



职业技能鉴定考核指导手册

家政服务员

(第2版)

人力资源和社会保障部教材办公室

中国就业培训技术指导中心上海分中心 组织编写

上海市职业技能鉴定中心



中国劳动社会保障出版社

1+X

职业技能鉴定考核指导手册

家政服务员

(第2版)

四级

编审委员会

主任 仇朝东

委员 葛恒双 顾卫东 宋志宏 杨武星 孙兴旺

刘汉成 葛 玮

执行委员 孙兴旺 张鸿樑 李 晔 瞿伟洁



中国劳动社会保障出版社

图书在版编目(CIP)数据

家政服务员：四级/人力资源和社会保障部教材办公室等组织编写. —2 版. —北京：中国劳动社会保障出版社，2014

(1+X 职业技能鉴定考核指导手册)

ISBN 978-7-5167-1303-7

I. ①家… II. ①人… III. ①家政服务-职业技能-鉴定-自学参考资料 IV. ①TS976.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 162628 号

中国劳动社会保障出版社出版发行

(北京市惠新东街 1 号 邮政编码：100029)

三河市华骏印务包装有限公司印刷装订 新华书店经销

787 毫米×960 毫米 16 开本 8 印张 127 千字

2014 年 7 月第 2 版 2014 年 7 月第 1 次印刷

定价：19.00 元

读者服务部电话：(010) 64929211/64921644/84643933

发行部电话：(010) 64961894

出版社网址：<http://www.class.com.cn>

版权专有 侵权必究

如有印装差错，请与本社联系调换：(010) 80497374

我社将与版权执法机关配合，大力打击盗印、销售和使用盗版图书活动，敬请广大读者协助举报，经查实将给予举报者奖励。

举报电话：(010) 64954652

改 版 说 明

1+X 职业技能鉴定考核指导手册《家政服务员（四级）》自 2009 年出版以来深受从业人员的欢迎，在家政服务员（四级）职业资格鉴定、职业技能培训和岗位培训中发挥了很大的作用。

随着我国科技进步、产业结构调整、市场经济的不断发展，新的国家和行业标准的相继颁布和实施，对家政服务员（四级）的职业技能提出了新的要求。2012 年上海市职业技能鉴定中心组织有关方面的专家和技术人员，对家政服务员（四级）的鉴定考核题库进行了提升，计划于 2014 年公布使用，并按照新的家政服务员（四级）职业技能鉴定考核题库对指导手册进行了改版，以便更好地为参加培训鉴定的学员和广大从业人员服务。

前 言

职业资格证书制度的推行，对广大劳动者系统地学习相关职业的知识和技能，提高就业能力、工作能力和职业转换能力有着重要的作用和意义，也为企业合理用工以及劳动者自主择业提供了依据。

随着我国科技进步、产业结构调整以及市场经济的不断发展，特别是加入世界贸易组织以后，各种新兴职业不断涌现，传统职业的知识和技术也愈来愈多地融进当代新知识、新技术、新工艺的内容。为适应新形势的发展，优化劳动力素质，上海市人力资源和社会保障局在提升职业标准、完善技能鉴定方面做了积极的探索和尝试，推出了1+X培训鉴定模式。1+X中的1代表国家职业标准，X是为适应经济发展的需要，对职业的部分知识和技能要求进行的扩充和更新。

上海市1+X的培训鉴定模式，得到了国家人力资源和社会保障部的肯定。为配合1+X培训与鉴定考核的需要，使广大职业培训鉴定领域专家以及参加职业培训鉴定的考生对考核内容和具体考核要求有一个全面的了解，人力资源和社会保障部教材办公室、中国就业培训技术指导中心上海分中心、上海市职业技能鉴定中心联合组织有关方面的专家、技术人员共同编写了《1+X职业技能鉴定考核指导手册》。该手册由“理论知识复习题”“操作技能复习题”和“理论知识模拟试卷及操作技能模拟试卷”三大块内容组成，书中介绍了题库的命



