

# 《好习惯成就孩子的一生》

## 图书基本信息

书名：《好习惯成就孩子的一生》

13位ISBN编号：9787564045289

10位ISBN编号：7564045280

出版时间：2011-6

出版社：北京理工大学出版社

作者：张永年

页数：249

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《好习惯成就孩子的一生》

## 内容概要

《好习惯成就孩子的一生》包括了：培养孩子的学习习惯，让知识永不止步、培养孩子的生活习惯，成就在点点滴滴中体现、培养孩子的思维习惯，未来的路就在今天的脑海中、培养孩子的心理习惯，出色来自于内心的强大、培养孩子的交际习惯。为他赢得更多的朋友、培养孩子的品行习惯。为他的成长加足“燃料”等内容。

# 《好习惯成就孩子的一生》

## 作者简介

张永年，一线教育工作者，致力于教育科学研究20余年。曾获“中国陶行知研究会教师先进个人”、“省级教育科学研究先进个人”等荣誉称号。其教育实验研究曾获省级教育科学规划研究优秀成果二等奖。在省和国家级教育类报刊杂志发表过《情感教育的目标和策略》《教学策略之构想》等文章20多篇。著有《教养从心开始》《父母是孩子最好的心理医生》《趣题巧解》等书。

# 《好习惯成就孩子的一生》

## 书籍目录

### 第一章 培养孩子的学习习惯，让知识永不止步

- 目标，学习动力的来源
- 分房而睡，独立的开始
- 技巧性的阅读可事半功倍
- 考试，让孩子学会查缺补漏
- 兴趣引导孩子的自学能力
- 独立完成作业很重要
- 工整的字迹，一丝不苟的精神体现
- 检查，杜绝马虎的重要环节
- 思考，学习的真谛
- 抄袭不是捷径
- 专注，三心二意的“克星”
- 制订学习规划，告别“三天打鱼两天晒网”
- 复习，温故而知新

### 第二章 培养孩子的生活习惯，成就在点点滴滴中体现

- 自立，从做家务开始
- 保护眼睛，从生活细节做起
- 懂点厨艺，从“吃”中增长能力
- 给孩子有限的零花钱，养成储蓄和节制的习惯
- 安全意识要谨记，自我保护很重要
- 搞清正餐和零食的关系
- 和拖拖拉拉绝缘，干脆利落做事
- 锻炼，为健康保驾护航

### 第三章 培养孩子的思维习惯，未来的路就在今天的脑海中

- 好奇心的探究增强孩子的思维
- 充分调动各个感官，知识可以这样获取
- 创新，孩子最需要具备的思维
- 敏捷的思维在“脑筋急转弯”中锻炼
- 逻辑性胜过盲目性一筹

### 第四章 培养孩子的心理习惯，出色来自于内心的强大

- 屡试不爽的“鼓励”减压法
- 追星，年少梦想的寄托
- 懂得珍惜，成长中最美的记忆
- 抗压，挫折中长大的孩子更结实
- 倾诉，郁闷的最佳排解途径
- 帮助孩子走出孤独
- 让勇敢把胆怯“驱逐出境”
- 循序渐进打破一蹴而就的神话
- 别让“虚荣”浸染孩子的心灵
- 让孩子摆脱没来由的任性
- 骄傲会使人退步

### 第五章 培养孩子的交际习惯。为他赢得更多的朋友

- 让孩子学会合作，使孩子的交际能力得以体现
- 真诚待人才能获得长久的友谊
- 遵守时间是传达诚信的简单途径
- 学会体谅，尽量不要取笑他人
- 宽容是化解矛盾的有效手段

# 《好习惯成就孩子的一生》

助人为乐，帮助别人这么快乐  
接纳批评，让孩子在承受中进步  
重视礼仪，告诫孩子这是种尊重  
让孩子学会倾听，这是最佳的交际艺术  
和别人分享，让快乐增倍  
尊重他人想法，让孩子懂得百花齐放才美丽

