

与教科版义务教育课程标准实验教科书配套

# 寒假作业

七 年 级

思想品德

河南省基础教育教学研究室 编



大象出版社

责任编辑 / 张希梅

封面设计 / 秘金通

与教科版义务教育课程标准实验教科书配套

**七年级思想品德寒假作业**

河南省基础教育教学研究室 编

责任编辑 张希梅

责任校对 郭一凡 王 森

**大象出版社** 出版

(郑州市经七路25号 邮政编码450002)

网址: [www.daxiang.cn](http://www.daxiang.cn)

郑州艾乐出版技术服务有限公司制版

郑州胜岗印刷有限公司印刷

河南省新华书店发行

开本 787×1092 1/16 2印张 46千字

2005年12月第1版 2005年12月第1次印刷

ISBN 7-5347-4047-9/G·3295

定 价: 2.00元

若发现印、装质量问题,影响阅读,请与承印厂联系调换

印厂地址 郑州森林公园北门祭城镇马庄村

邮政编码 450008

电话 (0371)65643210

ISBN 7-5347-4047-9



9 787534 740473 >



# 寒假寄语

为了在教学过程中深入贯彻课程改革精神，全面开发课程资源，给同学们提供优质高效的学习辅助材料，我室组织编写了这套“寒假作业”。

编写工作按照素质教育的要求，根据《全日制义务教育各学科课程标准（实验稿）》和相关版本教材的内容，在复习巩固已有知识、加强基础知识和基本技能训练的同时，注重扩大知识面、培养探究性学习能力。从整套作业的内容安排上看，各册基本与上学期课本的章、节或单元内容相对应。按照“课内知识复习及拓展性训练——社会实践及课外阅读活动——全面培养素质、丰富寒假生活”的思路，设置了“基础知识下载”、“探究能力链接”、“课外资讯浏览”三个栏目，增加了课外学习材料，增强了趣味性。使同学们能够在完成作业的过程中开阔视野、愉悦性情、培养创新精神和实践能力。

这套“寒假作业”分学科出版，配不同版本教材使用。

“业精于勤荒于嬉”，“温故知新”。寒假是同学们学习征途中的一个驿站，在这个驿站中，同学们在身心得到充分休息的同时，不要忘了给自己加加油、充充电，为再次踏上征途做好准备。寒假又是进行综合实践活动的有利时期。接触社会、接近大自然，进行多种有益于身心的社会实践活动，是假期生活的另一重要内容。因此，我们安排的作业没有把假期排满，不同学科安排的作业量也略有差别。同学们可根据自己的情况灵活安排每天的作业科目和作业量。

寒假，好比是长征路上的短暂休息，休息的目的，是为了更好地积蓄力量，更快地前进。祝同学们假期愉快！祝同学们在新学期中取得更大的进步！

河南省基础教育教学研究室

## 基础知识下载



一、单项选择(下列各题的四个选项中,只有一个选项最符合题意,请将其序号填在题后的括号内)

1. 学校为了树立良好校风而制定的,要求全体师生共同遵守的行为准则和道德规范是  
【     】  
A. 校规                      B. 校史                      C. 校风                      D. 校训
2. 结识新同学时,让新同学走近自己、了解自己、接受自己一般是从\_\_\_\_\_开始。  
【     】  
A. 展示自己的风采                      B. 老师的表扬  
C. 优异的学习成绩                      D. 介绍自己
3. 在中学学习阶段,遇到难题时,我们首先要  
【     】  
A. 自己想办法解决                      B. 向老师请教  
C. 向父母请教                      D. 向同学请教
4. 故事《哈佛的校规》中,霍里厄克校长开除那位同学的主要原因是那位同学  
【     】  
A. 保存了哈佛学院珍贵的图书                      B. 归还了借阅的珍贵图书  
C. 违反了哈佛学院的校规                      D. 损坏了哈佛学院的名声
5. 在人生的旅途中,我们取得成功的第一步是要  
【     】  
A. 制定一个系统的、可行的学习计划                      B. 明确目标,树立远大理想  
C. 具有坚强的意志、顽强拼搏的精神                      D. 拥有强健的体魄、健康的心理



