

XINSHIDAI

GAOZHI XUESHENG
LAODONG SUYANG JIAOYU

- 主审 武斌儒
- 主编 阎惠丽 暨星球 詹波


新时代

『互联网+教育』新形态教材
创新型素质教育精品教材

高职学生

劳动素养教育

(含微课)

 电子科技大学出版社
University of Electronic Science and Technology of China Press

创新型素质教育精品教材

“互联网+教育”新形态教材

新时代高职学生 劳动素养教育

主 审 武斌儒

主 编 阎惠丽 暨星球 詹 波



电子科技大学出版社

University of Electronic Science and Technology of China Press

· 成都 ·

图书在版编目（C I P）数据

新时代高职学生劳动素养教育 / 阎惠丽, 暨星球, 詹波主编. — 成都 : 电子科技大学出版社, 2020.9
ISBN 978-7-5647-8251-1

I. ①新… II. ①阎… ②暨… ③詹… III. ①劳动教育—教学研究—高等职业教育 IV. ①G40-015

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2020) 第 166591 号

内 容 简 介

本书以《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》为指导, 强调劳动教育的思想性, 引导学生树立正确的劳动观, 崇尚劳动、尊重劳动、热爱劳动; 通过理论结合实践的方式开展劳动教育活动, 帮助学生在劳动中接受锻炼、磨炼意志, 树立正确的就业观, 增强职业荣誉感, 提高职业技能水平, 培育精益求精的工匠精神和爱岗敬业的劳动态度, 着力提升学生的劳动综合素养。

本书理论结合实际, 具有时代性、实用性等特点, 可作为学校开展劳动教育的参考用书。

新时代高职学生劳动素养教育

XINSHIDAI GAOZHI XUESHENG LAODONG SUYANG JIAOYU

阎惠丽 暨星球 詹波 主编

策划编辑 陈松明 万晓桐
责任编辑 万晓桐

出版发行 电子科技大学出版社
成都市一环路东一段 159 号电子信息产业大厦九楼 邮编 610051

主 页 www.uestcp.com.cn
服务电话 028-83203399
邮购电话 028-83201495

印 刷 北京同文印刷有限责任公司
成品尺寸 185 mm×260 mm
印 张 15.75
字 数 354 千字
版 次 2020 年 9 月第 1 版
印 次 2020 年 9 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5647-8251-1
定 价 39.00 元

版权所有, 侵权必究

PREFACE

前言

民生在勤，勤则不匮。人生在勤，不索何获？劳动创造了人类，创造了世界，更是我们幸福生活的源泉。从刀耕火种的原始农业时代，到现在的信息化时代，劳动创造美好生活的实质从来没有改变，改变的只是劳动的形式。然而，近年来大学生中出现了不少不珍惜劳动成果、不想劳动、不会劳动的现象。很多大学生没有意识到劳动的意义，他们轻视劳动，不尊重普通劳动者，这对他们成长成才非常不利。因此，劳动教育迫在眉睫。

2020年3月20日，《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》）发布。《意见》指出，劳动教育是国民教育体系的重要内容，是学生成长的必要途径，具有树德、增智、强体、育美的综合育人价值。实施劳动教育重点是在系统的文化知识学习之外，有目的、有计划地组织学生参加日常生活劳动、生产劳动和服务性劳动，让学生动手实践、出力流汗，接受锻炼、磨炼意志，培养学生正确的劳动价值观和良好的劳动品质。

为贯彻落实新时代党对劳动教育的新要求，让劳动教育在高校落地、落实、落细，充分发挥劳动独特的育人价值，我们编写了这本《新时代高职学生劳动素养教育》。

具体来说，本书主要有以下特点。

1. 内容循序渐进，逐步提升学生的综合劳动素养

本书以《意见》为指导，强调劳动教育的思想性，从“理念篇”到“技能素养篇”，再到“行动实践篇”，层层递进，步步引导，帮助学生树立正确的劳动价值观，让其在劳动中接受锻炼、磨炼意志，懂得空谈误国、实干兴邦的道理，同时形成良好的劳动习惯。

2. 讲述榜样故事，引导学生形成劳动实践自觉

本书以培养担当民族复兴大任的时代新人，着力提升学生综合素质，促进学生全面发展、健康成长为目标，通过各种新时代的榜样故事，引导学生崇尚劳动、尊重劳动、热爱劳动，培育精益求精的工匠精神和爱岗敬业的劳动态度，增强对劳动人民的感情，报效国

家，奉献社会。

本书所选取的“榜样故事”讲述了各行各业劳动者辛勤劳动、诚实劳动和创造性劳动的故事，特别突出强调了 2020 年新冠肺炎疫情防控工作中，各行各业特别是医疗卫生行业劳动者和大学生群体表现出的无私奉献和大无畏的牺牲精神，让学生感受榜样力量，形成不畏艰难、百折不挠、敢于担当的高尚品格，树立通过劳动创造美好生活的信念。

