

<<小学生最应该知道的107个健康>>

图书基本信息

书名：<<小学生最应该知道的107个健康常识>>

13位ISBN编号：9787807163275

10位ISBN编号：7807163275

出版时间：2006-11

出版时间：同心出版社

作者：禹田

页数：223

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>

## <<小学生最应该知道的107个健康>>

### 前言

孩子们对这个世界充满了好奇,他们喜欢问问题,从“我是怎么出生的?”到“人为什么会衰老?”,再到“为什么不能多吃冷饮?”、“人为什么要出汗?”……几乎都是他们感兴趣的话题。

那么,当今中国的小学生最感兴趣的话题是什么呢?为了找到这个问题的答案,我们深入各个小学校中,请孩子们来提问题。

同学们五花八门的问题,让编辑部的叔叔、阿姨们也大开眼界。

我们将这些有趣的问题进行整理,按照受关注的程度进行编辑,并邀请长期从事教学工作的老师和科普工作者回答孩子们感兴趣的问题。

“小眼睛大惊奇”系列丛书就这样诞生了。

本书是“小眼睛大惊奇”系列丛书之一,针对孩子们对健康感兴趣的话题做出回答。

我们从众多的提问中,挑选出最受孩子们关注的107个问题,作者在回答的同时,还通过“健康小博士”、“告诉你一个小秘密”等小栏目,让同学们了解到更多的小知识、小趣闻。

在注重趣味性和可读性的同时,本书大量精彩纷呈的配图给读者带来强大的视觉冲击,能更加直观、多角度地展示孩子们最应该知道和了解的健康知识,使小读者在充满趣味的阅读中愉快地增长知识、开阔视野。

虽然这本书不一定能解答孩子们所有的疑问,但是我们希望这本图文并茂的知识读物,能使青少年读者轻松获取知识,成为丰富精神世界、提高文化素养的有益助手。

## <<小学生最应该知道的107个健康>>

### 内容概要

《小学生最应该知道的107个健康常识》从众多同学们感兴趣的提问中挑选出最受孩子们关注的107个有关健康常识方面的问题，作者在回答的同时，还通过“健康小博士”、“告诉你一个小秘密”等小栏目，让同学们了解到更多的小知识、小趣闻。

大脑真的会越用越聪明吗？

为什么有的人分不清红色和绿色？

女孩真的没有男孩聪明吗？

……

## <<小学生最应该知道的107个健康>>

### 书籍目录

我是怎样出生的？  
人为什么会衰老？  
为什么一定要吃早饭？  
为什么有些食物不能一起吃？  
人为什么要睡觉？  
为什么要多吃蔬菜？  
人睡觉时为什么会梦游？  
玩电脑、看电视的时间长了真会伤害眼睛吗？  
妈妈说喝太多可乐对身体不好，为什么呢？  
爸爸说，多吃烧焦的食物会得癌症，是真的吗？  
感冒和流感是一回事吗？  
人为什么会中暑？  
为什么有时会烂嘴角？  
为什么说偏食会影响健康呢？  
饭后剧烈运动真的会得阑尾炎吗？  
为什么不能多吃冷饮？  
？  
饭前便后为什么要洗手？  
人和小狗亲密接触会被细菌传染吗？  
“春捂秋冻”对身体好吗？  
人一共有多少根骨头？  
感染上非典一定会死吗？  
禽流感是不是只有鸡才会被感染呢？  
与艾滋病患者一起吃饭、握手，会感染上艾滋病吗？  
人为什么会生病？  
为什么到每天晚上身高都会比早晨矮一点点？  
人为什么要长头发？  
饿的时候，肚子为什么会咕咕叫？  
为什么说空腹喝牛奶不好？  
为什么说，青少年不要经常开夜车？  
人真的能活到120岁吗？  
人为什么会出汗？  
为什么要早晚刷牙？  
为什么有些水果不宜空腹吃？  
人是怎样发声的？  
人为什么要眨眼？  
为什么多吃零食不好？  
为什么人会打喷嚏？  
为什么舌头能尝出味道？  
为什么睡懒觉不好？  
为什么要端正写字姿势？  
为什么指甲剪了还会长？  
眼泪为什么是咸的？  
耳朵是怎样听到声音的？  
鼻子为什么能闻到气味？