二、多项选择(下列各题的四个选项中,有两个或者两个以上选项符合题意,请将其序号填在题后的括号内)

1. 进入中学后,下列同学的体验正确的有  
【     】  
A. 小华感到非常兴奋,心想一定要好好学习  
B. 小明觉得校园里到处都是新鲜的事物,心里充满了好奇  
C. 小刚满怀希望和热情,充满了梦想和追求  
D. 小敏见到新同学、新老师,感到很陌生,总觉得不自在
2. 在学习生活中,我们离不开老师。下列关于老师的说法正确的有  
【     】  
A. 老师是我们学会学习的指导者

- B. 老师是权威,我们不能冒犯老师
- C. 老师是我们学会做人的引路人
- D. 几乎所有的老师都喜欢学生向他们提问题、请教

3. 与小学相比,初中学习生活发生的变化有 【    】

- A. 课程的门类一下子多了许多
- B. 学习任务加重了,学习难度加大了
- C. 老师的授课方式发生了变化,更多地指导和启发我们发现问题、研究问题和解决问题
- D. 在学习过程中,自主学习很重要,可以不要老师的指导

4. 进入中学后,在学习和日常生活中,我们的言行举止应有全新的面貌。这主要是因为 【    】

- A. 我们有了新的身份、新的角色
- B. 老师、父母对我们的期望和要求更高了
- C. 我们对自己的期望和要求更高了
- D. 学校、社会对我们的期望和要求更高了

5. 要使远大的理想变为现实,必须制定切实可行的具体计划。在制定具体计划时,需要考虑的因素有 【    】

- |            |            |
|------------|------------|
| A. 自己的主观条件 | B. 外在的客观条件 |
| C. 自己的心理素质 | D. 国际形势的变化 |



### 三、简答

1. 我们为什么要了解自己学校的历史?

2. 在班级中,我们都希望同学们认识、了解、记住自己。那么,你认为让同学们认识、了解、记住自己的好办法有哪些呢?

3. 在七年级上学期的学习生活中,你是否遇到了难题? 这些难题主要是什么? 你又是如何解决的?



#### 四、材料分析

为了制定一个好的学习计划,课余时间小刚查阅了大量资料。他发现有三句名言与制定、实施学习计划有关,于是抄录下来:

名言一:三人行,必有我师焉。

名言二:走自己的路,让别人说去吧!

名言三:千里之行,始于足下。

请结合材料,运用所学的知识回答:

1. 名言一、二分别对制定学习计划有什么启示?

2. 名言三对实施学习计划有什么启示?

3. 制定一个寒假学习计划,并提出实施学习计划的具体要求。

### 探究能力链接



#### 一、活动与探索

进入中学后,小叶遇到了许多不熟悉的面孔,感到很陌生,不敢与同学说话,不能很好地融入班集体。请结合材料,运用所学知识完成下列各题:

1. 为了帮助小叶更好地融入班集体,你想对小叶说些什么?

2. 请你提出三个具体办法帮助新同学更好地融入班集体。

3. 为了帮助新同学更好地融入班集体,请你向班委会建议开展三项活动。(要求写出活动名称、参与人员及实施细则)



## 二、探究园地

### 1. 校规校纪探究

校规校纪是保证我们在和谐、有序的环境里正常学习和生活的重要条件,了解并遵守校规校纪有助于我们健康成长。

(1)请简要写下你校校规校纪中的三条重要内容。

(2)结合你校实际,简要分析制定校规校纪的重要意义。

(3)请谈谈在过去的这一学期中你遵守校规校纪的情况。

### 2. 制定假期目标

盼望已久的寒假到了,同学们都想痛痛快地过个寒假。但是,如何过好寒假?作为学生,在寒假中,我们不能光考虑玩,还需要静下心来,冷静地想一想假期的目标,有了目标并且努力地去实现它,我们的假期将会更加充实,更加丰富。请写下你的假期目标。

| 项目     | 内 容 |
|--------|-----|
| 学习目标   |     |
| 读书目标   |     |
| 生活情趣目标 |     |
| 锻炼身体目标 |     |
| 社会交往目标 |     |
| 实践活动目标 |     |
| 其他目标   |     |

