



桂壮红皮书

根据教育部《大中小学劳动教育指导纲要（试行）》编写

# 劳动教育

LAODONG JIAOYU  
SHIJIAN JIAOCAI

实 践 教 材



四年级上册

主编 刘丽红



華文出版社  
SINO-CULTURE PRESS

# 《劳动教育实践教材》编委会

## 主 编 刘丽红

中国劳动关系学院党委常委、副校长  
中国劳动关系学院劳动教育中心研究员  
《劳动教育评论》编委会副主任

## 副主编 李 珂

中国劳动关系学院研究员、劳动教育中心主任  
大国工匠与劳动模范研究所副所长

## 赵鑫全

中国劳动关系学院副教授、经济管理学院副院长  
中国劳动关系学院劳动教育中心副主任

## 李锦鹏

北京市海淀区教师进修学校综合实践活动教研员  
北京市海淀区综合实践活动学科带头人、中学高级教师

## 编 委 田 丽

北京市海淀区羊坊店青少年活动中心主任、中学高级教师

## 徐 军

北京市中关村中学综合实践活动特级教师  
北京市综合实践活动学科带头人

## 黄金慧

北京市海淀区实验二小教师  
北京市海淀区综合实践活动学科带头人、中学高级教师

## 宋晓燕

北京市海淀区教育教学辅助中心综合实践教师  
北京市劳动技术学科骨干教师、海淀区综合实践学科带头人  
北京市教育规划课题负责人、小学高级教师

## 郭秀丽

北京市教育学会劳动技术教育研究会会员  
北京理工大学附属中学劳动技术教育中心研究员  
北京市海淀区劳动技术学科带头人、中学高级教师

## 李 波

中国农业科学院附属小学德育办公室副主任、小学高级教师

## 丁红莉

中国劳动关系学院教师、劳动教育中心研究员  
《劳动教育评论》编辑、撰稿人

## 李玮琳

北京市育英学校综合实践活动、通用技术教师  
北京市综合实践活动学科骨干教师、中学高级教师

## 万 丹

中国人民大学附属中学研究性学习研究员  
北京市海淀区劳动技术学科带头人、中学高级教师



# 致读者

劳动教育实践教材



## 指导精神

2020年7月，教育部印发《大中小学劳动教育指导纲要（试行）》。明确指出，劳动教育是发挥劳动的育人功能，对学生进行热爱劳动、热爱劳动人民的教育活动，要强化学生劳动观念，弘扬勤俭、奋斗、创新、奉献的劳动精神……劳动教育的内容主要包括日常生活劳动教育、生产劳动教育和服务性劳动教育三个方面……强调劳动教育途径要注重课内外结合，在开设劳动教育必修课的同时，还要在课外、校外活动中安排劳动实践。中小学每周课外活动和家庭生活中的劳动时间，小学1—2年级不少于2小时，其他年级不少于3小时。

1

## 单元主题

2 本套教材遵从马克思主义劳动价值观，结合新时代劳动教育的需要和特点，每册教材开发设计了六个主题单元，分别为“劳动与自然”“劳动与生活”“劳动与生产”“劳动与创造”“劳动与社会”“劳动与发展”。我们从最初人类与自然打交道的初级劳动开始讲起，让同学们能够领悟劳动的本质与价值，接着从贴近生活的劳动扩大到生产劳动，再到更高级的智力劳动和更高尚的为他人服务的劳动，以及为促进全人类可持续发展的劳动。现代意义的劳动，不仅是体力的付出，更是智力、精神的付出，我们编写的这套《劳动教育实践教材》内容丰富、形式多样、价值突出，具有很强的实用性和指导性。

## 课程安排

结合每学期的课程安排，我们将每个单元的主题分为三个课时，课前有导学。第一课是对劳动工具的认识、劳动技能的掌握及劳动安全的防范；第二课为劳动实践过程，就是让学生身体力行，亲自参加相应的劳动；第三课为劳动成果分享，最主要的是让学生了解劳动的价值，体会劳动的快乐和对美的享受，奠定自己的劳动价值观。

