

《青春期教育》

图书基本信息

书名：《青春期教育》

13位ISBN编号：9787501522040

10位ISBN编号：7501522049

出版时间：1999-07

出版社：知识出版社

作者：王重力,等

页数：150

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

书籍目录

目录

绪论

- 一、什么是青春发育期
- 二、为什么要学习青春期知识
- 三、怎样学好青春期知识

第一章 身体发生的变化

- 一、身体形态的变化
- 二、器官功能的健全
- 三、身体素质的提高
- 四、身体变化的非等比现象
- 五、影响身体变化的几种因素

第二章 性生理

第一节 男性生殖系统的结构与功能

- 一、外生殖器
- 二、内生殖器
- 三、附属腺

第二节 女性生殖系统的结构与功能

- 一、外生殖器
- 二、内生殖器

第三章 学会自我保健

第一节 良好生活习惯的养成

- 一、生活作息
- 二、体育锻炼
- 三、清洁卫生
- 四、注意饮食
- 五、注意保护牙齿
- 六、防治痤疮
- 七、行正坐直
- 八、保护嗓子

第二节 不良生活习惯的防范

- 一、不吸烟
- 二、不酗酒
- 三、不吸毒
- 四、不手淫

第三节 男生的保健

- 一、防止频繁遗精
- 二、不要拔胡须
- 三、不穿紧身裤

第四节 女生的保健

- 一、经期卫生
- 二、不束胸、不丰乳

第四章 心理发生的变化

第一节 青春期心理形成的因素

- 一、遗传因素
- 二、家庭因素
- 三、学校因素
- 四、社会因素

第二节 青春期心理发展的一般特征

- 一、自尊心理
- 二、逆反心理
- 三、竞争心理
- 四、憧憬心理

第三节 青春期健康心理的培养

- 一、培养自我调节的能力
- 二、培养稳定的情绪和愉快的心境
- 三、培养勤奋的优良品质
- 四、培养创新精神

第五章 性心理

第一节 两性心理上的差异

- 一、两性心理差异的种种表现
- 二、两性心理上的互补

第二节 性心理的特征

- 一、性求知心理
- 二、性模仿心理

第三节 性心理的发展

- 一、异性疏远期
- 二、异性接近期
- 三、异性爱慕期

第四节 健康性心理的培养

- 一、希望了解性知识怎么办
- 二、如何对待有关性和爱情描写的作品
- 三、不回避与异性的正当交往

第六章 性道德

第一节 性道德的基本内容

- 一、自尊自爱
- 二、互尊互爱
- 三、文明礼貌

第二节 性道德的培养

- 一、学会理智处事
- 二、学会与异性交往

第三节 严格区分友情与爱情

- 一、不早恋
- 二、珍惜友情

第七章 完善自我

第一节 善与人交

- 一、家庭交往
- 二、学校交往

第二节 追求美

- 一、美的基本内容
- 二、如何培养审美能力

第三节 良好性格的养成

- 一、培养坚韧不拔的性格特色
- 二、培养果断的性格特色
- 三、培养细致与谨慎的性格特色
- 四、培养适应性强的性格特色

《青春期教育》

《青春期教育》

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