

小学教师丛书



怎样培养 小学生的学习习惯

江西教育出版社

小 学 教 师 丛 书

怎样培养小学生的学习习惯

曾 曙 春

江西教育出版社

小学教师丛书

怎样培养小学生的学习习惯

曾曙春 编著

江西教育出版社出版

(南昌市新魏路)

江西省新华书店发行 南昌市印刷九厂印刷

开本787×1092 1/32 印张4.375 字数9.4万

1987年1月第1版 1987年1月第1次印刷

印数1—12,290

统一书号: 7424·84 定价: 0.54元

出版说明

“小学教师丛书”包括教育、语言、数学、自然、历史、地理、体育、音乐、美术九大类共八十六种。这套“丛书”在保证思想性、知识性、科学性的前提下，根据小学教学实际，注意实用性、通俗性，能帮助教师扩大知识范围，深入理解教材，改革教学方法，提高教育质量。

本丛书由华东地区上海、山东、江苏、安徽、浙江、江西、福建等六省一市八家出版社协作组织编写出版。

目 录

一、什么是小学生的学习习惯.....	1
(一)小学生学习习惯的一般概念.....	1
(二)小学生学习习惯的主要特点.....	2
1、学习习惯的广泛性.....	2
2、学习习惯的实践性.....	3
3、学习习惯的阶段性.....	5
4、学习习惯的模仿性.....	7
5、学习习惯的个体性.....	8
6、学习习惯的迁移性.....	9
二、小学生学习习惯的形成.....	12
(一)形成小学生学习习惯的心理过程.....	12
1、引发动机阶段.....	12
2、激发兴趣阶段.....	15
3、启发自觉阶段.....	16
(二)形成小学生学习习惯的环境影响.....	18
1、社会环境的影响.....	18
2、家庭环境的影响.....	20
3、学校环境的影响.....	21
(三)形成小学生学习习惯的教学因素.....	25

1、端正教学思想	25
2、遵循教学原则	28
3、改进教学方法	32
三、培养小学生学习意义的意义	35
(一) 学习习惯与知识的获得	36
(二) 学习习惯与智能的发展	38
(三) 学习习惯与创造精神的培养	41
四、小学生学习习惯的培养	44
(一) 培养小学生哪些学习习惯	44
1、基本学习习惯	44
2、一般学习习惯	45
3、特殊学习习惯	45
(二) 怎样培养小学生的学习习惯	48
1、观察习惯的培养	48
2、思维习惯的培养	55
3、学习常规的培养	63
4、自学习惯的培养	66
5、听课习惯的培养	73
6、作业习惯的培养	77
7、语文学习习惯的培养	84
8、数学学习习惯的培养	110
9、学习习惯的早期培养	115
10、不良习惯的及时纠正	120
五、教师的素养与小学生学习习惯的培养	123
(一) 教师的素养	123
1、教师的心理素质	124
2、教师的品德素养	124

3、教师的行为素养.....	125
4、教师的知识素养.....	126
(二)教师的习惯.....	127
1、教师的观察习惯.....	128
2、教师的分析习惯.....	128
3、教师的学习习惯.....	128
4、教师的语言习惯.....	128

一、什么是小学生的学习习惯

习惯，对人们来说并不陌生。比如，清早起床，漱口洗脸，饭前便后，不忘洗手，按时作息，起居有定，这是人们的生活习惯；清晨跑步，课间做操，工余娱乐，这是人们锻炼身体的习惯；担水、劈柴、洗衣、做饭，这是人们的劳动习惯；饮食适量而均衡，注意坐立和行走姿势，遇事勤思好问，惯于分析，多谋善断等等，这些行动方式是人们经过长期训练养成的各种各样的习惯。可见，习惯普遍存在于我们日常生活之中。习惯是一种动力定型。是由重复或练习而巩固下来，并变成需要的行动方式。习惯中的动作往往是自动化了的。人们在去完成这种自动化动作的时候，有着强烈的心理需要，带有明显的意识倾向。也就是说，不去完成这种动作，往往会感到若有所失，心绪不宁。习惯可分为积极的（良好）习惯和消极的（不良）习惯。

