

# 从细节中抓习惯，从习惯中促雅行

## ——浅谈如何提高小学生良好行为习惯养成的实效性

林丽娟

广州市从化区雅居乐小学

**摘要：**本文深入探讨了近年来小学生行为习惯的问题，并提出了一系列科学方法以提高小学生良好行为习惯的养成效果。通过设立榜样，让学生亲身感受良好行为习惯的益处，激发他们追求良好行为的愿望。同时，制定明确规矩，建立班级和学校层面的规章制度，对学生行为进行约束，促使其养成守纪律的好习惯。此外，强调与学生的互动，了解他们的需求和困扰，并通过积极引导解决问题，促使他们形成积极的行为模式。基于多年的教育经验，强调了言传身教和榜样示范在培养学生行为习惯中的不可替代性。教师在日常生活中要做到言行一致，以身作则，成为学生的榜样，树立标杆。在这个过程中，教师既要给予表现良好学生足够的鼓励和欣赏，又要以适度的方式处理差生，通过设定目标和计划引导他们逐步提高学习和行为水平。

**关键词：**小学生；行为习惯养成；实效性

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2023.05.017

陶行知先生曾说过，行为习惯不仅对个人的学习和生活有助，更是成功的必备条件。然而，近年来我在教育教学工作中发现学生的行为习惯令人担忧。在学习方面，表现为上课不专心听讲、课后不按时完成作业，下课时喜欢追逐打闹，还经常破坏公共物品；而在生活中，他们做事丢三落四，随地吐痰，乱扔垃圾，甚至不愿意完成一些力所能及的事情。

这种行为习惯的养成既是教育工作者的责任，也是素质教育的根本要求。然而，如何科学地进行行为习惯的养成教育，直接关系到教育实际效果的提升。基于我多年的教育经验，我认为可以从以下几个细节入手，以增强教育的实效性：

### 一、言传身教，榜样示范

在教育过程中，言传身教以及榜样示范是至关重要的。古语有云：“德高为人师，身正为人范。”这句话强调了在育人过程中，教师的言行举止对学生的影响是最为显著和深远的。

首先，我们应该铭记“身教胜于言教”的原则。如果教师能够在日常生活中实现言行一致，对待事物保持正确的态度，学生在面对相似情境时也会自然而然地模仿。例如，当教师在校园里发现垃圾时，如果能够主动弯下身子捡起，学生们也会在日常生活中培养出注重卫生的良好习惯。同样，如果教师在生活中展现对学生的尊重和关怀，学生也会在不知不觉中形成尊重他人的礼

仪观念。

其次，要特别注重“榜样示范”的作用。教师通过自己的行为可以成为学生的楷模，树立起自己的典范地位。通过积极的榜样，教师能够激发学生的学习兴趣，引导他们形成正确的人生观和价值观。小学生天生具有强烈的模仿能力，他们更容易受到身边积极向上榜样的吸引和影响。

总的来说，言传身教和榜样示范在教育中扮演着不可或缺的角色。通过良好的言行举止，教师能够深刻地影响学生的品德修养，培养他们正确的生活态度和价值观。

### 二、班规约束，奖罚有度

俗话说：“无规矩不成方圆。”在学生入校之初，我们就需要建立明确的班规来规范和约束他们的行为。班规是基于班级内存在的一些不良行为或问题制定的一套规章制度，涵盖了学习、纪律、出勤、卫生等多个方面。每一项规定都必须明确到位，例如上学不迟到不早退、上课专心听讲、积极举手回答问题、课后认真完成作业、课间不追逐打闹、集会要做到快静齐等。

通过对学生日常行为的规范管理和约束，我们不仅能够有效减轻班主任的工作负担，还有助于学生养成良好的行为习惯。班规的建立不仅仅是为了规范行为，更是为了培养学生的自律意识和责任心。这些规定旨在引导学生在学校中树立正确的行为观念，培养良好的学习

和生活习惯，为他们的全面发展奠定坚实基础。

在处理学生的纪律问题时，对于守规矩的学生，应及时给予肯定和表扬，甚至可以根据规定进行适当的加分奖励。对于违反班规的学生，需要根据情节轻重予以关注和处理，采取适度的批评和劝导，对于严重情况需要做出一定的处罚。当然，这里所说的处罚是有度的，应区别于体罚，以确保处理的公正和合理。

