

中职生劳动教育

- ◆ 创新型中等职业教育素质课精品教材
- ◆ “互联网+教育”新形态一体化教材

Zhong Zhi Sheng Lao Dong Jiao Yu

中职生

劳动教育

—— 李建民 郭坤 王晓琴 主编

李建民 郭坤 王晓琴



LAODONG
JIAO YU

西北大学出版社

西北大学出版社
NORTHWEST UNIVERSITY PRESS



CONTENTS

目录

项目一 端正劳动态度 / 1

- 任务一 劳动最光荣 / 3
- 任务二 劳动最崇高 / 7
- 任务三 劳动最伟大 / 11
- 任务四 劳动最美丽 / 17

项目二 培养劳动精神与劳动素养 / 25

- 任务一 劳动精神与劳模精神 / 27
- 任务二 新时代工匠精神 / 35
- 任务三 劳动素养 / 42

项目三 夯实劳动技能 / 53

- 任务一 勤学生活技能 / 55
- 任务二 提高专业技能 / 79
- 任务三 锻炼社会技能 / 88

项目四 掌握日常劳动 / 96

- 任务一 校园环境劳动 / 98
- 任务二 自我生活劳动 / 104

项目五 参与社会服务劳动 / 125

任务一 勤工助学劳动实践 / 127

任务二 公益服务劳动实践 / 134

任务三 创新创业劳动实践 / 139

项目六 实践生产劳动 / 153

任务一 实训场所清洁 / 155

任务二 设施、设备的基本维护及安全注意事项 / 158

任务三 角色转换和职场适应 / 163

参考文献 / 177

The top section of the page features a silhouette illustration. On the left, there is a city skyline with various skyscrapers. On the right, there are several figures of workers in different poses, some holding tools like hammers or wrenches, symbolizing labor and industry. The entire background is a solid orange color.

项目一

端正劳动态度

劳动不仅是创造物质和精神财富的活动，也是人类自我生存和发展的唯一手段。从传说中的盘古开天辟地开始，劳动引领人类从原始社会走向现代文明，带来了富足和繁荣。劳动创造了历史，改变了世界。只有通过劳动，才能创造一个崭新的世界。

劳动是人类生存的本能，它使整个世界充满希望。劳动加快了人类自身发展的进程，促进了语言的产生，加速了信息的生产和传播。劳动还促进了人的手和脚的分工，使人学会了制造和使用工具。劳动推动了人类大脑和机体的进化，加速了信息的积累与处理。同时，劳动促进了人与人之间的合作，推动了社会的进步和发展。

劳动的重要性不可低估，它是人类进步和社会发展的动力源泉。通过劳动，我们不仅满足了生存的需要，也实现了个人和社会的价值。正是在劳动中，我们发现了人类的无限潜能，创造出美好的未来。让我们热爱劳动，珍视劳动，努力为社会的进步和发展做出自己的贡献。

学习目标



目标维度	具体内容
知识达标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 理解劳动最光荣 2. 了解劳动最崇高 3. 理解劳动的伟大 4. 感悟劳动的美丽
技能达标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 会运用劳动技术改善生活 2. 能够发现身边的劳动者 3. 会简单的急救知识
素质达标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 树立劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽的价值观 2. 培养劳动习惯

案例解读



古往今来，凡事成于真、兴于实，败于虚、毁于假。历史上很多例子告诉我们，只有真实而实际地努力，才能取得成功。盛唐时期的姚崇，历任武则天、睿宗、玄宗三朝宰相。他临死前，有人问他有什么为政经验，他只讲了四个字“崇实充实”，意思是说，为政只有崇实，国库才能充实。这表明他注重实际行动和务实思维。战国时期的赵括则被记载为只会在纸上谈兵，结果赵国 40 万军队全军覆没，最终导致赵国的衰落和灭亡。这个例子提醒我们，空谈和假设不足以应对现实世界的挑战，只有通过真实的行动和实际的努力，才能取得长久的成功。因此，我们应该从这些例子中深思，明白真实与实际的重要性，并在自己的生活和工作中注重实践、务实和行动。只有通过真实的努力和实际的行动，我们才能取得更好的成就和结果。

回望改革开放 40 多年历程，中国经济持续发展，人民生活水平显著提高。创造今天美好生活的，正是亿万人民勤劳智慧的双手，是上上下下苦干实干的精神。没有亿万人民的日耕夜作，就不会有今日中国的巨变。

无数默默奉献的劳动者为中华大地上的众多成就做出了巨大贡献。从工程建设到科学研究，从技术创新到社会进步，他们以勤劳的双手和晶莹的汗水创造了世界瞩目的人间奇迹。

例如，在航天领域，从造出第一颗卫星到实现第一次载人航天，无数工程师、技术人员和劳动者付出了辛勤努力。他们通过研究、测试和不懈的探索，推动了我国航天事



业的快速发展。

在能源领域，劳动者们不断开拓新的能源资源，如深层页岩气田的开发，为国家的能源安全提供了重要支持。他们深入地下，面对困难和挑战，以专业的技术和勤劳的工作，开辟了新的能源前景。

在基础设施建设方面，劳动者们为我国的交通发展做出了巨大贡献。从第一条高速公路到港珠澳大桥的跨海工程，他们在各个岗位上默默付出，用自己的努力和汗水铸就了便捷的交通网络，连接起了国家的疆域。

这只是众多例子中的一部分，无数劳动者在平凡的岗位上做出了无私的奉献，为中华大地的发展进步做出了重要贡献。我们应该铭记和尊重他们的付出，同时也要向他们学习，发扬勤劳、奉献的精神，为国家的繁荣和发展做出自己的贡献。

我们沐浴改革开放的春风、伴随祖国强盛的步伐成长起来，在和平的环境下接受优良教育，享受着幸福的生活。我们不能忘记这样的好生活是如何得来的，要明白“空谈误国，实干兴邦”的道理，更要自觉培养自己的实干精神，学习榜样，躬身行动，传承劳动精神。

启 示

经济发展到今天，财富的形式多种多样，虽然创造财富的手段、渠道各不相同，但是有一点我们应该明确，那就是这个社会的财富一定是通过劳动创造的。



任务一 劳动最光荣

劳动是人类特有的活动，是为了满足自身的物质和精神需求而进行的一种有目的的社会实践活动，它调整和控制人与自然界之间的物质变换过程。

恩格斯在《劳动在从猿到人转变过程中的作用》中指出，劳动在人类形成过程中起着决定性的作用。通过劳动，人类不仅改造和利用自然界的物质，还改造了自己。劳动不仅仅是满足物质需要的手段，更是塑造和发展人的本质的过程。通过劳动，人类开发了种种技巧和技术，创造了文明，推动了社会进步。

劳动是人类社会存在和发展的最基本条件之一。作为社会实践的基础，劳动不仅提供了物质财富，也塑造了人类的社会关系和文化形态。劳动使人们能够满足生存和发展

的需要，创造出丰富多样的社会生活。

因此，劳动的重要性不可低估。它不仅创造了物质财富，也充实了人类的精神世界。我们应该珍视劳动者的辛勤付出，为劳动者创造一个良好的工作环境和公正的待遇，同时也应该认识到自己在社会中的劳动价值，积极参与到社会实践中去，为社会的进步和发展做出贡献。

劳动是一切幸福的源泉，它是实现梦想、解决问题、创造辉煌的关键所在。习近平总书记的强调，进一步凸显了劳动的重要性和价值。

中国取得的众多成就，无论是“中国奇迹”的创造还是“中国震撼”的交响，都离不开广大劳动者的智慧和汗水。劳动者们默默付出，通过日复一日的辛勤劳动，才创造出生活的美好和社会的进步。

实践证明，只有通过诚实劳动，才能实现人世间的美好梦想。无论是个人的成就、社会的发展，还是国家的繁荣，都离不开诚实劳动的贡献。诚实劳动是创造和铸就辉煌的基石。

树立正确的劳动观，对于学生来说尤为重要。只有真正理解中国特色社会主义事业的大厦是由一砖一瓦建成的，人民幸福是由一点一滴创造得来的，他们才能更好地报效国家、奉献社会。

