

新世纪

幼儿素质教育系列用书

# 健康

学前班下



教育科学出版社 四川少年儿童出版社

# 目 录

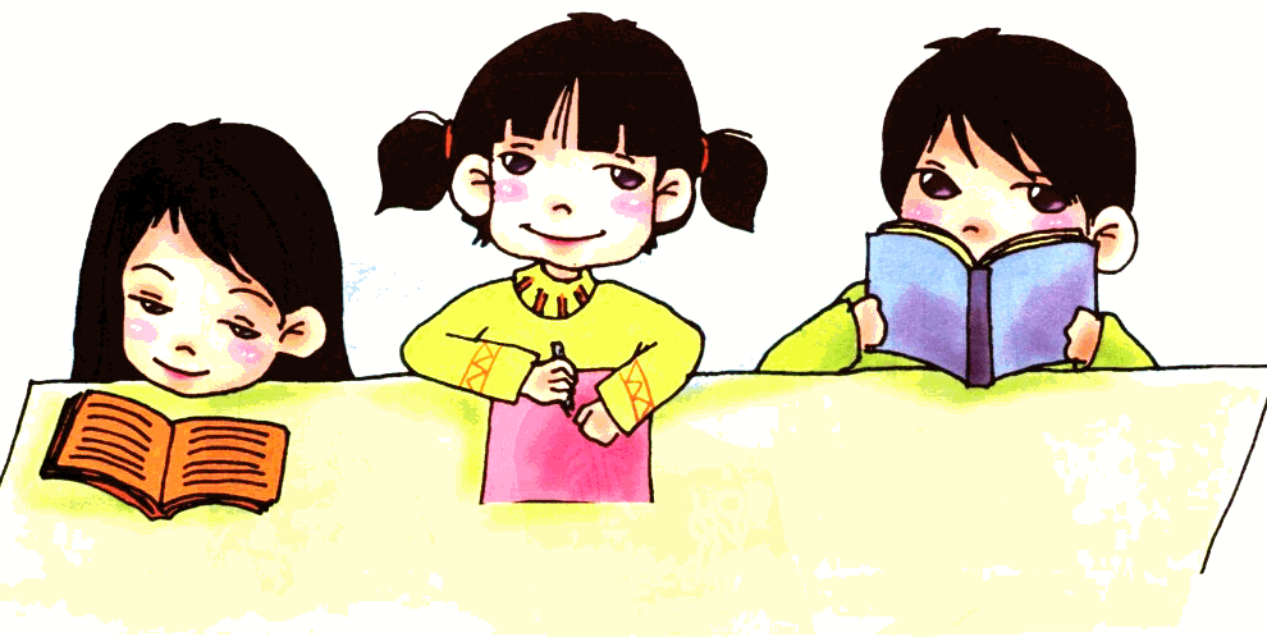
|                 |    |
|-----------------|----|
| 自己洗真好.....      | 1  |
| 找一找正确的姿势.....   | 2  |
| 我会用筷子.....      | 4  |
| 香香的馄饨.....      | 5  |
| 生病了.....        | 6  |
| 粗粮有营养.....      | 7  |
| 我们的四肢.....      | 8  |
| 我们的皮肤.....      | 10 |
| 人体的司令部——大脑..... | 12 |
| 不能乱动插座.....     | 14 |
| 远离高压线.....      | 15 |
| 认识标志.....       | 16 |
| 小小救护队.....      | 18 |
| 我很想.....        | 19 |
| 玩报纸.....        | 20 |
| 健康宝宝.....       | 22 |
| 你身体、情绪怎么样?..... | 24 |

