

2024 年“中银杯”甘肃省职业院校技能大赛 高职学生组公共管理与服务类 家政服务赛项竞赛规程

一、赛项名称

赛项名称：家政服务

赛项类别：公共管理与服务大类

赛项组别：高职学生组

二、竞赛目的

为深入贯彻习近平总书记关于技能人才工作的重要指示精神，响应国家促进家政服务业提质扩容，实现高质量发展的工作要求，进一步激发现代家政服务与管理专业以赛促学、以学促练、以练增效的热情，全面提升家政服务专业化、规范化水平，特设立本赛项。

通过竞赛，可以提升高职院校学生家政服务核心技能水平与职业能力，促进部分家庭事务社会化、职业化、市场化，推动家政行业服务标准化发展，引领高职院校适应家政服务技术发展趋势，促进家政服务专业建设与教学改革，推进高职院校与相关行业、企业的合作，更好实现工学结合的人才培养模式，为家政行业培养高素质技能型人才。

三、竞赛时间、地点

（一）竞赛时间：另行安排

（二）竞赛地点：兰州职业技术学院总校区

四、竞赛内容

本赛项竞赛内容由理论知识测评、养老照护技能考核、整理收纳技能考核、母婴护理技能考核 4 个模块组成，竞赛总时长 180 分钟。

（一）理论知识测试

此模块为理论知识考核模块，竞赛时长为 90 分钟。测试范围包括现代家政学、管家服务、养老照护、母婴护理、营养学等家政专业相关知识。测试题型包括填空题、选择题、判断题、简答题、论述题。

（二）养老照护技能考核

此模块为实操模块，竞赛时间为 25 分钟（包括物料准备时间）。考核内容包括穿脱衣训练、腋下体温测量、使用轮椅转运老人等养老照护相关技能。在实操环节，需对操作意图、动作要领等进行口述。

（三）整理收纳技能考核

此模块为实操模块，竞赛时间为 40 分钟（包括绘图时间）。参赛选手需根据给定场景和要求进行衣物整理收纳或者橱柜整理收纳；同时，需绘制整理收纳规划平面图，并标注尺寸和功能区。

（四）母婴护理技能考核

此模块为实操模块，竞赛时间为 25 分钟（包括物料准备时间）。考核内容包括产妇护理、婴儿护理。在实操环节，需对操作意图、动作要领等进行口述。

五、竞赛方式

1. 本赛项为个人赛，每队 1 名参赛选手，限报 1 名指导教师。

2. 本赛项采用理论测试与实操考核相结合的方式进行。

4 个竞赛模块中：理论知识测评采用闭卷笔试的形式进行；
养老照护技能考核、整理收纳技能考核、母婴护理技能考核
3 个模块采用实际操作考核方式进行。

表 1 竞赛方式

序号	模块	竞赛方式	备注
1	理论知识测试	闭卷笔试	
2	养老照护技能考核	实操考核	现场在竞赛内容中 3 选 2 抽题（实操时需对过程和细节进行口述）
3	整理收纳技能考核	实操考核	现场在竞赛内容中 2 选 1 抽题（需模拟在实际工作中的服务流程）
4	母婴护理技能考核	实操考核	现场在竞赛内容中 2 选 1 抽题（实操时需对过程和细节进行口述）

表 2 竞赛流程

模块	序号	规则	竞赛时间
理论知识测试	1	竞赛方式为单人单桌进行闭卷笔试答卷，由裁判进行监考	90 分钟
养老护理技能考核	1	选手进入赛场，读取试题	5 分钟内
	2	准备好，举手示意竞赛开始，计时员计时	
	3	物料准备	5 分钟内
	4	进入实操环节	20 分钟内
	5	裁判打分，选手现场确认最后得分，并签字	
整理收纳技能考核	1	完成养老护理模块竞赛后，由引导员引导至整理收纳赛场备赛区候赛	
	2	选手听从工作人员指令进入赛场，读取试题	5 分钟内
	3	准备好，举手示意竞赛开始，计时员计时	
	4	进入实操环节（包括绘制平面图，物料准备等）	40 分钟内
	5	裁判打分，选手现场确认最后得分，并签字	
母婴护理技能考核	1	完成整理收纳模块竞赛后，由引导员引导至母婴护理赛场备赛区候赛	
	2	选手进入赛场，读取试题	5 分钟内
	3	准备好，举手示意竞赛开始，计时员计时	
	4	物料准备	5 分钟内
	5	进入实操环节	20 分钟内
	6	裁判打分，选手现场确认最后得分，并签字	
所有模块完成后，由工作人员带离赛场			

