

# 2023年高中做家务的心得体会(大全8篇)

教学反思是一种系统性的思考活动，要注重思考的深度和广度，提高教学反思的质量。为了帮助大家更好地写作培训心得，我们整理了一些优秀的范文，供大家学习和参考。

## 高中做家务的心得体会篇一

家务活是家庭最基本也是最重要的组成部分。对于高中生来说，随着年龄的增长，分担家务活的责任也应逐渐加大。在这个过程中，我有了许多心得体会。接下来，我将分享我在家务活中积累的五个方面的心得体会。

第一点是坚持自我监督。我们每个人都有自己的责任，不要好高骛远地想着去完成所有家务活，而应该把自己的责任清清楚楚地列好。同时，还要做到自我监督，严格要求自己，不懈地做好自己的份内工作。为此，我每天有一个任务清单，记录每项家务活的完成情况，督促自己按时完成任务。

第二点是家人间互助。家庭是一个紧密的集体，每个人都应该发挥自己的特长，互相帮助。母亲每天忙于煮饭，我就会主动负责洗碗；父亲每周末要打扫卫生，我也会配合他。家人间互助可以让家务活更有效率，也能增强家庭成员之间的互信和感情。

第三点是注重细节。做家务活不可马虎，尤其是一些关键的细节，如收拾桌子顶上的尘埃、洗衣服时正确地分类等等。仔细地做好每一个细节，可以让家务活更加规范、高效，也能提高自己的责任感和工作效率。

第四点是积极学习。家务活涉及许多技能，如擦窗户、洗衣服等等。我们可以通过网络、书籍等方式积极学习，进一步提高自己的技能水平。多问家人、多向老师请教、多尝试，

不断进步，做得更好。

第五点是心态调整。家务活有时候会让人感到繁琐、疲惫，甚至有些抵触。我们应该转变心态，把家务活看成是责任和义务，也是对家庭贡献的一种方式。在家务活中，我发现，绝大多数家务活还是很轻松的，可以逗趣、放松，也可以是一种享受。

总之，在家务活中，我们不仅仅是在付出，更是在获得。我们可以获得家庭的温馨、亲情和成长的锻炼。只有把家务活当做一种责任和义务，以一个积极的心态去面对它，才能让它变得更加美好，更加有意义。

## 高中做家务的心得体会篇二

踏着晨曦去劳动，不管睡眠惺忪，不管挥汗如雨；忍着酸痛去劳动，不管灰尘弥漫，不管气喘吁吁。从楼梯扫到走廊，从墙壁擦到玻璃，一周的劳动课，来也匆匆，去也匆匆。苦中有乐，酸中有甜，留下不尽思索。

劳动创造了美，它是脑力劳动和体力劳动的完美结合。在我们的汗水浇灌下，一栋教学楼里里外外焕然一新——从垃圾散乱到窗明几净，这凝聚了我们的无尽心血。

劳动培养了我们吃苦耐劳的精神。以前的我，是一个饭来张口，衣来伸手的“小太阳”。在家懒懒散散，四体不勤，五谷不分。初上劳动课，感到新鲜。上完一天，腰酸背疼。第二天清晨，迟迟不愿起床，结果误了时间，造成恶性循环。经过几天的磨练，我已有所改变了，变得不怕脏，不怕累，俨然一个劳动者了。

劳动使我们认识到“团结就是力量，众人拾柴火焰高”。这次劳动课，我和三个女生负责打扫教学区的清洁卫生，可谓人少任务重。我们统筹兼顾、各负其责、配合默契、互帮互

助，逐渐缩短劳动时间，提高劳动效率，提高劳动质量。

劳动启示我们无论做什么事情，都必须持之以恒，不达目的誓不罢休。劳动如此，学习如此，工作也如此只有认定目标，脚踏实地，才能“绳锯木断，水滴石穿”。我会在以后的人生道路上，发扬吃苦耐劳的优秀品质，正视一切挫折，不屈不挠，勇往直前。

劳动培养了我们的社会实践能力，它使我认识到：课本知识是不够的，应积极投身于社会实践，经风雨，见世面，丰富人生阅历，为以后的工作打下坚实的基础，为社会主义建设添砖加瓦。

劳动还培养了我们的责任心，使我们树立了要回报社会，回报人民的人生观。它使我们认识到：职业没有高低贵贱之分。我要在自己的岗位上，兢兢业业，尽职尽责，鞠躬尽瘁，吃苦在前，享受在后，努力做一个合格的社会主义新人。

