

 培育和践行社会主义核心价值观


养成教育

四年级 下册

田 靖 ○主编



YANGCHENG JIAOYU

 培育和践行社会主义核心价值观

养成教育

四年级 下册

田 靖 〇主编

编委会

邓贤民 田 靖 朱伟成

陈 坚 邓清华 彭光宇

吴建荣 王 琼

图书在版编目(CIP)数据

养成教育. 四年级. 下册 / 田靖主编. —长沙:

湖南教育出版社, 2015. 12

ISBN 978 - 7 - 5539 - 3825 - 7

I. ①养… II. ①田… III. ①养成教育 - 小学 - 课外
读物 IV. ①G621

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 318996 号

养成教育

四年级下册

主编:田 靖

责任编辑:黄 斌 舒佩霞

责任校对:崔俊辉

出版发行:湖南教育出版社出版发行(长沙市韶山北路 443 号)

网 址: <http://www.hneph.com>

电子邮箱: hnjychs@sina.com

微信服务号:多点学习

客 服:电话:0731 - 85486979

总 经 销:湖南省新华书店

印刷装订:湖南关山美印有限公司

开 本:787 × 1092 1/16

字 数:122 400

印 张:4.5

版 次:2016 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

书 号:ISBN 978 - 7 - 5539 - 3825 - 7

定 价:18.00 元

前言

亲爱的同学，你想拥有文质彬彬、温文尔雅的风度吗？你想成为学习有方、知识渊博的优秀学子吗？你想成为刚毅果敢、思虑周密的能人吗？你想成为诚信仁孝、道德高尚的君子吗？那么，就从培养自己良好的习惯开始吧，因为习惯形成性格，性格决定命运。养成教育就是培养学生良好习惯的教育。教育家叶圣陶先生说：“人要是各种好习惯都养成了，我们的教育目的就达到了，如学习上有良好的学习习惯，劳动上有良好的劳动习惯，道德上有良好的道德习惯，生活上有良好的生活习惯……那么这个孩子就是一个好孩子。”苏联教育家乌申斯基这样讲：“良好的习惯是人在其神经系统中存放的道德资本，这个资本不断增值，而人在整个一生中就享受着它的利息。”

养成教育的内容很广泛，包括道德与文明、学习与创新、劳动与卫生、生命与健康、法纪与责任等方面。但好的养成教育必须坚持从“细”从“实”，即坚持教育目标的细化、具体化。为此，我们将青少年必须养成的 200 个好习惯作为教学目标，根据其年龄特点分别安排在各个年级段，一般不重复，有少量的可能在各个年级段会有重复，但要求不同。如“学会感恩”，小学阶段重在对父母，初中阶段重在对老师，高中阶段重在对社会。

养成教育是一个“知情意行”协调发展的过程。我们根据养成教育这一规律，在编辑本套书时，着眼于提供学生有关方面的知识，激发学生自我完善的信心与情感，力求落实在具体的日常行为之中，并形成完备的监督评价制度。因而在每一章节里设置“情景启示录”（对不良行为习惯的反省）、“见贤思齐”（对良好行为习惯典型的宣传与褒奖）、“教育博士”（讲解具体行为习惯的知识及培养良好行为习惯的途径与方法）、“行为诊断室”（对不良行为习惯展开讨论与反省）、“自我评估”（让学生对具体行为习惯做比较明确的自我评估，找出差距以利于教育培养）等栏目，有的还设置了“小链接”，主要展示最新的有关知识或感人的典范事例。为了加强养成教育的操作性，特意设置了习惯养成日程表，将每个养成教育目标分解为若干具体行为目标，让学生比照执行。

在编辑本套书时，我们充分考虑了学生年龄发展特点，根据不同学段安排养成教育的内容，全套书上下册共 24 本。为了让家庭更好地配合学校对学生进行养成教育，特意增加了家庭教育的内容，主要是让家长了解养成教育的内容，选取经典案例向家长介绍培养孩子良好习惯的途径和方法，形成学校与家庭的互动，加强养成教育的实际效果。

