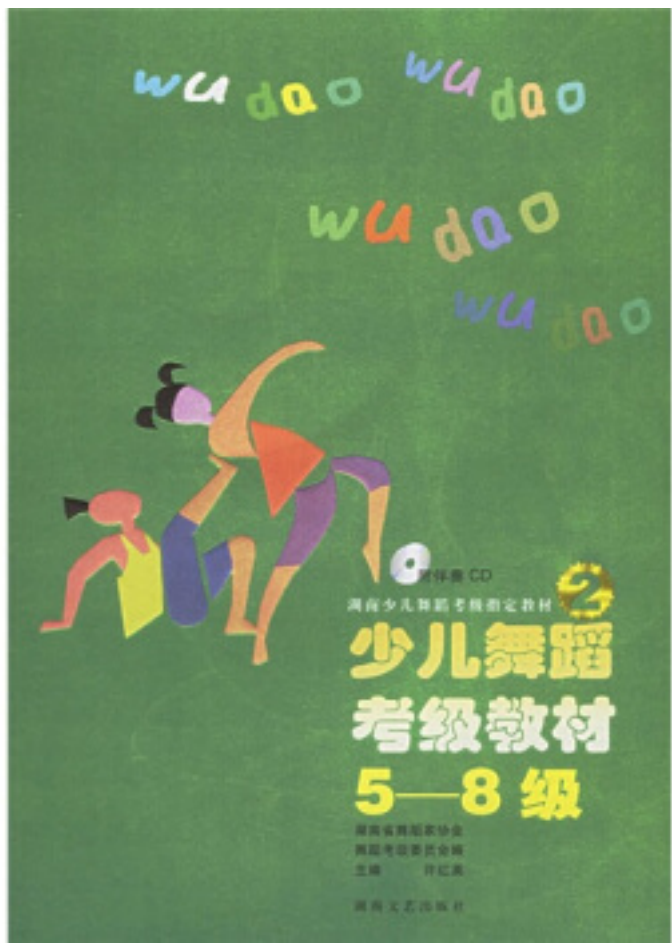


湖南少儿舞蹈考级指定教材：少儿舞蹈考级教材（5-8级）（附光盘）



[湖南少儿舞蹈考级指定教材：少儿舞蹈考级教材（5-8级）（附光盘）_下载链接1](#)

著者:许红英 编

[湖南少儿舞蹈考级指定教材：少儿舞蹈考级教材（5-8级）（附光盘）_下载链接1](#)

标签

评论

很不错的，有图解释。

孩子练习舞蹈用的，京东快递很快

买了好多次了，除了发货慢之外，没有什么好说的

光碟还木有使用，包装不错，应该可以

湖南少儿舞蹈考级指定教材少儿舞蹈考级教材（1-4级）（附光盘）在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味无论男女老少，第一印象最重要。从你留给别人的第一印象，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让人感觉你知书答礼，颇有风度。多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过知识就是力量。不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现.最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。最后在好评一下京东客服服务态度好，送货相当快,包装仔细！这个也值得赞美下希望京东这样保持下去，越做越好

送货也很快，我很满意!开卷有益，读书好处多，陶冶情操，修身养性，还会再来的哦。一本书有一个故事，一个故事叙述一段人生，一段人生折射一个世界。“读万卷书，行万里路”说的正是这个道理。读诗使人高雅，读史使人明智。读每一本书都会有不同的收获。“悬梁刺股”、“萤窗映雪”，自古以来，勤奋读书，提升自我是每一个人的

毕生追求。读书是一种最优雅的素质，能塑造人的精神，升华人的思想。

买给学校第二课堂用。

湖南少儿舞蹈考级指定教材：少儿舞蹈考级教材（5-8级）

简单易懂，孩子可以自学。

书是正版，非常不错，速度也快。

这本书非常好，建议购买

好，非常好，很好，特别好

可以可以可以可以可以可以

不是自己用 应该还不错 虽然不是很便宜

还行~~~我以为光盘是带视频的~~~

给小孩买的,考级用的上

内容很好。唯一美中不足的是，送货时间有点长。

希望以后能提高下速度的啊

我喜欢这本书 快递也很快 京东好

内容一般质量一般，原计划用来教学的，和想象中的有差距，如果VCD和CD有机的结合就会好一些

还不错吧~还不错啊~~~

虽然女儿现在刚学跳舞，只是让她培养兴趣，因为才4岁对她不要求考级，但看到这套书还是买了，以后可以用作参考，毕竟课堂上的时间有限，老师又不会一一指导。很好的舞蹈辅导教材，可以在家里边看边学习，同时购买了湖南少儿舞蹈考级指定教材：少儿舞蹈考级教材（5-8级）

很好哟，没有破损，和发的书一样，物流也快

还可以吧，性价比高！值得推荐！哈哈哈哈！终于买到诚心如意的宝贝了！

好好好好好好好好好好好好好好

不错不错不错不错不错

"[SM]和描述的一样，好评！

上周周六，闲来无事，上午上了一个上午网，想起好久没买书了，似乎我买书有点上瘾，一段时间不逛书店就周身不爽，难道男人逛书店就象女人逛商场似的上瘾？于是下楼吃了碗面，这段时间非常冷，还下这雨，到书店主要目的是买一大堆书，上次专程去买却被告知缺货，这次应该可以买到了吧。可是到一楼的查询处问，小姐却说昨天刚到的一批又卖完了！晕！为什么不多进点货，于是上京东挑选书。好了，废话不说。好了，我现在来说说这本书的观感吧，一个人重要的是找到自己的腔调，不论说话还是写字。腔调一旦确立，就好比打架有了块趁手的板砖，怎么使怎么顺手，怎么拍怎么有劲，顺带着身体姿态也挥洒自如，打架简直成了舞蹈，兼有了美感和韵味。要论到写字，腔调甚至先于主题，它是一个人特有的形式，或者工具；不这么说，不这么写，就会别扭；工欲善其事，必先利其器，腔调有时候就是“器”，有时候又是“事”，对一篇文章或者一本书来说，器就是事，事就是器。这本书，的确是用他特有的腔调表达了对“腔调”本身的赞美。|发货真是出乎意料的快，昨天下午订的货，第二天一早就收到了，赞一个，书质量很好，正版。独立包装，每一本有购物清单，让人放心。帮人家买的书，周五买的书，周天就收到了，快递很好也很快，包装很完整，跟同学一起买的两本，我们都很喜欢，谢谢！了解京东：2013年3月30日晚间，京东商城正式将原域名360buy更换为jd，并同步推出名为“joy”的吉祥物形象，其首页也进行了一定程度改版。此外，用户在输入jingdong域名后，网页也自动跳转至jd。对于更换域名，京东方面表示，相对于原域名360buy，新切换的域名jd更符合中国用户语言习惯，简洁明了，使全球消费者都可以方便快捷地访问京东。同时，作为“京东”二字的拼音首字母拼写，jd也更易于和京东品牌产生联想，有利于京东品牌形象的传播和提升。京东在进步，京东越做越大。|||好了，现在给大家介绍两本本好书：《谢谢你离开我》是张小娴在《想念》后时隔两年推出的新散文集。从拿到文稿到把它送到读者面前，几个月的时间，欣喜与不舍交杂。这是张小娴最美的散文。美在每个充满灵性的文字，美在细细道来的倾诉话语。美在作者书写时真实饱满的情绪，更美在打动人心的厚重情感。从装帧到设计前所未有的突破，每个精致跳动的文字，不再只是黑白配，而是有了鲜艳的色彩，首次全彩印刷，法国著名唯美派插画大师，亲绘插图。|两年的等待加最美的文字，就是你面前这本最值得期待的新作。《洗脑术：怎样有逻辑地说服他人》全球最高端隐秘的心理学课程，彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。白宫智囊团、美国FBI、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！当今世界最高明的思想控制与精神绑架，政治、宗教、信仰给我们的终极启示。全球最高端隐秘的心理学课程，一次彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。从国家、宗教信仰的层面透析“思维的真相”。白宫智囊团、美国FBI、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！《洗脑术：怎样有逻辑地说服他人》涉及心理学、社会学、神经生物学、医学、犯罪学、传播学适用于：读心、攻心、高端谈判、公关危机、企业管理、情感对话……洗脑是所有公司不愿意承认，却是真实存在的公司潜规则。它不仅普遍存在，而且无孔不入。阅读本书，你将获悉：怎样快速说服别人，让人无条件相信你？如何给人完美的第一印象，培养无法抗拒的个人魅力？如何走进他人的大脑，控制他们的思想？怎样引导他人的情绪，并将你的意志灌输给他们？如何构建一种信仰，为别人造梦？[SZ]"

从暑假去新华书店，偶然读到这本书，惊为天人，一气读完.这本书是毫不犹豫买的，当时买的时候就怕是一个没什么思想的书，看书名就知道是对离开自己对爱情的描述，买回来一看，里面是少量的文字，大量的插图，插图是漫画版的女孩儿啊什么的，真的适合情窦初开的女生，受伤后疗伤用，而对于对生活的阅历较多的，想在书中了解一种思想的，想有点深度的，就跟这本不沾边了。

