

电子图书



信息技术的结晶

人类文明的载体

网络的基本资源

养成教育的内容

一、养成教育的内容要规范化

《中共中央关于改革和加强中、小学德育工作的通知》中明确指出：要制订并组织试行中学生和小学生的《日常行为规范》，使学生牢记规范要求，逐渐养成文明的行为习惯。《通知》要求我们，养成教育规范化。

养成教育的内容很多，其中有一些经过筛选，把最重要的一些要求制订成为规范，是最基本的东西，要求每个学生都要做到，并逐步养成习惯。现在国家教委已制订出《中学生日常行为规范》和《小学生日常行为规范》，对我们把养成教育规范化、科学化起到很大的作用。我们必须在中、小学生中认真贯彻，使中、小学生的行为习惯得到更好的培养。

贯彻《行为规范》的目的是养成学生良好的习惯，使学生的行为规范化。它明确告诉学生，哪些事应该做，哪些事不应该做，哪些话可以说，哪些话不可说。实际上是给学生提出了明确的要求，定出方圆，让学生养成规矩。教育就是要把人类积累的社会文化和规范意识传给下一代，用人类的基础文明去武装后代。这些规范就是力图建立起学生生活的规范体系，以使养成教育规范化。

二、养成教育要近一点，小一点，实一点

在家庭教育中存在一个误区，就是“成人化”倾向。一些家长望子成龙心切，对孩子提要求标准过高，过于抽象，脱离了孩子的年龄特点。针对这一误区，我认为教育要近一点、小一点、实一点。所谓近，就是要求要离孩子实际生活近一点，不要好高骛远；所谓小，就是要求要小一点，以小见大，不要“高口号”式；所谓实，就是要实在、具体，不要太抽象。总之，我们在培养孩子良好的行为习惯时，给孩子提要求要尽量看得见，摸得着，具体、形象、直观。提出的要求要明确而不含糊，具体而不抽象。只有做到近、小、实，才适合孩子的年龄特点，便于孩子理解、掌握、执行。

例如，尊敬长辈是我们培养孩子良好习惯的一项重要内容，可“尊敬”是一个抽象名词，我们必须把它具体化：

1. 听长辈讲话时要认真，不东张西望，不插嘴。

有些孩子听大人讲话时很不认真，心不在焉，甚至不耐烦、乱插嘴，这个坏习惯一定要矫正。

2. 长辈批评时不顶撞，可以解释；但不许撒野。

有些孩子听不得批评，一批评就要闹，家长不能妥协，要坚持正确的意见，使孩子从小养成谦虚的习惯。

3. 和长辈谈话时要和气、礼貌，不高声大喊。

有些孩子在家说话又喊又叫，家里调最高的就是孩子，总想压倒别人，以自己为中心。家长要培养他们讲话要温和一些，讲究礼貌。

4. 见到长辈要主动打招呼，学会使用文明用语。

国外一些孩子回家都说一声“我回来了”，咱们的孩子回家却不吱声。家长要培养孩子主动打招呼的习惯。

5. 自己提出的要求父母没答应，不许撒娇、耍横。

有些孩子“说一不二”，让家长买什么就得买什么，不然就闹。这很不好。现在家里条件比以前好了，但也不能什么要求都答应。孩子提十条要求，我们全能满足，也要留二、三条不满足，让孩子学会节制欲望，不能什么都

依着孩子。

6. 有了好吃的知道先让长辈。

有些孩子吃东西特别“独”，只顾自己，不顾他人。家长在家里不要什么都尽着孩子吃，而应与孩子分享。无论家长想吃不想吃，爱吃不爱吃，舍得吃舍不得吃，都要和孩子分着吃，要培养孩子心里想着长辈，装着他人的好思想。

7. 要帮助家长干力所能及的活。

有些活学生可以干，家长不要舍不得，要锻炼孩子动手能力，常帮助家长干活的孩子才懂得父母的辛劳，才与家长更亲，长大了才会尊敬父母。

8. 长辈累了要知道热心照顾，如倒杯茶水，送双拖鞋，递条毛巾等等。

9. 长辈病了要主动端水送药，耐心照料。

10. 长辈心情不快时，应主动去安慰。

.....

这样要求的“尊敬”就不是抽象的概念了，而是看得见、摸得着的。

对学生提要求要近一点，小一点，实一点，可有效地防止“成人化”倾向，希望家长在培养孩子良好的行为习惯时注意这一点。

习惯的培养必须做过细的工作，要严格要求，严格训练。比如说生活讲秩序，当家长的要给孩子立规矩，反复训练。首先是放东西要有固定的位置。学生回家后书包、大衣都要各就各位，晚上睡觉时，衣服、鞋也要有准地方，看完的书要码放整齐，玩完的玩具要放在固定之处。其次是晚上睡觉前整理一遍书包。按第二天的课程表，第一节课用的书本放在第一层，第二节课用的书本放在第二层.....天天晚上整理，时间长了自然会养成习惯，不整理书包就睡不着觉，保证上学不会忘记带东西。再就是要把孩子衣兜管起来，不允许乱装东西，如左上衣兜插钢笔，左下衣兜装手绢，右上衣兜装钱包，裤兜装钥匙.....