3. 竞赛全过程由参赛选手独立完成，不允许指导教师和学校领队进入竞赛场地。

六、竞赛环境

（一）赛场面积要求

1. 理论知识测试赛场面积为不小于 50 m² 的普通教室，测试过程中单人单桌，桌间距左右不小于 80 cm，前后不小于 60 cm。

2. 实操考核赛场均为室内场地，每个实操赛场面积不小于 30 m²。

3. 实操考核赛场内设置裁判区，裁判区不小于 5 m²。

4. 临近实操考核赛场位置须设不小于 40 m² 的候考室和不小于 10 m² 的备考室（或区域）。

（二）赛场基础设施要求

1. 赛场配备计时器、医务箱、饮用水等；
2. 赛场采光条件良好，周围环境安静，空气清新；
3. 赛场具备 2 个以上安全通道，指示标识与消防器材符合消防安全要求。

七、技术规范

1. 《家政服务员国家职业技能标准》（2019 版）
2. 《高等职业学校家政服务与管理专业教学标准》

八、技术平台

（一）竞赛场地设施与设备

表 3 养老照护竞赛场地设施与设备清单

序号	名称	规格	单位	备注
1	床旁靠背椅	标准	把	
2	双层治疗车	尺寸：800×480×860mm（单屉带桶）	辆	摆放材料
3	轮椅	手柄带刹车	辆	
4	护理床	手摇式病床，可实现背部起身	张	
5	模拟老人	普通	位	经培训的工作人员
6	床头柜	医用	个	
7	扫床车	90×45×86cm（医用）	辆	

表 4 整理收纳竞赛场地设施与设备清单

序号	名称	单位	数量	备注
1	衣柜	个	1	
2	梯子	个	1	
3	橱柜	组	1	
4	吊柜	组	1	
5	岛台	组	1	

表 5 整理收纳竞赛场地收纳工具清单

序号	名称	单位	数量	备注
1	植绒衣撑	个	25	以竞赛场地实际摆放为准
2	大棉盒	个	4	
3	牛津布收纳箱 A	个	2	
4	收纳抽屉	个	8	

5	中号带盖收纳盒	个	4	
6	小号带盖收纳盒	个	2	
7	调味品收纳盒	个	4	
8	密封五谷收纳盒	个	4	
9	刀叉分隔	个	3	
10	杂粮桶	个	2	
11	带盖大号扁型收纳盒	个	2	
12	抽屉布艺收纳盒有格中号	个	2	
13	抽屉布艺收纳盒无格中号	个	2	
14	抽屉布艺收纳盒有格S号	个	2	
15	抽屉布艺收纳盒无格S号	个	2	
16	大号带盖收纳盒	个	2	
17	牛津布收纳箱B	个	4	
18	厨房收纳盒A	个	4	
19	厨房收纳盒B	个	2	
20	带视窗布艺收纳箱	个	2	
21	亚克力U形透明分隔架	个	2	

表6 母婴护理竞赛场地设施与设备清单

序号	名称	规格	单位	数量
1	抚触床	100*80（可移动、带收纳）	套	2
2	婴儿多功能洗浴池	105*85*86	套	2
4	浴盆	可折叠	个	2
5	婴儿浴架	架式	个	2
6	水温计（浴盆用）	电子水温计	个	2

7	仿真婴儿	塑胶	个	2
---	------	----	---	---

(二) 竞赛物料

表 7 养老照护技能考核物料清单

序号	名称	规格	单位	备注
1	前开襟衣服	XXL	件	秋长袖
2	免洗洗手液	500ml	瓶	
3	毛巾	27×27cm	条	
4	清洁体温计存放消毒一体盒	一体带盖方盒（24×15.5×6.3cm）	个	塑料
5	体温计	医用	支	
6	弯盘	长：18.5cm 宽：11cm 高：2.3cm 不锈钢	个	
7	小毛毯	普通	床	
8	软枕	普通	个	
9	床刷	医用扫床刷子	个	
10	清洁潮湿刷套	医用扫床刷套	个	
11	脸盆	普通	个	
12	清洁床单	150×230cm	件	
13	被罩	160×210cm	件	
14	枕套	50×70cm	件	
15	纱布	7.5×7.5cm	包	
16	笔	黑色	支	
17	记录单	A4	张	
18	记录夹	320×215mm	个	

表 8 整理收纳技能考核（衣柜整理收纳）物料清单

序号	名称	单位	数量	备注
1	衬衫	件	5	以竞赛场地实际摆放为准
2	短 T	件	5	
3	彩色卫衣	件	5	
4	薄毛衣	件	5	
5	牛仔裤	条	4	
6	休闲裤	条	4	
7	运动裤	条	4	
8	保暖套装	套	2	
9	打底裤	条	4	
10	夏季连衣裙	条	2	
11	春秋连衣裙	条	2	
12	羽绒服	件	3	
13	风衣	件	2	
14	呢绒大衣	件	2	
15	文胸	件	4	
16	内裤	条	8	
17	袜子	双	10	
18	家居服	套	1	
19	床品	套	1	
20	手包	个	2	
21	斜挎包	个	2	
22	行李箱	个	1	

