淄博市商务局 淄博市人力资源和社会保障局关于举办淄博市首届职业技能大赛

家政服务职业技能竞赛的通知

各区县（功能区）商务、人力资源和社会保障部门：

为深入贯彻党的二十大精神，全面落实“三提三争”工作要求，提升我市家政服务从业人员职业技能水平和综合素质,推动家政服务业提质扩容，淄博市商务局、淄博市人力资源和社会保障局决定联合举办首届淄博市职业技能大赛家政服务职业技能竞赛。现将有关事项通知如下：

一、大赛主题

技展风采 能创未来

二、组织机构

（一）主办单位

淄博市商务局

淄博市人力资源和社会保障局

（二）承办单位

山东轻工职业学院

（三）协办单位

淄博市技师学院

为加强赛事组织管理，成立首届淄博市职业技能大赛家政服务竞赛组委会。组委会下设办公室，办公室设在山东轻工职业学院，负责竞赛的具体组织实施和日常协调。

三、竞赛相关工作安排

（一）竞赛形式

竞赛从理论考试、操作考试两个方面对选手进行全面考核。根据实际报名情况可分为初赛、决赛两个阶段。

（二）竞赛时间

2023年10月29日8：00-14：00

1. 竞赛地点

山东轻工职业学院（山东省淄博市周村区米山路30号）

1. 竞赛项目

家政服务员

（五）竞赛报名条件及参赛范围

1.参赛选手应为18周岁以上(2005年10月1日前出生)、法定退休年龄以内的中国大陆公民。职工选手学历为高中及以上，需持有人社部门或相关行业组织颁发的职业资格证书，并且有2年以上的我市从业经历。

2.参赛单位须为淄博市域内相关单位，每单位限报2名选手。

3.已获得“中华技能大奖”“全国技术能手”“山东省技术能手”“淄博市技术能手”的人员，不再以选手身份参赛。

（六）竞赛报名方式

请各有关单位做好组织报名工作，参赛单位务必于10月23日前，将参赛人员的报名表、汇总表、工作证明（盖单位公章）、健康相关证明、相应的从业证书和个人近期免冠照片的电子版以单位（文件名命名以单位+姓名格式）发送至邮箱：18369995611@163.com。

五、技术工作

首届淄博市职业技能大赛家政服务竞赛参照国家职业标准三级、行业企业评价规范相应等级，制定技术文件。

各竞赛项目由牵头主办单位成立竞赛组委会，负责组织实施具体竞赛项目的选拔、推荐、参赛等工作，并接受大赛组委会办公室工作指导。竞赛组委会办公室统筹指导赛事技术工作。竞赛承办单位聘请相关专家担任裁判，组织制定技术文件、命制比赛试题、确定评判标准、负责比赛评判工作等。选派熟悉比赛场地、设施设备技术要求的专业人员负责各竞赛项目设备设施和工具材料等技术保障工作。

竞赛有关信息将在淄博市人力资源和社会保障局网站（hrss.zibo.gov.cn）“技能大赛”专栏公布。

六、奖励措施

（一）个人奖项

1.竞赛组委会为竞赛项目获得前3名的选手，颁发金、银、铜牌。前3名以外，但排名在实际参加决赛人数1/2以上的选手颁发优胜奖奖牌。

2.对获得各竞赛项目金、银、铜牌的参赛选手，经市级人社部门核准后，可按程序选拔为“淄博市技术能手”。已选拔的，不再重复选拔。

3.职业技能等级晋升。获得决赛前6名的职工（教师）选手，符合条件的，可晋升家政服务员二级/技师职业技能等级，已具有二级/技师职业技能等级的，可晋升一级/高级技师职业技能等级。决赛其他获奖职工（教师）选手，符合条件的，可晋升家政服务员三级/高级工职业技能等级。获得决赛前6名的学生选手，符合条件的，可晋升家政服务员三级/高级工职业技能等级，已具有三级/高级工职业技能等级的，可晋升二级/技师职业技能等级。

1. 团体奖励

竞赛组委会为积极组织参赛、开展赛前选拔集训、赛中未发生违规违纪行为的参赛代表队颁发“优秀组织奖”。

（三）其他奖励

竞赛组委会为获得优胜奖以上选手的指导教师（教练）颁发获奖选手指导教师（教练）证书。为各项目裁判长、裁判员颁发执裁证书。

七、工作要求

（一）各区县商务、人力资源和社会保障主管部门、要高度重视本次竞赛活动，切实加强领导，精心组织实施，广泛发动相关工作人员积极参与竞赛活动，选拔优秀选手参加决赛。

（二）各参赛单位要及时将竞赛活动相关信息报送竞赛组委会办公室。同时要依托多种载体，加大宣传，营造良好竞赛氛围。

（三）各参赛选手要认真备赛，执行竞赛规程，刻苦钻研业务，提高技能，切实提升职业技能。

八、其它

(一)报名超过20人，进行初赛和决赛，不超过20人直接进行决赛。

（二）报名截止日期为2023年10月25日。

（三）请参赛选手务必携带身份证报到，比赛前、比赛时进行现场核对，证件未带者，视为弃考。

（四）已完成报名人员请进微信群。



联系人：常渝昕 18369995611 李正中 15169003916

附件: 1.《报名表》

2.《汇总表》

3.家政服务项目技术工作文件

4.淄博市首届职业技能大赛家政服务竞赛组委会名单

5.理论考试题库

淄博市商务局 淄博市人力资源和社会保障局

2023年10月20日

附件1

首届淄博市职业技能大赛

“家政服务”竞赛报名表

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 姓 名 |  | 文化程度 |  | 免冠一寸  彩色照片 |
| 性 别 |  | 职务/职称 |  |
| 身份证号 |  | 政治面貌 |  |
| 单位名称 |  | | 电子邮箱 |  |
| 详细地址 |  | | 手机号码 |  |
| **参赛工种** |  | | | |
| 主要  工作  经历  及  获得  荣誉  （可另  附页） | 年 月 日 | | | |

附件2

淄博市首届职业技能大赛

家政服务赛项汇总表

| 序号 | 姓名 | 工作（学习）单位 | 参赛项目 | 电话 |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

附件3

淄博市首届职业技能大赛

家政服务项目技术工作文件

淄博市首届职业技能大赛组委会办公室技术工作组

2023年10月

**目 录**

一、技术描述…………………………………………………1

（一）项目概要……………………………………………1

（二）基本知识与能力要求………………………………1

二、试题及评判标准…………………………………………2

（一）试题…………………………………………………2

（二）比赛时间和试题的具体内容………………………3

（三）评判标准……………………………………………6

三、竞赛细则…………………………………………………9

（一）初赛竞赛守则………………………………………9

（二）决赛竞赛守则………………………………………9

（三）赛场规则……………………………………………10

（四）赛事安全要求………………………………………11

（五）申诉与仲裁…………………………………………12

四、赛场、设施设备等安排…………………………………12

（一）赛场规格要求………………………………………13

（二）场地布局图…………………………………………12

（三）基础设施清单………………………………………13

五、安全、健康规定…………………………………………15

一、技术描述

（一）项目概要

家政服务是满足人们日常生活需求的重要方式，提供良好的家政服务是社会进步和人民生活幸福的重要保障。家政服务员是从事料理家务、照护家庭成员、管理家庭事务的人员。此项目主要是在模拟家庭的场所，根据题目要求和现场提供的物料，进行家务料理实际操作的竞赛项目。

（二）基本知识与能力要求

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **相关要求** | | **权重比例 (%)** |
| **1** | **工作组织和管理** | 30 |
| 基本知识 | —职业素养、职业道德  —家庭成员个人隐私和财产安全得到保护  —法律常识 |
| 工作能力 | —能够有效地规划和分配时间以完成所有必要的任务时间管理能力  —遵纪守法、全心全意为雇主服务 |
| **2** | **沟通和人际交往** | 40 |
| 基本知识 | —建立和维护客户信心和信任的重要性  —保持和更新知识库的重要性  —社交及服务礼仪、沟通技巧 |
| 工作能力 | —能够具备解释客户需求  —就解决方案提供建议和指导  —能够与雇主和家庭成员有效地沟通，了解他们的需求和期望。 |
| 3 | —**家庭安全与卫生** | 30 |
| 基本知识 | —家庭卫生安全要求  —家用电器具的使用  —安全用电常识 |
| 工作能力 | —能制定并遵守健康、安全的服务守则  —具备基本的急救技能  —意外情况的处置能力 |
| **合计** |  | 100 |

二、试题与评判标准

（一）试题

**1.初赛：**理论考核（现场笔试，主要考核从业人员从事本职业应该掌握的基本要求和相关知识要求）。初赛成绩的前20名进入决赛。

**2.决赛**：理论考核和技能考核两部分组成，具体考评方法如下：

|  |  |
| --- | --- |
| **竞赛形式** | **成绩占比** |
| 理论考核（初赛成绩） | 40% |
| 技能考核 | 60% |

（1）理论考核：理论成绩为初赛的理论成绩，如若人数不足20人，直接晋级决赛并进行理论考试。

（2）技能考核：（主要考核从业人员从事本职业应具备的技能水平）根据家政服务员的从业标准，结合实际从业环境，设定有两个操作考核项目，重点评估在不同的场景下，评估选手完成相关任务的能力。

（二）比赛时间和试题的具体内容

1.比赛时间

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **项目** | **考核模块** | **时间** |
| 初赛 | 理论知识考核 | 60分钟 |
| 决赛 | 理论知识考核 | 初赛成绩/60分钟 |
| A家庭餐制作模块—制作复合水果原料拼盘 | 10分钟 |
| B 家居收纳整理模块 —行李箱整理收纳 | 10分钟 |

2.试题的具体内容

（1）理论考核：采用纸质试卷考核方式进行，主要考核家政服务员基础理论知识、家庭餐制作、洗烫收纳衣物、美化家居、休闲娱乐服务、科学家居收纳管理等相关理论知识。

（2）技能考核：情景模拟

情景描述：10月28日是雇主父亲的生日，家政服务员王阿姨为老人做好了水果拼盘，招待前来祝寿的亲友。生日宴会结束后，王阿姨屋里进行的衣服进行收纳悬挂。雇主计划到外地出差四天，王阿姨为其准备了行李箱。您作为家政服务员，须完成以下2项任务。

**A家庭餐制作模块—制作复合水果原料拼盘**

任务说明：在老人生日这个特殊的日子，选手能熟练利用制作家庭餐的相关知识：初加工原料、家庭餐配制、饮品制作。并能完成家庭餐（复合水果原料拼盘）在日常生活中的制作，进行厨房用具收纳管理。

竞赛形式：自由选择水果、工具、所需配料，进行现场制作。

竞赛时间：总时间10分钟，包括物品准备时间。

口述并操作具体内容：准备评估、操作步骤（选料、加工、摆盘）、综合评价。

竞赛要点：能按正确的顺序操作，手法、动作规范，各注意事项陈述完整

**B家居收纳整理模块—行李箱整理收纳**

任务说明：家主父亲生日，为招待亲友家衣服随意放到了卧室的床上，作为家政人员，请将床铺收拾干净并将外套悬挂。针对季节特点和短期出行的实际，利用收纳整理的知识整理行李箱。

竞赛形式：整理凌乱的床铺以及出行行李箱操作。

竞赛时间：总时间10分钟。

口述并操作具体内容：准备评估、操作步骤（收纳、整理）、综合评价。

竞赛要点：能按正确的顺序操作，手法、动作规范，各注意事项陈述完整。

3.技能考核流程

技能考核实行单人操作，参赛选手按照随机抽签决定参赛顺序，依据赛题情境要求分别按A、B模块顺序、模块分配时间各自计时完成。模块分配时间内选手须独立完成物品准备、操作过程、整理记录等操作环节。待裁判发出“开始”信号，计时开始。操作整理和记录计入模块分配时间。操作完成后，选手向裁判员示意，计时结束。竞赛模块结束前1分钟提醒选手1次，模块规定时间结束，选手必须立即停止一切操作，并在工作人员指引下到指定区域休息。

（三）评判标准

1.分数权重：

（1）理论考核占40%，题型分为单选题、多选题、判断题三种题型。其中，单选题（50题，每题1分）、多选题（10题，每题2分）、判断题（20题，每题1.5分），各题型错选、多选或少选均不得分。

（2）技能考核占60%，选手根据按赛场提供的任务书，完成三个模块的实际操作，A模块、B模块各占成绩的50%，具体评分标准如下：

**A家庭餐制作模块评分标准**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **考核**  **内容** | **考核要点** | **配分** | **评分标准** |
| 1 | 工作准备  （15 分） | （1）仪容仪表：着装整洁，长头发盘起，去除首饰，洗净双手，指甲不过长，穿好围裙、戴好手套、鞋套、帽子、口罩，表情精神自然，微笑大方。 | 7 | 准备不完善，每项扣1分，扣完为止。 |
| （2）环境准备：开窗通风换气，开灯保证光线适合。 | 3 | 操作前没有开窗，没有开灯，扣1-3分 |
| （3）物品准备：刀具、菜板、餐碟、纸巾、四种水果、配料、分类垃圾桶。 | 5 | 物品准备不充分，每少一项扣1分。 |
| 2 | 评估与  沟通  （10 分） | （1）根据祝福家主父亲生日的主题和选中的四种水果，评估构思并确定水果拼盘的形状。 | 5 | 没有评估构思形状扣1-5分。 |
| （2）与客户沟通：面带微笑，与客户亲切沟通交流（模拟对话）。 | 5 | 没有与客户沟通，扣1-5分。 |
| 3 | 水果拼盘  （55分） | （1）主题创意：祝福爷爷生日的主题突出、生动形象、富有创意。 | 10 | 主题不突出、不生动形象、缺乏创意扣1-10分。 |
| （2）整体造型感染力：造型美观、整体协调、层次分明、给人眼前一亮之感。 | 13 | 造型不美观、整体欠协调、层次不分明扣1-13分 |
| （3）刀工技法：刀法多样、刀工细腻、技法熟练流畅。 | 12 | 刀法单一、刀工不细腻、技法不熟练不流畅。扣1-12分。 |
| （4）色彩花样：颜色、大小、样式搭配协调美观、科学合理。 | 10 | 颜色、大小、样式搭配不协调、不美观、不科学合理扣1-10分。 |
| （5）卫生处理：水果干净卫生，作品完成后将用具及环境整理干净。 | 10 | 水果不干净卫生，作品完成后没做用具及环境整理扣1-10分。 |
| 5 | 厨房整理  （20分） | （1）将厨房用具整齐摆放并做收纳。 | 5 | 没有将卧室用具、剩余辅料放回原处，扣1-5分。 |
| （2）将餐桌及椅子擦拭干净摆放整齐。 | 3 | 没有擦拭和摆放扣1-3分。 |
| （3）将围裙脱下并叠好摆放到原处。 | 2 | 没有将卧室用具擦拭干净，扣1-2分。 |
| （4）与客户沟通，征求意见，并祝福老人健康长寿。 | 10 | 没有沟通扣1-10分。 |
| 合计 | | | 100 |  |

**B 家居收纳整理模块评分标准**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **考核内容** | **考核要点** | **配分** | **评分标准** |
| 1 | 准备工作  （10分） | （1）个人准备：着装规范（整洁、佩戴好口罩、长头发盘起、去除首饰、指甲不易过长），态度和蔼，表述流畅。 | 4 | 不能很好的体现整理收纳师的综合素养1-3分；  表述不流畅，扣1-3分。 |
| （2）收纳用品准备：落地衣架1个、衣架若干、束口收纳袋4个、化妆品收纳包1个、鞋子收纳袋1个。 | 6 | 未把收纳用品放置一旁，桌面整洁有序，扣4分。 |
| 2 | 床铺收纳  整理过程  （15分） | （1）将床铺上的衣物进行整理并按照年龄和的性别分类放置，大衣悬挂。 | 10 | 未分类放置扣3分，衣物折叠不整齐、平整,边角未对齐扣3-5分，悬挂不平整扣2分。 |
| （2）对床铺进行清洁和整理。 | 5 | 床铺不平整扣1-5分。 |
| 2 | 行李箱收纳整理过程  （55分） | （1）清空行李箱，先将行李箱内的物品统统取出来放置一旁，注意轻拿轻放，防止损坏 | 5 | ①未全部清空行李箱，扣1-3分。  ②未轻拿轻放扣2人。 |
| （2）按照行李箱内物品的功能分类：  ①对准备好的行李箱物品进行分类，分为衣服、鞋子、洗漱用品、化妆品及其他。  ②再将衣服类进行细致分类，分为T恤、睡衣、外套及其他。 | 7 | 将衣物进行分类，分为T恤、袜子、睡衣、裙子、裤子、外套，少分一项扣1分。 |
| ③将不易褶皱的衣服（如睡衣、围巾、牛仔裤等）平整填充到拉杆箱凹槽处。 | 5 | 未填充扣5分  填充不合理扣1-2分  填充不平整扣1-2分 |
| ④再将衣服整齐有序平铺在填平的凹槽上方。 | 12 | 平铺不整齐，不规格每项扣1-4分。 |
| ⑤用外套平铺盖住，防止里面衣服散落。 | 3 | 未铺扣3分。 |
| ⑥将内裤、袜子、拖鞋、洗漱用品等单独收纳到合适的收纳袋里。 | 12 | 未收纳摆放整齐、美观，每项扣1-3分。 |
| ⑦将化妆品收纳到化妆品收纳包里。 | 3 | 未收纳或错收纳扣3分。 |
| ⑧将收纳好的袜子、拖鞋、洗漱用品、化妆品收纳袋、书本等整齐有序放置在行李箱的另一侧。 | 10 | 未收纳摆放整齐、美观，每项扣1-2分。 |
| ⑨将数据线收纳在行李箱适宜的位置。 | 3 | 未收纳扣3分。 |
| 3 | 整体评价  （20分） | （1）收纳效果：科学、美观、实用。 | 15 | 未陈列美观、收纳实用，不方便拿取、每项扣1-7分。 |
| （2）技能操作：操作流程正确、熟练，动作轻稳。 | 5 | 操作流程不准确熟练、不规范、不到位，扣1-5分。 |
|  | 合计 | | 100 |  |

