

<<初中健康教育（第二册）>>

图书基本信息

书名：<<初中健康教育（第二册）>>

13位ISBN编号：9787301161388

10位ISBN编号：7301161387

出版时间：2010-5

出版时间：北京大学出版社

作者：《健康教育》重编组 编

页数：145

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>

## <<初中健康教育（第二册）>>

### 前言

健康素质是学生综合素质的重要部分，健康知识是学校教学的一项重要内容，健康素质的全面提高依赖于系统的健康教育课程。

中小學生正处在长身体、学知识、养成良好行为习惯的重要阶段，是接受健康教育的最佳目标人群。学校是开展健康教育的最佳场所。

通过健康教育课程，有计划、有系统地对学生进行卫生保健知识教育，提高学生的健康素养水平，不仅可以使学生终生受益，而且对其父母、邻里、亲友和社会都会产生良好的影响。

本世纪初，我们编写出版了《中小学健康教育》系列教材。

2008年初，卫生部颁布了《中国公民健康素养基本知识与技能》，明确了中国公民应掌握的基本知识、健康生活方式与行为、基本技能共66条。

同年底，教育部颁布了《中小学健康教育指导纲要》，明确了中小学阶段的健康教育内容包括五个领域，并根据儿童、青少年生长发育的不同阶段，依照小学低年级、小学中年级、小学高年级、初中年级、高中年级五级水平，把五个领域的具体知识点，合理分配到五级水平中进行教学。

我们严格以教育部的《中小学健康教育指导纲要》为框架，以其中的知识点为核心内容，参考卫生部的《中国公民健康素养基本知识与技能》，结合各方面对原教材的使用意见，对本书进行了重编。

<<初中健康教育（第二册）>>

内容概要

本书内容新颖、通俗易懂、图文并茂、重点突出、系统全面、科学实用，是按教育部《中小学健康教育指导纲要》编写的全国最新的一套健康教育教材。

<<初中健康教育（第二册）>>

书籍目录

初中二年级（上） 第1课 青春期的生理变化特点 第2课 女性青春期保健 第3课 男性青春期保健 第4课 积极对待青春痘 第5课 正确对待青春期心理变化 第6课 正确的异性交往有利于健康成长 第7课 拒绝吸烟 第8课 青少年不要饮酒 第9课 毒品的危害 第10课 吸毒违法，拒绝毒品 第11课 学会性自我保护 第12课 预防网络成瘾

初中二年级（下） 第1课 客观认识 and 对待自己 第2课 良好性格，成功保证 第3课 避免不良情绪，保持身心健康 第4课 培养自信心，迎接挑战与竞争 第5课 “量身定做”合理的学习目标 第6课 学习疲劳和科学用脑 第7课 学会就医看病 第8课 合理用药 第9课 烧烫伤的处理与预防 第10课 骨折的简易应急处理 第11课 运动损伤的预防和处理 第12课 出血的处理

章节摘录

插图：（3）与异性交往应以集体活动为主，尽量避免过于频繁的个别接触。

（4）与异性交往要把握好活动内容的有益、健康，避免低级庸俗的内容。

（5）择友要慎重，交友要适度。

要有一定的洞察力、识别力、自制力，防止上当受骗。

（6）珍惜自己的纯洁。

三、男女交往的注意事项处于青春期的男女学生，由于性意识的萌动和正常友谊观的存在，二者交织在一起，在与异性的交往中很难把握好分寸，因此往往会产生一种心理障碍。

同时，由于第二性征的发育，在异性面前会感到紧张、羞怯、坐立不安，在听到别人议论自己的体形、相貌姣好时，有发自内心的喜悦和自豪感；当听到别人议论自己的身材、容貌的不足时，很容易产生自卑感和嫉妒心理。

在与异性交往中可能出现羡慕、嫉妒、单相思而又不好意思的矛盾心理。

不知如何在异性面前正常地表现自己，有时弄巧成拙，被同学嘲笑。

因此学会正确与异性交往对处于青春期的少男少女是非常必要的。

（1）掌握分寸。

在任何场合，不论是否有异性在场，言谈举止都要文明礼貌、自然大方、得体合适。

有异性在场则更要把握好分寸，不要过分地表现自己。

（2）明确目的。

与异性交往的目的要明确，是同学之间纯真的友谊。

<<初中健康教育（第二册）>>

编辑推荐

《初中健康教育(第2册)》：按教育部《中小健康教育指导纲要》编写

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>