题依据、试卷结构和题型题量，同时从上海市1+X鉴定题库中抽取部分理论知识题、操作技能试题和模拟样卷供考生参考和练习，便于考生能够有针对性地进行考前复习准备。今后我们会随着国家职业标准以及鉴定题库的提升，逐步对手册内容进行补充和完善。

本系列手册在编写过程中，得到了有关专家和技术人员的大力支持，在此一并表示感谢。

由于时间仓促，缺乏经验，如有不足之处，恳请各使用单位和个人提出宝贵意见和建议。

1+X 职业技能鉴定考核指导手册

编审委员会

目 录

CONTENTS 1+X 职业技能鉴定考核指导手册

家政服务员职业简介	(1)
第 1 部分 家政服务员 (四级) 鉴定方案	(2)
第 2 部分 鉴定要素细目表	(4)
第 3 部分 理论知识复习题	(18)
家政服务员的职业素养	(18)
衣物洗烫	(20)
烹饪技能	(27)
产妇与新生儿护理	(34)
婴幼儿照料	(36)
家庭护理	(40)
家庭卫生防疫常识	(45)
常见花木养护常识	(46)
家庭常见宠物饲养知识	(49)
传统习俗与禁忌	(53)



第4部分 操作技能复习题	(55)
刀工	(55)
烹饪	(56)
家庭常见花木养护	(67)
家庭保健	(70)
常用英语会话	(72)
第5部分 理论知识考试模拟试卷及答案	(78)
第6部分 操作技能考核模拟试卷	(96)

家政服务员职业简介

一、职业名称

家政服务员。

二、职业定义

为所服务的家庭操持家务，照顾儿童、老人、病人，根据要求管理家庭的有关事务的人员。

三、主要工作内容

能够正确使用家用电器；能够购买日常生活用品、食品；能够管理一般家庭的日常生活费用开支；掌握不同材料纺织品的洗涤、熨烫、保管方法；能够制作家庭日常饭菜和便宴；能够照护幼儿、老人、病人的日常生活；能够教育儿童初步识数、识字及唱简单儿歌；能够护理一般病人并对传染病病毒进行消毒与隔离；能够进行简单居室的日常整洁与布置；协助家庭安排日常生活与一般社会活动。

第 1 部分

家政服务员（四级）鉴定方案

一、鉴定方式

家政服务员（四级）的鉴定方式分为理论知识考试和操作技能考核。理论知识考试采用闭卷计算机机考方式，操作技能考核采用现场实际操作方式。理论知识考试和操作技能考核均实行百分制，成绩皆达 60 分及以上者为合格。理论知识考试或操作技能考核不及格者可按规定分别补考。

二、理论知识考试方案（考试时间 90 min）

题库参数 题型	考试方式	鉴定题量	分值（分/题）	配分（分）
判断题	闭卷机考	60	0.5	30
单项选择题		140	0.5	70
小 计	—	200	—	100

三、操作技能考核方案

考核项目表

职业（工种）		家政服务员	等级	四 级			
职业代码		—					
序号	项目名称	单元编号	单元内容	考核方式	选考方法	考核时间（min）	配分（分）
1	烹饪	1	刀工	操作	必考	10	10
		2	烹饪	操作		40	30
2	服装熨烫	1	熨烫西裤	操作	必考	20	10
		2	熨烫衬衫	操作		20	10
3	家庭常见花木养护	1	家庭常见花木的识别	操作	抽一	20	15
		2	家庭常见花木的分类和摆放	操作			
		3	家庭常见花木的叶面保洁	操作			
4	家庭保健	1	血压测量	操作	抽一	8	15
		2	心跳、呼吸骤停的初步急救	操作			
5	常用英语会话	1	自我介绍	口试	抽一	5	10
		2	询问饮食	口试			
		3	打电话	口试			
		4	日常会话	口试			
合 计						123	100
备注							