在制定班规的同时，我们还要注重宣传和教育，让学生充分理解每一项规定背后的意义，激发他们遵守规定的内在动力。通过班级的集体活动、主题演讲、班会等形式，我们可以增强学生对班规的认同感，使其自觉地遵守规定，形成共同维护良好学风和班风的氛围。

有人曾说：“违反了纪律，教师也不闻不问。”然而，这种做法会导致问题逐渐严重。因此，我们需要时刻保持对学生的关注，及时发现并处理他们的不良行为，以防止坏习惯在学生中蔓延。在一些班级中，规定了具体的处理方式，例如根据违纪情节轻重扣分，同时要求学生承担一些小惩罚，比如当一天的小义工、担任值日生，进行扫地、拖地、摆桌椅、擦黑板、擦玻璃等工作。这种处理方式在一定程度上取得了良好的教育效果。

### 三、德育渗透，活动支撑

为了培养学生良好的行为习惯，我采用了多种途径和方法，包括晨会、班队会课以及道德与法治课等。通过这些渠道，我进行了全方位的教育，旨在通过讲解、示范、榜样激励等多种方式，深刻影响学生的品德修养和行为观念。

在晨会上，我通过言传身教，向学生传达正确的行为态度和价值观。通过分享榜样的事例，我让学生看到身边积极向上的榜样是如何影响和激励他们的，从而引导他们追求良好行为的愿望。

班队会课是我进行班级管理和教育的有效途径之一。在这个平台上，我能够制定班级规章制度，明确学生在班级中应遵守的行为准则。通过奖惩机制，我鼓励守规矩的学生，同时对违规行为进行适当的批评和引导，使学生在班级中养成守纪律的好习惯。

另外，在道德与法治课上，我通过案例分析和讨

论，引导学生认识到良好的行为习惯对个人和社会的重要性。通过讲解法律法规，我帮助学生建立正确的法治观念，明确法律对于行为规范的规定，从而进一步引导他们形成积极的行为模式。

在小学低年段，学生的情感体验具有直接性和情境性，因此，我会运用编写儿歌、讲故事等形式，引导学生了解行为规范，让他们认识到什么是良好的行为习惯，哪些行为习惯不可养成，以及养成良好行为习惯的重要性。通过这些活动，让学生明白某种行为是对还是错，以及为什么是对或者为什么是错。

在小学高年段，学生已逐渐由他律转为自律，具备了一定的辨别能力。他们会通过与优秀同学的交流学习经验，认识到自身的不足，并通过借鉴他人的优点来取长补短，主动改正不良的行为习惯。同时，我会通过寻找榜样、开展评比先进等形式来巩固学校的常规制度，激励学生更好地遵守纪律，形成积极向上的学习和生活习惯。

行为养成教育是学校德育工作中最实质的一部分。学校德育部通常会组织一系列丰富多彩的活动，如国旗下对话展示、雅乐之声、普法讲座、新生入队仪式、家长进课堂等，这些活动为对学生进行行为习惯教育提供了良好的契机。通过国旗下对话展示等活动，学生能够感受到集体荣誉感和责任感，从而培养出团结协作、互助友爱的良好行为习惯。雅乐之声等文艺活动则有助于陶冶学生的情操，培养他们的审美情感和礼仪意识，进而形成文明、有修养的行为规范。通过普法讲座，学生能够了解法律知识，明确法纪，养成守法守规的良好行为习惯。新生入队仪式和家长进课堂则为学生提供了更多的社交机会，培养他们的交往和沟通技能，促使他们形成积极向上的人际关系……