十五世纪英国资产阶级思想家、科学家培根认为：“天性于人固然是客观存在，但是习惯和教育则可以改变人的天性。习惯在人的性格、情感、意识、思想中起着巨大作用。”好的习惯，能让人受益一生；坏的习惯，有时会毁掉一个人的一切。

（一）小学生学习习惯的一般概念

什么是小学生的学习习惯呢？所谓小学生的学习习惯，

是指以小学生为研究和培养对象，以学习活动为内容，以促进他们的健康发展为目标的，有目的、有计划地进行重复或练习而逐渐形成，进而巩固下来并为之需要的学习行动方式。简言之，学习习惯是一种高度自觉的、主动的、自动化了的持久的学习行动方式。它是一种学习动力定型，往往成为个人学习品行的一部分，属于非智力因素的范畴。比如：听到预备铃声走进教室；坐的姿势端正，读写姿势正确；注意用眼用脑卫生；带齐学习用品，并把它放在一定的地方；自觉预习，质疑问难；上课时用心听讲，不乱动，不说闲话，认真作笔记，积极思考，踊跃发言，按时按质按量完成作业；多读多写，边读边想，勤于动笔，勤于查阅；注重观察，分析联想，先编提纲，后写文章；读题审题，认真计算，分析数量关系，仔细检验答案等等。这些学习行为和方式都是学习习惯。可见，学习习惯广泛存在于学习的所有内容中，体现在学习的全过程里。

（二）小学生学习习惯的主要特点

小学生进入学校以后，学习便成为他们的主导活动。在新的生活条件下，小学生的心理不断发展，促使学习活动的不断深入，学习活动对学生的行动方式提出了多方面新的要求。因此，学习习惯也随之不断形成、发展，并表现出一定的规律及特点：

1. 学习习惯的广泛性

学生的学习习惯，广泛地表现在学生掌握知识的感知教材、理解教材、巩固教材、应用教材等过程中。教学过程中

属于学生方面的预习、听课、巩固运用三大基本环节，都需要有良好的学习习惯来支配。而贯穿在学习过程、学习方式的各个环节中的心理品质，比如，思维、记忆、注意、观察、想象等等过程，都需要学习习惯的参与，否则学习过程便是盲目的、被动的、零乱不堪的，学习行为将失去基本的核心的因素——动力和需要。同时从学生的学习进程看，从入学初的上课要坐端正、认真听老师讲课到毕业时能按“教学大纲”的要求，独立自主地读写计算这个完整的学程，都是形成各种各样学习习惯的过程。

小学生的学习习惯，还广泛地表现在学生学习各门功课的学习活动中，体现着某一学科的学习方式和规律，带有学科性特点。比如语文学习，需要有良好的读写习惯，数学学习需要有良好的审题、解题、计算、验算习惯，自然学习需要有良好的实验习惯，体育学习需要有良好的素质锻炼习惯，音乐学习需要有良好的视、唱、听习惯，思想品德学习除了需要有一般的学习习惯外，还需要有良好的道德行为习惯等等。

可以说，凡是学生进行的任何学习活动，有助于获得知识、深化认识，形成能力的学习内容和学习环节都有一个学习习惯的培养问题。

2. 学习习惯的实践性

实践性是学习习惯的最基本最重要的特点。学习习惯是在学习实践中形成的，反过来又作用于学习实践。离开了学习实践活动，就无习惯可言了。

马克思主义认识论的基本观点是“实践”，强调认识对实践的依赖关系。社会实践是人们认识的唯一来源。实践贯

贯穿于认识过程的始终。离开了社会实践，人们就不可能得到任何关于客观世界的认识。这个原理告诉我们：要学生养成客观存在的学习习惯，就必须通过学生自己的学习实践，必须通过自己的眼、耳、鼻、口、身各项感觉器官的感知，大脑的思索，手的操作。