23	棉被	条	1	
24	套装	套	1	
25	腰带	条	2	
26	各类围巾	条	5	

表 9 整理收纳技能考核（橱柜整理收纳）物料清单

序号	名称	单位	数量	备注
1	大米	袋	1	以竞赛场地实际摆放为准
2	食用盐	袋	1	
3	鸡精	袋	1	
4	胡椒粉	瓶	2	
5	淀粉	袋	2	
6	花椒	袋	2	
7	辣椒	袋	2	
8	五香粉	袋	1	
9	孜然	袋	1	
10	食用油	瓶	1	
11	蚝油	瓶	1	
12	小米	袋	2	
13	红豆	袋	2	
14	绿豆	袋	2	
15	黑豆	袋	2	
16	花生	袋	2	
17	黄豆	袋	2	

18	薏米（已开封）	袋	2	
19	粉条	包	1	
20	木耳	包	1	
21	茶叶	罐	1	
22	咖啡豆	袋	2	
23	已开封洗涤剂	瓶	2	
24	一次性手套	包	1	
25	清洁纸巾	包	1	
26	锡纸	卷	1	
27	保鲜膜	卷	1	
28	密封袋	盒	1	
29	高脚杯	个	6	
30	咖啡杯	个	4	
31	啤酒杯	个	4	
32	马克杯	个	4	
33	保温杯	个	2	
34	电水壶	个	1	
35	榨汁机	个	1	
36	电饭煲	个	1	
37	炒锅	个	1	
38	案板	个	1	
39	汤碗	个	6	
40	鱼盘	个	2	
41	菜盘	个	5	

42	食用筷子	双	5	
43	汤匙	个	5	
44	锅铲	个	1	
45	洗碗布	个	1	
46	洗碗刷	个	1	
47	垃圾袋	包	1	

表 10 母婴护理技能考核物料清单

序号	名称	规格	单位	备注
1	半背衣	52 码（100%A 类纯棉无骨，春秋款）	套	
2	蝴蝶衣	52 码（100%A 类纯棉无骨，春秋款）	套	
3	包单	95*95CM（100%A 类棉，春秋款）	条	
4	包被	90*90CM（100%A 类棉，春秋款）	条	
5	袜子	（80%-90%A 类棉无骨，春秋款）	双	
6	碘伏棉棒	50 支盒	盒	
7	尿不湿	NB 码（90 条装）	包	
8	护臀膏	50G	个	
9	婴儿面霜	45G	盒	
10	身体乳	200ML 盒	盒	
11	2 合 1 洗护套	400ML	瓶	
12	抚触油	80ML	瓶	
13	浴巾	105*105CM	条	
14	毛巾	27*27cm 方巾	套	
15	浴巾	70*140cm	条	

16	棉签	10 支/包（医用）	包	
17	护脐贴	25 片/盒（婴幼儿洗澡用）	盒	
18	吸鼻水器	一个	个	
19	婴幼儿洗澡用浮水性玩具	无毒塑料或塑胶玩具 1 套	套	

九、评分办法

（一）分值构成

1. 理论知识测试模块满分为 100 分（占总分 25%）

2. 实操模块

（1）养老照护技能考核模块满分为 100 分（占总分 25%）

（2）整理收纳技能考核模块满分 100 分（占总分 25%）

（3）母婴护理技能考核模块满分 100 分（占总分 25%）

参赛选手的成绩评定由竞赛委员会裁判组负责。

竞赛总成绩 = 理论知识测试成绩 * 25% + 养老照护技能考核成绩 * 25% + 整理收纳技能考核成绩 * 25% + 母婴护理技能考核成绩 * 25%

选手排名按总成绩由高到低排序。总成绩相同时，以技能考核总成绩排名靠前者为胜；如果技能考核总成绩相同，以技能考核操作总时间较短者为胜。

表 11 养老照护技能考核—腋下体温测量实操评分标准

项目	分值	技术操作要求及赋分
工作准备与评估	28 分	1.1 环境准备： (1) 口述：室内清洁；（1 分） 温湿度适宜；（1 分） (2) 口述：关闭门窗；（1 分）
		1.2 家政服务员准备： (1) 口述：服装整洁；（1 分） (2) 口述：仪容大方；（1 分） (3) 口述加操作：七步洗手法洗净双手、戴口罩；（1 分） (4) 口述：了解腋下体温正常值为 36-37℃。（1 分）
		1.3 物品准备： (1) 口述：物品准备齐全。（3 分） 少 1 件（2 分），少 2 件以上（1 分） (2) 口述加操作：检查体温计（2 分）
		1.4 老年人准备： (1) 口述：老年人平卧于床上；（1 分） (2) 口述：评估老年人神志清楚；（2 分）
		1.5 评估，与老年人沟通： 口述加操作：30 分钟前有无进食冷热饮；（3 分） 口述加操作：30 分钟前有无做过剧烈运动；（3 分） 口述加操作：30 分钟前有无洗过热水澡。（3 分）
		1.6 解释说明： 口述加操作：向老年人解释测量体温的目的，取得配合；（2 分） 要求态度和蔼，语言亲切。（2 分）
测量体温	26 分	2.1 放入体温计，测量体温： (1) 操作：携物至床前，老年人取平卧位；（2 分） (2) 口述加操作：向老年人问好，一手打开盖被一角；（1 分） (3) 操作：暴露被照护者肩；（3 分）
		(4) 操作：解开衣扣；（1 分） (5) 口述加操作：用毛巾擦干腋下汗液；（3 分）
		(6) 口述加操作：右手持体温计，将水银柱甩至 35℃ 以下；（4 分） (7) 操作：双手配合将体温计水银端放于腋窝处；（2 分） 备注：体温计放置位置错误扣 6 分。
		(8) 操作：体温计紧贴皮肤腋窝深处；（4 分） (9) 口述加操作：叮嘱老年人上肢屈臂过胸夹紧；（2 分） 备注：体温表折断，被照护者受伤为否定项，全题不得分。
		(10) 操作：为老年人盖好盖被；（2 分）
		(11) 口述：测量时间为 10 分钟。（2 分）

