

基本情况：龙口市第十中学，无专职劳动教育教师，兼职劳动教育教师 13 人，校内劳动教育基地 1 处，无校外劳动教育基地。

1. 课程开课情况。学校根据课程设置要求，每个年级每周 1 课时。学校以课堂（课外）教育为主，形式有：家务劳动、生产劳动、公益劳动与志愿者服务。

2. 基地建设情况。校内劳动基地位于学校大操场东南侧，面积大约 20 平方米左右，基本以种植蔬菜为主，具体由初二年级负责。

3. 经费投入情况。学校共投入年度经费约 0.5 万元，用于劳动教育的资料和劳动工具材料购买，并对有些获得优秀成果奖的学生进行奖励。

4. 选用教材情况。每个年级使用人民出版社出版的《劳动教育》

5. 学校实施方案。

（1）制度引领策略

烟台市教育局先后出台《烟台市教育局关于加强新时代中小学劳动教育的意见》和《烟台市教育局办公室关于建立中小学生劳动教育清单制度的意见》文件，学校已经有了一块供本校学生劳动实践的校内，开辟了校内劳动综合实践基地。

（2）课内外结合策略

学校要求中小学生在每周课外活动和家庭生活中劳动时间不少于 1 小时。课内引领保质量，课外拓展达数量，提升劳动观念，深化对劳动价值的理解。

（3）家校共育策略

学生在家长的指导配合下每年学会 1 至 2 项生活技能，逐步掌握刷碗、拖地、洗衣服、做饭、炒菜等家务劳动。

（4）、评价跟进策略

学校定期举办家务劳动比赛、劳动成果展示会，结合五一劳动节、劳动周等主题活动，评出“劳动小能手”，以赛促学，以赛促练，激发劳动兴趣。

6. 劳动周方案

根据省市关于中小学劳动教育的实施意见和《龙口市教育和体育局关于进一步做好中小学生学习劳动教育的通知》要求，我校设立“劳动周”教育活动，开展劳动实践教育活动。将劳动教育和学校工作融合共进，构建我校劳动教育体系，打造劳动教育特色，促进学生德智体美劳全面发展，特制定龙口市第十中学“劳动周”教育活动实施方案。

一、明确劳动教育的主要目标

通过劳动教育，提高学生的劳动素养，促进他们养成良好的劳动习惯和积极的劳动态度，培养他们勤奋学习、自觉劳动、勇于创造的精神，为他们终身发展和人生幸福奠定基础。

二、坚持劳动教育的基本原则

（一）坚持思想引领。劳动教育既要让学生学习必要的劳动知识和技能，更要通过劳动帮助学生形成健全人格和良好的思想道德品质。

（二）坚持有机融入。有效发挥学科教学、社会实践、校园文化、家庭教育、社会教育的劳动教育功能，让学生在日常学习生活中形成劳动光荣、劳动伟大的正确观念。

（三）坚持实际体验。让学生直接参与劳动过程，增强劳动感受，体会劳动艰辛，分享劳动喜悦，掌握劳动技能，养成劳动习惯，提高动手能力和发现问题、解决问题的能力。

（四）坚持适当适度。根据学生年龄特征、性别差异、身体状况等特点，选择合适的劳动项目和内容，安排适度的劳动时间和强度，做好劳动保护，确保学生人身安全。

三、活动时间

2022.5月1日-5月12日

四、实施步骤和策略

（一）讲解说教，形成热爱劳动导向

通过班会课、家长会等多渠道，对学生进行劳动意识强化教育。如：利用班队会，开展以热爱劳动为主题的班队会，展开讨论，深入理解什么叫“劳动”？怎样做才算是热爱劳动。教师可以给学生讲古代名人爱劳动的故事，还可以讲近代名人的劳动故事，再是选择我国传统文化中有关爱劳动、良好行为习惯等内涵的古诗文，对学生进行中华传统美德教育，使学生在朗朗的诵读

中受到我国传统美德熏陶，体会自己的行为，增强诚信意识。同时争取家长的支持，使学生和父母共同努力形成良好的行为习惯。

（二）榜样激励，引导热爱劳动理念

教师在教育工作中应以身立教，以德育德，以行导行，用爱感染学生，用言和行引导学生，用自身的劳动行为来为人师表。我们要充分利用现实生活中有关热爱劳动的典型案例、典型人物、先进人物，通过报告会、座谈会，上门参观、走访等形式，感受劳动对一个人成长的重要。

