# 新时代[劳动教育教程与实践](http://textbookcenter.cn/book?id=1680&from=from" \t "https://bookfile.textbookcenter.cn/WebProduct/_blank)

教案

**北京出版社**

# 课时安排

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目** | **课程内容** | **课 时** | **备 注** |
| 1 | **认识劳动和劳动教育** | **2** |  |
| 2 | **培养劳动观念——树立劳动精神** | **3** |  |
| 3 | **培养劳动观念——树立劳模精神** | **3** |  |
| 4 | **培养劳动观念——树立工匠精神** | **3** |  |
| 5 | **劳动安全** | **2** |  |
| 6 | **日常生活劳动** | **9** |  |
| 7 | **生产劳动** | **3** |  |
| 8 | **服务性劳动** | **5** |  |
| 9 | **劳动快乐** | **3** |  |
| 10 | **维护劳动权益** | **3** |  |
| 合计 |  | **36** |  |

### 项目六　日常生活劳动

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **课 题** | 日常生活劳动 | |
| **课 时** | 9课时（405 min）。 | |
| **教学目标** | **知识技能目标：**  1. 掌握日常生活劳动的理论体系，包括定义、分类及核心特征。  2. 熟悉烹饪美食、清洁衣物、收纳整理等具体劳动的知识。  **思政育人目标：**  通过学习实际案例，引入理论学习，让学生践行绿色生活与创新劳动理念，在资源节约、垃圾分类等实践中体现环保意识，传承传统烹饪、整理等技艺。 | |
| **教学重难点** | **教学重点：**  整合多维度劳动技能。  **教学难点：**  跨场景解决劳动问题，优化劳动效率。 | |
| **教学方法** | 讲授法、问答法、讨论法 | |
| **教学用具** | 电脑、投影仪、多媒体课件、教材 | |
| **教学设计** | 第1节课：激趣导入（15min）--传授新知（30min）  第2节课：继续探索（40min）--课堂小结（3min）--作业布置（2min）  第3节课：继续探索（40min）--课堂小结（3min）--作业布置（2min）  第4节课：继续探索（40min）--课堂小结（3min）--作业布置（2min）  第5节课：继续探索（40min）--课堂小结（3min）--作业布置（2min）  第6节课：继续探索（40min）--课堂小结（3min）--作业布置（2min）  第7节课：继续探索（40min）--课堂小结（3min）--作业布置（2min）  第8节课：继续探索（40min）--课堂小结（3min）--作业布置（2min）  第9节课：继续探索（40min）--课堂小结（3min）--作业布置（2min） | |
| 教学过程 | 主 要 教 学 内 容 及 步 骤 | 设计意图 |
| **激趣导入**  （15min） | 【**教师**】**利用案例展示导入课题。**  **劳动教育，从校园到生活的延伸**  **2020 年，广州市海珠区举办了“美好生活，劳动智造”劳动教育现场会。活动中，学生们参与了多个与日常生活劳动相关的课程，如《巧做驱蚊包》《剪纸——美丽的花帽子》《设计制作自动收晾衣架》等。这些课程不仅让学生掌握了实用的生活技能，还通过劳动教育渗透了科学探索和文化传承。例如，《巧做驱蚊包》课程教导学生独立或合作制作驱蚊包，既保障了健康生活，又激发了学生对科学的探索兴趣。这种多样化的劳动实践，不仅丰富了学生的校园生活，也让他们认识到劳动在日常生活中的重要性，培养了他们的劳动意识和实践能力。**  【**学生**】**发言，分享见解。** | 通过学习案例，让学生了解日常生活劳动，激发学生的学习欲望。 |
| **传授新知**  （30min） | **【教师】认识日常生活劳动**  **一、基本概念**  **（一）日常生活劳动的定义阐述**  日常生活劳动是个体在日常生存与生活场景中，为满足自身及家庭生活需求、维持生活秩序所进行的持续性实践活动。其贯穿个体生命历程，以衣、食、住、行等基础生活环节为核心载体，既包含维持个体生存的基础活动，如饮食制作、个人卫生护理，也涵盖优化生活环境、提升生活质量的管理性活动，如家居清洁、物品收纳，是人类生存与发展的基础性实践。  **（二）日常生活劳动的范畴界定**  日常生活劳动的范畴围绕个体及家庭生活的基本需求展开。在个人层面，包括个人卫生护理（如洗漱、理发）、个人物品管理（如衣物搭配、证件整理）；家庭层面涵盖家居环境维护（如扫地、擦窗）、饮食制作与管理（如烹饪、食材储存）、家庭物资管理（如采购、财务记账）等。同时，个体参与社区公共生活中的互助性劳动，如社区环境清洁、邻里事务协助等，也属于日常生活劳动范畴，体现其从个体、家庭向社会延伸的特性。  **二、分类**  **（一）自我服务劳动分类**  自我服务劳动以满足个体自身生活需求为核心，是个体实现生活自理的基础劳动形式。其一为个人卫生清洁，包括日常洗漱、身体清洁、口腔护理等，直接关系个体身体健康与形象管理；其二为个人物品整理，如衣物穿戴与折叠、学习或工作用品收纳，通过系统化管理提升生活效率；其三为个人健康维护，如基础医疗护理（伤口处理）、运动锻炼安排，助力个体保持良好的身心状态。  **（二）家务劳动分类**  家务劳动围绕家庭生活空间展开，保障家庭生活的有序运转。环境清洁类劳动包含地面清扫、家具擦拭、卫生间消毒等，维持家庭居住环境的卫生与舒适；饮食制作类劳动涉及食材选购、烹饪加工、餐具清洗，为家庭成员提供营养支持；家庭物资管理涵盖日常用品采购、物品储存规划、家庭财务管理，确保家庭资源合理配置。此外，家庭设施维护，如家电简单维修、家居物品修缮，也属于家务劳动范畴，保障家庭设备正常使用。  **（三）社区生活协助劳动分类**  社区生活协助劳动是个体参与社会公共生活的重要途径。环境维护类活动包括参与社区垃圾分类宣传、公共区域卫生打扫，促进社区环境美化；邻里互助类如协助照顾孤寡老人、帮忙搬运重物，增强社区成员间的情感联结；社区事务参与类，如参与社区活动组织、公共设施管理监督，推动社区治理的民主化与规范化。此类劳动有助于个体增强社会责任感，构建和谐的社区生活环境。  **三、主要特征**  **（一）日常性特征**  日常生活劳动具有显著的日常性，其高频次、持续性贯穿个体生活始终。从每日清晨的洗漱、早餐准备，到夜晚的衣物整理、家居清洁，劳动行为紧密嵌入个体生活节奏，成为维持日常生活状态的必要环节。