

目 录

第一课	家庭蔬菜种植.....	01
第二课	图书漂流记.....	09
第三课	采摘加工果实.....	17
第四课	清爽凉拌菜.....	23
第五课	小小面点师.....	29
第六课	消灭家庭害虫.....	35
第七课	家庭小医生.....	43
第八课	煮饺子.....	51
第九课	电饭煲煮饭.....	58
第十课	我会洗书包.....	64

课程背景

《义务教育劳动课程标准（2022年版）》提出，劳动是创造物质财富和精神财富的过程，是人类特有的基本社会实践活动。劳动教育是中国特色社会主义教育制度的重要内容，是全面发展教育体系的重要组成部分，对全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人具有重要的意义。课程标准针对小学第二学段（3~4年级）提出了具体的要求：通过日常生活劳动、生产劳动和服务性劳动的课程使学生懂得“一分耕耘，一分收获”的道理；尊重劳动、尊重普通劳动者，热爱劳动，有服务意识；形成生活自理能力，能设计与制作简单的工艺作品，具有初步的植物种植、动物饲养的能力。在学校、社区的服务型劳动中，初步形成关爱他人、积极参与学校和社区建设的劳动意识和能力；养成自觉自愿、认真负责、专心致志、有始有终的劳动习惯和品质；形成勤俭节约、不怕困难的精神。本册选择了清洁与卫生、整理与收纳、烹饪与营养、传统工艺制作等劳动实践内容，引导学生感知劳动的乐趣与光荣。

第一课 家庭蔬菜种植

教学背景

课程意义

本课内容属于教育部《义务教育劳动课程标准（2022年）》中第二学段（3~4年级）的任务群5——农业生产劳动。在本学段中通过本课的教学，让学生掌握家庭蔬菜的种植方法，能为自己家种植合适的盆栽蔬菜并写好种植日志。本课要求学生在劳动观念方面，关爱生命、尊重自然，遵循植物生长规律和季节特点进行科学劳动。在劳动能力方面，需要掌握蔬菜的种植条件和栽培方法，了解选购优良种子的方法，掌握一定的蔬菜养护技巧。在劳动习惯和品质方面，在种植过程中不怕困难，养成有始有终的劳动习惯。在劳动精神方面，懂得“一分耕耘，一分收获”的道理。

教学目标

1. **行为目标：**体验家庭蔬菜种植的过程，能规划种植的区域，写好种植日志，掌握一定的蔬菜养护技巧。
2. **认知目标：**在种植过程中培养学生不怕困难的劳动品质，懂得“一分耕耘，一分收获”的道理，养成有始有终的劳动习惯。

教学重难点

1. **重点：**体验家庭蔬菜种植的过程，掌握一种蔬菜的种植条件、栽培方法和一定的养护技巧。
2. **难点：**不同蔬菜的种植条件、栽培方法及养护技巧。

教学准备

1. **课时：**2~3 课时（教师酌情安排）
2. **场地：**教室（课时 1）、花卉市场（课时 2）
3. **课前准备：**
 - （1）教师准备：PPT。
 - （2）学生准备：课前资料查询（两种蔬菜的种植条件和栽培方法等信息）。

教学过程

课时 1

劳动最光荣

设计意图：激发兴趣，导入本课主题。

教学步骤：

1. 教师请一位同学起来朗读《市民热衷家庭盆栽蔬菜》这一则新闻。
2. 教师播放 PPT, 展示并介绍小区菜地、庭院菜园、农村菜地、大棚蔬菜养殖基地、家庭盆栽、南极科考站的蔬菜温室实验室等图片中栽种的各种蔬菜。

教师：“同学们，老师给大家展示的是各种场景下的蔬菜种植情况，你们知道平时吃的蔬菜都是怎么种出来的吗？”

学生：“我们每天吃的各种蔬菜是农民伯伯种出来的。”

教师：“我们国家是农业大国，我们中国人特别爱种菜。近到小区附近的一小块荒地，远到中国南极科考站，都能见到中国人种菜的身影。没有条件创造条件也要种点新鲜蔬菜，脸盆、塑料盒、饮料瓶、易拉罐，但凡能存点土的容器都可以种菜。今天，我们就来学习一下如何种植家庭盆栽蔬菜吧。”

劳动伴我行

活动1 查资料

设计意图：三年级的学生具备一定的动手操作能力。盆栽蔬菜的种植是可行的劳动教学方式，本活动通过查询不同蔬菜的生长特性、种植方法以及种植盆栽蔬菜需要的材料工具等信息，让学生了解基本栽培方法，为之后的种植工作做好准备。

教学步骤：

1. 课前教师布置预习作业，让学生查阅两种自己感兴趣的蔬菜的种植条件和栽培方法等相关资料。

2. 教师：“同学们，你们都知道哪些蔬菜？你最爱吃哪种蔬菜呢？”（分小组讨论，每个小组推荐一位同学起来分享）

学生：“我知道的蔬菜有青菜、白菜、萝卜、黄瓜等，我最爱吃的蔬菜是黄瓜。”

3. 教师：“你知道的蔬菜可真多呀，然而不同的蔬菜有不同的生长特性，选择合适的季节、温度、湿度和土壤条件是种植成功的关键。所以，在种植前，要搞清楚该种蔬菜的种植条件和栽培方法。大家在课前进行了资料查询，现在请在表格中填写不同蔬菜的形态特征、生长特性、种植方法以及种植盆栽蔬菜需要的材料工具等信息吧！”（教师巡视并指导）

4. 教师：“哪位同学可以跟大家分享自己的调查结果？”（教师请几个同学起来分享）

学生甲：“我查询了黄瓜的种植条件，黄瓜生长的最适温度为18~28℃，喜光，朝南、东、西的阳台，露台，楼顶均可种植；种植容器的深度约为35厘米；需要的材料和工具有疏松、保水且透气性好的肥沃土壤，还需要有机肥、铲子、喷

壶、搭架用的竹竿等。”

学生乙：“我查询了小白菜的相关信息，它生长的最适温度为10~25℃，喜光，阳光充足有利于生长，各朝向阳台、露台、楼顶均可种植；光照不足时，也可通过植物生长灯来弥补；喜温暖湿润环境，喜水，长时间缺水会影响蔬菜品质和口感；可与西红柿、芹菜或菠菜搭配种植；可能会出现蚜虫、菌核病等病虫害，出苗后可以自制一些辣椒煮水液、洋葱液或花椒液等纯绿色杀虫剂进行喷洒防治。”

5. 教师总结：“同学们说得非常好，看来大家都做了充分的准备。现在请同学们选择一种蔬菜品种，在下次课上，我们将介绍种子的选购和盆栽蔬菜的种植。工欲善其事必先利其器，我们将种植蔬菜的相关知识预先学习了，一定可以种出美味的蔬菜！”

活动2 种植规划

设计意图：通过引导学生对自家种植空间进行规划布局，并制作规划图，培养学生的规划布局能力和创造力。

教学步骤：

1. 教师：“蔬菜品种选好了，现在请大家想一想自己家里哪个位置适合栽种它们吧！”（教师请几个同学起来分享）

学生甲：我要在阳台种植小白菜和辣椒。

学生乙：我想在院子里开垦一小块土地种植黄瓜和番茄。

2. 教师：“此外，应该选择什么样的花盆？怎样摆放和布局既节约空间又美观，还能充分利用阳光？让我们设计一张种植规划图吧！大家可以先在草稿本上画出草图，修改好了再抄写在方框中。”

3. 教师巡视、指导，并拍照记录。

课时2

活动3 选种子

设计意图：通过老师带队去附近的花卉市场选购种子，让学生了解选购优良种子的方法，体验挑选种子的过程，培养学生的自主选购能力。

教学步骤：

1. 课前教师将学生分为若干小组，并设立组长，各组长统计组员选择的蔬菜品

种，列出种子购买清单，教师讲解选购种子的要点：

(1) 选购种子时，要首先确认种子的生产日期和保质期。过期的种子发芽率非常低是因为放置时间太长的种子有可能变质，不易发芽生长。

(2) 注意看种子的颜色是否鲜亮，颗粒是否饱满。

(3) 先试种，等自己的种植水平提高之后，再选择种植难度更大的种子。不要以为越奇特、少见的种子就越好。

(4) 注意有些种子只适合在南方种植，有些则只适合在北方种植，不要选错了。

(5) 选择发芽率高的种子，避开一些种植难度较大的种子。

2. 教师：“我们现在来到了花卉市场，这里面有各种各样的鲜花和绿色植物，还有蔬菜、花卉种子，就像一个包罗万象的植物园，现在请你们跟随老师的脚步，一起去寻找我们需要的种子吧！”

3. 教师带领学生去各商家寻找并购买需要的种子和营养土等材料工具。

活动4 种植和记录

设计意图：通过在花卉市场种植自己选购的蔬菜种子，培养学生的动手实践的能力。

教学步骤：

1. 教师：“现在我们的种子和材料工具都买好了，万事俱备只欠东风，现在就把你买的种子种进盆里吧！”（教师指导学生将种子种进花盆里，还可引导学生请教商家老板）

2. 学生动手操作，教师巡视指导并拍照记录。

3. 教师：“大家种好之后将自己的盆栽蔬菜带回家，填写你的蔬菜种植日志。小苗一天天长高长大了，这时你可以拍照记录它们的样子，随时更新蔬菜苗的详细数据，比如苗高、叶宽、叶片数量和其他你能观察到的生长状况。”

活动5 成果展示

设计意图：通过展示劳动成果，引导学生享受劳动带来的成就和快乐，激发学生的劳动自豪感。

教学步骤：

同学们将自己蔬菜发芽的照片打印出来后贴在框内，或者将自己在种植过程中学到的养护技巧以文字的方式记录到方框中。

活动4 我能做得更好

设计意图：通过让学生评价自己在蔬菜种植和养护过程中的表现，反思自己是否掌握了劳动技能，增强主动参与劳动的兴趣。

教学步骤：

1. 若干天后，教师组织课内评价学生盆栽蔬菜的种植成果。

教师：同学们，你们的盆栽蔬菜生长情况如何？你在这次劳动实践中表现如何？请根据实际情况给自己点赞吧。

2. 教师在 PPT 上展示：①我栽种的蔬菜顺利成活了。

②我能认真记录植物生长情况和相关数据。

③我能利用多种方式查询植物资料。

④我能主动解决栽种过程中出现的各种问题。

3. 教师让学生评价自己的表现情况，给书上的大拇指涂上颜色。（三个大拇指表示优秀，两个大拇指表示良好，一个大拇指表示还需努力）

活动6 收获小心得

设计意图：引导学生在回顾和反思中养成不怕困难、有始有终的劳动习惯，懂得“一分耕耘，一分收获”的道理。

教学步骤：

1. 教师提问：“学习了本课，你有什么收获和感悟呢？”

2. 学生分小组讨论，随后每组派一个代表起来发言，总结自己所在小组的讨论结果。（若学生有说得不完整或表述不清楚的地方，教师可进行补充和完善）

3. 教师总结：“通过本节课的学习，我们不仅学会了盆栽蔬菜的种植方法及不同蔬菜的养护技巧，还懂得了懂得“一分耕耘，一分收获”的道理。在生活中，我们要养成不怕困难、有始有终的劳动习惯！”（教师引导学生将心得写在课本的方框里）

劳动小帮手

设计意图：巩固课堂所学，帮助学生掌握给盆栽植物浇水的要诀，提高学生的劳动能力。

教学步骤:

1. 教师将劳动小帮手中的“盆栽花卉浇水要诀”制作成 PPT，并给学生展示。
2. 教师引导学生一边看 PPT 展示的内容，一边回顾本节课的劳动技能要点。
3. 通过前面的回顾，让学生反思自己在盆栽蔬菜种植过程中还有哪些地方没有做好。
4. 请学生分享自己还需改进的地方。
5. 教师总结：“同学们，我们通过盆栽蔬菜的种植和养护，学到了很多实用的劳动技能，不仅了解了不同蔬菜的生长习性和对环境的需求，还掌握了选种、播种和浇水等基本种植技巧，同学们还学习了蔬菜的养护措施，以及如何识别和处理常见的病虫害，确保植物健康成长。在观察植物生长的过程中，同学们也做到了有耐心和坚持不懈，懂得了任何成果的取得都需要时间的积累和不懈的努力。”

教学加油站**阳台盆栽蔬菜的病虫害**

症状	诊断	措施
植株徒长，细长，不结果	光照不足	将容器搬到光照充足的地方
	氮素过量	降低营养液中的养分含量
植株从底部开始发黄、缺乏活力、颜色黯淡	浇水过多	减少浇水次数，检查容器排水是否良好
	肥力不足	增加营养液中的养分含量
尽管浇水充分，植株仍然萎蔫	排水和通风不良	增加容器的排水孔数量，提高栽培基质中的有机物含量
菜叶焦边	基质含盐量高	定期用自来水清洗容器
	温度过低	将容器放到较暖和的地方
植株生长缓慢，抵抗力弱，略显紫色	磷酸盐含量低	增加营养液中的磷酸盐含量
叶子扭曲或有缺口	虫害	喷洒环保的杀虫剂
叶上有黄斑、枯斑、粉斑或锈斑	病害	除掉患病部位，喷洒环保的杀菌剂

教学评价目标

评价目标	水平 1	水平 2	水平 3
体验家庭蔬菜种植的过程，能规划种植的区域，填写种植日志，掌握一种蔬菜的种植条件、栽培方法和一定的养护技巧	能愉快地体验家庭种植的过程，合理规划种植的区域，填写种植日志	愉快地体验家庭蔬菜种植的过程，能规划种植的区域，填写种植日志，掌握一种蔬菜的种植条件、栽培方法	愉快地体验家庭蔬菜种植的过程，能规划种植的区域，记录种植日志，掌握一种蔬菜的种植条件、栽培方法和一定的养护技巧
在种植过程中不怕困难，懂得“一分耕耘，一分收获”的道理，养成有始有终的劳动习惯	在种植过程中不怕困难	在种植过程中不怕困难，懂得“一分耕耘，一分收获”的道理	在种植过程中不怕困难，懂得“一分耕耘，一分收获”的道理，养成了有始有终的劳动习惯

第二课 图书漂流记

教学背景

课程意义

本课内容属于教育部《义务教育劳动课程标准（2022年）》中第二学段（3~4年级）的任务群8——公益劳动与志愿服务。在本学段中通过本课的教学，了解设立“图书漂流区”的一般步骤，明白“图书漂流”的意义。本课要求学生在劳动观念方面，主动为身边人提供服务，形成初步的服务意识和班级责任感。在劳动能力方面，能够与他人合作完成“图书漂流区”的设立工作，会制作图书漂流卡。在劳动习惯和品质方面，能够体会班级劳动的快乐和成就感，形成热爱集体、热爱劳动的情感。在劳动精神方面，养成积极主动、不怕困难的精神。

教学目标

- 1. 行为目标：**能够整理自己的闲置书籍，与他人合作完成“图书漂流区”的设立工作，会制作图书漂流卡。
- 2. 认知目标：**促使学生养成热爱书籍、热爱阅读的好习惯，提高学生的动手实践能力，培养学生热爱集体、热爱劳动的情感。

教学重难点

- 1. 重点：**“图书漂流区”的设立和制作图书漂流卡。
- 2. 难点：**培养学生热爱书籍、热爱阅读的好习惯，提高动手实践能力。

教学准备

- 1. 课时：**2~3 课时
- 2. 场地：**教室
- 3. 课前准备：**
 - （1）教师准备：**纸、笔、贴画、标签若干、简易书架。
 - （2）学生准备：**闲置书籍 1 或 2 本。