《[SM]》，书拿到手挺有分量的，包装完好。还会继续来，一直就想买这本书，太谢谢

京东了，发货神速，两天就到了，超给力的！5分！了解京东：2013年3月30日晚间，京东商城正式将原域名360buy更换为jd，并同步推出名为“joy”的吉祥物形象，其首页也进行了一定程度改版。此外，用户在输入jingdong域名后，网页也自动跳转至jd。对于更换域名，京东方面表示，相对于原域名360buy，新切换的域名jd更符合中国用户语言习惯，简洁明了，使全球消费者都可以方便快捷地访问京东。同时，作为“京东”二字的拼音首字母拼写，jd也更易于和京东品牌产生联想，有利于京东品牌形象的传播和提升。京东在进步，京东越做越大。我很喜欢读书，特别是：[ZZ]的《[SM]》：很值得看，看了收益很大，书的内容直得一读[BJTJ]，阅读了一下，写得很好，[NRJJ]，内容也很丰富。[QY]，一本书多读几次，[SZ]。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。[SM]，超值。买书就要来京东商城。

很不错，正版，很好，作者[ZZ]写的的书都写得很好，最先是朋友推荐我看的，后来就非常喜欢，他的书了。他的书我都买了，看了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲、冰心、叶圣陶、金庸，他们的书我觉得都写得很好。[SM]，很值得看，看了收益很大，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省运费。书的内容直得一读[BJTJ]，阅读了一下，写得很好，[NRJJ]，内容也很丰富。[QY]，一本书多读几次，[SZ]。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。[SM]，超值。买书就要来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费，真的不错，速度还真是快，特别是京东快递，快得不得，有一次我晚上很晚才下单，第二天一大早就送到了，把我从睡梦中吵醒了，哈哈！真是神速，而且都是正版书。[BJTJ]，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，儿童小说，励志激励、管理财经、文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，能从中学到东西，我总能让我从头到脚看完整本书。书，陪伴我走过了无数风雨，它见证了我的快乐成长。书，我们是不能离开它的。书能让我敞开心扉与作者和死去多年的伟人进行心灵的沟通与我的看法。书想阳光一样照耀这我成长。假设一下，如果世上没有书的话，我们的世界将是多么的单调与无趣啊！书是我不可缺少的一个亲密伙伴。有时候，书是一盏铮亮的灯，照亮我心中的黑暗，让我明白了世间的善恶美丑；有时候，书是一对洁白的翅膀，带我飞到云海深处，一览山河的壮丽美景；有时候，书是一叶坚固的小舟，带我驶向成功的彼岸，任凭风吹浪打也不回头。书是快乐的天堂，让我忘记了所有的忧伤。如果没有书，我们的生活将是多么的寂寥空虚，我们的生命将是多么的暗淡无光。读书不仅丰富了我的大脑，锻炼了我的意志，使我品味到了现在自己的美好生活。还给予了我一种享受，一种别致的精神享受，他使我尽情畅游在各个时代，体会民间疾苦，品味乡村风情，领略烈士的操守，感悟幸福生活。书是知识的海洋，书是人类文明的“长生果”，书是智慧之门的钥匙，书是无声无息的老师，朋友。书，它使我的知识丰富起来，使我的视野开阔起来。读书是一种人生态度，你可以从更深更广的界面里去体会更多人的经验与体验。书真是一盏照亮前进的明灯啊！，[NRJJ]

"[ZZ]写的的书都写得很好，最先是朋友推荐我看的，后来就非常喜欢，他的书了。他的书我都买了，看了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲、冰心、叶圣陶、金庸，他们的书我觉得都写得很好。[SM]，很值得看，看了收益很大，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省运费。书的内容直得一读[BJTJ]，阅读了一下，写得很好，[NRJJ]，内容也很丰富。[QY]，一本书多读几次，[SZ]。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。[SM]，超值。买书就要来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费，真的不错，速度还

真是快，特别是京东快递，快得不得，有一次我晚上很晚才下单，第二天一大早就送到了，把我从睡梦中吵醒了，哈哈！真是神速，而且都是正版书。[BJTJ]，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，儿童小说，励志激励、管理财经、文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，能从中学到东西，我总能让我从头到脚看完整本书。读书的好处有很多.我给你介绍以下几点:

1.可以使我们增长见识,不出门,便可知天下事. 2.可提高我们的阅读能力和写作水平.

3.可以使我们变的有修养. 4.可以使我们找到好工作.

5.可以使我们在竞争激烈的社会立于不败之地.

其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现.

最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。

让你的生活过得更充实，学习到不同的东西。感受世界的不同。

不需要有生存的压力，毕竟都是有父母的负担。

虽然现在读书的压力很大，但请务必相信你是幸福的。

在我们国家还有很多孩子连最基本的教育都没办法享受的。

所以，你现在不需要总结，随着年龄的成长，你会明白的，还是有时间多学习一下。

新年快乐！新学年成绩更上一层楼。

古代的那些文人墨客,都有一个相同的爱好-----读书.书是人类进步的阶梯.读书是每个人都做过的事情,有许多人爱书如宝,手不释卷,因为一本好书可以影响一个人的一生.那么,读书有哪些好处呢?1读书可以丰富我们的知识量.多读一些好书,能让我们了解许多科学知识.[NRJJ]"

[ZZ]写的的书都写得很好，[sm]还是朋友推荐我看的，后来就非非常喜欢，他的书了。

除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。[SM]，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。

书的内容直得一读[BJTJ]，阅读了一下，写得很好，[NRJJ]，内容也很丰富。[QY]，一本书多读几次，[SZ]。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。

[SM]，超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。[BJTJ]，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到脚看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢下了。所在来这里买书是非常明智的。然而，目前社会上还有许多人被一些价值不大的东西所束缚，却自得其乐，还觉得很满足。经过几百年的探索和发展，人们对物质需求已不再迫切，但对于精神自由的需求却无端被抹杀了。总之，我认为现代人最缺乏的就是一种开阔进取，寻找最大自由的精神。

中国人讲“虚实相生，天人合一”的思想，“于空寂处见流行，于流行处见空寂”，从而获得对于“道”的体悟，“唯道集虚”。这在传统的艺术中得到了充分的体现，因此中国古代的绘画，提倡“留白”、“布白”，用空白来表现丰富多彩的想象空间和广博深广的人生意味，体现了包纳万物、吞吐一切的胸襟和情怀。让我得到了一种生活情趣和审美方式，伴着笔墨的清香，细细体味，那自由孤寂的灵魂，高尚清真的人格魅力，在寻求美的道路上指引着我，让我抛弃浮躁的世俗，向美学丛林的深处迈进。合上书，闭上眼，书的余香犹存，而我脑海里浮现的，是一个“皎皎明月，仙仙白云，鸿雁高翔，缀叶如雨”的冲淡清幽境界。愿我们身边多一些主教般光明的使者，有更多人能加入到助人为乐、见义勇为的队伍中来。社会需要这样的人，世界需要这样的人，只有这样我们才能创造我们的生活，[NRJJ]希望下次还呢继续购买这里的书籍，这里的书籍很好，非常的不错，。给我带来了不错的现实享受。希望下次还呢继续购买这里的书籍，这里的书籍很好，非常的不错，。给我带来了不错的现实享受。

很好的书籍很好的学习必备佳品，，，，希望宣传能给力的，能越做也好，下次还会在来的额，京东给了我不一样的生活，这本书籍给了我不一样的享受，体会到了购物的乐趣，让我深受体会啊。希望你能越做越好，成长有你有我大家一起来，很好的宝贝。

在京东买书有一年了，买了许多书。京东的书是正版的好书。而且实惠。我这一年来学到了许多的东西。思想有提升了。这是读书心得：

师者，传道授业解惑者也。古老的思想已经把教师的职责诠释得清清楚楚了。反过来，把我们自己放在这个定义上来看，有多少人合格呢？如果没有严格的制度和考评机制，连课都不好好教的教师，肯定不在少数。是何原因？应该源于现今的教育制度，也源于教师自身。古人说“天地君亲师”，特别突出了“师”的地位和作用。自古教师与“天”“地”“君”“亲”是同一地位的，可享受任何特权的。对学生，教师可以有等同于父母的权利。而如今的未成年人保护法出台后，结果怎样呢？学生是越来越自由了，对教师也越来越不尊敬了！以前，我们在老师面前唯恐做错事的心态，恐怕现在的学生心中再也没有了。有时候连我们自己都瞧不起自己了，老师，还算什么“灵魂的工程师”？自己都不爱自己的职业了，还能用心教学吗？不用心教学，这不是教师本质的腐败吗？

年轻教师有晋升职称的压力，有了很多除了教学以外的硬性指标，缺一不可；职称晋升后的教师又想名利双收，又想占据优越的学校。于是，不知不觉离开了“传道授业解惑”的教学原点，“心较比干多一窍”，千方百计地“补”习，“考”好成绩，“写”论文，“上”公开课，“指导”学生……

如果为了职称、为了名利真正来比教学水平，比综合素质，应该不算是腐败的事情。腐败的是，在学校里混的一小撮人，教学思想落后，教学方法陈旧，对孩子的思想动态、道德品质、安全意识漠不关心，对教学、科研更是不屑一顾，职称、名利却样样想通过各种手段与别人“平起平坐”，甚至要“高人一筹”。更有甚者，自誉“与世无争”，视一切为粪土，除了生儿育女、相夫教子，只求度日、退休、安度晚年，同样置学生的学业、人格发展于不顾……回首一生竟想不出到底做了哪些真正有益、有意义的事！