2.评判方法：

（1）赛前由裁判长进行裁判评分培训会议，所有执裁裁判员需熟悉评分细则，并秉着公平、公正、公开的态度现场执裁。

（2）裁判长根据实际情况进行裁判分组。决赛打分裁判人数每组3人，共6人。

（3）以3名裁判员为1组形式对所在工位的选手操作进行现场打分。裁判根据分组按照统一评分标准负责该组所有选手进行现场评分，并对自己评分项目签字确认评分结果。

（4）每位选手操作完成后裁判员需完成该对该选手的评分，才能进入下一轮的执裁工作，直至比赛结束。比赛结束后，所有裁判员需在选手成绩汇总表上进行确认签字，方视为完成执裁工作。

3.成绩并列

选手最终名次依据理论考核和技能考核两部分成绩按比例累加的综合成绩进行排名。其中理论考核占40%、技能考核占60%，参赛选手赛后综合成绩＝理论考核×40%+技能考核×60%。

当综合成绩相同时，以决赛成绩高者名次在前，若仍相同时，则以决赛A、B模块顺序比较高低决定排名。

三、竞赛细则

（一）初赛竞赛守则

1.参赛者标识由执委会于初赛竞赛现场签到时统一发放。

2.参赛选手需提前20分钟凭有效身份证和参赛证进入赛场，对号入座并将身份证和参赛证放在座位左上角明显位置，以备核验。迟到20分钟不得入场，开赛20分钟后方可交卷离场。

3.参赛选手不能携带与竞赛相关的文件资料、通讯工具进入赛场。在赛场上应自觉遵守赛场秩序，保持安静，竞赛进行过程中不允许任何形式的交谈，更不得大声喧哗吵闹，交头接耳，否则将给予警告或取消竞赛资格。

4.冒名顶替、弄虚作假、作弊者，取消竞赛资格及成绩。

5.竞赛规定时间结束时，参赛选手应立即停止答题，有秩序地离开赛场。

（二）决赛竞赛守则

1.技能考核选手的出场顺序由抽签决定。

2.参赛选手需提前凭有效身份证和参赛证进入赛场。

3.开赛迟到30分钟以上者，按自动弃权处理。

4.参赛选手应严格遵守赛场纪律，所有的资料、通讯工具、摄像工具不得带入竞赛现场，对竞赛设施设备应爱护，防止丢失和损坏。

5.冒名顶替、弄虚作假、作弊者，取消竞赛资格及成绩。

6.参赛选手须严格遵守安全操作规程及劳动保护要求，接受裁判员、现场技术服务人员的监督和警示，确保设备及人身安全。

7.竞赛过程中如果出现安全事故，裁判员应立即中止竞赛。如查实事故责任属参赛选手，即取消参赛选手竞赛资格。

8.参赛选手在竞赛过程中，禁止与其他人员沟通，如遇到问题，可举手向裁判员询问。

9.下一场将要参赛的选手不得出现在当前竞赛现场，不允许观摩当前竞赛选手的比赛。同时比赛完的选手离开赛场后不得在赛场周围高声谈论、逗留。

（三）赛场规则

1.各类赛事工作人员必须统一佩戴由组委会印制的相应证件，着装整齐。

2.各赛场除现场裁判、赛场配备的工作人员以外，其他人员未经允许不得进入赛场。

3.新闻媒体等进入赛场必须经过组委会允许，并且听从现场工作人员的安排和管理，不能影响竞赛进行。

4.各参赛选手的随行人员一律不得进入赛场。

5.竞赛期间，参赛选手未经大赛执委会批准，不得接受其他单位和个人对竞赛相关内容的采访。

6.参赛选手不得私自公布竞赛相关资料和情况。

7.竞赛过程中，参赛选手必须主动配合裁判工作，服从裁判安排，如果对竞赛的裁决有异议，可按规定以书面形式向执委会申诉受理部提出申诉。

8.竞赛现场配备实时监控系统，对现场赛事进行完整的实时监控和录像，并且配有专人对比赛环节进行全流程录像。

（四）赛事安全要求

1.赛场设医务室等，配备医疗人员，当选手或赛场其他人员发生身体不适时，进行相应的急救措施。

2.严格按照安全应急预案加强对竞赛全过程的动态管理，确保竞赛活动安全有序。

3.竞赛过程参赛选手能胜任全部竞赛操作的体能要求，并且遵守赛场安全操作规程；服从现场裁判的指挥，保证操作过程中人身安全和设备安全。

4.进入竞赛区域的人员，应严格按照各项目安全、健康规定，做好安全防护。

（五）申诉与仲裁

1.参赛选手认为赛场提供的设备、工具不符合规定或工作人员存在违规行为的，均可向执委会申诉受理部提出申诉。

2.现场申诉最迟应在竞赛结束后1小时内提出，超过时效将不予受理。申诉时，应以书面形式向申诉受理部提出，技术问题由裁判长与裁判员共同商议解决，非技术问题由组委会进行调查、核实、裁决。

3.如竞赛出现不可预见的异常情况，由执委会与组委会商议后，做出处理决定。

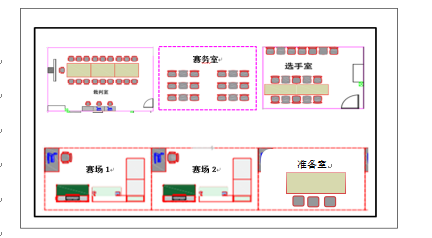
四、竞赛场地、设施设备等安排

（一）赛场规格要求

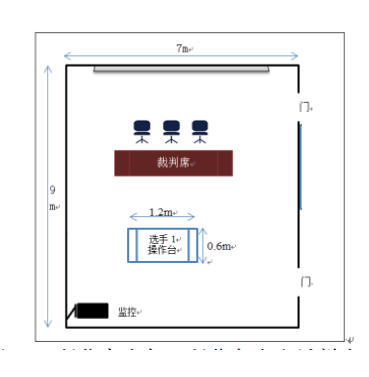
1.理论考核。参照计算机类工种职业技能鉴定要求布置赛场，配备与参赛人数相适应的座椅，保证单人单座并留有一定数量的备用座椅。

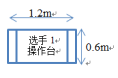
2.技能考核。按竞赛要求设立：制作复合水果原料拼盘赛场、行李箱整理收纳赛场、准备室、裁判室、赛务室、选手侯赛室，合计7个场地，每个场地面积按普通教室长9m\*宽7m计算，单个场地63平方。本项目每个竞赛模块均设置1个比赛工位，合计2个比赛工位。每个赛场进门处设置物料摆放区。每个赛场安置监控。竞赛现场配备实时监控系统，确保能对现场赛事进行完整的实时监控和录像，并且配有专人对比赛环节进行全程录像。

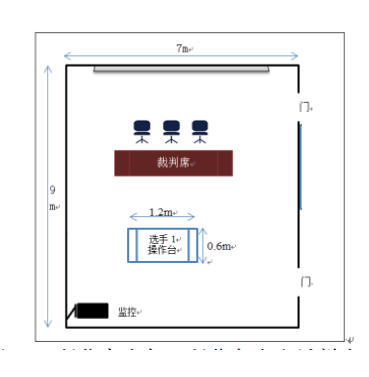
（二）场地布局图



场地总布局





赛场1：制作家庭餐—制作复合水果拼盘赛场

赛场2：家居收纳—行李箱整理收纳赛场

（三）基础设施清单

竞赛所需设备、工具，由赛场提供，未明确在选手携带工具清单中的，一律不得带入赛场。赛场提供的各类工具、材料，选手一律不得带出赛场。选手无需自带工具、材料进入赛场。赛场提供设施、设备具体如以下清单表所示：

家庭餐制作项目选手提供设施、设备清单表

| **序号** | **名称** | **单位** | **数量** |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 洗净水果带皮（苹果、梨、芒果、橘子、橙子、桃、火龙果等）  注：按选手人数 | 个 | 若干 |
| 2 | 菜板 | 块 | 4 |
| 3 | 刀具 | 套 | 4 |
| 4 | 电开关的桶装水 | 桶 | 2 |
| 5 | 污水桶 | 个 | 4 |
| 6 | 果篮 | 个 | 6 |
| 7 | 餐盘（圆形）注：按选手人数 | 个 | 65 |
| 8 | 餐盘（椭圆形） | 个 | 65 |
| 9 | 陈皮粉 | 罐 | 2 |
| 10 | 盐 | 包 | 2 |
| 11 | 围裙 | 件 | 4 |
| 12 | 一次性手套 | 盒 | 4 |
| 13 | 操作台 | 张 | 2 |
| 14 | 分类垃圾桶（含垃圾袋）  注：按选手人数 | 个 | 各2 |
| 15 | 纸巾（湿纸巾、抽纸巾） | 包 | 各2 |

家居收纳整理项目选手提供设施、设备清单表

| **序号** | **名称** | **单位** | **数量** |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 行李箱（20寸） | 个 | 2 |
| 2 | 束口收纳袋（100ml） | 个 | 12 |
| 3 | 护肤化妆品（爽肤水、乳液、精华、面霜、防晒霜） | 套 | 2 |
| 4 | 洗漱用品（牙刷、牙膏、牙杯、毛巾） | 套 | 2 |
| 5 | 化妆品收纳包 | 个 | 2 |
| 6 | 袜子 | 件 | 4 |
| 7 | 吊带背心 | 件 | 4 |
| 8 | 薄睡衣 | 套 | 2 |
| 9 | 裤子 | 件 | 2 |
| 10 | 外套 | 件 | 2 |
| 11 | T恤 | 件 | 4 |
| 12 | 裙子 | 件 | 2 |
| 13 | 拖鞋 | 双 | 2 |
| 14 | 手机充电线 | 个 | 2 |
| 15 | 雨伞 | 个 | 2 |
| 16 | 书 | 本 | 2 |
| 17 | 鞋子收纳袋 | 个 | 2 |
| 18 | 幼儿衣物 | 套 | 3 |
| 19 | 男士衬衣 | 件 | 2 |
| 20 | 男士裤子 | 件 | 2 |
| 21 | 扫床刷 | 个 | 1 |
| 22 | 操作台 | 张 | 1 |
| 23 | 落地衣架 | 个 | 1 |
| 24 | 衣架 | 个 | 10 |

注：本赛项无需选手自行准备用物，因此所有自己的用物一律不准带入考场。另外，赛场配发的各类工具、材料，选手一律不得带出赛场。请自行选择所需物品，物品多拿或者少拿都会扣分。

五、安全、健康要求

根据有关要求，采取切实有效的措施保证大赛期间参赛选手、裁判、工作人员等的人身安全，根据本规定提出的安全要点，制定相应的制度和文件，落实相关责任。具体措施包括：

（一）赛项安全管理

竞赛所涉器材、设备均符合国家有关安全规定。赛项组委会将在赛前对本赛项全体裁判员、工作人员进行安全培训，并制定专门方案保证比赛命题、赛题保管、发放、回收和评判过程的安全。

（二）比赛环境安全管理

赛项组委会须在赛前组织专人对竞赛现场、交通保障进行考察，并对安全工作提出明确要求。赛场周围设立警戒线，防止无关人员进入，发生意外事件。承办院校提供保障应急预案实施的条件。

在参赛选手进入赛位，赛项裁判工作人员进入工作场所时，赛项承办院校负责提醒、督促参赛选手、赛项裁判工作人员严禁携带通讯、照相摄录设备，禁止携带未经许可的记录用具。赛项可根据需要配置安检设备，对进入赛场重要区域的人员进行安检，可在赛场相关区域安放无线屏蔽设备。

