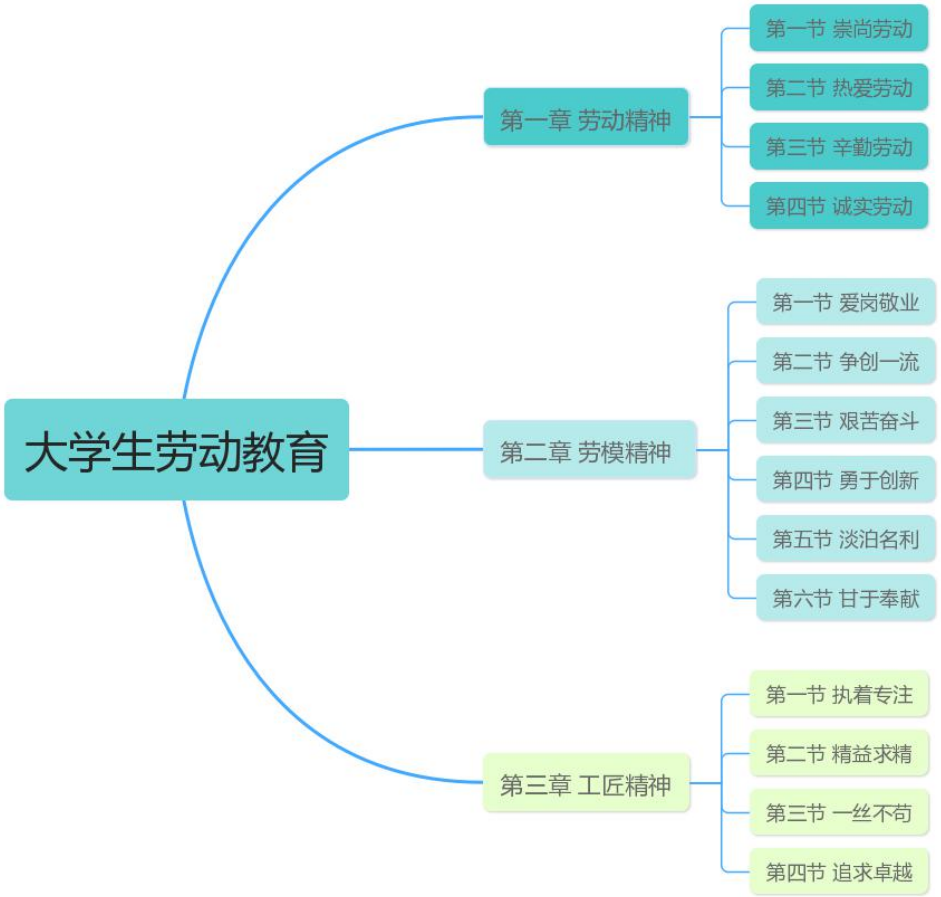
大学生劳动教育

目录

CONTENTS


大学生劳动教育
第一章 劳动精神
第一节 崇尚劳动
第二节 热爱劳动
第三节 辛勤劳动
第四节 诚实劳动
第二章 劳模精神
第一节 爱岗敬业
第二节 争创一流
第三节 艰苦奋斗
第四节 勇于创新
第五节 淡泊名利
第六节 甘于奉献
第三章 工匠精神
第一节 执着专注
第二节 精益求精
第三节 一丝不苟
第四节 追求卓越

知识与能力
复盘与反思
故事与案例
内容结构
传承与拓展
·诗词临摹
·拓展探析
·成长启示
感悟与行动
劳动与实践
·学校劳动实践
·社会劳动体验
·家庭劳动技能提升

第一章 劳动精神

第一节 崇尚劳动

知识与能力

建成富强民主文明和谐美丽的社会主义现代化国家，根本上靠劳动、靠劳动者创造。我们一定要在全社会大力弘扬劳模精神、劳动精神，引导广大人民群众树立辛勤劳动、诚实劳动、创造性劳动的理念，让劳动光荣、创造伟大成为铿锵的时代强音，让劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽蔚然成风。崇尚劳动一直都是中华民族的优良传统，也是人类文明进步的重要动力。大学生要努力成为懂劳动、会劳动、爱劳动的时代新人。

因为崇尚劳动，我们拥有了历史的辉煌和今天的成就。从日出而作、日落而息的古代劳动人民早出晚归的场景，到我们的环卫工人，或许我们很少看到他们的身影，但是每当喧闹的城市变得安静，拥挤的街道变得宽敞，我们进入梦乡之时，环卫工人们正在用他们勤劳的双手为我们装扮着一个崭新的黎明……

只有崇尚劳动，理解劳动可以创造价值、劳动创造社会、劳动是值得的，人们才会渴望劳动。因此，无论时代如何变化，我们都要崇尚劳动之风、认可劳动之力、推崇劳动之美。劳动不分贵贱，所有劳动者都值得被尊重。无论从事的是体力劳动还是脑力劳动，简单劳动还是复杂劳动，集体劳动还是个人劳动，只要能为社会发展作出贡献，都会得到广大人民群众的认可。

第一章 劳动精神

第一节 崇尚劳动

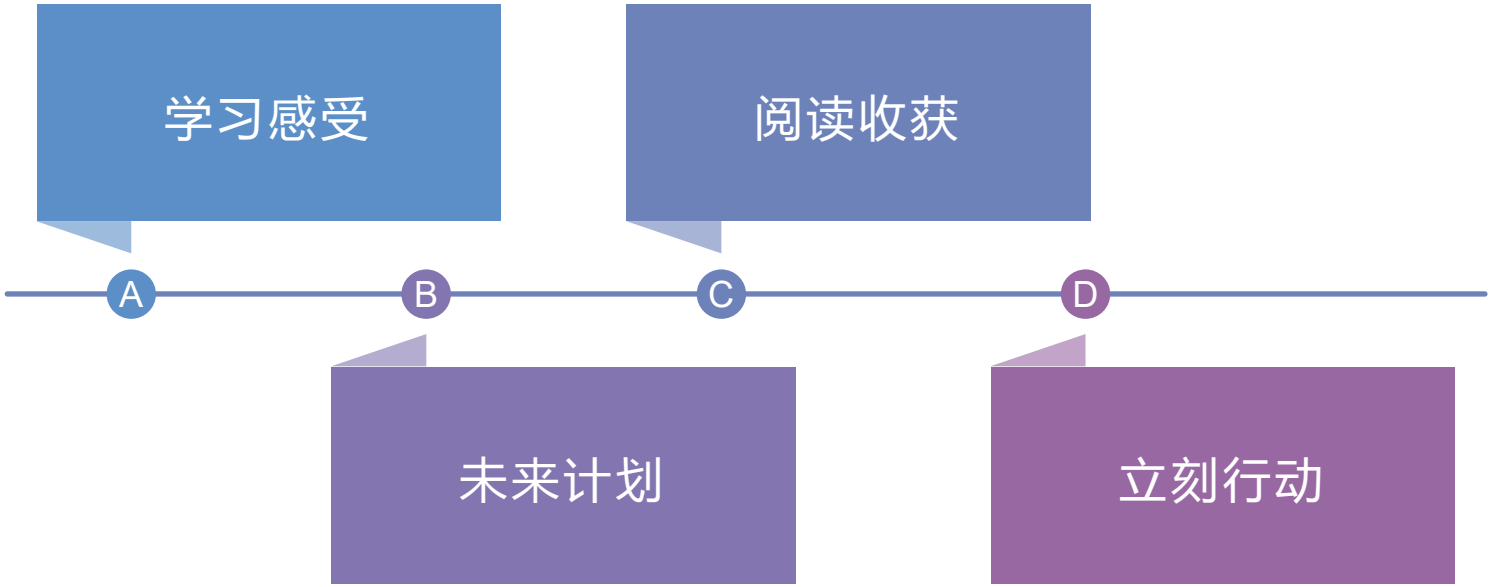
故事与案例

“中国氢弹之父”于敏（左一）

第一章 劳动精神

第一节 崇尚劳动

感悟与行动



第一章 劳动精神

第一节 崇尚劳动

劳动与实践

学校劳动实践

争创文明卫生寝室

社会劳动体验

向劳动者致敬

家庭劳动技能提升

我为家人做顿饭

第一章 劳动精神

第一节 崇尚劳动

传承与拓展

诗经·十亩之间

十亩之间兮，桑者闲闲兮，行与子还兮。

十亩之外兮，桑者泄泄兮，行与子逝兮。

第一章 劳动精神

第一节 崇尚劳动

复盘与反思

复盘与反思项目	成长收获	劳动教育成效自评		
		优秀	良好	合格
道德品行				
知识技能				
身体机能				
审美能力				
劳动素养				
其他方面（如思维能力、自理能力、意志力等）				
复盘与反思结论				
小组评价	组长签字： 日期：			
教师评价	教师签字： 日期：			

第一章 劳动精神

第二节 热爱劳动

知识与能力

农耕文明是中华优秀传统文化的根，农业生产劳动是推动我国社会发展的重要力量，劳动教育思想是中华优秀传统文化的重要内涵。劳动是人们满足衣食所必需的活动，热爱劳动、勤劳勇敢是中华民族最具代表性的传统美德。

热爱劳动就是要培养正确的劳动态度和积极的劳动心理，也就是要自觉自愿、积极主动地劳动。要推动全社会热爱劳动、投身劳动、爱岗敬业，为改革开放和社会主义现代化建设贡献智慧和力量。

全社会要通过弘扬热爱劳动的社会风尚，加强对劳动者的帮扶和支持，提高劳动者的收入，让热爱劳动的辛勤劳动者获得更多的回报，让每一位劳动者都能用劳动开创美好未来，从而提升劳动者的幸福感。通过劳动播种希望、收获果实，人们会更加热爱劳动，懂得劳动创造美好、劳动创造幸福。

在中国共产党的领导下，一代代热爱劳动的劳动者，以信念为峰，不惧登攀；以实践为刃，开拓前行。如今，热爱劳动的种子已在全体人民心中播撒，无论身处什么岗位，都不能失去劳动的热情和奋斗的激情。

