



新时代劳动教育课创新型精品教材

新时代大学生 劳动教育教程

XINSHIDAI DAXUESHENG
LAODONG JIAOYU JIAOCHENG

主 编 张志华 李付亮

新时代大学生劳动教育教程

主
编
张
志
华
李
付
亮



扫描二维码
共享立体资源

北京出版集团
北京出版社

北京出版集团
北京出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

新时代大学生劳动教育教程 / 张志华, 李付亮主编. —北京: 北京出版社, 2021.1
ISBN 978-7-200-16201-1

I. ①新… II. ①张… ②李… III. ①劳动教育—高等职业教育—教材 IV. ① G40-015

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2021) 第 142245 号

新时代大学生劳动教育教程

XINSHIDAI DAXUESHENG LAODONG JIAOYU JIAOCHENG

主 编: 张志华 李付亮
出 版: 北京出版集团
北京出版社
地 址: 北京北三环中路 6 号
邮 编: 100120
网 址: www.bph.com.cn
总 发 行: 北京出版集团
经 销: 新华书店
印 刷: 定州启航印刷有限公司
版 印 次: 2021 年 1 月第 1 版 2022 年 6 月第 2 次印刷
成品尺寸: 210 毫米 × 285 毫米
印 张: 12
字 数: 337 千字
书 号: ISBN 978-7-200-16201-1
定 价: 48.00 元

教材意见建议接收方式: 010-58572162 邮箱: jiaocai@bphg.com.cn

如有印装质量问题, 由本社负责调换

质量监督电话: 010-82685218 010-58572162 010-58572393

绪论

劳动教育课程概览 1

- 一、为什么要进行劳动教育 2
- 二、如何开展劳动教育课程 3

模块一

弘扬劳动精神，以今天的奋斗成就明天的光荣 6

- 一、就这么理解中国特色社会主义劳动精神的内涵 7
- 二、建功新时代需要怎样的劳动精神 7
- 三、用务实态度、实干精神攒足追梦之力 7
- 四、以辛勤劳动为荣，以好逸恶劳为耻 8

劳动实践营 我们应该这样诠释劳动精神 9

- 实践任务一 回收：让废品重生 9
- 实践任务二 环卫：城市环境守护者 14
- 实践任务三 保安：全体业主的保镖 19

模块二

让劳模精神激励每一个追梦人 24

- 一、劳模精神是极为宝贵的精神财富 25
- 二、爱岗敬业，争创一流 26
- 三、艰苦奋斗，勇于创新 26
- 四、淡泊名利，甘于奉献 26

劳动实践营 我们应该这样弘扬劳模精神 28

- 实践任务一 钣金：满足产品的功能与外观 28
- 实践任务二 维护：让汽车更加耐用 39
- 实践任务三 油漆：让你的家具焕然一新 47

模块三

一针一线皆能诠释工匠精神..... 52

- 一、让工匠精神成为人人向往的精神追求 53
- 二、坚守执着，自律自省 53
- 三、专业专注，追求极致 54
- 四、一丝不苟，精益求精 54

劳动实践营 我们应该这样践行工匠精神..... 55

- 实践任务一 刺绣：中国女性深闺里的结晶 55
- 实践任务二 陶瓷：瓷器的魅力无与伦比 61
- 实践任务三 扎染：民间艺术瑰宝 66

模块四

生活就是劳动，劳动就是生活..... 73

- 一、劳动教育还须回归日常生活 74
- 二、我的房间我做主 74
- 三、家政事务我也行 75
- 四、烹饪美食我在行 75

劳动实践营 我们应该这样学习生活劳动..... 76

- 实践任务一 收纳：拯救你乱糟糟的房间 76
- 实践任务二 疏通：下水道堵塞不求人 84
- 实践任务三 烹饪：炫耀一下我的炒菜技巧 90

模块五

一切社会必要劳动都创造价值..... 95

- 一、原来这就是劳动价值 96
- 二、农业生产劳动创造社会价值 96
- 三、工业生产劳动创造社会价值 96
- 四、手工工业生产劳动创造社会价值 97
- 五、服务性劳动生产创造社会价值 97

劳动实践营 我们应该这样理解劳动价值..... 98

- 实践任务一 收获：菜蔬种植累并快乐着 98
- 实践任务二 绿化：原来这就是园林植物整形与修剪 104

- **实践任务三** 导游：风景名胜指路人110
- **实践任务四** 押花：给花一个重生的空间115

模块六

人世间的美好梦想，只有通过诚实劳动才能实现 125

- 一、诚实劳动的现实意义126
- 二、以诚实劳动铸就大美中国梦126
- 三、让诚实劳动、勤勉工作蔚然成风127

劳动实践营 我们应该这样读懂诚实劳动129

- **实践任务一** 家装：室内水电安装其实并不难129
- **实践任务二** 鉴定：这样鉴别真伪珠宝零失败137
- **实践任务三** 销售：诚信是一辈子的财富142

模块七

终于把劳动安全说明白了 147

- 一、认识劳动安全的重要性148
- 二、劳动安全如何保障149
- 三、解读劳动安全技术规程149

劳动实践营 我们应该这样认识劳动安全151

- **实践任务一** 防火：成于安全，败于事故151
- **实践任务二** 交通：守护平安回家路158

模块八

劳动，让法律与你同行 163

- 一、你必须知道的法律常识164
- 二、解读劳动相关法律法规165

劳动实践营 我们应该这样了解劳动法规167

- **实践任务一** 实习：你必须知道的法律问题167
- **实践任务二** 兼职：让法律为你保驾护航173
- **实践任务三** 求职：熟悉《中华人民共和国劳动法》
遇上纠纷也不怕177

绪论

劳动教育课程概览

劳动是人类创造物质财富和精神财富的活动。我们要实现中国梦，实现中华民族伟大复兴，就必须把“劳动”置于最重要的地位，重视劳动，尊重劳动，尊重劳动者，懂得劳动的伟大意义。

知劳动

1. 了解劳动教育的意义，明确劳动教育的目标。
2. 了解劳动教育的课程结构、实施手段和评价方法。

爱劳动

1. 懂得劳动的伟大意义。
2. 认识接受劳动教育的重要性和必要性。

劳动理论馆

情景一：小朱是某高校的一名大学生，听到学校要开展劳动教育时，发表了自己的看法：“现代科技越来越发达，很多传统劳动都可以被科技产品替代，我觉得没必要把时间浪费在学习这些生活技能上，因为对每个人来说都应该做自己擅长、能为社会做出最大贡献的事。”