## 第六章 培养孩子的品行习惯。为他的成长加足“燃料”

充足的自信让孩子不再平庸  
有主见才能不盲从  
不声不响的拿属于偷窃  
拒绝自私自利，与爱心相伴  
告别谎言，找寻正确的道德导向  
懂得承担，从小具备责任感  
自强的孩子才能做到自立  
诚信会让孩子体会到一诺千金的价值

## 第七章 培养孩子的惜时习惯，为他延长人生之路

给时间做个计划，为事情做个规划  
分级行动：先做重要的，再做次要的  
分秒必争，点滴有效  
今日事，今日毕

惜时让孩子不再羡慕别人的成功  
“见缝插针”地利用时间

## 第八章 培养孩子的自主习惯，使他得以自由的呼吸

自己的事情自己做是自主的第一步  
自己克服困难，孩子的决断力不容忽视  
自己选择道路，在选择中学会成长  
多接触社会，勇敢地踏上自主之路  
独立思考，自信和自觉同时升华  
做个“懒家长”，无形中留住孩子的自主  
多出去走走，换得坚强的品质

### 章节摘录

版权页：考试，让孩子学会查缺补漏每次学校一考试，茗萱就害怕。因为每次考完试，都要回家面对父母不满意的脸。茗萱的成绩中等、而父母则希望她的成绩能够保持在班级的前几名。一旦考不好，爸妈就会责骂茗萱，还时常拿她和别人对比，说她没出息，不用功。但是平时她在学习上遇到的问题，爸妈却从不过问，只是一味地在意她的成绩，茗萱慢慢地有些反感上学，尤其是考试。对学习也是勉强打起精神的。茗萱在学习上花的时间很长；老师也常常表扬她勤奋刻苦，但她的成绩却总是提不上去。每次拿着试卷回家让父母签字的时候，都令她非常苦恼。初三的压力更大了，父母给茗萱报了很多补习班。茗萱的假期被各种补习班占满了。模拟考试的成绩已经公布了，茗萱一回家，就看见爸爸坐在屋子里严肃地望着她，第一句话就是：“成绩出来了没有？把成绩单给我看看！多少分？”茗萱默默地从书包里拿出成绩单，摆在爸爸面前。爸爸扫了一眼，脸色沉了下来：“比上次少了几十分啊！”茗萱觉得自己的心一下子沉重起来，低声说：“这次试题都很难，周学们的分数普遍不高。而且我还比上次进了名次呢。”爸爸立即冒火了：“你怎么不跟成绩好的人比！中考要的是分数，你不是跟一个学校的学生比，还有其他学校呢！我花那么多钱，把你送进一个重点初中，你到底用心读书没有？你太让我失望了！这些钱要不是花在你身上，够我好吃好喝好几年的！像你这样怎么能考进重点高中？你还要不要前途了？”爸爸又像往常一样教训了茗萱整整一个小时。茗萱不一会儿就被训哭了。可能快要中考了，爸爸也更着急了。茗萱一好努力提高成绩，有时候理想些，有时候还是不够理想。每一次，她都要忐忑不安地等着爸爸的反应。慢慢地，茗萱的成绩更差了，她再也提不起学习的兴趣，背负着沉重的心理压力，性格也变得孤僻了。因为她的成绩，父母之间的关系也不太和谐。一家人都很疲惫。案例中的家长过分重视分数，给孩子带来了很大的心理压力，打击了孩子的学习兴趣，严重的甚至会影响孩子的心理健康。所有父母都望子成龙心切，过多地关注孩子的分数，将考试的分数作为竞争的唯一标准，分数成了家长、老师和孩子们追求的唯一目标，给孩子带来了沉重的心理压力。但是事实证明，越是以分数去衡量孩子的水平，结果越是适得其反。家长和老师都应该放弃对分数的过分关注，客观地看待考试。考试只是检验孩子学习情况的一种形式和手段，估量一段时间内孩子对知识的掌握程度，并不能完全代表孩子到底学了多少知识，也不能证明孩子其他方面的素质和品格。通过考试，把“缺”在哪儿，“漏”在哪儿，“薄弱”在哪儿，一点点查清楚，通过所犯的错误分析一下错误的原因，到底是审题不仔细，是计算马虎，还是基础知识不扎实，然后对症下药，补缺补漏，加强基础，改正粗心大意的坏毛病，掌握更好的学习方法。每个孩子都有自己独特的天赋和才能，孩子的存在价值不能靠考试去衡量。如果仅仅把考试当成孩子最重要的事，那么孩子的人格发展和心理健康都会大打折扣。孩子自身对待成绩的态度也很重要。不少孩子非常重视分数，经常进行攀比，把分数作为衡量能力的标准，以为自己分数高就比别人强，分数低就比别人差，一旦成绩不好，就认为自己一无是处，不懂得去挖掘自己的其他才能和本领。另外，也会让孩子以为自己成绩好才能得到父母的疼爱，这样孩子容易缺乏安全感。一招制胜家长应该如何对待考试这个问题呢？转变观念首先，家长应该转变自己的观念，正确认识考试的意义，不要一味强调分数的重要性。孩子分数不高的时候，千万不要打骂孩子，或者对孩子提出奖惩的要求，这样会令孩子觉得自己在父母心目中的位置是由分数决定的，对孩子的心理健康发展不利。在监督孩子学习的时候，更应该注重孩子的学习方法和学习效率。家长对孩子的影响较大，如果家长自己对分数有正确的认识，不把关注点放在分数上，孩子也会相应地减少压力，轻松面对学习和学校的竞争，这样孩子才能得到均衡的发展。平衡差距家长应该注意观察孩子在学习和考试中所反映出来的问题。例如偏科，粗心，或者基础不牢固。通过考试的检查，及时地发现问题，和孩子进行沟通，探究原因，找出解决的方法，不能放任自流。不然的话，到了一定的程度，孩子的问题积累得越来越多，积重难返，慢慢地孩子的学习兴趣也会下降。因此，家长应该对孩子平时的表现中所透露出来的信息敏感一些。

