

<<表里俱佳-中小學生書架>>

圖書基本信息

書名：<<表里俱佳-中小學生書架>>

13位ISBN編號：9787544522076

10位ISBN編號：7544522075

出版時間：2013-1

出版時間：長春出版社

作者：史蒂夫·帕克

版權說明：本站所提供下載的PDF圖書仅提供預覽和簡介，請支持正版圖書。

更多資源請訪問：<http://www.tushu007.com>

## <<表里俱佳-中小學生書架>>

### 內容概要

隨著你的成長，你還有你的身體會經歷很多變化。

其中一些會使你感到非常困惑因而難以處理。

你可能會問：為什麼我没有運動員那樣的身體？

痘痘都是從哪來的？

体味到底是怎麼回事？

史蒂夫·帕克所著的《表里俱佳》能回答你這些以及其他更多的問題，並給你自信，重新認識和應對你身體的正常變化。

這《表里俱佳》中包含了關於如何獲取最佳飲食和定期鍛煉，管理情緒，應對社會壓力，控制自己以及與他人相處等方面的技巧和建議。

學會成為有價值的行為模範的要求並讓你認識到在生活 and 社交中保持樂觀的重要性。

前進吧——展示出最好的你！

<<表里俱佳-中小學生書架>>

作者簡介

作者:(英)史蒂夫·帕克  
史蒂夫·帕克是經驗豐富的作家。  
他寫作、貢獻或者編輯了250余本非小說類圖書。  
其中包括很多關於人體以及其如何運行的書。

<<表里俱佳-中小學生書架>>

書籍目錄

面向世界合理飲食，感覺舒暢塑身、保持體形你內心的感受如何？

變化的時間學習榜樣再次觀察小測驗結果20項需要記住的事情更多的信息詞匯表索引

## <<表里俱佳-中小學生書架>>

### 編輯推薦

你需要改進自己的學習技巧嗎？

或者是需要學習如何管理金錢？

也許你想要了解怎樣成為一名鎮定完美的公眾演說家？

青少年生活技能叢書就是這樣一套能提供幫助的書。

書中包含了專家的建議，寶貴的技巧，現實生活的案例學習以及各種測驗。

這個系列鼓勵你發展廣泛的實用個人技巧，幫助你充滿自信地踏入成人的世界成為21世紀的舞台上的成功者。

史蒂夫·帕克所著的《表里俱佳》為叢書之一，包含了關於如何獲取最佳飲食和定期鍛煉，管理情緒，應對社會壓力，控制自己以及與他人相處等方面的技巧和建議。

版權說明

本站所提供下載的PDF圖書仅提供預覽和簡介，請支持正版圖書。

更多資源請訪問：<http://www.tushu007.com>