

<<中小学生健康指导>>

图书基本信息

书名：<<中小学生健康指导>>

13位ISBN编号：9787208054950

10位ISBN编号：7208054959

出版时间：2005-1

出版时间：上海人民出版社

作者：彭靖 编

页数：344

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>

## &lt;&lt;中小学生健康指导&gt;&gt;

## 内容概要

中小學生是祖國未來的建設者，是中國特色社會主義事業的接班人，我國在校中小學生約占人口的五分之一，重視他們的健康促進工作，努力培養和造就一代又一代健康的、高素質的社會主義事業建設者和接班人是關係到黨和國家、整個民族前途的大事。

中小學生的健康在黨和政府、社會的關注下已經取得了顯著的進步，但社會上還不同程度地存在着忽視中小學生健康的傾向，往往重智育輕體質，片面追求升學率，學生學業負擔與壓力過重，缺少對中小學生健康成長客觀規律的了解，缺乏心理、精神、營養、疾病、環境、社會因素對中小學生健康成長影響的科普知識，難以主動積極地、有效地開展科學合理的導疏與醫學諮詢指導工作。

針對當前中小學生面臨的生長發育、心理、營養、疾病防治、意外傷害等社會關注的、突出的健康問題，上海市教委出台了《上海市中小學健康教育指導綱要》。

為配合《綱要》的宣傳，上海市預防醫學會、上海市疾病預防控制中心組織滬上20余位長期從事中小學生衛生防病、健康指導、心理諮詢工作，既有科學理論又有臨床經驗的專家學者共同編寫了這本《中小學生健康指導》的科學普及知識讀物，較為系統、全面地介紹了中小學生生長發育的規律和特點，幫助和指導家長，學校教師共同努力做好中小學生的健康促進工作。

《中小學生健康指導》全書約20萬字，分11章，包括：中小學生的生長發育，生理、心理與健康，營養與食品衛生，學習衛生與健康生活方式，體育鍛煉與健康，青春期常見衛生問題及性健康教育，常見病防治，傳染病、寄生蟲病防治，免疫預防，意外傷害防范及家長學校工作，對330多個有關中小學生健康的問題和知識點做了系統的回答，涵蓋了中小學生生長發育的全過程。

本書的編寫緊扣中小學生的學習生活特點與重點衛生健康問題，針對性強；在講授科學知識的同時又與健康干預實踐相結合，適當配以簡圖與科學數據，注意實用性和可操作性；編寫時採用的問答式使全書通俗易懂、形式活潑、文字流暢，深入淺出又不過於專業化，適合廣大中小學生及家長、學校、社會有關部門教育工作者開展中小學生健康促進、諮詢時參考。

## <<中小学生健康指导>>

### 书籍目录

前言第一章 儿童青少年的生长发育 1.孩子的生长发育期如何划分 2.什么是青春期 3.你的孩子处在青春期发育的哪个阶段 4.青春期男孩的身体有何变化 5.青春期女孩的身体有何变化 6.身高和体重是生长发育的基本指标 7.胸围和肺活量可了解生长发育的程度 8.怎样检测孩子的身高发育 9.遗传因素对生长发育有影响吗 10.营养对生长发育有何影响 11.哪个季节青少年身高长得快 12.自然环境因素会对生长发育产生影响 13.家庭因素对儿童青少年生长发育的影响 14.青春期男孩的生殖系统有什么变化 15.青春期女孩生殖系统有什么变化 16.什么是性早熟 17.少女青春发育迟缓与“永久性的性幼稚症”有何区别 18.乳房的功能 19.选择戴文胸的最佳时机 20.青春期少女为啥忌穿高跟鞋 21.怎样促进孩子长高 22.孩子不要随便吃“长高药” 23.青少年不合理的睡眠坏处多 24.男孩子的胡须拔不得 25.怎样使孩子有一口好牙 26.重视眼睛的发育与保健 27.为什么肌肉愈练愈发达 28.如何面对肌肉拉伤 29.孩子变声了怎么办 30.如何正确看待孩子的智商测定第二章 儿童青少年心理与健康 .....第三章 营养与食品卫生第四章 学习卫生和健康生活方式第五章 体育锻炼与青少年健康第六章 青春期常见卫生问题及性健康教育第七章 中小学常见病的防治第八章 常见传染病防治第九章 免疫预防第十章 意外伤害的预防第十一章 家长学校工作

## <<中小学生健康指导>>

### 编辑推荐

这是一本全面指导中小学生卫生健康的权威科普读物。  
由上海市预防医学会组织20多位长期从事中小学生卫生防病菌工作、有丰富实践的专家撰写。  
对320多个有关中小学生健康的问题做了系统性的回答，针对性很强，涵盖了中小学生学习发育的全过程。  
文字流畅、通俗易懂、形式活泼，在讲授科学知识的同时与健康干预实践相结合，具有实用性和可操作性。  
它能帮助与指导家长、学校、社会了解中小学生学习发育的特点特征，遵循生理规律，建立健康心理，注意合理营养，培养良好生活学习方式，积极预防疾病，保护和促进中小学生的健康。

<<中小学生健康指导>>

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>