

小学数学学困生学习习惯养成转化的教学实践分析

焦建平

邢台市内丘县金店学区

摘要：在广阔的小学数学教育领域中，每位学生都怀着发掘知识、启迪智慧的梦想前行。然而，在这段布满挑战的求知旅程中，总会有一部分学生遭遇难以克服的阻碍，他们通常被称作“数学学习困难生”。本研究致力于探究小学数学学习中困难生的习惯培养与转变策略。借助习惯追踪表、定期提示机制、细微习惯培养法、积极鼓励社群以及家长陪伴学习计划等多元化手段，旨在激活学习困难生的内在驱动力，并改善其学习环境。实践结果显示，上述策略能有效促进这些学生在数学学习上的成就，加强他们的自主学习能力，提升自信心，从而实现个体的自我突破。

关键词：小学数学；学困生；习惯养成转化；教学实践

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2025.03.084

引言

在数学的无垠天地间，每个数字与符号都藏有深邃的秘密，静候学子们的探索与掌握。然而，对小学数学学习困难的学生来说，这片知识的广阔海域却显得既陌生又充满挑战，他们在其中奋力寻觅，期盼能寻得一盏指引方向的明灯。学习习惯的不同，往往是划分学习困难生与杰出学生的一大关键。良好的学习习惯犹如航海中的罗盘，指引着学生在知识的波涛中稳步前进；反之，不良习惯则易使学生迷失航向，深陷于学习的困境之中。针对小学数学学习困难生进行学习习惯的转化，不仅意味着其知识掌握度的提高，更涉及学习态度、学习策略乃至思维方式的根本性改变。鉴于此，如何高效地推动小学数学学习困难生形成良好的学习习惯并实现转变，成为了教育工作者亟需攻克的关键议题。

一、小学数学学困生出现成因

（一）个人因素

在小学数学学习困难生的形成原因中，个人层面的因素起着决定性作用。首要的是，学生的自我认识及学习动机对其学习成效具有直接影响。一部分学生未能清晰认识到学习的根本目的，常将学习看作是外部压力下的一项任务，而非源自内心成长的需求，这种消极的学习心态难以唤起他们内在的求知渴望和探索冲动。再者，小学生的自控能力相对薄弱，在面对学习与休闲的选择时，往往难以找到平衡点，致使玩乐心态占据主导地位，课堂上难以集中注意力，课后作业则草率完成。长此以往，学生的知识基础变得薄弱，新知识的吸收变得困难，从而形成了一个不利的循环。

（二）学校因素

学校，作为学生学习活动的主要阵地，其教学环境、师资配置以及教育理念，对学困生形成过程具有深刻且长远的作用。在应试教育占主导的环境下，一些学校过

度重视升学率指标，造成教育资源分配失衡，使得优秀学生备受瞩目，而学习困难的学生则经常被忽视，难以获得必要的个性化指导与支持。此外，教师的教学方式与策略同样构成了一个不可忽视的重要因素。采用单一化的教学模式难以满足所有学生的学习需求，尤其对于那些学习风格多样、认知水平参差不齐的学生群体而言，缺乏定制化的教学方案往往难以点燃学困生的学习热情与主动性。除上述因素外，学校的学术氛围、同伴间的互动关系等社会心理层面的因素，也对学困生的产生具有间接影响。不利的学习环境可能会加剧学生的厌学倾向，进一步制约其学业上的发展。

（三）家庭因素

孩子最初接触的教育环境——家庭，对其成为学困生具有深远且持久的影响，这主要体现在家庭教育氛围、家长的教育理念及实践方式上。首要的是，家庭中的学习氛围悄无声息地塑造着孩子的学习态度与日常习惯。当家庭未能营造出积极的学习氛围，且家长对孩子的学业缺乏重视或采取放任态度时，孩子便难以建立起良好的学习习惯及自我管理能力。其次，家长的教育观念与采取的方法同样关键。部分家长偏重于成绩，却忽视了激发孩子的学习兴趣和维护其心理健康，转而采用如训斥、惩罚等简单粗暴的手段，这不仅无助于问题的解决，反而可能激发孩子更强的厌学倾向。

