



卢乐山 主编

北京师范大学出版社

小学生家庭教育丛书

小学生 行为习惯教育 问答

关鸿羽
沈淑娥
骆 风

著



小学生家庭教育丛书之三

小学生行为习惯教育问答

关鸿羽 沈淑娥 骆 风 著

北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

小学生行为习惯教育问答/关鸿羽等著. —北京:北京
师范大学出版社, 1994
ISBN 7-303-03662-8

I. 小… I. 关… II. 道德规范—小学—问题解答
IV. G625.5-44
中国版本图书馆 CIP 数据核字(94)第 04658 号

(京)新登字 160 号

责任编辑 曲 齐 封面设计 岳 昕
责任校对 舒朝阳 责任印制 任 申

小学生行为习惯教育问答
关鸿羽 沈淑娥 骆 风 著

*

北京师范大学出版社出版发行
全 国 新 华 书 店 经 销
国家文物局文物出版社印刷厂印刷

开本: 787×1092 1/32 印张: 5.5 字数 119.00 千字

1994 年 4 月 第 1 版 1994 年 4 月 第 1 次印刷

印数: 1-10,000

ISBN7-303-03662-8/G·2504

定价: 3.70 元

小学生家庭教育丛书编辑委员会

主 编 卢乐山

编 委(以姓氏笔画为序)

文 凡	王 云	卢乐山
关鸿羽	闵乐夫	柴洁心
俞承谋	高影君	章永生
甄 砚		

内 容 简 介

本书是小学生家庭教育丛书之三。采取问答的形式,从理论篇、方法篇、培养篇、矫正篇等四个方面,提出 45 个问题,回答了小学生家庭行为习惯教育中的疑难问题和热点问题。具有鲜明的时代性、科学性、系统性、实用性特点,内容翔实,形式新颖,是小学生家庭行为习惯教育的理想读物。

149761/95

前 言

目前,我国的独生子女多,存在的问题也多。根据我们的调查,目前孩子存在着“六小”,即:“小霸王”、“小懒虫”、“小馋猫”、“小犟牛”、“小磨蹭”、“小马虎”。

“小霸王”:不少孩子在家里特别独霸,占 65%。过去,在家里说话最有权威的是家长。现在,不少家里说话最顶事提孩子,有的孩子甚至达到说一不二的程度。50~60 年代,家里有收音机的,一般来说听什么节目由家长决定,家长要听京戏,孩子就不能听“小喇叭”广播。现在,家里都有电视机了,看哪个频道往往由孩子决定,孩子要看动画片、武打片,家长就甬看新闻联播了,不然孩子就去换频道,甚至把电视机关掉;有的孩子干脆站在电视机前来回晃,不让你看。家长没办法,只得依着孩子。

“小懒虫”:不少孩子在家里不干活,懒得要命。据调查,高中生早晨起床不叠被子的占 30%,起来一掀被窝就走,快上大学了还得家长给叠被子。小学生就更严重了,早晨起床伸一只胳膊,等着妈妈给穿衣服,等妈妈给穿完后把妈妈推一边去,“您完成任务了”,另一只袖子得爸爸给穿,一件衣服俩人穿,这叫“一主二仆”。据统计,美国、日本、德国、韩国的孩子比咱们的孩子劳动都多,美国的孩子平均每天劳动 1~2 小时,而我们的孩子平均每天劳动 0.2 小时。按生活条件讲,咱们比不上人家,过去讲穷人的孩子早当家,现在咱们国家穷,可越穷越不干活。

“小馋猫”:不少孩子特别馋,电视广告一广播什么好吃的就非得吃到嘴里不可,家长也舍得给买,什么大大泡泡糖,太阳牌

锅巴，享利果茶，娃哈哈，太阳神等等。据卫生学家讲，这样吃，多花了钱，可对身体并不好。孩子不应吃带颜色、带添加剂的食品，应吃最基本的，如粮食、蔬菜、水果、鱼肉。他们说：“吃四条腿的不如吃两条腿的；吃两条腿的不如吃一条腿的，吃一条腿的不如吃没腿的。”四条腿的指猪、牛、羊等，两条腿的指鸡，一条腿的指蘑菇，没腿的指鱼。他们说，吃应讲科学，孩子要什么就给什么最不好，孩子的饮食应是：“一把蔬菜一把豆，一个鸡蛋加点肉”。

