



好书就是 好老师 好妈妈

学习卷

培养孩子爱学习的
36个好习惯

张同成 叶圣基 主编

一书在手，纵览全球好书
好习惯源于读好书
学习习惯好，成绩自然棒



好书就是 好老师好妈妈

学习卷

主 编：张国龙 时遂营

副主编：杨 光 曹宙明 马建文

编写者：徐 河 洪子叶 陈冬兰
严晓驰 刘 伟 申旭兵
卞晓雯 陈佳红 李彩虹

图书在版编目(CIP)数据

好书就是好老师好妈妈. 学习卷 / 张国龙, 时遂营主编. —武汉: 湖北少年儿童出版社, 2013.8

(中国孩子培养计划)

ISBN 978-7-5353-7977-1

I. ①好… II. ①张… ②时… III. ①学习方法—家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 183452 号

好书就是好老师好妈妈

学习卷

出版发行	湖北少年儿童出版社
业务电话	(027)87679199 (027)87679179
网 址	http://www.hbcp.com.cn
电子邮件	hbcp@vip.sina.com
承 印 厂	河北省三河市春园印刷有限公司
经 销	新华书店湖北发行所
印 张	16.75
印 次	2013 年 8 月第 1 版 2013 年 8 月第 1 次印刷
规 格	710 毫米×1000 毫米
开 本	16 开
书 号	ISBN 978-7-5353-7977-1
定 价	25.00 元

本书如有印装质量问题 可向承印厂调换

读好书,培养好习惯(代序)

讲课或做讲座时,但凡涉及经典名著,我时常会当场做阅读调查。出乎意料的是,对于不少理应耳熟能详的作品,却鲜有人知道,更不用说阅读了。尤需强调的是,我所调查的对象多是人文专业的大学生、研究生,以及教语文的中小学教师。因为职业身份使然,他们显然是读书的主要人群。由是,名著在当下受冷遇,可见一斑。

毫无疑问,当下青年人接触、了解名著的途径是丰富的。对于学生来说,教师的推荐阅读书目显然是主要的获取方式。作为在电子传媒时代语境中成长起来的一代人,他们更习惯于网络阅读。因此,日渐兴盛的电子文库、网络书店和电子阅读媒介等,是他们获取名著的重要途径。作为“宅”一代,去图书馆借阅无疑费时劳神,此种传统的阅读方式自然日渐式微。事实上,选择哪一种方式获取名著资源,并无质的差异。

可资当下青少年的阅读选择实在太多。尽管纯文学期刊市场日益萎缩,尽管出版商大倒图书市场利薄之苦水,尽管一些著名的传统书店纷纷倒闭,但当下图书品类的琳琅满目乃不争的事实。仅各种“各领风骚三五月”的时尚的畅销书,便令读者目不暇接。加上名著大多厚重、严肃,显然与以“快乐至上”的时代情绪相悖。而且,没有一定的专业素养的读者,很难与名著心魂相通。此外,在这个快节奏的时代,青少年自然难以忙里偷闲啃那些不能“与时俱进”的名著了。

选择过多,自然干扰就多,自然难以专一。电视、电影等媒介提供的资讯,显然具有巨大的视觉冲击力。和纸质的名著相比,其显然相当平面化,不需动太多的脑子。相反,欲领会纯文字中所蕴藉的深厚的人

文精神,若不具备相当的人文素养,显然难以产生共鸣。舍近求远,舍易求难,自然有违与生俱来的享乐本能。新媒体无疑加速了名著被漠视的际遇,但这似乎是不可逆的。让青少年亲近名著,最为有效的是我们的学校教育应极力推行传统阅读,大力推介名著,从小培养孩子们读经典的意识。在学校这个特定的场所里,学生这一特定的也是最庞大的阅读人群,是最有条件亲近名著的。在校期间,显然是一个人阅读的黄金时段,甚至将影响一个人的一生。

当然,某些所谓的名著确实有浪得虚名之嫌,需要推介者扬弃。由于相当一部分推介者并未消化掉所谓的名著,人云亦云或为推介而推介,从而加剧了推介的失效,以及让阅读者更加抵触或惧怕名著。如何从浩如烟海的经典名著中遴选出适合当下青少年阅读的精品,乃本书编著者的初衷。拿破仑希尔说过,“播下一个行动,你将收获一种习惯;播下一种习惯,你将收获一种性格;播下一种性格,你将收获一种命运”。阅读习惯的养成,无疑应从娃娃抓起。读好书,潜移默化养成诸多好习惯。我们不能期望好妈妈好老师能时时伴我们左右,但是,我们可以与一本本好书形影不离。