读取体温	13 分	3.1 取出体温计，读数： (1) 口述加操作：向老年人解释，掀开盖被一角；（1 分） (2) 操作：取出体温计用纱布擦净体温计汗渍；（2 分） (3) 操作：盖好盖被；（1 分） (4) 操作：右手横拿体温计；（2 分） (5) 操作：远离水银柱端；（1 分） (6) 操作：慢慢转动；（1 分） (7) 操作：眼睛与水银刻度在同一水平线上；（3 分） (8) 口述加操作：读取数值 37.5℃。（2 分）
整理用物	9 分	4.1 用物处理、洗手记录： (1) 口述加操作：将体温计甩至 35℃以下（注意周围环境）；（1 分） (2) 口述：用 75%医用酒精消毒 30 分钟；（1 分） (3) 口述加操作：帮被老年人系好衣扣整理床单位；（1 分） (4) 口述加操作：询问需求，拉上床挡；（1 分） (5) 口述加操作：七步洗手法洗净双手；（1 分） (6) 口述加操作：记录；（时间、温度、被照护者感受）（2 分） (7) 口述：立即报告医生老年人体温情况。（2 分）
注意事项	8 分	5.1. 口述： (1) 甩体温计的操作范围在胸前；（1 分） (2) 注意不要触及周围物品，以防破碎；（1 分） 5.2 口述： (1) 测量过程中告知老年人如果发生体温计滑落或脱位应保持原体位不动；（1 分） (2) 家政服务员应耐心寻找；（1 分） (3) 避免体温计破碎误伤被照护者；（1 分） 5.3 口述： (1) 一旦发现体温计破碎水银外流；（1 分） (2) 家政服务员应立即戴口罩、手套；（1 分） (3) 用硬纸收集包裹按医疗垃圾处理。（1 分）
整体评价	16 分	1. 熟悉操作流程（4 分）；动作准确规范（4 分）； 2. 有效沟通，语言亲切自然（4 分）； 3. 随时观察（2 分）；准确把握测温时间（2 分）。

表 12 养老照护技能考核—使用轮椅转运老年人实操评分标准

项目	分值	技术操作要求及赋分
工作准备与评估	20 分	1.1 环境准备： (1) 口述：地面整洁、平坦；（1 分） (2) 口述：无障碍物、无积水；（1 分）
		1.2 家政服务员准备： (1) 口述：服装整洁；（1 分） (2) 口述：洗净双手；（1 分）
		1.3 物品准备： (1) 口述：轮椅、软枕、一条毛毯准备齐全。（3 分） 少 1 件（2 分），少 2 件以上（1 分）
		1.4 检查： (1) 轮椅性能是否完好；（1 分） (2) 口述：轮椅的轮胎气压充足，刹车制动良好，轮椅完好。（1 分）
		1.5 老年人准备 (1) 口述：老年人平卧在床。（1 分）
		1.6 评估，与被照护者沟通： (1) 口述加操作：老人身体状况；（2 分） (2) 口述加操作：肢体活动能力；（2 分） (3) 口述加操作：是否愿意配合。（2 分）
		1.7 解释说明： (1) 口述加操作：向老年人说明即将开始的轮椅转移，取得配合；（2 分） (2) 要求态度和蔼，语言亲切。（2 分）
固定轮椅	10 分	2.1 操作加口述： (1) 推轮椅进房间与床边呈 30-45 度夹角；（2 分） (2) 固定刹车；（2 分） (3) 收起脚踏板。（2 分）
		2.2 操作： (1) 协助坐起；（2 分） (2) 协助老年人穿防滑鞋；（1 分） (3) 整理衣服。（1 分）
坐入轮椅	30 分	3.1 操作： (1) 口述加操作：嘱咐老年人双手搭在家政服务员肩部，合理摆放患侧手；（3 分） (2) 操作：家政服务员用与患侧相对的膝关节内侧，抵住老年人患侧膝关节的外侧；（3 分） (3) 家政服务员两手臂穿过老年人腋下，环抱其腰部夹紧，两人身体靠近；（3 分） (4) 家政服务员屈膝并嘱咐老年人抬臂、伸膝时同时站起。（3 分）

