第一图书网, tushu007.com

<<中国学生应该知道的生活常识>>

图书基本信息

书名：<<中国学生应该知道的生活常识>>

13位ISBN编号：9787807247210

10位ISBN编号：7807247215

出版时间：2009-8

出版时间：《成长必读》编委会 京华出版社 (2009-08出版)

作者：《成长必读》编委会

页数：176

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

《中国学生应该知道的生活常识》是一部优秀的生活书籍，它集知识与常识于一体。
营养合理的膳食搭配，告诉我们怎样科学地安排饮食；优质健康的课余生活，教会我们养成良好生活习惯、丰富课余生活；文明得体的社交礼仪，让我们明白如何待人接物；增添情趣的宠物花草，让我们懂得呵护弱小、善待动植物；应对险情的自我保护，指导我们如何规避危险、保证安全……这其中汇集了诸如“饭前喝汤的好处”、“送客的礼仪”、“预防地震的方法”、“正确给狗狗洗澡”等处理事务的正确方法，同时还包含了类似“运动后不能洗澡”、“忌吃刚出炉的面包”、“喝浓茶会导致氧中毒”等学生需要格外注意的生活禁忌，从而全面地保证了学生养成科学合理的生活习惯。
本书多角度地介绍了中小学生亟待了解的生活常识，加之书中生动形象的卡通插图，令学生们在轻松愉快的阅读中获得生活所需要的日常知识。
生活中充满了智慧，让我们拿起密钥，走进科学生活的大门吧。