第一章 劳动精神

第二节 热爱劳动

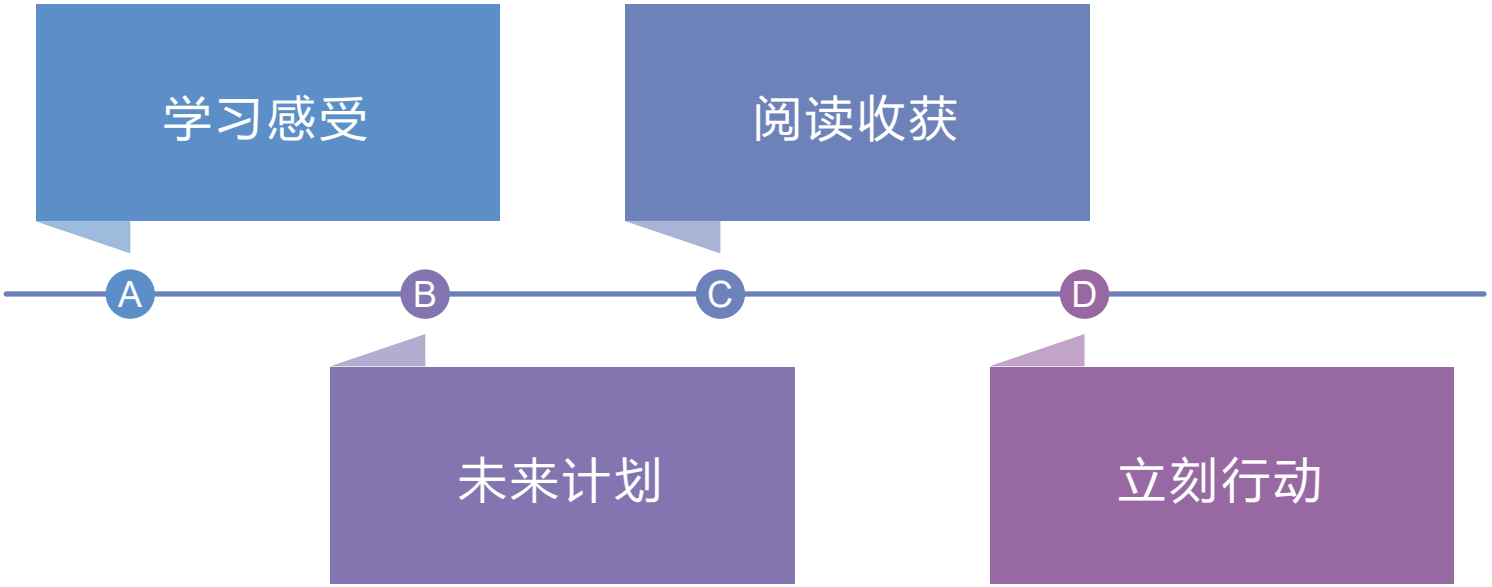
故事与案例

航空“手艺人”胡双钱

第一章 劳动精神

第二节 热爱劳动

感悟与行动



第一章 劳动精神

第二节 热爱劳动

劳动与实践

学校劳动实践

班级文化建设

社会劳动体验

农耕体验

家庭劳动技能提升

中华传统民俗之包饺子

第一章 劳动精神

第二节 热爱劳动

传承与拓展

诗经·芣苢

采采芣苢，薄言采之。采采芣苢，薄言有之。
采采芣苢，薄言掇之。采采芣苢，薄言捋之。
采采芣苢，薄言袺之。采采芣苢，薄言襭之。

第一章 劳动精神

第二节 热爱劳动

复盘与反思

复盘与反思项目	成长收获	劳动教育成效自评		
		优秀	良好	合格
道德品行				
知识技能				
身体机能				
审美能力				
劳动素养				
其他方面（如思维能力、自理能力、意志力等）				
复盘与反思结论				
小组评价	组长签字： 日期：			
教师评价	教师签字： 日期：			

第一章 劳动精神

第三节 辛勤劳动

知识与能力

辛勤劳动是对劳动过程的充分肯定，描述的是劳动者勤劳而肯于吃苦的劳动状态，表明要充分遵循劳动的客观规律。

习近平指出，“社会主义是干出来的，新时代是奋斗出来的”，“人生在勤，勤则不匮。幸福不会从天降，美好生活靠劳动创造”。辛勤劳动，是每一个中华儿女应有的劳动态度和生命状态。

“艰难困苦，玉汝于成”，习近平用这句古语形容改革开放以来中国的风雨历程和辉煌成就。我们取得的成就不是天上掉下来的，更不是别人恩赐施舍的，而是全党全国各族人民用勤劳、智慧、勇气干出来的。

回顾历史，我们的每一点进步、每一次成功都是通过劳动人民的艰苦奋斗、辛勤劳动创造出来的。越是美好的未来，越需要我们不畏艰辛、不辞辛苦地追求。

无论是体力劳动还是脑力劳动，所经历的都是一个艰苦奋斗的过程。只有辛勤劳动，才能懂得万事的艰辛。体力劳动要付出辛勤的汗水，而脑力劳动看似容易，却也要付出很多的心血。

只有勤于奋斗、乐于奉献，不断锤炼自身本领，淬炼自己的能力，追求卓越、争创一流，才能开创辉煌事业，铸就精彩人生。

第一章 劳动精神

第三节 辛勤劳动

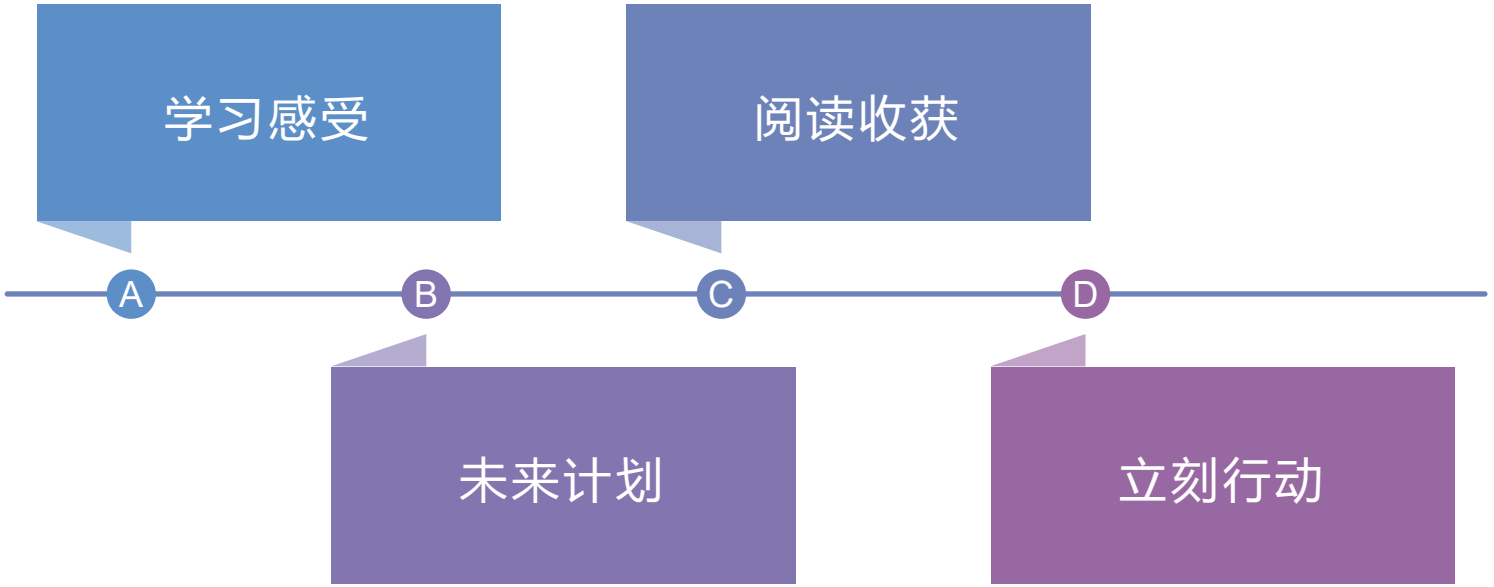
故事与案例

“铁人”王进喜

第一章 劳动精神

第三节 辛勤劳动

感悟与行动



第一章 劳动精神

第三节 辛勤劳动

劳动与实践

学校劳动实践

制作一个短视频

社会劳动体验

今天我是环卫工

家庭劳动技能提升

做蛋糕

第一章 劳动精神

第三节 辛勤劳动

传承与拓展

豳风·七月（节选）

七月流火，九月授衣。
一之日觱发，二之日栗烈。
无衣无褐，何以卒岁？
三之日于耜，四之日举趾。
同我妇子，馌彼南亩，田畯至喜。

第一章 劳动精神

第三节 辛勤劳动

复盘与反思

复盘与反思项目	成长收获	劳动教育成效自评		
		优秀	良好	合格
道德品行				
知识技能				
身体机能				
审美能力				
劳动素养				
其他方面（如思维能力、自理能力、意志力等）				
复盘与反思结论				
小组评价	组长签字： 日期：			
教师评价	教师签字： 日期：			

第一章 劳动精神

第四节 诚实劳动

知识与能力

诚实劳动是辛勤劳动的表现。以诚为先、以诚为重、以诚为美，才是劳动应有之义。

诚实劳动是指在所干的工作合法合规的前提下，在劳动的过程中不投机取巧，不破坏劳动工具，不偷奸耍滑，遵守劳动纪律，勤勤恳恳。

诚实劳动是对劳动者品德的客观规定，是劳动者安身立命之本。幸福不会从天而降，梦想不会自动成真，正如习近平总书记所指出的：“人世间的美好梦想，只有通过诚实劳动才能实现；发展中的各种难题，只有通过诚实劳动才能破解；生命里的一切辉煌，只有通过诚实劳动才能铸就。”

