

回里小学“好习惯伴我成长”打卡活动方案

（2020年10月试行）

小学阶段是教育的基础阶段，是人生的奠基时期，是一个人形成良好习惯的关键时期。“播下一个行动，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。”因此，加强小学生良好习惯的养成教育，是有效提升教育教学质量、促进未来人才具备可持续发展能力的重要途径。为进一步加强我校学生日常行为规范教育，规范师生言行，培养师生良好的学习和行为习惯，促进师生身心健康发展，根据区研训中心的工作意见，我校计划从本学期开始，用一年的时间，在全校师生中开展“二十一天天天做，每月一个好习惯”打卡活动。

一、指导思想：

以师生的身心发展规律和我校师生的实际发展状况为依据，以促进师生身心和谐发展、提升师生的生命质量为目标，以区教育和体育局养成教育规划为依据，以德育工作要“近一点、小一点，实一点”为原则，围绕师生学习、生活的全过程，以培养良好的学习、行为习惯为内容，激发师生的参与兴趣，掌握科学的学习、生活方法，为师生的可持续发展奠定良好的基础。

二、组织机构

组 长：赵守成

副组长：孔祥平 栾金光

成 员：王水玉 赵振恩 姜 莉 姜蓉蓉

三、习惯养成目标及具体要求：

本次“好习惯伴我成长”活动拟计划一个学年完成，全体师生参与，分教师和学生两个系列。教师系列共计 10 个好习惯，学生系列每月一个学习好习惯、一个行为好习惯，共计 20 个好习惯。我们将以上好习惯养成目标“具体细化、交叉进行、分阶段完成”，具体内容及打卡方式如下：

【教师系列】

好习惯内容	打卡方式
课前 2 分钟候课习惯	下发教师“好习惯伴我成长”天天打卡手册。教师根据自己的表现，做好“每月一个好习惯”每日自评打卡记录。每周由同班级任课教师完成互评，由同组部老师完成小组评价。打卡手册如下：
准时下课不拖堂习惯	
课堂上写规范字、说普通话习惯	
人走桌面整洁、桌椅归位习惯	
积极跟操、锻炼习惯	
每天读书、学习习惯	
每天微笑面对同事习惯	
每天表扬一名学生习惯	
每天与一名学生或家长联系习惯	

教师好习惯养成内容：			
天数	自评	互评	小组评
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
.....			

每天反思自己言行习惯	
------------	--

【学生系列】

好习惯内容		打卡方式
学习好习惯	行为好习惯	下发学生“好习惯伴我成长”天天打卡手册（同上）。学生根据自己的表现，做好“每月一个好习惯”每日自评打卡记录。每周由同桌进行互评，由小组内成员完成小组评价。每月一汇总，班级张贴“好习惯伴我成长”光荣榜。打卡方式为星级评价，按三星（优秀）、二星（良好）、一星（合格）进行评价。
保持良好读写姿势习惯	见到父母师长问好习惯	
认真做好课前准备习惯	礼让他人靠右行走习惯	
回答问题举手起立习惯	整理书包整齐有序习惯	
认真及时完成作业习惯	保持桌洞美观整洁习惯	
认真书写卷面整洁习惯	离座桌椅及时归位习惯	
每天读书三十分钟习惯	每天值日热爱劳动习惯	
数学符号正确用尺习惯	积极跑操锻炼身体习惯	
认真演算有序书写习惯	用心做好眼保健操习惯	

惯	惯	
大声朗读积极阅读习惯	安静就餐杜绝浪费习惯	
课前预习提出问题习惯	看到垃圾自觉捡起习惯	

四、实施措施：

对师生良好习惯的培养要抓落实，促管理。修订定稿的良好习惯培养目标及具体要求将严格贯彻，形成书面材料，分发给每一位师生，并于班级、校级宣传栏张贴。

1. 抓任课教师——习惯培养的中坚主导力量

（1）将习惯培养内容及具体要求写进教学计划、班主任工作计划、教师课时教学计划，利用集体教研组织好教师主题培训。

（2）实行期间，推选有突出成绩的教师的典型做法，组织校内交流经验、校级交流培训，并给予考评加分。

（3）学校将对每位教师对学生的好习惯培养情况进行跟踪评价，学校每学期组织三次以上的抽查，具体是期初一次，期中一次，期末一次，抽查的办法是到班上听课或学生座谈会或家长问卷以及观察学生在常态课堂下的表现，检查结果将作为评比先进个人的重要依据。