这种日常性不仅体现为时间上的连续性，还表现为劳动场景的固定性，多发生于家庭或熟悉的社区环境，是个体生活习惯与生活方式的具体体现。  **（二）基础性特征**  作为满足生活基本需求的劳动形式，日常生活劳动为个体参与其他社会活动提供基础保障。个体通过完成饮食制作、衣物清洁等基础劳动，维持身体机能与生活秩序，进而具备参与学习、工作等更高层次社会活动的能力。同时，日常生活劳动技能是个体生存能力的核心组成部分，从婴幼儿时期学习自主进食，到成年后独立料理生活，基础性劳动能力的培养贯穿个体成长全过程，是个体实现社会化的重要基石。  **（三）重复性特征**  日常生活劳动内容多呈现周期性重复特征，如每日的三餐制作、衣物清洁，每周的家居大扫除等。这种重复性并非简单的机械重复，而是通过不断实践形成肌肉记忆与行为习惯，促进劳动技能的熟练掌握与效率提升。同时，重复性劳动在维持生活稳定秩序的基础上，也为个体提供反思与优化劳动流程的契机，推动劳动方式的改进与创新。  **四、核心价值**  **（一）对个人生活自理能力的价值**  通过日常生活劳动实践，个体系统掌握生活技能，实现从依赖他人到生活自主的转变。从基础的穿衣吃饭，到复杂的家居管理，劳动过程培养个体规划、执行与解决问题的能力，提升自我管理水平。具备良好生活自理能力的个体，能够更从容地应对生活中的各类挑战，增强生活独立性与自信心，为个人全面发展奠定基础。  **（二）对家庭和谐氛围营造的价值**  家庭成员共同参与家务劳动，明确责任分工，形成协同合作的家庭互动模式。在劳动过程中，成员间通过沟通交流增进相互理解，分担家庭责任减轻个体负担，减少因家务分配不均而引发矛盾冲突。同时，共同完成劳动任务有利于增强家庭成员的情感联结，营造温馨和谐的家庭氛围，提升家庭凝聚力与归属感，促进家庭关系的健康发展。  **（三）对个人责任感培养的价值**  日常生活劳动要求个体对劳动任务承担相应责任，按时完成家务、妥善管理个人物品等行为，有助于个体形成责任意识。在劳动过程中，个体需对劳动结果负责，通过不断履行责任，逐步将外在要求内化为自身行为准则，提升社会责任感与公民意识，为参与社会生活奠定道德基础。  **五、现代意义**  **（一）在快节奏生活中的作用**  在现代快节奏生活背景下，日常生活劳动通过合理规划与高效执行，帮助个体优化时间利用。借助制定家务日程表、采用高效清洁工具等方式，个体能够在有限时间内完成劳动任务，平衡工作、学习与生活，缓解生活压力，维持生活节奏的有序性，避免因生活杂乱无序导致的焦虑与低效。  **（二）对提升生活品质的意义**  规范、科学的日常生活劳动是提升生活品质的关键。通过合理的饮食搭配、整洁的家居环境布置、有序的物品收纳管理，个体能够改善生活环境与生活方式，满足对高品质生活的追求。同时，在劳动过程中融入审美与创意元素，如个性化的家居装饰、精致的烹饪摆盘，进一步丰富生活内涵，提高生活舒适度与幸福感。  **（三）与现代生活方式相融合的意义**  随着生活方式的变迁，日常生活劳动不断融入新工具、新方法。智能家电（如扫地机器人、智能烤箱）的普及，改变传统劳动模式，提高劳动效率；线上购物、社区团购等新型采购方式，优化家庭物资管理流程。此外，现代消费理念推动劳动方式向环保、健康方向发展，如使用可降解清洁用品、采用绿色烹饪方式，实现日常生活劳动与现代生活方式的深度融合。  **六、教育与社会意义**  **（一）对个人成长教育的意义**  日常生活劳动教育是个体成长教育的重要组成部分。通过参与劳动实践，个体将理论知识转化为实际操作能力，培养动手能力与创新思维。同时，劳动过程中的挫折与成功体验，有助于个体形成坚韧不拔的意志品质与积极乐观的生活态度。此外，劳动教育引导个体认知不同职业劳动的价值，为职业规划与社会角色定位奠定基础，促进个体全面发展。  **（二）对社会和谐发展的意义**  个体通过参与日常生活劳动，形成良好生活习惯与社会公德，进而影响社会整体风貌。当社会成员普遍具备较高的劳动素养，能够主动维护公共环境、参与社区互助时，社会成员间的协作与互助将更加频繁，社会矛盾减少，社会秩序更加稳定。日常生活劳动所培养的责任感与协作精神，有助于构建和谐的社会关系，推动社会和谐发展。  **（三）在传承社会文化方面的意义**  日常生活劳动蕴含丰富的社会文化内涵。传统烹饪技艺承载地域饮食文化，民俗节日中的劳动习俗（如春节大扫除、端午包粽子）传递民族文化记忆。通过劳动实践，个体深入了解与传承传统文化，同时在劳动过程中结合现代元素进行创新，赋予传统文化新的生命力，实现文化的传承与发展。  **七、发展趋势**  **（一）智能化对日常生活劳动的影响趋势**  随着人工智能、物联网技术的发展，智能家电与家居系统逐步替代部分人工劳动。扫地机器人、智能洗碗机等设备实现清洁劳动自动化，智能家居控制系统可远程管理家庭设备，提高劳动效率与便捷性。未来，日常生活劳动将向高度自动化、智能化方向发展，人类劳动重心逐渐从体力劳动转向劳动管理与决策。  **（二）绿色环保理念融入的趋势**  在可持续发展理念影响下，绿色环保理念深度融入日常生活劳动。绿色清洁用品、节能家电的市场占有率不断提升，循环利用、垃圾分类等环保劳动方式成为主流。未来，日常生活劳动将更加注重资源节约与环境保护，形成绿色、低碳、可持续的劳动模式，推动生态文明建设。  **（三）个性化需求对日常生活劳动的改变趋势**  个体对生活品质的个性化追求，催生定制化劳动服务与产品。家居收纳方案定制、私人营养师服务、个性化家政服务等应运而生，满足不同群体的特殊需求。同时，社交媒体与线上平台的发展，促进个体间劳动经验与创意的分享，推动日常生活劳动向多元化、精细化方向发展，体现个体独特的生活品位与价值追求。  【**学生**】**理解、记忆。** | 讲述认识日常生活劳动，组织学生讨论日常生活劳动，进一步增强学生对日常生活劳动的认知。 |
| **继续探索**  （40min） | 【**教师**】**烹饪美食**  **一、学习知识**  **（一）认识食材**  1. 食材的分类与特点  食材依据生物学属性、食用部位及烹饪用途可划分为不同类别。植物性食材包括谷类、蔬菜、水果等，具有季节性与地域性特征，如春季的香椿鲜嫩清香，秋季的山药粉糯滋补；动物性食材涵盖畜禽肉、水产品，其质地与风味因品种和部位存在差异，如牛肉肌理紧致适合炖煮，鱼肉鲜嫩适合清蒸。菌类、藻类等特殊食材则兼具独特口感与营养特性。  2. 食材的营养价值  学习烹饪，首先要了解饮食营养与健康方面的知识。饮食营养与健康日益受到人们普遍的关注。营养均衡的饮食不仅可以保证人体各项生理功能的正常运行，还可以提高人体的免疫力，预防和抵抗某些疾病。  中国营养学会编制的《中国居民膳食指南（2022）》指出，一般人群的膳食可遵循以下 8 个准则：①食物多样，合理搭配；②吃动平衡，健康体重；③多吃蔬果、奶类、全谷、大豆；④适量吃鱼、禽、蛋、瘦肉；⑤少盐少油，控糖限酒；⑥规律进餐，足量饮水；⑦会烹会选，会看标签；⑧公筷分餐，杜绝浪费。  3. 食材的选购技巧与要点  选购食材需依据其特性判断品质。