

寝室打扫卫生心得体会 寝室大扫除实践 心得体会(实用5篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

寝室打扫卫生心得体会篇一

随着寝室大扫除的进行，我的内心也慢慢地变得平静和开阔。这次大扫除是我与室友们一起合作完成的，通过亲身实践，我深刻体会到了大扫除的重要性，也领悟到了一个团队共同努力的力量。以下是我在这次寝室大扫除中的体会与心得。

首先，我意识到大扫除的重要性。很久以来，我们寝室的清洁工作都是由保洁阿姨负责，我们只需略微整理一下个人物品即可。但是，这次大扫除让我意识到这种依赖的不足之处。我发现原本不起眼的角落堆积了许多垃圾，如床下的杂物、书桌上的旧书、柜子里的各种无用物品等。这些积灰成堆的地方不仅让寝室缺乏整洁感，还深深地影响了我们的生活质量。因此，我认识到自己作为寝室的一员，也应该承担起打扫清洁的责任，并且及时整理个人物品，保持室内的整洁与舒适。

其次，我深深领悟到一个团队共同努力的重要性。在这次大扫除中，我与室友一起协作，共同完成了各项任务。我们分工明确，有的擦拭桌子，有的扫地，有的整理物品等等。这个过程中，我体会到了团队的力量。大家分担了工作，互相配合，共同完成了寝室的大扫除。相互之间的配合与支持使得任务的完成变得简单而轻松。同时，这次合作的经历也让我更深刻地认识到，只有大家团结合作，才能取得更好的效

果，并且在这个过程中我们收获了友谊与快乐。

再次，我也意识到始终保持室内整洁的重要性。在很多时候，我们往往只注重寝室大扫除，但是却忽视了日常的清洁工作。这次大扫除过后，我决定不再将整理个人物品的工作交给别人，而是主动地保持室内的整洁。我每天都会将桌面整理得整整齐齐，每周做一次彻底的打扫，同时保持公共区域的整洁。这样，不仅能让自己生活在一个清爽的环境中，也能提高寝室的整体品质，让每个人都享受到一个整洁而舒适的寝室。

最后，这次大扫除也让我体会到了自我的成长。在这次大扫除的过程中，我不仅提高了自己的动手能力，还学会了一些清洁技巧和整理方法。通过与室友们的交流与讨论，我也学会了如何更好地分配任务和组织每个人的工作。除此之外，我还学会了关心他人、协作合作的重要性，意识到自己是一个寝室的一员，应该为集体努力，不仅关心自己的生活环境，也要帮助他人，共同打造一个温馨和谐的大家庭。

总之，这次寝室大扫除实践让我深刻认识到了大扫除的重要性，了解到团队合作的力量，也领悟到了保持室内整洁的重要性以及自我的成长与进步。我相信，在今后的生活中，我会继续保持这种态度，通过自己的努力，为寝室的清洁与整洁做出贡献，并与室友们一起创造一个更美好的居住环境。

寝室打扫卫生心得体会篇二

员工宿舍相当于企业员工的第二个家，是为我们提供休息的场所，也是为了我们可以更好的去工作。入住宿舍，就意味着成为了宿舍这个大家庭的一份子，就必须时刻注意自己的行为举止，以免对他人造成影响。也要把保持寝室的的良好风气、干净、整洁作为自己的一项责任，时刻牢记。公司制定的《宿舍管理制度》有效的约束了我们的不良行为，有利

于我们培养良好的工作和生活习惯，以便于正常工作的有序进行。

伴随着入住宿舍人员的增加，建立良好的规章制度是非常必要的。制度建立的最终目的是让宿舍的管理更规范，让所有的宿舍成员在工作之余有一个清洁、宁静、安全、舒适、文明、健康的生活及休闲环境。

《宿舍管理制度》涉及了入住条件、借宿、维修、清洁卫生等方面事宜的规定，为住寝人员提供了全面的行为准则。

我们应该自觉遵守《宿舍管理制度》中的各项规定，爱护公共财物，按时归寝，积极打扫寝室，整理垃圾，保持居住环境洁净。我们必须按照《宿舍管理制度》中的各项规定执行，只有这样才能使得同事们在劳累一天之后，有个舒适温馨的空间，提高住宿质量。注重平时的打扫，可减轻我们大扫除时的打扫负担。目前，寝室按照值日表进行每日的清扫、拍照工作，整洁度有了一定程度的提高，但是还没有达到非常整洁的地步，这需要我们大家的自觉和共同努力。