3

## 教育目的

4 通过劳动教育课程的实施，让学生不仅会劳动、懂劳动，还要爱劳动，让学生在劳动中不断创造自己、发展自己。因此，我们的“劳动”不能仅仅停留在物质层面上，而要实现设立劳动教育课程的目的——让学生成为德智体美劳全面发展的社会主义新时代接班人。

# 目录

MULU



过简朴生活,养成劳动的好习惯	.....	(1)
劳动与自然	<b>解决动植物生长问题</b> .....	(3)
	第一课 解决动植物生长问题要领 .....	(4)
	第二课 解决动植物生长问题实战行动 .....	(7)
	第三课 我的劳动成果 .....	(9)
劳动与生活	<b>缝 补</b> .....	(12)
	第一课 缝补基本要领 .....	(13)
	第二课 创意缝补 .....	(17)
	第三课 缝补饰品跳蚤市场 .....	(19)
劳动与生产	<b>豆腐加工</b> .....	(22)
	第一课 豆腐制作流程方法 .....	(23)
	第二课 手工制作豆腐 .....	(26)
	第三课 福在其中 .....	(30)
劳动与创造	<b>平面设计</b> .....	(32)
	第一课 班徽设计要领 .....	(33)
	第二课 班徽设计 .....	(35)
	第三课 设计凝聚力量 .....	(37)
劳动与社会	<b>导 游</b> .....	(40)
	第一课 学做小导游 .....	(42)
	第二课 今天我来做导游 .....	(46)
	第三课 游客意见反馈 .....	(48)
劳动与发展	<b>维护本地生态</b> .....	(51)
	第一课 绿色生活方式 .....	(52)
	第二课 绿色生活方式的行动 .....	(55)
	第三课 愿青山绿水常在 .....	(58)



# 过简朴生活，养成劳动的好习惯

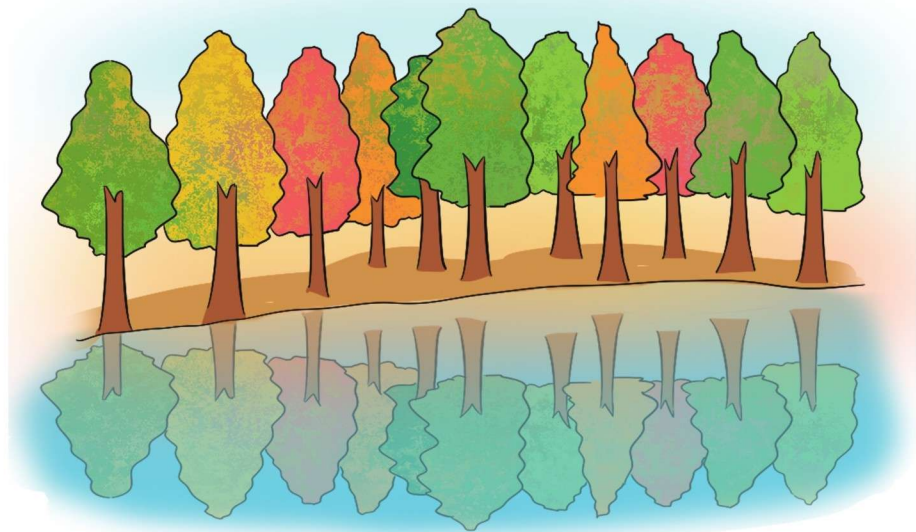
你有没有想过，假如你的一切生活用度都由你自己劳动产生，你的所有消费都建立在你的劳动成果的基础上，你的生活会是什么样的呢？

我们衡量一个人的生活质量如何，不是看他拥有多少，而是看他“生活舒适、便利的程度，精神上所得到的享受和乐趣”有多少。事实证明，很多时候我们拥有的少反而快乐，经常性地创造生活，经常性地变废为宝，这便是一种简朴生活。

所谓“简朴”是相对于豪华、奢侈而言的。简朴的生活同过度消费相比较，是一种适度消费。它的口号是：“足够就可以了，不必最大、最多、最好。”它以获得基本需要的满足为标准。

简朴的生活表现在人与自然的关系上，不追求更多的物质财富，而追求知识和智慧，因而它是符合生态保护和自然保护要求的，是一种可持续发展的生活方式。我们要相信大自然中的一切是多姿多彩的，人要敬重它们，感恩它们，赞美它们，与它们和谐共处。正如梭罗在《瓦尔登湖》中所描写的那样：