### 3. 请你帮帮她

一位女中学生给某报编辑部写来了一封信,内容如下:

开学后我就是一名中学生了。但我不知道中学课程难不难,觉得有点害怕。听别人说,有不少女生在小学成绩很好,到了中学就不行了,我怕自己跟不上。很多同学都已经在书店买了许多中学参考书籍、试卷等,虽然我觉得不一定有效,但还是随大流买了一些,不知道对以后的学习有没有太大的作用,所以急切希望你们告诉我一些适应中学生活的学习方法。

为了帮助这位同学摆脱困境,请你给她写一封回信。

## 课外资讯浏览



### 最令人感动的十种教师称谓

老师——最广泛流行的称谓

中国古代称教书者为“师”,并把“师”作为最受人尊敬的职业。春秋时的《尚书》云:

“天降下民，作之君，作之师。”把“师”的地位与天、地、君、亲并称，并写在同一牌位上供奉，可见“师”的地位之高。中国的第一位教育家孔子被人们称为“至圣先师”、“万世师表”，是几千年来人们最崇敬的人物之一。对“师”最精辟、最完美的解释是唐代大文豪韩愈的《师说》一文，“古之学者必有师。师者，所以传道、授业、解惑也”，将教师的职业价值提升到文化传递的社会高度评价，一直被国人奉为经典世代流传。

### 先生——最历史悠久的称谓

“先生”一词在各类词典中的第一解释就是“教师”，它是对教师最古老、最悠久的称谓，已经流传了几千年。中国古代闻名世界的大教育家孔子是最早的先生，因为“子”就是先生的意思。古代称教书者为“先生”、“私塾先生”、“教书先生”等，这是人民群众对教书者的敬称，充分体现了中华民族古老而悠久的尊师的优良传统和美德。

### 人类灵魂工程师——最富哲理的称谓

“人类灵魂工程师”一词原是斯大林对作家的称谓，后来被教育家加里宁引用到教育界。他说：“很多教师常常忘记他们应该是教育家，而教育家也就是人类灵魂工程师。”从此，“人类灵魂工程师”成为老师特定的称谓，这也是社会给予教师的崇高赞誉。

人们喜欢用“人类灵魂工程师”来比喻老师，表明了人们对教师职业更深的理解和更高的敬意；老师也为这一称谓感到由衷地自豪，因为“人类灵魂工程师”不仅定义准确，而且是对教师这一职业的深刻理解和高度评价。

### 园丁——最质朴无华的称谓

“园丁”原本是指从事园艺的工人，后多用来比喻教师。人们通常把天真的孩子比喻成幼苗、花朵、小树等，而培育这些幼苗、花朵、小树的老师就像辛勤的园丁一样，用智慧、爱心和汗水浇灌、培育、呵护着园子里的每一株幼苗，使它们茁壮成长。因此，把老师称作园丁是最质朴、最形象、最富有田园诗意的比喻。

为表彰优秀教师，许多地方都设有“园丁奖”。团中央和全国青基会还设立了“全国希望工程园丁奖”，以表彰那些扎根山村和贫困地区的农村优秀教师。1984年全国第一个教师节，北京发行的邮票纪念封图案为花朵与教师。其寓意为：老师像园丁，用辛勤的汗水浇开祖国的花朵。福建邮政部门1999年教师节发行的有奖明信片图名为“辛勤园丁情，学子寸草心”，表达了对老师的崇高敬意和祝贺。

### 慈母——最深情感人的称谓

中国古人云：“师如父母。”这充分体现了中华民族“尊师爱师”的传统美德，也体现了老师“爱生如子”的高尚师德。“慈母”主要是对那些有着母爱的女教师的最亲切、最真挚、最感人的尊称。