# 《好习惯成就孩子的一生》

## 媒体关注与评论

习惯左右孩子的过去，习惯改变孩子的现在，习惯成就孩子的未来！所以，重视孩子的习惯培养，将送给孩子一个受益终生的宝藏。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。

——叶圣陶著名作家、教育家习惯真是一种顽强而巨大的力量，它可以主宰人生。因此，人自幼就应该通过完美的教育，去建立一种好的习惯。 ——培根 英国哲学家、思想家、科学家坏的习惯必须打破，好的习惯必须培养，然后我们才能希望自己的举止能够坚定不移、始终如一地正确。 ——富兰克林 美国科学家、政治家、外交家、哲学家习惯会随着你对它的态度的改变而改变；习惯改变，你的性格就跟着改变；性格改变，你的人生也就将走上另外一条道路。 ——马斯洛 美国心理学家、第三代心理学开创者

# 《好习惯成就孩子的一生》

## 编辑推荐

《好习惯成就孩子的一生》：把好习惯作为最珍贵的礼物送给孩子家长的目光盯在细处，行动落在实处，孩子的习惯培养就会获得帮助。好习惯带来快乐和进步。



# 《好习惯成就孩子的一生》

## 精彩短评

- 1、习惯成就未来，培养孩子好的习惯很重要
- 2、是一本对孩子很有用的书
- 3、具体实用，可操作性强
- 4、发货速度，书也很新，就是纸张似乎摸着不是很舒服，忘记书店里是什么样的了，总的来说可以
- 5、有指导性，值得一看
- 6、给孩子买了那么多，自己也买本吧，看怎么样辅导孩子学习好的习惯，挺好的，支持当当网！
- 7、看了以后，觉得很实用，好学习
- 8、对教育孩子成长很有帮助，可以作为参考
- 9、这本书举了很多例子，很实用，终身有益
- 10、已经收到，但还认真看呢，可能有些暂时还用不上。

# 《好习惯成就孩子的一生》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)