

51 选校网生涯规划教育系统——生涯先行，升学无忧！

如何养成好的学习习惯？

学习习惯的力量、作用有多大？美国心理学家威廉·詹姆士曾：“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。”意思是说好习惯能帮助你未来的事业获得成功。我国著名的教育家叶圣陶先生曾深刻指出：什么是教育，简单一句话，就是要养成良好的习惯。因此学生、家长、老师都应该高度重视学习习惯，尽全力培养良好的学习习惯。那么，好的学习习惯该如何去养成呢？

第一，制定计划。每个同学都要有个较为全面的学习计划，然后按这个计划去学习。学习计划大概包括一天的时间安排，考试时的复习安排以及节假日安排。计划要根据目标来设立，尽量简单明了，主要时间点要做什么都要清楚。另外就是计划在实行过程中会有所调整，但一定不能放弃！

第二，专心致志，讲究效率。部分同学，学习时难以进入学习状态，磨磨蹭蹭的无法专心，还经常干三天打鱼两天晒网的事，所以根本无法取得什么成绩。这就是没有养成良好的学习方式及习惯造成的。同学们平时在学习时一定要有时间观念，一定要在规定时间内高质量完成作业。甚至形成一到书桌前就能进入紧张状态的这种反应。

第三，不过度依赖，会自主学习。都说师父领进门修行靠个人，只有充分发挥学生主动性，学习成绩才能真正的提高。学习过程中会遇到各种问题，不可能全部都依赖老师来解决，相反主要靠自己。当前的学习途径多种多样，通过阅读课外辅导书等，主动查阅工具书和资料，同学们可以独立了解吸收知识，并且把握概念本质内涵、分析知识前后联系，经反复推敲，理解教材，深化知识，最终形成自学能力。

第四，认真钻研，善于思考。学习最怕的是返工，一知半解的。这里遇到的问题，不想一次性解决而想留到下次去解决。其实想要学习好，就要有股认真劲，善于思考。面对各个知识点要知其然，更要知其所以然，能够举一反三灵活运用。特别是遇到比较难以消化的知识点，一定不能有畏难的情绪，尽全力一次性解决难点，否则下一次碰到仍旧不会。

第五、跟上学习节奏。不仅是老师教授的学习内容要第一时间消化，自己安排的学习计划

51 选校网生涯规划教育系统一生涯先行，升学无忧！

也要稳步推进。只有掌握了学习节奏，才不至于丢三落四，这个知识点落下，那个知识点错过。学习是一个多环节过程，有预习、上课、复习、左右等环节，每个环节的节奏都要能够去把握好，不能出差错，在每个环节形成适合自己的独特习惯，最终整体才能收到好效果。

51选校网首文