二、小学数学学困生学习习惯养成转化意义

（一）帮助学困生制定合理目标

在小学数学学习进程中，学困生常因缺少清晰的学习目标而感到困惑与无助。为引导他们形成良好的学习习惯，首要任务是协助其确立恰当的学习目标。这些目标为学困生指明了明确的学习路径，确保他们能够有序地推进学习。设定目标时，应确保既具有足够的挑战性，又需切实可行，旨在点燃学困生的学习激情，同时避免

因目标过高或难以达成而引发的挫败情绪。通过逐一达成这些小目标，学困生能够逐渐累积成功的经验，进而提升自信心，为培养良好的学习习惯打下牢固的基础。

（二）激发学困生内在学习动力

学困生持续进步与不断学习的核心驱动力源自内在学习动力。针对小学数学中的学困生，由于其基础知识储备不足及学习兴趣欠缺，往往内在动力不足。故而，激活学困生的内在学习动力，是促使其形成良好学习习惯的关键步骤。教师可以通过设计富有趣味性的教学情境、运用多元化的教学策略，以及提供正面的反馈与激励，来有效激发学困生的学习兴趣与求知欲望。一旦学困生对学习产生了浓厚的兴趣，他们便会更加自发地投入学习，积极探究新知，勇于面对并克服学习中的挑战。源自内心的学习动力，将成为推动他们建立优秀学习习惯的强大力量，助力他们在数学学习领域实现显著进步。

（三）提升学困生学习成就感

学习成就感，作为学困生在学习历程中获取的正面情感回馈，对于稳固学习习惯培养成效扮演着至关重要的角色。针对小学数学学习中的困难学生，鉴于他们频繁在学习道路上遇到阻碍与挫败，学习成就感的缺失成为常态。为此，教师可以通过精心设计适宜的学习任务、适时给予正面肯定与鼓舞，以及展示学生的学习成就等途径，来增强他们的学习成就感。当学困生在学习上迈出进步的步伐或收获成功的果实时，他们会体验到自豪与满足，这份积极的情感反馈将进一步点燃他们的学习热情与驱动力。

三、小学数学学困生学习习惯养成转化的教学实践

（一）习惯监测表，日常行为可视化追踪

在教育实践的宽泛领域中，习惯培养被看作是增强学习效果的核心要素，尤其针对小学数学学习困难的学生，它成为了推动学习转变的关键路径。正如《中国教育现代化 2035》所着重指出的，“强调德育为先，促进全面发展，加强学生综合素养的培育”，基于这一指导思想，习惯监测表的运用应运而生，其目的在于通过直观的方式，将学生日常的学习行为转化为可观测、可评估的具体指标。此策略通过制定明确且量化的学习习惯目标，例如定期复习、作业完成质量等，使学生能够清晰地认识到自己的努力方向。

以“万以内数的加减法”教学为例，针对学困生在计算中常犯的粗心、概念混淆等问题，我们设计了一份习惯监测表。该表不仅涵盖了每日数学作业的完成情况，还特别加入了“口算训练”和“错题集纳”两个习惯培养模块。学生需于每晚固定时段，使用 Excel 或简易纸质表格，记录当天完成的口算题目数量及其准确率，以及是否主动整理了当日错题并尝试再次解答。教师则进

行每周的汇总与分析，通过图表形式展现每位学生的进步情况，并对连续一周保持良好习惯的学生实施小奖励机制，如作业豁免卡或表彰信，以此鼓励学生持之以恒。此外，通过班级微信群，家长被邀请参与到孩子的习惯监督过程中，共同见证孩子的每一步成长，构建家校合作的良好氛围。经过三个月的实施，学生们不仅在数学计算能力上取得了显著进步，更重要的是，他们逐步形成了自主学习、及时复习的良好习惯，为后续的数学学习打下了稳固的基础。

