

<<哈佛专家告诉你什么样的青少年易成才>>

图书基本信息

书名：<<哈佛专家告诉你什么样的青少年易成才>>

13位ISBN编号：9787563623105

10位ISBN编号：7563623108

出版时间：2008-1

出版时间：石油大学

作者：马玉涛，朱萍

页数：236

字数：246000

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>

<<哈佛专家告诉你什么样的青少年易成才>>

内容概要

本书对哈佛大学的素质教育理念进行了深入的研究，对其中的英才培养模式进行了精心的梳理，并结合中国的现状，向中国广大青少年介绍了培养综合素质、造就自我成才的九项基本要素与法则。这就是：展开人生飞翔的翅膀——拥有一颗强烈的进取心、用汗水铺垫人生之路——具有勤奋不辍的品质、不断地用新知识充实大脑——努力提升学习能力、用创新搭起成功的天梯——积极培养创造能力、以德立身是走向成功的根本——塑造良好的道德品质、善于积累自己的人脉资源——不断提高社交才能、把强身健体视作人生的要务——积极地保持身体健康、笑对人生中的一切困难——保持积极乐观的心态、永远不屈服于任何挫折——具有坚强的意志力。

<<哈佛专家告诉你什么样的青少年易成才>>

书籍目录

上篇 什么样的青少年易成才

理念一、综合素质高的青少年易成才

哈佛专家告诉你

- 1.一种独特现象：“第10名”的学生受青睐
- 2.一项调查显示：综合素质高的青少年易成才
- 3.考试得高分未必就能成为优秀的人才
- 4.为何有人宣称：“北大毕业等于零”
- 5.未来社会需要的是高素质的综合型人才
- 6.教育要以培养高素质综合型人才为职责

理念二、别让考分束缚了青少年成才的希望

哈佛专家告诉你

- 1.考分不是评价学业水平的唯一标准
- 2.换个角度看待青少年的学习成绩
- 3.家长不必逼孩子考“第一”
- 4.只关心考试成绩是青少年不快乐的主因
- 5.过分注重考分已造成了青少年的心理不健康
- 6.别让分数成为青少年头上的“紧箍咒”

下篇 青少年成才的九大黄金法则

法则一、展开人生飞翔的翅膀——拥有一颗强烈的进取心

哈佛专家告诉你

- 1.激发青少年强烈的进取心
- 2.远大理想是激发进取心的动力
- 3.激励青少年扬起理想的风帆
- 4.积极进取是青少年成才的基石
- 5.利用“名人效应”激发上进心
- 6.制定实现奋斗目标的“计划表”
- 7.培养勇于探索的精神

成才者的精彩案例

积极进取的人生楷模——邓亚萍

法则二、用汗水铺垫人生之路——具有勤奋不辍的品质

哈佛专家告诉你

- 1.勤奋是成就事业的优秀品质
- 2.保持勤奋就是一种成功
- 3.勤奋的过程就是成功的过程
- 4.勤奋的特质是成就天才的必要因素
- 5.讲究方法：勤奋不等于苦干、蛮干
- 6.成功者不一定是最聪明的人，但肯定是最勤奋的人
- 7.通往成功的路径，勤奋是最短也是最有效的

成才者的精彩案例

把十八缸墨水写完的王献之

法则三、不断地用新知识充实大脑——努力提升学习能力

哈佛专家告诉你

- 1.学习，时代的第一选择
- 2.学习能力是人生的成功之母
- 3.学习能力的基本构成要素

<<哈佛专家告诉你什么样的青少年易成才>>

- 4.提升学习能力的基本策略
- 5.掌握自主快速的学习方法
- 6.掌握高效学习的时间规律

成才者的精彩案例

超群的学习能力使比尔·盖茨脱颖而出

法则四、用创新搭起成功的天梯——积极培养创造能力

哈佛专家告诉你

- 1.创造力是青少年成才的核心素质
- 2.创新能力比考高分更重要
- 3.创新素质决定青少年未来能否成才
- 4.创新是成大事者最大的幸福
- 5.引发青少年的创新意识
- 6.好奇心是产生创造的前奏
- 7.走出因循守旧的沼泽地
- 8.掌握技巧，创新思维并不难
- 9.创造力训练的完整方案

成才者的精彩案例

没有大学文凭的著名发明家

法则五、以德立身是走向成功的根本——塑造良好的道德品质

哈佛专家告诉你

- 1.把诚实的品质作为人生的基石
- 2.礼貌待人是基本的道德要求
- 3.像爱护生命一样珍惜自己的名誉
- 4.正直是每一位成功者的优良品格
- 5.尊重他人等于尊重自己
- 6.奉出爱心，爱就是一种力量
- 7.乐于助人是做人的良好美德
- 8.谦虚是学习进步的良方
- 9.常常怀有一颗感恩的心
- 10.以德报怨，宽容是人类的美德

成才者的精彩案例

两名田径选手的君子之争

法则六、善于积累自己的人脉资源——不断提高社交才能

哈佛专家告诉你

- 1.交际能力是青少年成才的必要因素
- 2.善交朋友是社交的根本
- 3.理解是人际关系的润滑剂
- 4.把赞美的阳光送进他人内心深处
- 5.懂得倾听，学会接纳
- 6.用友谊的阳光照亮人际关系
- 7.学习和借鉴别人的长处和经验
- 8.在社会活动中学会与他人合作
- 9.理性地和异性朋友交往
- 10.如何防治青少年社交恐惧症

成才者的精彩案例

艺术大师梅兰芳的学艺人生

法则七、把强身健体视作人生的要务——积极地保持身体健康

<<哈佛专家告诉你什么样的青少年易成才>>

哈佛专家告诉你

- 1.好身体是人一生的本钱
- 2.心理健康与身体健康一样重要
- 3.青少年健身贵在有恒,贵在用心
- 4.制定并实施有利身心健康的计划
- 5.体育锻炼对身心的积极影响
- 6.进行科学合理的体育锻炼
- 7.青少年身体锻炼的注意事项
- 8.满足青少年对各种营养素的需求
- 9.别让青少年眼镜片越来越厚

成才者的精彩案例

积极的体育锻炼造就了“铁榔头”

法则八、笑对人生的一切困难——保持积极乐观的心态

哈佛专家告诉你

- 1.积极乐观的心态是人生的起点
- 2.快乐,来源于你的积极心态
- 3.培养青少年积极乐观的心态
- 4.把快乐培养成一种心理习惯
- 5.放弃一味地追求完美,你就能找到快乐
- 6.积极适应自己所面对的环境
- 7.努力控制自己的情绪
- 8.青少年必须学会从消极心态中走出去

成才者的精彩案例

乐天派的性格成就了希尔顿的事业

法则九、永远不屈服于任何挫折——具有坚强的意志力

哈佛专家告诉你

- 1.坚强的意志是克服人生困难的法器
- 2.让自信成为抗挫的兴奋剂
- 3.培养坚持不懈的积极思想
- 4.愈挫愈勇,就能最终获得骄人的成功
- 5.在竞争中增强对挫折的承受力
- 6.在逆境和挫折中经受锤炼
- 7.让青少年拥有战胜挫折的勇气
- 8.面对困境,要善于不断地激励自己

成才者的精彩案例

坚强的意志、志力创造生命的奇迹

<<哈佛专家告诉你什么样的青少年易成才>>

编辑推荐

《哈佛专家告诉你:什么样的青少年易成才》由石油大学出版社出版。

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>