

发城一小 2022-2023 学年

学生学习习惯培养工作方案

一、指导思想

小学阶段是基础教育的基础，是各种习惯养成的最佳时期，习惯培养是打实基础的关键。著名教育家叶圣陶先生说：“什么是教育，简单一句话，就是要培养良好的习惯。”“播种行为收获习惯，播种习惯收获性格，播种性格收获命运”为此，我们在全镇小学生中培养良好的学习习惯，从而提高学生修养，完善学生人格，全面提升学生素质，为以后激烈的竞争打下坚实的基础，为终身学习服务。为使学习习惯培养扎实、有效、持续的开展下去，特制定本实施方案。

二、实施原则

1. 整体性原则。学习习惯培养要面向全体学生。所有学生都是习惯培养的对象和参与者，习惯培养的计划、实施、组织活动都要着眼于全体学生的发展，考虑到绝大多数学生的共同需要和普遍存在的问题，以全体学生的习惯水平的提高为基本立足点。

2. 统一性原则。学习习惯培养要贯穿于学校教育教学工作的方方面面，要落实在课堂教学上、课外活动上、教育环境上，特别要与学生的行为习惯培养相结合，要双轨并行，以良好的行为习惯带动和促进学生良好学习习惯的形成，形成课内、课下全方位的习惯培养体系和机制。

3. 主体与主导性原则。学习习惯培养要重视学生的主体地位、主体意识，坚持外部帮助和自我内化相结合，坚持教师的教育与引导和学生的积极主动参与相结合，重点提高学生的自我教育、自我管理能力。通过学生主体意识的调节作用，主体的践行，完成主体的内化。在习惯培养中学生是主体，是内因，教师是主导，是外因，教师要充分发挥引导、教化、管理的职责，促使内因发生显著性的变化。

4. 持之以恒原则。学习习惯培养难在起点，贵在坚持。习惯的培养需要反复的训练、持久的强化，才会让习惯成为学生一种自觉的行为，一种自然的需要，一种定势。因而，必须坚持持之以恒的原则，严格训练、反复训练，学生在教师反复的巩固、强化训练活动中，把行为稳固，直至成为习惯。

三、习惯培养内容及要求

(一) 习惯培养内容：“主动预习、课前准备、规范读写”三大基础习惯养成和“认真倾听、积极表达、总结反思”三大学习习惯养成。

(二) “基础三大习惯”养成要求

■ 主动预习习惯。

● 语文教师指导要点

1. 调查学生预习现状，制定可行的培养预案。了解学生的预习兴趣、预习态度、预习能力、预习习惯，从中发现存在的问题，以便制定科学的预习方案。

2. 探究培养预习习惯的策略。预设策略：（1）加强指导，掌握方法；（2）及时检查，重视反馈；（3）互相督促，持之以恒；（4）组织交流，定期展示；（5）鼓励表扬，激发兴趣。

3. 探究科学的预习方法。

（1）运用六字预习法：“读”、“查”、“画”、“批”、“做”、“问”。

“读”单元前面的导读语，明确这篇课文应掌握的知识和方法，了解通过本课学习应达到的目标以及应如何学习本篇课文等；二读课文，将课文读熟、读懂。三读课文，弄清故事情节。

“查”：对课文中出现的字词等不懂的问题查工具书和有关资料。在预习课文时自己查阅有关资料，可以更好地理解课文。

“画”：包括在“预习提示”和课文注释里勾画出文章的主题、主要内容写作方法、文学常识等，便于教读课文有针对性地思考问题；画现文中精彩的词句；画出文中不懂的地方；画出课后。练习在文中涉及到的地方等。

“批”：指批注。将“画”出的部分作旁批，即对文中的词语、句子、写作方法、写作特色、课后练习等提出自己的看法，将自己的理解批注在书中。阿拉伯数字标注自然段；重点生字词用横线标注；用着重号“……”注明关键词用语；用波浪线划出重典语句或中心句；用☆标示重点语段；用问号表示对内容或观点的质疑等。用铅笔写下课后题的理解！

“做”：做读书笔记。在笔记本上抄写字词，做到“四会”。即会读、会写、会意(弄清意思)、会用(学会运用)。在笔记本上摘录文学常识、写出心得体会等等。

“问”：提出不懂的问题，在教师上课时求得解答。在熟读课文和初步理解课文的基础上，根据“预习提示”和课后思考题目提出有价值的问题，并将这些题带到课堂上去，在教师的指导下得到解决。