第 2 部分

鉴定要素细目表

职业/模块名称					家政服务员	等级	四级
职业代码					—		
序号	鉴定点代码				鉴定点内容		备注
	章	节	目	点			
	1				家政服务员的职业素养		
	1	1			道德素养		
	1	1	1		道德基本素养		
1	1	1	1	1	家政服务员职业的基本道德素养		
	1	2			综合素养		
	1	2	1		综合技能素养		
2	1	2	1	1	家政服务员职业基本素养		
3	1	2	1	2	四级家政服务员技能素养		
4	1	2	1	3	家政服务员的职业规范		
5	1	2	1	4	家政服务员的服务规范		
	1	3			法律常识		
	1	3	1		民法常识		
6	1	3	1	1	民事权利的概念		
7	1	3	1	2	民事权利的分类		
8	1	3	1	3	民事权利的行使		
9	1	3	1	4	法律责任		
	1	3	2		妇女权益保障法		

续表

职业/模块名称					家政服务员	等级	四级
职业代码					—		
序号	鉴定点代码				鉴定点内容		备注
	章	节	目	点			
10	1	3	2	1	妇女权益的特殊保护		
11	1	3	2	2	妇女权益的保障与实现		
	2				衣物洗烫		
	2	1			丝、毛织物的洗涤		
	2	1	1		丝绸织品的洗涤		
12	2	1	1	1	丝绸织品的洗涤温度		
13	2	1	1	2	丝绸织品的洗涤		
14	2	1	1	3	丝绸织品的晾晒		
15	2	1	1	4	丝绒衣服和窗帘的洗涤		
	2	1	2		羊毛织品的洗涤		
16	2	1	2	1	羊毛织品的洗涤温度		
17	2	1	2	2	羊毛织品的洗涤		
18	2	1	2	3	羊毛织品的晾晒		
	2	1	3		羽绒服装的洗涤		
19	2	1	3	1	羽绒服装的洗涤温度		
20	2	1	3	2	羽绒服装的洗涤步骤		
21	2	1	3	3	羽绒服装的晾晒		
	2	1	4		污渍的去除		
22	2	1	4	1	污渍的分类		
23	2	1	4	2	动植物油渍的去除		
24	2	1	4	3	咖喱油渍的去除		
25	2	1	4	4	蜡烛油渍的去除		
26	2	1	4	5	墨水渍的去除		
27	2	1	4	6	高锰酸钾渍的去除		
28	2	1	4	7	酱油渍的去除		
29	2	1	4	8	茶水渍的去除		

续表

职业/模块名称					家政服务员	等级	四级
职业代码					—		
序号	鉴定点代码				鉴定点内容	备注	
	章	节	目	点			
30	2	1	4	9	血渍的去除		
31	2	1	4	10	其他污渍的去除		
	2	1	5		收藏与保管		
32	2	1	5	1	羊毛织品的收藏		
33	2	1	5	2	羊毛织品的防霉防蛀		
	2	2			家庭干洗常识		
	2	2	1		手工干洗		
34	2	2	2	1	手工干洗的操作要领		
	2	2	2		丝、毛织物的手工干洗		
35	2	2	2	1	真丝衬衫的干洗		
36	2	2	2	2	羊毛衫的干洗		
37	2	2	2	3	毛料衣服的干洗		
	2	2	3		皮革服装的手工干洗		
38	2	2	3	1	皮革服装的手工干洗		
	2	3			衣服熨烫		
	2	3	1		熨烫的基本要素		
39	2	3	1	1	温度		
40	2	3	1	2	水分		
41	2	3	1	3	压力		
42	2	3	1	4	冷却		
	2	3	2		熨烫温度的参考数据		
43	2	3	2	1	棉织品		
44	2	3	2	2	麻织品		
45	2	3	2	3	羊毛织品		
46	2	3	2	4	桑蚕丝织品		
47	2	3	2	5	柞蚕丝织品		

