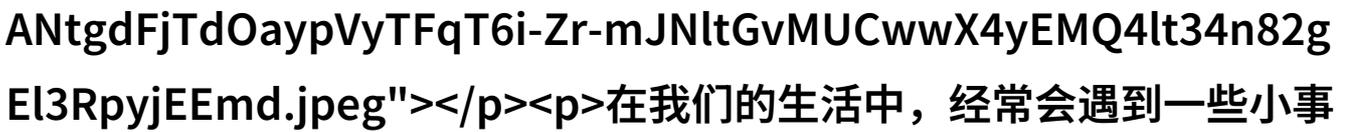


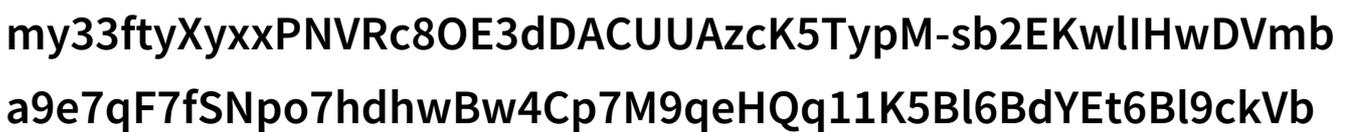
# 塞东西乖不许掉出来的智慧生活细节管理

为什么要塞东西乖不许掉出来？

在我们的生活中，经常会遇到一些小事，

让我们不得不停下来思考一下。比如，我们每天都会做很多事情，比如上班、学习、运动等等，但这些事情如果没有一个好的安排和管理，就容易出现效率低下或者忘记重要的事情。所以，今天我想谈一谈“塞东西乖不许掉出来作文”的意义。

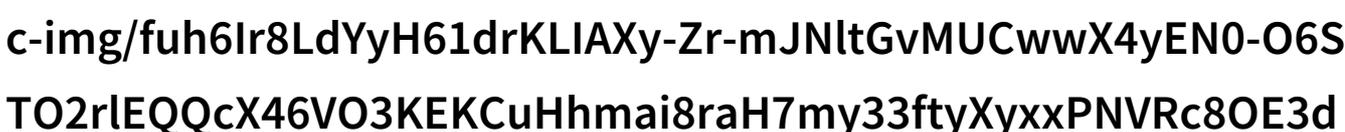
如何正确地进行时间管理？

首先，我们需要明确自己的目标是什么。

无论是工作还是学习，都需要有清晰的目标来指引自己前进。如果没有目标，那么我们的行动就会失去方向，就像是在森林里迷路一样不知道该走哪条路。但是，如果我们有了明确的目标，那么每个决策和行动都将围绕这个中心点展开，这就好比在森林中有一张详细的地图，

不管怎样也不会迷失方向。

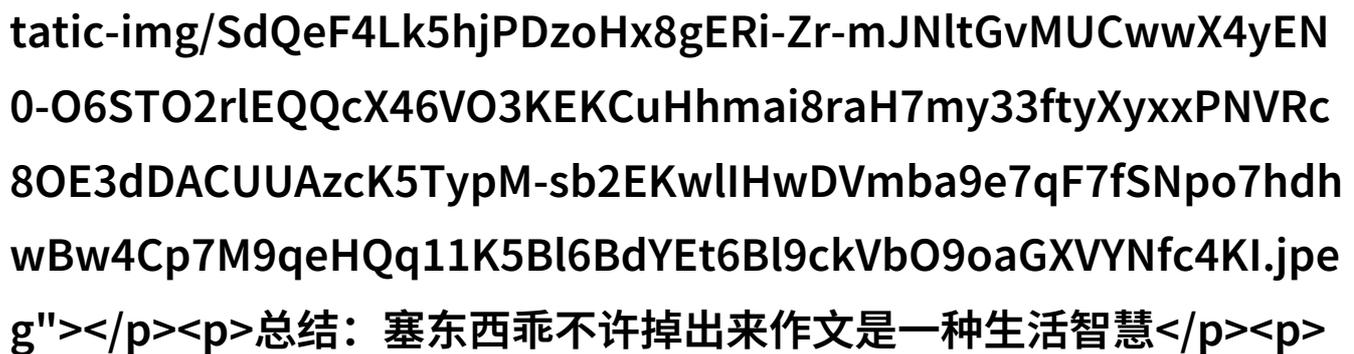
其次，我们需要合理规划自己的时间。这包括制定计划、安排优先级以及避免拖延。在日程表上分配每一段时间，对于提高工作效率非常有帮助。而且，在日常生活中，每个人都应该学会设立“不可触碰”的区域，比如电子设备上的某些应用程序，只有在特定的时刻才能打开使用，这种方式可以有效控制对手机或电脑的依赖性，从而减少干扰，提高专注力。

