

<<三年级下-健康与幸福>>

图书基本信息

书名：<<三年级下-健康与幸福>>

13位ISBN编号：9787533896317

10位ISBN编号：7533896319

出版时间：2012-5

出版时间：浙江教育

作者：(美)琳达·米克斯//菲利普·海特|译者:罗晓路

页数：40

字数：242000

译者：罗晓路

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>

## <<三年级下-健康与幸福>>

### 内容概要

《美国中小学生必修课程：健康与幸福（3年级下）》教给学生生活技能，这些技能帮助他们评估周围的信息并做出决定，最终促使他们身体健康。

<<三年级下-健康与幸福>>

作者简介

作者：（美国）琳达·米克斯（Meeks L.）（美国）菲利普·海特（Heit P.）译者：罗晓路

<<三年级下-健康与幸福>>

书籍目录

C单元 个人健康和安

第5章 个人健康和体育运动

第1课 体检和牙齿保健

专家热线 儿科医师

生活技能活动 做负责任的决定

第2课 眼睛和耳朵

写一写

生活技能活动 获取健康的信息、产品和服务

第3课 仪表整洁

写一写

链接 数学

生活技能活动 做一名健康倡导者

第4课 体育运动

生活技能活动 管理压力

第5课 积极的体能技能训练

聪明消费 提高身体技能的游戏

健康在线 性别和身体脂肪含量之间的关系

独立完成 选择体育运动

生活技能活动 实践健康行为

第6课 安全和体育运动

性格塑造 建造一个安全的游乐场

生活技能活动 解决冲突

学习生活技能 运用沟通技能

第5章复习

第6章 暴力和伤害的预防

第1课 室内安全

链接 艺术

链接 社会研究

独立完成 上网安全提示

生活技能活动 实践健康行为

第2课 出行安全

独立完成 制作海报

生活技能活动 做负责任的决定

第3课 恶劣天气下的安全措施

链接 体育

生活技能活动 获取健康的信息、产品和服务

学习生活技能 设定健康目标

第4课 与人保持安全距离

写一写

健康在线 黄色警报系统

生活技能活动 运用拒绝技能

第5课 远离暴力 保证安全

性格塑造 一个真正的朋友

写一写

生活技能活动 分析影响健康的因素

<<三年级下-健康与幸福>>

第6课 突发事件

专家热线 紧急救援中心的医护人员

生活技能活动 管理压力

第7课 如何进行急救

独立完成 紧急救援电话

生活技能活动 做一名健康倡导者

第6章复习

C单元活动与方案

D单元 药品和疾病预防

E单元 社区和环境健康

专题和活动

## <<三年级下-健康与幸福>>

### 章节摘录

版权页：插图：皮肤（skin）是覆盖在身体表面的一个器官。

它保护你的身体免受细菌侵入，避免阳光伤害身体内部的器官。

保持皮肤健康很重要。

饮食均衡对皮肤健康是有帮助的。

含有维生素A的食物对皮肤很有价值。

绿色蔬菜、橙色蔬菜、蛋类和牛奶都含有维生素A。

太阳的有害光线会损伤皮肤，易导致皮肤癌。

不加防护就暴露在太阳下会晒伤皮肤，使用防晒霜可以帮助皮肤免受晒伤。

防晒霜（sunscreen）是一种涂在身上的乳液，它能防止有害光线伤害皮肤。

为了保护皮肤，要使用SPF（防晒指数）大于等于15的防晒霜。

护理（grooming）是对身体和外表的修饰、清洁。

经常护理皮肤可以帮助你保持皮肤健康。

每天用香皂和水清洗皮肤可以去除污垢、油脂和细菌。

经常洗手可以去除细菌，避免细菌进入眼睛和嘴巴。

护理产品（health—care product）是用来促进健康的产品。

洗发液、防晒霜和护手霜都是护理产品，香皂、牙膏和牙线等是你每天都要使用的护理产品。

有些产品可能会产生副作用。

副作用是使用某种物质后出现的不舒服的感觉或疾病。

皮肤发痒或皮疹都可能是使用护理产品产生的副作用。

如果使用某种产品后出现了副作用，要及时告诉父母或监护人。

<<三年级下-健康与幸福>>

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>