续表

职业/模块名称					家政服务员	等级	四级
职业代码					—		
序号	鉴定点代码				鉴定点内容		备注
	章	节	目	点			
48	2	3	2	6	涤纶		
49	2	3	2	7	锦纶		
	2	3	3		家庭熨烫设备		
50	2	3	3	1	熨斗		
51	2	3	3	2	熨案		
52	2	3	3	3	棉馒头和棉枕头		
	2	3	4		熨烫工艺		
53	2	3	4	1	男衬衫		
54	2	3	4	2	男西裤		
	2	3	5		熨烫整形		
55	2	3	5	1	羊毛、羊绒织品的熨烫整形		
56	2	3	5	2	羊毛织品缩水、发硬的补救技术		
	3				烹饪技能		
	3	1			烹饪原料的初步加工		
	3	1	1		水产品的初步加工		
57	3	1	1	1	初步加工的要求		
58	3	1	1	2	鱼类的初步加工		
59	3	1	1	3	虾类的初步加工		
60	3	1	1	4	贝类的初步加工		
	3	1	2		家禽的初步加工		
61	3	1	2	1	初步加工的要求		
62	3	1	2	2	初步加工的主要步骤		
63	3	1	2	3	禽类内脏的洗涤加工		
64	3	1	2	4	鸽子的初步加工		
	3	1	3		家畜内脏及四肢的初步加工		
65	3	1	3	1	家畜内脏及四肢的初步加工要求		

续表

职业/模块名称					家政服务员	等级	四级
职业代码					—		
序号	鉴定点代码				鉴定点内容		备注
	章	节	目	点			
66	3	1	3	2	家畜内脏及四肢的初步加工方法		
67	3	1	3	3	猪肚、猪肠的初步加工步骤		
	3	1	4		干制原料涨发		
68	3	1	4	1	干料涨发的意义		
69	3	1	4	2	干料涨发的方法		
70	3	1	4	3	香菇的涨发方法		
71	3	1	4	4	蹄筋的涨发方法		
72	3	1	4	5	海参的涨发方法		
73	3	1	4	6	干贝的涨发方法		
74	3	1	4	7	海蜇的涨发方法		
	3	2			膳食平衡与烹饪常识		
	3	2	1		人体必需的营养素		
75	3	2	1	1	营养素的概念		
76	3	2	1	2	营养素的分类		
77	3	2	1	3	营养素的功能		
78	3	2	1	4	蛋白质的主要功能		
79	3	2	1	5	脂肪的主要功能		
80	3	2	1	6	糖的主要功能		
81	3	2	1	7	维生素的主要功能		
82	3	2	1	8	维生素 C 的主要作用		
83	3	2	1	9	盐的主要功能		
	3	2	2		食物中毒及其预防		
84	3	2	2	1	食物中毒的概念		
85	3	2	2	2	食物中毒的分类		
86	3	2	2	3	细菌性食物中毒的主要发生时间		
87	3	2	2	4	黄曲霉毒素中毒的原因		

续表

职业/模块名称					家政服务员	等级	四级
职业代码					—		
序号	鉴定点代码				鉴定点内容		备注
	章	节	目	点			
88	3	2	2	5	预防食物中毒的原则		
	3	2	3		合理烹饪与科学配菜		
89	3	2	3	1	合理烹饪的概念		
90	3	2	3	2	食物中营养素损失的原因		
91	3	2	3	3	加热损失		
92	3	2	3	4	氧化损失		
93	3	2	3	5	烹调时减少营养素损失的措施		
94	3	2	3	6	掌握火候		
	3	4			菜肴制作		
	3	4	1		初步熟处理		
95	3	4	1	1	焯水		
96	3	4	1	2	过油		
	3	4	2		糊、浆及芡汁的调制技术		
97	3	4	2	1	上浆挂糊的作用		
98	3	4	2	2	蛋清浆调制的方法		
99	3	4	2	3	水粉浆调制的方法		
100	3	4	2	4	水粉糊调制的方法		
101	3	4	2	5	发粉糊调制的方法		
102	3	4	2	6	拍粉拖蛋糊调制的方法		
103	3	4	2	7	勾芡的作用		
104	3	4	2	8	勾芡的注意事项		
105	3	4	2	9	芡汁的种类		
	3	4	3		冷菜的制作方法		
106	3	4	3	1	卤的制作方法		
107	3	4	3	2	白煮的制作方法		
108	3	4	3	3	腌的制作方法		