同泰德印刷厂 2017/05/18 11:29:37

“八大习惯”养成教育活动的主要内容

（一）培养良好的文明礼仪习惯

1、经常使用“您好”、“谢谢”、“请”“对不起”“没关系”等礼貌用语，在校在家都用普通话。

2、待人有礼貌。见了客人主动打招呼，起立让座，沏茶倒水，客人走时要送出门外，并说“再见”。见到老师见到长辈要主动问好。

3、每天佩戴胸卡、穿校服，衣服整齐、干净。

4、在走廊内设立“轻声区”和“静走区”，要轻声慢步，上下楼梯要靠右边，不在楼道内大声喧哗，追逐打闹。

5、不欺负，不侮辱同学，不给别人起绰号，也不叫别人的外号。

（二）培养良好的自主学习习惯

1、读书声音要洪亮，充满感情，使用普通话。

2、读书、写字做到姿势正确，书写工整，卷面整洁。

3、认真预习，认真完成导学案，独立思考，自主探究，学会勾画重难点及预习中不懂的知识。

3、上课前做好课前准备，准备好本节课所需书与文具。

4、课堂上积极回答问题、提出问题，发挥小组的力量，集思广益，团结互助，学会合作。

5、认真完成老师布置的各种作业、书写要工整、规范。

6、树立终身学习的观念，分享学习心得，快乐学习，活到老、学到老。

（三）培养良好的阅读思考习惯

1、每天利用早读、午读、课间时间读书，并且每天坚持课外阅读二十分钟，多读书，读好书，与图书交朋友。

2、读书时，勤做笔记，注意积累材料，养成不动笔墨不读书的好习惯。

3、动员学生多阅读、多思考、多领悟，争取做到日有所读、读有所思、读有所悟

（四）培养良好的勤于写作习惯

1、勤于动手、勤于动笔，认真观察感知世界，体验积累。

2、用心说话、说真话、诉真情。

3、坚持写日记，写作完多整理、多修改，提高写作水平。

（五）培养良好的强身健体习惯

1、能早起晨练，为一天的学习生活提供充沛而旺盛的精力。

2、按时上两操，早操步伐整齐、口号洪亮；午操大课间让所有学生动起来，参与各类项目，快乐运动、强身健体。

3、排队上操、升国旗，要整齐有序。走路抬头、挺胸，步伐有力，精神面貌良好。

4、挤时间以各种方式锻炼，坚持每天“阳光体育一小时”。

5、认真做好眼保健操和广播体操。

（六）培养良好的卫生习惯

1、早晚刷牙，饭后漱口，饭前便后及时洗手，睡前洗脚。勤剪指甲，勤洗头，勤洗澡。保持个人卫生。

2、不随地吐痰，不制造垃圾、不随手扔垃圾，同时要主动捡拾垃圾，能自觉维持教室和卫生区的环境卫生。

3、倡导低碳生活，树立绿色环保理念，争做环保小卫士。

（七）培养热爱劳动的习惯

1、在家里，帮家长收拾饭桌、扫地、抹桌凳，择菜等，干一些力所能及的事。

2、在学校，认真做好值日，服从组长分配，与其他组员合作，共同完成清扫教室、卫生区的任务。

3、自己洗衣服。自己叠被子，叠衣服，自己收拾床铺，整理书包，自己的事情自己做。

4、积极参加学校组织的志愿服务活动，增强责任意识，尊重劳动，热爱劳动。

（八）培养勤俭朴素习惯

1、每日三餐按时进食，不挑食，不偏食，不吃零食，不暴饮暴食，朴素节俭，不乱花钱。

2、勤俭节约，做到“三节”，即节粮、节水、节电。

3、衣着朴素大方，符合学生标准，不盲目攀比，不着奇装异服。