

图书出品人：刘海涛

出版统筹：石松

图书策划：张荣昌

责任编辑：李婷婷

责任印制：曲静 高波

发行总监：石磊

责任校对：姜婷

封面设计：唐韵设计

ZHONGZHISHENG
LAODONG
JIAOYU
JIAO
CHENG



职业教育通识课教育系列教材

职校生劳动教育教程

中职生劳动教育教程（第2版）

高职生劳动教育教程



中国民主法制出版社
天猫旗舰店

上架建议：职业教育



定价：42.00元



“十四五”职业教育国家规划教材

中职生劳动教育教程（第2版）

主编◎毛翠丽

侯银海

李明

中国民主法制出版社



“十四五”职业教育国家规划教材

LAODONG
JIAOYU
中职生
劳动教育教程（第2版）
CHENG

主编◎毛翠丽 侯银海 李明

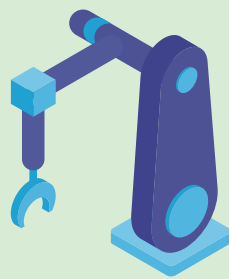


中国出版集团 | 全国百佳图书
中国民主法制出版社 | 出版单位



“十四五”职业教育国家规划教材

LAODONG JIAOYU



中职生 劳动教育教程 (第2版)

主编 毛翠丽 侯银海 李 明



CHENG



中国出版集团 | 全国百佳图书
中国民主法制出版社 | 出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

中职生劳动教育教程 / 毛翠丽, 侯银海, 李明主编. 2 版. — 北京: 中国民主法制出版社, 2025. 5.
ISBN 978-7-5162-3954-4

I. G40-015

中国国家版本馆 CIP 数据核字第 20258J3T85 号

图书出品人: 刘海涛

出版统筹: 石 松

责任编辑: 李婷婷

书 名 / 中职生劳动教育教程 (第 2 版)

作 者 / 毛翠丽 侯银海 李 明 主编

出版·发行 / 中国民主法制出版社

地址 / 北京市丰台区右安门外玉林里 7 号 (100069)

电话 / (010) 63055259 (总编室) 63058068 63057714 (营销中心)

传真 / (010) 63055259

http: // www.npcpub.com

E-mail: mzfz@npcpub.com

经销 / 新华书店

开本 / 16 开 787 毫米 × 1092 毫米

印张 / 15 字数 / 268 千字

版本 / 2025 年 7 月第 2 版 2025 年 7 月第 1 次印刷

印刷 / 北京荣玉印刷有限公司

书号 / ISBN 978-7-5162-3954-4

定价 / 42.00 元

出版声明 / 版权所有, 侵权必究。

(如有缺页或倒装, 本社负责退换)

中职生劳动教育教程（第2版）

专家委员会

主任委员 曲 霞 李醒东
委 员 侯银海 张自遵 韩春卉 毛翠丽 梁 露 王继梅

编写委员会

主 编 毛翠丽 侯银海 李 明
副 主 编 崔秀丽 常万胜 杨晓静 董 淼 林姗姗 李万泉
编 委 曹飞颖 唐春风 王海军 李 飞 黄慧宇 李秀露
王 惠 张红霞 孙英俊 杨 玲 翁晓民 杨显青
卢红霞 张 鸽

序

本系列教材注重在劳动教育中引导学生养成良好的职业精神和职业行为习惯，采用模块化的任务驱动，而并非通篇进行理论阐述。本系列教材以一个个相对独立但又贴近社会、贴近职业、贴近职业院校的劳动任务来吸引学生参与、引导学生感悟，以一个个有趣、亲切的活动引导学生在实际操作中崇尚劳动、尊重劳动，懂得劳动最光荣，并能够辛勤劳动。

本系列教材不是用来“讲”的，而是用来指导学生“做”的。使用本教材，可以避免劳动教育成为“有教育、无劳动”的传统课堂教学，防止在课上“听”劳动、在课外“看”劳动、在网上“玩”劳动、在试卷上“考”劳动的劳动教育占据课堂。

其实，从古至今，真正的好教材的作者往往都是扎根于学生群体之中、受学生爱戴的、有长期在教育一线工作经历的教师。本系列教材的作者均为职业院校的一线教师，也是来自一线的“草根”，他们思维敏捷、善于攻关，敏感地捕捉机遇，设计出让让人无法“讲”的教材选题，搭建了能引导学生在劳动中思考的教材框架，并组织了一个志同道合的作者群体。他们了解职业院校学生，熟悉职业院校教学实践，善于把抽象的理论具体化，把复杂的问题简单化，把枯燥的事物趣味化。更令人钦佩的是这些作者不仅会讲、会写、会思考，更会“做”，是善动手、会劳动的教师。

笔者在做修订教材、教参的收尾工作时接到为本系列教材作序的邀请，虽然已有力不从心之感，但还是放下自己编写的教材为其提笔，因为该系列教材是遵循中共中央、国务院以及人力资源社会保障部、教育部要求而开发

的新型课程，所以为本教材作序也是作为笔者对新事物以及创新者的支持。但由于本系列教材是新课程、新内容、新体例、新教法、新学法，所以其中也可能存在一些不足之处，敬请读者朋友批评指正。希望本系列教材能为劳动教育教材的多样化做出贡献，同时也希望其能受到劳动教育教师的重视和学生们的欢迎。

蒋乃平

前言

劳动者是建功新时代的主力军，劳动教育是学生成长成才的关键。中共中央、国务院于 2020 年 3 月印发的《关于全面加强新时代大中小学劳动教育的意见》明确指出，将劳动教育上升至国家人才战略层面的高度；同年，教育部印发的《大中小学劳动教育指导纲要（试行）》，从多个方面对如何实施劳动教育提出了要求，赋予了高等院校强化劳动教育的新使命；2022 年 4 月，“对受教育者进行思想政治教育和职业道德教育，培育劳模精神、劳动精神、工匠精神，传授科学文化与专业知识，培养技术技能，进行职业指导，全面提高受教育者的素质”被写进新修订的《中华人民共和国职业教育法》，体现了劳动教育的重要性；党的二十大报告也明确提出“在全社会弘扬劳动精神、奋斗精神、奉献精神、创造精神、勤俭节约精神，培育时代新风新貌”。这一系列关于劳动教育的政策文件和重要论述充分彰显出劳动教育的重要性。