自己要对自己的行为负责，做事要实事求是，不能敷衍。正确的指导思想是指导好工作的关键。因此，深入学习《宿舍管理制度》这件事也不应该流于形式，我们应该牢记那些规章制度的细节，让这些规定进入头脑、进到心里，真正体现在自己的行为上。我们是成年人，不应该像小学生一样总被人强调这些看起来很容易做好的事情。远离和摒弃那些坏习惯，约束自己，提升自己。因为在大家同住一起，并不是只有自己，个人不好的行为一定会对他人造成影响。

都是帮助我们向着好的方向发展，这不应该是负担。我们不该抱怨，我们应该感激，感谢这份关注、这份约束。想好了，就认真去做。为自己，为别人，改变自己。一个小习惯，也许可以改变一个人的一生。

通过本次学习《宿舍管理制度》，我更加深入的理解了其中各项规定，也为我将来入住宿舍打好了提前量，我一定会按照其中的各项规定严格要求自己，牢记并遵守各项规章制度，注意自己的行为举止，做到不影响他人休息，保障自身和他人的工作可以有序完成。

一：管理目标规范化

1. 明确职责.

宿舍管理说到底就是四句话三件事,四句话:即“看好门,管好人,防事故,搞卫生。”三件事就是:宿舍卫生,遵章守纪,个人养成。

2. 确立指导。

- (1) 有利于培养学生爱劳动的好习惯。
- (2) 有利于提高学生的生活自理能力。
- (3) 有利于增强学生的责任感和荣誉感。
- (4) 有利于改变学生的不良习性，提高学生修养。
- (5) 有利于减少疾病，强身健体。

4. 规范目标。

在学工处下发的住宿生守则的基础上。把纪律，卫生，养成归纳为“三个五”，实行“三五”目标管理。

1. 毛巾一条线； 2. 牙具一条线； 3. 鞋子一条线； 4. 水壶一条线；
5. 被子横竖成线。

养成归纳为“五不”即：1. 不乱扔垃圾；2. 不随地吐痰；3. 不随地小便；4. 不说脏话；5. 不擅自使用他人物品。

二. 管理方法科学化。

要想管理工作事半功倍，效果明显，就必须有一个科学的管理方法。

1. 重沟通。

- (1) 主动和班主任沟通。以获得工作上的支持。
- (2) 积极和班干部和舍长沟通，以便掌握工作动态。
- (3) 利用各种机会与住宿生沟通，做好他们的思想工作。

2. 抓典型。

3. 多发挥。

(1) 充分发挥小黑板的作用。每天将特优和优秀房间公布，激励先进，鞭策后进。我们还在小黑板上公布加强个人修养的题目为：“提倡五不，崇尚文明”的五不内容。使同学们个个明白，人人知道，改掉不良习性，争做文明人。

(2) 充分发挥班干部和舍长的作用。

查房采取“自己查，班长或纪律委员查，舍长查”的三个结合检查方法。

(3) 积极发挥学生会同学的作用。

4. 常督促。

(1) 室内卫生实行天天打分，每日公布。发现有的房间卫

生较差时，及时找到班干部和舍长谈话。对工作不利的舍长，及时建议班主任撤换，使卫生工作逐步规范，整齐，干净。

(2) 多巡查，及时纠正违章及不文明行为。发现有违反纪律的及时上报。

1、明确目标，让文明宿舍标准要求成为全体寄宿生的努力方向；学期开始的好习惯至关重要。

每一条河流都有自己的方向，我认为寄宿生的生活也应有一个明确的目标。如果没有目标，寄宿生在宿舍生活中就没有努力的方向，就会三天两天的出问题，有时甚至会出大的问题，有了明确的目标，寄宿生在宿舍就会知道什么能做，什么事情不能做，什么事情要做的较好，什么事情要做的出色。一开始不养成好习惯，以后的坏习惯很难改掉。于是，在开学的第一个月我几乎会及时亲自到位督促宿舍管理。每天早晚坚持亲自检查，努力配合宿舍管理-员的工作。就这样良好的宿舍卫生习惯在我的督促下逐日养成。

