大的帮助。《劳动法》颁布实施以来，对于更好地保护劳动者合法权益，构建和发展和谐稳定的劳动关系，促进社会主义和谐社会建设，具有十分重要的意义。它体现了新时期新阶段的鲜明特点。

首先，《劳动合同法》更加重视对劳动者个人权利的维护。同时，劳动者的维权意识也逐步提高。劳动者享有平等就业和选择职业的权利、取得劳动报酬的权利、休息休假的权利、获得劳动安全卫生保护的权利、接受职业技能培训的权利、享受社会保险和福利的权利、提请劳动争议处理的权利以及法律规定的其他劳动权利。这显示出了劳动法的尊重人权、保障人权的态度。人人是平等的，劳动没有高低贵贱之分，当发生劳动争议时，劳动法为我们指明了争取自己正当权益的方式，争取正当权益的地点，另外它也规定了我们劳动者应当去做的，劳动者并不仅仅是只享受我们应得的权力，同样拥有我们所应承担的义务，劳动者和用人单位只有互相理解、尊重、支持才能取得双方的收益。

其次，在用人单位方面，作为社会的\'一员，用人单位不能一味追求盈利。应当依法建立和完善规章制度，保障劳动者享有劳动权利和履行劳动义务。有了保障的工作才能更加激发劳动者工作的热情，工作的积极性。当劳动者的积极性被调动起来后，才能更好的为单位工作，创造绩效。从劳动法的制定也可以看出国家的政策方针均是本着以人为本的原则制定的。

劳动法的颁布，有利于保护劳动者的权利,提高经营者素质和管理水平,有利于调动劳动者积极性,坚持劳动合作制度,扩大就业,缩小差距,实现共同富裕,促进经济发展和社会稳定,为建设和谐社会和发展中国特色社会主义做出了巨大贡献！

最后，我感觉到，我国的劳动合同更加的具体、规范化。这充分的保障了劳动者和用人单位的利益。学习了这么多知识，对以后我走向社会进行工作有深刻的影响。并且，我也会好好的运用我所学会的知识，在以后的岗位上努力奋斗！

曾经一度认为教师是与我无缘的工作，可是偏在毕业之前得到了一次实习支教的机会。在来之前，我告诉自己与其寻找自己喜欢的工作，不如先喜欢上自己现在的工作。

转眼支教生活的一半已经过去了。和朋友聊天我总喜欢称自己是一个伪教师，披着老师身份的毕业班学生。记得x月x号那天踏上征途，在行驶的路上我才知道自己要去的地方是xx。xx，听名字感觉好雅，肯定是一个人杰地灵的地方。我甚至就在车上幻想起了自己以后的生活，像xxx一样，在田园小镇悠然自得。等真正到了xx才知道我要去的是xx学区的xx学校。恰逢周五，下午上完课后，老师和学生们就相继离开了，留下偌大的空荡荡的校园，空荡荡的宿舍。幸好还有一个年岁相仿的刚入编的高老师和我作陪，差点忘了还有她的老乡兼同学x老师。就这样我们三度过了一个无聊却又充满各种奇葩事件的周六日。周一迎来了排课。一二年级品德、音乐、美术，还有全校体育，美名曰晋中学院培养的应该是德智体美劳全面发展的学生。老天，我的专业是化学！我就这样被全才了。

在这次学习过程中，我得到了学生家长的肯定，他们的支持给了我极大地鼓励与支持，同时，我也发现了自己的不足，有时，上完课，回到家，我会通过不同途径寻找答案，在这一过程中，我也学到了很多以前没有接触的知识，对自身学习也有了一定的认识与提高。