一本好书和一个好习惯一样,能影响孩子的一生。如果每个故事能让孩子养成一个好习惯,孩子就能茁壮成长。本丛书包括“学习卷”、“素养卷”和“教养卷”,对好书的精挑细选,对故事的趣味解读,对习惯的专家分析,力求为家长奉上一本教育子女的宝典。

我们希望您的子女能够优秀,有教养。

编者



目录

Contents

A 篇

让孩子学会思考——思考习惯的培养	001
第1种好习惯:给孩子一个独立思考的机会	002
第2种好习惯:让孩子拥有独立精神	010
第3种好习惯:给孩子一片“破坏”的天空	018
第4种好习惯:让孩子长一对想象的翅膀	026
第5种好习惯:让孩子自己管理好自己	035
第6种好习惯:培养一个有规则意识的孩子	043

B 篇

让孩子微笑着学习——学习习惯的培养	052
第7种好习惯:培养一个学习习惯良好的孩子	053
第8种好习惯:培养孩子兴趣学习的习惯	062
第9种好习惯:培养孩子勤奋学习的习惯	071
第10种好习惯:培养孩子认真学习的习惯	081
第11种好习惯:培养孩子虚心好学的习惯	091
第12种好习惯:培养孩子刻苦钻研的习惯	100
第13种好习惯:培养孩子高效学习的习惯	109
第14种好习惯:行动是思想的转化器	119

C 篇

让孩子拥有世界的捷径——读书习惯的培养	129
第15种好习惯:培养孩子热爱读书的习惯	130
第16种好习惯:父母与孩子共同成长	139
第17种好习惯:怎样帮助孩子改造不良行为	145
第18种好习惯:养成孩子精益求精的好习惯	154
第19种好习惯:培养一个有教养的孩子	163

D 篇

让孩子珍惜时间——惜时习惯的培养	172
第20种好习惯:培养孩子珍惜时间的习惯	173
第21种好习惯:让孩子学会合理分配时间	180
第22种好习惯:让孩子拥有自制力	186
第23种好习惯:培养一个健美的孩子	194
第24种好习惯:培养一个爱劳动的孩子	203
第25种好习惯:培养孩子良好的作息习惯	213

E 篇

让孩子书写和写作突出——书写和写作习惯的培养	219
第26种好习惯:培养一个做事有计划的孩子	220
第27种好习惯:培养一个爱写作的孩子	229
第28种好习惯:让孩子拥有自己动手的习惯	238
第29种好习惯:让孩子拥有自己玩的习惯	246
第30种好习惯:怎样表扬孩子	254



让孩子学会思考

hào shù jiù shì hào sǎo shì hào mā ma

思考习惯的培养



习惯箴言

★一切出色的东西都是朴素的，它们之令人倾倒，正是由于自己的富有智慧的朴素。（【苏联】高尔基）

★世界上最艰难的工作是什么？思想。凡是值得思想的东西，没有不是人思考过的：我们需要做的只是试图重新加以思考而已。

（【德】歌德）

★智力取消了命运，只要一个人在思考，他就是自主的。（【美】爱默生）

第1种好习惯：给孩子一个独立思考的机会



习惯点滴



你是一个缺少自己声音的人吗？你是一个人云亦云的人吗？
你是一个遇到问题依赖搜索引擎的人吗？

你是不是太习惯接受那些摆在面前的知识，而忘记了自己思考呢？

如果你不幸成为这样的一个人，请你记住这句话：“别让自己的大脑成为别人思想的跑马场。”要知道，你是唯一的，你有属于自己的最独特的个人经验，它无法复制，它与众不同。就像你从不同的角度去看杨桃，你看到的杨桃的形状是不一样的，而只有把各个角度看到的杨桃综合起来考虑，你才能得到杨桃真实的



样子。如果世界是摆在你面前等待被认识的杨桃，那么你所看到的杨桃必不可少。

没错，独立思考是完整地认识世界的关键。也许你的思考写满幼稚单纯，也许你的思考偏激独特，也许你的思考随着年龄的增长、阅历的增加而变化，但它是特殊的，它是必须的，因为它唯一。