本套书在编写过程中听取了许多专家学者的意见和建议，也参考了很多资料，由于篇幅关系不能一一列举，在此一并致谢！

编者
2016 年 1 月



目录 contents

学习篇

- 1 不懂就要问——养成善于提问的好习惯 / 2
- 2 天才在于积累——写读书笔记 / 7
- 单元活动 / 13

文明篇

- 3 喧哗吵闹人人厌——公共场所不喧哗 / 19
- 4 播种文明，收获温馨——礼让他人 / 24
- 单元活动 / 30

和谐篇

- 5 老吾老以及人之老——尊敬老人 / 35
- 6 幼吾幼以及人之幼——爱护弱小 / 40
- 7 不以善小而不为——随时做好事 / 45
- 单元活动 / 50

修养篇

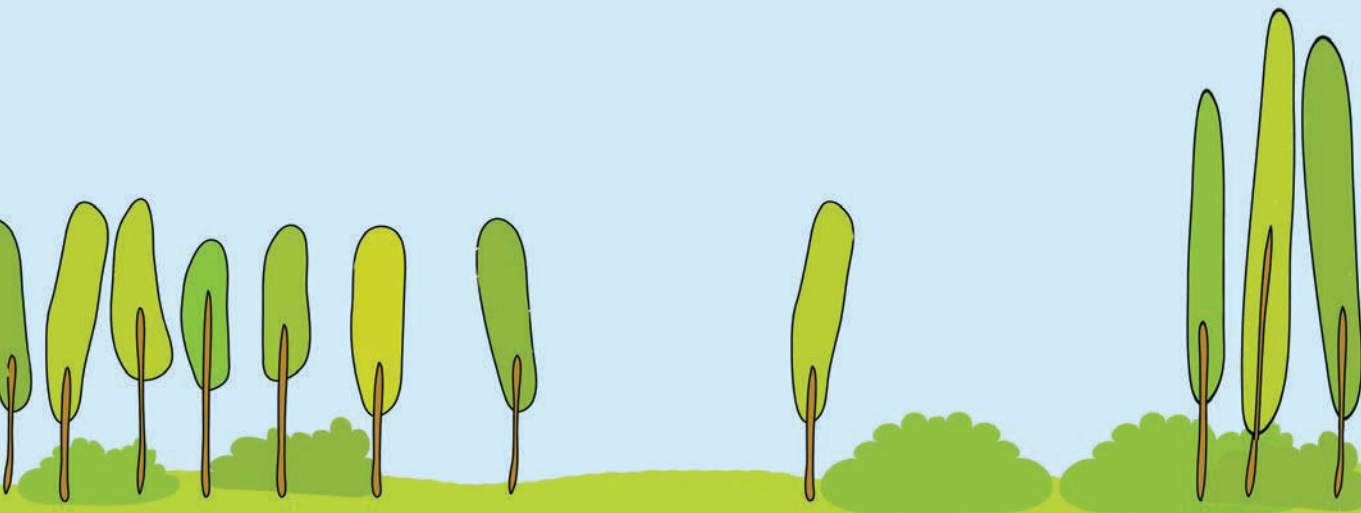
- 8 水满则溢，人骄则败——有了成绩不骄傲 / 55
- 9 困难是弹簧，你强它不强——勇于与困难做斗争 / 60
- 单元活动 / 65



学习篇

学习是我们获取知识和提高生存能力的重要手段，是传承知识最有效的途径，人类的进步和社会的文明都需要学习。而学习需要有良好的习惯，对我们小学生来说，只有养成良好的学习习惯，才能更好地学习。

本篇共包括两讲，分别从养成善于提问的好习惯和写读书笔记两方面讲述良好的学习习惯对每个人的重要作用，以及怎样养成这些学习习惯。请同学们按照相关内容，认真学习，努力为攀登学习的高峰打下坚实的基础。





