



中国教师书坊  
中国著名教师成功经验丛书

# 影响教师一生的100个好习惯

一部对教师影响最直接、意义最深远的教育经典著作



## ◎主编 宋运来

**教育习惯篇** 教育本身是一种智慧，而教师作为教育者，更需要拥有教育智慧，教师的教育智慧从哪里来？从学习中来，从良好的习惯中来。

**教学习惯篇** 教学是一门艺术，教学也是充分展示教师魅力的舞台，追求有魅力的教学是所有教师共同的愿景，教师需要通过良好的习惯不断增加其教学的魅力，才能激发学生去赞叹、仰慕，并主动聆听其教诲。

**学习习惯篇** 有魅力的、完善的教育者需要有一定的专业水准，需要不断学习。好的学习习惯是一种品质，教师只有保持良好的学习习惯，才能成为有魅力的教师。

**生活习惯篇** 教师的生活应是充满情趣的、拥有幸福感的生活。因此，教师应有一套合理的生活习惯，这样既可以具有旺盛的精力，又能促进身心的健康。

**行为习惯篇** 当教师，就要当一个有品位的教师。有品位的教师，犹如一杯淳美的米酒，让人回味、沁人心脾。教师的品位从哪里来？从良好的行为习惯中来。教师应具有良好的行为习惯，不断提升自我，从而成为有品位的人。

凤凰出版传媒集团  
江苏人民出版社





中国教师书坊  
中国著名教师成功经验丛书

# 影响教师一生的100个好习惯

一部对教师影响最直接、意义最深远的教育经典著作

◎主编 宋运来

教育习惯篇教育本身是一种智慧，而教师作为教育者，更需要拥有教育智慧，教师的教育智慧从哪里来？从学习中来，从良好的习惯中来。

教学习惯篇教学是一门艺术，教学也是充分展示教师魅力的舞台，追求有魅力的教学是所有教师共同的愿景，教师需要通过良好的习惯不断增加其教学的魅力，才能激发学生去赞叹、仰慕，并主动聆听其教诲。

学习习惯篇有魅力的、完善的教育者需要有一定的专业水准，需要不断学习。好的学习习惯是一种品质，教师只有保持良好的学习习惯，才能成为有魅力的教师。

生活习惯篇教师的生活应是充满情趣的、拥有幸福感的。因此，教师应有一套合理的生活习惯，这样既可以具有旺盛的精力，又能促进身心的健康。

行为习惯篇当教师，就要当一个有品位的教师。有品位的教师，犹如一杯淳美的米酒，让人回味、沁人心脾。教师的品位从哪里来？从良好的行为习惯中来。教师应具有良好的行为习惯，不断提升自我，从而成为有品位的人。

G451.6  
S1

凤凰出版传媒集团  
江苏人民出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

影响教师一生的100个好习惯/宋运来主编. —南京:  
江苏人民出版社, 2008. 1

ISBN 978-7-214-04828-8

I. 影... II. 宋... III. ①教师—修养②教师—素质  
IV. G451.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 002774 号

- 书 名 影响教师一生的 100 个好习惯  
主 编 宋运来  
丛书策划 赵国忠  
出版策划 谢 红  
责任编辑 陈 茜  
出版发行 江苏人民出版社(南京市中央路 165 号 邮编:210009)  
网 址 <http://www.book-wind.com>  
集团地址 凤凰出版传媒集团(南京市中央路 165 号 邮编:210009)  
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>  
经 销 江苏省新华发行集团有限公司  
印 刷 者 南京紫藤制版印务中心  
开 本 787 毫米×1092 毫米 16 开  
印 张 20.875  
字 数 290 千字  
版 次 2008 年 1 月第 1 版 2008 年 1 月第 1 次印刷  
标准书号 ISBN 978-7-214-04828-8  
定 价 25.00 元

(江苏人民出版社图书凡印装错误可向本社调换)

## 序

我时常在思考这样一个问题,优秀教师与普通教师的区别到底在哪里?是什么造就了优秀的教师?是机遇?是激情?是信心?是热情?是意志?还是毅力……

读了由著名特级教师宋运来主编的《影响教师一生的100个好习惯》一书之后,我感触颇深:优秀教师与普通教师的最大区别在于他们的习惯。习惯影响着教师的一生,好的习惯能有效促进教师的专业成长,并成为优秀教师成功的基石。

那么,究竟何为教师的习惯?教师又如何真正拥有良好的习惯,并有效促成其自身专业发展呢?

