

写给孩子的
励志成长书

专为低年级小学生打造
从小培养孩子的优秀品质

注音版

我有好习惯

让我越来越棒的故事

方卿 / 主编



北京出版集团公司
北京教育出版社



聚焦家长关注的话题 ★

培养孩子优秀的品质 ★

塑造孩子健全的人格 ★

激发孩子独立的意识 ★

培养孩子创新的精神 ★

图书在版编目 (CIP) 数据

我有好习惯 / 方卿主编. — 北京: 北京教育出版社, 2015.11

(写给孩子的励志成长书)

ISBN 978-7-5522-6911-6

I. ①我… II. ①方… III. ①儿童故事—作品集—世界 IV. ①I18

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第267243号

写给孩子的励志成长书

我有好习惯

方卿 / 主编

*

北京出版集团公司 出版
北京教育出版社

(北京北三环中路6号)

邮政编码: 100120

网址: www.bph.com.cn

北京出版集团公司总发行

全国各地书店经销

北京丰富彩艺印刷有限公司印刷

*

720mm×1000mm 16开本 10印张 80千字

2015年11月第1版 2015年11月第1次印刷

ISBN 978-7-5522-6911-6

定价: 28.00元

版权所有 翻印必究

质量监督电话: 13911108612 (010) 58572832 58572393



写给老师与家长的 心里话



在心理学上，有一个“木桶效应”理论，其实说来我们都知道——一只木桶能盛得下多少水，并不取决于最长的那块木板，而取决于最短的那块木板。这个理论同样适用于孩子性格的培养。

对于一个正处在成长期的孩子来说，家长、老师首先要做的不是去努力“加长”那块长的木板，而是逐步“加长”那块短的木板，让孩子能在综合素质方面得到全面发展。

但是在很多情况下，家长、老师并不能明确地判定，到底哪些品质、能力才是孩子必备的。

主动地思考探究问题，积极热情地生活，有自己的兴趣爱好，有计划、有目标、有梦想，善于分配、管理时间，把要事放在第一位，注重劳逸结合，学会与人团结合作，追求

双赢，愿意倾听他人的想法，主动与人沟通……

中国儿童中，不乏天资聪颖的少年天才，更有每天孜孜以求的“三好学生”。但是中国的孩子身上有许多品质仍需要去提升或者说是从零培养。

我们眼看着自闭的儿童、麻木的儿童越来越多，而无忧无虑、快快乐乐的孩子越来越少。

我们眼看着家长给孩子提供的物质快乐越来越多，而孩子的精神世界却越来越贫乏。

我们眼看着会考试的孩子越来越多，而会思考、自主学习的孩子越来越少。

……

我们需要的不仅是优秀的孩子，我们更需要有健康的体魄、有健全心理的孩子。

我们一直在教导孩子要做“好孩子”“听话的孩子”，而“听话的孩子”是否就一定是“好孩子”？儿童丰富的想象力、对世界的好奇心，注定他们对这个新奇的世界有自己的理解和感悟。我们需要鼓励他们去思考，去探索，去培养自己的观察力、思考力，而不是盲目要求孩子去“听话”。

而今的孩子，作为家中的“小皇帝”，他们似乎拥有了更多的“特权”。“421”（爷爷奶奶、外公外婆，爸爸妈妈，孩子）的家庭结构，使六个大人围着一个孩子转，难免会使孩子多了些骄纵，少了些谦逊和对他人的尊重；多了些





依赖，少了些亲力亲为、坚持不懈的精神；多了些自私，少了些担当和为他人着想的宽容。

在这套书里，我们通过简单凝练的语言，帮孩子理解一些品质，进而深入地学习；用生动有趣的童话故事，引导孩子的思想，让他们在潜移默化中改变；用实用性的技巧指导家长学会如何更好地进行亲子教育。