（三）因本赛项涉及到刀具，因此参赛选手必须持健康证明，意外保险单复印件。并且所有的物品均不能带去休息室。如有违法取消成绩。

附件4

淄博市首届职业技能大赛家政服务竞赛

组委会名单

一、主 任

殷启迪 淄博市商务局党组书记、局长

吕红星 淄博市人力资源和社会保障局党组成员、市公共

就业和人才服务中心党委书记、主任

夏文燕 山东轻工职业学院党委委员、党委宣传部部长

王玉环 淄博市技师学院党委委员、副院长

二、副主任

高 飞 淄博市商务局党组成员、四级调研员

马小娟 淄博市人力资源和社会保障局职业能力建设科

科长

杨新月 山东轻工职业学院教务处处长

李红霞 山东轻工职业学院健康管理系主任

胡 勇 淄博市技师学院实习实训部主任

1. 委员

高文强 淄博市商务局服务贸易科科长

陈德娟 淄博市人力资源和社会保障局职业能力建设科副科长

赵晓庆 山东轻工职业学院健康管理系副主任

赵燕娟 淄博市技师学院现代服务系副主任

常渝昕 山东轻工职业学院健康管理系专业负责人

四、办公室

李正中 山东轻工职业学院健康管理系专业教师

盛楷迪 山东轻工职业学院健康管理系专业教师

巩文基 山东轻工职业学院健康管理系专业教师

姜宜汝 山东轻工职业学院健康管理系专业教师

杨 赞 山东轻工职业学院健康管理系专业教师

陈茂玉 淄博市技师学院学前教学部副主任

李秋实 淄博市技师学院现代服务系教师

闫菲菲 淄博市技师学院现代服务系教师

李婷婷 淄博市技师学院现代服务系教师

梁 婷 淄博市技师学院现代服务系教师

淄博市首届职业技能大赛 家政服务竞赛理论题库

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 |  | 题目类型 | 正确答案 | 选项A | 选项B | 选项C | 选项D |
| 1 | 我国是（ ）国家，要求用相应的道德观培养、塑造每一个公民。 | 单选题 | B | 资本主义 | 社会主义 | 封建制 | 奴隶制 |
| 2 | ( ) 是个人道德修养和社会文明程度的集中表现。 | 单选题 | A | 社会公德 | 社会秩序 | 社会稳定 | 社会进步 |
| 3 | ( ) 美德是社会和谐的基础。 | 单选题 | D | 个人 | 对他人 | 自我 | 家庭 |
| 4 | 家政服务员必须与被服务家庭的成员共同努力，相互融合，学习掌握家庭特点，协调好家庭关系，做好家 庭事务管理，创建（ ）。 | 单选题 | C | 和谐社会 | 良好氛围 | 家庭美德 | 优质服务 |
| 5 | 作为职业活动内在的道德准则，“ 忠诚” 的本质要求是指（ ）。 | 单选题 | A | 忠诚职责，寻求最佳 | 服从领导，遵纪守法 | 敢于奉献，不惧安危 | 克制欲求，老实本分 |
| 6 | 下列做法中，体现了诚实守信要求的是（ ）。 | 单选题 | C | 知耻后勇 | 凿壁借光 | 童叟无欺 | 程门立雪 |
| 7 | ( ) 是社会主义国家公民应有的责任与义务。 | 单选题 | A | 遵纪守法 | 学习 | 互助友爱 | 工作 |
| 8 | 爱岗敬业是社会主义职业道德的（ ），是中华民族的传统美德。 | 单选题 | B | 内容 | 核心 | 表现 | 体现 |
| 9 | 爱岗，就是热爱自己的工作岗位，热爱自己的（ ）。 | 单选题 | A | 本职工作 | 家庭 | 自己 | 朋友 |
| 10 | 敬业，就是以（ ）的态度对待自己的工作。 | 单选题 | C | 一般 | 普通 | 极端负责 | 真诚 |
| 11 | 家政服务员尊老爱幼不仅是美德，而且是必须遵守执行的（ ）。 | 单选题 | B | 纪律 | 职业守则 | 道德 | 法规 |
| 12 | 尊老爱幼对家政服务员来说，不仅是一般意义上要履行的社会道德，而且是必须具备的一种（ ）。 | 单选题 | B | 技能 | 品质 | 素质 | 要求 |
| 13 | 维护并履行（ ），是家政服务员必备的道德规范。 | 单选题 | D | 服务技能 | 文明礼貌 | 沟通技巧 | 社会公德 |
| 14 | 不涉家私是家政服务员职业道德的重要内容，也是家政服务员必备的（ ）。 | 单选题 | B | 技能 | 品质 | 素质 | 素养 |
| 15 | 人的仪容仪表主要体现在（ ）、 日常美容、服装饰物等方面。 | 单选题 | D | 个人修养 | 个人沟通 | 个人爱好 | 个人卫生 |
| 16 | 文明的姿态举止才能树立良好的自我形象； 因此，家政服务员要（ ）。 | 单选题 | C | 注意形象 | 注意仪表 | 站有站相，坐有坐相 | 注意表达 |
| 17 | 家庭是人们有组织的社会结合，是社会（ ）组织单位，它不仅包括夫妻关系，还包括亲子关系和其他血缘  性亲属关系。 | 单选题 | B | 基础 | 基本 | 重要 | 首要 |
| 18 | 工作时，个人的手机应（ ）， 以免打扰他人。 | 单选题 | A | 调成振动 | 发大声音 | 播放音乐 | 随手拿 |
| 19 | 家政服务员通过劳动力市场、（ ）、亲朋同乡择业。 | 单选题 | D | 黑市 | 自己找 | 广告 | 家政服务公司 |
| 20 | 家政服务员择业前应准备好个人身份证件、 （ ）、必须物品、心理素质等。 | 单选题 | A | 健康证明 | 化妆品 | 礼服 | 运动装 |
| 21 | 家政服务员从业的基本要求是，年满（ ）周岁，55岁以下，身体健康，证件齐全。 | 单选题 | B | 18 | 16 | 20 | 23 |
| 22 | 家政服务员在工作中要服从（ ）和家政公司的管理。 | 单选题 | A | 雇主 | 家人 | 社会 | 国家 |
| 23 | 家政服务员安全服务包括家庭防火、防盗抢、（ ）等。 | 单选题 | C | 交通安全 | 生产安全 | 用水安全 | 出行安全 |
| 24 | 打开水龙头无水流出要（ ）关上水龙头， 以防发生意外。 | 单选题 | A | 随手 | 及时 | 不忘 | 过后 |
| 25 | 家用电器出现故障，应及时请（ ）修理。 | 单选题 | D | 人 | 工人 | 家人 | 专业人员 |
| 26 | 使用各种电器要详细（ ），掌握正确的使用方法。 | 单选题 | B | 问人 | 阅读说明书 | 咨询 | 检查 |
| 27 | 购买烟花炮竹要到国家有关部门批准经销的（ ）商店购买。 | 单选题 | C | 任意 | 所有 | 指定 | 大型 |
| 28 | 当雇主不在家又有客来访时，家政服务员应彬彬有礼请来客与（ ）预约，或等主人回来后再来。 | 单选题 | D | 家人 | 家政公司 | 街道 | 主人 |
| 29 | ( ) 紧急报警全国统一电话是“ 110”。 | 单选题 | B | 火警 | 匪警 | 急救 | 交警 |
| 30 | 一旦拨通并确认紧急报警电话后，要（ ）说清楚案件、灾害事故或求助的确切地址、联系人电话。 | 单选题 | C | 稍后 | 待后 | 立即 | 仔细 |
| 31 | 轻度足踝扭伤，应先（ ）患处。 | 单选题 | D | 不敷 | 热敷 | 温敷 | 冷敷 |
| 32 | 鼻出血急救： 身体前倾、并用手指捏住鼻梁下方的软骨部位，持续（ ）分钟，或用冰袋止血，若都无效应  立即送医院。 | 单选题 | B | 1-5 | 5- 15 | 5- 10 | 15-30 |
| 33 | 胸外心脏（ ）是心脏停搏时采用人工方法使心脏恢复跳动的急救方法。 | 单选题 | C | 挤压 | 抚摸 | 按压 | 电击 |
| 34 | 家庭饮食卫生要关注原材料采买、加工、食用与（ ）等环节。 | 单选题 | D | 价格 | 产地 | 多少 | 储藏 |
| 35 | 家政服务员着装必须（ ），不要衣不系扣或者服装皱褶太多。 | 单选题 | C | 时尚 | 高雅 | 整洁 | 朴素 |
| 36 | 节日或者雇主家有客人到来时，家政服务员可换上（ ）、美观、鲜艳些的服装。 | 单选题 | A | 整洁 | 时尚 | 高档 | 妖娆 |
| 37 | 家庭成员都应保持良好的（ ）习惯，注意饮食卫生。 | 单选题 | C | 饮食 | 生活 | 卫生 | 起居 |
| 38 | 环境污染的新四害是指（ ）、废渣、废气、噪音。 | 单选题 | A | 废水 | 垃圾 | 废品 | 蟑螂 |
| 39 | 居室要勤开窗户通风换气，每日至少（ ）次， 以保持空气的清新。 | 单选题 | B | 1-2 | 2-3 | 3-8 | 5-8 |
| 40 | 绿植可以吸收（ ）、二氧化硫、施放氧气、吸附和阻留灰尘、调解空气、 降低噪音、美化环境。 | 单选题 | B | 氧气 | 二氧化碳 | 氮气 | 空气 |
| 41 | 老鼠能传播（ ）、流行性出血热、钩端螺旋体病、羔虫病等。 | 单选题 | A | 鼠疫 | 瘟疫 | 肝炎 | 伤寒 |
| 42 | 常见的生活垃圾分为（ ）、厨余垃圾、有害垃圾、其他垃圾四类。 | 单选题 | A | 可回收垃圾 | 卧室垃圾 | 客厅垃圾 | 生活垃圾 |
| 43 | 制作水果拼盘的目的是使简单的个体水果，通过形状（ ）等几方面艺术性结合为整体。 | 单选题 | A | 色彩 | 口味 | 形态 | 外观 |
| 44 | 色彩在水果造型的装饰上占有极其重要的地位，也是图案构成的主要因素之一，（ ）给人们的感觉与心理  有着密切的关系。 | 单选题 | C | 颜色 | 色泽 | 色彩 | 搭配 |
| 45 | 选料是创作造型菜肴的重要阶段，选择原料时除要求（ ）卫生、富有营养外，还应侧面从质地美、色泽美 、形状美三个主要方面进行选择。 | 单选题 | A | 新鲜 | 口感 | 时令 | 价格 |
| 46 | 选择制作水果拼盘造型中恰当地运用对比和调和的手法，突出图案的（ ）。物象的形、色、描法、质地、  组织排列等方面的差异和由此造成的各种变化。 | 单选题 | A | 形式美 | 质地美 | 色彩美 | 型态美 |
| 47 | 水果造型与器皿的组合应符合两个条件，一是水果类别与器皿品种相配合，即盛装的器皿不仅宜大宜精，  而且要求配套完整； 二是水果色泽与器皿色泽要（ ）。 | 单选题 | A | 协调 | 鲜明 | 对应 | 一致 |
| 48 | 实践中美化水果的造型是为了使人在品尝美味的同时获得美的享受， 因此，在创作水果造型菜的时候首先 要强调以（ ）为主的原则。 | 单选题 | C | 携带 | 观赏 | 食用 | 评价 |
| 49 | 水果拼盘造型就是让菜肴造型处在艺术形象与模拟对象之间，这“ 似与不似” 的菜肴形象能令人产生（ ）联  想。 | 单选题 | B | 幻觉 | 视觉 | 触觉 | 味觉 |
| 50 | 拼盘水果造型中除了在（ ）时杀菌消毒外，还应注意水果装盘过程中的餐具，消毒过的器皿要避免污染，  不可用未消毒的抹布擦拭盘、个人等清洁卫生等。 | 单选题 | B | 选购 | 清洗 | 切配 | 装盘 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| 51 | 图案造型艺术是应用美术， 具有实用性和装饰性，美的水果是图案与造型的产物，运用形式美的法则和多 种手法来表现（ ），突出凝练、简洁、整齐、条理的美感。 | 单选题 | D | 色彩 | 构图 | 展示 | 主题 |
| 52 | 水果的造型的食用价值与艺术欣赏价值具有不同层次的意义，食用价值是首要的，艺术表现是质量的深 化 , 是食用价值的升华，是为了更好地提高水果的（ ）水平促进人的食欲。 | 单选题 | A | 质量 | 技术 | 食用 | 欣赏 |
| 53 | 生食海鲜品种除三文鱼外还有（ ），食时蘸少许酱油、醋、姜末、芥末调制的调味汁， 口感会更美味。 | 单选题 | A | 牡蛎 | 鲩鱼 | 鲤鱼 | 鲫鱼 |
| 54 | 海鲜在干制过程中容易产生一些致癌物，食用虾米，虾皮，鱼干前最好用（ ）浸泡沥干备用。 | 单选题 | B | 白醋 | 热水 | 冷水 | 盐水 |
| 55 | 海鲜含有丰富的蛋白质和矿物质等营养素，水果中含有较多的鞣酸，海鲜中的矿物质与水果中的鞣酸形成 难溶的钙对肠胃形成刺激，所以吃完海鲜后最好间隔（ ）小时再吃水果。 | 单选题 | C | 30分钟 | 1小时 | 2小时 | 3小时 |
| 56 | 章鱼的身体充满神秘色彩，它有3个心脏1000多个吸盘，会变色能伪装，喷出黑色墨汁但血液是（ ）。 | 单选题 | B | 红色 | 蓝色 | 白色 | 黑色 |
| 57 | 水发是将干货原料放在热水或沸水中，并加上盖，千货原料在较高温度的热水中能促进水分收，使其质地 变得（ ）去掉杂质和异味。 | 单选题 | B | 润滑 | 柔软 | 韧性 | 可口 |
| 58 | 油发干货原料油温是让原料受热膨胀，油温一般控制在（ ）否则焦煳。 | 单选题 | C | 100℃- 110℃ | 140℃- 150℃ | 160℃- 180℃ | 200℃-220℃ |
| 59 | 红烧料主要料头有蒜茸、姜米、陈皮米、 （ ）。 | 单选题 | B | 葱条 | 菇件 | 蒜子 | 姜块 |
| 60 | 刀法就是使用不同的刀具将原料加工成特定（ ），采用的各种不同的运刀技法，亦即运刀的方法。 | 单选题 | D | 大小 | 长短 | 薄厚 | 形状 |
| 61 | 根据加工用刀的不同，刀法可以分为普通刀法和（ ）刀法两大类。 | 单选题 | A | 特殊 | 直刀 | 斜刀 | 竖刀 |
| 62 | 刀工美化是采用剞刀法将原料横直剞刀，加热后使其卷缩成一定形态的方法。这种方法适用于炸、焯、油 泡等烹调方法，如（ ）、西湖菊花鱼等。 | 单选题 | D | 油浸鲈鱼 | 白灼虾球 | 油泡田鸡 | 麦穗花鱿 |
| 63 | 现代餐饮要求菜肴不仅美味，而且要美观，不但要讲究菜式的色、味、形等效果，还注重成品菜式的盛装 用具，力求菜式与器皿和谐统一才能突出此菜的（ ）简洁和优美。 | 单选题 | C | 调味 | 造型 | 刀工 | 火候 |
| 64 | 合理使用原料是整个烹制过程中的一项重要原则，在刀工处理时应注意，必须懂得量材使用，并且选用( ) 得当，不仅能使加工的成品整齐美观，还能节约原料。 | 单选题 | D | 烹调 | 火候 | 调味 | 刀法 |
| 65 | 由于菜肴有各种不同的烹调方法，就有不同的调味与火候的要求， 因此（ ）就有了不同的配合烹调的要求  进行加工。 | 单选题 | C | 选料 | 搭配 | 刀工 | 烹调 |
| 66 | 腌制原料前应先将原料加工成恰当的（ ），清洗干净，吸干表面水分，放在腌制的器皿内。 | 单选题 | B | 条状 | 形状 | 块状 | 片状 |
| 67 | 蛋白稀浆的成品要求是（ ），外酥脆内甘香，外表略有透明感，有珍珠泡，并布有幼蛋丝。 | 单选题 | B | 色泽金黄 | 色泽浅金黄 | 酥香甘脆 | 肉质滑嫩 |
| 68 | 飞水（焯水）作用与目的是去除原料的血污和异味,去除原料部分水分使（ ）。 | 单选题 | D | 原料入味 | 原料上色 | 原料成熟 | 原料定型 |
| 69 | 初步熟处理的炸适用于干果、需上色的动物性原料和植物性原料，作用与目的使原料香酥脆，使动物性原 料上色，增加原料的香味固化原料（ ）。 | 单选题 | B | 大小 | 形状 | 水分 | 味道 |
| 70 | 烹起源于火的利用，就是（ ）原料，通俗地叫作烧煮食物，在烹调工艺学中，烹就是使生的原料致熟的加 热和使原料发生一系列复杂的物理化学变化的加热。 | 单选题 | A | 加热 | 加工 | 腌制 | 调味 |
| 71 | 调味的方法俗话说： “ 五味调和百味鲜” ，五味能调出百种鲜美滋味靠的就是调味的方法，调味的方法多种多 样，拌、（ ）、烹制加味、随芡调味、干撒味料、跟佐料等。 | 单选题 | C | 切配 | 加热 | 腌制 | 油炸 |
| 72 | 调味的原则根据菜肴的口味适当调味，对菜肴调味时必须先要清楚菜肴的风味特点和口味要求，根据原料  的性质适当调味，适应地方口味和用餐对象，灵活调味要结合（ ）掌握调味品特性正确调味。 | 单选题 | A | 季节变化 | 原料多少 | 烹调方法 | 个人喜好 |
| 73 | 烹调中的麻辣味，麻和辣是两种味，麻是舌头和口腔细胞因为麻而产生的一种有节奏的振动的感觉，其实 麻不属于味觉，更不是嗅觉而是（ ）。 | 单选题 | B | 视角 | 触觉 | 味觉 | 感觉 |
| 74 | 麻辣味具有较强的刺激性，对腥、臊、膻等异味有较强的（ ）作用，辣味能刺激胃肠蠕动，增强食欲帮助  消化。 | 单选题 | A | 抑制 | 降低 | 分解 | 刺激 |
| 75 | 辣味是调味料和蔬菜中存在的某些化合物所引起的辛辣刺激感觉，不属于味觉，是舌、 口腔和鼻腔粘膜受 到刺激产生的辛辣、刺痛、灼热的感觉、辛辣味具有增进食欲（ ）人体消化液的分泌的功能。 | 单选题 | A | 促进 | 抑制 | 刺激 | 减弱 |
| 76 | 鱼香味适应性广泛原料主要有家禽菜、家畜菜、 （ ）禽蛋菜都可用，不仅适用于热菜，也适用于冷菜，只 是烹制有所差异。 | 单选题 | C | 海鲜 | 菌类 | 素菜 | 贝类 |
| 77 | 热菜的“ 鱼香味” 在川菜中有两种配料方法，一种是川盐、泡红辣椒等，另一种是郫县豆瓣(红辣椒酱) 、 白酱 油等，具体操作时注意熟悉调料的（ ）。 | 单选题 | B | 质量 | 性能 | 味型 | 用量 |