一周的劳动如白驹过隙，但它使我的思想发生了质的飞跃，它促使我早日摒弃那些“小太阳”的思想，从而树立起正确的世界观、人生观、价值观，我将会在漫漫人生路上勇挑重担，锐意进取，不畏艰险，奋发有为！

## 高中做家务的心得体会篇三

在日常生活中，家务劳动是一项必须完成的任务，它需要家庭成员共同参与，让家庭变得更加温馨和谐。而对于高中生而言，通过参与家务劳动，不仅能够把家务分担给家庭成员，同时还能够让自己具备更加实用的生活技能。在这里，笔者将分享一下自己在家务劳动方面的心得和体会。

### 一、认识到家务劳动的重要性

家务劳动是一项不可忽视的任务，它涉及家庭的卫生、健康

以及生活品质等重要方面。在高中生的角度来看，通过参与家务劳动，能够锻炼自己的独立生活能力，培养自己的责任心和服务意识，同时也能够使家庭更加和谐。因此，认识到家务劳动的重要性，我们就会更加主动地参与其中，不断提升自己的能力。

## 二、合理分担家务劳动

家务劳动需要家庭成员共同分担，而在分担家务劳动的过程中，我们需要合理分配任务，根据不同的能力和时间来分担工作。在分担任务时，我们应该根据家庭成员的特点和生活习惯，将任务分配给最适合的人。比如，善于整理的人可以负责整理房间，擅长购物的人可以负责食材采购等等。通过合理分担家务劳动，家庭成员的工作效率会提高，同时也能够促进家庭成员之间的互相了解和感情交流。

## 三、学会做饭和清洁

做饭和清洁是家庭生活的两大主题，也是高中生必须具备的生活技能。通过学会做饭和清洁，高中生不仅能够接手家庭中的一些工作，同时也能够减轻父母的工作压力。在学习做饭和清洁的过程中，我们需要了解一些基本的烹饪技巧和清洁方法，同时还需要注重卫生和安全，保证饮食和环境的卫生。通过学习和实践，我们能够更加熟练地掌握做饭和清洁的技巧，让家庭生活变得更加舒适。

## 四、培养细心和耐心

在家务劳动中，细心和耐心是非常重要的品质。在清洗餐具、处理衣物等细节方面，需要细致地进行处理，以确保工作质量。同时，家务劳动也需要耐心，因为它是一项长期的、重复性的任务。只有持之以恒地完成这些任务，才能够使家庭生活更加有序和高效。

## 五、通过家务劳动强化家庭意识

家庭意识是我们在家庭中的角色意识和家庭意识的结合。通过参与家务劳动，我们能够更加深入地认识到家庭成员之间的关系和作用，并且加强了家庭中每个成员的责任感和积极性。同时，家务劳动也能够帮助我们加强对家庭的认识 and 了解，让我们更加珍惜家庭并且更加关心家庭成员的生活状况。

总之，通过家务劳动，高中生可以锻炼自己的生活能力，提高劳动素质，同时也能够为家庭贡献自己的力量，让家庭更加幸福和谐。因此，我们应该积极参与家务劳动，借此机会培养自己的家庭意识和责任感。

## 高中做家务的心得体会篇四

寒假期间，我在老家邢台找到一份家教工作，通过近一个月的教学实习，使我对教育教学有了感性和理性的认识。这一个月的家教体验，培养了我的实际教学能力，提高了我分析问题和解决问题的能力，增强了独立工作的能力。最主要的是培养了我吃苦耐劳，坚韧不拔的精神。

这是迈入大学校门后的第三个寒假，为了使这个漫长的寒假过得充实，为了对这两年来所学的知识、所培养的能力作一个除期末考试以外的另一个侧面的检验，在这个暑期中进行了一次家教实践活动。

漫长的寒假生活，激起了我要参加寒假社会实践的决心，说老实话这个想法早就在学期结束之前就有打算了。回想当初刚跨进大学校门的那天我就下定决心要做一个独立自主的新一代好青年，我要学会通过自己的双手和大脑去创造属于自己的未来！现如今我终于骨气勇气抓住难得的机会接受挑战，我想只有通过亲身体会社会实践才能让我更进一步地了解 and 认知这个社会，以前的我只是一株生活在爸妈这两棵大树之下的小树苗，过着一种无忧无虑的生活，没有烦恼，没有忧

