# 小学生学习习惯的养成实施方案

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2025-04-03

*小学生学习习惯的养成实施方案小学生学习习惯的养成实施方案小学阶段是学生形成良好学习习惯的关键时期、最佳时期。习惯是经过反复练习逐步形成的,学习习惯则是在学习活动中形成的比较稳定的行为方式。它一经形成就将成为学习活动的一种倾向和需要，并自动地...*

小学生学习习惯的养成实施方案

小学生学习习惯的养成实施方案

小学阶段是学生形成良好学习习惯的关键时期、最佳时期。习惯是经过反复练习逐步形成的,学习习惯则是在学习活动中形成的比较稳定的行为方式。它一经形成就将成为学习活动的一种倾向和需要，并自动地表现出来。孔子云：“少年若天性，习惯如自然。”有了良好的学习习惯，才能提高学习效率，收到事半功倍的效果；有了良好的学习习惯，才能获得成功。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。

一、指导思想以国家的教育方针为指导，以深入实施素质教育为出发点，培养学生良好的学习习惯，提高学习效率，开发个性潜能，全面提高教育教学质量。

二、基本原则学习习惯培养，要立足教育，落到细节，重在指导，贵在坚持，要遵循学生身心发展规律，注重实践性与实效性。

为此，必须坚持以下基本原则：

1.整体性原则。首先，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。其次，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、教育环境上及家长的教育方式方法上。

2.主体性原则。学习习惯培养要重视学生的主体地位、主体意识，坚持教师的教育引导和学生的积极主动参与、自我内化相结合，重点提高学生的自我教育、自我管理能力。

3.层次性原则。在进行学习习惯培养时，要关注和重视学生的个体差异，根据不同学生的不同需要，开展不同层次、形式多样的、针对性强的习惯培养活动，以促进学生良好学习习惯的形成。

4.自觉性原则。习惯养成的最高境界是由初始的教育培养最终内化为学生的最基本的自身需求，成为一种无形的自我的最基本的学习习惯，而不是外在的强制。

5.循序渐进原则。学习习惯的养成不是一蹴而就的，要遵循学生身心发展的规律，符合学生的年龄特点，不同年级要有所侧重，由易到难，由浅入深。

6.持之以恒原则学习习惯培养难在起点，贵在坚持。我们知道，持续不断地做一件事，可以花费较少的成本而取得成功的效果。培养学生良好的学习习惯也是如此，严格训练必须持之以恒，有足够的耐心，才能见效，搞一阵风式的运动只能是徒劳的。

三、具体内容和方案

学习习惯培养的内容要顺应小学生本身的成长、发展和现代社会的要求，符合学校实际，以学生发展为本。根据这一宗旨，确定培养学生良好学习习惯具体内容如下：

1、记忆习惯培养学生充分利用自己所喜欢的时间段（如课内、上学放学路途时间、睡觉前时间、无意识谈话时间）用恰当的结合自己喜欢的方法去记忆课堂上所学的必要的基础知识，善于发现并积极利用好自己记忆的最佳生物时间，按照各学科老师提供的不同的记忆方法进行记忆。如语文学科的字、词、句、篇，数学学科的概念、公式等。教师可进行课前固定小比赛、课堂检测、各种记忆比赛等，培养学生良好的记忆习惯，在记忆交流中掌握记忆方法，提高记忆速度。

2、演讲习惯教师可每天固定时间让学生轮流演讲。通过演讲（当然也可以模仿新闻播报、口语交际等）方式，把所见、所闻、所思、所感表达出来。并对此进行点评辩论，让学生想说、敢说、爱说、会说，形成较强的应对和表达能力。

3、定计划的习惯培养学生制定计划，可以增强学生对自我行动的时间和空间的控制能力。这需要老师和家长共同帮助孩子，和孩子商定从早到晚的行动计划，什么时间跑步锻炼、上学、唱歌、看课外书、看电视；各项活动各用多少分钟，使每日、每周、每月、每年的时间安排都有序化、有益化。孩子有了全面可行的计划，行动起来就有章可循，每天定时地锻炼、预习、做题、背单词、写日记、唱歌，到了某段时间就做某事。遇到特殊情况就少做一点，做慢一点，但不停下来。如此便像卫星进入轨道一样，再也不会走走停停。习惯使人变得轻松，每天都做同类的事，可节省犹豫、订计划的时间，并有利于学生养成果断的性格。

4、预习习惯教师应教会学生通过通览教材内容，借助工具书，自己思考提问并搜集相关信息资料，开展社会实践、社会调查，制定预习记录本，在教材上圈点勾画批注等预习方法，为学习新知做好铺垫和准备。这一点需教师和家长共同努力坚持。

四、注意的问题

落实学习习惯要做到突出一个“明”字，狠抓一个“严”字，坚持一个“恒”字。

所谓“明”，就是指“明理”，让学生不但知道该怎么做，而且知道为什么这样做，明理是良好习惯养成的基础，学生只有在明理之后才会积极地去做。做的次数多了，才会变成自觉的行动。指导学生明理，必须注意两点：

（1）形象性。要根据低年级学生具体形象思维占优势的特点，采用生动形象的教育方法，使学生明白老师提出的要求。

（2）主导性。在明理的过程中，老师始终处于主导地位，要及时分析学生的情况，有针对性地提出要求，有目的地选择方法，有计划地组织活动。

所谓“严”，就是指“严格的训练”。学生光“明理”还不行，从“明理”到变成习惯，还需要有一个内化的过程。在这一过程中，必须注意两点：

（1）层次性。训练要严而有度，分层次对待，对不同的人，训练的重点和强度要有所区别，不能搞“一刀切”。

（2）自主性。学生接受训练不是消极被动的，而是主观能动的，一种习惯的培养训练，必须通过学生自身的内部矛盾斗争才能成为习惯。因此，在训练的过程中，始终应该引导学生主动地在自己身上发现矛盾、解决矛盾。

所谓“恒”，就是“持之以恒”。学生学习习惯的培养不是一日之功，它需要日积月累，只要坚持不懈，就一定能获得成功。为此，必须注意两点：

1.一致性。所谓一致性，就是指各方面的教育要求要一致，要配合协调，避免相互排斥和相互抵消。

2.新颖性。训练的形式要经常变换，使学生有新鲜感，否则，老调子重弹，学生会感到厌烦，效果会削弱。

培养学生良好的学习习惯，是一件非常细致、艰巨的工作，也是一项系统工程，要加大培养力度，学校、家庭和社会密切配合，齐抓共管，形成良好的氛围，要不断总结反思落实情况，把学生学习习惯养成纳入教师量化成绩与学生学习成绩，使学习习惯培养真正落到实处。

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！