这就是独立思考的意义。

习惯故事

在天与地之间，交织着神奇与美妙的丝线，编织成一个个名叫“为什么”的故事，藏在世界的每一个角落。和风细雨中有，狂风骤雨中也有。春风中有，秋风中也有。世界本身就是一个谜题，每时每刻都有故事在上演，等待着善于思考的人去发现。

知道世界是怎么形成的吗？它或许是由盘古在混沌之中手拿大斧开天辟地形成的；或许是由上帝耗费七天的时间一步一步慢慢创造的；或许还有其他可能哦！也许世界为了存在下来，曾经试过好多次，就像在海边沙滩上堆城堡一样，被海浪卷走之后，堆城堡的人总会重新开始。

当世界还很小的时候——只比一张桌子大不了多少。生活在世界上的一切也都很小。小星星、小石头、小河流、小人儿、小房子、小树……不过这是一个美丽而短暂的世界，它只存在了一个星期，然后沉寂了几千年。

当新世界出现的时候——这次却只有云，云上面是天空、云下面是大海，整个世界就是一个云和海浪还有风的世界。这样的世界坚持了很久，一直都没有其他的東西出现。它一望无际，看

不到陆地。后来呢，当人、动物、植物、高山、峡谷都出现的时候，世界就成了伊甸园。当世界年纪还小的时候，它就是伊甸园。动物和植物打着招呼，人和峡谷打着招呼，世界一片其乐融融，清新而美丽。

当世界年纪还小的时候——什么都得学习怎么去生活。星星要学习排列队形，汇聚成漂亮的星座。它们尝试着排成玫瑰花的样子，尝试着排成棕榈树的样子，可是没有成功。后来它们成功地排成小女孩儿的样子，于是就有了处女星座。太阳呢，它不会轻声细语地唱歌，也不会翻卷着身子跳舞，便去学习爬上爬下，于是有了日升日落。月亮呢，它什么都没有学会，一会儿这样，一会儿那样，于是不停地变化，就有了阴晴圆缺。水学会了从高处往低处流，火学会了跳跃着燃烧自己，花学会了散发香气……每件东西都学会了自己认为最简单的东西，世界就可以有秩序地运转了。

.....

世界究竟是怎么形成的呢？这个故事有很多种开头，每个人都有一个关于世界形成的故事，这就是独立思考。

那么死亡呢？死亡又是怎么回事呢？为什么人要死亡？为什么每个人死亡的时间都不一样？有这样一个故事：一天，一个小女孩儿正在家里做作业。突然，死神来到她面前，对她说：“小女孩儿，你的时间已经到了呢！你跟我走吧！”可是小女孩儿正在做家庭作业呀，作业可是很重要的，不然没办法向老师交代。于是，疲惫而苍老的死神同意等着小女孩儿把家庭作业做完再带她走，善良体贴的小女孩儿把看起来很累的死神请进了自己的房间。她数学学得不是很好，就连九九乘法表都没有熟练地记住呢。她做错了几道题，死神耐心地提醒她并且给她讲解。但是死神已经很老了，在日复一日的劳累中，他也忘掉了很多很多东西，他



被一道题给难倒了，死神很惭愧。于是小女孩儿建议他明天再来，这样她就可以问老师答案，然后告诉死神。死神觉得这个小女孩儿很善良，答应了她的要求。因为他也想知道这道数学题的答案究竟是什么，他是不容许自己失败的，更不容许自己无知。就这样，死神第二天晚上又来到小女孩儿的窗前。小女孩儿告诉死神答案，可是她仍然有很多家庭作业要做啊，在跟死神走之前，一定要做完家庭作业呢！于是，死神再一次帮着小女孩儿做作业。接下来的时间，小女孩儿一直忙着写作业。再接下来，小女孩儿又要忙其他的事情了。所以，死神一直等了好久好久……等到什么时候呢？谁又知道呢！只要小女孩儿一直都有必须要做的事情，死神是不会带她走的，死神也是很仁慈的呢！