我们要从劳动中汲取道德营养，锻造劳动品德。诚实劳动是一种踏实的工作态度、方式和要求，表现为脚踏实地，勇于正视工作中出现的问题，积极钻研，善于解决，坚守工作标准，严守职业道德，遵循法律规范。诚实劳动是各行各业不同岗位劳动者的共同职责，是广大劳动者创造美好生活的基本前提和必然要求。

只有诚实劳动，理解和懂得真切、实在、敬业是合格劳动者的根本准则，人们才能实干。诚实劳动，久久为功，就能在平凡的岗位上创造出不平凡的成绩。

第一章 劳动精神

第四节 诚实劳动

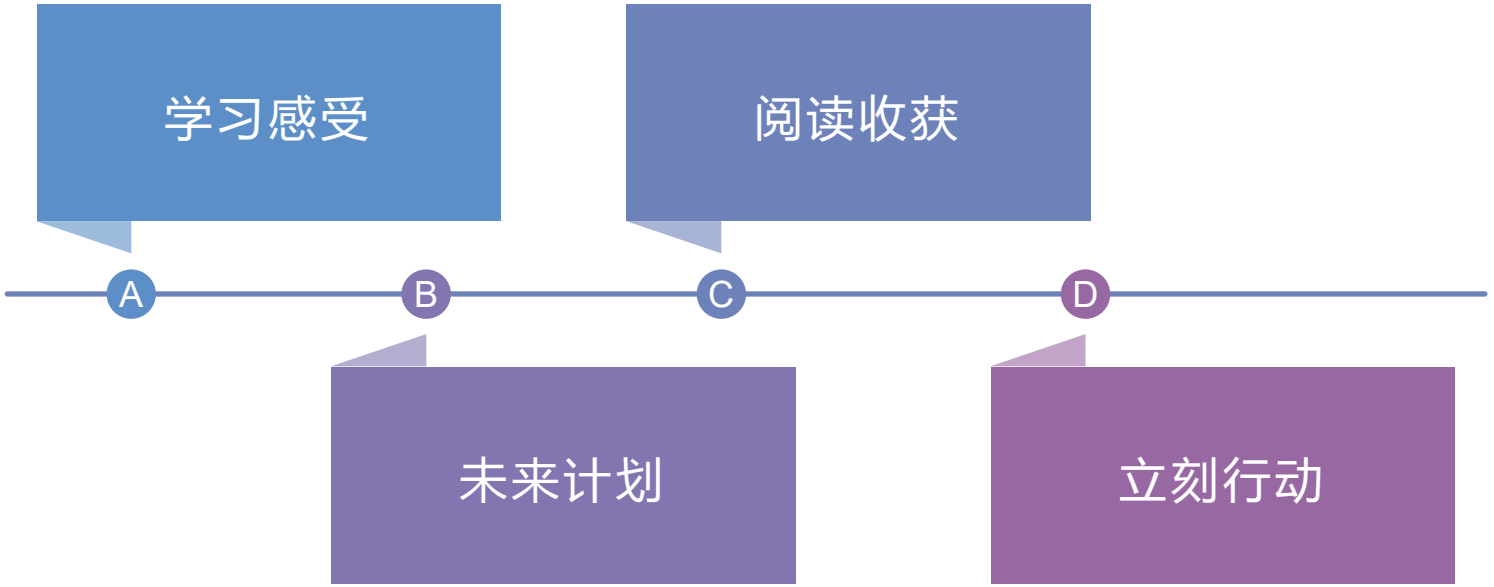
故事与案例

影响几代人的劳模许振超

第一章 劳动精神

第四节 诚实劳动

感悟与行动



第一章 劳动精神

第四节 诚实劳动

劳动与实践

学校劳动实践

寝室垃圾分类

社会劳动体验

销售员体验

家庭劳动技能提升

制作一份营养汤

第一章 劳动精神

第四节 诚实劳动

传承与拓展

畲田词（其四）

[北宋] 王禹偁

北山种了种南山，相助力耕岂有偏。

愿得人间皆似我，也应四海少荒田。

第一章 劳动精神

第四节 诚实劳动

复盘与反思

复盘与反思项目	成长收获	劳动教育成效自评		
		优秀	良好	合格
道德品行				
知识技能				
身体机能				
审美能力				
劳动素养				
其他方面（如思维能力、自理能力、意志力等）				
复盘与反思结论				
小组评价	组长签字： 日期：			
教师评价	教师签字： 日期：			

第二章 劳模精神

第一节 爱岗敬业

知识与能力

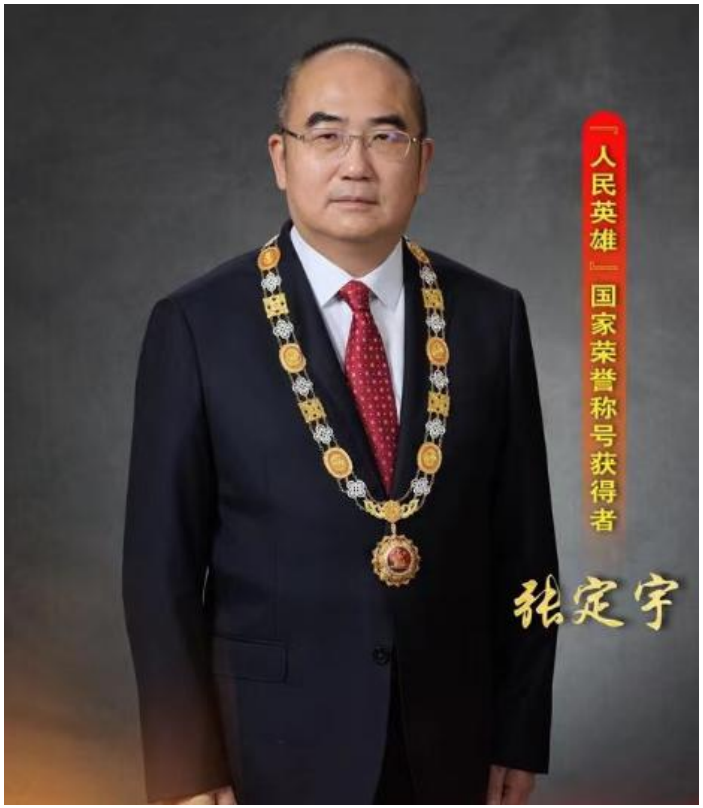
爱岗敬业是爱岗与敬业的总称。爱岗是指热爱自己的工作岗位，热爱本职工作，这是职业道德的基础，即使面对乏味的、枯燥的工作，也要以一颗赤诚之心孜孜不倦地投入其中。敬业是指专心致力于工作。爱岗和敬业，互为前提，相互支持，相辅相成。爱岗是敬业的基石，敬业是爱岗的升华，两者关系紧密、相互促进。一份职业，一个工作岗位，都是一个人赖以生存和发展的基础保障。同时，一个工作岗位的存在，也是人类社会存在和发展的必然需要。所以，爱岗敬业不仅是个人生存和发展的需要，也是社会存在和发展的需要。爱岗敬业应是一种普遍的奉献精神。

只有对自身的岗位与职业充满热爱之情、敬重之心，才能在工作中不断提升自我、完善自我，才能在平凡的岗位上作出不平凡的事业。

第二章 劳模精神

第一节 爱岗敬业

故事与案例

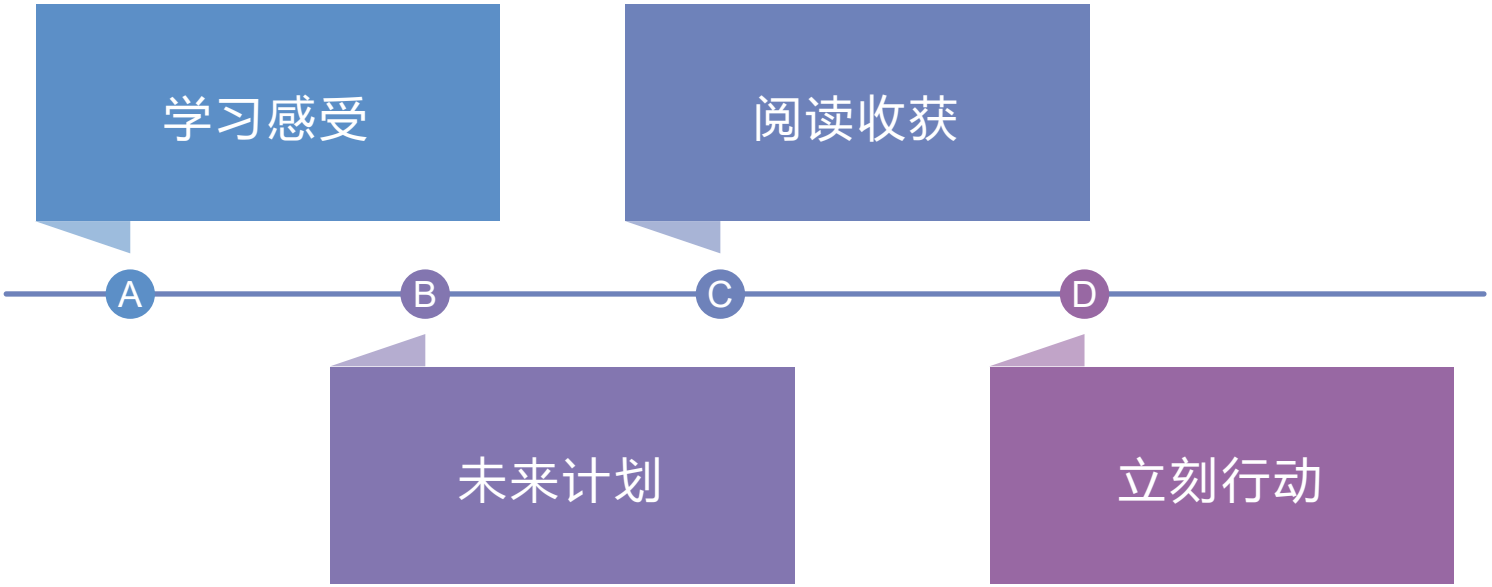


“人民英雄”张定宇

第二章 劳模精神

第一节 爱岗敬业

感悟与行动



第二章 劳模精神

第一节 爱岗敬业

劳动与实践

学校劳动实践

熟练掌握一项职业技能

社会劳动体验

岗位实习或实训

家庭劳动技能提升

自制花果茶

第二章 劳模精神

第一节 爱岗敬业

传承与拓展

蜂

[唐] 罗隐

不论平地与山尖，无限风光尽被占。

采得百花成蜜后，为谁辛苦为谁甜？

第二章 劳模精神

第一节 爱岗敬业

复盘与反思

复盘与反思项目	成长收获	劳动教育成效自评		
		优秀	良好	合格
道德品行				
知识技能				
身体机能				
审美能力				
劳动素养				
其他方面（如思维能力、自理能力、意志力等）				
复盘与反思结论				
小组评价	组长签字： 日期：			
教师评价	教师签字： 日期：			

