

优秀女孩成长必读计划书

主编 / 张丽丽



我要成为 最优秀的 女孩

让女孩热爱学习的80个故事 一

帮助你塑造善良、勇敢、自信、乐观、积极向上的学习、生活习惯，帮助你积累丰富的知识，帮助你提高独立生活能力，帮助你拥有乐观的心态。

WOYAO CHENGWEI
ZUIYOUXIU DE NÜHAI



北京出版集团公司
北京教育出版社

优秀女孩成长必读计划书



我要成为 最优秀的 女孩

让女孩热爱学习的80个故事

WOYAO CHENGWEI
ZUIYOUXIU DE NÜHAI



主编/张丽丽

编者/刘 晔



北京出版集团公司
北京教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

我要成为最优秀的女孩 : 全 4 册 / 张丽丽主编 . — 北京 :
北京教育出版社, 2014.1

ISBN 978-7-5522-3133-5

I . ①我… II . ①张… III . ①女性 - 成功心理 - 青年读物
②女性 - 成功心理 - 少年读物 IV . ① B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 266513 号



我要成为最优秀的女孩 (一)

主 编 / 张丽丽

*

北京出版集团公司 出版
北京教育出版社
(北京北三环中路 6 号)

邮政编码 : 100120

网址 : www.bph.com.cn

北京出版集团公司总发行
全国各地书店经销
北京市通州富达印刷厂印刷

*

720mm × 1000mm 16 开本 13 印张 225 千字

2014 年 1 月第 1 版 2014 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5522-3133-5

定价 : 128.00 元 (全 4 册)

版权所有 翻印必究

质量监督电话 : 13911108612 (010) 62698883 58572393



培养良好品质，



阅读本书，你可以达到以下五大目标：

目标一 → 帮助你塑造善良、美好的性格

目标二 → 帮助你养成良好的学习、生活习惯

目标三 → 帮助你积累丰富的知识

目标四 → 帮助你提高独立生活的能力

目标五 → 帮助你培养健康、乐观的心态

嗨，我叫可可，是一个爱哭也爱笑的女孩。在老师、同学和家长的帮助下，我渐渐成为一名人人都喜欢的优秀女孩，希望你们也能和我一样哦！



做一个优秀的女孩!

端正学习态度，增添成绩 优异的密码

成长漫画



快要考试了，我正想睡觉呢。



快要考试了，我正想睡觉呢。



快要考试了，我正想睡觉呢。



快要考试了，我正想睡觉呢。

我们为你提供了最直接的日常行为指导

用漫画呈现孩子生活中的种种表现，让孩子一看就明白自己行为的不足，并从中学会调整自己，完善自己。

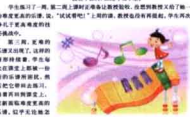
我们为你精选了最精彩的成长故事

用轻松易懂、精彩生动的故事，让孩子在快乐阅读中开启心智，培养女孩应具备的良好品质。

人的能力是无限的

一些学习困难的学生总是说：我的能力有限，我的智力比别人低。其实，人的能力是无限的，只要肯努力，肯付出，就能取得优异的成绩。

“能力”这个词，我们常常听到。有人会说：“这个人能力很强。”有人会说：“这个人能力很弱。”其实，能力并不是天生的，而是通过后天的努力培养出来的。一个人的能力，是由他的知识、技能、经验、意志、情感等因素决定的。只要肯努力，肯付出，就能取得优异的成绩。



