

2023年给父母做饭的心得体会大学生 为父母做饭的心得体会(通用5篇)

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家有所帮助。

给父母做饭的心得体会大学生篇一

快到三月妇女节了，我控制不住自己的喜悦。我起得很早，帮妈妈做家务。我先帮妈妈铺床，然后拖地。我把地板拖得干干净净，甚至比鸽子还干净。今天，我帮助了妈妈。我很开心，因为现在我已经长大了，可以帮助爸爸妈妈了。以前擦桌子扫地是我妈的工作。现在是我的工作了。以前年轻，现在长大了，做自己的事了。做这些事感觉好累，妈妈一定要努力，我一定要好好学习！

最近发现儿子比以前懂事多了，知道心疼！这几天因为感冒有点不活动。我家孩子吃完饭会主动收拾桌子收拾东西。看到孩子做事的样子，感觉孩子一下子长大了，很感动！我发现他做事比以前认真了，孩子也不能一开始就慢慢做家务，让他们最后能独立完成这些事情，也能把事情做得那么认真，体会到做事的难度。通过做家务，我觉得既能锻炼孩子的自理能力，又能让孩子明白做家务的辛苦和父母的难处。孩子们可以在工作中学习一些生活技巧。希望孩子坚持刚刚养成的好习惯，持之以恒，提高自我意识，让自己以后的作业能够更加独立、自觉、自觉地完成。

给父母做饭的心得体会大学生篇二

当今社会，随着快节奏的生活和职场竞争的加剧，很多父母面临着繁忙的工作和照顾孩子的压力。然而，对于其中一部

分会做饭的父母来说，烹饪成为了他们疏解压力、表达爱意的一种方式。在这篇文章中，将探讨会做饭孩子父母的心得体会。

第二段：时间和兴趣的平衡

作为工作和照顾孩子的父母，会做饭是一件需要不断控制时间的任务。他们往往要在繁忙的工作中找到合适的时间来准备食物，同时也要配合孩子的作业时间和休息时间。然而，正是通过这些时间的安排，他们才发现会做饭不仅仅是为了填饱孩子的肚子，更是一种和孩子沟通的机会。在厨房里，他们可以陪伴孩子度过一段静谧的时光，和他们一起亲手制作美食、讨论食材的特点以及餐桌礼仪等话题，让双方更加了解，帮助孩子培养独立、自信的品质。

第三段：多样化的食物选择

会做饭孩子父母深知一味地吃快餐或外卖对孩子的健康不利，因此他们尽量提供多样化的食物选择。他们会根据孩子的口味和营养需求来制定菜单，并积极尝试新的烹饪方法和食谱。通过不断的尝试，他们逐渐发现孩子的喜好和优缺点，更好地了解孩子的膳食需求，使得孩子吃得营养又健康。此外，通过烹饪，他们还能教育孩子关于食物来源、餐桌礼仪等知识，培养良好的饮食习惯和养成健康的生活方式。

第四段：爱与创意的结合

会做饭孩子父母不仅仅是简单的制作食物，更是将爱和创意融入其中。他们会尽量让每一顿饭既美味又有创意，用精心制作的菜品承载家庭的温暖。他们会为孩子准备季节性的食材，利用各种烹饪方式、摆盘手法以及菜肴配色来增加食物的吸引力，刺激孩子探索更多美食的欲望。此外，他们还会根据孩子的兴趣和需求，自主发挥创意，制作一些与传统的菜肴不同的有趣菜品，例如彩色蔬菜饺子或者用米饭塑造的

小动物形象等等，以此来培养孩子的创造力和想象力。

第五段：饭桌上的故事和回忆

在家庭中，饭桌往往是亲密交流的重要场所。会做饭孩子父母非常珍视和孩子在这个特殊的场合共度的时光。他们会在进餐的过程中分享自己的故事，聆听孩子的心声，讲述家族的历史和传统。这些饭桌上的故事和回忆无疑加深了家庭成员之间的感情，也为孩子创造了一个安全、温暖的环境，帮助他们建立积极的家庭价值观。

第六段：总结

通过会做饭，父母不仅是为孩子提供了健康营养的食物，更是为爱家庭、关心孩子、培养孩子的独立能力和创造力创造了机会。会做饭孩子父母深知，通过烹饪，他们能够与孩子建立起更深的情感联系，并为孩子营造一个温馨的家庭环境。

给父母做饭的心得体会大学生篇三

第一段：引言（200字）

当孩子长大后，许多父母开始关注饮食问题。为了让孩子吃得健康，许多父母选择亲自下厨做饭。然而，这对于很多父母来说是一个陌生的领域。他们需要克服许多困难，从学习基本的厨艺，到营养膳食的调配等等。但通过实践和努力，这个过程不仅让父母发现了自己的潜力，还带来了家庭的幸福与满足。

第二段：学习的契机（200字）

很多父母在孩子出生后才开始学习如何烹饪。他们发现，为了给孩子提供营养均衡的饮食，他们需要学习更多的食物知识和做菜技巧。他们开始参加烹饪课程，阅读食谱，并向有

经验的人请教。这种学习的精神不仅激发了他们的求知欲和探索欲，也让他们对食物充满了敬畏之情。

第三段：应对困难（200字）

在学习的过程中，父母们会遇到很多困难。比如，他们对调味品和材料的使用不够熟悉，经常造成菜肴口味单调；他们会遇到烹调时间不够准确的问题，有时候会导致菜肴过生或者过熟；还有就是孩子们对食物的好恶不一，有时候父母们做的菜肴不被孩子接受。但是，父母们并没有因此放弃，而是不断去挑战自己，不断改进。