第二章 劳模精神

第二节 争创一流

知识与能力

争创一流是一种积极进取的精神，是指在工作岗位中不断追求卓越，重点在于“争”和“一流”，强调的是敢为人先的闯劲和拼劲，以及百尺竿头、更进一步的努力与追求。只有持续保持奋力向前之心，才能突破自身的极限和环境的束缚，在更高的平台上、更广阔的天地成就不一样的事业，实现不一样的人生价值。

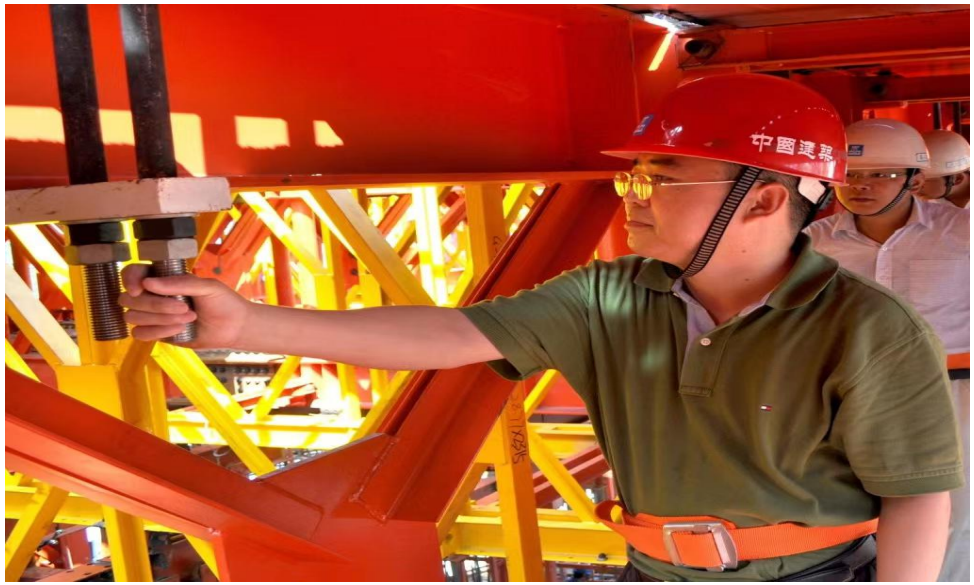
争创一流，就是要做得比别人强，敢于争当标兵，勇于做他人的榜样；勇当排头，有勇气、有决心、有耐心地进行大胆的尝试，排除万难，勇于开创。

争创一流是一种积极进取的精神境界，是一种不怕困难、砥砺奋进的蓬勃力量。我们每个人都要凭借这种精神力量，在全面建设社会主义现代化国家新征程中，勇当开路先锋，勇当事业闯将。

第二章 劳模精神

第二节 争创一流

故事与案例

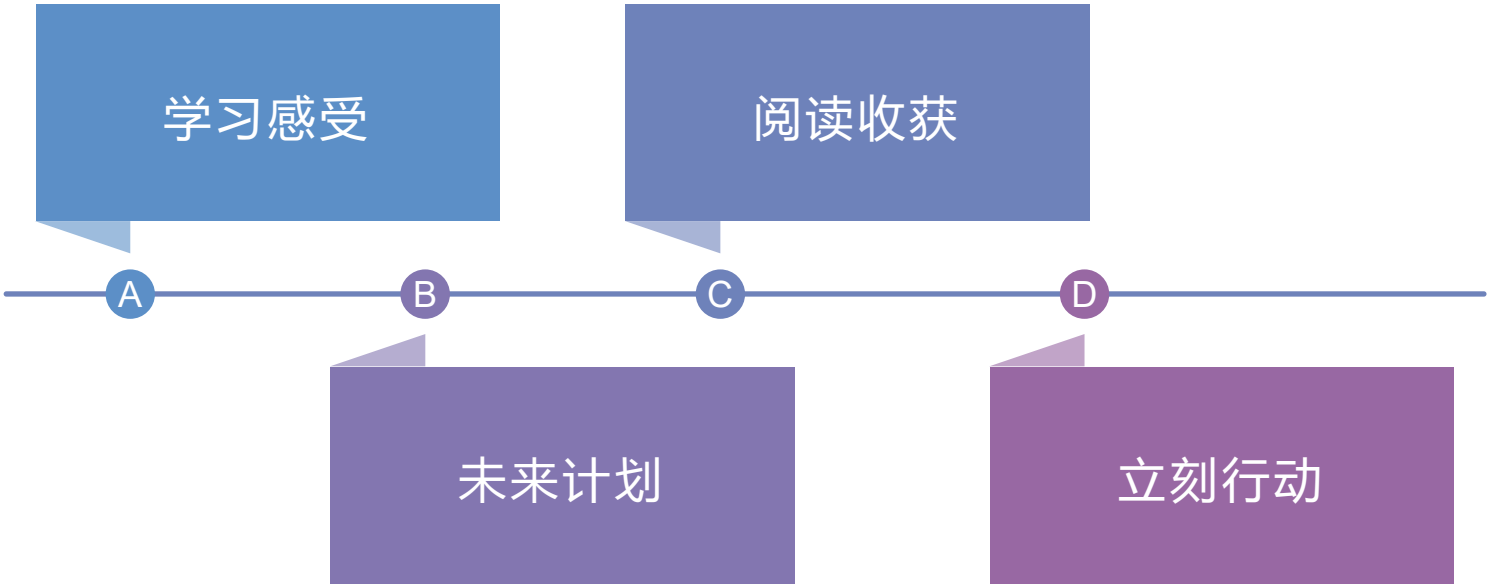


“光华工程科技奖”获得者张琨

第二章 劳模精神

第二节 争创一流

感悟与行动



第二章 劳模精神

第二节 争创一流

劳动与实践

学校劳动实践

21天养成良好的学习习惯

社会劳动体验

完成一项社会调研

家庭劳动技能提升

学会种菜

第二章 劳模精神

第二节 争创一流

传承与拓展

七律·长征

毛泽东

红军不怕远征难，万水千山只等闲。
五岭逶迤腾细浪，乌蒙磅礴走泥丸。
金沙水拍云崖暖，大渡桥横铁索寒。
更喜岷山千里雪，三军过后尽开颜。

第二章 劳模精神

第二节 争创一流

复盘与反思

复盘与反思项目	成长收获	劳动教育成效自评		
		优秀	良好	合格
道德品行				
知识技能				
身体机能				
审美能力				
劳动素养				
其他方面（如思维能力、自理能力、意志力等）				
复盘与反思结论				
小组评价	组长签字： 日期：			
教师评价	教师签字： 日期：			

第二章 劳模精神

第三节 艰苦奋斗

知识与能力

艰苦奋斗是党团结和带领人民实现国家富强、民族振兴的强大精神力量。艰苦奋斗是一种斗争精神，即不怕艰难困苦，英勇顽强去战胜困难；艰苦奋斗是一种创业精神，即在与艰难困苦作斗争中，奋发向上，锐意进取，辛勤创业；艰苦奋斗是一种献身精神，即为了国家和人民利益，乐于奉献，勇于献身。

艰苦奋斗是中华民族的传统美德，中国凭借这种精神，岿然屹立于世界的东方。

社会主义是干出来的，新时代是奋斗出来的。我们党之所以历经百年而风华正茂、饱经磨难而生生不息，就是凭着那么一股革命加拼命的强大精神。艰苦奋斗精神为我们党筚路蓝缕、奠基立业，为实现人民富裕、国家富强提供了强大的精神力量。

在建设中国特色社会主义现代化过程中，艰苦奋斗的精神在劳动者的身上更加彰显出来。习近平主席在多个场合强调“幸福都是奋斗出来的”，“奋斗本身就是一种幸福”，“新时代是奋斗者的时代”。这告诉我们，理想的实现需要从我做起，从现在做起，从平凡做起。新时代要有担当、有作为，需要坚持和发扬艰苦奋斗的精神。把握今天，珍惜今天，用理想作纸，用勤奋作笔，书写壮阔美丽的青春。