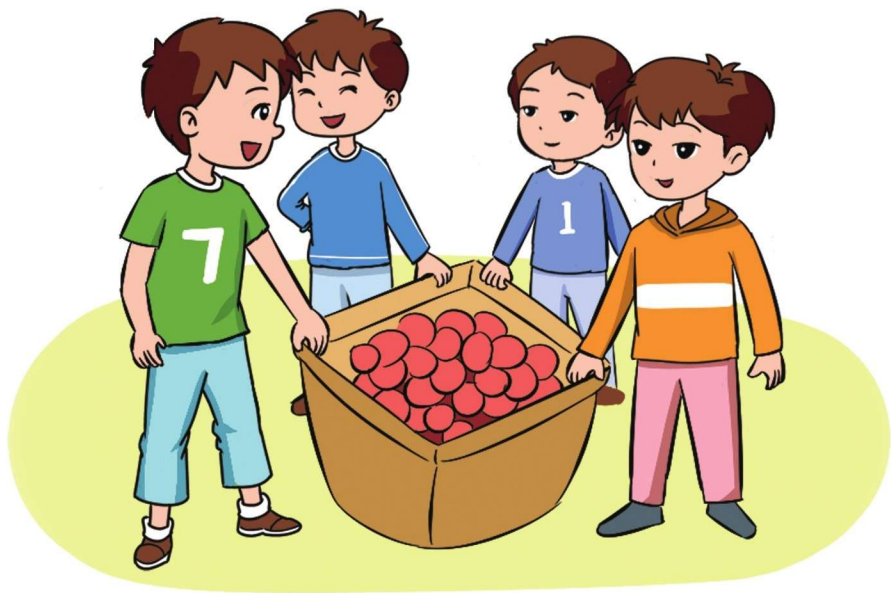
我希望谨慎地生活，只面对生活的基本事实，了解我是否学得了生活所教给我的东西，以免在生命终了时，发现自己根本白活了。因此，我到林中去，我要谨慎地过活，以便摒弃一切非生活必需的东西。



其实,过简朴生活崇尚的是精神生活的富足。物质上占有少了,精神上反而丰富了。当以适度消费代替过度消费时,人们不必为欲望疲于奔命,自然有较多的闲暇时间,这为丰富自己的精神生活提供了条件。例如,有了时间和精力,可以通过学习文化科学知识,掌握一些基本的制造工艺,提高科学技术水平;业余时间参与科学和艺术活动,提高自己的创造能力和艺术鉴赏水平;通过旅游、娱乐、艺术欣赏体验美感,实现审美追求;改变单调紧张的生活以后,在丰富多彩的生活中,追求和完善健康的心理生活、道德生活;等等。丰富的精神生活不仅能提升自己的创造能力、想象能力和鉴赏能力,还能激发人的潜能,启迪人的智慧,实现个性的全面自由发展。

简朴生活与金钱至上、物质至上等价值观格格不入,要过这种生活,需要一种精神的修炼才能达到。对物:不敛、不贪、不奢侈、不浪费、克制、节俭、珍惜。对人:真诚、包容、接纳、互助、互信、谦虚、关怀。所有这些,不但人人可以做到,而且可以变成我们日常的行为。从一件件具体的小事情做起,落实到一切生活行为的细节上。

因此,养成劳动的好习惯很重要,简朴生活的基础就是日常劳动。凡事亲自去做,凡事主动去做,凡事思考着去做,这样,你就会珍惜眼前的一切,不浪费一物,就会善待周围所有的人,养成美好的品格。



随着我们年龄的增长,接触社会的机会越来越多,各种诱惑也会层出不穷,怎样才能抵制住不良诱惑,保持一颗质朴向上的心呢?需要我们从小养成劳动的好习惯,过简朴生活,形成正确的价值观,追求高尚的人生。



### 单元导学

我们和动物、植物共同生活在地球这个生物圈内，相互依赖，相互影响，谁也离不开谁。它们和我们一样，需要别人的关心，也和我们一样，会遇到各种各样“成长的烦恼”。为此，我们以“解决动植物生长问题”为主题设计本单元，意在解决动植物生长问题的过程中，认识到生命的可贵和美好，培养爱心，学会沟通，增强责任感。