英国教育家罗素说：“爱是一缕金色的阳光。”我国现代文学家鲁迅说：“教育是植根于爱的。”教师对学生的爱，表现在毫无保留地奉献出自己的精力、热情、才能和知识，使学生更好地受到教育，在知识上、精神上 and 品德上取得最好的结果。同时更好地了解学生、理解学生、尊重学生，抓住每个学生的特点和志向，精心培育，使之成才。全国闻名的优秀教师斯霞被人们称作教育界伟大的“慈母”，她以伟大母亲的慈爱精神培育每一个学生，同学们都亲切地叫她“妈妈”。全国特级教师于漪说：“对教师来说，力量的源泉就是对学生的爱，爱

学生才会爱事业,才会对教育工作保持经久不衰的热情,才会充满献身精神。”正是这种母爱,使她赢得了人们的尊敬和高度评价,并赢得了“校园妈妈”的称呼。

### 春蚕——最纯朴真挚的称谓

对“春蚕”最早的记录见于《诗经》,而把“春蚕”进行拟人化的比喻最闻名的,则是唐代大诗人李商隐的诗句“春蚕到死丝方尽”。李商隐的这一诗句把春蚕的执著、坚贞、奉献精神表现到了极致,从而成为千古传唱的佳句。人们生动地把教师比作“春蚕”,是对老师的无私奉献精神和高尚品质的高度评价。人们赞美教师就像春蚕一样,“吐尽心中万缕丝,奉献人生无限爱,默默无闻无所图,织就锦绣暖人间”。“春蚕”是广大教师感到无比荣耀的称谓。著名教育家朱光潜说:“只要我还在世一日,就要吐丝一日,但愿我吐的丝,能替人间增一丝丝温暖,使春意更浓。”

### 蜡烛——最温馨动人的称谓

对蜡烛的赞美也是源于唐代诗人李商隐的“蜡炬成灰泪始干”的名句。人们歌颂蜡烛,是因为蜡烛默默地燃烧自己,用自己的光去照亮别人,直至将自己燃尽。说起蜡烛这种品质,人们就联想到敬爱的老师,老师把自己的知识传授给学生,用智慧和品格之光照亮学生前进的道路,这种“为他人照亮道路,让他人看见光明,燃尽自己耀人间”的无私奉献精神,不正是对人民教师的最生动的比喻吗?“如红烛发光发热,精心培育国家良材;似春蚕无怨无悔,毕生献给教育事业。”这副老师自勉的对联,体现出教师对“蜡烛”称谓的认可和自豪。

### 孺子牛——最具中国特色的称谓

“孺子”是古时对小孩子的称谓。“孺子牛”是《左传》中记载的一个典故:春秋时,齐景公与儿子嬉戏,景公咬着绳子当牛,让儿子牵着走。这个千古传颂的“爱子”故事后来成为人们赞誉的美德。伟大文学家鲁迅的名句“横眉冷对千夫指,俯首甘为孺子牛”使孺子牛的精神得到升华和拓展,尔后人们用“孺子牛”来比喻心甘情愿为人民服务、无私奉献的人。因此人们把老师称作孺子牛,认为这是当之无愧的最贴切的比喻。

我国历来有师生“亲如父子”的传统美德,老师爱学生就像爱自己的孩子,为把孺子培养成才鞠躬尽瘁,不图回报。获得“孺子牛奖”的全国优秀教师刘让贤,扎根青海高原乡村几十年如一日,像牛一样兢兢业业地工作,把自己的爱无私地奉献给了孩子们,是“孺子牛”精神的生动体现。“孺子牛”精神表现为“深怀爱心,默默耕耘,埋头苦干,任劳任怨,无私奉献”,“吃的是草,挤出来的是奶”。这些优秀品质集中体现在我国广大教师身上。因此把老师称作“孺子牛”是最具中国特色的褒奖。