| 78 | 糖醋味甜酸味浓鲜香可口，入口醇厚而后转清淡酸香味， 因醋的酸与香具有和味、改味的特点，除腻作用  明显，若使用过量时，酸度过大就难以入口，此时再加糖中和酸味则会过腻， 因此要控制好糖与醋的比例  以避免糖醋味压过食材的（ ）。 | 单选题 | D | 原味 | 鲜味 | 甜味 | 本味 |
| 79 | 复合味中，咸鲜味多指比较（ ）的味，如蚝油煀鸡、红烧甲鱼、豉椒牛肉等的味。 | 单选题 | A | 浓郁 | 咸香 | 咸鲜 | 鲜香 |
| 80 | 复合味偏于（ ）的咸鲜味一般称为清鲜味，如姜蓉白切鸡、荷香蒸甲鱼、油泡虾球、鲜笋炒牛肉等 | 单选题 | B | 清香 | 清淡 | 清脆 | 咸甜 |
| 81 | 合理膳食是指一 日三餐所提供的营养必须满足人体的（ ）和各种生理、体力活动的需要。 | 单选题 | A | 生长发育 | 休闲旅游 | 工作学习 | 体育运动 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 82 | 正常成年人每日的食谱应包括摄入（ ）的奶类， 肉类，蔬菜，水果，五谷等几大类。 | 单选题 | C | 少许 | 等量 | 适量 | 超量 |  |
| 83 | 合理饮食是指受有关（ ）健康和社会观念支配摄入食物的饮食行为习惯。 | 单选题 | B | 环境 | 食物 | 心理 | 气候 |
| 84 | 营养配餐原则要根据年龄、性别使膳食的能量和各种（ ）的摄入在一周内达到膳食营养素参考摄入量的要 求， 以满足生理和生长发育的营养素需要。 | 单选题 | A | 营养素 | 能量 | 脂肪 | 维生素 |
| 85 | 营养配餐是一种科学健康的饮食方式， 以科学的营养理论为指导，建议对主食类、蛋白类、蔬果类、油脂 类等均衡摄入，配合丰富多样的（ ）达到平衡营养，保持健康的效果。 | 单选题 | B | 肉类 | 食材 | 水果 | 海鲜 |  |
| 86 | 家庭配餐选择合适的食物加工、烹调方法， 需要根据对食物喜好和烹调方式,经常变换（ ），并注意食物  的色彩搭配和食物的造型， 以增加食欲。 | 单选题 | D | 周围环境 | 就餐时间 | 餐次比例 | 烹调方法 |  |
| 87 | 特殊人群中孕妇的膳食有特别的推荐，包括怀孕前期需补充充足的能量，孕后期保持体重的正常增长；孕  中期增加鱼、 肉、蛋、奶、（ ）的摄入。 | 单选题 | A | 海产品 | 滋补品 | 营养品 | 保健品 |  |
| 88 | 学龄前儿童的膳食需单独制作。烹调方式多采用蒸、煮、炖等， 肉类食物加工成肉糜后制作成肉糕或肉饼 或加工成细小的肉丁使用，蔬菜要切碎煮软，每天的食物要更换品种及（ ）等。 | 单选题 | B | 蔬果饮料 | 烹调方法 | 肉类食品 | 新鲜水果 |
| 89 | 高尿酸特殊人群膳食原则， 限制外源性（ ）的摄入，减少尿酸的来源，并增加尿酸的排泄， 降低血尿酸水 平，从而减少痛风急症发作的频率和程度防止并发症。 | 单选题 | C | 脂肪 | 蛋白质 | 嘌呤 | 维生素 |
| 90 | 高血压人群饮食应调整膳食结构以（ ）饮食为宜，并避免进食富含胆固醇的食物，减少摄入过多的饱和脂 肪酸，常吃蔬菜如芹菜、番茄等利于平衡血压值。 | 单选题 | D | 低盐高脂肪 | 减少运动 | 增加能量 | 低盐低脂肪 |
| 91 | 高血脂人群饮食应少食高脂肪和高糖食物，在烹调动物性食品中应绝对避免（ ）烹调食物。 | 单选题 | B | 焖煮 | 油炸 | 卤味 | 煎烤 |
| 92 | 肥胖症人群控制好饮食的总热量， 限制高脂肪高糖食物的摄入，饮食尽量清淡，饮食要低脂低糖高热量的 食物，三餐要选择低热量的食物，烹调方法多采用（ ）多素少荤的饮食方式。 | 单选题 | A | 蒸煮 | 油炸 | 炖焖 | 煎烤 |
| 93 | 中老年人食物的多样化与烹饪方法在烹调方法上多采用蒸、煮、烧、烤、凉拌的方法，避免食用油炸的食 物， 低盐，每日盐的摄入量应控制在（ ） 以下。 | 单选题 | C | 3克 | 4克 | 6克 | 10克 |
| 94 | 中国饮食文化绵延不断，历代都有所发展创新， 同时兼收国内外的饮食文化，形成了丰富多彩独具特色的 (  ) 风格。 | 单选题 | D | 地区 | 饮食 | 固有 | 民族 |
| 95 | 烹饪就是将各种可食用的原材料运用不同加工方法，通过烹制变成美食的一种（ ）。当人类结束了“ 茹毛  饮血” 的原始生活逐学会了制作熟食，即逐步学会了烹饪。 | 单选题 | A | 技能 | 习惯 | 方式 | 方法 |
| 96 | 宴会营养食谱的设计要以客人的就餐标准为依据，科学合理的营养配餐为主要目的，运用宴会食谱的有关 知识，设计既符合客人需要又能保持膳食平衡、满足能量供给的（ ）。 | 单选题 | D | 新鲜食材 | 高端酒水 | 就餐环境 | 宴会菜单 |
| 97 | 编写宴会食谱要熟悉膳食结构中各类食物的数量及在膳食中所占（ ），了解中国居民膳食结构。 | 单选题 | B | 种类 | 比例 | 热量 | 营养 |
| 98 | 在烹调中一般把烹制菜肴时所用火力的（ ）和所花时间的长短称为火候。 | 单选题 | B | 高低 | 大小 | 快慢 | 强弱 |
| 99 | 火候控制中猛火又称旺火、急火等，是火力（ ）的等级，这种火的火焰高而稳定，火花耀眼明亮，又称文 武火，呈黄白色或蓝色，辐射强，热气逼人。 | 单选题 | A | 最强 | 较强 | 一般 | 最弱 |
| 100 | 烹饪原料在加热过程中会发生物理和化学变化，变化情况极为复杂，具体的变化将依据原料的（ ）性质、  形态与火候的施用加热环境等因素而定。 | 单选题 | D | 环境 | 时间 | 特点 | 种类 |
| 101 | 烹调中走红又叫（ ），是指正式加热前将原料经炸制成半成品的过程。 | 单选题 | A | 过油 | 拉油 | 炸油 | 着油 |
| 102 | 家庭餐制作炸鸡翅时，先用酱油腌制入味再油炸， 出品外观色泽金黄， 肉质香浓又（ ）。 | 单选题 | B | 酥脆 | 滑嫩 | 松软 | 成熟 |
| 103 | 梅菜扣肉制作过程中，走红走油时油温一般控制在（ ），否则油温过低不上色，油温过高会焦煳。 | 单选题 | C | 100℃- 130℃ | 100℃- 150℃ | 160℃- 180℃ | 200℃-220℃ |
| 104 | 制汤又称（ ），是通过加热将动物性原料中的蛋白质和脂肪溶解于水，称为味道鲜美的汤汁。 | 单选题 | A | 吊汤 | 滚汤 | 煨汤 | 炖汤 |
| 105 | 清汤在烹制菜肴的主要作用是给菜肴提供鲜味，使菜肴味鲜香浓，还有就是为汤菜准备（ ）。 | 单选题 | A | 汤底 | 汤料 | 汤锅 | 汤汁 |
| 106 | 家庭烤鸡翅鸡翅洗净后用刀划斜口，放入姜粉、盐、料酒、胡椒粉、鸡精、糖、生抽、老抽（少许） 、香 蒜炸粉、辣椒粉将所有的调料与鸡翅拌匀，放入烤箱中（ ）烤20分钟取出，在鸡翅上刷一层蜂蜜再烤5分  钟。 | 单选题 | D | 110℃ | 120℃ | 150℃ | 180℃ |
| 107 | 炖就是将原料放在炖盅内，加入汤水或沸水（ ）用蒸汽长时间加热，调味后成为汤水清澈香浓物料软焾一 般称为炖品。 | 单选题 | B | 加水 | 加盖 | 加盐 | 加酱油 |
| 108 | 炖品一般配姜件、葱条、火腿大方粒、瘦肉大方粒为料头，瘦肉可为炖品补充鲜味，炖品（ ）这种色泽能  使人产生香浓滋润的感觉。 | 单选题 | A | 浅红色 | 浅黄色 | 淡白色 | 深红色 |
| 108 | 炖烹调法可分为原炖法和（ ）两种烹调方法。 | 单选题 | C | 分盅炖 | 合盅炖 | 分炖法 | 清炖法 |
| 109 | 在制作油泡菜时应根据肉料的特性，形状选用恰当的油温，一般来说， 肉料水分多、型体大（ ）宜高些。 | 单选题 | B | 水温 | 油温 | 重量 | 火候 |
| 110 | 深红芡带酱红色泽，多由红汤、酱料、 （ ）调出，如扒大鸭、绉纱圆蹄、红焖牛腩等。 | 单选题 | C | 生抽 | 蚝油 | 老抽 | 烧汁 |
| 111 | 家庭中式面点具有制作简单，食用方便，源于个人不同的饮食习惯注重（ ）突出浓郁的地方风味。 | 单选题 | C | 色彩 | 形态 | 口味 | 消费 |
| 112 | 烹调法扒的菜式由底菜和面菜两部分组成，不是依主、辅料而分，先放上碟的称为底菜，后放的为（ ）。 | 单选题 | B | 主菜 | 面菜 | 上菜 | 配菜 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| 113 | 扒的菜式按原料的属性分，扒法分料扒法和（ ）法两种， 区别在于料扒的芡宜紧，汁扒的芡稍宽，料扒芡 色随面菜原料色泽而定有深有浅，汁扒的芡一般有色且稍深。 | 单选题 | A | 汁扒 | 煨扒 | 煲扒 | 碟扒 |
| 114 | 制作料扒菜肴工艺流程，烹熟底菜排放于碟上，底菜的烹制方法根据原料而定，烹制面菜把面菜铺盖在底 菜之上或围伴（ ）。 | 单选题 | B | 配料 | 底菜 | 尾菜 | 头菜 |
| 115 | 蒸制的菜式是由蒸汽进行直接加热， 因此蒸汽量的大小取决于蒸制的火力，蒸制菜肴火候分为猛火中火和 (  ) 。 | 单选题 | D | 微火 | 小火 | 文火 | 慢火 |
| 116 | 猛火宜于蒸水产品能使成品色鲜艳质嫩滑， 中火宜于蒸家禽家畜类原料，能使成品口感嫩滑，色泽明快， 味  道鲜美，慢火宜于蒸（ ）。 | 单选题 | A | 蛋类 | 炖品 | 鱼类 | 植物类 |
| 117 | 根据原料和菜式的需要，选用恰当的火力和时间，豉油皇蒸鳜鱼用的是（ ）法。 | 单选题 | C | 原蒸 | 隔水蒸 | 平蒸 | 干蒸 |
| 118 | 油爆菜的菜品丰富包括油爆鸡柳、油爆大虾、油爆大葱、油爆猪肝、油爆鸡肉、油爆青鱼、油爆鸡丁等。 油爆菜的口味特点是成品口感（ ）。 | 单选题 | A | 咸鲜 | 咸香 | 嫩滑 | 鲜香 |
| 119 | 制作料扒菜肴工艺流程，烹熟底菜排放于碟上，底菜的烹制方法根据原料而定，烹制面菜把面菜铺盖在底 菜之上或围伴（ ）。 | 单选题 | B | 配料 | 底菜 | 尾菜 | 头菜 |
| 120 | 蒸制的菜式是由蒸汽进行直接加热， 因此蒸汽量的大小取决于蒸制的火力，蒸制菜肴火候分为猛火中火和 ( ) 。 | 单选题 | D | 微火 | 小火 | 文火 | 慢火 |
| 121 | 猛火宜于蒸水产品能使成品色鲜艳质嫩滑， 中火宜于蒸家禽家畜类原料，能使成品口感嫩滑，色泽明快， 味道鲜美，慢火宜于蒸（ ）。 | 单选题 | A | 蛋类 | 炖品 | 鱼类 | 植物类 |
| 122 | 根据原料和菜式的需要，选用恰当的火力和时间，豉油皇蒸鳜鱼用的是（ ）法。 | 单选题 | C | 原蒸 | 隔水蒸 | 平蒸 | 干蒸 |
| 123 | 中国面点在口味上因各地方因气候环境差异， 自古就要南甜北咸，东辣西酸之说， 中式点心制作的方法主  要有炸、煎、（ ）、烤等。 | 单选题 | A | 蒸 | 炒 | 焗 | 卤 |
| 124 | 中式烹饪主要分中式烹调和（ ）两个方面的内容组成，两者密切关联，相互配合不可分割。 | 单选题 | B | 中式烹调 | 中式面点 | 各种烘焙 | 西式面点 |
| 125 | 中式点心除了与菜肴密切配合外，还具有相对的独立性的特点，如（ ），包子，面条和各种饼类可以离开  菜肴的搭配单独进食。 | 单选题 | C | 炒面 | 油糕 | 饺子 | 米粉 |
| 126 | 水调面团因使用的水温不同，性质和用途也不同， 中式面点制作中冷水面团水温要求在（ ）之间。 | 单选题 | A | 10℃-30℃ | 10℃-40℃ | 20℃-40℃ | 20℃-50℃ |
| 127 | 目前中式点心制作过程中常用的第一个步骤是使用酵母发酵，化学膨松，物理膨松等（ ）膨松方法。 | 单选题 | B | 2种 | 3种 | 4种 | 5种 |
| 128 | 调制面团步骤中适当的加入（ ）膨松剂，可使面团起到化学反应并受到物理作用使面团组织产生空洞，变  得膨大疏松。 | 单选题 | A | 化学 | 物理 | 生物 | 人工 |
| 129 | 一般认为果蔬汁是指以新鲜或冷藏果蔬(也有一些采用干果)为原料，经过清洗、挑选后，采用（ ）的方法  如压榨、浸提，离心等方法得到的果蔬汁液称为果蔬汁。 | 单选题 | A | 物理 | 生物 | 化学 | 理化 |
| 130 | 用新鲜或冷藏水果为原料，经加工制成的制品，果汁按形态分为澄清果汁和（ ）果汁。 | 单选题 | B | 生榨 | 混浊 | 混合 | 熟制 |
| 131 | 果蔬饮料果蔬汁用新鲜或冷藏的水果或菜加工制成的饮料，果蔬中含B族维生素、维生素E 、（ ）胡萝卜  素， 以及钙、镁、钾等无机盐等。 | 单选题 | C | 维生素A | 维生素B | 维生素C | 维生素D |
| 132 | 茶叶的鉴别方法有观茶色，好茶叶色泽通透鲜亮，看茶形各种茶叶都有（ ）的外形。 | 单选题 | A | 独特 | 一致 | 固定 | 多变 |
| 133 | 如何鉴别茶叶的质量方法有一看，二闻，三泡， 四（ ）细嫩，整齐，叶肉柔软而厚实的为好。 | 单选题 | B | 尝 | 饮 | 咀嚼 | 观外形 |
| 134 | 家庭采购食品原料应向提供者索取相关产品（ ），从流通经营单位（商场、超市、批发零售市场等）少量 或临时采购时，应当确认其是否有营业执照和食品流通许可证。 | 单选题 | C | 出厂日期 | 保质期 | 检验合格证 | 营业执照 |
| 135 | 采购的食品存放须实行“ 四隔离” ，即（ ）成品与半成品隔离；食物与杂物隔离；食品与天然冰隔离。 | 单选题 | A | 生与熟隔离 | 冷与热隔离 | 蔬菜与水果 | 肉类与海鲜 |
| 136 | 为保证食品安全在食品的采购、加工直至被人摄食为止的各个阶段中，为保证其（ ）、有益性和营养性而  采取的措施。 | 单选题 | A | 安全性 | 可食性 | 观赏性 | 重要性 |
| 137 | 家庭餐制作的食品安全必须符合国家法律法规和强制性标准的规定，满足保障人体健康、人身安全的要 求 , 不存在危及（ ）和安全的不合理危险因素。 | 单选题 | B | 自由 | 健康 | 生命 | 人格 |
| 138 | 烹调制作家庭餐时，家政服务员必须持有正规医疗机构出具的本人有效期内的健康证明，健康证有效期为 ( ) 。 | 单选题 | B | 半年 | 一年 | 两年 | 三年 |
| 139 | 四季豆含有（ ）及红细胞凝集素等有毒物质，吃了含这些毒素的四季豆会中毒。如果烹调四季豆时充分加 热，把豆煮熟就可破坏其所含毒素则可防止中毒。 | 单选题 | B | 龙葵素 | 皂素 | 有机酸 | 秋水仙碱 |
| 140 | 烹饪过程中产生的有毒物质N-亚硝基化合物，除改进烹饪工艺与加工方法还可摄入（ ）含量丰富的食物，  可把进入体内的亚硝酸盐还原生成氧化氮， 降低亚硝酸盐离子的浓度。 | 单选题 | A | 维生素C | 维生素A | 维生素B | 维生素D |
| 141 | 发生亚硝酸盐食物中毒主要原因是把亚硝酸盐误当（ ）食用，食用了硝酸盐或亚硝酸盐含量过高的蔬菜或 肉制品，食用了含硝酸盐、亚硝酸盐含量高的苦井水煮制的米饭、粥等。 | 单选题 | B | 味精 | 食盐 | 白糖 | 调味品 |
| 142 | 食品保藏是为防止食物腐败变质（ ）其食用期限，使食品能长期保存所采取的加工处理措施。 | 单选题 | B | 缩短 | 延长 | 保存 | 食用 |
| 143 | 冷藏是保藏食品的一种方法，家庭冰箱冷藏室温度一般控制在（ ）之间，在短时间可以阻止食品腐烂。 | 单选题 | C | 1℃-3℃ | 1℃-5℃ | 1℃-7℃ | 1℃- 10℃ |
| 144 | 食品保存冷藏温度越低保存食品时间越长,大多数冷冻食品在- 17度可保藏（ ）。 | 单选题 | B | 半年 | 一年 | 两年 | 三年 |
| 145 | 通过摄食进入人体的各种致病因子引起的，通常具有感染性的或中毒性的一类疾病，都称之为（ ）疾病。 | 单选题 | A | 食源性 | 生物性 | 化学性 | 物理性 |
| 146 | 预防食源性疾病，在烹调加工所用原料应保证新鲜并彻底加热，热菜贮存温度应保持在（ ）以上，保温温  度低于这个温度则可能加速细菌的生长繁殖，增加食品的危险性。 | 单选题 | B | 50℃ | 60℃ | 80℃ | 100℃ |
| 147 | 食源性疾病都与食物有关，在相近的时间内都有吃（ ）的经历，往往同食者集体发病，人与人之间不会传  染停止食用可疑食物发病就会立即停止。 | 单选题 | A | 相同食物 | 不同食物 | 加工步骤 | 烹调方式 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| 157 | 所有的食物中毒都是以食物和水源为载体使致病因子进入机体引起的疾病，细菌性食物中毒一年四季均可 发生，但以（ ）季发病率最高。 | 单选题 | B | 春季 | 夏秋 | 冬季 | 雨季 |
| 158 | 引起食物中毒的细菌在自然界分布很广，预防食物中毒措施，一般避免熟食品受到各种致病菌的污染，严 格分开生熟食品加工用具，厨房的刀具，砧板，抹布要经常清洗（ ）。 | 单选题 | A | 消毒 | 晒干 | 消杀 | 清洗 |