为贯彻党的二十大精神，切实把握育人导向，遵循教育规律，体现时代特征，把劳动教育落到实处，本系列教材专家委员会组织全国职业教育界有关专家学者、一线教师、教育部门管理专家在北京召开了劳动教育相关课程与教材开发研讨会，就相关问题达成了一致意见，认为适时开发劳动教育教材是贯彻落实党中央、国务院、教育部、人力资源和社会保障部等的指示精神，切实在职业教育中加强学生的劳动教育、构建劳动教育课程体系的重要举措。

本教材在编写过程中坚持为党育人、为国育才，润物无声地融入思想政治教育内容，引导学生成长为具有更深情怀、更广视野、更大格局的，堪当

民族复兴重任的时代新人。本教材秉持尊重当代中职生身心发展规律的编写原则，根据中职院校培养高素质高技能人才的任务，遵循人才成长规律，突出劳动素养和劳动实践，着力培养学生爱劳动的情感、会劳动的技能、创造劳动价值的能力、珍惜劳动成果的情怀、开创幸福生活的志向。本教材按照认识劳动、感悟劳动、提升劳动能力、体会劳动价值、创造幸福生活的脉络延伸扩展，并以任务驱动、活动导向、一体化模式设计体例，从培养尊重劳动观念、增进热爱劳动的情感、加强劳动养成教育、注重职业劳动体验和技能实践提高等方面安排教学内容。此外，本教材从知识、技能、素质三维目标出发安排劳动活动。

本教材图文并茂，版式新颖，设计了丰富的拓展知识和实践活动，增加了学习的趣味性。为了增强教材的实用性，突出对劳动实践的指导意义，本教材在必要的劳动知识基础上，重点设计了一个个相对独立又构成体系的劳动活动。本教材的内容源于生活又适度提升，既有对知识的“教”，也有对实践的“做”，以及对劳动任务与实践的反思。此外，本教材作者还为广大一线教师提供了服务于本书的教学资源库，有需要者可致电教学助手13810412048 或发邮件至 2393867076@qq.com。

毛翠丽

目 录

第一篇

劳动引领时代

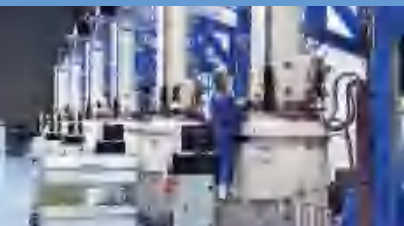
任务一 体认新时代劳动	2
活动 1 当好班级值日生	6
活动 2 参与校园劳动周	11
活动 3 经常弯腰做劳动	16
活动 4 爱护专业实训场	20
任务二 树立马克思主义劳动观	25
活动 1 劳动创造历史	30
活动 2 劳动促进发展	34
活动 3 劳动开创文明	38
活动 4 劳动提升修养	42
任务三 感悟“三个精神”	48
活动 1 参观企业生产	55
活动 2 参观大国重器	59
活动 3 走进培训基地	64
活动 4 参观劳动成果展览	69

第二篇

劳动成就人生

任务一 提升职业能力	78
活动 1 专业兴趣社团促进步	83
活动 2 职业技能竞赛显身手	87
活动 3 职教活动周上展风采	93
活动 4 技能主题演讲露一手	99

第三篇



任务二 投入生活劳动 104

- 活动 1 家庭劳动好帮手 112
- 活动 2 学做美食传文化 117
- 活动 3 学有所用我能行 122
- 活动 4 做好计划去旅行 127

任务三 体验职业劳动 132

- 活动 1 体验安全文明生产 137
- 活动 2 体验育苗农业生产 140
- 活动 3 体验服务行业礼仪 144
- 活动 4 体验参观解说工作 149

劳动创造价值

任务一 参与志愿服务劳动 154

- 活动 1 弘扬志愿精神 160
- 活动 2 投身志愿服务 164
- 活动 3 参观志愿机构 168
- 活动 4 图书馆里做贡献 173

任务二 感受劳动创造幸福生活 178

- 活动 1 社区劳动实践 182
- 活动 2 勤工俭学实践 186
- 活动 3 “三下乡”实践 192
- 活动 4 观察住宅变迁 197

任务三 探索新时代劳动价值 203

- 活动 1 开展直播助农实践 209
- 活动 2 感受智慧劳动魅力 215
- 活动 3 感受无人机科技魅力 219
- 活动 4 保障劳动权益 223

参考文献 229

第一篇

劳动引领时代



看似寻常最奇崛，成如容易却艰辛。中国特色社会主义事业大厦是靠一砖一瓦砌成的，人民的幸福是靠一点一滴创造得来的。奋斗成就伟大事业，劳动创造辉煌历史。民生在勤，勤则不匮。中华民族是勤于劳动、善于创造的民族。正是因为劳动创造，我们拥有了历史的辉煌；也正是因为劳动创造，我们拥有了今天的成就。热爱劳动、勤奋劳作是中华民族的优秀传统和美德之一。世世代代的中华儿女凭借勤奋劳动，开垦了家园，开发了资源，使河山更加壮美；广大劳动人民代代相续，辛勤劳作，创造了灿烂辉煌的中华文化，积淀了充沛丰富的人文精神。在长期的劳动中，中国人民用双手和智慧创造了绚丽多彩的古代文明，推动了中国社会的进步和历史的发展。

任务一

体认新时代劳动

任务描述

党的二十大报告指出，要从二〇二〇年到二〇三五年基本实现社会主义现代化；从二〇三五年到二十一世纪中叶把我国建成富强民主文明和谐美丽的社会主义现代化强国。而这需要千千万万新时代技能人才付出智慧和劳动才能实现。