新鲜蔬菜应色泽鲜亮、无黄叶烂叶，根茎类蔬菜质地坚实；肉类选购需关注色泽、弹性及气味，新鲜肉表面微干、指压后凹陷立即恢复；水产品应具有鲜活状态或新鲜光泽，无腐臭异味。此外，需关注食材产地、保质期及储存条件等信息，确保食材安全与品质。  **（二）烹饪理论知识**  1. 烹饪方法的分类与原理  烹饪方法可分为热加工与冷加工。热加工包含炒、煎、炸、煮、蒸、炖等，其原理基于热量传递改变食材的物理与化学性质，如炒通过高温快速加热使食材脱水变熟，保留鲜嫩口感；炖利用低温长时间加热使食材软烂入味，释放风味物质。冷加工如凉拌、腌制，则通过调味与物理处理提升食材风味与口感。  2. 调味的基本原则与技巧  调味遵循“有味者使其出，无味者使其入”原则，需平衡咸、甜、酸、辣、鲜等味道。基础调味在食材预处理阶段进行，确定底味；正式调味于烹饪过程中添加调料，丰富层次；辅助调味在出锅前或食用时进行，如撒葱花、淋香油提升香气。调味需依据食材特性与烹饪方法灵活调整，如清淡食材调味宜稍重，本身风味浓郁的食材则需控制调料用量。  3. 火候的掌握与运用  火候可分为旺火、中火、小火与微火。旺火适用于快速烹饪，如炒青菜保持脆嫩；中火常用于煎、炸，使食材均匀受热；小火与微火适合长时间烹饪，如煲汤、煨肉，促使食材充分释放营养与风味。掌握火候需结合烹饪器具、食材特性及烹饪目的，通过观察食材变化、控制加热时间等方式实现精准调控。  **二、掌握技能**  **（一）食材处理技能要点**  1. 食材的清洗方法与注意事项  清洗蔬菜需去除表面泥沙与农药残留，叶菜类应逐片冲洗，根茎类可去皮后流水冲洗；肉类需浸泡去除血水，鱼类需清理内脏与鱼鳞。清洗时避免过度揉搓导致营养流失，且生、熟食材要分开清洗，防止交叉污染。  2. 食材的切配技巧与标准  切配遵循“大小均匀、厚薄一致”原则，不同烹饪方法对切配形状有不同要求。如炒菜常将食材切成丝、片，便于快速成熟；炖煮食材可切块，保持形状完整。切配时需掌握正确握刀姿势与运刀方法，确保操作安全高效。  3. 食材的腌制与预处理  腌制可提升食材风味、改善食材质地。肉类腌制常加入盐、料酒、葱姜等去腥增香，同时可添加淀粉等使肉质嫩滑；蔬菜腌制多采用盐腌脱水，便于后续调味。腌制时间与调料用量需根据食材特性调整，避免过咸或腌制不足。  **（二）烹饪操作技能要点**  1. 炉灶的正确使用方法  使用燃气炉灶前需检查燃气管道与阀门，确保无泄漏；点火时遵循“火等气”原则，调节火焰大小至合适状态。使用后及时关闭阀门与灶具开关。电磁炉需搭配适用锅具，调节功率并控制加热速度。  2. 烹饪工具的操作技巧  炒锅使用前需热锅凉油防止粘锅，翻炒时灵活运用手腕力量使食材均匀受热；汤锅适合炖煮，需注意水位与火候控制；烤箱使用前需预热，根据食材调整温度与时间。同时，需正确使用刀具、砧板等辅助工具，保障操作安全。  3. 不同烹饪方法的实践操作  炒需掌握热锅快炒技巧，保持食材脆嫩；煎要求锅具受热均匀，适时翻面避免焦煳；蒸需控制蒸汽量与时间，确保食材熟透且保持鲜嫩；炖需小火慢炖，使汤汁浓郁、食材软烂。实践中需不断积累经验，根据食材特性调整操作细节。  **三、躬行实践**  **（一）实践流程与步骤**  1. 制订烹饪计划  根据用餐人数、口味偏好及食材储备制定菜单，规划烹饪顺序与时间安排，列出所需食材与调料清单，确保烹饪过程有序进行。  2. 准备食材与工具  按清单采购新鲜食材并完成清洗、切配等预处理工作，同时准备好烹饪所需的锅具、餐具、调料等，检查炉灶、电器等设备是否正常运行。  3. 进行烹饪操作  依照烹饪计划与操作规范，依次进行食材预处理、烹饪调味等步骤，严格控制火候与时间，及时调整烹饪方式，确保菜品质量。  **（二）实践中的问题处理**  1. 应对食材突发状况  若发现食材变质或短缺，需及时调整菜单，寻找替代食材或改变烹饪方法。如缺少某种蔬菜，可选择其他营养与口感相近的蔬菜替代。  2. 处理烹饪过程中的失误  烹饪中出现焦糊、夹生等问题时，可采取补救措施。如菜品过咸可加水稀释、加入吸味食材；食材夹生可延长烹饪时间或调整火候继续加热。  3. 解决口味调整的问题  若菜品口味不符合预期，可通过添加调料进行调整。如味道过淡可适当加盐、酱油，口味过辣可加入糖、醋等中和，逐步调试至理想口味。  **【学生】理解、记忆。** | 通过分享见解，带领学生进一步了解烹饪美食，并通过讲述故事，客观直接地展示烹饪美食的基础知识。 |
| **课堂小结**  （3min） | 【**教师**】**回顾和总结本节课的知识点：**  **这节课上一起学习了烹饪美食。由此明白了食材依据生物学属性、食用部位及烹饪用途可划分为不同类别。**  【**学生**】**理解、记忆。** | 通过对所学知识的回顾，培养学生的归纳总结能力。 |
| **作业布置**（2min） | 【**教师**】**布置课后作业**  **简述食材的营养价值。** | 通过课后练习，巩固所学新知识。 |
| **继续探索**  （40min） | 【**教师**】**清洁衣物**  **一、学习知识**  **（一）认识衣物材质**  1. 常见衣物材质的特点与分类  衣物材质主要分为天然纤维、化学纤维及混纺材质。天然纤维中，棉纤维吸湿性强、透气性佳，穿着舒适但易缩水变形；麻纤维凉爽透气、强度高，常用于夏季衣物，手感较粗糙；丝纤维光泽柔和、质地柔软，多用于高档服饰，但耐磨性差。化学纤维如聚酯纤维强度高、抗皱性好，但吸湿性差；腈纶保暖性强，常替代羊毛。混纺材质结合两种或多种纤维特性，如棉涤混纺兼具棉的舒适性与涤纶的抗皱性。  2. 不同材质衣物的护理要点  棉麻衣物洗涤后宜平铺晾干，避免暴晒以防褪色；丝质衣物需轻柔手洗，不可拧干，应悬挂晾干，存放时避免与粗糙物品接触。羊毛衣物忌高温水洗，建议干洗或冷水手洗，平铺晾干防止变形；化学纤维衣物可机洗，但需注意避免与尖锐物摩擦以防起球。大学生在清洗、整理衣物时，可参考衣服上的水洗标。  3. 材质对清洁方法的影响  不同材质耐受的清洁剂与洗涤方式存在差异。天然纤维对碱性清洁剂敏感，宜使用中性洗涤剂；化学纤维相对耐酸碱，但遇高温易变形，需控制洗涤温度。如羊毛、丝绸等蛋白质纤维遇高温碱性环境易水解，应采用低温温和洗涤；而聚酯纤维等化学纤维可承受较高温度与机械力，适合机洗。  **（二）清洁用品知识**  1. 洗涤剂的种类与选择  洗涤剂分为洗衣粉、洗衣液、洗衣凝珠等。洗衣粉去污力强但溶解较慢，适合清洗厚重或顽固污渍的衣物；洗衣液呈液态，易溶解且温和，适用于各类材质；洗衣凝珠集洗涤、柔顺功能于一体，使用便捷。选择时需依据衣物材质、污渍程度及洗涤方式，如羊毛、真丝衣物应选用专用洗涤剂，婴幼儿衣物需使用无刺激配方产品。  2. 柔顺剂、消毒剂等辅助用品的使用  柔顺剂可减少衣物静电、增加柔软度，使用时需按比例稀释，在漂洗阶段加入。消毒剂分为含氯消毒剂、季铵盐类消毒剂等，含氯消毒剂杀菌力强但腐蚀性高，仅适用于白色棉麻等耐氯材质；季铵盐类消毒剂温和，可用于多数衣物，但需注意使用浓度，避免残留。  3. 清洁用品的成分与作用  洗涤剂主要成分包括表面活性剂、助洗剂等。