（2）通过预习，完成预习单。

每单元的重点课文，教师根据课标要求的教学重难点，结合学生的学情，制定切实可行的预习单，学生通过自己的预习结合“六字”预习法，完成预习单的内容。

（3）预习记录

每节新课的课前预习，提出疑问、解决问题，作为真实的记录，记录学生的预习过程及所得所获。

1-2 年级

预习记录：解决基础的字词识记、课文朗读、

3-5 年级解决字词、课文主要内容；课文读熟、读出感情；集合旧知识、生活常识对比学习新词语、新问题；提出质疑，记录产生的疑问及解决的过程；尚未解决的问题，待与他人合作解决的问题或需要教师讲解的问题。

●数学教师指导要点

1. 设计科学的导学作业。通过集体备课及自备课设计好导学内容及预习作业内容。

2. 掌握科学的预习方法。

（1）用准确简练的语言说清对学生的预习作业要求。

（2）对不同预习内容给予不同的方法要点指导，如推理、转化、操作等方法。

（3）引领学生对不理解的地方作出标记，便于课堂上认真倾听、重点解决。

（4）引领学生对学习方法进行总结，便于今后遇到类似的问题能自己解决。

3. 进行多种方式的评。通过教师抽查、小组互查等多种方式检查预习作业，了解学生的预习情况，并及时进行评价。结合班级及学校的激励机制，对预习作业完成好的学生进行奖励，鼓励其积极性。

4. 留足展示空间。课堂上的展示环节时间要充足，让学生有足够的空间展示自己的预习成果，对别人的交流进行质疑和补充。

●英语教师指导要点

1. 确定预习提纲。通过集体备课确定好预习提纲。
2. 明确预习要求。学生根据预习提纲要求进行预习。
3. 进行科学评价。采取教师抽查、科代表检查、小组长检查或同桌互查等多种方式检查学生的预习情况。
4. 激励预习兴趣。交换角色、充当小老师领读课文的方式激励学生预习兴趣。

●评价方法及手段

在评价方法上，实施自评、互评、师生共评等多种评价方法相结合。评价手段口头评价、书面评价及二者结合的方式。为学生预习评价的三个步骤：

（一） 自评，即自己检测自己是否完成了老师布置的预习任务。该在书上和导学案上做批注的有没有做标示。自己是否认真完成了预习。

（二） 师评，教师通过查看预习记录、预习单的完成情况予以真实的评价，并给与等级评价，可采用书面评价、口头评价等方式。

（三） 师生互评，这主要体现在课堂上，在学生初读部分，针对学生回答情况，师生共同探讨，看学生是否是经过思考后得出的结论。

■ “课前准备”习惯。

●教师指导要点

1. 要有培养意识。教师要充分认识到上课准备的重要性，只有认识到位了，才会产生有效的行动。身体力行，乐此不疲，长期坚持，有意识的对学生进行训练。

2. 要正面启发诱导。教师要给学生讲清课前需要做的相关准备有哪些，让学生明确具体该怎么做和为什么要这样做。

3. 要通过演练让学生学会课前准备。可以启发学生从看课程表做起，让学生按照课程表训练，做到有章可循。接着从学生课前准备的物品入手开始训练。要求：下课铃亮响后，由当前任课教师或班长提醒学生收拾好桌面物品，马上准备好下节课要用的书本文具等学习用品，并放置于桌子左上角或右上角。同位两人同时将课桌前后整理齐。

4. 及时检查督促。刚开始训练，在每节课上课前，任课教师都要检查学生的课前准备工作，及时总结，抓典型树榜样，对没有做好的给予纠正并教给正确的

方法。经过一段时间的训练、检查、纠正，学生会基本学会课前准备，并形成一种习惯。

●评价方法及手段

在评价方法上，实施自评、互评、师生共评等多种评价方法相结合。评价手段口头评价方式。

(1) 自评，即自己检测自己是否完成了课前的准备工作任务。书面是否摆放整齐，齐读课前准备 4 要素。

(2) 同桌互评，齐读课前准备 4 要素后，同桌互相查看，并提醒对方摆放整齐。

(3) 师评，前任课教师通过整体查看，采用口头表扬桌面摆放整齐的同学，相互促进的同桌，促进其他同学的自我检查及反思。

●落实保障

学校不定期检查。学校组织班主任不定期进行抽查，并留好照片，评比名次，并公布表扬。最后将评比分值加入班级每周的量化分数里。

■ “规范读写”习惯。

●教师指导要点

1. 制定科学规范的读写标准。教师要在反复论证的基础上，制定规范科学的读写姿势标准，“读姿、坐姿、写姿”按常规要求进行训练，让学生心中明确并做到“三个一”的总体要求。