图 1-1 社会主义新农村的美好生活

劳动是推动人类社会进步的原动力，也是实现个人价值的重要途径。无论是在物质生活中还是在精神生活中，劳动都扮演了重要的角色。劳动创造生活，也创造美好，只有通过勤劳的付出，人们才能实现自己的梦想与价值，拥抱充实而美好的生活（如图 1-1）。

任务目标

1. 正确认识新时代劳动。
2. 体会劳动的重要意义。
3. 感受劳动在社会创新发展中的重要作用。

知识准备

一、初识劳动

劳动的起源伴随着人类的进化，劳动的发展伴随着人类社会的进步。在远古时代，人类从原始步入文明，开始使用双手打造石器，这些石器就形成了最初的劳动工具。通过对石器的打磨（如图 1-2）与长期的劳动实践，人类双手的灵活使用促进了人脑的开发，人类得以发展智慧，并且产生语言与情感。时间流逝，朝代更迭，

但劳动始终是人类社会的基础，是人类生存和发展的必要活动。在人类历史的漫长进程中，劳动随着社会发展而不断进步，经历了采集与狩猎、农耕与游牧、手工业、工业化以及现代技术等变迁，但其本质含义与特征不曾改变。

一般所说的劳动专指人类的劳动，也就是人类创造物质或精神财富的活动。劳动是人的本质力量对象化的活动。劳动是指人们有意识地改变劳动对象的形态或性质，使之成为人类的生活和需要服务的有目的的活动，即劳动力的支出或使用。马克思认为：“劳动首先是人和自然之间的过程，是人以自身的活动来中介、调整和控制人和自然之间的物质变换的过程。”结合马克思的相关理论，劳动的大致定义是人类为满足自身的物质和精神需要，有目的地改造自然的活动。由此可以看出，劳动是人类特有的一种有目的的社会实践活动，这便是劳动的本质。随着生产力的发展和生产效率的提高，劳动的内涵越来越丰富。现阶段的劳动主要是指人能动地、创造性地利用自然资源、社会资源、自身潜能与客观世界之间进行物质变换，并创造精神文化产品的社会实践活动。



图 1-2 旧石器时代的打磨石器



思考

1. 我们做家务是劳动吗？为什么？
2. 小明踢球是劳动吗？为什么？
3. 小李在公园践踏草坪、破坏花草是劳动吗？为什么？

通过以上思考题，我们可以想一想劳动和其他活动的区别。

有些活动与劳动的外在表现方式类似，但如果它们不是有意识地、有目的地主动实施的，就不属于劳动的范畴，如不小心摔倒等；而有些活动虽然也是有目的的主动行为，但不是为了人类生活和需要服务的，也不属于劳动的范畴，如偷窃、毁坏财物等。劳动与运动也有所不同，二者的区别如表 1-1 所示。

表 1-1 劳动与运动的区别

项目	劳动	运动
目的	创造价值或获取报酬	锻炼身体或实现竞技目标
形式	以人体肌肉与骨骼为主，也可以以大脑或其他生理系统为主	以人体肌肉与骨骼为主，以大脑或其他生理系统为辅
结果	完成施工、制造产品、创造财富	实现强身健体或取得竞技目标
体验	忙碌、疲惫、成就感	坚持、疲倦、放松、竞争

二、劳动的分类

根据不同的标准，人类社会的劳动可以划分为多种类型，如表 1-2 所示。

表 1-2 劳动的类型及举例

划分依据	类型	举例
体力和脑力的比重	体力劳动	狩猎、捕鱼、砍伐、耕种、编织
	脑力劳动	艺术创作、方案设计、绘制图纸
复杂程度	简单劳动	提、拉、推、扛、举
	复杂劳动	编辑书籍、翻译作品、设计产品
理论和实操特点	知识型劳动	解答问题、研究理论、科学探索
	技能型劳动	生产产品、修理机器、护理病人、歌舞表演



思考

1. 劳动的分类是非此即彼的吗？
2. 劳动的分类是一成不变的吗？

三、劳动的价值

基于日常生产与生活的经验，我们可以感受到劳动对于创造物质财富和精神财富的重要作用，实际上，劳动对于社会关系、人的发展等都有着积极的作用。

经济价值。劳动是生产物质财富的源头，是创造价值的基础。从个体层面来看，人们可以通过劳动获得生计所必需的物质资源，并依靠劳动来维持和提高自身的物质生活水平；从人类社会层面来看，劳动是人类创造社会价值的手段和方式，通过劳动，人类能够生产出各种物品、提供各种服务，满足人类的生产生活需要，促进社会的繁荣发展。

精神价值。劳动不仅能够创造经济收益，还能给人们带来充实感、成就感、自豪感和满足感。劳动也能够激发人的潜能，使劳动者不断实现能力提升，体会到创造的快乐和收获的喜悦。例如：工人经过不断的劳动提高了自身的职业能力，生产出更精美的产品，获得了自身能力的提高与突破；艺术家通过劳动创造出一件作品，感到充实与满足；农民通过耕耘实现庄稼的丰收，体验到自豪感与幸福感；等等。可见，劳动不仅是生产生活的手段，也是展示人类创造力的载体，是人类精神世界的体现。

人文价值。在劳动中，人们会产生各种人生体验，培养同理心，与他人建立情感认同和价值认可，实现与其他人的交流与沟通；培养合作精神、自立能力和创新能力，提高社会责任感和自身文化素养，推动个体的全面发展，实现与人类社会的良性互动，进而建立起自己与社会的联系，建立社会地位，找到自身在社会中的归属感。人们通过劳动为社会做贡献，实现自身个人价值与社会价值，同时也建立起团结友爱的社会氛围，促进社会和谐发展。



1. 想想我们进行过什么样的劳动？
2. 想想我们通过劳动获得了哪些方面的提升？

任务提高

劳动是推动人类社会进步的根本力量

习近平总书记高度重视、关心劳动群众，多次出席全国劳动模范和先进工作者表彰大会等会议并发表重要讲话，指出“劳动是推动人类社会进步的根本力量”“人类是劳动创造的，社会是劳动创造的”。这些重要论述揭示了

