

<<写给家长的一本书>>

图书基本信息

书名：<<写给家长的一本书>>

13位ISBN编号：9787811339161

10位ISBN编号：7811339161

出版时间：2011-3

出版时间：杨爱萍 哈尔滨工程大学出版社 (2011-03出版)

作者：杨爱萍

页数：161

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>

<<写给家长的一本书>>

前言

习惯对于一个人的影响是非常深远的，一个良好的习惯，会使人受益终生。

本书从幼教观与素质教育入手，运用原理与实例相结合的方法介绍了好习惯在现代社会的作用，阐述了教育应越早越好，学生在学习生活中养成几个好习惯，会使人赢得更多的时间、积累更多的知识。

本书内容详略得当，语言简洁生动。

全书共分七章，内容包括幼教观与素质教育、好习惯在现代社会的作用、优良校风对好习惯培养的作用、学习习惯与劳动习惯的培养、如何纠正孩子的坏习惯、注意培养孩子的长处和做人的习惯。

本书比较详细地介绍了儿童在成长过程中需要养成哪些比较好的习惯，以及习惯养成的方法，为儿童教育提供了很强的指导作用，是一本适合广大家长及儿童阅读的图书。

由于编者在理论和实践经验方面尚存在一定的不足，本书的编写必然存在一定的疏漏，敬请各位专家、同仁和广大读者多提宝贵意见，并不断鞭策我们加以改进。

编者 2010年8月

<<写给家长的一本书>>

内容概要

《写给家长的一本书——科学培养优良习惯》包括：幼教观与素质教育、好习惯在现代社会的作用、优良校风对好习惯培养的作用、学习习惯与劳动习惯的培养、如何纠正孩子的坏习惯、注意培养孩子的长处和做人的习惯。

比较详细地介绍了儿童在成长过程中需要养成哪些比较好的习惯以及习惯养成的方法。

<<写给家长的一本书>>

书籍目录

第一章 幼教观与素质教育 第一节 幼儿教育的几个要点 第二节 陶行知的习惯培养观 第三节 中国教育的缺点及改进思路第二章 好习惯在现代社会的作用 第一节 习惯的作用 第二节 培养幼儿良好习惯的方法 第三节 培养优良习惯的最佳时机第三章 优良校风对好习惯培养的作用 第一节 优良校风的意义及其作用 第二节 优良校风的培养途径 第三节 建章立制, 优化校园环境 第四节 家长如何配合学校教育孩子第四章 学习习惯与劳动习惯的培养 第一节 习惯培养的要点 第二节 学习习惯的培养 第三节 劳动习惯的培养第五章 如何纠正孩子的坏习惯 第一节 孩子的坏习惯及其纠正意义 第二节 家庭在纠正孩子坏习惯中的作用第六章 注意培养孩子的长处 第一节 孩子的智能和心理需要 第二节 幽默感的培养与孩子交友 第三节 孩子的气质培养与成功之路 第四节 让孩子快乐的生活与抵制网络的不良影响 第五节 用暗示法引领孩子进步第七章 做人的习惯 第一节 诚信 第二节 礼貌 第三节 爱心

<<写给家长的一本书>>

章节摘录

我们可以用一个简单的定义来阐述：习惯就是人的行为倾向。

也就是说，习惯一定是行为，而且是稳定的、甚至是自动化的行为。

用心理学的话来说，习惯是刺激与反应之间的稳固链接。

坏习惯是一种藏不住的缺点，别人都看得见，他自己看不见，因为习惯就是一种自动化的行为，潜意识表现的行为，并不一定是他自己希望的行为。

我们每个人身上一定有很多好的习惯，也一定有些不好的习惯。

就像上边所讲的外资企业招工的故事，想想看，我们哪个家庭、哪个学校，经常进行这样的教育？

翻东西，是儿童时期的一种习惯，是一种好奇。

小孩去串门，看到人家的抽屉，挨着个儿地翻。

爸爸妈妈下班了，孩子就翻爸爸妈妈的包。

但是，对儿童来说，这是一个特点，不是一个缺点，他就是好奇，他的社会化程度很低，他还不知道要尊重别人。

这个就是教育的欠缺。

如果大人不及时纠正和教育，他翻惯了，就成了习惯。

美国研究发现，养成一个习惯需要21天，就是说，一个习惯的形成，一定是一种行为能够持续一段时间，他们测算是21天。

当然，21天是一个大致的概念，我们很多的行为重复不止21天。

根据我们的研究发现，不同的行为习惯形成的时间也不相同，一般需要30天至40天。

总之是时间越长习惯越牢。

这样的故事我们还可以讲出很多。

我们可以发现根深蒂固的习惯，不好的和好的，几乎都跟教育有关，但是我们却越来越忽略这些问题。

我们太重视孩子的功课怎么样，分数怎么样，名次怎么样，实际上一个人的习惯怎么样可能更重要。

在2003年召开的全国人大、全国政协“两会”上，为中国公民出境后的不文明行为“会诊”，居然成了关注的焦点之一。

请看2003年3月17日《北京晚报》的报道：北大教授葛晓音代表在国外工作多年，谈起同胞在国外的表现，葛教授皱起了眉头。

她说，在日本的地铁里，中国游客总是没有排队候车、先下后上的习惯；日本人乘车或在饭店里吃饭时很少大声喧哗，但中国游客却喜欢成群结队地大声谈笑；还有，在旅游途中走累了，我们的同胞会席地而坐，旁若无人；去欧洲旅游的一些中国游客，对西方文明的文化古迹不屑一顾，最大兴趣就是大包小包地买名牌……“作为中国人，看到同胞在国外的表现，太令人伤心了。”

