第一图书网, tushu007.com

<<家庭钟点工>>

图书基本信息

书名：<<家庭钟点工>>

13位ISBN编号：9787500850625

10位ISBN编号：750085062X

出版时间：2011-11

出版时间：全国现代家政服务职业培训专用教材编写组 中国工人出版社 (2011-11出版)

作者：全国现代家政服务职业培训专用教材编写组 编

页数：215

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

内容概要

《全国现代家政服务职业培训专业教材：家庭钟点工》是依据全国职工素质建设工程教材开发与规划总体要求，在全总职工素质建设工程领导小组的指导下，由全总保障工作部、中国家庭服务业协会联合北京华夏中青家政连锁总部、西部高级职业培训学院及有关专家，根据国家职业标准，共同编写的“全国现代家政服务职业培训专用教材”之一。
本教材从当前家庭钟点工的社会需求出发，以家庭钟点工的职业标准和技能要求为编制单元，从钟点工概念、高级餐嫂、高级保洁员、家庭护理与保健、家庭教育、陪聊、陪游、陪购、陪练的岗位要求等几方面分层次介绍，条理清楚、体系完善、内容清晰、实操性强、文字通俗、贴合实际。
在技能实操训练方面，以国家职业标准为依据，以达标上岗为培训目标，列举了不同钟点工岗位的工作实例，操作步骤和方法具有科学性、标准化和现实性。
《全国现代家政服务职业培训专业教材：家庭钟点工》执行主编为李福芝、徐用才，副主编为徐连梅、焦文玉。

<<家庭钟点工>>

书籍目录

第一章 概述第一节 钟点工概念内涵一、什么是“ 钟点工 ”二、“ 钟点工 ”的工作特点第二节 岗位内容与素质要求一、“ 钟点工 ”岗位内容二、素质要求第二章 高级餐嫂（家庭餐制作）第一节 家常菜烹调知识一、什么是家常菜二、中国家常菜的特点三、原料的分类和加工原则第二节 营养学的基本知识一、人体与营养素二、营养素的分类及功能三、各类食物的营养成分四、详细了解食品的营养成分第三节 家常菜、特色菜烹制一、蔬菜类二、肉类三、鱼虾类四、豆制品类五、食用菌与野菜类六、瓜果类七、凉菜类八、煲汤类第四节 家常餐主食（面食）烹制的基础知识一、面团的制作二、面团发酵三、面坯成形四、调馅第五节 家庭餐主食的烹制方法一、家庭餐主食烹制方法之一——蒸二、家庭餐主食烹制方法之二——煮三、家庭主食烹制方法之三——烙四、家庭餐主食制作方法之四——烤第三章 高级保洁员第一节 家居保洁概述一、家居结构二、家居保洁工具的使用三、各种清洁保养用品的使用四、保洁方法五、保洁实操第二节 现代家居各功能区的保洁保养一、家居日常保洁工作总体操作程序（如下表）二、家居的分区保洁和保养第三节 现代家居的消毒和杂物整理一、消毒二、整理杂物第四节 家庭美化的原则和实例一、居室美化原则二、重点布置三、家庭养花和摆放第四章 家庭护理与保健第一节 概述一、家庭护理对象二、家庭护理的作用三、怎样学好护理四、怎样做好护理第二节 老年人护理一、老年人的特点以及如何与老人交往二、老年人的饮食调节三、老年人常见病的护理第三节 常用护理技术一、血压测量法二、体温测量法三、冷热疗法四、氧气吸入法五、褥疮护理六、晨晚间护理及床上擦浴法七、外伤第四节 家庭保健一、中年人的身心特征二、中年人常见的心理健康问题三、中年人的心理保健四、老年人的心理卫生与健康五、老年人的保健按摩六、自我保健妙法10种七、保健操八、八段锦第五章 家庭教育（上）第一节 家庭教育概述一、什么是家庭教育二、家庭教育的特点三、家庭教育的原则第二节 家庭教育的内容一、养成教育二、劳动教育三、品德教育第三节 非智力品质的培养教育一、什么是非智力品质二、智力与非智力因素机能互动结构三、非智力品质的培养第四节 家庭的智力教育一、智力教育概述二、智力教育第六章 家庭教育（下）第一节 学前儿童身心发展一、学前儿童的生理发育二、学前儿童的动作发展三、学前儿童的感知觉发育第二节 学前儿童的智力发展一、语言发展二、注意的发展三、记忆的发展四、思维的发展第三节 学前儿童非智力品质发展一、情感二、个性第四节 学前儿童心理的特殊性一、学前儿童心理发展的关键期特征二、学前儿童心理发展转折期的特征三、学前儿童心理发展的“ 最近发展区 ”特征第五节 学前儿童教育课程方案一、婴儿教育课程的特殊性二、婴儿教育的课程模式第六节 学前儿童教育内容一、乳儿期的动作学习与感觉学习二、婴幼儿时期的语言学习三、情绪教育四、社会行为学习第七节 小学生家庭教育一、学龄初期儿童心理特征二、小学时期家庭的课程设计第八节 中学生家教一、中学生的心身发展特征二、初中生的家教课程设计与内容……第七章 陪聊第八章 陪游、陪购、陪练

