

基于文献的“立德树人”理念与普通高中学生行为习惯培养关联性研究

杨丽颖

保定市物探中心学校物 河北 保定 072750

摘要：本研究通过文献综述、问卷调查等方法，着眼于探究“立德树人”理念与普通高中学生行为习惯培养之间的关联性，阐述二者之间的关系，为基于“立德树人”理念下提出的普通高中学生行为习惯培养策略提供理论依据。

关键词：立德树人；行为习惯培养；普通高中；关联性

1 研究背景与研究价值

1.1 研究背景

2019年10月颁布的《新时代公民道德建设实施纲要》以“立根塑魂、正本清源”的深刻内涵，引领社会道德风尚发展，筑牢民族精神根基^[1]。与此同时，“立德树人”被确立为教育的首要目标和根本任务，也为新时代的教育发展指明了方向。

高中阶段是学生身心发展的重要时期，是人生观、世界观、价值观和行为习惯养成及巩固的关键阶段。这一时期的学生，其认知能力迅速提升，自我意识逐渐完善，蕴含无限可能的同时，也面临着更多的挑战与诱惑。良好的行为习惯不仅能够帮助学生提高学习效率，更能对学生心中播下责任与担当的种子，助力学生的全面发展。但是，部分高中学生受家庭教育缺失、网络环境复杂、社会风气浮躁功利等因素的影响，在行为习惯方面暴露出诸多问题。在此形势下，深入探讨“立德树人”理念与普通高中学生行为习惯培养之间的关联性，对于提高教育质量、实现立德树人目标具有极其重要的理论与实践价值。

1.2 研究价值

深入探讨“立德树人”理念与普通高中学生行为习惯培养之间的关联性，能为学生制定更为系统、科学的行为习惯养成方案，有助于学生养成受益终身的良好习惯；能让学校和教师更加清晰地认识到立德树人理念在行为习惯培养中的指导作用，从而有针对性的优化教育教学方法；同时，能为学校基于立德树人理念制定学生行为习惯培养策略提供理论依据，为学校培养出更符合

基金项目：本文属于2025年河北省教师教育学会一般课题“立德树人背景下普通高中学生行为习惯培养的研究”（JJS2025-389）阶段成果之一。

新时代要求的新时代青年提供坚实的理论基础；此外，还有助于传承和发扬优秀的传统文化使学生深入理解中华文化的精髓，增强文化自信与民族自豪感，为社会发展的繁荣与稳定贡献自己的力量。

2 文献收集、整理与分析

2.1 “立德树人”理念的精神内涵及应用现状

新时代背景下，“立德树人”理念被赋予了极具时代特色的精神内涵：构建“以德为先，德才兼备”的育人体系，强调将“立德”摆在教育的首位。“立德树人”理念已广泛应用于教育领域的各个层面，成为教育工作者共同关注的焦点。杨玲霞^[2]以幼儿德育的角度制定立德树人视角下的德育实施策略。刘小^[3]从立德树人的教育，研究小学体育教育中德育的渗透。朱万才^[4]等人以小学班主任身份，探究基于立德树人的小学班主任的与策略。侯志旺^[5]分析立德树人理念在初中信息技术课堂的落实现状，揭示其在提升学生道德素养、培养全面发展人才的重要性。王永慧^[6]、邱秀丽^[7]等人从多元化角度，提出立德树人背景下的高中班主任德育教育的新策略、新路径。苏丽丽^[8]等以英语教学为切入点，探讨立德树人理念在高中英语课堂互动、英语阅读教学中的德育渗透。景鹏等人探究立德树人背景下职业院校德育评价体系构建、育人模式、实践工作等。

这些丰富的研究成果充分彰显了“立德树人”理念在教育事业中的引领作用，凸显了其在新时代新征程中举足轻重的关键地位。

2.2 行为习惯培养的策略、模式研究进展及应用现状

目前，行为习惯培养模式主要包括“家庭-学校-社会协同模式”、“分阶段培养模式”等。行为习惯的培养策略呈现多元化，如正向激励策略、负向约束策略、认知重构策略等。

众多学者和教育工作者在文献研究中也大都倾向于对行为习惯培养策略的研究。吕小丽^[9]、任艳^[10]等以培养幼儿良好行为习惯为着眼点,积极探索优化幼儿教育质量的策略;牛秀云^[11]等从各自的专业角度出发,探讨小学生良好行为习惯培养的策略;方甲旺^[12]等则着眼于不同科目,深入探究培养初中生良好行为习惯的策略;黄聪^[13]以“矫正”高中数学课堂上学生的不良行为为突破口,探寻行为习惯养成的另类策略;闫建周^[14]等多位教师以体育教育为着眼点,研究高中体育教学、大课间学生良好习惯的养成策略;贾媛媛^[15]在以人为本理念的指导下,探究高职院校学生行为习惯培养策略;贾玮^[16]以培智学生为研究对象,浅析对培智学生行为习惯培养的策略。