教学过程

劳动最光荣

设计意图：激发兴趣，导入本课主题。

教学步骤：

1. 教师请一名学生起来朗读故事。
2. 教师提问：“这个故事说明了什么道理？”（学生分小组讨论，每个小组推荐一位同学起来分享）
3. 教师总结：“阅读是一件让人愉悦的事情。在穷苦的年代，小朋友拥有的书籍非常有限，但仍然阻挡不了他们那颗热爱阅读的心，他们希望通过自己的劳动来实现阅读的心愿。劳动可以创造价值，在保证人身安全的前提下，这是值得鼓励的行为。”

劳动伴我行

活动1 图书分享

设计意图：通过介绍图书漂流、分享图书、改造图书漂流区等活动，激发学生们参与图书漂流活动的激情，培养学生热爱书籍、热爱阅读的品质。

教学步骤：

1. 教师：“在图书资源非常丰富的今天，我们无须那么费劲，也能阅读到自己喜欢的书籍。同学们想一想，我们可以通过哪些途径来实现这个目标呢？”

学生甲：可以将自己的书以某种方式分享出去，如果大家都这么做，我们就都能看到不同的书啦！

学生乙：我们可以在班上发起一个“图书漂流”的活动，把我们闲置的书籍传递出去，让它们流动起来。

2. 教师：“同学们的主意真是不错！图书漂流起源于二十世纪六七十年代的欧洲。读书人将自己读完的书籍贴上特定的标签后，随意放在公共场所，如公园的长凳上、校园的一角、咖啡馆的桌子上、图书馆的走廊里，无偿地提供给捡获的人阅读。捡获的人读完后再将其放回公共场所，让其继续“漂流”，供下一位爱书人士阅读。我国的图书漂流由两位网友发起。他们在瑞士旅行时，曾在卢塞恩狮子纪念

碑前拾获漂流书。他们认为这种新颖的、推动阅读的活动形式很有必要让国内的读者了解并参与进来，于是他们回国后就创办了中国图书漂流网。随着各地形式多样的图书漂流活动的开展，我国不少读者也加入了图书漂流活动，爱书人士通过图书传递着知识与信任。我们班级也可以做一个“图书漂流区”，开展一个班级图书漂流活动，让自己的闲置书籍“漂流”起来。课前我们布置了清理自家小书柜，列出闲置图书清单，并把闲置图书带到班级中的任务。现在我想请几位同学分享一下自己带的图书。”（学生介绍自己带的图书写的是哪些方面的内容，以引起其他同学的兴趣）

3. 教师总结：“同学们带的图书真是丰富多彩，有趣极了。看来大家都是非常热爱读书的孩子。现在，我们要在班级划出一片区域，将其改造为“图书漂流区”。请同学们想一想哪片区域最合适？（学生自由回答，教师根据学生意见确定区域）

4. 教师：有没有同学想做“图书漂流区”的设计师，把“图书漂流区”设计成美丽、独特的一角？（学生举手报名，教师根据情况确认“设计师”的人数，并将其命名为“设计小分队”，同时为其提供设计、装饰所需要的纸、笔、贴画等物料）

活动2 策划图书漂流活动

设计意图：通过分类整理图书、提出问题、解决问题，制订班级图书漂流管理方案，培养学生的动手能力、解决问题的能力和管理能力。

教学步骤：

1. 教师：“刚才设计小分队的同学们已经将图书漂流区改造好了，真是漂亮。现在我们先大家带来的闲置图书进行分类整理。”（教师为学生讲解分类整理的步骤：①将图书漂流区的书柜分成若干区域，如文学类、科普类、故事类等，并贴上标签；②将募集到的图书分类整理，贴上班级漂流区的专属标签，摆放到书架的相应位置上。教师拍照记录）

2. 教师：“做好图书分类以后，咱们分小组来策划图书漂流活动，我们想一想图书漂流过程中要解决哪些问题？”（学生分小组讨论几分钟，教师引导学生将解决办法填在表格中，每组请一名同学来分享解决办法）

学生：我们可以在每本图书的第一页张贴一张漂流卡，放漂人用文字对这本图书进行简要介绍，并写下获取图书和归还图书的日期。漂流卡上设计“阅读心得”栏目，每一个传漂人都可以写下自己的阅读心得。

3. 教师：“同学们想得真周到，没有规矩不成方圆，我们还需要制定具体的图

书漂流管理方案。”（教师引导学生讨论，制订图书漂流管理方案，并张贴在“图书漂流区”最显眼的地方。教师拍照记录。注意，漂流管理方案应该尽量简单，且能保证图书有序、顺畅地漂流）

在制订图书漂流规则时，可参考以下几点：

- (1) 在阅读时，一定要爱护书籍，不随意乱涂乱画。
- (2) 图书漂流卡上记录着很多同学的阅读心得，弥足珍贵，请大家自觉爱护。
- (3) 每次获取图书应不超过2本，归还期限不超过2周。
- (4) 可以定期开展读书分享会，评选“阅读达人”。

活动3 制作图书漂流卡

设计意图：通过制作漂流卡，以书会友，让学生体会班级劳动的快乐与成就感，培养学生热爱集体、热爱劳动的品质。

教学步骤：

1. 教师：“到这里，我们的“图书漂流区”、漂流活动管理方案都已经准备好了，同学们完成得都非常棒，给大家鼓掌。接下来，为了方便大家以书会友，分享阅读心得，我们来为每本图书制作一张图书漂流卡。”（教师引导学生在方框中设计漂流卡，随后评选出最合适的一张。再根据图书数量让学生手工抄写或复印即可，可参考下表）

漂流卡

放漂人	班级			放漂日期
放漂人寄语				
序号	传漂人	获取日期	归还日期	阅读心得
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				

2. 教师引导每位同学为自己的闲置图书写好漂流卡（包括：放漂人、班级、放

漂日期、放漂人寄语），放入相应的图书第一页粘贴好。教师拍照记录学生的劳动过程。

活动 4 成果展示

设计意图：通过展示劳动成果，引导学生享受劳动带来的成就和快乐，激发学生的劳动自豪感。

教学步骤：

1. 教师：“同学们，我们制作了精美的漂流卡，现在大家可以分小组展示自己制作的漂流卡，并向同学推荐自己的闲置图书。”（学生自由交流）

2. 教师：“热爱读书的好处非常多，不仅可以获取丰富的知识，还可以改善大脑健康，减轻压力，改善记忆力以及提高想象力。书籍是丰富的信息来源，阅读不同主题的书籍会扩大我们的知识面。每当你读一本书时，你都会学到一些新知识。未来的两个月，我们将进行“阅读达人”的评选，同学们每阅读完一本书就可以记录在 P14 的表格中。希望图书漂流活动可以让大家越来越热爱书籍，热爱阅读！”（教师介绍课本 P13、P14 “阅读达人” 评选规则）

活动 4 我能做得更好

设计意图：学生评价自己在劳动过程中的表现，反思自己是否掌握了劳动技能，增强主动参与劳动的兴趣。

教学步骤：

1. 教师：我们这节课的劳动实践已经结束了，你在这次劳动实践中表现如何？请根据实际情况给自己点赞吧。

2. 教师在 PPT 上展示：①我知道什么是“图书漂流”啦！

②我整理好我的闲置图书啦！

③我会制作图书漂流卡。

④我能主动解决活动过程中出现的各种问题。

3. 教师让学生评价自己的表现情况，给书上的大拇指涂上颜色。（三个大拇指表示优秀，两个大拇指表示良好，一个大拇指表示还需努力）

活动 5 收获小心得

设计意图：引导学生在回顾和反思中形成热爱集体、热爱劳动、热爱书籍和热爱阅读的品质。

教学步骤:

1. 教师：“学习了本课，你有什么收获和感悟呢？说一说吧。”（学生自由发言。教师补充，引导学生将感悟写在方框中）

2. 教师总结：“通过图书漂流活动的准备和策划，大家不仅明白了图书漂流的意义，也掌握了设立‘图书漂流区’的一般步骤和如何制作漂流卡。同时，我们还以书会友，促进了我们班级的文化建设，让我们一起走进书籍的海洋吧！”

劳动小帮手

设计意图：补充关于“世界图书日”的小知识，增强学生对书籍的热爱。

教学步骤:

1. 教师将劳动小帮手中的“世界图书日”制作成 PPT，并给学生展示。

2. 教师引导学生看 PPT 展示的内容。

3. 通过对本次劳动实践活动的回顾，让学生反思自己在劳动过程中还有哪些地方没有做好。

4. 教师请学生分享自己对于读书的感受和体会。

5. 教师总结：“亲爱的同学们，阅读是开启智慧之门的钥匙。在书的海洋里，我们可以与古今中外的智者对话，可以领略世界的万千风采。热爱阅读，就是热爱生活，热爱智慧，热爱自己。让我们一起，把握每一个阅读的机会，让书籍成为我们最忠实的朋友，陪伴我们茁壮成长。”

教学加油站

常用阅读方法

阅读，应当成为一种终身坚持的习惯，越早养成这样的习惯受益越多。对于学生来说，大量阅读不仅有助于我们写出一篇篇好文章来，更重要的是让我们在阅读中丰富知识、陶冶情操、完善人格。提高阅读能力不是短期行为，它是一个较长的过程。虽然都是读书，但是使用不同的读书方法所收获的东西是不一样的，你用对读书方法了吗？下面是 13 种读书方法，供同学们参考。

1. 摘读

这种读书方法的重点在于有目的地一边阅读，一边摘录自己所需要的有关内容。如字词句篇、语法修辞、知识哲理，分门别类摘录在读书笔记上。摘录时要写上什么时候摘于什么书刊、作者是谁。这种方法有利于加强语言的积累，提高对文章的

领悟能力及驾驭文字的能力。

2. 查读

它的重点在于利用工具书查明阅读中碰到的字词的音、形、义，并结合课文的上下文做到基本掌握。

3. 划读

它的重点在于在阅读中边读边准确地划出有关内容，便于理解应用和查考。它的目的在于有重点地掌握阅读中需要重视的内容，便于攻克难点，解除疑点，培养按要求找内容的阅读能力。

4. 询读

它的重点在于在阅读中发现疑问，做出标记或摘录下来，通过询问别人解决问题。它的目的在于使学生树立“能者为师”“不耻下问”的治学观点，培养解决问题的能力 and 虚心好学的精神。

5. 理读

它的目的和重点在于在通过阅读理清文章的思路。要求反复琢磨课文的全部标题（包括课题），分析标题之间的关系，钻研课文的结构、层次，划分段落，列出提纲，理解文章主题思想和中心线索，掌握文章思路，有规律地进行思想分析和结构分析。

6. 议读

它的目的和重点在于通过议论，解决阅读中的疑难。要求在阅读过程中抓住关键疑难点，提出自己的见解并找出依据。

7. 疑读

“学贵有疑”，其目的和重点在于阅读过程中发现问题，提出问题，培养思考的习惯。要求在阅读中边读边想，发现疑问，然后带着疑问去查读、询读，去解决问题。

8. 避读

在阅读中对经过努力解决不了的问题或无重要意义的内容以及自己了解的内容，避而不读。培养学生从实际出发，抓住主要矛盾及避轻就重地选择的能力。这种方法在做阅读题的时候会经常用到。

9. 联读

重在对自己已有的知识回头看，联系旧知识，学习新知识。要求把阅读新课与旧课结合起来，使知识系统化，既有效地复习旧知识，又较好地学习新知识，逐步培养学会整理知识的方法。这种方法有利于培养学生的联想和综合能力。

10. 比读

要求在阅读中把不同的篇章、优劣各异的内容、相同或相反的知识通过比较找出异同，加深理解。尤其要把它带到阅读的第二课堂中去运用。它的目的在于培养读书兴趣，开阔学生眼界，同时也可培养研究、探索能力。

11. 逆读

从全书之末，即从书的最后章节向前读回去。在开读时必然会遇到各种疑问，那不要紧，将句子记在心中，存疑于胸中。要求在逆读过程中不断追根寻源，由果及因，存疑之点就能迎刃而解。它的目的是通过逆读过程中的重重障碍去激发积极思考和主动探索精神，牢固地掌握知识。

12. 注读

要求在阅读中，发现疑难之处或有不同看法等，就在课文的书页空白处进行批注，发表个人评论意见，提出质疑。注读能培养大胆评论的能力，并且能提高明辨是非曲直的能力。

13. 改读

它的重点在于解放思想，不迷信作者，而抱着分析、研究、探索的态度，将正确的东西，经过消化变成自己的知识；发扬“挑剔”精神，敢于对错误的、消极的东西，提出改动意见。

教学评价目标

评价目标	水平 1	水平 2	水平 3
能够整理自己的闲置书籍，与他人合作完成“图书漂流区”的设立工作，会制作图书漂流卡	能够整理自己的闲置书籍	能够整理自己的闲置书籍，与他人合作完成“图书漂流区”的设立工作	能够整理自己的闲置书籍，与他人合作完成“图书漂流区”的设立工作，会制作图书漂流卡
培养学生的动手实践能力，热爱书籍、热爱阅读的好习惯，以及热爱集体、热爱劳动的精神	学生有热爱书籍、热爱阅读的好习惯，有一定的动手实践能力	学生有热爱书籍、热爱阅读的好习惯，有良好的动手实践能力	学生有热爱书籍、热爱阅读的好习惯，有良好的动手实践能力，且热爱集体，热爱劳动

第三课 采摘加工果实

教学背景

课程意义

本课内容属于教育部《义务教育劳动课程标准（2022年）》中第二学段（3~4年级）的任务群3——烹饪与营养。在本学段中，通过本课的教学，让学生能动手采摘草莓、樱桃和枇杷等果实并将采摘的果实制作成草莓酱、糖渍樱桃或枇杷膏。本课要求学生在劳动观念方面，通过采摘果实，体会劳动和收获的乐趣。在劳动能力方面，了解采摘草莓的方法，会采摘、加工果实，提高动手、动脑能力。在劳动习惯和品质方面，通过采摘和加工，培养学生的观察力和判断力。在劳动精神方面，通过实践活动，培养学生珍惜劳动成果、不怕困难的精神，懂得“一分耕耘，一分收获”的道理。

教学目标

- 1. 行为目标：**学会采摘果实（以草莓为例）的方法和注意事项，尝试利用果实制作相应的食品，能将成品分享给同学，体验分享劳动果实的乐趣。
- 2. 认知目标：**培养学生的观察力和判断力，提高动手、动脑能力，养成不怕困难的精神，珍惜劳动成果，懂得“一分耕耘，一分收获”的道理。

教学重难点

- 1. 重点：**引导学生正确采摘果实（以草莓为例）的方法和注意事项，利用果实制作相应的食品。
- 2. 难点：**培养学生的观察力和判断力，提高动手、动脑能力。

教学准备

- 1. 课时：**2~3 课时
- 2. 场地：**劳动农场实践基地

3. 课前准备:

- (1) 教师准备: PPT。
- (2) 学生准备: 穿着舒适方便的衣服。

教学过程

劳动最光荣

设计意图: 激发兴趣, 导入本课主题。

教学步骤:

1. 教师课前布置作业: 学生阅读 P16 “美味的红果子” 这个故事。
2. 教师提问: “同学们课前阅读了 “美味的红果子”, 这个故事说明了什么道理?” (学生自由回答)
3. 教师总结: “故事中, 小动物们齐心协力, 共同面对困难, 通过互帮互助, 最终收获了丰富的劳动果实。在采摘果实的道路上, 小动物们不仅分享着美味的果实, 还分享了彼此的智慧和力量。这个故事说明在团队中, 每个人都是不可或缺的一部分, 只有团结一致, 才能战胜困难, 取得成功。”