因此，我们应当尊重劳动、珍惜劳动，弘扬劳动精神，鼓励人们通过诚实劳动来实现自己的人生梦想。只有通过辛勤的劳动，我们才能获得真正的幸福和突破困难，从而为社会的进步和发展做出贡献。

劳动实践

用抖音短视频记录身边的“光荣劳动”

现在，抖音短视频已经成为火遍全球的一个娱乐软件，门槛低，专业的技巧少，只要懂得上网玩手机的人就能够尝试着发布自己的视频。看着抖音里面上传的有趣视频，在感受视觉和精神双重愉悦的同时，你是否也想加入他们，创作出属于自己的小视频？

1. 下载抖音短视频 App

先从最基本的做起，打开手机内置应用商店，搜索并下载“抖音”即可。

2. 登录，选择背景音乐

下载完抖音之后，第一次使用抖音的朋友需要登录后才可以创作视频，可以选择手



机号、微信、QQ 等进行登录。登录完成后，我们就可以从抖音界面点击相关操作开始进行视频的创作。



图 1-1-1 搜索并下载“抖音”视频



图 1-1-2 进行视频的创作

进入录制界面之后，我们可以根据我们想要录制出的视频效果，选择合适的背景音乐，抖音有各种类型的音乐可供挑选。点击界面上方的“选择音乐”。选择好音乐之后，点击“确定使用并开拍”。

3. 录制视频，设置特效

录制好抖音短视频后，可以设置抖音视频的声音、特效、滤镜、封面等。

4. 设置标题，发布视频

设置好特效之后，点击“下一步”，为自己的视频设置一个醒目的标题后点击发布。

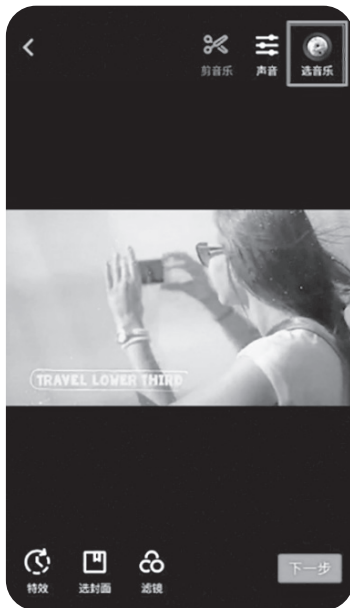


图 1-1-3 选择音乐

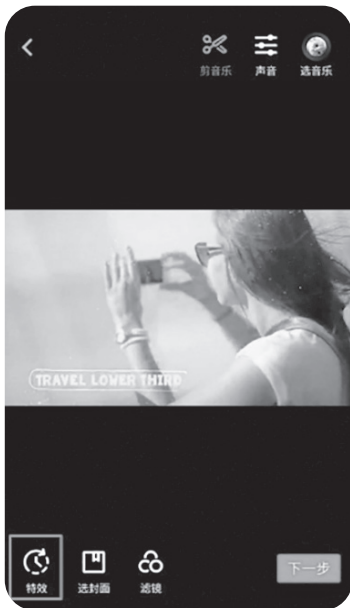


图 1-1-4 选择特效



图 1-1-5 上传视频

上传完成后，创作的抖音视频就发布啦。

简单是真的简单，但是在抖音上进行视频创作的人，他们的制作过程真的有那么简单吗？有一些我们明显在抖音上找不到的特效，他们到底是怎么制作出来的？答案很简单，他们使用了其他的抖音视频制作软件对视频进行了加工，让他们的视频看起来比其他人的更加有趣。

技能拓展



树立劳动致富的信仰

教师将学生按照 4 ~ 6 人的数量划分小组。每组分别对不同的论题进行作答，并举例加以说明。备选论题如下。

- (1) 劳动剥削是资本主义的社会本性。
- (2) 按劳分配是实现社会正义的重要原则。
- (3) 如何看待合法的非劳动收入？
- (4) 如何看待炒房致富、炒股致富、拆迁致富等现象？
- (5) 每个小组推选一名代表选择一个现象进行总结，并谈谈自己对非劳动致富的看法，以及要如何树立劳动致富的信仰。

最后，教师分析、归纳和总结。



技能提升



制作劳动教育宣传板

以小组为单位，制作劳动教育宣传板。宣传板共分为4个主题，即：“劳动引领班风学风建设”“劳动塑造团队协作精神”“劳动促进个人全面发展”和“劳动展望多彩美好未来”。

(1) 确立主题。在劳动引领班风学风建设、劳动塑造团队协作精神、劳动促进个人全面发展和劳动展望多彩美好未来4个主题中任选其一。

(2) 利用制图软件完成劳动教育宣传板的制作。

任务二 劳动最崇高

随着社会发展和科技进步，劳动形态和方式会发生变化，劳动内容会不断丰富，但劳动是推动人类社会进步的根本力量，是培养人、塑造人和发展人的重要手段，这一价值永恒不变。实现我们确立的奋斗目标，归根到底要靠辛勤劳动、诚实劳动、科学劳动。我们要教育学生从小热爱劳动、热爱创造，通过劳动和创造播种希望、收获果实，也通过劳动和创造磨炼意志、提高自己。

劳动有分工，职业无贵贱。在我们社会主义国家，一切劳动，无论是体力劳动还是脑力劳动，都值得尊重和鼓励；一切创造，无论是个人创造还是集体创造，也都值得尊重和鼓励。让劳动创造成为时代强音，离不开价值的引领。任何时候、任何人都不应看不起普通劳动者，也不应追求不劳而获的生活。在劳动教育中，我们应该帮助学生正确认识和看待劳动分工和劳动者，培养尊重劳动、尊重知识、尊重人才、尊重创造的价值观。

我们应该意识到劳动的重要性和劳动者的贡献。只有通过实际的努力才能实现自己的梦想，而劳动分工和劳动者的合作，是社会发展和进步的基础。劳动者付出了辛勤的努力，创造了供我们享受的一切劳动成果，对此应倍加珍惜和保护。

通过劳动实践我们可以切身感受劳动成果的来之不易，例如在日常生活中参与一些实际的劳动活动，如打扫校园卫生、整理寝室等。可以让我们深刻体会到劳动的辛苦和努力。这样的体验能够增强我们对劳动的尊重和对劳动者的认同。

同时，在教育中我们也要传递正能量，强调劳动者的价值和尊严。劳动是一种光荣的事业，每个人都有自己独特的才能和价值，在不同的工作岗位上为社会做出贡献，无论是体力劳动还是脑力劳动，都是值得尊重和鼓励的。

通过劳动教育，我们能够培养正确的价值观，尊重劳动，珍惜劳动成果，并愿意通过自己的劳动为社会的发展做出贡献。这样的教育将有助于建立一个尊重劳动、尊重劳动者的社会氛围，促进社会的和谐与进步。

崇尚劳动、热爱劳动是劳动者的本色，是无产阶级劳动观的基本要求。生活中不乏厌恶劳动、逃避劳动，而坐享其成、不劳而获者，甚至错误地将劳动划分等级，厌恶和鄙视体力劳动和基础性工作，认为只有从事脑力劳动和管理工作才是高级劳动。事实上，劳动创造一切，劳动人民创造历史。所谓“人生在勤，勤则不匮”。要通过加强新时代劳动教育，培养青少年对劳动的感情和热情，从劳动的艰辛和收获的喜悦中感悟劳动的伟大和崇高，培养其以勤劳为荣、以懒惰为耻的价值观念。通过加强新时代劳动教育，让青少年认识到劳动只有内容和形式的不同，并没有高低贵贱之分。实现青少年劳动者身份的自我认同，以劳动者自居，以劳动者为荣，时刻不忘劳动人民本质，不改劳动人民本色。