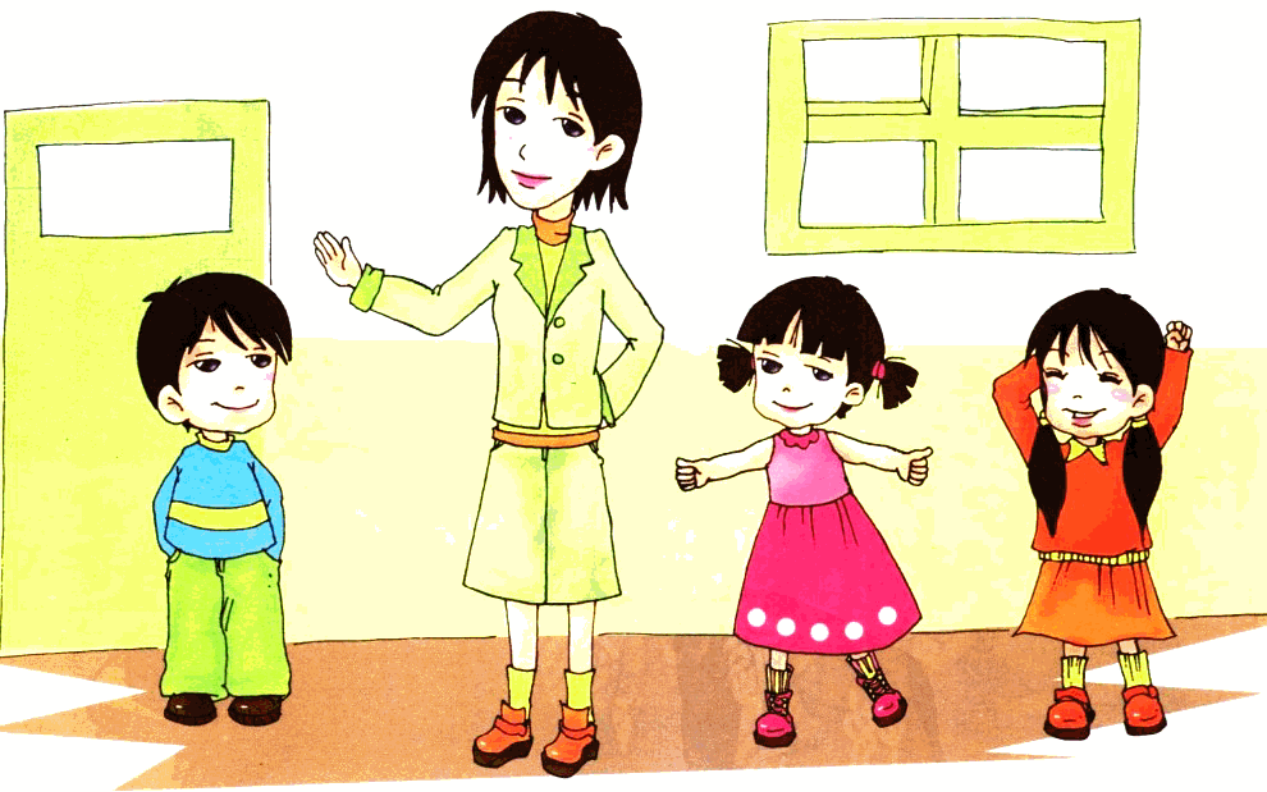
(有黑色底纹的内容配有挂图)



