

好习惯成就未来

——谈如何培养学生学习习惯和策略

曾月枝

(广州市白云区钟落潭小学)

[摘要]培养小学生良好的学习习惯是教育的重中之重,是教师教学实践的有机组成部分。好的学习习惯不但能使小学生在在学习上取得较好的成绩,使其终身受益,而且使家长省去为孩子学习不主动而产生烦恼和痛苦。

[关键词]学习习惯;培养措施

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.08.264

英国哲学家、科学家培根说过“好的学习习惯是一种顽强而巨大的力量,它可以主宰人的一生”。在多年的教学中,我发现小学生身上存在着许多不良的学习习惯,如:不会收拾学习用品,丢三落四的,课堂上懒于思考,学习缺乏动力,作业字迹潦草粗心等等,严重影响了学生的学习。因此,培养小学生良好的学习习惯是教育的重中之重。好的学习习惯不但能使小学生在在学习上取得较好的成绩,使其终身受益,而且使家长省去为孩子学习不主动而产生烦恼和痛苦。

一、学习习惯的含义

学习习惯是指孩子在一定的学习情境下自动地去进行某些活动的特殊倾向。由于习惯实际上是指通过重复或练习而巩固下来并变成某种动作的一种需要,从生理机制上来说,习惯只是一种后天获得的趋于稳定的动力定型。

要想使学生获得有成效的学习,具有良好的学习习惯是至关重要的。好的习惯一旦养成,不但学习效率会提高,而且会使他们终身受益。

那么一般的学习习惯有哪些呢?又怎样培养小学生养成良好的学习习惯呢?

二、具体学生学习习惯

(一)孩子预习的习惯

所谓预习,就是让学生在老师未教学新知识前提前自学。课前阅读:就是课前预习,要求学生在学完今天的知识后,总要看看第二天要学的内容,阅读时要让学生质疑,以便教师讲课时让学生带着问题重点听,重点想,有时老师可以有意识地根据教材内容给学生出示有兴趣的探索性的题目,让学生在书中去找去读。学生可根据已有的知识水平或经验来自学新的知识,在这个过程中,学生可动用已有的知识储备或经验来理解新知识。对难以理解的内容打上“?”,并提醒自己在上课时着重听自己不理解的知识。这样会激发学生的求知欲,带着问题听课,使学生对知识掌握的更牢,这也有利于提高学生的自学能力和培养学生的探索精神。例如,有的学生一直坚持预习这个习惯,上课的时候他就会向我提出问题。这样一来,通过自学,一方面可以培养学生的自学能力,另一方面,也让学生在上课听讲时有的放矢,达到事半功半的听课效率。由于预习要在家里进行,

习惯的培养也不是一蹴而就的事情。因此,教师要注意与家长进行沟通,调动家长的积极参与,让家长进行配合与监督,经过一定时间的训练,学生就可形成习惯,一旦形成了习惯,孩子就自然而然地在课前进行预习了。

(二)学生认真听讲的习惯

一些成绩差的孩子并不是因为脑子笨不聪明,而是因为听讲的习惯差。要么上课爱和同学讲话,要么上课爱搞东西,要么上课老爱走神……导致学习成绩拿不上去,因此,要想让孩子学习成绩优秀,关键是要注意培养孩子认真听讲的习惯,但要培养孩子认真听讲的习惯,也不能靠单纯地说教。

一方面老师或家长都要给孩子讲明学习的目的,要帮助孩子树立远大的目标,另一方面,老师或家长可经常给孩子讲一些勤奋刻苦学习的伟人的故事,让学生从中受到潜移默化的影响,培养自己克服困难、战胜自己的坚强的意志力,努力把精力集中在听课上,努力学习。

(三)勤于思考的习惯。

在工作中,我也经常会遇到有的学生在学习上一遇到难题就退缩的情况。有的孩子,在学习,一遇到难题就懒于思考。在家里,一遇到不会做的就马上叫爸、妈帮助解决,在学校,一遇到不会做的就不做或去照抄同学的,久而久之,这样的孩子就养成了一遇困难就退缩的坏习惯。在学习上,老师或家长都要鼓励孩子敢于向困难挑战,勤于思考的良好学习习惯,孩子遇到困难家长不要急于帮忙解决,要多鼓励孩子通过自己的勤于思考去完成,如果孩子是通过自己的思考去战胜难题的,那么,孩子就会体验到自己战胜困难后的快乐,那种快乐是任何高兴的事情都无可代替的。

老师或家长还可经常给孩子讲一些成功人士在学习上如何勤于思考、战胜难题的故事,鼓励孩子向他们学习,这样长期训练,孩子就会养成遇到困难自己想办法解决的习惯。

(四)教会学生审题,养成认真完成作业的习惯。

审题是正确做题的关键,学生在做题中出现的诸多问题或错误,往往并非缺少必要的知识,而是缺少必要的习惯和审题技能。要提高作业的正确率,必须下功夫培养学生认真审题的习惯。每次测验或试卷分析,教师都要有目的,有计划地坚持不懈地引导学生练习审题,重要的是教给学生学会

审题的方法，养成审题的习惯。

（五）学生课后自觉复习的习惯。

课后复习对学生提高学习的效率也是非常有帮助的，老师要教些方法给学生，要求学生在一天的学习结束后先将当天的知识进行梳理、消化、巩固，看看哪些地方是弄懂了的，哪些地方还不是很明白，然后想办法把不清楚不明白的地方弄懂。等知识脉络清晰明了后再下笔做家庭作业，这样就会提高学习的效率，要养成好习惯，也需要家长的密切配合与监督，经过长期反复的训练，才能养成习惯。