		3.2 操作： (1) 家政服务员以自己的身体为轴转动；（5分） (2) 将老年人移至轮椅上；（3分）
		3.3 操作： (1) 协助靠椅背坐稳；（2分） (2) 系好安全带；（2分）
		3.4 操作 (1) 双脚放于脚踏板上，双腿盖上小毛毯；（3分） (2) 胸腹前塞软枕，老年人双手放在软枕上；（3分）
转运	12分	4.1 操作 (1) 松开刹车平稳前行；（3分） (2) 转弯前行。（3分）
		4.2 操作 (1) 在转运过程中，观察、询问老年人有无不适；（3分） (2) 如有不适停止操作就近休息。（3分）
整理记录	8分	5.1 口述加操作 (1) 操作：转运结束，向老年人询问坐轮椅的感受，有无不适，以便改进操作方法；（5分） (2) 口述：洗净双手。（1分）
		5.2 记录转运情况。（2分）
注意事项	7分	6.1 口述： (1) 转移时需尽量保持床面和轮椅座位在同一水平高度。（1分） (2) 体位转换时注意保护老年人安全；（1分）
		6.2 口述： (1) 帮助老年人转移时，因家政服务员腿要踏入轮椅的空隙处，架腿布会碍事；（1分） (2) 能坐轮椅自行移动的老年人，为了使用轮椅安全，需要撤掉架腿布；（1分） (3) 老年人不宜久坐轮椅，每隔30分钟要协助老年人站立或变换体位，避免臀部长期受压造成压疮；（1分）
		6.3 口述： (1) 天气寒冷时可用毛毯盖在老年人腿部保暖；（1分） (2) 为外出较长时间的老年人准备好水杯，纸巾等用品；（1分）
整体评价	13分	1. 节力（1分）；动作准确规范，注意家政服务员自身保护（4分）； 2. 有效沟通，语言亲切自然（4分）； 3. 操作过程中注意保护老年人安全（随时提醒老年人）（4分）。 备注：全程随时提醒（4分）；部分提醒（2分）

表 13 养老照护技能考核—为卧床老年人更换被服实操评分标准

项目	分值	技术操作要求及赋分
工作准备与评估	15 分	1.1 环境准备： (1) 口述：环境整洁，温度适宜；（1 分） (2) 口述：关闭门窗；（1 分）
		1.2 家政服务员准备： (1) 口述：服装整洁；（1 分） (2) 口述加操作：七步洗手法洗净双手、戴帽子、戴口罩；（1 分）
		1.3 物品准备： (1) 口述：扫床车、床刷、清洁潮湿刷套、脸盆、清洁床单、被罩、枕套准备齐全。（7 分）少 1 件（3 分），少 2 件以上（2 分）
		1.4 老年人准备： (1) 口述：老年人平卧于床；（1 分） (2) 口述：盖好被子；（1 分）
		1.5 评估，与被照护者沟通： (1) 口述加操作：老人身体状况；（1 分）
沟通	4 分	2.1 解释说明： (1) 口述加操作：向老年人解释准备为其更换被服，取得配合；（3 分） (2) 要求态度和蔼，语言亲切。（1 分）
更换床单	34 分	3.1 操作加口述： (1) 物品按使用顺序（上层床单，中层被套、下层枕套）码放在床尾椅子上，移开床旁桌 20 厘米；（1 分） (2) 站在床右侧，放下近侧床挡，对策床挡拉起且牢固。（1 分）
		3.2 操作加口述： (3) 一手托起老年人头部，另一只手平移向床的对策；（1 分） (4) 口述加操作：协助老年人向对策翻身，盖好被子，叮嘱老年人扶好对策护栏；（2 分）
		3.3 操作： (5) 从床头至床尾，松开近侧床单，将床单向上卷起至老年人身下；（1 分） (6) 取床刷套上清洁潮湿刷套；（1 分） (7) 从床头扫至床尾，靠近床中线清扫近侧床垫上的渣屑；（2 分） (8) 每扫一刷要重叠上一刷的 1 / 3 避免遗漏。（2 分）
		(9) 取清洁床单，床单的纵向中线对齐床中线，展开近侧床单平整铺于床褥上；（3 分） (10) 余下的一半卷于老年人身下，近侧床单边缘反折于床