还有，学校领导作为教师的一份子，同样存在着腐败，甚至在不知不觉中引领着教师们腐败。学校领导不能带领学校整体发展，而只照顾几个重点学科，就是一种腐败；一天忙不完的会议，不能引领师生身心健康发展，同样也是腐败；除了帮助教师造假应付检查就是被动地承接上级部署，不能创性地开展教育活动，更是一种腐败……

于是，一向被称为“清水衙门”的教育圣地——校园变得越来越污浊了，连小学生在学校就要经受“廉政文化进校园”之类的社会考验，心得体会《廉文读书心得体会——让我们都昂首地活着吧》(<http://www.unjs.com>)。这是社会的进步，还是社会的退步？人们给予教师太多的甚至是最崇高的美称：“教师是人类灵魂的工程师”、“教师是太阳底下最光辉的职业”……是啊，学高为师，德高为范，教师确实是一项崇高的职业。过去，传道、授业、解惑的精神为社会所尊崇，教师的“两袖清风”亦为民众所称道。所以，是教师就要做一个甘于清贫、道德高尚的人，不想道德高尚、不甘于清贫就不要做教师。臧克家在《有的人》中说“有的人活着，他已经死了。有的人死了，他还活着。”既然为人，就要做一个活得有意义——有道德底线——活着的人。作为教师，我们更要随时问自己：“你还活着吗？”

意大利诗人但丁曾说过这样一句话：“一个知识不健全的人可以用道德去弥补，而一个道德不健全的人却难于用知识去弥补。”

买书还来京东，印刷很精美，正版书籍，价格有折扣惠，送货快，当你心情愉快时，读书能让你发现身边更多美好的事物，让你更加享受生活。读书是一种最美丽的享受。“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。” 1.

而且不能用强求的方式取得。

婚姻是我们是否成熟的最好试金石。你若不想关心别人，最好是自己独处。但你若想与另一个人极亲密地生活在一起，便必须具有关爱别人的能力……这才是成熟的表现。

一名真正的男子…

要想发觉真正的自我，也就是我们与他人的不同，真正具有价值的地方，则必须先除掉

人性中的许多束缚，诸如：恐惧，畏缩，自我怀疑，迷惑感僵化人性中心的思想的种种积习。这时，兴奋便有如火把，能把捆绑住自我面貌的层层束缚挣脱掉，使真正的自我解放出来。使我们发现自我，发现我们与众不同的三种方法：1 每天安排独处的时刻
2.努力破除束缚自我的种种的积习
3.用热忱及兴奋去追求我们首要去做的事情不是去观望遥远的将来，而是去做手边的清晰之事。

为明日做好准备的最佳办法就是集中你所有的智慧、热忱，把今天的工作做得尽善尽美。

一个好想法与坏想法的差别是，好想法考虑到原因和结果，从而产生一个符合逻辑、富有建设性的计划；而坏想法通常导致一个人的紧张和精神崩溃。

对一个聪明人来说，每一天都是一个新的生命。微笑。无论如何微笑。记住你接触的人中每个人的名字。让他们得到重视。做一个善于静听的人，鼓励别人多谈自己。跟你说话的人，对他自己来讲，他的需要、他的问题，比你的问题要重要上百倍。他的牙痛，对他来讲，要比发生天灾死了数百万人还重要得多。他注意自己头上一个小疮愈，比注意发生一桩大地震还来得多。如果要使别人喜欢你，谈论他的兴趣所在。

第一项规则：真诚的对别人发生兴趣。第二项规则：微笑。第三项规则：记住...
果你“假装”对工作感兴趣，这种态度往往会使你的兴趣弄假成真。这种态度还能减少疲劳、紧张和忧虑。

除了身体的运动，我们更需要的是精神、心智上的运动，以便促使我们付诸行动。每天时时跟自己交谈，可以引导自己思考什么是勇气和幸福，什么是平安和力量；每天跟自己谈些需要感谢的事，这样，你的心灵就会海阔天空，快乐欢畅。

去假装，或者怎样。从中体会到其中的趣味才是关键。献出你真实，诚恳的赞赏，而不是一味的批评对方。想想如果你处在相同的状态和情形之下，你会怎样做，是否也会像他们一样犯错，或者，在想指责别人的时候，想想给他人自重感，同时也是对自己的尊重 成功的秘诀是：「我不说任何人的不好！而说我所知道的每一个人的好处！」

就像上次那个团委老师所说的，在人见不着的地方更应该谈论他的优点，而不是缺点。在人面前不说坏话，人之常情，可贵在别人背后也不要说。谨记呐！

许多精神错乱的人，在他疯癫中，找到了真实世界中所无法获得的自重感。以整体来讲，精神失常的人，似乎要比你我快乐。既然许多人以疯癫为快乐，他们为什么不这样呢？他们已经解决了他们的问题……。学会对自己说：这件事情只值得我担一点点心，没必要去操更多的心。

林肯认为：一个人实在没有时间把他的下半辈子花在争吵上，要是那个人不再攻击我，我就不会记他的仇。获得心理平静的最大秘密之一，就是要有正确的价值观念。

减少财务烦恼的两种方法：第一，所借的钱，一定要如数奉还；第二，尝试任何新事物前，要先留一手能

和书店的比较过了，应该是正版图书。价格可以，购买方便，送货上门，网购就是好，我一下买了好几本书。京东的物流很给力，送货的速度还不错，商品的质量也可以接受，价格也能比较公道。你,值得拥有!超低的价格,超好的质量,超高的品质,感谢京东,有你陪伴,真好!不错，很喜欢。

喜欢，看了一些了

我是从2011年8月开始网络购书的，算起来快5年了。师傅是我的女友“好梦”，她是个样样时尚都能搞懂的女子，若干年前我看她拿了一摞书在付款，才知道还有这等方便之事：网上选书，书到付款。于是赶紧回家登录京东书城，挑选，下单。果然，很快书就送到了。从那时起到现在，我不知在京东下了多少订单，四五十次应该有了吧，因为我早已是VIP钻石用户啦。好了，废话不多说。好了，我现在来说说这本书的观感吧，坐得冷板凳，耐得清寂夜，是为学之根本；独处不寂寞，游走自在乐，是为人之良质。潜心学问，风姿初显。喜爱独处，以窥视内心，反观自我；砥砺思想，磨砺意志。学与诗，文与思；青春之神思飞扬与学问之静寂孤独本是一种应该的、美好的平衡。在中国传统文人那里，诗人性情，学者本分，一脉相承久矣。现在讲究“术业有专攻”，分界逐渐明确，诗与学渐离渐远。此脉悬若一线，惜乎。我青年游历治学，晚年回首成书，

记忆清新如初，景物历历如昨。挥发诗人情怀，摹写学者本分，意足矣，足已矣。一直想买这书，又觉得对它了解太少，买了这本书，非常好，喜欢作者的感慨，不光是看历史或者史诗书，这样的感觉是好，就是书中的字太小了点，不利于保护视力！等了我2个星期，快递送到了传达室也不来个电话，自己打京东客服查到的。书是正版。了解京东：2013年3月30日晚间，京东商城正式将原域名360buy更换为jd，并同步推出名为“joy”的吉祥物形象，其首页也进行了一定程度改版。此外，用户在输入jingdong域名后，网页也自动跳转至jd。对于更换域名，京东方面表示，相对于原域名360buy，新切换的域名jd更符合中国用户语言习惯，简洁明了，使全球消费者都可以方便快捷地访问京东。同时，作为“京东”二字的拼音首字母拼写，jd也更易于和京东品牌产生联想，有利于京东品牌形象的传播和提升。京东在进步，京东越做越大。|||好了，现在给大家介绍两本本好书：《谢谢你离开我》是张小娴在《想念》后时隔两年推出的新散文集。从拿到文稿到把它送到读者面前，几个月的时间，欣喜与不舍交杂。这是张小娴最美的散文。美在每个充满灵性的文字，美在细细道来的倾诉话语。美在作者书写时真实饱满的情绪，更美在打动人心的厚重情感。从装帧到设计前所未有的突破，每个精致跳动的文字，不再只是黑白配，而是有了鲜艳的色彩，首次全彩印刷，法国著名唯美派插画大师，亲绘插图。|两年的等待加最美的文字，就是你面前这本最值得期待的新作。《洗脑术：怎样有逻辑地说服他人》全球最高端隐秘的心理学课程，彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。白宫智囊团、美国FBI、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！当今世界最高明的思想控制与精神绑架，政治、宗教、信仰给我们的终极启示。全球最高端隐秘的心理学课程，一次彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。从国家、宗教信仰的层面透析“思维的真相”。白宫智囊团、美国FBI、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！《洗脑术：怎样有逻辑地说服他人》涉及心理学、社会学、神经生物学、医学、犯罪学、传播学适用于：读心、攻心、高端谈判、公关危机、企业管理、情感对话……洗脑是所有公司不愿意承认，却是真实存在的公司潜规则。它不仅普遍存在，而且无孔不入。阅读本书，你将获悉：怎样快速说服别人，让人无条件相信你？如何给人完美的第一印象，培养无法抗拒的个人魅力？如何走进他人的大脑，控制他们的思想？怎样引导他人的情绪，并将你的意志灌输给他们？如何构建一种信仰，为别人造梦？