情景二：小包参加了学校组织的学农活动，度过了一段与田野大地、劳作生活亲密接触的时光，回校后写的作文还获得了高分。“虽然累，但是很开心，比农家乐还有意思。”小包回到家后对父亲说。当被问到学农、职业体验活动等一系列劳动教育深层次的感受时，小包一脸严肃地讲道：“体力劳动实在太辛苦了，所以我得用功学习，上好大学、选好专业，成长为高端人才。”

评析：科技发展在一定程度上对于劳动形式的改变发挥了巨大的作用。小朱认为学习生活技能是无效的，因为对每个人来说都应该做自己擅长、能为社会做出最大贡献的事。这种观点忽略了劳动的体验美。劳动创造美好生活。体力劳动创造了我们生活的物质基础，脑力劳动提升了我们的生活品质。二者相伴相随，不可割裂。

劳动教育是新时期党对教育的新要求，是中国特色社会主义教育制度的重要内容。它具有鲜明的社会性，要求学生在面对真实的生活世界和职业世界时，以动手实践为主要方式，学会改造世界，在改造世界的过程中塑造自己，提高自身素养。

一、为什么要进行劳动教育

（一）劳动教育的意义

1. 劳动教育是实现中国梦的强大助推力量

劳动教育是联通教育世界与生活世界、职业世界、新兴世界等的重要环节，是素质教育的重要内容，是促进大学生德、智、体、美、劳全面发展的重要载体，在高校开展劳动教育具有重大意义。

劳动开创未来，奋斗实现梦想。“以劳动托起中国梦”，根本上要靠劳动者的辛勤劳动、诚实劳动和创造性劳动。大学生对劳动的认知，对待劳动的态度以及劳动习惯、劳动技能的培养，将决定着国家和民族的未来。

“空谈误国，实干兴邦。”通过劳动教育，培育新时代大学生的劳动情怀，推动广大青年学生接力奋斗，是实现中华民族伟大复兴的中国梦的基本途径和有效途径。

2. 劳动教育是高校立德树人的重要文化载体

“立德树人”作为一种先进的教育理念，以培养德才兼备、全面发展人才为主旨。那么，高校应如何培养德才兼备、全面发展的人才，以适应社会经济发展对高素质、高层次人才的需求？发展经验和实践证明：劳动教育是培养全面发展人才的必要条件，也是其基本途径和有效途径。

劳动教育使学生树立正确的劳动观点和劳动态度，培养劳动技能，热爱劳动，养成劳动习惯。劳动教育不停留于掌握劳动技能，更以塑造学生人格、完善学生品德、培养价值观念为目标，它既是“立德”的重要内容，也是“立德”的途径。

同时，开展劳动教育是实现学生全面发展的必要条件，没有劳动教育的素质教育不是全面的素质教育，没有劳动教育作为载体，素质教育开展也不能有效达到目标。

当今时代，各种思想交相融合和冲突，青少年的成长环境发生了深刻变化，面临着复杂环境的挑战，一些高校存在着“重智育、轻德育”“重书本教育、轻实践教育”等问题。立德树人就是聚焦学生这个中心，围绕学生、关照学生、服务学生，引导他们正确认识世界和中国发展大势，正确认识中国特色和进行国际比较，正确认识时代责任和历史使命，正确认识远大抱负和脚踏实地，全面提高学生思想政治素质，为中国特色社会主义伟大事业培养德才兼备、全面发展的建设者和接班人。

3. 劳动教育是学生成长成才的需要

加强大学生劳动教育，有利于大学生通过在课堂教学、自身学习、实验实践等教育环节上付出大量劳动，将自己打造成为未来的有用之才；有利于大学生在体味艰辛、挥洒汗水中塑造良好的心理素质，在艰苦奋斗、顽强拼搏中磨炼自己的意志，从而获得受益终生的宝贵精神财富；有利于大学生形成积极向上的就业创业观，在国家社会需要与个人价值实现、专业学习与岗位匹配等方面找到平衡，形成自主多元的积极就业观，提升创业创新意识和能力。

总之，劳动精神的培育是高校德育的重要内容，劳动技能的教育是高校智育的重要内容，将劳动教育与德智体美教育并列，既是对劳动教育本身的有效加强，也是对德智体美教育的有力支撑。

4. 劳动教育是培养合格的社会主义建设者和接班人的要求

“教育必须与生产劳动相结合是造就全面发展的人的唯一方法”，这是马克思对教育与生产劳动关系的精辟论述。德智体美劳全面发展，劳动教育无疑是中国特色社会主义教育制度的重要内容，是教育体系的重要环节，是学生健康成长的价值底色，直接决定社会主义建设者和接班人的劳动精神面貌、劳动价值取向和劳动技能水平。

习近平总书记在全国教育大会上指出，培养什么人，是教育的首要问题，要培养德智体美劳全面发

展的社会主义建设者和接班人，培养一代又一代拥护中国共产党领导和我国社会主义制度、立志为中国特色社会主义奋斗终生的有用人才。

“有用人才”“时代新人”的一个重要特征，就是具备劳动的素质，能够弘扬劳动精神、崇尚劳动、懂得劳动最光荣，能够辛勤劳动、诚实劳动、创造性劳动，更好地培养社会责任感，树立“以天下为己任”、舍我其谁的社会责任感和担当精神。

（二）劳动教育的目标

为构建德智体美劳全面培养的教育体系，2020年3月，《中共中央国务院关于全面加强新时代大中小学劳动教育的意见》（以下简称《意见》）出台。

针对一些青少年中出现的不珍惜劳动成果、不想劳动、不会劳动的现象，《意见》从思想认识、情感态度、能力习惯三个方面面向全体学生提出了劳动教育目标，突出强调劳动教育的思想性。

《意见》对劳动教育的目标的描述为：通过劳动教育，使学生能够理解和形成马克思主义劳动观，牢固树立劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽的观念；体会劳动创造美好生活，体认劳动不分贵贱，热爱劳动，尊重普通劳动者，培养勤俭、奋斗、创新、奉献的劳动精神；具备满足生存发展需要的基本劳动能力，形成良好劳动习惯。