劳动伴我行

活动 1 摘草莓

设计意图: 通过让学生采摘各类果实, 了解采摘果实的方法和注意事项。

教学步骤:

1. 教师: “同学们, 你们和小伙伴们一起摘过果实吗? 这个季节有哪些果实可以采摘呢? 你想吃到自己亲手采摘的果实吗?” (学生自由回答)

教师: 今天来到了劳动农场实践基地, 我们今天的主要任务就是采摘草莓。在去摘草莓之前, 想一想我们会用到哪些工具, 它们分别有什么作用? (学生自由回答, 由于是户外劳动, 教材上本课需要书面书写的内容劳动结束后作为家庭作业完成)

2. 教师: “你们知道哪些草莓是成熟了的吗? 要用什么手法来摘草莓呢?” (学生自由回答)

3. 教师: “大棚里的草莓大小不一、颜色不同, 我们可以通过观察其色泽是否

鲜红、表面有无破损溃烂等特征来判断草莓是否适宜采摘。大部分草莓成熟后都是红色的,但也有一些品种的草莓成熟后是白色的。采摘时要用手捏住草莓的果梗,将草莓摘下,然后轻轻放到自己的小竹篮里,摆放整齐。现在我们就分小组进行草莓的采摘吧。”(教师将学生分为若干小组,一边发放小篮子,一边讲解注意事项,完成后,教师组织学生进入草莓大棚内摘草莓。教师巡视指导并拍照记录)

摘草莓注意事项

- (1) 请到指定区域采摘成熟的草莓。爱惜植株,不要随便折断果苗。
- (2) 采摘草莓时要注意小蜜蜂,草莓结果需要授粉,所以很多大棚附近都会有蜂箱,不要轻易去打扰它们以免被蜇。
- (3) 采摘过程中不要贪吃,可以在采摘结束后将草莓洗净后食用。
- (4) 大棚的温度及湿度都较高,所以采摘过程中注意增减衣物。
- (5) 草莓十分娇嫩、采摘时请温柔一点,不要用力捏草莓。也要注意,别把草莓的汁液蹭到衣服上。

活动 2 制作果酱

设计意图: 学生通过学习制作草莓果酱,了解初级食品的加工过程,体验劳动和收获的乐趣。

教学步骤:

1. 教师:“我们现在看看各小组采摘的草莓有多少吧!”(各小组展示本小组的草莓采摘情况,评选出最佳小组)

2. 教师:“同学们,现在我们来到了劳动农场实践基地的厨房里,这里有我们需要用到的各种厨具。我们要把草莓制作成草莓果酱,这样不仅能够将草莓储存得更久,还能让我们品尝到果实的另一种风味。你们课前查阅了制作草莓果酱的资料,现在哪些同学愿意跟大家分享一下制作果酱的步骤呢?”(教师带学生去农场厨房后学生分享果酱的制作步骤)

3. 教师:“总的来说,我们制作果酱的步骤是:原料准备——切割和磨碎——煮熟——搅拌和升温——去除泡沫——杀菌——封装和贮存。现在我们分小组来制作果酱吧!”(教师引导每个小组的学生进行分工,在制作果酱的过程中,教师巡视、指导,提供帮助并拍照记录。果酱制作方法可参照“教学加油站”中的《制作果酱的通用方法》)

活动3 成果展示

设计意图：指导学生通过展示劳动成果，享受劳动带来的快乐和成就感，激发学生的劳动自豪感。

教学步骤：教师组织学生分享品尝各组的果酱成品。课后在 P20 的方框中补写自己通过劳动获得美味食物之后的感受。

活动4 我能做得更好

设计意图：学生通过评价自己在劳动过程中的表现，反思自己是否掌握了劳动技能，增强主动参与劳动的兴趣。

教学步骤：

1. 教师：我们这节课的劳动实践已经结束了，你在这次劳动实践中表现如何？请根据实际情况给自己点赞吧。
2. 教师在 PPT 上展示：
 - ①我在采摘活动中能和同学合作。
 - ②我能自己动手加工果实。
 - ③我加工的果实味道可口。
3. 教师引导学生评价自己的表现情况，给书上的大拇指涂上颜色。（三个大拇指表示优秀，两个大拇指表示良好，一个大拇指表示还需努力）

活动5 收获小心得

设计意图：引导学生在回顾和反思中形成中国传统工艺制作需要被传承和发扬的意识。

教学步骤：

1. 教师提问：“通过本次劳动实践，你学会采摘草莓和制作草莓果酱了吗？你有什么小收获呢？”
2. 学生分小组讨论，然后每组派一名同学起来发言，总结自己所在小组的讨论结果。（若学生有说得不完整或表述不清楚的地方，教师可进行补充和完善）
3. 教师总结：“通过本节课的学习，我们不仅学会采摘草莓的方法和注意事项，还学会了怎么制作草莓果酱，体验到了分享劳动果实的快乐。同时，同学们明白了要珍惜劳动成果和“一分耕耘，一分收获”的道理。”教师引导学生课后将心得写在课本中的方框里。

劳动小帮手

设计意图：补充果酱制作方法，让学生通过拓展学习，总结自己制作果酱的过程。

教学步骤：

1. 教师将劳动小帮手中的“教你做草莓酱”制作成PPT，并给学生展示。
2. 教师引导学生一边看PPT展示的内容，一边讲解制作步骤。
3. 布置课后作业：将劳动课本上的方框和表格中的内容补充完整。

教学加油站

制作果酱的通用方法

果酱加工是一种常见的食品加工方式，旨在将水果制成甜蜜、浓稠的果酱产品，以便长期保存和食用。以下是典型的果酱加工工艺流程：

1. 原料准备：选择新鲜成熟的水果作为原料。常见的果酱水果包括草莓、桃子、蓝莓、樱桃等。先对水果进行清洗和去除不可食用部分（如蒂、籽等）。

2. 切割和磨碎：将清洗后的水果切成适当大小的块状或片状，然后通过磨碎机或搅拌器将其磨碎，以便加工成果酱时更易释放果汁。

3. 煮熟：将磨碎的水果放入大锅中，加入适量的糖和柠檬汁（作为酸度调节剂），根据需求可加入一些香料（如肉桂、香草等）增加风味。然后，用中小火将水果煮熟，促使果汁充分释放和浓缩，同时使糖和果汁充分混合。

4. 搅拌和升温：在煮熟的过程中，需要不断搅拌以防止果酱糊底或糊锅。果酱在加热过程中会逐渐变得浓稠。

5. 去除泡沫：果酱煮熟时，可能会产生一些泡沫。在煮熟过程中，需要用勺子或泡沫分离器去除这些泡沫。

6. 杀菌：果酱在煮熟后需要进行杀菌处理，以延长保质期。可以将果酱装入预先消毒过的瓶子中，然后将瓶子密封，再将其浸入沸水中进行热处理，杀灭可能存在的微生物。

7. 封装和贮存：杀菌后的果酱瓶子需要在密封状态下冷却。确保瓶盖完好无损，然后将果酱储存在干燥、阴凉的地方，以便长期保存。

果酱加工工艺可以根据不同的水果和产品要求进行调整和改变，但流程大致相同。

教学评价目标

评价目标	水平 1	水平 2	水平 3
学会采摘草莓的方法和注意事项，能利用果实制作相应的食品，体验分享劳动果实的乐趣	知道采摘草莓的基本方法，遵守注意事项	熟悉采摘草莓的方法，遵守注意事项，并能和同学合作制成果酱	熟悉采摘草莓的方法，遵守注意事项，并能和同学合作制成果酱，体验到分享劳动果实的乐趣
培养学生的观察力和判断力，提高动手、动脑能力，珍惜劳动成果，养成不怕困难的精神	有一定的观察力和判断力以及动手、动脑能力	有良好的观察力和判断力以及动手、动脑能力，珍惜劳动成果	有良好的观察力和判断力以及动手、动脑能力，珍惜劳动成果，不怕困难

第四课 清爽凉拌菜

教学背景

课程意义

本课内容属于教育部《义务教育劳动课程标准（2022年）》中第二学段（3~4年级）的任务群3——烹饪与营养。通过本课的教学，学生能初步了解凉拌菜的概念及做法，会做简单的凉拌菜，比如糖渍西红柿、凉拌黄瓜。本课要求学生在劳动观念方面，通过体验做菜的乐趣，培养学生的自信心和热爱生活、热爱劳动的观念。在劳动能力方面，让学生进一步熟练菜刀的使用，掌握拌凉菜的基本过程，提高动手操作技能，培养学生观察和分析事物的能力。在劳动习惯和品质方面，通过具体的制作过程，让学生养成自觉采取安全、卫生的防护措施的习惯。在劳动精神方面，养成勤俭节约、不怕困难的精神。

教学目标

- 1. 行为目标：**让学生进一步熟练菜刀的使用，掌握制作拌凉菜的基本过程，会做两道简单的凉拌菜。
- 2. 认知目标：**体验做菜的乐趣，培养学生的自信心以及热爱生活、热爱劳动的观念。提高学生观察和分析事物的能力以及动手操作技能。

教学重难点

- 1. 重点：**掌握制作凉拌菜的基本过程。
- 2. 难点：**提高学生观察和分析事物的能力以及动手操作技能。

教学准备

- 1. 课时：**1~2 课时
- 2. 场地：**劳动实践活动室

3. 课前准备:

(1) 教师准备: PPT、黄瓜、西红柿、白糖、菜刀、盘子若干、筷子若干、各种调味料。

(2) 学生准备: 无。

教学过程

劳动最光荣

设计意图: 激发兴趣, 导入本课主题。

教学步骤:

1. 教师请一位学生起来朗读《小王子和小厨师》这个故事。
2. 教师提问: “这个故事说明了什么道理?” 学生分小组讨论, 每个小组推荐一位同学起来分享。
3. 教师小结: “上面的小故事中, 小王子原本不爱惜粮食, 也不好好吃饭, 后来在小厨师的帮助下, 自己亲手为国王做了晚餐。小王子体会到了劳动的不易, 对自己劳动的果实也更珍惜了。亲爱的同学们, 粮食是我们生命的源泉, 劳动是我们成长的桥梁。每一粒粮食都蕴含着农民辛勤的汗水, 每一份劳动成果都值得我们珍惜。”

劳动伴我行

活动1 说一说

设计意图: 通过观看 PPT 和凉拌菜制作视频, 激发学生参与劳动实践的兴趣。

教学步骤:

1. 教师: “这节课我们要学习怎么做凉拌菜, 学会之后, 同学们就可以在家里大展身手, 做给爸爸妈妈吃。哪些同学做过凉拌菜呢? 你们想给爸爸妈妈做什么凉拌菜呢?” (学生分享)

学生甲: “我会做糖渍西红柿, 我看见妈妈做过, 很简单。”

学生乙: “我觉得凉拌黄瓜最好吃, 我想为爸爸妈妈做一次凉拌黄瓜。”

2. 教师: “同学们的想法很好。你们知道吗? 凉拌菜在我国历史悠久, 是中国烹饪文化中的一个重要组成部分。它是宴席上最先与食客见面的菜品, 故有“见面

菜”或“迎宾菜”之称，除了凉拌西红柿和黄瓜，夫妻肺片、凉拌折耳根、凉拌三丝等都属于凉拌菜。今天我们准备了西红柿和黄瓜，我们一起来做这两道简单的凉拌菜吧！（教师展示各种凉拌菜的PPT）

3. 教师：“下面我们请大家仔细观看制作过程。”（教师播放视频《凉拌黄瓜》《糖渍西红柿》）

教师：“同学们，我们都知道做菜要讲究色、香、味、形俱全。下面我们先来回顾一下凉拌黄瓜和糖渍西红柿的制作需要做哪些准备呢。”（学生讨论，教师引导学生将材料及工具写在方框中）

凉拌黄瓜	糖渍西红柿
主料：黄瓜	主料：西红柿
调料：醋或白醋、香油、白糖、精盐等	调料：白糖
工具：砧板、菜刀、盘子、盆、碗、筷子、勺子	工具：砧板、菜刀、盘子、筷子、勺子

活动2 记流程

设计意图：通过记录制作凉拌菜的流程，提高学生观察和分析事物的能力，同时为后面的劳动实践做准备。

教学步骤：

1. 教师提问：“刚才我们观看了《凉拌黄瓜》和《糖渍西红柿》的制作视频，想一想，凉拌黄瓜的制作步骤有哪些？”

播放幻灯片，学生先回答制作步骤后教师总结：

(1) 洗黄瓜：将选好的黄瓜洗干净，可以去皮，也可以保留。

(2) 切黄瓜：可以将黄瓜切成条、块、片等形状。

(3) 拌黄瓜：先加入适量的盐稍微腌制一下，这样黄瓜的口感会更香脆更入味。再将蒜拍碎，切细，做成蒜泥，倒入盘中，接着根据个人的口味加入适量的糖、香油、醋等调料搅拌均匀。

(4) 装盘：将拌好的黄瓜装入盘中。装盘时，可将事先准备好的辅料如胡萝卜、小番茄等摆成各种漂亮的造型，这样一道美味的凉拌黄瓜就做好了。

2. 教师：“糖渍西红柿的制作方法如下，西红柿去皮：将西红柿洗净后，在底部打上十字花刀，用开水烫2分钟后，就可以轻松地去除外皮。将西红柿切片后放入盘中，撒上白糖即可。若能放入冰箱冷冻一下再吃，口感会更好。现在请同学们将制作步骤写在流程图中吧！”

活动3 做一做

设计意图：让学生进一步熟练菜刀的使用，体验做菜的乐趣，提高学生动手操作的技能。

教学步骤：

1. 教师将学生分为几个小组，给每组分发工具和材料并强调注意事项：

(1) 制作过程中切黄瓜和用开水烫西红柿一定要注意安全。（教师示范切菜技巧）

(2) 为你们做好的凉菜起个美名，每小组选出一名同学来介绍本小组所拌凉菜的名称、特点。最后我们要进行评比。

2. 学生按照做凉菜的基本步骤，利用材料和工具，合作做一盘色、香、味、形俱佳的凉菜，为凉菜起名并贴上编号标签。老师巡视指导（重点指导切菜的技巧），提醒学生注意安全和卫生，并拍照记录。学生分工合作：切菜，摆盘，调拌，收拾物品和台面。

3. 学生按编号顺序品尝菜品，投票评选出“最优美菜名”和“最美味凉拌菜”两个奖项。

活动4 成果展示

设计意图：通过展示劳动成果，让学生享受劳动带来的成就和快乐，激发学生的劳动自豪感。

教学步骤：课后教师分享照片，引导学生将作品照片打印后贴在框内。

活动5 我能做得更好

设计意图：学生通过评价自己在劳动过程中的表现，反思自己是否掌握了劳动技能，增强主动参与劳动的兴趣。

教学步骤：

1. 教师：我们这节课的劳动实践已经结束了，你在这次劳动实践中表现如何？请根据实际情况给自己点赞吧。

2. 教师在 PPT 上展示：①我能正确识别家里所有的调味品。

②我能自己切菜。

③我能自己动手完成凉拌菜制作。

④我做的凉拌菜味道可口。

3. 教师让学生评价自己的表现，给书上的大拇指涂上颜色。（三个大拇指表示优秀，两个大拇指表示良好，一个大拇指表示还需努力）

活动6 收获小心得

设计意图：引导学生在回顾和反思中养成热爱生活、热爱劳动的观念。

教学步骤：

1. 教师提问：“学习了本课，你有什么收获和感悟呢？”
2. 学生分小组讨论，然后每组派一名同学起来发言，总结自己所在小组的讨论结果（若学生有说得不完整或表述不清楚的地方，教师可进行补充和完善）
3. 教师总结：“今天，同学们初步学会了凉拌菜的基本做法，在发挥自己的想象力和创造力的基础上，做出了一盘盘色泽鲜艳、造型美观、味道可口的凉拌菜，我看大家今天品尝凉菜的时候都感觉特别香，特别有滋味，谁能告诉我这是为什么吗？
学生：“因为这是我们自己的劳动成果。
教师：“是啊，劳动的果实最甜蜜！”
4. 教师引导学生将心得写在课本中的方框里。