| 159 | 预防农药引起化学性食物中毒的具体措施，每天采购的每种蔬菜必须通过农药残留分析仪检测，确保无超 标农药残留再进行（ ），要做到“ 一洗二浸三烫四炒”。 | 单选题 | B | 清洗 | 烹调 | 腌制 | 调味 |
| 160 | 食物之所以有毒大致有几种原因，食物加工的一系列过程中受到有害（ ）的污染，如沙门氏菌、变形杆菌 、葡萄球菌、 肉毒杆菌等；食物在生产、加工、运输、贮存过程中被有毒化学物质污染。 | 单选题 | B | 霉菌 | 细菌 | 病毒 | 添加剂 |
| 161 | 误食有毒动植物或摄入因加工（ ）方法不当未除去有毒成分的动植物食物引起的中毒。如： 四季豆、鲜黄  花菜、生豆浆等。 | 单选题 | C | 采购 | 加工 | 烹调 | 保存 |
| 162 | 预防食物中毒措施，加强食品原料质量控制,从源头抓起采购食品原料要严格把关保证原料新鲜，不得采购 腐败变质、霉变过期或者其他感官性状异常的（ ）。 | 单选题 | D | 熟食卤味 | 反季节蔬菜 | 海产品 | 食品原料 |
| 163 | 关于衣物洗涤预处理，下列错误的是（ ）。 | 单选题 | D | 预处理是在服装洗涤前对某些  部位、某些污渍作单独处理 | 处理使服装洗得更干 净 | 预处理一般针对领口  、袖口等易沾污的重  垢地方 | 预处理降低工作效率 |
| 164 | 熨烫西服方法正确的是（ ）。 | 单选题 | B | 先烫前后片 | 先烫零部件 | 温度控制在100℃以下 | 可以直接烫前襟 |
| 165 | 熨烫西服里子，下列做法错误的是（ ）。 | 单选题 | C | 要喷适量的水 | 熨斗移动要慢 | 先烫衣服里子的后身 和前襟 | 先烫领子反面 |
| 166 | 亚麻织物洗涤时要选用优质皂或优质洗涤液，洗涤温度应控制在( ) ℃以内。 | 单选题 | A | 10 | 20 | 40 | 30 |
| 167 | 需要每半年清洗一次的是（ ）。 | 单选题 | C | 床单、被罩 | 家具 | 窗纱、窗帘 | 、窗户玻璃和卫 生镜子 |
| 168 | 易褪色的衣服加（ ）会防止褪色。 | 单选题 | A | 盐 | 醋 | 糖 | 墨水 |
| 169 | 化纤衣物不易褪色是因为（ ）。 | 单选题 | B | 衣物在低温染色 | 衣物在高温染色 | 衣物在冷冻状态染色 物 | 在比较耐高温染 色 |
| 170 | 为避免衣服染色，洗涤时应（ ）。 | 单选题 | D 色 | 衣物与浅色衣物一 起洗涤 | 高温洗涤 | 低温洗涤 | 衣物与浅色衣物 分开洗涤 |
| 171 | 皮革制品的质地鉴别常识错误的一项是（ ）。 | 单选题 | C | 视觉鉴别法 | 手感鉴别法 | 猜测鉴别法 | 气味鉴别法 |
| 172 | 真丝遇火燃烧， 以下说法正确的是（ ）。 | 单选题 | C | 燃烧速度很快 | 冒黑烟 | 遇火缩成团状 | 灰烬为白色 |
| 173 | 锦纶火试（ ）。 | 单选题 | A | 燃烧速度很快 | 有火焰 | 遇火缩成团状 | 灰烬为白色 |
| 174 | 洗涤刺绣类衣物时宜使用( ) ℃左右的温水。 | 单选题 | B | 20 | 35 | 45 | 55 |
| 175 | 丝绸绣花被面洗涤温度以（ ）摄氏度为宜。 | 单选题 | A | 30-40 | 20-30 | 10-20 | 5- 15 |
| 176 | 丝绸服装水洗时，应（ ）。 | 单选题 | D | 洗衣机洗 | 用搓板搓洗 | 硬毛刷刷 | 手工轻揉轻搓 |
| 177 | 手工洗涤较脏的衣物时，要先浸泡（ ）分钟左右。 | 单选题 | C | 5 | 10 | 15 | 20 |
| 178 | 水溶性污垢是指能溶解于水的污垢，如（ ）等，这类污垢一般适用于水洗。 | 单选题 | A | 糖类、淀粉 | 柴油渍 | 尘土 | 油污 |
| 179 | 固体污垢是指在（ ） 以固体形态附着在织物表面上的污垢，如尘土。 | 单选题 | C | 高温下 | 高压下 | 常温下 | 高湿度下 |
| 180 | 衣服沾上酱油时，下列处理方法错误的是（ ）。 | 单选题 | A | 放置一段时间再处理 | 以用2%的硼砂水溶 液洗涤 | 可用莲藕捣烂进行揉 搓去除 | 污渍的地方用水浸 湿 , 再撒上一勺白 糖，  用手揉搓可去除 |
| 181 | 衣物上的茶渍处理，下列选项正确的是（ ）。 | 单选题 | A | 即用70-80℃热水洗 涤 立 | 即用10-20℃热水洗 涤 | 立即用30-40℃热水洗 涤 | 立即用0℃水洗涤 |
| 182 | 旧咖啡渍的处理，下列处理方法错误的是（ ）。 | 单选题 | C | 可用5%双氧水溶液擦 拭，再 用清水洗净 | 可用10%双氧水溶液擦 拭，再 用清水洗净 | 可用3%双氧水溶液擦 拭，再用清 水洗净 | 可用0.5%双氧水溶液 擦 拭，再用清水洗净 |
| 183 | 衣物上红药水渍的处理方法是（ ）。 | 单选题 | D | 先用热水浸泡 | 什么材质均用酒精 进行处理 | 可用漂白粉直接处理 | 白醋洗，然后用 清水漂净 |
| 184 | 衣物上的口红印处理正确的是（ ）。 | 单选题 | D | 直接用热水浸泡 | 用白醋进行搓洗 | 用盐水搓洗 | 用调酒用的苏打水倒  在干净的布上轻轻拍  去痕迹 |
| 185 | 衣物上的锈渍可用鲜（ ），榨汁滴在锈渍上，揉搓。 | 单选题 | B | 水果 | 柠檬 | 橘子 | 西瓜 |
| 186 | 洗掉衣服上的霉点，下列做法错误的是（ ）。 | 单选题 | D | 可先在日光下暴晒，后  用刷子清霉毛，再用酒  精洗除 | 把被霉斑污染的衣服放  入浓肥皂水中浸透后再  进行处理 | 丝绸衣物可用柠檬酸 洗涤，后用 冷水洗漂 | 深色衣物可以用2％的  肥皂酒精溶液处理再  清洗 |
| 187 | 衣物染上油漆， 以下处理方式最恰当的是（ ）。 | 单选题 | C | 先浸泡热水 | 先浸泡冷水 | 先用布蘸上汽油擦 洗，再用洗 涤剂洗净 | 直接用漂白粉 |
| 188 | 巧除衣物上的汗渍，下列正确的是（ ）。 | 单选题 | C | 直接用热水浸泡 | 直接温水浸泡 先 | 浸泡10%盐水1-2小 时后再清水 漂洗 | 毛织物用氨水处理 |
| 189 | 洗涤花色羊绒织物时，洗涤水温应在（ ）左右。 | 单选题 | C | 10℃ | 20℃ | 30℃ | 40℃ |
| 190 | 棉织物烫发黄时应马上向烫黄的部位撒些（ ），然后用手轻轻揉搓，再放在太阳底下晾晒片刻，用清水洗  净，焦痕即可减轻以至完全消失。 | 单选题 | C | 糖 | 醋 | 细盐 | 苏打粉 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| 191 | 洗涤羽绒制品时，要先将其放入冷水中浸泡（ ）分钟左右。 | 单选题 | B | 30 | 20 | 40 | 50 |
| 192 | 干洗衣物一般是采用（ ）方法的原理。 | 单选题 | B | 物理置换 | 化学 | 生物溶解 | 自然分解 |
| 193 | 家政服务员帮取干洗衣物时，应检查项目不包括（ ）。 | 单选题 | D | 是否完全洗净 | 有无串色 | 有无损伤 | 核实店主身份 |
| 194 | 下列不属于干洗衣物优点的是（ ）。 | 单选题 | D | 可以杀菌 | 衣物不变形 | 对面料的损伤较少 | 价格便宜 |
| 195 | 麻质地的衣物熨烫温度一般为（ ）。 | 单选题 | D | 110℃- 160℃ | 120℃- 160℃ | 140℃- 170℃ | 160℃- 185℃ |
| 196 | 棉质地的衣物熨烫温度一般为（ ）。 | 单选题 | C | 110℃- 160℃ | 120℃- 160℃ | 140℃- 170℃ | 160℃- 185℃ |
| 197 | 熨烫西服方法正确的是（ ）。 | 单选题 | B | 先烫前后片 | 先烫零部件 | 温度控制在100℃以下 | 可以直接烫前襟 |
| 198 | 熨烫西服里子，下列做法错误的是（ ）。 | 单选题 | C | 要喷适量的水 | 熨斗移动要慢 先 | 烫衣服里子的后身 和前襟 | 先烫领子反面 |
| 199 | 化纤衣物熨烫应（ ）。 | 单选题 | C | 龙织品熨烫温度应高 些 次 | 熨烫应先在前襟试 熨 | 次熨烫应先在不明 显位置试熨 | 高温熨烫 |
| 200 | 羊绒大衣熨烫温度应控制在( ) ℃以下。 | 单选题 | D | 80 | 100 | 150 | 160 |
| 201 | 蒸汽熨烫时应在距离羊毛大衣（ ）处进行。 | 单选题 | A | 1-2cm | 2-3cm | 3-4cm | 5-6cm |
| 202 | 羊绒衣物熨烫后应（ ）。 | 单选题 | B | 阳光下晒干 | 自然晾干 | 直接收入衣柜 | 再次高温熨烫 |
| 203 | 羊绒衫类的衣物经水洗后要（ ）方法处理才能使毛衫恢复原样。 | 单选题 | A | 放大定型 | 直接熨烫 | 喷雾熨烫 | 拉扯 |
| 204 | 纯毛开衫的熨烫需要经过的步骤不包括（ ）。 | 单选题 | D | 湿润 | 模板扩大 | 熨斗熨平 | 拉扯 |
| 205 | 羊绒衫衣身缩水明显时，定型板穿入应在（ ）。 | 单选题 | A | 后身湿润后发生膨胀 时 | 后身湿润时 | 直接穿入 | 前身刚湿润时 |
| 206 | 真丝旗袍在熨烫前的准备工作，下列选项正确的是（ ）。 | 单选题 | C | 工具直接使用 | 里面的水可以用上 次剩余的 | 熨烫工具应清洁 | 对熨烫人员无要求 |
| 207 | 真丝旗袍在熨烫一般从（ ）开始熨烫。 | 单选题 | B | 大面积的部位 | 小面积部位如衣领 | 小部件绣花先开始 | 小部件盘扣先开始 |
| 208 | 真丝旗袍在熨烫后中应（ ）。 | 单选题 | A | 悬挂保存 | 叠放保存 | 在阳光下晾干 | 收纳袋真空保存 |
| 209 | 下列关于熨烫中山装，正确的是（ ）。 | 单选题 | C | 领子最先熨烫 | 衣身最后熨烫 | 衬里最先熨烫 | 衣袖最后熨烫 |
| 210 | 使用蒸汽喷雾熨斗熨烫中山装时，要根据中山装的（ ）调整熨烫温度。 | 单选题 | A | 面料和衬里纤维的种类 | 衣领的面料 | 袖口的面料 | 衣身的面料 |
| 211 | 熨烫中山装衣身时，下列做法错误的是（ ）。 | 单选题 | C | 用力要均匀 | 不能烫出亮光 | 不能套穿板熨烫 | 腋下侧身也需要熨烫 |
| 212 | 熨斗的使用，下列错误的是（ ）。 | 单选题 | C | 家庭通常选用蒸汽熨斗 烫 | 时应先判断衣物材 质 | 用非蒸汽熨斗可以 直接熨烫 | 熨烫时要注意力度 |
| 213 | 蒸汽熨斗使用时，应（ ）。 | 单选题 | D | 灌注热水 | 高温逐渐下调 | 烫好衣服立刻入柜 | 熨斗使用后应倒 清水 |
| 214 | 蒸汽熨斗保养错误的是（ ）。 | 单选题 | D | 及时清理余水 | 及时清理底板焦化物 | 产生水垢可加少量醋 利用喷射 蒸汽去除 | 完毕可以泼水降 温底板 |
| 215 | 轻薄型衬布要求的温度为（ ）。 | 单选题 | C | 80℃- 100℃ | 80℃- 120℃ | 120℃-135℃ | 150℃- 160℃ |
| 216 | 厚重性衬衫的温度为（ ）。 | 单选题 | D | 80℃- 100℃ | 80℃- 120℃ | 120℃-135℃ | 135℃- 145℃ |
| 217 | 衬布手工压烫错误的是（ ）。 | 单选题 | C | 衬布有低温衬、高温衬 | 熨烫前需要了解衬布的 性 能 | 衬布熨烫时停留时间  必须要快，一般3秒即  可 | 衬布熨烫时要有一定 压力 |
| 218 | 熨烫衣物时易出现“ 极光” ，极光产生的原理不包括（ ）。 | 单选题 | D | 是属于一种疵点 | 是衣物因压烫发生表面  构造变化所形成的的光  反射现象 | 多出现在有较多层材 料重叠 的地方 | 短时间压烫比长时间 更容易产生 |
| 219 | 熨烫时（ ），可以避免产生极光。 | 单选题 | C | 烫面与衣物要滑动 | 衣物表面不加垫布 | 上下烫板结构设计要 符合要 求 | 熨烫操作生疏 |
| 220 | 熨烫时，家政服务员（ ）可避免产生极光。 | 单选题 | C | 对厚部位采取重烫 | 在一处进行多次熨烫 | 对衣物减少来回滑动 | 对熨烫技术无要求 |
| 221 | 皮衣熨烫时的温度为（ ）。 | 单选题 | C | 30℃-40℃ | 30℃-50℃ | 60℃-70℃ | 80℃- 120℃ |
| 222 | 皮衣的保养最主要是（ ）。 | 单选题 | A | 防潮防蛀 | 防止暴晒 | 防水 | 防盗 |
| 223 | 皮革失去光泽，下列做法正确的是（ ）。 | 单选题 | B | 直接用上光剂滴在皮衣 上 | 用皮革上光剂上光 | 用醋进行上光 | 用食盐直接揉搓 |
| 224 | 棉织品是（ ）。 | 单选题 | A | 天然纤维 | 化学纤维 | 毛呢 | 皮质 |
| 225 | 下列关于棉织品的特点，下列正确的是（ ）。 | 单选题 | C | 是化学纤维 | 吸湿性弱 | 吸湿性强 | 怕碱 |
| 226 | 棉质衣物收藏时注意事项错误的是（ ）。 | 单选题 | D | 洗净 | 晾透 | 注意干燥保存 | 不怕潮湿，随意保存 |
| 227 | 毛衣类衣物收藏时应以（ ）的形式收藏。 | 单选题 | C | 衣撑挂放 | 夹肩挂放 | 平整叠放 | 夹下摆挂放 |
| 228 | 羽绒服收纳前应（ ）。 | 单选题 | C | 压缩 | 暴晒 | 干净、干透 | 高温烘干 |
| 229 | 长期压缩收纳会使羽绒服（ ）。 | 单选题 | D | 挺括 | 松散 | 耐用 | 降低保暖性能 |
| 230 | 毛织品分类收纳错误的是（ ）。 | 单选题 | D | 按长短 | 按厚薄 | 按材质 | 按户主喜欢 |
| 231 | 如果毛衣上有镶嵌串珠和装饰品，为了不让毛衣产生磨损收纳时应（ ）。 | 单选题 | A | 用包装纸将串珠和装饰 品等 部分夹住 | 饰品往里叠放 | 饰品向外叠放 | 拆掉饰品收纳 |
| 232 | 棉质寝具收纳时应（ ）。 | 单选题 | A | 除去湿气再收纳 | 蓬松盖被放最下层 | 收纳柜子最好开放式 | 不可放除湿剂 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| 233 | 下列有关插花的插摆顺序，说法正确的是（ ）。 | 单选题 | D | 先插花后插叶 | 先插造型花再插线形花 | 先插散状花材再插造 型花 | 先插高的再插矮的 |
| 234 | ( ) 是插花的最基本形式。 | 单选题 | D | 花篮 | 花束 | 盆插 | 瓶插 |
| 235 | ( ) 是社交、礼仪场合最常用的插花形式。 | 单选题 | C | 花束 | 花环 | 花篮 | 壁挂式插花 |
| 236 | 插花造型的原则不包括（ ）。 | 单选题 | B | 构图完善 | 造型新颖 | 色彩协调 | 境物契合 |
| 237 | 插花前要将失水较严重的花枝用深水浸至花颈部位（ ）小时。 | 单选题 | D | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 |
| 238 | 在插花器皿的水中放0 .1 %的（ ）可以增加营养，有利于延长花期。 | 单选题 | C | 盐 | 醋 | 糖 | 白酒 |
| 239 | ( ) 切口用锤子击扁，在水中浸泡2小时，可延长保鲜时间。 | 单选题 | B | 梅花 | 杜鹃花 | 秋菊花 | 山茶花 |
| 240 | 居家摆放盆栽应少而精，每个室内空间只需（ ）盆盆栽即可。 | 单选题 | D | 5~6 | 4~5 | 3~4 | 1~3 |
| 241 | 书房、卧室宜摆一些（ ）。 | 单选题 | C | 树桩盆景 | 山水盆景 | 文静素雅的盆花 | 耐阴盆栽 |
| 242 | 春季以摆放（ ）盆栽为宜。 | 单选题 | C | 观叶 | 观果 | 观花 | 艳丽大方 |
| 243 | 给花卉植物浇水需要根据（ ）定。 | 单选题 | B | 花期 | 生长阶段 | 花卉种类 | 所处环境 |
| 244 | 盆栽花卉开花阶段需要（ ）。 | 单选题 | C | 多浇水 | 不需要浇水 | 适当控水 | 越少浇水越好 |
| 245 | 在植株的花期增施（ ），有利于绿植盆栽开花繁茂。 | 单选题 | D | 氮肥 | 磷肥 | 氮磷肥 | 磷钾肥 |
| 246 | ( ) 是房间布置的主体部分，对日常使用和居室美化的影响极大。 | 单选题 | D | 饰品 | 绿植 | 家电 | 家具 |
| 247 | 若一侧的家具既少又小，可以借助盆景、 （ ）和墙面装饰来达到平衡效果。 | 单选题 | B | 家电 | 小摆设 | 绿植 | 插花作品 |
| 248 | 摆放家具时，（ ）以安放床铺、衣柜等较为适宜。 | 单选题 | C | 明亮区 | 行动区 | 安静区 | 阴暗区 |
| 249 | ( ) 是一种物美价廉、质朴纯真的家居饰品， 比较适合具有古典格调的装修风格。 | 单选题 | B | 瓷器 | 陶器 | 钟表 | 布艺品 |
| 250 | ( ) 种类齐全、造型多样，它们不但具有实用性，而且具有装点空间、美化环境的作用。 | 单选题 | D | 铁艺工艺品 | 钟表 | 瓷器 | 玻璃制品 |
