

莱州市仲院中学劳动教育实施方案

一、活动方式

（一）家务劳动

家务劳动指学生在日常家庭生活中所必须从事的力所能及的劳动。如衣物洗涤、物品整理、卫生清洁、做家常菜、制作面食等，它注重培养学生的劳动意识，提高学生的自我服务能力，引导学生树立正确的劳动观念。

家务劳动的关键要素主要包括：

1. 明确劳动项目。根据家庭生活的需要，确定劳动项目，如衣物洗涤、物品整理、卫生清扫、做家常菜、制作面食等。

2. 选择劳动工具或材料。根据家务劳动需要，选择合适的工具、材料。如衣物洗涤要选择洗涤用品、水盆、洗涤手套、洗衣板等；物品整理要选择各种收纳用具，了解各种物品的基本特点；卫生清扫要选择笤帚、拖把、抹布等常见的卫生清洁工具；烹饪要选择家常餐的食材种类（谷类、肉类、蔬菜、水果、食用油脂、调味料等）和基本的烹饪方式（炒、煮、蒸、炖等）以及制作家常餐的工具等。

3. 开展家务劳动。根据家务劳动需要，遵循家务劳动安全要求，尝试使用相应的工具、材料，开展家务劳动。家务劳动可包括衣物洗涤、物品整理、卫生清扫、做家常餐、制作面食等。

4. 展示劳动成果，反思劳动过程。展示成果的形式是多

样的，如照片、视频、实物、感悟体会等。要在教师指导下反思家务劳动的全过程，重点反思参与家务劳动的态度、家务劳动技能技巧的掌握与熟练情况、以及家务劳动的成果优劣等。

（二）劳动技术

劳动技术指学生运用各种工具、工艺进行设计，并动手制作，将自己的创意、方案付诸现实，转化为物品或作品的过程，如金工、陶艺创作等，它注重培养学生的技术意识、工程思维、动手操作能力等。在活动过程中，鼓励学生手脑并用，灵活掌握、融会贯通各类知识和技巧，提高学生的技术操作水平、知识迁移水平，体验工匠精神等。

劳动技术的关键要素主要包括：

1. 创意设计。在收集信息基础上，对某一物品进行创意设计。

2. 选择活动材料或工具。根据设计需要选择活动材料和工具。设计制作的材料可以包括：纸、木、皮、布、纱线、泥沙、金属等；工具可以包括：锯、钳、锥、钻、锉、针、仪器、笔、电加工等传统工具，以及激光切割机、3D 打印机、摄影摄像机等现代化工具。

3. 动手制作。根据制作方案要求，学习制作的基本技法，掌握工具的安全使用规程，将创意设计物化为物品或作品。动手制作包括：折叠、裁剪、切割、测量、烧铸、制模、作图、激光雕刻等。

4. 交流展示物品或作品，反思与改进。学生展示交流物

品或作品，说明设计意图及制作技法。可在教师指导下从科学性、创新性、实用性、美观性等方面对作品进行评价，鼓励学生学会倾听、相互欣赏。在展示评价的基础上，对自己的作品进行反思改进，如可从创意、方案、制作、作品等方面进一步改进，完善方案，优化作品。

（三）社会服务

社会服务指学生在教师的指导下，走出教室，参与社会活动，以自己的劳动满足社会组织或他人的需要，如公益活动、志愿服务、勤工俭学等，它强调学生在满足被服务者需要的过程中，获得自身发展，促进相关知识技能的学习，提升实践能力，成为履职尽责、敢于担当的人。

社会服务的关键要素主要包括：

1. 明确服务对象与需要。开展一项社会服务活动首先要确定服务对象及其需要。服务对象的选择可从以下几个范畴来考虑：一是可以是人，也可以是机构或组织；二是除了人之外，还包括动物、植物、环境等；三是从地域上来看，服务对象可以来自学校、社区等。服务对象的需要可以通过观察、调查等方式来确定。

2. 制订服务活动计划。在明确服务对象需求的基础上，制定好服务活动计划，服务计划应包括服务对象及需要、活动目标、活动准备、活动时间、活动地点、活动组织、活动内容、保障措施等。

3. 开展服务行动。根据制定的服务活动计划开展服务活动。活动中要做好活动记录，及时记录服务体验与收获。

4. 反思服务经历，分享活动经验。学生在教师指导下反思服务的全过程。反思可以运用多种形式，例如撰写小论文、组织讨论等。在反思的基础上，可以通过文章、图片、艺术作品、视频、幻灯片和表演等与老师、同学分享活动经验与不足。

（四）职业体验

职业体验指学生在实际工作岗位上或模拟情境中见习、实习，体认职业角色的过程，如军训、学工、学农等，它注重让学生获得对职业生活的真切理解，发现自己的专长，培养职业兴趣，形成正确的劳动观念和人生志向，提升生涯规划能力。

职业体验的关键要素主要包括：

1. 选择或设计职业情境。选择一种职业，或者模拟一种职业情境，在了解和熟悉岗位的基础上，设计好职业体验方案。

2. 实际岗位演练。学生在教师或行业导师指导下，在实际或者模拟的职业岗位上进行体验，获得对这一职业的真切体验，培养自己的职业兴趣。

3. 总结、反思和交流经历过程。总结和反思职业体验的过程，并与老师和同学们分享职业体验的历程和收获。可以采用报告、日志、心得笔记、绘画、摄影、角色表演、微视频等方式，促进学生自我反思与表达、同伴交流和对话，加深对职业的认识。