劳动小帮手

设计意图：巩固课堂所学，提高学生的动手能力，帮助学生总结制作糖渍系统和凉拌黄瓜的材料和方法。

教学步骤：

1. 教师将劳动小帮手中的“糖渍西红柿”“凉拌黄瓜”制作成PPT，给学生展示。
2. 教师引导学生一边看PPT展示的内容，一边讲解步骤，学生反思自己在制作过程中需要改进的地方。
3. 教师总结：“今天我们学习了制作糖渍西红柿和凉拌黄瓜的基本步骤和方法，我们的动手能力又得到了提高，希望同学们在家里可以利用今天学到的本领给爸爸妈妈做一两道凉拌菜，慰劳辛苦的父母。”

教学加油站

凉菜是中国饮食文化中重要的一环，是夏天餐桌上必不可少的菜肴。夏季高温，人们食欲下降，而凉菜口感清爽，能增加食欲。

1. 准备工作

首先，选择新鲜的材料。新鲜的食材是制作美味凉菜的基本保障。切菜时，要掌握好刀工技巧，将食材不同的纹理、厚度和硬度进行搭配，让凉菜更加美观、可口。需要注意的是，切好的食材要注意防止变色、受污染。

2. 制作流程

凉菜的制作需要一些基本的处理方法，例如泡、蒸、煮、焯、拌等。在凉菜的制作中最常用的处理方法即是拌。制作凉菜的一些调味料特别重要：大葱、姜、蒜等香料可以去腥去膻，酱油、醋、芝麻油等都是凉菜的重要调味品。

3. 口味调整

制作凉菜的重要环节之一是口味调整，要根据家人的口味进行适当的调整，让每个人都能感受到美味。这需要我们花费一定的时间和精力去尝试不同的口味，从而找到家人喜欢的口味。在此基础上，可以细化味道，比如添加香菜、花椒、辣椒等，在保留凉菜本味的同时，增添风味。

教学评价目标

评价目标	水平 1	水平 2	水平 3
让学生进一步熟练菜刀 的用法，掌握拌凉菜 的基本过程，会做两道简 单的凉拌菜	掌握拌凉菜 的基本过程	掌握拌凉菜的基本过 程，会做两道简单的 凉拌菜	掌握拌凉菜的基本过 程，会做两道简单的凉 拌菜，熟练使用菜刀
体验做菜的乐趣，培养 学生的自信心以及热爱 生活、热爱劳动的观 念。提高学生观察和分 析事物的能力以及动手 操作技能	能体会到做 菜的乐趣	能体会到做菜之乐 趣，有做菜的自信 心以及热爱生活、热 老劳动的观念	能体会到做菜的乐趣， 有做菜的自信心以及热 爱生活、热爱劳动的观 念，有良好的观察和分 析事物的能力以及动手 操作技能

第五课 小小面点师

教学背景

课程意义

本课内容属于教育部《义务教育劳动课程标准（2022年）》中第二学段（3~4年级）的任务群3——烹饪与营养。在本学段中，通过本课的教学，要让学生了解并学习做面点的基本方法和流程。本课要求学生在劳动观念方面，明白劳动创造美好生活的道理。在劳动能力方面，能掌握做面点的基本方法和流程，包括准备材料、和面、发面、醒面和蒸等步骤的实际操作，提高学生的动手能力和自理能力。在劳动习惯和品质方面，培养爱烹饪、爱惜粮食、珍惜劳动成果的习惯和品质。在劳动精神方面，培养不怕困难、认真细致的精神。

教学目标

1. **行为目标：**能通过各种方式查询如何做馒头，掌握蒸馒头的基本方法和流程，能成功做好馒头。
2. **认知目标：**让学生体会烹饪劳动的快乐，培养学生爱惜粮食，珍惜劳动成果的劳动品质，提高学生的动手能力和自理能力。

教学重难点

1. **重点：**蒸馒头的基本方法和流程。
2. **难点：**学会蒸馒头的基本方法、流程，提高动手能力。

教学准备

1. **课时：**2课时（上午1课时，下午1课时）
2. **场地：**劳动实践活动室
3. **课前准备：**
 - （1）教师准备：PPT、面粉、酵母粉、白糖、盆、筷子、砧板、笼屉、厨房

秤、保鲜膜等。

(2) 学生准备：课前查询做馒头的相关资料。

教学过程

课时 1

劳动最光荣

设计意图：激发兴趣，导入本课主题。

教学步骤：

1. 教师请一名学生起来朗读“劳动最光荣”中的新闻故事。
2. 教师：“同学们，你们做过馒头或者包子吗？”教师请几名学生起来分享。
3. 教师：“看来有的同学帮助爸爸妈妈做过面点类的食品。那同学们平时是吃面食多还是米饭多呢？”（学生自由回答）
4. 教师小结：“中国人的主食大致呈现‘南米北面’的格局。南方地区种植水稻较多，人们以米饭为主食，而在种植麦黍的北方地区，人们则以面食为主食。中国的面食历史悠久、品种丰富、口味多样，馒头就是其中最常见的一种，它一般由面粉发酵蒸制而成。今天我们就来学习如何做馒头，学会后就可以给爸爸妈妈露一手了！”

劳动伴我行

活动 1 准备材料

设计意图：通过课前查询制作馒头的资料，课中称重准备材料，培养学生的信息筛查能力和动手能力。

教学步骤：

1. 教师：“课前同学们已经通过网络或者询问的方式，了解他人做馒头的方法和流程，现在请完成 P31 的流程图。”（参考答案：和面→醒发→揉面→蒸制）
2. 教师：“做馒头离不开面粉。按照蛋白质含量的多少，面粉一般可分为三类：高筋面粉、中筋面粉和低筋面粉。高筋面粉，又称“强筋粉”或“面包粉”，

蛋白质含量比较高，一般为 12%~15%，适用于制作面包等需要面筋较多的产品。低筋面粉，又称“糕点粉”，蛋白质含量较低，一般为 7%~9%，主要适用于制作蛋糕、酥点和甜点等口感柔软、组织疏松的产品。中筋面粉是蛋白质含量介于高筋面粉和低筋面粉之间的一种面粉，又称“富强粉”“标准粉”等，蛋白质含量一般为 9%~11%，主要适用于制作饼、馒头和中式点心等。现在我们需要分小组准备以下材料：中筋面粉 500 克，酵母粉 5 克，水 250 克，白糖 15 克。”（教师将学生分为几个小组并引导学生利用厨房秤对材料进行称重）

3. 教师巡视指导，答疑解惑，并拍照记录。

活动 2 和面、发面

设计意图：通过学生动手操作和面、发面的过程，培养学生的实际操作能力和自理能力。

教学步骤：

1. 教师给每个小组分发碗、筷子。

2. 教师：“接着，我们将面粉放入大碗中，加上白糖搅拌均匀。将酵母粉放入一个碗中，加入 30℃左右的温水，用筷子搅拌均匀直至其融化，静置一会儿。将酵母少量多次倒入面粉中，用筷子搅拌成絮状。”

3. 学生分小组操作，教师巡查指导，并拍照记录。

4. 教师：“大家用手将和好的面揉成一个光滑的面团，并在揉好的面团上盖上一张保鲜膜，放在比较温暖的地方静置发酵。下午的劳动课我们再接着做后面的流程。”

课时 2

活动 3 醒面、揉面、蒸制

设计意图：通过小组成员合作完成醒面、揉面、蒸制过程，锻炼学生的动手能力。

教学步骤：

1. 教师：“上午我们发的面经过了 2~3 小时，现在我们看看发面是否成功了。一般来说，面团膨胀为原来的两倍大，用手扯开面团，里面如果有密集的小孔，就说明发面成功了。”（每组学生检查本小组发面是否成功）

2. 教师：“接下来，我们要进行醒面、揉面的过程，醒面之前，我们要准备砧板、菜刀，先把这两样工具（用菜刀时要注意安全）洗干净。醒面的具体过程：在案板上来回揉搓面团，排出里面的空气，然后揉成长条状，用菜刀将面团分切成大小适中的面剂子，分别做成馒头生胚。”（教师讲解，学生模仿，教师巡视指导并拍照记录）

3. 教师：“面剂子做好了，我们将馒头生胚摆放在蒸屉中，在锅中添上水，隔水放入发酵好的馒头生胚。开火蒸馒头，20分钟后馒头就熟了。在蒸制的这段时间中，每个小组的同学请清洗自己所在小组的厨具用品。”（学生蒸制、清洗，教师巡查指导，并拍照记录）

4. 馒头蒸好后出锅，同学们分享品尝，每人带一个馒头回家给爸爸妈妈品尝。

活动4 成果展示

设计意图：通过展示劳动成果，享受劳动带来的快乐和成就感，激发学生的劳动自豪感。

教学步骤：引导学生说一说在做馒头的过程中学习到的知识和经验。课后教师分享图片，学生打印出来贴在方框中。

活动5 我能做得更好

设计意图：学生通过评价自己在劳动过程中的表现，反思自己是否掌握了劳动技能，增强主动参与劳动的兴趣。

教学步骤：

1. 教师：我们这节课的劳动实践已经结束了，你在这次劳动实践中表现如何？请根据实际情况给自己点赞吧。

2. 教师在PPT上展示：①我熟悉做馒头的步骤。

②我做的馒头干净卫生。

③我做的馒头大小均匀。

④我做的馒头口感软绵。

3. 教师让学生评价自己的表现，给书上的大拇指涂上颜色。（三个大拇指表示优秀，两个大拇指表示良好，一个大拇指表示还需努力）

活动6 收获小心得

设计意图：引导学生在回顾和反思中形成爱惜粮食、珍惜劳动成果的劳动品质。

教学步骤：

1. 教师提出问题：“学习了本课，你学会了哪些本领？你有什么收获和感悟呢？”
2. 学生分小组讨论，然后每组派一名同学起来发言，总结自己所在小组的讨论结果（若学生有说得不完整或表述不清楚的地方，教师可进行补充和完善）
3. 教师总结：“通过本节课的学习，我们知道了发面的基本流程，学习了蒸馒头的基本方法和流程，体会到了烹饪的快乐，感受到了合作带来的愉悦，希望同学们爱惜粮食，享受劳动创造的美好生活，珍惜自己的劳动成果。”（教师引导学生将心得写在课本中的方框里）

劳动小帮手

设计意图：巩固课堂所学，拓展更多口味的馒头的制作方法，激发学生的烹饪兴趣，锻炼他们的动手能力。

教学步骤：

1. 教师将劳动小帮手中的“蒸黑米面馒头”制作成PPT，并给学生展示，拓展学生的知识面。
2. 教师引导学生一边看PPT展示的内容，一边回顾本节课的劳动技能要点。
3. 通过前面的回顾，学生反思自己在做馒头的过程中还有哪些地方没有做好。
4. 请同学分享自己还需改进的地方。

教学加油站

馒头的种类

馒头以小麦面粉为主要原料，是中国主要的日常主食之一。根据风味、口感不同可分为以下几种。

北方硬面馒头是中国北方的一些地区，如山东、山西、河北等地百姓喜爱的日常主食。根据形状不同又有刀切形馒头、机制圆馒头、手揉长形杠子馒头、挺立饱满的高桩馒头等。

南方软面馒头是中国南方人喜欢的馒头类型。多数南方人以大米为日常主食，而以馒头和面条为辅食。南方软面馒头颜色较北方馒头白，而且大多带有添加的风味，如甜味、奶味、肉味等。有手揉圆馒头、刀切方馒头、体积非常小的麻将形馒头等品种。

教学评价目标

评价目标	水平 1	水平 2	水平 3
能通过各种方式查询做馒头的相关资料，学习做馒头的基本方法和流程，能成功做好馒头	能通过各种方式查询做馒头的相关资料，知道做馒头的基本方法和流程	能通过各种方式查询做馒头的相关资料，熟悉做馒头的基本方法和流程，能成功做好馒头	能通过各种方式查询做馒头的相关资料，熟悉做馒头的基本方法和流程，做好的馒头口感软绵
体会烹饪劳动的快乐，形成爱惜粮食、珍惜劳动成果的劳动品质，提高动手能力和自理能力	能体会到烹饪劳动的快乐	能体会到烹饪劳动的快乐，爱惜粮食、珍惜劳动成果	能体会到烹饪劳动的快乐，爱惜粮食、珍惜劳动成果，有良好的动手能力和自理能力

第六课 消灭家庭害虫

教学背景

课程意义

本课内容属于教育部《义务教育劳动课程标准（2022年）》中第二学段（3~4年级）的任务群1——清洁与卫生。在本学段中通过本课的教学，让学生能够完成消灭家庭害虫的工作。本课要求学生在劳动观念方面，具有用劳动创设洁净的生活、学习环境的意识和公共卫生安全意识；在劳动能力方面，认识家庭常见害虫（如蚊、蝇、跳蚤、臭虫、蜘蛛、蚂蚁、蟑螂、螨等）。通过观察，了解常见害虫的习性，选择灭虫的方法。在劳动习惯和品质方面，通过消灭家庭害虫这一实践活动，养成细心观察身边事物的好习惯，培养解决生活实际问题的能力。在劳动精神方面，初步形成有始有终、不怕困难的精神。

教学目标

1. 行为目标：掌握常见家庭害虫的种类和习性，了解家庭害虫的危害，掌握杀灭家庭害虫的方法，完成家庭害虫的消灭工作。

2. 认知目标：培养细心观察身边事物的好习惯，解决生活实际问题的能力以及用劳动创设洁净的生活、学习环境的意识和公共卫生安全意识。

教学重难点

- 1. 重点：**掌握家庭害虫的种类和习性，以及消灭家庭害虫的方法。
- 2. 难点：**学会消灭家庭害虫的方法，培养公共卫生安全意识。

教学准备

- 1. 课时：**1~2 课时
- 2. 场地：**教室
- 3. 课前准备：**
 - (1) 教师准备：**PPT。

(2) 学生准备：纸、笔等。

教学过程

课时 1

劳动最光荣

设计意图：激发兴趣，导入本课主题。

教学步骤：

1. 教师请一位学生起来朗读《聪明的蠹虫》这个故事。
2. 教师提问：“你们知道这个故事里的蠹虫是什么吗？它们有什么危害？”

（学生自由回答）

3. 教师小结：“蠹虫又叫作蠹鱼、衣鱼，是衣鱼目昆虫的俗称，是著名的家居害虫，喜欢吃纸制品、纺织品等，尤其在书架、衣柜很常见，因此古人常将爱读书的自己称作“蠹鱼”。衣鱼十分容易辨认，大多是银白色的，身体为纺锤形，有鳞片，行动敏捷。消灭蠹虫的方法很多，现在介绍一种简单有效的办法：报纸陷阱。把一份报纸卷起来，用皮筋把两端绑好，然后用水浇湿。在晚上睡觉前，将报纸放在蠹虫常常出没的地方。因为你给蠹虫提供了舒服又有食物的栖息地，它们就会一路吃进报纸里边了。醒来后你就可以把报纸扔掉（不要打开）或者烧掉。”（教师一边讲解，一边播放 PPT 展示蠹虫的外形特征）