近、小、实有利于《行为规范》的贯彻执行，它能使《规范》更贴近生活，更形象，更易于学生接受。当然，近、小、实并非是琐碎化，我们在教育的过程中还要注意教育的系统性，力争使之既具体又系统，以便于教育的整体升华。

三、养成教育的内容要序列化

养成教育的内容是科学的、有序的，这个“序”是科学的、客观存在的。因此我们必须研究这个“序”，揭示出这个“序”，并按这个“序”安排内容，使养成教育更科学、更完善。

养成教育是整个德育序列的一部分，它的最终目的是实现人的社会化，是完善人格，是提高人的道德品质和思想、政治素质。人的成长是有序的，养成教育当然也是有序的，它各部分都有自身的功能，同时又有密切的内在联系，如果我们不按其自身的系统安排教育内容，就会使养成教育成为一种无序、混乱的教育，就会破坏养成教育的科学性，降低养成教育的效果。

事实上，我们不少家长忽视了养成教育的“序”。社会上搞文明礼貌月，我们就抓礼貌习惯的培养，社会上搞“五讲四美”周，我们又赶紧抓行为美的培养。突击性、运动式打乱了养成教育的序，似乎只要搞搞突击，人的行为习惯就能完满形成，其实就是违背科学规律的，它把养成教育割裂开来，如同“一阵风”、“一阵雨”，只是湿了地皮，并未使良好的行为习惯在孩子的身上生根。为了使孩子的好习惯能真正培养起来，就要改变无序的状态，

把养成教育按照科学的序进行排列，使它如同数学、语文的教育内容一样，各年级有明确的训练内容。一年级培养什么习惯，培养到什么程度；二年级培养什么习惯，培养到什么程度；三年级……，把它排出序列，这样我们能按部就班、有计划、有目的地培养。当孩子长大后，已完成了起码的、序列的行为习惯训练，像完成数学、语文教学大纲一样，我们也完成了养成教育的“大纲”要求。

养成教育要序列化，是因为学生成长是个有序的过程。任何一个学生成长都是一个循序渐进的过程，养成教育也是一个由浅入深、由近及远，循序渐进的过程，违背了由低到高这个序，就会妨碍学生成长。所以在教育中，我们必须根据学生的年龄特点由易到难安排内容。养成教育是计划性很强的工作，培养什么习惯，用什么方法培养，都要事先计划好。教育内容、教育时间、教育空间都要按科学序列安排，使其横向一体化，纵向序列化。

目前一些教师计划性差，盲目性大，对养成教育随心所欲，不注意序列，进行什么教育完全由主观决定，甚至是盲目的、被动的。这就必然造成“兵来将挡，水来土湮”的局面，成为“救火式”、“堵漏式”的教育。一些教师甚至凭自己的习惯培养学生，根据自己的好恶教育学生。自己重视学习就培养学生学习习惯；自己喜爱劳动，就培养学生劳动习惯；自己是个“孝子”，就注重培养学生敬老习惯。这种教育方法往往“捡了芝麻，丢了西瓜”，学生所受的教育往往是零乱的，不完全的，也是无序的。

为了克服养成教育中的盲目性和随意性，我们必须制订序列化方案。制订序列化方案的依据主要有两条：一条是党和国家对青少年一代的要求。另一条是学生的年龄特点、心理状况和思想实际。

我们应该研究党和国家对未来人才的要求，按二十一世纪的要求去规划、制订序列，要在总结历史经验的基础上，面向未来、面向世界、面向现代化，把我们的后代培养成有理想、有道德、有文化、有纪律的一代新人。

我们还要认真研究孩子的心理特点，任何理想的教育内容能不能被孩子所接受，还要看是否符合孩子的年龄特点和心理水平。如果只考虑国家需要，忽视年龄特点，急于求成，往往适得其反，安排内容过难、过高，孩子感到太难就不易产生共鸣。孩子不认同，硬灌是很难见成效的。哪一个年级安排哪一项内容最符合学生心理实际，还需要研究，要找到“共振频率”，让教育内容与受教育者产生共振。过高或过低都不会产生共振，最佳的方案是“伸手摸不到，跳一跳能摘到”。

在研究心理平时要注意时代特点，现在的孩子已不是五十年代的学生了，他们的生活环境、生活条件与五十年代相比，发生了很大变化，这一点必须注意。因此安序列时必须研究当代学生的思想、性格、意志、思维、能力、态度、爱好等等。

制定序列化内容要注意：

(1) 运用“循环说”理论。行为习惯的形成需要长时间的循环往复，是螺旋式上升的。低年级训练过的，到中、高年级还要经常进行重复训练，否则难于巩固。

(2) 运用“阶段说”理论。小学低、中、高年级要有各自的训练重点，要研究各种习惯形成的关键期，抓住关键期进行教育。注意阶段性，也要注意各阶段之间的联系。

(3) 运用“中心扩散说”理论。行为习惯内容相当繁杂，不可能对所有

内容都细致训练，要抓住中心，中心抓准了，形成了好习惯，就可以把许多其它的好习惯带动起来。因此，制订序列时要分析哪些习惯在什么阶段是最主要的、最关键的。

这三种理论都不完善，但都有可取之处，要取其所长、补其不足，使我们的序列既有中心，又有阶段性，还要有必要的循环。进行低层次教育要为进行高层次教育打基础，进行高层次教育也要注意巩固和强化低层次教育的要求。这样使教育内容既分层次又互相联系，循序渐进，逐步升华。

