

<<娃娃健康丛书>>

图书基本信息

书名：<<娃娃健康丛书>>

13位ISBN编号：9787539538532

10位ISBN编号：7539538538

出版时间：2011-1

出版时间：福建少年儿童出版社

作者：顾秀莲，胡大一 主编

页数：72

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>

## 内容概要

本书重点关注9~12岁儿童的生理特点，希望让孩子在阅读中理解自己身体变化的原因，观察、认识生活中的是非非，懂得怎样做是正确的，怎样做是不合理的。

书籍目录

一 认识自己 比个子 说“倒霉” 小男子汉 不做“小罗锅” 珍爱嗓音 “痘痘”不可怕二  
健康饮食 饮食金字塔 早餐要吃好 常喝白开水 健脑食品我知道 学会吃零食 减肥要讲科学三  
卫生习惯 心灵之窗 保护小恒牙 别让MP3伤耳朵 洗手的学问 小心?从鼻入 睡好觉才能身体  
好、学习好四 体育锻炼 运动的功能 速度训练好处多 集体游戏 学会游戏受益终生 热爱长跑  
要运动不要伤害

编辑推荐

本丛书获北京市科委科普专项经费资助，育儿专家倾情指导、帮助您的宝宝迈出人生第一步。

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>