劳动实践

呼吸道异物阻塞的处理

呼吸道异物阻塞，是指急性的不完全或完全异物阻塞呼吸道。

1. 呼吸道异物阻塞的表现

发生呼吸道异物阻塞的人常常如图 1-2-1 所示不由自主地以一手或双手呈“V”字

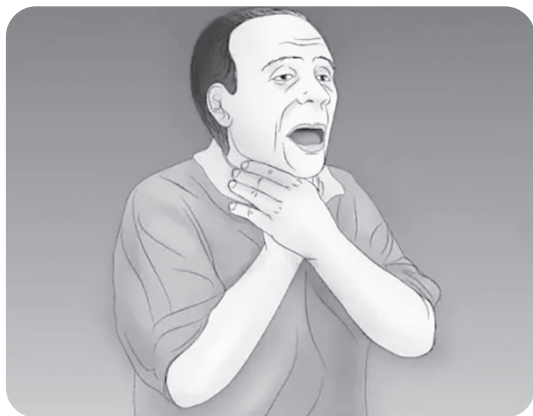


图 1-2-1 手呈“V”字状紧贴喉部

状紧贴于颈前喉部。病人会出现剧烈的刺激性咳嗽和反射性呕吐，声音嘶哑，无法完整、清楚地表达思想；被较大异物堵塞喉部、气管时，病人会出现脸色和嘴唇发紫、呼吸困难等症状，可能会很快停止呼吸。

2. 救护措施（“海姆立克急救法”）

（1）一岁以内婴儿

这个时期的婴儿如果发生窒息，应先如图 1-2-2 所示将婴儿面朝下放置在手臂



上，手臂贴着前胸，大拇指和其余四指分别卡在下颌骨位置。另一只手在婴儿背上肩胛骨中间拍5次，然后观察异物有没有被吐出。



图 1-2-2 施救婴幼儿

如果没有吐出，立刻将婴儿翻过来，头下脚上面对面放置在大腿上。一手固定在婴儿头颈位置，一手伸出食指中指，快速压迫婴儿胸廓中间位置，重复5次之后将孩子翻过来重复第一种方法，直至将异物排出为止。

(2) 儿童

如图 1-2-3 所示，施救者站到一边，稍靠近其身后，用一只手支撑其胸部，使其保持前倾，用另一只手的掌根部在其两肩胛骨之间进行大力拍击。检查每次拍背是否解除了呼吸道阻塞，直到异物被吐出。



图 1-2-3 施救儿童

(3) 成年人

如图 1-2-4 所示，施救者呈丁字步，站在其身后，双手向前环抱其腹部。保持将其身体前倾，一手握拳，用拇指的一侧抵住其上腹部肚脐稍上处，另一只手压住握拳的手，两手用力快速地向内向上挤压，重复5次腹部冲击。继续交替进行5次背部拍击与腹部冲击，直到异物排出，阻塞



图 1-2-4 施救成年人

解除，其能自主呼吸。

注意：如被救者失去意识，应将其平放在地面上，拨打120，并立即着手开始心肺复苏。

(4) 自救

如图1-2-5所示，如果是自己发生了呼吸道异物阻塞，而身边又没有其他人可以帮忙时，趁着意识清楚一定要争分夺秒，可以采取以下方法自救：自己一手握成拳，另一手包裹住，快速向内向上冲击肚脐与肋骨中间的位置。直到将异物排出为止。如果自己力气不够，那么迅速寻找带靠背的椅子或者桌子。然后将自己的腹部按压在椅背、桌角或者其他坚硬的物体上向内向上冲击，一定要快而准，反复冲击几次，直到异物排出。



图 1-2-5 自救措施

技能拓展



做有尊严的劳动者

通过本次活动，品味劳动者的喜悦与自豪，并懂得运用有关法律法规保护劳动者的合法权益。

(1) 把班级成员分成若干小组，寻找你身边的“幸福劳动者”，采访他们的劳动故事，重点了解他们是如何通过劳动收获幸福、赢得尊严的。然后完成表1-2-1，准备在班会上进行交流。

表 1-2-1 采访记录

小组成员	
访谈对象	
访谈内容	
总结感悟	

(2) 各小组上网搜集一个侵犯劳动者合法权益的典型案列，然后查阅并学习与案列相关的保护劳动者权益的法律法规，完善表1-2-2。



表 1-2-2 资料收集

小组成员	
资料来源	
典型案例	
法律法规	

(3) 分小组进行交流讨论，根据上述两方面的案例得出结论，并制作海报。

(4) 各小组代表上台完成活动汇报。

(5) 评选出最佳调研小组、最佳海报等。

任务三 劳动最伟大

2015年4月28日，习近平总书记在庆祝“五一”国际劳动节暨表彰全国劳动模范和先进工作者大会上说：“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。”习近平总书记的这段讲话非常有深意，也准确地表达了劳动的伟大和劳动者的价值。中华民族以勤劳创造和善于创造而自豪。正是因为劳动的创造，我们才能拥有历史的辉煌和今天的成就。

劳动的伟大之处在于推动历史进步，成就历史的辉煌。中国改革开放40多年所取得的成果，正是劳动者们辛勤和智慧创造的结果。他们为国家的发展做出了重要贡献，为中国的繁荣奠定了坚实基础。

我们应该充分认识到劳动的重要性和劳动者的贡献。劳动者们通过辛勤努力，不断创造价值和财富，推动社会的进步和发展。他们的智慧和勤奋塑造了中国的辉煌成就，绘制了新时代的宏伟蓝图。

劳动光荣，创造伟大，向每一个劳动者致敬！他们以自己的双手创造美好，为国家的发展默默奉献。我们应该向他们致以敬意，珍视劳动，推崇劳动者的价值，同时也要激励自己，通过努力工作，为社会的进步和繁荣做出自己的贡献。只有充分发扬劳动精神，我们才能实现个人的成长和社会的进步。

一、劳动创造了人类

在生产力还不发达的时代，人们为了获取食物、衣服等生活必需品，发明制造了劳动工具，让劳动创造获取更多的价值。如果没有劳动，便没有发明与创造，那样人类社会将永远停留在原始、野蛮的状态下，根本不会创造出现在如此灿烂辉煌的物质财富和精神财富。劳动是人类生存的需要，也是安全的需要、爱的需要、发展的需要，是人自我实现的需要。

二、劳动开发了思维

劳动是人类意识和思维产生的决定因素之一。通过劳动，人类不断锻炼和完善自己的大脑结构，同时也丰富了思维的内容。



劳动的含义

在《手脑相长歌》中，陶行知先生以儿歌的形式传达了劳动中学与做相辅相成的理念。劳动不仅是对知识的学习，更是将学到的知识应用于实践，通过实践创造出新的东西的过程。

劳动中的学与做相辅相成，有助于培养和发展人们的创造思维。通过实际操作，人们能够运用所学知识，解决问题，创造新的价值和产物。这样的创造性思维是在劳动中逐渐培养和发展起来的。

劳动与思维的相互促进使得我们能够将理论与实际有机结合，提升智力水平和实践能力。通过劳动，我们能够将学到的知识转化为实际的技能，锻炼思维的灵活性和创造性。这种综合能力的培养是教育的重要目标之一。

我们应当重视劳动教育，让学习与实践相辅相成，激发创造思维和实践能力的发展。

三、劳动培养了吃苦耐劳精神

劳动是一种重要的生活体验，可以锻炼我们的动手能力和社会实践能力，同时也是培养一系列价值观的重要途径。劳动教育可以帮助我们培养尊重劳动、勤俭节约、劳动光荣等价值观。

在劳动中，我们不仅能够锻炼自己的动手能力，也能够学会与他人合作，学会解决问题和应对挑战。通过积极参与劳动，我们可以克服困难，培养乐于吃苦、勇于自我挑战的精神。

学生在学校时就应当多参与一些力所能及的劳动，从中体验劳动的价值，增强自信心和责任感。在参与劳动活动时，要乐于接受吃苦的过程，勇于面对困难和挑战。



这样的经历将帮助我们培养吃苦耐劳的劳动精神，懂得通过自己的努力和坚持来取得成果。

吃苦耐劳的劳动精神是一种宝贵的品质，能够培养我们的毅力和坚韧精神。它教会在面对困难和挑战时不退缩，勇往直前，坚持不懈地追求目标。这种劳动精神不仅对个人的成长和发展有益，也对社会的进步和繁荣起着积极的推动作用。