3. 注重劳动实践，助力提升学生就业创业能力

本书设置了丰富多样的实践活动，鼓励学生结合学科和专业积极开展实习实训、专业服务、社会实践、勤工助学等，引导其创造性地解决实际问题，进而积累职业经验，提升就业创业能力。

4. “码”上学习，带学生直观感受劳动的魅力

本书配备了丰富的立体化的学习资源，学生只需拿起手机“扫一扫”，精美有趣的视频便跃然眼前，带领学生去直观感受劳动魅力，使学生更直接地体会到劳动创造美好生活、劳动不分贵贱，从而树立劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽的观念。

本书由武斌儒担任主审，阎惠丽、暨星球、詹波担任主编，张成国、杨义、杨黔担任副主编，邓桀、冯梅、陈仕涛、龙柳韵、许旺央、龙腾山、杨大刚、张丹丹、宋宪振、鲁潇恠、杨仕坤、陈晨参与编写。

本书在编写过程中，参考和借鉴了劳动教育研究方面的文献资料、网络资源和相关的研究成果，在此向相关作者一并表示真诚的感谢！由于编者水平有限，加之编写时间仓促，书中不足乃至错漏之处在所难免，敬请广大专家、同行和学生批评指正，并对本书提出宝贵意见，帮助我们在修订中不断完善。

本书编委会

主 审 武斌儒

主 编 阎惠丽 暨星球 詹 波

副主编 张成国 杨 义 杨 黔

参 编 邓 桀 冯 梅 陈仕涛

龙柳韵 许旺央 龙腾山

杨大刚 张丹丹 宋宪振

鲁潇恠 杨仕坤 陈 晨

CONTENTS

目录

绪论 美好生活靠劳动	1
课堂导入	2
第一节 劳动改变世界	3
一、劳动是推动人类社会进步的根本力量	3
二、空谈误国，实干兴邦	3
第二节 勤劳是中华民族的传统美德	6
一、勤劳是古代人民创造生活和文明的重要力量	6
二、新时代需要我们继续弘扬勤劳美德	7
第三节 幸福人生需要奋斗	8
一、劳动没有高低贵贱之分	8
二、人人都有出彩的机会，关键是要勤奋努力	9
实践活动 “致敬普通劳动者”主题活动	11

理念篇

第一章 劳动观念要树立	14
课堂导入	15
第一节 树立正确的劳动价值观	16
一、尊重劳动：常怀感恩之心	16
二、热爱劳动：人生幸福据点	18
三、践行劳动：奋斗的青春最美丽	20

第二节 劳动实践“三部曲”	22
一、辛勤劳动	23
二、诚实劳动	24
三、创造性劳动	24
实践活动 “幸福劳动者”采访活动	27
第二章 劳模精神需弘扬	29
课堂导入	30
第一节 认识劳动模范	30
一、劳动模范是工人阶级的优秀代表	30
二、劳动模范是时代的引领者	31
第二节 理解劳模精神	34
一、劳模精神的内涵	34
二、劳模精神的核心	39
第三节 践行劳模精神	42
一、在学习中践行劳模精神	42
二、在工作中践行劳模精神	43
实践活动 讲述劳模故事，颂扬劳模精神	45
第三章 工匠精神共传承	47
课堂导入	48
第一节 领悟工匠精神	48
一、全身心投入的敬业精神	49
二、追求卓越的精益精神	50
三、持之以恒的专注精神	52
四、追求突破的创新精神	54
第二节 理解工匠精神的价值	56
一、工匠精神是中国制造前行的精神源泉	57
二、工匠精神是企业竞争发展的品牌资本	57
三、工匠精神是个人成长的道德指引	59
第三节 传承工匠精神	59
一、重新审视工匠的作用与地位	59
二、在实践中传承工匠精神	61
实践活动 演话剧，颂匠心	64

技能素养篇

第四章 生活技能常培养	68
课堂导入	69
第一节 正衣冠	69
一、衣物清洁常识	69
二、实用熨烫技巧	71
三、实用缝补针法	73
四、收纳操作指南	74
第二节 食佳肴	76
一、中国饮食文化	76
二、饮食营养与健康	79
三、烹饪基础	80
四、烹饪安全	81
第三节 居有常	83
一、作息规律	83
二、居家清洁	84
三、物品规整	85
四、其他常识	87
第四节 善家政	88
一、家庭保健	88
二、家居日常维修技能	90
实践活动 1 争做家务小能手	91
实践活动 2 为家人做一顿美味营养餐	92
实践活动 3 好习惯养成记	93
第五章 校园劳动来行动	95
课堂导入	96
第一节 做绿化环保的践行者	96
一、绿水青山就是金山银山	96
二、绿化环保行动	97
三、低碳校园生活	99
第二节 做垃圾分类的倡导者	101
一、垃圾分类新时尚	101
二、垃圾分类标准	102