我们希望每一个孩子都能像盛开的花朵，饱含着阳光的热烈，肆意地开放，健康，快乐，聪慧，向上。



目录

MULU



养成做事井井有条的习惯

超级实验室 / 2

被“赶”出家门的米莉 / 11

克鲁伊的小管家 / 21

成长课堂 / 29



要事第一，先学习后娱乐

花仙的任务 / 32

离家出走奇遇记 / 38

猪贝贝和猪七七 / 48

成长课堂 / 53



培养一种爱好，让快乐成为习惯

蹦蹦兔找快乐 / 56

丑丑巫婆 / 65

成长课堂 / 71





良好的饮食习惯

贪吃小精灵的恶作剧 / 74

发臭的嘴巴 / 80

成虫还是成龙 / 87

成长课堂 / 93



勤动脑的好习惯

春天一定可以开花 / 96

黑风洞里有大龙 / 104

成长课堂 / 111



爱惜物品的好习惯

帽子女孩 / 114

孤独的破坏大王 / 120

教室成了游乐场 / 125

抽屉里的小猫 / 132

成长课堂 / 137



勤劳的好习惯

这次是真的想你了 / 140

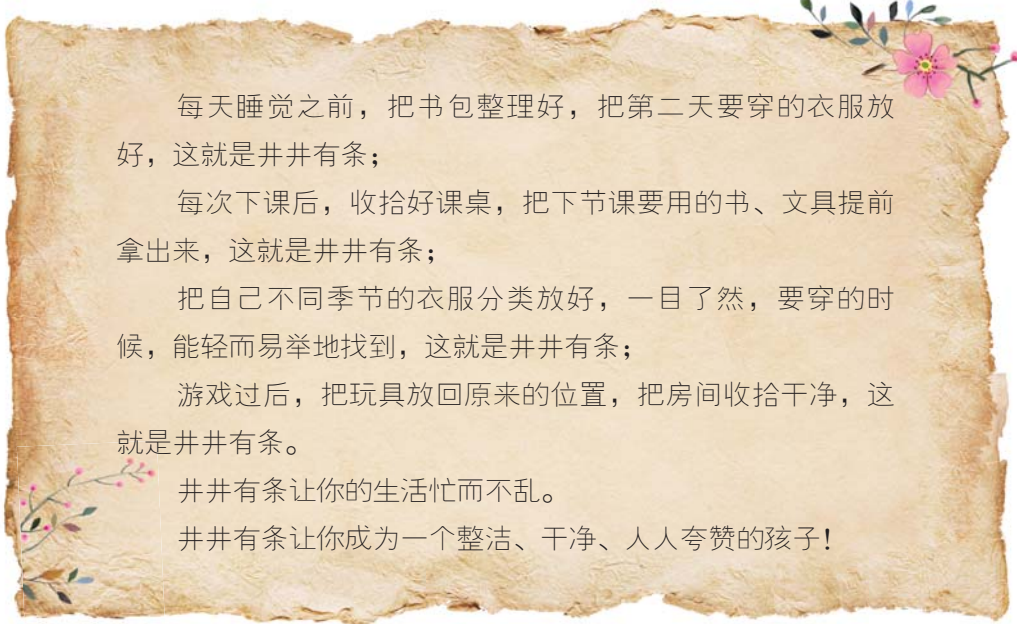
懒小猫 / 146

成长课堂 / 151

1

养成做事 井井有条的习惯





每天睡觉之前，把书包整理好，把第二天要穿的衣服放好，这就是井井有条；

每次下课后，收拾好课桌，把下节课要用的书、文具提前拿出来，这就是井井有条；

把自己不同季节的衣服分类放好，一目了然，要穿的时候，能轻而易举地找到，这就是井井有条；

游戏过后，把玩具放回原来的位置，把房间收拾干净，这就是井井有条。

井井有条让你的生活忙而不乱。

井井有条让你成为一个整洁、干净、人人夸赞的孩子！

超级实验室

jī jī hé wāi wai shì yí duì shuāng bāo tāi shǔ xiōng dì tā men
叽叽和歪歪是一对双胞胎鼠兄弟，他们
zhù zài xià shuǐ dào hào rú guǒ nǐ jīng guò xià shuǐ dào hào shí fā
住在下水道1号。如果你经过下水道1号时，发
xiàn shàng fāng zhèng mào zhe nóng yān nà me yí dìng shì xiōng dì liǎ zài zuò
现上方正冒着浓烟，那么一定是兄弟俩在做
shí yàn le
实验了。

xià shuǐ dào hào zhǐ yǒu yī jiān fáng wū xiōng dì liǎ què bǎ tā
下水道1号只有一间房屋，兄弟俩却把它
gǎi zào chéng le yí gè chāo jí shí yàn shì zhè lǐ hái kě yǐ dāng zuò wò
改造成了一个超级实验室，这里还可以当作卧
shì shū fáng hé kè tīng xiōng dì liǎ qǐ chuáng hòu kàn wán shū chī
室、书房和客厅。兄弟俩起床后，看完书，吃
wán dōng xī jiù huì zài zhè lǐ jìn xíng fēi cháng zhòng yào de shí yàn
完东西，就会在这里进行非常重要的实验。