（二）定时提醒制，建立学习节奏锚定点

在当代快速的生活节奏中，定时提醒机制作为时间管理的高效策略，对小学数学学困生构建稳固学习节奏的作用不容忽视。根据心理学“习惯循环”理论，即“提示—行为—回馈”框架，定时提醒在学习进程中扮演“提示”角色，能在特定时刻激发学生的学习行动，引导他们遵循预定计划执行任务，逐步塑造出自动化的学习习惯。同时，鉴于当前教育信息技术的飞速进步，利用智能手机、智能手表等工具设定学习提醒，不仅操作简便且效率高，还能显著降低外界干扰，助力学生维持专注，为学习节奏的建立奠定了坚实基础。

针对“小数的意义与特性”这一难点，师生协作制定了每日学习计划，清晰界定了各时段的学习内容，例如，早晨 7 时至 7 时 30 分为晨读时段，着重回顾小数的基本概念；下午 4 时至 5 时则为习题训练，集中练习小数的四则运算。接着，利用学生广泛持有的智能手机，通过内置的“提醒”功能或第三方学习管理工具，如“番茄工作法”应用，为每项学习任务设定定时提醒。每当提醒信号发出，学生需即刻投入相应学习活动，并在完成后简要记录学习体会或成就。为激励学生，每达成一周的学习计划，学生可获得一次特别的“休闲时光”作为奖励，比如一小时电子游戏时间或观看一集喜爱的动画片。经过一学期的实践，学生们不仅在小数学习方面取得了显著成就，更重要的是，他们掌握了时间规划的技巧，即便没有外部提醒，也能自觉遵守既定的学习节奏，实现了从被动向主动学习的跨越。

（三）微习惯策略，逐步累积学习动能

在探究小学数学学困生学习习惯培养的旅程中，微习惯策略如同一束指引之光，照亮了逐步积累学习动力的路径。微习惯，简而言之，即从微小、近乎不消耗意志力的行动起始，逐步累积并内化为日常习惯的策略。对于学困生来说，数学学习的挑战往往在于难以启动与持续，而微习惯策略正好为解决此难题提供了有效途径。通过设定诸如“每天解决一道数学题”这样简便易行的目标，学困生能在轻松的氛围中迈出学习的初步，随着时间的累积，这些微小的行动将汇聚成强大的学习驱动

力,促使学生逐渐突破数学学习中的难关,达成从微小积累到显著进步的转变。

以“万以内加减法”教学为例,教师可针对学困生设计一项微习惯培育方案。首先,激励学生每日利用课后五分钟,专注于解答一道加减法问题,问题难度由易到难,循序渐进。为加强实施成效,教师可利用班级微信群或学习应用程序,每天发布题目并设置提醒,同时给予即时反馈,保证每位学生都能获得针对性的指导与激励。经过一个月的持续实践,学生不仅在数学基本技能方面取得了明显提升,更重要的是,他们逐渐形成了每日学习数学的微习惯,学习动力得以不断累积。在此基础上,教师可逐步引导学生延长学习时间,拓宽学习内容,例如引入“多位数乘以一位数”的练习,使学生的学习习惯更加牢固,学习效果得到进一步提升。

(四) 正向激励圈,构建习惯养成正向循环

在心理学领域,正向激励是一个核心概念,它主要通过奖励、赞扬等积极性措施来激发个体内部的积极性与创新能力,进而推动目标行为的持续展现。针对小学数学学困生学习习惯的培养,构建正向激励循环体系,意味着需围绕学生的学习活动,精心设计一套正向反馈机制,以形成一个良性循环系统:学生因获得正向激励而提升其学习动机,这进一步促进了良好学习习惯的塑造,而习惯的稳固又会带来更多的正向激励,如此循环往复,最终达到学困生有效转变的目的。