（三）家校配合，共造热爱劳动的环境

1. 组织校内劳动。在学校日常运行中渗透劳动教育，积极组织学生参与校园卫生保洁和绿化美化。开辟专门区域种植花草，让班级、学生认领责任区域，予以精心呵护。大力开展与劳动有关的兴趣小组、社团活动，进行手工制作、班务整理、书包整理等实践活动。广泛组织以劳动教育为主题的班队会、手工劳技展演，提高学生的劳动意识。

2. 组织校外劳动。将校外劳动纳入学校的教育工作计划，安排一定时间的农业生产、工业体验、服务业实习等劳动实践。充分利用劳动教育实践基地、综合实践基地等资源，开展社会实践活动，组织学生参与劳动实践。

3. 鼓励家务劳动。教育学生自己事情自己做，家里事情帮着做，弘扬优良家风，参与孝亲、敬老、爱幼等方面的劳动。学校应安排适量的家务劳动的项目化学习内容、有关劳动的家庭作业，

针对学生的年龄特点和个性差异布置择菜、洗碗、洗衣、扫地、整理等力所能及的家务。

（四）强化措施，规范劳动行为。

在学生对劳动有一定理解的基础上，教师不但要做出榜样，还要及时地规范学生的劳动行为。一是要加强预防，防微杜渐，及时纠正不良行为。二是要及时鼓励表扬。三是要循序渐进。以活动课为抓手，根据学生不同年龄及心理特点，在学校教育、教学各个环节中分层次、有梯度地对学生进行劳动习惯的培养与训练。劳动周的劳动训练有重点、有要求、有落实、有检查、有总结。为了使形成稳定的劳动习惯，我们注意采取学生自我管理、自我评估（学校、家庭评比表）等方法，进行自我教育，发挥的学生主体能动作用。除了每天轮流的常规值日外，学校每周五下午为固定的大扫除时间，每到这一天，老师们都能精心组织，学生全员参与，促进和强化学生将养成的劳动习惯由自觉状态走向自主、自动，把外显的动力逐步内化为个性品质，逐渐养成爱劳动的好习惯。

7. 劳动清单。学校建立劳动清单，具体清单如下：

年 级	劳动 主题	教育目标	劳动内容	考核 标准	评价 方式	技能 比拼
六 年 级	生活 技能	增强劳动意识，掌握基本生活技	会整理、清洁自己的房间，分类摆放书籍、衣物。	定期打扫房间，分类整理自己的物品；	A. 发放《家务劳动任	厨艺 比拼

		能，承担一定家务劳动。	学会衣物清洗要领，能熟练使用洗衣机。	能用洗衣机洗净衣服；	务单》，家长检查并给与星级评价。	工艺品制作展示
			能在传统佳节、亲友生日、探视病人时挑选合适的礼品与包装。	会为亲友挑选适当礼品。	B. 对学生创新类劳动作品、志愿活动汇报给出评价并记入学生实践活动成长档案，作为评选优秀学生依据。	
	技艺创新	塑造创新思维，提高动手能力。	会一项手工技能，比如缝制简单的布艺品、制作手工编织、剪刻纸艺作品等。	掌握一种手工技能		活动展示汇报
	精神传承	学习劳模精神，初步形成对他人负责任的态度和吃苦耐劳的精神	了解本地区劳模事迹，弘扬劳模精神，传递榜样力量	以劳动模范为榜样，并践行于生活中；		
			尊老爱幼，帮助父母照顾弟妹、孝敬老人。	能关心照顾家人。		
	志愿服务	学会关心他人、帮助他人、为社会服务。	参加敬老爱老或助残扶贫志愿服务活动。	有志愿服务意识，能帮助别人解决困难。		
七年级	生活技能	完善生活技能，具有独立生活能力，承担一定家务劳动。	会拆换被套、枕套。根据衣物的颜色、质地进行分类清洗。	能分类清洗衣物；	A. 发放《家务劳动任务单》，家长检查并给	内务大比拼
			学会简单的炒菜、煮汤等烹饪技能。掌握常见食材清洗和处理	能独立做出1-2道菜，饭菜口味适宜。		废旧