但是,在查阅文献的过程中,我们发现文献数量随着段落的升高而逐渐减少。这证明在现有的研究中,行为习惯培养主要集中在幼儿及小学阶段。而初、高中阶段,学校、家长和学生本人往往不由自主的将主要精力放在学习成绩的提升上,逐渐放松对行为习惯的养成。

2.3 “立德树人”理念与普通高中学生行为习惯培养之间关联性的研究进展

在整理、分析文献的过程中,我们发现关于“立德树人”和“行为习惯培养”两方面,都各自拥有丰富的研究成果。但是,在搜索过程中几乎没有发现将“立德树人”与“行为习惯培养”直接相关联的研究成果。

3 研究结果与分析

3.1 “立德树人”理念对普通高中学生行为习惯的培养具有指导作用

3.1.1 “立德树人”理念有助于明确行为习惯培养的目标

“立德树人”理念为行为习惯的培养指明了方向。高中阶段是学生价值观、行为习惯形成的关键时期,不仅要纠正学生表面的不良行为,更要塑造其内在的道德品质与社会责任感。“立德树人”理念强调,学生应在遵守日常行为规范的基础上,深化对诚信、担当等价值观的理解与践行。通过“知行统一”的培养模式,使学生的行为习惯从“被动约束”向“主动抉择”转变,最终形成高尚品德与健全人格的统一。

3.1.2 “立德树人”理念有助于丰富行为习惯培养的内容

“立德树人”理念包含了道德、知识、人格等多个方面,为行为习惯的培养提供了丰富的内容。在道德层面,通过主题活动引导学生传承中华传统美德,培养勇敢、忠诚等品质;在知识层面,结合课堂教学渗透德

育,使学生在学习的过程中自然形成思辨能力与价值取舍;在人格层面,通过心理健康教育,帮助学生塑造坚韧、乐观的心态,增强面对挑战、压力的勇气。这种多方位的内容设计,避免了行为习惯培养的单一化,使学生既能“守规矩”,又能“明事理”,最终成长为德才兼备的新时代青年。

3.1.3 “立德树人”理念有助于创新行为习惯培养的方法

“立德树人”理念要求采用多样化的教育方法,尤其注重学生的主体性和参与性,力求行为习惯培养从“被动接受”向“主动构建”转型。传统说教式教育易引发学生的逆反心理,而情景模拟、社会实践、公益服务等创新更能激发内驱力。此外,家校社协同共育也是行为习惯培养的有益补充,学校制定系统规范——家庭注意日常言传身教——社区提供志愿服务、文化实践等平台,让学生在真实的社会场景中深化对责任、担当、奉献的理解,三方共同营造浸润式的成长环境。

3.2 普通高中学生行为习惯培养对“立德树人”目标的实现具有促进作用

3.2.1 行为习惯是道德品质的外在表现,推动道德认知向实践转化

良好的行为习惯在学习过程中发挥着多方位的关键作用。例如,认真听讲、主动提问、按时完成作业的习惯有助于提高知识的吸收效率;规划时间、制定学习计划的习惯能帮助学生平衡学业压力;预复习、整理错题的习惯能引导学生深入剖析问题,培养批判性思维与创新意识。同时,学生在学习过程中形成的自主学习能力与创新思维,也有助于提升自身的综合素质。良好的行为习惯与学习效果之间形成了互利共生的关系,共同促进学生的终身发展。

3.2.2 行为习惯的培养有助于人格塑造,强化自我管理与意志品质

行为习惯的培养是一个长期的过程,在这个过程中,学生需要不断地克服困难、约束自己,从而培养坚韧不拔的意志品质和自律能力。同时,良好的行为习惯催生“正向反馈循环”:当学生因为守时、守信获得认可时,会进一步激发维护自身良好形象的动机,从而主动优化其他行为,最终形成乐观向上、勇于担当的人生态度。有研究表明,持续21天以上的行为重复可形成初步习惯,而高中三年足够将行为固化为人格特质,使学生受益终生。

3.2.3 行为习惯的培养能促进学业发展,有效提高学习效率与创新思维

良好的行为习惯在学习过程中发挥着多方位的关键作用。例如，认真听讲、主动提问的习惯有助于提高知识的吸收效率；规划时间、制定学习计划的习惯能帮助学生平衡学业压力。同时，形成的自主学习能力与创新思维，也有助于提升自身的综合素质。良好的行为习惯与学习效果之间形成了互利共生的关系，共同促进学生的终身发展。

3.2.4 行为习惯的培养能促进社会适应，形成责任意识、培养协作能力

行为习惯的培养可为学生提供社会化实践载体。有助于“立德树人”理念对学生社会适应能力的培养。例如，小组合作学习的行为习惯能提高沟通协作能力、团队意识；参与班级管理、社团活动的行为习惯能增强规则与集体意识；志愿服务、社区实践等行为习惯能强化社会责任感与奉献精神。这些行为习惯的养成使学生在未来融入社会时，能更好地处理人际关系、遵守公共秩序，成为具有社会公德和公民意识的新时代青年。

3.2.5 行为习惯的培养可以筑牢价值观防线，抵御不良诱惑与行为偏差

高中阶段是人生价值观形成的关键时期，行为习惯的培养能为学生抵御不良现象攻击时提供心理屏障。面对网络信息泛滥、功利主义冲击等不良现象的挑战，具备良好行为习惯的学生更能坚守原则，有效避免盲从或行为偏差。例如，规律作息的习惯能减少沉迷网络的风险；尊重他人、诚信待人的社交习惯能构建健康的人际关系网络。这些内在力量的积蓄，将转化为未来面对人生抉择时的定力与智慧，真正实现教育“立德树人”的根本目标。

4 研究的不足与对未来的展望

本研究虽然取得了一定的成果，但也存在不足之处。如，研究样本仅局限于物探高中一所学校，存在一定的局限性；对“立德树人”理念与普通高中学生行为习惯培养的关联性研究还不够深入等。未来的研究可以扩大样本范围，深入分析不同地区、不同类型学校的情况；或加强理论与实践的结合，进一步构建完善的高中生行为习惯培养体系等。

结束语

在新时代的教育背景下，我们应将“立德树人”理念贯穿于行为习惯培养全过程，以科学的、系统的、长

期且具有针对性的培养策略，引导学生养成良好的行为习惯。如此，方能实现“立德树人”的根本任务，培养出具有高尚品德、扎实学识、创新精神和社会责任感的新时代青年，为国家的繁荣发展和社会的进步贡献力量。

参考文献

- [1]无编.新时代公民道德建设实施纲要[M].北京：人民出版社,2019.
- [2]杨玲霞.立德树人视角下的幼儿德育实践探究[J].甘肃教育研究,2025(13).
- [3]刘小.立德树人视角下小学体育教学中德育的渗透[J].吉林教育,2025(16).
- [4]朱万才,江秀红.基于立德树人的小学班主任的与策略[J].天津教育,2025(15).
- [5]侯志旺.立德树人视域下初中信息技术课堂渗透德育策略的探索[J].成才,2025(08).
- [6]王永慧.基于立德树人的高中班主任德育工作策略[J].青海教育,2025(05).
- [7]邱秀丽.立德树人背景下高中德育教育新路径[J].中学课程资源,2025,21(05).
- [8]苏丽丽.立德树人背景下高中英语课堂互动中的德育渗透实践研究[J].校园英语,2025(02).
- [9]吕小丽.培养幼儿良好行为习惯优化幼儿教育教学质量[J].家长,2021(31).
- [10]任艳.培养幼儿良好行为习惯，优化幼儿教育教学质量[J].当代家庭教育,2020(19).
- [11]牛秀云.小学班主任班级管理策略与学生行为习惯的培养[N].山西科技报,2025-02-25.
- [12]方甲旺.初中物理课程对农村学生行为习惯的影响[J].家长,2019(09).
- [13]黄聪.浅谈如何矫正高中数学课堂上学生的不良行为习惯：对接京津——协调推进基础教育论文集[C].河北廊坊：廊坊市应用经济学会,2022.
- [14]闫建周.体育教学中学生良好行为习惯的养成策略——以高中体育教学为例[J].教师博览,2022(30).
- [15]贾媛媛.以人为本理念下高职院校学生行为习惯的培养对策[J].才智,2025(21).
- [16]贾玮.以“爱”为基点,用“心”去面对——论培育学生良好行为习惯的培养[J].知识文库,2025,41(10).