

# **聊城市第一实验学校初中部**

## **学生行为习惯要求**

### **一、学生礼仪习惯要求：**

#### **(一) 仪容仪表**

1. 着装整洁、朴素、大方，符合中学生身份。不追求名牌，不追求时髦，不穿奇装异服。
2. 不留奇特发型，不烫发，不染发，不喷发胶、不化妆，不佩戴首饰，男生发不过眉，女生刘海不能太长，提倡统一扎成马尾。
3. 在校园内不佩戴有色太阳镜。

#### **(二) 谈吐举止**

1. 使用好七大礼貌用语：请、您、您好、谢谢、对不起、没关系、再见。
2. 使用好基本体态语言：微笑、鞠躬、握手、招手、鼓掌、右行礼让、回答问题起立。
3. 坐正立直，行走稳健，举止文明端庄。
4. 起立并用双手递送或接受物品。
5. 讲普通话。

#### **(三) 礼貌交际**

1. 尊敬师长，见到师长主动打招呼致意，微笑问好，对师长不直呼其名，任何情况下都不顶撞教师。
2. 上下课起立向教师行注目礼。课上发言先举手，课余进教师办公室或居室，喊报告或轻轻敲门，经允许后再进入。
3. 与师长说话要起立。客人或外宾进入教室时要主动问候，微笑致意，热情大方、礼貌地回答客人或外宾提出的问题，不卑不亢。下课或集会结束让师长或来宾先退场。
4. 未经允许不随便进入他人房间，不随便动用他人物品，不拆看他人的日记和信件。