			方法。		与星级评价。	材料再创造
	技艺创新	培养创意设计、动手操作、技术应用和物化能力。	会用废旧物品做收纳盒。	能对废旧物品进行改造，并能使用；	B. 对学生创新类劳动作品、志愿活动汇报给出评价并记入学生实践活动成长档案，作为评选优秀学生依据。	活动展示汇报
			学会正确使用劳动工具，能安装简单的日常用品。	知晓常用工具构造，会简单修理生活用品。		
	精神传承	弘扬劳模精神，形成对他人负责任的态度和吃苦耐劳的精神	会为家人收拾外出的行李，包括证件、衣物、生活用品、常见药品等。	能合理分类收纳外出行李；		
			会用锤子、螺丝刀等工具，对桌椅进行简单维修。	会使用家庭维修工具，能对损坏物品进行简单修补		
	志愿服务	学会关心他人、帮助他人、为社会服务	为社区管理献计献策，协助设计社区宣传栏。	积极参与社区公益劳动，为创造美好的生活环境贡献自己的力量。		
八年级	生活技能	完善生活技能，具有独立生活能力，承担一	学会基本的急救措施。学会意外伤害的预防与救护，会对伤口进行简单处理。	正确掌握简单的急救措施，成功完成一场急救演练	A. 发放《家务劳动任务单》，	厨艺比拼

		定家务劳动。	学会煎、炸烹饪技能。会用电饭煲烧出软硬适中的米饭。	掌握煎、炸烹饪技能。	家长检查并给与星级评价。	工艺品制作展示
	技艺创新	培养创意设计、动手操作、技术应用和物化能力。	了解一项家乡非遗技艺，并能熟练掌握。	了解家乡非遗，学习制作技法； 掌握常见电工工具，并学会使用。	B. 对学生创新类劳动作品、志愿活动汇报给出评价并记入学生实践活动成长档案，作为评选优秀学生依据。	活动展示汇报
			学会简单的电工，能安装简单的电器。			
	精神传承	弘扬劳模精神，形成对他人负责任的态度和吃苦耐劳的精神	管理家庭一周的开支。	能清楚记录家庭开销； 能做到尊重、孝敬长辈，热情待客		
学会协助父母接待家中客人，并做到客人走后的卫生整理工作。						
志愿服务	学会关心他人、帮助他人、为社会服务	将家中不用衣物、书籍清洁整理放置集中回收点。	能分类整理衣物书籍，帮助他人。			
九年级	生活技能	完善生活技能，具有独立生活能力，承担一定家务劳动。	学会对家中小电器进行维修，对床单、袜子等进行修补缝制。	能对损坏物品进行简单修补；	A. 发放《家务劳动任务单》，家长检查并给与星级	厨艺比拼
			根据营养搭配，独立为家人准备四菜一汤一饭	了解每日所需营养，学会烹饪技能，并能独立完成一		

				餐。	评价。	展示汇报
	技艺创新	培养创意设计、动手操作、技术应用和物化能力。	学会用自己的创意思法设计、装饰家庭生活空间，让生活更舒适，空间安排更合理。	有自己的想法并把它实现，提高生活舒适度。	B. 对学生创新类劳动作品、志愿活动汇报给出评价并记入学生实践活动成长档案，作为评选优秀学生依据。	
	精神传承	弘扬劳模精神，形成对他人负责任的态度和吃苦耐劳的精神	学会参与并拟定一次家庭出游计划和出行攻略。学会定酒店、机票等出游技能。	制定全家出游计划		
	志愿服务	学会关心他人、帮助他人、为社会服务	到校外基地进行一次农业、工业、商业、服务业等劳动体验。	了解各种职业特点，做好职业规划。		

8. 教学设计。学校注重教师教学设计，优秀教案设计如下：

炒菜的制作（教学设计）

教学目标

知识与能力：中国的八大菜系、中国菜的特点、家常炒菜的制作。

方法与过程：炒菜的制作过程及特点掌握

情感态度与价值观：通过家常炒菜的制作，体验烹饪的乐趣与家庭生活的快乐，感悟人生的美好。

教学重点：炒菜的制作方法和技能

教学难点：炒菜制作方法的具体运用及细节的准确把握

教学工具：炒锅及炉具、植物油 30 克、食盐 3-4 克，味精 2-3 克、淀粉 5 克、猪肉 500 克、青椒 300 克。

教学内容及过程：

中国菜的特点：历史悠久早在两汉之前，我国人民就掌握了煎、煮、炒、炸、蒸、炖、焖、烧、烤等多种烹饪方法。富有地方特色形成了八大菜系有养助益充、五味调和的特色色、香、味、形、器俱佳，形外有意，意中有情，情中存味