表面活性剂降低水的表面张力，使油污脱离衣物；助洗剂如三聚磷酸钠增强去污效果、软化水质。柔顺剂含阳离子表面活性剂，吸附于纤维表面形成润滑膜；消毒剂通过破坏微生物结构达到杀菌目的，不同成分适用场景存在差异。  **二、掌握技能**  **（一）手洗衣物的技能要点**  1. 手洗衣物的正确步骤与方法  手洗前先将衣物分类，按颜色、材质分开。在温水中加入适量洗涤剂搅拌溶解，将衣物浸泡 15～20 分钟，轻柔搓洗衣领、袖口等易脏部位，采用挤压、轻揉方式，避免大力揉搓。漂洗时用清水多次冲洗，直至水清无泡沫残留。  2. 不同污渍的处理技巧  油渍可用汽油、洗洁精等有机溶剂预处理；血渍需冷水浸泡，使用加酶洗涤剂分解蛋白质；汗渍可用稀释的氨水或含柠檬酸的洗涤剂去除；墨水渍可尝试用酒精或牛奶擦拭。处理污渍需遵循“先局部后整体”原则，避免污渍扩散。  3. 手洗衣物时的力度与时间掌握  手洗力度需根据衣物材质调整，棉质衣物可适度用力，丝质、羊毛等精细材质需轻柔操作。洗涤时间控制在 20～30 分钟，过长易损伤纤维，过短则清洁不彻底。  **（二）机洗衣物的技能要点**  1. 洗衣机的正确使用方法  使用前检查衣物口袋是否有硬币等异物，避免损坏洗衣机。将洗涤剂按说明用量放入对应槽位，轻柔衣物建议装入洗衣袋。关闭舱门后选择合适程序，启动前确保洗衣机放置平稳，避免震动和移位。  2. 洗衣模式的选择与设置  洗衣机常见模式包括标准洗、轻柔洗、快洗等。标准洗适用于普通棉质衣物；轻柔洗转速低、洗涤时间短，适合丝质、羊毛等精细材质；快洗适合轻度脏污衣物，耗时短。同时需根据衣物数量调整水位，避免过多或过少影响清洁效果。  3. 洗衣机的维护与保养  定期清洁洗衣机内筒，可使用专用清洁剂或白醋与小苏打混合溶液进行浸泡清洗，去除污垢与细菌。每次使用后打开舱门通风晾干，防止霉菌滋生；定期检查排水管是否堵塞，确保排水通畅。  **三、躬行实践**  **（一）实践流程与步骤**  1. 分类整理待洗衣物  按颜色（深浅分开）、材质（天然纤维与化学纤维分开）、脏污程度进行分类，将易掉色的衣物单独洗涤，避免染色。同时检查衣物口袋、拉链等细节，取出异物并拉合拉链。  2. 选择合适的清洁方式  根据衣物材质与脏污情况选择手洗或机洗。精细材质、少量污渍衣物建议手洗；厚重、大量衣物可选择机洗。确定清洁方式后，选择对应洗涤剂与辅助用品。  3. 进行衣物清洁操作  手洗时遵循规范步骤，机洗时设置正确程序。清洁过程中注意观察衣物状态，如发现异常及时处理。清洗完成后，按材质要求选择晾晒方式，避免暴晒或过度烘干。  **（二）实践中的问题处理**  1. 处理衣物褪色问题  若衣物轻微褪色，可在洗涤水中加入盐或白醋固色；已褪色衣物可尝试使用同色染料补色。预防褪色需避免暴晒，洗涤时加入防褪色洗涤剂，新衣物初次洗涤可先用冷水加盐浸泡。  2. 应对衣物变形的情况  羊毛、针织类衣物变形后，可采用蒸汽熨烫或湿水整形法恢复。洗涤时避免大力拧干，平铺晾干。选择合适的洗涤程序与力度，可减少衣物变形风险。  3. 解决顽固污渍清洗不掉的问题  针对顽固污渍，可重复预处理步骤或使用专业去渍剂。如反复处理仍无法去除，可咨询专业洗衣店，采用特殊工艺处理，避免因不当操作损伤衣物。  **【学生】理解、记忆。** | 通过分享见解，带领学生进一步了解清洁衣物，并通过讲述故事，客观直接地展示学习清洁衣物的基础知识。 |
| **课堂小结**  （3min） | 【**教师**】**回顾和总结本节课的知识点：**  **这节课上一起学习了清洁衣物。由此明白了常见衣物材质的特点与分类、不同材质衣物的护理要点、材质对清洁方法的影响。**  【**学生**】**理解、记忆。** | 通过对所学知识的回顾，培养学生的归纳总结能力。 |
| **作业布置**（2min） | 【**教师**】**布置课后作业**  **简述洗涤剂的种类与选择。** | 通过课后练习，巩固所学新知识。 |
| **继续探索**  （40min） | 【**教师**】**熨烫衣物**  **一、学习知识**  **（一）熨烫原理**  1. 熨烫对衣物纤维的作用  熨烫通过热量、水分和压力协同作用改变衣物纤维的物理结构。高温促使纤维分子链松弛，削弱分子间作用力；水分渗入纤维内部，增加柔韧性与可塑性；压力使纤维重新排列，消除褶皱并定型。该过程可修复织物表面平整度，提升光泽与质感，恢复衣物原有形态。  2. 不同温度对衣物的影响  温度是熨烫效果的关键变量。低温区间（80～120℃）适用于羊毛、丝绸等蛋白质纤维，可避免纤维水解或泛黄；中温（120～160℃）适配棉、麻等天然纤维，能有效除皱且不损伤材质；高温（160℃以上）多用于化纤及混纺面料，但超过材质耐受温度会导致碳化、变形或色泽改变，需严格控制。  3. 熨烫的基本原理  熨烫基于热力学与材料力学原理。热量使纤维达到玻璃化转变温度，降低分子间内聚力；蒸汽加速水分渗透，软化纤维；压力引导纤维重新定向排列，冷却后固定形态。蒸汽熨烫通过水分子的润滑作用，提升褶皱消除效率，减少熨烫时间与压力强度。  **（二）熨烫工具**  1. 电熨斗的种类与特点  电熨斗主要分为普通型、蒸汽型与调温型。普通电熨斗需搭配湿布使用，通过干烫或湿烫实现除皱；蒸汽电熨斗内置水箱，可喷射高温蒸汽，兼具湿润与熨烫功能，效率更高；调温电熨斗配备温控装置，可精准调节温度，适配多种面料，是家庭常用类型。  2. 熨衣板的选择与使用  优质熨衣板须具备稳固支架、耐高温防滑面板及缓冲衬垫。面板尺寸应满足大件衣物熨烫需求（建议长 120～150cm，宽 35～50cm），高度可调节至 80～90cm 以适配人体工学。衬垫材质以棉或羊毛为佳，厚度约 2～3cm，可减少熨烫时的压力损伤。  3. 辅助工具的作用与使用方法  辅助工具包括熨烫布、毛刷与喷雾瓶。熨烫布用于隔离熨斗与精细面料，防止高温烫伤；毛刷可清理衣物表面灰尘，辅助蒸汽渗透；喷雾瓶用于湿润干燥衣物，增强熨烫效果。使用时，熨烫布需完全覆盖衣物表面，用毛刷沿织物纹理轻刷，喷雾均匀喷洒。  **二、掌握技能**  **（一）温度控制技能要点**  1. 根据衣物材质调节温度  天然纤维中，棉麻可承受 150～200℃高温；羊毛、丝绸需控制在 100～130℃；化纤面料（如聚酯纤维、腈纶）适宜温度为 120～150℃。混纺材质按耐热性最低的纤维设定温度，使用前需在衣物内侧隐蔽处进行温度测试。  2. 温度过高或过低的处理方法  温度过高时立即断电，待熨斗冷却至合适温度；若衣物已烫伤，可覆盖湿布低温熨烫修复。温度过低导致褶皱残留时，需调高温度或延长熨烫时间，同时增加蒸汽量辅助除皱。  3. 温度控制的技巧与经验  通过触摸熨斗底板感知温度（轻微烫手约 150℃，温热约 120℃），或观察温控指示灯。连续熨烫同材质衣物时，每 10～15 分钟检查温度稳定性；熨烫深色衣物时降低温度，避免表面发亮。  **（二）熨烫手法技能要点**  1. 