根据学生成长的每一个阶段，按照学生的年龄特征与能力，有的放矢设定“梯度目标”，一则，可以让各地教育部门在劳动课程设置时做到有章可循，方便指导学生参加各类劳动教育；二则，能确保劳动教育循序渐进，能让学生的劳动能力得到“螺旋式上升”；三则，符合学生身心实际的“梯度目标”，更便于广大家长对学生开展劳动教育，让学生们在劳动过程中品尝到收获感、存在感，让“崇尚劳动、尊重劳动”的观念植根学生心间。

劳动教育就是一种生活教育，学生在劳动中获得一些生活体验，以及从劳动中获得生活的乐趣，培养一种现代新生活的态度与方式，既是今后生活的需要，也是未来生存的需要，更是让其生命更好地发展的需要。

二、如何开展劳动教育课程

新时代加强劳动教育必须强调以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，落实立德树人根本任务。要扎实推进劳动教育，必须把劳动教育纳入学校课程体系，加强课程建设，开展多样化劳动实践。

（一）劳动教育的课程结构

落实劳动教育需要依托课程，必须有一定的时间做保证。在课程设置上，《意见》突出强调“整体优化学校课程设置”，构建劳动教育课程体系，大中小学设立必修课程和劳动周，同时强调其他课程有机融入劳动教育内容和要求。

《意见》中明确指出，要根据教育目标，针对不同学段、类型学生特点，以日常生活劳动、生产劳动和服务性劳动为主要内容开展劳动教育。结合产业新业态、劳动新形态，注重选择新型服务性劳动的内容。

人才培养关系大学能够为社会输送的人才的层次和素质，是教育的出发点和归宿，是高等教育的核心职能之一。我国高校重视培养学生的家国情怀和社会责任、专业知识、创新和实践能力、道德品质、国际视野，强调培养实用型、高素质人才。

针对高校的人才培养目标，我们制定了劳动教育课程结构，如图 0-1 所示。

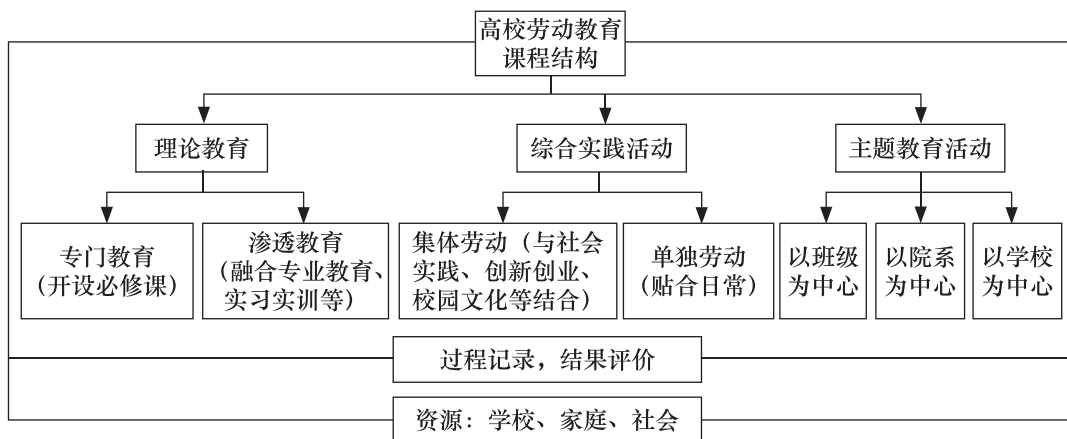


图 0-1 高校劳动教育课程结构

（二）劳动教育的实施手段

随着时代变迁，现代学生成长的环境与上一辈人相比发生了翻天覆地的变化，他们衣食无忧，不知稼穡之艰，他们的眼界更为开阔，自我意识也前所未有的强烈。老调重弹的劳动教育，如日常教学中简单的任务、单纯的体力性教育、技艺学习等，与脑力劳动、日常学习无关，无法激发学生的兴趣，无法调动他们参与劳动活动的积极性。

如果劳动教育还沿用传统的体力劳动，让学生体验吃苦流汗，显然难以让他们深刻理解劳动的意义。如今，劳动的功能逐渐转向使个人自我价值实现，获得存在的价值感和意义感等功能。从这个角度来讲，对于大学生来说，完成劳动未必能比他们在学习过程中获得的价值感和存在感更多。因此，要达到通过劳动能够全面育人的目标，开展创造性劳动势在必行。本书采用的劳动教育实施手段及其要点如表 0-1 所示。

表 0-1 劳动教育的实施手段及其要点

实施手段	要点
理论讲授	让学生认识开展劳动教育的必要性，能重视劳动、尊重劳动、尊重劳动者、懂得劳动的伟大意义；塑造劳动楷模形象，用榜样力量引导学生践行以“诚”待劳，以实干实现自身价值。
体验式教学	让学生感悟自身的变化与成长，理解辛勤劳动对于丰富和发展自我的重要性，激发学生在未来学习生活中努力奋进、自主追求与实现梦想的勇气。
劳动实践活动	培养学生的劳动意识与劳动技能，让学生在实践活动中亲身体验劳动，感受劳动的魅力，明白劳动对于追求幸福生活的重要性；围绕创新创业，使学生学会创造性地解决问题，树立正确的择业观，懂得“空谈误国、实干兴邦”的道理。
劳动技能和劳动成果展示	引导学生在家庭生活中主动劳动，记录过程，体会劳动的意义。
劳动竞赛	利用各种竞赛形式激发学生参与劳动的积极性。
演讲（或作文）	引导学生结合社会热点思考劳动对于社会发展的意义，认识自己作为社会一员的义务与使命，从更深层意义上提高自身的劳动素质。

（三）劳动教育的评价方法

《意见》中有一段较为引人关注的话：“把劳动素养评价结果作为衡量学生全面发展情况的重要内容，作为评优评先的重要参考和毕业依据，作为高一级学校录取的重要参考或依据。”

