

# 关于农村小学生卫生习惯养成的研究

张新勇

巨野县董官屯镇中心小学 274932

**[摘要]**习惯是一种看不见的力量,从小培养良好的课堂卫生习惯,对一个人的成长具有重要意义。对此,教师应把功夫下在平时,帮助学生从小养成好习惯,为未来发展打好基础。本文立足于小学教育教学角度,分析了农村小学生卫生习惯养成策略,希望具有一定参考价值。

**[关键词]**小学教育;卫生;习惯培养

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6288.2021.12.1769

## 引言

小学生思想认知还不完善,单纯的就像一张白纸,正是从外界观察借鉴中补充自身的关键节点,是卫生习惯养成的关键阶段。教师要抓住这个卫生习惯培养的黄金阶段,重视对学生良好卫生习惯的培养,为学生成长打下坚实基础。随着教育的不断深化,学生习惯培养越发重要,因此,对于农村小学生卫生习惯养成策略的研究有着鲜明现实意义。

### 一、小学生不良卫生习惯成因

#### 1. 缺乏理性认知

小学生的年龄小,世界观极度缺乏,分辨不清什么是正确的,什么是错误的,难以有效辨析生活中的危险源,这是导致学生不良卫生习惯的主要原因。正因为这样,小学才要展开完善的卫生习惯培养,将良好卫生习惯灌输给学生,制定班级班规约束学生,逐步强化学生的理性认知。

#### 2. 精力旺盛爱玩爱动

精力旺盛、爱玩爱动是小学生的天性,是鲜活生命力的体现,因为精力旺盛,爱玩爱动,容易出现追逐打闹的事情,以及在课堂上不守纪律的情况。在做喜欢的事情时,小学生通常没有太强的自制力,大脑层面的思考停滞,难以辨析危险源。

#### 3. 思维惰性

思维惰性主要是影响学生学习习惯的重要原因,人性总是懒惰的,习惯于舒适的学习方式,喜欢不劳而获,喜欢玩耍,将一切辛苦的、没有乐趣的事情抛在脑后,或者留待明日,再加上小学生的自控力不足,就会产生很多不良的学习习惯。

### 二、农村小学生卫生习惯养成的策略

#### 1. 将卫生习惯培养渗透生活各环节

培养学生卫生习惯不是一蹴而就的,教师应将培养学生卫生习惯在日常育儿环节进行渗透,使培养卫生习惯成为教学常态,进而全面培养学生的生活卫生习惯。以学生生活角度进行分析,饮食卫生习惯的培养非常重要。由于农村留守学生缺乏父母直接照料,在日常生活中难免会出现饮食卫生不良的问题。比如,饮食不规律、挑食、进餐速度较快或较慢等均是影响其饮食卫生习惯的不良因素。而在睡眠方面,由于留守学生缺乏家长教导,大部分都存在熬夜的情况,因此,教师还应注意培养学生养成良好的睡眠习惯。教师可以

生活学生养成良好卫生习惯,告诉学生饭前便后要洗手,也可以适当运用游戏形式或绘本故事形式等对学生进行饮食卫生习惯的培养。比如,可以通过《大卫肚子疼》等与个人卫生及饮食卫生元素相关的绘本故事作为主要教学内容,让学生理解绘本含义,使学生感受及理解饮食卫生习惯养成的重要意义,从而促进全面提升教育效果。这种多方面培养方式的运用将会有效提升学生的记忆力,使其养成正确的饮食卫生习惯。因此,以农村留守学生的卫生习惯培养为目标的教育工作中,学生教师要通过多个角度分析卫生习惯的培养方向,将其渗透学生生活学习的各个环节中,从而提高学生卫生习惯培养效果。