5. 掌握倾听艺术，不随便打断别人的发言。不打扰别人学习、工作和休息，妨碍别人要道歉。

6. 守时守信，答应别人的事要努力按时做到，不随意承诺自己办不到的事情。

7. 与同学友好相处，团结互助，相互尊重，相互理解，发生矛盾时多做自我批评，学会悦纳他人，宽以待人。己所不欲，勿施于人。

#### （四）道德修养

1. 参加升国旗仪式，衣着整洁，行注目礼，唱国歌时严肃、准确、声音洪亮。

2. 自觉保持教室、宿舍和校园的整洁卫生，不在墙壁、黑板、桌椅等处写画涂抹，自觉爱护公共财物。

3. 尊重他人，互相谦让，遵守秩序，举止文明，礼貌待人。

4. 参加集会要保持肃静，尊重报告人，不做与会议无关的事情。在会上发言先向师长和听众致礼，发言结束道谢；观看演出、比赛或听报告，适时适度鼓掌致意。

5. 热情对待老、幼、妇、残和军人，行走让路，乘车让座，遇有人问路，真诚指引方向，热情帮助。

6. 家中吃饭请长辈先就座，离家或到家要与家长打招呼，未经家长同意不在外留宿。

7. 主动承担力所能及的家务劳动，学会料理个人生活，养成良好的个人卫生习惯，自己的物品摆放整齐。

8. 尊重、体贴、关心父母，主动照顾长辈，替家长分担责任。对长辈有意见，心平气和有礼貌地提出，不发脾气，不顶撞长辈。

9. 与邻里相处，要尊老爱幼，互相帮助，不妨碍邻里的生活。

10. 生活俭朴，不乱花钱，不向父母提出超越家庭经济条件的要求

### 附：学生文明用语推荐使用例句

#### （一）、学生对老师的文明用语

1. 师生相遇：

老师好！老师再见！

2. 请求老师帮助：

老师，我有一个问题不明白，您能不能给我讲一讲（帮帮我）？

谢谢老师。

3. 到办公室找老师

报告！

老师，这是我们班的作业本，全部收齐了（或还有XX没交）。

老师还有什么要求吗？ 老师再见。

4. 给老师打电话

老师，您好，我是您的学生XXX，有件事情想跟您说一说（或新年好，节日快乐）。

老师，谢谢您，再见。

5. 受到批评、得到表扬，受到冤枉

（受到批评）老师，您批评得对，我一定改正。

（得到表扬）谢谢老师，我会更加努力的。

（受到冤枉）老师，我也有责任，以后我会注意的（或我能再找时间跟您谈谈吗？）。

6. 教师家访或在校外遇见老师

老师，您请进（老师，您请坐，请喝茶）。

老师，您好！妈妈，这是我们的X老师。X老师，这是我妈妈。

7. 在教室、校园里遇到领导或客人、老师来听课或参观

校长好！老师好！ 老师再见！

8. 班干部向老师汇报工作

老师，近来班里发生了一些事情，您什么时候有空，向您汇报一下。

（二）、同学们之间的文明用语

1. 同学路上相遇：XX，你好！

2. 课间，碰掉了同学的文具（或将饭菜撒到同学身上、撞到他人身体等妨碍了他人）

对不起（请原谅，看看伤着没有）。（对方）没关系。

3. 班干部管理班级：

请同学们安静！请今天值日的同学打扫卫生！

4. 请教问题：

对不起（打扰一下），能帮我解决这个问题吗？

耽误你时间了！谢谢！（对方）没关系，这是我应该做的！

## 二、学生卫生习惯要求细则

卫生习惯的范围很广，包括环境卫生习惯、个人卫生习惯、饮食卫生习惯、体育卫生习惯、预防疾病的习惯等。同学们卫生习惯的好与坏，是关系到同学们个性品质发展的重要因素，同学们养成了良好的卫生习惯，既保持了环境的整洁，又增强了他们对疾病的免疫力，促进个人的生长发育，增强学生的体质，使个人的精神面貌得到改善，促进个人其他良好行为习惯和完美人格的形成。

### （一）、日常卫生习惯要求：

1. 生活起居习惯：按时睡，按时起，每天应睡足8小时，夏季保证40分钟午休，平时要保持坐、立、行走的正确姿势。

2. 清洁卫生习惯：早晚洗脸刷牙，饭前便后要洗手，勤洗头理发，勤换衣服，勤剪指甲，随身带手绢手纸，不乱扔果皮纸屑，不随地吐痰，不在墙壁、桌子上乱刻乱画、乱涂乱抹。不在嘴里乱咬东西（如铅笔、指头等），口杯、毛巾要专用。

3. 饮食习惯：定时定量、营养全面。不偏食、挑食，吃饭要专心，细嚼细咽。不吃零食、不吃霉烂变质等不洁食物。不喝生水，不吸烟、生吃瓜果要洗净。吃饭时不说话。

4. 用眼卫生：一双眼睛一对宝，从小就要保护好。读写坚持三个“一”：即眼离书本一尺，握笔手指离笔尖一寸，胸离桌沿一拳。不要在走路、躺着、乘车

时，过强过亮灯光下长时间看书或写作业。眼保健操认真做，长期坚持才有效。

5. 卫生打扫习惯：坚持四清扫：上午、下午上课前与放学后，一天四次彻底打扫室内外卫生；两清拣：上午、下午大班空，中午、下午放学后拣拾室内外卫生区地面的纸屑杂物。教室经常开窗换气。

## （二）、在校卫生习惯要求：

1. 自觉维护校内卫生，**不在校内吃口香糖**，不乱扔瓜皮纸屑，不随地吐痰，产生的垃圾或包装袋应放到垃圾桶里或扔到垃圾道内。

2. 教室内卫生打扫：

（1）讲台整齐干净，无杂物，用抹布擦干净，粉笔放于讲台右上角。

（2）教室内的窗台清理干净，无杂物，用抹布擦干净，无灰尘。

（3）教室前后门窗、玻璃用抹布擦拭干净。

（4）室内地面卫生先用扫帚扫干净，把垃圾倒入垃圾道内，然后拿拖把拖干净，最后用干拖把拖干净防止滑倒。

（5）无特殊天气，注意开窗通风。

（6）每人准备一个垃圾袋放置于课桌侧面挂钩处，及时清理自己周边卫生，保持桌面整齐干净，自身周围地面干净。

（7）不在教室内吃东西。

（8）桌面和桌内以及储物箱内的物品要摆放整齐有序，不存放垃圾。

（9）教室内桌椅摆放要前后排、左右排对齐，整个教室的布置要尽量对称、美观。每天放学后，学生应将桌面物品全部有序放入桌洞或带走，并将凳子摆放在桌子的内角，以便值日生打扫卫生。

（10）雨雪天气时，带雨衣的同学可将雨衣固定在自己的车子上，以免淋湿车座。带其它雨具的同学，必须将雨具上的雨水在进教学楼前甩干，统一整齐的摆放在教室的后面，等大家走后值日生要把所落水渍擦净。