行为规范养成教育的特点

一、规范性

《中共中央关于改革和加强中小学德育工作的通知》明确要求我们：养成教育要规范化。

教育是把人类积累的社会文化和规范意识传递给下一代。行为规范又具有世界性、全民性和民族性，从我国国情要求，又必然带有社会主义的内容。在很大程度上，行为规范应是全人类所共同接受的基础文明，它必须是传统而又现代的，这些均构成养成教育的一部分内容。所以，养成教育必须经过筛选，把最重要、最基本的东西制定成为规范，要求学生做到，并逐步养成习惯。

《中小学生日常行为规范》明确告诉学生，哪些事该做，哪些事不该做，哪些话可以说，哪些话不可说。实际上即对学生提出明确要求，画出方圆，使学生养成规矩。这些《规范》对养成教育规范化起了指导作用，我们应认真贯彻并且结合实际灵活运用，使中小学生行为习惯得到更好的培养。

二、具体性

养成教育应有具体可行的特点。要求应贴近学生实际生活，应实在、可行、具体。要求还应适合学生的年龄特点，以便更易为学生理解、接受、把握和执行。同时，这种具体教育应避免流于零碎、繁琐，应尽量做到系统而又实际。当然，这并不是颁布一个或几个《规范》就能解决的，而有待于一个行为规范教育体系的建立。

三、有序性

一方面，养成教育是整个德育序列的一部分，其最终目的是实现人的社会化，是完善人格。人的成长是有序的，养成教育当然也是有序的，它各部分自成一体又相互联系。如果我们忽略了其自身的有序系统，必然导致养成教育陷于混乱、无序，破坏其科学性，降低其教育成效。

另一方面，学生的成长是循序渐进的过程，养成教育应遵循这一规律，由浅入深，由近及远，否则，就会妨碍学生的成长。所以，在教育过程中，要根据学生的年龄特点由易而难地安排内容。

四、指导性

行为规范必须通过学生的内化才能形成习惯，教师的指导必须和学生的经验结合起来。在这里，我们提出对于“生活指导”理论的重新认识。这一理论反对“唯智育主义”和“划一主义”，要求尊重人的个性，着眼于个人的差异，授助个性的全面发展。这一理论已经成为世界性的教育运动，但并没有引起我们的普遍注意。像学业指导、职业指导、品德指导、人格指导、健康指导甚至闲暇指导，这些基本内容为什么不能“拿来”呢？行为规范的指导必须和学生的需要相结合，因此，训练不能离开指导。

五、选择性

所谓选择性体现了学生的主体地位，体现了学生心理和社会的需要。选择包括被动选择和主动选择，前者包括教师的言传身教、严格训练和学生的模仿学习；后者体现在“境教”中。这种“境教”体现了可选择性、泛指性和暗示性，更能为学生尤其是中学生所接受，也就更有感染力。班图拉有个思想，认为“人”和“社会”中间的媒介是环境。不是有人怀疑行为教育对改善社会风气到底有多大作用吗？那么，我们完全可以通过教育形成一种“小

气候”、“小社会”，从而优化学生成长的环境。

六、实践性

养成教育最终归结于并且始终依赖于学生的社会实践。当然这是广义上的实践，应和学生的自身经验、社会生活和发展个性等各种活动相结合。

正因为这些特点，学校养成教育应规范、有序地进行，避免盲目性、随意性；并注意发挥教育者的指导作用，尊重学生的主体地位，结合学生实际情况，做到具体、直观而又有效地促进学生养成良好习惯，形成完善人格。

行为规范养成教育的要求

一、日常行为规范教育与思想品德课教学相结合

学生行为习惯的养成，由知到行形成正确的行为品德，需从道德认知出发。思想品德课是提高学生道德认知、激发道德情感和行为动机的重要阵地。它较为系统、生动地传授日常行为规范伦理，教育内容针对少儿的身心特点，它与《小学生日常行为规范》要求相一致。思想品德课教学对小学生进行道德品质和文明行为习惯观念教育，把握“纲”的目标，结合“规”的要求，通过“本”的范例，从知道一个故事，悟出一个道理，训练一个行为，让学生从原有道德认知基础出发，经过学习，逐步发展而产生新的认知水平，以此提高学生的道德水平。教学中要充分注意渗透情感，激发动机，创设情境，通过小品、故事、谈话等，创设良好氛围，让学生从道理上懂得应该做什么，怎样去做，为什么这样做，并从感情上产生道德行为的意向，萌发正确的行为动机。在指导学生行为的教学过程中，要“知”与“行”相结合，“情”和“意”相融洽，不断诱导学生的良好行为动机，在学生稚嫩的心灵中播下文明行为的种子。同时要注意课内外结合，让学生参与学校各类教育活动，在文明礼仪、学习习惯、生活劳动习惯等方面提出具体要求，在生活实践中巩固道德认知。要引导学生在校做好学生，在家做好孩子，在社会上做好公民。