（六）学生做完作业后自查的习惯

一般情况下，很多学生做完作业之后都不愿意自己检查，嫌麻烦，做完作业之后，负责一点的家长就让家长检查，久而久之，孩子就养成了依赖性，这样做的结果是不利于学生终身的发展。教师和家长要互相沟通，共同督促孩子养成作业自查的习惯，以提高作业的正确率，教师和家长还可以制定一些奖惩的制度，作业书写漂亮，正确率高的可奖励孩子红花或是五星，以提高孩子自查的积极性。

（七）孩子收拾书本文具的习惯

在工作中，我经常会遇到学生不按时交家庭作业或忘带书本文具的情况，一问学生，很多学生的回答都是家长忘给自己装进书包里了，显然，这样的孩子经常让自己的家长给收拾书包。这样的孩子什么时候能自立呢？父母什么事情都代替孩子做，这其实不是爱孩子，而是害孩子。孩子长大以后，始终要融入这个社会，始终要独立面对或解决很多问题，如果孩子习惯了什么事情都依赖父母，可想而知，孩子是无法自立的。因此，父母如果是真正爱孩子，就应该培养孩子自己能做的事情自己做。孩子做完作业以后，就让孩子自己将书本文具收拾进书包，并且放整齐，长期训练，孩子就会形成习惯，这样孩子不至于交不了家庭作业或忘带课本了。

循序渐进，逐步养成，不断巩固

1、编写《学习习惯歌》，从悦纳中养成习惯

编写《学习习惯歌》儿歌，“课间休息准备好，学习用品放左角，抬头挺胸腰板直，专心听见要留意，善动脑勤思考，大胆发言举右手，流利朗读有感情，小组讨论要积极，课后作业要认真，书写端正要规范，……”还把《学习习惯歌》编成手操，这样可以使孩子做得开心又容易接受一些，也强化学习习惯的意识。

2、多关心、多了解、走进孩子的内心世界

不管是老师还是父母每天都应抽出一定的时间询问孩子的学习情况，了解孩子完成的学习任务，热情帮助孩子解决在学习中遇到的困难和问题，使孩子感受到你时刻在关心他的学习。作为家长有条件的要给孩子独立的房间，或给孩子支配固定的书桌椅、时间等用于学习，不要占用孩子的书桌堆放杂物或玩乐。也不要随便要求孩子在固定学习的时间内

做家务或其他事等等。这样，孩子就会觉得老师父母都在关心他，觉得学习是一种乐趣，就更利于培养他良好的学习习惯。

在帮助孩子养成良好学习习惯的过程中，老师和家长要善于发现并肯定孩子的点滴进步，做得好的家长要及时表扬。对做得不够的，也应实事求是地指出努力的方向和方法，使孩子学会严格要求自己，不断强化正确行为，修正不正确行为，从而尽快形成良好习惯。

3、率先垂范，做孩子的榜样

榜样对学生具有很强的说服力和感染力，教师要经常向学生介绍一些科学家、艺术家、伟人和古人是怎样学习的，以及他们有什么良好的学习习惯等。教师也必须事事处处以身作则，以自己的行动潜移默化地影响学生，如要求学生做作业要严肃认真，一丝不苟，教师自己的板书就应该工工整整。

模仿也是加强学习习惯培养的一个重要途径。对孩子来说，能否引起模仿，取决于老师、父母或其他家庭成员的表现。孩子学习时，父母和其他家庭成员也应以身作则，自觉学习，如读书、看报等，能与孩子一起讨论问题，共同学习则更好。大人不应该一方面要求孩子专心学习，另一方面自己又在起劲地玩扑克、看电视、玩电脑等。这样既会分散孩子的注意力，又给孩子的过失留有借口：你都没做好凭什么严格要求我。使习惯培养成为空话。

良好的学习习惯不是一朝一夕养成的，习惯是在生活过程和教育过程中形成与培养起来的，形成方式主要靠简单的重复和有意识的练习。因此我要求学生每天放学回家做完作业后一定要认真检查一遍，第二天老师改出来后如果都正确可以叫家长给予适当的奖励（如买玩具、故事书等），做到多鼓励，少批评，尽量培养他自主学习的习惯。我认为良好学习习惯的养成不是一蹴而就的，不管是老师，还是家长一定要有耐心，要坚持，这是一个循序渐进的过程，我们不能拔苗助长。

著名教育家叶圣陶曾经说过这样的一句话：“什么是教育？简单一句话，就是要培养良好的习惯。教育的本旨原来如此，养成能力、养成习惯，使学生终身以之。”由此可见教学过程中，培养学生正确的学习态度和良好的学习习惯是非常重要的。只有养成良好的学习习惯，将来就能自觉地去学习，去适应社会，去服务于社会。

参考文献

[1]人民教育出版社《养成良好的学习习惯》2008.5

[2]新东方论坛 作者：胡静平 时间：2013-03-29

[3]苏州网上教师学校《对小学生好习惯的培养》

作者简介：

曾月枝，（1972-）女，汉族，广东广州，本科，小学一级，研究方向：如何做好孩子的引路人。