平烫、立烫等不同手法  平烫适用于衬衫、裤子等大面积平整部位，需将衣物平铺于熨衣板，匀速移动熨斗并施加均匀压力；立烫常用于悬挂的大衣、连衣裙，手持熨斗垂直于衣物表面，利用蒸汽软化纤维，避免过度接触面料。  2. 熨烫的顺序与方向  遵循“先局部后整体，先易后难”原则，按衣领、袖口、前襟、背部、下摆顺序熨烫。熨烫方向需与织物纹理一致（如斜纹面料沿斜向熨烫），避免产生眩光；接缝处需垫布熨烫，防止压痕。  3. 处理衣物细节部位的熨烫手法  领口、袖口等窄小区域可使用熨斗尖角处理；纽扣、拉链等附件需覆盖熨烫布，防止高温熔化；褶皱较深部位可反复轻压，或采用“蒸汽—冷却—定型”循环操作。  **三、躬行实践**  **（一）实践流程与步骤**  1. 准备好熨烫工具与衣物  检查电熨斗电源线、水箱及温控功能是否正常，备好熨衣板、熨烫布与毛刷等。将待熨衣物分类，去除污渍并晾干至半干状态（含水率约 50%～60%），提升熨烫效率。  2. 调整好电熨斗温度  根据衣物材质设定温度，预热熨斗至指示灯稳定。在废布上进行试烫，确认温度、蒸汽量适宜后再正式操作。  3. 进行衣物熨烫操作  按预定顺序与手法熨烫，保持熨斗匀速移动（速度约 15～20 厘米 / 秒），适时使用蒸汽功能。每熨烫完一个部位，需检查平整度，避免漏烫或烫痕。  **（二）实践中的问题处理**  1. 避免衣物被烫焦的方法  严格控制熨烫时间（单次停留不超过 3～5 秒），使用熨烫布隔离高温，定期清理熨斗底板污渍。深色衣物采用“低温多次”熨烫法，防止表面变色。  2. 处理熨烫后衣物仍有褶皱的情况  增加蒸汽量或重复熨烫，调整熨烫方向与压力；对于顽固褶皱，可喷水后用湿布覆盖再熨烫，或悬挂自然垂坠 2～3 小时。  3. 解决电熨斗漏水等故障问题  若电熨斗漏水，检查水箱水位是否过高，或蒸汽孔是否堵塞，可通过排水、清理疏通解决。若出现不加热、指示灯异常等问题，需停止使用并联系专业维修人员。  **【学生】理解、记忆。** | 通过分享见解，带领学生进一步了解熨烫衣物，并通过讲述故事，客观直接地展示学习熨烫衣物的基础知识。 |
| **课堂小结**  （3min） | 【**教师**】**回顾和总结本节课的知识点：**  **这节课上一起学习了熨烫衣物。由此明白了熨烫原理、熨烫工具，掌握熨烫技能并躬行实践。**  【**学生**】**理解、记忆。** | 通过对所学知识的回顾，培养学生的归纳总结能力。 |
| **作业布置**（2min） | 【**教师**】**布置课后作业**  **简述熨烫手法技能要点。** | 通过课后练习，巩固所学新知识。 |
| **继续探索**  （40min） | 【**教师**】**整理衣物**  **一、学习知识**  **（一）衣物的分类**  1. 按适用季节分类  将衣物分为春夏季与秋冬季两类。春夏季衣物轻薄透气，如短袖、短裤；秋冬季衣物保暖性强，如毛衣、羽绒服。分类后可分区存放，便于换季取用。  2. 按衣物类型分类  依据衣物款式与功能分类，如上衣、裤子、裙子、内衣等。外套与内搭分开存放，避免相互摩擦；功能性衣物（如运动服、睡衣）单独收纳，保持整洁。  3. 按穿着频率分类  分为常用、偶尔使用和闲置衣物。常用衣物放置于易取位置，如衣柜中层；偶尔使用衣物收纳于上层或抽屉；闲置衣物可真空压缩后存放于底层，节省空间。  **（二）衣物整理原则**  1. 便于寻找的原则  采用可视化收纳方式，将同类衣物集中摆放，使用标签进行内容标注。悬挂的衣物按颜色、款式排列，折叠的衣物按高度顺序堆叠，减少翻找时间。  2. 节省空间的原则  利用垂直空间，使用多层隔板、抽屉分隔器增加收纳容量；采用高效折叠方法（如卷叠法），压缩衣物体积；闲置衣物可真空收纳，减少占用空间。  3. 保护衣物的原则  避免衣物挤压变形，悬挂易变形材质（如针织、丝绸），使用防滑衣架；折叠时垫入防尘纸，防止摩擦起球；存放时远离樟脑丸等化学物品，避免面料受损。  **二、掌握技能**  **（一）折叠技能要点**  1. 不同衣物的折叠方法  衬衫采用“三明治折叠法”，保持领口、袖口平整；裤子可对折后卷叠，节省空间；毛衣平铺折叠，避免肩部变形；内衣采用卷叠或专用收纳盒存放，保持形状。  2. 衣物折叠的技巧  短袖、裤子、衬衫及面料较薄、款式简单、易因拉伸而变形的衣物最好采用折叠收纳。一般来说，就是将衣物铺平后折成方形。为了避免出现褶皱，可在折线处放入填充物（如毛巾、细纸筒等）。  3. 折叠后衣物的摆放方式  按使用频率由上至下堆叠，常用衣物置于顶层；按季节、颜色分类摆放，保持视觉整洁；避免过度堆叠，防止底层衣物受压变形。  **（二）悬挂技能要点**  1. 衣架的选择与使用  根据衣物重量与材质选择衣架，如宽肩衣架适合西装，防滑衣架适合丝绸衣物；衣架长度需与衣物宽度匹配，避免肩部变形。  2. 衣物悬挂的顺序与方法  按衣物长度由长至短悬挂，便于取用；外套、连衣裙等大件衣物单独悬挂，避免挤压；衬衫、T 恤等可采用防滑衣架，减少滑落。  3. 易变形衣物的悬挂技巧  针织衣物采用宽肩衣架，或平铺挂放；西装外套使用木质衣架，保持肩部形状；轻薄衣物（如真丝衬衫）可用海绵衣架悬挂，防止勾丝。  **三、躬行实践**  **（一）实践流程与步骤**  1. 对衣物进行分类  清空衣柜，按季节、类型、穿着频率将衣物分类整理，淘汰破损或不再穿着的衣物。  2. 选择合适的整理方式  根据衣物材质与使用需求，确定悬挂或折叠方案，准备衣架、收纳盒等工具。  3. 进行衣物整理与收纳  按整理原则与技能要求，将衣物有序摆放于衣柜，确保取用便捷、空间利用高效。  **（二）实践中的问题处理**  1. 解决衣物存放空间不足的问题  采用多功能收纳用具（如伸缩衣架、抽屉分隔器）扩展空间；定期清理闲置衣物，捐赠或处理不再使用的物品；利用床下、墙壁等垂直空间增设收纳装置。  2. 处理衣物整理后仍显凌乱的情况  检查分类与摆放方式是否合理，调整衣物顺序与位置；规范折叠与悬挂标准，保持统一规整；定期整理维护，及时归位取用后的衣物。  3. 应对衣物在存放过程中出现的损坏问题  检查收纳环境是否潮湿、高温，调整衣柜位置或使用除湿剂；更换不合适的衣架，避免衣物变形；定期检查衣物状态，及时修复轻微破损。  **【学生】理解、记忆。** | 通过分享见解，带领学生进一步了解整理衣物，并通过讲述故事，客观直接地展示学习整理衣物的基础知识。 |
| **课堂小结**  （3min） | 【**教师**】**回顾和总结本节课的知识点：**  **这节课上一起学习了整理衣物。由此明白了解决衣物存放空间不足的问题、处理衣物整理后仍显凌乱的情况、对衣物进行分类等。**  【**学生**】**理解、记忆。** | 通过对所学知识的回顾，培养学生的归纳总结能力。 |
| **作业布置**（2min） | 【**教师**】**布置课后作业**  **简述衣物悬挂的顺序与方法。** | 通过课后练习，巩固所学新知识。 |