他们在干什么？你会吗？学着做一做。

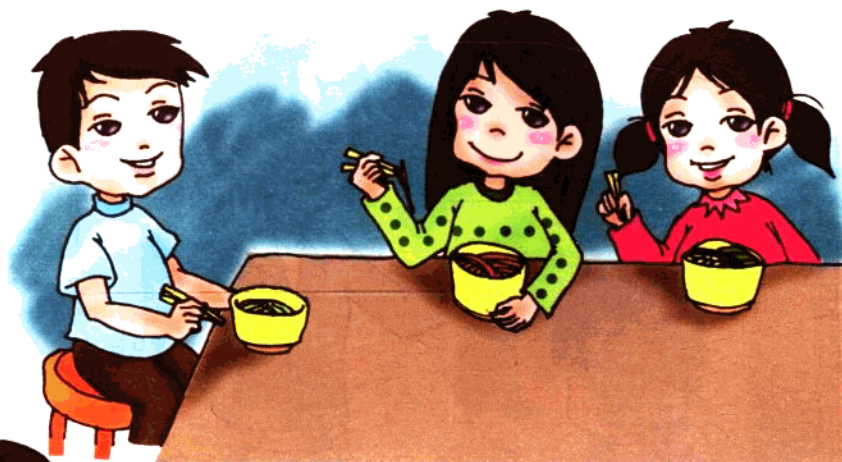
找一找正确的姿势





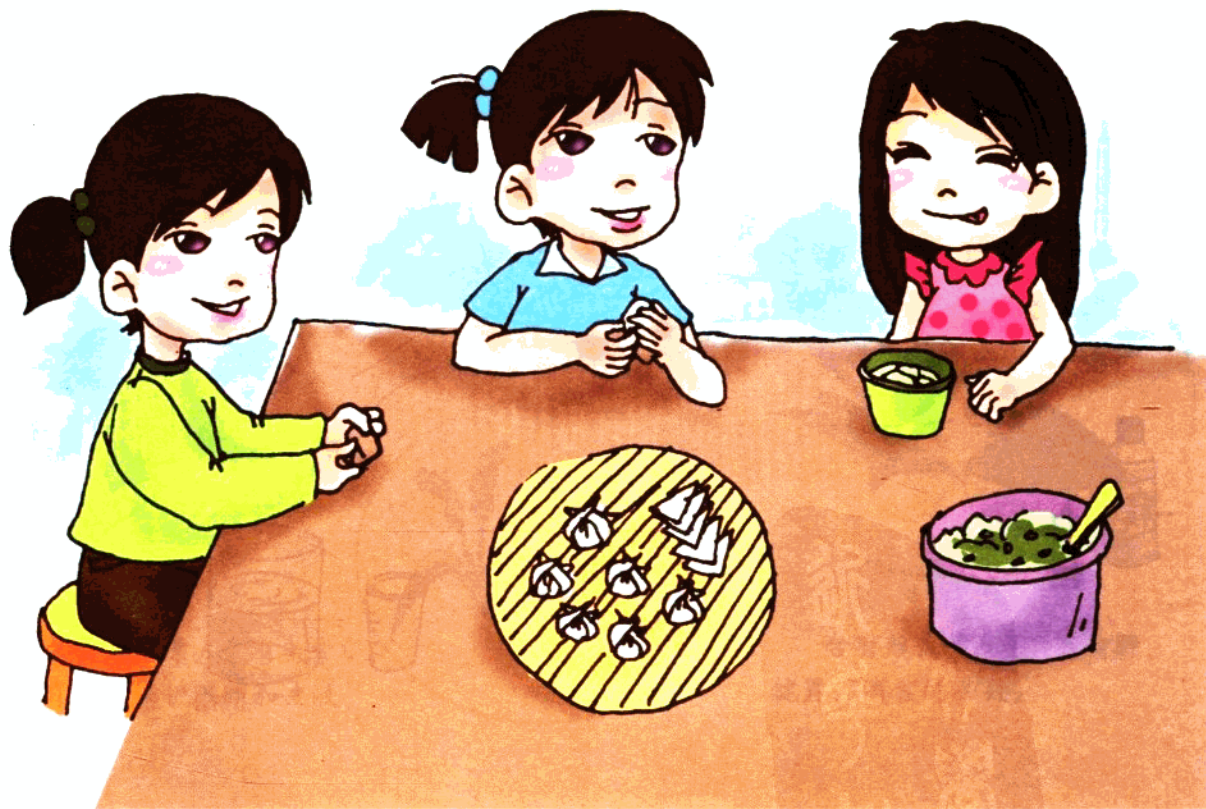
找一找，给图中姿势正确的小朋友打“√”，不正确的打“×”，说一说，你是怎么做的？