二、日常行为规范教育与中华传统美德教育相结合

养成教育着眼于人的素质提高。中国的传统文化与伦理道德有其积极意义，因此要把行为规范教育与中华传统美德教育结合起来。古代蒙童教育强调让儿童养成良好的道德与习惯，孔子认为“少年若天性，习惯成自然”，都强调“养”对儿童的教育作用。中华传统美德中的自强不息、发愤忘食、勤劳俭朴、尊老敬贤、诚实守信等与当今学生道德规范是一致的。当今道德教育要寻找最佳结合点，使传统美德融于现代美德，增强当今良好道德规范的建设。学校教育工作应将传统美德教育落到实处，将中华民族传统美德赋予新的生命力，让学生在学习传统美德，吸收精华养料，提高认知水平的过程中，能将受到的教育内化为信心和活力。优秀道德文化一旦在学生品德形成过程中占主导地位，就能比较好地培养学生良好的道德情操。根据学生在儿童、青少年阶段的身心特点、认知能力和社会对其的道德素质要求，还应以学生喜闻乐见的形式进行形象教育，既陶冶情操，又开阔视野。如用《东方小故事》中活生生的形象，向学生宣传中华民族传统美德；寓言故事中讲做人的道德，对学生也有很强的影响力；《新三字经》融合古今美德典范，以朗朗上口的三字经为歌，将人们的社会生活规范化，尤其对学生更具有吸引力，具有很强的教育性。同样，中华传统美德教育渗透于学科教学之中，具体表现为中华传统美德精神直接作为课文的中心思想，以中华传统美德的道德力量，塑造学生的人格，指导学生的实践。可以说，以中华传统美德作为教育内容熏陶和提高当代学生的道德素质，构成了现行德育的基本内容，有其积极性和时代性。

三、日常行为规范教育与学生品德测评工作相结合

以品德测评为手段，培养学生良好的行为习惯，也是学校德育管理过程中的重要一环。品德测评伴随于学校德育过程，发挥了对学生行为品德教育的管理功能，能促进学生良好行为习惯的养成。品德测评过程要富于教育性，

使学生能正确理解掌握指标，并理解其涵义和要求，能明确自己的努力目标，提高自己的道德认知水平，促进自我要求、自我评价，引导学生做有利于他人、有利于集体、有利于自己的人。测评指标要起到良好的导向作用，必须知与行相结合，既要沟通思想，更要注重行为表现，规范学生的言行，抑制学生的不良行为。测评要发挥自律功能，及时矫治学生的行为表现。品德测评要引导学生积极参与学校德育过程中的教育活动，在良好氛围中，倡导良好品德行为的形成，将学校教育要求内化为学生的自我需求。行为规范的养成是一个渐进过程，使学生在自评、互评基础上，互相交流、学习、帮助、提高，使教育效果得到有效的信息反馈。学生在测评过程中，处于主体地位，这样可得到自我教育，提高学生日常行为表现自我约束、自我调控的能力。品德测评有助于克服品德评语的简单化、概念化，便于学生今后发扬优点、克服缺点。定性和定量相结合进行分析，对学生品行进行综合评定，便于教师有针对性地引导，对学生做出客观全面的评价，使学生在测评中看到自己的进步，充满自信心和愉悦感，启动学生要求进步的内驱力。品德测评也为评选优秀学生提供了依据。学生的测评工作可促进学生思想品德的提高和文明习惯的养成。

四、日常行为规范教育与心理健康教育相结合

学生的意志品质和品格，包括自制力、毅力、坚强、积极进取和诚实守信、谦虚等。要培养学生健康的心理和良好的意志品质，就要从学生的实际出发，尤其是要从学生的心理实际出发，而不仅仅是从他们的认知水平和生活经验出发。日常行为习惯的养成，也要注意学生的心理因素，培养良好的心理品质。进行心理素质的培养，实际上就是把学生的思想素质教育具体化。学校进行心理健康教育，有助于提高学生的人际交往能力，培养学生稳定的情绪和良好的性格。为此，学校要创设良好的育人环境，发挥集体的作用，让学生在和谐、宽松的环境中学习、生活，保持积极向上的乐观情绪。同时，学校要重视对学生进行心理辅导，使学生学会愉快地认识自己、接纳自己。要传授心理疏导方法，让学生学会保持良好的情绪，克服害羞、胆怯、孤僻、封闭等心理障碍。现在学龄儿童都是独生子女，在家庭中他们是“小皇帝”、“小太阳”。保姆式的教育，弱化了他们的生存意识，使他们缺乏自信，有时形成适应性障碍。学校要在教育环节中，充分重视和加强心理辅导工作，提高学生个性心理与环境之间的平衡协调能力。学生良好的心理品质是学生整体素质的重要组成部分，这就要求学校将日常行为规范养成与心理健康教育相结合，从小培养学生健全的人格。

五、学生日常行为规范的养成与家庭教育相结合

教育是诸因素综合的结果，学生良好行为习惯的养成，同样离不开家庭教育这一重要环节。在学生成长过程中，社会环境、家庭环境所产生的影响是巨大的，不同的家庭教育环境中的孩子有不同的性格和习惯。怎样做人是家庭教育的重要内容。提高未来公民的素质，学校教育是主渠道，同时，学校有义务担当起指导家庭教育的职责。学校教育必须同家庭教育、社会教育密切配合，协调一致。学校必须重视家庭教育，指导进行家庭教育的科学方法，让家长较为系统地接受并形成良好的家庭道德环境，以共同帮助学生形成正确的道德认知。要使每个家庭不仅重视学生的学业，更注重培养学生良好的品行。学校可采用不同形式的家庭教育指导方式，使学校教育与家庭教育同步。针对某些家庭偏重学生的智力培养，忽视生活能力的锻炼的问题，