| 251 | 家庭成员若习惯左手取拿，在其居住空间内注意物品摆放在（ ）。 | 单选题 | B | 右侧 | 左侧 | 远处 | 高处 |
| 252 | 整理收纳的原则不包括（ ）。 | 单选题 | D | 使用频率优先 | 易看易拿 | 就需就近 | 客人喜好 |
| 253 | 每天用的水、杯子等物品应放在（ ）。 | 单选题 | D | 最上层柜内 | 底层柜内 | 书房柜内 | 视野范围内 |
| 254 | 色彩搭配包括（ ）。 | 单选题 | B | 浴室与橱柜的搭配 | 家具与家装饰品的色彩 搭 配 | 鞋子与衣服的搭配 | 厨具与沙发的搭配 |
| 255 | 关于色彩搭配正确的是（ ）。 | 单选题 | B | 多种颜色搭配会较美观 | 同色系搭配使空间更大 | 不能选择渐变色摆放 物品 | 标签最好少用 |
| 256 | 茶叶渣属于（ ）。 | 单选题 | C | 可回收物 | 有害垃圾 | 湿垃圾 | 干垃圾 |
| 257 | 棉签属于（ ）。 | 单选题 | D | 可回收物 | 有害垃圾 | 湿垃圾 | 干垃圾 |
| 258 | 电池属于（ ）。 | 单选题 | B | 可回收物 | 有害垃圾 | 湿垃圾 | 干垃圾 |
| 259 | 家政服务员进入卧室进行收纳时应先征得（ ）的同意。 | 单选题 | D | 老人 | 儿童 | 业主 | 卧室主人 |
| 260 | 以下关于卧室物品收纳正确是的（ ）。 | 单选题 | A | 过季衣物放床下 | 较厚衣物收纳在高层 | 包包不能挂着 | 帽子不能挂墙 |
| 261 | 卧室收纳以下陈述错误的是（ ）。 | 单选题 | B | 舒适为主 | 随意为主 | 分区管理 | 分类管理 |
| 262 | 当季衣物在衣柜中应（ ）收纳。 | 单选题 | B | 真空压缩 | 直接悬挂或折叠 | 抽屉密封 | 衣柜高层 |
| 263 | 化纤被收纳前不要（ ）。 | 单选题 | D | 洗涤 | 叠放 | 干燥 | 暴晒 |
| 264 | 衣物的收纳思路不包括（ ）。 | 单选题 | B | 分类 | 设计 | 规划 | 搭配 |
| 265 | 千页以上的精装典籍最好装进（ ）中进行收纳。 | 单选题 | B | 抽屉 | 书套 | 盒子 | 保险柜 |
| 266 | 家庭档案属于（ ），需放入带锁抽屉收纳。 | 单选题 | C | 一般文件 | 家居用品 | 重要文件 | 手册 |
| 267 | 以下不属于文件收纳原则的是（ ）。 | 单选题 | D | 整理是第一步 | 有电子版的文件，纸质 版 最好丢弃 | 重要证件按贵重物品 收纳 | 纸质版文件需丢弃 |
| 268 | 客厅是家庭（ ）区域。 | 单选题 | A | 公共 | 洗漱 | 私人 | 阅读 |
| 269 | 客厅展示柜放置的装饰品大小和数量应（ ）。 | 单选题 | B | 越多越好 | 适宜 | 越少越好 | 越大越好 |
| 270 | 客厅一般功能分区有误的是（ ）。 | 单选题 | C | 观影区 | 休闲区 | 学习区 | 会客区 |
| 271 | 厨房刀具的收纳正确的是（ ）。 | 单选题 | C | 刀具放于专门的刀架或 抽屉 | 刀具不能随意放台面 | 刀具收纳在下层柜子 便于拿 取 | 刀具可放置墙面挂置 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| 272 | 水槽下方比较潮湿，不宜放置（ ）。 | 单选题 | B | 清洁用具 | 食品 | 洗洁精 | 净水器 |
| 273 | 厨房的功能下列说法错误的是（ ）。 | 单选题 | D | 储 | 配 | 洗 | 阅 |
| 274 | 厨房湿垃圾要（ ）。 | 单选题 | A | 及时处理 | 隔夜处理 | 直接倒入水槽 | 与干垃圾一起处理 |
| 275 | 收纳餐具的抽屉最好在里面放（ ），既防潮又能避免木质板被划伤。 | 单选题 | B | 卫生纸 | 锡纸 | 餐巾纸 | A4纸 |
| 276 | 洗手池的台面上东西（ ）。 | 单选题 | B | 越多越好 | 越少越好 | 摆满 | 不要分类 |
| 277 | 小物件可以在衣帽间利用（ ）进行分区管理。 | 单选题 | B | 大抽屉 | 储物格 | 收纳柜 | 保险柜 |
| 278 | 衣帽间（ ）区域可以放置当季常穿衣物，便于日常试衣搭配。 | 单选题 | C | 下方 | 最上方 | 中间 | 抽屉 |
| 279 | 玄关一般不放置（ ）。 | 单选题 | B | 鞋子 | 餐具 | 临时外套 | 体育用品 |
| 280 | 玄关又称（ ），指入门处到正厅之间的一段空间。 | 单选题 | C | 门槛 | 杂物间 | 门厅 | 小阳台 |
| 281 | 一般按照（ ）标准来决定隔板的间隔。 | 单选题 | C | 鞋子的高度+10cm | 鞋子的高度+2cm | 鞋子的高度+5cm | 鞋子的高度+15cm |
| 282 | 居室美化中，对建筑结构（ ）。 | 单选题 | B | 可以随意改动 | 改动应请专业人员评估 | 管道可以改动 | 装饰材料以美观为主 |
| 283 | 装饰材料的选择正确的是（ ）。 | 单选题 | B | 美观第一 | 安全为主 | 价格为主 | 户主喜好为主 |
| 284 | 传统装饰材料的特点有（ ）。 | 单选题 | A | 价格低廉 | 高档 | 独特 | 质感最佳 |
| 285 | 鞋的收纳工具不包括（ ）。 | 单选题 | D | 鞋撑 | 收纳盒 | 悬挂杆 | 报纸 |
| 286 | 挂钩收纳架的特点不包括（ ）。 | 单选题 | B | 收取方便 | 整齐 | 收纳简便 | 清洁方便 |
| 287 | 抽屉型收纳工具的特点是（ ）。 | 单选题 | A | 适合收纳隐私性物品 | 属于开放型收纳工具 | 频率较高工具适用 | 利于展示 |
| 288 | 以下不适合用于过季衣物收纳的工具是（ ）。 | 单选题 | D | 收纳箱 | 真空收纳袋 | 收纳盒 | 衣柜挂杆 |
| 289 | 过季衣物保存错误的是（ ）。 | 单选题 | B | 保存的柜子要干燥 | 衣物刚晒完要尽快装箱 | 棉质衣物可以真空保 存 | 收纳箱要确保无虫卵 |
| 290 | 过季皮革衣物保存时候应注意（ ）。 | 单选题 | B | 要绝对干燥 | 要注意防湿 | 真空保存 | 暴晒后悬挂入柜 |
| 291 | 淘汰的衣物处理时应（ ）。 | 单选题 | B | 家政服务人员自行处理 | 经户主清点后再处理 | 直接丢弃 | 家政服务员回收 |
| 292 | 淘汰的衣物还可以改造成抹布， 以下适合改造的是（ ）。 | 单选题 | A | 纯棉衣物 | 化纤衣物 | 皮衣 | 丝质衣物 |
| 293 | 旧衣物可改造错误的是（） 。 | 单选题 | C | 抹布 | 饰品 | 化纤衣物最适合改成 儿童衣 物 | 收纳袋 |
| 294 | 真丝衣物与蚕丝衣物一起保存会（ ）。 | 单选题 | A | 真丝变色 | 使衣物发霉 | 是蚕丝质量变差 | 使真丝质量变好 |
| 295 | 颜色鲜艳的丝绸衣物要用（ ）包裹，可以防止褪色。 | 单选题 | B | 棉布 | 深色纸 | 浅色纸 | 化纤布 |
| 296 | 皮衣收藏前的做法正确的是（ ）。 | 单选题 | C | 高温熨烫 | 直接装入樟脑丸 | 先进行去污处理 | 先暴晒保持干燥 |
| 297 | 皮衣保存时应（ ）。 | 单选题 | B | 采取折叠存放 | 采取悬挂方式 | 叠放在最下层 | 要充分晾晒后直接入 柜 |
| 298 | 裘皮皮板受潮后会变（ ）。 | 单选题 | B | 软 | 硬 | 长 | 短 |
| 299 | 大衣一般选用（ ）衣架悬挂。 | 单选题 | A | 斜肩形木质 | 一般竹子 | 铁丝 | 薄片型塑料 |
| 300 | 衣物防霉防蛀的关键是（ ）。 | 单选题 | B | 完全晾干 | 衣物洗干净 | 叠放整齐 | 悬挂整齐 |
| 301 | 棉毛衫裤应（ ），方可避免引起霉变。 | 单选题 | C | 装在塑料袋保存 | 熨干后直接入柜 | 洗净完全晾干后入柜 叠放 | 直接悬挂在开放式衣 柜 |
| 302 | 衣物易发霉程度，下列说法正确的是（ ）。 | 单选题 | C | 纯棉衣物最容易发霉 | 化纤衣物最容易发霉 | 皮衣较易发霉 | 干燥环境存放的最容 易发霉 |
| 303 | ( ) 在插花构图中起骨架轮廓的作用，决定插花作品的比例和高度，起到活跃画面的作用。 | 单选题 | B | 团状花材 | 线形花材 | 特殊形态花材 | 散状花材 |
| 304 | ( ) 常作为整个插花作品的焦点存在。 | 单选题 | C | 特殊形态花材 | 散状花材 | 团状花材 | 线形花材 |
| 305 | ( ) 具有填补造型空间、调和作品色彩的作用。 | 单选题 | A | 散状花材 | 特殊形态花材 | 线形花材 | 团状花材 |
| 306 | ( ) 的寓意是高雅、长寿、康宁。 | 单选题 | A | 万年青 | 迎春花 | 剑兰 | 五代果 |
| 307 | 梅花的寓意是（ ）。 | 单选题 | B | 生命力强、清高孤寂 | 高风亮节、独立创新 | 丰盛、有君子之风 | 清芳幽雅、冰莹秀丽 |
| 308 | ( ) 的寓意是和平、友好、吉祥。 | 单选题 | D | 天堂鸟 | 马蹄莲 | 大丽花 | 桂花 |
| 309 | 绿色花泥用来插（ ）。 | 单选题 | A | 鲜花 | 干花 | 仿真花 | 人造花 |
| 310 | 淡豆沙色花泥用来插（ ）。 | 单选题 | C | 鲜花和仿真花 | 鲜花和干花 | 干花和仿真花 | 干花和百合花 |
| 311 | 整理收纳通过再造空间，能（ ）家庭的互动空间。 | 单选题 | A | 增大 | 减少 | 持平 | 不影响 |
| 312 | 空间规划中物品的放置是（ ）的。 | 单选题 | B | 固定 | 可变动 | 随意性 | 按户主喜欢 |
| 313 | 金饰、钻石应避免直接与（ ）接触。 | 单选题 | A | 香水 | 泉水 | 自来水 | 纯净水 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| 314 | 对有毒有害的玩具的处理是（ ）。 | 单选题 | B | 直接丢弃 | 征得同意后再进行丢弃 | 收纳在书房 | 收纳在儿童房 |
| 315 | 飞行棋属于（ ）玩具。 | 单选题 | B | 社会认知类 | 益智类 | 教育类 | 运动类 |
| 316 | 收纳贵重饰品时应先（ ）。 | 单选题 | B | 清洁 | 盘点并由户主确认 | 干燥 | 分类 |
| 317 | 根据家庭实际空间结构，（ ）酒柜更有收纳功能。 | 单选题 | B | 开放式 | 嵌入式 | 独立式柜体 | 移动式架子 |
| 318 | 酒柜收纳特点不包括（ ）。 | 单选题 | B | 存放酒水 | 清洁方便 | 展示功能 | 凸显空间品质 |
| 319 | 藏酒数量多的话可以建立（ ）。 | 单选题 | D | 清洁手册 | 整理表 | 总量表 | 库存表 |
| 320 | 小孩的鞋子和常穿的鞋子放在鞋柜（ ），便于取拿。 | 单选题 | D | 抽屉 | 带锁柜子 | 顶层 | 中间层 |
| 321 | 鞋柜收纳，第一步工作应为（ ）。 | 单选题 | B | 鞋子分类 | 规划 | 清洁 | 消毒 |
| 322 | 书柜收纳时需要对图书作分类，下列分类合理的是（ ）。 | 单选题 | D | 按专业分类 | 按兴趣爱好分类 | 按小说漫画分类 | 按书皮颜色分类 |
| 323 | 书柜作为家庭空间的重要组成部分，对收纳有（ ）的要求。 | 单选题 | A | 分类 | 清洁方便 | 美观 | 安全 |
| 324 | 书柜最下层一般放置（ ）。 | 单选题 | D | 爱看的书 | 正在看的书 | 收藏类的书 | 杂志 |
| 325 | 台球四周至少得留出（ ）m 宽能让人自由跑动的运动空间。 | 单选题 | B | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 326 | 滑梯一般有3m长，从安全方面考虑，还应有一个平台，需要（ ）m长。 | 单选题 | A | 0.5 | 1 | 2 | 3 |
| 327 | 通常情况下，关于庭院功能区的划分， 以下选项不符合的为（ ）。 | 单选题 | B | 休闲区 | 阅读区 | 游乐区 | 泳池区 |
| 328 | 家政服务员应（ ）维护好设备娱乐休闲设施的电气系统，及时更换易损坏的元器件。 | 单选题 | C | 偶尔 | 需要使用时 | 定期 | 户主要求时 |
| 329 | 家政服务员严格按（ ）操作，严禁出现违章操作娱乐设施。 | 单选题 | D | 户主要求 | 客人要求 | 家政服务员所培训知 识 | 或使用说明书规 定的程序 |
| 330 | 娱乐休闲器材存放要求，错误的是（ ）。 | 单选题 | C | 规范 | 有序 | 杂乱 | 定位 |
| 331 | 娱乐设施器材存放室要保持（ ）。 | 单选题 | D | 美观 | 舒适 | 杂乱 | 干燥、通风 |
| 332 | 家政服务员要定期检查娱乐器材，发现损坏的，应（ ）。 | 单选题 | D | 保存在库房 | 自行丢弃 | 拿回家修理 | 客户同意后丢弃 |
| 333 | 打药机属于（ ）庭院美化工具。 | 单选题 | B | 频繁使用的 | 偶尔使用的 | 不会使用的 | 禁止使用的 |
| 334 | 下列不属于园艺工具的是（ ）。 | 单选题 | D | 高枝剪 | 整篱剪 | 修枝剪 | 药剂肥料 |
| 335 | 进行庭院美化作业时，应注意（ ）。 | 单选题 | B | 保护工具 | 机械状况 | 开机加油 | 美观 |
| 336 | 完成庭院美化作业后，首先进行工具（ ）。 | 单选题 | A | 擦拭 | 存放 | 分类 | 记录 |
| 337 | 为了园林机械安全，下列做法错误的是（ ）。 | 单选题 | A 练 | 操作的工具可以随 意操作 | 避免疲劳操作 对 | 重型工具不可贸然 使用 | 操作时做好安全防护 |
| 338 | 操作完喷液工具后， 以下选项正确的是（ ）。 | 单选题 | C | 直接接触食物 | 直接进食 | 更衣洗漱后再进食 需 | 更换衣服只需洗 手 |
| 339 | 下列不属于喷雾器的主要工作部件的是（ ）。 | 单选题 | C | 药液箱 | 空气室 | 软管 | 喷头 |
| 340 | 长柄高枝剪适用于修剪（ ）的枝条。 | 单选题 | C | 矮处 | 草地 | 高处 | 小花盆的 |
| 341 | 花铲的使用范围不包括（ ）。 | 单选题 | B | 移种 | 施肥 | 松土 | 除草 |
| 342 | 中国兰无土栽培常用基质为（ ）。 | 单选题 | B | 园土 | 砖土加腐叶土 | 水藓 | 泥炭 |
| 343 | 庭院工具收纳的方法原则错误的是（ ）。 | 单选题 | D | 分类 | 收纳 | 不增加 | 工具越多越好 |
| 344 | 庭院工具收纳的目的是让物品时刻在（ ）状态。 | 单选题 | A | 最方便使用 | 最方便保管 | 最方便查看 | 最方便整理 |
| 345 | 频繁使用的工具要放在（ ）的地方。 | 单选题 | C | 保险柜 | 带锁柜子 | 容易拿到 | 架子最上层 |
| 346 | 关于庭院娱乐施设收纳计划制定错误的是（ ）。 | 单选题 | D | 与户主一起商讨 | 分类别进行制定计划 | 分季节制定 | 计划不可更改 |
| 347 | 庭院休闲娱乐设施应随（ ）进行分类管理。 | 单选题 | A | 季节 | 客人要求 | 客人喜好 | 家政服务人员喜好 |
| 348 | 庭院大型娱乐设施收纳时（ ）。 | 单选题 | B | 入库收纳 | 原地堆放即可 | 拆分收纳 | 搭棚收纳 |
| 349 | 下列花卉中，不属于一年生花卉的是（ ）。 | 单选题 | C | 凤仙花 | 鸡冠花 | 紫罗兰 | 百日草 |
| 350 | 下列花卉中，开花和展叶同时进行的是（ ）。 | 单选题 | B | 连翘 | 榆叶梅 | 木棉 | 紫荆 |
| 351 | 花木防治病虫害应遵循（ ）的原则。 | 单选题 | C | 防治结合 | 以治为主 | 以防为主 | 顺其自然 |
| 352 | 翻盆换土是（ ）季盆花补肥的一种方法。 | 单选题 | A | 春 | 夏 | 秋 | 冬 |
| 353 | 当气温超过（ ）时，室内花卉就要注意通风。 | 单选题 | D | 15℃ | 20℃ | 25℃ | 30℃ |
| 354 | 秋季花木养护的重点是（ ）。 | 单选题 | B | 整枝修剪 | 加强水肥管理 | 防治病虫害 | 保湿 |
| 355 | 使用手推式草坪机剪草，行进时应向前推，（ ）割草，速度不宜过快。 | 单选题 | C | 由前往后 | 由上至下 | 由左至右 | 由右至左 |
| 356 | 插花时，应根据花材（ ）决定使用花插的大小、样式。 | 单选题 | D | 大小和质量 | 质量和颜色 | 颜色和多少 | 大小和多少 |
| 357 | 插花的步骤是（ ）。 | 单选题 | B | 构想→选材→ 插摆→修 剪与 保鲜→ 固定 | 构想→选材→修剪与保 鲜→ 插摆→ 固定 | 选材→修剪与保鲜→ 构想→ 插摆→ 固定 | 选材→ 构想→ 插摆→ 修  剪与保鲜→ 固定 |
