

● 少先队上海市工作委员会

养成 好习惯 创意宝典

Yangcheng
Haoxiguan
Chuangyi Baodian



上海教育出版社
SHANGHAI EDUCATIONAL PUBLISHING HOUSE

● 少先队上海市工作委员会

养成 好习惯

创意宝典

Yangcheng
Haoxiguan
Chuangyi Baodian

主编 徐 枫

编委 王 臻 赵靖茹 袁 莉 丁 丁
王树人 何婷婷 周 瑾

上海教育出版社
SHANGHAI EDUCATIONAL PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

养成好习惯创意宝典 / 少先队上海市工委委员会编. —
上海: 上海教育出版社, 2008. 3
ISBN 978-7-5444-1784-6

I. 养... II. 少... III. 少年儿童—习惯—培养 IV.
B844.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 027250 号

养成好习惯创意宝典

主编 徐枫

上海世纪出版股份有限公司 出版发行
上海教育出版社

易文网: www.ewen.cc

(上海永福路 123 号 邮政编码: 200031)

各地新华书店经销 江苏启东人民印刷有限公司印刷

开本 890 × 1240 1/32 印张 6

2008 年 3 月第 1 版 2008 年 3 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5444-1784-6/G·1445 定价: 20.00 元

(如发生质量问题, 读者可向工厂调换)



上海教育出版社

序 言

2008年 3月 6日

共青团上海市委副书记、市少工委主任 徐 枫

习惯决定人一生的命运。良好的习惯,不仅对己、对他人、对社会有益,也是构成和谐社会的基础性要素。拥有一个良好的习惯,犹如播下一颗希望的种子;拥有一生良好的习惯,犹如开辟一条成功的通道。如果说,性格决定命运,细节决定成败,那么习惯决定人生。如果说,行动来自思想,思想来自磨砺,那么习惯来自幼时。

2002年2月,上海市红领巾理事会向全市少先队员和儿童团员发出开展“新世纪我能行,养成道德好习惯”实践体验活动的倡议,倡导少年儿童共同养成“微笑待人、每日为父母做件事、主动打招呼、及时感谢别人的帮助、按规则办事、说了就要努力做、用好每一分钱、集体的事情一起干、用过的东西放回原处、干干净净迎接每一天”等十个好习惯。几年来,这项参与面广、社会影响大的活动,正成为少先队组织的品牌活动,成为开展未成年人思想道德建设的重要载体,在少年儿童健康成长和素质全面发展的过程中发挥着十分积极的作用和影响。

我们这本《养成好习惯创意宝典》汇集了全市少年儿童的在习惯养成上的探索与实践,是全市广大少先队员和儿童团员集体智慧的结晶。从内容上来看,创意活动涵盖了十个好习惯,如“采集流动的微笑”、“黑广告艺术秀”、“鲜花规则”、“快



养成好习惯

创意宝典

乐处方 365”等,生动形象,符合少年儿童的心理和认知特点;从结构上来看,每个创意中既有活动开展的背景、活动操作的指导,还有队员、家庭和社会对活动开展的评价。其实,我们也一直在探索,如何才能增强“养成十个好习惯”活动的实效性,让少年儿童真正成为好习惯的主人。这本书将能帮助我们找到答案。这是一本习惯养成的“宝典”,也必将让每一位队员从书中得到启迪和教益。

我们衷心希望广大少年儿童能牢牢记住这句话:好习惯、好人生;我参与、我分享!

目 录

Content



采集流动的微笑	杨浦区少工委 (1)
微笑万花筒 缤纷多体验	长宁区少工委 (10)
微笑总动员	普陀区新武宁小学 倪 佳 (17)
播种微笑	上海市青云中学 金 艳 (24)
量一量:谁的微笑最长	金山区漕泾小学 施慧丽 (30)
快乐处方 365	普陀区真如文英中心小学 徐 菊 (36)
款款深情 浓浓孝心	杨浦区中原路小学 葛群婴 (43)
感恩母亲三部曲	上海华锐小学 顾毓弘 (49)
红领巾问候廊	黄浦区北京东路小学 王 晖 (56)
真诚问候——和谐校园主旋律	杨浦区杭州路第一小学 吉利莉 (61)
轻松问候传递爱	上海工商外国语职业学院附属小学 胡雅萍 沈玉红 (67)
爱心存折大放送	长宁区长宁路小学 孙 悦 (73)
感恩在行动 孝字铭心间	上海市绿川学校 王仁华 (80)
感恩小天使	青浦区佳禾小学 陈刘吉 (85)
规则体验进行时	上海市漕泾中学 陈政豪 (90)
鲜花规则	上海市国和中学 刘 颖 (96)
红领巾诚信诺言墙	奉贤区南桥小学 褚红辉 (100)
信誉存折	虹口区第二中心小学分校 戎幼芬 (106)
诚信储蓄罐	上海师范大学附属外国语中学 张蓓芳 (111)