人的能力是无限的，只要肯努力，肯付出，就能取得优异的成绩。

人的能力是无限的，只要肯努力，肯付出，就能取得优异的成绩。

人的能力是无限的，只要肯努力，肯付出，就能取得优异的成绩。

人的能力是无限的，只要肯努力，肯付出，就能取得优异的成绩。

人的能力是无限的，只要肯努力，肯付出，就能取得优异的成绩。

人的能力是无限的，只要肯努力，肯付出，就能取得优异的成绩。

我们为你安排了最有效的情景训练

设置具体的实际生活情景，让孩子做出正确判断，应对生活中的种种难题，从容摆脱困境。

优秀女孩训练营

情景训练一：面对困难时的表现

面对困难时的表现

在遇到困难时，我们常常会感到不知所措。但是，如果我们能够冷静下来，思考一下，就会发现，困难并不可怕。只要我们肯努力，肯付出，就能克服它。

在遇到困难时，我们常常会感到不知所措。但是，如果我们能够冷静下来，思考一下，就会发现，困难并不可怕。只要我们肯努力，肯付出，就能克服它。

在遇到困难时，我们常常会感到不知所措。但是，如果我们能够冷静下来，思考一下，就会发现，困难并不可怕。只要我们肯努力，肯付出，就能克服它。

在遇到困难时，我们常常会感到不知所措。但是，如果我们能够冷静下来，思考一下，就会发现，困难并不可怕。只要我们肯努力，肯付出，就能克服它。

目录 Contents

第 1 章

培养学习兴趣，快乐迈向知识殿堂

1

成长漫画·····	1
我的成长计划书·····	5
科学界的“小公主”·····	6
门缝里学成的“古筝神童”·····	8
盛放梦想之花·····	10
在快乐中成长·····	12
兴趣是最好的老师·····	14
体操玉女的梦之路·····	16
兴趣是成功的基石·····	18
优秀女孩训练营·····	20



第 2 章

设定学习目标，一步步向理想迈进

21

成长漫画·····	21
我的成长计划书·····	25
可以成为州长的手指·····	26
想想10年后的自己·····	28
开着奔驰来接母亲·····	30
农田里的智慧·····	32



让目标拯救你·····	34
母亲修起的房子·····	36
如何烧开一壶水·····	38
优秀女孩训练营 ·····	40

第 3 章

端正学习态度，增添成绩优异的砝码 41

成长漫画·····	41
我的成长计划书·····	45
捕蝉的妙法·····	46
完美的巨著·····	48
徐静蕾学书法·····	50
落榜的女孩·····	52
95岁的大学毕业生·····	54
了解学习的重要性·····	56
白色的金盏花·····	58
优秀女孩训练营 ·····	60



第 4 章

有效的学习方法，成功开启智慧大门 61

成长漫画·····	61
我的成长计划书·····	65
嚼烂的苹果·····	66
理解的东西才能记住·····	68



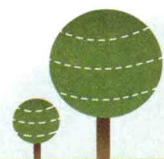
秋瑾读书由少到多·····	70
在不经意间收获·····	72
在教科书里找答案·····	74
人的能力是无限的·····	76
丰收的秘密·····	78
优秀女孩训练营 ·····	80

第 5 章

珍惜时间，把握生命脉搏

81

成长漫画·····	81
我的成长计划书·····	85
数学女博士的“零布头”·····	86
降服时间的人·····	88
玛格丽特写作·····	90
愿用钱买时间·····	92
成才的主要因素是勤奋学习·····	94
大器何必晚成·····	96
永不停笔的画家·····	98
优秀女孩训练营 ·····	100



第 6 章

培养观察力、想象力、创造力， 激发智慧之光

101

成长漫画·····	101
-----------	-----



我的成长计划书	105
5厘米的斜坡	106
两个学校的教育	108
老师的腰围	110
怎样计算灯泡的容积	112
成功在于发现	114
丢失的骆驼	116
厨娘发现的肥皂	118
优秀女孩训练营	120

第 7 章

善于思考，擦出耀眼的思想火花

121

成长漫画	121
我的成长计划书	125
第六枚戒指	126
用自己的脑子思索	128
火车拐弯处的房子	130
养在瓶子里的鹅	132
蔗糖与书报	134
被蒙蔽的水牛	136
优秀女孩训练营	138





第 8 章

勤奋学习，磨砺出成功基石的光芒

139

成长漫画·····	139
我的成长计划书·····	143
用你的心去跳舞·····	144
一年只休息3天·····	146
小说女工——王安忆·····	148
学习没有捷径·····	150
把握命运勤自学·····	152
保姆出身的女将军·····	154
12个第一名·····	156
优秀女孩训练营·····	158

第 9 章

热爱阅读，纵情徜徉在阅读的海洋

159



成长漫画·····	159
我的成长计划书·····	163
书籍做伴的童年·····	164
阅读成就人生·····	166
爱看书的体操女孩·····	168
知识是从平庸到优秀的阶梯·····	170
抄书成才·····	172
阅读让舞蹈更优美·····	174



