

NỘI DUNG THỰC HÀNH ĐỆ TỬ QUY HÀNG NGÀY

Xin chào các em nhỏ!

Người thân đang từng giờ từng phút quan tâm đến chúng ta, vậy chúng ta đã làm được gì cho người thân nào? Phải luôn nhớ làm hàng ngày nhé.

Ghi chú: Tốt (✓) Trung bình (Δ) Kém (O)

Từ ngày..... tháng.....năm..... đến ngày.....tháng.....năm.....

Lớp:.....

Họ và tên:

Sau khi ngủ dậy, không để cha mẹ phải lo lắng.

1. Khi chuông vừa kêu, ta lập tức dậy (*Sáng dậy sớm; Cha mẹ gọi, trả lời ngay*).
2. Ta tự gấp chăn (*Nón quần áo, để cố định; Chó để bừa, tránh dơ bẩn*).
3. Hỏi thăm người lớn (*Sáng phải thăm, tối phải viếng*).
4. Chủ động đánh răng rửa mặt (*Sáng rửa mặt, phải đánh răng; Tiểu tiện xong, rửa tay sạch*).
5. Tự mình mặc quần áo (*Mũ phải ngay, nút phải gài; Vớ và giầy, mang chỉnh tề*).
6. Mặc quần áo sạch sẽ gọn gang là được, không lựa chọn quần áo hàng hiệu (*Áo quý sạch, không quý đắt; Hộp thân phận, hộp gia đình*).
7. Khi ăn ba bữa cơm hàng ngày nhớ đọc lời cảm ơn “Con xin cảm ơn Cha mẹ đã sinh thành và nuôi dưỡng. Con xin cảm ơn Thầy Cô đã ân cần dạy dỗ! Con xin cảm ơn bác nông dân đã làm ra thực phẩm này! Con xin cảm ơn Bác đầu bếp! Con xin cảm ơn tất cả mọi người quan tâm giúp đỡ!”.

Thực hành khi học tập trên lớp.

1. Trước khi ra ngoài, phải chào người thân (*Đi phải thưa, về phải trình*).
2. Phải chủ động chào hỏi người lớn hoặc thầy cô khi gặp trên đường (*Gặp trên đường, nhanh đến chào; Người không nói, kính lui đứng*).
3. Phải đoàn kết yêu thương với bạn học khi ở trường (*Anh thương em, em kính anh; Việc anh họ, như anh ruột*).
4. Khi lên lớp phải chú ý lắng nghe, nếu không hiểu phải hỏi hoặc ghi lại để hỏi thầy cô sau khi tan học (*Cách đọc sách, có ba điểm; Tâm mắt miệng, tin đều trọng; Tâm có nghĩ, thì chép lại; Học hỏi người, mong chính xác*).

- 5. Nội dung mà thầy cô dạy, những điều ta hiểu mà bạn khác hỏi thì phải nhẫn nại giảng giải, những điều người khác biết mà mình không biết thì phải khiêm tốn học tập theo họ (Mình có tài, chớ dùng riêng; Người có tài, không chỉ trích).
- 6. Khi nói chuyện phải thành thật, cẩn trọng, giữ uy tín (Phàm nói ra, tin trước tiên; Nói nhiều lời, không bằng ít; Phải nói thật, chớ xảo nịnh).
- 7. Không đặt biệt danh với bạn học hoặc nói những lời lẽ không văn mình (Lời gian xảo, từ bản thủ; Thói tâm thường, phải trừ bỏ).
- 8. Khen ngợi ưu điểm của người khác, không bình luận và tuyên truyền lỗi sai, khuyết điểm của người khác (Người có lỗi, chớ vạch trần; Việc riêng người, chớ nói truyền; Khen người thiện, tức là tốt; Khen người ác, chính là ác; Thấy người tốt, nên sửa mình; Thấy người xấu, tự kiểm điểm).
- 9. Khích lệ cùng tiến bộ với bạn học, bạn học có sai lầm, thì hãy tìm thời cơ nhắc nhở nhẹ nhàng (Cùng khuyên thiện, cùng lập đức; Lỗi không ngăn, đôi bên sai; Khen khi đông người, phê bình khi vắng).
- 10. Đảm bảo an toàn tính mạng cho mình, không gây cãi cọ với bạn học, không chơi ở những nơi nguy hiểm (Thân bị thương, cha mẹ lo; Nơi ồn náo, chớ đến gần; Việc không đáng, quyết chớ hỏi).

