# 加强学生品社教育,养成良好行为习惯

来源：网络 作者：静谧旋律 更新时间：2025-04-02

*第一篇：加强学生品社教育,养成良好行为习惯加强学生品社教育，养成良好行为习惯［引言］镜头一：我校某班学生王某成绩优异，尤其是数学成绩突出。数学老师采取“一帮一”（一名优生辅导一名后进生）结成学习对子的措施帮助后进生。一不久，由王某辅导的那...*

**第一篇：加强学生品社教育,养成良好行为习惯**

加强学生品社教育，养成良好行为习惯

［引言］

镜头一：我校某班学生王某成绩优异，尤其是数学成绩突出。数学老师采取“一帮一”（一名优生辅导一名后进生）结成学习对子的措施帮助后进生。一不久，由王某辅导的那名学生向老师反映，有问题向王某请教时，他不仅不教他，还说：“现在竞争这么强烈，我教了你，你就成了我的对手，就等于在害自己„„”

镜头二：我校不少同学在乘汽车时，没有给老人或是带孩子的乘客让座的习惯。

镜头三：二年级的一名男生喜欢打架，尤其喜欢欺负小同学。班主任将他叫到办公室问他为什么要打架，他说：“在学校里，我不凶的话，大家就都会欺负我。”

小学阶段是培养学生良好行为习惯的关健时期。通过学校品生品社课的开展，用老师的人格的魅力潜移默化影响孩子养成良好的行为习惯。［摘要］

通过具体案例的分析，遵循“品社教育——实践认知——行为指导”三步走的原则，加强品社教育，使小学生养成良好的行为习惯。［正文］

目前全国各地十分重视学生的德育问题。德育问题追根究底是习惯问题。英国作家萨克雷说过，“播种行为，收获习惯，播种习惯，收获性格，播种性格，收获命运。”“习惯决定命运”已成为人们普遍的共识。而习惯是人们经过反复练习而形成的较为稳定的行为特征，良好的习惯一旦形成，就会变成人生道路上前进的巨大力量，终生受益；反之，从小忽略良好习惯的培养，而让不良习惯发展成恶习，将贻误终身。错过了最佳时期，再想改掉恶习，更是十分困难。我们以往的教育常常是更注重分数，更注重学生的学习成绩，往往忽视了习惯养成的最佳时期，结果是不少学生成绩不错，可是品德欠佳。清华大学学生刘海洋硫酸泼熊事件，以及马加爵杀人事件就是很好的例证，这足以引起我们所有的教育工作者反思。

因此，习惯养成教育抓得越早越好。我们要通过学校开展的品生品社课，逐步渗透道德习惯的思想，潜移默化的去影响并指导小学生养成良好的行为习惯。那么如何指导他们养成良好的行为习惯呢？我认为可以遵循“品社教育——实践认知——行为指导”三步走的原则。

品社教育是养成学生良好行为习惯的基础。老师对品社教育讲解的越是生动和深刻，学生对此的接受程度越高，越有可能做出好的行为来。因此，品社课堂中，要深入浅出的对学生讲道理，可具体通过案例讲解的方式加深他们的印象。课堂教育中，不可以强制的方法教育学生，要充分发挥学生的主观能动性。课堂中，可通过“小组讨论，代表发言”的方式让每一个学生自觉主动的加入到培养良好行为习惯的行列中来。在此教育过程中，需要注意，学生具有向师性的特点，他们有一个共同的特征——对老师的依赖与信任感，他们视老师为自己的教导者和指挥者，而且在其小小的心灵看来，教师是高大的、无所不会、无所不能的。因此，钦佩、崇敬、爱戴之心油然而生。从而，他们就会去模仿教师的一些一言一行。教师要提高自身素质与修养，注重以身作则，潜移默化地带动学生形成良好的行为习惯。切记：教师的一言一行，在学生的心目中留下的印象有时可能比家长的教导还要深刻，教师一句不良的语言、一个稍不注意的行为，往往会使学生的言行向不良的方向发展。所以对学生进行行为习惯的训练的同时，教师必须注重自身的各种素质和修养，言谈、行为、小节都是必须为人榜样，文化修养、职业道德更是重要。教师的一举一动都要是好习惯的自然流露、体现，如果只对学生讲这讲那，平时自己都做不到，会导致学生产生混乱认识，从而不利于学生良好行为习惯的形成。

品社教育中，注意激发学生的自觉性与能动性。例如，引言中的案例，对于小学生在学校打架的行为，让全班同学进行讨论，允许学生各抒己见，若学生中出现不同意见和看法，激励学生不同看法的代表发言，由学生自己解决什么是正确的行为习惯。此过程中，品社老师起一个激励与监督的作用。亦可以将行为习惯编成“行为规范歌”，让学生背诵记忆，指导实践，并组织学生反复练习。情境教学也是品社教育的一个重要方式。可以要求同学们根据某一案例小组结合，编排情景剧，深刻反映问题，加深学生印象。