2. 普及规范正确的读写姿势。教师要利用演示、讲座等方式讲解正确读写姿势的重要性，以及如何养成规范的读写姿势。教师平时阅读、批改作业、板书都要按照规范来做，起到表率示范作用。

3. 传授行之有效的读写方法。良好书写习惯的养成，即书写规范、端正、整洁的习惯。语文教师要充分利用书法指导课，强调正确的写字姿势、握笔姿势等，有效的训练学生观察、分析字的间架结构和笔画笔顺的能力。下笔之前想清楚，运笔写字，尽量不要涂改。

4. 随时监督，指导纠正。教师随时随地提醒学生注意读写姿势。各学科教师齐心协力，齐抓共管，督促学生养成认真读写的学习习惯。读写习惯出现问题时，教师应及时予以指出，使不良的读写习惯及时得到改正。

5. 儿歌自纠，姿势校对

班主任指导学生背诵读写儿歌。坐、读、写之前根据儿歌进行自查自纠，和互纠。

写字姿势歌

学写字，重姿势
眼离书，约一尺
胸与桌，离一拳
离笔端，约一寸
臂肩脚，要摆平
用左手，轻按本
学用品，放有序
记得牢，学巩固
好习惯，早养成
终身益，受无穷

读书姿势歌

读书时，要做到：
眼离书本要一尺
脚放平，背挺直
胸离桌子约一拳
书本稳稳手中拿
还要稍稍向外斜
书本用具放有序
条条要求须牢记
还要天天坚持练

6. 主题课程，警示学生

提高学生良好的读写习惯意识，养成规范读写的好习惯。班主任教师通过主题班会教育进行不良坐姿的危害警示，以提醒学生时刻注意坐姿及读写的重要意义。

7. 课程实施，双减落实

结合学校的“习字立人”课程，加强学生书写的良好习惯。结合家庭作业，巩固学生的书写习惯。落实学校的“悦读润心”课程，强化学生对于阅读的重要意义。

●评价方法及手段

在评价方法上，实施自评、互评、师生共评等多种评价方法相结合。评价手段口头评价方式。

(1) 自评，不限时间、地点，随时随地自我检查坐姿、写字、读姿是否规范。

(2) 师评，教师要注重学生课上习惯的培养。在授课期间，随时对三姿较好的学生提出表扬，时刻提醒有待规范的学生。

● 落实保障

(1) 读写姿势，值班领导可进行不定期的检查，留好照片以示公正。

(2) 语文教师可利用课堂前五分钟，学生进行每天一次小练笔，字数要求 15 字以内，求质量，不求数量。培养学生养成“提笔就练字”的良好写字习惯。

(3) 学校针对学生的书写对语数英三科一月进行一次作业、家庭作业的评比活动。评比出进步最大的班级和一直保值优良的班级予以表彰。

(4) 进行全校性的书法比赛，一年级的拼音、数字书写，二年级的生字表。三四五年级的生字表及英语单词，评比出“书法小能手”、“书法小明星”。

(三) 学习三大习惯养成要求

■ 认真倾听习惯培养

● 教师指导要点

(1) 授之以法让学生会听。①有兴趣听：采取有效措施激发学生的倾听兴趣。教师要通过“传话游戏”、评选“倾听之星”、创设生动有趣的教学情境和多样化的教学手段激发学生的倾听兴趣。②专心听；让学生明确倾听的目标任务。③听异同；④听思路⑤听后发表意见。在专心倾听的基础上，再生成自己的意见，发表自己的见解，是倾听的最高境界。