### 春雨——最生动形象的称谓

人们对“春雨”的赞美由来已久,把春雨比作“甘露”,比作“及时雨”,视“春雨贵如油”。而把春雨表现出最完美意境的则是唐代大诗人杜甫的“好雨知时节,当春乃发生。随风潜入夜,润物细无声”的名篇。人们把老师比作“春雨”,把学生比作“春苗”,春苗需要春雨去浇灌。我们的老师就如那绵绵的春雨,用播撒的爱去滋润学生的心田,用丰富的知识去开启学生的智慧,用优秀的人格去潜移默化培育学生的品德,用无私的奉献精神去熏陶学生的心灵。广大教师甘化春雨润蓓蕾的高尚情操,为“春雨”的称谓增添了无限光彩。

人梯——最高评价的称谓

一个人接一个人踩着肩膀向高处攀登叫做搭人梯,人梯是古代向上攀高、攻城拔寨、翻山越岭所创造的集体配合行动,一直流传至今。现在人们把那些为别人的成功,而做出自我牺牲、无私奉献的人比作“人梯”。人们把教师称作“人梯”,正是因为光荣的人民教师具备了这样的优秀品质和精神。

广大的人民教师不图名,不图利,默默无闻地教书育人,兢兢业业地培育人才。而那些功成名就的学生,无一不是踩在老师的肩膀上,以老师为人梯向上攀登达到人生高峰的。“人梯”因此成为教师最光荣和最贴切的称谓。

## 基础知识下载



一、单项选择(下列各题的四个选项中,只有一个选项最符合题意,请将其序号填在题后的括号内)

1. 俗话说：“授人以鱼，不如授人以渔。”这句话启示我们，在学习过程中要 【 】
- A. 善于抓住重点和关键 B. 提高学习效率
- C. 掌握学习方法 D. 有良好的学习态度
2. 夸美纽斯说：“时间应分配得精密，使每年、每月、每天和每小时都有它的特殊任务。”这句话启示我们 【 】
- A. 在生活中要合理利用时间 B. 在生活中不能娱乐，不能休闲
- C. 时间是非常宝贵的 D. 时间对于每个人来说都是公正的
3. 对中学生来说，下列任务中最重要的是 【 】
- A. 参加体育比赛 B. 完成学习目标
- C. 锻炼好身体 D. 孝敬父母
4. 微软公司的缔造者比尔·盖茨曾经说过：“知识的获得必须是宽广的，但是有时候能有深入的挖掘也是一件很好的事情。”这句话启示我们，在学习过程中要 【 】
- A. 重视全面基础 B. 重视学科特长
- C. 兼顾全面基础与学科特长 D. 像比尔·盖茨一样深入挖掘
5. 俗话说：“磨刀不误砍柴工。”这句话启示我们，在学习过程中 【 】
- A. 要注意劳逸结合 B. 不要三心二意
- C. 要养成良好的学习习惯 D. 不要娱乐和休息
6. 研究表明，对于绝大多数学生来说，学习成绩的好坏，20%与智力因素相关，80%与非

智力因素相关。这主要表明

【    】

- A. 学习成绩的好坏与智力因素没有任何关系
- B. 智力因素是学习成绩好坏的决定因素
- C. 非智力因素对学习成绩的好坏起重要作用
- D. 非智力因素对学习成绩好坏的影响不大



**二、多项选择**(下列各题的四个选项中,有两个或者两个以上选项符合题意,请将其序号填在题后的括号内)

1. 中学生要养成良好的学习习惯。下列同学的学习习惯属于良好学习习惯的有

【    】

- A. 小华上课认真听讲,及时完成老师布置的作业
- B. 小明每天准时起床,背一背英语,读一读语文
- C. 小刚在学习中遇到难题时,总是想办法解决
- D. 小敏做作业时需要父母督促

2. 时间是一去不复返的无价之宝,世界上再珍贵的东西也换不来已经逝去的时间。这句话启示我们在学习过程中

【    】

- A. 要珍惜分分秒秒
- B. 要充分利用时间
- C. 要想方设法提高学习效率
- D. 珍惜时间的人和不珍惜时间的人会有不同的结果

3. 下列做法中属于合理安排时间的有

【    】

- A. 珍惜和充分利用零碎的时间
- B. 不管做什么事情,都要拿出一点时间制定一个计划,确定目标任务
- C. 早晨,人们的精神比较好,因此应该背诵课文
- D. 通宵达旦做练习题