四、劳动培养责任意识

国内外大量的调查研究证明，从小养成劳动习惯的人，长大后更可能具有责任心，也更容易适应家庭生活和职场工作的需要，而不爱劳动的人恰恰相反，他们更可能成为生活与职场的失败者。劳动是衡量一个人综合素质的最后形式，通过劳动教育，人的道德、知识、能力、素质等可以得到全面、综合的提升和展示。劳动教育有助于培养学生独立自主的生活生存能力，还有助于增强学生的公民意识和社会责任感。

五、劳动培养劳动价值观

劳动教育直接影响着青少年作为社会主义建设者和接班人的劳动精神、劳动价值观和劳动技能水平。我们应当高度重视青少年的劳动教育，通过教育使他们树立正确的劳动观，将劳动视为一种荣耀，并将劳动视为生活的乐趣和内化为精神和物质生活的一部分。

劳动教育不仅仅是传授技能，更是塑造价值观和培养品格的重要手段。通过劳动教育，可以让青少年理解劳动的价值和意义，树立尊重劳动、重视劳动的意识。要让青少年明白，劳动是实现个人价值和为社会做出贡献的重要途径。

同时，学校应该通过劳动教育培养青少年对劳动的热爱和兴趣，让他们将劳动看作一种乐趣，将劳动融入他们的日常生活中。劳动不仅仅是一种任务，更是一种个人成长和发展的机会。通过劳动，青少年可以培养责任感、合作精神和创造能力。

对于青少年来说，劳动教育不仅能够培养他们的实际技能，更重要的是塑造他们的人文精神和社会责任感。劳动教育能够培养他们勤劳节俭的生活态度，培养他们为社会发展贡献力量的使命感，从而让他们在实践中成长、提升自己，并为社会的进步做出积极的贡献。

因此，我们要高度重视劳动教育，推动青少年树立正确的劳动观，将劳动视为荣耀，将劳动融入他们的生活中。这样的劳动教育模式将有助于培养有劳动精神的青少年，他们将成为具有社会责任感和创造力的有益社会成员。

六、劳动是个人和家庭幸福的源泉

幸福是个人由于理想的实现或接近而引起的一种内心满足感。追求幸福是人们的普遍愿望。幸福不仅包括物质生活，也包括精神生活；幸福不仅在于享受，也在于劳动和创造。青少年必须具备多方面、多层次的劳动能力和勤奋工作的态度才能适应科学技术日新月异的未来社会。不论从事什么工作，都需要有动手的技能技巧，这与知识的掌握既有联系又有区别。如果青少年在成长过程中就珍惜动手机会，有意识地培养、训练自己的动手动脑能力来解决生活中的问题，久而久之，就会使自己形成动手动脑的好习惯，在未来社会中便能更好地适应生活和工作的需要。

劳动实践

包饺子

【原料】清水、中筋面粉、牛肉馅、芹菜、色拉油、海鲜酱油、香油、料酒、盐、鸡精、葱。

【步骤】

- (1) 混合面粉和清水，揉成面团后，用湿毛巾或湿屉布蒙上，静置一小时左右。
- (2) 牛肉馅加入适量清水，顺时针搅拌，适当上劲。
- (3) 芹菜焯水攥干，切碎剁成馅。

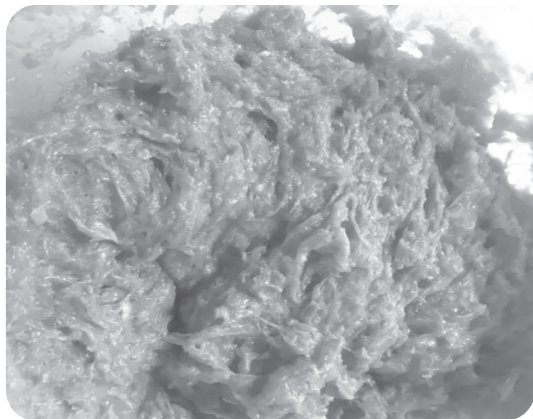


图 1-3-1 肉馅上劲



图 1-3-2 芹菜剁碎成馅

- (4) 将牛肉馅、芹菜馅和其他调味料充分混合，搅拌成为饺子馅。
- (5) 把面团揉光滑，搓成长条，放少许面粉，刀切或手揪成剂子。加面粉揉圆。

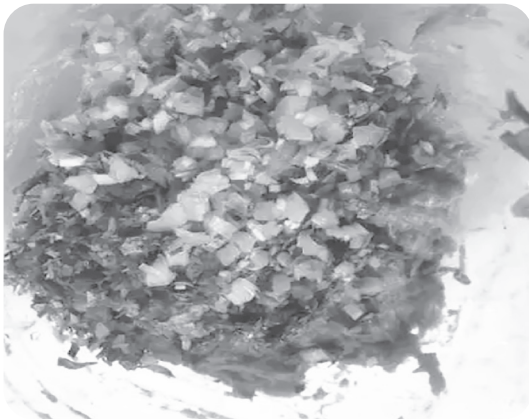


图 1-3-3 混合搅拌



图 1-3-4 切剂子

(6) 将剂子逐一按扁。取一个剂子，用擀面杖擀成饺子皮。饺子皮中间稍厚，四周较薄。

(7) 擀出十个左右开始包饺子，以免饺子皮变干。将饺子皮放于掌心，中间放入馅料后对折，把边缘捏住，然后左右两只手如图 1-3-6 所示配合，捏出花边。皮薄馅大的饺子就完成了。



图 1-3-5 擀饺子皮



图 1-3-6 捏边

(8) 煮锅烧清水，烧开后放入饺子，用饭勺顺时针搅动，以免饺子粘连，盖盖儿焖煮，开锅后放一大勺冷水，水开后再重复放两次冷水，即可煮熟。



图 1-3-7 煮饺子

“进社区 讲常识 修家电”活动策划

【活动目的】

展示我系专业特色,扩大我小组影响力,提高同学们的动手能力,为后续的进社区、下乡义务维修积累经验。

【活动时间】

一天。

【活动实施】

1. 前期准备

- (1) 撰写策划书,上交审批。
- (2) 确定活动地点,联系小区负责人,沟通活动事宜。
- (3) 做好活动前的宣传工作,如海报、通知等。
- (4) 活动经费预算,活动器材及相关物资筹备。

2. 实施阶段

- (1) 所有人员集合,并布置场地。
- (2) 接待负责登记维修物品,贴上标签,简要写明其故障情况,登记姓名、联系电话。
- (3) 交给维修人员维修。
- (4) 登记好维修所需器件及维修后费用统计,保管好维修好的电器,等待主人前来领取。
- (5) 中午实行换班制,整个过程中,维修部人员应看管好所有物件。

3. 收尾阶段

- (1) 清理场地,维修部收好工具,外联部归还桌椅、防雨伞等,技术部打扫现场。
- (2) 集合。全体成员在活动现场集合,清点确定人数和工具后一同返校,不得自行离开。

4. 后期总结

- (1) 召开活动总结会议,总结经验,奖励先进。
- (2) 总结与撰写心得体会,为以后下乡义务维修家电做好物质上、思想上的准备。
- (3) 活动存档,此次活动全部结束。



经验之谈



- (1) 在活动开展前，先与新会员说清楚现场维修过程中须注意的问题，并将过去现场维修时的一些经验教给他们。
- (2) 全体维修人员须注意自己的言行，切勿与人发生口角。
- (3) 维修人员要带好维修所需的器材。
- (4) 活动期间要求部长合理安排人员，认真执行布置的任务，做到井然有序。
- (5) 相关工作人员必须按照要求，认真负责完成工作，做好整理工作。
- (6) 所有参与者必须接受组织者的统一指挥，分工协作，精心实施，组织者和参与者之间应相互配合，相互支持，保障活动各环节顺利完成。
- (7) 所有参与者必须在国家规定的法律范围内开展活动，保障活动中的人身安全。
- (8) 自觉佩戴好小组的会牌。

