

# 学生良好行为习惯与健康人格有效养成研究

张丽娟

吉林省临江市第一中学

DOI:10.32629/er.v3i7.3019

**[摘要]** 学生良好行为习惯的养成是学校德育工作的中心内容,是形成良好校风、学风、班风的关键。良好的日常行为习惯是学生顺利学习其他活动的重要前提,而良好行为习惯的形成则是优良品德形成的标志。因此,在中学教育过程中要特别注意做好良好行为习惯的养成教育。

**[关键词]** 良好习惯; 养成; 德育工作

## 前言

习惯是一种看不见的力量,是在不知不觉当中养成的,学生学习成绩的好与坏,不仅与学生的智力有关,更重要的还是与学生的良好学习习惯、生活习惯有关。教育家孔子曾说:“少成若天性,习惯成自然。”也就是说,从小培养怎样的习惯,成人后就会形成怎样的品性。近代教育家叶圣陶也说:“教育就是培养习惯”。良好的行为习惯对人一生具有深远的影响,这种影响将伴随人的一生,无论学习还是生活,做人或处世,它都以一种无比顽强的姿态干预着你生活中的细枝末节,从而主宰人生。毫不夸张地说,良好行为习惯的养成是终身享用不尽的财富。家庭和学校要从小开始培养学生的良好行为习惯。捷克教育家夸美纽斯主张:好习惯的培养最好是“心理还很清新”,没有形成错误观念,没有坏习惯时就开始。人的早期可塑性很大,是好习惯养成的关键。这一时期的学生对教师充满着信任和尊敬,愿意按老师的指示去做。培养良好的学习习惯要从小落实。培养学生良好行为习惯要从细节入手,持之以恒。学生养成良好的学习习惯,必须从细节开始。教学中,有许多的“细节”,教师在教学中要注重把细节养成良好的习惯,久而久之,学生的习惯就自然形成了。

## 1 榜样示范是养成良好行为习惯的航标

“学高为师,身正为范”永远是教育

的主题,教师言谈举止、丰富学识都会给学生以无言教育,因此老师为了让学生具有良好行为习惯,就要充分注意这种表率作用。在日常生活中老师在与学生交往中要特别重视语言内在和外显的教育、引导作用。比如讲普通话、用文明语、不随手扔烟头、垃圾等,这样才能形成对学生良好行为习惯的感染与潜移默化。在课堂教学中,老师要用丰富的知识、优雅的谈吐吸引学生。如果一个老师板书工整,书写很好,这个班学生的作业就干净、整洁,字也写得漂亮。在上微机课时,信息技术老师更要以身作则,在使用计算机过程中一定要自己先养成良好的上机行为习惯,为学生树立榜样。学生在平时不断地强化训练当中,良好的上机行为习惯才会真正地培养起来,总之老师良好的言行对学生起着潜移默化的影响。父母对孩子良好行为习惯养成具有直接影响,父母的言行举止要规范、文明,尤其在孩子面前,因为父母是孩子最直接的学习榜样,父母的言行举止会在潜移默化中影响孩子的品格。要想把自己的孩子教育成一个孝敬父母、懂事的人,那么做父母的首先就要做到孝敬自己的父母和长辈。父母的做法,孩子看在眼里,耳濡目染,也会渐渐地养成尊敬长辈、孝敬父母、关心他人的好习惯。

除了教师和父母亲身示范外,班主任或科任老师在教学过程中要列举典型人物言行来对学生进行榜样教育。比如可通过各种形式宣讲古今中外名家成功

事例、名言给学生树立榜样,也可以将学生中间的优秀伙伴行为加以表扬,树立班级甚至全校标兵以供其他学生学习、效仿。通过真人真事良好行为榜样感染使学生从中汲取营养,实现由被动到主动,由感动到行为的转化。中学时期是人生重要阶段,此时形成的习惯能够影响其一生,老师、父母、名人名言以及优秀生的言行举止、行为规范都可对学生良好行为习惯养成教育起着典范和导航作用。

## 2 班主任要充分发扬民主,发挥集体的积极作用,树立良好的班风

学生到了高中,随着身体的发育,心理也发生了很大的变化,逐渐有了独立的意识,对问题有了自己的见解,希望得到别人的尊重,在意别人对自己的看法。班主任应根据学生的这一心理特点,充分发扬民主、发挥集体的作用,培养学生良好的行为习惯。

