

浅谈学生良好行为习惯的养成

彭小云

(江西省南城县第二中学 江西 南城 344799)

[摘要] 认识·引导·训练·行为习惯

[关键词] 养成·学生·行为习惯·良好

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.05.1968

作为老师，如果在培养学生良好习惯上下了功夫，取得了成效，那么就是干了一件使学生终生受益的事。当然，学生的好习惯养成是一件长期的、艰苦的工作，我这里就自己的经历来说说如何对学生进行行为习惯养成教育。

一、让学生认识好习惯的重要性

让学生养成一种良好的习惯，首先要让学生懂得我为什么要这么做的道理，只有明白了道理，才能使学生自觉地按照老师提出的要求去做，变“要我做”为“我要做”。

先说说我们学校学生的来源。每年新生入学时，我们都会登记学生父母情况：极少部分父母有一份稳定的工作；一部分父母在县城找一份临时工作，工资不高，工作时间长，还不稳定；很大一部分父母都外出务工，孩子由祖父母、外祖父母或其他亲戚监护，甚至有些由别人托管。在这样的环境下成长起来的孩子，只被人关注有饭吃，有衣穿；至于其他方面习惯的培养，关心不来，也不懂。举例来说：我经常看见祖孙俩在前面走，边走边吃边说，“啪”一声，香蕉皮扔地上。所以，校园内，教室里，学生到处扔垃圾的现象非常严重。怎么扭转这种状况？“不允许学生带任何零食进校园”，我以为这是堵的方式，治标不治本。我的做法是：首先提高认识，和学生确认讲卫生这种好习惯的重要性，使用正面说服和反面推理的方式，干净整洁的环境让自己和周围的人心情愉快，反之，则让人心情恶劣，易发脾气。其次明确行为规范，让学生清楚具体的行为标准，可以带零食来学校，但包装袋一定要进垃圾桶，废弃的纸屑等要扔进垃圾桶，上课使用而造成的垃圾，下课后也要及时处理。第三坚持不懈的行为训练，由于学生已有乱扔的习惯，所以刚开始只要学生能减少乱扔的次数就进行表扬，并在两个星期或一个月的时间内不断提醒，一有垃圾就师生一起捡。第四及时评估和奖惩，把学生的表现及时反馈给学生，做得好的有表扬并可减免扫地，做得不好的罚扫地或其他。第五形成环境，进行到这一步，学生的行为习惯基本已确立，偶有学生再犯，只需个别教育，并三五不时地提醒一下就可以了。

二、引导学生养成良好的习惯

解决了“为什么要这么做”的问题后，教师还应善于引导学生转化为自己的行动，这就是“该怎样做”的事情了。教师要进行必要的行动指导，与孩子一起讨论制定行为规范。

学习是学生主要任务，这方面的事情更多。每天早上学生来学校后，没有打铃，他们不知道要晨读。在教室乱走的，抄补作业的，说闲话的，热闹的很。如何改变这种现状，在班主任没有来的情况下，大部分学生能够进行学习？首先，向学生灌输晨读的重要性。语言需要诵读，以便培养语感和进行记忆；还有很多书本知识需要记忆，因为记忆是理解的基础。之后，安排班上一两个非常负责任的同学巡视，以提醒其他同学读书；如有很调皮的同学，私底下再教育。当然，我个人认为不用要求学生过早来校，早读前5-10分钟就足够，并跟学生解释说是为了他们的身体，让他们多点睡眠的时间，同时又需早到几分钟，这是为了学习。这样一来，学生就能认同老师的要求，效果会好很多。有时我发现学生早读读久了会犯困（不是没休息好的原因），所以自由早读或英语早读的时候，我会让他们站着读。一段时间后，我问他们的感受，引导他们说出

“虽累却有效”的话来，从而能让他们自愿站着早读。

作业也是一个让人头疼的问题，有人忘写作业，有人忘带作业，情况不一。开家长会时，我跟家长一再强调要检查孩子的作业完成没有。95%以上的家长回复说没时间，所以只能班主任想办法。首先跟学生讨论做事有条理性的重要，然后教他们怎么做：1、每天把所有要写的作业写在一个专门的本子上，并把它们拿出来放一边。2、每写完一门功课，就把它放另一边。3、每天睡觉前检查一遍，以防漏写，并把明天需带去学校的东西放在一个固定的地方。允许学生偶尔犯点小错，小惩一下，不揪着一个问题不罢休，给学生缓冲的余地。

三、对学生进行持久性的训练

“习惯”要“习”才能“惯”，任何一种习惯都是经过长时间，在教师严格的训练，学生有意识的反复训练中养成的。为此，根据学生的实际，我充分利用晨会、课堂、班会加强对学生的训练，如：学习习惯的训练、文明礼仪的训练……还组织学生踊跃参与学校组织的各行活动中，将行为习惯的养成落到实处。我曾经把家里80本左右的《读者》拿去给学生看，我向他们推荐我看到的好书和好的电影；我上网搜索经典的英文歌曲和英文电影在班上的自习课上播放（因为我教英语）；我把自己听过的未听过的好的钢琴曲、中国古典民乐都拿来在自习课上播放（当然先征得了他们的同意），或是推荐给他们，让他们自己回家听。我希望通过这些活动能提高他们的艺术修养，龙应台说的“艺术修养是熏陶出来的，而不是靠从书本上学来的”，我非常赞同这句话。

我会尽量抽出时间来，带学生去跑步、跳绳、踢毽子，让他们活动手脚，释放体能。张弛有度，乃生存之道，学生体能的一放一收，才能让他们在学习的时候状态更好。孙云晓说，良好行为习惯的养成需要一个完整的过程：1、提高认识；2、明确行为规范；3、坚持不懈的训练；4、及时评估和奖惩；5、形成环境。专家们说“教育是有科学规律的，我们应该采用科学方法进行”，道理大家都明白，但做起来时，总会有这样那样的问题，让效果不尽如人意。曾经不愿当老师的我，现在也当了10多年的班主任了。班主任真是一份辛苦的工作，实在忙的时候，我也会抱怨：抱怨其辛苦，抱怨其不被人理解。可过后，我也欣慰自己的成长和进步，也许辛苦是我们成长和进步的代价。

千千万万的班主任都做着这些琐碎的事情，辛苦并快乐着。良好的行为习惯的形成并非一朝一夕之功，它需要学生长期努力，需要老师不断地督促引导。我以为，对学生进行行为规范训练，必须持之以恒，像滴水穿石一样，一点一滴，经年累月，使养成教育真正变成学生的内在需要，促使他们自觉养成各方面的良好行为习惯。

参考文献

- [1] 孙云晓，《习惯决定孩子命运》，广东新世纪出版社
- [2] 孙云晓，《好孩子好习惯》，漓江出版社
- [3] B.A. 苏霍姆林斯基，《给教师的建议》，教育科学出版社
- [4] 雷夫·艾斯奎斯，《第56号教室的奇迹》，中国城市出版社