小学生的生理机能尚未成熟，中枢神经系统对行动的支配作用，需要不断地在练习中得到发展。同时，儿童神经系统的兴奋过程强于抑制过程，常常经不起外界的诱惑而使其过失反复出现，因此，对于他们的行为习惯，进行反复的练习是很有必要的。一个正确的动作，每做一次练习，就得到一次加强，练习愈多，这个动作就愈巩固，习惯也就随之形成。

同时，习惯与熟练技能紧密联系。熟练是习惯的基础，习惯是熟练的技能而表现出的行动方式。复杂的熟练动作的形成，是由于在大脑皮质层上建立了巩固的自动化的暂时联系系统，即动力定型。熟练是在实践活动中勤学苦练而形成的。

什么是小学生学习的实践活动呢？这就是各种基本训练，概言之，即听、说、读、写、计算、思维、操作、参观、以及一定的生产劳动和一定的社会活动等方面的训练。相对来说，主要的是听、说、读、写、计算等基本训练和贯穿其中的思维训练。

这种训练，不同于机械的重复，它是有目的、有步骤、有指导的活动。机械的重复，由于缺乏明确的目的和必要的指导，难以形成良好的习惯。例如，学生通过各种书写作业，机械重复，也可以学会写字，也可以写得快，但不能写好，写字的姿势和笔顺也会有缺点和错误。

因此，这种训练，要以形成良好的学习习惯为目标，以教给正确的方法为基础，以科学的训练程序为指导，以顽强的意志为保证，做到有的放矢，严格要求，方式多样，才能达到目的。

3. 学习习惯的阶段性的

小学生学习习惯的阶段性的是由学生身心发展的阶段性的决定的，是由学生学习过程的阶段性的决定的，是由学生认知发展的阶段性的决定的。

小学生年龄的增长，身体素质的发展，学程的进展，知识经验的扩大与增长，促进了小学生思维能力的发展，从而也促进了小学生学习习惯的形成。

低年级，这是学习习惯形成的基础阶段。由于心理发展水平和知识经验的制约，小学低年级儿童的自觉性、主动性、独立性、控制性和坚持性较差。他们往往不善于控制和调节自己的行为。他们的行为主要是受外部力量的影响、支配和监督，他们的行动缺乏目的性，即使有目的，也很难坚持。比如，在完成作业时，往往是一边做功课，一边记着到外面玩耍，但出自老师和家长的要求，他们还是硬着头皮坚持下去。初入学的儿童自制力是不强的，虽有遵守纪律的愿望，但不善于控制自己的行动。上课时他可以批评别人不要吵闹，自己却也不由自主地吵闹起来。这一阶段儿童的行为在很大程度上受好奇心、好胜心、新鲜感的驱使。例如一年级的学生愿意上课，因为上课才显得与幼儿园不同；他们乐于举手回答老师的问题，因为这样可以得到老师的表扬。这一阶段儿童对老师有一种特别的依恋感、信任感。在他们看来，老师说的都是对的，他们对老师的话表现出绝对服从。所

以在习惯的形成中，这一阶段的儿童可塑性特别大，为良好学习习惯的培养，提供了有利的教育时机。

中年级，这是学习习惯形成的关键阶段。一方面，随着心理水平的逐步发展和知识经验的逐渐增长，这一阶段学生学习目的性开始形成。他们已开始理解学习的社会意义，开始为争取优异成绩而努力学习。在教育的影响下，自觉性明显地表现出来，坚持性开始变成比较稳定的意志品质，自制力也有显著的发展。