东西还不错，值得去购买

没太看，希望有用

电脑应用培训推荐教材新编计算机组装与维修应用教程这本书的印刷质量是非常不错的,很喜欢,而且价格相对来说很实惠,可谓物美价廉,无论是装订方式,还是发货包装个人感觉都是很不错的.新编计算机组装与维修应用教程具有以下特点
体例完整
新编计算机组装与维修应用教程根据教育部最新颁布的计算机教学大纲以及计算机培训教学的实际要求,经过周密思考、精心选材,制定并完善了新编计算机组装与维修应用教程的体例结构。权威实用
新编计算机组装与维修应用教程在编者多年来的教学经验和成果的基础上,根据广大读者、各计算机培训学校的教学实际,精心编写而成,内容经过多次提炼升华,突出了学习的规律与技巧。知识最新
根据计算机培训要求以及软件的升级换代,跟踪计算机技术的发展方向,向读者讲解了最新的知识,让读者始终比他人掌握得更多、更新、更实用。实用性强
根据读者的学习特点和理解规律,力求用多种方式、从多个角度阐述问题。主线纵深讲解,结构完整、思路清晰
辅线横向补充,加深读者对内容的掌握与领悟
实例与操作技巧相结合,强调学以致用。传承卓越精品理念,奉献一流精品图书,倡导实用为主,精品至上的思想,著精品图书,育一代英才。买之前还特意看了一

下编辑推荐,本来还有点犹豫,看到这么多名人都喜欢崔洲浩编写的电脑应用培训推荐教材新编计算机组装与维修应用教程也就打消了我的犹豫.简单的看了下新编计算机组装与维修应用教程系统讲解电脑的选购、组装、维护和常见故障的排除等知识,全书结构清晰、重点突出,用简洁的语言、丰富的图片、大量的实例介绍了组装电脑的整个流程,并为读者提供了电脑配件的选购、电脑整机组装、电脑维护与维修方面的详细指导。新编计算机组装与维修应用教程既可作为大、中专院校及各种电脑培训班的教材,也可以作为计算机维修人员和广大电脑爱好者的实用手册。我发觉我已经喜欢上它了,尤其是书中的一段第1章电脑组装流程与方案组装电脑前必须先确定组装方案,明确装机目的,根据装机目的确定电脑的整体性能和档次,从而确定各部件的性能与型号,并列配置清单。用户根据自身的需求,选购好配件,准备好装机工具,就可以开始组装电脑了。(1) 根据自己的要求(购买电脑的用途)和经济能力,选购合适的电脑部件,具体包括主板、内存、显卡、显示器、键盘、鼠标和机箱。如果需要的话,还应购买声卡、网卡和音箱等其他辅助部件。(2) 在主板上安装好并安装好风扇、内存与显卡。将键盘和开关电源连接到主板上,将显示器连接到显卡。利用改锥等金属物触发电源开关,对系统进行最小化测试。(3) 如电脑能正常启动,先关掉电源,拔出插在主板上的显卡与电源接头,然后将主板用螺丝固定在机箱中,并且在固定螺丝

很好的舞蹈辅导教材,正在边看边学习,学舞蹈的女儿很喜欢。虽然现在刚学跳舞,只是让她培养兴趣,因为才4岁对她不要求考级,但看到这套书还是买了,以后可以用作参考,毕竟课堂上的时间有限,老师又不会一一指导。同时买了湖南少儿舞蹈考级指定教材:少儿舞蹈考级教材(1-4级)

京东的物流很给力,送货的速度还不错,商品的质量也可以接受,价格也能比较公道。你,值得拥有!超低的价格,超好的质量,超高的品质,感谢京东

书中的另外一段话,被我端正的抄写在读书笔记上:

不要被信条所惑,盲从信条就是活在别人思考的结果里。不要让别人的意思淹没了你内在的心声。最重要的,拥有跟随内心与直觉的勇气,你的内心与直觉多少已经知道你真正想要成为什么样的人。任何其他事物都是次要的。

在旁人的眼中,打算离开谷歌的李开复拥有一切他这个年龄应该拥有的东西。和睦的家庭,高层的职位,不菲的薪金报酬,以及一个自己一手培养起的团队与默契的合作伙伴。但是并不年轻的李开复还是断然的离开了谷歌,走向一个自己曾梦想已久的领域。人越大顾虑越多,为改变付出的代价越高,所以甚是敬佩李开复的勇气。既然前辈已经把道理书在纸上,那么年轻的我们就应该利用现在年轻的条件去养成好的习惯,明确自己所求,然后不断努力吧。

这就叫我想起了徐志摩的《再别康桥》里的一句诗:“寻梦?撑一支长篙,向青草更青处漫溯,满载一船星辉,在星辉斑斓里放歌。”

不论是自己的专业——尽管与李开复的职业还是英语都相去甚远——但是看完这本书,有一个很强的理念就是创新,这也是目前整个社会的发展现状。我们有一节课的名字就叫做“电视节目策划”,老师上课并不照本宣科,有时她根本什么都不说,就是让我们用好创意自己策划一个电视节目,上去说你的想法。一开始对我们是一个不小的挑战,但是慢慢的大家都喜欢上这门课了。不论是现在的学习还是在新东方,或者毕业之后真正走上工作岗位,创新都是永恒不变的追求。

之前对Google的工作环境了解,也只停留在一些设计杂志上对于其,或者NOKIA等公司内部设计理念的解读。看完这本书才真正了解了他们工作的上下级平等、放松的工作环境,以及对思想开放性的重视。特别是那些各类全球名校的最优秀的学生的集合,光这一点就羡慕我太多啦。如果有一天能让我去他们的总部参观的话——虽然可能性微乎其微但是不能剥夺我做这样的白日梦的权利——那就真太有幸了。

最后要说的是,在阅读完这本书后,我换掉了一直习惯了的默认百度搜索引擎,也卸载

了用了许久的我是在书商给我的垃圾邮件中看到这本书的书讯的，恰逢国庆书商那里是免运费的，于是就订购了一本，在几年前我买了一本李开复的另外一本书。那本书我虽然只读过一遍，但是留给了我了很深的印象。也在这几年里有效的激励这我，这两年来的一些抉择和面临的问题的处理，都或多或少的被那本书影响着，让我心中埋藏已久的一些想法得到了一定程度的爆发。我很感谢那本书！

和书店的比较过了，应该是正版图书。价格可以，购买方便，送货上门，网购就是好，我一下买了好几本书。有你陪伴真好！不错，很喜欢。买书还来京东，印刷很精美，正版书籍，价格有折扣惠，送货快，当你心情愉快时，读书能让你发现身边更多美好的事物，让你更加享受生活。读书是一种最美丽的享受。“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。”

还行~~~我以为光盘是带视频的，结果不是~~~

还行~~~我以为光盘是带视频的~~~~

写的很好，感觉书还不错还没有仔细看东西写得比较详细我只要在搜索框内输入湖南少儿舞蹈考级指定教材少儿舞蹈考级教材（1-4级）（附光盘），就会有好多书摆在我面前供我挑选，价格方面还可以打折，这样便捷与优惠的购书方式我怎么可能不选择呢！经常在网上购物的弟弟幸福的告诉我。据调查统计，当前网上书店做得较好的的网站有京东等。现在大街小巷很多人都会互相问候道今天你京东了吗，因为网络购书已经得到了众多书本爱好者的信任，也越来越流行。基于此，我打开网页，开始在京东狂挑书。一直想买这书，又觉得对它了解太少，买了这本书，非常好，喜欢作者的感慨，不光是看历史或者史诗书，这样的感觉是好，就是书中的字太小了点，不利于保护视力！等了我2个星期，快递送到了传达室也不来个电话，自己打京东客服查到的。书是正版。通读这本书，是需要细火慢烤地慢慢品味和幽寂沉思的。亲切、随意、简略，给人洁净而又深沉的感触，这样的书我久矣读不到了，今天读来实在是一件叫人高兴之事。作者审视历史，拷问灵魂，洋溢着哲思的火花。人生是一段段的旅程，也是需要承载物的。因为火车，发生过多少相聚和分离。当一声低鸣响起，多少记忆将载入历史的尘梦中啊。其实这本书一开始我也没看上，是朋友极力推荐加上书封那个有点像史努比的小人无辜又无奈的小眼神吸引了我，决定只是翻一下就好，不过那开篇的序言之幽默一下子便抓住了我的眼睛，一个词来形容——太逗了。据悉，京东已经建立华北、华东、华南、西南、华中、东北六大物流中心，同时在全国超过360座城市建立核心城市配送站。是中国最大的综合网络零售商，是中国电子商务领域最受消费者欢迎和最具有影响力的电子商务网站之一，在线销售家电、数码通讯、电脑、家居百货、服装服饰、母婴、图书、食品、在线旅游等12大类数万个品牌百万种优质商品。选择京东。好了，现在给大家介绍两本好书爱情急救手册是陆琪在研究上千个真实情感案例，分析情感问题数年后，首次集结成的最实用的爱情工具书。书中没有任何拖沓的心理和情绪教程，而是直接了当的提出问题解决问题，对爱情中不同阶段可能遇到的问题，单身的会遇到被称为剩男（剩女）的压力、会被家人安排相亲、也可能暗恋无终，恋爱的可能会遇到种种问题，而已婚的可能会遇到吵架、等问题，所有问题一一给出解决方案。陆琪以闺蜜和奶爸的语重心长告诉你各种情感秘籍，让你一看就懂，一做就成。是中国首部最接底气的爱情急救手册。谢谢你离开我是张小嫻在想念后时隔两年推出的新散文集。从拿到文稿到把它送到读者面前，几个月的时间，欣喜与不舍交杂。这是张小嫻最美的散文。美在每个充满灵性的文字，美在细细道来的倾诉话语。美在张小嫻书写时真实饱

在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美；各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。

打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候

似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。

作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味

无论男女老少，第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让你感觉你知书答礼，颇有风度。

多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。

多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。

多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。

用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。

读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现.