随着生活节奏的加快，忙忙碌碌的生活使我们远离了美丽的植物、可爱的动物。通过解决动植物生长问题的活动，可以让我们在照料动物、植物的过程中接触自然，了解动植物是如何生长、繁衍的。在这个过程中，我们学会了如何尊重其他生物，它们的健康成长使我们的生活更有意义，也帮助我们更好地感受成长，感悟生命的真谛。



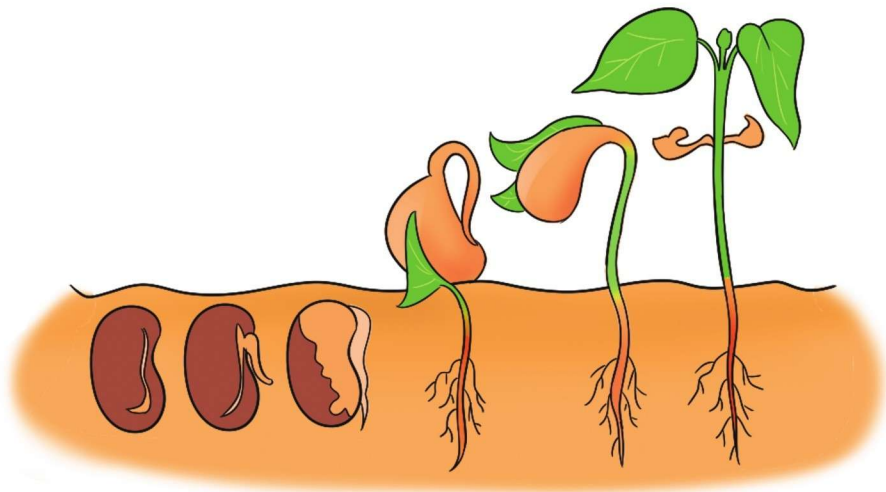
### 单元目标

1. 认识到人与动物、植物是相互依存、和谐共生的。
2. 感悟到动物、植物的健康成长使我们的生活更有意义，也帮助我们更好地感受成长。
3. 将“解决动植物生长问题”作为自己的日常习惯。

## 第一课 解决动植物生长问题要领

### 讨论思考

可爱的动物、植物是我们的好伙伴，它们改善了我们的情绪，带给我们欢乐。它们和我们一样，有快乐，有悲伤；也和我们一样，会生病，会遇到各种各样“成长的烦恼”，需要我们的关心和爱护。那它们会遇到哪些问题呢？我们又该怎么办呢？快和小伙伴一起商讨一下吧！



小明：植物要摆放在通风透光的地方，避免放在空调或暖气的出风口，也不要摆放在大型电器旁边。

小兰：秋冬季节温度降低时，就要控制给植物浇水，等土壤干透后再浇。

小白：小动物皮肤真菌感染时要买对杀菌喷剂，按照说明喷在小动物身上，注意喷完后当天不要给它们洗澡。

### 知识链接

#### 室内养护植物的注意事项

第一点：光照和温度。

在室内养护盆栽植物，最关键的是要保持适宜的温度和一定的光照，避免养在过度遮阴的地方，当然也要避免养在过度暴晒的环境。一些比较耐阴的植物，在光线不好的地方能生长良好，而一些能够开花的植物则需要适当的光照才能促进花朵的孕育。

第二点：浇水。

过度的水分会导致植物的根系腐烂。如果土壤长期积水，土壤里面就不会透气，最终导致植物根系腐烂，严重的整棵植株都会腐烂。我们可以在栽种植物的时

候,选择一些排水好的花盆,排水孔的位置可以在摆放石子或碎瓦片后再栽种植物。

第三点:施肥。

植物养护久了就会缺乏肥料,特别是生长一两年没有换盆的植物。在植物的生长旺季要定期施肥,一般需要三至四周施用一次稀薄的有机液肥。在植物的花期之前可以定期补充一些磷酸二氢钾,有利于促进花朵的孕育。如果是喜欢微酸性土壤的植物,则要定期补充硫酸亚铁溶液。在秋冬季节温度降低之后就要避免施肥,否则会影响植物生长。施肥之后要浇透水,避免叶子或枝条上有肥料残留。