第二章 劳模精神

第三节 艰苦奋斗

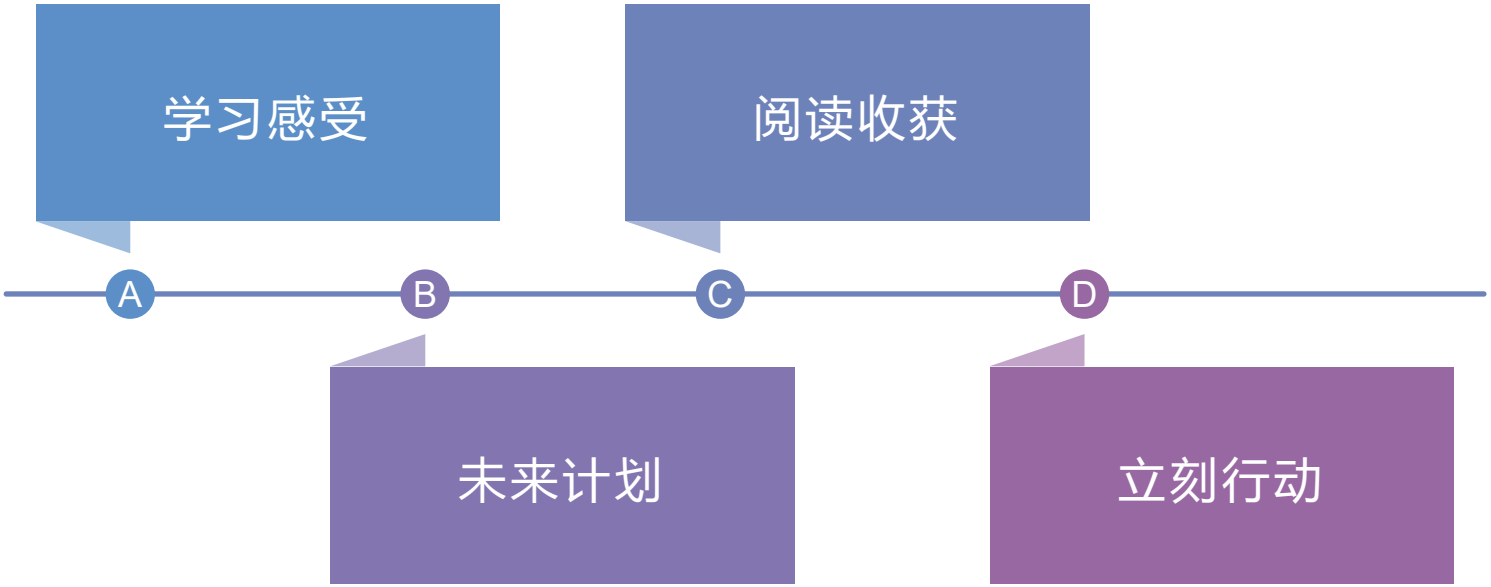
故事与案例

扎根天山奔小康的奋斗者王平

第二章 劳模精神

第三节 艰苦奋斗

感悟与行动



第二章 劳模精神

第三节 艰苦奋斗

劳动与实践

学校劳动实践

21天养成运动习惯

社会劳动体验

开展一项勤工助学劳动

家庭劳动技能提升

番茄无土栽培

第二章 劳模精神

第三节 艰苦奋斗

传承与拓展

下泾县陵阳溪至涩滩

[唐] 李白

涩滩鸣嘈嘈，两山足猿猱。
白波若卷雪，侧足不容舫。
渔子与舟人，撑折万张篙。

第二章 劳模精神

第三节 艰苦奋斗

复盘与反思

复盘与反思项目	成长收获	劳动教育成效自评		
		优秀	良好	合格
道德品行				
知识技能				
身体机能				
审美能力				
劳动素养				
其他方面（如思维能力、自理能力、意志力等）				
复盘与反思结论				
小组评价	组长签字： 日期：			
教师评价	教师签字： 日期：			

第二章 劳模精神

第四节 勇于创新

知识与能力

勇于创新是指在工作中敢于打破固有的思维束缚，探索工作中的新规律和新方法，解决工作中遇到的新问题，不断提高工作效率。

创新是以新思维、新发明和新描述为特征的一种概念化过程，有三层含义：①更新，包括对现有生产资料和生产方式的重新组合；②创造新的东西，如青蒿素、微信平台等；③改变，如体制机制与机构改革等。创新是一个民族进步的灵魂，是一个国家兴旺发达的不竭动力，也是中华民族最深沉的民族禀赋。

当今这样一个飞速发展的时代，勇于创新尤为重要。市场是无情的，竞争是残酷的，只有勇于创新，个人才能体现价值，企业才能获得优势，国家才能繁荣富强。

习近平总书记指出：“建成社会主义现代化强国，实现中华民族伟大复兴，是一场接力跑，我们要一棒接着一棒跑下去，每一代人都要为下一代人跑出一个好成绩。”回首新中国走过的几十年，劳模精神体现了伟大民族与时俱进、勇于创新的精神风貌。勇于创新是新时期赋予劳动者的新内涵，体现了与时俱进的时代精神。伟大事业始于梦想、基于创新、成于实干。只有每一个人做好自己，突破自己，勇于创新，才能让民族进步，才能为国家的发展提供不竭的动力。

第二章 劳模精神

第四节 勇于创新

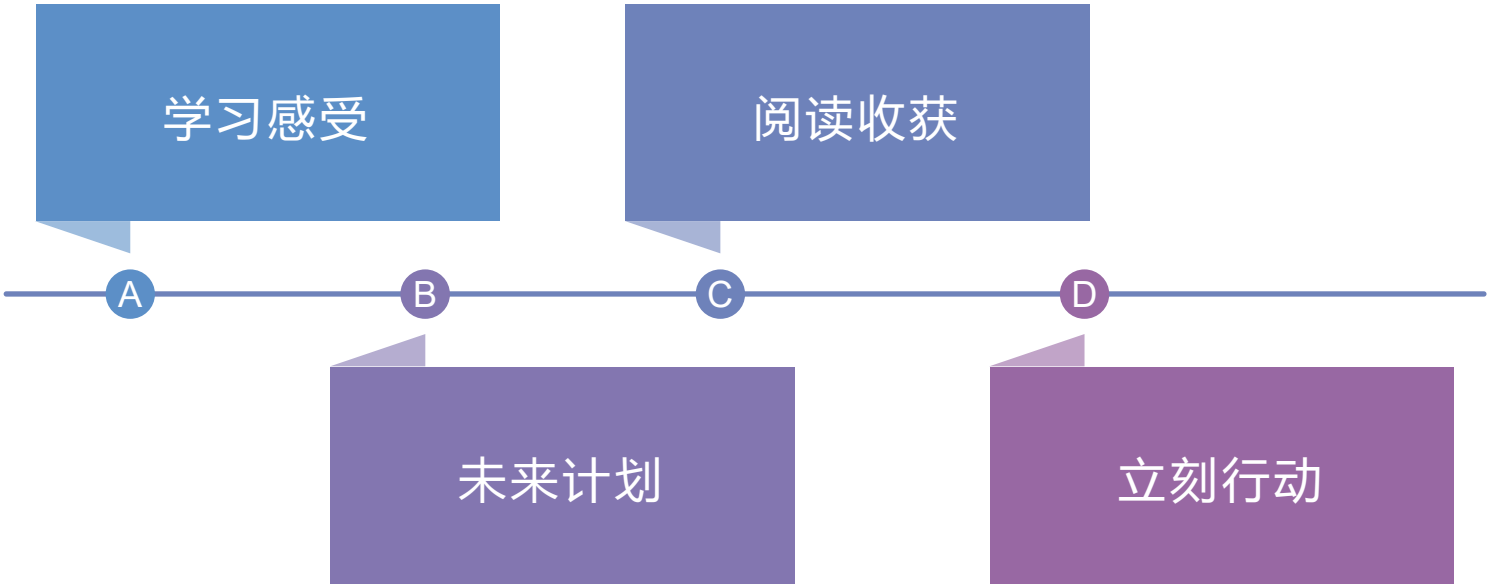
故事与案例

“全国劳动模范”岳丽华

第二章 劳模精神

第四节 勇于创新

感悟与行动



第二章 劳模精神

第四节 勇于创新

劳动与实践

学校劳动实践

我的创业计划书

社会劳动体验

了解身边人的创业故事

家庭劳动技能提升

学做一种小吃

第二章 劳模精神

第四节 勇于创新

传承与拓展

柜田

[元] 王祯

江边有田以柜称，四起封围皆力成。有时卷地风涛生，外御冲荡如严城。
大至连顷或百亩，内少塍埂殊宽平。牛犁展用易为力，不妨陆耕与水耕。
长弹一引彻两际，秧垄依约无斜横。旁置灌穴供吐纳，水旱不得为亏盈。
素号常熟有定数，寄收粒食犹困京。庸田有例召民佃，三年税额方全征。
便当从此事修筑，永护稼地非徒名。吾生口腹有成计，终焉愿作江乡氓。

第二章 劳模精神

第四节 勇于创新

复盘与反思

复盘与反思项目	成长收获	劳动教育成效自评		
		优秀	良好	合格
道德品行				
知识技能				
身体机能				
审美能力				
劳动素养				
其他方面（如思维能力、自理能力、意志力等）				
复盘与反思结论				
小组评价	组长签字： 日期：			
教师评价	教师签字： 日期：			

第二章 劳模精神

第五节 淡泊名利

知识与能力

淡泊名利是指要正确对待名与利。淡泊名利，不是说让我们不追求名利、不担当、不作为，而是让我们在努力工作、追求嘉奖和荣誉的同时，做到功成不必在我，但功成必定有我。功成不必在我是一种精神境界，建功立业并不是容易的事，不是仅靠个人的力量就能完成的，而是需要大家的共同努力与进步。功成必定有我是一种担当，在团体为了荣誉而努力时，自己也应更加努力，只有个人迈出了进步的一小步，集体才能聚力往前走。