任务四 劳动最美丽

劳动的美是人类劳动实践的产物，与动物的本能活动有根本区别。通过劳动，人类能够创造出美的作品和形象，体现出自己的创造力和想象力。

劳动的美也是马克思主义美学理论中国化的具体表现。马克思主义美学强调劳动的创造性和人类对世界的改造能力，将劳动与美的关系紧密联系在一起。人们通过劳动创造出美的作品和艺术，表达自己的情感和思想，丰富了社会文化的内涵。

劳动的美是深刻认识和揭示美的本质的一把钥匙。通过劳动，人们能够感受到工作的乐趣和成就感，体验到努力付出所带来的满足感。劳动不仅是实现生存和发展的手段，更是人类追求自我价值和实现自我价值的重要途径。

劳动的美也是历史唯物主义理论在劳动实践活动中最深刻的反映。历史唯物主义认为，人类社会的变革和进步源于劳动者的实践和创造。劳动者通过自己的努力和创造，改变和发展了社会生产力，推动着社会历史的前进。

因此，劳动的美具有广泛而深远的意义。劳动的美是人类文明的重要组成部分，也

是促使人类社会不断进步的动力。我们应该重视劳动，尊重劳动者的创造和贡献，并通过自己的努力，为实现美好的社会进步而努力。

一、劳动发现美

马克思在《1844年经济学哲学手稿》中多次谈道：“美就是在劳动、实践的基础上，人本质的对象化的产物和结果。”这意味着美是通过劳动创造出来的，劳动本身就是发现美、创造美的过程。

在青少年的劳动教育中，培养他们发现美、鉴赏美的能力非常重要。通过参与劳动，他们可以提高审美能力和人文素养，培养健康的审美态度，增强审美正能量，同时也是培育和践行社会主义核心价值观的有效途径。

通过劳动教育强化美育，我们可以让青少年在劳动中体验美的各种形式。他们可以感受到食物的色香味，感受手工艺品的各种款式，感受科技发明的精巧匠心。通过这样的体验，他们可以深刻理解劳动创造美的过程，明白劳动本身就是美。

在劳动中发现美、欣赏美，有利于青少年提高审美情趣，净化心灵。在劳动的同时，领略到“采菊东篱下，悠然见南山”之美，审美经验丰富了，人文素养提高了，生活情趣就自然而然地随之高雅起来。

此外，劳动教育也能让青少年明白那些辛勤耕耘、皮肤黝黑的农民，寂寂无闻、日晒雨淋的工人，以及坚守岗位、默默奉献的劳动者是最美的。这些努力和奉献都是劳动者为社会创造美的体现，值得我们尊重和敬佩。

通过劳动教育，可以让青少年深刻理解劳动的价值和意义，树立正确的劳动观，提升他们的美育素养和人文素养。这不仅有助于他们个人的成长，也有助于他们更好地投身社会，为社会的发展和进步做出贡献。

二、劳动创造美

人类不仅能够发现和鉴赏美，而且渴望表现和创造美。人类社会的一切美好事物都离不开人们聪明的大脑和勤劳的双手。

青少年思想活跃，感情丰富，对美好事物有憧憬和追求。在劳动实践中，他们不仅可以发现和鉴赏美，还能够创造出自己心目中的美。这种审美创造力源于青少年内心对美的需要，为他们展现个性提供了广阔的空间，让他们能够通过自己的思考和想象，用自己的双手将所领悟到的美表现出来。

通过劳动中的美的创造和体现，青少年可以获得享受、鼓舞和慰藉。同时，这也能够有效提高他们的综合素质和社会实践能力，促进他们身心全面、健康地发展。



通过劳动创造美和体现美，不仅让青少年感受到创造的乐趣和成就感，还可以培养他们的创新精神和动手能力。这种创造性劳动不仅有助于他们个人品质的培养，更有助于他们积极参与社会建设和进步，为实现个人价值和社会发展做出贡献。

劳动教育中的审美创造，既是培养青少年审美意识和审美能力的有效手段，也是促进他们综合素质和社会实践能力发展的重要途径。在创造美的过程中，他们能够锻炼自己的思维能力、动手能力和团队合作意识，培养创新精神和创造力。这样的教育能够为青少年打开一扇通向美和成长的大门，使他们更加全面地发展，为社会做出积极贡献。劳动与“美”紧密联系、不可分割。教育者应努力发现与利用劳动实践的美育因素，来培养青少年的审美能力，引导他们在劳动实践中发现美、欣赏美、创造美、体验美。在求知中领略美感，在实践中追求创新，让学生通过对劳动美的感知、体验与追求，接受美的滋润和熏陶，成为具有一定审美创造能力的人，是当今素质教育的目标。

劳动实践



“美化家乡”植树节

1. 树苗选择

我们去市场上购买树苗时，要挑选那些根系发达、长势茁壮的、没有伤口的树苗。

2. 树苗修剪

种植树首先要对小树苗进行修剪，修剪要注意剪掉多余、不新鲜、黄掉的枝叶，留三根主要的枝干即可。小树苗萌芽力不强，所以不能修剪得太多。



图 1-4-1 选择适合的树苗



图 1-4-2 修剪树枝

3. 挖坑

树坑大小应保证树根能够舒展开放，深度以刚刚埋没原来处于地下的红色表皮为宜，树木间距应不小于3米。

挖好树坑就要立即种植，扶正树干、压实土壤，立即浇水。移栽的树苗记得要保护好根部土壤团，直接连着根部一起移栽过去，因为小树苗有可能没有办法太快地适应别的地方的土壤，所以一定要注意不要损坏根部。

如果移植的树苗较大，要用支架来支撑树苗，以防止树苗被大风吹倾斜或倒伏的情况。



图 1-4-3 挖坑



图 1-4-4 支撑

4. 施肥浇水

给树苗施肥的时候，不要离根茎部位太近，否则容易造成烧根的现象。氮肥应该在栽植的时候作为基肥施入，后期应该以磷钾肥料为主，这样可以使树苗茁壮成长，枝繁叶茂。

注意：浇水过多会影响土壤的透气性，无法使树苗的根部接触到空气进行呼吸。

思政动态



9月26日，2023年全国职业院校技能大赛高职组“视觉艺术设计”赛项在昆明市安宁市隆重开赛。来自31个省（区、市）的71支参赛代表队参加了此次大赛。

全国职业院校技能大赛是我国职业教育工作的一项重大制度设计与创新，是专业覆盖面最广、参赛选手最多、社会影响最大、联合主办部门最全的国家级职业院校技能赛事。



大赛在引领“三教”改革、提高技术技能人才培养质量、促进高质量就业、服务云南经济社会发展等方面发挥了重要作用。

全国职业院校技能大赛高职组“视觉艺术设计”赛项的举办，将进一步加强全国职业院校之间的交流合作，以赛促教、以赛促学，为云南轻纺职业学院以及安宁职教园区的发展增添新动力。

作为大赛承办方，云南轻纺职业学院负责人表示，此次职业院校技能大赛将助推云南职业教育高质量发展，学校将精心组织、周到服务，努力把本次大赛办成有深度、有质量、有特色的赛事。

竞技之窗



“致敬普通劳动者”系列活动

没有环卫工，哪有干净整洁的大街；没有保安员，哪有小区的祥和平安；没有快递员，哪能方便、快捷地买到心爱之物……每一座城市的美丽，都离不开基层劳动者辛勤的汗水和无私的付出，只要为社会创造价值，服务于人民，就是光荣的，只要是劳动者就该得到承认和尊重。

请以小组（8~10人）为单位，4个星期为期限，组织一次“致敬普通劳动者”系列活动，每星期选择一个普通劳动者群体，向他们致敬。致敬的形式不限，既可以是发动社会力量为普通劳动者谋求福利，也可以是向普通劳动者献花，等等。要求用短视频的形式记录活动过程。活动结束后，总结心得，并进行评比。