使学生在实践中获得正面的经验，使道德教育转变为道德行为。小学生接受道德教育，并接受教师劝导是比较容易的，但是把这些要求变为他们的具体实践就有些困难了。要做到这一点，需要通过他们的亲身实践去获得正面的经验。

例如，学生放学站路队，爱奔跑，无秩序，可以通过反复的教育使每班学生集体站队，教师加强监督与指导，从而使小学生从实践中养成良好的行为习惯。待他们产生积极地体会后，便具体认识到道德要求的正确性及良好行为的好处。

在促使小学生养成良好行为习惯的过程中，注重对他们的行为指导。

小学阶段的学生思想尚不成熟，较多出现不符合社会道德要求的行为。在此过程里，教师要及时纠正小学生不健康的行为，在最短的时间里使他们意识到什么是正确的行为习惯，如何做才能更加符合道德的要求。例如针对镜头三中的学生，要对其进行耐心的思想教育，告诉他“与人为善”的重要性，纠正他认为自己强就不会被他人欺负，别人弱就要去欺负他人的错误观点，激励他一步步团结爱护关心同学。

我国著名学者叶圣陶先生说：“什么是教育，简单一句话，就是养成习惯。”行为习惯的养成教育是小学教育永恒的主题，在小学教育中占有非常重要的位置。养成教育就是通过有效的培养和训练，遵循“品社教育——实践认知——行为指导”三步走的原则，从细节抓起，从小事做起，一步步促使小学生养成良好的行为习惯。

**第二篇：养成良好行为习惯(学生演讲稿)**

养成良好行为习惯，从小事做起

尊敬的老师、亲爱的同学们：大家好！

我演讲的题目是《养成良好行为习惯，从小事做起》。

有一篇文章，题目叫《走遍全世界，最让中国人脸红的三句话》。文中所讲第一句话出现在法国巴黎圣母院，那里用中文写着“请保持安静”；第二句话出现在美国珍珠港，那里也是用中文写着“垃圾桶在此”；第三句话出现在泰国皇宫，还是用中文写着“请先排队”。这三句话并没有使用法语、英语或泰国语来标志，都不约而同地使用了中文！原来，这些警告性质的语言是专门写给中国人看的，因为在那些外国人看来，中国人经常喜欢在公共场合大声喧哗吵闹，喜欢随地乱扔垃圾，喜欢不排队等。为什么这些人的文明素质和公共意识那么低下呢？这不得不引起我们的思考！

亲爱的同学们，行为养成习惯，习惯形成性格，性格改变命运！让我们从身边小事做起，真正养成良好的行为习惯：

当你走在校园的每一处地方，都请你保持安静和文雅，不要大声吵闹。校园需要安静，需要良好的秩序，只有菜市场才会热闹非常。

当你见到客人、家长和老师，请你鞠躬行礼并热情地问好。一声清脆热情的问好，就是一种高雅的风度，一颗虔诚的心灵。

当你手中有了垃圾，请将它们丢在垃圾桶内，因为那里才是它们的归宿。校园就像花园一样，地上的垃圾只会让它变得丑陋难看。

当你走过校园的花坛和草坪，请你只是认真地观赏和爱惜而不要去采摘或践踏，因为，它们是一道美丽的风景线，我们要爱护它们。

同学们，让我们一起行动起来，从现在开始，从身边小事做起，认认真真地做好每一件事情，认认真真地养成我们良好的行为习惯吧！

我的演讲完了，谢谢大家！

四年级

尚钰晶

**第三篇：如何养成良好行为习惯**

如何养成良好行为习惯主题班会

一、[班会目的]

1、通过班会，让学生认识到好习惯带来的益处，提高学生养成好习惯的自觉性。

2、通过学习，让学生树立培养良好生活习惯的意识，明确良好的行为习惯对塑造个人性格，营造良好班风，以及创造自我人生的重要性。

二、[班会准备]

1、培养两位能干的学生当主持人，准备串联词。

2、小品、收集好习惯故事及坏习惯的故事。

3、制作《学习习惯治疗卡》印发给学生课前填写。

4、准备背景音乐周杰伦钢琴曲《安静》及歌曲《我的未来不是梦》

三、[班会形式]

讲故事、小品等

四、[班会过程]

（一）、导入

班主任开场白：

一位哲人曾经说过：播下一种行为，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。这句话充分说明了习惯的重要性。对我们初中生来说，养成好习惯尤为重要，它将影响你的一生。相信今天的主题班会《让好习惯伴我成长》会给同学们带来启示。下面有请主持人上台。