那么，为什么骆驼的眼神总是疲惫的呢？要知道，从前，骆驼可是一种很好奇的动物呢！它生活在有青山有绿水的地方。可是突然有一天，它想去世界各地流浪。走啊走啊，它走到了沙漠的边缘。骆驼从来没有见过这样无边无际的沙漠。它想：“这后面一定还有其他的東西！”于是它走过第一座沙丘、第二个沙丘……数千座沙丘，可是，除了沙漠，它仍然什么东西都没有发现。这时候它仍然想：“那后面一定有什么东西，一定还有别的什么，一定有……”骆驼继续前进，它又渴又累，眼皮也越来越重。当它走过最后一座沙丘时，它已经失去了最后的勇气。精神颓废的骆驼想：“那后面什么都没有。”但是在最后这座沙丘后面有树木有泉水。骆驼疯狂地喝着水，可是它的眼睛差不多快要闭起来了。它还是想：“那后面什么也没有，什么也没有。”从那天起，骆驼就有了疲惫的眼神。

生活中，很多个“为什么”在《十万个为什么》中都找不到答案，可是如果有独立思考的习惯，这些“为什么”将会成为一个个美丽的故事。

教育良方

★让孩子用自己的话讲故事

复述是一种提高理解力和接受力的好方法，它需要孩子独立思考。当孩子看完一本书、听完一个故事后，你可以让孩子用自己的语言讲出他听到的故事和得到的知识。这样做，既可以锻炼孩子的语言组织能力，又可以锻炼孩子的思维能力。

★鼓励孩子多问为什么

当孩子提问时，你要立刻给予鼓励，不管这个问题在你看来是多么无厘头或无从下手，都要夸奖他肯动脑筋。这样，随着孩子提的问题越来越多，他的思考就会越来越全面，独立思考的能力也会越来越强。

★尊重孩子的真实想法

如果孩子对你讲出他对一件事情或一个现象的看法，即使你不同意他的看法，也请尊重他讲出这些话的权利，以平等的态度对孩子的想法进行疏导，不要把自己的想法强加给他。

延伸阅读

前面所讲的故事选自德国作家于尔克·舒比格的《当世界年纪还小的时候》。这部作品在德国和瑞士都获得了“最佳青少年文学奖”。书中还配有德国著名插画家罗特劳特·苏珊娜·贝尔纳的美妙插图。她可是一位在国际上享有声誉的，获奖最多的插画家呢！她的插画色彩用得



极为大胆，看似稚拙却将一个一个小故事诠释得生动而形象。单看画作，就可以被吸引得目不转睛。

★一本“有意思”的童话

《当世界年纪还小的时候》是一本童话故事集，书中的想象天马行空。天上的星星可以坠落到农民家里，被一对夫妇当作孩子抚养长大。星星可以吃东西，可以长大，可以上学，可以滚动，可以笑，可以爱，尽管它始终不能讲话，不能走动。小汽车可以和一家人住在一起，只要它感到寂寞难耐，它就不停地响喇叭。只要听到“船”这个字，它的雨刷就会死劲地摆动，发出“你们杀了我吧”的叫声。只要它开始闪车灯，就表示“我没事了，我想出去兜风”，但是没有人知道小汽车想要开往哪儿，只有去了才知道。后来，小汽车自己开走了。书中还有一个只能把人变成锅碗瓢盆这类东西的魔法师，一座上了锁的山，一个在柜子上生活了好几年的小女孩儿，一个骑着自行车四处寻找幸运的孩子……书中构建的世界神奇而美妙，它总可以成功地挑战你的想象力，让你读完故事之后，猛然一惊：原来，故事是这样的！

★一本荒诞有趣的书

在《当世界年纪还小的时候》中，舒比格经常颠覆现实世界中那些被认可的事实，用出其不意的手法描述他想象中的世界。这个世界是有奇趣的。书中有这样一个故事：一只生了重病的狮子大吼一声，吼声传向远方。在远方的尽头长着一棵荆棘，吼声缠在了荆棘上。吼声当然想要挣脱，可惜它越用力就缠得越紧。几星期之后，吼声终于挣脱了，它马上回到狮子身边，却发现狮子已经死了。没有了狮子，吼声无家可归。后来，一只小老鼠听到了狮子吼声的请求，二话不说，把自己的声音赶走，接纳了狮子的声音。于是，狮子的吼声就在小老鼠的喉咙里住了下来，而小老鼠的声音则找了一个空老鼠洞安家了。声音是有生命的，声音也可以自己找到一个家。老鼠的身体发出狮子的吼声，这是不是一个很有趣的故事呢？书中有趣的地方还有很多。比如一个拉普兰人缝制了一件世界上最厚的衣服，这件衣服有一栋房子那么大，衣服上的口袋就