## <<小学生最应该知道的107个健康>>

人为什么会做梦？  
人为什么长肚脐？  
为什么不能多吃巧克力？  
为什么大多数人习惯用右手？  
人的尾巴到哪里去了？  
嘴唇为什么是红色的？  
男人为什么会长胡子？  
为什么眼睛能分辨颜色？  
小孩为什么会掉牙？  
为什么说，油炸食品吃多了对身体没好处？  
人的血液为什么是红色的？  
为什么有人睡觉时总打呼噜？  
睡觉为什么要枕枕头？  
女生的寿命真的比男生长吗？  
为什么打针要打在屁股上？  
有压力会长不高吗？  
为什么害羞时会脸红？  
眼镜戴久了，对眼睛好不好？  
为什么身体会长高？  
为什么会打嗝？  
为什么自己挠痒不觉得痒？  
人的身上为什么会有污垢？  
头被撞后，为什么会肿起包来？  
为什么人会起鸡皮疙瘩？  
为什么说“生命在于运动”？  
为什么太阳晒过的皮肤会变黑？  
为什么打完哈欠会流眼泪？  
为什么有的人分不清红色和绿色？  
妈妈为什么不让我掏耳朵？  
五个手指为什么不一样长？  
人为什么会放屁？  
为什么有的小朋友脸上长雀斑？  
说话“大舌头”的人舌头真的比别人大吗？  
肚子里为什么会长蛔虫？  
睡觉醒来为什么会有眼屎？  
人为什么会有记忆？  
为什么有时候肌肉会抽筋？  
喝水越多对身体越好吗？  
看电视能把人“看”胖吗？  
人老了个子真的会变矮吗？  
为什么碰伤的皮肤会出现乌青块？  
女孩真的没有男孩聪明吗？  
妈妈说，多吃杂粮有益于健康，为什么呢？  
试管婴儿是在试管里长大的吗？  
为什么得了感冒容易发烧？  
大人们说的“亚健康状态”是什么意思？  
大脑真的会越用越聪明吗？

## <<小学生最应该知道的107个健康>>

为什么有的儿童也会得高血压？  
为什么每上一节课要休息10分钟？  
为什么奶奶说，总吃汉堡、比萨饼对身体不好呢？  
为什么晚饭不能吃太饱？  
为什么吃饭要细嚼慢咽？  
笑口常开真的对身体健康有好处吗？  
早睡早起真的有益健康吗？  
献血对身体会造成伤害吗？  
人们说的“空调病”、“冰箱病”是怎么回事？  
为什么不盖被子睡觉容易肚子疼呢？  
癌症会传染吗？  
多吃补药对小朋友的身体有帮助吗？  
为什么有的人脸上长红疙瘩？  
为什么夏天容易长痱子？  
为什么头发会有不同的颜色？  
如果不小心把口香糖吞进肚子里了，怎么办呢？