宿舍为家，宿舍内部一定要团结，晚自修后回宿舍后，决不把垃圾随地扔，以方便第二天的值日生，做到“我为人人，人人为我”；每周早上还利用一定的时间去抽查，提醒值日生该注意哪些问题；利用周末大扫除的机会，对符合要求的床位进行拍照，不符合要求的也进行拍照，利用下一节班会课展示，进而做到及时整改。

3、落实室长负责制，让室长管理和班主任管理相结合，对宿舍室长进行培训，实行室长责任制，充分发挥室长的作用。室长一般都是班级干部。要求室长严格控制晚就寝纪律，还利用班会课进行投票，评出本班内部最差宿舍，把先进宿舍评比与期末考试奖励相挂钩。

4、充分发挥班级干部的带头作用。对班级干部提出严格要求，在各方面起模范带头作用，以点带面，带动整个宿舍各方面

的提高；如此能给学生提供自我教育，自我管理的重要机会，通过班级干部的自我管理和监督，达到学生自我管理和教育的目标。

5、积极与宿舍区生活管-理-员老师沟通，及时了解本班宿舍存在的问题，并积极配合宿舍管-理-员老师及时解决问题。进而加强宿舍管理。宿舍区生活管-理-员老师不定期到宿舍检查，能帮助杜绝夜不归宿和迟到现象；同时通过深入到同学中，和同学谈心，及时发现宿舍内部问题，解决问题，了解学生的思想动向，防患于未然。

6、积极配合学校的卫生检查，制定规章制度，严格执行，采取表扬与批评的方式，促进宿舍整体水平的提高。根据学校领导、学校宿舍区生活管-理-员每周对学生宿舍进行不定期抽查，严格检查的结果，对表现差的宿舍进行曝光，并与评优相结合。同时，利用班会课对优秀宿舍则及时进行通报表扬。

总之根据学校有关学生宿舍卫生的要求和学生宿舍的安排，我班采取了以上几点做法，在室长学生干部、，宿舍区管-理-员老师、全体寄宿生与我的共同努力取得了一定成绩，上月底我班5个宿舍全部被评为文明宿舍，这份成绩我班全体师生为之感到骄傲。在今后的的工作中，作为班主任我必将继续努力将工作切实深入到学生宿舍，逐渐学会宿舍管理科学化。进而把自己的工作做得更好。

当今世界各国还没有走出经济的危机，企业竞争日趋激烈，我公司的发展也面临着新的挑战，因此要想抓住重要的战略和机遇期，实现又快又好的发展，必须要加强自身建设，苦练内功，制度就显得尤为重要了制度是发展形势的要求，是竞争的手段，是实现目标的保障，因此贯彻落实我公司的制度势在必行。

1. 要做好一个工作，就必须热爱这个工作，精业、敬业的

为全体职工服务。

我想我有责任，有义务，有能力继续学习下去，不断的总结自己，反省自己，为公司的发展进一份绵薄之力。

寝室打扫卫生心得体会篇三

无论老师，还是学生，心里都要有一个明确的卫生和纪律标准。开学第一天的第一节课，我会准时到班抓迟到，让迟到的学生站在自己的位置上，等所有人到齐之后，从迟到现象说起，借题发挥，宣布班级最重要的纪律要求。自习课纪律八个字：“准时，定位，安静，专心”。教室和宿舍的卫生要求：随时保持干净，如果有问题，不管你在干什么，立刻停下打扫干净。宿舍纪律：违反就寝纪律的宿舍，所有人都站到我办公室去。

只要我去宿舍就查卫生，卫生有问题，立刻指出，立刻改正，绝不拖到明天。如果哪一天我到宿舍，没有提卫生，那么只有一种情况，就是这个宿舍没有问题。久而久之，我养成了查卫生的习惯，而我的学生养成了打扫卫生的习惯。

