

以卫生习惯的养成为抓手,培养学生自律能力

◆王晓军

(湖北省武汉市东湖新技术开发区武汉市光谷九峰中学)

摘要:根据初中生的特点,以良好卫生习惯的养成为抓手,采取:一、提高清洁卫生意识,增强行为自觉性;二、制定各种制度,规范清洁卫生行为;三、做到言传身教,注重自身示范作用;四、同家长保持密切联系,提高培养的效果等方法,从而提高学生自洁自律能力,促进学生的全面发展。

关键词:初中生;卫生习惯;自律能力

如何培养青少年养成良好的卫生习惯?应根据其的年龄特点,身心发展成长的客观规律和健康教育的基本原则,由易到难、循序渐进的进行。初中学生阶段,正处在快速地生长发育过程中,对外界环境因素的适应能力正逐步提高。记忆力强,接受事物快,已有一定的分析判别问题的能力,但还不够准确。因此,我校根据学生的这些特点,采取一系列措施,把卫生习惯的养成与培养学生自洁自律能力结合起来,促使学生的综合素质得以提高。

一、提高清洁卫生意识,增强行为自觉性。

老师反复强调不要乱扔纸屑、不要随地吐痰,要讲卫生爱清洁,要保护环境的卫生,可是,仍然有一些学生就是改不了。这是由于中学生自我控制能力差,尤其是现在的学生娇生惯养。要想让一个人做一件事,得让他认识到做事的好处,这样才能主动去做,并且做好。所以首先要提高学生的清洁卫生意识,引导学生认识到:就卫生习惯而言,是个人的形象和素质的反映,对于一个学校、一个家庭来说便是学校、家庭文明水平的表现,也是这个学校、家庭素质高低的反映。

为了提高学生的清洁卫生意识,我校每个学期开学的第一个月的主题活动都是以清洁卫生习惯的养成为主题的,充分利用国旗下讲话、班会、集体活动,如:“爱学校,美化校园”、“讲究卫生,从自己做起”等活动,如把个人卫生习惯的养成同美化整个校园环境联系起来,反复强调、评价、暗示和鼓励,让学生提高清洁卫生意识,从而增强行为的自觉性。

二、制定各种制度,规范清洁卫生行为。

“没有规矩不成方圆”,学生的各种良好生活行为习惯的养成,很重要的方面就在于健全规章制度。只有形成严格要求、严格训练、严格管理的约束氛围,才会在学生的心灵中烙下良好习惯的印痕。

首先,班主任完善、健全班级管理体制。班主任根据学校的清洁卫生要求,把班级学生分为不同的小组,责任到人,不搞“大锅饭”,形成了以劳动委员为主导、小组长为主体的卫生责任制。发现清洁卫生问题,马上可以找到相应的负责学生,及时处理。班主任还注重引导劳动委员学会管理,特别是培养劳动委员的负责态度和敬业精神,并大胆放权,树立和维护劳动委员威信,提高其工作的积极性。

其次,学生会的检查监督制度。我们学校的清洁卫生一方面班主任老师自己检查督促,另一方面则由学生会成员进行检查督促。在学生会的方面,形成了一个检查打分的细则,这个细则每个班都有一份,班主任在分配清洁任务和检查清洁是会以此为基础,这样清洁卫生的标准就比较明确。学生会检查清洁的时间是在每天上午第二节课、下午第二节课的眼保健操时间进行。为什么会在这个中间时间检查呢?目的就是抓保洁,清洁做干净比较简单,保持住才是难的。所以班主任检查清洁主要是在做干净没有这个层面,而学生会的检查则主要在保持清洁这个层面上,二者相得益彰。这样一来学生既要完成自己的清洁任务,更要学会珍惜自己和他人的劳动成果。

三、做到言传身教,注重自身示范作用。

榜样是无声的力量,是孩子习惯的典范,对孩子有说服力、感染力。而中学生具有明显的模仿性,凡是使他们感到有趣的事,向往的活动或是周围人们赞许的行为及他们羡慕敬佩的人物,都易于引起他们的模仿和学习。“身教重于言教”,要求学生做到的,自己首先做到,学生做不到的,自己也要做到。在清洁卫生这方面

教师要在学生中起表率作用。

首先,教师应主动清理好办公桌和讲台的卫生,给学生树立一个爱清洁、讲卫生、有条理的榜样。笔者认为:每一位教师的办公室、办公桌以及教室里的讲台,就是面向所有学生的一个窗口,教师首先应该打扫干净,搞整齐,为学生树立起一个好榜样。我们希望培养什么样的学生就应该为学生树立什么样的榜样。榜样比要求更有效果。老师在学生眼里往往是神圣的,其一言一行都会被学生刻意模仿,因此身为教师要注意自己的言行举止,在潜移默化中为学生树立良好的榜样。

其次,教师在教育教学活动中应随时注意纠正学生的不卫生习惯,带头搞好课堂卫生。在课堂上,教师要教育学生不脱鞋,不随意脱衣服,不乱扔废纸、果皮、饮料罐等;在巡视走道中,教师可主动拾起学生掉在地上的学习用品或纸屑垃圾,给学生一种“时时处处皆榜样,时时处处皆环保”的好形象,从而使学生更好地养成卫生习惯。

四、同家长保持密切联系,提高培养的效果。

行为习惯的养成除了我们学校这一阵地外,家庭,社会也是不容忽视的。家庭是孩子最初受到教育的课堂,父母既是孩子的家长,又是孩子的第一个教师,是孩子学习的榜样。家庭环境的状况和父母的言行,对子女的成长起着潜移默化的作用。我们的班主任老师通过电话、家访、开家长会等渠道,一方面使家长知道自己子女在学校的表现情况;另一方面让家长了解学校对学生的行为习惯要求,要求家长积极发挥家庭教育优势,主动配合学校加强对子女的教育。比如,我们的老师会建议家长让学生在家里多劳动,扫地、洗碗等等这些事情都可以,不要一味的只是学习,怕耽误他们的时间;同时也要求家长提高自身认识,在教育孩子养成好习惯的同时,自己应率先做到、做好,以自己的一言一行影响孩子。

知易行难,改正坏习惯,培养好习惯不是一朝一夕的事情,它需要家长、教师的督促,需要家庭环境、校园环境、社会环境的熏陶。只要我们找对了方法,并常抓不懈,就一定能够培养学生良好的卫生习惯,不断提高学生自洁自律能力,让校园生活成为一道亮丽的风景线。

参考文献:

- [1]齐成和.加强学校卫生管理,培养学生养成良好卫生习惯[J].课程教育研究,2017,(4):7-8
- [2]付丽蓉.教师在培养学生良好卫生习惯中的角色[J].思考科研,2017(2):53
- [3]彭定华.抓在细微处落在实效中[J].新班主任,2017(6):47

本文是武汉市教育学会“十三五”规划重点课题《转型期中“自主德育”模式实践研究》(课题批准号:武学字【2016】第4号)的研究成果。