（11）教室内墙壁不允许有字迹和乱涂乱画，通知和各类文件应张贴在班务栏内，不要将文件直接贴在墙上，以免破坏墙体。

(12) 教室内公物，如窗帘、录播设备及展台应有专人管理，以免损坏。

(13) 各班教室除了要净化之外，还要尽量做到美化，并具有自己班级的文化特色。

### 三、学生纪律习惯要求细则

国无法不治，民无法不立。人人守法纪，凡事依法纪，则社会安定，经济发展。倘若没有纪律的约束，失去法律的控制，各项秩序就无从保证，人们生存发展的环境也会遭到破坏，人民群众就不可能安居乐业。社会如此，学校也是这样。

根据《中小学生守则》、《中学生日常行为规范》要求，结合我校实际，学校制定聊城第一实验学校初中学生纪律习惯细则，要求如下：

#### (一) 课堂纪律

为保证课堂教学的顺利进行，提高教学效益，学生要遵守如下纪律：

1. 在教学过程中，学生要尊敬教师、尊重教师的劳动，接受教师的指导。
2. 学生在课堂上应坐姿端正、认真听讲，做笔记。应穿着得体，保持课堂严肃安静。
3. 学生在课堂上不得随意讲话，如提问或发言，应先举手示意，课堂讨论时应注意控制声响，不得影响他人学习或讨论。
4. 学生不得随意迟到、早退，进出教室时不得影响他人学习和教师讲课。
5. 学生在校期间禁止携带手机、MP3、MP4 等入校，更不能在课堂上作出影响教师讲课和他人听讲地行为。
6. 不能在楼道、楼梯、教室内打闹、喧哗。保持楼内和教室的良好学习环境。
7. 学生要爱护教室内的公物、设备，遵守实验室、图书馆的纪律。损坏公物、设备要照章赔偿。

#### (二) 课间纪律

目标：举止文明，秩序井然

1. 值日生要为下节课老师上课提前作好准备，值日班干部要认真履行职责、

维护班级的秩序，所有的学生必须在上课铃声响起之前到达教室，做好上课准备，迎接老师的到来。

2. 离开教室和进入教室时要有秩序，禁止争先恐后。在教室及楼道内行走，应轻步慢走，禁止追逐打闹。

3. 出入楼道要靠右、单人、单行、行走，不准在楼道跳绳、踢毽子。上下楼梯靠右走，不跑不跳，不勾肩搭背以确保安全。

4. 课间操带队上下楼时要有秩序，前面的班级走完了，后面的班级接上去，不准拥挤。

5. 进厕所时要用手轻推厕所门，禁止用脚踢门，禁止在走廊倚靠外墙、将脚搭在墙面上。

6. 玩游戏要到操场玩耍，要守秩序，排好队，遵守游戏规则。禁止在楼道和教室里玩游戏。

7. 严禁攀爬门窗、树木、栏杆、篮球架等危险行为，避免跌倒、摔伤。

8. 严禁无正当理由随意进入办公室，严禁学生成群接队进入办公室，严禁学生在办公室大声喧哗、追逐打闹、乱动老师办公桌上的作业或其他东西，严禁学生在老师办公室外围观逗留。

9. 严禁学生以借书、借物等任何理由课间窜班、窜年级，如有特殊原因，须得到班主任、年级主任的许可。

### (三) 校外纪律

1. 严禁与校外闲杂人员频繁来往。

2. 在校外发生打架斗殴事件，按学校处罚规定给予相应处分。

3. 在校外保持自己良好的学生形象，待人礼貌，谦逊。

4. 尊老爱幼，发扬中华民族传统美德。

学校纪律教育是不可缺少的教育内容，没有严格的学校纪律，必然会影响学生习惯的养成，必然会导致学习松弛，违纪成风。因此，我们必须进一步完善各种规章制度，加大校园秩序的管理力度，创造良好的学习、生活环境. 最终把纪律约

束变为一种自觉的行为，把自觉的行为习惯升华为一种文明素养。

#### 四、学生自行车排放习惯要求细则

##### (一) 日常管理要求:

1. 校园内不准骑自行车，只能推行。
2. 有序前行，不准拥堵，不追逐打闹。
3. 违规车不能骑进校园（电动车，花哨高档自行车）。
4. 破坏他人自行车者直接取消本班当月优秀班集体评选资格，并通报批评。
5. 非自行车管理人员不得在停车区域聚集。
6. 各年级教导员和学生会在预备铃响后开始对自行车进行检查。检查自行车时在作好量化记录的同时，要在检查完毕后告知不达要求的班级自行车管理员或班主任，马上对不达标的现象进行整改。