主持人：

（男）：好习惯就像雏鹰的一对翅膀。（女）：能让我们在蓝天上自由翱翔。（男）：好习惯就像海上的一艘航船。（女）：能让我们驶向成功的彼岸。（男）：好习惯就是我们成长过程中最亲密的伙伴。（女）：能让小苗在阳光下茁壮成长。

（合）：《让好习惯伴我成长》主题班会现在开始。

（二）讲故事引主题

故事一：在印度和泰国，驯象人在大象还是小象的时候，就用一条铁链将它绑在水泥柱或钢柱上，无论小象怎么挣扎都无法挣脱。小象渐渐地习惯了，不挣扎了，直到长成了大象。长大的大象已经可以轻而易举地挣脱链子，但它从不挣扎，竟乖乖地被这根小小的柱子，这截细细的链子拴住。大家不妨思考一下，小象是被链子绑住，而大象却是被什么拴住的呢？（习惯）

故事二：在国外，发生过这么一件事：一位没有继承人的百万富翁死了，死后他将自己的一大笔遗产，赠送给远房的一位亲戚，这位亲戚是一个常年靠乞讨为生的乞丐。这名乞丐，一夜之间，变成了百万富翁。新闻记者便来采访这名幸运的乞丐。新闻记者问道：“你继承了遗产之后，你想做的第一件事是什么？”大家猜一猜，乞丐会怎么回答？（乞丐的答案是“我要买一只好一点的碗和一根结实的木棍，这样我以后出去讨饭时方便一些。”）

答案很是出人意料，但想想却又在意料之中，这是他多年当乞丐

养成的习惯，已经改不过来了。这个乞丐有再多的钱，他也不会花，他的思维只围绕在乞讨这件事上。

结论：这两则故事让我们震撼，习惯的力量原来如此巨大，在不知不觉当中，我们的命运就被掌握在其中了，所以说“世界上，最可怕的力量是习惯，世界上，最宝贵的财富也是习惯。”

我国教育家陈鹤琴曾经说过：“习惯养得好，终身受益，习惯养不好，终身受累。”好习惯会帮助我们收获知识和智慧，成为开启我们智慧之门的金钥匙。

（三）、从正反两方面举例说明习惯对人的影响

1、好习惯使人终身受益的故事。

（1）好习惯能帮助人们赢得宝贵的机遇。

在20世纪60年代，苏联发射了第一艘载人宇宙飞船，宇航员叫加加林。当时挑选第一个上太空的人选时，有这么一个插曲，几十个宇航员去参观他们要乘坐的飞船，进舱门的时候，只有加加林一个人把鞋脱下来了。他觉得：“这么贵重的一个舱，怎么能穿着鞋进去呢?”就加加林的这一个动作，让主设计师非常感动。主设计师想：只有把飞船交给这样一个如此爱惜它的人，我才放心。在他的推荐下，加加林就成了人类第一个飞上太空的宇航员。所以有人开玩笑说，成功从脱鞋开始。实际上说的是成功从好的习惯开始。

（2）好习惯成就大未来。

苏霍姆林斯基有一个习惯，那就是在清晨尽早开始一天的工作，他每天五点半起床，做早操，喝杯牛奶吃块面包，然后就开始工作，当他习惯了六点钟开始工作以后，又努力再提早十五到二十分钟，几十年如一日，从不间断。他三十几本教育方面的书和三百多篇学术论文都是在早上五点到八点写成的。这个故事，说明了好习惯，成就了一位举世闻名的心理学家和教育学家。

结论：纵观历史的发展，许多伟大人物的成就都是与他们的良好习惯分不开的。大文豪托尔斯泰一生热衷于体育运动，这使他能以充沛的精力完成不朽的巨著。美国著名作家马克•吐温坚持每天清晨默读墙上的好词、佳句，为他能写出脍炙人口的作品打下了坚实的基础。达尔文从不放过任何一个观察大自然的机会，为他的科研工作积累了大量的第一手资料。

由此可见，名人并不是高不可攀，只要我们向他们学习，做好身边的每一件事，养成好习惯，一定会成就我们的大梦想！

过渡：一个好的习惯，可以使人终身受益；一个坏的习惯，却可能遗祸一生。

2、坏习惯带来影响。

（1）《都是坏习惯惹得祸》

日本有一家食品公司要招聘一位卫生检测员，一位衣冠楚楚、气度不凡的年轻人自信地走进了总经理办公室，他优雅的谈吐，扎实的专业知识赢得了总经理的好感，没想到就在年轻人转身离开的时候，他下意识抠了一下鼻孔，这个不起眼的小动作并没有逃过总经理的眼睛，结果可想而知，一个没有良好卫生习惯的人怎么能够做卫生检测员呢？当然，年轻人到死也不会知道是他“抠鼻孔”的坏习惯毁了他的工作，使到手的饭碗落入了他人之手。

