

# 《初级中学健康教育（第五册）》

## 图书基本信息

书名：《初级中学健康教育（第五册）》

13位ISBN编号：9787301028612

10位ISBN编号：730102861X

出版时间：1998-8

出版社：北京大学出版社

作者：张伯源

页数：68

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](http://www.tushu000.com)

# 《初级中学健康教育（第五册）》

## 内容概要

初中学生正处于青春发育初期，这是一个在生理上、心理上、社会适应和道德行为上都发生急剧变化的时期。他们精力旺盛，热情奔放，有着巨大的可塑性；在理想的追求，人生的探索，知识的渴求，才智的显露，友情的寻觅和自我的完善等方面都有着强烈的动机。但他们在各方面又尚未达到成熟，在心理上会带来各许多困惑，因此，我们应当为他们创造条件，满足他们的要求，有目的、有计划地指导和帮助孩子们理解自己身心发育的特点，协调好与

## 书籍目录

- 第一课 培养乐观、豁达的性格
  - 第二课 树立自信心
  - 第三课 正确对待竞争
  - 第四课 学会自我情绪调节
  - 第五课 积极对待挫折
  - 第六课 防止自卑感
  - 第七课 确立健康的生活方式
  - 第八课 与父母坦诚交流
  - 第九课 建立正确的消费意识
  - 第十课 药物、滋补品与健康
  - 第十一课 疾病与康复
  - 第十二课 神经衰弱和预防和治疗
- <

# 《初级中学健康教育（第五册）》

## 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](http://www.tushu000.com)