愁，只有阳光和雨露。然而现在我长大了，自然要寻找自身与外界的差距，检验自己是否能够融入这个复杂而庞大的世界。

“教师”这个称谓对我来说意味着很多。它是我自我的象征，在我小的时候就对教师这个职业充满着无限的向往，也许在同龄人当中属于保守一类，但是我自己却为了这个理想奋斗了多年。弹指间，我就要收获属于我自己的胜利果实，面对将来的种种，内心也是充满了无数的感慨。我知道这已不是当年的一个梦想而是到了真正实现的时候了，面对别人的嘲讽以及羡慕我心已经平静，因为我知道我自己现在想要的是什么。

首先我跟家教学生的家长进行了交流，初步了解学生的学习情况，课程进程以及在英语方面的学习态度。通过与家长的接触我了解到：学生是初中一年级的学生，在英语学习方面属于厌学的态度，而且对于英语的学习没有任何激情，基础较差。而且经常因为不用心学习而受到老师的冷漠和父母的责骂。了解到这样的现状，我不能无动于衷，我就与这位学生进行了交流，我了解到，其实并不是他自己对英语完全的厌恶，只是在基础差的基础上家长和老师对自己的期望太高从而造成了自己的自暴自弃，从而产生了对英语的恐惧和厌学。了解到这一特殊性，我特地去查找了关于厌学这一方面的心理资料，明白这是一种典型的针对学习的逃避心理，从而也找到了应对的措施，那就是要及时地予以鼓励和支持，鼓励学生继续学下去，在出现困难的时候要给与指导性的帮助与支持。在得到资料和对策的支持，我一扫先前的犹豫与迟疑，对症下药。首先，我并不急于给该学生进行学习上的辅导，而是先给学生进行了一个基础测试。当然，这些测试的题目都是很简单很基础的关于英语方面的题目，可以说是那种只要学过英语，就肯定会正确作答的题目，其目的显而易见，就是为了提高学生的自信心，让学生认识到自己并不是不擅长学习英语，而且自己的英语还是有救的，还是有提升的必要的。果然，在我批改完整张试卷之后，尽管也有一

些错误，但是正确率很高，我对学生的表现予以了充分肯定，学生也很开心，并表示这是他第一次得到老师的表扬，自己的信心也得到了满足。

经过了将近一个月的家教生涯，现在的我对于“老师”这个称谓不再陌生，当别人称呼我“老师”时，虽然还有那么一点点别扭，但却没有了昔日的逃避与羞涩……有人说教师是太阳底下最神圣的职业。虽然我的兼职工作只是沾上了“教师”的一丁点儿边，可我却分明感受到这两个字给我带来的自豪和快乐。然而当我告别了家教职务时，原先那再熟悉的称谓，却在瞬间只留下陌生的晕印，一圈又一圈，令我伤感，令我留恋。

面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把暑期打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。作为一名大学生，只要是自己能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。在这次暑期的工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。这次的打工是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越”。我相信只要付出努力的汗水，一定会收获我们应得的果实。

家务劳动实践心得高中（精选篇2）

## 高中做家务的心得体会篇五

家务活是生活中必不可少的一部分，它贯穿着我们的整个生活。作为一个高中生，我们也不能逃避家务活。从小到大，我一直在做家务活，虽然有些时候会感到疲劳，但我还是学到了很多，收获了很多。在这篇文章中，我将分享我在家务活中得到的心得体会。

### 第二段：学会耐心

在家务活中，最重要的一点就是要有耐心。做家务活需要时间和精力，所以我们要学会耐心。例如，清洗厨房用具时，可能会碰到难以清洗的油渍，这时就需要一点点耐心细致地去清洗。耐心不仅帮助我们更好地完成家务活，也会让我们在生活中和工作中更加坚韧。

### 第三段：培养责任心

除了耐心，家务活还可以帮助我们培养责任心。当我们参与家务活时，需要承担相应的责任，稍有疏忽或者马虎都会导致不良后果。例如，如果在做饭的时候疏忽了，就可能会给家人带来危险。因此，在家务活中，我们必须认真负责、细心周到，这样才能避免潜在的危险并避免不必要的麻烦。

### 第四段：锻炼身体

家务活还可以帮助我们锻炼身体。在日常生活中，我们有时会长时间地坐着学习，这会导致身体僵硬或者疲劳。但做家务活可以让我们进行一些简单的身体运动，如拖地、擦窗户、洗衣服等，这些运动可以促进血液循环、增强肌肉和骨骼强度，让我们保持健康的身体。

### 第五段：增强家庭感情



最后，家务活还可以增强家庭感情。在家庭中，每个成员都需要承担一定的家务任务，这不仅是分担家庭负担的重要途径，也是增强家庭感情的有效方法。当我们在家务活中相互帮助、互相体谅时，家庭就会充满温馨和融洽。