现在，不少孩子厌食、偏食，其主要原因是平时吃零食吃太多了，到正经吃饭时，当然不爱吃了。甭说别的，冰激凌吃多了都不行，吃着是凉的，可都是奶油等高热量的原料制的，吃多了自然不爱吃饭了。我们当长辈小时候怎么不厌食呢？因为那时抢着吃还吃不着呢？我们小时候家长给块糖就乐得屁垫儿屁垫儿的，可现在的孩子，你给吃巧克力都不爱吃了，这对孩子有什么好处？据了解，老师最怕星期一和星期六，星期六家长把孩子接回去胡吃海塞，孩子吃的是满脸流汗，满嘴流油。到了星期一，孩子不是胃疼就是拉肚子。

孩子吃馋了会带来一系列的问题。有位家长带孩子去朋友家作客，人家给做了一桌饭菜，这孩子围着桌子转了半天，找最好吃的地方坐下了，还伸手把别的好吃的也端到自己跟前。一个孩子学习不好，家长要求他好好学习，他说：“你要求我好好学习也行，那我要求你做饭顿顿有鸡鸭鱼肉。”

“小犟牛”：不少孩子有倔脾气，一犯起牛脾气来，十匹马都拉不动。一不高兴就敢把饭碗摔到地下，厉害着哪！据调查，不同程度任性的孩子占62%，有些孩子任性得想怎样就非得怎样，谁说也不行。不少家长面对小犟牛束手无策。为什么现在倔孩子这么多？一句话，是从小惯的。

“小磨蹭”：不少孩子干事磨磨蹭蹭，吃饭第一个上桌的是孩子，最后一个吃完的还是他，穿衣服磨，写字磨，干什么都是，磨得家长直起急，家长连喊带叫，“快点！”可孩子还是慢条斯理，一点不着急。一个孩子洗脚洗了半个小时，水都凉了，脚还没有洗完。

“小马虎”：不少孩子干事马马虎虎，能凑合就凑合，明明是“+”号抄成“×”号，明明是“b”写成“p”，这样的孩子也很多。

除了这“六小”以外，孩子还存在其他问题，如学习不努力，不刻苦、不专心；不孝敬老人，不尊敬父母；不知道节约，花钱大手大脚；互相攀比，讲吃讲穿；不讲文明礼貌，不注意卫生；心中只有自己而没有他人；只知接受爱，不知爱别人等等。

所有这些问题，归结起来，都是个习惯问题，可见培养孩子良好习惯的重要性和迫切性。我认为对小学生家庭教育来说，最重要的是习惯培养，而习惯培养最关键的是严格训练。现在，有些家长忽略了孩子的训练，孩子惯得没样，树大并没自然直，反倒长成歪脖树。等到孩子上中学时，家长又使劲地卡，结果反倒造成逆反心理。我认为，应该“小时严，大了宽”。幼儿园、小学时期，孩子还比较听话，好训练，容易养成好习惯，这时要以严为主。以后，孩子长大了，进入青春期，独立意识较强，这时应以宽为主。孩子小时候已养成好习惯，宽松一点也出不了大格。“小时严，大了宽”，符合孩子心理特点，所以小学阶段一定要重视养成教育，如果小时不“塑造”，大了再“改造”可就难了。

我们写这本书的原因，一方面是孩子存在的问题多，一方面是家长还不太重视或没有适当的方法。我们写这本书就是希望小学生的家长都能在培养孩子良好习惯上有所突破。过去，我曾专门搞过几年养成教育的科研，写了一本《养成教育》的著作，于