养成好习惯

创意宝典

- 理财金账户 上海市位育初级中学 马 昕 (116)
- 一分钱一份力量 一分钱一颗爱心
..... 宝山区第三中心小学 陈 华 (122)
- 实现每一分钱的最大价值
..... 上海市实验学校附属光明学校 倪晓琰 (126)
- 绿色阳光伴我行 崇明县庙镇小学 陈 群 (132)
- 中队小家务认领会 卢湾区丽园路第三小学 吴健美 (140)
- 一年级小岗位建设 闵行区实验小学 尤兆蕾 (146)
- 桌肚特别行动 上海市马陆育才联合中学 付萍萍 (154)
- 守规则 我能行 松江区实验小学 孙玮芸 (160)
- 黑广告艺术秀 上海市青云中学 金 艳 (167)
- 干干净净迎接每一天 静安区第一中心小学 范清嫣 (174)
- 干干净净一整天,健健康康一辈子
..... 杨浦区内江路小学 李 菁 (181)

采集流动的微笑

杨浦区少工委

微笑是文明礼仪的细节体现,是构建人与人和谐的开始。“微笑行动”是市少工委倡导的“好习惯伴我快乐成长”五大行动之一,此项活动正在杨浦少先队组织中如火如荼地开展着。区少工委提出“微笑是可以传递的,问候是可以转达的”主题活动的口号,号召广大少先队员把微笑带给身边的每一个人,让微笑流动出它的韵律,展现出它别样的魅力。

校园里的“魅力微笑”

如今你走进杨浦的校园,眼前展现的是少先队员们雀跃着、微笑着和你打招呼,辅导员老师们用笑盈盈的脸庞和亲切又温暖的眼神对着你微笑,你油然增添了一份春天般的好心情,这就是微笑的魅力。

“微笑着与他人打招呼”是最基本也是最平常的一项文明礼仪,能否做到主动热情、微笑着打招呼,关键在于你的心中有没有对别人的尊重和关爱。因为真正的微笑不仅仅只是一种形式,它应源自于我们的心灵。通过这一系列看似小小改变的魅力微笑活动,让我们队员深切地感受到:心中拥有尊重和关爱的你才更可爱,心中拥有尊重和关爱的辅导员老师才更有魅力,充满微笑的校园就更温暖、更有吸引力、更和谐。

微笑创意DIY,我的活动我做主

1. 唱响“微笑加油歌”,我为自己鼓鼓劲

微笑是最富感染力的,一个微笑往往会引发另一个微笑,队员们在活动中自编自导自唱一首首快乐的微笑歌,他们用歌声传播最美丽灿烂



养成好习惯 创意宝典

的微笑,让微笑流动出它独有的精彩和韵律。

《微笑加油歌》

快乐微笑,七彩飘逸衣裳,
甜甜的笑,融化你的心房,
感动世界,大声说出心情,
微笑出现,让心中的爱发光!

齐一小学成长小队 创编

2. 自绘创意小队服,个性十足乐哈哈

为了将微笑流动进社区,队员们以小队为单位开展微笑活动,他们为自己设计了一张张可爱的微笑自画像,并将他们自绘在小队服上:大大的嘴巴,眯缝的眼睛,甜甜的笑容,多变的发型,充满了童趣又极富个性。



瞧!我们穿着自制的小队服上街开展“流动微笑”活动

3. 练习微笑不马虎,笑出一片风景来

一段时间以来,校园里流行起了一股微笑风,微笑真的在孩子们的身边流动了起来。他们认真地练习微笑:有自己对着镜子的,有两人互动的,也有小队比赛的,可谓是笑态百出。在“捕捉微笑瞬间”的活动

前,齐一小四年级的陈露拉着伙伴吴思玥说:“请看看我的微笑美不美?要拍下别人的微笑,要先微笑给别人看。”少先队员们忙开了,校园里到处是一片欢乐的风景。

4. 微笑小礼物,礼轻笑意浓

在开展微笑创意 DIY 的活动中,队员们还精心准备了微笑小礼物——“微笑是福,微笑是金,微笑是美”的彩色笑脸和开心果串成的手链、项链。这些,都是少先队员自己动手做的,他们希望能够给身边的人送去一份好心情。孩子们确实在微笑上下了很大的功夫。

