

<<12岁前，习惯决定孩子一生>>

图书基本信息

书名：<<12岁前，习惯决定孩子一生>>

13位ISBN编号：9787505423886

10位ISBN编号：7505423886

出版时间：2010-6

出版时间：朝华

作者：岳贤伦

页数：308

字数：240000

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>

<<12岁前，习惯决定孩子一生>>

前言

我国古人曾说：“少成若天性，习惯如自然。”

”意思是说，孩子小时候养成的行为习惯会像人的天性一样牢固、自然，对一生产生决定性的影响。事实上的确如此。

有一次，几十位诺贝尔奖得主聚会，记者问其中的一位科学家：“请问您在哪所大学学到了您认为最重要的东西？”

”这位科学家平静地回答：“在幼儿园。”

”“在幼儿园学到了什么？”

”记者诧异地问道。

“学到把自己的东西分一半给伙伴，不是自己的东西不要拿，东西要放整齐，做错事要道歉，仔细地观察事物……”这位科学家出人意料地回答，很好地印证了孩童时期的好习惯可以成就一个人的一生这个道理。

我们可能还听说过这样一个故事：一个临刑前的死囚，要求法官允许他见自己的母亲最后一面，当他的母亲来见他时，他请求母亲让他吃一口奶，当母亲解开衣扣欲哺时，他却一口咬掉了母亲的乳头，然后怨恨地说道：“为什么小时候你总是纵容我的坏习惯？”

害得我落到了今天这个下场！

”这个故事发人深省，同时也深刻地告诉我们：儿时的坏习惯可能毁掉一个人的一生。

家庭是孩子的第一所学校，父母是孩子的第一任老师。

父母对于孩子良好习惯的养成有着义不容辞的责任。

因此，父母一定要在日常生活中注意观察孩子的一言一行、一举一动，从细微处着手，帮助孩子养成良好的行为习惯，改掉不好的习惯。

<<12岁前，习惯决定孩子一生>>

内容概要

本书从生活、饮食、卫生、学习、思维、劳动、理财、文明礼貌、道德行为、锻炼身体10个方面出发，全面、细致地列举了决定孩子一生的101个好习惯。

本书内容涵盖了孩子成长过程中的各个方面，并以生动的案例、权威的专家指导和实用的培养方法立体地加以展现，相信各位父母一定能够从中找到培养孩子好习惯的“金钥匙”。

<<12岁前，习惯决定孩子一生>>

书籍目录

第一章 生活习惯：决定孩子一生的幸福第二章 饮食习惯：决定孩子一生的营养第三章 卫生习惯：决定孩子一生的健康第四章 锻炼身体的习惯：决定孩子一生的体质第五章 学习习惯：决定孩子一生的学识第六章 思维习惯：决定孩子一生的智慧第七章 劳动习惯：决定孩子一生的价值第八章 理财习惯：决定孩子一生的财富第九章 文明礼貌习惯：决定孩子一生的修养第十章 道德行为习惯：决定孩子一生的品格

<<12岁前，习惯决定孩子一生>>

章节摘录

第一章 生活习惯：决定孩子一生的幸福习惯1我就不想睡觉——按时作息，早睡早起家教摄像头6岁的小浦是一个活泼好动的小男孩，最近，他每到晚上都比白天更兴奋、更贪玩，还经常看动画片，遥控器总是他拿着，别想让他放手。

如果爸爸妈妈强制性给他关了，他还会大哭大闹，然后自己又打开看，任凭妈妈怎么劝导，他都不肯去睡觉，一般都要到11点以后才去睡，早上又赖着不起床，上学总是迟到。

每当妈妈劝他早点儿睡觉时，他总是对妈妈说：“我就不想睡觉！”妈妈真是拿他没办法。

专家如是说睡眠对于每个人来说，就像空气、阳光、水分一样，是必不可少的。

睡眠是最好的休息，是人体最基本的生理需要，一个人生命1/3的时间都是在睡眠中度过的，高质量的睡眠是每个人所必需的。

相反，睡眠质量差则可诱发多种脏器疾病，严重威胁身体健康。

长期睡眠不足的孩子，常可表现为烦躁、精神萎靡、注意力涣散或记忆力减退等，长此以往，不利于大脑和身体的正常发育，当然也会影响学习效率的提高。

<<12岁前，习惯决定孩子一生>>

媒体关注与评论

孩子成功教育从好习惯培养开始。

——巴金3~12岁是培养孩子形成良好习惯的关键时期。

在这期间，孩子如果有什么不良习惯。

纠正起来比较容易；错过这个时期，那就比较难了。

——著名青少年教育专家孙云晓人生当中最危险的一段时间是从出生到12岁。

在这段时间中，如果不采取摧毁种种错误和恶习的手段的话，它们就会发芽滋长，以至后来采取手段去改的时候，它们已经是扎下了深根，永远无法拔掉和剔除了。

——法国著名思想家、教育家卢梭

<<12岁前，习惯决定孩子一生>>

编辑推荐

《12岁前,习惯决定孩子一生》：12岁前，是孩子成长过程中最为关键的定型期。
教育就是培养好习惯。
训子千遍，不如培养一个好习惯。

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>