相信读过《影响教师一生的100个好习惯》一书之后,定能从中找到理想的答案。

其实,教师的习惯就是教师个人的教育生活方式,是教师在教育场景中形成的一种相对固定、相对一致的教育行为方式。一个教师如何面对学生、如何处理教材、如何展开教学的各个环节、如何处理和同事的关系以及如何保持一种生活状态,都存在一个相对稳定的行为方式。当这种行为方式延伸到各种新的教育情境中、延续到各种教育环节中之后,就变成了一种习惯。当这种行为方式成为一所学校众多教师共有的习惯之时,它就变成了教师一种自在状态的教育生活方式,进而成为一种教师文化。

教师的习惯同其他的习惯一样,也有好坏之分、优劣之别。

当学生犯“错误”时,有的老师往往习惯于把学生叫到办公室谈话或直接找学生家长;当学生的试卷上出错时,有的老师习惯于要求学生将错题订正并再做几遍;当拿到一本新教材时,有的老师习惯于找课文中的知识点并照搬“教参”;在课堂教学中,有的老师习惯于面无表情,习惯于不苟言笑,习惯于讲讲讲、练练练,习惯于仅仅关注结果而不注重过程,习惯于仅仅布置书面作业;在家长会上有的老师习惯于数落学生的缺点,习惯于只谈成绩,习惯于危言耸听,习惯于要求家长给学生施压;在处理与同事的关系上,有的老师习惯于单打独斗,习惯于竞争,习惯于对同事横挑鼻子竖挑眼;在处理与学生的关系上,有的老师习惯于批评,习惯于惩罚;当一种教育改革来临的时候,有的老师习惯于观望,习惯于墨守成规,习惯于以不变应万变;面对教育的困境,有的老师习惯于抱怨、伤感、忧愁,习惯于放弃心中的目标、追求、理

想,习惯于远离与逃避——毫无疑问,此等习惯皆是教师的不良习惯。

有的教师习惯于欣赏与赞美学生,习惯于尊重与关怀学生,习惯于帮助与鼓励学生;有的教师习惯于与同事相互理解与支持,习惯于与同事交流与合作,习惯于与同事研究与探究;有的教师习惯于品味生活,从中寻找、发现生活的乐趣;有的教师习惯于反思、审视自己,尽可能地完善自己;有的教师习惯于拓展教材,习惯于引导学生在接受知识的基础上尽可能开展探究、体验、交往、实践等学习活动;有的教师习惯于多读书、勤思考、善积累、重反思——这些无疑是教师的好习惯。

记得希腊著名哲学家亚里士多德曾说过:“我们每一个人都是由自己一再重复的行为所铸造的。因而优秀不是一种行为,而是一种习惯。”从某种意义上说,世界上不存在优秀的行为,习惯优秀才是真正的优秀。要臻于事业之佳境,一个人需要有优秀的行为习惯。教育家叶圣陶说:“教育就是习惯的培养。”教师既是教育者又是被教育者,其习惯的养成更是意义非凡。

《影响教师一生的 100 个好习惯》是一部研究教师习惯的经典著作,也是一部对教师影响最深远、最直接的经典著作。它是我国第一部以研究国内著名教师好习惯之著作,也是我国第一部从教师的教育习惯、教学习惯、学习习惯、生活习惯、行为习惯五个方面全方位、系统地研究教师习惯之著作,必将为我国广大教师专业成长和专业发展提供可读、可思、可取,可鉴之范本。

