

名校校长鲁慧茹讲述如何从规则到习惯培养孩子

先做人再成事 先品行再学业

“让孩子们成长得更好”
名校校长公益大讲堂
主办：共青团上海市委 上海市少工委

培养孩子要“先做人再成事，先品行再学业，先基础再拔尖”。由上海团市委、市少工委联合主办的“让孩子们成长得更好”名校校长公益大讲堂第二季近日在上海团校正式开讲。首期大讲堂中，上海市第一师范学校附属小学校长鲁慧茹用了大量贴近生活的实例，讲述如何让孩子建立规则意识，培养良好的行为习惯。

青年报资深记者 郭颖



鲁慧茹校长讲述如何让孩子建立规则意识，培养良好的行为习惯。

青年报记者 吴恺 摄

孩子可以“无才”但不能“无能”

“学习可以无名(名次)，但不能无品。孩子可以无才(孩子的一技之长还没有表现出来)，但不能无能(能力习惯)。家庭教育是一门课程，这门课程不像语文数学，没有考试，也没有重修，每天都在进行，可能在饭桌上，在接孩子的路上和出游的旅途上，但一定会在关键时刻或者是某时某刻和我们‘算账’。”鲁慧茹校长开门见山。

从师范学校毕业，从语文老师做起，近40年来一直扎根在一师附小的鲁校长很“接地气”。她表示，孩子的学习是重要的任务，一师附小历来

重视培养学生的责任感教育和必需的担当，愉快教育提倡自主自动，学生拥有愉快的情绪才能激发和唤起学习的动力，其过程和刻苦并不矛盾，两者可以互为作用。“我们教育孩子的路径是：学习的兴趣-积极的实践-教师适时提供资源和帮助-获得点滴收获-情绪高涨-继续挑战自我-进入新一轮的学习。”

“我们每个年级的孩子都要阅读，5年100本。成为附小的孩子必须要读书，我们要求家长也给孩子定一个协议，每天半小时，一年级20分钟。”鲁校长介绍说，要让孩子今日事今日毕，

白天事白天毕，学科事学科毕。

“朗读对低年级的孩子来说，非常重要。我们有一个孩子，一年级时，奶声奶气，话也讲不清楚。我们跟家长说，这个孩子不会说话，将来怎么办？家长很有意识，回去定下一个规则，每天早晨起来10分钟朗读。一年级没有朗读课，可以考他的记忆力，晚上给他讲故事，早上让他讲出来，这也是朗读。日积月累，现在孩子二年级了，他在学校的朗读能力也突飞猛进，每天早读朗诵，做小主持人。”鲁校长认为，这就是规则在起作用。

要针对孩子不同情况“推托拉拍”

“规则是前提，习惯跟后。吃饭前要洗手，这是规则。每天做，就成为了一种习惯。规则要内化为行动，内化为一种自觉的意识，养成一种改不了的行为，这叫习惯。”鲁校长认为，从规则到习惯，要有一个过程，需要家长的耐心、恒心，但一定要重视培养和训练。

“父母要有一双有‘魔力’的 hands，针对孩子的不同情况，有时是推，有时是托，有时是拉，有时是拍。”鲁校长举例道，比如孩子胆子小，遇到情况退缩，让他上台始终不肯，这种

孩子要推他，给他创造机会，给他条件，让他可以出场、出挑、出彩；有的孩子基础差，能力也不是很强，理解上有一些问题，我们要托一托，包括家长的辅导；有的孩子要拉一下，碰到他犯错误、受委屈、情绪低落、出现问题的时候要拉一下，否则他可能走得更远；拍，就是在思想意识上猛击一掌，犯错的时候让他改进，他做出来的事情不好看了，要拍。鲁校长说：“更多的时候我们是鼓掌，都说孩子是夸出来的，很多学校搞赏识教育，给孩子一些鼓励，孩子会进步，但

是要适可而止。”

对于家长们最关心的低年级孩子作业拖拉问题。鲁校长支招：要给孩子“做规矩”，例如作业必须半小时内完成，中途不可以随便离开。有的孩子做一次作业，中途要离开7次，就要从限制他离开的次数开始，慢慢来，直到孩子可以一次都不离开，专心把作业做完。“还有一个办法是用闹钟，调一个规定的时间，时间到了，闹钟会不停地响。一定要让孩子有这样的意识，做好时间的管理、时间的分配、时间的运用。”