微笑着的辅导员老师最美

随着“超级女声”、“我型我秀”选秀活动的荧屏热播,我区的少先队组织也搞起了自己的选秀活动,只不过这些选秀的主角不是我们的孩子,而是我们的辅导员老师。五角场小学的“超级辅导员”评选、六一小学的“美丽老师我来选”等活动中,一位位长相并不出众却有着美丽微笑的老师被队员们评为了心目中形象美的辅导员代表。



“老师,您是我们心中形象美的辅导员”

“我自己都没有想到,居然会成为队员心目中形象美的老师。可能



养成好习惯

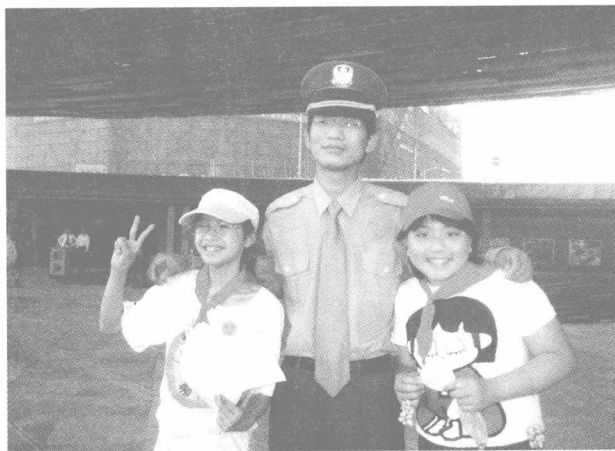
创意宝典

是因为孩子们觉得我内在比较美吧,所以就把我选为了形象美的老师。”面对这样的评选结果,六一小学儿哲学科张老师表示非常惊讶。对于自己心目中形象美的老师,队员们有自己的理解:“形象美的老师外表不一定要很美,但她们要做到微笑待人,对同学不发脾气,能成为学生的好朋友,这样的老师才是形象美的代言人。”

可见,在孩子心目中,微笑着的辅导员老师才是最美丽的。微笑人人都有,但辅导员老师的微笑却与众不同。因为辅导员的微笑是和队员们的成功与喜悦紧密地联系在一起的。作为辅导员,千万不要吝啬自己的微笑,把队员们点点滴滴的努力,每一个小小的进步都毫无保留地写在自己快乐的脸上。

社区里的“流动微笑”

生活着成千上万人的上海,如果每天绽放许多动人的微笑,那是一道何等绚丽、和谐的风景线! 少先队组织开展的“微笑行动”就是希望微笑成为上海人的符号和标志。



让彼此的微笑定格在精彩的瞬间

如果有一天,你遇到一名可爱的孩子和你聊天并采集你的微笑,大可不必奇怪。近期,杨浦近百名少先队员走上街头、走进社区,与陌生市民沟通,用数码相机记录并留下他们的微笑,在两小时内真实地记录路人的100个微笑表情,队员们携带着DV,主动同陌生人微笑着打招呼、用礼貌用语问好并做简单的沟通。一旦路人以笑容回应,队员们就快速拍下了这个微笑的瞬间。我们的城市希望有更多的微笑,特别是孩子们的纯真微笑能成为承载礼仪的传播力量。现在,就请跟着我们乘上装点一新的“微笑快车”,来到时尚的杨浦区五角场下沉式广场,在绚丽而充满时代感的“彩蛋”下孵育着快乐而新奇的梦想,共同来感受一下我们可爱的孩子们是如何用自己的真诚传递微笑,让彼此的微笑定格在精彩的瞬间。

只要主动,陌生人愿意绽放笑容

“采集微笑?”在五角场的下沉广场里,当行人听说孩子们的这个活动时,觉得挺有趣的,忍不住好奇地张望着,有的还不由地停下脚步。

“叔叔,能不能微笑着和我们合影。”队员们微笑着主动迎上去。一位过路的薛先生愣了一下然后说:“平日里,冲着你微笑的陌生人,总觉得有什么意图,比如推销之类的……一般都不愿意和陌生人多说话,但面对孩子们的纯真,这种顾虑不必再有。”薛先生很乐意地留下了微笑。一位姓唐的建筑工人,面对孩子的要求时,毫不犹豫地咧开了嘴巴,主动搭着孩子的肩膀合起影来,他说,“这个活动挺有意思的,我也要让我的孩子了解参与,彼此珍惜这种人与人之间的缘分。”队员孙玮说:“我原本不爱笑,但在这次活动中通过自己的努力,得到了别人笑容的回报,心里很开心。笑真的让我变得开朗,大家乐融融的,感觉很温馨。”