另一方面，学生的活动范围在扩大，活动内容更丰富，个人兴趣或爱好开始显露出来，同学之间的接触增多了。特别是男孩子，他们常在一块儿玩，伙伴之间的关系密切了，友谊加深了，相互支持的力量也增大了，这直接牵制着孩子们对老师和家长的依附关系。相当一部分学生常常因玩耍而忘记了作业，影响了学业成绩。同时随着课程的进展，学习内容的复杂，学习方法的改变，相当一部分学生对这种低年级到中年级的过渡适应性差，学习成绩退步，学习兴趣减退。我们常常可以听到老师这样的议论：“说他懂事又不懂事，说他不懂事又还懂得那么一点，真难弄！”常常听到家长这样的抱怨：“我那孩子比在二年级时野多了。”这种现象有人称之为“三年级综合症”，也有人称为“危险的年龄段”。因此，这一年龄段学生的学习主动性、积极性面临着分化的危险，良好的学习习惯的形成也出现了较多的干扰，甚至低年级已形成的某些好习惯还有退化的可能，而一些不良习惯却在不知不觉中形成。我们常常关注的三年级出现的学习低潮，其实，就是这种学习习惯形成上的低潮所带来的不良影响，因而构成了中年级是学习习惯形成的关键阶段。

高年级，这是学习习惯形成的相对巩固阶段。这一年级

学生的心理发展水平有了进一步提高，知识经验有了进一步扩大，智力结构趋向基本完整，行为的目的性在增强，对学习的社会意义有了进一步的认识，一般学生开始孕育自己的理想。同时，对就业、出路等等问题的朦胧思考对他们的行为产生着潜在的影响。在这种目的支配下，他们的学习动机，学习自觉性、坚持性、自制力的发展都进入了一个新的阶段。同时，他们还能根据学习的需要克服学习习惯中消极的影响，因而，一些良好的学习习惯，在这一阶段得到初步的巩固和发展。

但从总体上看，整个小学阶段，学生按照一定的原则、观点、目标来调节自己的行为的能力还是较差的。

小学生学习习惯形成的三个阶段，既有联系又有区别，一个阶段接着一个阶段，新的阶段代替旧的阶段。

学习习惯的阶段性的，导致了各年级学生学习习惯明显的差异。即便是同一年级学生，因学科不同，社会、家庭影响，教师的教学情况有别，个性与性别各异，在学习习惯上也都表现出一定的差异。

4. 学习习惯的模仿性

所谓模仿，指的是仿照一定榜样，做出类似动作和行为的过程。模仿性强，是小学生重要的心理特征之一。小学生学习习惯的形成，几乎都具有模仿的因素。模仿的过程是：羡慕——需求——效仿。羡慕和需求是心理因素，效仿是动作行为。小学生模仿的主要对象来自三方面：一是教师的行为习惯；二是同伴的行为习惯；三是从家庭、社会、电视、电影、课外阅读中获得的模式。

对于孩子来说，教师的榜样示范很有力量。因为教师生

活在孩子中间，一言一行，都逃不过孩子们敏锐的细致的目光。他们往往不加选择地模仿老师的一切动作和行为，并以老师的动作和行为作为自己动作和行为的榜样。因此，教师处处要以身作则，不让孩子做的事，自己不去做，要让孩子做到的事，自己首先做到，才能使教师的榜样示范，收到应有的效果。

小学生之间，也常常互相模仿。因此，树立他们中间的榜样，在某种意义上比教师的榜样示范还有效。比如，学生在上课时坐得不端正，老师说：“看某某小朋友坐得多端正啊！”这时便有许多小朋友也挺起胸、眼睛望着前方。

模仿电影、电视、戏剧里的角色，文学作品中人物的动作行为，在小学生中十分常见，教师和家长都要加强引导，注重模仿效果。

模仿发展的基本趋势是：从无意识的、不自觉的模仿到有意识的、自觉的模仿；从把模仿榜样的外部特征而产生类似的举动，到模仿榜样的内部特征而产生独创性行为。模仿性可产生好的结果，也可产生坏的结果，因此教师一方面要为儿童提供良好的习惯范例，一方面要培养儿童独立思考，独立评价的能力，防止由于盲目的模仿而造成的不良后果。

