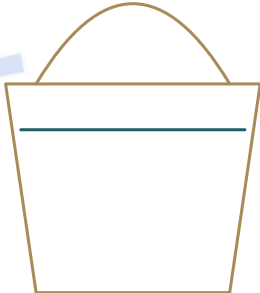




春节前大扫除

28天，任务公平分工，节前一天家里准备就绪

☒	☒	☒	☐
☒	☒	☒	☐
☒	☒	☒	☐
☒	☒	☐	☐
☒	☒	☐	☐
☒	☒	☐	☐
☐	☐	☐	☐



人人有份，没有人总做同一件事

家庭名称： _____

节日： _____

节日日期： _____

基本原则

 什么是“公平”

分工按分数计算，不按小时，也不按角色。

分值	含义	举例
1分	快速任务，20分钟以内	房间通风
2分	中等任务，21至40分钟	整理一个柜子
3分	耗时或费力的任务，40分钟以上	擦洗所有窗户

- ☐ 每个人的总分与其他人接近。
- ☐ 不讨喜的任务轮流做：没有人总是做这些。
- ☐ 轻松任务每周换人。
- ☐ 儿童只做简短安全的任务，不碰窗户、高处、电器和清洁产品，由一位成人承担同等分值。
- ☐ 任何任务都不与角色挂钩，只与区域挂钩。

🏠 任务清单 (1/2)

第一周和第二周的主要任务。

第一周：分拣与清空

序号	任务	区域	时长	分数	两人
1	整理一个厨房橱柜，记下缺少的东西	分拣与收纳	30分钟	2	
2	整理要捐出或修补的衣物和织物	分拣与收纳	40分钟	2	
3	整理待处理的文件和信件	分拣与收纳	30分钟	2	
4	清理门厅：鞋子、外套、包 儿童	门厅与过道	20分钟	1	
5	收拾玩具和兴趣用品 儿童	分拣与收纳	25分钟	2	
6	清空并整理储物间或大衣柜 重物请两人一起搬。	分拣与收纳	50分钟	3	两人

第二周：厨房与卫浴间

序号	任务	区域	时长	分数	两人
7	清空冰箱并擦拭内部	厨房	35分钟	2	
8	清洁台面和橱柜门	厨房	30分钟	2	
9	清洁水槽和水龙头	厨房	20分钟	1	
10	清洁洗手台和镜子	卫浴间	15分钟	1	
11	清洁淋浴间或浴缸 一次只用一种产品，然后冲洗干净。	卫浴间	45分钟	3	
12	清洁马桶 一次只用一种产品，然后冲洗干净。	卫浴间	20分钟	1	

每周安排



第一周：分拣与清空

先做减法：东西少了，打扫起来更容易。

主要任务

- ☐ 整理一个厨房橱柜，记下缺少的东西 分拣与收纳 · 30分钟 · 分数2
- ☐ 整理要捐出或修补的衣物和织物 分拣与收纳 · 40分钟 · 分数2
- ☐ 整理待处理的文件和信件 分拣与收纳 · 30分钟 · 分数2
- ☐ 清理门厅：鞋子、外套、包 **儿童** 门厅与过道 · 20分钟 · 分数1
- ☐ 收拾玩具和兴趣用品 **儿童** 分拣与收纳 · 25分钟 · 分数2
- ☐ 清空并整理储物间或大衣柜 分拣与收纳 · 50分钟 · 分数3 · 两人

本周轻松任务

- ☐ 倒垃圾和可回收物 厨房 · 10分钟 · 分数1
- ☐ 房间通风 客厅 · 10分钟 · 分数1
- ☐ 花十分钟整理各处台面 **儿童** 客厅 · 10分钟 · 分数1
- ☐ 清扫或吸尘过道 门厅与过道 · 15分钟 · 分数1

☐ 第1天 _____	☐ 第2天 _____	☐ 第3天 _____	☐ 第4天 _____	☐ 第5天 _____	☐ 第6天 _____	第7天 休息日 没有任务
--	--	--	--	--	--	--------------------

本周笔记

轮换

🏠 三人轮换（第一、二周）

三人：A、B和C。

第一周：分拣与清空

序号	任务	分数	人员	日	完成
6	清空并整理储物间或大衣柜	3	B与C	1-2	☐
2	整理要捐出或修补的衣物和织物	2	B	3	☐
26	房间通风	1	A	3	☐
1	整理一个厨房橱柜，记下缺少的东西	2	A	4	☐
28	清扫或吸尘过道	1	B	4	☐
3	整理待处理的文件和信件	2	C	5	☐
25	倒垃圾和可回收物	1	B	5	☐
27	花十分钟整理各处台面	1	C	5	☐
4	清理门厅：鞋子、外套、包	1	C	6	☐
5	收拾玩具和兴趣用品	2	A	6	☐

第二周：厨房与卫浴间

序号	任务	分数	人员	日	完成
11	清洁淋浴间或浴缸	3	A	1	☐
7	清空冰箱并擦拭内部	2	C	2	☐
8	清洁台面和橱柜门	2	B	3	☐
27	花十分钟整理各处台面	1	A	3	☐
9	清洁水槽和水龙头	1	C	4	☐
25	倒垃圾和可回收物	1	A	4	☐
12	清洁马桶	1	B	5	☐
26	房间通风	1	B	5	☐
10	清洁洗手台和镜子	1	C	6	☐
28	清扫或吸尘过道	1	C	6	☐

字母对应“您的家庭”页。两人任务标有两个字母，分数由两人平分。

electronarium

春节前大扫除 — 28天计划表，2至6人公平
分工轮换（可打印 PDF）

完整版请访问
electronarium.com

本试读包含全部 28 页中的 5 页。
购买后即可立即下载完整文件。