常州市新北区薛家实验小学中高年级劳动清单

|  |
| --- |
| **三 年 级（上）** |
| **时间** | **内容** | **要求** |
| 9月 | 会自己剪指甲 | 学会剪指甲，搞好个人卫生 |
| 10月 | 会自己洗澡 | 能自己调水温、准备好换洗衣服、自己洗澡 |
| 11月 | 会整理自己书桌 | 按物品的种类、大小整理书桌 |
| 12月 | 会使用部分家电 | 会使用电视机、电风扇、空调，能自己开关这些电器 |
| 1月 | 会用微波炉热饭 | 在家长指导下，学会安全使用微波炉。 |
| **三 年 级（下）** |
| **时间** | **内容** | **要求** |
| **2月** | 会自己洗头、梳头 | 学会自己洗头，女生会自己梳头、扎辫子。 |
| **3月** | 会洗自己的鞋子 | 学会使用刷子清洗自己的鞋子 |
| **4月** | 会用针线 | 学习用针线缝扣子 |
| **5月** | 表达孝心 | 给父母或长辈做些表达孝心的事情：洗头、洗脚、捶背 |
| **6月** | 会整理书柜 | 学会整理自己的小书柜 |

|  |
| --- |
| **四 年 级（上）** |
| 时间 | 内容 | 要求 |
| 9月 | 学会擦玻璃 | 学习用湿毛巾、旧报纸擦拭玻璃，学会两面擦拭。 |
| 10月 | 做水果拼盘 | 通过清洗、摆盘，制作水果拼盘 |
| 11月 | 洗、切葱姜蒜 | 认识并学会洗、切葱姜蒜 |
| 12月 | 自己养一种小动物 | 学习照顾小动物 |
| 1月 | 制作收纳盒 | 利用废弃纸盒等，制作收纳盒，并用收纳盒来收纳小物件。 |
| **四 年 级（下）** |
| 时间 | 内容 | 要求 |
| 2月 | 书架进行归类整理 | 书柜里的书籍能进行归类整理 |
| 3月 | 小种植 | 自己种植一种蔬菜、绿植 |
| 4月 | 整理自己的衣橱 | 定期整理自己衣橱里的衣物 |
| 5月 | 清洗自己衣物 | 每周清洗一次自己的换洗衣服 |
| 6月 | 学会使用炉灶炖蛋 | 在父母指导下，学习使用炉灶隔水炖蛋。 |

|  |
| --- |
| **五 年 级（上）** |
| 时间 | 内容 | 要求 |
| 9月 | 会一道凉拌菜 | 学会做一道凉拌菜 |
| 10月 | 及时处置不穿衣物 | 学会把不穿的衣服清洗干净，整理打包，放进小区“捐衣箱” |
| 11月 | 打扫厨房 | 饭后能和父母一起整理打扫厨房 |
| 12月 | 独立上超市购物 | 能够独立去超市购买所需品 |
| 1月 | 独立当家一天 | 学习安排好家人一天的吃喝用度 |
| **五 年 级（下）** |
| 时间 | 内容 | 要求 |
| 2月 | 会使用洗衣机 | 学习用洗衣机清洗衣服，并及时晾晒衣服。 |
| 3月 | 小种植 | 学习养护花草 |
| 4月 | 学会一道炒菜 | 跟父母学会做一道菜（蔬菜） |
| 5月 | 招待客人 | 当客人来访时，热情招待客人，让客人感觉舒服。 |
| 6月 | 为家人准备早餐 | 为自己的家人准备一次丰盛的早餐。 |

|  |
| --- |
| **六 年 级（上）** |
| 时间 | 内容 | 要求 |
| 9月 | 会做两个凉拌菜 | 自创或者学习两道凉拌菜 |
| 10月 | 买菜 | 能根据营养搭配需求，独自去菜场买菜 |
| 11月 | 学习使用冰箱 | 学会给冰箱里物品进行分类整理，并能对冰箱进行定期清理 |
| 12月 | 准备新年礼物 | 自己动手做一份新年礼物送给家人，并利用报纸等进行包装。 |
| 1月 | 管理家里一周开支 | 管理家里一周的开支，并做好数据分析，给出建议 |
| **六 年 级（下）** |
| 时间 | 内容 | 要求 |
| 2月 | 学习使用电饭煲 | 学会正确使用电饭煲煮饭、煮粥 |
| 3月 | 学习更换床单、被套 | 会自己更换床单、被套，并进行清洗 |
| 4月 | 用洗衣机分类洗衣服 | 深色、淡色衣服分开洗，洗衣液、水量的控制都是学习内容 |
| 5月 | 购买家用物品 | 列出要买的东西清单，按清单到超市购买所需物品。 |
| 6月 | 制订家庭出游计划 | 能够根据家人的需求拟定出游计划，并做好出行攻略。 |