第四段：家庭的幸福（200字）

随着不断的尝试和锻炼，父母们的厨艺逐渐提高。他们开始能熟练地挑选和搭配食材，做出色香味俱全的菜肴。这让孩子们不仅享受美味的食物，还学会了感恩和分享。在父母们的辛勤付出下，全家人坐在一起吃饭的时光变得更加珍贵，成为全家人互相交流感情的机会。这样，整个家庭变得更加和谐和幸福。

第五段：收获与体会（200字）

通过学习烹饪，父母们不仅掌握了健康饮食的重要性，也因此养成了更健康的生活习惯。他们意识到健康的身体不仅需要运动，还需要合理的饮食。此外，他们还意识到属于自己的烹饪技巧可以为他人带来快乐和温暖。因此，他们开始分享自己的心得和经验，帮助他人也享受健康美食。这种经历不仅提升了父母们的厨艺和人际关系，同时也让他们更加自信和有成就感。

结论（100字）

学会烹饪是每个家长的义务与责任。尽管起初会面临困难，

但只有通过不断的学习和努力，父母们才能成为出色的厨师，为孩子们提供营养均衡的饮食。在这个过程中，他们收获了家庭的幸福和满足，也树立了榜样，将健康饮食的意识传递给下一代。同时，他们也从中体会到了人生的乐趣和价值。因此，学会烹饪对于每位父母来说都值得付出努力。

给父母做饭的心得体会大学生篇四

我经历过许许多多的次，例如：场学骑自行车，次拖地，次养小动物……但它们都比不上我次做饭有趣！

可是，又有一道难题放在我的面前了：做点什么好呢？我左思右想，恩，就做个最简单的蛋炒饭吧！

首先，把所有的`原料都准备好，就开工了！把火腿肠切成小丁，放在小盘子里；再把青豆泡在小碗里：炒饭（幸好我老妈教过我几招，要不我今天就非吃“凉大米饭拌火腿肠”了）好了，言归正传。这时候我已经把油放进锅里烧热了，发出“噼噼啪啪”的响声。心想：该把鸡蛋和肠放进去了吧！

于是我就把鸡蛋捣碎，连同火腿肠一股脑的放进了锅里。这一放可不得了，从锅中溅出的油星全部都落在了我的胳膊上，一股钻心的疼痛马上流遍了全身，我真相大叫一声，可是忍住了。只用水冲了冲就继续干了。再往锅里一看，哇噻！锅底都有点糊了，于是我赶紧用铲子把有点糊的地方铲了出去。继而把米饭也放了进去。又用铲子铲了一会，心想这下可好了吧！于是就尝了一口。乖乖，不是吧，我还没加盐呢！于是又急忙把盐加了进去。

呼……终于大功告成了！

虽然很苦很累还受了伤，不过我终于吃到了自己做的顿饭，虽然不是很好吃，不过，我相信有了这次的经历，下次一定会做得更好。

给父母做饭的心得体会大学生篇五

第一段：引言（120字）

当谈及到为孩子烹饪美食时，许多人可能会想到悉心为孩子准备健康营养的餐点。然而，对于一名“会做饭”的家长而言，这远远超出了满足基本需要的食物。烹饪成为了父母之间与孩子之间更深层次联系的一种方式。会做饭的父母们每一餐都能在食物中流露爱意，并将这份爱引导孩子迈向健康而富有情趣的生活。

第二段：家庭团结与亲子关系（240字）

会做饭是一个家庭团结的符号。共进晚餐是会做饭者每天期待的时刻。父母们亲自动手准备餐点，可以让全家感受到父母的爱与关怀。在这个过程中，家庭成员相互交流，分享一天的快乐与困扰。这不仅是一种享受美食的体验，更是增进亲子关系的珍贵时刻。通过共同制作餐点，父母与孩子之间可以建立起一种共同的兴趣爱好和沟通的桥梁，增强家庭的凝聚力。

第三段：培养健康饮食习惯（240字）

对于会做饭的父母来说，烹饪不仅是满足基本需求的一种方式，更是教育孩子养成良好饮食习惯的一种方法。合理搭配营养食材，父母可以为孩子创造出丰富多样的饮食选择，并引导他们在饮食方面做出正确的选择。通过培养孩子对健康食物的喜好，父母们可以为他们以后的生活奠定良好的基础。饮食的多样性也能够培养孩子的口味，让他们更加开放和包容。

第四段：时间与爱的投入（240字）

会做饭的父母们不仅仅将食物作为满足孩子生理需求的工具，

更是把烹饪过程视为一种创造性的活动。无论是挑选食材，还是设计菜谱，父母们在烹饪中投入了大量的时间和心血。在这个过程中，他们体会到了付出与收获之间的成就感，也让孩子感受到了父母的爱与关心。在孩子眼中，每一道菜都是父母对他们的独特的表达方式，这无疑加深了亲子之间的情感纽带。

第五段：结尾（360字）

总而言之，会做饭孩子父母的心得体会是多方面的。从培养家庭团结与亲子关系，到促进健康饮食习惯的养成，再到投入时间和爱给孩子带来的成就感与满足感，这一切都让我们深刻认识到，烹饪是一种能够将家庭成员联系在一起的美妙活动。作为父母，我们感到无比幸福和骄傲，能够为孩子烹调美食，让他们在饮食中感受到爱与关怀。因此，我们应该珍惜这个机会，不断提升自己的烹饪技能，将家庭的温暖与爱意传递给孩子，成就一个健康，快乐，团结的家庭。