中国八大菜系在悠久的历史发展过程中，具有地方特色的烹饪技术不断得到发展，逐渐形成很具地方特色的八大菜系。

按照由北而南、由沿海到内地的顺序分别是山东菜，简称鲁菜江苏菜，简称苏菜浙江菜，简称浙菜福建菜，简称闽菜广东菜，简称粤菜安徽菜，简称徽菜湖南菜，简称湘菜四川菜，简称川菜

关于炒菜：炒菜的意义炒菜有两种含义：它既指一种烹饪方

法，也指用这种方法制作出来的可供直接食用的现在品菜肴。
炒菜就是将炒锅烧热、放入底油，然后将加工成丝、片、块的原料直接用旺火、热锅、热油翻炒成熟。

青椒炒肉的制作

制作青椒炒肉的原料：猪腿肉约 300 克、青椒 200-300 克，油、酱油、鸡精、适量盐。

做法：

先将肉洗干净，沥干水，沿着与肌肉纤维垂直的方向切成片，然后放入容器内腌制入味。青椒去蒂，切成丝或块备用。在燃气炉或电器炉上用旺火炒成。更详细的操作过程见教材 p34 附有插图六个步骤。

本课有关问题解答中国菜有哪些特点？

答：中国菜的特点有历史悠久，两汉以前就形成了煎、炸、炒、焖、炖、煨、蒸、煮等烹饪方法。形式多样，形成了各具优势的地方特色。色、香、味、形俱佳，形外有意，意中有情、情中有味。养助充益，五味调和，讲究食药同源。

中国的八大菜系在地理分布上有何特点？

答：中国八大菜系在地理分布上有以下特点：八大菜系中只有一种山东菜在北方，其余七大均在南方。八大菜系中五大在沿海，三大在内地。

教学反思

中国八大菜系名称及其地理上的分布特征虽非本课教学重

点，但因为它是中华传统优秀文化瑰宝和重要组成部分，是中华民族对于人类的巨大贡献，是值得我们永远珍视、骄傲和传承弘扬的非物质文化遗产，更是对学生进行爱国主义教育的绝好材料，因此仍成为本课强调的重要内容。

炒菜的两种含义需要学生联系日常生活加以体会理解，例如，到餐馆就餐前，老板问顾客，你要点什么。顾客答：我要盘炒菜。显然这里的“炒菜”是名词。而象“妈妈在炒菜”中的“炒菜”则指正在做的一件事情。

炒菜相对于煎、炸、煮等其他的烹饪方法，它最常用，故教材说“它是制作家常菜最常用的一种烹饪方法”。

9. 成长档案。学校建立和完善学生劳动教育成长档案和评价，综合实践活动的学生评价坚持发展性原则、客观性原则和激励性原则。评价的方式主要有测试、观察、汇报表演、成果展示、答辩、竞赛等。

(一) 评价内容：

1. 参与综合实践活动的课时量与态度。
2. 活动中所获得的体验情况。
3. 知识、方法、技能的掌握情况。
4. 创新精神和实践能力的发展情况。

(二) 评价方式：

1. 自我评价和他人评价，个别评价与集体评价，形成性评价与总结性评价相结合。

2. 建议建立《学生综合实践活动档案》，将学生参与每一项活动的过程及评价装入成长档案袋，期末进行综合评价。

3. 提倡协商研讨式评价，即教师和学生共同协商评价的方式和标准，并根据协商的结果进行评价。

4. 恰当运用量化评价和性质评价。

5. 评价要客观、公正、合理，要从促进学生学习的角度恰当地解释评价数据，以增强学生的学习自信心，提高学习的兴趣，激发学习的动力。

6. 教师在评价过程中要注重方法、态度和体验的评价，重视用文字说明学生活动令人满意或需要改进的地方。

（三）奖励措施：

每学期开展“四个一”活动，即一次公开课活动，一次论文撰写活动，一次综合实践活动案例评比，一次学生研究小论文评比。每学期末，学校拟表彰实施综合实践活动课程的优秀指导教师和学生。

10. 学校成果展。学校开展劳动教育成果展评且择优参加县市级成果展活动，部分成果如下：



Good night





龙口市第十中学
2022 年 7 月 18 日