（2）“小和尚的剃头刀”

古时候，寺庙里有位小和尚，在出家前就有“丢三落四”的毛病。出家后，师父和师兄弟们一直提醒他，可是他从不当回事，依然是“丢三落四”。每天除了诵经念佛、打扫寺院、提水砍柴之外，小和尚也想学一门手艺。于是师父就安排小和尚学习剃头。

师父告诉他：“你每天拿一个冬瓜来练习，练到能在冬瓜上施展各种剃头方法，再安排你去剃真人。”于是，小和尚就天天在冬瓜上练习剃头，练了一天又一天，好几个月过去了，小和尚剃冬瓜的水平已经越来越高。可是师父却发现一个问题，小和尚练习剃头都是抽空进行的，在剃头过程中，经常有事需要他走开。每当别

人叫小和尚走开的时候，他都会把剃头刀扎在冬瓜上面，等办完事回来以后，再抽出剃头刀继续练习。

这个问题，着实把师父吓了一大跳，于是他告诫小和尚，以后千万不能这样做了，小和尚答应了师父。可是等师父下次再观察他时，他仍然这样做；而且据师父的多次观察发现，小和尚每次都是这样。师父一次又一次地提醒小和尚，每次小和尚都对师父说：“不要紧的，这只是习惯而已”。师父严肃地对小和尚说，“你的这种习惯到时候没准会出人命啊！”看到师父生气的样子，小和尚安慰道：“没事的，师父，你不要担心，等到真为人剃头时我就不会这样了。”

一日，师父决定让小和尚给他剃头。小和尚毕恭毕敬地把师父的头刮得亮晶晶的。就在小师父剃完头，师父刚要开口鼓励他的时候，小和尚顺手就把剃刀扎在了师父的头上，可怜人脑不比冬瓜，这样一刀下去，后果可想而知，小和尚成了杀人犯。

过渡：良好习惯的养成并不是一件轻而易举的事。我们班中就有那么一些同学，没有养成良好的学习生活习惯。

（四）、说说我们的坏习惯

1、表演小品《发生在我们身边的事》

（旁白）早晨，同学们早早地来到教室，坐在自己的位置上读课文。

（小陈）：气喘吁吁的跑进教室，一边吃东西，一边随手把一团废纸丢向墙角。还没坐下来，就一个劲儿地翻旁边同学桌上的本子。

（小蔡）：唉，你又迟到了。嗨！海！嗨！你在翻什么呀！

（小陈）：数学作业做完了吗？（翻到，露出惊喜之色）借我抄一下（抄数学作业）。

（旁白）上课铃响了，同学们都在专心听讲，积极思考，认真记笔记，而小陈又在干什么呢？

（小蔡）：专心听讲，不时地记着笔记。

（小陈）：一会儿把书翻来翻去，一会儿玩手中的笔，一会儿和同桌讲话，一会儿东张西望，一会儿前俯后仰，然后趴在桌子上睡着了。

（旁白）下课时间到。

（小蔡）：喂，喂，下课了，你怎么啦？

（小陈）：啊！昨晚看电视真过瘾！太困了。

（旁白）（下午三节课即将结束，小陈开始骚动不安，伸展着疲惫的身躯，挪动着椅子，弯腰半站，似乎想从后门口一跃而出，正在这时候铃声再次响起）

值日班长：哎，你又要跑了啊，地又不扫！

（小陈）：我有急事„„（小陈华甩头就跑）

（小蔡）：唉！我又要一个人扫地了。

2、让学生讨论，说说班级存在的坏习惯

小组总结出存在的坏习惯并进行评论，反思。

看了刚才的小品，大家说说看，在小陈身上有哪些坏习惯？违背了中学生行为规范的哪些条例?

同学们讨论，根据多媒体出示课件举手回答：（1、乱丢垃圾；

2、迟到；

3、上课不能专心听讲 ；

4、上课讲话 ；

5、上课打瞌睡；

6、上课讲做小动作；

7、影响其他同学上课；

8、抄袭作业等等。)

除上面这些不良习惯外，我们自己身上还存在哪些坏习惯？

小组讨论，每组指定一学生做好记录，然后小组代表发言。

（1、说话不文明；2、上课时故意引人发笑；

3、老师讲课时随意插嘴 ；4、上课时吃东西 ；

5、做错题没有及时改正 ；

6、做了错事不虚心接受批评，强词夺理； 7、对不文明行为不及时制止；

8、不热爱劳动等等。）

3、交课前填写的《学习习惯治疗卡》

这些都是我们的坏习惯。接下来，每个同学拿出课前填写《学习习惯治疗卡》，看看还有哪些内容需要补充？

学习习惯治疗卡

(填写此卡，尽量详细，针对具体的问题来解决)