hěn duō dòng wù dōu xiǎng lái kàn kàn shǔ xiōng dì de chāo jí shí yàn shì
很多动物都想来看看鼠兄弟的超级实验室。

tā men de lǎo lín jū zhù zài xià shuǐ dào hào de yì zhī tián
他们的老邻居——住在下水道2号的一只田
shǔ rào le bàn tiān yě méi yǒu zhǎo dào hào de mén pái zài nǎ lǐ
鼠，绕了半天，也没有找到1号的门牌在哪里。

yí zhè shì wèi shén me ne yīn wèi nà ge mén pái hào bèi jī jī de
咦，这是为什么呢？因为那个门牌号被叽叽的
yì zhī wà zi gěi lǎo lǎo de zhē zhù le cǐ shí jī jī zhèng yì zhī jiǎo
一只袜子给牢牢地遮住了，此时叽叽正一只脚

chuān zhe wà zi pā zài chuáng dǐ xià zhǎo lìng yì zhī wà zi ne
穿着袜子，趴在床底下找另一只袜子呢。

yǒu yì zhī xìng yùn de xiǎo lǎo shǔ tā jīng guò xià shuǐ dào hào
有一只幸运的小老鼠，他经过下水道1号
shí fēng gāng hǎo chuī qǐ le wà zi de yì jiǎo tā xìng zhì bó bó de
时，风刚好吹起了袜子的一角，他兴致勃勃地
zǒu jìn le shǔ xiōng dì de chāo jí shí yàn shì méi xiǎng dào tā gāng yì
走进了鼠兄弟的超级实验室。没想到，他刚一
tuī mén yì běn shū jiù cóng tiān ér jiàng zà zài le tā cōng míng de xiǎo
推门，一本书就从天而降，砸在了他聪明的小
nǎo dai shàng dāng tā hǎo bù róng yì pá qǐ lái gāng tái qǐ tuǐ shí
脑袋上。当他好不容易爬起来，刚抬起腿时，



zhēn bú xìng tā yòu bèi mén kǒu de yì zhī wán jù xióng bàn le yì jiāo
真不幸，他又被门口的一只玩具熊绊了一跤。

yú shì t' shuài qì de hú zi zhì shǎo diào le sān gēn xiǎo lǎo shǔ yòu
于是，他帅气的胡子至少掉了三根。小老鼠又

jí yòu qì kě tā méi yǒu bàn fǎ rào guò chuáng hé shū jià zhǎo dào jī jī
急又气，可他没有办法绕过床和书架找到叽叽
hé wāi wai sù kǔ
和歪歪诉苦。

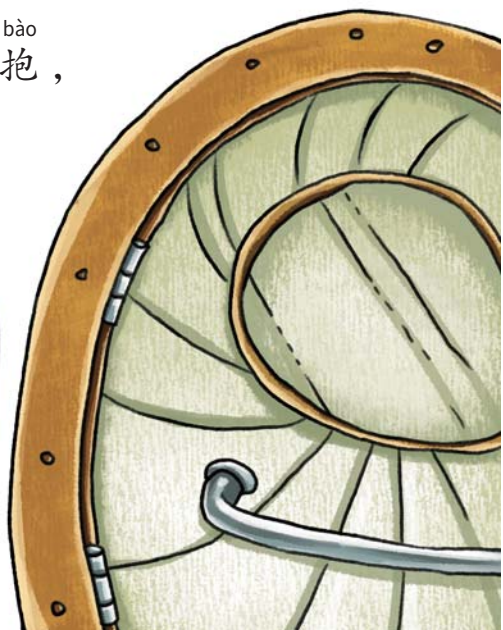
zhè cì bài fǎng dāng rán yǐ shī bài gào zhōng xiǎo lǎo shǔ fā shì zài
这次拜访当然以失败告终，小老鼠发誓再
yě bú qù nà ge luàn qī bā zāo de dì fāng le
也不去那个乱七八糟的地方了。

bú guò shǔ xiōng dì bìng bù jué de zhè yàng yǒu shén me bù hǎo
不过鼠兄弟并不觉得这样有什么不好，
shū jì kě yǐ yòng lái kàn yě kě yǐ dāng zuò zhěn tóu chá jī hé zuò
书既可以用来看看，也可以当作枕头、茶几和坐
diàn zhì yú wán jù xióng ma kě yǐ yòng lái bào
垫。至于玩具熊嘛，可以用来抱，

