<<优秀中学生的12堂金牌成长课>>

图书基本信息

书名:<<优秀中学生的12堂金牌成长课>>

13位ISBN编号:9787510411526

10位ISBN编号:7510411521

出版时间:2010-8

出版时间:新世界

作者:高凤华

页数:281

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

<<优秀中学生的12堂金牌成长课>>

前言

对于很多人来说,中学时代有着人生中最美好的记忆,也是成长过程中最重要的阶段。

6年的中学时光,为人生积攒下宝贵的财富:知识、情感、友谊......中学生们经历了冲动、压力、眼泪、挫折与失败......太多太多的感触,浓缩在这短短的6年中,令人终生难忘。

钱学森先生是世界顶尖的科学家,为中国科技事业做出了巨大贡献。

1989年在美国召开的国际技术与技术交流大会上,钱学森先生被授予"世界级科学与工程名人"称号

10年后,他又被国际媒体选为"影响20世纪科技发展的20位世界级科技巨人"之一,是亚洲唯一入选的人。

钱学森先生1929年毕业于北京师范大学附属中学,他对母校的感情很深。

他曾经说过:"我对师大附中很有感情。

在我一生的道路上,有两个高潮,一个是在师大附中,一个是在美国读研究生的时候。

六年师大附中的学习生活对我的影响很深,对我的人生观起了很大作用。

"从钱学森先生的话中可以看出,中学时代对于个人的成长是多么重要。

作为一名立志成才的优秀中学生,若想在将来成就一番辉煌的事业,在提高学习成绩的同时,还要逐步完善身体素质、心理素质,提高思想道德水平、生活技能,积累经验等,这也是复合型人才所必备的能力与素养。

<<优秀中学生的12堂金牌成长课>>

内容概要

《优秀中学生12堂金牌成长课》从目标志向、自信自强、梦想起航、时间管理、自我管理、潜能挖掘、人际关系、品德教育、学习方法、情绪控制、人生奋斗、心理辅导12个方面全面,介绍阐述了中学生在成长过程中所面对的各种问题,涵盖面极广,内容丰富,形式新颖,在个别小节后面加入了趣味性很强的测验题,寓教于乐,让中学生朋友们在阅读中不会感到乏味枯燥。

<<优秀中学生的12堂金牌成长课>>

书籍目录

第一课 优秀中学生必上的目标志向课 志向是中学生成才的动力之源 志当存高远 带着目标上路:目 标要专一 人生规划很重要 确定目标,立即行动 抛弃幻想,告别美丽的空中楼阁第二课 优秀中学生 必上的自信自强课 从你的字典里删掉"自卑"二字 让自信改变你的命运 做最好的自己 靠自己去成 功 年轻没有失败第三课 优秀中学生必上的梦想起航课 让梦想起飞 敢于梦想,更要敢于追逐 珍惜你 的梦想 循序渐进 , 一步一步地接近梦想 梦想成真第四课 优秀中学生必上的时间管理课 时间 时间不 等人,别让它悄悄溜走 不要把时间浪费在无意义的事情上 充分利用自己的时间 做时间的主人 珍惜 时间,享受当下的生活第五课 优秀中学生必上的自我管理课 自我管理很重要 培养独立意识 自律自 强,振翅高飞 克服拖延的恶习 拒绝网瘾 敞开心扉,走出自闭 过好生命中的每一天第六课 优秀中学 生必上的潜能挖掘课 潜能无限:每个学生都是金子 激发中学生的创新潜能 激发中学生的求知潜能 激发中学生的学习潜能 激发中学生的思维潜能 激发中学生的运动潜能 激发中学生的合作潜能第七课 优秀中学生必上的人际关系课 无处不在的人际关系 形象是最漂亮的名片 朋友多了路好走 知心朋友 的重要性 怎样赢得好人缘 幽默,是一种能力 善待他人就是善待自己第八课 优秀中学生必上的品德 教育课 善良是生命的黄金 以宽容之心对待每一个人 诚实改变命运 尊严高于一切 节俭,从不乱花一 分钱 永远做一个正直的人 常怀感恩心第九课 优秀中学生必上的学习方法课 善于观察, 积极思考 书 中自有黄金屋 强化记忆,提高成绩 效率至上 集中精力,专心听课 平淡看成绩,考试莫焦虑 兴趣当 先,快乐学习第十课 优秀中学生必上的情绪控制课 情绪决定成败 及时疏导愤怒情绪 永不向挫折低 头,更不可因此悲伤 心理压力影响健康 狂妄无知惹人笑 冷漠的人没有朋友 嫉妒是毒蛇第十一课 优 秀中学生必上的人生奋斗课 不积小流,无以成江河 勤能补拙 用汗水浇灌成功的花朵 生命不息,奋 斗不止 永远争第一 进取心是成功的阶梯 有一种品格叫坚韧第十二课 优秀中学生必上的心理辅导课 心理健康,不容小视 要做一个乐观开朗的人 中学生叛逆心理自我调适 向依赖心理说不 自私心理不 可取,懂得分享才快乐 凡事不钻牛角尖 勇敢一点,告别懦弱