4. 概括提炼经验，行动应用。总结职业体验活动的经验，

改进活动中的不足，并自觉应用于下次的职业体验活动中。

（五）考察探究

考察探究是学生基于自身兴趣，在教师的指导下，从自然、社会和学生自身生活中选择和确定研究主题，开展研究性学习，在观察、记录和思考中，主动获取知识，分析并解决问题的过程，如野外考察、社会调查、研学旅行等，它注重运用实地观察、访谈、实验等方法，获取材料，形成理性思维、批判质疑和勇于探究的精神。

考察探究的关键要素主要包括：

1. 发现并提出问题。学生在教师的指导下，从自然、社会和自身生活中发现有价值的问题，并将问题转化为研究课题。

2. 提出假设，选择方法，研制工具。学生根据所占有的信息，提出对所研究问题的可能答案；然后根据研究内容来选择科学的研究方法，如“身边环境污染状况调查”，可能运用的研究方法有实地观察、访谈、实验等方法；研究方法确定后，要研制工具，如实地考察要设计考察记录表，访谈要设计访谈提纲，实验要设计好实验方案等。如果用到问卷调查，还要设计调查问卷。

3. 获取证据。学生带着研究问题和假设走进现实的情境或现场，进行一系列的观察、考察、访谈、实验、调查等研究活动，并通过这些方法搜集所需资料，以更好地理解、解决开始阶段预设的问题以及研究过程中生成的新问题。

4. 提出解释或观念。对研究过程中所获得的实证资料进

行加工整理分析，并做出基于证据的解释，形成基本符合规范的研究报告或其他形式的研究成果。

5. 交流、评价探究成果。学生可以通过多种方式展示交流自己的研究成果，如海报、板报、作品、表演、绘画、视音频等，并认真听取老师和同学的意见或建议。学生可以将最终的研究成果以及研究过程中所积累的资料放入档案袋之中，以供教师、家长、同伴做出评价。

6. 反思和改进。在吸收老师和同学意见或建议基础上，对研究前、研究中和研究后整个研究过程进行反思和改进。如：课题本身质量如何、计划完备与否、工具准备是否妥当齐全、小组合作是否顺利、研究方法的选择和运用是否适宜、方法实施过程中遭遇了哪些挑战、分析与解释资料是否全面、结论提出是否合理等，并在此基础上做出改进。

综合实践活动除了以上活动方式外，还有党团队教育活动、博物馆参观等其他专题活动。综合实践活动方式的划分是相对的。在活动设计时可以有所侧重，以某种方式为主，兼顾其他方式；也可以整合方式实施，使不同活动要素彼此渗透、融合贯通。要充分发挥信息技术对于各类活动的支持作用，有效促进问题解决、交流协作、成果展示与分享等。

二、活动内容

年级	活动方式	主题项目	课时安排	要求
6 年级	家务劳动	衣物洗涤		每月洗一次枕巾、床单

		个人卫生		自己洗头、洗澡，保持个人卫生
		物品整理		整理自己的衣橱
		卫生清扫		每周清理自己房间
		家常菜		会做一个拿手菜
	学校劳动	班级值周	2-3课时	
		校园种植	1 课时	
		图书管理	2-3课时	
		纸艺	2-3课时	
	社会劳动	慰问老人	2-3课时	
		社区义务服务	2-3课时	
7 年级	家务劳动	衣物洗涤		每周洗自己的衣服
		个人卫生		清理个人卫生
		物品整理		每周整理自己的房间
		卫生清扫		每周清理自己的房间和客厅
		家常菜		能做一个凉菜和一个热菜
	学校劳动	班级值周	2-3课时	
		校园种植	1 课时	
		餐厅帮厨	2-3课时	
		陶艺	2-3课时	
	社会劳动	废品回收	2-3课时	
		公益宣传	2-3课时	
8 年级	家务劳动	衣物洗涤		每周洗自己衣物和床单枕巾
		物品		每周整理自己房间和厨房

		整理		
		个人卫生		每天清理个人卫生保持整洁
		卫生 清扫		每周打扫自己房间和卫生间
		家常菜		能做三菜一汤
	学校劳动	班级值周	2-3 课时	
		校园种植	1 课时	
		创意发明	2-3 课时	
		布艺	2-3 课时	
	社会劳动	农作物劳动	2-3 课时	
		社区义务服务	2-3 课时	
9 年级	家务劳动	衣物 洗涤		每周洗自己的衣物并帮助父母洗衣服
		个人卫生		每天清理个人卫生保持整洁
		物品 整理		每周整理自己的房间、客厅、厨房
		卫生 清扫		每周家庭大扫除
		家常菜		能做四菜一汤
	学校劳动	班级值周	2-3 课时	
		校园种植	1 课时	
			2-3 课时	
		草（绳）艺	2-3 课时	
	社会劳动	教师职业体验	2-3 课时	
		销售员职业体验	2-3 课时	
		其他职业体验	2-3 课时	