华裔“神童”小作家邹奇奇····· 176

优秀女孩训练营 ····· 178



第10章

善于积累，建造坚实的知识堡垒

179

成长漫画····· 179

我的成长计划书····· 183

每天成功1%····· 184

神奇的小纸条····· 186

学会积累····· 188

一个永不放弃的梦····· 190

成功需要多长时间····· 192

齐人学弹瑟····· 194

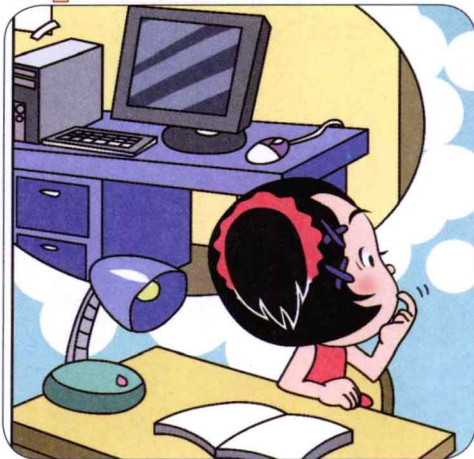
优秀女孩训练营 ····· 196



以前的我



桌上的英语书摊开着，我在发呆。



我坐立不安，想去上网。

现在的我



我常去附近大学校园的英语角。



有不懂的单词就查阅随身携带的小词典。



以前的我



我拿着橡皮筋准备溜出去玩儿。



妈妈站在我面前让我进屋做奥数题。

现在的我



妈妈在我房间外叫我。



我一心一意地做题。



以前的我



我把生物书反扣在桌上，不想看。



我一个人在房间里玩起了公仔玩具。

现在的我



带着生物书去大自然中，采集一些有趣的树叶。



我把采集来的树叶小心地夹在书中。



以前的我



语文课上，我把漫画书藏在语文书后面。

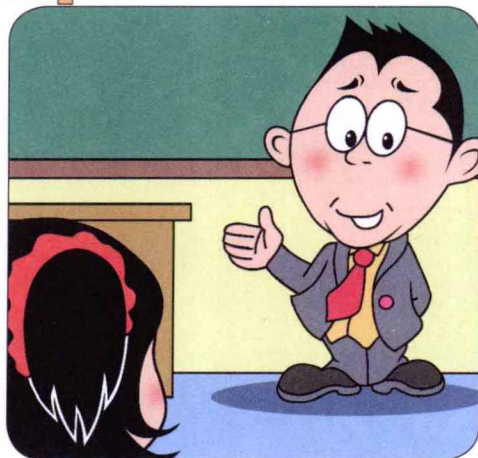


我偷偷地看漫画书。

现在的我



课堂上，我把漫画书放在了课桌底下。



我认真听着老师精彩的讲解。



我的成长计划书

培养学习兴趣，快乐迈向知识殿堂

对于学习，我一直没什么兴趣，要不是为了不辜负父母的期望，我真不愿意去努力。我喜欢看电视，有时候爸爸妈妈在客厅里看电视，我就会坐立不安，学不进去了；看书和听讲的时候也是，总觉得很没意思，不是发呆，就是想睡觉。不知道同学们有没有和我一样的毛病呢？

- 1 我在网上找了一些趣味数学题来做，培养自己对数学的学习兴趣。
- 2 带一本植物科普书去爬山，在大自然中培养自己对生物学的学习兴趣。
- 3 学会在学习中找出与生活相关的东西，这样记得更牢固。
- 4 要多听一些英文歌，对于爱唱歌的我来说，这样更容易记住单词。
- 5 将自己的兴趣范围扩大，学习的知识就会更多。
- 6 取得进步时，给自己一点儿小奖励，让自己获得足够的成就感。





科学界的“小公主”

伊伦是居里夫人的女儿，人称科学界的“小公主”。

她小时候好动，有点儿“野”，像个男孩子，有一次还把父母的诺贝尔奖章当作“大金币”玩儿。当小伊伦长到该上学的年龄时，居里夫人对自己这个不那么文静、不能安安稳稳坐下来读书的女儿，还真费了不少心神。

居里夫人在伊伦的学习问题上，有着很独特的见解。她始终认为不能用过时的信条和方式学习，主张着重培养伊伦的独立认识和分析问题的能力，以便让她尽可能直观地学习和熟悉各个领域的最新知识。

居里夫人常说，伊伦这个年龄正是长身体、长知识的时期，如果整天封闭在空气污浊的教室里，消耗过多的精力是野蛮的，应该增加户外自由活动的的时间。伊伦一直非常感激妈妈对她讲的一句话：“学习要少而精，切忌一知半解。”这句话使她终生受益。

小伊伦最初的学习生活是在一所特殊的“小学”开始的。在这所特殊的“小学”里，没有呆板僵化的填鸭式学习方法，而是一种全新的、跳跃式的趣味学习法。居里夫人总是教给她一些有趣的东西，让她自己在这些有趣的东西的吸引之下，主动地去找原因，想要去弄个清楚。

小伊伦很快就被这种快乐而有趣的学习方法吸引住了。她喜欢听妈妈讲那些科学故事，以及看妈妈做那些实验，每一个实验的变化都让她觉得很神奇。后来，伊伦的“野劲儿”收敛了许多。她开始把她似乎总也使不完的精力放在那些试管、烧杯、天平上，脑子里转起了一个又一个的问号……