书籍目录

营养合理的膳食搭配放味精的学问“百果之宗”的梨生姜治百病识别假鸡蛋慧眼识食品做饭注意事项豆浆怎样煮更健康毒过蛇的清明蔗甘蔗的食疗药效常吃番茄身体好吃坚果的益处燕麦的食疗药效“粗鲁”的大蒜多吃海鲜好不好长期食用植物油好不好有益眼睛的食物心脑健康食品的选择“趁热吃”是否健康吃酸梅的好处西红柿能解酒吃白萝卜注意事项常吃爆米花好不好食品的保质期吃洋葱的好处鸡精和味精的区别豆腐比大豆更容易吸收早餐的重要性深色蔬菜有益健康先放糖还是先放盐吃苹果的妙处红薯胀气的解决方法西红柿的健康吃法西葫芦的营养秘密茄子的正确吃法黑木耳的健康指南核桃的正确吃法豆制品要少买快吃慢吃苹果快吃糖鉴别绿色食品汤泡饭不科学尽量少吃的四种食物五种天天吃的食物忌空腹吃的食物中暑后的饮食吃肝是否补肝食品中的致癌因素能预防癌症的食物九种最佳水果荤菜中的名堂养脑巧吃零食增强记忆力的食品孩子晚餐不宜吃少识别“放心肉”合理搭配黄金早餐肯德基不宜天天吃粳米煮粥宜加茶叶鳝鱼宜与藕合吃主副食的合理安排无机盐蛋白质同等重要科学饮食防近视饭前喝汤的好处肉与大蒜同吃豆腐的好伴侣烤羊肉串的最佳搭配防治贫血的黄金搭档豆腐萝卜一块吃牛肉炖土豆的道理松花蛋配姜醋汁羊肉配豆腐大豆配米面的秘密胡萝卜炖排骨的道理黄绿搭档卷心菜与木耳搭配“麻辣烫”的搭配奶饮搭配水果荤素菜“并驾齐驱”牛奶米饭同食降血糖菜肴粮食要均匀长寿国的秘密莲藕生姜养颜去寒芹菜与核桃仁蔬菜沙拉巧搭配不可缺少的米饭馒头吃火锅的禁忌吃西瓜的禁忌维生素C与虾相克烹调食物切忌带生高蛋白加浓茶等于便秘牛奶忌与橘子同食饮酒忌吃胡萝卜吃西瓜的八大禁忌生姜的吃法和禁忌健康饮茶“十一忌”酥香小点的禁忌忌吃发芽马铃薯新鲜黄花菜慎吃半熟的金针菇不能吃不能吃的大白菜不吃肥肉好不好给客人敬茶宴请西方人如何给客人上酒生日晚会的注意事项红酒的饮用礼节劝人饮酒的方式使用筷子的忌讳用餐的文明礼貌用餐时的“排座次”用餐时的坐姿文雅的用餐方法用餐后离席的方式西餐中的“左叉右刀”吃面包的注意事项春节家宴勤用餐巾纸忌探身夹对面的饭菜吃东西不要发出声音用餐时不要讲恶心话忌把筷子竖插在碗盆上忌用筷子敲打碗盆夹菜的名堂细嚼慢咽吃面条的礼节吃自助餐的礼仪开始用餐的时间餐巾的用法西餐上如何喝酒家中用餐一般礼仪日本茶道礼仪咖啡的行为礼仪西餐吃鱼的礼仪中国人喝汤的礼节西餐吃橙子的方式吃法国菜的五个细节在哈萨克怎么吃羊肉喝咖啡的四个小步骤可用手指取食的食物西餐喝汤的礼仪寿司的标准吃法增添情趣的宠物与花草勿和小宠物亲密接触正确给狗狗洗澡制止小猫咬人的办法给猫猫洗澡巧妙清洗雄性猫尾巴让狗狗有漂亮的毛了解狗狗的心情惩罚狗狗的方法让狗狗安静下来的方法喂养狗狗的方法让你的狗狗学会独处对松狮有害的食物切勿改变狗狗的食物狗狗生病的信号饲养小宠物要注意卫生狗狗眼屎不容忽视阻止狗狗扑人的方法正确使用狗绳让宠物不挑食的方法给小狗补钙的方法帮助小狗御寒的方法给狗清洁耳朵的方法巧给狗狗洗眼睛猫患感冒怎么办挑选健康宠物的方法给狗狗梳毛的方法选择画眉鸟的方法挑选金鱼的方法控制鱼缸水温的方法给鱼换水的方法选择猫食的忌讳定期给宠物打疫苗训练鸟说话给猫喂食的方法阻止狗刨土的方法训练猫的基本方式纠正猫的夜游习性判断鸟生病的方法喂养乌龟的方法乌龟的甲壳疾病管理金丝雀的方法选择宠物鸟的方法让猫在固定地点睡觉训练猫在指定地方排便纠正猫异常摄食行为防止猫吃死老鼠冬季防止狗狗感冒房间里适宜放置的花草房间里不能放的花草新房植物的摆放餐厅中花的摆放方法客厅中花的摆放方法书房中花的摆放方法中药渣是好花肥食醋妙用当花肥豆腐渣作花肥自己动手制作花肥啤酒也是好花肥鸡蛋壳不宜覆盖盆土花木叶面施肥要点花卉施肥四不宜水培花卉根外施肥要领常见家庭插花形式居室水培花卉的数量鲜花保鲜法瓶花的保鲜法水培植物的好处花木移栽四个要摆放花草的注意事项合理搭配花草花卉与健康花卉的双重功效保护环境的花卉卫士花香的特殊功效阳台花卉治虫的方法给花浇水的讲究卧室摆花的讲究驱蚊草驱蚊的秘密挑选驱蚊草的窍门给花木换盆的方法居室养花七大忌选盆好菊花的方法光线不足怎么养花家庭废水好化肥洗衣粉防治花卉虫害冬季盆花巧浇水选择花盆的方法选水仙花的方法让花变色的方法预防花枯萎的方法秋菊冬季养护法鉴别盆花缺水的方法常吃粉丝不聪明炒菠菜是否能补铁不熟的豆角不能吃忌吃隔夜熬白菜吃海带不能过量新鲜木耳不可吃吃花生的禁忌香肠是否安全杏会伤人合理吃橘子吃水果要削皮山楂片并非多多益善多吃素是否正确吃粽子要适量忌喝火锅汤饮水四忌烧焦的鱼致癌老南瓜不应吃醋应常吃少食吃茄子忌去皮煮鸡蛋的合理时间蜂蜜忌用沸水冲忌吃刚出炉的面包过夜米饭含毒素忌吃鸡屁股自来水是否放心豆浆保健康吗生食食物注意事项合理使用冰箱吃饭有讲究袋装牛奶正确加热防止绿色蔬菜中的病菌塑料袋要有“身份证”吃鸡蛋要注意