淡泊名利是一种学会控制自我的人生智慧。淡泊并不是力不能及的无奈，也不是心满意足的自赏，更不是碌碌无为的哀叹，淡泊是实实在在地对待一切，豁达客观地看待一切。

人生要奋斗，要有自律精神，要拒绝诱惑。坚持走自己的路，做最好的自己，有了这个信念，追求自己的理想时，才不会被物欲所迷惑。

第二章 劳模精神

第五节 淡泊名利

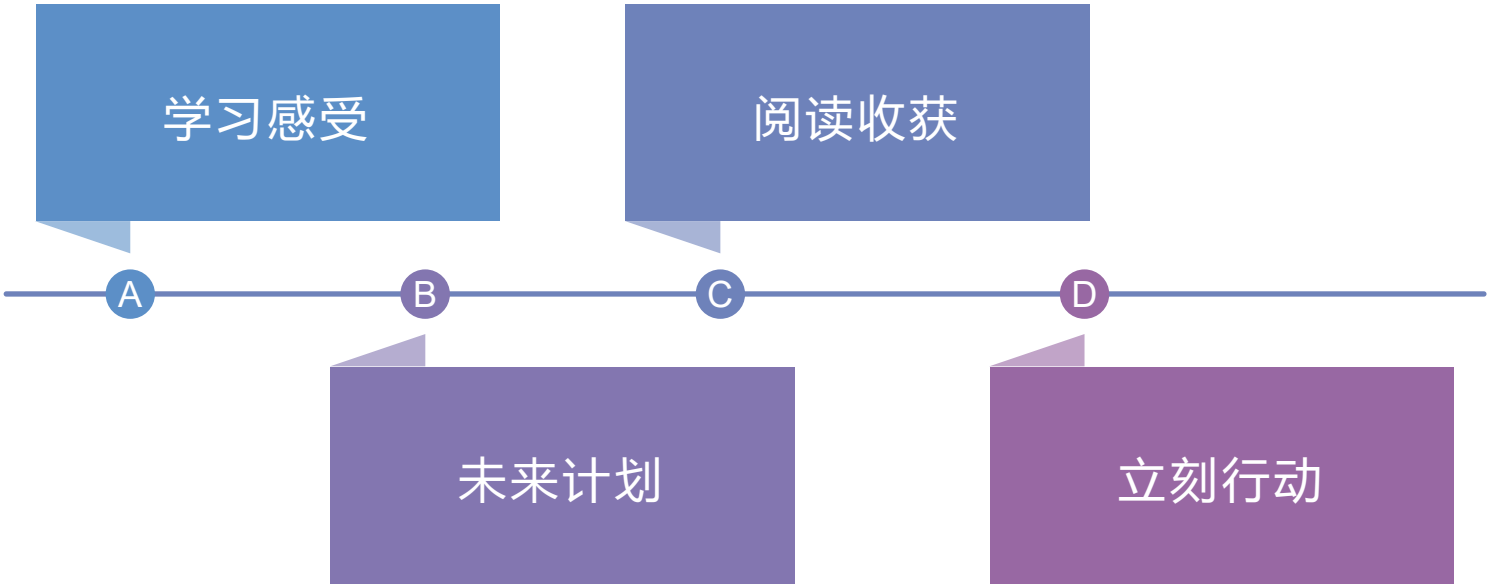
故事与案例

“杂交水稻之父”袁隆平

第二章 劳模精神

第五节 淡泊名利

感悟与行动



第二章 劳模精神

第五节 淡泊名利

劳动与实践

学校劳动实践

月度生活费“瘦身”挑战

社会劳动体验

文明法治宣传活动

家庭劳动技能提升

变废为宝

第二章 劳模精神

第五节 淡泊名利

传承与拓展

归园田居·其三

[晋] 陶渊明

种豆南山下，草盛豆苗稀。
晨兴理荒秽，带月荷锄归。
道狭草木长，夕露沾我衣。
衣沾不足惜，但使愿无违。

第二章 劳模精神

第五节 淡泊名利

复盘与反思

复盘与反思项目	成长收获	劳动教育成效自评		
		优秀	良好	合格
道德品行				
知识技能				
身体机能				
审美能力				
劳动素养				
其他方面（如思维能力、自理能力、意志力等）				
复盘与反思结论				
小组评价	组长签字： 日期：			
教师评价	教师签字： 日期：			

第二章 劳模精神

第六节 甘于奉献

知识与能力

什么是奉献？奉献是一种不求回报的给予，是一种高尚的情操，也是一种伟大的精神。奉献精神是构成民族脊梁的精神支柱，是中华民族世代自强不息的精神财富。习近平总书记曾寄语广大青年要勇做走在时代前列的奋进者、开拓者、奉献者，让青春在为祖国、为人民、为民族的奉献中焕发出绚丽光彩。

“我将无我，不负人民”是新时代中国共产党人奋斗精神的最新表达。甘于奉献是一种美德，更是一种力量。要懂得奉献、甘于奉献，在奉献中实现自我价值，树立“无我”的奉献意识，把“小我”融入“大我”里，舍小家顾大家，不计个人得失，不看重个人名利，为了实现党和人民的伟大事业忘我付出、无私奉献。

奉献的强大之处在于它能够促使人们去学习道德规范与道德准则，通过反思自身行为，把道德准则运用到实践中去，并进一步把这种奉献的品质传递给他人。

甘于奉献需要不忘初心，更需要砥砺前行。奉献的过程虽然是艰苦的，但也是幸福的。奉献需要消除私心，去为他人着想，即使是素不相识的陌生人。

你也许会因为一次奉献而遭到其他人的误解或冷眼相待，也可能会因为一次奉献而耗尽精力、物力与财力……但是，在你甘于奉献自己的爱心给予他人帮助后，却能在精神上变得更富有，这便是甘于奉献的魅力所在。

劳动的内涵在更新，劳模的标准在进化，但“爱岗敬业、争创一流、艰苦奋斗、勇于创新、淡泊名利、甘于奉献”始终是劳模精神的核心。

第二章 劳模精神

第六节 甘于奉献

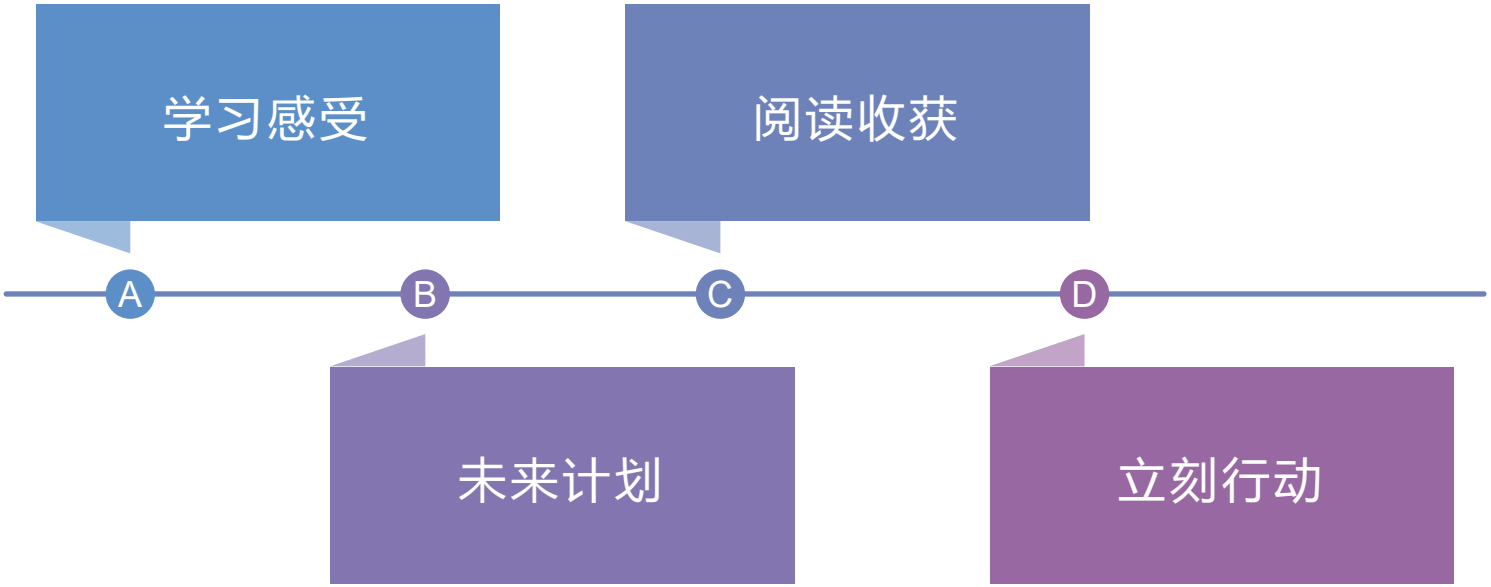
故事与案例

永不熄灭的微火张桂梅

第二章 劳模精神

第六节 甘于奉献

感悟与行动



第二章 劳模精神

第六节 甘于奉献

劳动与实践

学校劳动实践

校园落叶清扫与随手拾捡活动

社会劳动体验

开展“关爱老人、走近留守儿童”社会实践

家庭劳动技能提升

家庭卫生大清扫

第二章 劳模精神

第六节 甘于奉献

传承与拓展

咏煤炭

[明] 于谦

凿开混沌得乌金，藏蓄阳和意最深。
爝火燃回春浩浩，洪炉照破夜沉沉。
鼎彝元赖生成力，铁石犹存死后心。
但愿苍生俱饱暖，不辞辛苦出山林。

第二章 劳模精神

第六节 甘于奉献

复盘与反思

复盘与反思项目	成长收获	劳动教育成效自评		
		优秀	良好	合格
道德品行				
知识技能				
身体机能				
审美能力				
劳动素养				
其他方面（如思维能力、自理能力、意志力等）				
复盘与反思结论				
小组评价	组长签字： 日期：			
教师评价	教师签字： 日期：			

第三章 工匠精神

第一节 执着专注

知识与能力

执着专注是工匠们锲而不舍、心无旁骛、倾情投入的精神体现。匠人易得，匠心难练。只有不会被外在客观事物所影响，才能够将涉及的方方面面努力做好，保证将事情做到最佳状态，最大限度地发挥积极性、主动性、创造性。努力实现既定目标，是内心笃定而着眼于细节的耐心、执着、坚持的精神，这是一切大国工匠所必须具备的精神特质。在浮华喧嚣的环境下，执着专注往往体现为一种定力、自制力、免疫力乃至挫折承受力。

锲而不舍是一种精神、一种信念，是新时代年轻人所要具备的最根本的素养与能力。在工作中会遇到各种各样的问题，要想不打折扣地开展工作，就要发挥锲而不舍的信念，把有限的生命和精力投入到既定的目标中，坚忍不拔，这样才有机会达到自己的目标。