最后,我衷心希望《影响教师一生的 100 个好习惯》能成为广大教师的良师益友,并得到大家的喜爱。



江苏省教育科学研究院

2008 年元月 8 日

## 目 录

## 教育习惯篇:做一名智慧的教育者

## ◆ 影响教师一生的好习惯之 1

**切记,一个学生一个世界** ..... / 2

一个学生不仅是一个鲜活的生命,而且是一个丰富多彩的世界。

教师要像慈母一样关爱每一位孩子。

## ◆ 影响教师一生的好习惯之 2

**做一名阳光的教师** ..... / 5

教师要散布阳光到孩子的心里,先得自己心里有阳光。阳光的教师用理想和激情教书、用爱心和细心育人。

## ◆ 影响教师一生的好习惯之 3

**教师,请记住学生的名字** ..... / 8

记住人家的名字,而且能很轻易地叫出来,等于给别人一个巧妙而有效的赞美。

## ◆ 影响教师一生的好习惯之 4

**教师,要有耐心** ..... / 11

耐心是教师的基本素质。面对学生,教师最需要的就是耐心。因此,教师必须要有足够的耐心。

## ◆ 影响教师一生的好习惯之 5

**要善于换位思考** ..... / 14

教师要养成换位思考的良好习惯。只有换位思考,才能全面、客观地把握问题的成因,从而保证自己做出客观、科学的判断和选择。

## ◆ 影响教师一生的好习惯之 6

**控制好你的情绪** ..... / 17

任何时候,一个人都不应该做自己情绪的奴隶,不应该使一切行动都受制于自己的情绪,而应该反过来控制情绪。

## ◆ 影响教师一生的好习惯之 7

**谈心是一门艺术** ..... / 20

谈心,它是一门艺术。对教师而言,要想充分了解每一个学生的

## 影响教师一生的 100 个好习惯

精神世界,就必须掌握这门艺术。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 8

#### **毫不吝啬地赞美学生** ..... / 23

人心中最深刻的禀赋,是被人赏识的渴望。赞美学生,是教师发自内心的对学生的尊重。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 9

#### **换个思路激励学生** ..... / 26

事实上,教师对学生的激励应从大处着眼、小处着手,有时需要换个思路激励学生,让激励在具体和细微中升华。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 10

#### **给“特殊学生”特别的关爱** ..... / 29

爱优秀学生容易,爱特殊学生难。惟其难,才显得更加珍贵。关爱特殊学生,需要教师的宽容、理解、欣赏。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 11

#### **期盼是更深层的爱** ..... / 32

“三分教育,七分等待”,教师的期盼和等待也是一种爱,而且是一种更积极的、更深层的爱。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 12

#### **威信:教育的潜在动力** ..... / 35

威信,它是一个人的精神感召力。教师必须具有威信,这是教师有效进行教育、教学的必要条件。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 13

#### **公正,就是对学生的尊重** ..... / 38

教师公正是教育公正的核心内容,也是教师应遵守的、至关重要的职业道德,教师必须公正地对待每一个学生。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 14

#### **做学生的知心朋友** ..... / 42

教师,只有成为学生的知心朋友,才能做一名真正优秀的教师。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 15

#### **宽容是一种美** ..... / 45

宽容是一种美,宽容是一种非凡的气度。教师,必须具备宽容的品格。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 16

#### **教育需要严格** ..... / 48

教育的全部奥秘就在于爱护学生。老师的严格更是一种爱!

