

<<小学生健康素养读本>>

图书基本信息

书名：<<小学生健康素养读本>>

13位ISBN编号：9787533754136

10位ISBN编号：7533754131

出版时间：2012-3

出版时间：安徽省卫生厅 安徽科学技术出版社 (2012-03出版)

作者：安徽省卫生厅

页数：52

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>

## <<小学生健康素养读本>>

### 内容概要

每个人都希望自己能够健康成长，不生病。  
为了健康成长，小学生就需要了解自己的身体，还要了解怎样保护自己的身体不得病少得病。  
安徽省卫生厅编著的这本《小学生健康素养读本》以图文并茂的方式，形象生动地给大家介绍了基本的健康知识和一些小学生常见疾病的预防知识。  
全书分为《快乐成长篇》《快乐生活篇》《预防疾病篇》三部分，希望对小学生的健康成长能有所帮助！

<<小学生健康素养读本>>

书籍目录

快乐成长篇 1.健康的概念 2.认识我们的身体 3.锻炼与健康 4.睡眠与健康 5.游戏与成长快乐生活  
篇 一、个人卫生 1.饭前便后要洗手 2.勤洗澡勤换衣 3.早晚刷牙,饭后漱口 4.常剪指甲 5.不随地吐痰 6.咳嗽打喷嚏捂住口、鼻 7.让我们拥有一双明亮的眼睛 8.学会保护我们的耳朵和听力 二、饮食卫生 1.不喝生水 2.不吃苍蝇叮过的食物 3.不吃小摊贩卖的不洁食物 4.水果吃前要洗净 5.吃熟食 6.不吃变味的食物 7.少吃零食和甜食 8.多吃蔬菜和水果 9.不能变成小胖墩 三、生活卫生 1.不与小猫小狗玩耍 2.开窗通气勤晒被 3.爱整洁讲卫生 4.不乱丢垃圾 5.交通安全要牢记 6.危险标志会识别 四、良好的习惯 1.上网不成瘾 2.不玩网络游戏 3.按时完成作业 4.生活规律,按时休息 5.坚持锻炼身体好预防疾病篇 一、感冒 二、腹泻 三、近视 四、龋齿 五、红眼病 六、痢疾 七、血吸虫病

## <<小学生健康素养读本>>

### 编辑推荐

每个人都希望自己能够健康成长，不生病。

为了健康成长，小学生就需要了解自己的身体，还要了解怎样保护自己的身体不得病少得病。

安徽省卫生厅编著的这本《小学生健康素养读本》以图文并茂的方式，形象生动地给大家介绍了基本的健康知识和一些小学生常见疾病的预防知识。

全书分为《快乐成长篇》《快乐生活篇》《预防疾病篇》三部分，希望对小学生的健康成长能有所帮助！

<<小学生健康素养读本>>

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>