作为升学参考或依据，也就涉及进行劳动素养评价的问题。本书主要采用综合评价和间断性问卷调查两种方法来监测和评价劳动教育的效果，具体如表 0-2 所示。

表 0-2 劳动教育的评价方法

评价方法	评价要点	作用
综合评价	生活表现	客观评价劳动教育的成果。
	课堂参与度	
	实践活动参与度（学生自我服务、家务劳动和社会公益劳动）	
	劳动素养（创造性、领导力、合作力等）	
间断性问卷调查	劳动安全意识	评价劳动教育的成果，改善劳动教育的手段。
	劳动态度（使命感、奉献精神等）	
	对教学手段的喜好程度	
	对教学手段的建议	



劳动教育之
“行胜于言”



弘扬劳动精神，以今天的奋斗成就明天的光荣

习近平总书记强调，“要在学生中弘扬劳动精神，教育引导学生崇尚劳动、尊重劳动，懂得劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽的道理，长大后能够辛勤劳动、诚实劳动、创造性劳动。”劳动是成功的必由之路、创造价值的源泉。劳动教育是中国特色社会主义教育制度的重要内容。

知劳动

认识到废品回收的重要意义，体会环卫工人和保安的工作中的劳动精神。

会劳动

1. 对废品回收有一定了解，能够在日常生活中做到二次利用。
2. 树立保护城市环境的良好意识，自觉维护环境。
3. 具有一定的安全意识。

爱劳动

1. 培养勤俭、奋斗、创新、奉献的劳动精神；具备满足生存发展需要的基本劳动能力，形成良好劳动习惯。
2. 体会劳动创造美好生活，体认劳动不分贵贱，热爱劳动，尊重普通劳动者。



劳动理论馆

“一件案件就是法官的一件作品，我真心想把每一件案件办好，办到完美，办成精品，从立案、送达，到开庭、调解，再到裁判，判后释法，这一系列环节，我经常扪心自问：是否真正做好了？”这是高邮市人民法院高新技术产业开发区法庭庭长吴磊经常挂在嘴边的一句话。

吴磊从西南政法大学本科毕业后来到高邮市人民法院，长期在基层审判一线工作。虽然面对的是基层纷繁复杂的矛盾纠纷，他却事不避难、忠诚履职，把激情、干劲、作为融于工作中。

在工作中，吴磊不断创新工作方法，将匠心注入实干。在家事法庭工作期间，他根据家事纠纷的特点，有效推行多元化纠纷化解机制，并总结出要让家事裁判更有温度，家事庭审更有温情，家事审判活动更加温暖的“三温工作法”。

为探索专业类型案件专业化审理，吴磊将法庭分为两个审判组，在分案上各有侧重，突出个人能力，激发内部活力，最终提高效率。他积极开展非诉调解工作，将诉源治理向涉企纠纷延伸，积极调动社会调解力量共同化解涉企纠纷。

评析：吴磊专注于本职工作，十年如一日，秉持初心、匠心、尽心、知心的信念，全身心投入到工

作中去，精雕细刻每一件案件，让越来越多的基层群众感受到公正司法。他秉持信念，牢守初心，在工作中坚持创新，切实守土尽职。

这种忠实履行个人职责的行为，这种铭记信念并内化于行的精神是当之无愧的时代楷模。

劳动是一切幸福的源泉。“功崇惟志，业广惟勤。”实现中国梦，创造全体人民更加美好的生活，任重而道远，需要我们每一个人继续付出辛勤劳动和艰苦努力。崇尚劳动、热爱劳动、辛勤劳动、诚实劳动，实现我们的发展目标。

一、就这么理解中国特色社会主义劳动精神的内涵

新时代劳动精神有着丰富的内涵，不仅在内容上继承并发展了马克思主义劳动价值观和中华民族传统优秀的劳动观念，而且还彰显了“辛勤劳动、诚实劳动、创造性劳动”的新理念，倡导“劳动光荣、技能宝贵、创造伟大”的时代风尚，生成了一种“劳动者至上、劳动者平等、劳动者可敬、劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽”的劳动观。

在劳动人格上倡导“尊重劳动”，“尊重劳动”是新时代劳动精神蕴含的核心要义。在劳动权利上倡导“劳动平等”，劳动是公民的基本权利，即任何劳动者在不影响他人的情况下都具有从事其想从事劳动的权利，而劳动平等是维护劳动权利的基本条件和维护劳动尊严的基本保障。在劳动使命上倡导“劳动神圣”，劳动具有光荣和神圣的意义。在劳动实践上倡导“劳动创造”，新时代科学技术迅猛发展，弘扬劳动精神更加注重培养学生的实践性和创新性。在劳动成就上倡导“劳动光荣”，新时代劳动精神倡导每个人通过自己的劳动，收获满足感、快乐感、尊严感，在创造丰富物质财富的同时，拥有丰盈的精神世界。

二、建功新时代需要怎样的劳动精神

劳动精神是社会主义核心价值观的应有之义，既包含对劳动价值的判断，也包括对劳动的态度，生动诠释着社会主义核心价值观中蕴含的劳动内容。

中国梦的实现“根本上靠劳动，靠劳动者创造”。“富强、民主、文明、和谐”是社会主义核心价值观在国家层面的准则，与劳动精神的价值倡导高度一致。广大学生应当树立正确的劳动观念，积极参加劳动实践，才能确保“富强、民主、文明、和谐”的价值观念在中国大地落地生根。青年学生要自觉培养“爱岗敬业、争创一流、艰苦奋斗、勇于创新”的劳动态度，在个人层面提倡的“爱国、敬业、诚信、友善”的价值准则。在劳动实践中锻炼岗位意识、职业精神、进取精神、拼搏精神、创新精神、家国情怀和奉献精神。

三、用务实态度、实干精神攒足追梦之力

习近平总书记在全国高校思想政治工作会议上强调：“我国高等教育发展方向要同我国发展的现实目标和未来方向紧密联系在一起，为人民服务，为中国共产党治国理政服务，为巩固和发展中国特色社会主义制度服务，为改革开放和社会主义现代化建设服务。”“四个服务”是相互联系、内在统一的有机整体，既是党的教育实践成功经验的总结，也是我国教育必须长期坚持的基本原则。

务实就是注重实践、实事求是，这是植根于中国农耕社会文明实践孕育的一种民族精神，这是数千年来中华儿女生生不息、继往开来的重要保障。孔子不谈“怪、力、乱、神”，而把目光聚焦在社会生活中，刘勰《文心雕龙》言“操千曲而后晓声，观千剑而后识器”，王符《潜夫论》言“大人不华，君子务实”，王阳明《传习录》言“名与实对，务实之心重一分，则务名之心轻一分”，等等，这些思想

