

<<优秀女孩必须要做的100件事>>

图书基本信息

书名：<<优秀女孩必须要做的100件事>>

13位ISBN编号：9787506491730

10位ISBN编号：7506491737

出版时间：2013-1

出版时间：中国纺织出版社

作者：高鸿

页数：256

字数：164000

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>

## <<优秀女孩必须要做的100件事>>

### 前言

每个女孩从小都有自己的梦想：或是梦想长大了做一名医生，或是想将来成为科学家，或是希望长大后当一名歌手……可是，许多女孩长大后却没有实现自己的梦想，一个重要的原因在于，她们没有为自己作好人生规划，让自己的梦想随着年龄的增长而变为理想，并为实现自己的理想作出不懈的努力，结果让原本美好的梦想成了空想。

许多活生生的实例证明，通往理想的道路是崎岖的小道，而不是平坦大道。

女孩想要成功就必须时刻提醒自己，从小事做起，一步一个脚印，踏踏实实地迈进，好高骛远、眼高手低，是难以到达理想彼岸的。

在现实生活中，有些女孩认为，现在所学的书本知识和自己的理想简直是南辕北辙，其他课外知识与实现理想也关系不大。

她们忽视了一点，即实现任何理想都需要一定的知识储备并掌握基本的技能，这就犹如高楼万丈平地起，先得打好地基，否则一切美好的理想只能是空中楼阁。

所以，若要想成为一名优秀女孩，就要为建筑自己的理想大厦添砖加瓦。

没有哪个女孩不希望自己变得更优秀，也没有哪个女孩不希望自己拥有美好的未来，那么，究竟该怎么做呢？

本书从树立理想、培养自信和胆识、提高素养和内涵、提高学习效率、养成良好的生活习惯、懂得理解与感恩、增强动手能力、掌握人际交往原则与技巧等方面入手，精心选择了成为优秀女孩必须要做的100件事，这是女孩从“丑小鸭变成白天鹅”的必由之路。

书中的每件事都体现了优秀女孩必须具备的某一方面的素质或技能。

在每一件事里，既讲述了做这件事的意义和作用，又简要提示了做好这件事的方法及窍门，并且介绍了完成这件事的心得和收获。

本书内容丰富，体例新颖，实用性强。

它既是立志成为有出息女孩必备的励志书，也是培养和锻炼综合女孩能力的实用手册。

女孩通过阅读本书，并参照本书所罗列的100件事激励自己，可以增强自信，并且在较短时间内可极大地提升自身的综合素质。

一位名人说，每个女孩都好像一块身藏美玉的石头，只有用心打磨，去掉身上的一些“杂质”，最终才能让别人发现自己身上的闪光点，照亮绚烂的人生之旅。

也许你没有漂亮的容貌，也许你没有聪慧的天赋，也许你没有优越的家庭背景……对于成为优秀女孩这些并不重要。

如果你想证明自己的实力，想证明自己是最优秀的，那么你就尝试认真做完本书里的100件事吧！

优秀女孩的桂冠等着你去摘取！

加油！

## <<优秀女孩必须要做的100件事>>

### 内容概要

少女喜欢多姿多彩的生活，头脑里充满了各种各样的幻想。她们渴望自己长大后有所作为，甚至成名成家，实现自己的美好愿望。这就需要女孩从一件件小事做起，不断发掘自己的潜能，提高自己的综合素质与技能。本书从10个方面讲解了优秀女孩必须要做的100件事，内容实用，体例新颖。它是立志成为有出息女孩必备的励志书，也是女孩培养和锻炼各种能力的实用手册。

