附件6:

**常熟高新园中等专业学校**

**“知‘食’·育心”劳动技能大比拼活动实施方案**

## 一、活动背景

为深入贯彻落实《国家职业教育改革实施方案》，积极响应 2025 年职业教育活动周 “一技在手 一生无忧” 的主题号召，充分发挥劳动教育在职业教育中的重要作用，培养学生的劳动技能与感恩意识，弘扬中华民族传统家庭美德，特举办 “我为父母做道家常菜” 劳动技能大比拼活动。通过活动，让学生将课堂所学烹饪知识与生活实践相结合，提升动手能力，增进亲子情感，充分展现学生的职业风采。

## 二、活动目标

## （一）劳动教育具象化

## 以家常菜制作为劳动实践载体，引导学生经历“市场调研-食材选购-烹饪制作-餐桌服务”完整劳动链条，在真实劳动场景中培养责任意识、工匠精神和节约习惯，凸显职业教育“手脑并用” 的育人特色。

## （二）感恩教育情境化

## 学生设计菜肴主题，让学生在食材挑选、菜品制作中体悟父母日常劳作的辛劳，在菜品呈现中融入对父母的情感表达，将烹饪技能转化为感恩行动，强化“劳动创造情感价值”的认知。

## 三、活动主题

知“食”·育心

## 四、活动对象

23烹饪、24烹饪全体学生

## 五、具体安排

## （一）前期准备阶段（五月第2周）

## 开设“家务劳动微课堂”：每班邀请2名家长代表录制《我家的厨房秘籍》视频，分享家庭烹饪中的劳动智慧（如食材预处理技巧、厨具收纳方法等）。

## （二）比赛实施阶段（五月第2周、第3周）

## 1.初赛：每位学生在家中独立完成所选家常菜的制作，拍摄制作过程照片（至少3张，照片需包括准备食材、烹饪过程、成品展示等环节）。初赛由专业教师组成评审小组，根据菜品的色香味、创新性、烹饪过程规范性进行综合评分，分23级、24级学段选取前10名学生进入决赛。

## 2.决赛：参赛学生现场制作一道家常菜（23级学生以家禽肉为原料；24级学生以黄瓜为原料），评委组由专业教师、家长代表和行业专家组成。评委将根据菜品的色、香、味、形等指标进行现场打分，同时结合学生的创意性和技术性进行综合评定，评选出一、二、三等奖及优秀奖。

## 注：“初赛照片”格式为jpg，大小在1M以上；《我家的厨房秘籍》“视频”格式为MPG或AVI,采用横版视频，上述两个材料请于5月12日（周一）由班主任老师统一收齐并递交给系部德育负责人，同时总务处、学工处备份；现场决赛初定于5月14日（周三下午）。

## （三）成果总结阶段（五月第4周）

## 1.开展“厨房日记一月打卡”：鼓励学生持续记录为家庭烹饪的过程，培养劳动习惯。

2.组织“以菜传孝意·用爱暖家心”表彰会：表彰先进个人，分享劳动教育成果，助推“家校社”三方联动。

3.展示获奖作品及学生风采：通过学校官网、微信公众号等平台宣传活动成果，扩大活动影响力。

常熟高新园中等专业学校

二〇二五年五月六日