# 我会用筷子



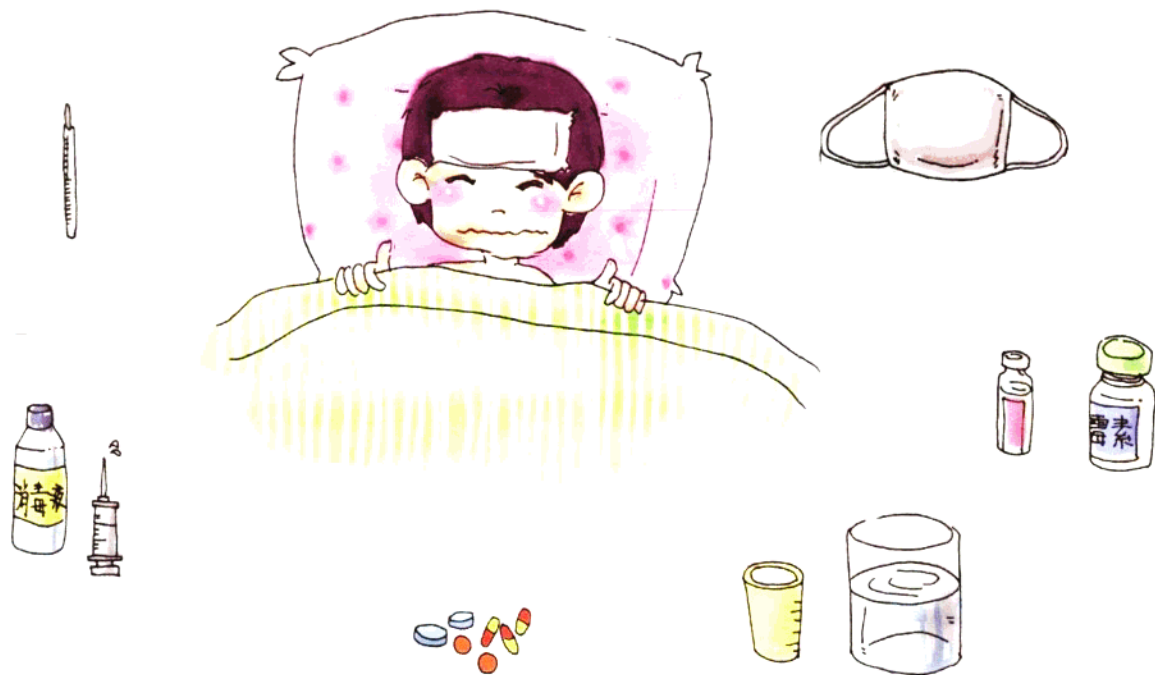
他们用筷子干什么？  
你能用筷子干什么？

# 香香的馄饨



她们在干什么？学着做一做。

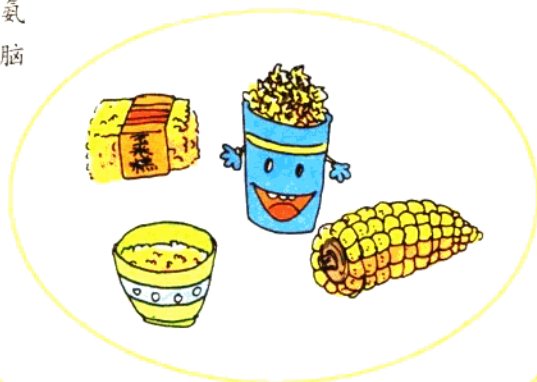
# 生病了



生病了，怎样做可以防止病菌的传播？

## 粗粮有营养

含有蛋白质、谷氨酸，能帮助和促进脑细胞吸氧、排氮。



