附件

青岛市中小学（幼儿园）学生“十个好习惯”

（征求意见稿）

幼儿

1.国旗红，五颗星，见到国旗鞠个躬；

2.家乡美，大海蓝，爱护海洋在心中；

3.爱父母，尊师长，同伴友爱手拉手；

4.多喝水，勤洗手，样样爱吃身体好；

5.穿衣服，系鞋带，自己事情自己做；

6.看图书，听故事，想说敢说愿表达；

7.亲自然，爱动脑，玩中学习乐趣多；

8.敢尝试，能坚持，乐于想象和创造；

9.懂安全，守规则，保护自己不放松；

10.多运动，乐游戏，健康快乐好儿童。

小学一二年级

1.升国旗，要肃立，脱帽注目敬个礼。（家国情怀）

2.讲真话，敢认错，说到做到守承诺。（诚实守信）

3.坐姿正，用心听，独立思考勤动脑。（自主乐学）

4.桌椅齐，地面净，书本用具摆放好。（卫生习惯）

5.靠右走，自成行，轻声慢步有秩序。（文明礼仪）

6.遇生人，须警惕，应急电话要牢记。（安全自护）

7.知冷暖，多饮水，早睡早起勤锻炼。（强身健体）

8.节水电，护花草，垃圾分类环境好。（爱护环境）

9.小物品，会收纳，学做家务能自理。（热爱劳动）

10.食不语，饭不挑，细嚼慢咽身体棒。（饮食健康）

小学三四年级

1. 看新闻，知国事，祖国发展我立志。（热爱祖国）
2. 认标识，守规则，文明出行讲公德。（遵守规则）

3.诵经典，知圣贤，中华美德大家传。（继承传统）

4.惜粮食，省能源，节约利用再循环。（节约资源）

5.观海景，探海秘，知海爱海我做起。（亲海知海）

6.做家务，力所及，会干巧干多参与。（主动劳动）

7.会预习，勤复习，温故知新是秘笈。（预习复习）

8.勤阅读，广累积，学以致用贵有疑。（自主学习）

9.识危险，会自护，遇事冷静能求助。（自我保护）

10.明优点，晓不足，友善互助同进步。（同学交往）

小学五六年级

1. 知时事，学先锋，红色基因要传承。（家国情怀）

2. 善合作，勤实践，动手动脑爱创造。（探究意识）

3. 巧规划，定作息，立足早字不拖沓。（守时惜时）

4. 记笔记，乐梳理，查漏补缺有条理。（自主乐学）

5. 阳光跑，护眼操，科学运动健体魄。（强身健体）

6. 善用网，助学习，开拓视野不沉迷。（文明上网）

7. 莫抱怨，勤沟通，换位思考多宽容。（阳光心态）

8. 不恃强，拒凌弱，友善待人浓情意。（友善待人）

9. 尊长辈，护幼小，孝悌之道来践行。（尊老爱幼）

10.做公益，社区行，志愿服务有热情。（奉献社会）

初中

1.热爱祖国，高唱国歌。严肃升旗仪式，放声高唱国歌；了解党史国情，关注新闻时政；树立责任意识，履行公民义务。

2.热爱家乡，了解海洋。关注家乡发展，心系家乡变化；了解家乡风俗，热爱家乡文化；了解海洋知识，保护海洋环境。

3.孝敬父母，主动沟通。理解父母艰辛，感念养育之恩；主动分担家务，养成劳动习惯；常与父母沟通，真诚坦率交流。

4.尊师敬长，勤读乐学。尊重师长教诲，坚定勤学；学会自主学习，用心求知求学；勤于钻研探究，培养创新思维。

5.悦纳身心，勤于锻炼。保持乐观心态，遇事冷静分析；发展兴趣爱好，坚持体育锻炼；勇于面对挫折，学会自立自强。

6.谨慎交友，遵纪守法。明辨是非善恶，乐交益友诤友；遵守交通规则，维护公共秩序；友善同学朋友，抵制校园欺凌。

7.亲近社会，诚信做人。乐于奉献社会，主动帮助他人；践行光盘行动，秉承勤俭节约；做人言而有信，考试诚实作答。

8.继承传统，写好汉字。学好中华文化，写好规范汉字；传承红色基因，崇尚英雄精神；弘扬中华美德，讲好中国故事。

9.珍爱生命，远离危险。增强自护意识，远离深潭险水；提高自护能力，掌握自救方法；遵守安全公约，防范意外事故。

10.勤于动手，精于十一。培养动手习惯，提高实践能力；参加十一活动，争做五育少年；坚持自我教育，夯实成长基础。