是乎严然成了“养成教育”的所谓权威，各报刊约我写文章，各地请我去做报告，搞得我疲惫不堪，不过我还是打心眼里高兴的，因为大家重视了养成教育。这次北师大出版社的同志约我写这本书，言辞恳切，实在难以推脱，我只好带病伏案。由于时间紧，我又约了沈淑娥同志、骆风同志和我共同完成此书，在我统稿过程中，发现我们的稿子是很不成熟的，但时间所限已不可能做到尽善尽美了，希望家长和老师们的多提宝贵意见。

关 鸿 羽

目 录

前 言

1. 怎样认识行为习惯在小学生的成长过程中的地位?	1
2. 为什么孩子成才与习惯培养有直接关系?	4
3. 为什么家庭幸福与习惯培养有直接关系?	8
4. 为什么习惯培养关系到社会的进步?	10
5. 培养孩子行为习惯的关键期是什么时候?	15
6. 怎样才能防止习惯培养的盲目性?	19
7. 国家对小学生的日常行为有哪些规定?	22
8. 怎样对孩子提出要求?	31
9. 为什么要制订行为习惯培养的序列?	34
10. 低年级孩子应该培养哪些行为习惯?	37
11. 中年级孩子应该培养哪些行为习惯?	39
12. 高年级孩子应该培养哪些行为习惯?	42
13. 怎样对孩子进行行为习惯的训练?	45
14. 在培养行为习惯时怎样对孩子进行言教?	48
15. 在培养行为习惯时怎样对孩子进行身教?	57
16. 怎样认识环境对小学生行为习惯的影响?	64
17. 发现孩子习惯不好时怎样进行批评?	68
18. 发现孩子习惯不好时怎样进行惩罚?	71
19. 在培养行为习惯时怎样做具体指导?	74

20. 在培养行为习惯时怎样进行疏导?	76
21. 在培养行为习惯时怎样让孩子自我教育?	80
22. 在培养行为习惯时怎样做到家庭内部的一致?	84
23. 在培养行为习惯时怎样与学校配合?	87
24. 怎样培养孩子文明礼貌的习惯?	91
25. 怎样培养孩子的劳动习惯?	94
26. 怎样培养孩子体育锻炼的习惯?	101
27. 怎样培养孩子生活讲秩序的习惯?	104
28. 怎样培养孩子爱护环境的习惯?	105
29. 怎样培养孩子良好的学习习惯?	108
30. 怎样培养孩子良好的卫生习惯?	112
31. 怎样培养孩子尊纪守法的习惯?	115
32. 孩子有任性的习惯怎么办?	118
33. 孩子有马虎的习惯怎么办?	124
34. 孩子有磨蹭的习惯怎么办?	133
35. 孩子有打架的习惯怎么办?	137
36. 孩子有骂人的习惯怎么办?	140
37. 孩子有私自拿人东西的行为怎么办?	142
38. 孩子有不孝敬父母的行为怎么办?	144
39. 孩子有吃手指头的习惯怎么办?	147
40. 孩子有浪费粮食的习惯怎么办?	149
41. 孩子有说谎的行为怎么办?	152
42. 孩子有厌学、逃学行为怎么办?	154
43. 怎样看待小学生之间的互相攀比?	157

44. 孩子有和家长顶嘴的行为怎么办?	159
45. 孩子怕吃苦怎么办?	161

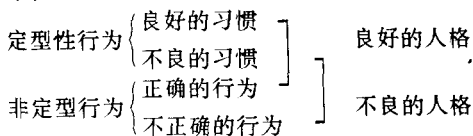
1. 怎样认识行为习惯在小学生成长过程中的地位?