三、垃圾分类操作	103
第三节 做寝室美化的时尚者	106
一、文明寝室建设要求	106
二、特色寝室建设标准	107
三、寝室美化设计与创意	107
第四节 做公共区域环境的维护者	110
一、呵护我们的“家”	110
二、共建无烟校园	111
三、维护校园环境秩序	111
实践活动 1 绿色校园，从我做起	112
实践活动 2 互联网+垃圾分类回收	113
实践活动 3 改善寝室面貌，提升文化格调	114
实践活动 4 校园是我家，美化靠大家	116
第六章 工农品质不能忘	117
课堂导入	118
第一节 懂农业，学农民，识农村	118
一、中国农耕文化	118
二、农民的优秀品质	122
三、农村的地理样貌	124
四、农村民俗	127
第二节 知工业，学工人，通技艺	133
一、中国工业文明	133
二、工人的优秀品质	136
三、传统工艺	138
实践活动 1 学农活动——体验劳动之乐	142
实践活动 2 技艺学堂——感受技能之美	143
第七章 职业技能多提升	145
课堂导入	146
第一节 学护理，守家人	146
一、养老护理	147
二、心理护理	151
三、急救常识	153
第二节 进社区，促和谐	156
一、了解社区居民服务需求	156

二、策划社区服务活动	158
第三节 爱生活，懂分享	159
一、养护绿植，美化生活空间	159
二、制作短视频，分享精彩生活	164
实践活动 1 记录精彩生活	169
实践活动 2 进社区，送温暖	170

行动实践篇

第八章 志愿服务我来做	174
课堂导入	175
第一节 志愿服务基础知识	175
一、志愿服务的内涵	176
二、志愿服务的特征	177
三、志愿服务的原则	179
四、志愿服务的类型	180
第二节 志愿者自我修养	180
一、服务心态——志愿者的三种动机	180
二、自我期待——志愿者的五层境界	181
三、自我提高——志愿者应有的素质	182
第三节 积极参与志愿服务	182
一、志愿者的基本条件	182
二、志愿者的权利与义务	183
三、志愿者精神	183
四、志愿者标识与志愿者日	184
五、激励和表彰	184
六、参与志愿服务须知	185
实践活动 1 “12·5 国际志愿者日”志愿服务活动策划	186
实践活动 2 奉献、友爱、互助、进步——志愿服务之行	187
第九章 社会实践勤参与	189
课堂导入	190
第一节 假期实习	190
一、假期实习指南	190
二、假期实习实务	193

第二节 假期兼职	195
一、假期兼职陷阱	195
二、兼职劳动关系	197
第三节 “三下乡” 社会实践	198
一、“三下乡” 社会实践概述	198
二、“三下乡” 社会实践方案策划	199
三、“三下乡” 社会实践安全须知	200
实践活动 1 “小我融入大我，青春献给祖国；决战脱贫攻坚，投身强国伟业” 暑期社会实践活动	203
实践活动 2 “大学生兼职，体验还是浪费？” 主题写作	204
第十章 勤工助学助成长	206
课堂导入	207
第一节 了解高校学生资助政策体系	207
一、新生入学资助项目	208
二、国家助学贷款	208
三、国家助学金	208
四、国家奖学金	209
五、国家励志奖学金	210
六、勤工助学	210
七、师范生公费教育	211
八、退役士兵教育资助	211
九、基层就业学费补偿贷款代偿	211
十、应征入伍服义务兵役国家资助	212
十一、直招士官国家资助	212
十二、其他资助政策与措施	212
第二节 感恩参与勤工助学	213
一、勤工助学概述	213
二、勤工助学岗位选择	216
三、勤工助学面试准备	217
实践活动 “勤者自助，达者自强” 主题演讲	217
第十一章 红色基因永相传	219
课堂导入	220
第一节 体悟革命精神	221
一、革命精神的内涵	221

二、革命精神的时代价值	222
第二节 接受红色教育	223
一、回顾伟大历史，重拾红色记忆	224
二、参观红色基地，接受精神洗礼	225
三、开展红色活动，领会红色精神	226
四、传承红色基因，汇聚复兴伟力	227
第三节 立足现实，艰苦奋斗	229
一、培养艰苦奋斗精神	230
二、投身社会主义建设	232
实践活动 “讲好红色故事，传承红色基因” 大赛	233
附录	235
参考文献	236

