第一图书网, tushu007.com

<<成就孩子一生的88个好习惯>>

图书基本信息

书名：<<成就孩子一生的88个好习惯>>

13位ISBN编号：9787506469616

10位ISBN编号：7506469618

出版时间：2011-1

出版时间：中国纺织

作者：邓琼芳

页数：282

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

前言

我国著名教育家叶圣陶说：“ 教育就是培养习惯。
”俄国教育家乌申斯基说：“ 良好的习惯乃是人在神经系统中存放的道德资本，这个资本不断地增值，而人在其整个一生中就享受着它的利息。
”所以说，良好的习惯是孩子进步的阶梯。
健康人生的基础是良好习惯的培养。
不管是美好的品德，还是较强的学习能力，都依靠儿时养成的良好习惯。
有了好的习惯，才会有好的人生。
每一个孩子在日常生活中都有各种各样的习惯，从表面来看，它是一件小事，不引人注意，但是很多人的失败就败在不良习惯上。
美国成功学大师拿破仑·希尔说：“ 习惯能够成就一个人，也能够摧毁一个人。
”这就说明了习惯的力量是巨大的。
然而，在现实中，很多父母在教育孩子时往往只是注重应试教育而忽视了习惯培养，他们只注重孩子掌握了多少知识，考了多少分，而不管孩子是否养成了良好的生活和学习习惯，是否具备正确的价值观和思维方式。
因此，我们常常能够看到这样的情况，很多孩子可以流利地背诵出上百首唐诗，但却不会自己穿衣、洗脸，更有一些孩子上了大学还不会洗衣、叠被。
更严重的是，很多在这种环境下长大的孩子，都还存有严重的错误思维方式以及不良的心理习惯。
无疑，这些坏习惯会影响孩子的一生。

内容概要

《成就孩子一生的88个好习惯（第2版）》用十个章节将少年儿童生活中常见的生活、做人、学习、人际关系及理财等10个方面的88个习惯进行了详细阐述，相信能让那些想让孩子养成好习惯的父母们眼前一亮。
当然，一个人应该具备的好习惯远远不止这些，但我们相信，如果我们的孩子们在少年时期就能养成本书中的88个好习惯，他将能成为一个素质优良的人。
但是，好习惯的培养是一个缓慢的过程，毕竟“冰冻三尺，非一日之寒”。
作为父母千万不可忽视这些需要漫长形成却显得无形的好习惯的培养。
此外，我们也郑重地提醒家长们，如果你自己都没有一个好习惯，那就别指望孩子会培养出好习惯。
古人早就讲过：“养不教，父之过；教不严，师之惰。
”孩子将来是否有教养，全在父母们是否能成为“孩子的师表”。
所以，从您翻开这本书开始，如果您想让自己的孩子有所成就，就先为孩子做一个成功的表率，相信孩子在您的表率作用带领下，一定会比您有更辉煌的成就。
让我们牢记这样的一句话：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。

书籍目录

第一章 日常生活的好习惯日常生活中的点滴习惯，看似“ 貌不惊人 ”，可它对孩子的成长乃至日后的生活却有着至关重要的影响。
父母们万万不可掉以轻心，一定要引起重视，从生活的点点滴滴入手，为孩子们将来成功地走向社会垒下一块一块坚实的基石。
1．早睡早起2．注重个人卫生3．从小保护眼睛4．不沾染炯酒5．礼貌待人6．坚持体育锻炼7．物归原处8．做事不拖沓第二章 良好的品行习惯孩子有德、有才才能安身立命，成长为合格的社会人，造福于人类。
在孩子的成长过程中，良好的品行习惯会在他的心理成长中打下良好的基础，但是，想具有良好的品行修养绝不是一朝一夕就能完全达到的，需要从小抓起。
9．孝敬父母10．尊敬老人11．告别说谎12．谦虚谨慎13．坚强的意志14．不偷拿别人东西15．具有同情心和爱心16．讲信用17．敢于承担责任18．热爱劳动第三章 拥有健康心理的好习惯每个孩子都会有不同程度的负面心理或负面情绪，或孤独、忧郁，或心胸狭窄，或虚荣心强……不知不觉心灵上便笼罩了一层挥之不去的阴影。
作为父母不应只关心孩子的身体健康，关心孩子的心理健康也是极为重要的。
19．走出心灵的孤独20．克服骄傲自满情绪21．乐观地面对每一天22．战胜嫉妒23．不放纵自私心理24．摆脱心里焦虑25．不急于求成26．纠正任性的习惯27．拒绝盲从28．从胆怯走向勇敢29．告别自卑情结30．宽容别人31．改掉虚荣心第四章 珍惜时间的的好习惯时间对于任何人或任何事都是专制的，是毫不留情的。
时间可以被毫无顾忌地浪费，也可以被有效地利用。
对于每一个人来说，最宝贵的财产就是你手中的时间。
好好地珍惜时间，不要浪费时间。
请记住浪费时间就等于浪费生命。
32．珍惜每一分钟33．有计划地支配时间34．先做最重要的事35．懂得效率第一36．今日事今日毕37．活用零星时间第五章 建立良好的人际关系的好习惯第六章 养成好的学习习惯第七章 善于自我调节的好习惯第八章 独立自主的好习惯第九章 自我保护的好习惯第十章 良好的理财习惯

章节摘录

孩子晚上如果能够按时作息，那么他的生物钟就会比较有规律，不容易紊乱，并且对于身心的舒适和健康也大有益处。
同时，又由于各种学习活动都按计划进行，能使他形成积极学习、勤奋向上的良好品性，学习效率也会因此大大提高，对孩子的健康成长有百益而无一害。
（3）叫醒孩子的方法要恰当通常人的睡眠会分为几个不同的阶段。
在清晨常属于做梦阶段，此时家长最好不要猛然而大声叫醒孩子，不然孩子醒后会情绪不好，身体不舒服，父母让做什么孩子当然也就不会愉快地配合。
是否属于做梦阶段，判断方法是：孩子是否在睡眠中眼睫毛不停地在颤动，是，正在做梦；否，已到浅睡阶段。
如果不得已叫醒睡梦中的孩子，可先无声地抚摸他，然后轻声地唤醒他。
（4）要持之以恒早睡早起的好习惯一定得要天天坚持，不能因为是周末就玩到深夜，然后全家人周日早上都赖在床上不起来，这样很难使孩子养成良好的睡眠习惯。
（5）及时鼓励在孩子刚起床后，父母千万不要大声训斥他，这样会使他产生逆反情绪，以后更加不愿意起床或起床后心情不愉快。
父母可以在孩子起床时，多给他一些鼓励的话，亲切的动作，悦耳的音乐以及可口的早点，让孩子内心高兴起来。
当孩子有良好的表现时，父母一定要及时地表扬，这样孩子慢就会更自觉地按时起床。

编辑推荐

《成就孩子一生的88个好习惯(第2版)》：从小培养好的习惯，是父母给孩子一生的财富。
对于每一个孩子来说，要想成就学业、事业，要想在将来拥有美好的人生，从现在起，父母就必须帮他养成良好的习惯。

第一图书网, tushu007.com

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