年月日

姓名：

不良学习习惯：

怎样改进：

我邀请做我的评判人，提醒我要和坏习惯绝交。

一个星期后，我的表现怎样？

评判人给分：是不是表扬：评判人签名：

（五）、怎样克服坏习惯？

既然已找出坏习惯，我们就应该克服它？

专家给我们的建议：

1.坚持.(养成一个好习惯至少需要21天)。

2.用好习惯代替坏习惯。

3.重视别人的批评。

4.写名言名句贴在桌上警惕自己。

5.可以每天定下一个目标，时刻检查自己。

6.从家长,同学,老师中找一个监督者。

（六）、中学生必须培养哪些好习惯？

人格化好习惯的12指标 ——

（1）做人：真诚待人诚实守信认真负责、自信自强

（2）做事：遵守规则讲究效率友善合作合理消费

（3）学习：主动学习独立思考勇于实践总结反思

中学生最应该养成的好习惯？

1.爱学习.2.爱劳动3.守纪律.4.懂礼貌.5.会感恩.下面有请我们班班长来宣读班委会发出倡议书

倡议书

同学们：我们班委会发出如下倡议：

①课堂有纪律，认真听讲，做好笔记。②课间有秩序，不喧哗打闹。③两操动作有到位，精神状态有饱满。④讲文明懂礼貌，学会欣赏老师。⑤心中有他人，不自私，多为他人着想。⑥后进生有进步，不甘落后，奋起直追。⑦卫生有讲究，地上无痰迹纸屑，墙上无污痕。⑧校规校纪有遵守，仪容仪表有规范。

⑨劳动值日有积极，热爱生命懂感恩。⑩班级事情有人做，班级荣誉齐维护。九（1）班委会

（七）、班主任总结：

同学们，俗话说：“习惯养得好，终身受益，习惯养不好，终身受累”，好的学习效果、好的学习成绩，都是从培养良好的行为习惯开始。希望大家从今天做起，从现在做起，从小事情做起，播种更多的好习惯，让好习惯伴随你们，茁壮成长！

（八）、班会结束

主持人：好习惯是花园中盛开的一朵美丽的小花，好习惯是原野上悄然踏出的一条心灵之路，好习惯是乐章中用不断地拾取愿望的音符，独自创作的一首迷人的歌。希望同学们能早日养成好习惯，改掉坏习惯，取得人生的成功。好习惯可以成就未来，好习惯可以成就梦想，最后，请全班同学一起唱《我的未来不是梦》。在一片歌声中，甲乙主持人宣布《让好习惯伴我成长》主题班会圆满结束。

**第四篇：教育就是养成良好的行为习惯**

一、习惯的形成人的习惯是怎么形成的呢？首先让我们从心理学的角度来分析一下习惯形成的原因和过程。

1、习惯是注意的结果。从心理学的角度研究发现：处理知识，引起事物的发生，把秩序带入到我们内在的生活和外显的行为中，这些都占用了注意力。注意对于处理情绪，制定目标，解决问题是必需的；对于阅读、谈话和驾驶汽车也是必要的。没有它就不能完成对外界环境做出适当反应的工作。人们在特定时间内注意（即有意识的经验）投往何处，依赖于三方面组织要素的相互作用：本能、习惯和价值。

本能是千百年来有选择的结果。它使我们注意那些有关求生存的事物的知识，而且它们把我们和注意力限制在增强选择的适应性的艰苦工作上。当我们饥饿时，我们的精神力量就会被寻求食物所吸引。我们的注意力被异性所吸引，是因为如果没有这种吸引，人类早就不存在了。本能的注意模式帮助我们注意和避开危险的事物，并把兴趣放在那些过去有助于我们的身体与基因生存的事物上。

人们在生活中也获得了习惯，学会了忽略了某些事而注意另一些事。这依赖于以往遇到它们时是带来痛苦还是快乐。例如，有些人形成了一种从来不独处的习惯，是因为他们发现孤寂是无法忍受的；另一些人自己安排时间去从事体育运动，学习科学，因为当他们以习惯了的某方面去组织注意时，他们感到最惬意。当然如果单纯地从生物学的领域分析，本能和习惯是从盲目的方面去形成注意，正如它本身那样，是靠着依据过去的经验去疏通和重新调整精神力量。人则有重大的不同，人的心理是具有主观能动性的。

价值则在另一方面按照未来的期望去塑造注意的模型。人类表现出期望去做事情的能力，不仅是因为他们当即就能从这种行为中受益（正如习惯所表现的），还因为他们想达到某种未来价值的状态。因而，“面壁十年图破壁”，“人生自古谁无死，留取丹心照汗青。”