含有消化酶等，能帮助淀粉性食物的消化。



含有维生素A、维生素C等，有助于保护眼睛和皮肤。



含有维生素B等，有健脾、健胃、消食的功效。



你知道粗粮有哪些营养？对身体有什么好处？

# 我们的四肢

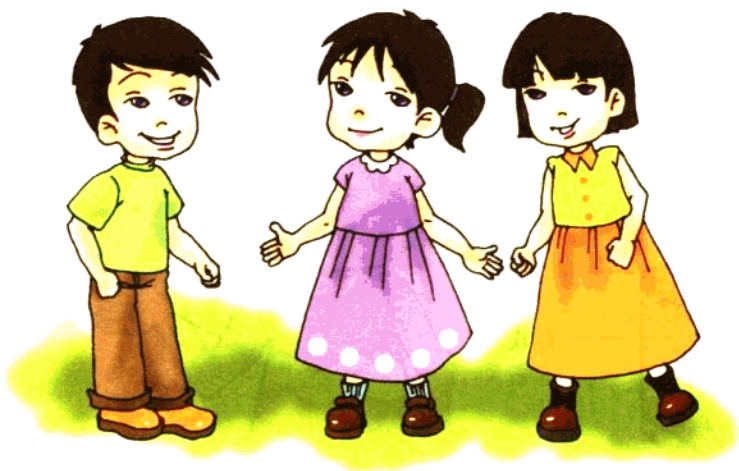


说一说我们的四肢，如何保护四肢？

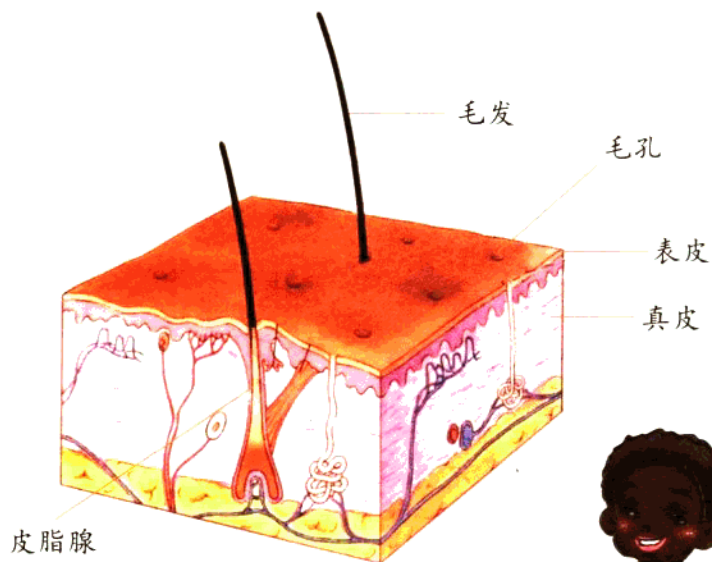