[第二季]

增加与校长的沟通环节

“鲁校长告诉家长在孩子人生的长跑中不要急于求成，更重要的是跑对方向，贵在坚持，千万不要犯规。不要把孩子当成容器，只灌输知识，孩子是一棵树，家长要引导、点拨、唤醒。还要更多地陪伴，言传身教。好品质、好习惯更重要。”家长王先生认为，鲁校长不仅讲观点，也介绍很多办法，作为家长获益良多。

上海市少工委主任、市少先队总辅导员赵国强告诉青年报记者，根据前期调查，针对家长的期望，第二季在第一季基础上，将继续秉承公益性

原则，由团市委和市少工委“买单”，面向全市中小学生家长。在内容方面，根据前期家长调查，进一步突出了精准性，增加了讲座前与校长的沟通环节，直面广大家长关心、社会关注的焦点问题。活动采取“青春上海ACT+”、“萌动上海”线上报名方式，喜马拉雅网进行现场直播，进一步提升了覆盖面。

据介绍，名校校长公益大讲堂第二季将在3月-6月隔周的星期日，推出8场沪上知名校长讲座。主讲人包括上海市第一师范学校附属小学校长

鲁慧茹，上海市实验学校校长徐红，长宁区天山第一小学校长吕华琼，上海市尚德实验学校校长姜晓勇，黄浦区蓬莱路第二小学校长余祯，浦东新区进才实验小学校长赵国弟，静安区闸北实验小学校长李莉，闵行区实验小学校长、七宝外国语小学校长何学锋，活动旨在通过围绕孩子、家长在学校教育、家庭教育、社会教育和组织教育中的焦点问题，为青年家长提供专业、权威的教育方法，进一步促进孩子们快乐生活、全面发展、健康成长。

■年轻态

虹口举行“小小国旗班”培训

本报讯 记者 范彦萍 “国旗的设计者叫曾联松，是当时上海一名普通的经济工作者，当年就是居住在咱们虹口区这座简朴的住所里进行构思创作，最后在几千幅参选作品中胜出……”武警三支队勤务中队指导员苗斐正和青少年们讲述着国旗的由来。日前，虹口团区委第三期“小小国旗班”培训暨警营开放日活动在武警三支队顺利举行。

参加第三期培训班的有通过“虹口青年微生活”微信公众号报名的青少年和家长们。

开班仪式上，武警官兵代表为大家讲解了《国旗法》知识并现场演示了升旗动作，帮助大家进一步熟悉升旗的流程。

课程结束后，武警官兵们组织青少年参观了班排内务宿舍和史馆，让他们也了解武警官兵的日常训练生活。

此次虹口区青少年“小小国旗班”第三期培训暨军事开放日活动得到了团市委的指导，以及武警三支队和市合作交流办团工委的大力支持，同时也为进一步引导青少年增强国家观念、增进青少年的民族自信心和自豪感和开展好虹口区“国旗下成长”升旗活动打下了扎实了基础。

国内首个儿童罕见病临床研究项目启动

本报讯 记者 顾金华 全球范围内已确认的罕见病种约6000至7000种，约有80%的罕见病是由遗传缺陷所致。日前，儿童罕见病诊断领域启动了国内首个临床研究项目，将系统地评估全基因组测序在不明原因智力落后或发育迟缓、多发畸形等罕见未确诊儿童患者中的应用指征及诊断效果，通过临床表型和基因型关联统计分析中国人自己的临床应用和共识，进一步规范和指导全基因组测序在儿科临床应用、实验室的检测及报告，并构建中国儿童遗传疾病检测基因组数据库。

据统计，中国罕见病患者约为1680万人(截至2011年的估计数据)。罕见病患者在国内还未得到足够的重视，多数罕见病患者及其家庭不仅饱受疾病折磨，也承受着巨大的经济负担。基因诊断已经起到了相当的作用，但不够规范的情况也同样存在。

“基因测序已经经历两个阶段，即一代的基因芯片和二代测序。此次推动的将是真正的全基因组测序。”该项目负责人、上海新华医院儿科专家、上海儿科研究所分子平台负责人余永国教授告诉记者，现行的基因测序方法在临床上仍无法对一些罕见病做出明确诊断，新的全基因组测序可以检测出此前无法检测的复杂基因组结构变异等。这一技术如果在临床上的应用，有望大大提高罕见病的诊断。