要培养孩子良好的行为习惯,我们首先得弄清什么是习惯,习惯在小学生成长过程中的地位。

习惯不是一般的行为,而是一种定型性行为。习惯是经过反复练习而养成的语言、思维、行为等生活方式,它是人们头脑中建立起来的一系列条件反射,这种条件反射是在重复出现而有规律的刺激下形成的,并且在大脑中建立了稳固的神经联系,只要再接触相同的刺激,就会自然地出现相同的反映,所以说它是条件反射长期积累、反复强化的产物。从心理机制上看,它是一种需要,一旦形成习惯,就会变成人的一种需要,如果不这样做,人就很不扭。因而它具有相对的稳定性,具有自动化的作用,它不需要别人督促、提醒,也不需要自己的意志努力,这就是我们平常说的“习惯成自然”,是一种省时、省力的自然动作。例如,孩子早晨刷牙,如果是家长提醒他才去刷,这种刷牙只能叫行为,不叫习惯;如果孩子起床后连想都没想,自动地拿起牙刷去刷牙,假如不刷他就感到嘴里特别别扭,这种刷牙就叫习惯了。

在研究中,我们发现人的行为,从方向上可分为良好行为与不良行为;从行为方式上可分为定型性行为和不定型性行为。

图一:



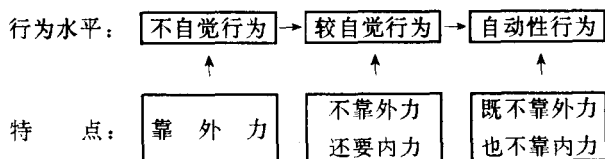
非定型性行为指的是非习惯性动作,这是我们经常遇到的一种情况,采取什么行动,主要靠意识支配,这种意识不是简单

的训练产生的,而是靠长期的培养,靠道德的积累,靠共产主义思想教育。

定型性行为指的是习惯动作,要靠长期的培养和训练养成的。虽然看来是学习的习惯,但它却是完善人格不可缺少的。是成才的基本条件之一。

研究中我们发现,孩子行为水平一般分为三个档次:最低档次是不自觉行为,它需要靠外部的强制力量;第二档次是较自觉的行为,它不需要外部监督,但还需要自己的意志努力;最高档次是自动性行为,它既不需要外部监督和提醒,也不需要自己的意志努力,而是一种定型动作——习惯。

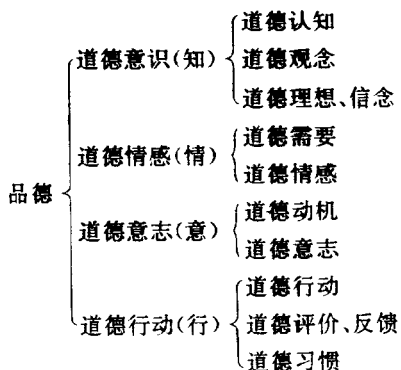
图二:



我们在教育中必须努力提高孩子行为水平的档次,最后养成孩子良好习惯。培养孩子的良好习惯是我们的重要任务。

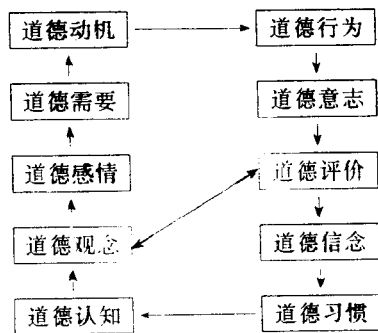
良好的行为习惯在小学生成长过程中占有十分重要的位置。我们要培养孩子良好的道德品质不能不重视行为习惯的培养。孩子品德结构一般来说是四部分构成。

图三:



德育过程,也是使品德成分相互作用的过程,它们互相依赖、互相作用、共同发展。但它又是一个有序的和逐步深化的过程,是一个由低到高,由浅入深的进程。在这个进程中,道德习惯是最终的结果。

图四:①



从以上图中我们可以清楚地看到,道德习惯的形成是我们

① 说明:图三、图四引自光明日报出版社1987年4月版《教育心理学新论》(李锐流著)

