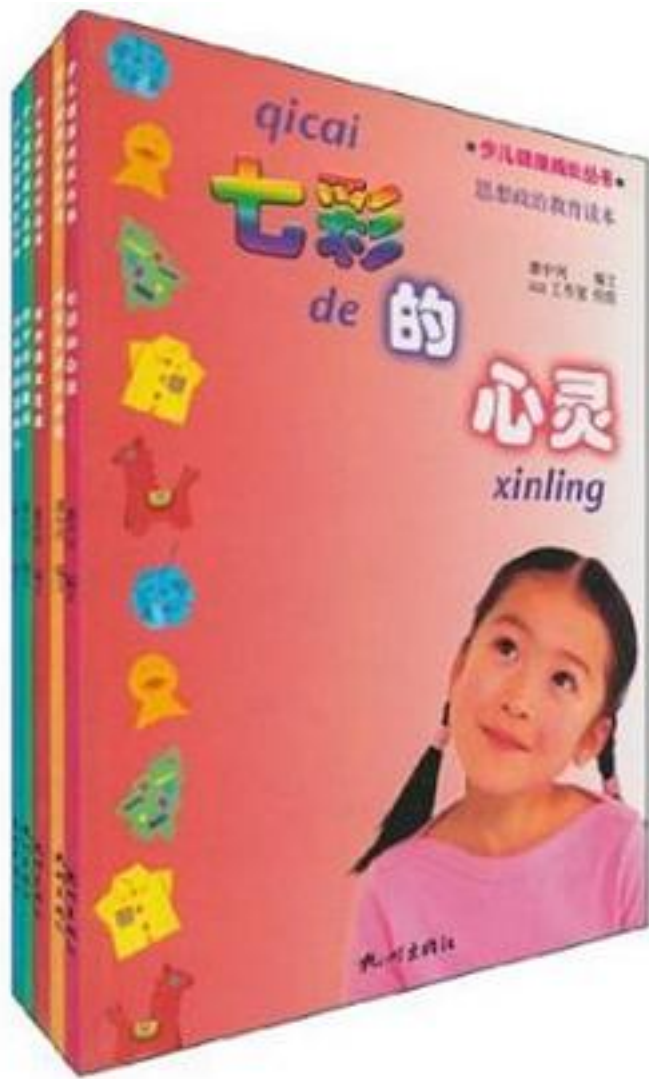


# 少儿健康成长丛书（共5册）



[少儿健康成长丛书（共5册）\\_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2003-9

装帧:

isbn:9787806335765

《少儿健康成长丛书(套装共5册)》包括《七彩的心灵》、《帮你脱离险境》、《摘下你的眼镜》、《拥有强健的体魄》、《阳光明媚是我心》。《七彩的心灵》讲述的20个故事，闪耀着20个金光闪闪的大字：爱国，守法，明礼，诚信，团结，友善，勤俭，自强，敬业，奉献。这里出现在你面前的人物，是古今中外的杰出人物，我们学习追求的楷模，处世为人的榜样，仰慕敬爱的英雄。他们都有一颗七彩的心灵。

只要我们努力，肯学，我们一样会拥有这样的一颗心，一定会的。

《摘下你的眼镜》内容简介：我们生来都不近视，可是不知不觉的，讨厌的眼镜却偷偷爬上了我们的小鼻梁，好难看啊！

听医生说，根据调查统计，8岁到15岁的儿童和少年中，因为学习太紧张，又没有养成良好习惯，所以，有很多人成了低度近视，不少人甚至成了高度近视；如果不及时治疗，一年年过去，视力会愈来愈差，将来给升学和工作都带来麻烦，严重的还会成为盲人呢！

这下可好，急坏了奶奶，忙坏了爸妈，也苦死了我们自己：吃药啊，扎针啊，戴什么磁性眼镜啊。有人说干脆去开刀，这多可怕！

后来，有几位医生教会了我们不少养睛明目的好方法，非常简便易学安全可靠，而且不用花一分钱。我们坚持天天操练“妙法”，终于把讨厌的眼镜给摘掉了！

现在，我们来告诉你：近视眼是怎样形成的，摘掉眼镜的妙法有哪些。希望你一边看书一边对照自己，改正不良习惯，养成好习惯，坚持天天操练“妙法”，你一定会早日摘掉沉重的眼镜的！

《帮你脱离险境》内容简介：我们在生活这个一望无边的海洋上扬帆航行，如果天天风和日丽、碧波荡漾，该是多么美好。但是，正如古人所言：“天有不测之风云，人有旦夕之祸福。”暴风雨突然降临，大海勃然大怒，桅杆断了，船翻了，有人受伤流血，有人奄奄一息，有人狂呼大叫，焦急万分……

你该怎么办？

请千万别焦虑，别失望。我们给你这本应急的宝书，给你锦囊妙计，给你指点迷津，你一定会迅速化险为夷、转危为安，云散日出，阳光依然是一片灿烂！

《阳光明媚是我心》内容简介：谁都希望成为一个健康的人。有人认为，健康不就是吃得下睡得着，没有头疼脑热的病痛吗？不，这不过是健康的一个方面，还有另一个十分重要的方面，就是心理健康，既有生理和心理同时健康的人，才是一个真正健康的人。

对于我们少年学生来说，心理学专家认为，我们应该做到：有正常的智力，能胜任学习生活；情绪乐观而稳定，人格健全，有正确的理想信念和人生观并为此作出不懈的努力；有良好和谐的人际关系，能正确处理各种人际关系；能正确认识自己，评价自己，控制自己。

那么，我们怎样才能能在漫长艰苦的学习生活中，克服种种矛盾，排除种种干扰，始终拥有美好健康的心理呢？

这本小册子通过一则则小故事，向你叙述、展示你的同龄人在现实生活中碰到的各种烦恼、苦闷和挫折，以及他们勇敢面对、巧妙排解的过程。你看了之后，如果有所同感，从中得到启益，那就是编写者的最大快乐。

《拥有强健的体魄》内容简介：身体健康，生命安全，拥有强健的体魄是学习劳动和正常生活的根本保证。青春是美好的，有一个健康的身体，青春才能更美丽。

在这本小册子里，我们向大家介绍怎样科学防治“非典”，怎样防治肥胖症、青春痘、胃炎、感冒、厌食症、多动症和龋齿等常见的疾病。你看了之后，就会知道这些常见病是怎么来的，怎么预防，怎么治疗，使你更加容光焕发，朝气蓬勃。

作者介绍:

目录:

[少儿健康成长丛书（共5册）\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[少儿健康成长丛书（共5册）\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[少儿健康成长丛书（共5册）\\_下载链接1](#)