

<<少年儿童要养成的80个好习惯>>

图书基本信息

书名：<<少年儿童要养成的80个好习惯>>

13位ISBN编号：9787111397694

10位ISBN编号：711139769X

出版时间：2012-11

出版时间：机械工业出版社

作者：周文韬

页数：191

字数：148000

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>

## <<少年儿童要养成的80个好习惯>>

### 前言

阅读是少年儿童健康成长的最佳途径之一。

读什么书、读多少书，将直接对少年儿童产生影响，更直接地为少年儿童提供各种帮助和启迪。

通过阅读陶冶情操，形成高尚的、正确的道德观，对个人，对家庭，对国家，对社会都意义重大。

本系列图书结合少年儿童的身心特点，从安全、习惯、礼仪、口才技巧四个方面对少年儿童的身心灵健康成长进行全面指导。

本系列图书共有四本，分别是《少年儿童安全成长不可不知的80个常识》、《少年儿童要养成的80个好习惯》、《少年儿童不可不知的80种文明礼仪》、《少年儿童成就金口才的80个秘诀》。

本系列图书配合少年儿童的学习和生活需要，精心挑选了与其关系密切的故事，从行为习惯到安全常识，从风度礼仪到口才技巧，对少年儿童的成长提供了有利的帮助，力求做到既好读又实用。

少年儿童年是最需要安全常识、最不懂得保护自己的群体。

要撑起祖国的明天，不学会保护自己、营救别人的安全常识怎么行？

本书从少年儿童自身的年龄、生活的环境出发，从居家安全、校园安全、出行安全、社会安全、身体安全五个方面为少年儿童朋友提供在日常生活、学习中必须知道的80个安全常识。

书中既有知识讲解，也有具体方法，同时还结合大量生动的事例，对少年儿童可能会遇到的问题进行了剖析，并提供切实可行的解决方案，全方位地提升少年儿童的自我保护能力。

在每一小节的结尾处，我们还制作了“温馨提示”，帮少年儿童牢固掌握这些小常识。

希望在本书的指导下，少年儿童能避开因缺乏常识而受到的伤害，从而能更健康、快乐地成长。

开卷有益，益己、益人、益民族、益国家、益未来！

希望本系列图书可以让家长、老师、同学共享读书的美好时光，分享读书的无限乐趣，并从中获益良多。

## <<少年儿童要养成的80个好习惯>>

### 内容概要

《少年儿童要养成的80个好习惯》以简明通俗的语言阐述少年儿童应该培养哪些优良的习惯，每一个习惯都是精挑细选，辅之贴近生活的实例，读来趣味横生。

此外，《少年儿童要养成的80个好习惯》最为独特的地方，是点出每节主题后，在文末设置了“实践小课堂”栏目。

围绕主题，告诉读者什么是应该做的、应该怎么做，这样就能够在亲身实践的基础上加深印象，也就会收获更多，实践小课堂环节更像是点金石，陪你一路健康成长。

拥有好的习惯才能拥有好的未来，阅读此书后，希望你能收获更好的明天！

## <<少年儿童要养成的80个好习惯>>

### 作者简介

周文韬，儿童心理学教育专家，长期致力于儿童心理和素质教育的研究，对儿童心理和儿童教育有极为透彻的了解，长期以来受邀至各地演讲，不遗余力地给小朋友们及其家长传授儿童教育的经验。于2003年赴美国留学，并长期担任美国多个州儿童教育机构讲师，他的教学方法独特，语言风趣幽默，赢得了广大家长和小朋友们的喜爱。

## <<少年儿童要养成的80个好习惯>>

### 书籍目录

#### 前言

#### 第一章 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. 捧着一颗心来不带半根草去  
——培养尊敬老师的习惯
4. 爱护公物人人有责  
——培养爱护公共财产的习惯
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. 爱护我们周围的生灵  
——培养爱护动物的习惯
8. 良言一句三冬暖  
——培养礼貌待人的习惯
9. 摒弃谎言坚守诚实  
——培养诚实的习惯
10. 勇于承认错误真诚道歉  
——培养敢于承认错误的习惯
11. 言必信行必果  
——培养守信用的习惯
12. 不做任性的孩子  
——培养自我克制的习惯
13. 听别人说话是一种礼仪  
——培养耐心听他人讲话的习惯
14. 捐助他人表达善意  
——培养随时做好事的习惯

#### 第二章 学习习惯

15. 参考书好参谋  
——培养使用参考书的习惯
16. 多问几个为什么  
——培养敢于提问的习惯
17. 思考,会让你更聪明  
——培养勤于思考的习惯
18. 好的计划是成功的一半  
——培养制订学习习惯的习惯
19. 凡事预则立不预则废  
——培养预习的习惯
20. 上课不专心成绩一定差  
——培养专心听课的习惯
21. 作业马大哈成绩肯定差  
——培养认真完成作业的习惯

