第一图书网, tushu007.com

<<中学生要养成的50个习惯>>

图书基本信息

书名：<<中学生要养成的50个习惯>>

13位ISBN编号：9787801587145

10位ISBN编号：7801587146

出版时间：2006-4

出版时间：蓝天出版社

作者：王星凡

页数：169

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

内容概要

好习惯决定好命运，好习惯终生受益；５０个好习惯是送给中学生最珍贵的礼物。
　　习惯是人生之基，好的习惯常常助人成功。
而中学时期是一个人各种习惯逐渐形成的关键阶段，此时养成好的习惯不仅可以让我们的生活和学习充满欢乐、绚丽多姿，而且还能为我们人生的成功打下良好的基础。
而坏的习惯则会成为中学生生活和学习的藩篱，是我们成功的最大障碍。
　　５０个好习惯，让我们的青春更精彩……　　本书从生活习惯、健康习惯、学习习惯、处世习惯等方面阐述了养成良好习惯的重要性，并详细介绍了培养这些习惯的具体做法，语言生动、活泼，很适合青少年阅读。
在阅读本书的过程，你会发现在生活中增加一个好习惯是那么简单易行，而它们改变生活的力量却是那么强大。
　　养成良好的习惯，让好习惯伴随一生，相信你一定会收获一个更好的未来！

书籍目录

第1章 品德习惯 1 谁言寸草心 报得三春晖　培养孝敬父母的习惯 2 为爷爷奶奶做些事情　培养尊敬老人的习惯 3 良言一句三冬暖 恶语伤人六月寒　培养礼貌待人的习惯 4 爱护公物 人人有责　培养爱护公共财物的习惯 5 爱护我们生活的家园　培养爱护环境的习惯 6 小小一口痰 细菌千千万　培养维护公共卫生的习惯 7 摒弃谎言 坚守诚实　培养诚实的习惯 8 勇于承认错误 真诚道歉　培养敢于承认错误的习惯 9 言必行 行必果　培养守信用的习惯 10 管住自己的行为　培养自我克制的习惯 11 知法守法，决不违法　培养遵纪守法的习惯第2章 学习习惯 12 参考书 好参谋　培养使用参考书的习惯 13 多问几个为什么　培养敢于提问的习惯 14 思考，会让你更聪明　培养勤于思考的习惯 15 坚持创造性学习，才能把书读好、读活　培养积极创造的习惯 16 凡事预测立 不预则废　培养预习的习惯 ……第 3 章　健康习惯第 4 章　生活习惯第 5 章　处世习惯