北大校长许智宏代表一谈起这个问题就连连摇头。

许校长想起了同胞系着领带，把衬衣穿在裤腰外面，背着双手，迈着四方步在国外逛街的情形。

在飞机上，中国游客总是等不及飞机停稳了就起身打开行李箱，既不安全，又不礼貌。

1979年许校长第一次到伦敦时，发现人们在公共场所讲话的声音特别低，并且“谢谢”“对不起”常挂在嘴边，但是直到今天，如果你在国内与同事或家人之间凡事说“谢谢”，有时也会让人觉得很不正常。

至于随手丢垃圾、随地吐痰的坏习惯更是数不胜数。

全国政协委员、著名画家李燕先生说起吃自助餐：我们有的同胞是眼大肚子小，盛的时候抡圆了膀子，结果剩下一大堆，这是吃自助餐的大忌；还有的吃完饭，用叉子剔牙，举把叉子使劲在嘴里剜，那丑态就甭提了。

其实应该怎么做，中国两千多年前的《礼记》中就写过了。

李燕说，一个朋友来做客，提起了前些日子带团出国的事就觉得脸上臊得慌。

这位老兄带的是个由文化干部组成的赴欧考察团，没想到好几位团友一口老痰，从意大利一直啐到了巴黎。

<<写给家长的一本书>>

飞机上不让随地吐痰呀，一下飞机，憋了一路的老痰直落到停机坪上。

清完嗓子一抬头，旁边竟然立着一块中文牌子：请不要吐痰。

显然，这牌子是专门给中国人立的，丢人啊！

为什么总是会有中国游客到国外给中国人丢脸呢？

“两会”代表们经过“会诊”得出了结论：在国内养成的不良习惯是不文明行为的“病根”。

葛晓音代表分析道，早期出国比较多的是一批暴富起来的人和各级官员，虽然这些人有钱或者有权，但是他们身上的种种不良习惯却不敢恭维。

葛晓音代表至今仍记得建国50周年大典上看到的难忘一幕——“我们几个北大的代表有幸坐在观礼台上观看长安街的游行表演。

游行结束观礼台上的人起身，观礼台地上一片狼藉，面包、空瓶子扔了一片。

我们大声喊住这些人，想让他们把垃圾带走，可是根本没人理我们。

再看旁边的使馆代表的观礼区，仍然和表演开始之前一样整洁。

”葛晓音代表说，能够有资格登上观礼台的，应该都不是普通人，但他们的文明程度实在与他们的身份不相符。

还有一些习惯和做法，属于两种文化间的差异，中国人习以为常的，到国外就成了忌讳。

许智宏代表说，我们的国人常常喜欢相互谈论各自的收入、家里的住房条件。

即使初次见面，也会有热心人询问独身女结婚了吗？

有孩子了没有？

但这些“热心肠”到了国外就会让外国朋友认为没有礼貌，甚至反感。

有人以为这是东方人的习惯，东方文化的产物。

但日本同为东方国家，日本人却不会问你过于私人化的问题。

马文普代表曾在北欧留学和工作了8年，并访问过60多个国家。

他从公民的行为习惯讲到了公民素质，提高国民素质第一靠教育，第二靠制度，第三靠监督。

他说，旅行社、单位、家庭、学校、社会都应该展开文明教育，形成一个处处讲文明的社会环境。

俄罗斯教育家乌申斯基认为：“任何一种习惯都是反射行为，行为的习惯性有多深，它的反射性就有多大。

哪里有习惯，哪里就有神经系统在工作。

神经体不仅可以有天赋的反射，而且在活动的影响下也有掌握新的反射的能力。

”也就是说行为的习惯性越深，反射性就越强，习惯是刺激与反应的稳固连接。

所以当我们看到孩子有不良习惯的时候，你就想到是他的神经系统在工作，很顽强地表现出来。

但是，这个神经不仅可以有天赋的反射，另外神经体在活动的影响下也有掌握新的反射的能力。

这就是说，经过教育，经过培养，人是可以形成新的习惯、新的反射的，人是可以把握自己命运的，这就是我们要探讨的问题，多有意思呀。

乌申斯基还说：“好习惯是人在神经系统中存放的资本，这个资本会不断地增长，一个人毕生都可以享用它的利息。

而坏习惯是道德上无法偿清的债务，这种债务能以不断增长的利息折磨人，使他最好的创举失败，并把他引到道德破产的地步。

”我概括一下就是：你如果养成了好的习惯，你会一辈子享受不尽它的利息；要是养成了坏习惯，你会一辈子都偿还不完它的债务。

这就是习惯。

P24-27

<<写给家长的一本书>>

编辑推荐

习惯对于一个人的影响是非常深远的，一个良好的习惯，会使人受益终生。

杨爱萍主编的《写给家长的一本书——科学培养优良习惯》从幼教观与素质教育入手，运用原理与实例相结合的方法介绍了好习惯在现代社会的作用，阐述了教育应越早越好，学生在学习生活中养成几个好习惯，会使人赢得更多的时间、积累更多的知识。

本书内容详略得当，语言简洁生动。

全书共分七章，内容包括幼教观与素质教育、好习惯在现代社会的作用、优良校风对好习惯培养的作用、学习习惯与劳动习惯的培养、如何纠正孩子的坏习惯、注意培养孩子的长处和做人的习惯。

本书比较详细地介绍了儿童在成长过程中需要养成哪些比较好的习惯，以及习惯养成的方法，为儿童教育提供了很强的指导作用，是一本适合广大家长及儿童阅读的图书。

<<写给家长的一本书>>

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>