◆ 影响教师一生的好习惯之 17

**引导学生相互欣赏** ..... / 50

欣赏者心中有朝霞、露珠和长年盛开的花朵,漠视者冰结心城,四海枯竭,丛山荒芜。

◆ 影响教师一生的好习惯之 18

**把学生放在第一位** ..... / 52

学校的首要的任务是培养人。因此,教师在教育、教学中坚持“学生第一”是不容争议的。

◆ 影响教师一生的好习惯之 19

**主动问候学生** ..... / 55

教育者,应当深刻了解正在成长的人的心灵。因此,作为教师应该主动地尊重学生,从而赢得他们的尊重。

◆ 影响教师一生的好习惯之 20

**与家长常沟通** ..... / 57

家庭是孩子的第一所学校,父母是孩子的第一任教师,与家长联系和沟通,这是每一个教师都要做好的一项工作。

◆ 影响教师一生的好习惯之 21

**每天反思一下自己** ..... / 61

成长 = 经验 + 反思。反思是一种好习惯,它传承精华,去除糟粕,孕育智慧。

## 教学习习惯篇:成为有魅力的教师

◆ 影响教师一生的好习惯之 22

**创新,教出个性** ..... / 65

创新,就是发现、培养自己独特的个性。作为教师,在教学上要大胆尝识和创新,形成自己鲜明的教学个性。

◆ 影响教师一生的好习惯之 23

**坚持个性化备课** ..... / 69

一堂精彩的课,其功夫在备课。因此,教师真正意义上的备课必须富有个性化。

◆ 影响教师一生的好习惯之 24

**不可忽视的课前准备** ..... / 72

课前准备很重要。对于每课都想“出新”、每课都想让学生喜欢的优秀教师而言,不可忽视课前准备。

## ／ 影响教师一生的 100 个好习惯

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 25

#### **养成“问课”的习惯** ..... / 75

“问”是一种思考,一种探索,一种回顾。“问课”,充分体现了教师敢于否定自我、不断超越自我的精神。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 26

#### **拥有教学的勇气** ..... / 79

教师要有教学的勇气,让自己处于不断自我更新、自我变革之中,从而拥有教学的魅力,树立起教学的威信。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 27

#### **重视目标性教学** ..... / 82

成功的教学方法不止一种,但所有良好的教学均是具有目标性的。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 28

#### **细化你的课堂** ..... / 86

细节决定成败。在教学上,关注教学细节可以提升教学机智,促进教学走向合理化、智慧化、精致化。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 29

#### **提前三分钟进教室** ..... / 91

教师提前三分钟进课堂,有利于充分做好上课准备,更有利于课堂效益的提高。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 30

#### **面带微笑进教室** ..... / 94

微笑,是世上最美丽的语言。当你微笑时,世界爱上了你。教师,更要发挥微笑的魅力。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 31

#### **上课要有激情** ..... / 97

有激情的课堂教学,能够使学生带着一种高涨的激动情绪从事学习和思考。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 32

#### **走下讲台,到学生中去** ..... / 100

在教学中,教师应该走下讲台、走近学生,敞开心扉与学生倾心交流,聆听他们的心声,及时回应孩子“心灵的呼唤”。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 33

#### **课堂多预设些“问题”** ..... / 103

“问”是开山斧,“问”是深耕犁。因此,教师在课堂上要多预设些“问题”情境。

◆ 影响教师一生的好习惯之 34

**课堂上,警惕隐性霸权** ..... / 106

教师最精湛的教学艺术及遵循最高的准则就是让学生自己提出问题,让其自觉学习。

◆ 影响教师一生的好习惯之 35

**追求课堂的简约** ..... / 109

简约是一种教学中的大气度、大智慧!它来源于教师丰厚的修养和教学艺术,来源于对学生真切的、真诚的、真实的爱。

◆ 影响教师一生的好习惯之 36

**锤炼你的课堂语言** ..... / 114

老师的语言修养在极大的程度上决定着学生在课堂上的脑力劳动的效率。

◆ 影响教师一生的好习惯之 37

**不可小看教学语调** ..... / 117

教学的语调在教师的语言艺术修养中占有很重要的地位,它直接影响着教师教育教学的质量。

◆ 影响教师一生的好习惯之 38

**丰富你的表情** ..... / 120

表情是一个人的晴雨伞,也是教师开展课堂教学的晴雨伞,是课堂中最直观、最富有生机活力、最具魅力的教具。

◆ 影响教师一生的好习惯之 39

**幽默是一种魅力** ..... / 123

教学幽默是老师思想气质、才学、视野和灵感的结晶。它犹如一根神奇的魔棒,常能使语言于瞬间闪烁出耀眼多彩的火花。

◆ 影响教师一生的好习惯之 40

**要有自己的课堂文化** ..... / 127

课堂文化是课堂教学的“土壤”,是课堂教学存在、运行和发展的“元气”,是课堂教学的活力之根和动力之源。

◆ 影响教师一生的好习惯之 41

**鼓励学生多提问题** ..... / 130

理想教学的最终目标是培养学生正确提出问题和回答问题的能力。教师在任何时候都应鼓励学生提问。

## 6° 影响教师一生的 100 个好习惯

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 42

#### **课堂不妨适当“留白”** ..... / 133

一件艺术作品是由自由、大胆的精神创造出来的,教师也应尽可能引导学生用自由、大胆的精神去观照和欣赏。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 43