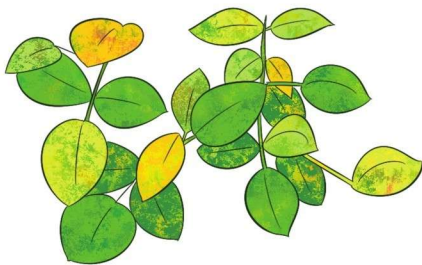


第四点:换盆。

盆栽养护的植物,肥力一般只能维持一年左右,如果是生长缓慢的植物,则可以维持两三年不换盆,时间久了就需要定期换盆,一般是在植物的生长季节进行换盆。两三年就要将旧土去掉,重新换入新的土壤,如果根系枯萎或根系生长过度旺盛,还需修剪根系之后再换盆,注意不要弄伤根茎。

第五点:病虫害防治。

如果植物的叶片上有灰尘,就会影响植物进行光合作用,需要定期用海绵或湿润的软布擦拭叶片,定期给植物喷雾状水。如果发现植物的叶片上长出一些黑色、褐色或红色的斑点,很有可能是感染真菌病害,需要及时剪掉病叶、病枝,将花盆里面的残叶清除,之后每隔5—7天喷一次百菌清或甲基托布津溶液。另外发现植物虫害也要及时处理,及时喷杀虫剂。



我的发现:

## 工具要求

解决动植物生长问题的劳动,我们需要准备哪些工具呢?想一想,然后写下来讨论。

解决动物生长问题需要准备的工具:



解救植物生长麻烦需要准备的工具：

### 技术要领

小动物被壁虱叮咬不像被跳蚤叮咬那么痒，但仍然会出现用脚抓痒的情形，叮咬会产生皮肤红肿，小动物甚至会因为挠抓而造成皮肤溃烂。

目前市面上的除虱剂有滴剂、喷剂和洗剂。滴剂的持续效果较长，使用药效较长的滴剂可以有效清除所在环境中的壁虱；喷剂可以瞬间见效，但药效持续时间较短，比较适合外出前喷在小动物身上做防护；洗剂也可以瞬间杀死壁虱，但是药效无法持续。

建议大家可以混合使用，先用洗剂除掉小动物身上的壁虱，再使用滴剂不让壁虱回到小动物身上，然后用喷剂喷在家里的角落，层层防护让壁虱无处安身。

### 技能培训

给植物的枝叶进行清洗，主要有喷水和淋水两种方法。喷水是用喷壶，而淋水则是要在卫生间里沐浴清洗。如果我们的植物是小盆栽植物，方便移动，我们可以完全停止浇水，等到盆土完全干了需要浇水的时候，我们就把植物搬到卫生间里，再用花洒给植物进行叶片的清洗工作。清洗干净后，我们把植物先停放在卫生间控水，等到水控得差不多的时候，就可以把植物搬到阴凉通风的地方了。



### 安全提示

1. 未成年人必须在家长、老师的组织带领下开展活动。
2. 做好防护，防止被动物抓伤、咬伤，防止被植物划伤。
3. 接触动物、植物后及时洗手、洗澡。
4. 必须在长辈的带领下购买、使用药物。
5. 善待动物、植物，不刺激、伤害它们。



## 第二课 解决动植物生长问题实战行动

### 情景任务

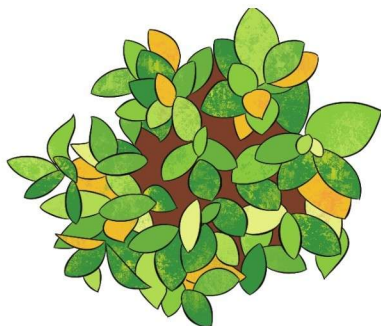
组织解决动植物生长问题的行动,组织人要提前确定时间、地点、解救对象以及人员,并熟练掌握相关知识和技能。