绪论

美好生活靠劳动

劳动是人类的本质活动，劳动光荣、创造伟大是对人类文明进步规律的重要诠释。人世间的美好梦想，只有通过劳动才能实现；发展中的各种难题，只有通过劳动才能破解；生命里的一切辉煌，只有通过劳动才能铸就。作为新时代的大学生，我们只有不断地拼搏努力、诚实劳动，才能绽放不一样的精彩，彰显人生的价值，创造美好的生活。

学习目标

知识目标

- ◇ 了解“劳动创造美好生活”“空谈误国，实干兴邦”背后的道理。
- ◇ 知道勤劳是中华民族的传统美德。
- ◇ 体悟幸福人生需要奋斗的道理。

素质目标

- ◇ 在生活中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。
- ◇ 在日常生活中，培养自己的实干精神。

课堂导入

真付出才会有回报



2018年9月,中国银联上线广告《付出必有回报》。中国银联洞察到的是:每一位日常消费的支付者,也是一个生活里的付出者——在荒野大山中修信号塔的工人,在偏远地区送包裹的快递小哥,在现代机器的辅助下干农活的农民,在惠农服务站卖货的果农(见图0-1)……

《付出必有回报》

我们看到,每个付出者因劳动过上了幸福生活,脸上也因体验到的成就感和满足感而洋溢着自信的笑容;我们看到,正是这些默默付出的劳动者,才造就了我们的幸福生活;我们还看到,正是有了每个付出者的努力,点滴汇聚起来才换得了我们国家现在的强大。



图0-1 在惠农服务站卖货的果农

这是一个属于付出者的时代。你在付出的同时,也享受着别人的付出。因为付出,劳动、财富和对美好生活的向往,在付出者之间流转传递,时代因此变得更好。而一个更好的时代,必将回报每个付出者。

【想一想】

- (1) 你在中国银联的广告片《付出必有回报》中看到了什么?对你有何启发?
- (2) 为什么说劳动创造美好生活?结合你的见闻谈谈你对“劳动创造美好生活”的看法。

第一节 劳动改变世界

马克思说：“劳动是人的第一需要。”恩格斯说：“劳动是整个人类生活的第一个基本条件。”劳动，作为人类的一种生活方式，是人有意识地、自觉地改变环境和改变世界的活动，也是人类社会赖以生存和发展的前提。不劳动，人类就不能生存、繁衍和发展；不劳动，社会就不能进步、繁荣和昌盛。劳动不仅创造了世界，创造了历史，创造了人本身，还是改变世界的根本力量。

一、劳动是推动人类社会进步的根本力量

劳动创造了一切。不管是绚丽多彩的服饰、风味各异的美食、雄伟壮丽的建筑、便捷发达的交通交流工具等物质产品，还是思想深邃的图书、婉转动听的音乐、震撼人心的影视等精神文化产品，一切都来源于劳动。人类靠劳动养育着自己、完善着自己、成就着自己，同时在劳动中体会到了快乐和成就感，体验到了存在的价值。

随着社会的发展，劳动也不断被赋予新的内涵。但无论社会如何发展变迁，劳动始终是推动人类社会进步的根本力量。



探究与分享

你如何理解“劳动是推动人类社会进步的根本力量”？

二、空谈误国，实干兴邦

古往今来，凡事成于真、兴于实，败于虚、毁于假。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“崇实充实”四个字，意思是说，为政只有崇实，国库才能充实。战国时期的赵括，只会“纸上谈兵”，以致40万赵军全军覆没，赵国从此一蹶不振直至灭亡。此类正反的例子不胜枚举，发人深省。

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。没有亿万人民的胼手胝足、日耕夜作，就不会有今日中国的巨变。

从造出第一颗卫星到实现第一次载人航天，从“解锁”深层页岩气田到科学开发城市地下空间，从开通第一条高速公路到港珠澳大桥（见图0-2）飞架三地……正是千千万万在平凡岗位上默默无闻、无私奉献的劳动者，用勤劳的双手、晶莹的汗水在中华大地上创造出了举世瞩目的人间奇迹。



图 0-2 港珠澳大桥

我们沐浴着改革开放的春风，伴随着祖国强盛的步伐成长起来，在和平的环境下，接受了优良教育，享受着幸福的生活。我们不能忘记这样的美好生活是如何得来的，要明白社会主义是干出来的，新时代也是干出来的，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。



榜样故事

石家庄小伙：我送“胖五”上青天

2020年5月8日13时49分，长征五号B运载火箭（见图0-3）搭载的新一代载人飞船试验船返回舱成功返回。长征五号B运载火箭首次飞行任务的圆满成功，标志着空间站阶段飞行任务首战告捷，为全面实现我国载人航天工程第三步发展战略奠定了坚实基础，意义非常重大。按下长征五号B运载火箭点火按钮的操作员是石家庄小伙尹景波。



图 0-3 长征五号 B 运载火箭