		垫下。；（3分） （11）将枕头移至近侧，协助老年人翻转身体侧卧于清洁床单上（面向家政服务员）；（1分） （12）盖好被子，拉起近侧床挡；（1分） （13）转至床对侧，放下床挡，从床头至床尾松开污染床单，将床单向上卷起；（3分） （14）将污染床单分别从床头、床尾向中间卷起放在污衣袋内。（3分） （15）清扫褥垫上的渣屑（方法同前）（2分）； （16）撤下刷套。放在盛放污染刷套盆中；（1分） （17）拉平老年人身下的清洁床单，平整铺于床褥上；近侧床单边缘反折于床垫下；（2分） （18）折好床单边角；（2分） （19）协助老年人平卧于床中线上，盖好被子。（2分）
更换被罩	17分	4.1 操作 （1）站在床右侧，将盖于老年人身上的被子两侧及被尾展开；（2分） （2）打开被罩被尾开口端，一手揪住被罩边缘，另一只手伸入被罩中分别将两侧被胎向中间对折（2分） （3）一手抓住被罩被头部分，另一手抓住棉胎被头部分，撤出棉胎，呈S型置于床尾，被罩人覆盖在老年人身体上；（3分） （4）取清洁被罩平铺于污被罩上，被罩中线对准床中线。清洁床罩的被头部分置于老年人颈部；（2分） 4.2 操作 （5）打开清洁被罩被尾开口端，一手抓住棉胎被头部分将棉胎装入清洁被罩内，棉胎被头处充满被罩被头部分，无虚沿；（3分） （6）在被罩内将棉胎侧边分别向两侧展开平铺，棉胎四角充实于被套四角，系好床尾侧被罩系带；（3分） （7）从床头向床尾方向翻卷撤出污染被罩，放在污衣袋内。（1分） （8）将棉被两侧向内反折，与床沿平齐，被尾向内反折，与床尾平齐。（1分）
更换枕套	8分	5.1 操作加口述 （1）口述加操作：告知老年人即将更换枕套，一手托起老年人头部，另一手撤出枕头；（3分） （2）在床尾将枕芯从枕套中撤出，将污枕套放在污衣袋内；（1分） （3）取清洁枕套反转内面朝外，双手伸进枕套内撑开并揪住两内角；（1分） （4）抓住枕芯两内角，反转枕套套好；（1分） （5）将枕头从老年人胸前放至左侧头部旁边，家政服务员右手托起老年人头部，左手从老年人头下方将枕头拉至头下适

		宜位置。（2分）
整理用物	3分	6.1 口述加操作 (1) 口述加操作：移回床旁桌、床旁椅；（1分） (2) 口述：开窗通风（口述）洗净双手；（1分） (3) 口述：推扫床车离开房间，轻关房门。（1分）
注意事项	7分	7.1 口述： (1) 协助老年人翻身侧卧时，应拉起床挡，防止发生坠床（3分） (2) 更换被罩时，避免遮住老年人口鼻；（2分） 7.2 口述： (3) 套好清洁被罩，立即撤下污染被罩；（1分） (4) 操作动作应轻稳，不要过多暴露老年人身体，以免受凉。（1分）
整体评价	12分	1. 节力（1分）；动作准确规范（4分）； 2. 有效沟通，语言亲切自然（4分）； 3. 操作过程中注意保护老年人安全（随时提醒老年人）（4分）。 备注：全程随时提醒（4分）；部分提醒（2分）

表 14 整理收纳技能考核—衣柜整理收纳实操评分标准

项目	分值	技术操作要求	赋分
操作准备	5分	头发干净、整洁、利落。	1分
		着装整洁。	1分
		佩戴白色尼龙手套。	1分
		佩戴鞋套。	1分
		规范佩戴口罩。	1分
空间设计	20分	画出衣柜柜体平面图，一处尺寸不合理，扣0.5分，扣完为止；无错误点，不扣分（包括柜体内径尺寸、空间划分）	5分
		功能区标注合理，一处设置不合理，扣0.5分，扣完为止。	5分
		物品标注正确，分类符合衣柜物品收纳基本原则。	5分
		整理收纳方案能够对整理衣柜起到主导作用。	5分
清空	5分	铺设地垫，留有过道区域。	1分
		一次性清空衣柜内所有物品。	1分
		袜子等小物品放置地垫中间位置。	1分
		内衣裤等贴身物品要选择单独放置一块地垫上，置于安全干净地方。	1分
		使用纸巾对衣柜进行清洁	1分
分类	10分	按照“上衣、下装、打底衫、连衣裙、裤子、袜子、内衣裤、包、其他类”分为9类。少分一组扣3分，一件物品分错扣1分，扣完为止。	10分

