****一年级家务劳动清单及评价****

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ****项目内容**** | | ****自我评价**** | |
| **劳动项目** | **具体要求** | **劳动参与** | **劳动技能** |
| **整理书包** | IMG_256  有序摆放书本 合理摆放文具盒 跳绳、水杯放侧袋 |  |  |
| **叠衣服** | 左右两侧衣身向中线折叠、袖子折回  将衣服背面朝上平铺  朝上对折 |  |  |
| **餐前摆碗筷** | IMG_262  摆放菜盘  摆好碗筷勺  按需盛饭 |  |  |
| **餐后清理餐桌** | IMG_265  将餐桌擦干净，垃圾倒入垃圾桶  给餐桌垃圾分类  按碗盘的大小收拾 |  |  |
| **用扫把扫地** | IMG_268  将垃圾扫到簸箕里  将垃圾朝同一个方向扫成一堆  手心相对，上下错开拿扫把 |  |  |
| **早晚刷牙** | IMG_271  清洗牙刷、牙杯  按步骤刷牙3分钟  挤牙膏、接水 |  |  |
| ****项目内容**** | | ****自我评价**** | |
| **劳动项目** | **具体要求** | **劳动参与** | **劳动技能** |
| **洗红领巾** | IMG_274  浸湿红领巾 打肥皂、揉搓 清水漂洗 |  |  |
| **购买文具** | IMG_277  选择文具  找零  计算价格、结账 |  |  |
| **削铅笔** | IMG_280  均匀使力把笔削尖  一手固定削笔机，一手转动手柄  把铅笔固定在削笔机的孔中 |  |  |
| **用洗衣机洗单衣** | IMG_283IMG_284  浅色衣服  放入适量洗衣液（粉）  选定洗衣程序后洗涤  单衣按颜色分类  深色衣服 |  |  |
| ****劳动收获**** | | | |
| ****⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙٩(๑^o^๑)۶⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙⊙ω⊙**** | | | |

注：请对照清单中的每一个项目，根据完成情况打星：偶尔参与打1星，经常参与打2星，每天参与打3星；基本掌握打1星，熟练掌握打2星，展示分享打3星。

****二年级家务劳动清单及评价****

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ****项目内容**** | | ****自我评价**** | |
| **劳动项目** | **具体要求** | **劳动参与** | **劳动技能** |
| **整理沙发** | IMG_287  扔掉废弃物品 将物品归好类 将物品放在固定位置 |  |  |
| **整理书架** | c47325cdgy1gyok9o2azaj20u016gx3k  按类别摆放在  书籍分类  清空书架 |  |  |
| **叠被子** | IMG_293  折叠  平铺被子  完成折叠、整理 |  |  |
| **洗袜子** | IMG_296  反复搓洗  漂洗干净  打湿、涂上肥皂 |  |  |
| **洗碗筷** | IMG_299  倒入洗洁精，内外有序地清洗  收拾碗筷，放入水槽  清水清洗后，放置在碗架上 |  |  |
| 包馄饨 | IMG_302  将馄饨皮平放在手心  取适量肉馅放在馄饨皮中间  捏紧馄饨皮 |  |  |
| ****项目内容**** | | ****自我评价**** | |
| **劳动项目** | **具体要求** | **劳动参与** | **劳动技能** |
| 煮米饭 | c47325cdgy1gyok9o2azaj20u016gx3k  按人数舀米、淘米 加入一定比例的水 选择模式、设定程序 |  |  |
| 泡茶水 | IMG_308  双手递给长辈，小心烫手  倒入开水  选好茶叶，放入杯中 |  |  |
| 刨果皮 | IMG_311  清洗刨刀  顺着一个方向刨皮  洗干净水果在削笔机的孔中 |  |  |
| 拖地板 | IMG_314  拿好拖把，正确拖地  洗净拖把并挤干水  淋湿拖把并拧干水 |  |  |
| ****劳动收获**** | | | |
| ****家长评价**** | | | |

注：请对照清单中的每一个项目，根据完成情况打星：偶尔参与打1星，经常参与打2星，每天参与打3星；基本掌握打1星，熟练掌握打2星，展示分享打3星。

****三年级家务劳动清单及评价****

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ****项目内容**** | | ****自我评价**** | |
| **劳动项目** | **具体要求** | **劳动参与** | **劳动技能** |
| 清洁房间 | IMG_317  扫地 拖地 擦桌 |  |  |
| 整理床铺 | IMG_320  整齐摆放  折叠被子  整理床单 |  |  |
| 洗拖鞋 | IMG_323  清洗晾晒  刷鞋面和鞋底  加洗涤剂，浸泡 |  |  |
| 擦皮鞋 | IMG_326  挤上鞋油，用鞋刷擦拭  用软棉布擦亮皮鞋  用布擦去灰尘 |  |  |
| 蒸馒头 | IMG_329  盖上锅盖，加热  架上蒸笼，放入馒头  在锅中加入适量水 |  |  |
| 做三明治 | IMG_332  盖上一片吐司，切片  在吐司上加上食材  准备食材 |  |  |
| 煮粥 | IMG_335  按下煮粥键  按刻度加水  淘洗适量的米 |  |  |
| 郊游购物 | IMG_338  按计划购物  做好采购预算  讨论确定采购物品及数量 |  |  |
| 礼品包装 | IMG_341  包装礼物  美化装饰  选购礼物 |  |  |
| 使用电冰箱 | IMG_344  区分常见冷藏及冷冻食品  分区存放  了解冰箱各区域的功能 |  |  |
| 用微波炉加热 | IMG_347  选择功能及加热时间  放入待加热的食品  认识微波炉 |  |  |
| 自己缝纽扣 | IMG_350  打止针结，剪去余线  缝纽扣  穿针 |  |  |
| **家长评价** | | | |