章节摘录

版权页：插图：（5）增加饱腹感由于脂肪具有抑制肠胃蠕动和消化液分泌的作用，所以脂肪在肠胃消化道中停留时间较长，使人不易感到饥饿。
营养专家认为，一个人每天吃含50克脂肪的食物即可满足人体的需要，婴儿，高、低温作业者和体力劳动者则应适当增加。
3.维生素维生素是维持人体正常生命活动的必须营养素。
目前已知的维生素有20多种，它们多数不能在人体内合成，必须由食物提供。
维生素按其溶解性可分为水溶和脂溶两种。
水溶性维生素有维生素C、维生素B6、维生素B12叶酸、尼克酸等；脂溶性维生素有维生素A、维生素D、维生素E、维生素K等。
维生素的主要功能是促进物质代谢，促进人体组织中有胶质形成和伤口愈合及铁、钙元素的吸收，维生素C还具有防治坏血病的功能，故维生素C亦称抗坏血酸。
需要特别注意的是：维生素在食品加工中容易损失，损失的主要原因是氧化、加热、冷冻和切后清洗等。
所以菜肴中的蔬菜和水果等，在烹调时，温度不宜过高，时间不宜太长，不要在刀切以后再洗，有些蔬菜最好生吃。
4.糖类糖类是由碳、氢、氧元素组成，因其氢与氧的结合比例为2:1，故又称糖类为碳水化合物。
糖类包括单糖、双糖和多糖三种。
单糖：是糖类的基本单元，其他糖类均必须经过消化后变成单糖才能被人体吸收。
双糖：包括蔗糖、麦芽糖和乳糖等。
其中蔗糖最易发酵，并产生熔解牙齿珐琅质的物质，引起龋齿，所以要少食含蔗糖类的食物，食后一定要把牙齿清洗干净，免得虫牙（龋齿）。
多糖：主要有淀粉、糖原和纤维素等。
淀粉是人类最基本的食物，糖原又称初物性淀粉或肝糖原。
纤维素是一种不能被人体消化吸收的多糖，存在于谷类的外皮和蔬菜的茎、叶和果实里，它虽不能被吸收，但可促进肠道的蠕动，使粪便柔软，易于排泄。
糖类的主要功能是提供热量，节约蛋白质，促进人体的生长发育。
5.无机盐无机盐又称矿物质，它是人体内不可缺少的营养素之一。

媒体关注与评论

“ 全国现代家政服务职业培训专用教材 ”由全国家政行业著名品牌企业及有关专家，在大量培训实践基础上，以达标上岗为培训目标而共同编写。
内容严谨，技能要点清晰、标准体系明确，涵盖了当前家庭服务从业者应掌握的知识和技能。
尤其将现代家政服务业的时代要求与国家职业标准相结合，更加重视素质能力的提升和操作技能的全面掌握，并使操作步骤和方法更具科学性、标准化。
——北京联合大学教授 周文建“ 全国现代家政服务职业培训专用教材 ”突出“ 标准、全面、务实、简明 ”的职业培训特点，内容全面详细，程序简明概要，重点突出，实操性强，让家庭服务人员读后能有一种“ 一册教材在手，家庭服务无忧 ”的职业自信和职业安全感。
这是一套提供给全国家庭服务人员的实用性较好的培训与教育教材，为家庭服务业的发展做出了贡献。
——中央广播电视大学教授李福芝

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

《家庭钟点工》编辑推荐：人力资源和社会保障部教育培训中心。
符合国家职业技能标准和现代家政服务需求，以职业能力为核心，以职业实操为导向，以提高综合素质为目标，通过本套教材学习培训，并通过有关考核，可获得《家政服务工程岗前培训合格证书》或人力资源和社会保障部门颁发的相应工种的岗位培训合格证书。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com