(2) 制定规则认真听

①专注的眼神看着发言者。

②根据发言者的内容产生相应的身体语言，以示接纳，使发言者保持信心。

③向发言者表示你关心他说话的所有内容。

④专注对方所讲的话题，不能心不在焉。

⑤不要中途打断发言者，让他把话说完。

⑥耐心倾听中去感知发言者的观点和主要内容。

⑦针对发言者的发言内容，提出自己的意见。

(3) 加强训练使学生善听。把“听”与“说”、“写”、“算”等学习方法充分利用起来，对学生进行倾听习惯的训练养成。

一是开展学生倾听活动类训练。通过以“听说”、“复述”为方法的活动训练倾听习惯能力培养。

二是开展语文学科的“听写”训练和数学学科的“听算”练习。通过语文课堂上的“听写”训练、数学的“听算”训练，使学生明白，我们不但要会算、会写，更要注意会听，只有听清楚，才能算正确。

●落实策略

教师在课堂教学过程中渗透一些倾听能力培养的小技巧，经常要求学生复述老师或同学说的话的内容。一、二年级进行词语听写训练；三年级的句子听写训练；四五年级一小段话的听写训练，提高学生认真倾听及短时记忆的能力。学期末举办全校性的听写比赛，制定详细的比赛方案以及评比方案。

通过观评课观察班级学生的倾听习惯，以 10 分的量化标准纳入教师授课的观察量表中，作为教师对于学生学习习惯培养的评判标准。

■积极表达习惯培养

●教师指导要点

1. 指导学生养成良好的表达神态。教师要对学生良好的表达神态进行专题指导，如：站立姿势，面部表情、眼神等。

2. 规范学生的表达语言。教师要教给学生学会使用“我觉得……”、“我认为……”、“……是因为……”等规范语言表述意见和建议。在补充修改时能先评价，能规范使用“我同意某某的观点，但我还有补充……”“我不同意某某的观点，我认为……”等等。

3. 指导学生学会表达自己的观点。以“声”示范，让学生知道怎么说。教师课堂用语要精炼、严密，给学生潜移默化的感染，给学生以“示范”，使学生仿有“范例”。

4. 帮助学生消除畏惧感和羞怯感。课堂上学生回答问题出错时，教师应当首先为学生营造安全的心理，还要时常找那些具有羞怯感的同学谈心，帮助他们树立信心，战胜自卑。

5. 防止发言垄断现象。教师要让更多同学享有公平的话语权，使每个同学都感受到课堂发言的乐趣。

6. 结合我校的“四步同学”课堂，重视小组合作，鼓励学生积极参与讨论中，发表自己的意见。小组合作，要求每位学生参与，每次小组合作，每位学生至少发表 1 次观点。

●落实策略

课堂是学生积极发言最好的表现时间。学生是否愿意发言、是否能够规范表达的语言，评课量化表中有 10 分的学生积极表达的量化分数，作为教师培养学生积极表达习惯的考量。

■ 总结反思习惯培养

●教师指导要点

1. 强化学生总结反思的意识。教师除了让学生明白总结反思的重要意义，更应适时强化学生进行总结反思的意识。。

2. 教给学生总结反思的方法。总结反思的方法主要有自我提问式、经验总结式、小组汇报式等。

3. 引导学生抓住总结反思的时机。能够对前段知识或单元知识，养成总结、整理的良好习惯；能够运用思维导图的方法对所学知识进行整理，归类。最后，有能力的同学能在学期末，对自己一个学期的学习情况进行总结和分析。

4. 培养学生整理错题的习惯。一天或是一段时间里，将自己在学习比较弱势的学科里出现的错误进行记录：第一步，先找出错因；第二步，书写正确的答案；第三步，找类似的习题进行练习巩固，同时检验是否还出错。第四步，加以复习。

●落实策略

1. 语文、道德学科以一单元为单位，教师可引导学生运用思维导图的方式进行单元的复习，整理。运用不同颜色的笔标注不同的层次或内容。

2. 数学学科建立集锦本。不作硬性指标要求，鼓励和提供学生自我建立错题集，用于反思错题，总结典型习题等。教师根据学生的集锦本将出错率搞得题型再汇总再测试。

3. 学校针对学生的书写对语数英三科一月进行一次作业、家庭作业的评比活动。通过作业了解学生本阶段的学习情况。

四、保障措施

1. 落实领导每日督查制度。

2. 检查习惯性作业落实情况。

3. 习惯教育落实情况记入级部和班主任、任课教师考核。

4. 以习惯教育养成读本，协同家长，形成教育合力，抓好学生习惯教育工作。

22 年 9 月 15 日