yě kě yǐ dāng zuò qiú tí
也可以当作球踢。

suǒ yǐ dāng yì
所以，当一

zhī shàn liáng de xiǎo wén
只善良的小蚊



zǐ dīng dīng cóng mén fèng lǐ fēi jìn le shǔ xiōng dì de wū zi hòu zhǐ
子叮叮从门缝儿里飞进了鼠兄弟的屋子后，只
rào le sān quān jiù mí lù le dīng dīng zěn me yě zhǎo bu dào kě yǐ fǎn
绕了三圈就迷路了。叮叮怎么也找不到可以返
huí de lù pò bù dé yǐ gěi shǔ xiōng dì tí chū le yí gè jiàn yì
回的路，迫不得已给鼠兄弟提出了一个建议：

nǐ men yīng gāi bǎ wū zi hǎo hǎo shōu shì yí xià
“你们应该把屋子好好收拾一下。”

shǔ xiōng dì hěn bù yǐ wéi rán wén zi zuò shì jiù shì tài xún
鼠兄弟很不以为然：“蚊子做事就是太循
guī dǎo jǔ le wǒ men shì zuò chāo jí shí yàn de lǎo shǔ bú shì shōu
规蹈矩了，我们是做超级实验的老鼠，不是收
shì wū zi de lǎo shǔ
拾屋子的老鼠。”

shuō wán shǔ xiōng dì jiù zhǔn bèi nuó dào tā men de shí yàn tái
说完，鼠兄弟就准备挪到他们的实验台
qián yì běn dà shū dǎng zhù le tā men de qù lù jī jī méi yǒu kàn
前。一本大书挡住了他们的去路，叽叽没有看
jiàn bèi shū bàn le yì jiǎo shuāi le gè sì jiǎo cháo tiān bú guò
见，被书绊了一跤，摔了个四脚朝天。不过，
tā fān guò shēn lái hòu lái le yí gè piào liang de gāo tái tuǐ shū jiù
他翻过身后，来了一个漂亮的高抬腿，书就
hū l' yì shēng fēi dào shí yàn shì de shuǐ tái xià miàn qù le
呼啦一声飞到实验室的水台下面去了。

suī rán shǔ xiōng dì nà zāng luàn de jiā ràng dīng dīng fēi cháng bù xǐ
虽然鼠兄弟那脏乱的家让叮叮非常不喜
huan dàn shì tā hái shì xiǎng kàn kan tā men shì zěn me zuò shí yàn de
欢，但是她还是想看看他们是怎么做实验的。

zhè yàng yí gè luàn qī bā zāo de dì fang yě néng zuò shí yàn
“这样一个乱七八糟的地方也能做实验



ma dīng dīng zài xīn lǐ dí gu zhe
吗？”叮叮在心里嘀咕着。

dīng dīng zài shí yàn tái shàng fēi lái fēi qù tā
叮叮在实验台上飞来飞去，她

yǐ jīng bèi yǎn qián yì pái pái zhuāng mǎn bái lǜ hēi huī
已经被眼前一排排装满白、绿、黑、灰

děng gè zhǒng yán sè yè tǐ de shì guǎn gěi nòng de tóu yūn yǎn
等各种颜色液体的试管给弄得头晕眼

huā le
花了。

jī jī hé wāi wai zhàn zài shí yàn tái qián
叽叽和歪歪站在实验台前，

yì běn zhèng jīng de wǎn qǐ le yī xiù kàn shàng
一本正经地挽起了衣袖，看上

qù hěn yǒu pài tóu
去很有派头。

shí yàn kāi shǐ le wāi wai xiàng jī
实验开始了，歪歪向叽

jī dà hǎn lán sè yè tǐ lǜ sè yè
叽大喊：“蓝色液体、绿色液

tǐ hóng sè yè tǐ
体、红色液体。”

jī jī dào chù zhǎo yí huìr jiù chōu chū le lán sè hé lǜ sè
叽叽到处找，一会儿就抽出了蓝色和绿色



yè tǐ kě shì zěn me yě zhǎo bu dào hóng sè yè tǐ le dīng dīng yě
液体，可是怎么也找不到红色液体了。叮叮也
qù bāng máng kě shì tā hé jī jī dōu zhǎo de mǎn tóu dà hàn yě méi yǒu
去帮忙，可是她和叽叽都找得满头大汗也没有
zhǎo dào hóng sè yè tǐ
找到红色液体。