人类社会历史发展的基本规律，蕴含着深刻的理论逻辑和实践逻辑。

“社会主义是干出来的。”热爱劳动的优秀品质镌刻于中华民族精神脉搏之中，代代相传，绵延至今，成为广大劳动群众书写当代中国历史发展、社会进步绚烂篇章的重要精神之源。“铁人”王进喜、“两弹元勋”邓稼先、“知识分子的杰出代表”蒋筑英、“宁肯一人脏、换来万人净”的时传祥等一大批先进模范，响应党的号召，带动广大群众自力更生、奋发图强。他们在劳动中铸就的“铁人精神”“两弹一星”精神等，成为激励各族人民意气风发投身社会主义建设的强大精神力量。在中国共产党的带领下，广大劳动群众不畏自然环境的艰难，不惧物质条件的贫瘠，勤于劳动，勇于斗争，取得了社会主义革命和建设的胜利。改革开放和社会主义现代化建设新时期，“蓝领专家”孔祥瑞、“金牌工人”窦铁成、“新时期铁人”王启民、“新时代雷锋”徐虎、“知识工人”邓建军、“马班邮路”王顺友等一大批劳动模范和先进工作者，干一行、爱一行，专一行、精一行，带动广大劳动群众锐意进取、积极投身改革开放和社会主义现代化建设，为国家和人民建立了杰出功勋。

看似寻常最奇崛，成如容易却艰辛。中国特色社会主义事业大厦是靠一砖一瓦砌成的，人民的幸福是靠一点一滴创造得来的。奋斗成就伟大事业，劳动创造辉煌历史。新中国成立75年来，广大劳动群众与党同心，跟党走，辛勤劳动，无私奉献，用智慧和汗水为党和国家事业发展作出了重要贡献。

（资料来源：《红旗文稿》，2024年5月，有删改）

活动1 当好班级值日生



活动描述

值日活动是学校日常活动的重要组成部分，是最常见的校园劳动形式。值日生负责校园、教室等区域的整理、保洁工作，负责班级绿植养护、宣传栏内容及文化日志更新等工作。我们要熟知值日要求和内容，掌握基本劳动技能，让校园变得整洁、舒适、美丽。

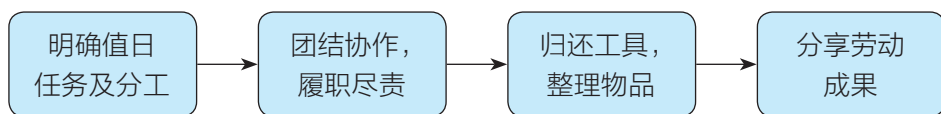
活动目标

1. 确定班级值日工作安排，分组开展值日活动。
2. 正确管理及使用劳动工具，做好防护。
3. 体会劳动创造整洁环境的愉悦和成就感，形成良好的劳动习惯。
4. 增强劳动意识和主人翁责任感，对值日活动的改进提出合理建议。

劳动安全与卫生防护

1. 了解值日活动任务内容和时间。
2. 了解工具使用与管理办法。
3. 使用工具时要注意安全。
4. 注意文明礼貌，熟悉工作区域作息安排。

活动导图



活动过程

一、明确任务并进行分工

(一) 明确值日任务

值日任务一般包括清扫教室地面、拖地板；整理教室内杂物；依据教室规定布局将桌椅摆放整齐，将桌面物品有序摆放，用干净抹布将桌面擦拭干净；整理讲桌杂物，把讲桌和黑板擦拭干净；将门窗、书架、宣传栏等擦拭干净；清理垃圾箱；将劳动工具放回原位；做好校园卫生责任区保洁工作，进行绿植养护，更新文化宣传栏或做好板报设计。

(二) 进行值日分工

根据实际情况，由班主任老师安排生活委员或劳动委员进行值日分组，确定小组长和值日顺序。值日组长可以按照任务内容和小组人数，将值日任

务分配到个人，同时制作一张值日表（表1-3），并设计有事假、病假的情况时的调整办法。也可以由班级劳动委员或生活委员协助班长制作整个班级的值日表，各组在组长的带领下做好日常值日工作，由班干部负责检查督促。

表1-3 值日分工表

值日任务	责任人	监察人
清扫教室地面		
拖地		
摆放桌椅、物品		
擦拭桌椅、讲台、窗台等		
养护绿植		
更新宣传栏		
清理垃圾箱，整理劳动工具		
清理走廊卫生		
班级其他责任区域		

小组：

时间： 年 月 日

二、按照安排协作完成值日任务

每位组员应该认真了解值日任务，知道自己负责的工作与整体工作的关系，做好根据实际情况随时调整工作内容的准备；要检查劳动工具是否完备，如扫帚、拖把、灰斗、抹布等；劳动过程中要尽职尽责，同时做好防护，认真完成值日任务；工作中如遇冲突要及时沟通，实现良好的劳动协作。

三、做好记录总结

在值日过程中，我们会产生很多体验和感受，可以写在个人日记里。建议把劳动习惯应用于宿舍或家中：可以和舍友共同安排好宿舍值日，制作值日表（表1-4）；周末回家主动帮家长做家务，如整理房间、收纳衣物、整齐叠放被褥、有序摆放物品等。

表 1-4 宿舍值日表

记录内容	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
值日人员							
值日内容	室内通风、扫地、拖地、擦桌子和窗台、清洁墙面和屋顶、倒垃圾、擦窗户玻璃、整理公共区域物品、检查安全隐患、按时熄灯、检查床铺整理情况等						
本日完成情况小结							

延伸提高

案例一：2024 级 × × 专业 1 班的同学们发挥集体智慧，对班级值日活动进行了改进，实施了“文明委员会”制度，使班级在值日活动中“事事有人做，人人有事做”，他们把班级的各项工作进行细致的分类，分配给班级里的每一名同学，并列出了具体的工作标准（表 1-5）。

表 1-5 2024 级 × × 专业 1 班文明委员会

序号	工作项目	负责人	工作标准
1	班级日志填写	张一、王二	记录每节课考勤情况、上课纪律和老师上课情况
2	教室门窗开关	李三、赵四	负责管理教室钥匙，每天课前打开门窗，放学后关闭门窗
3	教室用电管理	孙五、刘六	教室用电安全日常督查，放学后负责检查关闭教室电器和电源开关
4	教室绿植管理	周七、魏八	教室绿植养护
.....			