“择一事，终一生”，执着专注是对劳动的坚守和热爱。只有将自己有限的精力专注到所从事的行业，干一行、爱一行、钻一行，日积月累方能成就伟业。

第三章 工匠精神

第一节 执着专注

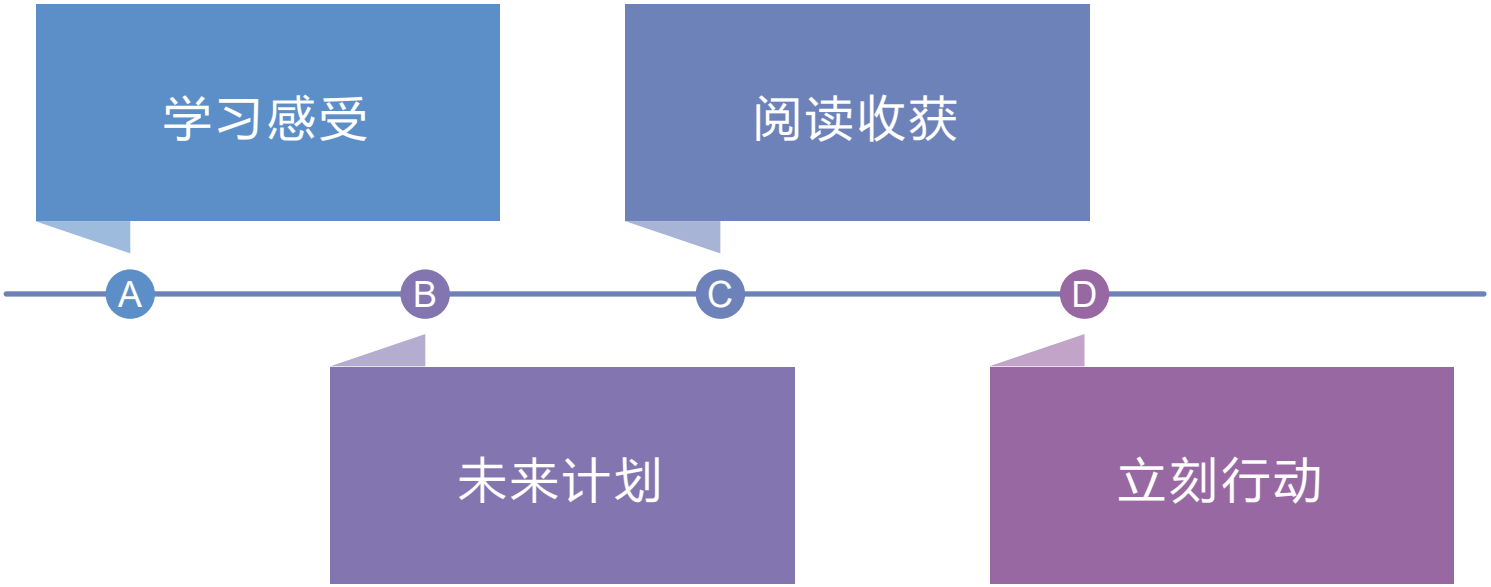
故事与案例

焊接行业领军人艾爱国

第三章 工匠精神

第一节 执着专注

感悟与行动



第三章 工匠精神

第一节 执着专注

劳动与实践

学校劳动实践

制作一份求职简历

社会劳动体验

寻访匠师，完成手工作品

家庭劳动技能提升

制作手工创意拖鞋

第三章 工匠精神

第一节 执着专注

传承与拓展

劝学（节选）

[战国] 荀子

积土成山，风雨兴焉；
积水成渊，蛟龙生焉；
积善成德，而神明自得，圣心备焉。
故不积跬步，无以至千里；
不积小流，无以成江海。
骐骥一跃，不能十步；
驽马十驾，功在不舍。
锲而舍之，朽木不折；
锲而不舍，金石可镂。
蚓无爪牙之利，筋骨之强，上食埃土，下饮黄泉，用心一也。
蟹六跪而二螯，非蛇鳝之穴无可寄托者，用心躁也。

第三章 工匠精神

第一节 执着专注

复盘与反思

复盘与反思项目	成长收获	劳动教育成效自评		
		优秀	良好	合格
道德品行				
知识技能				
身体机能				
审美能力				
劳动素养				
其他方面（如思维能力、自理能力、意志力等）				
复盘与反思结论				
小组评价	组长签字： 日期：			
教师评价	教师签字： 日期：			

第三章 工匠精神

第二节 精益求精

知识与能力

精益求精是品质追求，是质量上的完美、技术上极致的体现，是工匠们千锤百炼、精雕细琢、力求完美的精神体现，是工匠精神最让人称赞之处。具备工匠精神的人，对任何工作品质都有不懈追求，小到一支钢笔，大到一架飞机，每一个零件、每一道工序、每一次组装，都以严谨的态度，规范地完成好每一道程序。对待工作，不仅要做好，而且要做到更好，一直都走在向更高峰攀登的路上。

精益求精是工匠精神的主要内涵，是指具有工匠精神之人心无旁骛、全神贯注，专注于自身热爱的工作，执着于技艺的改进。

精益求精的价值诉求理念，其背后蕴含的是对产品细节极致完美的追求，彰显的是一种永不满足、不断超越的职业文明和创新精神。

精益求精的工匠精神生动体现在工匠们以近乎严苛的标准严格要求自己，不急功近利，不贪图名利，不断改进产品的工艺，雕琢自己的产品。在新一轮科技革命和产业变革中，工匠们更要不断提高技术技能水平，使工匠精神在提质增效主战场上闪耀光辉，让“精耕细作”焕发出新的时代风采。

想要精益求精，应做到以下几点。首先必须树立目标，如果不树立目标，则很难走得很远。其次，要有认真的态度和良好的心态，仔细做好每一件事，从小事做起，不忽略任何细节，任何时刻都要全力以赴。最后，自身要有较强的能力或本领，能够使树立的目标付诸实践，否则就会沦为纸上谈兵。

大礼不辞小让，细节决定成败。作为现代技能型人才的大学生，除了要掌握相关技术、技能的知识外，还要将精益求精的工匠精神融入日常生活中，并且做好个人职业发展规划，制定合理的发展目标，这样才能持续成长。

第三章 工匠精神

第二节 精益求精

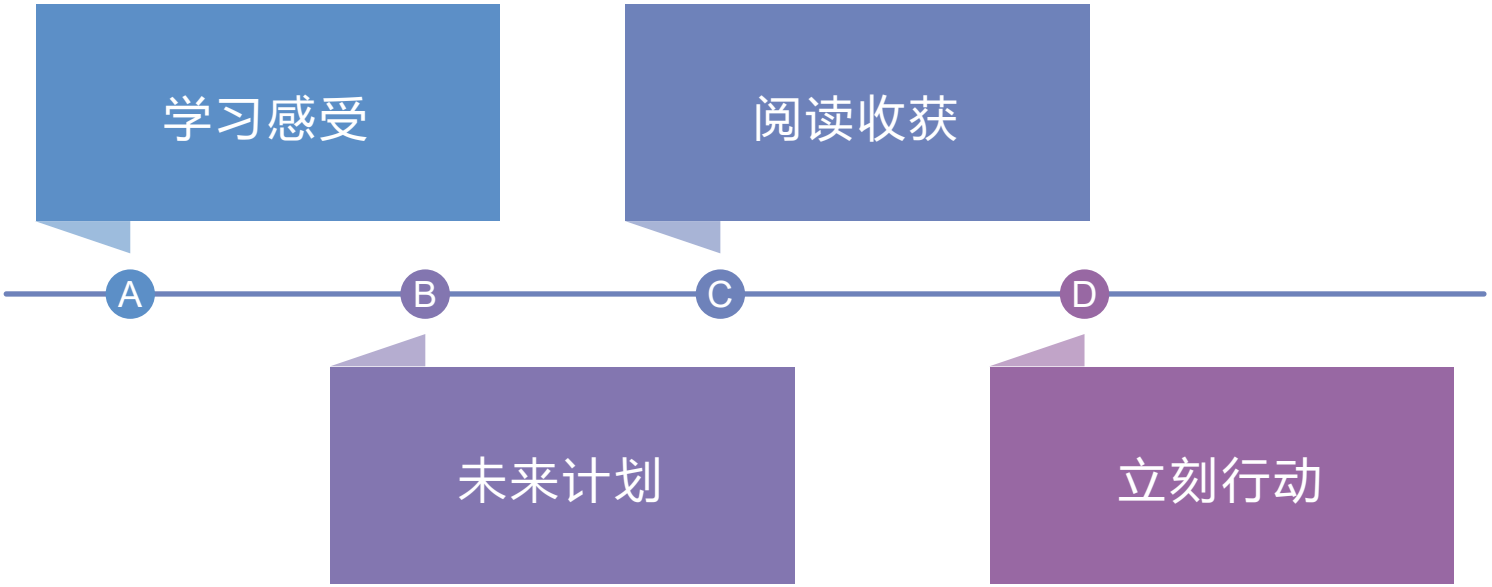
故事与案例

“大国工匠”周建民

第三章 工匠精神

第二节 精益求精

感悟与行动



第三章 工匠精神

第二节 精益求精

劳动与实践

学校劳动实践

完成一项活动策划

社会劳动体验

安全隐患早发现

家庭劳动技能提升

编织围巾

第三章 工匠精神

第二节 精益求精

传承与拓展

赠昊十九

[明] 李日华

为觅丹砂斗市廛，松声云影自壶天。

凭君点出流霞盏，去泛兰亭九曲泉。

第三章 工匠精神

第二节 精益求精

复盘与反思

复盘与反思项目	成长收获	劳动教育成效自评		
		优秀	良好	合格
道德品行				
知识技能				
身体机能				
审美能力				
劳动素养				
其他方面（如思维能力、自理能力、意志力等）				
复盘与反思结论				
小组评价	组长签字： 日期：			
教师评价	教师签字： 日期：			