4. 学习是一个积极主动地提出问题、探索问题和解决问题的过程,在学习过程中我们要学会

【    】

- A. 独立思考      B. 主动探究      C. 自主学习      D. 依赖别人

5. 我们每一个人都希望找到一个好的学习方法,好的学习方法

【    】

- A. 符合学习规律的要求      B. 要适合自己的特点
- C. 能获得较好的学习效果      D. 对每个人都适用

6. 下列做法中能够体现劳逸结合的有

【    】

- A. 星期天,小刚听一会儿音乐,然后背诵一段课文
- B. 在紧张的学习之余,小强和同学们踢了一场球
- C. 小敏整天只知道学习,不知道玩耍
- D. 期末考试前几天,小花学得头昏脑涨,身心疲惫



### 三、简答

1. 在现代社会,中学生要学会自主学习。那么,自主学习对我们中学生提出了哪些要求?

2. 在学习过程中,怎样才能形成良好的学习方法?

3. 文武之道,一张一弛。在紧张的学习之余,要进行适当的娱乐和休闲。那么,你认为适当的娱乐和休闲对自己有哪些重要作用?



### 四、材料分析

古人云:“读万卷书,行万里路。”如果说在学校里我们读的是“有字之书”,那么社会生活和社会实践就是“无字之书”。对于我们的健康成长和健康发展来说,“有字之书”与“无字之书”同等重要。

请结合材料,运用所学的知识完成下列各题:

1. 在学习过程中,为什么要读“无字之书”?

2. 积极参加社会生活和社会实践,对中学生来说有什么重要意义?

3. 请写出假期中你参加的一次社会实践活动的主要经过,并简要写下你的感受。

## 探究能力链接



### 一、活动与探索

学习完第二单元《学会学习》后,七年级(3)班的同学深受启发,他们准备办一期有关学习方面的板报。请你参与进来,完成下列各题:

1. 请为此期板报设计一个主题。

2. 板报中有珍惜时间的内容,请你提供三句珍惜时间的名言,并谈谈你的感想。

名言:

感想:

3. 总结同学们在自主学习方面存在的三个主要问题。

问题一:

问题二:

问题三:

4. 为了帮助同学们提高自主学习能力,请你提出四条建议。

建议一:

建议二:

建议三:

建议四:



## 二、探究园地

### 1. 学习方法探究

对中学生来说,掌握良好的学习方法非常重要,总结反思我们的学习方法是学习过程中的重要环节。请在假期总结反思一下自己的学习方法,以便今后更好地学习。

(1)请简要介绍你最主要的学习方法。

(2)请总结你学习方法的优点和不足。

(3)请针对自己学习方法的不足,提出具体、可行的改进办法。

### 2. 培养良好的学习习惯

良好的学习习惯是取得成功的重要因素。反思自己的学习习惯,克服不良的学习习惯,对养成良好的学习习惯起重要作用。请完成下表:

| 学习中具有的良好习惯 | 学习中存在的不良习惯 | 克服不良习惯的措施 |
|------------|------------|-----------|
|            |            |           |
|            |            |           |
|            |            |           |
|            |            |           |
|            |            |           |
|            |            |           |
|            |            |           |

### 3. 学习中的竞争与合作

竞争与合作既有联系,又有区别。在学习过程中,如何正确处理好二者的关系十分重要。请结合实际回答下列问题:

(1)在学习过程中进行竞争有哪些好处?

(2)在学习过程中进行合作有哪些好处?

(3)在学习过程中,如何处理竞争与合作的关系?