| **继续探索**  （40min） | 【**教师**】**收纳物品**  **一、学习知识**  **（一）收纳空间规划**  1. 对不同空间的利用方法  橱柜空间采用分层隔板与抽屉分隔，按物品高度分区存放；墙面空间可安装挂钩、洞洞板，悬挂常用物品；垂直空间利用层架、伸缩挂杆扩展收纳维度；床下空间适合放置真空收纳箱，存放季节性物品。  2. 空间布局的设计原则  遵循“就近原则”（常用物品置于易取位置）、“分类原则”（同类物品集中存放）与“可视化原则”（透明收纳工具便于查找）。布局需考虑空间动线，避免频繁移动大件物品。  3. 创造额外收纳空间的技巧  利用家具间隙安装窄形推车，增加储物容量；使用可折叠收纳架，不使用时节省空间；通过定制嵌入式柜体，最大化利用不规则空间；利用门后空间安装挂袋，收纳小件物品。  **（二）收纳工具**  1. 收纳箱、收纳架等工具的选择  收纳箱需根据物品重量、尺寸选择材质（塑料适合重物，布艺适合轻物）与规格；收纳架按承重能力分为轻型（＜ 15kg）、中型（15～30kg）、重型（＞ 30kg），需匹配存放物品需求；抽屉分隔器可调节尺寸，适配不同大小物品。  2. 不同收纳工具的特点与用途  真空压缩袋用于减少季节性衣物体积；分格抽屉盒适合收纳内衣、袜子等小件物品；多层旋转架适用于厨房调料、护肤品等圆形物品；悬挂式收纳袋可利用垂直空间，存放围巾、帽子等。  3. 自制收纳工具的方法  利用废旧纸箱制作文件盒，需加固边缘并粘贴装饰纸；将塑料瓶切割改造为笔筒或化妆品收纳盒；使用木板与金属支架自制简易层架，适用于阳台或书房收纳。  **二、掌握技能**  **（一）物品分类收纳技能要点**  1. 按功能分类收纳的方法  将物品分为生活类（餐具、洗护用品）、学习类（书籍、文具）、衣物类等，分区存放并标注标签。如厨房用品按烹饪流程（备菜、烹饪、清洁）顺序摆放，提高使用效率。  2. 按使用频率分类收纳的技巧  常用物品放置于易取位置（如衣柜中层、橱柜首层）；偶尔使用物品收纳于高处或深处；闲置物品真空压缩后存放于底层或仓库。通过频率分级减少空间占用与翻找时间。  3. 特殊物品的收纳要点  易碎品需使用泡沫、气泡膜包裹，单独存放于防震收纳盒；贵重物品（首饰、证件）使用带锁收纳盒，置于隐蔽安全处；药品、化学品需避光防潮，单独存放并标注有效期。  **（二）空间利用技能要点**  1. 合理利用垂直空间  安装多层搁板或伸缩挂杆，增加垂直收纳层次；使用悬挂式收纳袋或挂钩，利用墙面与门后空间；选择高脚家具，利用床下空间存放收纳箱。  2. 充分利用角落空间  采用 L 形转角架收纳厨房调料或卫生间用品；在墙角安装旋转收纳架，存放清洁工具或绿植；利用三角形收纳盒填充橱柜角落，存放小件杂物。  3. 优化平面空间布局  采用抽屉分隔器将大空间划分为小格，避免物品堆叠；使用可折叠桌板或升降台面，灵活调整空间功能；通过模块化收纳系统，根据需求组合不同尺寸的收纳单元。  **三、躬行实践**  **（一）实践流程与步骤**  1. 对物品进行清理与筛选  清空待收纳空间，按使用频率、功能、状态分类物品，淘汰破损或不再使用的物品，减少无效收纳。  2. 规划收纳空间与工具  测量空间尺寸，根据物品特性选择收纳工具，绘制布局草图。优先满足高频使用物品的便捷取用需求。  3. 进行物品收纳操作  按分类原则将物品归位，并用标签标注内容与存放位置。定期检查收纳效果，调整不合理布局。  **（二）实践中的问题处理**  1. 处理收纳后物品难以找到的问题  优化标签系统，采用文字与图片结合标注；调整物品分类逻辑，减少层级；使用透明收纳工具，实现可视化查找。  2. 应对收纳工具不适用的情况  若收纳箱尺寸不符，可切割改造或更换型号；若收纳架承重不足，需加固结构或替换为重型产品；自制工具存在功能缺陷时，参考专业设计进行改良。  3. 解决收纳空间再次不足的问题  重新评估物品必要性，进一步精简闲置物品；采用更高效的收纳工具（如真空压缩袋、折叠架）；挖掘未利用空间（如天花板悬挂、家具夹缝收纳）。  **【学生】理解、记忆。** | 通过分享见解，带领学生进一步了解收纳物品，并通过讲述故事，客观直接地展示学习收纳物品的基础知识。 |
| **课堂小结**  （3min） | 【**教师**】**回顾和总结本节课的知识点：**  **这节课上一起学习了收纳物品。由此明白了收纳空间规划、收纳工具、物品分类收纳技能要点。**  【**学生**】**理解、记忆。** | 通过对所学知识的回顾，培养学生的归纳总结能力。 |
| **作业布置**（2min） | 【**教师**】**布置课后作业**  **简述不同收纳工具的特点与用途。** | 通过课后练习，巩固所学新知识。 |
| **继续探索**  （40min） | 【**教师**】**整理床铺**  **一、学习知识**  **（一）床铺结构**  1. 床垫、床架等部件的特点  床垫分为弹簧床垫、记忆棉床垫等类型，需定期翻转防止局部塌陷；床架结构包括框架式、箱式，箱式床架可提供额外储物空间；床板分为排骨架与平板，排骨架透气性好，平板承重力强。  2. 不同床铺结构的整理要点  框架式床架需定期检查螺丝松紧度，防止晃动；箱式床架储物空间需防潮防尘；高低床整理时需注意梯子稳固性与护栏安全性。  3. 床铺的维护与保养知识  床垫每 3～6 个月翻转一次，避免长期受压变形；床架表面定期清洁，木质床架需防蛀防潮；金属床架防止生锈，定期涂抹防锈油。  **（二）床上用品**  1. 床单、被套、枕套的选择  面料选择需考虑透气性与舒适度，棉质适合四季使用，真丝适合夏季。尺寸需匹配床垫、被子规格，床单四周下垂长度宜为 25～35cm。  2. 被子、枕头的种类与特点  被子分为羽绒被、棉被、化纤被，羽绒被保暖轻便，棉被吸湿透气；枕头按填充物分为乳胶枕、记忆棉枕，需根据颈椎曲线选择合适高度（成人约 8～12cm）。  3. 床上用品的清洁与更换周期  床单、枕套建议每周更换一次，被套每两周更换一次；被子、枕头至少每 3～6 个月晾晒或清洗一次，防止螨虫滋生。真丝材质需手洗或轻柔机洗，避免暴晒。  **二、掌握技能**  **（一）铺床技能要点**  1. 床单的平整铺设方法  将床单平铺于床垫，确保四角对齐，采用“医院式铺法”（将床单下垂部分塞入床垫底部，边角折成 45 度角），可增加平整度与稳固性。  2. 被套的正确套法  采用“卷筒式套法”：将被套翻面，平铺后放入折叠好的被子，从开口处卷至另一端，再反向展开，可快速完成套被且避免被子成团。  3. 枕头的摆放与整理  枕头芯需定期拍打蓬松，枕套开口方向统一朝外或靠墙。双人床铺时，枕头间距保持 10～15cm，避免相互挤压变形。  **（二）整理技巧和技能要点**  1. 被子的折叠与整理方法  传统叠法将被子三折后再对折成长条状；新式叠法将被子横向三折，再纵向对折成方块状。整理时需抚平褶皱，保持边缘整齐。  2. 打造美观床铺的技巧  搭配同色系或风格协调的床上用品，使用装饰靠枕增加层次感；床单边角可采用流苏、刺绣等细节设计；被子可部分平铺，露出被芯图案。  3. 