## <<小学生最应该知道的107个健康>>

### 章节摘录

我是怎样出生的？

爸爸的精子与妈妈的卵子结合受精，形成了一个针尖大小的单细胞。

这个单细胞分裂成一个小细胞球，种植在母亲那血液丰富的子宫内膜中，并开始生长。

一个月后，受精的单细胞长成为胎儿，他的形状就像小海马，长0.5~1厘米，重量不足1克；胎儿三个月大时，身长？

~8厘米，体重只有20克左右；到五个月大时，身长18~20厘米，体重250~300克左右，胎儿从头到脚的比例匀称了。

这时，胎儿浮在羊水中，羊水可以保护他免受撞击和噪声。

胎儿还不能呼吸和进食，他从妈妈的胎盘流出的血液中获得氧和营养物质。

胎盘是一个餐碟大小的器官，是子宫的内壁。

胎儿靠脐带与胎盘连接，血液就是通过脐带流动的。

当妈妈受孕九个月时，胎儿的身长已经有45~48厘米了，体重也达2500克；十个月大时，身长48~50厘米，体重3000克左右。

这时，各部分器官都发育完成，为在妈妈的体外生活做好了充分的准备。

十月怀胎，一朝分娩，在妈妈的子宫里住了近280天后，强大的子宫肌肉收缩将胎儿推入产道。

胎儿的头部通过子宫颈，最先出现在产道，接着，妈妈的子宫继续收缩，直到胎儿离开温暖、黑暗的子宫来到外面的世界。

你就是这样诞生的。

健康小博士 胎儿也有味觉 新西兰科学家艾伯特·利莱用一个简单的实验证明了这一点。

他在孕妇的羊水里加入糖精。

发现胎儿以高于平时一倍的速度吸入羊水；而他向子宫注入一种味道不好的油时。

胎儿立即停止吸入羊水。

并在腹内乱动，以表示他的不满。

告诉你一个小秘密 小朋友，你知道吗？

婴儿睡眠与他的生长发育有着密切关系呢！

婴儿大脑很容易疲劳。

只有在适当的、足够的睡眠以后。

他的大脑才能得到完全休息。

解除疲劳。

新生的婴儿一天要睡眠16小时以上。

睡眠中间只有短暂的清醒。

随着他们逐渐长大，睡眠时间逐渐减少，清醒的时间慢慢增多。

所以，要让婴儿拥有足够的睡眠，他们才能健康成长。

有意思吧！

人为什么会衰老？

普通人在20岁时，身高和体能达到顶峰。

之后，身体开始衰老，但需要经过许多年，衰老的征象才会表现出来。

人体最基本组成单位是细胞，细胞不断产生，同时也不断死亡，大体上细胞的总数保持着动态的平衡。

除了神经细胞以外，人体组织细胞大约每六到七年就要全部更换一次，所以人体能够经常保持活力。

但是，人体的神经细胞没有再生能力，无法进行更新。

随着神经细胞的生长、衰老和死亡，人的整个生命也会随着经历从年轻到衰老、最后死亡的过程。

现代医学认为，随着神经细胞的衰老，中枢神经系统和植物神经系统就无法维持其正常功能，导致机体内环境的稳定状态遭到损坏，整个人就会衰老。

## <<小学生最应该知道的107个健康>>

此外，人体的衰老也与内分泌的改变相关。研究者发现，性激素的过高或过低，以及平衡失调，都有可能导致衰老。人体在自身代谢过程中，不断产生一些有害于机体本身的毒素，堆积在体内，也可以助长人衰老的进程。

告诉你一个小秘密      百岁老人挑战跑百米      百岁老人挑战跑百米，你觉得这可能吗？不相信？

我国南京就有这样一位百岁老人。他叫郭彩如，他在105岁时正式训练跑步。2005年5月10日，郭彩如老人在南京五台山体育场内以35.30秒的速度跑完了100米。神奇吧！

据了解。南非的百岁老人菲利普·拉比诺维茨曾在2004年7月10日创造了30.86秒的百米成绩，但他那时比我国的郭彩如老人可小好几岁呢！

健康小博士      小朋友们，你喜欢散步吗？散步健身，是一项简便易行、对各种年龄的人都适用的运动。

通过闲散和缓的行走。四肢自然而协调的动作，可使我们全身关节筋骨得到适度的运动。再加上轻松愉悦的情绪。能使人身体强健，延年益寿。

你知道吗？散步对脑力劳动者尤其有益。走路能使身体逐渐发热。加速血液循环，血液循环加快产生的热量。可以提高思维能力。正如法国思想家卢梭所说：“散步能促进我的思想。我的身体必须不断运动，脑力才会开动起来”。

## <<小学生最应该知道的107个健康>>

### 编辑推荐

当今的中国小学生最感兴趣的话题是什么呢？

孩子们最想了解哪些知识呢？

我们深入到小学校中，在孩子们提出的五花八门的问题中进行海选，最终挑选出关注度最高的107个问题，并按照关注程度由低到高的顺序进行编排。

在此基础上，我们邀请多年从事教育工作的教师来解答这些有趣的问题，于是“小眼睛大惊奇”知识丛书就这样诞生了。

作者不仅用浅显易懂的语言文字回答了小学生们的提问，而且还会让你了解更多有意思的小知识、小趣闻噢！

请你赶快打开这《小学生最应该知道的107个健康常识》吧，它会向你揭示许多“不解之谜”的谜底呢！

<<小学生最应该知道的107个健康>>

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>