5. 学习习惯的个体性

课前自觉预习，上课认真听讲、认真笔记，课后独立作业等等，这些学习过程中所应具备的习惯有共同的特点。但是学习是学生自身的认识活动，学习习惯的形成既反映各自的心理发展水平，又包括各人根据自己的性格、情感、兴趣、志向、意愿选择适合于自己需要的学习行动方式，这就构成了学习习惯的个体性特点。例如，自学词语时，是先联系

上下文解释词义，后查字典来验证，还是先查字典，然后联系上下文加深理解，或是按照从词语的认读、书写、理解、运用的过程来自学词语？当选择的这种行动方式形成习惯时，就是学习习惯的个体性。这种个体性的意义在于体现学习习惯中的选择性和自主性。

学习习惯的个体性特点，除了表现在对学习行动方式的选择上，还表现在对学习行动方式的独创上。即学生在吸收各种学习习惯的基础上，根据自己的兴趣、爱好、专长和学习需要，通过筛选、设计、创造而养成的一种符合自身学习需要，效果明显的独特的学习习惯。比如，有一个小学生，在学习面积与体积、行程问题等数学知识时，制作了许多模型、学具；在学习《翠鸟》、《赵州桥》、《长城》、《桂林山水》等课文时，剪集、绘制了大量的图片，制作了各式模型；在学习思想品德课时，剪贴了众多英雄人物画像、故事，装订成《英雄谱》；在学习自然课时，采集了动、植物的标本，还做了小实验；在学习历史时，将有关的历史年表、历史事件和历史人物绘制成表格……。这个学生富有独创性的学习习惯的养成，使他的学习变得积极、主动、生动、活泼。

学习习惯个体性的意义，在于体现学习习惯中的选择性、自主性和创造性。对于学习习惯个体性的认识，有利于在学习习惯的培养中突破固定的模式和框框，变“封闭型”为“开放型”，变“依赖型”为“自主型”，变“压抑型”为“创造型”。从而更好地发挥学生的主体作用，激发学生的创造精神，培养学生的创造才能。

6. 学习习惯的迁移性

小学生认识能力的形成，在局部范围内，表现出明显的

不稳定性。作为认识范畴内的学习习惯，也表现出明显的不稳定性。一个养成了良好学习习惯的学生，有时也会出现被动、怠惰的反常情绪；一个一贯学习被动的学生，在几种因素的作用下，也会变得主动、自觉。这种不稳定性，构成了学生学习习惯的迁移性特点。

迁移分为积极迁移（正迁移）和消极迁移（负迁移或干扰）、短暂性迁移和长久性迁移等互相渗透的几种类型。积极迁移，是由被动学习向主动学习的迁移；消极迁移，则是由主动学习向被动学习的迁移；短暂性迁移，是小范围短时间内的迁移；长久性迁移，是大范围长时间内的迁移。短暂性迁移和长久性迁移，都包含正负迁移两个方面。

影响这种迁移的因素是多方面的，而教师的心理品质、学识素养、教学态度、教学艺术对学生学习习惯的迁移所产生的影响，尤为明显。比如：有一个学生对数学学习有兴趣、初步养成了学习数学的良好习惯。一次，他满怀信心去参加一次班级数学比赛，兴奋得有点忘乎所以，一不小心，打碎了窗台上的一盆花。老师一气之下，宣布取消这个学生参加比赛的资格。这种惩罚使得这个学生象泄了气的皮球，产生了对这个教师的不满情绪，学习积极性受到压抑。上数学课时他开始不听讲，画小人画，作业潦草，拖欠。在学习习惯上，出现了短暂性的消极迁移。如果这个老师及时采取相应的补救措施，还是来得及的。可是老师只是一味的批评、训斥、挖苦。在学期结束时，老师给这个学生的评语全是缺点，使得学生由对老师暂时的不满情绪，发展到对学习数学的对抗心理，数学课经常逃学，作业不做，考试交白卷，学习习惯出现了长久性顽固性的负迁移。后来，家长只得让他转学到另外一所学校，留级续读。一次，老师发现这个学生