普通高中

1.爱党爱国，坚定信念。熟知党史国情，关注中外时政，维护国旗尊严，升旗敬唱国歌，增强爱国情怀。志存高远，脚踏实地，做新时代中学生。

2.遵纪守法，维护公德。积极学习法律知识，自觉遵守法律法规校纪。举止文明，助人为乐，树立规则意识，遵守公共秩序，爱护公共财产，讲究公共卫生。

3.积极锻炼，强身健体。养成良好的体育锻炼习惯，掌握几项锻炼技能，具备一项体育强项；每天锻炼一小时，增强体魄，愉悦心情。

4.勤俭节约，爱护环境。节约水电，珍惜粮食，不盲目攀比，杜绝铺张浪费；爱护花草树木，坚持绿色出行，倡导低碳生活，实行垃圾分类。

5.学会规划，智慧人生。全面认识自我，塑造健全人格，合理规划未来。理性选课走班，从容应对高考。明确职业方向，制定合理目标，积极规划人生。

6.乐于学习，勇于创新。多读善思，勤于写作，提升人文素养，积极开展自主合作探究学习，丰富人文积淀，发展理性思维；勇于展示自己的思想观点，善于融会贯通、学以致用，敢于批评质疑，不墨守成规，培养独立思考的能力。

7.热爱劳动，勤于实践。树立正确的劳动观念，认识劳动的价值，培养劳动的兴趣，学会几项劳动的技能，提升独立自理生活的能力，学习劳动的技能，提升独立生活的能力，积极参加劳动实践，培养吃苦耐劳的精神。。

8.敢于担当，乐于奉献。爱班爱校助同学，积极主动承担责任。善于合作，乐于分享，关心帮助有需要的人，积极参加社会实践活动，热心公益事业。

9.诚实守信，严于律己。待人接物讲信用，重承诺，言出必行，不说谎，不做假。做事情讲原则，重规范，懂得自我管理，自律自强。

10.谦逊待人，阳光友善。与他人交流得体大方，遇到交往冲突冷静处理，同异性交往把握尺度不越界。懂得换位思考，理解接纳他人，乐于沟通，营造良好的人际关系。

中等职业

1.爱党爱国，厚植家国情怀。主动了解党史国情，珍视祖国荣誉；积极关注时政新闻，及时了解国家发展的新突破新成就；熟知家乡风土人情，关心家乡建设；以自己所学讲好中国故事、家乡故事，传播好中国文化。

2.励志成才，坚定理想信念。以实现中华民族伟大复兴为理想导向；善于从伟人先贤、时代楷模事迹中汲取成长力量；自觉在职业发展中践行精益求精、追求卓越的工匠精神；在职业规划的践行修正中提升自我。3.遵纪守法,树立规则意识。学法遵法，依法做事；依规守纪，按照公序良俗行为；遵守行规，按照职业规范行事；明辨是非，学习运用法律维护自身权益。

4.崇尚美德，常行善义之举。为人诚实守信，言行一致；处事公道正派，常于自省；集体活动中团结协作，勇担己过；社会生活中乐于助人，见义智为。5.珍爱生命，保持身心健康。科学饮食，规律作息，坚持每天锻炼一小时；掌握基本的自护自救方法，拒绝烟酒，远离黄赌毒；经常为自己的努力点赞，以科学的方式排解压力、应对挫折。

6.学习创新，提升专业素养。终身学习、勇于创新的精神根植心田，一心向学；实施“文化+技能”学习清单管理，日清日毕；坚持每天至少30分钟高品质阅读，学思并进；将“细”“专”“精”贯穿专业实践，惟新惟实。

7.热爱劳动，凸显职业担当。牢记劳动创造幸福；尽己所能做好份内劳动，在劳动课程学习中精进专业能力；视公益为己任，以专业所长服务民众，学以致用。8.尚洁尚美，追求品质生活。注重个人卫生，总保持衣着整洁，仪表得体；定期做好个人理财规划，合理消费；绿色上网，文明发言，践行低碳环保的生活方式；常在自然和人文景观中感受美欣赏美。9.文明交往，待人有礼有节。以诚敬谦和之心对待师长；以欣赏的眼光看待他人优点；以真诚合礼的方式与人相处，异性交往平等有度；尊重他人隐私，尊重民族文化差异。

10.孝老敬亲，共建和谐家庭。常对家人的关爱表达感恩之情，懂得付出；保持起居环境整洁，学习为家人制作营养餐；关注家人健康，在其生日和节日时送上祝福；主动与家人交流，愿做美好家庭生活的筹划者和建造者。