

《发现生活技能》

图书基本信息

书名：《发现生活技能》

13位ISBN编号：9787544046381

10位ISBN编号：7544046389

出版时间：2011-1

出版社：山西教育出版社

作者：安涅特·吉楚·百瑞

页数：281

译者：晋旭生

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《发现生活技能》

内容概要

《发现生活技能》内容主要包括：第一单元聚焦自身、第一章发现自我、第二章家庭、第三章友谊、第四章交流、第五章公民资格与领导能力、第六章管理你的生活、第二单元规划未来、第七章职业探索、第八章就业技能、第九章照顾儿童、第十章儿童看护入门等等。

书籍目录

- 第一单元 聚焦自身
 - 第一章 发现自我
 - 第二章 家庭
 - 第三章 友谊
 - 第四章 交流
 - 第五章 公民资格与领导能力
 - 第六章 管理你的生活
- 第二单元 规划未来
 - 第七章 职业探索
 - 第八章 就业技能
 - 第九章 照顾儿童
 - 第十章 儿童看护入门
 - 第十一章 理财
 - 第十二章 经营你的资源
 - 第十三章 居住空间
 - 第十四章 环境
- 第三单元 探索时尚和服装
 - 第十五章 你的时尚宣言
 - 第十六章 服装基础知识
 - 第十七章 表现创造力
- 第四单元 了解食物和营养
 - 第十八章 营养与健康
 - 第十九章 身体状况与健康
 - 第二十章 厨房作业

拓展基本技能 要取得成功，最关键的是拓展基本就业技能：阅读、写作、数学、科学、讲话、聆听和技术。这些技能有助于你在生活和工作中行使职责。如填写工作申请表，就需要有阅读和写作的技能。理解薪金支票上的信息、安排资金，需要有数学技能。科学技能帮助你理解技术是如何影响人们及其环境的。在家里、学校和社区，与人交流，听说技能是必需的。技术技能帮助你提高办事效率。拓展基本就业技能最好的办法就是每天使用这些技能。

阅读技能 阅读是其他基本技能的基础。没有阅读技能，你就不会写，看不懂说明，不能理解并解决数学问题或使用计算机。扩大词汇量是发展阅读技能的一种方法。通过使用词典，你可以学会词的正确发音、了解词义。你也必须学会如何看懂书面说明。阅读的主要目标是理解或明白所读的东西。通过练习，你可以提高阅读理解力。有一种阅读理解技巧，被称为：五步阅读法。

浏览。略读标题和小结，了解所涉及的内容。

提问。就要阅读的内容提出问题。

阅读。通过阅读回答自己提出的问题。

复述。阅读完后，用自己的话说出所读过的内容。

复习。返回头再翻看一下所读的内容，保证所有问题都能回答。问问自己学到了什么。

写作技能 写作是一种表达思想的方式。发展写作技能有助于形成良好的自我感觉，给他人留下积极印象。能够以书面形式清楚地表达自己的思想，找到并保持住工作的几率就会增加。

花点时间组织自己的思想及语言可以提高写作技能。思考一下你写作的目的。如果你在给一个未来的雇主写信，如何才能说服他给你面试的机会？把你想说的要点列个提纲，打个草稿，再读一遍，看看有没有可改动的。

校对。即检查有无语法错误。借助词典保证用词准确、拼写无误。书写要整洁、格式要规范。请家长或监护人再校对一遍。这样的一封信会给人留下良好的第一印象。

数学和科学技能 你每天都在运用数学和科学技能，只是你没有意识到而已。如比较价格，准备一顿饭菜，或者洗去衣服上的污渍，你都在运用数学和科学技能。

加、减、乘、除，是你必须掌握的数学技能。你还需要掌握分数、小数和百分数。这些数学技能会帮你计算每周的收入。正确使用计算器是另一个必不可少的数学技能。现在培养良好的数学技能，会为日后打开许多机会之门打下基础。

你每天都在运用科学技能。知道化学和物理反应是如何发生的在许多实际情况中非常有用。如食物烹饪或冷冻时发生了什么？科学技能也有助于你形成对环境的判断。如你会懂得如何根据天气情况来选择衣服。

讲话技能 在工作场所，讲话同阅读与写作一样重要。无论你选择什么职业，培养口头表达能力都有助于你在工作中有良好的表现。你可以通过下列方法提高讲话技能：

先思考，再开口，组织好思想。

说话要直截了当。

发音准确，吐字清楚。

确保对方明白你在说什么。

如果听话者听不懂你的意思，换一种方式表达。

一听的技能 做一个有效的倾听者，你需要听清对方在说什么，对其进行思考并做出反应。工作中，你需要花点真功夫弄懂别人对你说的话。如果你不明白雇主想要你做的事，你就不能正确完成工作。你可以通过下列方法提高听的技能：

全神贯注听对方在说什么。

让对方知道你在听他讲话。

让对方说完，不要打断。

即使对方所说的你并不完全同意，也要听。

技术技能 技术使生活变得更容易。使用手机和电子邮件，你可以和朋友保持联系电脑改变了我们生活、工作的方式。这里，懂得如何使用电脑是关键。

如果你以前用电脑不多，现在该是练习键盘技能的时候了。多数电脑软件都是“用户友好型”的，即设计时考虑用户需求，使用起来非常容易。

找工作一

找工作前，必须要理清头绪。如果你是在美国出生的，那么出生时就有了社会保险卡。如果你没有社会保险卡，就必须办理一个。你需要出具出生证复印件或其他能证明你是美国公民的材料。如果你还不满16或18周岁，你还需要工作许可，即就业证。

童工法规定，年满14和15周岁的儿童，在学校上课期间，课余时间可受雇工作，每天不超过3小时，每周不超过18小时。学校放假期间，受雇工作时间为每天不超过8小时，每周不超过40小时。从事农业工作有不同规定。你可以登录美国劳工部网站，了解更多信息。

必要的文件准备齐全后，你就可以开始找工作了。首先，决定你要找哪种工作。接下来，确定什么时间你可以工作，工作多长时间，你能在放学后工作还是只能在周末工作。那什么时候应该开始找工作呢？如果你想夏天工作，春天就应该开始找了。 ……

《发现生活技能》

编辑推荐

发现生活的技能，了解自己，规划未来，探索时尚和服装，了解食物和营养。《发现生活技能》共四单元二十章节，主要内容为聚焦自身，规划未来，公民资格与领导能力，儿童看护入门，服装基础知识等。

《发现生活技能》

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：www.tushu000.com