

少儿行为规范教育读本

童规

(彩色本)

获 95 年度中宣部“五个一工程”入选奖



江苏省中小学教材审查委员会审定通过

江苏美术出版社

童

規



著作权所有,未经授权,不得以任何形式和
载体使用其著作权,以及书名、文字和画面。

童 规

(彩色合订本)

江苏美术出版社出版发行
(南京中央路 165 号 邮编:210009)

江苏省新华书店经销
扬州印刷总厂印刷

开本 850×1168 1/32 印张 7.75
1997 年 6 月第 1 版 1998 年 6 月第 3 次印刷
印数:121,131—217,595 册
ISBN 7-5344-0714-1

J·715 定价:12.40 元

江苏美术版图书若有印装错误,可向承印厂调换

序 言

中共江苏省委常委、省委宣传部部长 王霞林

少年儿童是国家和民族的未来,对少年儿童进行养成教育,是关系到一代人的成长和未来公民素质提高的大事。一个人爱国情感的培养、文明行为习惯的养成、良好品质的具备,以及科学的世界观、人生观、价值观的确立,都有一个通过教育逐步形成的过程。教育要从娃娃抓起,从幼儿园、小学开始,进行起码的文明道德和做人基本道理的教育,使他们从小培养良好的思想品德和行为习惯,这是提高全民族素质的基础性工程。江苏美术出版社出版的《童规——少儿行为规范教育丛书》,是培养少年儿童学习做人并养成良好习惯的极好教材,它的出版填补了我国少年儿童行为习惯教育的一项空白。

这套丛书的特点是把几千年的传统美德精华和现代文明教育相结合,把小学生守则和少年儿童日常行为规范具体化,把对儿童的具体要求编成琅琅上口的三字韵文,运用连环画的形式表现出来,图文并茂,形象生动,符合儿童心理特点,容易被广大少年儿童理解和接受。

这套书集中了教育界专家、在第一线工作的老师和编辑们的智慧,几易其稿,反复斟酌,内容涵盖了儿童生活的方方面面,是思想品德课的重要补充,又是家长向儿童进行教育的好帮手。

希望这套丛书发行后,能引起全社会的广泛重视,教师和家长要引导少年儿童读好用好这套丛书,使之发挥最大的作用。

前 言

江苏省教委副主任 周德藩

省教委组织编写了一套丛书《童规》，旨在加强对少年儿童的行为规范和思想道德准则的日常训练。我读了之后，深表赞成。

近几年来，中央领导同志反复强调，要弘扬中华民族的传统美德，搞好社会主义精神文明建设。改革开放以来，我们遇到一些不容忽视的、有碍精神文明建设的问题。在引进西方国家的生产资金、先进技术和设备的同时，一些被全世界共称为现代瘟疫的腐朽没落的浊风恶气，也随之吹进了我国的国门。其最先受害者当然是青少年，他们年幼无知，鉴别与抵制能力都很差，极易受到毒害。因此，当前要十分重视加强中小学校的德育工作，要特别重视对青少年的中华民族传统美德的教育，全面提高未来公民的思想道德素质。

中小学教育是基础教育，而教育青少年学会怎样做人则是最根本的基础。《童规》遵循小平同志“革命的理想，共产主义的品德，要从小开始培养”的指示精神，以科学的态度和方法，把我国几千年来传统美德的精华，孝敬长辈、修身养性、待人交友、勤奋学习、热爱祖国等内容，与现代道德教育沟通衔接起来，使之形成面向现代化，同时具备我国传统特色的道德准则，用以培养青少年一代的高尚精神品质。应该肯定，编写丛书《童规》是一项具有深远意义的工作。

《童规》把小学生守则和少年儿童日常行为规范具体化，写成琅琅上口的三字韵文，浅显易懂，一经成诵，即可终身不忘；为了便于儿童领会，增强趣味，全书配以精美画面，文图并茂，相辅相成，容易为广大儿童理解和接受，能收到悦于目、聪于耳、动于心的效果。这套丛书，不仅是帮助儿童修身的好读物，而且也是老师、家长训练儿童养成良好行为习惯的好教材。它对于加强现代精神文明建设，特别是对少年儿童进行传统美德教育，把素质教育落到实处，促进儿童健康成长很有帮助。希望广大教师、家长从关心后代出发，帮助少年儿童读好、用好这套丛书，用书中的要求，规范儿童的日常行为，指导他们身体力行，养成习惯，内化为素质，在学校里成为健康活泼的好学生，长大后到社会上成为堂堂正正的中国人。