在什么情况下用手？

在什么情况下用脚？

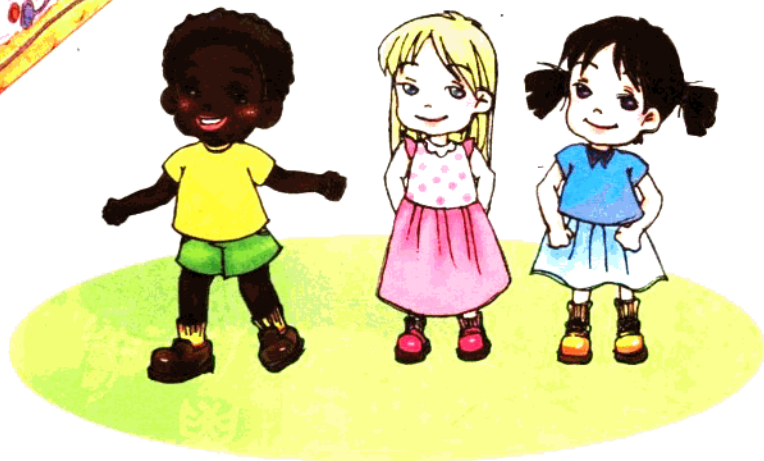
什么情况下需要手脚配合？



# 我们的皮肤



皮肤构造示意图



皮肤的颜色

皮肤的感觉

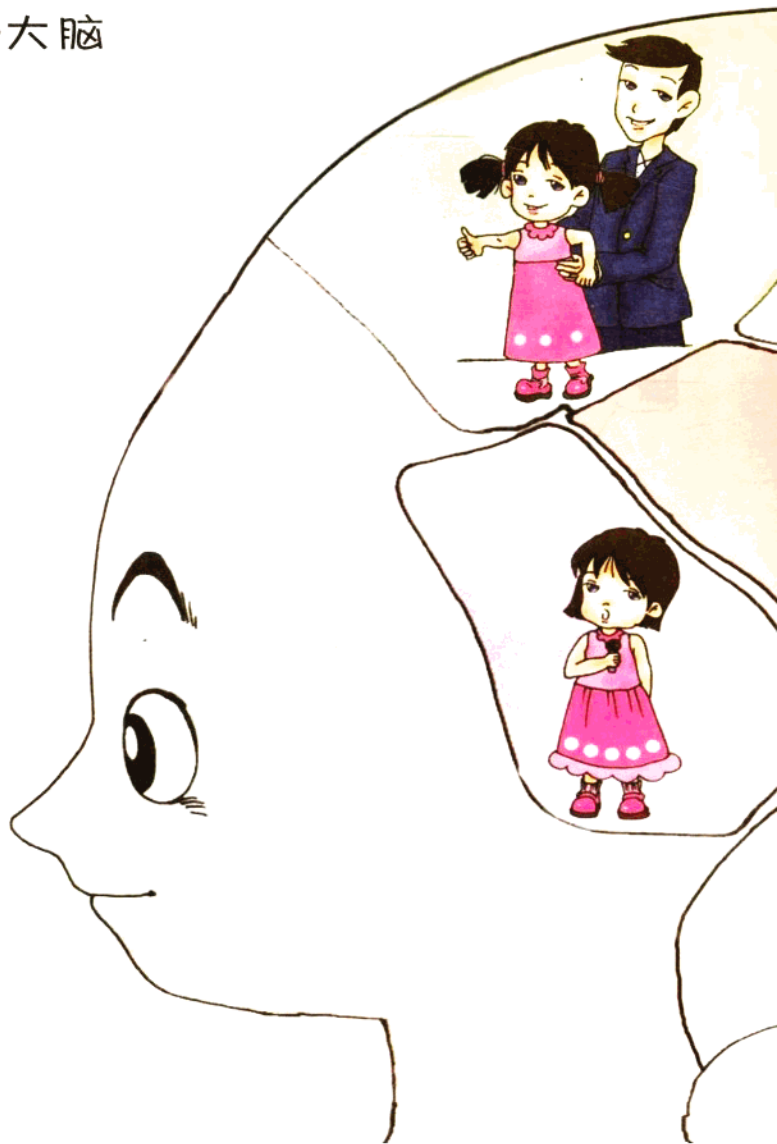


说一说皮肤的构造、颜色、感觉及变化。  
你怎样保护自己的皮肤？



皮肤的变化