#### **善待发言错误的学生** ..... / 136

错误,也是一种宝贵的教学资源。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 44

#### **尽量不当众批评学生** ..... / 139

教师在影响学生的内心世界时,不应该挫伤他们心灵中最敏感的一个角落——人的自尊心。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 45

#### **要形成自己的教学风格** ..... / 142

一个有品位的教师,应该有自己的教学风格。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 46

#### **上课决不“拖堂”** ..... / 145

教育成功的秘密在于尊重学生。对一个老师来说,拖堂就是某种程度上的不负责任。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 47

#### **作业是一定要布置的** ..... / 149

作业是学生学习的重要环节,作业应当是学生学习知识的发展和深化,是学生学习能力的改善,是学生掌握课堂知识的准备。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 48

#### **让学生在作业中享受乐趣** ..... / 152

教师布置的作业只有合乎学生的兴趣,学生方可从中获益。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 49

#### **经常梳理你的课堂** ..... / 156

教师,要经常梳理自己的课堂。课堂梳理是一门艺术,它对教师的专业成长的积极作用是无法否认的。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 50

#### **每天,让课堂改变一点点** ..... / 159

教育教学的每一天都应该是新的,教学需要创新,创新能给课堂注入活力。

## 学习习惯篇:做一个完善的人

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 51

#### **有一颗成为名师的心** ..... / 163

世界上最快乐的事,莫过于为理想而奋斗。对于教师而言,要有一颗成为名师的心。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 52

#### **听课要学会“品”课** ..... / 165

古人品茶,注重一个“品”字。一堂课,一堂有活力、智慧和情趣的课,也需要听课者用心去“品”,才能品出其中的味道。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 53

#### **让自己“现代”起来** ..... / 168

人的一生一定要与时俱进。教师的专业化成长,就是要与时俱进,终身学习。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 54

#### **精彩人生需笔耕** ..... / 171

笔耕不止是教师提高自身素质的有效途径,是造就教师杰出教育成就的熔炉,是壮丽教师辉煌教育人生的摇篮。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 55

#### **成为博客一族** ..... / 174

学习,这件事不在乎有没有人教你,最重要的是在于你自己有没有觉悟和恒心。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 56

#### **向周围人学习** ..... / 178

一个聪明的人能拜一切人做老师。因此,教师向周围人学习,要把别人的东西变成自己的东西。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 57

#### **做一个善于思考的人** ..... / 181

运用认知能力去认识真理,这是一个十分艰苦的过程,只有那些善于思考的人,才能发现真理。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 58

#### **习惯“研究”自己** ..... / 184

“认识自己”,这是古希腊哲学家苏格拉底说的名言。作为教师,要习惯“研究”自己。

## 8 影响教师一生的 100 个好习惯

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 59

#### **参与到课题研究中去** ..... / 187

教师要拥有研究机会。当前,新课程教学要求教师:要作为一个研究的身分进入课堂教学实践中去。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 60

#### **读书要“品”书** ..... / 190

读书是一门艺术,会不会“品”书,对教师的成长至关重要。教师只有通过“品”书才能达到为知、为己、为人的读书境界。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 61

#### **“嫉妒”是一种进步** ..... / 193

教师所应有的“嫉妒”并不是真正意义上的仇恨心理,而是要通过“嫉妒”学会见贤思齐。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 62

#### **练好“三字一话”** ..... / 195

“三字一话”是一名合格教师的必备技能,是教师教学的基本功。身正为范,学高为师,教师练好“三字一话”意义深远。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 63