在任何特定的时间，本能、习惯、价值都介入到形成注意模式中。有时候，本能、习惯首当其冲；另外时候，价值更能生效。指导注意力分配的意识，必须在两种相对抗的原则之间进行调节：我是应该按照本能与习惯所提出的那样听音乐呢，还是应该按照价值所要求的那样去准备考试。这就为我们有意识地养成良好的行为习惯提供了机会。

2、习惯是个人与环境、行为相互影响的结果。在心理学界，对行为受什么因素影响和决定历来有不同的看法。一种看法认为：行为、环境、个人内在诸因素三者相互影响、交互决定，构成一种三角互动关系。这一种观点在众多的行为因果观中独具特色，从这一观点出发，要培养良好的习惯不可以等待“习以为常”，也不可以“习焉不察”，更不能“习是成非”。而应该能动地以社会的价值取向引导学生有意识地加以训练，以形成良好的学习习惯。

3、行为习惯是自我调节的结果。班图拉的自我调节论认为，人的行为不仅要受外在因素的影响，人们也可以通过自我生成的因素，自己调节自己的行为。他指出：“如果行为仅仅由外部报酬或惩罚所决定，人就会像风向标一样，不断地改变方向，以适应作用于他们的各种短暂影响……事实上，除了在某种强迫压力下，当面临时各种冲突时，人们具有自我指导的能力，使得人们可通过自我的结果为自己的思想感情和行为施加某种影响。”因此，良好的行为习惯形成的过程是一个人将外在的要求内化为自身需要的过程。

4、习惯是动力定型。任何习惯的形成，都是在条件反射的基础上建立的。习惯形成的过程人们通常分成三个层次，最低层次就是不自觉阶段，依靠外力的督促教育，不断强化已形成的条件反射就形成了习惯。就是第二个层次了，成为自觉行为。这需要一定的意志努力，靠内部的自我监督，不需要外部监督了。第二个层次也是经过反反复复，多次重复以后，一旦这种行为习惯被破坏以后，就内部调整了。但是要有意志努力。第三个层次就是自动化，达到类似本能的程度。到了自动化以后，也不需要监督，也不需要意志努力，而是行为习惯。一旦学生形成了良好的学习习惯，如：认真的学习态度，以学习为乐趣；自觉地看书、写字，积极动耳、动眼、动手、动口的习惯；自学的习惯，课前预习、课后及时复习，这是最佳的教育习惯。

二、怎样才能养成良好的习惯呢？

华生、桑戴克、巴浦洛夫等人心理学说基础所建立起来的行为治疗技术在德育工作中取得明显的效果。行为治疗理论认为，人类对环境的不相协调的结果，或是学习得来，或是缺乏必要的学习能力所致。条件作用与条件反射，是机体最基本的学习形式，在不良行为和某些疾患的形成中起着重要作用。因此可以根据学习或条件作用的某些基本规律对它们加以治疗或矫正，帮助病人学习新的技能或行为，或者帮助病人通过学习或条件作用减少、消除适应不良行为和症状，或者通过学会一种新的行为以对抗适应不良行为和症状。行为治疗一般采取正向强化或负向强化的奖惩方式对不良行为者进行训练。但关于怎样养成良好的习惯，叶圣陶先生有他独到的见

解。

1、养成习惯贵在躬行实践。作为一位长期从事教育工作的实践家，叶圣陶先生非常强调在习惯养成中的身体力行。他认为，要养成某种好习惯，要随时随地加以注意，躬行实践，才能收到相当的效果。他以常见的事例来说明这个道理。他在《“习惯成自然”》一文中写道，“要有观察的能力，必须真个用心去观察；要有劳动的能力，必须真个动手去劳动；要有

读书的能力，必须真个把书本打开，认认真真去读；要有做好公民的能力，必须真个把公民应做的一切认认真真去做”，这样，我们“所知”的才能逐渐化为我们的习惯，成为相应的能力和素质。

2、“习惯成自然”就是能力。什么是“成自然”呢？叶圣陶先生认为成自然就是“不必故意费什么心，仿佛本来就是那样的意思”。他举例说，“走路和说话是我们最需要的两种基本能力。这两种能力的形成是因为我们从小就习惯了，\'成自然\'了；无论哪一种能力，要达到习惯成自然的地步，才算我们有了那种能力。如果不达到习惯成自然的程度，只是勉勉强强地做一做，就说明我们还不具有那种能力”。他进而指出，“通常说某人能力不强，就是说某人没有养成多少习惯的意思。比如说张三记忆力不强，就是张三没有把看见的、听见的一些事物好好记住的习惯。说李四表达能力不好，就是说李四没有把自己的思想和感情说出来的习惯。因此，习惯养成得越多，那个人的能力就越强。做人做事，需要种种能力，所以最要紧的是养成种种的习惯”。