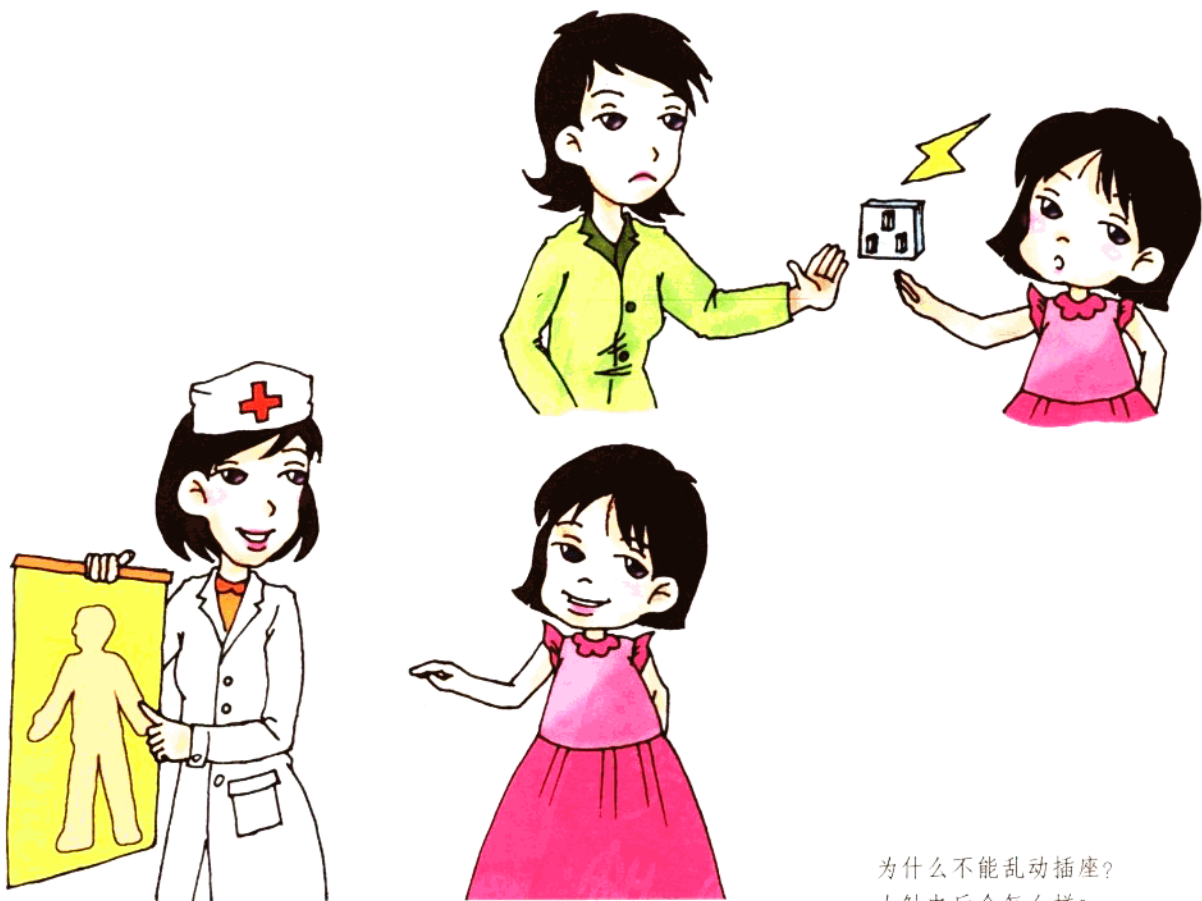
# 人体的司令部——大脑



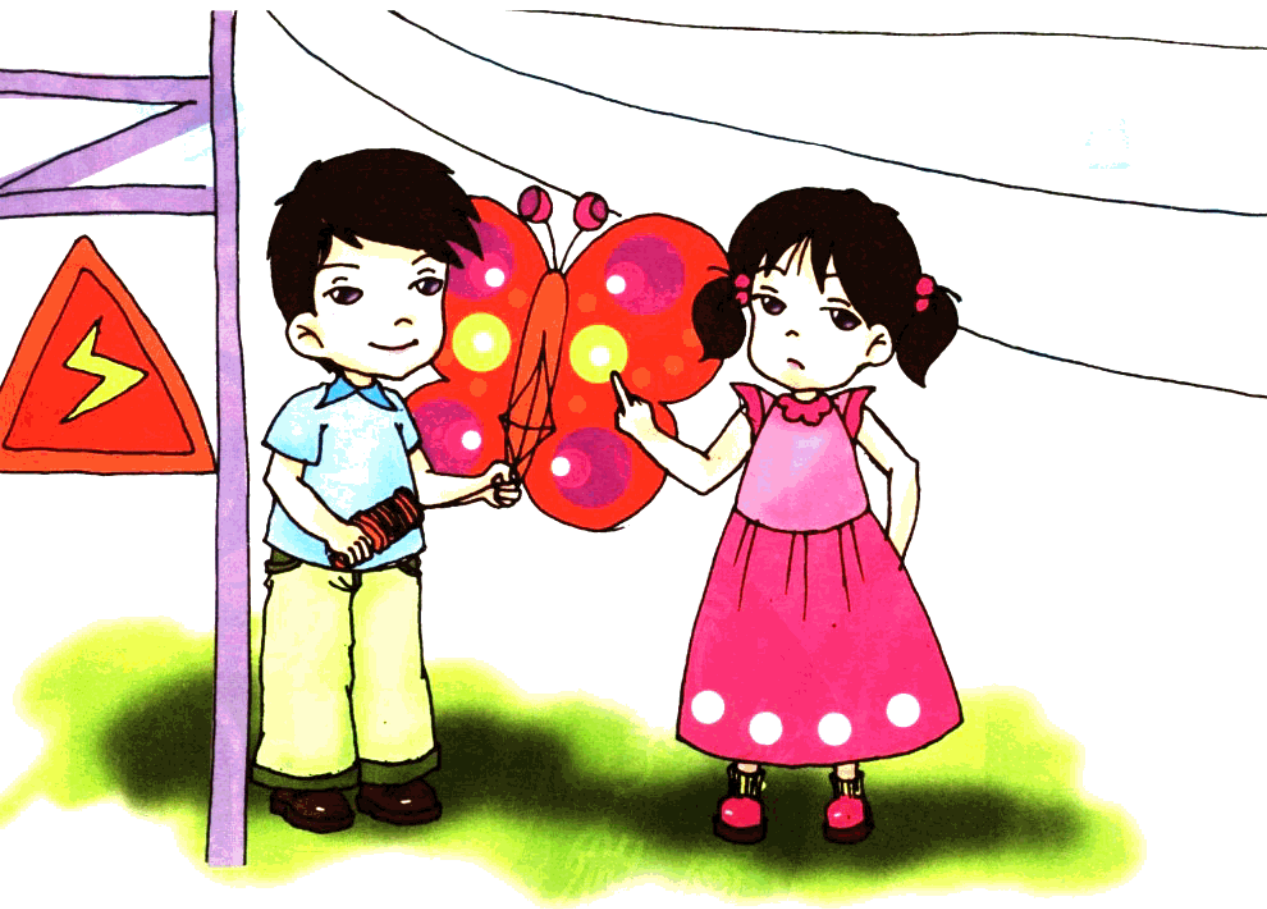


我们的哪些活动受大脑指挥？怎样保护大脑？

# 不能乱动插座



为什么不能乱动插座？  
人触电后会怎么样？  
应该怎样安全用电？



小朋友能在高压线下放风筝吗？为什么？请你设计相应的标志，提醒人们注意。