

<<让孩子快乐学习的无压力时间管理法>>

图书基本信息

书名：<<让孩子快乐学习的无压力时间管理法>>

13位ISBN编号：9787500672357

10位ISBN编号：7500672357

出版时间：2007-1

出版时间：第1版 (2007年1月1日)

作者：张凯

页数：132

字数：70000

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>

<<让孩子快乐学习的无压力时间管理法>>

内容概要

遇到孩子拖拖拉拉，除了发火，还有更好的办法。

遇到孩子熬夜学习，除了心疼，还有更好的办法。

本书以带领孩子从小认识完整的时间概念为基础，通过许多轻松活泼的时间故事、科学注解以及简明实用的表格，指导家长协助孩子掌握时间和压力管理的各项秘诀，让孩子既有娱乐的时间，又能从容应对学业的要求，从而实现快乐学习、享受童年的愿望。

<<让孩子快乐学习的无压力时间管理法>>

书籍目录

前言：孩子更需要学习时间管理
父母观念篇 建立完整的时间观念 必须做、应该做和想要做的事
父母出马，进行目标管理 看得见的长期计划 够得着的短期目标 短期计划的制订 不要让计划成为“变化”
限定计划表的项目时间原理篇 时间是可以挤出来的 时间需要合理安排 安排专项时间的原则 有趣的“重要少数”法则 “一心二有”有诀窍 不要小看一分钟 活用零碎时间 专心致志，一次搞定 一切从“今天”开始
问题对策篇 如何戒掉拖拉的毛病 如何培养坚持的精神 如何帮助孩子应对压力 如何分配学习时间和娱乐时间 如何让孩子“会”玩儿 如何科学休息 如何制订学习计划 如何形成良好的学习节奏
后记：好习惯助益终生

编辑推荐

讲述遇到孩子拖拖拉拉，除了发火，还有更好的办法。
遇到孩子熬夜学习，除了心疼，还有更好的办法。

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>