

# 用学习任务清单培养孩子学习习惯

钟玉冰

(广东省茂名市电白区林头镇莲塘小学 广东 茂名 525000)

**[摘要]**一个孩子如果能在小学阶段养成良好的学习习惯,那么在他一生的学习中再也不需要教师和父母的再三催促。可见,习惯的力量是惊人的。培养孩子的好习惯不仅对学习有着深远的影响,还对优秀人格的养成起到重要的作用。本文主要探析在教学中怎样采用学习任务清单来培养孩子良好的学习习惯。

**[关键词]**习惯的力量;学习任务清单;体验成功的喜悦

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6288.2021.04.706

好习惯不仅对学习有深远的影响,还对优秀人格的养成起到重要的作用。《清单革命》一书的作者说:任务清单是一场观念变革的生活方式。用清单可以摆脱在高速生活中的混乱、无序和迷茫的生活。在平时的教学中采用任务清单的方式来培养孩子的学习习惯,有效地提高孩子的执行能力和学习成绩。教师通过反复训练和鼓励孩子采用学习清单,帮助孩子养成良好的学习习惯。

## 一、提高认识,让孩子认同习惯的力量

习惯的力量到底有多大,我们无法直观去衡量。但是因为好习惯成为家喻户晓的行业大腕的人却比比皆是。当我们教育孩子时,不妨多与他们分享这些人有哪些好习惯,或者让他们挖掘是什么原因让一个人走向成功。

当《朗读者》风靡一时的时候,我常常将《朗读者》引进课堂与孩子们一起分享,一起学习。倾听朗读者故事,欣赏朗读者的声音……渐渐地,孩子们被主持人董卿端庄、得体、博学、知性折服了。是什么让董卿如此优秀呢?我让孩子们去了解和发现董卿的优秀和她的哪些好习惯有关。孩子们通过各种途径和方法搜集董卿的资料。他们发现环球人物曾经针对阅读采访董卿,董卿说:我每天睡觉之前坚持1小时阅读,从未间断。很多人问我怎么能坚持下来呢。其实,无所谓坚持与否,这就是一个习惯了。

或者,阅读一小时并不难,但每天坚持1小时从不间断就有难度了;或许,阅读1小时感觉不出什么收获,但是,每天坚持一小时阅读的积累和沉淀就惊人了。当阅读成为习惯,每天坚持一点点,常年积累和沉淀下来的力量是惊人的。反之,习惯不好,往往会在关键时刻翻车。

2013年8月22日,一名高考生因走错考场坐在别人的座位上考试被记高考语文“缺考”得零分的新闻在《华商报》报道。一个高中毕业生为什么会如此低级的错误?无疑是因为没有养成认真对待每一件事的良好习惯。找考场,核对考生信息是高考多么重要的事呀。但该考生的盲目自信导致了不可挽回的失误。这一事告诉我们:养成良好的行为习惯是终生受益的事。正如俞敏洪所说:一个人之所以优秀是因为有优秀的习惯。

当我们在慵慵懒懒的生活中随意的度日时,似乎好习惯和坏习惯并没有什么差别,我们无法感知习惯的威力有多大,但是当我们面临某一个关键时刻时明白习惯的力量有多可怕了。因此,要想让孩子养成好习惯,必须让孩子认同习惯的力量,使孩子从内心产生养成良好习惯的动力。

## 二、明确学习任务清单,让孩子养成良好的习惯

孩子都是父母的掌上明珠。因此,现在的孩子都被父母照顾的很好,生活上吃喝拉撒安排的妥妥贴贴,学习上照顾的细致入微。帮忙削铅笔、收拾书包、检查作业……殊不知,正是因为父母的包办让孩子失去了自主管理的能力。生活上,离开父母就会不知道穿什么衣服,吃什么东西;学习上离开父母就不知道什么时候该干什么。因此,教会学生什么时候应该干什么并逐渐养成习惯对学习影响深远。在教学中,我采取任务清单培养学生学习习惯的方法。

清单,是一种列出工作流程、要点、注意事项的工具,使用清单帮助检查流程、细节。清单工具的建立无疑可以帮助孩

子解决不知做什么的问题,也可以解决应该怎么做的问题。使学生在学习中根据老师的建议制作自己的学习任务清单,然后再根据清单流程和要点完成学习任务。例如:我在平时的教学中,就要求学生要课前预习、课中分享、课后复习。要求虽然简单,但是学生还是不知道应该怎么做。我引导他们学会制作任务清单。首先根据今天的课程表安排今天的复习任务。如:今明两天的课程分别有语文、数学,那么简单的任务清单可以这样制作:

复习

语文:复习《清贫》细节描写,完成练习册P20;

数学:复习《分数乘法》,分数乘以整数的意义和分数乘以整数的计算方法,完成练习P28;

预习

语文:《凉州词》理解诗句意思,提出两个问题。

数学:《分数乘法》求出一个整数的几分之几是多少的计算方法,发现两个问题一起分享;

在要求学生掌握语文基础知识过程中也可以指导学生尝试制作任务清单的方式,做到目标明确任务清晰。以部编版五年级语文课本中要求背诵的内容为例。可以设置过关内容、过关时间、过关方式、评价等。比如,时间:2月20日,过关方式:默写,过关结果及组长签名。如此,简单地将要过关的知识制作成任务清单,孩子们的学习就不再凌乱。学习任务清晰,久而久之就能养成良好的学习习惯。

当然,让孩子学会使用任务清单管理自己的学习,养成良好习惯并不是一蹴而就的事情,它还需要老师和家长不断督促,不断强化,不断优化,让任务清单能更好地为学生养成良好习惯服务。

## 三、坚持积极评价,让孩子体验成功的喜悦

惰性决定人都喜欢往舒适的方向发展,而好习惯的养成往往需要孩子不间断地努力。因此,好习惯的养成需要老师和家长的关注和肯定。当任务清单解决了孩子做什么怎么样的问题时,如何让孩子坚持下来就成了习惯养成的关键。落实孩子任务清单的完成情况,及时积极评价孩子的努力将能给孩子带来坚持的动力。在教学中,我给孩子设置了学力排行榜,每按时完成一次任务清单就能得到1学力,当学力积累到10时就能晋级,我们的学力榜借鉴现有的学历来设置,由幼儿园到博士。孩子们在不断地努力中晋级,每一次晋级我都会给孩子颁发学力证书,当孩子达到高学力时,那种荣耀将会激励更多的孩子坚持不断的努力。孩子们在不断坚持和努力中体验到了成功的喜悦,良好的习惯就在不知不觉中慢慢养成了,而规范有序的学习方法也在落实学习任务清单中得到强化。

清单是一种工具,也是一种生活、学习和工作方式,学会运用学习清单的方法,改变将在无声无息中悄然发生。好习惯决定孩子一生。教育就是要培养孩子的好习惯,我们通过培养好习惯来缔造孩子的健康人格。

## 参考文献

[1]吴锦秋.如何培养孩子良好的学习习惯[J].时代教育,2016,000(024):225-225.

[2]陈自东.浅谈家长如何培养孩子良好的学习习惯[J].新校园旬刊,2014(10期):136-136.