劳动伴我行

活动 1 家庭害虫种类多

设计意图：通过展示提前制作好的害虫图片和开展课前安排的观察家庭害虫活动，让学生能识别各种各样的家庭害虫，培养细心观察身边事物的好习惯。

教学步骤:

1. 教师：“同学们，夏天到了，天气越来越热，我们周围也多了许多不请自来的“讨厌鬼”。同学们，你们认识它们吗？”（教师播放 P37 页的“家庭害虫”图片，同学们回答害虫的名字）

2. 教师：“我们在课前安排了同学们回家观察自己家里有哪些害虫，大家都有什么收获呢？”（教师请几个学生起来分享自己在家观察到的害虫情况，包括在什么时间、什么地点找到害虫的，引导学生将自己的答案填写在表格中）

3. 教师小结：“同学们都仔细地观察了家里各个角落，这些害虫中，有些我们可以很直观地观察到，有些是我们用肉眼看不见的，只能借助显微镜才能观察到，比如螨虫。这些害虫影响我们的工作、学习和休息，还会破坏家庭用品，造成经济损失，更严重的是有的害虫会传播多种疾病，危害我们的健康，所以春夏季节很有必要定期消灭家庭害虫！”

活动 2 了解害虫，制定方案

设计意图：通过问答的形式引导学生了解家庭常见害虫的生活习性以及给我们生活带来的危害，培养学生细心观察身边事物的好习惯。

教学步骤:

1. 教师：“同学们统计的家庭害虫中，苍蝇、蚊子占很大一部分。夏天我们身边最常见的害虫确实是苍蝇和蚊子，想一想它们给我们带来了哪些危害？”

学生 1：“蚊子吸人血，还传播疾病。”（你懂得真不少!）

学生 2：“晚上睡觉时，蚊子嗡嗡地响，影响睡眠质量。”（晚上无法入睡，的确很讨厌）

学生 3：“蚊子叮一下，会很痒，起一大疙瘩。”（你深有体会）

学生 4：“苍蝇和蚊子会乱飞，飞到食物里，容易让我们生病。”（它们携带着病菌，会危害我们的身体）

2. 教师：“春夏季节，家庭害虫经常出现。我们确定自己家里有害虫后，还需要了解这些害虫的生活习性和消灭害虫的方法。比如常见的苍蝇和蚊子，你们知道它们的生活习性是什么吗？”

学生 5：“蚊子喜欢在有污水的地方生活和活动。”

学生 6：“苍蝇喜欢在不干净的场所飞来飞去，停留在食物上，还在食物上吐

唾沫。”

3. 教师：“那我们可以用什么方法对付它们呢？”

学生 7：“床上挂蚊帐。”（方法不错）

学生 8：“餐桌上的饭菜加盖防蝇罩。”（这样很卫生）

学生 9：“用蝇拍打苍蝇。”（这需要你的耐心）

学生 10：“往身上涂抹驱蚊花露水。”（用它的香味驱赶，方法实用）

学生 11：“用苍蝇纸，用灭蚊灯，点蚊香……”（你的方法真多呀！）

学生 12：“用雾状杀虫剂来灭蚊。”（用时一定要注意安全）

4. 教师：“同学们真爱动脑筋，能想到这多的好方法。但是，在使用杀虫剂时，我们一定要注意安全！”（教师展示以下 PPT 内容）

杀虫气雾剂是易燃易爆物品，成分具有一定的毒性。如不注意，容易危及家人的健康。

正确的使用方法是：对准害虫直接喷射，或者关闭门窗，向空间各方向随意喷射，使房间内布满药雾，数分钟内可使蚊蝇等飞虫死亡，10 分钟后打开门窗，通风后方可进入室内。

5. 教师：“同学们，我们身边的害虫多种多样，除了蚊子和苍蝇外，家庭常见的害虫还有蟑螂、蜘蛛、螨虫、跳蚤、白蚁等……”（教师播放由教材 P41 表格制成的 PPT，一一介绍害虫的出没地点、习性以及消灭方法，引导学生分小组讨论并将 P38 生活习性、P39 的消灭方案表格填写完整）

6. 教师：“消灭家庭害虫方案确定后，请大家回家和爸爸妈妈一起讨论方案是否可行，然后利用周末时间，在爸爸妈妈的指导下进行灭虫吧！记得对发现的害虫和消灭的害虫进行拍照记录哟！”

课时 2

活动 4 成果展示

设计意图：通过指导学生展示劳动成果，享受劳动带来的快乐和成就感，激发学生的劳动自豪感。

教学步骤：由于这次劳动课只设计了方案，实施方案作为家庭作业要求学生完成，教师请学生在家完成消灭害虫之后，拍照并打印成果照片贴在方框内。教师引导学

生分享消灭害虫的过程以及效果。

活动 5 我能做得更好

设计意图：通过学生评价自己在劳动过程中的表现，反思自己是否掌握了劳动技能，增强主动参与劳动的兴趣。

教学步骤：

1. 教师：我们这节课的劳动实践已经结束了，你在这次活动中表现如何？请根据实际情况给自己点赞吧。

2. 教师在 PPT 上展示：①我知道家里的害虫的种类和分布情况。

②我了解这些害虫的生活习性。

③我能和爸爸妈妈合作完成灭虫工作。

④我的灭虫方法效果良好。

3. 教师让学生评价自己的表现情况，给书上的大拇指涂上颜色。（三个大拇指表示优秀，两个大拇指表示良好，一个大拇指表示还需努力）

活动 6 收获小心得

设计意图：培养学生在回顾和反思中细心观察、留心身边事物及用劳动创设洁净的生活、学习环境意识和公共卫生安全意识。

教学步骤：

1. 教师提出问题“学习了本课，你有什么收获和感悟呢？”

2. 学生分小组讨论，每组派一名学生起来发言，总结自己所在小组的讨论结果。（若学生有说得不完整或表述不清楚的地方，教师可进行补充和完善。教师引导学生将心得写在课本中的方框里）

劳动小帮手

设计意图：巩固课堂所学，帮助学生了解“家庭常见害虫图鉴”，整理、巩固课堂所学知识。

教学步骤：

1. 教师将劳动小帮手中的“家庭常见害虫图鉴”制作成 PPT，并给学生展示。

2. 教师引导学生一边看 PPT 展示的内容，一边回顾本节课的劳动技能要点。

3. 通过前面的回顾，让学生反思自己在本次劳动实践过程中还有哪些地方没有做好。

4. 请同学分享自己还需改进的地方。

5. 教师总结：“通过本节课的学习，我们不仅认识了各种家庭害虫，还掌握了它们各自的生活习性和消灭方法。希望你们在平时的生活中，多留心、多观察，积极动脑解决问题，用劳动创设洁净安全的生活环境。”

教学加油站

家庭害虫防治方法

1. 蟑螂

潮湿、阴暗和温暖是蟑螂滋生的三大环境条件。所以，保持居室的干燥、明亮和通风是消灭蟑螂的有效方法。另外，经常在蟑螂容易滋生的地方喷洒杀虫剂或使用毒饵，也可在一定程度上消灭这类害虫。

2. 老鼠

常用的防治老鼠的方法有：

- (1) 在老鼠经常出没或必经的地方安放捕鼠器；
- (2) 用水泥或金属条封住老鼠洞，以封其“粮仓”，绝其后路；
- (3) 在存放粮食、食物等的地方放置坚果等诱饵，并混入老鼠药。

注意：鼠药是一种毒性较强的毒药，使用时一定要保证家人的安全，有小孩子和养宠物的家庭尤其要注意这一点。

3. 蚊子

黑暗处和脏污处容易滋生蚊子，要防治这类害虫，应该着重清理它易滋生的地方，如下水道口、居室的角落、橱柜与墙及地板的隔缝、深色的盆罐等。另外，给门窗钉上纱窗、在室内点蚊香等也可以有效减少室内的蚊子数量。

4. 苍蝇

要想对付“无处不在”的苍蝇，及时清理家中的垃圾是必须要做到的。而对于附近有垃圾堆的家庭，要时不时给垃圾堆喷洒杀虫剂，以杀死蝇卵和蛆。另外，给窗户都装上纱窗也能有效防止家中出现苍蝇。

5. 蚂蚁

防治蚂蚁切记一定不能乱放食物。可以把食物放到密封的容器中，并及时清扫食物的碎屑，此外，经常用杀蚁剂喷洒房屋的各个角落、缝隙处，也能够比较有效地防治蚂蚁。

6. 跳蚤

跳蚤通常在猫、鸟等动物身上滋生。如果家中养有宠物的话，要经常给宠物洗澡。对于已经发现跳蚤的居室，则可用吸尘器彻底清扫房子，并喷洒杀虫剂。

注意：

(1) 猫的身上容易长跳蚤，狗的身上几乎不长跳蚤；

(2) 一般来说，八、九月是跳蚤较活跃的时候，养宠物的家庭应该在这个时候加强防范；

(3) 长跳蚤的猫躺卧过的软家具如沙发、地毯、床等也容易生蚤，所以应及时处理。

7. 臭虫

一般的杀虫剂都能够较有效地防治臭虫，因此在经常有臭虫出没的地方喷洒杀虫剂，就能比较彻底地驱除这类害虫。

8. 地毯甲虫

地毯甲虫以羊毛织物为食，常会把地毯、天然织物等蛀出一个个虫洞来。要想防治这类害虫，用吸尘器吸除地毯上的灰尘和绒毛，消除它的滋生环境是一个不错的办法。另外，清洗有地毯甲虫的毯子、衣物，并隔上相对较长的一段时间再使用。给地板缝隙处喷洒杀虫剂和地毯甲虫杀灭剂等也都能有效地防治这类害虫。

9. 蛀木虫

蛀木虫对木质家具有极大的危害，要防止该类害虫对家具的破坏，可在家具表面涂上一层蛀木虫杀灭剂或者有杀虫作用的家具罩面漆，如果家具已经生了蛀木虫的话，也可将杀灭剂直接注入蛀洞中。

10. 噬书虫

噬书虫是一类以书籍背脊的胶和微小霉菌为食的害虫，由于食物的原因，一般来说愈是潮湿的地方就越容易滋生该害虫。因此，防治此害虫的好办法就是保持房间的通风、干燥，必要时还可喷洒适当的杀虫剂。

教学评价目标

评价目标	水平 1	水平 2	水平 3
掌握家庭害虫的种类和习性，了解家庭害虫的危害，掌握杀灭家庭害虫的方法，完成家庭害虫的消灭工作	掌握家庭害虫的种类和习性，了解家庭害虫的危害	掌握家庭害虫的种类和习性，了解家庭害虫的危害，掌握杀灭家庭害虫的方法	掌握家庭害虫的种类和习性，了解家庭害虫的危害，掌握杀灭家庭害虫的方法，能完成家庭害虫的消灭工作
养成细心观察身边事物的好习惯，具有良好的解决生活实际问题的能力，具有用劳动创设洁净的生活、学习环境的意识和公共卫生安全意识	具有细心观察身边事物的好习惯	具有细心观察身边事物的好习惯和良好的解决生活实际问题的能力	养成细心观察身边事物的好习惯，具有良好的解决生活实际问题的能力，具有用劳动创设洁净的生活、学习环境的意识和公共卫生安全意识

第七课 家庭小医生

教学背景

课程意义

本课内容属于教育部《义务教育劳动课程标准（2022年）》中第二学段（3~4年级）的任务群1——整理与收纳。在本学段中通过本课的教学，让学生认识常用药品，学会辨认过期药品，会根据家庭需要整理药品清单，制作温度表和急救卡，会拨打120急救电话准确说明情况。本课要求学生在劳动观念方面，要养成做事有条理、整理有方法、收纳有规律的习惯。在劳动能力方面，学生要掌握家庭常用药品的整理，会制作温度表、急救卡，会拨打120急救电话准确说明情况。在劳动习惯和品质方面，学生能体验到劳动的快乐，养成认真负责、有始有终的品质。在劳动精神方面，初步形成不畏困难的精神。

教学目标

- 1. 行为目标：**辨认家庭常用药和过期药品，会根据家庭需要整理药品清单，制作每日体温表、急救卡，会拨打120急救电话准确说明情况。
- 2. 认知目标：**培养学生做事有条理、整理有方法、收纳有规律的习惯以及从各种渠道获得信息的能力、动手能力，提升遇到突发情况的临场应变能力和表达能力。

教学重难点

- 1. 重点：**辨认家庭常用药品、制作急救卡、模拟拨打120急救电话情景对话。
- 2. 难点：**辨认家庭常用药品，模拟拨打120情景对话。

教学准备

- 1. 课时：**1~2课时
- 2. 场地：**教室

3. 课前准备:

(1) 教师准备: PPT。

(2) 学生准备: 课前列出家庭过期药品清单、查询资料了解自己家庭需要的日常药品清单, 家人身体情况, 相关疾病基础知识; 硬卡纸、剪刀、马克笔等。

教学过程

劳动最光荣

设计意图: 激发兴趣, 导入本课主题。

教学步骤:

1. 教师请一名同学起来朗读新闻故事。

2. 教师提问: “同学们, 你从这个故事收获了什么呢?” 请几名同学起来分享。

3. 教师小结: “大家都说得很好, 我们在家里应该做自己力所能及的事情。这个故事中妞妞学习了很多预防疾病的小知识, 还制作了每日体温表格, 监测家人体温。从小就有医学常识的孩子一般会有良好的卫生习惯和生活习惯, 我们要向妞妞学习。”

劳动伴我行

活动1 填一填

设计意图: 通过课前布置整理过期药品和表格填写, 查询家庭常用药品, 并通过课堂分享的形式, 培养学生的整理能力、获取信息的能力以及动手能力。

教学步骤:

1. 教师: “健康的身体对每个人来说都是一笔珍贵的财富。你知道怎样照顾自己, 关心家人吗? 让我们走进本次活动, 学习做一个尽职尽责的家庭小医生, 为家人的健康护航吧! 课前我们安排了同学们回家整理家里的过期药品, 并填写表格。同学们都整理出了哪些过期药品呢?” (教师请几名同学起来分享)

2. 教师: “药盒、药瓶上都有生产日期、产品批号及有效期至×××等字眼。但要注意, 药品的失效期并不是有效期至×××标示日期的当天, 而是该标示日期对应的前一天, 例如‘有效期至2021年10月31日’, 那么该药品的实际失效期应是2021年10月30日。如果药品有效期只标注月份, 没写具体日期, 则该药可用至有

效期最末月的月底，例如‘有效期至 2021 年 10 月’代表只能使用到 2021 年 10 月 31 日。还有一种情况是只标明失效期某年某月，指该药在该年该月的 1 日起失效，例如‘失效期 2021 年 10 月’，代表只能使用到 2021 年 9 月 30 日。”

3. 教师将以下内容制成 PPT 播放并讲解。

过期药品的典型危害主要有：

(1) 疗效降低。药品过期后，其有效成分含量降低，发挥不出原来药效，还可能耽误病情。比如，过期抗生素或抗病毒药不仅不能完全杀死细菌或防御病毒，反而会造成耐药问题。