1

不懂就要问

——养成善于提问的好习惯



情景启示录

情景一

四年级的小俊是个害羞的男孩，每次上课时，老师会询问大家有没有听懂，会请不懂的同学举手，并说出自己的困惑之处，但小俊从不敢在课堂上举手，他怕自己会遭到班上同学的嘲笑。于是，每次遇到他没听懂的地方，他都不会向老师提问，而是跳过去。

情景二

小鸿是四(一)班的班长，她认为自己是班长，应该各方面都要比同学好，特别是在学习上，她不允许自己落后，即使遇到不懂的题，她都不肯问老师或者同学，她觉得这样会让自己很没面子。但她会在下课后自己独立思考，实在想不出来就放弃。



启 示

在学习时若遇到不懂的问题，要积极思考，勇于提问，提问并不是可耻的行为，它是我们获得进步的一种方式。材料中的两个小朋友，害怕提问会遭到同学的嘲笑，于是即使不懂，也不去探究答案，这种行为是不对的哟。



见贤思齐

不懂就问的孙中山

孙中山小时候在私塾读书。

那时候上课，先生念，学生跟着念，咿咿呀呀，像唱歌一样。学生读熟了，先生就让他们一个一个地背诵。书里的意思，先生从来不说。

一天，先生又教了一段课文。孙中山读了几遍，就能背了。可是，书里说的什么意思，他还有些不明白。孙中山想，这样糊里糊涂地背，有什么用呢？于是，他壮着胆子站起来，问：“先生，您刚才让我们背的这段课文是什么意思？请您为我们讲讲吧！”

这一问，把正在摇头晃脑念书的同学吓呆了，课堂里霎时变得鸦雀无声。

先生拿着戒尺，走到孙中山跟前，厉声问道：“你会背了吗？”

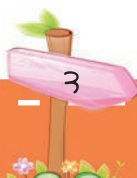
“会背了。”孙中山说着，就把那段课文一字不漏地背了出来。

先生收起戒尺，摆摆手，让孙中山坐下，说：“我原想，书中的道理，你们长大了自然会知道。现在你们既然想听，我就讲讲吧。”

先生讲得很详细，大家听得也很认真。

后来，有个同学问孙中山：“你向先生提问题，不怕挨打吗？”

孙中山笑了笑，说：“学问学问，不懂就要问。为了弄清道理，就是挨打也值得。”



启示

正如孙中山所说“学问学问，不懂就要问”。在学问上没有贵贱之分，孙中山因坚持做到了不懂就问，所以后来他才取得了如此大的成就。因此我们不要有心理压力，不要害怕他人的嘲笑，我们要对自己负责，遇到不懂的地方，要积极请教，从而做一个认真严谨的人，只有这样才能学好本领哦。



教育博士

一代圣人孔子曾说“敏而好学，不耻下问”，就是说对待学问，我们要多问几个为什么，要勇于并善于提问，他自己也是这样做的。一次，孔子去鲁国国君的祖庙参加祭祖典礼，他不时向人询问，差不多每件事都问到了。有人在背后嘲笑他，说他不懂礼仪，什么都要问。孔子听到这些议论后说：“对不懂的事，问个明白，这正是我要求知礼的表现啊。”身为圣人的孔子都不觉得向人提问是件可耻的事，何况我们这些普通人呢？

为何我们要善于提问？

首先，这是我们掌握知识，学好本领的基础。我们要想彻底掌握知识或一种技能，只有多提问，多问几个为什么，这样才能开拓我们的思路，增长我们的知识。

其次，这是我们养成良好学习习惯的一种方式。善于提问不仅能体现一个人对问题的思考深度，而且还会成为养成良好习惯的一种方式。善于提问的人不仅思维严谨，而且做事认真，会给他的生活带来很多收获。