集中体现了中国文化重现实、尚实干的精神，其排斥虚妄、拒绝空想，创造了数千年星光璀璨、熠熠生辉的中华文明。

因此，要紧密围绕培养时代新人这个重大命题，在全社会特别是各级学校教育中培育、弘扬劳动精神，引导全社会特别是青少年树立正确的劳动价值观，全面提升劳动者的整体素质和精神品格。

四、以辛勤劳动为荣，以好逸恶劳为耻

每一位劳动者都是国家的主人，尊重和保护劳动者的合法权益是国家的责任。我们必须树立自觉劳动的意识。不偷懒，不松懈。但不管这个世界怎么变化，劳动仍然是人类生存的必需。但值得注意的是，随着市场经济的发展和人民生活水平的提高，“休闲”二字被人们越来越多地使用，甚至有的人认为我国已经进入了休闲时代。当然，我们应当承认，条件好了，人们的劳动条件改善了，这是社会进步的必然结果，也是我们所追求的目标。但是要充分认识到，优越的劳动条件不是等来的，不是天上掉下来的，而是广大人民群众通过辛勤劳动创造来的。如果认为比过去条件好了，就可以在“休闲”二字的名义下逃避劳动，助长懒惰，那就等于失去了创造财富的源泉，就会坐吃山空。同时，我们还要认识到，休闲是相对于劳动而言的，是以劳动为基础的。

课后思考社

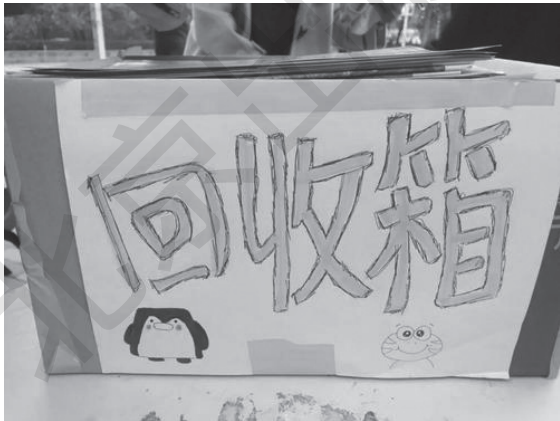
1. 作为新时代的年轻人，我们如何将劳动精神融入到生活的点点滴滴？
2. 你身边有哪些懈怠的例子？如何在今后有效防止这种情况？
3. 怎样培养自己的奋斗精神？



实践任务一 回收：让废品重生

• 9 •

续表

序号	步骤	操作及说明	操作要求
2	佩戴手套，注意卫生，并收集回收人员的联系方式	(1) 准备环卫工用的夹子和手套。 (2) 留心废品回收站的电话，以便以后卖废品时方便联系。 	了解哪些物品可以被回收并且按照分类标准摆放。注意摆放的整齐性。
3	回收利用	(1) 在学校里收集可回收物品，比如在美术课上剪纸时的废纸（不可被过度污染）、班里同学喝空的水瓶等。 (2) 根据可回收点的地图，在放学后把收集到的可回收物送到可回收点。 	班级和小区是可回收物品较多的地方，可以利用回收箱等提高效率。
4	整理回收品	(1) 将收集到的废纸分类摆放，整理整齐。 	操作过程中记得戴手套，防止手被纸张划破。

续表

序号	步骤	操作及说明	操作要求
4	整理回收品	(2) 将不可回收的物品分类放在一边。 	
5	宣传	指定宣传标语，张贴在合适的地方。呼吁人们在日常生活中养成节约的意识。 	注意标语张贴的位置，应当张贴在允许张贴的地方。

劳动小贴士

1. 皮带用旧以后不要抛弃，可用来做刀布颐养刀片。刀片用钝后，将其两面刃口在皮带反面来回蹭几下，即可使刀片变得尖利而延长使用寿命。
2. 蚊香灰内含有钾的成分，可作为盆花的肥料，只需在蚊香灰上稍微洒些水，便可将其施入盆中，很容易被花木吸收。
3. 用剩牛奶擦皮鞋，可避免皮面干裂，使其愈加柔软美观。
4. 喝剩的汽水和其他饮料，可做成洗涤剂，用来清洗带有茶垢、水垢的容器，可以比较容易地将茶垢、水垢洗干净。

劳动成果展示

劳动成果评价				回收成果展示
序号	任务实施成果	评判标准	是/否	
1	整理	回收物品是否按照分类标准摆放整齐。		 整理前  整理后
2	操作规范	(1) 是否正确佩戴手套，注意卫生。 (2) 可回收物品是否得到有效的回收利用。 (3) 是否正确区分可回收物品和不可回收物品。 (4) 能否在回收废纸废品之后，正确地进行处理。		
3	劳动收获			

劳动钻研区

1. 在回收利用的过程中，哪些物品可以被回收而哪些不可以？
2. 从本次回收活动中，你体会到回收的意义是什么？

劳动榜样墙

张连印，山西省左云县人，被人们誉为“当代愚公”“绿化将军”，原河北省军区原副司令员。2003年5月，服役38年的张连印从领导岗位上退休，立下了“义务植树、绿化荒山”的军令状。张连印的故乡张家场村位于全国林业六大工程之一的京津风沙源治理区，是我国北方荒漠化土地集中分布区。全村共有土地17754亩，耕地只有6346亩，其余11000多亩都是荒山荒坡，风起沙扬。张连印的目标是，3年~5年内，争取将植树总面积达到5000亩，将张家场村建成一个全国闻名的生态园林示范村。

他先后20多次到县、市、省林业部门，咨询专家，学习生态环境建设的有关知识和植树造林防风治沙的办法，并请省林业勘测设计院的有关专家，现地勘查设计，制定出了《张家场生态园林村建设总体规划》。

从2004年春季开始，他就着手修路、通电、打井、修渠、平整土地、育苗，为大规模植树做准备。启动资金，很快就花光了张连印多年来的30多万元积蓄。他只好向儿女们求援：大女儿一家将刚买的