## <<优秀女孩必须要做的100件事>>

### 作者简介

高鸿，女，籍贯江苏淮安。  
当代年轻的教育专家。  
2001年毕业于淮阴师范学院汉语言文学专业。  
工作以来，一直从事中学语文教学工作，现在江苏省淮安市第一中学任教。  
2005年被评为“清浦区先进教育工作者”和“教学先进个人”。  
2004年、2009年所教班级被评为“清浦区先进班集体”。  
曾撰写发表过多篇论文，如《浅谈文言文教学中的激趣教学》、《语文教学中值得探讨的一些问题》等，分别获淮安市教学研究会一、二等奖，2005年、2010年指导学生参加江苏省“中学生与社会”作文大赛均获一等奖；并在《教师》等学术期刊上发表过《浅谈预习在语文教学中的重要作用》等多篇文章。

## <<优秀女孩必须要做的100件事>>

### 书籍目录

#### 一、追逐梦想让你的青春更亮丽

每个女孩从一来到这个世上，就对人生怀有美好的憧憬，对未来有几许期盼，甚至还会闭上眼睛幻想着自己已经长大，做着自己喜欢的事情。

很多父母也对自己的女儿怀有各种各样的期望，古代甚至用周岁抓阄等方法来提前获知孩子未来的发展。

女孩们，我们首先要确定一个梦想，然后朝着这个目标努力地飞翔。

1?写下我的人生梦想

2?将梦想画出来挂在墙上

3?作一次人生规划

4?我要去报兴趣班

5?争当学习上的第一名

6?找一个成绩好的比拼对象

7?作文我要争取得满分

8?我要超越现在的自己

9?参加自己感兴趣的比赛

10?用英文作自我介绍

#### 二、拥有自信才能开启成功之门

每个人都具有成功的潜能，但生活中的成功者却总是极少数人。

那么我们来对成功的人做一个分析，分析他们究竟是依靠什么力量获得了成功。

有人说成功靠恒心、靠天赋，有人说成功靠信念、靠机遇；有人说成功靠习惯、靠心态……其实这些都对，但是大家却忘了一个核心部分，那就是成功者必须拥有超强的自信和胆识。

11?告诉自己“我能行”

12?找一个战胜自卑的方法

13?我来挑战“纸老虎”

14?我要参加学校运动会

15?竞选一次班干部

16?我要参加演讲比赛

17?不要在意别人怎么看

18?经常给自己加油

19?理智分析别人的意见

#### 三、美好的品德会让你更加优秀

“绣花枕头”指的就是一个女孩只拥有光鲜亮丽的外表。

她或许把所有时间、精力都花费在如何装饰自己上了。

你认为这个女孩美吗？

其实她并不美，因为这个女孩就如绣花枕头一样，仅有外表的光鲜，里面其实没有内涵。

那么优秀女孩该怎么增加内涵，提高修养呢？

首先你得多看书，用知识充裕自己，而且还得学会礼貌用语，欣赏音乐等。

20?每月读一本书

21?看完书写一篇读后感

22?不做虚荣的女孩子

23?改掉嫉妒的坏毛病

24?答应别人的事要做到

## <<优秀女孩必须要做的100件事>>

- 25?说话不带“脏”字
- 26?每天听一首优美的音乐
- 27?关心需要帮助的人
- 28?懂得分享可以拥有更多
- 29?主动给老人让座
- 30?教师节送给老师一封感谢信

### 四、专注和效率让你更上一层楼

一座大楼想要盖好首先必须打好地基，无论你以后想要做什么，都必须先打好基础，否则一切只能是空谈。

那么如何才能打好基础呢？

这就需要努力学习，但并不是让你把所有的时间都花费在学习上，而是要学会有效率地学习，在最短的时间取得最好的成效。

作为优秀的女孩，我们要合理安排学习时间，做到劳逸结合，让我们学得轻松，并能取得优异的成绩。

- 31?每天回家先完成作业
- 32?做作业时收起课外书
- 33?改掉做作业拖拉的不良习惯
- 34?读书时要专心致志
- 35?上课时专心听讲
- 36?上课主动举起手
- 37?找出数学题的不同解法
- 38?每学期总结一个记忆小窍门
- 39?督促自己完成学习任务
- 40?提高自己的知识和技能