最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。

最后在好评一下京东客服服务态度好，送货相当快,包装仔细！这个也值得赞美下

希望京东这样保持下去，越做越好

帮别人买的，不了解情况。。。

我买的是湖南少儿舞蹈考级指定教材少儿舞蹈考级教材（1-4级）（附光盘），读书，我个人认为它有两层意思第一，看书，看一本或一篇从未看过,也可以是重新看的书，第二，学习，上学校，多用于现代社会中，孩子出门前，都说一句我读书去了！

不想读书不爱读书的人如果有人问他为什么不读书（指课外书），80%的孩子都会回答没时间，我想换成是我，也会那么说的。其实，生活中，空闲的时间是很多的，在沙发上看电视的时候，在书桌前发呆的时候，玩疯了需要平静一会的时候，一个人闲着无聊的时候，那些细小的时间，要靠你去拾掇。有一个作家说得很好，每天你就是再忙，看三、四页书的时间总是有的，慢慢积累起来，将是一个很惊人的数目。读书也就是学习，那学习又得分开说学是学习新的知识，只有学了，才将成为一个有用的人。习便是温习学过的知识，学了，转而又忘了，那等于白学，白学又不如不学，所以温习不可少。

学习后还得思，思便是思索学过的知识，不思，便不理解，不理解学来也无用。读书必是自愿，只有自愿做的事情才更快乐，更有效果。别人逼你，你本身不愿意，只怀着满肚子的气读书，脑里便不能思了。比如说我吧，一本家，看了一个月还没看完四分之一，我自己也火了，看不下去有何办法但同样厚薄的儿童小说，仅一小时，便半本下肚。那时我还想人生还有比这更快乐的事吗在我眼里，暂时没有。

我想，看书是需要耐心的，名著的确不同于其他小说，慢慢琢磨，才其乐无穷。我觉得这部作品最吸引人的地方，便是大仲马那堪称神奇的想象力。书中有许多情节的设计都出乎人的意料，例如，基督山神秘的行踪，超乎想象的能力，以及渊博的知识，都足以让人叹为观止。主人公唐泰斯的经历可谓是艰难困苦。在伊夫堡阴森的地牢里，过着非人的生活15年没有见过太阳，没有呼吸过新鲜空气与亲人失去联系，那是常人无法想象的痛苦，但基督山伯爵却从未放弃过希望，生活的痛苦并未改变他正直善良的性格，只是加深了他对恶人的仇恨。他曾不相信任何人，却并未怀疑人性的善良。基督山最后有一个好的结局，使恶人得到恶报，使好人得到幸福漂亮善良的希腊姑娘海蒂融化了基督山冰冷的心，伯爵再一次有了新的希望。

在书的导读结尾处有一句话给了我深刻的启示活着不能没有希望，生活的斗争不能没有智慧。本书是为儿童和青少年学习舞蹈艺术而编的舞蹈教材，内容包括学生的训练动作和教师的教授方法，是一本师生共用的系统教材。本教材共分三册，十二级，由浅入深，由简至繁，逐步提高，适用于六岁以上(含六岁)至十八岁青少年学习。本册为1-4级。本书除人体舞姿的图画之外，还运用了场记图以说明本教材中有关舞蹈的队形和方位。本教材为国家文化部社会艺

京东的货，应该是正版

记得有一次，我独自一人出来逛街。逛了大半天，什么也没有买到，不是东西不合适，就是价格太高，就在我准备两手空空打道回府的时候，无意中发现前方不远处有一个卖小百货的商店，走上前去一看，商店里面正挂着一些极其精致漂亮的背包，那时为了不至于两手空空回去，我总想凑合着买点东西，经过一番讨价还价，便商定了价格，付了钱之后，我正准备拿起我相中的背包离开的时候，无意中发现背包上有一根拉链坏了，于是我又重新挑选了一个，正要转身离开，那店主居然耍赖说我还没有付钱，硬拉着要我付钱，还说什么谁能证明你付了钱呢？没办法，我是自己一个人去的，旁边又没有其它顾客，谁能证明呢？天晓得。我辩不过她，只好愤愤不平地两手空空回去了。从那以后，我吃一堑，长一智，我就常常到网上购物了。好了，我现在来说说这本书的观感吧，一个人重要的是找到自己的腔调，不论说话还是写字。腔调一旦确立，就好比打架有了块趁手的板砖，怎么使怎么顺手，怎么拍怎么有劲，顺带着身体姿态也挥洒自如，打架简直成了舞蹈，兼有了美感和韵味。要论到写字，腔调甚至先于主题，它是一个人特有的形式，或者工具；不这么说，不这么写，就会别扭；工欲善其事，必先利其器，腔调有时候就是“器”，有时候又是“事”，对一篇文章或者一本书来说，器就是事，事就是器。这本书，的确是用他特有的腔调表达了对“腔调”本身的赞美。|好大一本书，是正版!各种不错!只是插图太多，有占篇幅之嫌。故事很精彩，女儿很喜欢。书写的不错，能消除人的心瘾。目前已经戒烟第三天了，书拿到手挺有分量的，包装完好。还会继续来，一直就想买这本书，太谢谢京东了，发货神速，两天就到了，超给力的！5分！了解京东：2013年3月30日晚间，京东商城正式将原域名360buy更换为jd，并同步推出名为“joy”的吉祥物形象，其首页也进行了一定程度改版。此外，用户在输入jingdong域名后，网页也自动跳转至jd。对于更换域名，京东方面表示，相对于原域名360buy，新切换的域名jd更符合中国用户语言习惯，简洁明了，使全球消费者都可以方便快捷地访问京东。同时，作为“京东”二字的拼音首字母拼写，jd也更易于和京东品牌产生联想，有利于京东品牌形象的传播和提升。京东在进步，京东越做越大。|||好了，现在给大家介绍两本本好书：《谢谢你离开我》是张小娴在《想念》后时隔两年推出的新散文集。从拿到文稿到把它送到读者面前，几个月的时间，欣喜与不舍交杂。这是张小娴最美的散文。美在每个充满灵性的文字，美在细细道来的倾诉话语。美在作者书写时真实饱满的情绪，更美在打动人心的厚重情感。从装帧到设计前所未有的突破，每个精致跳动的文字，不再只是黑白配，而是有了鲜艳的色彩，首次全彩印刷，法国著名唯

美派插画大师，亲绘插图。|两年的等待加最美的文字，就是你面前这本最值得期待的新作。《洗脑术：怎样有逻辑地说服他人》全球最高端隐秘的心理学课程，彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。白宫智囊团、美国FBI、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！当今世界最高明的思想控制与精神绑架，政治、宗教、信仰给我们的终极启示。全球最高端隐秘的心理学课程，一次彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。从国家、宗教信仰的层面透析“思维的真相”。白宫智囊团、美国FBI、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！《洗脑术：怎样有逻辑地说服他人》涉及心理学、社会学、神经生物学、医学、犯罪学、传播学适用于：读心、攻心、高端谈判、公关危机、企业管理、情感对话……洗脑是所有公司不愿意承认，却是真实存在的公司潜规则。它不仅普遍存在，而且无孔不入。阅读本书，你将获悉：怎样快速说服别人，让人无条件相信你？如何给人完美的第一印象，培养无法抗拒的个人魅力？如何走进他人的大脑，控制他们的思想？怎样引导他人的情绪，并将你的意志灌输给他们？如何构建一种信仰，为别人造梦？

书到用时方恨少，事非经过不知难。终于在京东买的书送到了。很满意。

《学记》曰：“是固教然后知困，学然后知不足也。”对于我们教师而言，要学的东西太多，而我知道的东西又太少了。有人说，教给学生一杯水，教师应该有一桶水。这话固然有道理，但一桶水如不再添，也有用尽的时候。愚以为，教师不仅要有一桶水，而且要有“自来水”、“长流水”。“问渠哪得清如许，为有源头活水来”，“是固教然后知困，学然后知不足也”。因此，在教学中，书本是无言的老师，读书是我教学中最大的乐趣。

比知识更重要的是方法，有方法才有成功的路径。教师今天的学习主要不是记忆大量的知识，而是掌握学习的方法——知道为何学习？从哪里学习？怎样学习？如果一个老师没有掌握学习方法，即使他教的门门功课都很优异，他仍然是一个失败的学习者。因为这对于处在终身学习时代的人来说，不啻是一个致命的缺陷。学习型社会为全体社会成员提供了充裕的学习资源。学习化社会中的个体学习，犹如一个人走进了自助餐厅，你想吃什么，完全请便。个体完全可以针对自身的切实需求，选择和决定学习什么、怎样学习、学习的进度等等。