一套新房作抵押，贷款 20 万元送到父亲手中；儿子一家拿出 10 万元支持爸爸；小女儿将 3 万元转业费和订婚时公婆给的 2 万元，一起拿给了父母。张连印又不辞辛劳，走访部队的老战友，跑有关单位和金融部门，多方面寻求支持帮助，总算解决了资金问题。

4 年多的风餐露宿，4 年多的含辛茹苦，4 年多的甜酸苦辣，永吹冲锋号的张连印终于获得了硕果，荒山绿化面积达到 3000 余亩。黄鹂鸟来了，杜鹃来了，狼和黄羊也出现在山里。

“一个人能力再大也是有限的，众人拾柴火焰高。”张连印当初回乡造林，就是为了带领大家共同来绿化荒山。

2021 年，中宣部授予张连印同志“时代楷模”称号，褒扬他是“为乡亲们打造金山银山的绿化将军”，号召全社会向他学习。

想一想

- (1) 张连印投身“义务植树、绿化荒山”的举动给了你什么启示？
- (2) 简述绿化荒山对社会的重要意义。

自主劳动间

无论是家庭还是班级，都存在着不同程度的浪费行为。回收废品，从我做起，从小事做起。从现在开始，试着号召身边的人一起加入回收废品的行列来吧！

我的宣传记录

宣传口号	过程简述	宣传成果及评价	心得体会

实践任务二 环卫：城市环境守护者



劳动导航仪

环境卫生关系到一个城市的形象，为了营造干净美丽的城市环境，环卫工人们从早到晚、穿梭在大街小巷，用自己的辛勤劳动做好文明城市的守护者。当人们还在熟睡的时候，环卫工人就已出现在街道上，他们默默无闻地在每一个角落奉献着，他们用一把扫帚扫出城市的文明，用一个簸箕端出城市的整洁，美化着我们生活的环境。

劳动实训场

环境要求：家里、公共场所、绿化带。

工具准备：垃圾袋、扫把、竹耙等。

材料准备：反光背心、标语等物品和白醋、小苏打等清洁材料。

劳动过程图

序号	步骤	操作及说明	操作要求
1	准备工作	(1) 穿戴好工作装备。 (2) 向环卫工人学习清洁工具的正确使用方法以及基本的环卫知识。 	在工作服面料选择方面，冬季一般为涤棉纱卡，夏季一般为涤棉府绸。

续表

序号	步骤	操作及说明	操作要求
2	清洁道路	(1) 使用吸土器材进行地面垃圾初级吸附，从而减少工作负担。 (2) 使用喷洒设备用水清洁肮脏地面或角落，从而清除死角。 (3) 在做马路清洁时，使用清洁剂等对一些固化物进行清除。 	清洁道路的标准：还原道路本色，有亮泽度；地上附属设施干净，地下边角、沟缝干净；路面达到润而不湿的视觉效果；路见底色，黑白分明，标线清晰，无泥沙，无灰尘，无污水，无垃圾。
3	清洁绿化带	(1) 用扫把仔细清扫草地上的果皮、纸屑、大块等；对不能用扫把打扫的小杂物，应捡入垃圾铲内。 (2) 清扫草地时，仔细清理绿篱下面的枯叶落叶。及时清除草皮长出的杂草。 (3) 及时清理树枝上的杂物（如垃圾袋、纸屑）。 	
4	清洁公共厕所	(1) 清洗水龙头。先将白醋和小苏打粉按 1:1 的比例混合均匀。接着把卫生纸放进去后用水浸湿。最后将包裹着溶剂的卫生纸覆盖在水龙头的污渍处。静待半小时至一小时后，用清水冲洗水龙头。 (2) 清洗风扇。将风扇取下来，浸泡在肥皂水中清洗，清洗后一定要晾干。 (3) 清洗马桶。在黄渍处撒上小苏打粉。接着用热开水冲泡半个小时以后，再开始清洗。	

续表

序号	步骤	操作及说明	操作要求
5	垃圾分类	(1) 可回收物主要包括废纸、塑料、玻璃、金属和布料五大类。 (2) 其他垃圾(干垃圾)包括除上述几类垃圾之外的砖瓦陶瓷、渣土、卫生间废纸、纸巾等难以回收的废弃物及尘土、食品袋(盒)。 (3) 厨余垃圾(湿垃圾)包括剩菜剩饭、骨头、菜根菜叶、果皮等食品类废物。  (4) 有害垃圾包括电池、荧光灯管、灯泡、水银温度计、油漆桶、部分家电、过期药品及其容器、过期化妆品等。	 垃圾分类
6	垃圾处理	(1) 可回收物经过垃圾分类后被送往回收站,然后送入加工工厂,做成成品后流向市场。可回收物经过清运车辆定时定点收运之后,运至分拣场所进行分拣。二次分拣后的可回收物将会进入再生资源回收体系。 (2) 其他垃圾一般直接送入垃圾焚烧厂进行焚烧再利用,或者采取卫生填埋、生物分解的方法处理。 (3) 厨余垃圾将被送入生化处理厂进行资源化处理或就地资源化处理。 (4) 有害垃圾经清运车辆运至清运点进行专业收运,然后进入危险废物处理厂,根据有害垃圾的具体类别进行无害化处置。	

劳动小贴士

1. 干净美丽的城市环境除了需要环卫工人的辛勤付出,更需要广大市民的共同努力,我们应呼吁广大市民不要乱扔乱抛垃圾,珍惜环卫工人的劳动成果,一起做好城市的环境卫生,从而推动城市文明建设不断向前发展,共同创造清洁、文明、和谐的城市环境。

2. 今后要从自身做起,保护环境,倡导身边的人不乱扔垃圾,使城市更加美好。

劳动成果展示

劳动成果评价				环卫成果展示
序号	任务实施成果	评判标准	是/否	
1	了解环卫工人工作的意义	能够体会环卫工人工作的不易和辛苦。		
2	操作规范	(1) 完成道路清扫工作。 (2) 完成绿化带保洁工作。 (3) 完成公厕保洁工作。 (4) 将心得体会制作成PPT展示。		
3	劳动收获			