#### 知识链接

#### 小植物叶子都枯黄了,怎么办呢

##### 1. 水黄。

嫩叶暗黄且无光泽,老叶无明显变化,枝干细小黄绿,新梢萎缩不长,表明浇水过多。将植物脱盆置于通风阴凉处,吹干土团后再装回盆中。



##### 2. 旱黄。

缺水的黄与水多的黄不一样,缺水的黄为叶梢或边缘发枯、发干,老叶自下而上枯黄脱落,但新叶生长比较正常。注意浇水时浇足、浇透即可。

##### 3. 灼黄。

强烈阳光直射到一些喜阴的花卉(如吊兰、玉簪等)上,易引起花卉叶梢、叶缘发枯,叶片朝阳部分出现黄斑。移到阴处即可。

##### 4. 缺光黄。

长时间置于荫蔽环境,叶片得不到足够的阳光,不能形成叶绿素,整株叶片就会变黄继而脱落,补充光照可避免此病。



##### 5. 肥黄。

施肥过多或浓度过大引起的植物发黄,表现在新叶顶尖出现深褐色,一般叶面肥厚而无光泽,且凹凸不舒展,老叶片焦黄脱落。此时应立即停止施肥,情况严重的需要清洗或冲洗部分肥料。

##### 6. 缺肥黄。

缺肥表现在嫩叶颜色变淡,呈黄或淡绿色,而老叶比较正常或逐渐由绿转黄。检查盆土,如有干结现象应换土,平时薄肥勤施并适时浇一些硫酸亚铁溶液补铁。

活动计划表	
解救对象	
时间	
地点	
人物	
分工	

### 实践指导

1. 活动时间选择要合理。
2. 尽量选择熟悉的区域和解救对象,并保证安全。
3. 每个成员的分工要明确。
4. 活动任务如果较大,可以实行分块负责。
5. 成员需明确注意事项,保证安全。

### 反思评价

关心动植物生长,解决动植物生长问题是一种人道主义的表现,也是我们关注自然、改造自然的一种方式。通过解救动植物,我们的生活向更美好的方向发展。但是这种行为需要一定的专业知识和方法,在解救过程中,你遇到了怎样的困难? 又是怎么克服的?

.....

.....

.....

## 第三课 我的劳动成果

### 成果分享

解决动植物生长问题活动结束了,把你们的成果记录下来,并进行交流。

观察你解救过的动植物,它们后来过上了怎样的“生活”?

### 劳动成果评价

解决动植物生长问题评价单

主体	评价内容	评价标准
学生自评	1. 是否一直对活动主题感兴趣?	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	2. 是否能主动提出问题?	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	3. 收集资料是否有困难?	<input type="checkbox"/> 无困难 <input type="checkbox"/> 有困难 <input type="checkbox"/> 很困难
	4. 是否经常与同学合作研究问题?	<input type="checkbox"/> 经常 <input type="checkbox"/> 不经常 <input type="checkbox"/> 很少
	5. 与其他同学合作是否愉快?	<input type="checkbox"/> 愉快 <input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> 不愉快
	6. 对活动成果是否满意?	<input type="checkbox"/> 很满意 <input type="checkbox"/> 满意 <input type="checkbox"/> 不满意



家长评价	1. 孩子是否同你们讨论过活动主题?	<input type="checkbox"/> 经常 <input type="checkbox"/> 很少 <input type="checkbox"/> 不讨论
	2. 孩子对所参加的活动是否感兴趣?	<input type="checkbox"/> 很感兴趣 <input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> 无兴趣
	3. 孩子在这项活动中投入的精力如何?	<input type="checkbox"/> 很多 <input type="checkbox"/> 较多 <input type="checkbox"/> 较少
	4. 对孩子的成果有什么看法?	<input type="checkbox"/> 成果显著 <input type="checkbox"/> 成果一般
	5. 孩子参加活动后,各方面有没有进步?	<input type="checkbox"/> 进步大 <input type="checkbox"/> 有进步 <input type="checkbox"/> 基本无进步
教师评价	1. 学生对活动主题的兴趣是否持久?	<input type="checkbox"/> 持久 <input type="checkbox"/> 不持久
	2. 学生获取的信息是否具有多样性与合作性?	<input type="checkbox"/> 具有 <input type="checkbox"/> 不具有
	3. 小组成员能否进行有效合作与分工?	<input type="checkbox"/> 能 <input type="checkbox"/> 基本能 <input type="checkbox"/> 不能
	4. 学生解决问题的策略是否具有多样性?	<input type="checkbox"/> 具有 <input type="checkbox"/> 不具有
	5. 活动成果是否达到预定的目标?	<input type="checkbox"/> 达到 <input type="checkbox"/> 基本达到 <input type="checkbox"/> 没达到
	6. 学生是否有独创性的表现?	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 没有
校外人士评价	1. 学生能否主动提出问题,探究问题?	<input type="checkbox"/> 能 <input type="checkbox"/> 基本能 <input type="checkbox"/> 不能
	2. 学生在活动中是否能遵守公共空间的基本行为规范?	<input type="checkbox"/> 能 <input type="checkbox"/> 基本能 <input type="checkbox"/> 不能
	3. 学生在活动中的团队合作能力表现如何?	<input type="checkbox"/> 好 <input type="checkbox"/> 较好 <input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> 较差