### 五、成功要从培养好习惯开始

有的女孩缺乏学习和生活计划，不善于安排和利用时间，整天搞得自己头昏脑涨、精疲力竭，这都是坏习惯。

习惯的力量是巨大的，一个人的习惯常常会渗透在他的言谈举止中。

我们甚至可以断言，一个女孩如果从小没有养成好的习惯，成年后基本不可能有什么优秀的表现，更不用说为人类做出卓越的贡献了。

- 41?为自己制订一份作息表
- 42?记下每天的见闻
- 43?总结生活和学习的经验教训
- 44?每天坚持运动一小时
- 45?控制上网时间
- 46?坚决改掉马虎的毛病
- 47?给家电贴上英语标签
- 48?做好每一件小事
- 49?节俭的习惯要从小养成

### 六、感恩要从每一件小事做起

古诗云，“滴水之恩，当涌泉相报”“谁言寸草心，报得三春晖”。

从这些耳熟能详的诗句里，我们可以体会到，感恩是我们中华民族的优良传统，是每一个人应具备的道德修养，也是一个人立足于社会的行为准则。

感恩是一种美德，体现出一个人的精神境界。

因为感恩，你才会真正懂得生命的真谛；因为感恩，你的世界才会更加美好。

## <<优秀女孩必须要做的100件事>>

只有懂得感恩的人，才能真正感受到幸福与快乐。

- 50?跟父母做朋友
- 51?早起为父母买早餐
- 52?每周给父母洗次袜子
- 53?与父母玩一次换位游戏
- 54?给父母打盆洗脚水
- 55?妈妈做饭我择菜
- 56?饭前摆放桌椅碗筷
- 57?与父母分享你的小秘密
- 58?经常陪爷爷奶奶饭后散步
- 59?给父母买份生日礼物

### 七、独立能力决定着你的未来

自从实行计划生育后，一对夫妻就提倡只生一个孩子，基本上四个老人照顾一个孩子，现在的女孩早都被娇惯成了“小公主”。

最近又有不少影视作品里说“女孩要富养，男孩要穷养”，因此大家更有理由娇惯女孩了。

可是这个“富养”是指可以在经济条件允许的情况下，给女孩提供较好的物质条件，但并不是指让女孩什么都不做，应该让女孩适当做些力所能及的事情。

- 60?每周打扫自己的小房间
- 61?起床后自己叠好被子
- 62?吃饭后主动刷碗
- 63?小件衣服自己洗
- 64?用完的文具和玩具放回原处
- 65?每周清洗你的玩具和文具
- 66?给布娃娃做件小衣服
- 67?学会给自己扎小辫
- 68?每天整理自己的小书包
- 69?参加一次夏令营

### 八、宽容大度让你拥有好人缘

现在的独生女越来越多，女孩普遍缺乏与兄弟姐妹相处的体验。

这样的女孩一旦进入学校，很容易被孤立起来，因为她们不知道如何与同学更好地相处，做什么事情都喜欢由着性子来。

时间久了，人缘自然差了，就更难结交到朋友了。

那么如何培养好的人缘呢?好的人缘体现在很多小事中，体现在你如何为人处世、与同学如何交往相处之中。

- 70?找有上进心的同学做朋友
- 71?永远不要讥讽别人
- 72?怀着宽容心对待别人
- 73?我来给好朋友加油
- 74?学会控制自己的坏脾气
- 75?找出竞争对手的优点
- 76?悄悄扔掉他递来的小纸条
- 77?改掉议论别人的坏习惯
- 78?宽恕曾经伤害过你的人
- 79?遇人遇事多一分谦让

## <<优秀女孩必须要做的100件事>>

80?守住好朋友的“小秘密”