(2) 成分改变。存放时间过长会导致药品化学成分改变，甚至会分解出一些有害物质损害人体。比如，维生素 C 在空气中放置时间过长，容易被氧化变为黄色，氧化后的维生素 C 对人体有害；磺胺类、青霉素类药品过期，易引发过敏和休克；过期四环素中含有的降解产物毒性比四环素强数十倍，可导致肾小管功能损害。

(3) 药效全无。有些药物吸潮或脱水后，进入人体无法分解，使人体难以吸收其中有效成分，导致药效全无。

(4) 发生霉变。有些中成药尤其是颗粒剂、蜜丸等剂型，放置过长时间，在一定温度下会发生难以用肉眼辨识的霉变，成为细菌滋生的温床。

教师小结：“所以，我们一定要定期清理家庭药箱，不要把过期药品留在身边。”

活动 2 家庭药箱清单

设计意图：通过学生询问家人或网络查询的方法准备家庭药箱的清单，培养学生获取信息的能力。

教学步骤：

1. 教师：“为了更好地治疗日常疾病和照顾家人，除了需要有专业的医学常识，还需要准备一些常用的医用工具和药品。课前已经安排同学们在家询问家人和通过网络查询的方式填好了家庭药品清单表格，请同学们分享一下自己的清单吧。”（学生自由分享）

2. 教师一边播放 PPT，一边小结。

小结：“同学们的分享很精彩。平时家庭中常备基本药品包括针对头痛、发烧、腹泻、消化不良的药物，要注意选择较安全、用法简单的药物，并且尽量做到少而精，详细可见下表：

类别	药品
感冒药	酚麻美敏片、复方盐酸伪麻黄碱缓释胶囊、连花清瘟、正柴胡
解热镇痛药	布洛芬、对乙酰氨基酚
止泻药	小檗碱（黄连素）、蒙脱石散
助消化药	复方消化酶、健胃消食片

（此表做成PPT播放）

另外，家庭配备小药箱最关键的一点，是根据家庭成员组成及个人健康情况，进行个性化的配备。例如：

（1）家有高血压、冠心病的老人，除了配备常用降压药、冠心病药物外，要配备硝苯地平普通片、硝酸甘油片等；

（2）家有糖尿病患者，除配备降糖药外，要配备葡萄糖，防止致命低血糖不良反应发生；

（3）家有哮喘病人，一定要配备短效扩张支气管气雾剂，如沙丁胺醇气雾剂；

（4）容易过敏的人要配备氯雷他定、西替利嗪、依巴斯汀等常用抗过敏药物；

（5）家有儿童，需要格外注意选择儿童可用的药品，尽量单独为儿童设置一个药箱，避免混入儿童禁用药品。儿童可用的基本药品有：解热镇痛药——布洛芬、对乙酰氨基酚；止泻药——蒙脱石散。禁用成人感冒药，禁用氨基糖苷类及喹诺酮类抗菌药物。

活动3 动手

设计意图：通过让学生自制温度表和急救卡，培养学生的动手操作能力。

教学步骤：

1. 教师：“同学们会使用温度计吗？在流行感冒盛行的季节我们最好每天都测量体温，家里患有某些疾病的老年人还应该随身携带急救名片，若老人发生意外，医生可以根据急救名片的提示，及时给予有效的急救措施。今天我们就来为家人设计一个每日体温表和一张急救名片吧！同学们根据自己家人的身体情况，结合课前查询的资料来制作急救名片！”

2. 教师将每日体温表和急救卡的模板制成PPT，并给学生展示，学生参考制作。

3. 教师巡查指导，并拍照记录。

4. 教师：“同学们制作的体温表和急救卡真是创意十足，丰富多彩。做好了体温表和急救卡，同学们回到家后，快快给家人用起来吧！”

活动 4 情景模拟

设计意图：通过模拟家中突发状况，让学生学会拨打 120 急救电话并准确清晰地描述情况，培养学生应对突发状况的临场应变能力和表达能力。

教学步骤：

1. 教师：“遇到突发情况需急救，拨打 120 急救电话是常识。你知道怎么才能准确清晰地跟接线员说明情况吗？请看这个案例。”（教师将以下内容制成 PPT，并给学生展示）

【错误示范】

路人 A 见一人躺在地上一动不动，不敢上前询问具体情况，于是便拨打了 120 急救电话。

120 调度员：“您好，这里是‘120’急救中心，请问需要急救车吗？”

路人 A：“喂，路口这里有人晕倒了，你们快来人呀……”

路人 A 挂断电话，120 调度员回拨电话。

120 调度员：“您好，请问您现在所在的具体位置在哪里？”

路人 A：“我就在一个很大的十字路口，这里有一个亭子。”

120 调度员：“你好！请问你那边的路牌显示什么或有无标志性建筑？”

路人 A：“哦！我看到这里的路牌是 XXX 路，还有个公交站，写着 XXX 站。”

120 调度员：“好的，我们现在安排救护车，请您在路边接车，见到救护车请挥手示意。”

路人 A：“啊，我帮他打完‘120’就走啦……”

2. 教师提问：“上述案例中的路人 A 犯了哪些错误？”（学生自由回答）

3. 教师小结：“上述案例中的路人 A 在拨打急救电话的过程中出现了三个错误：（1）未等调度员询问具体情况就匆忙挂断电话。（2）没有第一时间准确告知事发详细地址。（3）没有等到急救人员到场便离开现场。在这里，有个非常好记的‘三四一’口令，即：三告知、四做到、一注意。大家按照这个口令的要求，就能准确清晰地跟 120 调度员说明情况了。”（教师播放“三告知、四做到、一注意”的 PPT，资料见“教师加油站”）

4. 教师：“我们可以先读一读书上 P48 的范例，然后画出里面的关键信息。”
（教师请一名同学朗读范例，读后再请另一名同学找出关键信息后，组织学生进行同桌间的情景模拟）

活动 3 成果展示

设计意图：通过展示劳动成果，享受劳动带来的快乐和成就感，激发学生的劳动自豪感。

教学步骤：课后教师分享照片，学生将成果照片打印后贴到方框内或将本课学到的知识写在方框中。

活动 4 我能做得更好

设计意图：学生通过评价自己在劳动过程中的表现，反思自己是否掌握了劳动技能，增强主动参与劳动的兴趣。

教学步骤：

1. 教师：我们这节课的劳动实践已经结束了，你在这次活动中表现如何？请根据实际情况给自己点赞吧。

2. 教师在 PPT 上展示：①我知道家庭常备药物有哪些。

②我会使用温度计。

③我会制作急救卡。

④我会拨打 120 急救电话。

3. 教师让学生评价自己的表现情况，给书上的大拇指涂上颜色。（三个大拇指表示优秀，两个大拇指表示良好，一个大拇指表示还需努力）

活动 5 收获小心得

设计意图：引导学生在回顾和反思中懂得照顾家人、关心家人，能主动承担一些力所能及的家庭劳动。

教学步骤：

1. 教师提出问题“学习了本课，你有什么收获和感悟呢？”

2. 学生分小组讨论，然后每组派一名同学起来发言，总结自己所在小组的讨论结果。（若学生有说得不完整或表述不清楚的地方，教师可进行补充和完善）

3. 教师总结：“通过本节课的学习，我们不仅认识了家庭常用药物，学习制作了每日体温表和急救卡，还练习了如何拨打 120 急救电话准确描述突发情况。希望大家能够利用学习到的知识，多关心家人，照顾家人，积极主动承担一些力所能及

的事。”（教师引导学生将自己的收获写在课本中的方框里。）

劳动小帮手

设计意图：拓展补充知识，帮助学生掌握使用水银温度计测量体温的本领，提高学生的劳动能力，自主体验劳动的乐趣。

教学步骤：

1. 教师将劳动小帮手中的“怎样用水银体温计测量体温”制作成 PPT，展示给学生。
2. 教师引导学生一边看 PPT 展示的内容，一边回顾本节课的劳动技能要点。
3. 通过前面的回顾，让学生反思自己在活动过程中还有哪些地方没有做好。
4. 请同学分享自己还需改进的地方。
5. 教师总结：“孩子们，我们是家庭中的一员，家人的健康牵动着我们的心，主动积极地参与到家庭劳动中，帮助家人更健康地生活，是我们作为家庭一分子的义务和责任！”

教学加油站

三告知、四做到、一注意

三告知

1. 告知患者主要症状：拨打电话的人要用简短的语言，描述患者目前最主要、最急需解决的问题，可按“部位+不适症状+持续时间”三要素描述。如患者胸口痛 10 分钟；突然一边手脚无力半小时；头晕头痛半小时；两分钟前跌倒，头正在流血等，还可加上患者既往病史，如高血压、糖尿病等。

2. 告知事发地详细地址：第一时间告知调度员现场的详细地址，如 xxx 区、xxx 街、xxx 号、xxx 房。如果不知道详细地址，可以将最近的路牌、公交站牌、标志性建筑等作为参照物告知调度员。

3. 告知接车人电话：告知路边接应救护车人员的电话。

四做到

1. 做到保持电话通畅：保持拨打“120”或接车人员的电话通畅，勿占线，急救人员随时会电话联系，询问现场情况。

2. 做到有接车人员：接车人员要提前到最近路口接应，见到救护车后挥手示意，如遇光线较暗，可打开照明设备（如电筒、手机等）闪烁示意，以便医护人员尽快到达现场急救。

3. 做到提前准备就医资料：患者家属可将患者的病历、医保卡、近期检查结果、常用药等备好一同带到医院，如过量服药、食物中毒等，应同时携带可疑物品。

4. 做到及时自救互救：在等待救护车到来的时间，现场人员可采取简单的急救措施。

若患者突发急性胸痛，应让其就地休息或平卧。若患者血压高于 140 毫米汞柱，可舌下含服硝酸甘油。若外伤出血，可用干净衣物或毛巾盖住伤口，并稍用力按压止血。若被烧伤烫伤，可用流动水对伤口进行持续冲洗降温。若出现呕血或呕吐时，将患者头偏向一侧，防止窒息，禁止喂食或水。如异物堵塞喉咙，可采用海姆立克急救法。当患者出现呼吸、心跳停止时，应立即进行心肺复苏，并尽可能获取和使用自动体外除颤器。

一注意

如遇到交通事故、火灾、存在安全隐患或纠纷等特殊情况下，应同时拨打“119”“110”等报警电话，呼叫相关人员协助处置。

记住“三四一”口令，正确拨打“120”，可以让你身边的人得到更快速、高效的急救服务。

教学评价目标

评价目标	水平 1	水平 2	水平 3
能辨认家庭常用药品和过期药品，会根据家庭需要整理药品清单，制作每日体温表、急救卡，会拨打 120 急救电话准确说明情况	能辨认家庭常用药品和过期药品，会根据家庭需要整理药品清单	能辨认家庭常用药品和过期药品，会根据家庭需要整理药品清单，制作每日体温表、急救卡	能辨认家庭常用药品和过期药品，会根据家庭需要整理药品清单，制作每日体温表、急救卡，会拨打 120 急救电话准确说明情况
具有做事有条理、整理有方法、收纳有规律的习惯，能从各种渠道获得信息，有良好的动手能力和遇到突发情况的临场应变能力、表达能力	具有做事有条理、整理有方法、收纳有规律的习惯，能从各种渠道获得信息	具有做事有条理、整理有方法、收纳有规律的习惯，能从各种渠道获得信息，有良好的动手能力	具有做事有条理、整理有方法、收纳有规律的习惯，能从各种渠道获得信息，有良好的动手能力和遇到突发情况的临场应变能力、表达能力

第八课 煮饺子

教学背景

课程意义

本课内容属于教育部《义务教育劳动课程标准（2022年）》中第二学段（3~4年级）的任务群3——烹饪与营养。通过本课的教学，让学生了解饺子的历史和由来，掌握煮饺子的基本步骤和技巧，独立完成煮饺子任务。本课要求学生在劳动观念方面，通过煮饺子，体会劳动带来的快乐。在劳动能力方面，了解煮饺子的基本步骤和技巧，会独立煮饺子，提高动手实践能力。在劳动习惯和品质方面，培养学生爱观察、爱思考、勤总结的良好习惯，养成做事认真仔细、有始有终的良好品质。在劳动精神方面，培养学生的团队合作精神和热爱劳动和不怕累的劳动精神。

教学目标

- 1. 行为目标：**让学生了解饺子的由来和历史，掌握煮饺子的基本步骤和技巧，会自己煮饺子。
- 2. 认知目标：**学会观察、思考和总结，提高学生的饮食文化素养和生活自理能力，培养学生的团队合作精神和热爱劳动和不怕累的劳动精神。

教学重难点

- 1. 重点：**煮饺子的基本步骤和技巧。
- 2. 难点：**煮饺子的基本步骤和技巧，培养生活自理能力。

教学准备

- 1. 课时：**1~2 课时
- 2. 场地：**劳动实践活动室
- 3. 课前准备：**
 - (1) 教师准备：**PPT, 包好的饺子（或速冻饺子），调料，锅，筷子和勺子等。

(2) 学生准备：课前查询煮饺子的方法和流程。

教学过程

劳动最光荣

设计意图：激发兴趣，导入本课主题。

教学步骤：

1. 教师请一名学生起来朗读 P51~P52 的劳动小故事。
2. 教师提问：“这则故事提倡的是什么？”学生分小组讨论，每个小组推荐一位同学起来分享。
3. 教师小结：“这个故事讲述了一个孩子早起为父母准备早餐的温馨经历。孩子通过自己的努力和创意，给父母带来了惊喜和感动。这种行为体现了孩子对父母的关心，也展示了孩子愿意承担家务劳动的积极态度。作为学生，我们应该学习向这个故事中的主人公学习，关心、照顾父母，做力所能及的家务劳动。这不仅能够减轻父母的负担，让他们感受到我们的关爱和孝心，还能够培养我们的自理能力和责任感。让我们成为家庭的小帮手，为家庭的和谐与幸福贡献自己的力量。”

劳动伴我行

活动 1 饺子的由来

设计意图：通过师生问答的方式，介绍饺子的历史和由来，提高学生的饮食文化素养。

教学步骤：

1. 教师：“同学们，饺子是中国的传统美食，每到过年过节，很多人家都会煮饺子吃。同学们喜欢吃饺子吗？从和面、调馅、包饺子到下锅煮饺子，每一个步骤都有相应的方法和技巧，哪位同学可以跟大家来说一说？”（学生自由分享）
2. 教师：“看来大多数同学都包过饺子，那同学们知道饺子的由来和历史吗？”（学生自由分享）
3. 教师小结：“饺子的历史可以追溯到中国古代的南北朝时期。据传，当时有一位名医叫作张仲景，他看到很多人由于寒冷的天气造成耳朵冻伤，便想发明一种可以保暖的食物。于是，他使用面皮包裹着羊肉、辣椒、驱寒中草药等食材，煮成

了‘娇耳汤’，也就是我们今天所说的饺子。人们吃了娇耳汤后，耳朵便不会被冻伤，从而也流传出了“冬至不端饺子碗，冻掉耳朵没人管”的俗语。而随着时间的推移，饺子逐渐成为中国传统文化中不可或缺的一部分。在春节、端午节和中秋节等传统节日里，人们都会吃饺子。尤其是在北方地区，饺子更是成为家家户户过年必备的传统食品之一。”