品德教育的结果，它在德育中占有非常重要的位置。只有认识而没有行为习惯是不完全的教育。过去我们的教育受“左”的影响，整天唱高调，说得多，做得少，忽视了行为习惯的培养。可以说，在相当程度上我们只进行了认知教育，其弊病就是知行脱节，搞得学生们一个个都是只练嘴上的功夫，论讲道理，他们能讲得一套一套的，而行动完全不是那么回事。他们可以高喊“为共产主义而奋斗”，却不懂得应该尊敬父母。所以，光说不练的教育不是真正的德育，起码不是完善的德育。如果我们的教育最终不能对学生的行为发生影响，那我们的教育还有什么意义呢？我们要认清养成教育在德育中的重要位置，它是我们中、小学德育的一个中心环节。正如《中共中央关于改革和加强中、小学德育工作的通知》中所指出的：“德育对中、小学特别是小学生更多的是养成教育。”

叶圣陶说：“教育就是习惯的培养。”这是指行为习惯培养的重要地位而言。它虽不是德育的全部，但却是最“实”的部分，是看得见、摸得着的，它是德育的“质”的指标。抓紧行为习惯的培养，才能使孩子成为言行一致、表里如一的人。

我们从行为习惯培养在品德教育中的地位不难看出良好行为习惯在小学生的成长过程中的地位，可以说小学生的家庭教育中德育是中心，而德育的中心是行为习惯的培养。这个问题不解决，就谈不上什么高水平的家庭教育。我们衷心地希望家长们重视对孩子行为习惯的培养。

2. 为什么孩子成才与习惯培养有直接关系？

一个人能否成才，是由多种因素决定的，但人的行为习惯如

何,却是必不可少的因素。培养孩子良好的行为习惯,首先要对孩子成人、成才有利。养成教育是提高孩子修养、完善人格不可缺少的教育。过去我们讲“行为规范”,过多地强调了对他人、对社会的意义,孩子有逆反心理,认为订出规范就是限制自己。其实,订出规范也是为了使孩子养成良好的行为习惯,受益的不只是他人,也包括孩子自身。对这一点,我们过去宣传得不够。

养成良好的行为习惯,对孩子的成才会起到促进作用。我们在调查中发现,孩子的成绩与他们的学习习惯是成正比的,凡是学习成绩好的孩子,往往也是学习习惯好的孩子;凡是学习成绩差的孩子,往往学习习惯都不好。在对三好生的调查中发现,三好生的习惯都是比较好的,而工读学校和少管所的青少年,几乎百分之百都有不良习惯。可见行为习惯与成人、成才是直接相关的。请看下面的调查数据:

各班考试成绩前五名同学的学习习惯情况统计表(共 85 人)

习惯情况 \ 习惯内容	勤奋刻苦	专心学习	认真仔细	独立作业	虚心好学	勤于思考
百分比						
好	76 人 89.4%	74 人 87%	75 人 88.2%	78 人 91.8%	79 人 92.9%	78 人 91.8%
中	9 人 10.6%	11 人 13%	10 人 11.8%	7 人 8.2%	6 人 7.1%	7 人 8.2%
差	0	0	0	0	0	0

各班考试成绩后五名同学的学习习惯情况统计表(共 85 人)

习惯 情况	习惯内容 百分比	勤奋 刻苦	专 心 学 习	认 真 仔 细	独 立 作 业	虚 心 好 学	勤 于 思 考
好		2 人 2.4%	2 人 2.4%	6 人 7%	2 人 2.4%	20 人 23.5%	3 人 3.5%
中		25 人 29.4%	28 人 32.9%	22 人 25.9%	29 人 34.1%	21 人 24.7%	17 人 20%
差		58 人 68.2%	55 人 64.7%	57 人 67.1%	54 人 63.5%	44 人 51.8%	65 人 76.5%

三好生习惯情况统计表(共 100 人)

习惯 情况	习惯内容 百分比	学 习 习 惯	劳 动 习 惯	卫 生 习 惯	礼 貌 习 惯	尊 师 敬 老 习 惯	守 纪 习 惯
好		91 人 91%	88 人 88%	100 人 100%	100 人 100%	100 人 100%	96 人 96%
中		9 人 9%	12 人 12%	0	0	0	4 人 4%
差		0	0	0	0	0	0