九、健康成长离不开自我约束

一棵小树要想茁壮成长，必须抵御住狂风暴雨。

同样地，一个女孩的成长过程，必然需要学会抵御外界的各种诱惑。

而女孩因为年纪小，自我保护意识差，有时会天真地认为所有人和事物都是好的，不知不觉就会掉入温柔的陷阱。

作为优秀的女孩，我们要提高自己的防护意识，从一些日常小事、小细节做好防御准备，这样我们才能健康快乐地成长。

81?不要整天泡在偶像剧里

82?遇到陌生人搭讪要警惕

83?不进入游戏厅和网吧

84?只听歌不“追”人

85?拒绝陌生人的诱惑

86?不单独会见网友

87?选择健康的网络游戏

88?做一名环保“小卫士”

89?参加一次戒烟公益活动

90?不要乱动厨具和炊具

十、即使富有也不能乱花钱

现在独生女一般没有正确的金钱观，花钱大手大脚的，不知道父母赚钱的辛苦，而父母也对孩子极为宠爱，要什么给什么，长时间下去就造成了恶性循环。

如果有天父母无法满足孩子的需求，那么孩子就可能通过其他不正当途径去获取金钱。

理财要从小学起，优秀的女孩要学会合理利用手中的金钱，做一些有意义的事情，让手中的金钱发挥出最大的价值。

91?算一算自己每月的开销

92?把节余的零用钱放进存钱罐

93?跟朋友交换自己看过的书

94?绝不乱花一分钱

95?养成节俭的习惯

96?制订一份压岁钱使用计划

97?用你积攒的钱来买课外书

98?学会到银行存取钱

99?用零用钱帮助有困难的小朋友

100?过一个简单快乐的生日

参考文献



## <<优秀女孩必须要做的100件事>>

### 章节摘录

版权页： 格蒂·科里出生在一个富裕的犹太人家庭。

格蒂继承了犹太人与生俱来的爱读书的习惯，对知识充满渴求，因而她的学习成绩一直非常好。

父亲经常语重心长地劝告格蒂不要沉溺于安逸的生活而碌碌无为，那样的人生表面上看起来似乎很幸福、让人羡慕，但人生的意义却绝不仅限于此。

1912年，格蒂即将从私立学校毕业，叔叔专门找她聊天。

他问格蒂：“你毕业以后打算干什么呢？”

”“跟您学医。

”格蒂脱口而出。

听了侄女的话，叔叔暗自高兴，但他假装很担忧地说：“哎呀，你不觉得现在太晚了吗？”

你还没有正规地学过拉丁语、数学、物理学和化学呢，要想进医学院，这些可是必考的科目呢！

你能考得上吗？”

”叔叔说完了，又假装一脸不信任地看着格蒂。

格蒂的好胜心被激发了出来，她不服气地说：“那有什么难的，我一定能考上。

”“好，那叔叔就等着你的好消息了。

”望着叔叔离去的背影，格蒂不禁有些犯愁，按照当时的规定，她必须先学8年的拉丁文，5年的数学、物理学和化学，这样她才能有一定的基础去考大学。

但是现在，这几门课她一门还没有学过呢，能考上吗？”

大话已经说过了，再说她也非常想读医学院。

“必须马上补习这几门功课，这样才能有希望进医学院！”

”格蒂对自己下了命令。

命运似乎特别愿意帮助有志向的人。

这年夏天，格蒂和家人度假时，遇到了一位老师，他答应帮格蒂补课。

在这位老师的帮助下，再加上格蒂自己的勤奋努力，她只用了一年半的时间就达到了入学要求，顺利地通过了大学的入学考试。

格蒂最终成为一名著名的医学家。

她在回忆这段经历时说：“这是我一生中经历的最艰难的考试。

如果没有想考上医学院的理想，我的人生也许就是另一个样子了。

”

## <<优秀女孩必须要做的100件事>>

### 编辑推荐

《优秀女孩必须要做的100件事》针对女孩成长的需要，提炼出优秀女孩必须要做的100件事，书中设置了拓展栏目：“点金石”提示了做好某件事的秘诀和小窍门；“丰收园”总结了完成某件事之后的收获和心得。

让女孩在实践中经受历练，提升自身的综合能力，成为完美的女孩。

<<优秀女孩必须要做的100件事>>

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>