结论：

做家务活虽然有时会让我们觉得疲惫和烦恼，但它也给我们带来了许多收获。从做家务活中，我们可以学到耐心、责任心、坚韧和勤奋，我们也可以通过做家务活锻炼身体，增强家庭感情。所以，家务活不仅是一项家庭任务，也是我们人生的一部分。

## 高中做家务的心得体会篇六

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：“你为什么要把地打扫？”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。

## 高中做家务的心得体会篇七

说说孩子做家务劳动，父母给钱的利与弊。

有利之处：

### 1、激发孩子参与劳动的激情

我们是处在物质社会中，基本都是按老取酬的。孩子做家务，父母适当给些钱，让孩子更有参加劳动的激情，因为他们通过劳动会得到相应的报酬，可以充分享受劳动的收获。这样一来，孩子也会常常向父母要求做些简单力行的劳动了，其实也是父母让孩子可以长期拥有参与劳动的愿望的一个必不可少的方法之一。

### 2、培养孩子的劳动意识和理财意识。

孩子们都有自己想要的东西，他们知道不是每次开口向父母要时，父母就能满足他们的需要。如果通过干家务活，让自己有一个“赚钱”的途径，自己手上有些可以自己支配的零用钱，这样他们就会明白，通过劳动可以满足需求，更可以创造快乐。孩子干家务给予报酬，也让他们体会到赚钱的辛苦，让孩子知道每一分钱都是通过自己的“辛苦”劳动挣来

的，花每一分钱时都应该精打细算，学会合理支配。我们都知道，孩子花父母的钱时都很大方，让他自己花自己的钱时都很“小气”，所以，父母也可以在孩子使用零花钱时，告诉他们如何学会理财。

3、也可以体会父母赚钱是多么的不容易

4、因为现代环境给孩子们带来了极为舒适的生活，使大多数孩子不懂得独立，

不懂得自己劳动的意义。而小学生做家务给报酬虽普及到金钱，但这样可以使孩子们能早一些了解社会，早一点知道读书，学习的重要性。也能体会到父母的辛苦，赚钱的不容易。让孩子们能靠自己赚来的钱花费，这样既给了孩子零花钱，又让孩子的身心得到了锻炼，所以小学生做家务给适当的报酬是可以的。

## 高中做家务的心得体会篇八

高中生是处于成长发育时期的重要阶段，他们承担着家庭和学业双重压力。尽管他们的时间被安排得满满的，但在日常生活中，家务劳动已成为了不可避免的任务。家务劳动是家庭成员的共同责任，也是培养青少年独立自主、创造力和责任心的有效途径。在这篇文章中，本文将分享高中生的家务劳动心得与体会。

第二段：体验家务带来了成长

高中生在做家务的时候，会从中收获到很多东西。与其他学习活动相比，家务劳动可以培养多方面的技能和品质，例如与人沟通、处理问题、安排和规划时间、自信心等。同时，它还有助于高中生形成一个健康的生活方式，维护家庭卫生环境，更好地与家人建立亲密关系。

### 第三段：学习合作和分享

家务劳动也是良好的团队合作的体现。家庭成员可以协同努力，分配任务，提高效率。在家务劳动中，每个人的角色都很重要，没有人可以独自完成任务。合理分工和协作是成功的关键。在分配任务时，家庭成员可以根据自己的兴趣和能力的来选择，让每个人都能发挥所长。此外，家庭成员还可以分享他们的技能和经验，从中学习更多的知识和技巧。

### 第四段：提高对资源的珍惜与保护

家务劳动还将帮助高中生培养珍惜资源和环保意识。例如，在洗碗的时候，我们可以学习如何用低水冲洗碗具，减少浪费。在洗衣服的时候，我们可以了解到如何保护衣服，防止损坏，延长服装的寿命。在扫地的时候，我们可以学习如何正确垃圾分类，减少不必要的污染。此外，还可以通过回收利用的方式，更好地保护环境，为可持续发展做出贡献。

### 第五段：结尾

高中生不仅需要学习知识，还需要学会如何在日常生活中养成好习惯和价值观。家务劳动是一个很好的起点和平台。通过家务劳动，我们可以学会如何独立自主、爱惜他人的劳动成果、关爱身边的人和环境。家务劳动可能是一个耗费时间的任务，但它可以带来很多有益的体验和成长，给我们带来属于自己的美好回忆。