活动计划：_____

活动筹备：_____

活动实施： _____

心得体会： _____

“劳动最崇高” 社会观察体验活动

开展一次社会观察和体验活动。可以分组，每一小组去不同的社会角落观察从业者的工作过程、工作态度和周遭人群对从业者的态度，并亲自体验一次所观察的工作过程。例如：一组同学观察清扫马路的清洁工人，一组同学观察从事体力劳动的搬运工，一组同学观察餐馆里的洗碗工人。在观察之后，认真体验一下这些工作的劳动过程。结束后，每一小组总结自己成员的社会观察和体验经历。

劳动内容： _____

小组成员： _____



结论

反思

在社会观察中，是否发现存在他人不尊重劳动者的现象？如果有，请列举。

在亲身体验的环节中，你是如何看待这份工作的？这份工作有何社会意义？你的体验改变了你之前对这类工作的看法吗？

我的专业劳动计划

明晰所学专业的前景，明确自己的职业规划。充分了解目前自己所学专业可能从事的职业 / 岗位及专业技能要求。一定要切合自己的专业水平做出正确的分析和规划。

计划思路： _____

计划实施要点： _____

计划可行性分析： _____

The top of the page features a decorative header with silhouettes of various workers (a construction worker, a farmer, a factory worker, and a person with a tool) and a city skyline with several skyscrapers. The background is a solid light orange color.

项目二

培养劳动精神与劳动素养

中华民族历史上的劳动精神是中华文明发展的重要支撑。盘古开天辟地，女娲补天造人，孕育万事万物的世界都由劳动而来；神农亲尝百草，兴农事，种五谷，大禹治水三过家门而不入，文明的发展都镌刻着劳动的印迹。劳动不仅创造出了世界万物，也塑造了中华文化的丰富内涵。作为青年学生，继承和弘扬中华民族的优秀劳动传统，树立劳动的价值观念，发扬劳动精神，是非常重要的。劳动最光荣、最崇高、最伟大、最美丽的观念将激励我们为实现自身的成长与发展，同时为社会的繁荣与进步做出贡献。通过努力学习和劳动，我们能够为建设一个更加美好的社会做出自己的贡献。

学习目标



目标维度	具体内容
知识达标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解劳模精神、劳动精神的内涵和关系 2. 了解新时代工匠精神的内涵 3. 了解劳动素养的概念和特质
技能达标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 会用劳动装扮自己的家乡 / 校园 2. 能够策划一次大型比赛 3. 会开展社会调研活动
素质达标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 具备职校生应具备的劳动素养 2. 继承和弘扬劳模精神与工匠精神

案例解读



坐落在广州市番禺区沙湾古镇的奶牛皇后甜品店，是游客到沙湾古镇游玩必去的场所之一。仿古的西关大屋，门上挂着硕大的牌匾——沙湾奶牛皇后。尚未进门，就可以闻到浓浓的奶香。屋内摆放着十来张广式大理石圆桌椅，青砖、角门、趟栊门，散发着独特的岭南韵味。“沙湾奶牛皇后”就是这家甜品店的主理人王秀甜，大家亲切地称呼她为“甜姐”。

王秀甜开店 30 余年，她说当年想找份工作，无奈自己的孩子还小，无法带着孩子去工作。于是在家人的支持下，用仅有的积蓄买下了两头奶牛，王秀甜由此开始了她的创业生涯。

20 世纪 80 年代初，王秀甜从两头奶牛起步，大胆探索改良奶牛品种，通过科学养殖提高牛奶质量，演绎了一个普通农民“勤劳创业、带头致富”的传奇，其生产的水牛奶被原农业部认证为“绿色有机农产品”。

创业成功后，王秀甜带领村民共同致富，成立沙湾水牛奶妇女经济合作社，推动饲养奶牛向规范化、科学化发展，使沙湾水牛奶养殖业成为远近闻名的特色农业产业。2020 年 1 月，她响应政府号召，将奶牛场搬至湛江市遂溪县。

为配合沙湾古镇旅游项目的开发，王秀甜创办沙湾志秀（奶牛皇后）甜品店，凭借过硬的产品质量、传统地道的工艺手法、创新创造的甜品款式，成为沙湾古镇甜品美食宣传的亮丽名片，王秀甜个人也被评为“沙湾水牛奶传统小食制作技艺”这一项目的广州非物质文化遗产传承人。



创业致富后,王秀甜不忘公益慈善事业,多次参加结对帮扶活动,参与公益慈善活动,为困难妇女儿童出钱出力,以实际行动回报社会,并被推选为广州市第十二届妇女代表。

王秀甜曾荣获“全国农村科技致富女能手”“广东省劳动模范”“广州市三八红旗手”“广州好人”“全国劳动模范”等荣誉。

现在,沙湾志秀(奶牛皇后)甜品店已挂牌番禺区工会职工文化教育实践基地,不时有单位组织职工到店里开展研学游活动。

王秀甜表示,自己经营的“奶牛皇后”店挂牌番禺区工会职工文化教育实践基地,是一份光荣,也是一份使命和责任。她将以此为契机,认真做好自己的本职工作,养好一群牛,带好一帮人,做好一杯水牛奶,发扬一门传统技艺,办好一个职工文化教育实践基地。

启示

据了解,全国劳模和先进工作者每五年评选一次,2020年全国共评出2500名。这些劳模和先进工作者既有爱岗敬业、埋头苦干的一线工人,也有刻苦钻研、攀登高峰的专家教授;既有驰骋武汉抗击疫情的一线的医护人员,也有扎根基层、为民服务的党员干部;既有世界技能大赛冠军,也有一线劳模工匠……他们在各条战线上辛勤劳动、勤勉敬业、奋发有为、接续奋斗,做出了积极贡献,为广大劳动者树立了榜样示范。

任务一 劳动精神与劳模精神

一、劳动精神的概念

“精神”一词有两方面含义,一方面是指“人的意识、思维活动和一般心理状态”,另一方面是指“(人)所表现出来的活力”和“活跃、有生气”。劳动精神,则主要指人们对劳动的热爱态度以及劳动者在劳动过程中体现出来的积极人格气质。

劳动精神既包含了对于劳动价值的认识、对于劳动的正向态度以及对劳动者、劳动过程、劳动成果的尊重,又包含了对于劳动热爱的态度在劳动主体身上的体现,包括劳动者身上所具有的对于劳动的积极评价、敬业态度、积极性、创造性等。

随着时代的发展,劳动精神的内涵也在不断丰富。



劳动精神的
基本含义

首先，劳动精神倡导尊重劳动和劳动平等的价值导向。这意味着我们要尊重每一种劳动，不论其形式和职业，都应被平等对待和尊重。每个人的劳动都是有价值的，都对社会产生着积极的影响。

其次，劳动精神强调劳动创造的实践创新性。劳动不仅仅是简单地重复或执行某种任务，更重要的是要通过创新和实践，创造新的价值和成果。劳动精神鼓励人们以创造性的思维和行动来推动社会的持续发展和进步。

最后，劳动精神强调劳动的神圣和光荣，以及带来精神幸福的重要性。劳动被看作是一种伟大和美丽的活动，它不仅仅是为了获得物质回报，更是为了实现个人的价值和获得成就感。通过劳动，人们能够找到满足感和内心的宁静，从而获得精神上的幸福。

弘扬劳动精神意味着我们要深入理解劳动精神的内涵，引导全社会特别是青少年学生崇尚劳动和尊重劳动。我们要认识到劳动的光荣和伟大，懂得劳动对于个人和社会的重要性。我们应该通过辛勤劳动、诚实劳动和创造性劳动，共同为实现中华民族伟大复兴而奋斗。

通过宣传教育和实践活动，我们可以向青少年传递劳动精神的价值观，引导他们树立正确的劳动观，激发他们的创造力和奉献精神。这样的努力将有助于培养有劳动精神的新一代人，推动社会的进步和发展。

