



[励志文库_下载链接1](#)

著者:王婷婷

出版者:湖南少儿

出版时间:2010-5

装帧:

isbn:9787535851567

这是一本写给那些正在成长中的小大人的书。人生中最重要的事情就是能够自己的事自

己做。简单地说就是要学会自理。所谓自理，就是能够自己承担责任、自己料理生活。外国有一个著名的教育学家把它归纳成一个公式，即“自主=负责任=承担后果=成功”。

通过《自己的事自己做·学生自理能力培养》，我希望同学们懂得：只有会自理的人，才能真正自立，才能真正独立地生活，从而成长为一个对家庭、对社会都有用的人！

《自己的事自己做·学生自理能力培养》会告诉你们自理能力的重要性，同时也会和同学们讨论我们平时遇到的生活和学习上的困难，并告诉大家一些小窍门，相信这些会对你很有帮助的。当你成为一个具有学习与生活自理能力的人时，你就是你的同学和朋友中全能无敌的小超人！

作者介绍:

目录: 第1章 自理才能生存 第一节 你是一个能自理的人吗 第二节 自理是人生的必修课 第三节 自己的事自己做 第四节 自理为你插上高飞的翅膀 第2章 心理自理让心灵更阳光 第一节 做一个阳光的人 第二节 克服依赖心理 第三节 与嫉妒说“拜拜” 第四节 我做事我负责 第五节 小心眼要不得 第六节 对自己说“不” 第3章 学习自理让学习更轻松 第一节 相信自己能学好 第二节 学会管理你的时间 第三节 学习要有计划 第四节 让自己的知识更渊博 第4章 生活自理让生活更美好 第一节 让自己变成厨房高手 一、做饭的基本方法 二、调料的类别及使用顺序 三、微波炉的使用方法 四、如何挑选肉类 五、食品的保质期提示 六、炒菜的基本方法和技巧 七、餐具的洗涤方法 八、垃圾的处理方法及原则 第二节 穿衣打扮自己做主 一、如何选择洗衣剂 二、手洗的基本方法和技巧 三、洗衣机的使用方法 四、运动鞋的洗涤方法 五、洗涤的小窍门 六、送洗衣物的注意事项 七、污渍的巧处理 八、整理衣物的10个技巧 九、穿着打扮的方法 第三节 让自己的生活环境更美好 一、扫除入门纲领 二、收拾入门——整理的诀窍 第四节 让自己变成一个理财高手 一、要知道金钱来之不易 二、树立正确的金钱观 三、积少才能成多 第五节 掌握安全小常识 一、家里没有人，你会怎么办 二、放学路上遇到下面的情况，怎么办 三、发生火灾时，怎么办 四、怎样安全出行 五、游泳时抽筋怎么办 六、眼睛里进入异物怎么办 七、流鼻血时怎么办 八、如果中暑了，你会怎么办 九、应急小处理 十、学会使用110、119、120的方法
· · · · · (收起)

[励志文库_下载链接1](#)

标签

评论

[励志文库_下载链接1](#)

书评

[励志文库_下载链接1](#)