学校要给予家长重视学生非智力因素的培养方法指导，这有助于学生学习品质的培养和行为品质的提高。家庭教育促进了校内外教育的迁移，与学校严而有序的日常规范教育一样，其目的都是要引导学生做个身心健康发展的好孩子。良好的家庭教养，也为学生在校做个好学生打下基础。因此，为造就一代新人，学校、家庭教育应密切配合，重视学生的文明行为素质的养成。

行为规范与学生素质

1. “行为规范”训练与提高民族素质和培养社会主义“四有”公民有着密切关系

《中共中央关于社会主义精神文明建设指导方针的决议》指出：“社会主义精神文明建设的根本任务是适应社会主义现代化建设的需要，培育有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义公民，提高整个中华民族的思想道德素质和科学文化素质。”这个根本任务，是教育的根本任务。对学生进行“行为规范”的教育训练，就是为了适应这个需要。

“行为规范”并不是无足轻重的细微末节。形成良好的道德品质和行为习惯是日积月累，反复教育和训练的过程，必须从大处着眼，小处着手，寓大于小，由小及大。过去，我们往往提出很高的要求，却忽视低层次的道德行为教育，以致有些小学生升入中学、大学或走上社会后还要补道德课，有些学生和走上社会的青年人至今仍不能做到在公共汽车上给老年人、病残者让座。随地吐痰，乱扔脏物，在公共场所起哄，在历史物上乱涂乱刻，不珍惜劳动成果等不文明、不道德的行为随时可见。这些都是缺乏做人的基本功的表现，是“四有”公民所不应有的行为。而“行为规范”正是从这些最基本的道德教育做起的。如果我们各级各类学校都这样教育下去，由浅入深、循序渐进，就会大大促进我们民族素质的提高和“四有”公民的培养。

2. “行为规范”训练是《学生守则》的具体化，是搞好道德教育、树立良好校风的重要措施

众所周知，加强对学生的道德教育是关系到提高民族素质，培养合格公民和建设社会主义精神文明的一项重要任务，但是，道德教育不能停留在空洞的说教上，必须见诸行为。这就需要有一个“行为规范”。有了规范，学生的言行有所遵循；进行教育和训练也有了依据。《学生守则》具有道德规范的性质，但还不是具体的行为规范。“行为规范”要比《守则》更加明确、具体、有针对性，它能告诉学生在自己的生活范围和道德行为内，应该怎样对待国家和公共的利益，怎样对待家长、老师、同学和周围的人，乃至应该有什么样的衣着穿戴，文明举止和正当的交往活动。

3. “行为规范”训练与培养学生的创造能力是一致的

曾经有过一种观点，认为加强“行为规范”训练培养的学生是守纪型的，它削弱了创造教育，影响了学生创造思维和创造力的展开，阻碍了创造精神的培养。教育的实践表明，这种说法是不符合实际的。心理学研究的成果表明，人才最优化结构有三个方面：合理的知识结构；良好的智能结构；积极的个性特征。没有一个好的学习习惯不可能有合理的知识结构和良好的智能结构，积极的个性特征也就成为无本之木。而学习习惯的培养则正是“行为规范”教育训练的重要内容。

比如：生活的规律化，可以在大脑的兴奋和抑制的活动中建立起具有一定节奏的动力定型。让学生建立一个合理的生活方式，培养其良好的习惯，会增大兴奋抑制活动的机能，有利于孩子正常发育。特别是当前在独生子女越来越增加的情况下，学生智力因素之间的差异不是那么明显；积极的个性特征——非智力因素却有明显差别，如：学习的兴趣、坚韧不拔的毅力、克服困难的意志、对劳动的满腔热情等等。而这些方面恰恰是培养具有创造才能所必需的素质，也正是“行为规范”训练的重要内容。

再比如：人才是一个复合体，具体的人才是各种各样的，居里夫人是人才，华罗庚是人才，同样雷锋也是人才。现在，人才不是太多了，而是太少了。而“行为规范”的核心，就是要引导儿童们像雷锋那样去做人。

因此，制定“行为规范”不意味着用繁文缛节束缚学生，搞“封闭式”、“保姆式”那一套。恰恰相反，在实施“行为规范”的过程中必须发挥学生的主动精神，提高他们自我教育、自我调控的能力。

所以，“行为规范”的训练与培养学生创造力是相辅相成、相互促进、不可分割的。

4. “行为规范”训练是更新教育思想的需要和体现

更新教育思想是“行为规范”训练的前提条件，只有在正确思想的指导下，“行为规范”训练才能取得成效。因为学生有了道德认识，并不能保证一定会有良好的道德行为。从品德发展和道德教育来看，更主要的是怎样把道德认识转化为道德行为。道德认识固然重要，但道德教育的着重点，应放在培养道德行为上，这里存在着一个教育坡度。而过去一个阶段教育的弊端之一是忽视道德行为的培养，忽视非智力因素的作用，忽视了低层次的道德教育，造成了学生言与行，认识与行为脱节的情况。比如：学生年龄越小，言行越一致，随着年龄的增长，言行一致和不一致的分化越大。这里，主要不是年龄特征问题。如果说有年龄特征问题的话，那只是由于：年龄越小的学生，行为比较简单，比较外露，他们不善于掩蔽自己的行为；而年龄较大的学生，行为比较复杂，也日益学会掩蔽自己的行为。这又存在着一个训练上的难度。