章节摘录

书摘良言一句三冬暖，恶语伤人六月寒　　培养礼貌待人的习惯　王丽是一位很优秀的学生，不仅成绩好，而且非常讲文明、懂礼貌。
例如，在餐桌上，爸爸妈妈热情地为她夹菜，她会面带微笑，高兴地接受，并不嫌弃菜是否是自己喜欢的，会津津有味地吃下去。
　咳嗽时，她会对在场的人说“对不起”，饭后，保姆为她取水，她会让保姆在一边休息，自己去取水，她认为不该随意让别人帮自己做事，如果是要麻烦别人，一定要说“请”、“对不起”、“麻烦您”、“谢谢”等礼貌用语。
　“少年有天性，习惯成自然。
”在日常生活中，文明礼貌是人与人之间交往的“黏合剂”和“润滑油”。
我们虽然在校园里，但更要注意培养礼貌待人的习惯。
可以想一想，一个举止粗俗、满嘴脏话的人能受到人们的欢迎吗?肯定是不会的。
这样的人即使学问再丰富，也不会得到大家的支持，肯定没有好前途的。
相反，一个人举止文明，待人彬彬有礼，必定会受到人们的肯定，人际交往对他来说并非难事，他会有很多的朋友，做什么事情都会很顺利。
　文明礼貌也是财富。
有这样一个真实的故事：　主人公是一个贫穷的牧师。
他过着俭朴的生活，虽然衣服不是很好，但总是干干净净，特别整洁。
他对人非常友好，总是谦和地与人们打招呼，经常送给穷人一些食物和生活用品。
　一天，两个着装简朴的老妇人来到教堂做礼拜，周围的人见了，都用异样的目光看着两位老人，指指点点，嘻嘻哈哈笑个不停。
几个游手好闲的小伙子竟然上前拉扯老人的衣服，翻来覆去地要看个究竟。
两个老妇人很害怕，不敢继续往前走。
　看到这种情景，年轻的牧师连忙上前疏散了围观的人群，然后带着她们沿着中央过道走进教堂，很快帮她们找到了座位。
　这两个老妇人原来是一对亲姐妹，她们两个人都没有孩子，虽然和这位牧师素不相识，但姐妹两个却执意要把一大笔财产留给牧师。
　牧师意外地得到这笔财富，是因为他的热情善良，礼貌待人曾给老妇人带去了春天般的温暖，让她们的人生不再孤独，不再寒冷。
现在设想这样的场景：当你走进校园遇到同学时，同学面带微笑冲你点了点头，说：“你好!今天你看起来很精神嘛!”这时候，你是什么样的心情呢?　接着，我们再设想另外一种情境：当你走进校园遇到同学，同学面无表情地看了你一眼后，与你擦肩而过。
这种情形下，你的情绪又如何呢?可以想象，在第一种情形下，你的心情一定会很愉快；而在第二种情形下，你的情绪自然就不会那么好了。
　当然，并不只是你个人会有这样的感受，这是人们共同的感受。
每个人都有与别人交往并获得友谊和支持的需要。
人与人之间的沟通交流有很多种方式，其中最直接最有效的沟通，就是善意的微笑，文明的举止。
这样人与人之间更容易靠近，让人感觉彼此更加友善，生活更加温馨。
而且，文明礼貌可以表现一个人的宽容气度，出现矛盾时，一声“对不起”可以消除对抗情绪，熄灭怒火，使双方冷静下来，宽容对方。
试想一下，如果你遇到的所有人都面无表情，这个世界将会是怎样一种令人难过的景象!与此相反，如果我们身边的人都能礼貌待人，我们的心情就会变得轻松愉快起来。
　要养成文明用语、礼貌待人的习惯，做一个有教养的人，可以采取下面几种方法：　1．学会谦逊待人。
谦逊待人、先人后己，我们不知受教了多少遍，落实了没有呢?可千万不要将其搁置在心灵的一角，染上厚厚的灰尘。

无论对待朋友，还是陌生人，从一句“ 你好 ”开始；在与其的交往中，懂得谦让和基本的社交礼仪。
2. 学会对他人抱以微笑。
冷酷的表情或性格可能给你迎得了回头率和神秘感，但也在你和他人之间布上了一层薄冰。
对他人微笑就是对自己微笑，就是怀抱阳光，谁不想不愿生活在阳光中呢?在我们示以他人关怀的同时，对于他人的关怀我们也要礼貌地接受，不要因为自己的心情低落而拒绝他人的好意，或做出伤害他人的事情。
3. 尊重他人的看法及生活习惯。
要知道每个人都有与别人不同的观点，要敢于接纳与自己不同的合理观点。
同时，也要尊重他人的生活习惯，比如进入他人房间时先敲门，不要嘲笑他人生活中的一些怪癖，因为每个人的成长经历是不同的。
4. 培养自己的集体意识。
很多同学的集体意识越来越淡薄，自我的小宇宙虽有强烈的燃烧欲望，但离开了集体，就失去了力量，所以在集体活动时不要擅自决定，服从集体安排。
P10-12

媒体关注与评论

书评在花季中成长，在雨季里成熟，懵懂青春总不会亮出一些桀骜不驯的姿态，在这如歌的青春时代，有５０个习惯我们必须培养。

当代中学生素质教育优秀读本，北京大学人才研究中心研究室推荐。

编辑推荐

在花季中成长，在雨季里成熟，懵懂青春总不会亮出一些桀骜不驯的姿态，在这如歌的青春时代，有50个习惯我们必须培养。
当代中学生素质教育优秀读本，北京大学人才研究中心研究室推荐。

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