<<优秀中学生的12堂金牌成长课>>

章节摘录

日月如梭,光阴似箭,生命在荏苒的光阴中匆匆逝去。

中学生虽然很年轻,但如果不懂得珍惜时间,多学知识,那么时间就会从身边悄悄溜走,到时后悔就 来不及了。

时间是最公平的,对于任何人它都是一视同仁。

无论你是否在意它,它都会一如既往,一分一秒地流失。

但是有一点不同,它能让空想者感到失落,让实干家感到充实,就看你如何把握。

对于珍惜时间的人来说,时间就是生命、财富,就是孕育万物的沃土;对于那些"明日复明日,明日何其多",让时间浪费在闲聊和谈笑中,对时间熟视无睹的人来说,时间就是不毛之地的荒野。

鲁迅先生曾说过"节约时间,也就是使一个人有限的生命,更加有效,而也就等于延长了人的寿命"

所以,中学生要学会珍惜时间,学会利用时间,学会把握时间,从而来完成人生的理想,让有限的生命更有意义。

时间不等人,别让它悄悄溜走。

你看过船夫拉纤的情景呢?

那真是生活中最惊心动魄的一幕!

波涛滚滚而下,木船逆流而上,纤夫紧紧地拽引着纤绳,喊着号子,踏着砂石,拼力向前迈进。

没有彷徨,没有懈怠,更没有停留和后退。

因为只要稍微放松手中的纤绳,就要一泻千里,后果不堪设想。

我们就好像是生活在江河中的一只小船,而纤夫正是我们自己。

人生这几十年的航程,需要我们一步一个脚印地走下去。

多少中学生曾经哀叹自己时运不济、命运多舛,殊不知并非命运故意捉弄他们,而是他们在前一段航程里没有拉紧纤绳,让自己在生活中随波逐流。

正如歌德所言:"谁过玩世的日子,就不能成事;谁不听命于自己,就永远是奴隶。

"多少白发苍苍的老人,回首往事,因虚度年华而悔恨,因放松自己而羞愧。

所以,中学生更应该抓紧生命中的每一分每一秒,为生活打拼,创造美好的未来。

<<优秀中学生的12堂金牌成长课>>

媒体关注与评论

在最美的季节,享受当下的生活,做最好的自己。

要让中学时代的记忆历久弥新,需要努力去学习、创造、思考、实践、感受……你的未来不是梦,从 今天起,你已经成为一名优秀中学生,成功的大门已经悄然间开启。 敏于观察。

勤于思考,善于综合,勇于创新。

- ——宋叔和希望和记忆不断促使我们延长,扩大自我,这在我们日常生活中起着极大的作用。
- ——罗伊斯培育能力的事必须继续不断地去做,又必须随时改善学习方法,提高学习效率,才会成功。
 - ——叶圣陶生活中有件明智事。
- 就是精神集中;有一件坏事,就是精力涣散。
- ——爱默森只求成绩好,能战胜竞争、考试合格是不能成为出色的人的,也不会度过幸福的人生

确实,再聪明的孩子,如果心里乌云笼罩。

,是个连父母的话都不听的不诚实的孩子。

那就再糟糕不过了。

培养好孩子不仅是成绩好,还要陶冶"人格"。

——和田加津抓住自己最有兴趣的东西。

由浅入深,循序渐进地学...... ——华罗庚

<<优秀中学生的12堂金牌成长课>>

编辑推荐

《优秀中学生的12堂金牌成长课》编辑推荐:志向是中学生成才的动力之源,生活赋予我们的一种巨大的和无限高贵的礼品,这就是青春.充满着力量,充满着期待、志愿,充满着求知和斗争的志向,充满着希望、信心的青春。

br 一本为中学生最身打造的金牌长成课 br 一本让中学生爱不释手的成长必读书

<<优秀中学生的12堂金牌成长课>>

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