怎样把握教育上的坡度，解除训练上的难度呢？如果只讲一些抽象的道理或采取管、卡、压、盯、看、跟的办法，常常是无济于事的。必须更新教育思想，采取恰当的教育方法。就是说，行为的培养，有时可以采取从提高学生政治与道德认识开始，有时可以从激发学生的道德感着手，有时则可以从磨炼学生意志或训练学生行为习惯做起，有时还可采取强化的方式特别是及时强化的方式，这样做往往有更大的作用，如：表扬与批评，奖励与惩罚等。具体从何做起，要根据学生知、情、意、行的发展情况和教育因素的变化等条件而决定。

行为规范教育与养成教育

1. 教育就是养成习惯

所谓习惯，是由于无数次的重复或练习而逐步固定下来变成自动化或半自动化了的行为方式。比如早上早起，第一次早起，一般需要作意志上的努力或他人督促，但坚持几个月乃至几年之后，就习以为常。每天清晨，自动早起，不按时起来反倒觉得浑身不自在、心里不踏实。一个勤劳成习的人，突然让他闲着没事干，他甚至会生病的。由此可见，习惯不是与生俱来的，而是后天慢慢形成的。形成的原因和方式有两种：一种是不自觉、下意识地重复同一动作所致，另一种则是通过有意识地练习达到的。这就给我们教育工作者提高了一个重要课题：如何通过有效的培养和训练，使少年儿童从小养成良好的行为习惯，克服不良行为习惯。而这，正是养成教育的基本内涵和主要任务。

养成教育对少年儿童身心的发展有着特别的重要性。许多事实表明：一个人的一些行为习惯，是在一定的年龄段形成的。错过该年龄段，再加以培养，往往事倍功半，难以奏效。少年儿童正处在身心迅速发展又极具可塑性的阶段，是施教的最佳期。紧紧把握住这个有利时期，培养他们良好的学习、生活和文明礼貌等习惯，不仅对他们现在的和谐发展起很大的促进作用，而且会使他们终生受益。少年儿童是祖国的未来和希望，他们养成了良好的行为习惯，对于提高整个中华民族的素质和文明程度，也会起很大的推动作用。

养成教育渗透于德、智、体、美、劳诸育之中并对它们产生积极的影响，尤其对少年儿童的德育影响更大。我们知道，学生思想品德的形成过程是知（道德认识）、情（道德的情感）、意（道德意志）、行（道德行为）的和谐统一，不可或缺。就是说，我们在对学生进行思想品德教育时，要诲之以做人的道理，动之以真诚的情感，锻炼其坚强的意志，引导其正确的行为。但在实际工作中，可以而且必须因对象、背景、条件的不同而有所侧重和有所先后。对少年儿童来说，不但要突出“行”这个要素，而且要从“行”的培养入手。当然，在这同时，要辅之以其他方面，防止机械主义。北京实验小学校长姚尚志同志讲过一句话：“小学生的思想品德教育，说到底，主要是培养学生良好的行为习惯。”这个见解是很深刻的，完全符合少年儿童德育的特点。

2. 抓好养成教育在当前尤为重要

（1）强调养成教育，这是从当前学生的实际出发而提出的。就普遍的学生状况来说，他们的文明道德习惯、学习习惯、健身习惯、卫生习惯的现状是不能令人满意的。造成这种状况的原因是多方面的，有十年动乱造成的恶果，也有某些外来的不良影响，但更重要的是我们教育自身存在的问题。如，我们的有些工作调子很高，但脱离学生的实际；有的工作只重形式，不求实效；还有我们对养成教育在落实素质教育中所起的作用认识不足等原因。

（2）强调养成教育，这是从基础教育的任务出发而提出的。中小学教育的根本任务是全面提高学生的思想道德素质、科学文化素质、劳动技术素质和身体心理素质。因此，在中小学阶段要着重强调教育学生“学会做人、学会求知、学会办事、学会健体。”这几个“学会”是和养成教育紧密相连的，只有真正抓好了养成教育，打基础的任务才能完成。

（3）强调养成教育，这是贯彻教育方针的需要。养成教育不仅仅是德育

范畴的内容，而且也包含着智育、体育诸方面的内容。思想道德素质包括思想面貌、政治观念、道德品质三个方面。一个人的道德品质是通过他的道德行为来表现的，而道德行为是和一个人的道德习惯紧密相联系的。科学文化素质包括的内容是非常广泛的，而良好的学习习惯，对一个人的科学文化素质的提高有着深远的影响。学习习惯主要包括：集中注意力专心听讲的习惯；能针对不同的要求，采取多种方法的阅读习惯；乐于和善于思考、总结的习惯；勤于自学的习惯；善于观察、乐于动手的习惯等等。身体心理素质所包含的重要内容之一，是使学生养成健体的习惯及卫生习惯。这个习惯一旦养成，将终生受益。所以不应把养成教育仅仅理解为贯彻中小学生行为规范的内容，而应把它提高到贯彻教育方针的高度上去认识。