劳动钻研区

1. 在环卫工人工作的过程中，你有没有发现哪些风险点？如何避免这些风险和隐患呢？
2. 你学到了什么样的劳动方法？是否可以应用于其他的劳动之中呢？

劳动榜样墙

于晓华：小小银针克顽疾

虽然是星期天，针灸科的病人却很多，走廊上也坐满了病人，医生们忙得脚不沾地。副主任医师于晓华的诊室病人络绎不绝，三张床位换了一拨又一拨病人。于晓华在接诊一位9岁男孩时，因为孩子害怕针灸，她就像妈妈一样，细声软语地给他讲解。为打消他的顾虑，她还拿出大大小小的几种针给他看，一直到他愿意尝试后才小心地给他治疗。只见她进针神速，拔罐娴熟，男孩说一点也不疼。

诊室墙上挂满了锦旗，这些锦旗的背后是发生在许多家庭的真实故事。

一面锦旗上写着“三只神针针穴疗经 一双妙手手到病除”，是一位72岁的退休干部李老师送给于晓华的。老人患有腰椎间盘突出多年，曾多处就诊，服过止痛药、活血通络药，外敷过膏药等，均不见缓解，仍疼痛严重，影响到翻身、走路，需要用拐杖。听说针灸效果好，老人就在家人的搀扶下来就诊。当时他右侧大腿前侧疼痛加重2个多月。于晓华经过仔细诊查，诊断为太阳经和阳明经病症，给予他针刺治疗。第一次治疗结束后，老人立马感到疼痛减半。后又巩固治疗两次，疼痛彻底消失。老人深感震惊，怎么也想不到，一根小小的银针就能将他十多年的顽疾治愈！他对于晓华感激不尽，于是送来锦旗。

另一面锦旗上写着“神针妙灸 德医双馨”，患者是一位56岁的女性，患慢性萎缩性胃炎多年，早饭后胃痛腹胀，人看上去很瘦，面色晦暗。服用过多种中西药物，但症状日渐加重。胃镜发现有息肉5个。来诊后，于晓华认为患者脾胃虚寒、痰气郁结，便采取温补脾胃、疏肝调神、抑木扶土的治疗原则，用艾灸扶阳，针刺疏肝理气，调神和胃。经过3个月的治疗，患者症状明显缓解，体重增加，面有

光泽。此后断续治疗，一年后胃镜复查息肉减为1个。

类似的故事数不胜数，工作不到20年，于晓华已收到了无数感谢信和十几面锦旗，每一面都记录着一段不平凡的抗病故事，彰显着医患间共同努力战胜病魔的和谐关系。对于晓华来说，既是美好的回忆，也是无声的鞭策和鼓励。忙碌的工作之余，她会扫一眼它们，内心就涌起一股暖流，全身也充满了力量。

于晓华今年43岁，2003年硕士毕业于山东中医药大学针灸推拿学专业，因成绩优异留校任教。后来，她边工作还边攻读了医学博士。作为医生和教师，她医院和学校两头跑，每周只休一天，全身心地投入到她所热爱的针灸事业中去。

所谓“台上一分钟，台下十年功”。于晓华在上学期期间就精研针灸学，熟记经穴362个穴位，并多次在自己身上试扎，也和同学互扎，练就了熟练扎实的基本功。经过20多年的学用结合，凭着工匠精神，她掌握并擅长应用针刺、艾灸、耳穴、火针、刺络放血等传统疗法治疗急慢性痛症、胃肠病、妇科病及功能紊乱性疾病。工作中她注重传承，守正创新，认真学习和领悟导师传授的疏肝调神法，将疏肝解郁、调理心神脑神的思想，广泛应用于治疗各种痛症、内分泌紊乱性疾病和情志病，以舒缓患者压力，调畅情志，使其心静志宁，因而疗效显著。

她说，小小银针能治大病，针灸给许多病人解除了痛苦，也带给她很多成就感。作为国粹，针灸的特点是“简、便、廉、验”，既方便经济又有奇效，相对于服药，它被称为“绿色疗法”，受到越来越多的人的青睐。

想一想

- (1) 从于晓华医师身上我们能学到哪些劳动精神？得到哪些启示？
- (2) 劳动的价值是什么？我们应如何看待劳动的意义？

自主劳动间

在城市还沉睡在酣梦中时，他们已经开始一天的劳作。当千家万户团聚在假日中时，他们仍然坚守自己的岗位。他们就是“城市的美容师”——环卫工人。在美化城市的同时，他们面临着劳动强度高、工作压力大、不被尊重等诸多现实难题。“我做一天环卫工”志愿者换位体验系列活动，旨在提倡全社会关注、关爱、关怀环卫工人，保护社会公共设施，树立尊重劳动、爱护环境的文明风尚。

我的劳动记录

劳动项目	过程简述	劳动成果及评价	心得体会

实践任务三 保安：全体业主的保镖

劳动导航仪

保安的作用是保卫治安，防止在生产过程中发生人身事故，从事保卫治安工作，主要职责为防火、防盗、责任区域内的人身安全。通过保安人员的工作实施来保障固定区域内安全，正常工作秩序、治安秩序、防患于未然。

劳动实训场

环境要求：家里、小区。

工具准备：相应服装、徽章等。

材料准备：心得体会表、工作证等。

劳动过程图

序号	步骤	操作及说明	操作要求
1	日常检查	(1) 电源管理。 清晨，如若日光能够满足照明需求，则应关闭灯光。 如若天气比较炎热，要及时打开公共区域的空调电源。 黄昏过后，待天气较暗及时开启展厅灯、外广告灯等。  (2) 设备检查。 查看电梯、出入口大门、楼道灯是否正常。 打开24小时通道。 检查水泵、风机房、电梯运转是否正常。 (3) 环境检查。 检查公共区域有无杂物。 管理小区违规吸烟、拍照、散发小广告等行为。	保安专业工作要求： (1) 严格在法律规定的范围内开展保安服务工作，不准超越职责权限。 (2) 严格履行岗位职责，不准做与保安服务无关的事情。 (3) 不准刁难群众。 (4) 不准脱岗、空岗、睡岗，不准迟到、早退。 (5) 遵守客户单位内部的各项规章制度，对客户单位内部机密，不准随意打听、记录、传播。 (6) 未经允许不准动用客户物品和接受客户赠送的礼品。 (7) 要爱护公物。 (8) 有重要情况要妥善处置并及时上报，不准迟报、隐瞒不报。 (9) 要认真填写值班记录，做好交接班工作。