关于宿舍卫生，我们班级有一个宿舍卫生报告制度。就是舍长负责将每天的卫生分数单交给班长，班长收起之后交给我，这样我既可以及时了解宿舍的卫生状况，又可以提醒同学们要注意卫生打扫。如果低于90分或者就寝纪律有问题，宿舍所有人要到我办公室说明情况，次次如此，从不间断，必须让学生清楚老师的态度是认真而坚决的。在与学生交流的过程，我只追究集体的原因，不问个人原因。原因有三：一是个人原因难扯清，也花时间。二是容易导致互相推诿，不利于宿舍团结。三也是一次集体主义教育的机会。

我们还有学校物业和值日组反馈的信息，只要有问题，立刻去改，不要等，注意时效性。

对有问题的宿舍要有耐心，不能心急，要做好长期斗争的准备。在斗争的过程中，要仔细斟酌自己的每一句话，每一个决定，坚决避免简单粗暴的处理方式。舍长不能轮流做，这样没有人会珍惜，必要时对舍长进行一些培训与指导，唤醒他们责任心与集体荣誉感。

如果提醒就能解决的问题绝不批评，如果自己能解决的问题绝不叫家长或者提交年级部。就好比人一生病就用重药，那肯定不行。而且也有小题大做之嫌，不仅得不到学生的理解与支持，还会激化师生矛盾，那也是我们不愿意看到的。

让班级的每一个学生热爱自己的班级，可以使我们的很多工作事半功倍。

寝室打扫卫生心得体会篇四

9月9日至10日，物流与工程管理学院迎来了11级新生。为了更好的体现我院学生党员切服务广大同学的理念，让广大新生家长放心的将孩子送入学校，我院党总支安排各支部党员负责全程接待新生办理入学及入寝手续。按照物流支部的安排，我和物流支部的雷伟同志分别负责桔二410寝室和栎三226寝室。

9月9日晚，我们支部进行了第一次党员下寝室活动。我和雷伟负责的两个寝室的已经基本住满，我们就大学开学前期的各项准备工作对他们进行了详细的讲解，诸如前期教育，军训注意事项，寝室安全等日常内容。为了便于他们与我们的直接交流，我们留下来各种联系方式。

此后，我曾多次到女生寝室与她们交流，从她们的言行中，可以看出我们当年的影子，也感叹时间过得如此之快。当然，在与他们的交流中也发现了很多问题，值得我们思考。

一、为什么我们几乎看不见班主任？

这种问题的出现，是由于他们还不适应大学里独立自主的学习生活方式，刚刚脱离高中繁重的学业与老师几乎一对一的辅导，他们急需我们适当的引导，引导他们主动与班主任沟通交流，并坚持自主学习，在无人监督的情况下善于自律，不放任自己，不被大学里纷繁的娱乐所诱惑，锻炼自己的学习能力与主动意识。

二、大学课程那么少，我们平常都干什么呢？

大学不像高中那样学习从早到晚，并有家长和老师的监督，有成绩排名的压力，大学课程少，所有节日都放假，空闲时间比较多，引导他们合理利用时间是极其重要的。我个人认为，推荐他们去图书馆看跟专业有关的书籍，提前规划自己的大学是很有必要的。大学时间过得很快，提早规划有利于他们树立自己的目标并时时提醒自己为之努力。此外，我们学生党员也要以身作则，不沉迷于电脑游戏或是网络视频，以青年党员的标准要求自己并感染他们。同时，鼓励他们以寝室为单位形成良好的寝室学习氛围，互相比着学，帮着学。

三、我们这个专业到底要学什么？将来可以干什么？

针对这类问题，学院已经准备安排专业老师对他们进行专业知识讲解，同时，本届大一新生的班主任基本都是本专业老师，这对他们及时了解学科知识，学科动态等极有好处。挺多新生对本专业的就业前景持怀疑态度，所以需要我们的专业老师、就业指导老师等对他们进行适当的教育。如果他们对本专业不自信，没有激情，就无法全身心的投入学习。

