**养成好习惯教育主题班会课教案**

　　设计背景：

　　通过家长会和家长交谈，对学生的观察，并且与个别学生交流后，发现学生存在着很多不良的行为习惯和学习习惯。因此适时开一次有关养成好习惯的班会课是当务之急的事。

　　六年级学生处于青春发育期，身心急剧发展变化，存在着种种发展的可能性，美国心理学家霍林沃斯称初二阶段的学生处在“心理性断乳期”。具有叛逆、盲目、易受外界影响、情绪容易激动、暴躁、成绩两极分化普遍、违纪违规频繁、存在心理障碍等特征，又具有可塑性、主动、追求独立等特点。因此，此阶段既是发展的危险期，同时也不可避免的成为教育的关键期。学生对学习总是处于被动状态，而且大部分同学对未来还是感到茫然，培养良好的学习习惯，有助于他们的发展。

　　教育目标：

　　通过活动，使学生加深对养成好习惯的认识,让学生懂得, 一个人的习惯虽然是个人的事情,但实际上小小的习惯会有巨大的影响,好的习惯可以使人走向成功,坏的习惯使人失败,习惯决定命运,为了我们的未来命运,必须养成好习惯。从现在开始培养良好的学习习惯，树立自己的人生目标。

　　班会重点：

　　明白习惯对人的影响以及不良习惯和良好习惯的表现。在实践上知道纠正不良习惯、建立良好习惯的重要意义及方法。能够自己制定相应的计划并实践。

　　课前准备：

　　教师准备一些关于习惯的图片、资料来说明习惯对命运的影响。 学生因有好习惯而改变的实例——学生演讲。

　　活动过程：

　　一、听故事（课件展示）

　　让我们来听这样一个故事。（选自《影响孩子一生的36个习惯》） 在印度和泰国随处可见这样一副荒谬的场景：一根小小的柱子，一截细细的链子，拴得住一头几千斤重的大象。那些驯象人，在大象还是小象的时候，就用一条铁链将它绑在水泥柱或钢柱上，无论小象怎么挣扎都无法挣脱。小象渐渐地习惯了不挣扎，直到长成了大象，可以轻而易举地挣脱链子时，也不挣扎。

　　师：看到这样的画面，你想到了什么？是什么力量束缚住了几吨重的大象？ 学生交流：是大象从小养成的习惯。

　　师：小象是被链子绑住，而大象则是被习惯绑住。可见，习惯的力量很大，大到可以毫不费力的束缚住几千斤重的大象。那么，我想问问咱同学，在我们的日常生活中，哪些行为属于习惯呢？

　　学生交流：习惯是我们在长时期里逐渐养成的、一时不容易改变的行为、倾向或社会风尚

　　美国心理学家威廉·詹姆士说过一句话。（课件展示）让我们齐读： 播下一个行动，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。你们看，习惯可以决定人的命运。可见，习惯有多么的重要。这节课，就让我们来认识习惯，让好习惯伴我们成长。

　　二、好习惯的重要作用

　　1、好习惯使人终身受益（课件展示）

　　看短片《国母宋庆龄——诚信品格一生相伴》 宋庆龄的父亲宋耀如，年轻时很贫穷，为了生活他在国外找工作。在一个冬天的下午，宋耀如裹着一件单薄的大衣，徘徊在寒冷的街头，他花光了身上所有的钱，可是还没有找到工作，并且连吃饭的钱都没有了。他正站在马路上发呆，突然一辆马车猛跑过来，宋耀如躲闪不及，被马车撞伤了。

　　马车的主人非常善良，不但把他带到家里，给他请大夫，而且还派专人护理他。病好以后，还给他找了一份工作。宋耀如工作诚实，任劳任怨，深受老板的喜欢，不久就又给他加了工钱。很快宋耀如就有了钱。

　　这件事对他的影响很大，他经常教育自己的孩子从小要养成诚实善良的品德，这样对人对已都有好处。宋耀如的二女儿宋庆龄牢牢地记住了父亲的话，从小就诚实、善良、守信。

　　师：看了这则故事，谁能说说自己的感受？ 生：这则故事告诉我们：从小养成的好习惯会让我们终身受益。

　　这则故事让你得到怎样的启示？

　　生交流并分析习惯，教师适时点评：

　　师：你们看，名人的成功源于从小养成的一点一滴的好习惯。所以说，细节决定成败。我们同学养成好习惯应该从身边小事做起，在细节上多下功夫。

　　古今中外，无数名人之所以取得重大的成就，无不得益于他们从小养成的好习惯。咱同学还知道哪些这样的名人故事呢？来，讲给我们听一听。

　　学生交流。

　　2 、36个好习惯

　　教师课件出示：《影响孩子一生的36个好习惯》

　　做人的习惯

　　做人的教育，实际上是培养孩子为人的正确态度和品格。如果父母没有对孩子的为人态度和品格进行教育，孩子无疑会养成一些不良习惯，这些习惯将直接影响孩子与人交往。

　　诚信 、礼貌 、爱心 、乐观、理财、自信、坚强、谦虚、宽容、责任心 做事的习惯

　　不会做小事的人，也做不出大事来。知识经济社会中，对劳动力的要求越来越高。做事的习惯就是要培养孩子适应劳动世界变化的综合能力，包括社会行为技能和个人素质。

　　做事有计划 、热爱劳动、珍惜时间、自主选择、自我反省、自我管理、抵抗挫折

　　学习的习惯

　　学习是一个终身的过程，孩子将要不断地经历学习、工作、取得经验、再学习这样一个循环往复的过程。一个人的学习能力并不完全取决于他的智力水平，很大程度上是受制于这个人怎样使用他的智力。也就是说，只要拥有良好的学习习惯，智力天赋并不高的孩子也能够取得很好的学习成绩，也能够在工作中取得成就。