以“分数加减法”章节为例,教师可以规划一套正向激励方案。在教学初始阶段,创建“小数精英”荣誉列表,依据学生对小数知识点的掌握程度,例如准确完成分数比较、加减运算等任务,给予相应的积分奖励,并在班级中公开表彰积分领先的学生。同时,实施“同伴互助”计划,鼓励学困生与优秀学生结成学习伙伴,共同取得进步,对表现杰出的伙伴组合给予额外奖励,例如小礼物或作业豁免卡,以此激发学生的合作精神与竞争意识。此外,定期组织“分数知识挑战赛”,为学生提供一个展示自我、挑战自我的舞台,挑战赛的优胜者不仅能获得物质上的奖励,还能担任班级的数学小讲师,分享自己的学习经验。这一系列正向激励举措,不仅使学困生在数学学习上获得了成就感,更重要的是,它们营造了一个积极向上的学习氛围,激励学生主动追求进步,形成了习惯培养的正向循环,有效推动了学困生的转化过程。

(五) 家长伴学计划,家庭助力习惯形成

作为孩子成长道路上的启蒙者,家长的言行对孩子学习习惯的培育起着至关重要的作用。鉴于此,家长陪伴学习计划应运而生,该计划着重于家长的主动介入,旨在为学习有困难的学生构建一个积极的学习环境,循

序渐进地引导他们培养良好的学习习惯。此计划着重强调家长与孩子一同学习,这一过程不仅强化了亲子间的联系,还使学习活动变得更为生动且富有趣味性,有效提升了孩子的学习兴趣,于无形中推动了学习习惯的形成。

以“乘除法表内运算”教学为例,教师可以与家长共同商议制定计划。家长需掌握“2至6的乘法口诀表”及“运用口诀求解除法问题”等关键知识点,随后,将这些知识与日常生活场景相结合,设计出富有趣味性的学习活动。例如,在筹备晚餐的过程中,鼓励孩子参与计算所需食材的总量,诸如“假定每人食用两个饺子,家中四口人,共需准备多少个饺子?”此类实践活动不仅深化了孩子对乘除法原理的认识,同时也增强了他们的实际操作能力。此外,家长可与孩子共同制作乘法口诀卡片,利用闲暇时光进行互动式问答,既增添了亲子间的乐趣,又有效地强化了记忆效果。经过一段时期的实践,孩子不仅在数学计算能力上取得了显著进步,而且逐渐形成了自主探究、勤于动手的学习习惯,家庭中的学习氛围也因此而愈发浓厚。

结语

针对小学数学学习困难生在学习习惯上的培养与转变,教育实践应当采取多维度策略,既要聚焦于激发个体内在的学习动力,也需重视优化其外部环境。借助习惯追踪表、定期提醒机制、微小习惯培养法、积极激励社群以及家长陪同学习计划等创新手段,不仅能显著提升这类学生在数学上的学习成果,更为重要的是,这些策略有助于学生自主学习能力的构建,增强了他们的学习自信心与成就感。在这一转变过程中,教育者、家长以及社会各界的协同努力,为学习困难生构建了一个全面的支持系统,使他们在数学探索的征途中不再感到孤立,而是逐步走向成功,实现个人的自我超越。这不仅是对学习困难生个体的帮扶,更是对教育公平性原则及教育质量提升的一次有力证明。

参考文献

- [1] 董慧. 小学高年级数学学困生的成因及转化研究[D]. 上海师范大学, 2024.
- [2] 陈丽清. 家校共育视域下促进小学数学学困生转化的策略研究[J]. 当代家庭教育, 2024(12): 44-46.
- [3] 谢亚慧. 浅谈小学数学教学中学困生的转化策略[J]. 求知导刊, 2024(14): 59-61.
- [4] 杨文静. 小学数学学困生转化策略探究[J]. 教学管理与教育研究, 2024(05): 123-125.
- [5] 刁文瑞. 小学数学学困生的形成原因及转化对策[J]. 广西教育, 2024(07): 109-112.