四、我们如何才能入党？

针对这类问题，在本次总结会议上已经提出。我个人认为，很多学生党员在入党流程上认识不足。之前所在院系对党员发展的重视程度不够，对于团推优、支部谈话、党总支考察等一系列流程未严格规范，导致很多党员无法给予新生完整

的解释。今后，我们在发展新党员时要严格按照入党流程走，高标准、高质量的吸收入党积极分子作为我党的后备军。同时，这也反映出我们党员在理论知识及前期准备上的不足。

五、党员平常都干什么？

这种问题的出现直接反映了学生党员在广大同学中的影响力急需加强，新生只了解到我们带他们进寝室，关心他们的日常生活，却没领悟到党员的宗旨即全心全意为人民服务。同时，我们需要将我们的工作细致化、公开化，除了这些最基本的工作之外，党总支应该安排组织更多贴近同学的工作来展现我们当代学生党员应有的谨慎风貌。

新生军训已经结束，十一假期后将开始真正的大学生活，我们需要更加深入的了解他们、帮助他们，让他们尽快适应大学的学习，培养一支有理想、有素质的大一新生！

作为一名大一的学生，对于党员走进寝室，走进我们，我们每一个大一的学生来说，都是一件很好的事。跨入大学以后，面对全新的学习与生活环境，我们遇到了困难，表现出一定程度的不适应，还好，有党员进新生寝室活动，有效地解决了我们在学习和生活上面临的问题与困难，他们用积极向上的思想引导我们，让我们的大学生活有了一个相对好的开端。因为那些党员学姐都是很优秀的，同时，我们在于优秀的人接触的过程中，又从她们身上学到了很多東西。

大一上学期已经过去了，还有党员定期进寝室，走进我们，了解我们的思想学习生活情况，积极引导我们，为我们解决专业知识等相关问题。可能，现在的我们不再像刚来的时候，什么都不懂，什么都会麻烦学姐，我们不会再问学校的什么设备怎么使用，不会再问图书馆的借阅时间，不会再问大学生活动中心的活动安排等等一系列的问题，不会因为与寝室成员缺乏沟通与了解变得自闭内向，不会因为不了解专业职称，从业资格而放弃学习专业知识盲目度日，想反，有针对

性的去收集信息资料是我们在遇到问题时，首要做的。这些都归结到党员对于新生教育中的引导性的重点培养，为了引导新生的学习和生活往更好的方面发展，党员，在为我们解决问题的同时，侧重于引导我们自己培养解决问题的能力。大学的学习，不似高中，哟哟老师和家长在身后鞭策，大学的学习，更多的是要求自觉学习，所以，我觉得，党员在进寝室活动的过程中，对引导我们自学是非常好的，也希望在以后的交流中仍然可以注重自学能力的培养。

党员进寝室活动，看似非常简单的聊天，却能让异地求学的我们早日了解到，适应大学的的生活和学习以及工作，感受到当组织的温暖。活动中，党员充分的发挥他们的先进性，全方位的教育引导我们，用党的先进思想，行动在影星我们。他们给我们树立了一个很好的榜样，让我们潜意识里有了一个想法：加入中国共产党，和他们一样优秀，去奉献去帮助别人。

受党员学姐的影响，我也参加了第29期党校培训课程，并且已经顺利结业。而更加幸运的事是，这次又被确立为党的发展对象，更进一步的接近党，接受党的教育与培训。所以，我会用我的实际行动，向党员看齐，用党员的要求标准来要求自己，不管是在学习上还是生活中，把自己培养成像党员学姐一样优秀的人，去帮助别人奉献自己，争取早日加入中国共产党，成为一名名符其实的党员。我也相信，满腔热情不是一时的激情，我会一直执着的追求这一目标，更加有计划有行动的一步一步走向优秀的各位党员。

大学的序幕还没全部拉开，仍是一张白纸，但是，这一路上，我们会以这些优秀的党员为榜样为努力的方向，会用自己双手去描述自己的宏伟蓝图，去开拓一片属于自己的碧海蓝天，努力地让自己的天空辽阔高远！