注:请在相应的“”中打“”。

通过这次解决动植物生长问题活动,你的收获有哪些?



## 价值体认

相信通过解决动植物生长问题的锻炼,你已成为一名生物小专家了,那就发挥你的力量与热情,向身边的人介绍解决动植物生长问题的相关知识。通过这种亲近动植物的活动让更多的人明白,人与动物、植物是相互依存的,我们要学会尊重其他生物,它们的健康成长,会让我们的生活更有意义。



公园、小区、街道边经常会看到一些小动物和绿植,它们是我们亲密的朋友,它们改善了我们的的心情,带给我们愉悦。它们和我们一样,有快乐,有哀愁,也会遇到各种各样成长的问题,比如,植物的茎秆被铁丝、塑料袋缠住,或被什么东西压着。让身边的人都来参加解决动植物生长问题的行动吧,如开展小手拉大手“关爱生命”活动的体验,与长辈一起收集和发现更多关于解决动植物生长问题的知识吧!

我的计划:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### 单元导学

随着我国经济的快速发展和人民生活水平的提高,日常生活中,衣物破损后,往往人们也是选择重新买新的,很少有人将破损衣物缝补后再穿。老一辈人“新三年,旧三年,缝缝补补又三年”的日子一去不复返了。其实,这种现象的出现并不能说明人们忘记了勤俭节约是中华民族的传统美德,更重要的原因是,人们不会缝补,更不善于有创意地缝补衣物。将破损的衣物缝补好,不仅可以练习缝补技艺,给我们的生活带来方便,更能使我们的衣物旧貌换新颜。为此,我们以“缝补”为单元主题,意在引导广大小学生热爱劳动,热爱生活,用劳动创造美好的生活。



日常生活中,自己特别喜欢的一件衣物,因某种原因遭到损坏形成破洞时,如果直接丢弃了未免可惜,但即便不丢,也没法正常使用。于是,这件衣物可能从此就被束之高阁了。如果你能发挥你的创造力再加上你娴熟的缝补技能,这件衣物可能就会旧貌换新颜。行动起来吧,用你的创造性劳动改变生活,为生活增添色彩吧。

### 单元目标

1. 培养创新意识和勤俭节约的意识,主动用创造性劳动美化生活。
2. 了解缝补的基本工具和材料,掌握缝补基本针法。
3. 学会几种简单而有创意的缝补圆形破洞的方法。
4. 能够根据衣物的破损情况,自主选择缝补计划,有创意地缝补衣物。



## 第一课 缝补基本要领

### 讨论思考

生活中,你遇到过校服被扯破、书包背带开线、袜子破洞、扣子掉了却不会缝的烦恼吗?这些破损的衣物若你还想继续使用,你将使用什么工具、采用什么方法补救呢?快和同伴们说说你的妙招儿吧。



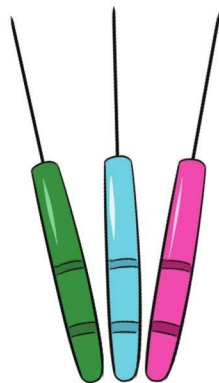
### 工具要求

手工缝补是简单易学而又具有很强的创造性的劳动方式。想一想,我们缝补衣物需要准备哪些工具呢?从下图中选一选吧。

我们应该选:



剪刀



锥子



缝纫线



护目镜

