

“互联网+”实用教材
高等教育新形态一体化教材

劳动教育教程实践手册

主 编 邓生银 刘小毛 庞 波 吴玉婵
副主编 顾祎娜 房晓静

图书在版编目 (CIP) 数据

劳动教育教程 / 邓生银等主编. — 北京 : 中国言
实出版社, 2022.9
ISBN 978-7-5171-4294-2

I. ①劳… II. ①邓… III. ①劳动教育-高等职业教
育-教材 IV. ①G40-015

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2022) 第 163516 号

劳动教育教程实践手册

责任编辑: 王战星
责任校对: 代青霞

出版发行: 中国言实出版社

地 址: 北京市朝阳区北苑路180号加利大厦5号楼105室

邮 编: 100101

编辑部: 北京市海淀区花园路6号院B座6层

邮 编: 100088

电 话: 010-64924853 (总编室) 010-64924716 (发行部)

网 址: www.zgyschs.cn 电子邮箱: zgyschs@263.net

经 销: 新华书店

印 刷: 涑水建良印刷有限公司

版 次: 2022年9月第1版 2022年9月第1次印刷

规 格: 787毫米×1092毫米 1/16 8印张

字 数: 147千字

定 价: 29.80元

书 号: ISBN 978-7-5171-4294-2

任务 1 头脑风暴: 正确看待劳动	001
任务 2 制订学期劳动计划	006
任务 3 衣物烫染	010
任务 4 秘制私房菜	015
任务 5 断舍离	021
任务 6 家庭消毒	025
任务 7 宿舍卫生	030
任务 8 墙饰制作: 玻璃粘贴装饰画	035
任务 9 换灯具	039
任务 10 植树	042
任务 11 垃圾分类	046
任务 12 网络故障排除	053
任务 13 抖音短视频制作	058
任务 14 乡村社会实践调研	063

任务 15	社区服务	067
任务 16	赛事服务	074
任务 17	公益宣传	080
任务 18	老年人陪护	085
任务 19	幼儿看护	095
任务 20	家庭急救	100
任务 21	草莓采摘	105
任务 22	营销策划	110
任务 23	公司年会策划和组织	114

任务2 制订学期劳动计划

任务目标

知识目标

掌握劳动计划的基本内容和写作方法。

技能目标

能够制订学期劳动计划。

思政目标

养成良好的计划习惯，能够合理统筹安排学习和工作。

任务内容

1. 明确劳动任务，制订学期劳动计划。
2. 确定阶段性中心任务和工作重点。
3. 分解劳动内容，以求让预期目标具体化、明确化。
4. 明确计划实施的地点与时间，了解计划实施的环境条件和限制，以便合理安排计划实施的空间组织和布局。
5. 形成最终成果。

任务准备

一、劳动需求方面

事实上，在社会主义市场经济下，大学生面临着很多竞争和挑战，但是大学生也没有退缩，而是主动把握自己的命运，适应市场和时代的需求，寻找机会实现自己的梦想。他们开始注重自我能力的提高。大学生在大学四年所参加的各种资格考试，种种类型的证书彰显着大学生对自我能力的重视，对自我提高的重视。他们具有一种危机意识，这会让他们在日后的竞争中会脱颖而出。在学校期间就参加各种各样的活动，这些都是大学生的一种人生的经验和历练。

二、熟悉劳动计划写作技巧

培养大学生劳动的意识，熟悉掌握劳动计划写作技巧。按照劳动计划坚持有组织、有目的地组织大学生参加丰富多彩的劳动实践活动，促使大学生全面发展。

三、做好自我劳动技能评估

做事认真细心，求真务实，善于沟通，有一定的社会实践经验，做人诚恳，性格开朗热情，积极进取，有爱心。下表2-1是学期劳动计划示例表。

表 2-1 学期劳动计划示例

姓名	×××
性别	×
政治面貌	××××
所在院系	×××××
专业	×××××
学号	××××××
劳动方向	勤工助学或志愿服务（二选一）
劳动形式	个人或团体（如是团体，注明团队成员）
劳动地点	×××
劳动岗位	×××
劳动内容	×××
劳动时间	以学期为周期，具体到小时
劳动频次	以天、周、月为单位
预期劳动成果	体验劳动的过程图片、视频、收获