寝室打扫卫生心得体会篇五

活动前言：寝室——对于我们来说，一个除了“家”以外最温暖的词语，换句话说，寝室是我们的另一个家。寝室是我们生活、学习和交流的重要场所，寝室文化又是校园文化的重要组成部分，寝室的清洁卫生不但会为我们提供一个清幽舒雅的学习环境，也会使我们的校园生活更加温馨舒适。寝室卫生的重要性不言而喻。

活动主题：寝室卫生风采大改造

活动口号：我的寝室，我做主

主办单位：生活部

活动策划：曲文君

活动总指挥：曲文君

到卫生就是“1栋太脏了”，在全院卫生检查中，屡次倒数。

室生活环境的卫生水平，加强寝室精神文明建设，努力营造一个文明、有序、健康向上的良好生活环境，从而让我们在这个严寒的冬天和曾经的1栋说bye bye□

活动对象及地点：1栋楼梯楼道

活动时间：每周二下午四点

活动安排：一、每周日晚

1、召开相关部门会议。（每月一次）

2、晚上出海报，进行卫生打扫的宣传（每月一次）

二、每周一

- 1、召开大一、各班班长会议
- 2、将1栋各楼层拍照（每月一次）

三、每周二

- 2、进行卫生打扫注意事项宣布（每月一次）

四、每周三

- 1、公布卫生检查结果，对不合格班级进行批评
- 2、将周一拍的照片与周二拍的照片进行张贴（每月一次）
- 3、对于优秀班级发奖金（每月一次）

卫生打扫细节： 1、地面无垃圾（包括垃圾桶周围）

2、地面无黑色印记

3、墙壁没有印迹

4、地面拖干净，无水印

相关部门职责： 1、书记团：整个活动过程的组织、协助及监督

2、办公室：负责活动中人员的通知及各班的考勤

3、宿管部：负责检查各个楼道卫生

4、宣传部：相关海报的刊出

5、外联部：负责活动过程中的拍照

评分细则： 1、各班班长开会到会情况（2分）

2、各班集合到位时考勤状况（2分）

3、各班打扫卫生时的态度（2分）

费用预算： 宣传部宣传材料、班级奖金、策划打印共计80元

书记团

2011年5月26日

一、总策划：

二、活动目的：

培养同学们的创新思维，充分发挥想象力，提高同学们的动手能力，并且丰富同学们的课余时间，增强同学之间的凝聚力，提升同学们的合作精神，为全系营造一个舒适、清洁的学习与生活环境，促使广大同学形成一种良好的生活习惯。在院学生工作处的号召和院劳卫部的统一领导下，政法系劳卫部特别组织本次寝室美化大赛。

三、参赛对象：

政法系非毕业班学生

四、活动时间：

2015年12月1日——2015年12月30日

五、活动程序：

1、宣传动员阶段。在君子兰前面、大食堂门口打出宣传海报，同时召开各班班长、卫生委员以及寝室长动员会议。 2、寝室美化阶段。提供一周左右的时间给大家进行寝室美化，同时对寝室进行整体大扫除。 3、组织卫生小组对参赛寝室进行检查，时间为半个月左右。

4、统计结果并初步确定获奖名单。 5、邀请系领导、各兄弟系劳卫部代表参观指导，最终确定获奖寝室的名单及名次，并颁发奖品。 6、对优秀寝室进行拍照，以海报形式展出此次活动的`成果，并为获奖寝室颁发奖状。

六、活动创意与主题

1、热带雨林：随着人们环保意识的增强，更多人追求绿色生活。可在寝室内悬挂各种树木草叶的装饰品，风铃等，营造出美丽的热带雨林的环境，让同学们拥有美好的休息空间。

2、太空之旅：近些年随着我国经济和社会的全面、协调、可持续发展，我们的航空航天事业取得了辉煌的成绩。在全国各地兴起了一股股航天热，我们学生可以自己手动制作或另外选购有关太空宇宙的贴图，例如：星星，月亮，太阳等等。张贴于天花板或墙壁之上，渲染我们的航天热情。

3、中国风：可以通过剪纸艺术并且迎合建国六十周年，以及中国特有的中国结等等配合营造出朴素喜庆的感觉。

总而言之，我们要秀出自己的风格，创造自己的个性，彰显我政法系的特色。

七、活动要求及评分细则：