#### 2. 利用趣味化引导方式强化学生良好卫生习惯

针对学生卫生习惯进行培养的过程中,学生教师要以趣味性较强的方式对学生进行引导,这样既可以提高学生的学习及模仿兴趣,也可以有效活跃教学氛围,全面提升教学效果。趣味性的引导方式多种多样,教师可以通过游戏形式、情境故事形式、多媒体信息技术等多种方式体现趣味性元素,全面提升学生卫生习惯养成效果,从而促进实现高效教育的发展目标。游戏形式等新颖性较强的引导方式均可与卫生习惯的培养工作目标相结合,全面提升学生卫生习惯养成效果。例如,以培养学生卫生习惯为目标的教育活动设计中,教师可以将洗手等细节化的卫生习惯编创为儿歌形式,在洗手的过程中一边进行清洁,一边唱儿歌。这种引导方式的运用将会进一步强化学生良好卫生习惯的养成效果,同时在儿歌等形式的辅助作用下,可以促进发展学生的音乐学习兴趣及节奏感。学校入学的3~6岁儿童在生活和学习方面经验有限。根据他们的特点,教师应该摒弃传统的“说教”方式,通过启发和引导,鼓励他们积极探索,发挥他们的学习自主性,培养他们的良好习惯,促进他们良好健康意识的形成,为他们的健康成长保驾护航。例如,一些祖父母把孩子送到学校时,他们对学生说:“今天你没洗脸,看起来脏兮兮的。小朋友们不应该喜欢你!”学生听了这些话后会变得特别沮丧。教师不应忽视学生的情绪状况,而应寻找机会与学生聊天,缓解他们的低落情绪,帮助他们养成良好的健康习惯。再如,教师可以通过开展定位法角色饰演,引导学生养成物品归位的良好卫生习惯,对每日使用的物品、餐具、学习用品等均应进行归位整理,以此确保环境整洁,

并能在需要用到物品的时候,快速找到,提高效率,教师可以为学生播放短视频:小兔子和小猴子是邻居,小猴子乱扔东西,找不到很恼火,而小兔子的物品都整齐地摆放、归类,小猴子十分羡慕小兔子,跟小兔子学习整理物品。教师可以让学生模仿小兔子、小猴子进行情境饰演,了解养成良好卫生习惯的重要性。

### 3. 加强学校生活中教师引导及榜样作用

学生的模仿能力较强,大部分学生会模仿成年人的生活习惯,这是学生的基础身心发展特点。对此,教师可以充分利用学生这一特点进行分析,将卫生习惯的培养计划以榜样示范的形式进行引导,全面提高学生的模仿能力、学习能力并养成良好的卫生生活习惯。培养学生养成良好的卫生习惯,不仅体现在日常生活、学习方面,也应体现在学生审美能力培养方面,这也是培养学生卫生习惯的一种。爱美之心,人皆有之,教师应引导学生形成正确的审美观,让学生具有发现美、感知美的能力。因此,教师可以从自身做起,注意自己的衣着整洁,言谈举止落落大方,让学生在润物细无声的教育中,自然而然地形成正确的审美能力。例如,教师要每天注意自己在学生面前的形象,大方得体即可,重要的是应保持衣着的干净、整洁,这会让学生感到舒适,自然会无形地影响到学生的卫生观念。

### 4. 给予学生正面鼓励提高学生自信心

以激励教育模式对学生进行引导,将会全面提高学生的自信心,这对发展学生综合能力水平将会起到较强的促进作用。以生活卫生习惯养成为例的学生教育活动中,教师要注重加强针对学生进行激励及鼓励,使学生充分体会教师的引导及鼓励作用,全面提高学生自信心,提高发展卫生习惯培养工作效果。例如,在学生卫生习惯培养目标中的基础性个人卫生问题进行引导教育的过程中,教师可利用激励及鼓励的方式促进学生个人卫生习惯的培养,进一步强化学生的自信心,使其积极参与个人卫生习惯养成的学习。比如,教师可以针对刚刚洗手的学生进行鼓励,“小朋友洗得真干净呀!奖励一枚小贴纸,以后每天都把手洗干净好吗?”这种互动式激励方式及小小奖励的鼓励形式对学生而言具有较强的吸引力,学生会在之后的生活中积极洗手并注意个人卫生。这种激励式教育模式的运用将会全面提高学生的自信心,这不仅对学生基础卫生习惯的培养有着较强促进作用,更对学生良好的心理素质水平发展有一定的辅助性作用。因此,针对农村留守儿童卫生习惯作为主要发展目标,需要加强针对学生进行激励及鼓励,从而促进实现发展学生综合素养的教育目的。