活动2 准备工作

设计意图：课前通过上网或者询问的方式，让学生了解煮饺子的方法和流程，培养学生获取信息的能力及为后面的劳动实践做理论准备。

教学步骤：

1. 教师：“课前安排了同学们在家里以上网查询或者询问的方式，了解煮饺子的方法和流程，现在哪些同学愿意分享一下应该怎样煮饺子？”（学生自由分享）

学生1：“我知道，就是把饺子放进锅里，加点水，然后煮到饺子浮起来就代表煮熟了。”

教师：“很好，你提到了基本的步骤，但是煮饺子的过程中需要注意的问题还有很多。比如，加多少水才合适？什么时候才能放饺子？火候应该怎么控制？为什么饺子要浮起来才算煮熟？这些问题都关系到煮出来的饺子是否美味。”

学生2：老师，为什么饺子要浮起来才算煮熟呢？

教师：“问得好！这是因为当饺子里的馅料受热膨胀后，密度变小，所以就会浮到水面上来。同时，通过观察饺子是否浮起来，我们也可以判断火候是否适中，避免饺子煮过头或者煮不熟。”

学生3：“那我们什么时候开始动手煮饺子呢？”

教师：“别急，我们先来了解一下煮饺子的基本步骤和注意事项，然后再一起动手实践。通过今天的学习，我相信大家都能掌握煮饺子的技巧，做出美味的饺子来。”

2. 教师使用多媒体课件，向学生展示煮饺子的基本步骤和技巧，包括火候和水量控制，饺子下锅的时间和方式等。（教师将“劳动小帮手的”中的《煮饺子的步骤》制成PPT给学生展示）

3. 教师向学生讲解煮饺子的常见错误和解决方法，如煮破饺子皮、饺子粘连等。

4. 教师邀请学生提出问题，对问题进行解答和补充。

5. 教师引导学生将煮饺子需要准备的物品填写在P53的方框中。

6. 教师小结：“煮饺子虽然看似简单，但是也有许多需要注意的地方。我们要注意火候和水量的控制，注意饺子下锅的时间和方式，以及如何处理饺子粘连等问题。希望同学们在家也能尝试煮饺子，提升自己的生活技能。”

活动3 煮饺子

设计意图：通过学生自己动手煮饺子，培养学生的团队合作精神，提高学生的动手能力和生活自理能力。

教学步骤：

1. 教师将学生分成几个小组，每个小组组内合作煮一锅饺子。（小组内成员分工合作，有的负责准备锅和水，有的负责准备饺子和烹饪工具，有的负责煮饺子。在煮饺子的过程中，教师巡视指导，并拍照记录，及时纠正学生的错误操作，并引导学生观察和思考，总结煮饺子的经验和技巧）

2. 各小组完成煮饺子任务后，教师问：“你们在煮饺子的过程中遇到了哪些问题？”（每组请一名同学起来总结）

学生4：“我觉得我们小组煮的饺子很好吃，皮很软，馅也很鲜美。但是在煮的过程中，有几个饺子煮破了，可能是因为火太大了。”

教师：“你们总结得很好。火候确实是煮饺子的一个关键因素。下次可以尝试调整火候，或者在放入饺子前先将水稍微降温一些，这样可以减少饺子煮破的可能性。同时，大家也要注意观察饺子的变化，及时调整煮饺子的方法和技巧。”

学生5：“我觉得我们小组在分工合作方面做得很好，每个人都明确自己的任务，而且都很认真地完成了。但是在煮饺子的过程中，我们有些手忙脚乱，没有很好地配合。”

教师：“是的，分工合作是非常重要的，但是配合默契也同样重要。下次可以尝试提前商量好每个人的任务，并在煮饺子前进行一些模拟练习，这样可以提高大家的配合默契度。”

3. 总结评价后，各小组相互品尝饺子，学生交流、讨论、评价各小组饺子的口感。教师引导学生思考煮饺子的经验和技巧，并鼓励学生在日常生活中多动手实践。

4. 布置作业：教师让学生回家后，自己动手为父母煮一次饺子，记录煮饺子的过程和感受，并拍照或把感想记录下来。

活动 4 成果展示

设计意图：通过指导学生展示劳动成果，享受劳动带来的快乐和成就感，激发学生的劳动自豪感。

教学步骤：教师请学生课后把在家中煮饺子的相关照片贴在方框中。

活动 5 我能做得更好

设计意图：学生通过评价自己在劳动过程中的表现，反思自己是否掌握了劳动技能，增强主动参与劳动的兴趣。

教学步骤：

1. 教师：我们这一课的劳动实践已经结束了，你在这次劳动实践中表现如何？请根据实际情况给自己点赞吧。

2. 教师在 PPT 上展示：①我了解煮饺子的方法。

②我能独立煮饺子。

③我煮的饺子味道鲜美。

3. 教师让学生评价自己的表现情况，给书上的大拇指涂上颜色。（三个大拇指表示优秀，两个大拇指表示良好，一个大拇指表示还需努力）

4. 教师：“想一想在煮饺子的过程中，你在哪些方面可以进一步提升？”（教师引导学生将问题答案写在 P55 方框中）

活动 6 收获小心得

设计意图：引导学生在回顾和反思中体会团队合作精神，形成热爱劳动和不怕累的劳动精神。

教学步骤：

1. 教师提出问题：“学习了本课，你有什么收获和感悟呢？”

2. 学生分小组讨论，然后每组派一名同学起来发言，总结自己所在小组的讨论结果。（若学生有说得不完整或表述不清楚的地方，教师可进行补充和完善）

3. 教师总结：“同学们，今天我们的实践活动非常成功。通过煮饺子这个简单的活动，我们不仅学会了如何煮饺子，还提高了分工合作、观察思考等重要的能力。希望大家能够在日常生活中多动手实践，积累更多的经验和技巧。（教师引导学生将心得写在课本中的方框里）

劳动小帮手

设计意图：巩固课堂所学，帮助学生掌握煮饺子的相关知识和技能，提高学生的劳动能力，自主体验劳动的乐趣。

教学步骤：

1. 教师将劳动小帮手中的“煮饺子的步骤”制作成的PPT，并给学生展示。
2. 教师引导学生一边看PPT展示的内容，一边回顾本节课的劳动技能要点。
3. 通过前面的回顾，让学生反思自己在实践过程中还有哪些地方没有做好。
4. 教师请学生分享自己还需改进的地方。
5. 教师总结：“孩子们，我们是家庭、学校和社会中的一员，我们学习了煮饺子后，可以增加生活技能，提高自理能力，培养团队合作意识，增强家庭责任感。同时，家务劳动也是一种锻炼身体的方式，有益于我们的身心健康。回到家后，希望同学们用实际行动来回报父母的养育之恩，用关心和照顾来表达我们对他们的爱和感激之情！”

教学加油站

饺子不破皮的绝招

饺子，这种传统的中华美食，无论是逢年过节还是日常生活，都是人们餐桌上的“常客”。饺子馅料的美味，使得它深受各个年龄段人士的喜爱。然而，在煮饺子的过程中，饺子皮破掉、馅料流失，是很多人经常遇到的问题。那么，如何才能确保饺子不破皮、保持完整的形态呢？

首先，我们需要明白饺子破皮的原因。饺子在煮的过程中破皮，主要是因为饺子皮的韧性不足，或者是煮饺子的水温不适宜，或者是饺子在放入锅中时的操作不当。因此，要煮出不会破皮的饺子，我们需要从以下三方面来进行调整。

饺子皮的挑选和准备是关键的第一步。首先，我们应该选择高质量的面粉来制作饺子皮。高质量的面粉蛋白质含量高，制作出的饺子皮更有韧性，更不容易破皮。其次，在制作饺子皮的过程中，应该尽量做到饺子皮厚薄均匀，过薄的饺子皮在煮的过程中容易破，而过厚的饺子皮则影响口感。在擀饺子皮的时候，要均匀施力，避免饺子皮出现厚薄不均的情况。

其次，控制好煮饺子的水温也是关键。一般来说煮饺子的水温应该保持在90度左右，这个温度既可以保证饺子在煮的过程中不会破皮，也可以保证饺子馅的口感。如果水温过高，容易导致饺子破皮，如果水温过低，则容易导致饺子煮不熟，影响口感。在

煮饺子的过程中，我们可以通过加入少量的凉水来调整水温，保持水温的稳定。

再者，正确地将饺子放入锅中也是防止饺子破皮的关键。在将饺子放入锅中时，应该轻轻地将饺子放入，避免饺子在放入锅中时就破皮。在煮饺子的过程中，应该用勺轻轻地推动饺子，避免饺子粘锅，也可以防止饺子在煮的过程中破皮。

除了以上三方面的注意事项，我们在煮饺子的过程中还可以加入少许盐，盐可以提高水的渗透压，使饺子皮在煮的过程中更有弹性，更有韧性，不容易破皮。

教学评价目标

评价目标	水平 1	水平 2	水平 3
了解饺子的历史和由来，掌握煮饺子的基本步骤和技巧，能完成煮饺子任务	了解饺子的历史和由来，会合作完成煮饺子任务	了解饺子的历史和由来，掌握煮饺子的基本步骤，会合作完成煮饺子任务	了解饺子的历史和由来，掌握煮饺子的基本步骤和技巧，能很好地合作完成煮饺子任务
学会观察、思考和总结，提高饮食文化素养和生活自理能力，有良好的团队合作精神和热爱劳动和不怕累的劳动精神	有一定的观察、思考和总结能力，有一定的生活自理能力	有良好的观察、思考和总结能力，有良好的饮食文化素养和生活自理能力，有良好的团队合作精神和热爱劳动和不怕累的劳动精神	有良好的观察、思考和总结能力，有良好的饮食文化素养和生活自理能力，有良好的团队合作精神和热爱劳动和不怕累的劳动精神

第九课 电饭煲煮饭

教学背景

课程意义

本课内容属于教育部《义务教育劳动课程标准（2022年）》中第二学段（3~4年级）的任务群3——烹饪与营养。在本学段中通过本课的教学，让学生自己能够完成动手用电饭煲煮饭的任务。本课要求学生在劳动观念方面，能感受劳动的乐趣，形成珍惜劳动成果、爱惜粮食的优良品质；在劳动能力方面，掌握电饭煲煮饭的基本步骤和方法，掌握安全插电的劳动技能。在劳动习惯和品质方面，要培养学生遵守安全规范的劳动习惯和用劳动服务家庭的优良品质。在劳动精神方面，培养学生勤俭节约、不怕困难的精神。

教学目标

1. **行为目标：**掌握电饭煲煮米饭的详细流程及注意事项，学会安全插电的劳动技能，动手完成用电饭煲煮米饭的任务。
2. **认知目标：**感受劳动创造美好生活的乐趣，体悟劳动成果的来之不易，养成珍惜劳动成果、爱惜粮食的优良品质。

教学重难点

1. **重点：**电饭煲煮米饭的流程及注意事项。
2. **难点：**电饭煲煮米饭的注意事项。

教学准备

1. **课时：**1~2 课时
2. **场地：**教室
3. **课前准备：**
 - （1）教师准备：电饭煲煮米饭 PPT 及煮米饭视频。
 - （2）学生准备：课前了解电饭煲煮米饭的注意事项。

教学过程

课时 1

劳动最光荣

设计意图：激发兴趣，导入本课主题。

教学步骤：

1. 教师请一名学生起来朗读“劳动最光荣”中的故事。
2. 教师提问：“你们用电饭煲煮过饭吗？这个故事讲述了主人公尝试自己独立煮饭的过程，你觉得这个故事说明了什么道理？”请几名同学起来分享。
3. 教师小结：“这个故事描绘了主人公第一次煮饭的过程，这个过程充满了对劳动的尊重和对生活的热爱。他在面对新的挑战时，没有选择退缩，而是积极行动，这种勇于尝试的精神值得我们学习。通过劳动，我们能够更好地理解生活的意义，提高解决问题的能力和自我管理的能力。希望大家在劳动中成长，在劳动中收获，在劳动中提升自己的生活自理能力，从而更加热爱生活，珍惜生活。”

劳动伴我行

活动 1 说一说

设计意图：通过讨论家用厨房电器，让学生认识家庭常用厨房电器，认识电饭煲，引入课题。

教学步骤：

1. 教师：“大米是我们经常吃到的主食，说起第一个吃大米的人，那就不得不提到神农氏。大家都知道神农尝百草的故事，神农氏作为传说中第一个食用大米的人，他的吃法是将石块烧热，然后将大米放在上面加热做熟。今天，山西的特色小吃石子饼仍保持着这种原始的烹饪方式。后来，人们逐渐采用半煮半蒸的方式进行烹饪。秦汉时期，人们将蒸熟的米饭晒干，放进陶罐，等到要吃的时候直接泡水，很像燕麦片的吃法。你还知道大米有哪些吃法吗？”（请几名同学起来分享）
2. 教师：“同学们说得非常好，在现代社会的今天，我们有了更加便捷的烹饪方法，我们家里厨房中有各种各样的电器，可以烹饪各种各样的食物，同学们知道自己家厨房里的电器有哪些吗？你都认识它们吗？和同学们交流一下。”（学生交流后，教师一边播放 PPT 展示厨房电器，一边介绍各种厨房电器的功能和用途）

3. 教师小结：“厨房里的电器有电饭煲、冰箱、烤箱、洗碗机、抽油烟机、豆浆机等，它们各自都有不同的功能和用途，今天我们主要来学习一下怎么用电饭煲煮米饭。”

活动2 煮饭方法

设计意图：结合学生课前了解到的知识，教师通过讲授、视频演示规范操作步骤，让学生学会如何使用电饭煲煮米饭。

教学步骤：

1. 教师：“课前已经请同学们回家向爸爸妈妈请教怎么使用电饭煲煮米饭，现在请把你了解到的信息记录到 P61 的方框中吧！”

2. 教师播放电饭煲煮米饭的视频并讲解大致步骤：

第一步：量米。

根据吃饭的人数，先用量米杯量米，要注意分量。如果是 160ml 量米杯，两杯就可以满足一家三口。如果你们家的量米杯容量不一样的话，你可以向家人先请教一下。

第二步：淘米。

淘米是为了洗去米中的杂质，注意不可过于用力搓洗。

第一遍：加水轻轻搓洗

将米放在大碗里，加适量水，用手轻轻搓洗一遍。

第二遍：第二次加水搓洗

将淘米水倒掉，再加入适量水，用手轻轻搓洗一遍。

第三遍：将第二遍淘米水倒掉，再加入适量水，轻轻搓洗，最后将淘米水倒掉。

教师提示：大米不是洗的次数越多越好，因为洗的次数越多，越干净，大米的营养就会流失，所以洗三遍就可以了。

第三步：加水。

米淘好之后，我们将米倒进电饭锅内胆里，再往里面加入适量的水，水位大约比米高出 1.5~2 厘米。以我们的食指指尖轻轻碰到米即可，注意不是插入锅底哦，水位大约在食指的第一指节处。或者观察电饭锅内胆的水位线，即一杯米对应的水位线。

教师提示：由于大米的产地及每个人的口味不同，加水量也会略微不同，同学们在开始学煮饭的时候水量可能掌握得不够好，没有关系，我们可以慢慢调整，积累经验，比如上次的米饭煮熟后偏软，我们可以在下次少加一点水。

第四步：插电煮饭。

加好水后，将电饭锅内胆外面的水用干抹布擦干净，并将其放进电饭锅里，盖上盖子。接着接通电煲的电源线。首先将电源线没有金属片一头插到电饭锅上面，再将电源线另外一头（有金属片）插到电饭锅底座位置，这里一定要注意在插电过程中要保持手部干燥，并且手不能接触电源线的任何金属部分。另外，插电的过程要在大人的陪同下完成。通电正常后，电饭煲会亮灯，按下电饭煲电源键即可开始煮饭。大约半个小时到 40 分钟米饭就煮好了，电饭锅指示灯会自动跳到保温状态，保温 10 分钟左右，米饭会更加美味可口。