卫生喝水一定要看水源饮用酸牛奶三不要饮食卫生不能丢防止交叉污染选择卫生的食物鉴别食品变质食品中的毒害物质人多不去凑热闹白纸包食物不干净用酒给碗筷消毒是否可取抹布要及时清洗忌用卫生纸擦拭餐具误用千毛巾丢掉烂掉的水果远离垃圾食品防止“病从口入”早餐饮品豆浆和牛奶哪个更有营养喝牛奶后要喝温水晚上喝酸奶更有利于健康豆浆冲鸡蛋是否正确不能空腹喝牛奶和豆浆餐后喝汤好不好忌空腹吃香蕉饮用酸奶的学问鲜豆浆的健康功效果汁好还是开水好消化不好请用茶如何选购饮料几种常见的茶叶种类如何选购茶叶一日饮茶巧安排如何调制牛奶红茶什么饮食要多喝茶喝红茶好处多什么茶有利健康泡茶秘决睡前喝牛奶的好处自制饮料赛过碳酸饮料餐前不宜喝甜饮料隔夜茶也可喝喝浓茶会导致氟中毒喝易拉罐饮料是否健康小孩不宜喝可乐冰冻饮料不利健康小孩不宜喝绿豆水喝汤要讲究小孩子不宜喝咖啡适量饮用咖啡喝茶的好处最佳饮品白开水常见的与鸡肉相克的食物常见的与兔肉相克的食物常见的与猪肉相克的食物常见的与羊肉相克的食物常见的与狗肉相克的食物常见的与鲤鱼相克的食物常见的与牛肉相克的食物常见的与芹菜相克的食物常见的与西红柿相克的食物常见的与黄瓜相克的食物常见的与蜂蜜相克的食物鸡蛋与味精相克螃蟹柿子不能同食黄瓜西红柿不能同食猪肉和香菜相克韭菜就酒犹如火上浇油应对险情的自我保护遭受侵害时的自卫防诈骗的方法遇到抢劫时的自卫注意交通安全横穿马路的注意事项乘车安全常识骑自行车的规范雨雪天气骑车安全受了外伤时的处理办法手脚冻僵的处理办法被狗咬伤的处理办法骨折的应急处理止血的方法正确防盗防抢劫的方法预防火灾的方法发生火灾后的报警方法应对轻微火情的方法公交车遇小偷时的处理办法路遇精神病人时的处理办法遇交通事故时的处理办法路遇盘查时的处理办法坏人尾随时的处理办法预防自行车被盗遇打群架时的处理办法识别交通信号灯的方法发现有人触电时的处理办法安全燃放烟花爆竹切伤的紧急处理被硬物扎伤的处理办法膝盖摔破的处理办法手指受伤的处理办法牙痛的处理办法远离毒品艾滋病的危害艾滋病的症状预防艾滋病的方法家庭安全“七防”家庭用电安全触电以后的处理方法防止烫伤的方法家中防火的方法火场逃生常识常用的灭火方法正确使用灭火器保护财物的方法预防食物中毒吃食物的注意事项正确处理烫伤发现窃贼的处理方法食物中毒的症状食物中毒的处理方法安全使用燃气的方法正确处理燃气泄漏油锅着火的处理方法安全使用微波炉安全使用电吹风陌生人来电话的处理方法陌生人来访的处理方法熟人来访的处理方法独自在家发高烧的处理方法预防煤气中毒的方法安全使用刀具的方法防止蜡烛引起的火灾防止蚊香引发火灾预防异物进入气管鱼刺卡喉咙的处理方法误吞异物的处理方法预防喝豆浆中毒分辨毒蘑菇的方法鉴别变质牛奶的方法鉴别过期蛋糕的方法课间活动注意事项保证游戏安全上下楼梯注意事项上下学注意事项体育活动中的注意事项体育项目中的自我防护校园安全八“不要”在学校防火的方法避免打架的方法预防校园踩踏的方法做好学校防震准备预防校园暴力避免被勒索钱财的方法借给人钱物注意事项宿舍发现可疑人员的处理方法鼻子流血的处理方法虫子进耳的处理方法脚底起泡的处理方法保护眼睛的方法野营注意事项登山注意事项游泳注意事项游泳前的准备游泳抽筋的处理方法溺水的急救耳朵进水的处理方法夏天游泳注意事项旅游注意事项游乐园中的注意事项动物园中注意事项迷失方向的处理方法晕车晕船的处理方法掉进泥潭的求生方法困在窄洞中的处理方法溺水自救的方法预防旅游水肿的方法被毒蛇咬伤的处理方法旅游中暑的处理方法旅游崴脚的处理方法被蜂蛰肿的处理方法异物进入眼睛的处理方法识别危险泥潭的方法避免迷路的方法雪地迷路自救的方法游船失火逃生秘笈沙漠遇险的处理方法雪崩中逃生的方法遇到海啸的处理方法海难中的自救空中遇险的处理方法户外怎样避雷雷电期间注意事项洪水来临的处理方法地震的产生户外避震注意事项室内避震的方法地震应远离的地方预防地震的方法提高震后警惕做好家庭防震准备白天发生地震的处理方法夜间发生地震的处理方法从废墟中脱险的方法室内防雷的方法应对泥石流的方法应对山体塌方的方法应对暴雪冰雹的方法家庭应对风灾的方法户外应对风灾的方法优质健康的课余生活边看电视边吃饭好不好润喉片的危害偏食的孩子体质差别把零食当正餐远离花花绿绿的小食品支配零花钱的方法饭前便后要洗手餐餐都吃饱使人变笨鼻孔不能常挖不咬不洁净的东西要勤剪指甲勤洗澡用嘴呼吸的害处拒绝蒙头睡觉肚脐眼动不得不要随地吐痰晨起的四个好习惯美化校园从我做起良好的早餐习惯睡眠过多是坏习惯频繁洗脸对皮肤不好刷牙过久引发牙周炎步行过久易骨折搓皮肤要适度不要带病用脑勤做眼保健操文明礼貌从小做起树立良好的道德观养成良好的劳动习惯耳朵不能经常掏巧克力要少吃睡觉要盖好被子养成勤晒太阳的习惯常看电视的坏处养成良好的睡姿细嚼慢咽有利健康吃太多的盐不好温开水的好处六宜习惯有利健康生熟混放不卫生养成饮水好习惯挑食有好处吸烟的害处减卡救树节约用水回收废纸再造林木资源杜绝白色污染不要丢弃广告单积极学习环保知识减少

