

<<青少年身心健康误区100例>>

图书基本信息

书名：<<青少年身心健康误区100例>>

13位ISBN编号：9787560722351

10位ISBN编号：7560722350

出版时间：2003-1

出版时间：山东山大图书有限公司（山东大学出版社）

作者：李昌烟

页数：138

字数：107000

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>

## <<青少年身心健康误区100例>>

### 内容概要

本书谈了许多误区，书中所谈及的这些误区，有的是错误的，有的则有一个“度”，就是进一步是误区，退一步也是误区。

本书主要将青少年在业余爱好方面的误区进行透视、剖析，使中小学生对危害，并加以改正。希望广大青少年们能从这套丛书中受到启发，进一步认识素质教育，并在素质教育中健康成长。

<<青少年身心健康误区100例>>

书籍目录

前言不吃早餐在豆浆中冲鸡蛋以增加营养吃得好就是营养好长期食用方便面多吃糖生吃毛蚶长期饱食不喜欢吃粗食喜欢多嚼干鱼片滥用味精喜食腌制食品喜食油条吃鸡蛋不吃蛋黄喜欢吃雪白的馒头喜欢睡懒觉睡觉不讲究姿势长期使用过高的枕头喜欢蒙头睡觉躺在沙发上睡觉单侧咀嚼随口吐唾液习惯于剔牙随便除痣拔鼻毛和胡子用力擤鼻涕爱抠鼻子将痰咽到肚子里乱挤粉刺用手揉眼随便掏耳朵用嘴呼吸常舔嘴唇习惯憋尿边吃饭边看书将馒头放在书上或白纸上鼻出血时仰头捏鼻吮吸外伤流出血吃饭时说笑清晨不喝水饮料代替白开水嗜好饮酒用塑料瓶和金属壶盛酸性饮料口渴才喝水喝凉水解渴长期饮作纯净水长期一次喝许多水喝净水器净化的水安全过多吃冷饮.....

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>