#### **教师,不妨跨学科听课** ..... / 198

当前,教师在全面提升学科素养的同时,更要加强自身综合素养的提升,唯有这样,才能成为真正意义上的合格教师。

## 生活习惯篇:做一个充满情趣的人

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 64

#### **读书,是教师的一种生活** ..... / 202

读书,是教师的一种生活。要天天看书,终生以书籍为友,这是一天也不断流的潺潺小溪,它充实着思想的河流。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 65

#### **要有良好的心态** ..... / 205

心态是命运的控制塔,心态决定我们人生的成败,教师更要有一个良好的心态。

### ◆ 影响教师一生的好习惯之 66

#### **健康,是人生最宝贵的财富** ..... / 208

健康是智慧的条件,是愉快的标志。教师首先要有健康的体魄,这是有效地完成传道授业解惑的任务之根本。

◆ 影响教师一生的好习惯之 67

**为生活创造快乐** ..... / 211

真正希望过“很宽阔、很美好的生活”，就创造它吧。教师也应拥有生活的快乐。

◆ 影响教师一生的好习惯之 68

**认识你自己** ..... / 214

人生最困难的事情是认识自己。教师首先要看清自己，这是教师在繁重的工作中保持心理健康的一剂良药。

◆ 影响教师一生的好习惯之 69

**做自己的心理医生** ..... / 217

身体的健康固然重要，心灵的健康也会给你无穷的力量。教师，做自己的心理医生。

◆ 影响教师一生的好习惯之 70

**教师应该有“静”功** ..... / 220

教师要有“静”功，静下心来反思自己，以便更好地超越自己。教师需要达到这样一种境界。

◆ 影响教师一生的好习惯之 71

**管理好你的时间** ..... / 223

时间是最高贵而有限的资源，不能管理时间，便什么都不能管理。作为教师，既要会“节流”，还要懂得“开源”。

◆ 影响教师一生的好习惯之 72

**善待他人** ..... / 226

己所不欲，勿施与人，善待他人，即是善待自己。只有当一个人懂得善待他人的时候，他所处的人际关系才会和谐友好、充满温情。

◆ 影响教师一生的好习惯之 73

**发现别人的优点** ..... / 228

人之性行，虽有所短，必有所长。我们要善于发现别人的优点。

◆ 影响教师一生的好习惯之 74

**帮助别人是一种快乐** ..... / 231

聪明人都明白这样一个道理，帮助自己的惟一方法就是去帮助别人。因为，在你帮助别人的同时，别人也带给你无穷的快乐。

◆ 影响教师一生的好习惯之 75

**从小事做起** ..... / 234

小事成就大事，细节成就完美。要善于从小事做起，努力把每一

件小事做好,将来才能做成大事。

◆ 影响教师一生的好习惯之 76

**有一颗感恩的心**..... / 236

感恩是积极向上的思考和谦卑的态度。当一个人懂得感恩时,他便会将感恩化做一种充满爱意的行动,并实践于生活中。

◆ 影响教师一生的好习惯之 77

**今日事今日毕**..... / 239

今天能做完的事,决不拖到明天。历来的优秀教师,无一不是充分利用时间工作的。

◆ 影响教师一生的好习惯之 78

**家庭和工作一样重要**..... / 242

每个人的家对他自己都像是城堡和要塞。教师只有建立幸福和睦的家庭氛围,免除后顾之忧,才能以更充沛的精力投入到工作中。

◆ 影响教师一生的好习惯之 79

**有自己的精神空间**..... / 245

教师毕竟是人类精神的守望者。因此,教师应拥有自己的精神家园,这是搞好工作、体验快乐、享受幸福人生的必备条件。

## 行为习惯篇:做一个有品位的人

◆ 影响教师一生的好习惯之 80

**精神饱满地投入每一天**..... / 249

想要教好的教师可能在大多数情况下都是志向更高和激情奔放的,而伟大的教师一定是有激情的教师。