| 358 | ( ) 是进行插花创作的首要工作，也是直接影响插花作品效果至关重要的一个环节。 | 单选题 | C | 修剪与保鲜 | 选材 | 构想 |  |
| 359 | 在一般情况下，绿篱新的枝叶长（ ）厘米时进行下一次修剪。 | 单选题 | C | 2~3 | 3~5 | 4~6 | 5~7 |
| 360 | 自然式绿篱以（ ）为主。 | 单选题 | D | 灌木 | 乔木 | 低矮的花草 | 藤蔓植物 |
| 361 | ( ) 绿篱是庭院常见的绿篱形式。 | 单选题 | B | 条带状 | 半球形 | 自然式 | 三角形 |
| 362 | 经过实践验证，在所有水生生物饲料中，（ ）的营养是最全面的，也是全部饲料中最适合喂观赏鱼的。 | 单选题 | C | 浮萍 | 水蚯蚓 | 水蚤 | 剑水蚤 |
| 363 | ( ) 是最理想的饲料形态。 | 单选题 | B | 粉状饲料 | 片状饲料 | 贴片饲料 | 颗粒饲料 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| 364 | 收纳衣物的培训目标是掌握衣物折叠、整理、（ ）的方法和注意事项。 | 单选题 | C | 购买 | 洗涤 | 收纳 | 晾晒 |
| 365 | 初级家政服务员制作家庭餐技能培训的内容主要是加工配菜和（ ）。 | 单选题 | B | 家宴制作 | 烹饪膳食 | 家宴摆台 | 营养配餐 |
| 366 | 初级家政服务员要掌握蔬菜分类常识与食用方法，能加工（ ）。 | 单选题 | A | 时令蔬菜 | 高端食材 | 营养配餐 | 西餐 |
| 367 | 中级家政服务员加工配菜时要掌握食物原料质量识别常识，掌握剞刀技术操作方法，能将食物原料加工成 ( ) 茸、掌握馅料制作的方法和注意事项，能制作馅料。 | 单选题 | A | 丝 | 块 | 丁 | 片 |
| 368 | 中级家政服务员烹制膳食，要掌握用煎、烤、烙等（ ）制作技术方法。 | 单选题 | C | 菜肴 | 辅食 | 主食 | 配菜 |
| 369 | 中级家政服务员烹制膳食时能用煎、炖、汆、烩、烧、（ ）等技术方法烹制菜肴。 | 单选题 | A | 焖 | 炒 | 炸 | 煮 |
| 370 | 家政服务员培训教学设计的（ ）是优化培训效果，达到预期培训设想。 | 单选题 | D | 重点 | 要求 | 方法 | 目的 |
| 371 | 教学目标的确定建立在前期分析的基础上。教学目标确定了教学活动的（ ）。 | 单选题 | C | 重点 | 要求 | 方向 | 内容 |
| 372 | 教学设计可以使教学理论与教学（ ）完美结合。 | 单选题 | A | 实践 | 活动 | 过程 | 内容 |
| 373 | 教学方法是教师和学习者为了实现共同的（ ），完成共同的教学任务，在教学过程中运用方式与手段的总  称。 | 单选题 | C | 目的 | 愿望 | 教学目标 | 任务 |
| 374 | 教学方法的选择必须依据教学规律和（ ）。 | 单选题 | D | 教学手段 | 教学过程 | 教学经验 | 教学原则 |
| 375 | 教学方法只有（ ）教师的素质条件，能为教师所掌握才能更好地发挥作用。 | 单选题 | B | 符合 | 适应 | 顺应 | 达到 |
| 376 | 课堂教学技能是指教师在（ ）教学中，依据教学理论，运用专业知识和教学经验等，为促进学习者学习、 实现教学目标而采取的一系列教学行为方式。 | 单选题 | A | 课堂 | 家庭 | 线上 | 视频 |
| 377 | 良好的课堂导入能引起学习者的注意，提高学习者的（ ），为课堂教学创造一个良好的开端。 | 单选题 | D | 积极性 | 热情 | 求知欲 | 兴趣 |
| 378 | 课堂组织技能是指教师（ ）、管理纪律， 引导学习、营造和谐的教学环境，帮助学习者达到一定的教学目  标的行为方式。 | 单选题 | D | 强迫学习者 | 带领学习者 | 监督学习者 | 组织学习者 |
| 379 | 一旦发现煤气或者天然气泄漏，迅速（ ），切断煤气或者天然气，打开窗户。 | 单选题 | B | 离开 | 关闭总闸 | 关阀门 | 呼救 |
| 380 | 家中避震最安全的地方卫生间、书房、厨房、卧室（ ）。 | 单选题 | C | 墙根 | 中央 | 墙角 | 室内 |
| 381 | 遇到家里发生火险，不要立即开窗。要及时切断电源并大声呼救， 向周围的人报警以及时扑救， 同时立即 拨打火警（ ）。 | 单选题 | D | 110 | 120 | 122 | 119 |
| 382 | 就业指导是围绕职业发展过程提供的指导、辅导、（ ）等服务。 | 单选题 | B | 安置 | 咨询 | 就业 | 技能培训 |
| 383 | 家政服务员就业指导有助于求职者树立正确的择业观、帮助求职者做出正确的职业（ ）、可以促进家政行  业的发展。 | 单选题 | C | 定位 | 规划 | 选择 | 培训 |
| 384 | 高级家政服务员应具备对初级、 （ ）家政服务员进行就业指导的能力。 | 单选题 | A | 中级 | 技师 | 高级技师 | 未从业 |
| 385 | 据研究，家政服务员在就业中，可能会出现的心理问题有二十余种，需要（ ）地对其进行指导和咨询。 | 单选题 | D | 一次性 | 多次 | 几次 | 持续不断 |
| 386 | 就业指导工作包括在试用期内，要保持和求职者、用人单位的联系，持续了解求职者的就业情况，发现问 题，及时（ ）。 | 单选题 | C | 解决 | 沟通 | 协调解决 | 了解 |
| 387 | 就业指导者必须了解被指导者个人与职业相关的背景，包括教育背景、职业兴趣、职业追求、职业目标， ( ) 及人生价值观等。 | 单选题 | D | 家庭成员 | 兴趣爱好 | 出生地 | 职业经历 |
| 388 | 就业指导者为被指导者提供职业辅导、咨询等服务，共同提出（ ）的解决方案。 | 单选题 | A | 合理 | 科学 | 准确 | 完美 |
| 389 | 家政服务员在求职时应精神饱满、干净利落、服装服饰（ ）、给人留下自信、整洁，朴素、大方的好印象  。 | 单选题 | C | 高档 | 时尚时髦 | 美观大方 | 典雅 |
| 390 | 家政服务员在求职面试遇到照护老年人工作的，要询问老年人的年龄，（ ），病情等情况。 | 单选题 | A | 性别 | 婚姻 | 子女 | 爱好 |
| 391 | 家政服务员要到合法的中介机构和（ ）家政公司求职。 | 单选题 | C | 挂牌的 | 朋友介绍的 | 正规的 | 大型的 |
| 392 | 以下不是家政服务合同内容的是（ ）。 | 单选题 | A | 交友范围 | 工作内容 | 工资待遇 | 服务期限 |
| 393 | 选择家政机构的方法： 一是必须查看是否有工商部门颁发的营业执照，这是家政公司（ ）的证件； 二是可  以通过网络搜索信誉好、服务规范的家政服务机构。 | 单选题 | C | 唯一 | 重要 | 最基本 | 营业 |
| 394 | 家政服务机构拥有自身的培训、服务一体的服务团队，服务会更专业和（ ）。 | 单选题 | B | 顺利 | 有保障 | 快捷 | 便利 |
| 395 | 家政服务机构拥有自身完善的售后服务体系，对客户的反馈，（ ）解决和处理，提升用户满意度体验，增  加客户认可。 | 单选题 | A | 及时 | 当即 | 过后 | 等待 |
| 396 | 雇主希望家政服务员拥有过硬的技术和良好的（ ）。 | 单选题 | D | 形象 | 人际关系 | 口才 | 服务意识 |
| 397 | 雇主希望家政服务员可以（ ）雇主家不好的感情和关系。 | 单选题 | A | 调和 | 解决 | 调解 | 处理 |
| 398 | 家政服务人员的职业选择主要有三大类原因：挣钱、离家近、方便照顾家庭、 自己没有其他技能。 由此可  知，家政服务人员选择家政工作主要因素是（ ）。 | 单选题 | B | 兴趣特长 | 现实因素 | 职业发展 | 价值所在 |
| 399 | 关于诚信的说法，正确的是（ ）。 | 多选题 | A ，B ，C | 实守信的是市场经济 法则 实 | 守信是企业的无形 资本 | 诚实守信是为人之本 | 永远奉行诚实守信的  原则在市场经济中必  定难以立足 |
| 400 | 家政服务员进入到雇主家中，一定要经得住（ ）的考验。 | 多选题 | A ，C ，D | 金钱 | 困难 | 物质 | 精神 |
| 401 | ( ) 实际上是劳动态度问题。 | 多选题 | A ，B ，C | 尊重雇主 | 热情和蔼 | 谦恭礼让 | 能说会道 |
| 402 | 《中华人民共和国宪法》 明确规定： “ 国家提倡（ ）的公德。 ” | 多选题 | A ，B ，C ，D | 爱祖国 | 爱人民 | 爱劳动 | 爱科学 |
| 403 | 言谈文明的基本要求有（ ）等。 | 多选题 | A ，B ，C | 吐字清晰 | 态度诚恳 | 称呼恰当 | 无需看场合 |
| 404 | 家政服务员在接受面试时要注意（ ）。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 求给雇主留下良好印 象 | 要讲礼貌 | 倾听雇主询问 | 询问要抓住关键 |
| 405 | ( ) 等所引发的火灾一般都是因为漏气忘关阀门等造成。 | 多选题 | A ，B ，D | 天然气 | 人工燃气 | 蒸汽 | 液化石油气 |
| 406 | 珍惜水就是珍惜生命，（ ）从现在做起，从我做起。 | 多选题 | A ，B ，C | 爱水 | 惜水 | 节水 | 用水 |
| 407 | 在拨通并确认急救电话后，要说清楚急救者的（ ）以利于救护人员及时迅速地赶到急救现场，争取抢救时  间。 | 多选题 | A ，B ，C | 住址或地点 | 年龄 | 性别 | 爱好 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  | |  |
| 408 | 以下属于天然纤维的是（ ）。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 麻类 | 棉类 | 毛类 | | 丝类 |
| 409 | 衣物上的霉渍可以用（ ）进行洗涤。 | 多选题 | A ，B ，C | 酒精 | 稀碱液 | 稀氨水 | | 煤油 |
| 410 | 下列关于衣物油垢清除正确的是（ ）。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 要立刻处理 | 去污时要讲究次序 去 | 污前要弄清楚衣服 的质料 | 造 | 丝等衣料尽量少 用药品 去污 |
| 411 | 对衣物上的口香糖胶迹，下列处理正确的是（ ）。 | 多选题 | A ，B | 先用小刀刮去，再用鸡  蛋清抹在上面使其松散  再处理 | 用四氯化碳涂抹污 处搓洗 | 可用氨水处理 | | 可用盐处理 |
| 412 | 衣物上的圆珠笔油渍去除正确的是（ ）。 | 多选题 | A ，B | 织品一般可用酒精处 理 | 毛料衣物可先把污渍处  放到三氯乙烯和酒精的 所  混合溶液中浸泡处理 | 有衣物均可以用酒 精处理 | | 用热水搓洗 |
| 413 | 不适合机洗的衣物有（ ）。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 易脱色衣物 | 易渗色衣物 | 带涂层衣物 | | 人造革衣物 |
| 414 | 容易变形的衣物尽量不机洗，如（ ）。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 针织类 | 丝绸类 | 毛衣 | | 羊毛衫 |
| 415 | 熨烫羊绒衣物时，下列操作正确的是（ ）。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 不宜干烫 | 不宜熨斗直接接触衣物 | 烫后挂衣架自然晾干 | | 熨烫温度很重要 |
| 416 | 羊绒大衣保养时，下列做法正确的是（ ）。 | 多选题 | B ，D ，E | 可以平面熨烫 | 只能立式蒸汽熨烫 | 高温烘干 | | 低温烘干 |
| 417 | 中山装的熨烫要求是（ ）。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 全身平整 | 整体无死褶 | 领面板圆 | | 两肩圆鼓 |
| 418 | 熨烫的原则是（ ）。 | 多选题 | A ，C | 先反面，再正面 | 先正面再后面 | 先局部再整体 | | 先整体再局部 |
| 419 | 皮衣熨烫，下列操作蒸汽的是（ ）。 | 多选题 | A ，B ，D | 低温熨烫 | 垫布熨烫 | 直接熨烫皮子 | | 熨烫里子 |
| 420 | 皮衣作为季节性的时装，正确保养的方法很重要，下列关于皮衣的存放正确的是（ ）。 | 多选题 | A ，B ，D 衣 | 收藏前需要晾干但 不能暴晒 | 皮衣在存放前可以在皮  面涂一层甘油而使其不  变色 | 皮衣最好折叠存放 | | 皮衣要注意防潮 |
| 421 | 社会群体对家政服务员应（ ）。 | 多选题 | B ，C ，D | 从严要求 | 持正确、包容的心态看 待 | 尊重 | | 互敬地对待 |
| 422 | 羽绒服的收纳应（ ）。 | 多选题 | A ，C ，D | 通风、干燥环境晾干 | 可以高温烘干 | 在收纳前要拍松 | | 应吊挂收纳 |
| 423 | 对复合味分类的依据和命名的方法略有不同。常见的复合味有（ ）。 | 多选题 | A ，C | 咸复合味 | 辣酸甜味 | 甜复合味 | | 咸辣甜味 |
| 424 | 科学合理的营养配餐原则包括（ ）。均衡膳食还要满足人体对热量的需要，各种维生素和矿物质的摄取量  结构合理。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 主食与副食搭配 | 粗粮与细粮搭配 | 荤菜与素菜搭配 | | 色彩搭配 |
| 425 | 家庭儿童营养配餐的科学饮食应（ ），多选用补气健脾和补肾养精的食品 。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 选择营养丰富的食品， 多吃时注 令蔬菜、水果 | 意粗细粮搭配、主副 食搭配 、荤素搭配 | 吃油炸、油煎或多 油的食品 | | 换食物的种类，烹 调方法 多样化 |
| 426 | 家政服务员在进行家庭配菜工作时要按菜肴的质量要求，把它们进行合理搭配必须（ ）、 掌握菜肴的质  量标准及净料成本，具备一定的营养学知识和卫生知识。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 熟悉原料的性能 解 | 原料的市场供应情 况 | 掌握原料的库存情况 | | 菜肴的名称及制 作特点 |
| 427 | 食谱的设计要了解参加宴会的（ ）及工作性质，根据参加人的风俗习惯，在依据就餐标准制订出宴会食谱  。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 人数 | 性别 | 年龄 | | 喜好 |
| 428 | 走红又称上色作用是增加原料（ ）使之定型，符合成菜的一种烹调初步熟处理方法，多用于带韧性的动物  性原料加工。 | 多选题 | A ，B ，D | 色泽 | 香味 | 成熟 | | 去除异味 |
| 429 | 分炖法将炖品的原料分为几盅炖制，炖好后再合成一盅的方法称分炖法制作稍繁琐，但（ ）能满足炖品不  同原料受火时间不同的要求，易于掌握汤色,。 | 多选题 | A ，B ，C | 成品汤色明净 | 肉色鲜明 | 造型美观 | | 容易掌握时间 |
| 430 | 蒸制菜肴按照碟上造型的特点蒸法可分为（ ）等几种烹调法。 | 多选题 | A ，B ，C ，E | 平蒸法 | 裹蒸法 | 扣蒸法 | | 碟蒸法 |
| 431 | 煨制菜肴的选料，主料以（ ）的原料，形状以大块或整料，在入锅煨制时，凡使用多种原料的下料时均应 做不同处理，在小火加热是要严格控制火力。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 老 | 硬 | 坚 | | 韧 |
| 432 | 烹调制作鱼茸菜肴要求成菜具有（ ）特点。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 滑爽 | 鲜嫩 | 质感细腻 | | 入口软滑 |
| 433 | 中式面点主要特征（ ）面点形成了各种各样形态，极大的丰富了中式面点的花色品种。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 品种繁多 | 讲究馅心 | 注重口味 | | 成形技法多样 |
| 434 | 新鲜水果蔬菜汁能有效为人体补充维生素以及钙、磷、钾、镁等矿物质，可以（ ），因此果蔬汁也有“ 液  体果蔬” 之称。 | 多选题 | A ，B ，C | 调整人体功能协调 强 | 细胞活力以及肠胃 功能 | 促进消化液分泌消除 疲劳 | | 促进睡眠 |
| 435 | 制作家庭果汁的过程中要注意的事项（ ）。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 汁不能够完全代替水 果 | 不适尽量少喝果汁 饮料 | 避免长时间放在空气 中 | | 食用，存放时间 不宜过久 |
