

<<干部素质与能力训练>>

图书基本信息

书名：<<干部素质与能力训练>>

13位ISBN编号：9787503536236

10位ISBN编号：7503536233

出版时间：2007-2

出版时间：中央党校

作者：马林

页数：255

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>

<<干部素质与能力训练>>

内容概要

《干部素质与能力训练》着力于基础理论与具体实践相结合，以系统论的观点与方法，从总体上来把握认识素质与能力的本质属性，全面系统地研究素质与能力问题，回答关于素质与能力的内涵、结构、内容、关系、重要性、训练方法与技巧等一系列需要迫切解决的问题。素质与能力是人类长河中的永恒话题，是人人关注，对个人对社会发展都十分重要的课题。

<<干部素质与能力训练>>

书籍目录

第一章 领导者的素质与能力第一节 素质与能力概述第二节 素质与能力训练理论第三节 提高素质与能力的途径第二章 生理素质训练与保养第一节 生理素质与能力第二节 保护与锻炼大脑功能第三节 保证足够睡眠与休息第四节 注意合理的营养补充第五节 防止外来因素的危害第六节 重视预防疾病和治病第七节 领导者常见病的预防第三章 体能素质训练与锻炼第一节 体能素质与能力第二节 体能素质与能力的测定第三节 体能训练的结构与方式第四节 锻炼项目的选择第五节 锻炼损伤的预防第六节 营养吸收与热量消耗第四章 心理素质训练与塑造第一节 心理素质与能力第二节 注意力的养成第三节 兴趣的培养第四节 性格的培养第五节 气质的优化第六节 人格的培养第七节 自信心的树立第八节 意志的强化第九节 心态的平衡第十节 情绪的控制第十一节 情质的培养第十二节 情商的培养第十三节 心理健康的维护第五章 思想素质训练与修养第一节 思想素质与能力第二节 树立正确的世界观第三节 树立积极的价值观第四节 培养高尚的道德情操第五节 坚定正确的政治立场第六节 增强法制纪律观念第七节 培养科学的审美观念第八节 树立远大的理想信念第九节 培养良好的思想作风第十节 加强自我思想修养第六章 思维素质训练与建构第一节 思维素质概述第二节 思维的记忆性第三节 思维的广阔性第四节 思维的深刻性第五节 思维的敏捷性第六节 思维的灵活性第七节 思维的精密性第八节 思维的预见性第九节 思维的统摄性第十节 思维的创造性第十一节 思维度训练第十二节 创造性思维训练第七章 思维能力训练与提升第一节 思维能力概述第二节 记忆能力第三节 基础思维能力第四节 抽象思维能力第五节 创造思维能力第六节 思维方式方法第八章 领导者能力训练与提高第一节 领导者能力概述第二节 领导者与管理第三节 基础性能力第四节 管理能力第五节 领导能力参考书目后记

<<干部素质与能力训练>>

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>