◆ 影响教师一生的好习惯之 81

**学会倾听自己**..... / 252

倾听是一门艺术,学会倾听他人很难,学会倾听自己更难。能善于倾听自己的教师,才能成为优秀的、充满智慧的教师。

◆ 影响教师一生的好习惯之 82

**善于发现自己**..... / 255

人生最为重要的事是发现自己。教师要想发展自己,就应从心理学、人才学、创造学等角度科学地认识自己、发现自己。

◆ 影响教师一生的好习惯之 83

**着装要有时代感**..... / 258

服装是视觉工具,你能用它达到你的目的,你的着装向世界传递

你的权威、可信度、被喜爱度。

◆ 影响教师一生的好习惯之 84

**做一个有品位的人** ..... / 262

品位,是生活的本质和内涵。一个有品位的人,往往具有较高的文化素养、高尚的道德情操、良好的生活习惯和积极的工作态度。

◆ 影响教师一生的好习惯之 85

**语言要有亲和力** ..... / 265

具有亲和力的语言是教师开启学生心灵的门扉,是对学生进行语言训练的一面镜子。

◆ 影响教师一生的好习惯之 86

**培养观察力** ..... / 268

观察是教师的基本能力。教师要了解学生,就不能依靠别人介绍,或通过学生本人回答,主要还是靠自己的观察。

◆ 影响教师一生的好习惯之 87

**学会倾听** ..... / 271

教师与学生课堂沟通的纽带和桥梁是师生之间的相互倾听与对话,而关键在教师的耐心倾听。

◆ 影响教师一生的好习惯之 88

**教师,要有“约束感”** ..... / 276

作为教师,需要有约束感。这是衡量一位教师成熟度的重要标志。

◆ 影响教师一生的好习惯之 89

**要求学生做到的,自己要先做到** ..... / 280

作为教师,要以高尚的道德风范去影响学生,当好学生健康的指导者和引路人,要求学生做到的,自己首先要做到。

◆ 影响教师一生的好习惯之 90

**微笑是最美的语言** ..... / 283

教育是心灵交流的艺术,而微笑是教师在所有的交流中最有力的语言。

◆ 影响教师一生的好习惯之 91

**注重自己的仪表美** ..... / 286

教师的仪表具有十分重要的教育和示范作用。因此,教师要注重自己的仪表美。

◆ 影响教师一生的好习惯之 92

**敢于认错是一种美德** ..... / 290

如果犯了错误,要敢于在全班学生面前认错、道歉,错误就成了一种教育资源。

◆ 影响教师一生的好习惯之 93

**切忌,要遵守承诺** ..... / 294

孔子云:车无辕而不行,人无信而不立。遵守承诺是每个人都应该刻守的准则,教书育人的老师更应该如此。

◆ 影响教师一生的好习惯之 94

**学会尊重** ..... / 297

尊重,是一种修养,是一种品格。尊重人是全部教育的工作重心。

◆ 影响教师一生的好习惯之 95

**教育,就是一种服务** ..... / 300

教育是一种服务,教育需要服务意识,教师更需要有服务的意识。

◆ 影响教师一生的好习惯之 96

**说话要“真”“实”** ..... / 303

语言是一门艺术。教师的语言应该成为语言艺术的典范,说话“真”、“实”是教师应具备的素养。

◆ 影响教师一生的好习惯之 97

**学会规划自己** ..... / 306

对于一个人来说,做事有计划不仅是一种做事的好习惯,更重要的是反映了他的做事态度。

◆ 影响教师一生的好习惯之 98

**学会真诚地赞美** ..... / 309

赞扬能激励一个人潜藏的能量,能给人以自尊和自信,即使再优秀的人,都需要别人的赞扬。

◆ 影响教师一生的好习惯之 99

**真诚地帮助同事** ..... / 313

任何人的成长不可能只靠自己,都需要与他人彼此合作,需要他的扶持和帮助。因此,真诚地帮助同事,帮助他人也会获得他人的帮助。

◆ 影响教师一生的好习惯之 100

**清理好自己的办公桌** ..... / 315

在自己喜欢的环境中生活和工作,是一件很快乐的事。所以,我们要把办公桌收拾得像内心一样整洁、有序。