### 5. 及时纠正学生的不良卫生习惯

单纯依靠学校的力量是不可能实现培养农村留守儿童生活和健康习惯的教育目标的。要通过家庭合作教育,充分发挥家庭教育的作用,形成教育合力,营造全方位的教育环境。农村留守儿童无法与父母长期生活在一起,无法接受

父母的直接监督和教育,他们的临时监护人大多忽视了对儿童生活习惯和健康习惯的培养和教育,导致不良健康习惯的形成。学生缺少良好的自我控制能力,是非观也未形成,注意力也难以长时间集中,加上家长很少陪伴在身边,难以及时发现并纠正学生的不良习惯,导致农村留守儿童没有养成良好的卫生习惯,而这些看似微小的不良习惯出现在学生生活的各个方面,对学生的发展造成不良影响。因此,学生教师要特别注意留守学生的卫生习惯,并及时纠正不良卫生习惯,帮助学生纠正不足,为学生的成长和发展创造良好的条件。例如,学生在饭前、便后没有及时洗手,此时教师要提醒学生洗手;对随地吐口水、吐痰的学生,教师要告知学生准备好纸巾,可以吐在纸巾上,而后扔进垃圾桶,或直接吐在马桶中冲走;学生如果将自己使用过的纸张撕碎、随地乱扔,教师需要加以纠正,使其能将垃圾扔进垃圾桶进行处理……学生的不良卫生习惯表现在日常生活的各个方面,对农村留守儿童,教师只能在学校教育中观察学生的卫生习惯,对不良习惯及时加以纠正,逐渐改善学生对卫生的认识,使其意识到良好卫生习惯的重要性,从而在教师的教育下,积极纠正自己的不良习惯,即便是在家里,也能保持良好的卫生习惯。同时,不良卫生习惯的及时纠正,还能提高学生的身体健康。因为不良卫生习惯容易造成细菌、病毒侵袭学生的身体,而纠正后,能有效规避这些不良影响,有利于促进学生身体健康成长。

### 结论

综合来说,小学低年级是学生成长非常关键的节点,需要抓好这个关键阶段,落实学生良好卫生习惯培养,夯实基础,才能培育出更加优秀的学生。上文简单对学生的卫生习惯问题进行了说明,分析了不良卫生习惯产生的原因,其次分析了培养学生良好卫生习惯的策略和建议,结合上文阐述,希望能有帮助。

### 参考文献

- [1]王文荣.下城区1996~2006年小学教室卫生状况分析[J].浙江预防医学,2008(08):43+51.
- [2]常晖,安兰敏.石家庄市中小学及幼儿园食堂卫生状况[J].中国学校卫生,2008(07):655.
- [3]王淑湘.提高认识搞好小学卫生保健工作[J].医学动物防制,2008(05):396.
- [4]常晖,安兰敏.石家庄市中小学、幼儿园食堂卫生状况调查[J].中国消毒学杂志,2008(03):339-340.
- [5]楚燕.厦门手足口病病例无明显增多[N].厦门日报,2008-05-04(003).
- [6]朱慧颖.民国时期小学卫生教育初探——以天津为例[J].浙江社会科学,2008(04):83-87+128.
- [7]涂远清.罗田首个“新农村卫生新校园”在三里畈小学建成[N].黄冈日报,2007-08-26(001).