3. 教师：“我们了解了电饭煲煮米饭的步骤，现在请同学们将流程记录在 P62 的方框中。”

4. 布置作业：学生回家后用电饭煲为父母做一顿香喷喷的大米饭，并拍照记录自己的劳动成果，打印照片。

课时 2

活动 4 成果展示

设计意图：通过展示劳动成果，享受劳动带来的快乐和成就感，激发学生的劳动自豪感。

教学步骤：教师引导学生分享自己的劳动过程、经验和成果照片，学生将照片贴在方框中。

活动 5 我能做得更好

设计意图：通过学生评价自己在劳动过程中的表现，反思自己是否掌握了劳动技能，增强主动参与劳动的兴趣。

教学步骤：

1. 教师：我们这节课的劳动实践已经结束了，你在活动中的表现如何？请根据实际情况给自己点赞吧。

2. 教师在 PPT 上展示：①我能做到安全用电。

②我的煮饭步骤正确。

③我煮的米饭软硬适中。

3. 教师让学生评价自己的表现情况，给书上的大拇指涂上颜色。（三个大拇指表示优秀，两个大拇指表示良好，一个大拇指表示还需努力）

4. 教师：“你对自己做的米饭满意吗？在用电饭煲煮饭的过程中，你一遇到了哪些问题？你是如何解决的？你在哪些方面可以进一步提升？”（教师引导学生将

问题答案写在 P63 方框中)

活动 6 收获小心得

设计意图：引导学生在回顾和反思中形成用劳动来感恩家人的意识。

教学步骤：

1. 教师提出问题：“学习了本课，你有什么体会或收获呢？”
2. 学生分小组讨论，然后每组派一名同学起来发言总结自己所在小组的讨论结果。（若学生有说得不完整或表述不清楚的地方，教师可进行补充和完善）
3. 教师总结：“通过本节课的学习，我们了解了古人是如何吃大米的，认识了各种厨房电器，学习了电饭煲煮米饭的步骤及方法。希望同学们在今后的生活中能主动承担起煮饭的任务，为家人准备香喷喷的大米饭。”

劳动小帮手

设计意图：巩固课堂所学，帮助学生掌握电饭煲煮饭的正确步骤及注意事项，提高学生的劳动能力，自主体验劳动的乐趣。

教学步骤：

1. 教师将劳动小帮手中的“电饭煲煮饭的步骤”“电饭煲煮饭的窍门”制作成 PPT，展示给学生。
2. 教师引导学生一边看 PPT 展示的内容，一边回顾本节课的劳动技能要点。
3. 通过前面的回顾，让学生反思自己在用电饭煲煮米饭的过程中还有哪些地方没有做好。
4. 教师请学生分享自己还需改进的地方。
5. 教师总结：“同学们，今天我们一起学习了用电饭煲煮米饭，感受到了劳动的快乐。劳动不仅是一种技能，更是一种态度，希望通过这节课，大家能够尊重劳动、热爱劳动，同时也珍惜家人为我们付出的一切。让我们在劳动中感恩，用我们的双手为家人带去更多的温暖和幸福。”

教学加油站

发黄的大米真的会致癌？

很多人说大米发黄一定不能食用，因为其中含有黄曲霉毒素。

其实，从原理上来看，该理论存在误区，并不能说所有大米变黄都是由于产生了黄曲霉毒素。

首先，有些大米本身颜色就偏黄，比如偏向糙米的大米，还有含有类胡萝卜素

的“黄金”大米等。其次，不是所有储存了很长时间的大米都会发生霉变，产生黄曲霉毒素。大米在储存过程中只要保证了合适的环境条件，并不会发霉变质。所以，大米发黄并不一定都是因为黄曲霉毒素。

但是，如果大米发霉变质，一定要扔掉，如果长期吃这样的大米的确存在致癌风险。大米如果储存不当，的确容易滋生霉菌物质并且产生毒素，最常见的就是黄曲霉毒素和黄变米毒素，这两种物质会导致大米变黄且聚为团块状，产生霉变气味。

黄曲霉毒素是“一类致癌物”，它是一种毒性极强的物质，黄曲霉毒素 B1 的毒性是剧毒物氰化钾的 10 倍，是砒霜的 68 倍；黄曲霉毒素被摄入后，主要会破坏动物和人体的肝脏组织，严重者可能会导致食入者出现中毒性肝炎，甚至死亡。

大米一般可以存放多久呢？一般大米的保质期根据加工和包装方式不同存在一些差异，真空包装的大米保质期一般能达到 12~18 个月，普通包装大米一般在 6~12 个月之间，对于散装大米并没有明确规定。

值得注意的是，大米的存放时间越长，营养物质流失越严重，如果储存不当，滋生霉菌的可能性就越大，会给人体健康带来巨大威胁。

因此，建议购买合格的小包装大米，最好 3 个月内可以吃完，最久不超过半年。从安全和营养摄入的角度看，缩短储存时间才能降低安全风险。

教学评价目标

评价目标	水平 1	水平 2	水平 3
掌握电饭煲煮米饭的详细流程及注意事项，能用电饭煲煮出香软可口的米饭，学会安全插电的劳动技能	掌握电饭煲煮米饭的详细流程及注意事项，能动手完成用电饭煲煮米饭的任务	掌握电饭煲煮米饭的详细流程及注意事项，能动手完成用电饭煲煮米饭的任务，学会安全插电的劳动技能	掌握电饭煲煮米饭的详细流程及注意事项，能用电饭煲煮出香软可口的米饭，学会安全插电的劳动技能
感受劳动创造美好生活的乐趣，体悟劳动成果的来之不易，形成珍惜劳动成果、爱惜粮食的优良品质。	能感受劳动创造美好生活的乐趣	感受劳动创造美好生活的乐趣，体悟劳动成果的来之不易	感受劳动创造美好生活的乐趣，体悟劳动成果的来之不易，形成珍惜劳动成果、爱惜粮食的优良品质

第十课 我会洗书包

教学背景

课程意义

本课内容属于教育部《义务教育劳动课程标准（2022年）》（2022年）中第二学段（3~4年级）的任务群1——清洗与卫生。在本学段中通过本课的教学，让学生能够了解不同材质的书包的清洗方法，能独立完成清洗自己的书包的任务。本课要求学生在劳动观念方面，通过清洗书包，养成自己的事情自己做的劳动观念；在劳动能力方面，掌握清洗书包的一般步骤和注意事项；在劳动习惯和品质方面，养成做事认真细致的劳动习惯和品质；在劳动精神方面，通过实践活动，养成热爱劳动、不怕困难的劳动精神。

教学目标

- 1. 行为目标：**了解不同材质的书包的清洗方法和注意事项，掌握清洗书包的一般步骤和注意事项，能独立完成清洗自己的书包的任务。
- 2. 认知目标：**能够体会到清洗书包的乐趣，形成自己的事情自己做的劳动观念，具有做事认真细致的劳动习惯和品质，养成热爱劳动、不怕困难的劳动精神。

教学重难点

- 1. 重点：**学会清洗书包的方法和步骤。
- 2. 难点：**掌握清洗书包的方法、步骤和注意事项，养成爱劳动的习惯。

教学准备

- 1. 课时：**1~2 课时
- 2. 场地：**教室
- 3. 课前准备：**
 - （1）教师准备：**PPT，清洗书包的视频。
 - （2）学生准备：**课前查询不同材质的书包的洗涤方式。

教学过程

课时 1

劳动最光荣

设计意图：创设情境，导入课题。

教学步骤：

1. 教师请两位学生起来表演“劳动最光荣”中的情景故事。
2. 教师提问：“这个故事说明了什么道理？”学生分小组讨论，每个小组推荐一名同学起来分享。
3. 教师小结：“这个故事讲述了主人公在暑假给自己的书包“洗澡”的经过，主人公在给书包“洗澡”的过程中感受到了快乐和成就感。这个故事提醒我们自己的事情要自己做，自己的物品要爱惜的道理。”

劳动伴我行

活动 1 书包大不同

设计意图：通过师生互动，让学生了解不同材质的书包的洗涤方法。

教学步骤：

1. 教师：“书包是我们上学要用到的物品，保持书包的清洁很有必要。如果你的书包脏了，你会怎么去清洗它呢？今天，我们一起来学习清洗书包的方法。首先，请同学们想一想，我们的书包有哪些种类呢？清洗的方法都一样吗？”

学生 1：根据材料种类，书包有帆布类书包、皮质书包……

学生 2：从外形看书包有背带类书包、提把类书包、旅行拉杆类书包。

学生 3：清洗书包的大致步骤是浸泡、洗刷、漂洗。

2. 教师：“课前我们已经通过上网或询问父母的方式了解了不同材质的书包的洗涤方法，请同学们记录在 P70 的表格中。”（教师请几名学生起来回答）

3. 教师小结：“不同材质的书包需要采用不同的清洗方法。比如，对于帆布材质的书包，可以用牙刷蘸取少量洗衣液或香皂水，轻轻刷洗书包表面，再用清水擦拭干净即可。而对于皮质的书包，则需要使用专用的皮革清洁剂，根据清洗剂的说

明进行操作。”

活动2 清洗书包有方法

设计意图：通过观看清洗书包的视频，让学生总结清洗步骤和注意事项，培养学生的观察能力和总结能力，为劳动实践做准备。

教学步骤：

1. 教师播放清洗书包的视频。
2. 教师：“同学们观看了清洗书包的视频后，知道清洗书包的大致步骤了吗？”（请几名同学起来分享）
3. 教师：“同学们说得非常好，我们清洗书包的一般步骤有：（1）在装有清水的盆中倒入适当的洗衣液。（2）把书包放入盆里浸泡，10分钟左右最佳。（3）在有污渍的地方抹上洗衣液，用刷子反复地刷。（4）刷干净后用清水反复冲洗，直到没有泡沫为止。（5）把书包挂在阳光充裕、通风宽敞的地方进行晾晒。
4. 教师提问：“在清洗书包的过程中我们还需要注意哪些问题呢？”（教师请几名同学起来回答）
5. 教师小结：“同学们考虑得真仔细。我们在清洗前要将书包里的所有东西拿出来，并认真检查有无遗漏。千万不要把洗衣液弄到眼睛里、嘴里。不要弄湿衣服，以免着凉感冒。还要注意，使用刷子要注意不要伤到手。我们这节课学习了不同材质的书包的洗涤方法，清洗书包的一般步骤以及注意事项。这节课后，请同学们回家将自己的书包清洗干净，并请爸爸妈妈拍照记录洗书包的过程。把自己清洗书包的过程用文字记录在P70的方框中。”

课时2

活动3 成果展示

设计意图：通过展示劳动成果，享受劳动带来的成就和快乐，激发学生的劳动自豪感。

教学步骤：学生将在家清洗书包的照片打印出来，贴在方框中。

活动4 我能做得更好

设计意图：学生通过评价自己在劳动过程中的表现，反思自己是否掌握了劳动技能，增强主动参与劳动的兴趣。

教学步骤：

1. 教师：我们这节课的劳动实践已经结束了，你在这次劳动活动中表现如何？请根据实际情况给自己点赞吧。

2. 教师在 PPT 上展示：①我会使用刷子。

②我会合理选择和使用洗涤用品。

③我能洗得干净。

3. 教师让学生评价自己的表现情况，给书上的大拇指涂上颜色。（三个大拇指表示优秀，两个大拇指表示良好，一个大拇指表示还需努力）

4. 教师：“你对自己洗的书包满意吗？在洗书包的过程中，你遇到了哪些问题？你是如何解决的？在哪些方面可以进一步提升？”（教师引导学生将问题的答案写在 P71 的方框中）

活动 5 收获小心得

设计意图：引导学生在回顾和反思中懂得人人都要劳动，劳动成果来之不易的道理。

教学步骤：

1. 教师提问：“学习了本课，你有什么收获和感悟呢？”

2. 学生分小组讨论，然后每组派一名同学起来发言，总结自己所在小组的讨论结果。（若学生有说得不完整或表述不清楚的地方，教师可进行补充和完善）

3. 教师总结：“同学们，你们认真清洗书包使它们变得干干净净，是不是自己的心情也变得轻松舒畅了呢？希望你们能够保持对劳动的热爱，多多参与劳动，感受劳动带来的乐趣，提升自己的生活技能，成为心灵手巧的小学生。”（教师引导学生将自己的收获写在课本中的方框里）

劳动小帮手

设计意图：巩固课堂所学，帮助学生掌握清洗书包的正确步骤，提高学生的劳动能力。

教学步骤：

1. 教师将劳动小帮手中的“清洗书包的方法”制作成 PPT，并给学生展示。

2. 教师引导学生一边看 PPT 展示的内容，一边回顾本节课的劳动技能要点。

3. 通过前面的回顾，让学生反思自己在实践的过程中还有哪些地方没有做好。

4. 教师请学生分享自己还需改进的地方。

5. 教师总结：“同学们，通过这节课的清洗书包的劳动实践，我们不仅学会了清洗书包的一般步骤和注意事项，更重要的是体验到了劳动的乐趣和成就感。劳动赋予了我们美好的生活，让我们珍惜每一份收获，热爱劳动，享受劳动带来的快乐。希望你们在未来的学习和生活中，不断感受劳动给生活带来的美好，努力成长。”

教学加油站

不同材质的书包怎么清洗

书包在背了一段时间之后，一定会有一些污渍，那么应该怎么清洗书包呢？下面是关于常见材质的书包清洗的生活小常识。

一、布料

如果书包不慎被喷到脏污，应立即用面纸以按压方式吸除，切勿任意抹擦，否则会使污垢渗入纤维而更难清洗！更不可随意用水清洗，特别是皮布混合材质的款式，由于皮面的染剂吸附性较差，稍有不慎，就可能造成皮质褪色移染布面的状况。

二、皮料

皮革制的书包，由于其表面结构较为细密光滑，一般性的固态污染源，虽然仍可附着其上，但比较容易擦拭干净。棘手的是液态污染源，由于其分子较小，容易渗透至皮革纤维中，即使马上擦拭也无法阻止已渗透的液态污染。一般处理方式是等污染源干燥后，再用含清洁效果的保养油擦拭，这里要注意的是，若是保养油含清洁效果时，应先在不明显处做敏感测试，确认不会造成皮革表面褪色再使用。若是皮革受液态污染之后，在未干燥的状况下即上油保养，会造成油与污染源混合，且书包表面的油脂不易挥发，因而造成永久性暗沉斑点。

教学评价目标

评价目标	水平 1	水平 2	水平 3
了解不同材质的书包的清洗方法，掌握清洗书包的一般步骤和注意事项，能独立完成清洗自己的书包的任务	知道不同材质的书包的清洗方法和注意事项	知道不同材质的书包的清洗方法，能独立完成清洗自己的书包的任务	熟悉不同材质的书包的清洗方法，掌握清洗书包的一般步骤和注意事项，独立完成清洗书包的任务
能够体验到清洗书包的乐趣，形成自己的事情自己做的劳动观念，具有做事认真细致的劳动习惯和品质，养成热爱劳动、不怕困难的劳动精神	能够体验到清洗书包的乐趣	能够体验到清洗书包的乐趣，有自己的事情自己做的劳动观念	能够体验到清洗书包的乐趣，有自己的事情自己做的劳动观念，做事认真细致，有热爱劳动、不怕困难的劳动精神