案例二：2024 级 × × 专业 2 班的同学们集思广益，也对班级值日工作进行了改进，他们实行了“周包干”制度。具体工作方法是：将班级同学分为四个小组，每组设置一名组长，由组长组织学生负责一周的值日工作，并依次轮换。



思考

这两个班级都对班级值日工作进行了改进，你觉得哪种工作方法更合理、更科学呢？我们可以提出意见与改进建议。



活动评价

对自己的活动表现进行自评，并邀请同组成员、老师进行评价打分，综合得出成绩和等级，填写在表 1-6 中。

表 1-6 班级值日活动评价

活动内容	配分	自评	互评	师评	备注
了解任务，明确职责，服从分配	20				
遵照要求做好值日	20				
团结协作，配合默契	20				
有主人翁意识，能够分享感受与建议	20				
在宿舍主动承担打扫工作或周末回家打扫卫生	20				
合计	100				
等级					

注：86～100分为优；76～85分为良；60～75分为合格；0～59分为不合格

活动2 参与校园劳动周

活动描述

校园里的劳动教育实践周是校园生活珍贵回忆的一部分。早期空想社会主义者罗伯特·欧文曾说过：“完善的新人应该是在劳动之中和为了劳动而培养起来的。”劳动教育实践周能让我们在劳动过程中提升综合素养和行动力，学会团结协作，形成良好的人际关系，感受劳动的辛苦，进一步养成自强不息的精神品格。

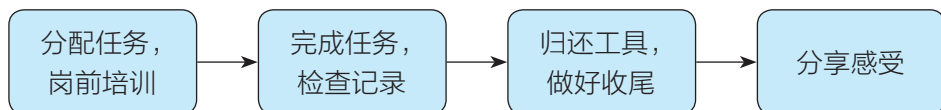
活动目标

1. 认真了解劳动任务，清楚自己负责的工作，做好根据动态安排调整工作内容的准备。
2. 认真完成劳动任务，尽职尽责。
3. 体会通过劳动创造整洁环境的愉悦和成就感。
4. 在每天的晨会和晚会上分享感受，并提出合理建议。

劳动安全与卫生防护

1. 着校服，穿运动鞋，可戴运动帽。
2. 听从值周管理老师、班主任的统一安排。
3. 严格遵循请假制度，不得擅自离岗，有事需要离开时要请示值周管理老师或班主任。
4. 劳动中注意根据天气和实际情况做好自身防护，注意交通安全和工具使用安全。
5. 注意文明礼貌：打扫室内卫生时要注意学校作息安排，打扫室外卫生时要注意礼让师生和来访客人。

活动导图





活动过程

一、校园劳动周任务分配

相关负责人设定劳动教育实践周活动的工作岗位，分配劳动任务，安排组长、工作负责人和巡查人员（表 1-7），做好劳动安全宣讲，准备劳动实践周相关劳动工具。

表 1-7 校园劳动周任务分工参考样表

劳动任务	劳动地点及内容	工具	责任人
校园清扫	校园道路及班级负责区域外的公共区域卫生	扫帚、簸箕	
清运垃圾	校园垃圾清运	垃圾车	
摆放自行车	车棚自行车摆放	双手	
阶梯教室卫生	阶梯教室打扫	扫帚、簸箕	
宿舍出入与管理	宿舍办理出入登记、管理	登记表等	
伙食助理	食堂帮厨、排队组织等	食堂提供	
学生服务	学生请假登记、失物登记和招领、公共设施损坏上报等	登记簿等	

二、劳动教育实践周岗前培训与劳动任务交接

岗前培训项目包括如下内容：劳动工具使用安全的培训，自行车棚管理、宿舍出入登记等规章制度的培训，劳动教育实践周活动相关要求的培训，劳动教育实践周中相关礼仪的培训。

劳动任务交接工作中可以设计劳动教育实践周交接仪式，进行劳动工具、服装等的交接，也可以确定一些劳动宣言。

三、按职责分工完成劳动任务

以校园保洁岗位为例，不同职责分工的工作步骤如下（表 1-8）。

表 1-8 校园保洁岗位工作步骤

工作岗位	项目	工作步骤
清理 垃圾箱	保洁目标	垃圾箱表面无污渍、灰尘，保持干净
	保洁步骤	将垃圾箱内的垃圾倒进垃圾池；用扫帚将倒垃圾时留下的垃圾清扫干净；用钢丝球蘸水将垃圾箱表面的污渍、痕迹等刷洗干净；用抹布将垃圾箱的整个外表面擦拭干净
	保洁工具	扫帚、抹布、钢丝球
清洁楼梯 扶手	保洁目标	楼梯扶手尤其是靠近楼梯角的位置无灰尘，保持干净
	保洁步骤	装一桶清水，用抹布将楼梯扶手以及扶手下的栏杆进行全面的擦拭；用洁净的湿抹布擦拭后会留下水渍，因此一定要用干抹布二次擦拭，直到洁净无污渍或水渍为止
	保洁工具	水桶、抹布
墙壁瓷砖 保洁	保洁目标	墙壁瓷砖保持洁净，无明显污渍，不张贴、乱挂物品
	保洁步骤	墙壁瓷砖如有污渍，可用蘸水的抹布擦拭；瓷砖与墙面交接处的灰尘用干抹布擦干净
	保洁工具	水桶、抹布
地面瓷砖 保洁	保洁目标	地面瓷砖及台阶干净且无垃圾，保持光亮洁净
	保洁步骤	用扫帚将地面清扫干净，注意边角；用铲子清理地面的顽固污渍，如把口香糖铲干净等；用拖把将台阶的横面和竖面擦干净，注意打扫过程中要将拖把用净水多次清洗，并拧干
	保洁工具	扫帚、簸箕、铲子、拖把、水桶
公共设施 保洁	保洁目标	消防栓内外擦拭干净，无杂物
	保洁步骤	用抹布将消防栓内外擦拭干净等待自然风干
	保洁工具	水桶、抹布
公共走廊 保洁	保洁目标	走廊地面干净且无垃圾，保持清洁
	保洁步骤	用扫帚将走廊地面清扫干净，注意边缘、角落处；用抹布将走廊的栏杆等擦拭干净；用拖把将走廊地面拖干净，注意打扫过程中要将拖把用净水多次清洗，并拧干
	保洁工具	扫帚、簸箕、水桶、抹布、拖把