yīng gāi shì zuǒ bian de dì èr píng wāi wai rǎng dào
“应该是左边的第二瓶。”歪歪嚷道。

dīng dīng lián máng wān xià yāo qù bú duì zuǒ bian dì èr píng
叮叮连忙弯下腰去：“不对，左边第二瓶
shì lán sè yè tǐ
是蓝色液体。”

wāi wai yě lái yì qǐ zhǎo tā zhǎo le bàn tiān hái shì méi yǒu zhǎo
歪歪也来一起找，他找了半天还是没有找
zháo zhǐ hǎo zháo jí de náo zhe nǎo dai shuō wǒ míng míng fàng zài zhè
着，只好着急地挠着脑袋说：“我明明放在这
lǐ le ya
里了呀！”

jī jī rǎng dào nǐ bú huì yòu bǎ tā men dāng zuǒ guǒ zhī hē
叽叽嚷道：“你不会又把它们当作果汁喝
diào le ba
掉了吧？”

liǎng zhī lǎo shǔ zhēng chǎo le qǐ lái kě shì chǎo le bàn tiān hái shì
两只老鼠争吵了起来，可是吵了半天还是
méi yǒu zhǎo zháo
没有找到着。

zhè shí shí yàn shì lì yǐ jīng chōng mǎn le nóng yān zhǐ yǒu mǎ
这时，实验室里已经充满了浓烟，只有马
shàng zhǎo dào hóng sè yè tǐ cái néng ràng nà xiē nóng yān xiāo sàn kě shì
上找到红色液体，才能让那些浓烟消散，可是



hóng sè yè tǐ zài nǎr a
红色液体在哪儿啊？

jī jī hé wāi wai gōng zhe shēn zi fān zhe gè zhǒng yè tǐ shì
叽叽和歪歪弓着身子翻着各种液体试

guǎn , tū rán jī jī dà jiào qǐ lái : “ shū ! ” yuán lái shì gāng cái
管，突然叽叽大叫起来：“书！”原来是刚才

tā tī de nà běn shū bǎ hóng sè yè tǐ gěi dǎng zhù le 。
他踢的那本书把红色液体给挡住了。

nóng yān yǐ jīng yuè lái yuè duō le , shǔ xiōng dì lái bú jí bǎ hóng
浓烟已经越来越多了，鼠兄弟来不及把红

sè yè tǐ dǎo jìn shì guǎn lǐ le 。 kě xiǎng ér zhī , xià shuǐ dào hào zāo
色液体倒进试管里了。可想而知，下水道1号遭

shòu le duō me dà de sǔn shī
受了多么大的损失。

zhè cì shì jiàn hòu , shǔ xiōng dì liǎ yě xià de gòu qiàng zhè
这次事件后，鼠兄弟俩也吓得够呛，这

xià , tā men dǎ suàn tīng qǔ dīng dīng de jiàn yì le 。
下，他们打算听取叮叮的建议了。

hǎo hǎo shōu shì yí xià shí yàn tái ba zhì shǎo wǒ men zài zhǎo
“好好收拾一下实验台吧，至少我们在找
dōng xi de shí hòu bú huì nà me kùn nán jī jī shuō
东西的时候不会那么困难。”叽叽说，
fǒu zé hái huì má fan bú duàn
“否则，还会麻烦不断。”

fáng jiān zhè me dà hé shí cái néng shōu shì wán
“房间这么大，何时才能收拾完
na wāi wāi yì tīng yào shōu shì dōng xi jiù tóu téng
哪？”歪歪一听要收拾东西就头疼。

hěn jiǎn dān nǐ men bǎ gè zhǒng yán sè de
“很简单，你们把各种颜色的
shì guǎn fàng zài yì qǐ guī hǎo lèi zài tiē shàng
试管放在一起归好类，再贴上

biāo qiān jiù xíng le shàn liáng de xiǎo wén
标签就行了。”善良的小蚊

zi dīng dīng tǐng shēn ér chū wǒ yuàn
子叮叮挺身而出，“我愿

y# bāng zhù nǐ men
意帮助你们。”

yú shì zài dīng dīng de bāng
于是在叮叮的帮

zhù xià xiōng dī lǎ bǎ shì guǎn
助下，兄弟俩把试管