比方法更重要的是方向。在知识经济大潮中，作为一名人民教师，应该认准自己的人生坐标，找准自己的价值空间。教书的生活虽然清贫，但一本好书会使我爱不释手，一首好诗会使我如痴如醉，一篇美文会使我百读不厌。我深深地知道，只有乐学的教师，才能成为乐教的教师；只有教者乐学，才能变成为教者乐教，学者乐学，才能会让学生在欢乐中生活，在愉快中学习，这就是我终身从教的最大追求。

比方向更重要的是态度，比态度更重要的是毅力。“任尔东南西北风，咬定青山不放松。”一天爱读书容易，一辈子爱读书不易。任何人都可以使梦想成为现实，但首先你必须拥有能够实现这一梦想的信念。有信念自有毅力，有毅力才能成功。有一位教育家说过，教师的定律，一言以蔽之，就是你一旦今日停止成长，明日你就将停止教学。身为教师，必须成为学习者。“做一辈子教师”必须“一辈子学做教师”。教师只有再度成为学生，才能与时俱进，不断以全新的眼光来观察和指导整个教育过程。使广大教师牢固树立终身学习的理念，创造性地开展教书育人工作。

常读书使我明白了许多新道理：教学不再是简单的知识灌输、移植的过程，应当是学习主体(学生)和教育主体(教师，包括环境“人——环境”系统。学生将不再是知识的容器，而是自主知识的习得者。面对知识更新周期日益缩短的时代，教师必须彻底改变过去那种把教师知识的储藏和传授给学生的知识比为“一桶水”与“一杯水”的陈旧观念，而要努力使自己的大脑知识储量成为一条生生不息的河流，筛滤旧有，活化新知，积淀学养。一个教师，不在于他读了多少书和教了多少年书，而在于他用心读了多少书和教了多少书。用心教、创新教与重复教的效果有天渊之别。

在京东买好书。多读书。受益无穷。

书籍是人类数百年来无数聪明才智的载体，它记录着人类几十年的知识教训。随着社会的发展，社会上形形色色的书卷也日益繁多。当我面对如排山倒海般袭来的“书山书海”，不禁会想，我们为什么读书。

高尔基说过“书籍是人类进步的阶梯。”人为生存，为了考学，拼命的读书，有人甚至说书籍是生计的敲门砖，有了事业即可不要书。对于这一观点，我不敢苟同，正如培根所说，“读史使人明智，读诗使人灵秀，数学使人周密，物理使人深刻，伦理使人庄重，逻辑使人善辩。”在我看来，读书的目的并不在于为考试，而在读书，若只为考试而读，那便是读死书。我认为，读书的真正目的应是以下四点：第一，

读书让人获得知识。这是最浅显的作用。我们从小到大所读的教科书目的也大于此。它让获得丰富的知识，获得渊博的学识，也让人们得到学位和工作，这些无足轻重的“副产品”。这一层的读书只是为了生活和学识。不可否认，知识的获得也是十分重要，毕竟“熟读唐诗三百首，不会作诗也会吟”吗？第二，读书让人提高修养。

阅读一本好书，正如同一位知识渊博的学者谈话，“他”的语言中无不闪烁智慧的火花，无不传达着高尚的修养，从一本书中学到的修养，提高的品格，远比在生活磨砺中体会的深刻，体会的彻底。正如林语堂所说的如果读者获得书中的“味”，他便会在谈吐中把这种风味表现出来，如果他的谈吐中有了风味，他在写作中免不了会表现出风味来。着此间浅移默化的“味”，不正是在读书中体味的素养吗？第三，

读书让人开阔视野。人生活的范围有限，限制于空间与时间的连锁中，当他只能同身边的交谈，他的认识是肤浅的，他的学识是简陋的。但当他打开一本书，时间，空间便再不能限制于他，他可以坐在家中看到世界各地，品味古今中外，他可以体会古战场上“马作的卢飞快，弓如霹雳弦惊”的宏大，可以体会大草原上“风吹草地牛羊”的生机；可以体会黄昏下“枯藤老树昏鸦，小桥流水人家”的忧；可以体会“白日放歌需纵酒，青春作伴好还乡”的喜悦。在书中人可以翱翔于智慧的天空，他的视野也不会只存在于一省，一市，一县，一国而是整个宇宙整个空间。着也许读书所换来的乐趣吧。第四，

读书让人明白事理。韩愈曾说“人非生而知之者，孰能无或？”我想最大的疑虑也莫过于不明事理吧，读书里的名人，也许刚好可以找到答案，看世界名人的作人处事，从中可以学到许多方法，对于明白事理，应是非常重要的吧。

在书籍中品味知识的博大精神。在书籍中培养修养的文雅得体，在书籍中开拓视野看大千世界，在书籍中学做人处事的方法道理。这也许是读书的真正目的吧。

的书写得不错,对买者的用处比较大,湖南少儿舞蹈考级指定教材少儿舞蹈考级教材（5-8级）（附光盘）是朋友推荐的,值得一读,京东商城的配送速度也很快,头天上午订购,第二天就送达了,快递的服务态度也不错,都和快递人员搞的很熟了,每次来都非常热情.读书是一个很好的习惯,不能丢下了,电脑看书是替代不了纸质书籍的.读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。，一本书多读几次，。高尔基曾说书是人类进步的阶梯。的确，看一本好书就像在和一个人高尚的人谈话，书在每个地方，每个时代都有着重要的地位，包含着无穷无尽的知识。一个家庭没有书，就等于一间房子没有窗子。可想而知书在日常生活中的重要性。它像一束阳光，一扇风景。不仅可以提高我们的生活情趣，而且，使生活变的更加丰富多彩，有声有色。我们通过读书丰富知识，增长见识，让生活过得更充实，更有意义。在书中我们可以学习许多小窍门，解决生活中遇到的小难点。几百上千年前的古人已经知道了读书的好处，有许多热爱读书的故事都流传至今，其中王羲之的故事非常值得我们深思相传。一天中午，王羲之正在读书，书童送来馍馍和蒜泥，他因为看书入了迷，竟拿着一块馍沾了墨汁就往嘴里送，错把墨汁当蒜泥吃了，还说今天的蒜泥真香啊！通过这个故事，我深深体会到了读书的重要性，前人能做到读书废寝忘食的地步，为后人留下了许多宝贵的知识，财富，

我们有什么不好好读书而沉迷于游戏，电视与他们相比我们不感到惭愧吗本书是为儿童和青少年学习舞蹈艺术而编的舞蹈教材，内容包括学生的训练动作和教师的教授方法，是一本师生共用的系统教材。本教材共分三册，十二级，由浅入深，由简至繁，逐步提高，适用于六岁以上(含六岁)至十八岁青少年学习。本册为5-8级。本书除人体舞姿的图画之外，还运用了场记图以说明本教材中有关舞蹈的队形和方位。本教材为国家文化部社会艺术水平考级中心核准的舞蹈考级教材，凡学习本教材者均可按有关条例参加舞蹈考级活动，并取得级别资格认定。本考级机构已经由文化部全国社会艺术水平考级中心向全国颁布。·本书是为儿童和青少年学习舞蹈艺术而编的舞蹈教材，内容包括学生的训练动作和教师的教授方法，是一本师生共用的系统教材。·本教材共分三册，十二级，由浅入深，由简至繁，逐步提高，适用于六岁以上(含六岁)至十八岁青少年学习。·教材所需的伴奏音乐与本教材同时。

小孩子非常喜欢，整天拿着练~

不错不错。。。。。。。。

不适合孩子，光盘电脑播不了，DVD只有声音没有图像，想放下一曲都放不了。

买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。

，阅读了一下，写得很好，本书是为儿童和青少年学习舞蹈艺术而编的舞蹈教材，内容包括学生的训练动作和教师的教授方法，是一本师生共用的系统教材。本教材共分三册，十二级，由浅入深，由简至繁，逐步提高，适用于六岁以上(含六岁)至十八岁青少年学习。本册为1-4级。本书除人体舞姿的图画之外，还运用了场记图以说明本教材中有关舞蹈的队形和方位。本教材为国家文化部社会艺术水平考级中心核准的舞蹈考级教材，凡学习本教材者均可按有关条例参加舞蹈考级活动，并取得级别资格认定。本考级机构已经由文化部全国社会艺术水平考级中心向全国颁布。·本书是为儿童和青少年学习舞蹈艺术而编的舞蹈教材，内容包括学生的训练动作和教师的教授方法，是一本师生共用的系统教材。，，。

非常好的一本书，京东配送也不错!读书是一种提升自我的艺术。玉不琢不成器，人不学不知道。读书是一种学习的过程。一本书有一个故事，一个故事叙述一段人生，一段人生折射一个世界。读万卷书，行万里路说的正是这个道理。读诗使人高雅，读史使人明智。读每一本书都会有不同的收获。悬梁刺股、萤窗映雪，自古以来，勤奋读书，提升自我是每一个人的毕生追求。读书是一种最优雅的素质，能塑造人的精神，升华人的思想。读书是一种充实人生的艺术。没有书的人生就像空心的竹子一样，空洞无物。书本是人生最大的财富。犹太人让孩子们亲吻涂有蜂蜜的书本，是为了让他们记住书本是甜的，要让甜蜜充满人生就要读书。读书是一本人生最难得的存折，一点一滴地积累，你会发现自己是世界最富有的人。读书是一种感悟人生的艺术。读杜甫的诗使人感悟人生的辛酸，读李白的诗使人领悟官场的腐败，读鲁迅的文章使人认清社会的黑暗，读巴金的文章使人感到未来的希望。每一本书都是一个朋友，教会我们如何去看待人生。读书是人生的一门最不缺少的功课，阅读书籍，感悟人生，助我们走好人生的每一步。书是灯，读书照亮了前面的路书是桥，读书接通了彼此的岸书是帆，读书推动了人生的