再次，这是我们对自已负责的一种表现形式。善于提问，是我们认

真思考问题、解决问题的一种方式，这种方式其实就是对自己负责的一种表现。我们学习知识的目的是为了提高自己的生存技能，善于提问是提高我们生存技能的有效方式。

那我们怎样才能养成善于提问的习惯呢？

第一，我们要思考老师讲解的每一个新知识点、每一道新题，然后举一反三，看看自己是不是真的掌握了。

第二，我们要善于总结，提出自己的疑问，向老师或同学请教。

第三，我们要注意提问的方式，注意用词用语，尽量避免钻牛角尖。我们提问的主要目的是为了了解决我们的困惑，所以在提问的时候不能随意地无目的地发问，更不能钻牛角尖，故意为难老师。

第四，我们除了要善于提问，也应该积极思考。善于提问是一种良好的习惯，但我们也应该独立思考，尽量依靠自己的力量解决自己的困惑。只有这样，我们才能真正地掌握知识，学好本领。



行为诊断室

☆行为一：

上次数学课上，看到同桌肖颖积极向老师提问而因此受到老师的表扬，田欣好想自己也能受到老师的表扬。于是，她上课的时候认真听讲，做好课堂笔记，勤于思考，并把自己不懂的地方记录下来，然后课后再向老师请教，果然得到了老师的表扬。



你赞同田欣的做法吗？为什么呢？



☆行为二：

自从上次语文老师说了上课可以尽情提问后，小江就积极响应老师的号召，每次总是问很多问题，不管是与课堂有关还是无关的问题，他都提，这让语文老师有时显得很为难。因为他的问题太多，她不得不花很多时间来回答他的提问，这使得她的教学计划受到了影响，她无法按时完成一节课的内容。

你觉得小江的做法对吗？为什么？



自我评估

- | | |
|-----------------------|--|
| 1. 你是否会在课堂上积极举手提问？ | 会 <input type="checkbox"/> 不会 <input type="checkbox"/> |
| 2. 遇到困惑之处，你是否会向老师提出来？ | 会 <input type="checkbox"/> 不会 <input type="checkbox"/> |
| 3. 你害怕上课时向老师提问吗？ | 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> |
| 4. 你属于善于提问的人吗？ | 属于 <input type="checkbox"/> 不属于 <input type="checkbox"/> |
| 5. 你在提问时会注意用词用语吗？ | 会 <input type="checkbox"/> 不会 <input type="checkbox"/> |



天才在于积累

——写读书笔记



情景启示录

情景一

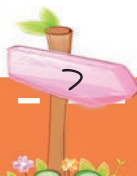
四（二）班的老师要求班里的同学每周都写一篇读书笔记，然后将笔记本交上去检查。这周一，当读书笔记发下来时，小途发现老师在他的笔记本上写了批评的评语，而同桌小宜的笔记本上则写了鼓励的评语，于是小途十分不开心，说道：“我们的笔记又没有什么



差别，为什么老师给你的评语那么好？”小宜说：“可能是我写得比较认真吧，你认真点儿写，老师就不会批评你了。”小途将笔记本扔到一边，气愤地说：“反正我也不在乎这些，老师爱怎么写就怎么写吧！”

情景二

小亮每次写作业总是拖拖拉拉，认为就算到时没时间写，还可以借同学的作业抄一下，老师也不会发现。这一天，小亮又忘记写作业了，于是一大清早就去教室，准备抄同桌的作业。可是同桌涵涵说：“这周老师布置的是读书笔记，每个人的想法应该是不一样的，你不能抄我的。”小亮嘻嘻哈哈地说：“我们是好朋友，你就借我抄吧。我在你的上面改一下，老师是不会发现的。”



