



# 植物大战僵尸2

# 人体漫画

极限活力大比拼




笑江南 编绘



The title graphic is contained within a metallic, rounded rectangular frame. At the top left, there is a small green alien-like character and a magnifying glass over a DNA helix. The main title '植物僵尸2' is in green and orange, with '大战' in smaller text. Below it, '人体漫画' is written in large, stylized characters, with a white human silhouette inside the '体' character. At the bottom left of the frame, the subtitle '极限活力大比拼' is written in white, followed by a white heartbeat line that ends in a DNA helix on the right.

植物僵尸2  
大战  
人体漫画  
极限活力大比拼

笑江南 编绘

中国少年儿童新闻出版总社  
中国少年儿童出版社

北 京



Plants vs. Zombies™ © 2018 Electronic Arts Inc. PopCap is a trademark of Electronic Arts Inc.

中国少年儿童新闻出版总社“植物大战僵尸”系列图书获美国EA Inc官方正式授权

### 图书在版编目 (CIP) 数据

植物大战僵尸2人体漫画. 极限活力大比拼 / 笑江南  
编绘. — 北京 : 中国少年儿童出版社, 2018. 10  
ISBN 978-7-5148-4979-0

I. ①植… II. ①笑… III. ①漫画—连环画—作品集—中国—现代 IV. ①J228.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第209600号

## ZHIWU DAZHAN JIANGSHI 2 RENTI MANHUA JIXIAN HUOLI DA BIPIN

出版发行: 中国少年儿童新闻出版总社  
中国少年儿童出版社

出版人: 孙柱

执行出版人: 张晓楠

策 划: 张楠	审 读: 林栋 薛晓哲
责任编辑: 刘七平	特约审校: 王冠军
美术编辑: 吴丹	封面设计: 吴丹
责任印务: 任钦丽	责任校对: 华清
制 作: 霍尔果斯笑江南文化传媒有限公司	

社 址: 北京市朝阳区建国门外大街丙12号	邮政编码: 100022
总 编 室: 010-57526070	传 真: 010-57526075
编 辑 部: 010-59344144	客 服 部: 010-57526258
网 址: www.ccppg.cn	电子邮箱: zbs@ccppg.com.cn

印 刷: 北京瑞禾彩色印刷有限公司

开本: 720mm×1000mm 1/16	印张: 10
版次: 2018年10月第1版	印次: 2018年10月北京第1次印刷
字数: 125千字	印数: 30000册

ISBN 978-7-5148-4979-0

定价: 28.00元

图书若有印装问题, 请随时向本社印务部(010-57526183)退换。

# 主要人物介绍

向日葵



豌豆射手



花生射手



菜问



闪电芦苇



坚果



火焰豌豆射手



棱镜草



红针花



骑牛·小鬼僵尸



牛仔僵尸



探险家僵尸



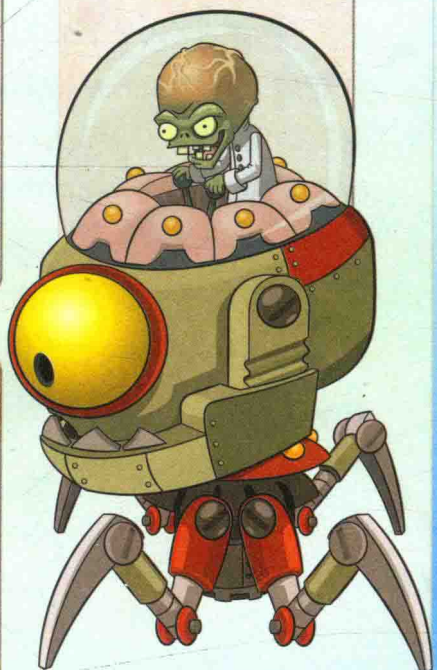
鸡贼僵尸



未来僵尸



未来僵尸博士



路障未来僵尸



斗篷僵尸





## 专家推荐

我们常说人体是“血肉之躯”，它拥有鲜活的结构和功能，以及旺盛的生命力。对现在的孩子来说，不管是面对当下紧张的学习，还是长大后面面对繁忙的工作，充满活力的身体是必须具备的资本和条件。

人们常用“生龙活虎”“朝气蓬勃”这类成语来形容一个人富有活力，那么，怎样才能保持充沛的活力、激发最大的潜能呢？骨骼有哪些“超能力”？怎样提高身体耐力？为什么有氧运动好处多？“冬练三九，夏练三伏”有什么讲究？如何处理运动损伤？小孩儿能喝运动饮料吗？什么是健康的运动食谱？神秘的生长激素是什么？健美的身姿是怎样练成的？诸如此类通俗又实用的人体知识，都能在这本幽默有趣的漫画书中得到科学解答。环环相扣的爆笑故事中穿插通俗易懂的人体知识，能让同学们在快乐阅读中增长知识，开阔眼界，受益匪浅。

关爱生命，提高生命的质量，从了解我们的身体开始。希望同学们能通过这本人体漫画书，了解人体科学知识，掌握健康密码，学会科学的饮食、作息习惯和运动训练方法，养成健康的学习、生活方式，做一个有活力、好体魄、有抱负的快乐少年！