二、新时代劳动精神的价值

在新时代下，培育中等职业学校学生劳动精神有着重要的价值意蕴，是契合时代需要、彰显制度优势和映现职校学生青春气质的重要举措。

（一）新时代劳动精神是职校学生全面发展的需要

职业学校学生身处多元思想观念的成长环境，这确实是一个关键期，他们具有自信追求、个性张扬、思维活跃、接受新事物能力强等特点。在这样的背景下，培养新时代的劳动精神对他们的全面发展至关重要。

培养新时代的劳动精神可以让学生明确劳动者的光荣和劳动的伟大性，并明白劳动实践是实现个人人生价值的重要途径。通过劳动，学生可以实践自己的能力和才华，体验工作的成就感和自我价值的实现。这将激发他们的积极性和主动性，从而更好地面对未来的职业发展和生活挑战。

此外，培养劳动精神还可以帮助学生养成良好的劳动习惯。通过参与劳动实践，学生将培养自律、持之以恒的品质，提高时间管理和自我组织能力。这些优秀的劳动习惯将对他们未来的学习、工作和生活产生积极影响。



劳动实践还可以增强学生的自我认知能力，让他们更好地了解自己的兴趣、优势和潜力。通过劳动实践，学生能够发掘自己的独特性，调整和完善自己的职业规划和个人发展目标。这将有助于他们更好地应对职业发展的机会和挑战，实现自我追求和全面发展。

因此，培养新时代的劳动精神对职业学校学生来说具有重要意义。通过劳动教育和实践，学生能够明确劳动的价值和意义，并培养良好的劳动习惯和自我认知能力。这将为他们的个人成长和未来的职业发展奠定坚实基础，使他们成长为真正全面发展的人。

（二）新时代劳动精神是引领职校学生劳动实践的精神高地

在学校中讲好工匠故事、劳模故事，使抽象的劳动精神变成一个个具体的真实的劳动人物、一个个具体的真实的劳动成果、一个个令世界惊叹的奇迹，让职校学生感悟新时代的高素质技术人才必须具备的爱岗敬业、精益求精的劳动品质、吃苦耐劳的劳动境界、改革创新的劳动技能、团结协作的劳动作风等，以新时代工匠、劳模为榜样引领职校学生的劳动精神塑造。

（三）新时代劳动精神是职校学生肩负历史担当的强大精神动力

技能型人才对于实现中国特色社会主义现代化强国目标来说非常重要，而职校学生则肩负着历史使命和责任。以弘扬新时代劳动精神为旗帜，提倡热爱劳动、尊重劳动、崇尚劳动的理念，对职校学生的成长和发展至关重要。

作为职校学生，他们应当在劳动实践中树立团结协作的意识，通过合作与协调解决问题，共同攻克技术难关。这体现了劳动实践不仅仅是个人能力展现，更是团队协作和集体力量的体现。通过劳动实践中的团结合作，他们可以更好地培养合作精神，学会倾听他人意见，共同取得更好的成果。

弘扬劳动精神还需要职校学生不断创新。创新是推动社会进步和发展的重要力量，对于技能型人才尤为重要。在劳动实践中，职校学生可以发挥自己的创造力和想象力，寻找问题的解决方案，提出新的观点和方法。通过不断创新，他们能够突破困境、提高效率、实现个人和社会的进步。

劳动实践也是职校学生实现个人人生价值的关键途径。通过参与劳动实践，他们将学会将自己的技能和知识应用于实践，通过努力和创新实现自身的成长和发展。劳动实践也让他们体验到劳动的价值和意义，从而更加明确自己的人生追求和目标，为实现自身价值做出更多的努力。

最后，通过弘扬新时代劳动精神，职校学生能够展现出新时代的风采，创造出幸福的生活。他们以热爱劳动、尊重劳动、崇尚劳动的态度，努力奉献自己的才能和技能，为国家的发展和社会的进步贡献自己的力量。他们以自己的劳动实践和成就塑造新时代的形象，为实现中国特色社会主义现代化强国的目标而努力奋斗。

总而言之，弘扬新时代劳动精神对于职校学生的全面发展和成长至关重要。他们作为技能型人才，应当以热爱劳动、尊重劳动、崇尚劳动为核心价值观，通过劳动实践来展现自己的才华和能力，实现自身的人生价值，并为社会的进步和发展做出贡献。

（四）新时代劳动精神是催生职校学生奋斗精神的力量源泉

职校学生处于朝气蓬勃、精力旺盛的青春时期，昂扬奋进是其主旋律。青春是用来奋斗的，奋斗的青春才是最美的青春。新时代劳动精神和这种奋斗精神有着密切的关联性。对职校学生进行新时代劳动精神的培育，充分尊重了职校学生的青年气质、青年特点，是“因时施教”的重要体现，有利于激发新时代青年学生的斗志，使他们始终保持锐意进取、奋发有为的精神状态。

三、职校学生如何培育劳动精神

劳动精神的培育对职校学生正面劳动观念的形成、正向劳动情感的滋养、劳动品质的锻炼和正确劳动习惯的养成有着重要的作用，有利于促进职校学生全面发展。绝大多数职校学生不是因为热爱劳动才选择接受职业教育的，而是中考后的无奈选择，尚处于迷茫状态，这就更需要加强劳动精神的培育。

（一）以美好生活愿景激发对劳动的热爱

人生而为人，在于人可以发挥主观能动性来绘制自我发展的蓝图，并用自身的艰苦奋斗去满足自身的需求、实现自己的目标。奋斗的价值、自我的超越，是对美好生活的向往及努力，这是一种理想，也是一份责任。培育劳动精神，应以美好生活的愿景来激发对劳动的热爱，具体有以下两个方面。

1. 以个人幸福梦激发对劳动的热爱

我们每一个人都期盼能成长得更好、工作得更好、生活得更好，这些是我们的美好生活需要，也是我们理想的生活愿景。但是，理想不是空想，幸福不是坐享其成，要实现个人的价值，追求幸福的生活，必须发扬艰苦奋斗的新时代劳动精神。

2. 以国家富强梦、民族振兴梦激发对劳动的热爱

立足当代，我们都是国家富强梦、民族振兴梦的追梦者和圆梦人，新时代的发展舞台十分宽阔、前景十分光明，我们要以国家富强、人民幸福为己任，把自己的理想同国



家的前途、民族的命运结合在一起，胸怀理想、志存高远，以国家富强梦、民族振兴梦激励自己积极投身中国特色社会主义伟大实践，并为之奋斗终身。

（二）以正向的劳动精神引领正确劳动观念的生成

首先，正向的劳动精神强调勤劳和付出的重要性。劳动是获得成就和价值的基础，需要勤奋和付出才能取得回报。我们要引导劳动者意识到，只有通过真正的努力和付出，才能获得真正的成就和进步。

其次，正向的劳动精神强调诚信和道德的重要性。劳动者应该遵守职业道德，不以牺牲他人利益为代价，不使用不正当手段来追求个人利益。诚实守信是劳动者必须具备的基本品质，只有拥有良好的道德底线，才能在劳动中获得真正的认可和尊重。

再次，正向的劳动精神倡导积极进取和自我成长。劳动者应该不断追求进步和提升，不向困难低头，而是积极面对挑战，主动学习和成长。他们应该将困境看作是发展的机会，通过不断努力和积累经验来突破自我，实现个人的成长和发展。

最后，正向的劳动精神强调社会责任和贡献。劳动者应该认识到自己的劳动不仅仅对个人具有意义，更对社会产生积极的影响。他们应该具备积极的社会责任感，通过劳动为社会做出贡献，为社会进步和发展负责任。

通过弘扬正向的劳动精神，我们可以引领人们正确的劳动观念的生成。劳动者应该意识到劳动是获得成就和价值的基础，诚信和道德是劳动者应具备的基本品质，积极进取和自我成长是劳动者应有的态度，而社会责任和贡献则是劳动者应该承担的义务。只有通过正向的劳动精神，我们才能培养出有追求、有责任感、有创新力的劳动者，共同推动社会的进步和发展。