注：请对照清单中的每一个项目，根据完成情况打星：偶尔参与打1星，经常参与打2星，每天参与打3星；基本掌握打1星，熟练掌握打2星，展示分享打3星。

****四年级家务劳动清单及评价****

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ****项目内容**** | | ****自我评价**** | |
| **劳动项目** | **具体要求** | **劳动参与** | **劳动技能** |
| 整理换季衣服 | IMG_353  换季衣服分类叠好 放入收纳袋 封好收纳袋 |  |  |
| 整理衣柜 | IMG_356  内衣、袜子分类放入抽屉中  放入床单被套  挂好衣物 |  |  |
| 清洗马桶 | IMG_359  放入洁厕液  刷去污渍  冲洗马桶 |  |  |
| 清洗书包 | IMG_362  漂洗后晾晒  刷洗书包  浸泡 |  |  |
| 清洁灶台 | IMG_365  清洗毛巾  用毛巾擦拭  喷上清洗剂 |  |  |
| 蒸鸡蛋羹 | IMG_368  放入蒸锅蒸10分钟  加入温水搅拌  打蛋并加入适量盐 |  |  |
| 做水果拼盘 | IMG_371  摆盘  切水果  清洗水果 |  |  |
| 包水饺 | IMG_374  捏紧饺子皮  取适量肉馅放在饺子皮中间  饺子皮平放在手心 |  |  |
| 缝制香袋 | IMG_377  装香料，封口  缝制布袋  准备材料 |  |  |
| 组装玩具 | IMG_380  固定零件  组装  准备工具 |  |  |
| 银行开户 | IMG_383  带上证件炉  柜台办理开户  填写申请表 |  |  |
| 养护植物 | IMG_386  清理垃圾  修剪枝叶  准备工具 |  |  |
| **家长评价** | | | |

注：请对照清单中的每一个项目，根据完成情况打星：偶尔参与打1星，经常参与打2星，每天参与打3星；基本掌握打1星，熟练掌握打2星，展示分享打3星。

****五年级家务劳动清单及评价****

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ****项目内容**** | | ****自我评价**** | |
| **劳动项目** | **具体要求** | **劳动参与** | **劳动技能** |
| 整理卫生间 | IMG_389  清洗整理洗漱用品 拖地 擦镜子 |  |  |
| 整理卧室 | IMG_392  扫地  整理床铺  整理物品 |  |  |
| 擦洗自行车 | IMG_395  搓洗抹布、晾干  擦洗轮胎  清洗车身 |  |  |
| 保养电冰箱 | IMG_398  切断冰箱电源  用75%酒精擦拭冰箱内外  清空冰箱内物品 |  |  |
| 做凉拌黄瓜 | IMG_401  大蒜切沫，加适量调料  搅拌均匀，装盘  黄瓜洗净、切块 |  |  |
| 炒土豆丝 | IMG_404  装盘  加入调料爆炒出锅  土豆丝过水捞起 |  |  |
| 用电水壶煮开水 | IMG_407  倒水  接水，保持底面干燥  接通电源，按下开关 |  |  |
| 擦玻璃 | IMG_410  清洗窗框  擦玻璃  准备清洁剂和工具 |  |  |
| 用吸尘器吸尘 | IMG_413  打开电源  清理吸尘器内垃圾  清洁地面 |  |  |
| 电子支付购物 | IMG_416  扫码付款  根据清单进行购物  列好购物清单 |  |  |
| 自助取款 | IMG_419  取钱，收好银行卡户  到指定自助银行  插入银行卡，输入密码 |  |  |
| 种植果树 | IMG_422  种下果树，培土  浇水  挖好土坑具 |  |  |
| **家长评价** | | | |

注：请对照清单中的每一个项目，根据完成情况打星：偶尔参与打1星，经常参与打2星，每天参与打3星；基本掌握打1星，熟练掌握打2星，展示分享打3星。

****六年级家务劳动清单及评价****

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ****项目内容**** | | ****自我评价**** | |
| **劳动项目** | **具体要求** | **劳动参与** | **劳动技能** |
| 整理鞋柜 | IMG_425  清空鞋柜 分类整理 整齐摆放 |  |  |
| 换被套 | IMG_428  装入被芯  被套和棉被对整齐  铺平被子 |  |  |
| 整理郊游物品 | IMG_431  根据需要罗列物品清单  准备所需物品  分类整理，分袋装包 |  |  |
| 养护绿植 | IMG_434  修剪枯枝  浇水  摆放适宜 |  |  |
| 清理厨房 | IMG_437  清洗地面  擦洗灶台  洗净厨房用具 |  |  |
| 洗运动鞋 | IMG_440  清洗鞋子，晾干  解下鞋带，浸湿  打上肥皂 |  |  |
| 清洗洗衣机 | IMG_443  加入清洁剂，清洗内桶  通风晾干  擦洗外壳 |  |  |
| 煲排骨汤 | IMG_446  炖煮  洗净食材  焯水 |  |  |
| 做蛋糕 | IMG_449  烘烤  制作  备好食材 |  |  |
| 电扇清洗安装 | IMG_452  擦干安装  清洗  拆卸 |  |  |
| 搭帐篷 | IMG_455  固定地钉  撑起帐篷  连接支架 |  |  |
| 管理家庭一周开支 | IMG_458  设计支出表格  分析数据，提出建议  记录表格 |  |  |
| **家长评价** | | | |

注：请对照清单中的每一个项目，根据完成情况打星：偶尔参与打1星，经常参与打2星，每天参与打3星；基本掌握打1星，熟练掌握打2星，展示分享打3星。