船。读书是一门人生的艺术，因为读书，人生才更精彩！读书，是好事读大量的书，更值得称赞。读书是一种享受生活的艺术。五柳先生好读书，不求甚解，每有会意，便欣然忘食。当你枯燥烦闷，读书能使你心情愉悦当你迷茫惆怅时，读书能平静你的心，让你看清前路当你心情愉快时，读书能让你发现身边更多美好的事物，让你更加享受生活。读书是一种最美丽的享受。书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。一位叫亚克敦的英国人，他的书斋里杂乱的堆满了各科各类的图书，而且每本书上都有着手迹。读到这里是不是有一种敬佩之意油然而升。因为有了

这本书不是很厚的样子，纸张应该还可以在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美；各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。

打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候

似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。

作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味

无论男女老少，第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让你感觉你知书答礼，颇有风度。

多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。

多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。

多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。

读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现。

最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。

最后在好评一下京东客服服务态度好，送货相当快,包装仔细！这个也值得赞美下希望京东这样保持下去，越做越好

...?&许红英许红英写的很好，书本质量不错内容很精彩快递很给力任做新东方的这么多年来，我对自己提出了七句话，作为自己做事情的原则和指导，这七句话是用理想和信念来支撑自己的精神用平和与宽容来看待周围的人事用知识和技能来改善自己的生活用理性和判断来避免人生的危机用主动和关怀来赢得别人的友爱用激情和毅力来实现自己的梦想用严厉和冷酷来改正自己的缺点。新东方·六级词汇词根联想记忆法（乱序版）特点词根联想记忆法--实用有趣，巩固记忆，乱序编排--打破常规字母顺序，真题

例句--仿真环境应用，直观了解考查要点，辨析图解记忆--形象生动，千言万语尽在一图中，词源--从起源透析单词释义的演变，加深理解，模拟练习--助你真正做到学以致用，500分钟标准美音3光盘（支持字幕播放）--标准单，词发音、释义以及例句，配合学习，效果加倍。任做新东方的这么多年里，我对自己提出了七句话，作为自己做事情的原则和指导，这七句话是用理想和信念来支撑自己的精神用平和与宽容来看待周围的人事用知识和技能来改善自己的生活用理性和判断来避免人生的危机用主动和关怀来赢得别人的友爱用激情和毅力来实现自己的梦想用严厉和冷酷来改正自己的缺点。新东方·六级词汇词根联想记忆法（乱序版）特点词根联想记忆法--实用有趣，巩固记忆，乱序编排--打破常规字母顺序，真题例句--仿真环境应用，直观了解考查要点，辨析图解记忆--形象生动，千言万语尽在一图中，词源--从起源透析单词释义的演变，加深理解，模拟练习--助你真正做到学以致用，500分钟标准美音3光盘（支持字幕播放）--标准单，词发音、释义以及例句，配合学习，效果加倍。任做新东方的这么多年里，我对自己提出了七句话，作为自己做事情的原则和指导，这七句话是用理想和信念来支撑自己的精神用平和与宽容来看待周围的人事用知识和技能来改善自己的生活

放不出来，卡、、、、

为了指导小孩学舞蹈买的，可惜没有视频

阅读了一下，写得很好，内容也很丰富。

教师职业能力测验教育理论综合(通用版)特点曲线标注，圈定范围，历年真题，专家解析，考点重点，星级揭示，网上测试，查漏补缺，深度链接，规避误区，视频辅导，专家在线答疑。学科专业知识、新课改、素质教育、教育法规、教材教法、教育写作、面试、时事政治、信息技术、课堂教学常规知识、教学技能、教学设计。适用范围面向应往届高校毕业生公开招聘，教育局人事局公开招聘教师，中小学及大学教师入编考试，代转公考试，事业单位公开招聘教师，农村特岗教师招聘。，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。书的内容直得一读

（一）兼顾考生多元化由于是社会考试，命题兼顾师范和非师范、应届生和往届生，考虑到在校生的教学要求，鼓励社会人员参加考试。（二）考试内容综合化考试内容除了基本的教育学、心理学基础知识以外，还要考察新课程改革、教育法规、计算机知识、班主任工作等。（三）纯记忆性的内容减少注重考查基础知识和解决实际问题的能力，更好体现当前教育发展对教师素质的基本要求（四）指向教育教学实践招教考试这一特定的考试形式和目的决定了考试最突出的特征是指向教育教学实践，指向与课堂教学密切相关的各个方面。（五）考察基础知识和基本技能考察的内容是教育科学体系中最基础也是作为教师最基本的知识、技能和态度价值观。（六）重点考察创新性思维与创新教育的问题。这是我国社会及教育发展所追求的核心价值观。这一核心价值观对教师

的要求远远高于其他职业，因为教师担负着培养祖国接班人的光荣而神圣的职责。（七）充分体现以人为本、和谐发展的科学理念，体现在学校教育中，就是以学生为本，以学生全面、和谐发展为本。第二节国内外课程改革的趋势及情况（一）注重基础学力的提高为适应学习型社会的需要，提高儿童基础学力仍然是各国课程改革首要的关注点。读、写、算能力和信息素养等是未来公民所不可或缺的，基础学力是儿童适应未来社会的前提，是开展终身学习、促进自身完善与发展的基础，因此，使儿童具备基础学力是课程改革的首要目标。例如，德国巴伐利亚州课程改革指导思想是向成长着的一代传授广泛的、出色的、综合的基础知识，培养学生终身学习的能力和关键素养，包括问题解决能力、迁移能力、灵活性、交际能力、合作能力、创造能力、自主性和可信性等等。（二）信息素养的养成为适应信息化社会，迎接信息时代的挑战，从浩瀚的信息海洋中获取必要的信息，儿童需具备相应的信息素养。因此，信息素养的养成成为各国课程改革的另一热点。例如，在英国，为全面提高学生的信息和交流技术能力，在新的国家课程中，将以前的信息技术改为信息和交流技术。这门学科

今天刚刚拿到书，这本：林语堂1.林语堂写的苏东坡传很不错，作为中国历代文人从政的标志性人物，苏东坡的文章虽闻名天下，仕途却历尽艰辛，屡遭迫害，但终不改其乐观的天性他一生融儒、释、道于一体，诗、文、词、书、画俱在才俊辈出的宋代登峰造极他比中国其他的诗人更具有天才的多面性、丰富感、变化感和幽默感他的人格精神所体现的进取、正直、慈悲与旷达，千年来始终闪耀在中国历史的星空。学贯中西的林语堂先生用生花妙笔将一位文学家、政治家、书画家的一生娓娓道来，一个性格鲜明、多才多艺、形象饱满、可敬可爱的苏东坡也清晰地浮现在人们的眼前。我们未尝不可说，苏东坡是个秉性难改的乐天派，是悲天悯人的道德家，是黎民百姓的好朋友，是散文作家，是新派的画家，是伟大的书法家，是酿酒的实验者，是工程师，是假道学的反对派可是这些也许还不足以勾绘出苏东坡的全貌。苏东坡传是国学大师林语堂最得意的作品，中国现代长篇传记开标立范之作。他所记载的是一个诗人、画家与老百姓之挚友的事迹，他用生花妙笔将一位文学家、政治家、书画家的一生娓娓道来，一个性格鲜明、多才多艺、形象饱满、可敬可爱的苏东坡也清晰地浮现在人们的眼前。前言过去童子时读古文，所读传记文字，都是短篇，如史记的刺客列传（廉颇蔺相如列传，最长的也不过项羽本纪。唐代传奇如虬髯客传长恨歌传则是小说，去真正史实太远。唐宋以至清代古文的传记文仍是短的散文。中国传记文章之长至排印成册者，似乎是开始于现代，但为数不多，其最为人所熟知者，我想是林语堂英文著作的汉译本，即（武则天正传（）及（苏东坡传（）。这类文学创作之出现，与过去之历史演义小说不能说毫无关系，但所受的直接影响，还是来自西方的传记文学，在英文著作中如：的力，的，等皆是。以中国历史之长、史料之富，写名人传记的背景和基础，可算极为有利。像林语堂先生这两本名人传记，写得实在好，但可惜我们所拥有的这类书实嫌太少。是否我们的学者作家能接着再写出些本来真令人延伫望之。写传记不比写小说，可任凭想象力驰骋，必须不背乎真实，但又不可缺少想象力的活动。写小说可说是天马行空，写传记则如驱骅骝、驾战车，纵然须绝尘驰骤，但不可使套断缰绝、车翻人杳，只剩下想象之马，奔驰于其大无垠的太空之中。所以写传记要对资料有翔实的考证，对是非善恶有透彻的看法，对资料的剪裁去取，写景叙事，气氛对白的安排上，全能表现艺术的手法。于是，姚姬传所主张的考据、义理、词章，乃一不可缺。也就是说，传记作家，要有学者有系统的治学方法，好从事搜集所需要的资料要有哲学家的高超智慧的人生观，以便立论时取得一个不同乎凡俗的观点要有文学家的艺术技巧与想象力，