水污染节约用电拒食野生动物控制噪声污染做文明旅游者珍惜纸张为保护环境做宣传选择绿色食品少用一次性制品旧物巧利用垃圾分类回收做动物的朋友争做绿林卫士绿化家庭保护环境选择环保洗洁用品伸甲冰箱巧节能选择环保电器收集雨水保护环境从换灯泡开始设置分类垃圾筐争做公交族或自行车族厕所也能节水重复使用优质塑料袋旧衣不可弃电器不宜常“ 待机 ”厨房节能的方法合理使用电风扇合理使用电视机洗浴也能环保节能采用节能方式做饭踢毽子健脑又健身放风筝的建议蹦床运动好处多飞镖运动的特点打羽毛球的好处选购羽毛球的方法运动新宠蹦极水面也能“ 骑摩托 ”攀岩运动的由来成长最快的运动轮滑前后须留意轮滑鞋的修护穿运动鞋的方法买鞋要诀运动时的着装选购运动袜的方法乒乓球运动防近视游泳装备大全滑冰的好处排球运动的好处跑步的好处运动后能不能立即洗澡冬天选择滑雪滑雪道的级别高山滑雪场的选择滑雪时防止进雪的方法滑雪时保护眼睛的方法绵里藏针太极拳蛙泳的特点冰球运动的规则变化多端的围棋国际象棋的特点世界杯足球赛骑自行车的益处钓鱼的技巧爬山的益处拔河的要领慢投垒球保龄球运动滑冰的注意事项锻炼的最佳时间三者兼顾的运动方法运动的注意事项健身跑时保护脚的方法穿冰鞋的小窍门滑雪时补充饮食的方法滑雪时防止冻伤的方法滑雪时选择内衣的方法文明的体的社交礼仪如约而至问候主人的方法去蒙古人家做客的方法参加宴会的注意事项“ 洗尘 ”是待客之道吗喝茶的礼仪喝青稞酒和酥油茶的方法婚宴敬酒的礼仪做客的基本礼仪中途离席的技巧法国餐饮的礼仪俄罗斯餐饮的礼仪国外宴会的饮酒礼仪吃西餐的细节宴会中交谈的方式宴后的礼节西方长桌排位法适可而止的劝吃法敬茶的原因咖啡红茶待客有讲究西藏人的待客礼仪美国人的待客礼仪迎接的礼仪倒茶的方式送客的礼仪礼貌待客待客不能用纸杯请客的注意事项餐后咖啡的喝法

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