像一个个房间；比如一棵长着比成年人的头还要大的苹果的树，苹果不分白天黑夜地落下，没人敢待在下面……很明显，这些现象都是现实生活中不可能发生的，但是在作家舒比格的笔下，却因其丰富的想象力和荒诞的形象设计造成了出其不意的幽默效果。

★一本带有简单哲理的书

众所周知，德国有很多举世闻名的哲学家。大学期间学过心理学和哲学的舒比格在《当世界年纪还小的时候》中，通过一个一个精巧的童话传达了简单朴素的哲学思考。世界可能是很复杂的，但是构成世界的每一个元素——太阳、星星、风、水、空气等等——却都以最适合自己的最简单的方式运行。太阳只要学会爬上爬下即可，水学会往低处流即可……而当所有的东西都找到最适合自己的方式之后，世界就开始变得有秩序了。一个人的成长历程又何尝不是这样呢？别人觉得简单的事情，对他而言却未必如此。正确认识自己、学习对自己而言简单有趣的事情才是最重要的。就像小个头的洋葱、萝卜、西红柿，它们不相信世界上会有南瓜这样巨大的东西，“它们认为这是一种空想。南瓜不说话，默默地成长着。”不光认识自己，正确地认识他人也是一种难得的智慧。一只蓝色的猎鹰不知道由于什么原因变黑了，四处寻找它的小女孩儿就站在它面前，却把它当成了乌鸦。舒比格的故事是耐得住咀嚼的，细细思考起来，总有各种令人难以忘怀的情趣萦绕在故事里面，让你找回最纯真的自己。

★一种别样生活方式的展示

生活究竟有多少种可能呢？你可以按部就班地过着三点一线的生活，你也可以漂泊流浪过着孤独的生活，你可以和时间赛跑过着焦急的生活，你也可以慢慢地慢慢地生活……生活方式是你选择的，谁还能影响你的决定呢？书中有这么一个人，他无论做什么事情都慢吞吞的。如果“让他去书报摊取一份报纸，那他必须在学步的时候第一步就朝这个方向走，才能在75岁他去世的那年赶回来死在家里。”“当他想给我一个告别吻的时候，我可能已经旅行回来了。但是不管怎么样，我都得给他准备一个



见面吻，这样他的告别吻和我的见面吻才刚好接上。”当然，舒比格并没有说这样的生活一定是好的，只是告诉你生活有很多种可能，而你需要的，是包容各种不同生活方式的人，尤其是和你具有不同生活方式的人。

天堂就是这样的——当世界年纪还小的时候那个世界。



它简单，它美丽。在现实和幻想之间，世界和人生被重新解读。

这本书中，藏满了美丽的灵感。

推荐版本：《当世界年纪还小的时候》，（德）于尔克·舒比格著，（德）罗特劳特·苏珊娜·贝尔纳绘，四川少年儿童出版社，2006年。

（刘伟编写）

习惯箴言

★独立思考和独立判断的一般能力，应当始终放在首位。（【美】

爱因斯坦）

★士当求进于己，而不求进于人也。（元·张养浩）

★我们虽可以靠父母和亲戚的庇护而成长，倚赖兄弟和好友，借
交游的扶助，因爱人而得到幸福，但是无论怎样，归根结底人
类还是依赖自己。（【德】歌德）

第2种好习惯：让孩子拥有独立精神



习惯点滴



世间万物有许多相通之处，正如小鸟出生不久就要学习用自己的翅膀飞行，种子发芽后不久就会长出根须，用自己的根须吸收营养一样，孩子也同样需要学习利用“自己的翅膀”、“自己的根须”——独立精神。

独立精神有着丰富的内涵，它既指利用自己的能力完成事情，也包括独立思考、独立判断的能力。拥有独立精神的孩子不仅有很强的适应、生活自理能力，还能不人云亦云，对事物有自己的观察、思考、判断，有独立的人格。而这正是教育所要追求的最高目标，正如国学大师陈寅恪所说：“惟此独立之精神，自由之思想，历千万祀，与天壤而同久，共三光而永光！”