续表

工作岗位	项目	工作步骤
门窗保洁	保洁目标	门（门框、门锁）、窗户干净且无污渍，表面没有灰尘
	保洁步骤	先用抹布将门的表面擦拭干净，保证无脚印及灰尘；再把门与地板的门缝夹角处的灰尘清理干净；用抹布擦拭门上沿的灰尘
	保洁工具	水桶、抹布

四、劳动任务落实检查

为了检验劳动教育实践周的成果、记录大家参加劳动教育实践周的情况，班长和生活委员要组织并对劳动任务落实情况进行检查，主要包括各劳动任务完成情况、劳动教育实践周制度落实情况、劳动工具损坏情况等，并如实记录（表 1-9），让大家养成工作切实落实、有始有终、认真负责的职业态度，正确认识劳动教育实践周活动的意义，为未来的职业生涯发展奠定基础。

表 1-9 劳动任务落实检查表

工作岗位	具体内容	工具	成员	负责人	巡查人
校园道路及公共区域保洁	清理校园道路及公共区域的杂物和垃圾，包括阶梯教室或会议室等的保洁	扫帚、簸箕、垃圾夹等			
卫生间保洁	卫生工具清洁，卫生间地面、墙壁保洁，更换保洁用品（如厕纸、洗手液等）	拖把、抹布、喷壶、手套、口罩等			
垃圾箱清理	清理垃圾箱、更换垃圾袋、垃圾箱表面保洁	垃圾袋、抹布			
校门口值勤	校门口站岗、协助门卫进行来访登记、文明行为指引等	来访登记表、袖标等			
校门口交通指挥	校门口疏导交通	交通锥			
学校食堂帮厨	择菜、洗菜等	工作服、口罩、手套等			

续表

工作岗位	具体内容	工具	成员	负责人	巡查人
学校食堂保洁	清洗餐具、餐桌和地面保洁等	拖把、抹布、洗洁精等			
校园公共设施维修登记	校园公共设施报修登记,并及时上报相关职能部门	公共设施报修登记表			
好人好事登记	登记校园好人好事,并发布表彰公告	好人好事登记表			
学生请销假	负责查验学生请假条签字手续是否完整,登记学生请销假时间,负责联系未按时返校学生,并及时反馈给班主任	学生请销假登记表			

五、送回工具，做好收尾

忙碌而充实的劳动教育实践周活动结束后，我们首先要做好收尾工作，清点劳动工具，有损坏的情况要如实上报；其次，针对本次劳动教育实践周活动写一篇心得体会；再次，对劳动教育实践周中自我的表现进行自我评价；最后，对劳动教育实践周活动提出合理化的建议。

延伸提高

在劳动教育实践周活动后，某班级召开总结会议，其中一名负责门岗值勤的同学主动发言，他总结了劳动中认识到的执勤要点，有如下几点。

一是面对来访人员要保持微笑、言辞得体。

二是要使用礼貌用语，如“您好，请问您找哪位老师”“麻烦您填写来访信息”“谢谢”；遇到对方不友好时，要说“请您不要生气，慢慢说”；遇到对方表示感谢，要说“您客气了，这是我们应该做的”。

三是建议对方联系访问目标老师，告知来访人员相关老师办公地点，并指明方向。

四是来访人员离开时，要提醒其填写离校记录，保持微笑，并用手势示意再见。

说一说



劳动教育实践周活动还有哪些可以改进的地方，如何更好地开展劳动教育实践周活动？



活动评价

对自己的活动表现进行自评，并邀请同组成员、老师进行评价打分，综合得出成绩和等级，填写在表 1-10 中。

表 1-10 校园劳动周活动评价

活动内容	配分	自评	互评	师评	备注
明确要求，准备充分	20				
每日准时到岗	20				
完成岗位职责	20				
团结协作，劳有所获	20				
整理物品，归还工具	20				
合计	100				
等级					

注：86～100 分为优；76～85 分为良；60～75 分为合格；0～59 分为不合格

活动 3 经常弯腰做劳动



活动描述

学习不仅仅是要学习书本知识，更要培养良好的做事态度，培养自力更生、吃苦耐劳的品质。无论在校内外，都要躬身清洁环境、弯腰捡起垃圾，建设优美的学习、生活环境，杜绝校园“四乱”（乱贴、乱放、乱丢、乱涂）

现象，让校园文明有序、美丽整洁。弯腰行动需要大家集体行动起来，爱护环境，做校园真正的主人翁。

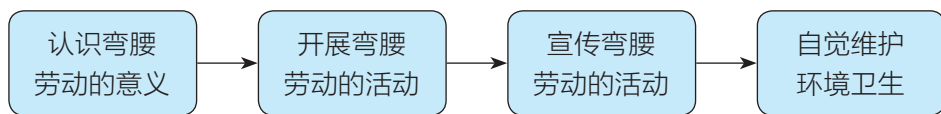
活动目标

1. 意识到弯腰捡起每一片垃圾是我们可以身体力行的事情。
2. 参与清洁活动，养成良好的劳动习惯。
3. 不乱丢垃圾，养成分类投放垃圾的意识。
4. 积极发出弯腰劳动的倡议，分享活动中的收获与体验。