整理	20 分	衣物折叠要求	15 分
		(1) 折叠方法: 折叠方法统一、合理、正确, 每出现一类折叠方法不当或不统一扣 1 分;	
		(2) 折叠效果: 折叠后衣物外观规整齐, 褶皱少, 每出现一件外观不合格扣 1 分;	
		(3) 易识别性: 衣物折叠后可快速识别类别和个体, 每出现一类不易识别衣物扣 1 分;	
		(4) 外观统一: 同类衣物高度宽度保持一致, 相差超过 0.5 厘米扣 1 分;	
		(5) 陈列方式: 衣物陈列方向一致、色彩合理, 每出现一类方向或色彩不合理扣 1 分;	
		(6) 容器容量控制: 收纳盒中衣物容量合理	
		选择尺寸和材质与物品、柜体尺寸相匹配的收纳工具 (以棉麻材料和 pp 材质为主); 未使用收纳工具扣 2 分。	5 分
收纳	15 分	按照规划图将物品放置相应位置。	2 分
		按照由大到小的原则进行收纳。	2 分
		西服、西裤、连衣裙等衣物悬挂于衣橱内	2 分
		悬挂要求:	9 分
		(1) 相同材质的衣物悬挂	
		(2) 色彩搭配合理	
		(3) 按照长短顺序悬挂	
		(4) 禁止从领口取挂衣物, 否则扣分 2 分/次	
复盘	10 分	表达专业、完整	5 分
		复盘手势正确	5 分
结束	5 分	地垫收起来, 自行带走	2 分
		垃圾处理 (垃圾放入垃圾桶, 垃圾袋带离赛场)	2 分
		离开赛场之后脱鞋套。	1 分
综合评价	10 分	站姿、手势符合礼仪标准, 语速、音量适中	2 分
		操作动作轻柔、准确、熟练、安全	3 分
		态度亲和、微笑服务	3 分
		口述过程中使用专业术语	2 分
注意事项		整理收纳过程中出现损坏物品现象直接扣总分的 50%。	
		清空衣物时没有换干净手套, 直接扣分 5 分。	
		超时 1 分钟, 扣 2 分, 直至扣完为止。	

表 15 整理收纳技能考核—橱柜整理收纳实操评分标准

项目	分值	技术操作要求	赋分
操作准备	5 分	头发干净、整洁、利落。	1 分
		着装整洁。	1 分
		佩戴白色尼龙手套。	1 分
		佩戴鞋套。	1 分
		规范佩戴口罩。	1 分
空间设计	20 分	画出橱柜柜体平面图，一处尺寸不合理，扣 0.5 分，扣完为止；无错误点，不扣分（包括柜体内径尺寸、合页）	5 分
		功能区标注合理，一处设置不合理，扣 0.5 分，扣完为止。	5 分
		物品标注正确，分类符合厨房物品收纳基本原则。	5 分
		整理收纳方案能够对橱柜收纳起到主导作用。	5 分
清空	5 分	铺设地垫，留有过道区域。	1 分
		一次性清空橱柜内所有物品。	1 分
		台面放置物品需要铺垫巾。	1 分
		玻璃器具放置在台面中间。	1 分
		使用纸巾对橱柜进行清洁	1 分
分类	10 分	按照“已开封食品、未开封食品、杯具、餐具、调味品、清洁用品、小家电”等进行分组，一件物品分错扣 1 分，扣完为止。	10 分
整理	20 分	（1）收纳方法：按照物品的形状、性质使用合适的收纳方法，每出现一处不合格扣 1 分。	15 分
		（2）收纳效果：收纳后柜陈列整齐，每出现一件不合格扣 1 分；	
		（3）易拿取：整理物品后可快速识别类别和个体，每出现一类不易识别物品扣 1 分；	
		（4）统一：同类物品收纳保持一致，每出现一处物品混放扣 1 分；	
		（5）妥善处理已开封物品，洒出或未处理每出现一次扣 1 分；	
		（6）容器容量控制：收纳盒内物品适量，每出现一处不合理扣 1 分。	
		（7）选择与物品、柜体尺寸相匹配的收纳工具；未使用收纳工具扣 2 分。	5 分
收纳	15 分	按照规划图将物品放置相应位置。	2 分

		按照上轻下重原则进行收纳。	2 分
		按照内高外低原则进行收纳。	2 分
		整理收纳要求：（1）陈列有艺术感，运用陈列技巧。	2 分
		（2）色彩搭配合理	2 分
		（3）空间利用合理	3 分
		（4）禁止从瓶口直接拿放物品，否则扣分 2 分	2 分
复盘	10 分	表达专业、完整	5 分
		复盘手势正确	5 分
结束	5 分	地垫收起来，自行带走	2 分
		垃圾处理（垃圾放入垃圾桶，垃圾袋带离赛场）	2 分
		离开赛场之后脱鞋套。	1 分
综合评价	10 分	站姿、手势符合礼仪标准，语速、音量适中	2 分
		操作动作轻柔、准确、熟练、安全	3 分
		态度亲和、微笑服务	3 分
		口述过程中使用专业术语	2 分
注意事项		整理收纳过程中出现损坏物品现象直接扣总分的 50%。	
		在清洁柜体后，没有换干净手套直接扣分 5 分。	
		超时 1 分钟，扣 2 分，直至扣完为止。	