所以，通过这些活动，我们可以将其视为对学生进行行为养成教育的重要手段，可以将学生置于丰富的社会实践中，促使其在各个方面养成良好的行为习惯。

### 四、鼓励为先，赏识并重

鼓励是培养学生良好行为习惯的关键，对于优秀学生的表现，教师们通常能够给予足够的鼓励和欣赏。然而，对于差生，采取严厉批评或简单粗暴的方式往往会

适得其反，伤害孩子的自尊心，甚至激起逆反心理。在教育学生行为习惯的养成过程中，鼓励不仅仅是对表现良好学生的一种奖励，更是对所有学生的一种激励和引导。

针对差生，我们可以通过积极的鼓励来激发他们的学习兴趣和参与积极性。首先，要发现差生的优点和潜力，给予他们及时的正面反馈。这有助于增强他们的自信心，使其更加愿意尝试和努力。其次，教师可以制定一些可行的目标和阶段性计划，帮助差生逐步提高学习和行为水平。通过设定小目标并实现的过程，激发他们的学习动力。同时，鼓励差生参与到集体活动中，培养他们的团队协作意识，从而在集体中获得认同感。总体而言，鼓励不仅是对学生优点的认可，更是一种引导和激励，通过积极的正面反馈和目标设定，帮助学生形成积极向上的行为习惯。

对于来自离异家庭的小杰同学，他因缺乏父母的关爱，性格显得暴躁，容易与人发生冲突，甚至有暴力倾向。这种行为很大程度上受到家庭教育的影响，而他内心的伤痛也导致了对外界的敏感。作为教师，我通过与他初次接触，发现他本质善良，但需要关怀和引导。在观察中，我发现小杰同学具有较强的自理能力，尤其在组织的大扫除活动中表现出色。为了改变他的负面行为，我决定通过积极正面的鼓励和表扬来引导他。当他在全班同学面前得到表扬并被推荐做劳动委员时，他的态度发生了积极的变化。

这一经验表明，通过肯定学生的优点和潜力，以及给予他们适当的社会角色，可以改变他们的行为习惯。小杰同学在获得认可和鼓励后，逐渐展现出阳光、自信和上进的一面，同时他的行为习惯也发生了积极的改变，赢得了同学们的喜欢。这个例子强调了教育中鼓励的重要性，特别是对于那些面临困境的学生，通过关爱和正面引导，他们有可能改变不良的行为习惯，形成积极向上的品行。

### 五、家校合作，双管齐下

家校合作是培养学生良好行为习惯的关键环节。学校和家庭作为学生成长的两大重要场所，通过紧密合作，能够更有效地引导学生养成良好的品行。学校需要通过与家长的沟通，传达对学生行为习惯的期望和要

求。这可以通过定期的家长会议、家长培训等形式进行，使家长了解学校的教育理念和行为规范。同时，学校还可以提供一些家庭教育的指导，帮助家长更好地引导孩子在家中培养良好的行为习惯。学校和家庭应保持密切的沟通，及时交流学生的学习和行为情况。通过定期的家访、电话沟通等方式，学校能够了解学生在家庭环境中的表现，从而更有针对性地进行行为引导。同时，家长也可以及时了解学校对学生的评价和建议，共同为学生的成长制定合理的行为培养计划。学校和家庭应共同参与学生的行为习惯培养活动。学校可以组织一些与行为习惯培养相关的活动，如主题讲座、亲子游园活动等，让家长积极参与其中。这样不仅能够增进学校和家庭的合作关系，也为学生提供了更广阔的成长空间。通过学校和家庭的双管齐下，共同努力培养学生良好的行为习惯，才能使其在学业和生活中都能够展现出积极向上的品行。

就拿我们平时最关注的交通安全教育来说吧，学生在学校接受老师的交通安全教育，过马路走斑马线，红灯停，绿灯行，可是，如果在日常生活中家长没有交通安全的意识，带孩子横穿马路，闯红灯，这无疑就是给孩子辨别是非带来了一定的妨碍，是老师说对？还是爸妈做得对？学生往往会失去衡量的标准，所以，对孩子在家的行为提出要求，使家长有的放矢地督促学生养成良好的行为习惯，也是家校努力的一个方向。

总之，冰冻三尺，非一日之寒。良好的行为习惯不是一朝一夕就能形成的，是一点一滴进行培养的，是通过不断的熏陶，正面教育而形成的。我们只有在平时的教育教学实践中，充分认识到良好行为习惯的重要性，细心观察、耐心引导，才能促使他们自觉地养成良好的行为习惯，从而受益终生。

### 参考文献

- [1]董永钰.小学生行为习惯养成教育的实践研究[J].广西教育,2011(28):9+43
- [2]郭明阳.浅析小学生行为习惯的养成教育[J].素质教育论坛,2011(1):120-122
- [3]陈武珍.浅析培养小学生良好行为习惯[J].读写算,2011(62):27-28