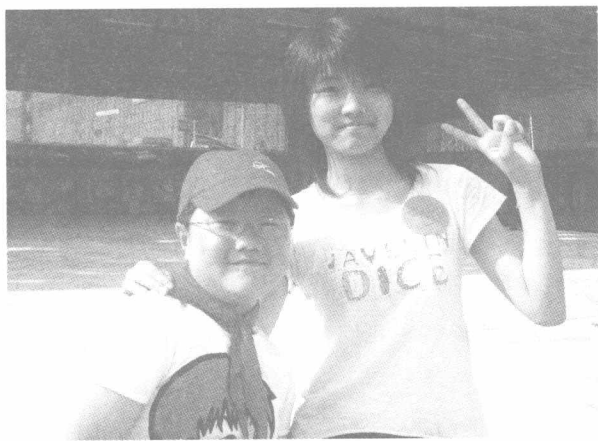
坐着轮椅的爷爷、保安叔叔……一些平日不理睬陌生人微笑的,以及不太主动对陌生人微笑的市民,在对着队员们的相机、DV前,用孩子们的话说:“笑得非常开心”。大四学生小孔在接受陌生记者采访时依



养成好习惯

创意宝典

然保持着刚刚和孩子们合影时的微笑,平常她并不会主动对陌生人示以微笑,但看到这些对她微笑的孩子,她忍不住还以微笑,她说愿意把自己的笑容展现给可爱的孩子,感受到生活是那么的美好。这位姐姐给队员陈露留下了深刻的印象,她在日记中写道:“给我印象最深刻的是一位年轻又漂亮的姐姐,她很支持、配合我们的活动。拍照很主动,笑容也很灿烂。我特别喜欢像她这样性格开朗又热情的人!”活动后,队员周丹蓝说:“微笑的我们要用微笑的力量去关照他人、感化他人。让微笑流动起来,在每个人的脸上浮现出微笑。”



“姐姐,你的笑容很灿烂!”

少数人自顾自地走开了

只是,让队员们和微笑的路人遗憾的是,依然有少数路人匆匆走过,无视孩子们的微笑请求。有一位男士在队员提出请求时,几乎没有正眼看过他们,自顾自打着手机走开了。还有一位正在逛街的女士,面对孩子们的请求,连连摇手,表情严肃地说:不要拍、不要拍;对孩子们的再度请求时,冷漠地扔了句“没什么好拍”的,转身就走。还有两位啃着蛋筒的年轻人走过时,借口很忙,连忙跑开,当随行的记者追问她们时,她们

表示,不愿意参加这样的活动,言语中表现出这些小孩子很无聊的意思。

尽管这些路人只留下一个背影,但我们的队员还是对着他们微笑行礼,并继续微笑着询问下一位路人。“也许他们要赶时间,也许他们本来就不喜欢笑……”四年级的苏琰队员被行人这样几番的冷漠,神态中有点无奈,不过,她说得好:“我觉得遇到别人不理解不配合的时候,只要一笑而过,为自己再加加油就没事了,遇到困难不要紧,关键要有接受困难和受挫的心态和勇气!”丁恒哲队员也说:“我被拒绝拍照的次数很多,刚开始,我会生气,心中责怪他们不了解我一直奔波的辛苦。可渐渐地,我开始不再在乎他们奇怪的眼神、荒唐的理由。因为许多过路人的配合与支持比这重要多了,他们给了我莫大的勇气和信心。”

锲而不舍的精神

天鹰小队的队员小钱是一个性格开朗的男生,有着一股锲而不舍的劲头,他正在向三位打着领带风尘仆仆的年轻人走去。一个转身,他面向着三位,一边微笑地表明着自己的动机,一边快速灵活地后退。一开始,三位年轻人脚步并没有放慢,小钱只能跟着他们走路的速度往后退。但小钱毕竟年纪小,后退的功夫还不到家,一个踉跄差点摔倒,一位年轻人伸手一把扶住了他,大家的脚步也随之停了下来。随后的事情就变得简单了,小钱用他的执著得到了陌生人的回应。他在自己的日记中写道:“让微笑流动起来也需要有锲而不舍的精神。”