3、有两种坏习惯不能养成。叶圣陶认为：习惯不嫌其多，但有两种习惯养成不得，除此之外，其他的习惯多多益善。这两种习惯就是：不养成什么习惯的习惯和妨害他人的习惯。

何谓“不养成什么习惯的习惯”呢？叶圣陶用日常生活中的某些习惯的养成来说明“不养成什么习惯的习惯”的害处。他说，“坐要端正，站要挺直，每天要洗脸漱口，每事要有头有尾，这些都是一个人的起码习惯。有了这些习惯，身体和精神就能保持起码的健康，但这些习惯不是短时间内就形成的，要逐渐养成。在没有养成的时候，多少需要一些强制功夫，自己得随时警觉，直到‘习惯成自然’，就成为终身受用的习惯。可是如果在先没有强制与警觉，今天东、明天西，今儿这样，明儿又那样，就可能什么习惯也养不成。久而久之，这就成为一种习惯，牢牢地在身上生了根。这就是‘不养成什么习惯的习惯’，最要不得”。这种习惯与其他种种习惯冲突，一旦养成，其他种种习惯就很少有养成的希望了。

那什么又是“妨害他人的习惯”呢？叶圣陶举例予以了说明。他说，“走进一间屋子，砰的一声把门推开，喉间一口痰上来了，扑的一声吐在地上，这些好象是无关紧要的事。但这既影响他人学习和工作，又可能传播病菌，一旦习以为常，就成为一种妨害他人的习惯”。

妨害他人的习惯是恶劣品质形成的重要根源叶圣陶先生认为某些人的不良品质的形成，一个重要的病根在养成了妨害他人的习惯。他说，如果一个人不明了自己与他人的密切关系，不懂得爱护他人，一切习惯偏向妨害他人的方面，就极有可能成为一个恶人。

三、教育的目的就是培养习惯，增强能力

正如柏拉图在两千年前所观察到的，教育的最高目的是训练年轻一代寻找“正确目标指导下的欢乐与痛苦”。现代著名遗传学家也获得同一结论，相信对人类来说，进化的最好方法是学会在从事于必须去做的事情中获得乐趣。把一个信念播种下去，收获到的是一个行动；把一个行动播种下去，收获到的是一个习惯；把一个习惯播种下去，收获到的是一个性格；把一个性格播种下去，收获到的是一个命运。用科学的方法培养良好习惯，不吝惜在品德教育上花钱，才能使智力更有效地发挥作用。

叶圣陶认为，“我们在学校里受教育，目的在养成习惯，增强能力。我们离开了学校，仍然要从多方面受教育，并且要自我教育，其目的还是在养成习惯，增强能力。习惯越自然越好，能力越增强越好”，孔子一生“学而不厌”就说明了这个道理。叶圣陶先生曾说过：“凡是好的态度和好的方法，都要使它成为习惯。只有熟练得成了习惯，好的态度才能随时发现，好的方法才能随时随地应用，好像出于本性，一辈子用不尽。”考察二战以后日本的三次教改，每每把养成教育作为重要内容。前苏联教育家乌申斯基这样讲“良好的习惯是人在其神经系统中存放的道德资本，这个资本不断增值，而人在整个一生中就享受着它的利息。”可以说培养良好行为习惯是实施素质教育的重要途径，好的习惯使人受益一生。

**第五篇：感恩教育助推学生养成良好行为习惯总结**

感恩教育助推学生养成良好行为习惯

阶段总结

鲍家中心校 宋海燕

要成材先学做人。培养学生良好的品质，夯实学生“做人”这一根本，完成培养学生做人，培养良好习惯的任务从感恩抓起。

一.开展感恩教育活动，让学生在健康快乐的心态中成长。“鸦有反哺之义，羊有跪乳之恩”，“感恩”其实是一个人与生俱来的本性，实施“感恩教育”，培育“感恩文化”，传承先祖优秀品质，是我们的教育之本，是我们教育的大目标。感恩教育的最终目的不是为了让学生知道什么是感恩，而是要让学生懂得去感恩，把感恩活动付诸实践。我们有同感的事，现在的孩子太幸福了，衣来伸手，饭来张口，感觉这是理所当然。他们没有经历过艰苦的生活，更不了解先辈们苦难的历史。不知道应该孝敬父母、感激祖国、怀着一颗感恩的心享受幸福的生活。这代孩子的思想和他们的父母一代相差太远了。怎样开展好感恩教育，改变孩子们这种心态呢？我感觉应该从以下几点着手：