启示

读书笔记是把自己的读书心得记录下来或为了把文中的精彩部分整理出来而做的笔记，它不仅可以帮助巩固我们的课内知识，加深我们的读书记忆，还可以丰富我们的读书积累，为我们写作提供丰富的材料，它更是训练阅读的好方法。材料中的小朋友不重视读书笔记，这样是不利于学习和积累的哟。



见贤思齐

被誉为当代“文化昆仑”的钱钟书先生，他知识的渊博、古文功底的深厚、著述中引用的广博，让人叹为观止。常人所不知的是，钱钟书的博学，不仅与他的天资有关，更与他的勤奋有关。据钱钟书夫人杨绛回忆，钱钟书做笔记的习惯是在牛津大学图书馆读书时养成的。钱钟书的全部外文笔记本共 178 册，还有打字稿若干页，全部外文笔记共 34000 多页。中文笔记和外文笔记的数量，大致不相上下。即钱钟书先生的读书心得，日札共 23 册、2000 多页，分为 802 则。如果每页按 300 字计算，钱钟书的读书笔记总字数达 2100 万；如果每页按 400 字计算，总字数将达 2800 万以上。

钱钟书做的大量读书笔记，给了他远超同辈学人的知识，令其成为几代中国文学研究者的楷模。

启示

钱钟书先生之所以能成为大文豪，成为几代中国文学研究者的楷模，是因为他的勤奋好学，而他学习的方法就是记读书笔记。从钱钟书的成就可以看出读书笔记对学习的重要性。俗话说：“好记性不如烂笔头。”就是说，阅读时必须记笔记。所以同学们，你还在等什么？快点养成写读书笔记的好习惯吧。





教育博士

读书笔记指读书时为了把自己的读书心得记录下来或为了把书中的精彩部分整理出来而做的笔记。在读书时，写读书笔记是训练阅读的良好方法之一。记忆对积累知识是重要的，但是也不能太迷信记忆。列宁具有惊人的记忆力，他却勤动笔，写下了大量的读书笔记。俗话说：“最淡的墨水，也胜过最强的记忆。”所以，俄国文学家托尔斯泰要求自己：身边永远带着铅笔和笔记本，读书和谈话的时候碰到一切美妙的地方和话语都把它记下来。

读书笔记有很多种，一般分为摘录、批注、心得、提纲等，常用的形式有：

1. 摘抄法——记录书中的论点、佳句或重要的史实、资料等，以便日后检索。摘录的内容要少而精，但不要断章取义，不要改动原文的字句和标点，另外还要注明出处，包括书名、作者、页数和日期，以便日后引用和查对。此外，摘录之后也可以结合摘录的内容写点自己的心得体会。

2. 批注法——读书时在书上批阅、注解的一种读书方法。具体的做法就是在书页上面加眉批，在原文后面加尾批，在行与行、段与段之间加旁批，或是用各种符号做批注，如直线、双线、圈、曲线、着重号、感叹号、问号等。这种方法灵活、方便、一目了然。

3. 心得法——阅读一篇文章或一本书并把自己的心得体会记录下来的一种学习方法。心得法的形式灵活多样，既可以针对一篇文章或一本书，也可以针对某个问题或某种观点。做这种读书笔记，要注意联系实际，还要注意写出真情实感，突出重点。

4. 提纲法——在阅读原文的基础上，概括出其基本内容、中心思想。这种读书方法要力求简明扼要，抓住重点，不必写自己的感想。若不能把握书的主要内容，可以参考内容提要，深入思考，细心体会，自

然会收到“去粗取精，去伪存真”的效果。

5. 剪报法——把资料从报纸杂志上剪裁下来贴在本子上。这种方法简便易行，是大家经常采用的一种方法。至于要剪哪些内容，要根据自己的爱好和需要来定。剪报要勤快、细心、持之以恒。剪下的资料，要注明出处，以便查对原文。同时要对剪报进行分类。如果贴在本子上，就先将本子分类，标明类别。如果贴在单张纸上，则可以按类存放在纸夹或纸袋中，日积月累，成效甚大。

