第一图书网, tushu007.com

<<中学生必备的10种素质>>

图书基本信息

书名：<<中学生必备的10种素质>>

13位ISBN编号：9787506438452

10位ISBN编号：7506438453

出版时间：2006-6

出版时间：中国纺织出版社

作者：刘畅

页数：185

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

中学阶段是人生成长的关键时期，在这个阶段，中学生最具备的素质不仅影响着他能否成为优行装生，还决定着他的未来。

《中学生必备的10种素质》根据中学素质教育的实际，提炼了中学生具备的10种优秀素质。这些素质涵盖了中学生在成长道路上顺利前进所需要的最基础、最必要的条件，为获得好成绩和美好未来指明了方向。

《中学生必备的10种素质》着重阐述培养这些素质的方法，让每一个中学生都能够从中领悟、掌握、活用这些影响一生的成功真谛，从而让自己健康成长。

书籍目录

第一章　认知素质快乐学习　轻松认知认知动力　培养兴趣欲善其事　先利其器有效学习　事半功倍第二章　学会做事学会做事　把握机会远离抱怨　成绩斐然卧薪尝胆　学会忍耐狂风险阻　暗藏机遇求人帮忙　要讲技巧已所不欲　勿施与人第三章　学会生存我思故我在未雨要绸缪培养表达力放飞想象力第四章　学会共处诚信乃立身之本相处之道唯互信与人为善求共处学会感激说“谢谢”真诚道歉得信任宰相肚里能撑船第五章　学会自我管理战胜自己　始于自律确立目标　自我激励瞻前顾后　经常反省分配时间　做好计划抵制诱惑　学会自制适当减压　调节情绪第六章　学会激发自己的潜能人个有意想不到的潜能可行的目标激发你成功激发潜能要有积极心态找到自己的最佳才能区自信是激发潜能的关键第七章　健康的心理素质第八章　良好的品行素质第九章　保持良好的个性第十章　优秀的情感素质

第一图书网, tushu007.com

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