王冠军

武警总医院主任医师、医学博士

# 目录

★ 骨骼有哪些“超能力”？	2
★ 牛奶是骨骼的“营养液”吗？	6
★ 你睡的床健康吗？	14
★ 一直“宅”在家里好吗？	20
★ 精细动作是怎样练成的呢？	24
★ 肌肉真的有记忆吗？	30
★ 痱子为什么“偏爱”夏天？	34
★ 长高的“秘密武器”有哪些？	42
★ 神秘的生长激素是什么？	48
★ 健美的身姿是怎样练成的？	52
★ 如何成为现实生活中的“闪电侠”？	60
★ 脂肪有白色和褐色之分吗？	68
★ 什么是健康的减肥方式？	72
★ 皮肤过敏怎么办？	76



★ 运动前为什么要做拉伸？	80
★ 挑选运动服装也有这么多讲究吗？	86
★ 你知道吃零食的学问吗？	90
★ 你知道如何处理运动损伤吗？	98
★ 怎样提高身体耐力？	102
★ 为什么有氧运动好处多？	106
★ 运动为什么能缓解压力？	110
★ 小孩儿能喝运动饮料吗？	114
★ 什么是健康的运动食谱？	118
★ 运动过量的“信号”是什么？	126
★ 为什么说“冬练三九，夏练三伏”？	134
★ 人体知识一览	142
★ 闯关答题游戏	155

# 目录

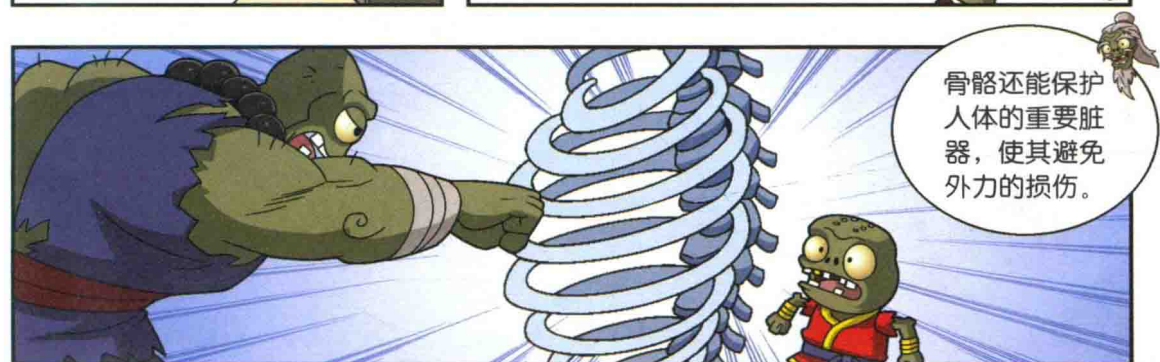
★ 骨骼有哪些“超能力”？	2
★ 牛奶是骨骼的“营养液”吗？	6
★ 你睡的床健康吗？	14
★ 一直“宅”在家里好吗？	20
★ 精细动作是怎样练成的呢？	24
★ 肌肉真的有记忆吗？	30
★ 痱子为什么“偏爱”夏天？	34
★ 长高的“秘密武器”有哪些？	42
★ 神秘的生长激素是什么？	48
★ 健美的身姿是怎样练成的？	52
★ 如何成为现实生活中的“闪电侠”？	60
★ 脂肪有白色和褐色之分吗？	68
★ 什么是健康的减肥方式？	72
★ 皮肤过敏怎么办？	76



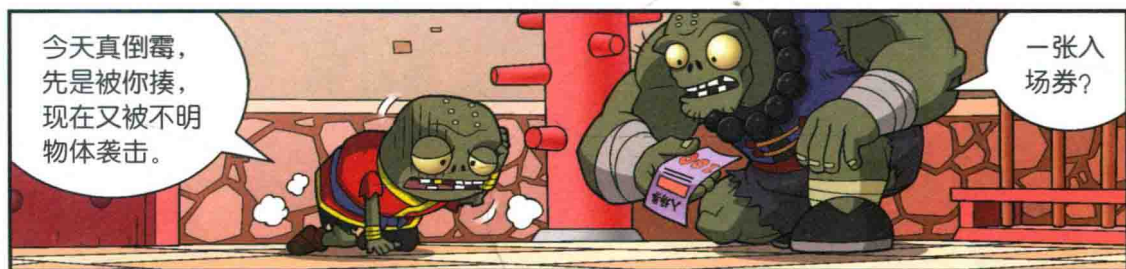
★ 运动前为什么要做拉伸？	80
★ 挑选运动服装也有这么多讲究吗？	86
★ 你知道吃零食的学问吗？	90
★ 你知道如何处理运动损伤吗？	98
★ 怎样提高身体耐力？	102
★ 为什么有氧运动好处多？	106
★ 运动为什么能缓解压力？	110
★ 小孩儿能喝运动饮料吗？	114
★ 什么是健康的运动食谱？	118
★ 运动过量的“信号”是什么？	126
★ 为什么说“冬练三九，夏练三伏”？	134
★ 人体知识一览	142
★ 闯关答题游戏	155

# 骨骼有哪些“超能力”？










牛奶是骨骼的“营养液”吗？









戴夫说只要找到入场券上的地址，就能拿任何比赛的冠军，不会是骗我们的吧？而且，他怎么知道我们近期会举办运动会呢？


先找找再说吧……



不行了，我累得实在是走不动了。



你呀，一定是平时不注意补钙，身体缺乏锻炼。



先让我歇会儿。