处理床铺褶皱的方法  轻微褶皱可使用蒸汽挂烫机处理；顽固褶皱需将床单取下重新熨烫；铺床时避免过度拉扯面料，减少褶皱产生。  **三、躬行实践**  **（一）实践流程与步骤**  1. 更换床上用品  取下脏污的床单、被套、枕套，分类清洗。检查床垫、枕头状态，进行除尘或翻面。  2. 进行床铺整理操作  按铺床流程铺设床单、套被套、摆放枕头，整理被子形状。调整床上用品位置，确保四角对称、边缘整齐。  3. 检查床铺整理效果  从不同角度观察床铺平整度，检查是否有褶皱或移位。测试床上用品的稳固性，避免使用时滑落。  **（二）实践中的问题处理**  1. 解决被子难以叠整齐的问题  使用被子整理板辅助折叠，确保边角规整；折叠前将被子充分抖开，去除褶皱；练习“三分叠法”等标准化操作流程。  2. 应对床上用品尺寸不合适的情况  若床单尺寸过大，可采用双层折叠法隐藏多余部分；被套尺寸不足时，选择松紧带或被角扣固定被子；购买新床品时严格测量尺寸。  3. 处理床铺整理后不稳固的问题  检查床垫是否平整，调整床架螺丝松紧度；床单四角采用“医院式铺法”加固；使用防滑垫防止床垫滑动，确保整体稳定性。  **【学生】理解、记忆。** | 通过分享见解，带领学生进一步了解整理床铺，并通过讲述故事，客观直接地展示学习整理床铺的基础知识。 |
| **课堂小结**  （3min） | 【**教师**】**回顾和总结本节课的知识点：**  **这节课上一起学习了整理床铺。由此明白了床铺结构、铺床技能要点、整理技巧和技能要点。**  【**学生**】**理解、记忆。** | 通过对所学知识的回顾，培养学生的归纳总结能力。 |
| **作业布置**（2min） | 【**教师**】**布置课后作业**  **简述被子的折叠与整理方法。** | 通过课后练习，巩固所学新知识。 |
| **继续探索**  （40min） | 【**教师**】**清洁房屋**  **一、学习知识**  **（一）清洁工具与清洁用品**  1. 扫帚、拖把、吸尘器等工具的选择与使用  扫帚按材质分为塑料、鬃毛、高粱穗等类型。塑料扫帚适用于硬质地面的日常清扫；鬃毛扫帚适合清理毛发和灰尘；高粱穗扫帚耐磨性强，常用于粗糙地面。拖把可分为胶棉拖把、平板拖把和旋转拖把。胶棉拖把吸水性强，适合清洁水渍；平板拖把配合静电除尘纸，能有效吸附灰尘；旋转拖把清洁效率高，适合大面积地面清洁。吸尘器则根据功能分为手持式、卧式和扫地机器人。手持式灵活便捷，适用于局部清洁；卧式吸力大，适合全屋深度清洁；扫地机器人具备自动导航功能，可实现智能化清洁。  2. 清洁剂、消毒剂等用品的种类与用途  清洁剂主要包括通用清洁剂、厨房专用清洁剂、卫生间清洁剂等。通用清洁剂适用于多数家居表面，可去除轻度污渍；厨房专用清洁剂针对油污设计，含有表面活性剂和碱性成分，能有效分解油脂；卫生间清洁剂含有酸性物质，可去除水垢和污渍。消毒剂常见的有含氯消毒剂、酒精消毒剂和季铵盐消毒剂。含氯消毒剂杀菌力强，常用于卫生间、垃圾桶等消毒；酒精消毒剂挥发快，适用于手部和物体表面消毒；季铵盐消毒剂温和无刺激，适合儿童房和老人房使用。  3. 清洁工具与用品的维护与保养  扫帚使用后需及时清理毛发和灰尘，避免长时间潮湿导致发霉；拖把清洁后应拧干水分，悬挂晾干，防止细菌滋生；吸尘器需定期清理尘盒和滤网，避免堵塞影响吸力。清洁剂和消毒剂应按照说明书保存，避免高温和阳光直射，防止成分分解失效。  **（二）房屋不同区域的清洁方法**  1. 客厅、卧室的清洁要点  客厅清洁需重点关注沙发、地毯和电器表面。沙发应定期拍打除尘，布艺沙发可用吸尘器搭配专用刷头清洁，皮质沙发使用专用清洁剂擦拭。地毯需定期吸尘，对于顽固污渍，可使用地毯清洁剂进行局部处理。电器表面应使用微湿的软布擦拭，避免水分渗入内部。卧室清洁要注重床铺、衣柜和地板，定期更换床上用品，清理衣柜内杂物，地板根据材质选择合适的清洁方法。  2. 厨房、卫生间的清洁重点  厨房清洁的关键在于油污和食物残渣的处理。灶台、抽油烟机和橱柜表面需使用厨房专用清洁剂去除油污，水槽和排水口要定期清理，防止堵塞和异味。卫生间清洁需着重处理水垢、污渍和细菌，马桶、浴缸和瓷砖墙面使用卫生间清洁剂清洁，地漏要定期消毒，防止滋生蚊虫。  3. 阳台、走廊等区域的清洁方法  阳台清洁主要针对地面和窗户，地面如有污渍，可使用通用清洁剂配合刷子清洁；窗户玻璃使用玻璃清洁剂和刮水器清洁，窗框和窗槽使用小刷子清理灰尘。走廊清洁要注意扶手、墙面和地面，扶手使用湿布擦拭，墙面如有污渍，可使用橡皮擦或墙面清洁剂处理，地面根据材质进行日常清扫和定期深度清洁。  **二、掌握技能**  **（一）地面清洁技能要点**  1. 不同地面材质的清洁方法  瓷砖地面可使用中性清洁剂配合拖把清洁，对于缝隙中的污渍，可用牙刷蘸取清洁剂刷洗；木地板需使用专用木地板清洁剂，避免水分过多导致变形，清洁后及时擦干；大理石地面应使用弱酸性清洁剂，防止酸碱腐蚀，清洁后用干布抛光。  2. 去除地面污渍的技巧  对于油渍，可先用吸油纸吸去多余油脂，再使用厨房清洁剂擦拭；对于咖啡渍、茶渍等有色污渍，可用过氧化氢溶液或白醋局部处理；对于口香糖等黏性污渍，可使用冰块冷冻后铲除。  3. 地面清洁的顺序与注意事项  地面清洁应遵循从里到外、从高处到低处的顺序，先清理家具下方和角落，再清洁大面积地面。清洁过程中要注意避免清洁剂残留，清洁后及时开窗通风，加速地面干燥。  **（二）家具清洁技能要点**  1. 木制家具的清洁与保养  木制家具日常清洁使用微湿软布擦拭，避免使用粗糙的清洁工具刮伤表面。定期使用木制家具保养油进行保养，可增强家具的光泽和防水性。避免阳光直射和潮湿环境，防止木材变形和开裂。  2. 皮质家具、玻璃家具等的清洁方法  皮质家具应使用专用皮质清洁剂擦拭，避免使用含酒精的清洁剂，防止皮质干裂。清洁后可使用皮质护理剂保养，保持皮质柔软。玻璃家具使用玻璃清洁剂和报纸擦拭，可使玻璃表面更光亮；对于有花纹的玻璃，可用软毛刷蘸取清洁剂清洁缝隙。  3. 家具细节部位的清洁技巧  家具的拉手、合页等金属部件容易生锈，可用软布蘸取防锈油擦拭；家具的雕刻花纹和缝隙处，使用小刷子配合清洁剂清理；沙发的缝隙可用吸尘器搭配细长吸头清洁。  **三、躬行实践**  **（一）实践流程与步骤**  1. 制定清洁计划与流程  根据房屋面积和清洁需求，制定详细的清洁计划，确定清洁区域和先后顺序，预估每个区域的清洁时间。  2. 准备清洁工具与用品  按照清洁计划，准备相应的清洁工具和清洁剂、消毒剂等用品，检查工具是否完好，清洁剂是否在有效期内。  3. 进行房屋清洁操作  按照预定的清洁流程，依次对各个区域进行清洁，注意清洁技巧和方法的运用，确保清洁效果。清洁过程中及时清理使用过的工具和用品，保持工作区域整洁。  **（二）实践中的问题处理**  1. 处理清洁过程中工具损坏的问题  若清洁工具损坏，如拖把杆断裂、吸尘器故障等，应立即停止使用，及时维修或更换新工具。对于简单故障，可参考说明书自行维修；复杂故障需联系专业维修人员。  2. 应对顽固污渍难以清洁的情况  对于顽固污渍，可尝试使用多种清洁方法，如增加清洁剂浓度、延长浸泡时间、使用专业去污工具等。若仍无法去除，可咨询专业清洁人员或参考相关清洁指南。  3. 解决清洁后房屋仍有异味的问题  清洁后房屋若有异味，可使用空气清新剂、香薰等改善气味，也可放置活性炭、绿植等吸附异味。检查卫生间、垃圾桶等容易产生异味的区域，确保清洁彻底，必要时进行二次消毒。  **【学生】理解、记忆。** | 通过分享见解，带领学生进一步了解清洁房屋，并通过讲述故事，客观直接地展示学习清洁房屋的基础知识。 |