（4）强调养成教育，这是提高民族素质的需要。《中国教育改革和发展纲要》指出“教育改革和发展的根本目的是提高民族素质，多出人才，出好人才。”教育担负着提高民族素质的重要任务。一个民族的素质所包含的内容也是极其广泛的，但是在评价一个民族的素质时，往往首先是通过这个民族多数人所表现出来的行为习惯而获得感性认识的。例如：日本、韩国、新加坡人的文明礼貌及爱护环境的卫生习惯；德国人守时办事严谨、负责的习惯等等。因此，抓好养成教育对于提高整个民族的素质起着重要的作用。有人认为，学校强调养成教育，似乎学校的教育标准不够高。我不这样认为，理由已在上面说过，这里不再重复。另外，如果我们真正做到所培养出来的学生在德、智、体诸方面都具有良好的习惯，这绝非轻易之举，也绝非标准不高。

养成教育的主要方法

一、训练法

习惯是一种动力定型，是条件反射长期积累和强化的结果，因此必须经过长期、反复的训练才能形成。严格要求，反复训练，是形成良好习惯最基本的方法。

对已经形成不良习惯的学生要抓住三个转化，即不良习惯及错误认识向正确认识的转化、正确认识向正确行为的转化、正确行为向良好习惯的转化。

对已形成不良习惯的学生，工作要更耐心，他们由不良习惯转到正确行为既需要提高认识，又需要行为矫正。特别是需要学生的意志努力和教师的严格训练。实现转化的关键是训练，由正确认识向正确行为转化需要训练；由正确行为向良好习惯转化更需要训练，由不良习惯向正确行为转化尤其需要训练。没有训练就没有习惯。严格要求，反复训练，不断强化是实现转化的关键。

教育，特别是品德教育尤其要重视行为习惯的训练。品德教育是一个包括知、情、意、行的完整结构。知，就是道德认知；情，就是道德情感；意，就是道德意志；行，就是道德行为。德育过程是知、情、意、行互相作用的过程，它们互相依赖，互相作用，共同发展。教师对学生的教育必须知、情、意、行全面抓，才能培养出学生完整的品德心理，完善的人格。现在我们对学生的教育只是“知”抓得多，“情”、“意”、“行”抓得都不够。学生中普遍存在的只知受爱，不知爱人；惧怕困难，意志薄弱；语言的“巨人”，行动的“矮子”等现象，这些都是教育不完善的反映。为了学生健康成长，我们必须重视行为习惯的训练。可以说行为训练法是养成教育最基本的方法。

训练可以使机体与环境之间形成稳固的条件反射，这种稳固的条件反射是不能靠单纯说教形成的，只有反复训练才能形成自然的、一贯的、稳定的动力定型，这是人的生理机制所决定的。所以说，没有训练，就没有习惯。训练法对于小学生来说尤为重要，因为他们的品德形成往往不是先从概念开始，而是从实践中体验和训练出来的。一些大道理一时半会儿很难被他们理解，随着年龄的增长，他们体会到好习惯的益处，慢慢地就理解了。这时的习惯已成为他们的第二天性，他们将因此而受益终身。

行为训练法之所以重要，是因为只有通过行为训练法才能使学生身体力行，知行统一，才能磨练孩子的意志，形成他的好思想，好品质。行为训练法比其它方法更有利于形成言行一致，知行统一的高尚品德。人的品德光靠书本和说教是不能形成的，必须经过实践锻炼，必须经过长期的甚至是痛苦的磨练。

那么，我们应该怎样运用行为训练法呢？

1. 训练要持之以恒。进行训练要强调“反复”二字，不反复训练形不成习惯。养成教育是一项长期工程，养成一个好习惯不是一天、两天，一月、二月的事，需要长期抓，持之以恒。矫正一个不良习惯更不是三天两日的事，冰冻三尺非一日之寒，要让学生改正不良习惯，更需要我们做持久的工作。有些家长和教师比较性急，总想三下五除二就解决问题，那是不行的。即使学生按你的要求做了，那也只能叫行为，不叫习惯，如果我们想起来就管管，想不起来就算了，习惯是养不成的。我们一疏忽，学生的行为就会像弹簧一

样又回到原来的样子。

2. 训练要严而又严。训练法要强调“严格”二字，训练就要有个“狠”劲，不见实效不收兵。然而现实生活中，有些家长因为疼爱孩子，不下了狠心，孩子一闹、一哭、一求饶，家长就心软了，“算了，今天饶你一次，下次可不行了！”，有“一”就有“二”，孩子一次次求饶，家长一次次妥协，最后什么好习惯也没养成，培养好习惯的过程是一个痛苦的过程，孩子不愿意，这时家长就得咬着牙让孩子坚持下去，甚至孩子病了、累了也不例外，这样才能最终形成良好习惯。

3. 训练中要调动学生的积极性。训练时需要严格，但只有教师的严格，没有学生的积极性，往往产生“逆反情绪”，你越严我越不按你的要求做，所以训练中一定要注意调动学生的积极性，主观能动性。具体说，应该做到五个结合，即：

(1) 激发兴趣与严格训练相结合。研究中发现一个规律，学生养成良好习惯以后是非常愉快的，可养成的过程却是一个“痛苦”的过程，需要咬着牙，战胜许多困难，经过许多枯燥单调练习。特别是对已形成不良习惯的，要矫正就更需要坚强的意志、严格的训练，事实证明不少学生的好习惯，往往是在与坏习惯的斗争中形成的。