劳动安全与卫生防护

1. 注意交通、人身安全等。
2. 必要时需要佩戴劳动保护手套。
3. 注意个人卫生，捡完垃圾后及时洗手。
4. 做好防雨、防晒、防风等应对天气的准备。

活动导图



活动过程

一、认识弯腰劳动的意义

我们需要交流讨论生活中的弯腰劳动的行为，注意养成良好的个人卫生习惯，整理好个人物品，不随意丢弃垃圾，不让别人为自己的不恰当行为弯腰，积极响应弯腰劳动的号召。

哪些行为可能给他人带来弯腰劳动的负担？





图 1-3 大家弯腰清扫校园

二、开展弯腰劳动的活动

活动负责人组织大家统一志愿服装、旗帜等，到学校的河边、围墙边等容易被忽略的卫生死角开展弯腰劳动的活动（如图 1-3），提高同学们自觉维护环境卫生的意识，并能在今后的校园日常生活里积极开展弯腰劳动。

三、宣传弯腰劳动的活动

校园是师生集体学习生活的地方，因此加强校园内的宣传活动是十分重要的。我们可以通过撰写倡议书或制作宣传海报等来达到宣传目的，呼吁每位师生都积极参与到弯腰劳动中来，聚沙成塔，让更多人意识到一个简单的弯腰行为却是维护我们的校园整洁与美丽的重要力量。

（一）撰写弯腰劳动倡议书

小组合作，撰写弯腰劳动倡议书。思考倡议面对的对象、倡议的内容、倡议的时间、倡议者自身等要素，倡议书范文如下。

弯腰劳动倡议书

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！青松因弯腰而坚强美丽，稻谷因弯腰而成熟厚重。弯腰是一种姿态，是为了更好地挺起自己的脊梁；弯腰是一种风范，是为了创造更大的人生价值。

在日常生活中，如果我们能经常弯一弯腰，我们将能看到一片美丽的新天地。弯弯腰，勤伸手，捡起一片纸屑，拔掉一棵杂草，拧紧一个滴水的龙头，将扫帚拖把摆放整齐，我们将拥有一个美丽整洁的校园。所以，老师们、同学们，让我们养成经常弯腰的习惯吧。从今天开始，学校将开展一系列以“弯腰劳动”为主题的文明创建活动，希望大家都能积极地行动起来，投身于此次活动。因此，我们向全校老师和同学发出如下倡议。

1. 要学会尊重别人的劳动，爱护公共卫生，不乱扔纸屑、包装袋、果皮等垃圾。

2. 认真值日，用心打扫。

3. 将垃圾放在指定位置，不漏撒垃圾，垃圾箱外溢时要及时清理。

4. 主动清理校园内路面上的垃圾。

让我们一起行动起来吧，每天都来弯弯腰，共建美丽校园。

弯腰劳动小组

××年××月××日

(二) 制作宣传海报

要求：主题鲜明，活动方案明确。

制作方式：可以利用手绘或平面设计软件进行制作等。



1. 还有哪些宣传方式？

2. 如何提升宣传的效果？

四、维护环境卫生，弘扬文明新风

我们需要形成弯腰劳动的习惯，培养责任感和担当意识，在力所能及的范围内自觉维护环境卫生，将弯腰劳动的习惯扩展到校外街道、小区、所在城市等，与创建文明城市、环境治理等社会性行动结合起来。

延伸提高

1. 保护母亲河行动

“保护母亲河行动”是一项大型的群众性社会公益活动，主要目的是动员包括青少年在内的最广大的社会力量，在哺育中华民族的母亲河——黄河及其他江河湖泊流域内植树造林、保持水土、防治污染，倡导和树立绿色文明意识、生态环境意识和可持续发展意识，为国家生态环境建设做出贡献。提倡参与保护母亲河活动，是人们保护生态环境、维护美丽家园的重要责任，也是为切实加强生态文明建设、保护母亲河水清河美的生态环境、保障人民群众身心健康而进行的重要举措。我们应该身体力行，参与保护母亲河行动。

2. 文明城市建设活动

文明城市，是指在社会主义现代化建设中市民整体素质和城市文明程度

较高的城市。文明城市是反映城市整体文明水平的综合性荣誉称号，是目前国内城市综合类评比中的最高荣誉，也是最具有价值的城市品牌。参与文明城市建设活动，便是将弯腰劳动精神拓展到社会责任人的角色与行为中去。



活动评价

对自己的活动表现进行自评，并邀请同组成员、老师进行评价打分，综合得出成绩和等级，填写在表 1-11 中。

表 1-11 弯腰劳动活动评价

活动内容	配分	自评	互评	师评	备注
养成良好的卫生习惯	20				
弯腰劳动中的表现	30				
弯腰劳动活动的宣传情况	30				
分享感受，提出合理化建议	20				
合计	100				
等级					

注：86～100 分为优；76～85 分为良；60～75 分为合格；0～59 分为不合格

活动 4 爱护专业实训场



活动描述

现代企业经常运用 8S 管理制度来提高生产效率、保证产品质量、使工作环境更加整洁有序、提高员工素养、保证生产安全。学校实训场室参照企业管理的成功经验引入 8S 管理，这有助于大家尽早了解职场要求，为将来做准备。实训场室是大家学习的一个重要场所，大家学会自觉爱护学习（工作）环境，有利于强化规范化工作的意识，提高工作效率，增强工作效果。

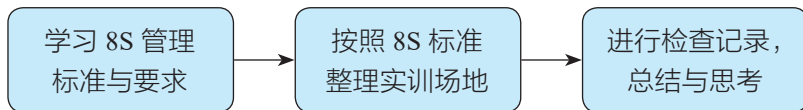
活动目标

1. 了解实训场室的管理规定。
2. 掌握 8S 管理标准。
3. 整理并维护良好的实训场室卫生环境。
4. 树立绿色环保的意识，培养节约水电及实习实验材料的意识。
5. 提高工作、学习和实训的效率。
6. 在维护实训场室卫生过程中获得劳动的成就感，激发对专业的热爱和主人翁责任感。