　　耐心、专注、观察、记忆、思考、想像、创造、勤奋、预习、复习、阅读 、质疑 、自我激励

　　交往的习惯

　　一个孩子必须学会与他人共同生活，学会与他人共同工作。与人交流包括关心、聆听、合作、分享等。它要求孩子学会用和平的、对话的、协商的、非暴力的方法处理矛盾，解决冲突，这对于人际之间、群体之间都是适用的。

　　与他人交往、倾听他人、与他人分享、与他人合作、幽默、感恩他人 影响孩子一生的好习惯，做为父母有责任、有义务为孩子们培养、营造这些氛围。

　　教育就是培养习惯。

　　师：真是不看不知道，生活当中需要我们拥有的好习惯还真不少。相信很多同学会在心里说，我也想获得成功，但是应该怎样做呢？我想，培养好习惯的的过程中，最大的敌人可能就是我们身上已经存在的不良习惯。发现并改正他们是我们要迈出的第一步。

　　三、坏习惯你有多少？

　　让学生说自己的习惯，并在黑板上板书。学生发言后进行简单的分类，分为行为习惯和学习习惯，并总结良好的和不良的。

　　师：以自身的经历和体验谈谈下面这些不良习惯的危害。

　　1、随地扔垃圾，不将废弃物放入指定位置。

　　2、值日、清洁劳动不认真，应付了事。

　　3、自习课玩耍，说小话，学习不专注。

　　4、不看书不预习不复习，每天只是应付作业，抄袭作业。

　　6、不戴红领巾，跑操不好，不喊口号。

　　小组讨论，学生发言。进行及时的引导和点评。在发言的过程中强调不良的和良好的习惯的影响，随后引导学生思考怎样纠正不良的习惯、建立良好的习惯。不良的习惯可能是我们成功路上的绊脚石，可能是我们人生之舟驶向成功彼岸的暗礁，可能是我们长途跋涉时鞋里的细沙。

　　师：也许有的同学会说：“这些都是些鸡毛蒜皮的小事，不值得小题大做啊？” 有的学生为此打架斗殴，上网等。

　　师：近年来，一些公民在旅游活动中表现出来的不文明行为，损害了中国“礼仪之邦”的形象，引起了海内外舆论的关注和批评。“大声喧哗、随地吐痰、乱扔杂物、排队加塞、乱刻乱画、衣冠不整”等这些随处可见的现象，被海外一些媒体归纳为中国游客的“通病”。有的境外旅行社和宾馆甚至因此拒绝接待中国旅游团队。这些行为损坏的不仅是个人的形象，而且是国家的形象。

　　而在我们身边，因不良陋习引发的青少年犯罪案例更是屡见不鲜。

　　学生说说不良习惯引发的犯罪，在对比中知道习惯对于一个人成长的重要性，坏习惯让人终生受害。

　　师：这样看来，同学们都认识到了坏习惯的危害。希望同学们从小事做起，坚决杜绝坏习惯，因为它会让我们受害终身。

　　四、学会养成好习惯的方法

　　1、师：人生仿佛就是一场好习惯与坏习惯的拉锯战，要想创造成功的人生，就得让我们生活中的好习惯的比例与日俱增，坏习惯一天天变少。那么，如何养成好习惯呢？你有高招吗？（谁来说说自己好习惯养成的经历？）

　　学生交流 (自己养成好习惯的方法，经验都可以)

　　2、好习惯让人终身受益——《自信演讲》

　　每周的班会都从班中选习惯改变，变得自信优秀的学生，树榜样激励学生进步。 3、最后，我们把大家交流的这些方法总结一下，请看屏幕

　　做事要有计划性；从小事做起，注意细节；做事持之以恒；做事不找借口。 师：同学们，光说不做是没有用的，关键要拿出行动，要有恒心。老师希望咱们同学能树立远大的志向，培养正确的是非荣辱观，用高尚的追求为我们的人生导航。

　　五、班主任感悟

　　同学们，管得住自己，你是习惯的主人：管不住自己，你是习惯的奴隶！做主人，还是做奴隶？全在于自己的选择！让我们都能从身边小事做起,发扬愚公移山精神，克服阻碍自己发展的陋习，搭上养成教育的翅膀，身披一份努力，心系一份执着，让好习惯点燃我们的心灵之灯，伴随我们健康成长。

　　习惯有好坏之分，好习惯让我们终身受益，坏习惯则贻害无穷。通过这次的班会，学生们认识到了习惯对于一个人是至关重要的， 班内学生开始有了变化，在做事情时，不是由着自己的性子，而是考虑他人，知道己所不欲勿施于人的道理，班级和谐了，团结了。学习上开始努力了，作业认真了，课前都积极做好准备，自习课时都聚精会神的写作业，没有抬头说话。

　　好习惯改变了学生，凝聚了班级！