站在讲台上给二年级上品德课时，看着那一双双清澈的充满期待的眼神时，我突然觉得自己特别神圣，就好像讲台之下是一群等着我去拯救的信徒。说实话，站在讲台上才发现原来真的能看到所有同学们的小动作。站在讲台上，眼神总是会无意忽略第一排左右俩边的学生，碰到他们的眼神闪现出略带点被遗弃的感觉时，瞬间会涌现出好多负罪感。我终究不是圣人，原谅我的眼睛不能360全方位都能看到。让我惊喜的是原本以为我在黑板上写字时底下会乱成一锅粥，可是他们竟然跟着我写字速度把一个个字念出来。第一节课下来了才发现，其实好多事并没有想象中那么困难，只要你敢想，然后去做。周二是x月xx号教师节，这个本不属于我的日子，恰好在实习期，所以我有幸度过。早上第一节是二年级音乐，上课铃响了，他们却不让我进教室，让我等一会。等我再次推开教室门的时候，看到很班上歪歪扭扭的用彩色粉笔写着教师节快乐五个大字，还有同学们画的各种图案，还有三个桃心，上头用铅笔写着老师节日快乐，教室各个角落还零星的挂着气球，虽不甚美观，可是我能感受到他们满满的心意。第一个教师节，我收获的是满满的感动。

如果有人问我：“你爱做家务吗？”我会自豪地告诉她：“我最喜欢做家务了。”其实，我第一次做家务时，很不高兴。可现在我却喜欢了。

那是一个夏天的中午，我吃饭刚吃到一半时，妈妈就对我说：“从今天开始，就由你来洗碗。”说完，就去睡觉了。我听了很不高兴，但又没办法。我吃完饭后，到洗手间，打了一盆水，把餐具放到水里，准备洗的时候，我突然看见盘子上的油，心里不舒服。我极不情愿地用洗洁精把餐具洗干净了，我又打了一盆水，把餐具清了一遍，餐具发亮。我的心情一下子高兴起来，心想：“这回能受到表扬了。”哟，果然不出我所料，我真的受到了表扬。妈妈一起床，看见我把餐具洗得这么干净。笑眯眯地说：“今儿的太阳从西边出来了。挺不错的吗！”我听了，心里乐滋滋的，可高兴了。从此，我很爱做家务。

朋友，因为你是家里的一员，你也来做家务吧！你会得到表扬的，还会得到无穷的乐趣。 度过了紧张而又繁忙的半个学期，终于迎来了暑假，自己早有打算，想在这个暑假里好好放松一下，然后再去做别的事情，随着年龄的增长，自己有些发愁，感觉做什么都很累，作为学生学习上有压力，当父母的呢？更不容易，要努力的挣钱供孩子上学，在异地求学，有的时候想不到父母有多累，当自己回到家的时候，就深深地体会到了，整天做家务也是一种烦躁。那我就帮着父母做吧！

家里来了客人，，我会擀饺子皮，只是慢了点儿，每次都是妈妈擀，这次我擀了，一开始的时候还行，擀得挺圆的，也薄厚适中，没过去十分钟，天啊，我的手腕疼，总想举起来晃一晃，可是眼看着，刚才被擀的皮，已经被妈妈包完了，这时我才问：\"妈 ，你干活太麻利了，我供不上你了。\"真是有些羞愧，还不好意思让外人看见，我就这么坚持着，一直擀！坚持，坚持，再坚持！终于咬着牙，把它擀完了，别提有多累了，腰酸背痛，简直就有些发木啊！

看来这活真是累人啊！小的时候自己只知道吃，却没有想到干活的人的辛苦，初醒，自己以后不能老让妈妈伺候了，看到妈妈那缕缕白发，心中是无限的惆怅，我的青春换来的是父母的衰老。以后我在假期里，一定要替父母多分担一些家务，来减轻父母在生活上的负担。春节的到来，家里又添了许多活，许多衣物要洗，还要打扫屋子，我帮妈妈洗衣服，妈妈从洗衣机里那出来，又清洗一遍，我去它们晾在衣服杆上，和妈妈一起劳动感觉很幸福，我们有说有笑，不知不觉，已经做完了。这就是劳动的快乐所在吧。

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！