续表

序号	步骤	操作及说明	操作要求
2	往来 情况 管理	(1) 保安人员对客户单位出入口进行把守、验证、检查,保卫客户安全,包括:查验出入人员的证件,办理登记手续,禁止无关人员进入;根据客户的要求对出入的人员、车辆携带或装运的物品进行查验,防止客户单位财物损失。 (2) 指挥、疏导出入车辆,清理无关人员,维护出入口的正常秩序;及时发现不法行为人,截获赃物,做好治安防范工作。 (3) 协助客户单位做好接待工作。 	保安基本职业要求: (1) 除不宜或者不需要着装的情形外,在工作时间必须着保安制服,因私外出应着便服。 (2) 着保安制服时,应按规定佩戴保安标志。 (3) 保安制服不准与便服混穿,不同季节保安制服不准混穿。 (4) 在驻勤单位除工作外,着装时可以不戴帽子。 (5) 爱护和妥善保管保安制服和保安标志,严禁将保安制服和保安标志变卖、赠送或借给他人。 (6) 着保安制服应干净整洁,不准披衣、敞怀、挽袖、卷裤腿、歪戴帽子、穿拖鞋或赤足。 (7) 根据仪表要求严格要求自我。男性保安不准留长发、大鬓角和胡须;女性保安发辫不得过肩,不得染发、染指甲,不得化浓妆、戴饰物。 (8) 执勤时应讲普通话。
3	日常 巡查	(1) 保安人员对特定区域、地段和目标进行巡查、警戒,保卫客户安全。 (2) 通过巡逻,威慑不法分子,打消其对客户不法侵害的企图;发现可疑人员,对其进行询问,对有作案嫌疑的,送交有关部门处理。 (3) 对正在发生的不法侵害行为,应采取相应措施,予以制止,将不法行为人送交公安机关或有关部门处理。 (4) 检查、发现、报告并及时消除各种不安全隐患,防止火灾、爆炸等事故或抢劫、盗窃等不法侵害案件的发生。	在巡逻过程中,对已经发生的不法侵害案件或灾害事故,应及时报告公安机关或有关部门,并保护现场。

续表

序号	步骤	操作及说明	操作要求
4	安全防范	守护服务： (1) 保安人员对特定的目标进行看护和守卫，保卫业主安全。 (2) 维护守卫区域的正常秩序，禁止无关人员进入守护范围。  (3) 做好防火、防盗、防抢、防爆炸等工作。	依照保安服务合同提供防范性安全服务，维护客户单位的安全和秩序，防止守护目标受到不法侵害或灾害事故的损害，有效避免因服务提供方或保安人员责任造成客户经济损失，满足客户单位安全需求。

劳动小贴士

1. 现在通过人力来保障社区安全存在明显的弊端，小区安保人员的数量、质量直接决定着这个小区的安全水平。小区里的保安巡逻，同样的路线每天不断重复，一方面会让人非常疲劳和痛苦，另一方面这个过程中人能够获得的有效信息很少。

2. 在安保过程中要注意个人安全。由于工作内容的性质，保安对危险的防范能力是相对有限的；危险真正发生时，甚至有时候会对安保人员造成人身伤害。



物业保安
消毒快递

劳动成果展示

劳动成果评价				安保成果展示
序号	任务实施成果	评判标准	是/否	
1	了解安保工作	能够说出安保工作的发展历史和相关要求。		
2	操作规范	(1) 根据要求进行合理的着装。 (2) 根据要求规范礼仪。 (3) 根据规范完成相应的职责。		
3	劳动收获			

劳动钻研区

1. 你认为可以采取哪些措施保障保安的人身安全？
2. 从事安保工作会低人一等吗？面对职业歧视我们能做些什么？

劳动榜样墙

默默保护我们平安的最美的人

一位年轻的民警纵身火海，解救了 20 多名村民，当时的场面让人震惊，事后让人为之感动。他就是张少平，一个很陌生的名字，但却隐藏着很多感人的事迹。

张少平，1980 年出生，2001 年警校毕业后在终南工作至今。就是这样一位普通的 80 后民警，始终扎根基层，从一点一滴做起，以勤奋、敬业、勇敢、执着的忘我工作精神践行着“人民警察为人民”的神圣使命。

2004 年汛期，田峪河河水暴涨。接到群众报警称，东大坚村一村民在河道中捕鱼被困。张少平立即和所里其他几名民警赶往事发地。眼看着奔泻的河水不断上涨，被困村民在河道中惊慌失措，随时可能被河水卷没，河两岸群众束手无策。张少平迅速查看周边地形后，果断地要求随行同事用绳索将自己缚住，从田峪河桥上放入河中，游至被困村民身旁，将该村民缚在自己背上，桥上的民警和群众共同将两人拉上桥面。事后，张少平勇救被困群众在当地流传为一段佳话。

同样的事情还发生在西禅定村。西禅定村一农妇因家庭琐事一时想不开，跳入村外灌溉井中。接警后，张少平自告奋勇，孤身进入 10 多米深的井中将农妇营救出来。

2008年深秋之夜，大雨滂沱。毓兴村一中年单身汉醉酒后情绪失控，在周至三中学生宿舍楼外街道上时而大声叫骂，时而横卧街头。正在值班的张少平得知情况后，来不及启动警车，徒步跑到街道上，冒着大雨，将醉汉送回家，替其脱掉湿透的衣服。醉汉家里一片冰冷，张少平又找来柴火烧热土炕。熟睡在热炕上的醉汉又不时作呕，张少平担心其噎住喉咙，一直守候到清晨。醉汉醒来后，张少平见其已无大碍，拿出20元钱给了他，嘱咐他去街上吃早餐。回到所里后，张少平换下一身潮湿的衣服，一夜未眠，又开始了一天的工作。

想一想

- (1) 民警和保安的工作有什么共同点？
- (2) 从这位民警身上我们能学到什么？

自主劳动间

新时代植根于我国所取得的历史性成就的社会实践中。党的十九大报告强调“五年来的成就是全方位的、开创性的，五年来的变革是深层次的、根本性的”。以发展的眼光来看，这样的历史性成就的积累必将会发生质的变化，推动中国特色社会主义通过积累升级步入新时代。去体验一下学校保安或者公安局警察的工作吧，写下心得体会。

我的劳动记录

劳动项目	过程简述	劳动成果及评价	心得体会