

<<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

出版时间：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，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<好习惯成就孩子的一生>>

内容概要

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。

《好习惯成就孩子的一生》由张永年编著。

《好习惯成就孩子的一生》介绍了培养孩子的学习习惯、生活习惯、思维习惯、心理习惯、交际习惯、品行习惯、惜时习惯和自主习惯等内容。

<<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

<<好习惯成就孩子的一生>>

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
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

<<好习惯成就孩子的一生>>

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

<<好习惯成就孩子的一生>>

, 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, 及时地发现孩子的问题, 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>>

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>