1. 引导学生树立正确的劳动观念。及时了解学生的思想动态，从小事入手，认真对待日常生活中水滴穿石的养成教育，入情入理地达到教育目的，帮助自我管理能力强、艰苦奋斗精神淡薄的学生自觉养成良好的学习、生活习惯，树立克勤克俭、奋发向上、开拓进取、严谨踏实的艰苦奋斗作风。倡导一种健康向上的生活理念。

2. 加强劳动方面的教育。首先，加强劳动观念教育。劳动观念作为人们对劳动的根本看法和态度，是人们世界观和人生观的重要组成



注意事项



部分。其次，进行热爱劳动人民的教育。劳动人民是社会主义国家的主人，是社会主义物质文明和精神文明的最直接创造者。国和民是密不可分，爱国必爱民，爱民必爱国，这是爱国主义的基本含义。再次，进行劳动技能教育。大学生是社会主义现代化建设的生力军，对大学生进行必要的劳动技能教育，是十分重要的。

3. 积极组织社会实践活动，培养学生艰苦奋斗的意志和品格。劳动教育应符合学生发展特点，激发学生劳动热情。开展形式应多样化，通过社区义务劳动、社会调查、参观访问、军训、勤工助学等活动，让学生广泛接触社会，认识社会，在实践中培养劳动观念和热爱劳动人民的真正感情，培养全面人才，使大学生具有艰苦奋斗的精神和健康向上的素质，锻炼大学生坚韧不拔、艰苦奋斗的意志品格。例如，结合专业特点进行发明创造，实践操作，装扮校园，利用学校资源，开展结合社区义诊等活动。积极组织学生参与校园卫生保洁和绿化美化，普及校园种植。开辟专门区域种植花草树木或农作物，让班级、学生认领绿植或“责任田”，予以精心呵护。大力开展与劳动有关的兴趣小组、社团、俱乐部活动，进行手工制作、班务整理、室内装饰、勤工俭学等实践活动。广泛组织以劳动教育为主题的班团队会、劳模报告会、手工技能展示，提高学生劳动意识。重视每一次劳动成果，可在班级举行成果展示，激发大家劳动热情、创造火花，体验活动乐趣。

4. 完善劳动教育体制。建立完善的劳动教育体制，使其更加规范化，日常化和习惯化。学校根据劳动教育需求，制定劳动教育计划，依照计划有序进行引导、实践教学。

思政萃取

大学生通过参加适当的体力劳动，树立科学的劳动观念，端正劳动态度，积极投身到社会主义现代化建设当中，为弘扬中华民族热爱劳动的优良传统，贡献自己的一份力量。劳动技能教育不仅要通过劳动理论课教育，而且要参加适当的劳动，使大学生学会各种劳动的实际操作规程，以保证劳动的安全和劳动的质量。

任务实施

1. 汇总整理搜集到的信息资料，在勤工助学或志愿服务两个方向中做出选择。

2. 结合小组研讨中大家所提出的意见或建议，梳理、完善个人思路。

通过调查，学生对中共中央、国务院印发的《关于全面加强新时代大中小学劳动教育的意见》时代背景、重要意义和主要内容有所了解，但了解不深入。学生普遍认为劳动教育有利于培养一个人良好的生活习惯，培养适应环境的能力，培养吃苦耐劳的精神，培养感恩意识，培养独立生活的能力，培养自己的责任心，对于参与社会竞争有积极的促进作用。

1. 制订学期劳动计划前，要事先做好计划统计工作。

2. 计划分配工作做得比较混乱，需要加以改进，要事先把计划表任务统计好，分配好，以便提高效率。



劳动反思



任务评价表

小组全员任务评价表（表 2-2），由教师进行评价。

表 2-2 任务评价表

班级：

小组：

记录人：

序号	项目	内容记录	观点提出人
1	劳动计划表完整		
2	注重事实		
3	理论性		
4	语言简洁		



任务总结