再者，更重要的是，要学会说“不”。

当你被朋友圈子中的各种

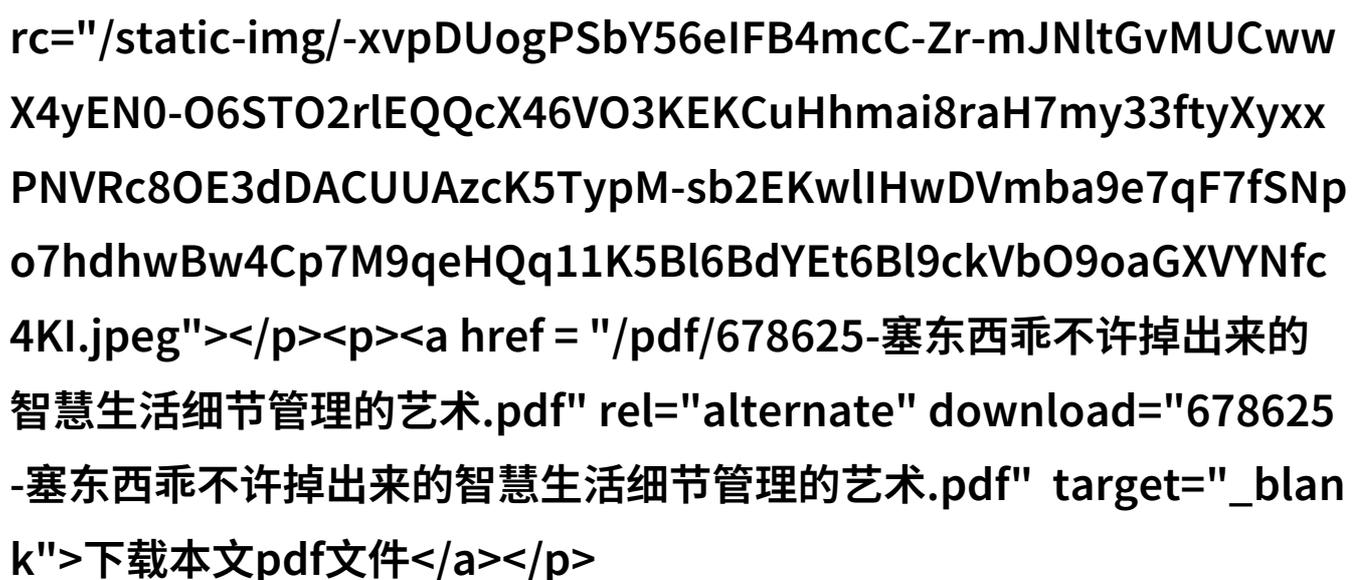
活动所吸引时，你是否能够坚持你的原则，不因为别人的期待而改变你的计划呢？这就要求你具备一定的自律能力，同时也要学会与人沟通，以便让他们了解你的立场和需求。

最后，保持良好的身体状态也是非常关键的一环。不仅仅是为了健康，更重要的是，它能为我们的思维提供必要的支持。当身体疲惫时，即使最简单的事情也会变得困难，而精力充沛的人则能更好地应对挑战，因此养成良好的生活习惯，如规律饮食和适量运动，是必须遵守的法则之一。



总结：塞东西乖不许掉出来作文是一种生活智慧

通过以上几点讨论，我希望大家能够认识到，无论是在工作还是学习中，都应当采取合理安排时间、合理规划任务以及保持良好状态等方法来提高效率。这并不是一种限制，而是一种提升自己能力的手段。在实际操作过程中，可以尝试写一篇关于“塞东西乖不许掉出来”的作文，将这种思想深入人心，让它成为我们日常生活的一部分。



[下载本文pdf文件](/pdf/678625-塞东西乖不许掉出来的智慧生活细节管理的艺术.pdf)