第一图书网, tushu007.com

<<表里俱佳-中小学生书架>>

图书基本信息

书名：<<表里俱佳-中小学生书架>>

13位ISBN编号：9787544522076

10位ISBN编号：7544522075

出版时间：2013-1

出版时间：长春出版社

作者：史蒂夫·帕克

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

内容概要

随着你的成长，你还有你的身体会经历很多变化。
其中一些会使你感到非常困惑因而难以处理。
你可能会问：为什么我没有运动员那样的身体？
痘痘都是从哪来的？
体味到底是怎么回事？
史蒂夫·帕克所著的《表里俱佳》能回答你这些以及其他更多的问题，并给你自信，重新认识和应对你身体的正常变化。
这《表里俱佳》中包含了关于如何获取最佳饮食和定期锻炼，管理情绪，应对社会压力，控制自己以及与他人相处等方面的技巧和建议。
学会成为有价值的行为模范的要求并让你认识到在生活和社交中保持乐观的重要性。
前进吧——展示出最好的你！

作者简介

作者:(英)史蒂夫·帕克史蒂夫·帕克是经验丰富的作家。
他写作、贡献或者编辑了250余本非小说类图书。
其中包括很多关于人体以及其如何运行的书。

书籍目录

面向世界合理饮食，感觉舒畅塑身、保持体形你内心的感受如何？
变化的时间学习榜样再次观察小测验结果20项需要记住的事情更多的信息词汇表索引

编辑推荐

你需要改进自己的学习技巧吗？
或者是需要学习如何管理金钱？
也许你想要了解怎样成为一名镇定完美的公众演说家？
青少年生活技能丛书就是这样一套能提供帮助的书。
书中包含了专家的建议，宝贵的技巧，现实生活的案例学习以及各种测验。
这个系列鼓励你发展广泛的实用个人技巧，帮助你充满自信地踏入成人的世界成为21世纪的舞台上的成功者。
　史蒂夫·帕克所著的《表里俱佳》为丛书之一，包含了关于如何获取最佳饮食和定期锻炼，管理情绪，应对社会压力，控制自己以及与他人相处等方面的技巧和建议。

第一图书网, tushu007.com

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