表 16 母婴护理技能考核—产后康复操指导实操评分标准

项目	技术操作要求	赋分
操作前准备	选手：着装整洁得体、摘下手上饰物，剪指甲、七步洗手法洗净双手。	2 分
	环境：安静，光线柔和，调节室温 22-24℃，湿度 50%-60%，播放优美柔和音乐	2 分
	用物准备：浴巾、温开水	1 分
	产妇：了解产妇分娩的方式、嘱咐产妇穿着舒适宽松衣服、排空二便，松开腹带	3 分
评估解释	评估产妇健康状况、有无伤口及伤口愈合情况，解释产后康复操的锻炼目的及注意事项	4 分
呼吸运动	去枕仰卧，两臂平放于身体两侧，手心朝下，深呼吸，吸气时腹部膨隆，呼气，腹部收缩。	10 分
提肛运动	去枕仰卧，两臂平放于身体两侧，手心朝下，呼气时收缩肛门括约肌，吸气时放松。	10 分
抬腿运动	去枕仰卧，两臂打开与身体垂直，手心朝下，双腿轮流上举和并举，与身体呈直角。	10 分
提臀运动	去枕仰卧，两臂平放于身体两侧，手心朝下，两腿屈曲，双脚与肩同宽，呼气时抬起臀部及背部，使臀、腿与身体成一条直线。	10 分
抬头运动	去枕仰卧，两臂平放于身体两侧，手心朝下，吸气时下巴尽量上抬，呼气时下巴尽量向胸部靠拢。	10 分
仰卧起坐	去枕仰卧，两腿屈曲，双手平伸，呼气时尽量使头和上半身抬离床面，并尽量靠向双腿，吸气时身体缓缓平躺。	10 分
扭背运动	跪姿，双膝分开与肩同宽，手肘弯曲平放于垫子上，两侧手臂轮流带动身体进行左右旋转。	10 分
全身运动	跪姿，双膝分开与肩同宽，手掌置于垫子上，一手臂与对侧大腿同时抬离垫子至与身体呈一条直线，左右交替进行。	10 分
锻炼后处置	询问产妇有无不适，协助产妇喝温开水、擦汗，协助检查恶露，必要时更换会阴护垫及衣物，取舒适卧位休息	2 分
过程评价	选手：举止端庄，态度和蔼，语言亲切，沟通有效	2 分
	操作：指导规范、动作熟练	2 分
	用物整理：使用过物品归类放置、洗手	2 分

表 17 母婴护理技能考核—婴儿沐浴实操评分标准

项目		评价内容	赋分
操作前准备		育婴员：着装整齐、发式得体、去除首饰、剪指甲、七步洗手法洗净双手	5 分
		环境：通风半小时后关闭门窗，调节室温 26-28℃	2 分
		操作台：两块大毛巾、三块小毛巾、婴儿换洗衣物及尿片、75%酒精、消毒棉签、沐浴露、水温计、护臀霜，柔湿巾	2 分
		备水，先冷水后热水，试水温，38-40℃	2 分
操作实施	洗脸	毛巾的叠法：四层	2 分
		洗眼睛：顺序从内眼角至外眼角，不要反复擦拭；. 鼻：内眼角→鼻翼旁； 嘴唇：人中→嘴角	5 分
		洗面部：额头→面部→下颏	5 分
	洗头	育婴员将婴儿的头托于左手掌，以拇指和中指分别向前折双耳廓，以堵住外耳道，以防止水水渗入耳内，婴儿身体托于左前臂内侧，婴儿双足挟于左腋下，婴儿面向一侧。	10 分
		育婴员另一手取洗发沐浴露揉至起泡，洗净婴儿发际、全头部、耳后，洗后立即擦干，清洗双侧外耳	10 分
		婴儿眼睛、耳朵未进水	2 分
	洗身体	入水前准备：铺大毛巾，脱去衣物和尿布，检查婴儿全身有无异常	3 分
		沐浴顺序：颈部-前胸-腹部-腋窝-双上肢-后颈部-后背-腹股沟-双下肢-生殖器-臀部	10 分
		抱婴儿姿势正确	5 分
	擦干	洗完后用干燥浴巾吸干全身，尤其是关节和褶皱处	5 分
	脐部护理	先用干棉签擦干婴儿脐部水，再用 75%酒精消毒脐部，消毒两次，由内向外环形消毒，消毒直径范围大于 5cm	10 分
	臀部护理	垫好尿片，松紧适宜，根据情况使用护臀膏	3 分
	整理	穿好衣服，裹好包被，整理用物	3 分
过程评价		育婴员：举止端庄，态度和蔼，语气温柔，操作过程与婴儿全程沟通	2 分
		操作：规范、熟练，动作迅速、连贯、准确	5 分
		用物整理：使用过尿布、棉签、换下衣物处理得当，其他物品归类放置	5 分
注意事项		1. 婴儿患病，如皮肤有感染、呕吐、腹泻等情况，暂时不洗	1 分

口述	澡。	
	2. 脐部残端有活动性出血伤口时，不宜洗澡。	1 分
	3. 低体重儿 2000g 以下者可用擦浴方法清洁皮肤。	1 分
	4. 婴儿喂食 1-2h 后洗澡为宜，否则易吐奶。	1 分
否定项	沐浴过程中出现危害婴儿安全的操作（直接扣除 40 分）	

十、奖项设定

按实际参赛人（队）数的 10%、20%、30%（小数点后一位四舍五入）分设一、二、三等奖。其他情况按照竞赛规程总则执行。