一方面，要抵制急功近利的劳动价值观，培育常态化的奋斗精神；另一方面，抵制惰性和不作为，保持奋发有为的精神风貌。当今时代仍然是一个“爱拼才会赢”的时代，是一个属于真正奋斗者的时代。如果不想在这个百舸争流、千帆竞发的时代原地踏步，就必须同自身的惰性思维做斗争，不能沉迷于“伪奋斗”而不能自拔，而要勇做新时代的弄潮儿。

（三）以汲取劳模精神、工匠精神丰润劳动情感的培养

培育劳动精神需要营造一个学习劳模精神、工匠精神的良好环境，通过正面学习、耳濡目染将劳动精神内化于心，外化于行。劳动模范人物是优秀劳动者的典型代表，他们身上都有着一种吃苦耐劳、进取创新、无私奉献精神，是我们学习的榜样。

通过对劳模的先进事迹学习，不断汲取劳模精神、工匠精神的滋养，才能更加自觉

地接受“劳动光荣，技能宝贵，创造伟大”的时代风尚的洗礼，主动回应“人人皆可成才，人人尽展其才”的良好环境的呼唤，紧紧抓住人生出彩的机会，树立劳动意识，随时准备通过诚实劳动铸就生命里的一切辉煌。

（四）以丰富的实践活动助推劳动行为习惯的养成

新时代劳动精神培育不是一句空洞的理论口号，不能“纸上谈兵”，止步于思想环节，而是要落实到具体的实践中。以丰富的实践活动助推劳动行为习惯的养成，可以从以下两个层面进行：在学习上，注重实践锻炼，做到理论与实践相结合。一方面，可以通过读好“有字之书”，间接学习别人有益经验来磨炼意志、增长见识以培育劳动精神。另一方面，要身体力行，通过参加各种劳动实践锻炼，来培养吃苦耐劳的精神，通过理论与实践的紧密结合将劳动精神融入个人品格中。在生活中，加强实战演练，养成勤劳自持的习惯。在学校学习阶段，我们需要走出“衣来伸手，饭来张口”的舒适状态，独立地解决自己的衣食住行问题，照顾好自己，帮助自己养成良好的劳动行为习惯。

技能提升



“讲劳动故事，扬劳动精神”情景剧比赛

- （1）以学生学习小组的形式参加比赛。
- （2）各小组自行设计选定与劳动教育相关的情景剧主题，每一场情景剧的时长为 10～15 min。
- （3）小组内成员自由分工，分别承担从剧本撰写到角色承担的一系列工作，但每位成员的劳动付出均要有所体现。
- （4）情景剧表演过程中所需要的实用道具，由各小组自行制作或准备。
- （5）比赛时间为课程结课前的某一次课（课内实践）。
- （6）评委小组评审时要客观公正。
- （7）评出一等奖 1 名、二等奖 2 名、三等奖 2 名，并颁发获奖证书。
- （8）比赛结束后，以小组为单位回顾讨论准备比赛、参加比赛和比赛后的心得体会。
- （9）根据比赛结果和嘉宾评委的点评修改完善剧本，并将最终剧本上交给劳动教育指导教师。



四、弘扬劳模精神

（一）劳模精神的含义

劳模精神源自劳动精神，是劳动精神的进一步升华。劳模精神就是劳动模范在社会实践中所表现出的价值观、道德观和精神风尚，内涵十分丰富，具体来说包括了劳模那种坚定理想信念、以民族振兴为己任的主人翁精神；那种勇于创新、争创一流、与时俱进的开拓进取精神；那种艰苦奋斗、艰难创业的拼搏精神；那种淡泊名利、默默耕耘的“老黄牛”精神和甘于奉献、乐于服务的忘我精神；那种紧密协作、相互关爱的团队精神。



劳模精神

劳模精神作为中华民族精神的重要组成部分，是工人阶级先进性的集中体现，是社会主义核心价值观的重大实践成果。

（二）职业教育孕育劳模精神

首先，需要从人自身全面发展和国家产业振兴、民族伟大复兴两个方面来综合定位人才培养目标。既要通过长期系统的培养，使其熟练掌握“绝活绝技”，把自身历练成为“大国工匠”；又要注意通识教育与社会能力即关键能力的培养，提升其就业创业的综合能力。

其次，要营造一个崇尚劳动、尊重劳动的社会氛围，提供相应的人事制度，用人标准，教育培训、就业辅导、创业支持的支撑体系。构建政府、企业、社会“三位一体”的关怀服务系统，特别是要重视社会工作事务所等社会公益组织，通过提供深层次人性关怀活动来提升产业劳动者的归属感、幸福感、成就感。

再次，地方政府要建立和完善相应的教育培训体制机制，包括动力机制、市场机制、投资机制、信息机制等，提升区域集群的组织能力。建立区域公共教育培训服务机构、评价机构等，组织专家对教育培训进行调研，摸清情况，分析劳动力与人才需求结构，实现“精准施策”。

最后，职校生还要发挥自身内在成长的力量。将外部的教育力量和内部核心骨干人员的带动性、示范性相结合，通过外部教育力量的引导和规范，以及内部核心骨干人员的亲身示范和积极协调，使教育培训过程产生正面效应，增加实效性与吸引力。

职业教育的转变是每个国家的必要途径，也是发展中国家向发达国家华丽转身的必由之路。

劳动实践

与劳模一起工作

(一) 活动目的

各个小组访谈劳动模范后，开展与劳模一起工作的活动，一方面学习劳模精湛的技术，另一方面学习劳模不怕困难、勇于拼搏的劳模精神。

(二) 活动时间

一周。

(三) 活动实施

- (1) 确定与劳模一起工作的方案，包括时间、地点、工作准备。
- (2) 观察劳模工作内容、做好记录，包括文字记录、照片记录、视频记录。
- (3) 实践劳模工作内容。
- (4) 记录工作过程，完成工作总结，请同学们填写表 2-1-1。

表 2-1-1 工作总结表

总结项目	项目内容	具体情况
基本情况	劳模简介	
	工作目的	
	工作时间	
	工作地点	
成绩做法	工作过程	
	工作成果展示	
经验教训	工作经验	
	工作教训	
今后打算	下一步计划	
总结人签字：		总结时间：

经验之谈

- (1) 本活动主要涉及以下劳动方法：观察法，工作实践法完成工作总结。



- (2) 端正态度，少说多看多做多想。
- (3) 工作时不得喧哗、打闹。
- (4) 注意工具设备的使用方法，确保工作安全。
- (5) 工作结束，要保证工作区域干净整洁。

任务二 新时代工匠精神

一、工匠精神的概念

工匠精神是一种职业精神，它是职业道德、职业能力、职业品质的体现，是从业者的一种职业价值取向和行为表现；它是一种在设计上追求独具匠心、质量上追求精益求精、技艺上追求尽善尽美、服务上追求用户至上的精神。

工匠精神是指不仅要具有高超的技艺和精湛的技能，而且还蕴含着严谨细致、专注执着、精益求精、淡泊名利、敬业守信、勇于创新的工作态度，以及对职业的认同感、责任感、使命感、自豪感等可贵品质。



工匠精神

二、新时代工匠精神的内涵

新时代的中国工匠精神，既是对中国传统工匠精神的继承和发扬，又是对外国工匠精神的学习借鉴；既是为适应我国现代化强国建设需要而产生，又是劳动精神在新时代的一种新的实现形式；它与劳模精神、劳动精神构成一个完整的体系，成为激励广大劳动者实现中华民族伟大复兴中国梦的强大精神力量。

新时代工匠精神具有爱岗敬业的职业精神、精益求精的品质精神、坚定执着的专注精神和团结协作的创新精神等内涵。

（一）爱岗敬业的职业精神

爱岗敬业是从業者基于对职业的崇敬和热爱而产生的一种全身心投入的认真、尽职的职业精神状态。爱岗是敬业的基础，而敬业是爱岗的升华。“爱岗”就是干一行爱一行，热爱本职工作，不见异思迁，不被高薪及利益所诱，淡泊名利，坚守初心。“敬业”就是要钻一行，精一行，对待工作勤勤恳恳，兢兢业业，一丝不苟，认真负责。