## <<少年儿童要养成的80个好习惯>>

22. 让日记记录下成长的脚印  
——培养坚持写日记的习惯
  23. 记忆规律离不了  
——培养遵循记忆规律的习惯
  24. 每天阅读一小时  
——培养阅读的习惯
  25. 轻松乐观地面对考试  
——培养正确对待考试的习惯
  26. 知识在应用时才有力量  
——培养学以致用用的习惯
  27. 争取写一手漂亮的汉字  
——培养正确书写的习惯
  28. 充分利用最佳记忆时间  
——培养利用最佳记忆时间的习惯
  29. 各科都学好花开样样红  
——培养各科均衡的习惯
  30. 抵触老师就是拒绝进步  
——培养喜欢科任老师的习惯
  31. 变被动为主动  
——培养主动学习的习惯
  32. 别忘了让大脑休息  
——培养科学用脑的习惯
  33. 有竞争才有进步  
——培养积极竞争的习惯
  34. 勿把压力当座山  
——培养正确舒缓压力的习惯
- ### 第三章 卫生习惯
35. 与近视眼说Bye\_bye  
——培养正确的用眼习惯
  36. 行为健康就是身体健康  
——培养良好的卫生习惯
  37. 小习惯大问题  
——培养良好的卫生习惯二
  38. 不偏食不挑食  
——养成良好的饮食习惯
  39. 站直坐稳走得正  
——养成良好的身姿习惯
  40. 不再赖床告别瞌睡虫  
——培养早睡早起的习惯
  41. 要想休息好方式很重要  
——培养健康睡眠方式的习惯
  42. 坚持锻炼身体棒  
——培养坚持锻炼身体的习惯
  43. 别让大脑短暂失灵  
——培养远离酒精的习惯
  44. 并不拉风的袅袅青烟  
——培养远离香烟的习惯

## <<少年儿童要养成的80个好习惯>>

45. 让花季美丽绽放

——培养远离毒品的习惯

第四章 生活习惯

46. 做遵纪守法的小公民

——培养遵纪守法的习惯

47. 都是网游惹的祸

——培养健康上网的习惯

48. 过马路左右看

——培养遵守交通规则的习惯

49. 把用过的东西放回原处

——培养物归原处的习惯

50. 自己解决问题

——培养独立自主的习惯

51. 用眼睛发现世界的美好

——培养善于观察的习惯

52. 别让磨蹭与拖沓扼杀时间

——培养行事干脆利落的习惯

53. 自己动手丰衣足食

——培养自己事情自己做的习惯

54. 珍惜父母的每一分血汗钱

——培养勤俭节约的习惯

55. 不经历风雨难得见彩虹

——培养敢于尝试的习惯

56. 珍膳青春爱护生命

——培养自我保护的习惯

57. 让着装成为美丽的语言

——培养正确着装与打扮的习惯

58. 克制血拼的冲动

——培养理智消费的习惯

59. 定期储蓄利成长

——培养存钱的习惯

60. 用双手美化我们的生活

——培养热爱劳动的习惯

61. 到心仪的地方去旅行

——培养热爱旅游的习惯

62. 请不要做“疯狂”的粉丝

——培养正确追星的习惯

第五章 处事习惯

63. 不要为错过的太阳叹息

——培养珍惜时间的习惯

64. 贪小便宜人生吃大亏

——培养不乱拿他人物品的习惯

65. 人人都是需要赞美的

——培养赞美别人的习惯

66. 走自己的路也要听得进劝

——培养适当听取他人意见的习惯

67. 帮助别人就是帮助自己

<<少年儿童要养成的80个好习惯>>

- 培养乐于助人的习惯
- 68. 众人划桨开大船
- 培养与人合作的习惯
- 69. 谦受益满招损
- 培养谦虚的习惯
- 70. 我是最棒的
- 培养自信的习惯
- 71. 尽量避免一些细微的错误
- 培养认真细致的习惯
- 72. 坚持到底就是胜利
- 培养持之以恒的习惯
- 73. 一枝独秀不是春
- 培养与他人共同进步的 habit
- 74. 让乐趣成就生活之美
- 培养兴趣广泛的习惯
- 75. 未熟的青苹果不好吃
- 培养与异性正当交往的习惯
- 76. 孤芳自赏不可取
- 培养合群的习惯
- 77. 别让怒气烧伤自己和他人
- 培养克制怒气的习惯
- 78. 自私自利害人害己
- 培养无私大度的习惯
- 79. 幽默是一门生活艺术
- 培养幽默的习惯
- 80. 我不怕任何人
- 培养以正当方式维护自尊的习惯