(4) 评选关于培养学生良好习惯培养方面的优秀案例与反思，并在全校范围内推广交流，并列入教师的个人业务考评。

2. 抓班级管理——习惯培养的最有力促进者

(1) 利用班级文化，做好习惯优秀学生的推介，树立榜样，鼓励其他同学观察学习。

(2) 列入班级考评。通过日常检查，包括班级自我检查、级部检查、校级检查有机结合，激发班级竞争。

(3) 适时在班级中开展有关能督促习惯养成的活动。如：比一比谁的坐姿好，评一评谁的桌洞整洁等活动，以促使学生良好习惯的养成。

(4) 召开主题班会，评选主题班会案例，不断总结反思，选出优秀和进步大的同学进行经验交流。

(5) 开展“我是好习惯小明星”演讲活动，以活动促进习惯开展，结果列入班级考评。

3. 抓学生——习惯最终的接受者、体验者、反馈者、受益者

(1) 通过校级宣传栏、黑板报、国旗下的讲话、校园网、班会、演讲比赛等形式在全校学生中进行习惯培养的宣传，促进学生自觉纠正自己不良习惯。

(2) 常反思，鼓励学生写出习惯培养过程中的感想与反思，主要屏弃了哪些坏习惯，形成了哪些好习惯等等。

(3) 以点带面，榜样示范。每学期以班级为单位评选一次“好习惯小明星”，评出如“尊敬师长小明星”“热爱劳动小明

星”等若干人，进行班级、校级的表彰与奖励，以便全体学生观摩学习。

（4）建立并利用好学生成长档案袋，改革学生评价方式，以多元评价促进学生良好习惯的养成。

4. 抓家长——学习习惯培养的有效桥梁纽带

（1）通过家长委员会、家校联系卡、学校开放日等形式同学生家长建立经常性联系，营造良好的育人环境。对家长进行家庭式教育指导，让家长起到良好习惯的榜样作用。

（2）发放告家长的喜报，增强学生荣誉感，发挥家长的监督评价促进作用。

（3）在阶段性的家长会中将学生习惯的养成情况向家长做出汇报，使家长也参与到学生的习惯培养当中来，发挥家校一体的促进模式。

五、实施步骤：

（一）准备阶段（2020年9月——2020年10月）

1. 宣传、学习，提高认识

加强对学生良好习惯培养重要性的宣传力度，努力营造学校良好习惯培养文化氛围。学校召开师生“良好习惯培养”启动会，设立良好习惯培养宣传周，通过业务学习、班会、宣传专刊、校园广播等形式在师生中进行良好习惯培养的宣传，使师生认识到良好习惯培养的重要性和紧迫性。

2. 建立健全领导机构

学校要成立以校长为组长、业务和政工校工为副组长、教务主任和政教主任为组员的良好习惯培养领导机构，全面负责活动计划的制定、检查督导以及考核评估。

3. 制定切实可行的计划、方案

学校要认真学习领会师生良好习惯培养实施方案的具体要求，对照各系列的习惯培养内容制定落实措施。

（二）具体实施方案（2020 年 10 月—2021 年 7 月）

按照制定的方案，有目的、有计划、按步骤、有层次对师生习惯进行培养。2021 年 2 月份， 根据师生习惯培养情况，开展一次阶段汇报交流及成果展评活动。

（三）总结阶段(2021 年 8 月)

总结经验，表彰先进，推动全校师生良好习惯整体提高和全面发展。

良好习惯的培养，是一项长期而艰巨的系统工程，要有足够的方法和耐心。在今后的工作中，我们会坚持“有效方法+持之以恒=习惯”的培养策略，加大力度，学校、家庭和社会密切配合，齐抓共管，形成良好的氛围，使良好习惯的培养真正落到实处。相信在全体师生的共同努力下，我们这项活动会取得良好的效果。

回里完全小学

2020 年 10 月