# 国旗下的演讲稿范文开头：养成良好的学习习惯

来源：网络 作者：月落乌啼 更新时间：2025-01-21

*演讲稿频道为大家整理的《国旗下的演讲稿范文开头：养成良好的学习习惯》，希望大家喜欢。更多相关内容请参考以下链接：竞聘演讲稿 国旗下演讲稿 建党节演讲稿 八一建军节演讲稿 师德师风演讲稿 三分钟演讲稿尊敬的各位老师、亲爱的同学们：　　大家早上...*

演讲稿频道为大家整理的《国旗下的演讲稿范文开头：养成良好的学习习惯》，希望大家喜欢。

更多相关内容请参考以下链接：

竞聘演讲稿 国旗下演讲稿 建党节演讲稿 八一建军节演讲稿 师德师风演讲稿 三分钟演讲稿

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

　　大家早上好，今天我讲话的主题是：《养成良好的学习习惯》。

　　中国教育家叶圣陶先生说：“教育就是要培养良好的习惯”。国内外许多教学研究统计资料表明，对绝大多数学生来说，学习的好坏，20%与智力因素相关，80%与非智力因素相关。而在信心、习惯、兴趣、性格等主要非智力因素中，习惯又占有重要地位。良好的学习习惯是提高学业成绩的重要保证，也是一个人成才的重要因素。一个没有良好学习习惯的人，往往一辈子平平庸庸。高中阶段是培养良好学习习惯的最重要时期，如果你想获得好的学习成绩，如果你想有效地利用时间，就需要不断培养自己良好的学习习惯，那么高中阶段同学门应该着力养成哪些良好的学习习惯呢?

　　第一、一心向学的习惯：

　　这种习惯一旦养成，你就会自动自觉地甚至不由自主地把万事万物都与学习联系起来，你的感观便会成为知识信息的扫描仪和接收器，你的大脑便会成为容纳知识百川并且对其进行过滤、加工、再造的法宝。科学家巴斯德说：“机遇只偏爱有准备的头脑”，一心向学的头脑便是有准备的头脑。同样是水壶，普通人烧出的是开水，而瓦特却烧出了蒸汽机;同样是手被草叶子拉破了，普通人只会想到埋怨草的无情和自己的粗心，而鲁班却想到了发明锯;同样是看到苹果从树上掉下来，果农见了只感到心疼，而牛顿却由此发现了万有引力定律。造成这种差别的根本原因是什么?答案只有一个：就是因为瓦特、鲁班、牛顿平时一心向学，所以，这些自然界的微弱刺激便激起他们灵感的火花。

　　第二、专心致志的学习习惯

　　心理学专家曾有人做过对比研究：请来两组知识能力大致相同的学生，让第一组的同学边听故事边做简单的加法习题，而第二组也做同样的两件事，但是两项内容分开进行。同样的时间后，检查加法题的成绩，并请每个人复述听过的故事。结果是：第一组习题与复述的错误率都明显高于第二组。由此看来，一般人不可能同时高质量地做好两项或两项以上的事情。如果硬要同时做，必然使每件事的质量都有所降低。同学们也可以做这样一个实验：左手右手各拿一支笔，一手画圆儿，一手画方，双管齐下。其结果必然是圆也不圆，方也不方。古语“目不能两视而明，耳不能两听而聪”.

　　专心致志，要做到以下两个方面：一是要致力于主攻方向不分神。就是在一定时期内紧紧围绕主攻方向，安排学习内容，除学校组织和提倡的健康活动外，一切与主攻方向相悖的乃至不相关的劳神费时的事情都尽量不要涉足。二是全神贯注不溜号。上课时要全神贯注地听讲，做作业时聚精会神地思考。对于一切与学习无关的事情能够做到听而不闻，视而不见。

　　第三、严格执行学习计划定时定量的学习习惯：

　　定时学习，包含两层意思：一是每天必须保证必要的学习时间，二是到了该学习的时候马上学习。人脑也像机器一样，功率是一定的，不可能在极短时间内把大量的学习内容输入到大脑里去，因此，学习需要长流水不断线，需要安排足够的时间。一个人只要一日三餐，常年不断，虽粗茶淡饭，也不会影响身体健康;如果饥一顿饱一顿，虽吃山珍海味，也难有好体格。与此相似，知识必须日积月累，才能武装出聪明的头脑，如果三天打鱼两天晒网，必然事倍功半。俗话说：“不能一口吃个胖子”，“不能一锹挖个井”，讲的都是这个道理。因此说，定时学习是完成学习计划的前提。

　　定量学习，包含三层意思：一是记忆先行，每天必须完成记忆任务，包括外语的单词、语法，数理化的定理、定义、公式，语文的字、词、语法、修辞等等;二是必须完成作业，把所学的课堂教学内容(包括例题和习题)弄懂弄通;三是复习领悟，使以前所学的知识融会贯通，运用自如。在完成上述三项任务的情况下，可选择做一些课外的数理化习题，做一些外语的阅读与理解练习和听力练习，进行语文的作文写作训练等等。

　　第四、认真思考的习惯：

　　认真思考的学习习惯，有利于提高学习质量，有利于培养人的能力，尤其是有利于增强人的发现、发明和创造能力。

　　养成认真思考的习惯，可以防止“读死书”和“死读书”，不仅能鉴别和选择书籍，而且还能够死书活读。通过思考可以不断解开疑团，激发灵感，从而有所发现，有所发明，有所创造。科学家爱因斯坦，在整个科学生涯中，始终信奉“怀疑一切”这句格言。正是凭这种“怀疑一切”的精神，爱因斯坦提出了划时代的“光量子”概念，创立了相对论。

　　第五讲究学习卫生的习惯

　　青少年时期，既是长知识时期，又是长身体时期，因此，中小学生应该知识身体并重，在整个学习生活中，讲究学习卫生，养成良好的学习卫生习惯。从某种意义上讲，智力和精力都是以体力为基础的。对于许多学生来说，学习成绩达到一定水平以后，再想拔尖往往不是拼智力而是拼体力。

　　同学们，高中阶段是各种习惯诸如生活习惯、卫生习惯，尤其是学习习惯养成的时期，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。行为养成习惯，习惯造就性格，性格决定命运，让我们从身边的点滴做起，养成良好的学习习惯，为自己的远大理想而不懈奋斗!

以上就是我们为大家提供的演讲稿范文，更多精彩尽在，敬请随时关注哦！

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！