## &lt;&lt;少年儿童要养成的80个好习惯&gt;&gt;

## 章节摘录

1.谁言寸草心报得三春晖 ——培养孝敬父母的习惯 有一个贫困的家庭，孤儿寡母相依为命。

儿子学习很努力，他的奖状贴满了整面墙。

后来儿子考上了县里最好的中学。

这时候，母亲却得了严重的风湿病，再也不能自己劳作来供儿子读书了。

儿子怕母亲辛苦，坚决辍学回家和妈妈一起劳动。

妈妈知道儿子孝顺，但是她却不愿意让儿子就这样放弃学业。

母子俩僵持着，谁也不肯让步，母亲无奈，挥起粗糙的巴掌，结实地落在儿子的脸上，这是儿子第一次挨打，儿子顺从了母亲。

儿子因为要住校，每个月必须交给学校三十斤米，妈妈告诉儿子：“放心吧！

你先去学校报名，我随后就把米送去。

”没过多久，她果然背来了米，当负责登记的熊师傅打开米袋的时候，眉头紧锁地说：“你们这些家长，总喜欢占点小便宜。

这里面有早稻、晚稻，还有细米，简直把我们食堂当杂米桶了。

”第二个月初，又出现了上面的一幕，但熊师傅还是把米收下了。

第三个月初，母亲望着熊师傅，脸上堆着比哭还难看的笑。

熊师傅一看米，用几乎失去理智的语气呵斥说：“今天是怎样背来的，还怎样背回去！

”母亲双膝一弯，跪在熊师傅面前，两行热泪顺着凹陷的眼眶涌出：“大师傅，我跟你说实话吧，这米，是我讨……讨饭得来的。

，熊师傅眼睛瞪得溜圆，半晌说不出话来。

“我现在得了晚期风湿病，连走路都很困难，更不用说自己下地干活了。

但是，又不能让儿子辍学。

我一直瞒着乡亲，每天去十里外的地方讨饭，挨到天黑我再回家。

”妈妈跟熊师傅解释这一切，熊师傅听完后，热泪盈眶：“好妈妈啊，我马上去告诉校长，不能让你再去讨饭了。

”母亲慌忙摇着手说：“别……别，如果让儿子知道娘讨饭供他上学，就毁了他的自尊心，影响了他的读书。

大师傅的好意我领了，求你为我保密。

”母亲走了，一瘸一拐。

校长最终还是知道了这件事，决定以特困生的名义减免这位学生三年学费和生活费。

三年后，儿子考进了清华大学。

欢送毕业生的那天，校长特意将他请上主席台，令人奇怪的是，主席台中间还堆着三只鼓鼓囊囊的蛇皮袋。

此时，熊师傅上台讲述母亲讨米供儿子上学的故事，台下鸦雀无声。

校长指着三只蛇皮袋，激动地说：“这就是故事中的母亲讨得的三袋米，这是世界上用金钱买不到的粮食。

下面请这位伟大的母亲上台。

”儿子疑惑地往台下看，只见熊师傅扶着母亲正一步一步往台上挪。

母子俩对视着，儿子猛扑上前，搂住她号啕大哭：“娘啊，我的娘啊……” 读完这篇文章，你是不是深有感触，可怜天下父母心！

母亲为了让儿子继续学业，为了保护儿子的自尊，宁愿跑到十里外的村子讨饭也不愿意让儿子辍学，这是多么伟大的母爱啊！

父亲母亲就是家，是支撑我们的力量。

他们是我们的希望和爱的源泉，给予我们的是最深沉的爱和最美好的情感。

在我们悲伤的时候，他们是安慰；在我们沮丧的时候，他们是希望；在我们软弱的时候，他们是力量

## <<少年儿童要养成的80个好习惯>>

。他们是同情、怜悯、慈爱的源泉。  
假如我们失去了父母，就失去了我们所依托的胸膛，失去了保护我们的眼睛。

孝敬是中华民族优良传统，我们要从小就懂得知恩必报，孝敬父母。  
孝敬父母不应是句空话，而应该体现在行动上。  
也许你会很享受做“太阳”的感觉，因为周围人都在围着自己转，父母也不例外；也许你会理所当然地要买这买那，认为父母给自己钱花是天经地义，却从来没有了解过他们的工作情况，从来没想到你轻易花出去的每一分钱都凝聚着父母的血汗。

父母养育了我们，我们应为他们多做事情。  
孝敬父母要从小事做起，在日常生活中培养孝敬父母的好习惯。  
当父母生病时应该主动端茶送水，为他们求医问药，多说宽慰话；当父母外出时，我们应提醒父母是否遗忘东西或注意天气变化；学习之余做好自己分内的事，并承担力所能及的家务劳动，如整理个人物品、打扫卫生、洗刷碗筷等。

这样你就会逐渐养成孝敬父母的习惯。  
有这样的好孩子，父母一定会特别欣慰！

.....

## <<少年儿童要养成的80个好习惯>>

### 编辑推荐

没有良好的习惯，怎么能健康快乐成长？  
80个习惯细节，为你卓越的明天打下基础！  
《少年儿童要养成的80个好习惯》，小故事大道理，轻松培养自己的良好习惯！

<<少年儿童要养成的80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>