| 436 | 煮制咖啡的注意事项说法正确的是（ ）。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 咖啡粉使用量要足够 | 水质要适宜 | 水温要适宜 | | 咖啡不可再加热 |
| 437 | 咖啡豆一般可以采用研磨机研磨，根据粗细程度可以分为（ ）。 | 多选题 | A ，B ，C | 细 | 中 | 粗 | | 极细 |
| 438 | 中国人饮茶注重一个“ 品” 字，家庭怎么鉴别乌龙茶（ ）。 | 多选题 | A ，B ，C | 看外观 | 尝口感 | 看茶汤 | | 观茶形 |
| 439 | 家庭乌龙茶的冲泡分为（ ）基本步骤。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 茶具准备 | 温杯 | 投茶 | | 冲泡 |
| 440 | 家庭如何保存茶叶（ ）。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 避免高温 | 避免阳光 | 防止氧化 | | 避免过于潮湿 |
| 441 | 食品安全是指（ ），符合应当有的营养要求，对人体健康不造成任何急性、亚急性或者慢性危害。 | 多选题 | A ，B | 食品无毒 | 食品无害 | 食品营养丰富 | | 食品煮熟煮透 |
| 442 | 食品安全事故中造成细菌性食物中毒的常见原因是（ ）。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 食品原料腐败变质 工 | 过程发生生熟交叉 污染 | 从业人员带菌污染食 品 | | 食品未烧熟煮透 |
| 443 | PPT上的文字设计包括三个方面（ ）。 | 多选题 | A ，B | 字体 | 颜色 | 内容 | | 多少 |
| 444 | 教学工作的内容包括：制定教学计划、（ ）等环节。 | 多选题 | A ，B ，C ，D ，  E | 备课 | 上课 | 作业布置与检查 | | 学法指导 |
| 445 | 现代教学媒体的硬件指与传递教育信息相联系的各种教学机器，如（ ）、 电视机、录像机、 电子计算机等  。 | 多选题 | B ，C ，D ，E | 手机 | 幻灯机 | 投影仪 | | 录音机 |
| 446 | 所谓教学环境，就是为实现教学目的而架设的场所与条件。可以小到（ ），大到一个实验室，一个校园环  境、社会场所。 | 多选题 | A ，C ，D | 一个信息 | 一间教室 | 一张课桌 | | 一台电脑 |
| 447 | 课堂讨论法的作用包括（ ）。 | 多选题 | A ，B ，C | 引发学生的学习兴趣， 使学生  感到自我存在的  价值 | 发学生的智慧，进行 积极的  思维活动 教 | 师能够及时获得反 馈信息 | | 课堂活跃 |
| 448 | 任务型教学法倡导学生在参与教学任务中（ ）和感受成功。 | 多选题 | A ，B ，C ，D | 认识语言 | 运用语言 | 发现问题 | | 找出规律 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| 448 | 家政服务员是在雇主家是料理家务、照护家庭成员、管理家庭事务的人员。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 449 | 家政服务员不仅要有一定的技术技能， 以满足雇主家庭生活的需求，还必须有较高的道德修养、职业道德 和个人品德。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 450 | 家政服务员进入雇主家从事家政服务工作，就要有其特殊的职业道德规范，而且必须严格遵守。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 451 | 节俭的重要价值在于它是持家之本、安邦定国的法宝、维持人类生存的需要。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 452 | 节俭是个人品质，与反腐败也有内在关联。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 453 | 遵纪守法不是每个公民都必须具备的基本道德规范。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |
| 454 | 家政服务工作内容较为烦琐，相关工作要在具体工作中发现。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 455 | 腌制是指有目的地选用调味品、食物添加剂、淀粉、清水等，按需用量加进被腌制原料中，拌匀后放置一 段时间， 以改善原料特性。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 456 | 烹饪原料经过刀工处理、配菜环节，在正式烹制前还需要进行预制，预制除了要制作馅料，还将对原料进 行初步的熟处理、上浆、上粉、拌粉烹调和造型。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |
| 457 | 烹调就是将生的原料加热成熟的食物，无论对食物本身的滋味还是对食物的营养卫生都具有重要的作用。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 458 | 五滋六味是调味的基础，烹饪原料性味各不相同，调味用品五花八门，调味方法效果各异，五滋是指甘、 酥、软、肥、浓。味是指味道，六味指咸、鲜、酸、辣、苦、甜等六种基本味。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 459 | 调味就是调和滋味, 不管是家庭餐还是餐饮行业从工艺技术角度看，调味是运用各种调味手段，调入调味品 达到调和菜肴滋味的一项技术。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |
| 460 | 糖醋味是中国各大菜系中传统的味型，在粤菜，鲁菜，浙菜，苏菜，豫菜中广为流传。如：糖醋排骨，糖 醋鱼等。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 461 | 复合味以一种单一味为主味，混合其他一种或一种以上的单一味，相互作用而成的味称为复合味。复合味 的调制不是单一味的简单相加，而是受各味之间经各味之间相互作用的结果。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 462 | 现代人逐步认识到合理膳食不仅是单纯的进食，还包含了与饮食相关的营养知识，健康意识，生活方式， 情绪状态，心理因素，文化传统和价值观等因素。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |
| 463 | 合理饮食与健康的关系饮食（又称“ 膳食” ）是指我们通常所吃的食物和饮料。合理的饮食充足的营养，能提 高一代人的健康水平，预防多种疾病的发生发展，延长寿命，提高身体素质。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 464 | 营养配餐就是按人们身体的需要，根据食品中各种营养物质的含量，设计一 日，一周或一个月的食谱，使 人体摄入的蛋白质、脂肪、碳水化合物、维生素和矿物质等几大营养素比例合理， 即达到均衡膳食。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 465 | 中国居民膳食宝塔倡导人们在一 日三餐中获取到所需的全部营养，便于其消化、吸收，增强体质，抗衰延 年，最好将主食与副食搭配食用。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |
| 466 | 老人营养配餐的科学饮食应增加优质蛋白质，增加膳食纤维，烹调宜煮不宜炸，补充钙、磷和维生素，进 食宜少荤多素，控制食盐摄入量，全日应控制在4~5克，调味宜清淡不宜过偏，食性宜少寒多温 。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 467 | 均衡膳食首先要满足人体对热量的需要，保证营养平衡一般早餐能量占全日总能量的20% ，早点约10%； 午餐约占30% 、午点约占10%； 晚餐约30% ，晚餐宜清淡。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 468 | 正常人每日三大摄入营养素之间的比例，蛋白质占10%- 15% ，脂肪占20%-30% ，碳水化合物占55%- 65% ，优质蛋白质应占蛋白质总供给量的2/3以上。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |
| 469 | 冠心病的膳食可用食物：粮食类，豆类及其制品、豆浆，水果，酸牛奶、脱脂牛奶，禁用食物含动物脂肪 高的食物如肥猪肉、肥羊肉、肥鹅、肥鸭等低胆固醇食物。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |
| 470 | 广东菜简称粤菜， 由广州菜（也称广府菜） 、潮州菜（也称潮汕菜） 、东江菜（也称客家菜） 和梅州菜四  种地方风味组成。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |
| 471 | 设计家庭餐宴席菜单，考虑用餐的实际需求，经济实惠，搭配合理，食材丰富，形式富于变化，丰富家庭 生活在家即可享受美味佳肴。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 472 | 设计满足家庭平衡膳食要求的宴会食谱，进行宴会菜点的营养分析， 了解各种食物的性味功能，能够针对 不同的人群、家庭，不同的季节，运用食物对人体的不同作用进行食补配膳食，设计制订宴会食谱。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 473 | 西方国家一般西餐分成意大利菜，法国菜，英国菜。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 474 | 实际操作中，把火力的大小分为猛火， 中火，慢火三个等级。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 475 | 走红的方法一般是将原料投入各种有色原料汁中加热使原料着色，另一种是将原料表面图上调味品用油炸 着色。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 476 | 制汤时不能先加盐， 因为盐有渗透作用，制汤时先加盐会使原料中的水分排出，蛋白质凝固，汤失去的鲜 味。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 477 | 烹调烤制菜肴常用的安全能源有木炭，天然气，煤气，沼气， 电热及运红外线等。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |
| 478 | 原炖法操作要领, 肉料炖前须去净血污和异味,炖制时间一般较长，应加盖以防串味。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |
| 479 | 用两种或两种以上的原料分别烹熟后， 以分层次的造型上碟而成的冷菜其烹调方法称为扒。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |
| 480 | 制作汤爆菜肴的操作要领：选用质地细嫩或软中带韧脆的动物性原料，多加工成薄片或丝状，不需要上浆 处理，汤要沸热，时间较短要控制好使原料断生刚熟为好。如（油爆双脆 汤爆肚仁等）。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |
| 481 | 烹调法油爆是将烹调中的主料，配料经由冷水热油等初步加热处理后，再加入配料，烹入芡汁的烹调方法  。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |
| 482 | 烹调煨的操作适合于能在味汤中增味增香的原料，例如干货和植物性原料，主要作用增加原料的肉味，增 加原料的香味。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 483 | 煨是指利用姜葱和汤水使食物入味及去掉食物本身的异味的加工方法，属北方菜系，指食物连同汤水放入 密封的瓦坛中，在大火中致熟的烹调方法。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |  |
| 484 | 鱼茸，虾茸，鸡茸加工过程就是用刀刃和刀背将鱼，虾，鸡肉等剁烂，称为很细的泥状。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |  |
| 485 | 在烹调制作菜肴时，把吸水的淀粉受热糊化所形成的柔滑光润黏稠的胶状物称为芡。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |  |
| 486 | 勾芡是先对锅内调味汁匀芡，再加入烹熟（ 一般为炸熟） 的菜肴拌匀，使之挂芡的手法，调味汁成芡后浓 稠度增大，渗透力减弱，故能使酥脆， 因此常用于炸法。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |  |
| 487 | 不同的蔬果汁有不同的营养保健价值，如：苹果汁能滋润健胃，强化血管，可预防心脏病、 中风、伤风、 感冒和瘀伤。解烦止渴，帮助消除疲劳。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |  |
| 488 | 制作家庭果汁饮料要注意安全问题， 因果汁饮料都是以水果为原料制成的，首先要考虑安全和口味。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |  |
| 489 | 咖啡最好现磨现用。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |  |
| 490 | 细磨式咖啡粉适用于蒸气加压式咖啡器。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |  |
| 491 | 电动咖啡机煮熟制造咖啡简单易行，煮出来的咖啡比较浓郁。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |  |
| 492 | 每次使用过的咖啡器具需要立刻清洗干净，放在通风的地方，保持清洁，干燥。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |  |
| 493 | 基本茶类分为不发酵的绿茶类，全发酵的红茶类，半发酵的青茶类，部分发酵的白茶类，部分发酵的黄茶 类及后发酵的黑茶类，共六大茶类。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |  |
| 494 | 品饮福建乌龙茶，一杯即可三口饮毕，再持闻香杯寻杯底冷香， 留香愈久，表明这种乌龙茶的品质愈佳。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |  |
| 495 | 在冲泡茶的基本程序中，温壶（杯） 的主要目的是为了清洗与消毒茶具。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |  |
| 496 | 在茶艺演示冲泡茶叶过程中的基本程序包含，备器、煮水、备茶、汤壶（杯） 、置茶、冲泡、奉茶、收具  。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |  |
| 497 | 茶叶贮存的条件是低温，干燥，无氧气，不透明，无异味。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |  |
| 498 | 茶叶保存应注意光线照射， 因为光线能促进植物色素或脂质的氧化，加速茶叶储存过程的变质。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |  |
| 499 | 《食品安全法》 中规定禁止采购加工使用病死，毒死，死因不明，来历不明的禽、畜、兽、水产动物肉类 及其制品。 | 判断题 | 正确 |  |  |  |  |  |
| 500 | 面点成形是面点制作过程中的技术要求高，艺术性强的重要工序，归纳起来大致有10种成形技法，如包， 捏，卷，按，擀等。 | 判断题 | 错误 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |