

小学生养成良好的行为规范国旗下讲话 养成良好习惯国旗下讲话稿(大全9篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

小学生养成良好的行为规范国旗下讲话篇一

老师们、同学们：

大家好！

有一位获得诺贝尔奖的学者曾经说过这样一段话：他不是在一所大学，而是在幼儿园学到了他认为最重要的东西。他告诉人们：把自己的东西分一半给小伙伴，不是自己的东西不要拿，东西要放整齐，吃饭前要洗手做错事要表示歉意，午饭后要休息，学习要多思考，要仔细观察大自然，从根本上说，我学到的东西就是这些。这段话用最朴素的语言给我们深刻的启迪，作位科学家所说的都是一些最基本的东西：是人们从小就应该养成的品德、态度和习惯。无论是学校还是家庭都不可忽视这些“最重要的东西。”在大力提倡素质教育的今天，培养学生的好习惯已显得越来越重要。叶圣陶先生说过：“教育无非是培养良好的习惯。”的确，对于一个小学生来说，养成一种良好的学习习惯和行为习惯，进而养成一种良好的思想品德修养，实在是比学会一些具体知识重要得多。从这个角度说，培养了学生良好的习惯，实际上就是提高了学生的素质。今天我想从两方面来谈谈学生行为习惯的养成教育。

一、学生应该养成哪些良好的行为习惯呢？

1、养成良好的坐姿习惯

一个人的坐姿显示出这个人的精神状态和个人修养。而且良好的坐姿对自己的身体有益处。对人的眼睛也是一种享受。从刚进班起，我就要求要让学生坐时腰挺直，两脚平放在地上，“眼离笔尖一天，手离笔尖一寸，胸离课桌一拳”正所谓“坐如钟”这样既稳当、美观又科学。

2、坐好课前准备工作

(1)生理准备。

让学生在课间记着喝水、及时上厕所，以避免上课口渴或想上厕所的现象出现。

(2)物质准备。让学生在课间就将下节课中的课本等用具放在课桌左上角，上课前两分钟进教室，坐在座位上，趴在桌上静息，脸都面向左边。值日生站在讲台前面，检查全班同学是否都已经静息好。

(3)精神准备。

学生即将上课的内容有所预习，并期待着老师上课，解决不懂的问题。精神上是积极的、渴望的，表现在行动上就是统一地在教室里静息，当教师走进教室，班长喊“起立”时，全班学生精神饱满地站起来，眼睛里闪耀着渴求知识的火花，面带笑容地向老师问好。

3、养成有礼貌的习惯

对一年级学生来说培养良好的礼貌习惯也很重要。要让小朋友们知道想获得别人的尊重，自己首先要学会尊重别人，对别人有礼貌。碰到长辈、老师要主动上前问好，碰到同学要主动打招呼。在公共汽车上碰到伤残病、老人等要主动让坐，

学会说“请、谢谢、对不起”等文明礼貌用语。并且，为了让学生养成的礼貌习惯得到以巩固，有时在班上开展一些活动，如：让学生回到家对家人说一句或几句自己以前没有对家人说过的礼貌用语，像“请妈妈为我检查一下作业”。之类的话。看家人的表情、语言、行为有什么变化，然后到班上同学互相交流，组织成一个礼貌用语交流会。这样来让一年级小学生从点点滴滴中懂得并初步养成有礼貌的习惯。

4、养成爱卫生的习惯。

爱卫生是一个人、一个家庭、一座城市、一个国家文明程度高低的重要体现。因此一定要培养一年级小学生爱卫生的习惯，就不仅仅成为一句口号，而是必须付诸行动的具体事实。要让一年级小学生从最简单的做起，不乱扔垃圾，将上课用的废纸用一个塑料袋装起来，下课后倒入垃圾桶。这样让他们体会到要创造一个清洁、卫生的环境是不容易的，要保持这种环境、珍惜自己的劳动成果，就必须爱卫生，养成爱卫生的好习惯。

5、养成勤劳节约的习惯

从开始进入一年级起，我就告诉同学们，自己能做的事情，尽量要自己做。要做个爱劳动的好学生。记得从上学期开学不久，我们班卫生基本都是学生自己打扫，几次放学后，我亲眼见到一些家长要替孩子打扫，却被孩子拒绝了。只听学生说：“老师说了，要爱劳动，自己的事情自己做。”听了那些稚嫩的话语，心里真的很感动。

另外我还时常要求学生养成节约的习惯。告诉他们少吃零食，尤其是一些不卫生的零食，有时还举一些名人节约的故事，这样久而久之，我想这种习惯也就养成了。

二、家校合作是习惯养成的有力保证。

让孩子始终保持良好的行为习惯，家庭的作用不可忽略。有些孩子，在家中和在学校是完全不同的表现。家庭作为儿童教育的第一课堂，父母是孩子的第一任老师，家庭教育尤为重要。

1、创设良好的家庭教育环境

首先父母努力创设和保持一种和谐愉快，相互尊重的氛围。我们做父母的要平等对待孩子，把她视为一个“完整的人”，有事和她商量，尊重她的一些意见和建议，有不妥，可以说服教育，千万别摆出“我就是家长，就得听我的”作风，这样对教育孩子是不利的。其次要创设优美整洁的家庭环境，使孩子从小萌发爱美、爱整洁爱护公物的情感。这样，生活有规律，习惯的养成就会自动化。

2、要发挥榜样的作用

孩子上学前大部分时间与父母在一起，一些行为习惯都是受父母潜移默化的影响。因为父母在孩子眼中是最伟大的，最有权威的人，言行具有很大的感染力。这些榜样对孩子有最直接最具体的影响。因此，在要求孩子要做到之前，父母首先得做到。比如，有的家长总是抱怨自己的孩子不听话，学习成绩不好等等，但从不从自身找原因，自己却成天与玩乐。

3、学会科学的教子方法

教育孩子是一门科学，我们要以科学的态度方法去教育、引导。例如，有的家长爱子心切，吃饭时任孩子挑，钱任孩子花，对孩子的一切包办得太多，甚至连作业也替他完成，结果导致孩子养成惟我独尊，自私任性，缺乏对他人的爱心和同情心，甚至连自己的父母都不爱。再如，有的父母决心把孩子培养成诚实的人，对孩子偶尔撒的一次谎，不是打就是骂，结果孩子为了逃避父母的打骂，即使作了错事也瞒着父母，反而使孩子越来越陷入撒谎的泥坑。所以，方法问题对

于培养优良的行为习惯有着非常重要的作用。

总而言之，良好的行为习惯的形成并非一朝一夕之功，它需要学生长期努力，需要我们老师与家长不断地督促引导。像滴水穿石一样，一点一滴，经年累月，使养成教育真正变成学生的内在需要，促使他们自觉养成各方面的良好行为习惯。

谢谢大家！

小学生养成良好的行为规范国旗下讲话篇二

老师们、同学们：

早上好！

今天我要讲的题目是“养成良好习惯，争做文明学生”。

先让我为大家讲述两个事例：

第一个事例是：新加坡是一个通用英语的国家，这个国家的公共场所的各种标语大多是用英语书写。但其中的一些涉及文明礼貌的标语，如“不准随地吐痰”、“禁止吸烟”、“不准进入草坪”等却用中文书写。为什么呢？人家回答：因为有这些不文明行为的大多数是中国大陆的游客。为此，到新加坡考察的一位校长语重心长地说：不文明行为也是国耻。

第二个事例是：据中央电视台报道，国庆节后的天安门广场，随处可见口香糖残迹，显得格外刺眼，40万平方米的天安门广场上竟有60万块口香糖残渣，有的地方不到一平方米的地面上竟有9块口香糖污渍，密密麻麻的斑痕与天安门广场的神圣和庄严形成了强烈的反差。

以上两个事例表明，文明的一切都是由细节构成的，通过这

些细节，我们看见了文明离我们国家还有一定距离，因此我们每个学生都应该从小养成文明习惯，做文明学生。然而遗憾的是，在我们身边，在一部分同学身上，还是有着一些不文明行为。例如，有的同学上课不认真听讲，有的同学乱扔杂物，有的同学教室里走廊上起哄大闹，走路推推搡搡，有的同学讲脏话、粗话，甚至还有个别同学故意损坏学校的公共财物。法国学者培根曾经说过：“习惯是人生的主宰，人们应该努力地追求好习惯。”的确，行为习惯就像我们身上的指南针，指引着每一个人的行动。纵观历史，大凡获得成功的人，都有一些良好行为长期坚持，养成习惯，形成自然。小时候的鲁迅先生，就养成不迟到的习惯，他要求自己抓紧时间，时时刻刻地叮嘱自己凡事都要早做，这样长时间地坚持下去，就成了习惯了。这位以“小跑走完一生”的作家，在中国以至世界文学史上留下了辉煌的业绩，成为世界有史以来十大文豪之一。可见，行为习惯对一个人各方面的素质起了决定性的作用，对我们小学生来讲，尤为重要。有了好习惯，失败不容易；没有好习惯，成功不容易。让我们管住自己的口，不随地吐痰；管住自己的手，不乱扔垃圾；管住自己的腿，不乱打乱闹。从现在做起，从自己做起，从点点滴滴的小事做起，养成良好的文明习惯，做文明学生。我相信，我们全体师生经过努力，一定会营造成一个宁静、有序、有着良好学习环境的校园。

最后，我送大家一句话，与我们学校每一位同学共勉：“播下一个行动，你将收获一种习惯；播下一种习惯，你将收获一种性格；播下一种性格，你将收获一种命运。”为了灿烂的明天，希望大家从培养每一个良好习惯开始吧！

谢谢大家！

小学生养成良好的行为规范国旗下讲话篇三

领导、老师、同学们：

上午好!如果有人问你:人生因什么而出色?你会怎么回答?无疑会有很多答案,但有一个答案一定正确、合理——人生因文明而出色。文明是离别昨日的无知和粗俗,是自觉的控制,是人性的战胜。

文明的学生,一定是有着良好习惯的人。一直以来,我们老师为了学生能够养成良好的习惯,说破了嘴,跑细了腿,伤透了脑筋,努力为同学们营造优美的校园环境,创造良好的学习条件。但同学们想过没有?学校要发展,人人都来称赞,光靠老师的努力是远远不够的,需要你、我、他,大家的共同努力才行。不要以为一个人的言行微不足道,一滴水不能改变旱情,但无数滴水却能汇成海洋,愿每一位同学都自觉担负起自己的责任,做日照市实验小学的文明学生。

首先同学们要努力遵守课间规范,不追逐打闹,不在楼道里吵嚷。上下楼梯靠右行、见到老师和外宾要主动问好。到自己班级的活动区域做有益的活动,例如踢毽子、跳皮筋、跳绳等、如果在教室里可以看喜欢的书、与同学谈心、预习功课等;坚决杜绝在走廊里追逐嬉闹、大呼小叫,横冲直撞;更不要到草坪里玩游戏,践踏草坪;另外,天气越来越冷,我们校园里的蓄水池及荷花池都结冰了,不要趴在水池边看冰及用手捞冰等。总之,如果你课间在校园里玩耍了,听到第一遍上课铃响后也不要疯狂地往教室里跑,特别是低年级的同学,一旦撞到别人或自己被什么绊倒,会伤到身体。

其次要养成卫生好习惯。不随地吐痰、不乱扔纸屑、教室在一楼以上的同学不要向楼下扔任何杂物;时时刻刻保持班级和校园卫生:见到纸屑弯腰捡起来,看到哪儿歪了斜了主动摆正;见到书吧里的书掉了、散了主动整理好,做到有人检查和没人检查一样干净,一样整洁。

同学们,你们既是校园文明的创造者,更是校园文化的受益者。从现在起!让文明礼仪不再是外在强加的约束,而是自我内化的一种快乐!从我做起,从现在做起,让我们全体行动起来

来，相互监督，共同促进。使我们的校园变得更加文明美丽！

我的讲话结束，谢谢！

小学生养成良好的行为规范国旗下讲话篇四

老师们、同学们：

大家好！

学生良好行为习惯的养成是形成良好班风校风的基础，也是决定他个人成长的重要因素。作为政治教师，我们更应当以学校的相关活动作为契机，首当其冲抓好德育工作。

文明礼仪教育。我校把文明礼仪教育作为主要突破口，全面开展文明礼仪教育活动，学校利用国旗下讲话进行全校发动宣传，进行集体承诺、宣誓，从而促进我校师生提高礼仪意识，自觉践行文明礼仪，养成良好的文明礼仪习惯，弘扬传统文化，创建文明校园。

靠环境熏陶，以小见大守规范。高雅的环境可以熏陶人、特定的环境可以教化人。在精心打造高雅校园环境的同时，我校采取布置特定环境的办法，在上下楼梯粘挂“请靠右慢行”教育宣传标语，有效地控制了学生行走不规范的现象，基本养成了靠右走的习惯。针对有的学生随意丢弃废物的不良习惯，学校要求全体教师不要光靠制度来约束，还要以身作则来引领。老师们发现同学喜爱吃零食，经常随意丢弃果皮纸屑，就不厌其烦地在学生面前把废物捡起，后来这些同学也就不好意思再随意扔东西了。

以家庭教育为支撑。家庭教育是学生的启蒙教育，对学生的成长起着至关重要的作用。因此，学校通过召开家长会、家委会、“家长学校”，调动家长参与教育的积极性，同时，发动家长参与学校一些主题活动，促进家庭成员共同努力，

巩固学校教育。

为积极响应学校的号召，我在日常工作中严于律己，以身作则。从以下几方面要求自己：

一、平等民主地对待学生。

有一句名言叫“蹲下身来看孩子”，我们要蹲下来和学生保持一样的高度，以学生的眼光看问题、看世界，这样才能真正尊重孩子、理解孩子，也就只有在这样的前提下，我们才更有心去主动地创造更充裕的时间和空间了解、剖析、关爱学生，为学生提供最适合的教育。

二、做学生的人格表率。

“教师的世界观，他的品行，他的生活，他对每一现象的态度，都这样那样地影响全体学生。”这句话道出了一个道理：教师不仅是学生知识的传授者，更应该做学生的楷模。加里宁也说过：“教师必须好好检点自己，他应该感到他的一举一动都处于最严格的监督下，世界上任何人也没有受着这种严格的监督。”因此，教师应该从各个方面做好学生的人格表率。

三、随堂听课。

经常去听课，我会发现一些平常发现不了的事情，使我了解学生更加深入。有一次我去听一节科学老师的课，上的是电路问题。老师叫学生按要求动手连接电路，完成最快的居然是平时各门功课很难及格的学生。课后我了解一下，他对电工方面的知识很感兴趣，自己在家里经常动手实践。也发现有些学生在某些课上发言很积极，总之，通过听课，老师和学生都给我很多惊奇，使我也成长很多。

四、做好特殊学生的管理工作。

我这里的特殊学生指的是父母离异的学生、父母一方去世的学生、父母在外打工的学生、父母忙于工作不太管自己子女经济又挺好的学生。这些学生中往往包括学困生、德困生。我代的班里有这样一位学生，父母在外做生意。跟爷爷奶奶一起生活。平时疏于管教，孩子上了网。我了解了情况以后，就时刻关注该学生的情况，相互沟通，聊上网的利弊，聊双休日如何安排等等。跟家长也经常联系，共商如何更好地教育他们的子女。

行为规范教育是学校德育工作的奠基工程，是学校德育工作的一项长期任务，面对当今学校德育面临的新情况，我们将不断改革德育方法，丰富德育内容，开发德育途径，拓展德育渠道，选择最佳教育对策，以不断提高德育工作的实效性和针对性，把学生的思想道德教育和行为习惯的养成教育工作抓出典型、抓出经验、抓出效果。我也将继续努力，不断创新，让我带过的每个孩子都拥有人生最重要的金钥匙——好习惯。

谢谢大家！

小学生养成良好的行为规范国旗下讲话篇五

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

早上好。今天班会的内容是养成良好习惯，争做优秀学生。

我们先一起来听一个真实的故事：北京有一家外资企业高薪招聘应届大学毕业生，对学历、外语的要求都很高。应聘的大学生过五关斩六将，到了最后一关：总经理面试。

他们你看这一叠，我看这一叠，看完了还交换：哎哟，这个好看，哎哟，那个好看。

10分钟后，总经理回来了，他说：“面试已经结束，你们全

都没有被录用。”大学生们个个瞪大了眼睛，“这是怎么回事，面试还没开始呢？”总经理说：“我不在的这段时间，你们的表现就是面试。很遗憾，本公司从来不录用那些乱翻别人东西的人。”

是的，真正优秀的学生是养成了良好习惯的学生，而这几位大学生没有养成尊重他人，未经允许不乱翻他人东西的好习惯。

但是，一旦我们养成了不乱翻别人东西的良好习惯，不要说一个月，就是一年一辈子也不会再乱翻别人的东西了。

因为，习惯是忘不掉的，它是一种稳定的甚至是自动化的行为。比如，做作业，一旦养成了良好的习惯，就会自然而然地，可以说是自动化地按时完成，不需要别人的提醒和督促，更不会拖拉了。

再如，有些男生原来睡前洗脚是一定要爸爸妈妈提醒的，不提醒就不洗，在茅小生活了一段时间以后，即使回到家没人提醒也会洗，因为已经养成了睡前洗脚的良好习惯。

可见，良好的习惯有助于身心的健康发展和有效地掌握文化知识，因为它使我们自觉地去去做有价值的事情。一般地说，优秀学生都具有良好的学习习惯和生活习惯，不论何时何地都能自觉地做该做的事，远离不该做的事。

那么哪些是良好习惯呢？学校每周都有一项重点常规养成训练，比如，穿戴整洁，物归原处，学会倾听，认真作业，按时就寝等等，都是我们应该养成的好习惯。

只有养成了这些良好的学习和生活习惯，才是真正优秀的学生。本周常规养成训练的重点是：文明安全进行课间活动。那么，就让我们从现在开始，坚持良好行为，养成良好习惯，争做优秀学生吧。

小学生养成良好的行为规范国旗下讲话篇六

各位老师、同学们：

早上好！在这个美好的早晨，我们又相聚在国旗下，我非常高兴。今天我讲话的主题是：《培养良好习惯，奠基美好人生》。爱因斯坦有句名言：“一个人取得的成绩往往取决于性格上的伟大。”而构成我们性格的，正是日常生活中的一个个好习惯。好习惯养成得越多，个人的能力就越强。养成良好的习惯，就如同为梦想插上翅膀，它将为人生的成功打下坚实的基石。

每个人的言行举止之间，都传递着丰富的文明信息。审视有些同学的行为，不难发现种种不规范、不文明的言行，如过马路、骑车不遵守交通法规，有许多同学在校园内横冲直撞，追赶打闹；上课说闲话；在教室里大声喧哗；广播操做成了“休闲操”；垃圾桶变成了投篮筐；考试作弊等等。再看看开学以来我们同学的表现，有人勤奋，有人懒惰；有人认真，有人马虎；有人珍惜时间，有人挥霍光阴；有人明天的事情今天做，有人今天的事情明天做经验告诉我们只有勤奋好学、遵守纪律的人才能收获幸福。事实告诉我们，良好的行为习惯是一个学生品德修养的外在表现，是保证良好学习的前提，也是树立健康人格的基础，有怎样的行为习惯，就会有怎样的人生！

同学们，良好习惯是通过每一天、每一步良好行为的积累和沉淀而实现的，好习惯是成功人生的奠基石。只有打好坚实的人生基础，将来我们才能应对纷繁复杂的挑战。在这里，我对同学们提出四点希望：

第一：希望同学们成为“学习的小主人”。要培养耐心，掌握正确的学习方法，养成良好的学习习惯，勇于探索，静心读书，主动学习，那么就会发现这辛苦中有无限的甜蜜，这付出中有更多的收获！

第二：希望同学们成为“遵守纪律的小模范”。我们要严格遵守《小学生一日常规》、《小学生日常行为规范》。以全新的面貌展现城关镇中心小学学生的形象，做一个行为规范的小学生。

第三：希望同学们成为“文明的小使者”。做到“五有五无”：即，课堂有纪律，课间有秩序，言行有礼貌，心中有他人，人人有进步；墙上无污迹，桌面无刻划，门窗无破损，地上无纸屑，身上无零食。这样，人人都能成为文明的天使。

第四：希望同学们成为“平安的小卫士”。平安属于懂得自我保护的孩子，平安要遵守作息制度，按时到校上课，放学及时回家。平安要遵守交通规则，过马路要走斑马线，不要在马路上玩耍。同学们，以上四点希望、行为规范看上去都很细小，对于你来说只要事事用心，就能养成良好的习惯。

生活是一方沃土，你播种什么，就会收获什么：播下一种心态，收获一种思想；播下一种思想，收获一种行动；播下一种行动，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种命运。同学们，让我们将好习惯的种子埋下，用恒心去浇灌，用良好的习惯，奠基美好的人生，成就生命的精彩！

谢谢大家！

小学生养成良好的行为规范国旗下讲话篇七

亲爱的老师、同学们：

在人类的身上，好习惯可能每个人都有，但是否坏习惯比好习惯少一些呢？这些只有在生活中证明你自己。

下面，就请我来说说我的好习惯是什么吧！我和妈妈每周六、日去游泳，一开始，我每次下水游泳的时候，都会呛到水。后来，在妈妈的鼓励下，我每周末都坚持不懈的去练习，现

在我基本可以脱掉游泳圈了，也会换气了。还有，每天早上6:30起床，我和妈妈一起下楼锻炼身体，我骑自行车，妈妈散步，我刚学骑两轮车的时候，摔了无数次的跤，膝盖碰烂了，衣服变脏了，但我没有放弃，还是坚持不断的练习。经过两天的练习，我终于学会独立骑车了。

通过上面两件事情，我懂得了学东西是需要自己去尝试的，老是依靠别人，是什么都学不会的。我的邻居厚均不喜欢下楼，最近我下楼的时候叫上他一起下楼骑自行车，锻炼身体，现在，厚均也养成了下楼锻炼身体的好习惯，同时，我们也成了好朋友。

这些事情告诉我们，让好习惯变成正能量，悄悄改变你的生活，命运的轨迹将从此不同。

小学生养成良好的行为规范国旗下讲话篇八

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！我是勇气演讲团成员xxx□来自高一(22)班。今天我要演讲的“好习惯，好人生。”

科学研究表明，人类做一件事连续超过21天，就会成为习惯，一旦成为习惯，就很难改变了。在生命的路途中，每个人都会遇到各种各样的困难。有些徘徊于岔路的干扰，停在原地，不知所措；而那些具有良好习惯的人，在面对困难时，从容不迫，应对自如，所以他们脱颖而出，英国著名哲学空培根就曾说过：“习惯是一种顽强而又巨大的力量，它可以主宰人生。”是的，没有人生下来就是，成功的捷径恰恰在于貌似毫不起眼的良好习惯。

相信在场的绝大多数人都是起床困难户吧，北宋大名鼎鼎的司马光也曾是一名起床困难户。他从小用功读书，担任官职后，决定在他有生之年编写一部完整的通史，为了抢时间，

避免睡过头，司马光，设计了一种圆木枕头，睡觉时只要一翻身，枕头就会滚走，将自己弄醒，继续工作。司马光把这种枕头叫做“警枕”，正是因为这种警枕，才让司马光养成了早起的好习惯，也正是因为这种好习惯，才让司马光得到了一个成功的人生。

同学们，少年时期是养成良好习惯的黄金阶段，今日的习惯，将决定我们明天的'人生，因此我们在平日的学习生活中，要养成良好的习惯，比如习惯于说声“谢谢”“你好”“对不起”，习惯于在同学交往事理解，宽容，习惯于提前预习，课后复习，形成高效的学习方法，而这些良好习惯的养成，是日积月累而成的，是一天天努力的结果。正所谓“不积跬步，无以改千里；不积小流，无以成江海”这就需要我们时时，处处，事事都严格要求自己，从我做起，从现在做起，从点点滴滴的小事做起，坚持不懈，形成良好习惯，成就养好人生！

我的演讲完毕，谢谢大家！

小学生养成良好的行为规范国旗下讲话篇九

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好。我是来自421班的xxx□今天我国旗下演讲的题目是：《在寝室生活中养成好习惯》。

一次一位记者问一位白发苍苍的老科学家：“您是在那所大学，哪个实验室学到了最重要的东西？”“在幼儿园”。这位科学家的回答出乎所有人的意料。“在幼儿园里，我学到了要把自己的东西分一半给自己的伙伴不是自己的东西不要拿；东西要摆放整齐；吃饭前要洗手；做错事要表示歉意。”老科学家接着说。

老科学家的话语虽然浅显，但是揭示了一个深刻的道理，那

就是好的习惯有益于终生！养成良好的习惯，有利于我们在学习生活中的进步，有利于我们形成良好的性格，还有利于我们卓越发展，成为社会栋梁。

在我们寝室生活中就有许多养成良好习惯的同学。比如我们班的韩凯同学，他做事总是雷厉风行，不拖泥带水，能在规定时间内完成各项事务，能做到今日事今日毕。良好的习惯使他在这次考试中，取得了极大的进步。我们班的余思杰同样也拥有良好的习惯。做事效率高，且能有效的利用好零散时间搞好学习，提高学习效率。此外，高二高三的学长们也是我们学习的榜样，他们回到寝室便开始安静的学习，就算是中午就寝前，也还能看到他们刷题的身影。除了学习，还有许多同学能在寝室中养成内务仪表、言语行为、纪律卫生等方面良好的习惯。

养成良好的习惯，对于处在成长期的我们是至关重要的，因为这是我们世界观、价值观形成的关键时期，是为我们将来奠基的时期。特别对于我们寄宿的同学来说，缺少了父母的监督，我们能否做到自觉、自律，在寝室这个锻炼场养成良好的生活、行为、学习等习惯，对于我们的成长成才就更为关键了。

我认为，养成一个好习惯既是困难的又是简单的。困难在于一个好习惯的形成需要一个漫长的过程，需要日积月累的沉淀和内化。而它简单在于，只要心中有了理想，并为自己的理想而奋斗，良好的习惯自然会潜移默化的形成。所以，让我们从现在起，从点滴小事做起，培养自己良好的行为习惯吧！

我的发言到此结束，谢谢大家！