劳动安全与卫生防护

1. 将各类实训器材、卫生劳动工具等摆放整齐。
2. 清扫卫生时注意做好基本防护，不攀高，防止触电。
3. 定期检查实训器材，避免老化等因素导致的实训危险。

活动导图



活动过程

一、8S 管理知识

8S 管理，即整理（Seiri）、整顿（Seition）、清扫（Seiso）、整洁（Seiketsu）、素养（Shitsuke）、安全（Safety）、节约（Save）、学习（Study）。实训场室劳动卫生的要求是在安全的前提下做好每一个环节，其中的 8S 的运用是一个有机整体，需要大家在做好一项整理、整顿、整洁的标准上进行安全生产、学习，并实现事前事后清洁如新。

二、按照 8S 标准整理实训场室

大家应结合自身学习的专业与所在实训场室的特征，学习 8S 管理知识，了解 8S 管理的具体内容、意义、标准、要求和做法等，按照 8S 标准整理实

训场室，并形成稳定的制度规范。按照 8S 标准整理实训场室，不仅要对其实训器材进行规范管理；还需要对辅助资料、场室内外环境进行规范化管理，其中包括整理整顿好每一个文件，整理清洁好每一项内外设备等。这样才能在实训场室做到安全生产学习，遵守制度化规范管理，由表及里地提升个人的职业素养。

三、检查记录

以表 1-12 为例，做好实训场室的检查记录。

表 1-12 8S 管理参考实施检查记录表

8S 管理的内涵		基本要求	实施要点	检查记录
整理	腾出空间，灵活使用，防止误用，打造宽敞的工作场所	将工作场所的所有物品划分为有必要的和没有必要的。留下有必要的物品，移走没有必要的物品	划分区域并进行标识	
			教学工具、材料设备、清扫用具、消防用具等必需品摆放整齐	
			非必需品清除干净	
整顿	使实验室的设备、物品等一目了然，形成一个整齐规范的实验室环境	整理后，实验室的设备和物品应按照功能分类定点存放。突出仪器设备、物品存放的安全性，提高效率 and 空间利用率	摆放“三定”：定点、定容（包装）、定量	
			标识“三明”：名称明确、型号明确、性能状态明确	
清扫	保持实验室环境的稳定性，巩固整理、整顿的成果，并减少安全隐患	将工作场所视线范围内与视野盲区都清扫干净，保持工作场所干净、整洁	基本清扫：墙壁、门窗、座椅干净，无垃圾	
			实训设备干净整洁，按要求有序摆放	
整洁	创造清爽、明朗的工作环境，并维持以上成果	将实验室的整理、整顿、清扫等工作进行到底，并将其制度化、规范化，经常保持清扫后的状态	实验室物品摆放整齐规范、清晰明确；实验室环境干净卫生、清爽明朗	
			实验室人员物品账目清楚，仪器设备状态良好，管理制度明确	

续表

8S 管理的内涵		基本要求	实施要点	检查记录
素养	加深对素养的认识,培养学员遵规守纪、按章办事的良好习惯和一丝不苟的工作作风,营造认真和谐的氛围	实验室人员(学员)养成良好习惯,培养遵守规章制度的自觉性和团结向上的品质	学员遵守规则做事、培养积极主动的精神	
			培养优良习惯和团队精神	
安全	保障实验室人员的人身安全和科学教研活动的正常进行,防止各类事故发生,减少经济损失	消除安全隐患,营造安全的工作环境,保证生命和财产安全	杜绝不安全行为、不按规程操作的行为等	
			确保物品的安全状态	
			定期检查器材损伤、物品过期老化等情况	
节约	减少人力成本、空间、时间、库存、物料消耗等浪费	节约实验室的耗材,爱惜实验室的机器设备,避免造成浪费	控制实验场室内材料与设备的取用	
学习	深入学习各项专业技术知识,从实践中获取知识并完善自我	观察实验场室内教师、其他同学的实践操作,从中汲取经验,吸取他人长处,提升自己	仔细观察,认真学习	

四、总结与思考

我们可以回顾实施 8S 管理前后的区别,结合知识学习进行案例分析,进一步明确对实训场室进行 8S 管理的要求,以期达到理想标准。



1. 实施 8S 管理对于维护实训场室环境卫生有什么意义?
2. 8S 管理是不是就等同于更高质量地清洁卫生?
3. 目前大家所在学校的专业实训场室在哪些方面还没有达到 8S 管理的要求? 如何改进?

延伸提高

在本次实验场室的管理建设中，王同学发现不同实验室有着不同的管理要点，也存在不同的安全隐患。他的发现与建议总结如下。

第一，实验室的课程与操作之中存在大量大功率电子设备，还可能会存在易燃物，存在安全隐患。建议执行防火现场“三不走”的规定：用电设备（设施）不拉闸不走、可燃物不清干净不走、发现险情不报告不走。

第二，实验室需安全存放各类危险品（易燃、易爆、有毒、有害的材料等），因此存在一定的安全隐患。建议对危险品耗材进行醒目标示，严格登记，分类专库存放，耗材的取用与剩余耗材的退回需实行严格签字登记的制度。

第三，仪器工具在操作不当的情况下易损坏。因此，建议在仪器旁张贴警示语，禁止不懂操作仪器的学员在没有弄清原理及操作方法的情况下操作仪器，并提醒其他学员仪器使用时的注意事项等。



活动评价

对自己的活动表现进行自评，并邀请同组成员、老师进行评价打分，综合得出成绩和等级，填写在表 1-13 中。

表 1-13 爱护实训室活动评价

活动内容	配分	自评	互评	师评	备注
明确任务分工	20				
维护实训场室卫生	30				
践行 8S 管理情况	30				
团队协作情况	20				
合计	100				
等级					

注：86～100 分为优；76～85 分为良；60～75 分为合格；0～59 分为不合格