## 课外资讯浏览



### 养成良好的学习习惯

1978年,75位诺贝尔奖获得者在巴黎聚会。有人问其中一位:“你在哪所大学、哪所实验室里学到了你认为最重要的东西?”出人意料,这位白发苍苍的学者回答说:“是在幼儿园。”又问:“在幼儿园里学到了什么呢?”学者答:“把自己的东西分一半给小伙伴们;不是自己的东西不要拿;东西要放整齐;饭前要洗手,午饭后要休息;做了错事要表示歉意;学习要多思考;要仔细观察大自然。从根本上说,我学到的全部东西就是这些。”这位学者的回答代表了与会科学家的普遍看法。把科学家们的普遍看法概括起来,就是他们认为终生所学到的最主要的东西,是幼儿园老师帮他们培养的良好习惯。英国唯物主义哲学家、现代实验科学的始祖、科学归纳法的奠基人培根,一生成就斐然。他在谈到习惯时深有感触地说:“习惯真是一种顽强而巨大的力量,它可以主宰人的一生,因此,人从幼年起就应该通过教育培养一种良好的习惯。”联系现实生活中的人和事,再仔细分析一下,就会越发感到那些科学家的话确实包含着深刻的道理,尤其是在学习问题上,几乎对每一个人都适用。如果你

渴望获得较好的学习成绩,如果你渴望有效地利用时间,如果你渴望在学术上有所建树,那么,就请你尽早养成良好的学习习惯。

## 一、应该养成哪些良好的学习习惯

### 1. 一心向学的习惯

一心向学的习惯,是所有学习习惯中最重要的习惯。这种习惯一旦养成,你就会自觉地把万事万物都与学习联系起来,你的感官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并且对其进行过滤、加工、再造的地方。同时,你会感到生活到处都有乐趣。

### 2. 专心致志的习惯

专心致志的学习习惯,是学生必须养成的起码的学习习惯。同学们一定都听说过《小猫钓鱼》的故事吧,这个故事旨在告诉人们学习时不可一心二用。

### 3. 严格执行学习计划定时定量的习惯

严格执行学习计划定时定量的学习习惯,是实现目标、克敌制胜的法宝。谁能根据奋斗目标制定出科学的计划,并且定时定量地完成计划,谁就能无往而不胜。一般说来,目标比较容易确定,计划也比较容易制定,难的是定时定量地完成学习计划。这就是通常所说的“知易行难”。

### 4. 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。认真思考的学习习惯,是学生比较高级的修养。

## 二、怎样养成良好的学习习惯

在学习过程中,应该自觉地培养好习惯,克服坏习惯,让好习惯伴随终生,让坏习惯尽快与你告别。要养成良好的学习习惯,可按下列步骤进行:

### 第一步:耐心发动,逐渐加速。

会开车的人都有这样的体验,天气冷时,车打着火后要过一会儿才能快速行驶,一打着火就快速行驶反而会熄火。一个人培养习惯也是如此,要循序渐进。一开始先朝着理想目标行动起来。一次行动的价值要超过一百句口号、一千次决心。一个学生在前进的道路上如果能说到做到,便很了不起,久而久之,便习惯成自然了。俗话说:“有志者,立长志;无志者,常立志。”为何常立志?原因是:很想好好做,就是做不好。因此,要养成良好的学习习惯,首先要说到做到,坚定不移。计划每天要记10个英语单词,就一天不落地去记;认识到写字潦草、做题马虎这些毛病,就在写字、做题时多加注意,确保字字工整,题题复查;意识到了不良学习习惯的危害,就主动自觉地克服;制定了学习计划,就定时定量地去完成;决心使自己的学习成绩在全班、全校的位次前移,就要千方百计地挖掘自己学习的潜能。

### 第二步:控制时空,约束自己。

人的行为很大程度上受情景因素的影响。比如,一个中学生已经认识到打游戏的副作用了,不想再打游戏了,可是,一走进游戏厅就忘了,就把握不住自己了。因此,在习惯形成的过程中,在自己的自制力还不十分强的情况下,应从控制自己的活动时间和活动空间入手来约束自己的行为。在时间上,从早上起床一直到晚上就寝,都安排满有意义的学习内容和活动内容,不让一日虚度,不让一时空耗。在空间上,严格控制自己的活动范围,歌厅、舞厅、