Sau khi tan học trở về nhà, phải mang niềm vui đến cho người thân

- 1. Khi về đến nhà, phải hỏi thăm người thân (Đi phải thưa, về phải trình).
- 2. Phải để giày dép gọn gàng, không để bừa bãi rồi bị mất (Nón quần áo, để cố định; Chớ để bừa, tránh dơ bẩn).
- 3. Để cặp sách vào nơi quy định, không để bừa bãi rồi bị mất (Nón quần áo, để cố định; Chớ để bừa, tránh dơ bẩn).
- 4. Nhà có người giúp việc, người làm thuê; không được tỏ vẻ cậu chủ, cô chủ; tự làm lấy việc của mình (Sắp cho người, trước hỏi mình; Mình không thích, phải mau ngưng; Đối người ở, thân đoan chánh; Tuy đoan chánh, lòng độ lượng).
- 5. Tùy vào sức lực của mình mà giúp đỡ làm việc nhà (Cha mẹ thích, dốc lòng làm)

Tự làm bài tập, không làm phiền người thân thêm mệt

- 1. Không xem ti vi, chủ động làm bài tập, không để người thân phải nhắc nhở (Thời gian ít, cần chăm chỉ; Công phu đủ, đọc liền thông).
- 2. Không được vừa làm vừa chơi (Cách đọc sách, có ba điểm; Tâm mất miệng, tin đều trọng).
- 3. Sách vở phải để gọn gàng, ngồi thẳng, chữ viết ngay ngắn (Mục mài nghiêng, tâm bất chánh; Chữ viết ẩu, tâm không ngay).

4. Làm xong việc này rồi mới làm việc khác (Mới đọc đây, chớ thích kia; Đây chưa xong, kia chớ đọc).

5. Khi làm xong bài tập, phải thu gọn dụng cụ học tập (Xếp sách vở, chỗ cố định; Đọc xem xong, trả chỗ cũ).

6. Dọn dẹp phòng của mình, để phòng được gọn gàng sạch sẽ (Gian phòng sạch, vách tường sạch; Bàn học sạch, bút nghiên ngay).

7. Lựa chọn sách tham khảo có lợi có trí tuệ, nâng cao phẩm chất đạo đức; không xem những cuốn sách và tiết mục trên ti vi làm vấy bẩn tâm trí của mình như nội dung bạo lực, tình ái..., cố gắng không xem các tiết mục trên ti vi (Không sách thánh, bỏ không xem; Che thông minh, hư tâm trí).

Khi cha mẹ đi làm về nhà, phải làm cho cha mẹ vui vẻ.

1. Lấy dép đi trong nhà, rót nước cho cha mẹ (Đông phải ấm, hạ phải mát; Cha mẹ thích, dốc lòng làm).

2. Lấy sổ liên lạc cho cha mẹ xem, chia sẻ những chuyện đã diễn ra ở trường (Nghe khen sợ, nghe lỗi vui; Chỉ đức học, chỉ tài nghệ; Không bằng người, phải tự gắng).

3. Không được làm phiền khi cha mẹ nói chuyện điện thoại hoặc xử lý công việc (Người không rảnh, chớ nào phiền; Người bất an, không quấy nhiễu).

Hòa đồng vui vẻ cùng cả nhà khi ăn tối

1. Giúp đỡ người thân lấy bát đũa, bung thức ăn.

2. Mời người lớn dùng cơm trước, rồi mình mới ăn (Hoặc ăn uống, hoặc đi đứng; Người lớn trước, người nhỏ sau).

3. Khi ăn không kén chọn, không ăn nhiều (Với ăn uống, chớ kén chọn; Ăn vừa đủ, chớ quá no).

4. Gắp thức ăn cho người lớn (Cha mẹ thích, dốc lòng làm; Cha mẹ ghét, cẩn thận bỏ).

5. Dọn dẹp giúp cha mẹ sau khi ăn cơm xong.

Anh em phải hòa thuận khi chơi cùng nhau.

1. Làm xong bài tập rồi mới được chơi (Nếu gắng làm, không học vãn; theo ý mình; mù lẽ phải).

2. Phải vui chơi cùng anh chị em (Anh thương em, em kính anh; Anh em thuận; hiểu trong đó).

3. Không tranh cãi nhau (Tiền của nhẹ, oán nào sanh; Lời nhường nhịn, tức giận mất).

4. Khi dùng đồ chơi của người khác, phải được sự đồng ý (Dùng đồ người, cần mượn rõ; Nếu không hỏi, tức là trộm)
5. Sau khi chơi đồ chơi phải chủ động dọn dẹp (Nón quần áo, để cố định; Chớ để bừa, tránh dơ bẩn).

Trước khi đi ngủ phải làm cho cha mẹ yên tâm

1. Trước khi đi ngủ, phải chuẩn bị xong cặp sách rồi mới đi ngủ (Tuy có gấp, xếp ngay ngắn; Có sai hư, liền tu bổ).
2. Các em học mẫu giáo và tiểu học phải lên giường đi ngủ, các em học sinh cấp hai cũng phải cố gắng đi ngủ sớm.
3. Trước khi đi ngủ phải chúc người thân ngủ ngon (Sáng phải thăm, tối phải viếng).

Ghi chú: Các nội dung trên đây sẽ căn cứ vào độ tuổi của trẻ và tình hình thực tế để điền.