

<<习惯养成教育实验教材>>

图书基本信息

书名：<<习惯养成教育实验教材>>

13位ISBN编号：9787203064534

10位ISBN编号：7203064530

出版时间：2009-5

出版时间：山西人民出版社发行部

作者：林格 主编

页数：183

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<习惯养成教育实验教材>>

### 内容概要

本书中习惯的确定是符合以下原则的：1.符合行为循环论原则。

人的自动化行为习惯一般呈现为螺旋式上升的形态。

按照行为学基础理论，我们要在做人、做事、学习、与人合作相处四个方面之间寻找到关键线索，使这个线索贯穿于人的整体发展之中，最后落脚在某一个有机的习惯上。

2.符合行为中心控制论原则。

改正坏习惯是很困难的，也是事倍功半的，我们要做的是：培养好的习惯、根本的习惯，让这个好习惯带动培养其他很多的好习惯。

3.符合人格化习惯原则。

习惯是一把双刃剑，会用的是一把助你成功的利器，不会用的则可能是抑制人的创造力的“凶器”，因此我们倡导必须谨慎选择培养习惯内容，其原则就是，以人为本，从人的内在需求特征出发，培养人格化习惯，是安全的、科学的。

## <<习惯养成教育实验教材>>

### 书籍目录

第一单元 保持健康的生活方式 按时起床，按时睡眠 保持良好姿势 吃饭时不说笑打闹 坚持每天锻炼身体 不挑食，不偏食 注意用眼、用脑卫生 主题班会课第二单元 做事有计划 要事第一 详细分解计划 步骤 当日事当日毕，及时完成 严格按照计划办事 根据实际情况调整节奏 每日小结 主题班会课第三单元 善于合作 学会和他人协调配合 在家中和父母合作 有问题虚心请教别人 团结互助，友善待人 平等对待身边的每一个人 助人为乐，无私帮助他人 主题班会课第四单元 科学合理消费 不盲目攀比、炫耀 有计划地用钱 适度消费，不浪费 理智消费，不轻信广告 少买零食，远离垃圾食品 节约，珍惜财物 主题班会课 第五单元 尊重隐私 学会分辨隐私 不随意暴露个人和家庭隐私 不乱动别人的东西 不打听、窥探别人的隐私 不随意传播他人的隐私 严守国家秘密 主题班会课第六单元 科学利用和管理信息 记好各种笔记 勤查工具书 有效利用计算机和网络 充分利用图书馆 增加交流，和他人分享信息 学会反思 主题班会课

<<习惯养成教育实验教材>>

章节摘录

插图：

## <<习惯养成教育实验教材>>

### 媒体关注与评论

教育是什么？

就单方面讲。

只须一句话，就是要养成良好的习惯。

——叶圣陶（著名教育家）习惯是人生之基，而基础水平决定人的发展水平。

大量事实证明。

习惯决定一个人的成败，也可以导致事业的成败。

最根本的教育就是养成教育。

——孙云晓（著名教育专家）

<<习惯养成教育实验教材>>

编辑推荐

《习惯养成教育实验教材(小学5年级)》由山西人民出版社出版。

<<习惯养成教育实验教材>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>