

<<大学生健康教育教材>>

图书基本信息

书名：<<大学生健康教育教材>>

13位ISBN编号：9787562118831

10位ISBN编号：7562118833

出版时间：2006-6

出版时间：西南师范大学出版社

作者：张龙杰 编

页数：293

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>

## <<大学生健康教育教材>>

### 内容概要

党和政府历来十分重视大学生的健康教育工作，经国务院批准，国家教委和卫生部颁发的《学校卫生工作条例》中明确规定，普通高校应当开设健康教育选修课或讲座。

重庆市各高校根据国家教委的要求，已普遍开展了各种形式的健康教育。

1997年3月全国人大正式通过设立重庆直辖市后，为了提高大学生健康教育的质量，考虑到重庆市各高校开展健康教育的需要，重庆市教委决定组织编写具有重庆特色的大学生健康教育教材，并组成编委会，拟定编写大纲，分工落实编写任务。

本书根据国家教委1993年颁发的《大学生健康教育基本要求》总的精神，结合我市高校当前开展健康教育的实际状况，考虑到健康教育的发展趋势和现时需要，以传授健康知识、建立卫生行为、改善环境为核心内容，强调系统性、科学性、实用性和可读性。

本书既考虑到与中学生理卫生课内容相衔接，又注意了全书知识的相对完整，并突出重点，反映现代医学科学的进展，力求将最新的知识介绍给读者。

由于大学生具有较高的文化素质，内容要有一定深度，还考虑到除部分内容可能在课堂上由教师讲授外，多数是学生自学，因而尽量选用了适合大学生阅读的有关资料，注意实用和方便查阅，使他们学后真正感到有所收获并终身受益。

## <<大学生健康教育教材>>

### 书籍目录

第一章 健康与健康教育第一节 健康的新概念第二节 健康促进和健康教育第二章 影响健康的生物学因素第一节 遗传与疾病第二节 病原微生物第三章 心理与健康第一节 心理的实质第二节 大学生的心理特点第三节 心理健康的标准第四节 人格与健康第五节 情绪与健康第六节 人际关系与健康第七节 大学生常见的心理障碍第八节 心理健康的维护第四章 环境、行为与健康第一节 环境与健康第二节 吸烟与健康第三节 饮酒与健康第四节 吸毒第五章 性生理与性卫生第一节 大学生的性生理特征第二节 月经期卫生第三节 遗精与梦遗第四节 性欲、性冲动与手淫第五节 初恋、婚前性行为与性道德第六节 性病的预防第七节 艾滋病的预防第六章 科学用脑与睡眠卫生第一节 大脑皮层的结构、功能及其活动规律第二节 理解、记忆与遗忘第三节 生物节律与生物钟第四节 怎样使脑处于最佳状态第五节 睡眠、梦与失眠第七章 营养与饮食卫生第一节 七大营养素第二节 青春期营养特点第三节 大学生的合理膳食第四节 注意饮食卫生，防止病从口入第八章 运动与健康第一节 生命在于运动第二节 运动对身心健康的影响第三节 根据个人实际合理选择运动项目第四节 运动必须遵循的原则第五节 运动中的自我监护与保健第九章 常见症状的自我判断与处理第一节 发热第二节 咳嗽与咯痰第三节 头痛第四节 腹痛.....第十章 传染病的预防及处理原则第十一章 大学生常见疾病的防治知识第十二章 急病自救与互救第十三章 用花常识附录

<<大学生健康教育教材>>

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>