（一）营造氛围，做好感恩教育的宣传工作。

我们要让学生熏陶在感恩教育中，把学校的每个角落变成感恩教育基地。

1、出好板报、布置好教室、美化校园的每个角落，我们要在校园、课室粘贴“谁言寸草心，报得三春晖”、“感恩要从小事做起”等各种宣传语，随时提醒学生关心父母、孝敬父母。

2、充分利用校广播站的宣传功能，每天的大课间播放感恩歌曲、感恩诗歌和故事。

3、每周一早上，进行国旗下讲话，将感恩的名人故事，宣传感恩教育的有关信息，动员全体师生进行感恩教育。４.教会学生唱感恩歌曲，每天课前一首歌。

（二）开展系列感恩活动,先从感恩父母做起。

一个连自己的父母都不知道感恩的人，不用说去感恩他的老师和身边的人、更不用说去感恩社会和祖国。要从根本上改变这种现象，就必需要从思想上出发，让学生懂的什么是感恩，为什么要感恩。在本学期，学校准备开展一次以“感谢父母养育我”为主题的活动。通过以下的活动，感知父母对自己付出的辛劳。“感谢父母养育我”活动：

（1）、布置爱心家庭作业。

送父母一句温馨的祝福；给父母讲一个开心的故事； 给父母打一次电话，送去一声问候；给父母端杯水、捶捶背；

我为家里做四件家务：打扫卫生、叠被、洗碗、洗衣物（或其他可行的日常家务）。

（2）开展征文活动：《我的爸爸妈妈》、《写给父母的话》、《父母的手》、《我和爸妈在一起》等。

（3）、举行主题队会：“算算亲情账，感知父母恩”

（4）、算算父母每天做了多少事，体会父母的辛苦。从父母每天起床算起，一直到晚上你休息（或父母休息）为止，再想想你又为父母作了多少事。

（5）、举行“亲子游戏”。学校为学生设计“亲子游戏表”和“行动感恩计划表”。亲子游戏表要由家长和学生共同完成，表内分别列了有关父母和孩子的生日、鞋号、最喜欢的颜色、最想去的地方、最爱吃的一道菜、最开心的事等问题，有关父母的问题由孩子来填写，有关孩子的问题由父母来填写。在完成亲子游戏表的过程中，学生和家长间增进了了解。感恩老师

要对自己的老师感恩，因为老师不仅赐予了知识，更是教会了学生如何做人。正是老师们春风化雨式的教育解开了学生成长路上的心结。开展这项活动，教师有意识的和学生拉近距离，与学生谈心、交朋友，加之各项活动的开展，促进师生间的情感。学生懂得感恩教师，师生间的关系融洽，那么按时完成作业、积极回答问题、认真书写等等教师希望学生做到的是学生会更积极更主动的去做，习惯养成教育开展会更加顺利。

感激同学和邻居的帮助之情

要对自己的同学和邻居感恩。因为他们不仅在每一个人的人生旅途中陪伴着自己度过了十多个春夏秋冬，更与他们在生活和学习中相互鼓励、相互支持、相互安慰，在交流中获得欢乐和充实。

感恩祖国

爱国是国家兴旺发达的动力，爱国是中华民族团结的基础，爱国是全体国民的神圣职责。祖国培养我们，我们必须要报答祖国。对于才能感恩祖国，我校结合实际情况准备开展如下活动： 感恩社会，感恩朋友，感恩一切。

在这个世界上，我们要感恩的人和事实在太多了。除了要感恩你的父母和老师，还有很多朋友以及祖国、社会都曾给予你无私的帮助，都需要我们去感恩。我们要怀着一颗感恩的心去感恩这一切。二.以感恩教育为载体，开展各种习惯养成教育

在开展感恩教育的同时，贯穿以各种习惯养成教育小主题，让学生在培养良好品格的同时，收获良好的习惯。试想一个从心底懂得感恩父母的人，必定是一个节俭的人，节约粮食，不乱花钱，自己的事情自己做的人„„

一个从心底里感恩教师，师生关系融洽的同学，也会是一个听老师的话的人，会尽可能自觉地配合老师养成认真书写、按时完成作业、积极回答问题、遵守纪律、按时做好值日生，„„的习惯。当然，这也需要教师时时处处为学生着想，发自真心的关心学生、爱护学生，例如不布置过量的作业，课堂尽量上的生动有趣，尊重学生等等，这种尊重是相互的。同样，一个懂得感恩别人、感恩祖国的人，也必然会要求自己自觉做好各种该做的事，做一个有理想有道德有知识和文化的人，努力使自己成为一个全面发展的好人格好习惯的人。

要改变一个人的思想不是一朝一夕能做到的，这就要求全体教育工作者有耐心、有恒心、细心、关心、爱心，只要坚持就一定有收获，等收获那天也就是教育成功的一天。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！