希望编者、读者共同努力，集思广益，不断完善，使这套《童规》成为传世之作。

yǐn

引

yán

言

jīn ér tóng ,
今 儿 童 ,
zhèng chéng zhǎng ,
正 成 长 ,
jiàn shēn xīn ,
健 身 心 ,
xū guī fàn 。
须 规 范 。
xué ér zhī ,
学 而 知 ,
zhī ér xíng ,
知 而 行 ,
xíng yǒu héng ,
行 有 恒 ,
chéng xí guàn 。
成 习 惯 。
cǐ tóng guī ,
此 《童 规》 ,
yǒu bā zhāng ;
有 八 章 ;

yī qǐ jū ,
一 起 居 ,
èr bǎo jiàn ,
二 保 健 ,
sān xué xí ,
三 学 习 ,
sì ān quán ,
四 安 全 ,
wǔ yí biǎo ,
五 仪 表 ,
liù lǐ yí ,
六 礼 仪 ,
qī zūn zhǎng ,
七 尊 长 ,
bā ài guó 。
八 爱 国 。
cǐ zhōng yì ,
此 中 义 ,
xià shuō xiáng 。
下 说 详 。

mù lù 目 录

yī	qǐ	jū	居.....1
一	起		
èr	bǎo	jiàn	健.....31
二	保		
sān	xué	xí	习..... 61
三	学		
sì	ān	quán	全..... 91
四	安		
wǔ	yí	biǎo	表..... 121
五	仪		
liù	lǐ	yí	仪..... 151
六	礼		
qī	zūn	zhǎng	长..... 181
七	尊		
bā	ài	guó	国.....211
八	爱		

qǐ jū
起 居

起居

dì yī zhāng shì qǐ jū shì suī xiǎo mò qīng kàn。
第一章，是起居，事虽小，莫轻看。

lí míng qǐ jí shù xǐ zhěng wò shì bù zāng luàn。
黎明起，即漱洗，整卧室，不脏乱。

yí rì lǐ sān cān fàn yīng dìng shí yào dìng liang。
一日里，三餐饭，应定时，要定量。

jìn cān qián xiān xǐ shǒu wǎn hé kuài xū xǐ tàng。
进餐前，先洗手，碗和筷，须洗烫。

shàng cān zhuō zhī qiān rǎng bù xuān huá bù qiāo wǎn。
上餐桌，知谦让，不喧哗，不敲碗。

jiē fàn cài shuāng shǒu duān jiā fàn cài bù luàn fān。
接饭菜，双手端，夹饭菜，不乱翻。

zhī yíng yǎng bù tiāo shí yǒu měi wèi dà jiā xiǎng。
知营养，不挑食，有美味，大家享。

cì jī wù yào shǎo chī hē yǐn liào mò duō tān。
刺激物，要少吃，喝饮料，莫多贪。

chī fàn shí mò fēn shén bù wán shuǎ bù kàn shū。
吃饭时，莫分神，不玩耍，不看书。

xì xì jiǎo màn màn yān bù pō cài bù sǎ fàn。
细细嚼，慢慢咽，不泼菜，不撒饭。

cān yǐ bì jí shù kǒu bù pǎo tiào bǎo fù zàng。
餐已毕，即漱口，不跑跳，保腑脏。

dào wǎn shàng àn shí mián yīng xǐ jiǎo xū xǐ liǎn。
到晚上，按时眠，应洗脚，需洗脸。

zhěn wù gāo gài wù hòu jiǎng wèi shēng mò méng tóu。
枕勿高，盖勿厚，讲卫生，莫蒙头。

zì jǐ shì zì jǐ zuò ài láo dòng chéng xí guàn。
自己事，自己做，爱劳动，成习惯。

dì yī zhāng shì qǐ jū shì suī xiǎo mò qīng kàn
第一章,是起居,事虽小,莫轻看。

èr tóng de shēng huó qǐ jū yào yǒu guī lǜ , yǎng chéng zǎo shuì zǎo qǐ de
儿童的生活起居要有规律,养成早睡早起的
xí guān , qiān wàn bù yào bǎ zhè xiē kàn zuò xiǎo shì qing 。
习惯,千万不要把这些看作小事情。



