

<<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>

## <<中学生要养成的50个习惯>>

### 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！

## <<中学生要养成的50个习惯>>

### 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

## &lt;&lt;中学生要养成的50个习惯&gt;&gt;

## 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？肯定是不可能的。

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。

## <<中学生要养成的50个习惯>>

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，但也在你与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

## <<中学生要养成的50个习惯>>

### 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。

## <<中学生要养成的50个习惯>>

### 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。

<<中学生要养成的50个习惯>>

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>