(2) 明确要求与具体指导相结合。为了明确要求，我们制订了养成教育内容序列，指导得非常具体，从每个细小动作入手，从坐、立、行、走开始，对握笔姿势、看书姿势、敬礼姿势都要给予指导，还要教学生学会如何给大人递东西，如何接教师发的本册，如何说话，甚至咳嗽时如何用手帕捂嘴……有些学生缺乏起码的生活经验，如果不给以生活指导，很难形成良好习惯。要学生养成卫生习惯，就要教学生如何刷牙、洗脸、洗脚，如何叠被、擦桌子、扫地……如果不手把手地教，学生刷牙就可能横着刷而不是竖着刷，洗脸、洗脚就会弄一地水，擦桌子就会乱抹，而擦玻璃就会越擦越脏。没有指导的实践还可能养成不良习惯，所以在培养习惯时必须具体指导。教师在学校指导，家长在家里指导，边指导边训练，最终形成良好习惯。

(3) 检查评比与自我评价相结合。只要求没检查，要求就容易落空，因此检查评比工作必须坚持下去。我们组织干部、教师、学生三级检查网，根据小学生日常行为规范进行检查评比，做到“天天查，周周评，月月总结”；学期初重点抓，学期中、学期末，不间断地抓，有始有终。我们还开展了“百分达标”，“红花评比”等活动，评出纪律标兵、学习标兵、文明礼貌标兵等，这是琐碎的工作，但必须坚持下去，它对形成学生良好习惯起到了督促的作用。

但是，检查、评比终究是外力，养成良好习惯还必须靠内因，为此我们把检查评比与自我评价结合起来。要重视学生的自我评价。自我评价，是学生进步的力量源泉，只有自己认识到自己的行为正确与否才会产生美化自我行为的强大动力。我们每次评价都是先搞自我评价，学生平时制作自我评价表，每天记录，一周一总结，事实证明这对提高学生道德认识、校正学生道德行为是个非常有效的措施。

(4) 纪律制约与自我要求相结合。要克服不良习惯既需要内部的意志力，也需要外部的强制力。小学生自觉性不高，良好习惯的养成完全靠自觉是不行的，必要的纪律制约是很重要的。“国有国法，校有校规”。学校必须制订严格的纪律，以此来约束学生的行为。有了这些规定，可以鼓舞学生

向积极的方向去努力，并提醒学生不做违反校规的事。为了养成学生良好的行为习惯，我们制订了校规校纪，如“一日常规”、“课堂常规”、“校外行为规范”、“家庭行为规范”等，并制订了相应的纪律，这些规定对保证学生接受严格训练，按正确要求去做，起了辅助作用、制约作用。

(5) 反复强化与积极疏导相结合。养成教育是一个长期工程，养成一个好习惯绝非一日之功，矫正一个不良习惯更不是三下五除二的事，冰冻三尺非一日之寒，要让学生改正不良习惯需要反复强化，持之以恒地工作，我们坚决反对“前紧后松”、“一曝十寒”、“三天打鱼两天晒网”的做法，提倡的是一竿子插到底的方法，不见效果不罢休。

二、说服教育法

我们提出一个假说：我们认为必须把说服教育与严格训练有机地结合起来，才是最有效的方法。为了验证我们的假说，我们做了对比实验，学生行为习惯水平：实验一个月后，单纯说教组的提高 25.8%，单纯训练组的提高 31.4%，说服教育与严格训练相结合的提高 62.9%，验证了我们的假说是正确的。

在说服教育中我们还比较注意艺术性、趣味性，用趣味活动去激发动机。例如：一年级实验班培养学生良好的作业习惯，通过调查发现，38 名学生，在完成作业中，只有 14 人能专心、按时完成作业，24 名有磨蹭、不专心的毛病。老师针对这一现状，讲了宝贵的一分钟故事，同学们听了很震惊，老师趁热打铁，马上布置一分钟作业，让同学们看看自己的一分钟能干多少事，结果第一组平均每人写 20 个字，第二组平均每人做 15 道数学题，第三组读课文 85 个字。同学们深感自己的一分钟也有很大的价值。然后开展了“比比谁的红旗多”、“攀登高峰”的活动。由于把说服教育与趣味活动结合起来，学生积极性很高，经过培养教育，这个班能认真按时完成作业的同学由 14 人发展到 36 人。

三、榜样示范法

青少年有一个心理特点就是模仿，他们可塑性强，给他们树立什么榜样是十分重要的。尤其是小学生分辨能力差，“近朱者赤，近墨者黑”在他们身上表现得更加明显。榜样有激励作用，如果我们用正面的典型给他们做榜样，就可以激励他们向积极的方向去努力。例如，给孩子树立邱少云的典型，他们就会用邱少云的标准要求自己，养成严格遵守纪律的习惯。榜样还有矫正作用，它像一面镜子，可以使学生经常对照检查，改正自己的不良行为。例如，让学生看《小学生行为规范》的电视片，学生就可以从影视上正确的做法中对比出自己的不足，从而改正缺点错误。

四、活动法

针对青少年活泼好动的特点，开展丰富多彩的活动，是培养学生良好行为习惯的重要方法之一。

学校有计划地利用节日开展教育活动，在丰富多彩的活动中促进学生良好的道德行为习惯的形成。如“敬老日”，同学们组成小组到居民区为老人洗衣服、擦玻璃、收拾房间，“教师节”开展尊师活动，“三八节”开展慰问妈妈的活动……这些活动学生很感兴趣，利于入脑、入耳，起到了很好的教育作用。

五、氛围法

“氛围”指的是精神环境和心理环境。“氛围法”就是创造良好的精神