“yī rì zhī jì zài yú chén zhuā zhù qīng chén hǎo shí guāng duàn liàn shēn
体、读书、写字，是身体好、学习好的成功经验。”



lí míng qǐ jí shù xǐ
黎明起,即漱洗。



zǎo chén qǐ lái, yào zì jǐ
早晨起来,要自己
chuān yī, shuā yá, xǐ liǎn, rán hòu
穿衣、刷牙、洗脸,然后
yòng cān. zǎo cān yào chī bǎo chī
用餐。早餐要吃饱吃
hǎo, yòng cān shí jiān yào chōng fù.
好,用餐时间要充分。



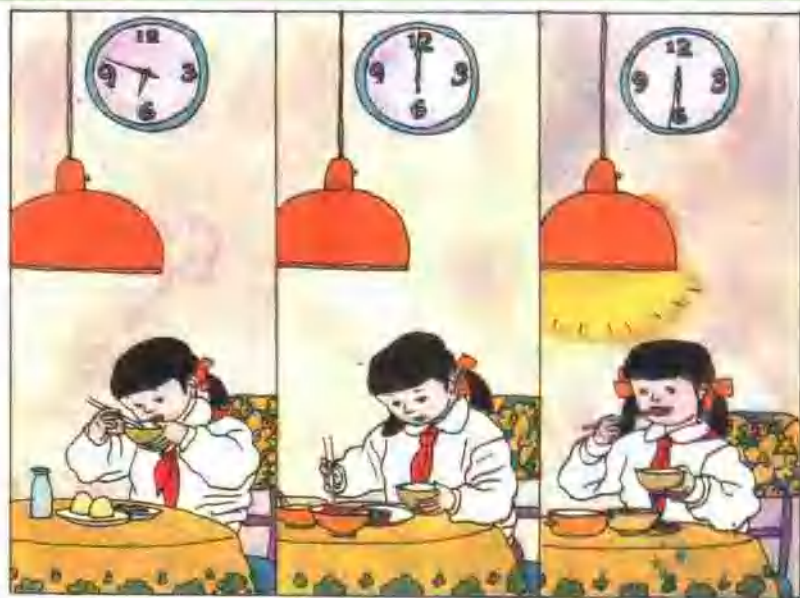
zhěng wò shì bù zāng luàn

整卧室，不脏乱。

wò shì yào zì jǐ
整 理，包 括 打 开
chuāng hù qīng sǎo dì miàn,
窗 户，清 扫 地 面，
dié li chuáng bèi děng yào zuò
叠 理 床 被 等，要 做
dào shì nèi zhěng qí gān
到 室 内 整 齐、干
jìng jìng。
净。



yī rì lǐ sān cān fàn yīng dīng shí yào dīng liàng
一日里,三餐饭,应定时,要定量。



yòng cān yào dīng shí dīng liàng
用餐要定时定量,
bù báo shí báo yǐn zhè yàng duì jiàn
不暴食暴饮,这样对健
kāng yǒu yì fǒu zé jiù huì xiàng tú
康有益,否则就会像图
shàng de hái zǐ náo dù zǐ tòng le。
上的孩子闹肚子痛了。



贪吃贪睡不利于健康, 儿童用餐要有节制, 早睡早起才是好习惯。



不好意思,
千万别学
我啊!





shì dāng yǐn shí
适当饮食



shì dāng yùn dòng
适当运动



shì dāng xiū xi
适当休息

yī tiān de huó dòng hé xiū xi,
一天的活动和休息,
ān pái yào shì dù, jì yào shì dāng yùn
安排要适度,既要适当运
dòng, yě yào chōng fèn xiū xi, cái yǒu
动,也要充分休息,才有
lì yú ér lǒng chéng zhǎng.
利于儿童成长。



jìn cān qián xiān xǐ shǒu wǎn hé kùai xū xǐ tàng
进餐前,先洗手,碗和筷,须洗烫。

ér tóng yòng cān qián yào yǎng chéng xǐ shǒu de xí guàn wǎn kuài děng
儿童用餐前,要养成洗手的习惯。碗、筷等
cān jù yào yòng kāi shuǐ tàng xǐ jiǎn shǎo bìng cóng kǒu rù de kě néng
餐具,要用开水烫洗,减少“病从口入”的可能。