少儿舞蹈老师教学应该注意什么少儿舞蹈老师教学应该注意什么少儿舞蹈老师教学应该注意什么少儿舞蹈老师教学应该注意什么

(———、、、美的形象美的形象美的形象美的形象。。。。你的仪态、风度、容貌、服饰、言谈举止都会对孩子产生影响。所以，你的着装要干净、简洁，适合舞蹈教学运动的需要，服装的色彩应以暖色调为主；不要佩带过多的饰品，不要佩戴夸张的耳环（小耳钉除外）；脸部化妆要素淡；讲话语速为中速，语言要准确，音量要适中；举手投足切忌慌乱，时刻给孩子镇定自若的状态；你的形象和状态影响着孩子对你的尊重和喜爱程度，直接作用于你的课堂指挥效能，直接影响课堂秩序和教学质量。获得孩子的喜爱能使你的教学工作充满快感。

———、、、、让爱交融让爱交融让爱交融让爱交融。。。。在90分钟里，你拥有这间舞蹈教室所有孩子充满崇拜的爱，你也需要付出全部的爱，让爱交融，她们在这一刻就是你的孩子。你不会训斥孩子、辱骂孩子、威胁孩子、用动作恐吓孩子和不恰当的接触孩子身体；你也不能因为她们忘记动作而不满；你也不必考虑是否能把她们培养成舞蹈家。你只需要看着她们纯真的眼睛，了解她们是否愿意在这个时间和地点与你共同舞蹈。你只要准确地判断她们是快乐的，她们就会像优秀的士兵一样听从你的指挥，你所有的教学计划和目标都会圆满的完成。

———、、、、释放你的激情释放你的激情释放你的激情释放你的激情。。。。舞蹈教学需要激情和全身心投入到舞蹈的氛围中，要对她们说你是一只可爱的“小燕子”、一只活泼的“跳芭蕾的小蝌蚪”等，用这些感染她们，把她们引入到情境中。要开发孩子的个性，鼓励她们表达自己的情感，引导她们用舞蹈动作来表现自我和表现音乐，而不是随着音乐机械地动作。你不要坐在椅子上跷着二郎腿光动嘴；你不要让课堂沉闷的像大雨即将来临的天气；你不要让课堂听不到孩子银铃般悦耳的笑声；更不要看到孩子无奈的表情；你要坚信你的魅力和能力，可以让孩子们充满激情地舞蹈。你的感染力就是体现你教学水平的重要组成部分。

———、、、、你是你是你是你是你是““““她她她她””””的好朋友的好朋友的好朋友的好朋友的好朋友。。。。孩子希望你是她的好朋友，其次，才是她喜爱的老师。要充分利用孩子对老师的崇拜感。你的笑容是征服孩子最好的手段，也是成为好朋友的最好证明。你不要绷着一张面无表情的脸；你不要说伤害孩子自尊心的话；你不要拒绝孩子的拥抱；你不要吝啬给孩子一个亲吻；你不要拒绝孩子对你最信任的倾诉；成为“她”的好朋友，你会得到孩子的热爱和无数个亲吻，孩子也会希望每个星期都要和你这个朋友一起快乐的舞蹈，这样一来，你就拥有了无数个好朋友，你也就获得了无数个家庭对你的信任。

———、、、、把鼓励送出去把鼓励送出去把鼓励送出去把鼓励送出去。。。。激励孩子是相当重要的，每个孩子都是一个独立的个体，他们彼此之间将会互为榜样。孩子应获得赏识和赞扬，只有这样，指导性的批评才不至于引起孩子的逆反心理。孩子的每一个进步都需要肯定，不要吝啬你的鼓励，你的赏识会演变成孩子学习热情的巨大推动力。你要赞美她漂亮的动作；你要赞美她优秀的记忆力；你要赞美她花一般动人的表情；你要赞美她们队型的准确和整齐；你还要赞美她们准确的节奏感。总之，你赞美什么，她们就会表现得超乎你的想象，因为，你的赞美就是最好的要求。让孩子们带着一种成就感离开课堂，并准备在下一次课堂上再次得到满足。

水果，我们并不陌生。丰富多彩的水果不仅给我们带来愉悦的感官享受，还为我们提供各类维生素和对人体有益的纤维，满足身体对微量元素的需求。其实，水果除了满足人体对维生素和微量元素的营养需求外，还具有人们意想不到的美容养颜和排毒辅助治疗作用。

可见，水果不单单是一种“零食”，是正餐之外的“补偿”，是满足口福的需要；更重要的是它的营养价值、美容养颜价值和食疗价值。

爱美是每一个女人的天性，许多女性朋友不惜花重金购买护肤产品，吃昂贵的除皱缓老食品，以期青春永葆，美丽常驻。其实，如果懂得了各类水果的美容养颜作用，掌握了用水果排毒美肤的技巧，我们完全可以不用投入重金，照样可以让自己活得更漂亮、心情更加舒畅，让美丽和健康永远同在。

水果，我们并不陌生。丰富多彩的水果不仅给我们带来愉悦的感官享受，还为我们提供各类维生素和对人体有益的纤维，满足身体对微量元素的需求。我们在日常生活中，经

其实，水果除了满足人体对维生素和微量元素的营养需求外，还具有人们意想不到的美容养颜和排毒辅助治疗作用。例如香蕉，如果你是干性皮肤，只需按要求吃些香蕉，或敷几次香蕉面膜，就可以滋润皮肤，改善皮肤状况。此外，吃香蕉能帮助内心软弱、多愁善感的人驱散悲观、烦躁的情绪，拥有平和、快乐的心情。这主要是因为它能增加大脑中使人具有愉悦感的5—羟色胺物质的含量。又比如草莓，其含糖量为6%~10%，而且含多种果酸、维生素及矿物质等，常吃可增强皮肤弹性，具有增白和滋润保湿的功效。另外，如果把草莓汁直接用于护肤，具有去油、洁肤的作用。现在的很多清洁和营养面膜中都加入了草莓的成分，适合于任何肤质。经常使用草莓面膜，可令皮肤清新、平滑，避免色素沉着。草莓中还含有丰富的维生素A和钾，对头发的健康很有好处。入睡前饮一杯草莓汁能放松神经，对缓解失眠，效果也不错。

不过，在使用自制面膜时，一定要谨慎选择，因为人的脸部皮肤和身体的皮肤一样，有可能对某种成分起过敏反应，甚至比身体的皮肤更敏感。因此，如果你属于过敏体质或曾经对某种化妆品过敏的话，最好对面膜进行测试，可先在手肘内侧的皮肤上涂抹少量面膜，20分钟后若无过敏反应，则可尝试敷在脸上。另外，如果想按照本书中“保健食谱”中介绍的做法对某种疾病进行辅助治疗时，也请先咨询医生。

樱桃是蔷薇科植物樱桃的果实，是上市较早的一种乔木果实，号称“百果第一枝”。据说黄莺特别喜好啄食这种果子，因而名为“莺桃”。其果实虽小如珍珠，但色泽红艳光洁，玲珑如玛瑙宝石一样，味道甘甜而微酸，既可鲜食，又可腌制或作为其他菜肴食品的点缀，备受青睐。

樱桃可用于食疗，先将冰糖适量溶化，加入银耳50克，煮10分钟左右，然后加入樱桃30克、桂花适量，煮沸后即可，该汤水有助补气、养血、嫩白皮肤。 1.

书很便宜，而且是正版。赞一下

教材很好，还附有光碟，价格也便宜。小孩很喜欢。

不错，真正看不错，真正看不错，真正看不错，真正看不错，真正看不错，真正看不错，
真正看不错，真正看不错，真正看不错，真正看不错，真正看不错，真正看不错，真

正看不错，真正看不错

东西很好，速度很快！

没注意看，光盘时CD的，没图像

湖南少儿舞蹈考级指定教材：少儿舞蹈考级教材（1-4级）

很好的东西哦! 价格便宜！ 很好的东西哦!

书是正品，包装也很好，送货速度也很快，书封面有轻微折痕，不影响。

还没开始看，希望能从中得到启发

有一些可以用到 还可以啦。。。

还没看，不知道预测的准不准

挺好的啊挺好的啊挺好的啊挺好的啊

内容不是很满意 和说明觉得欠吻合

还可以不错啊，值得购买。

很好很好很好很好很好很好很好

很喜欢质量不错很喜欢质量不错

看起来是正版，挺好的

包装很好，送货上门，很方便，很好的书

非常好！质量也很好！

到货也很快，喜欢。。。

没有光盘，不知如何跳舞，除非有基础小朋友使用

很一般，物流速度一般，服务更是一般

很气愤送来的书很旧，没有包装

好评

好

[湖南少儿舞蹈考级指定教材：少儿舞蹈考级教材（5-8级）（附光盘）_下载链接1](#)

书评

[湖南少儿舞蹈考级指定教材：少儿舞蹈考级教材（5-8级）（附光盘）_下载链接1](#)