2.1 对学生的行为进行了具体规范,可操作性强,开学初,要带领学生利用班会课学习,然后结合本班实际情况讨论制定班级公约。在新学期制定班级公约时,先让每个学生写一份班级公约,然后班干部综合大家的意见写出来,再在班级公布,如果同学还有什么好的建议,继续修改,在学生充分酝酿后,写出一份能代表全班意愿的班级公约张贴在教室的墙上。由学生集体制定的公约执行起来,自觉性更强了。

2.2 学生的模仿性很强,也有了一定

的参与意识。开学初可竞选班干、组长,让每个参加竞选的同学走上讲台,面向全班同学畅谈自己的“施政”方略,由学生选出他们信得过的班干、组长。每周要定期开班干组长会,听取他们对班级情况的反映,认真对待他们的意见、建议,和他们一起探讨管理班级的方法。同时,对他们的工作进行总结,指出优点及存在的不足,教他们工作方法,培养他们的责任感和良好的行为习惯,充分发挥他们的模范带头作用。每一位班干、组长就是一面旗帜,榜样的力量是无穷的,这样,整个班级就会向好的方向发展。

2.3班主任应主动与任课教师和学生家长联系,形成教育合力,班主任是联系任课教师和学生家长的纽带,可把自己对学生的要求与任课教师、家长进行沟通,既可取得任课教师和家长的理解、支持,又可了解学生的真实情况,便于学生养成良好的行为习惯。

### 3 细节入手,形成自觉

“千里之行始于足下”,学生养成良好的学习习惯,必须从细节开始。教学中有许多的“细节”,教师要在教学中注重把细节养成良好的习惯。习惯是经过重复式练习而形成的自动化了的动作,它不是一天一夜就能形成的,而是必须有一个过程。要养成良好的学习习惯,需要持之以恒地渗透。学生的习惯自然形成贵

在坚持,正如一句古话说的:做一件好事简单,做一辈子好事难。学生养成性习惯的培养不是一两天就能够形成的,它需要一个过程一段时间才能形成。班主任要组织班委会成员认真抓好每日学生行为规范的落实情况,不能半途而废。如下课时要提醒学生摆好桌子、学习用品,卫生随时检查监督,哪怕有点滴的行为过错都要接受其他同学的监督。这样的坚持,日子一久,学生良好的行为就变成了一种习惯。另外,我经常抓住邻班学习认真的时机让我班学生去参观学习,开展和其他班比学习、比纪律等互动活动,促进学生自觉、自律、自主地学习、生活,让他们在不断的对比、竞争中逐步形成良好的行为习惯。

### 4 优化评价,持之以恒

良好习惯的养成不是一朝一夕的,在养成良好习惯的过程中,往往会出现反复现象,这样,平时的评价就显得更为重要。建立规范合理的班级评价制度,有利于对学生进行经常性的督促检查,使学生在不断的实践中养成自觉的习惯。培养良好的行为习惯如同学会学习一样重要,“知之者不如好之者,好之者不如乐之者”,学生学习有了自觉性就会进步;同样,学生养成了良好习惯的自觉性,就会积极主动地养成良好的行为习惯。因此,班主任要注意培养学生独立的

行为养成能力,有意识地从小抓起,从学生的日常活动中做起,让学生在生活和学习中放手去做并持之以恒地坚持下去。这意味着学生学会了对自己的行为负责,学生的人生也就有了一个良好的开端。

### 5 结束语

作为一名人民教师,必须以对国家、对人民、对学生高度负责的精神,解放思想,实事求是,勇于探索,善于创新,在实践中不断开拓进取,拓宽思路。“播种一个信念,收获一个行动;播种一个行动,收获一个习惯;播种一个习惯,收获一个性格;播种一个性格,收获一个命运;播种许多好命运,收获一个和谐的社会。”习惯养成教育,班主任应该从新生入学开始,从小事做起,长期坚持,与社会、家庭通力合作,帮助中学生养成好习惯,我们这个社会将更加和谐美好。

### [参考文献]

- [1]齐文欣,王连斌.浅议班主任如何培养学生良好的行为习惯[J].学周刊,2019(13):146.
- [2]李骧.培养学生良好行为习惯的研究[J].成才之路,2019(02):20.
- [3]王振海.实施班级精细化管理培养学生良好行为习惯[J].教师,2017(23):111.