| **课堂小结**  （3min） | 【**教师**】**回顾和总结本节课的知识点：**  **这节课上一起学习了清洁房屋。由此明白了清洁工具与清洁用品、房屋不同区域的清洁方法。**  【**学生**】**理解、记忆。** | 通过对所学知识的回顾，培养学生的归纳总结能力。 |
| **作业布置**（2min） | 【**教师**】**布置课后作业**  **简述不同地面材质的清洁方法。** | 通过课后练习，巩固所学新知识。 |
| **继续探索**  （40min） | 【**教师**】**家用器具使用与维护**  **一、学习知识**  **（一）常见家用器具的使用**  1. 冰箱、电视、洗衣机等电器的工作原理  冰箱通过压缩机压缩制冷剂，使其在蒸发器中汽化吸热，实现制冷；在冷凝器中液化放热，完成制冷循环。电视利用电子枪发射电子束，轰击荧光屏上的荧光粉，产生图像和色彩。洗衣机通过电机带动滚筒或波轮旋转，产生机械力，配合洗涤剂实现衣物的清洗。  2. 炉灶、微波炉等厨房器具的使用方法  炉灶使用时，先打开燃气阀门，再点火，根据烹饪需求调节火力大小。使用完毕后，先关闭燃气阀门，再关闭炉灶开关。微波炉使用时，将食物放入专用容器，设置加热时间和功率，避免使用金属容器，防止产生火花。  3. 家用器具的安全注意事项  电器使用时要避免过载，定期检查电源线是否破损，不用时及时拔掉插头。燃气器具使用时要保持通风良好，定期检查燃气管道是否泄漏。尖锐物品或儿童不宜接触的器具应妥善存放，防止发生意外。  **（二）常见家用器具的维护与保养**  1. 家用器具的日常保养要点  冰箱应定期清理内部食物残渣，避免异味产生，每月至少清洁一次冰箱外部和密封条。电视屏幕避免用硬物划伤，定期使用专用清洁布擦拭。洗衣机每次使用后打开舱门通风，防止霉菌滋生，定期使用洗衣机清洁剂进行内部清洁。  2. 定期维护的项目与周期  空调每季度清洗一次过滤网，每年请专业人员进行一次深度清洗和维护。炉灶每半年检查一次燃气管道和阀门，确保无泄漏。热水器每年进行一次镁棒更换和内部除垢，延长使用寿命。  3. 常见故障的判断与处理方法  冰箱不制冷可能是制冷剂泄漏或压缩机故障，可通过检查压缩机是否运转、冰箱温度是否正常等方式初步判断。电视无图像或声音，可检查电源、信号源和设置是否正常。洗衣机不脱水可能是排水系统堵塞或电机故障，可检查排水管是否通畅、电机是否转动。对于简单故障，可参考说明书自行处理；复杂故障需联系专业维修人员。  **二、掌握技能**  **（一）正确使用技能要点**  1. 不同家用器具的操作步骤与技巧  使用电饭煲煮饭时，先将米洗净放入锅内，加入适量的水，选择合适的煮饭模式，煮好后等待保温一段时间再打开锅盖。使用烤箱烘焙时，需提前预热，根据食物类型设置温度和时间，中途可适当翻面，确保受热均匀。  2. 功能设置与调节的方法  智能电视可通过遥控器或手机 APP 进行功能设置，如调整图像模式、连接网络等。空调可根据季节和室内温度调节制冷或制热模式、风速和温度设定。多功能料理机可根据不同的食材和烹饪需求，选择搅拌、榨汁、绞肉等功能。  3. 与家用器具相关的安全操作技能  使用电熨斗时，要避免在无人看管的情况下使用，使用完毕后及时关闭电源，待电熨斗冷却后再收纳。使用电热水器时，要先打开冷水阀，再打开热水阀，避免干烧。使用电动工具时，要佩戴防护用具，严格按照操作规程操作。  **（二）简单维护技能要点**  1. 清洁家用器具的方法与注意事项  清洁烤箱内部时，需先断电并冷却，使用湿布配合专用清洁剂擦拭，避免水分进入电器元件。清洁抽油烟机时，可拆下滤网浸泡在清洁剂中，用刷子清洗，注意不要损坏滤网。清洁微波炉内部时，可使用柠檬水加热产生蒸汽，软化污渍后擦拭。  2. 更换家用器具零部件的基本操作  更换空调过滤网时，先打开空调前面板，取出旧滤网，清洗或更换新滤网，再安装回原位。更换洗衣机密封圈时，先拆卸旧密封圈，清理安装部位，再安装新密封圈，确保密封良好。更换电热水壶的温控器时，需先断电，拆卸壶盖和底座，更换温控器后重新组装。  3. 对家用器具进行简单调试的技巧  调试电视的图像和声音，可通过菜单设置调整亮度、对比度、音量等参数。调试燃气灶的火焰，可调节风门，使火焰呈蓝色，燃烧充分。调试洗衣机的水位，可通过水位传感器设置，检查水位是否准确。  **三、躬行实践**  **（一）实践流程与步骤**  1. 选择家用器具进行实践操作  根据学习进度和实际需求，选择一种或多种家用器具进行实践，如冰箱的清洁保养、洗衣机的使用和维护等。  2. 进行使用与维护操作  按照正确的使用方法和维护步骤，对选定的家用器具进行操作，记录操作过程中的步骤和要点。  3. 记录实践过程与结果  详细记录实践过程中遇到的问题、解决方法以及最终的实践结果，对比理论知识，总结经验教训。  **（二）实践中的问题处理**  1. 处理家用器具使用过程中出现的异常情况  若电器出现冒烟、异味、异响等异常情况，应立即切断电源，停止使用，并联系专业维修人员。若燃气器具出现燃气泄漏，应迅速关闭燃气阀门，打开门窗通风，切勿使用电器开关和明火。  2. 应对维护保养时遇到的困难  在维护保养过程中，如遇到零部件难以拆卸、清洁不彻底等问题，可参考说明书或在线教程寻找解决方法，也可向专业人士请教。  3. 解决实践操作与理论知识不符的问题  当实践操作与理论知识不一致时，需重新检查操作步骤是否正确，分析可能存在的误差原因，必要时查阅资料或咨询老师，确保理论与实践的统一。  **【学生】理解、记忆。** | 通过分享见解，带领学生进一步了解家用器具使用与维护，并通过讲述故事，客观直接地展示学习家用器具使用与维护的基础知识。 |
| **课堂小结**  （3min） | 【**教师**】**回顾和总结本节课的知识点：**  **这节课上一起学习了家用器具使用与维护。由此明白了常见家用器具的使用、常见家用器具的维护与保养、掌握技能。**  【**学生**】**理解、记忆。** | 通过对所学知识的回顾，培养学生的归纳总结能力。 |
| **作业布置**（2min） | 【**教师**】**布置课后作业**  **简述不同家用器具的操作步骤与技巧。** | 通过课后练习，巩固所学新知识。 |
| **教学反思** | 采取多种教学方法，在提高课堂教学质量和效益上下功夫。授人以鱼不如授人以渔，良好的教学方法是提高课堂教学质量和效益的最佳途径。 | |