第三章 工匠精神

第三节 一丝不苟

知识与能力

一丝不苟是指办事认真，连最细微的地方也不敢马虎。作为通向精益求精的必要路径，一丝不苟主要体现在始终严格遵守工作规范和质量标准，兢兢业业做事，一板一眼工作，把每个操作要求和工作步骤都落实到位，不投机取巧，不寻求捷径，不敷衍了事，不放过任何一个细节和细微之处，确保操作结果符合标准甚至高于标准，没有瑕疵，不留缺憾。

一丝不苟是工匠们敬业担当、严谨细致、求真务实的精神体现。工匠们深知“天下大事，必作于细”，因而对自己所从事的工作及岗位兢兢业业、认真负责。全面建设社会主义现代化国家新征程，要培厚工匠精神的土壤，推动更多工匠竞相涌现，并号召工匠们预防“失之毫厘、谬以千里”，不放过任何一个细节，不忽视任何一个细微之处，倾注匠心，创造出巧夺天工的精品，为经济社会发展注入充沛活力。

做任何事情都需要一丝不苟，对于一个优秀的工匠来说，一丝不苟不仅是一种工作态度，还是一种行为习惯、一种职业操守。这其中有两个要素：一是高超的技术技艺，没有这个要素，无论如何认真，都不可能将事情做好；二是工艺规程，没有这个要素，认真就没有了依据，没有了方向，甚至会出现南辕北辙的现象。

一丝不苟是自身要求，是细节上的坚守、态度上的严谨。作为匠人，只有做到注重细节，一丝不苟，不断提升，才能创造能够传承的作品。

第三章 工匠精神

第三节 一丝不苟

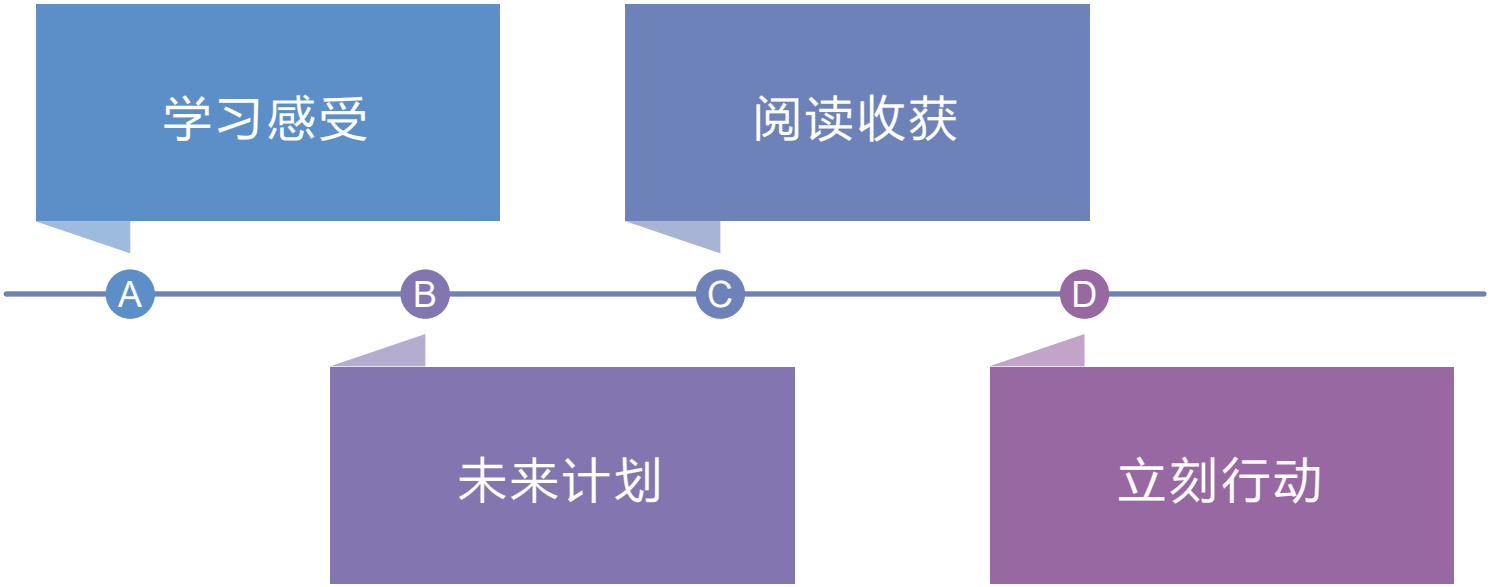
故事与案例

“火药雕刻师”徐立平

第三章 工匠精神

第三节 一丝不苟

感悟与行动



第三章 工匠精神

第三节 一丝不苟

劳动与实践

学校劳动实践

制作一件文创作品

社会劳动体验

救助流浪动物

家庭劳动技能提升

插花

第三章 工匠精神

第三节 一丝不苟

传承与拓展

古剑篇（又作宝剑篇）

[唐] 郭震

君不见昆吾铁冶飞炎烟，红光紫气俱赫然。
良工锻炼凡几年，铸得宝剑名龙泉。
龙泉颜色如霜雪，良工咨嗟叹奇绝。
琉璃玉匣吐莲花，错镂金环映明月。
正逢天下无风尘，幸得周防君子身。
精光黯黯青蛇色，文章片片绿龟鳞。
非直结交游侠子，亦曾亲近英雄人。
何言中路遭弃捐，零落漂沦古狱边。
虽复沉埋无所用，犹能夜夜气冲天。

第三章 工匠精神

第三节 一丝不苟

复盘与反思

复盘与反思项目	成长收获	劳动教育成效自评		
		优秀	良好	合格
道德品行				
知识技能				
身体机能				
审美能力				
劳动素养				
其他方面（如思维能力、自理能力、意志力等）				
复盘与反思结论				
小组评价	组长签字： 日期：			
教师评价	教师签字： 日期：			

第三章 工匠精神

第四节 追求卓越

知识与能力

推动中国制造向中国创造转变、中国速度向中国质量转变、中国产品向中国品牌转变是适应经济发展新常态的根本出路所在。追求卓越的理想信念，树立远大的理想和高远的信念，人生才有奔头。

追求卓越是工匠们积极进取、超越自我、开拓创新的精神体现。工匠们不应遵循守旧、故步自封，而应与时俱进，追求至善至美的境界，这样才会不断创新，才能打造出有生命、有灵魂的产品，在服务人民、奉献社会的实践中铸就新的历史伟业。

第三章 工匠精神

第四节 追求卓越

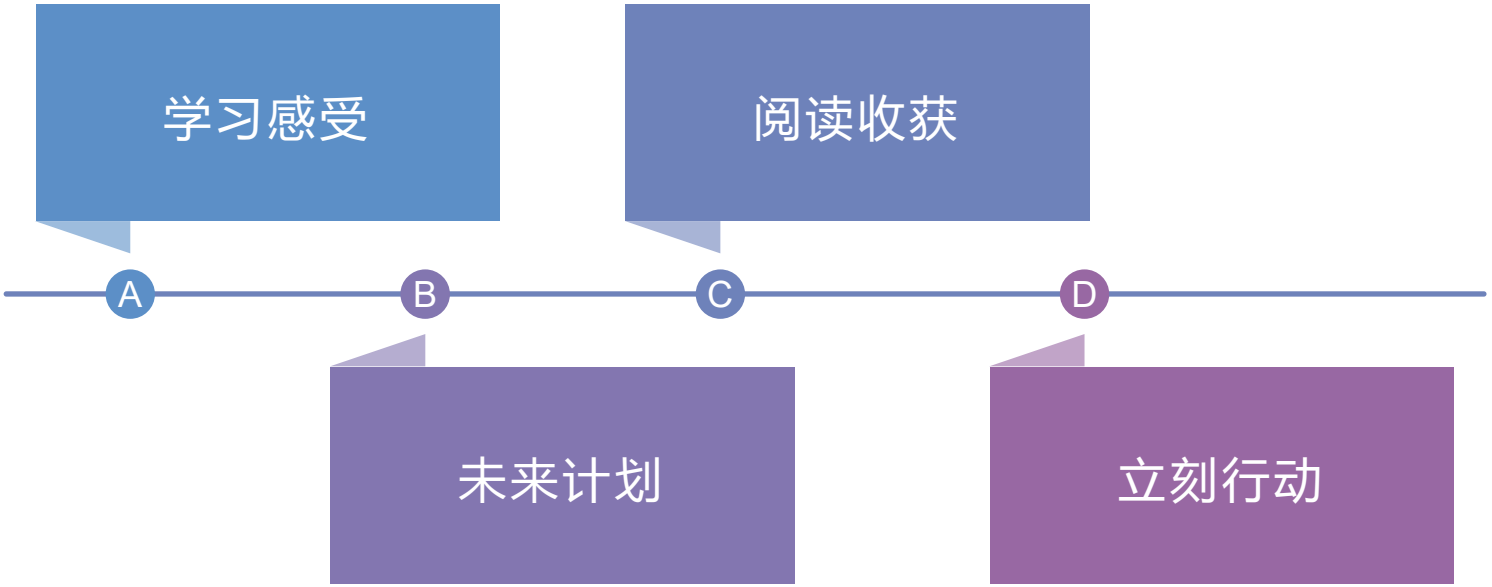
故事与案例

焊接高铁的工人院士李万君

第三章 工匠精神

第四节 追求卓越

感悟与行动



第三章 工匠精神

第四节 追求卓越

劳动与实践

学校劳动实践

品读一品书

社会劳动体验

旧衣物回收与捐赠

家庭劳动技能提升

中草药香囊制作

第三章 工匠精神

第四节 追求卓越

传承与拓展

咏白玉金边素瓷胎

[清] 弘历

白玉金边素瓷胎，雕龙描凤巧安排。

玲珑剔透万般好，静中见动青山来。

第三章 工匠精神

第四节 追求卓越

复盘与反思

复盘与反思项目	成长收获	劳动教育成效自评		
		优秀	良好	合格
道德品行				
知识技能				
身体机能				
审美能力				
劳动素养				
其他方面（如思维能力、自理能力、意志力等）				
复盘与反思结论				
小组评价	组长签字： 日期：			
教师评价	教师签字： 日期：			