##### (二) 排放要求:

1. 每天课前 20 分钟各班自行车管理员应到本班自行车停放区域进行监督同学排放自行车，并进行要求和整理。在打预备铃之前将所有车辆排放完毕。
2. 各班同学必须将车辆停放在本班停放区域。
3. 停车落锁。
4. 每班根据自行车数量应做到整齐、“前轮向左斜，后轮一条线”，排放时相邻班级要左右对齐、紧凑不松散。
5. 同学们养成良好习惯，到校后在校门口下车，推行进入校园，并到达本班停车区域自觉按顺序停好自行车，班级自行车管理值日生负责监督，并最后做整理。

##### (三) 离校要求:

1. 放学后自行车值日生第一时间到达本班停车区域，指挥同学们有序离开。
2. 同学们应尽快推自行车离开，不得在停车区域长时间逗留。
3. 在校园内不得骑行，有序离开，不得打闹，礼让为先。
4. 出校门后骑行尽快离开，避免拥堵。

## **五、学生爱护公物习惯要求细则**

爱护公物是社会公德的基本要求，为加强对我校学生社会公德的教育，提高广大同学爱护公物意识；优化校园环境，净化学生心灵，养成文明习惯，形成节约意识；增强学生主人翁的责任感、维护集体财产，在日常生活、学习中培养良好的公共道德习惯，争做文明学生，为聊城市第一实验学校的可持续发展做出应有的贡献。

具体要求如下：

1. 爱护学校黑板、通知栏、文化墙和手抄报栏，不撕不画、不随意乱改通知、通报内容。
2. 爱护校舍墙体，不乱涂乱抹，不踢踩墙壁，不在墙体上留下任何印迹。
3. 爱护校园内消防设施、电力设施和体育设施，不损坏，不随意挪动、攀爬。
4. 爱护校内教师和学生车辆，不乱坐，不随意挪动，见到歪倒车辆要及时扶起来。
5. 爱护学校卫生间设备，不损坏水龙头、水箱等卫生设备。特别强调在进卫生间时要用手推门，而不是用脚踹门。卫生区有厕所门前的班级要及时擦净厕所门上的印记。
6. 爱护学校课桌椅，不乱涂画刻，不随意粘贴物品，不踩、不拖、不敲桌椅，不随意挪动桌椅。
7. 爱护学校教室公物，不乱踢、不涂抹门窗，不损坏电器和多媒体设备。
8. 爱护学校资源，随手关闭电灯、空调的电源，节约每一度电；爱护校园内的水龙头，不乱拧乱拽，节约每一滴水。
9. 爱护学校环境，拾起地上的纸屑杂物，保持环境卫生。

## **六、学生唱班歌习惯要求细则（国庆节回来后执行）**

为丰富学生课余文化生活、提高学生的文学艺术素养丰富学生精神文化生活，创建团结、健康、快乐激情的校园风貌。

1. 选歌要求：

积极向上、健康、上进、富有激情、符合中学生形象

2. 执行习惯要求：

时间：下午到校后课前一支歌，预备铃响后立即开始

(1) 开门。唱班歌前要先打开教室门窗，让歌声传出教室，传遍校园，同时也便于学生会检查。

(2) 站立。唱班歌前体委下口令全体起立，挺胸抬头，释放激情与活力。

(3) 领唱。要求文艺文员站在讲台上领唱，同时打拍子指挥带领。

(4) 唱响。全体学生声音洪亮、精神饱满，用歌声唱响明天、唱响未来。

(5) 班歌结束后衔接班级口号或宣言

## 七、学生班级口号习惯要求细则

班级口号具有导向、激情、励志、凝聚和规范等多种功能。为激励学生奋进，增强班级荣誉感和凝聚力。

具体要求：

1. 班级口号选择：各班自己选择适合自己的班级口号，要求能体现学校办学理念，积极向上、新颖、富有朝气和活力，能激励、引领全班学生朝着共同目标奋进。

2. 时间：下午课前一支歌结束后

3. 开门。喊口号前要求门窗保持打开状态，让口号传出教室，传遍校园，同时也便于学生会检查。

4. 站立、握拳。喊口号时全体起立，挺胸抬头，右手握拳呈宣誓状。

5. 领头。要求各班班长站在讲台上，带领本班全体学生宣誓喊口号。

6. 精神。全体学生要声音洪亮、精神饱满，发出自己的心声与全班同学共鸣。

7. 班歌结束后，班长下达口令全体学生坐下准备上课。

聊城市第一实验学校初中部

2021. 8