6. 卡片法——学习中常用的有文摘卡片、索引卡片和心得卡片等。无论是哪种卡片，制作时每张卡片只记一个问题、一个事例，这样便于分类和查找。做什么类型的卡片，是由资料的重要性和读者需要程度决定的。

我们应该怎样做好读书笔记呢？

第一，要选择好适合自己的书籍。别林斯基说过：“阅读一本不适合自己的书，比不阅读还要坏。”在选择书籍时，中外名著、报纸杂志以及教育教学等都应包揽其中，但要选择健康、知识性强、有益于学习的读物。只有好的读物才可以增长我们的知识，提高我们的素养。

第二，选择恰当的方法做读书笔记。读书笔记的形式可以不拘一格，既可以是批注、摘录式的，也可以是提纲、心得式的。写读书笔记时，可根据写笔记的目的、书的类型及自己的习惯，确定写什么样的读书笔记。写读书笔记都要做到条理化、规范化，力求简明扼要，使用的符号要清楚、统一。对所记的内容要注明时间和出处，还要及时整理分类，使笔记的内容系统化。

总之，书是人类的精神食粮。坚持经常性地读书，并且根据不同的需要，灵活选择做读书笔记的方法，持之以恒，一定会获得更多的知识。



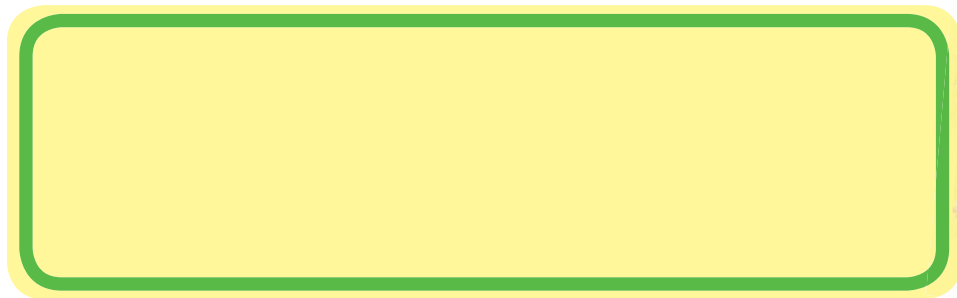
行为诊断室

☆行为一：

语文课代表小文收小志的读书笔记时，发现小志的读书笔记上文字写得很少，反而有很多图画，于是小文找到小志，说：“你的读书笔记的格式不对，得重新写。”小志说：“读书笔记有很多种，我这只是结合了其中两种，没有什么不对。”小文还是觉得小志的读书笔记不行，便将笔记还给小志，说：

“我不管，格式不正确，你得重新写，否则我就告诉老师，你做作业不认真。”

你认为小文的行为对吗？为什么？



☆行为二：

晚上，妈妈询问小琪最近读了什么书，小琪列举了一些书目。妈妈称赞小琪最近读书很认真，然后又问道：“你有没有做读书笔记呢？”小琪不以为然地说道：“没有，我的记性好着呢，不用记笔记我也能记得住的。”妈妈沉思了一下，又问道：“那你能将你看过的书中的精彩内容给妈妈说几处吗？”小琪努力地想了很久，却发现自己没有办法想起来，心里懊悔地想：都怪自己的记忆力差啊！



你认为小琪的说法有道理吗？结合自己的实际生活，谈谈你的想法吧。



自我评估

1. 你知道“世界读书日”吗？ 知道 不知道
2. 你会在读书的同时做读书笔记吗？ 会 不会
3. 在阅读书籍时，看到好的片段，你会立即摘抄下来吗？ 会 不会
4. 你有没有自己喜欢的做读书笔记的方式？ 有 没有
5. 你是否认为做读书笔记很重要？ 是 否
6. 你是否会马虎地应付老师布置的读书笔记的任务？ 会 不会