面对小妹妹的哭声

“小妹妹,你就笑一个吧,哥哥给你拍一张最漂亮的照片。”探险小队副队长小丁和同伴紧跟着一个5岁左右的小女孩:“就拍一张,好不好?……”见到这种阵势,小女孩“哇……”的一声哭了起来,顿时,他俩慌了手脚:“别哭,别哭……求你别哭,这样……哥哥送你一张笑脸……”好不容易,在旁边大人的帮助下,在笑脸的“诱惑”下,小女孩终于



养成好习惯

创意宝典

止住了哭声,丁恒哲和同伴总算松了口气。看来采集小弟弟和小妹妹的微笑比采集大人的还难,还得用一些聪明的方法呀。

活动结束后,队员们翻看照相机中的记录,足足有上百个与陌生人快乐的微笑瞬间了。欣喜之余,队员们不禁感慨万千。细细品读队员们的收获和体验,笑容不经意地爬上了脸庞,我们成功了,活动取得了意想不到的效果。

在这次“流动的微笑”好习惯伴我快乐成长的活动中,得到了许多媒体的关注,他们对采集微笑的活动表现出了高度的热情和极大的关注。几乎在同一时间,《新闻晨报》、《东方早报》、《解放日报》、《东方卫视》等媒体都将焦点聚集到了我们的微笑活动中。以下是部分媒体从他们的视角对我们这一活动的精辟点评:

- 让微笑成为城市的表情。你在微笑,是一个人的表情;你和他在一起微笑,是两个人的表情;千万人一起微笑,是一个城市的表情。孩子们为我们迈出了探索的第一步,意义不容低估。

- 礼仪养成微笑是开始,因为微笑象征着一个人对他人的友好和接纳,孩子们的举动很有意义,通过活动凸显了上海市民礼仪素养的现状。

- 微笑不仅是一种文明礼仪,还有一种和谐。社会就像一个大家庭,需要有一个和谐的氛围,而流动着的微笑就是和谐的保障。

综观整个微笑活动的历程,我们清楚地意识到,这仅仅是阶段性的成果,少先队在开展好习惯的养成教育中,更应该注意贴近实际、贴近生活、贴近队员,既要遵循队员好习惯养成教育的规律,又要适合青少年的接受能力,并采用队员喜闻乐见的形式,走向社会、回归生活。“流动的微笑”这一活动正是以实践、体验、感悟为主线,多元渗透,拓展了活动的外延,使队员们在“玩中学”、“做中乐”中品尝到成功和失败的甘甜。

点评

在“采集流动的微笑”活动中,少先队员们将“微笑待人”的好习惯从校园引向社会。他们走上街头,用自己的热情、真诚,积极广泛地宣传“微笑行动”。队员们在为推进城市精神文明建设、构建和谐社会的伟大工程中,贡献自己微薄的力量。



微笑万花筒 缤纷多体验

长宁区少工委

在开展少先队活动中,我们发现许多队员在与人交往的过程中,时常会出现畏缩、冷漠的情况,缺少了少年儿童身上应有的热情、活力和朝气。为了让少先队员们振奋起来,展现出新时代少年儿童的精神面貌,长宁区少工委通过问卷调查、召开座谈会等形式,以满足队员需求为活动宗旨,将教育内涵融入到少先队员喜闻乐见的活动和形式中,在全区广大少先队员中开展“微笑万花筒 缤纷多体验”主题活动,以实践体验为基本途径,在体验中养成良好习惯,展现自我风采。

“以童为本”,让队员感受自主的快乐

活动启动之前,区少工委引导队员从身边观察、了解“微笑”在不同人群里、在不同情况下所发挥的作用。区少工委在长宁青少年网站上专门设立了“红领巾礼仪论坛”,鼓励队员用自己的语言发表对于“微笑”的理解。有的队员说:“以和为贵是中华民族传统的为人处世之道。微笑正是促进人与人之间和谐相处的润滑剂。”有的队员说:“自信的人会为别人带去阳光,而微笑正是自信的表达。”在充分调研、发挥队员民主的基础上,区红领巾理事会向全区少先队员、儿童团员发出“让我们微笑起来吧”的活动倡议,号召队员每天送出三个微笑,即给自己一个自信的微笑,让微笑成为自己的代言;给伙伴一个鼓励的微笑,让微笑成为沟通的桥梁;给长辈一个体贴的微笑,让微笑成为孝心的表达。队员们送出微笑的过程中给他人带去快乐,同时也使自己的内心得到温暖。