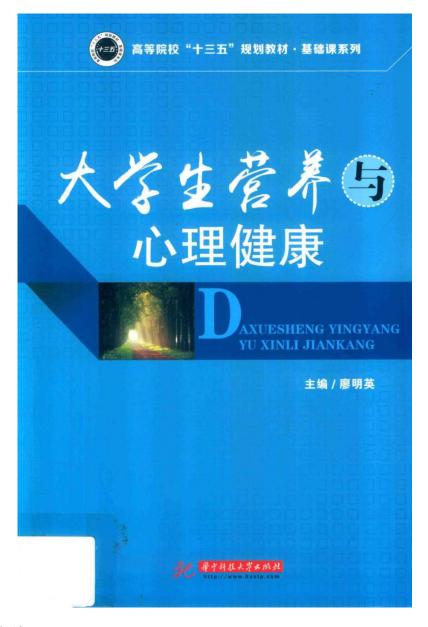
大学生营养与心理健康



作者:廖明英主编

出版社: 武汉: 华中科技大学出版社

出版日期: 2018.08

总页数: 118

介绍:大学生身心健康教育是一项系统工程,身体健康和心理健康同等重要,两项教育辩证统一,不可偏废。据了解,一些大学生之所以心理问题严重,其主要原因正是活动少,不愿意积极主动参加体育锻炼,不注重身体的营养平衡,动得少吃得多,而进餐又既不讲究节律又不讲究营养,食物偏好突出,甚至不注重食品的危害性或有毒性。所以我们认为,新时期大学生的心理健康教育不得不同营养教育同期进行。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/14499285.html) 查找全本阅读方式

大学生营养与心理健康 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/14499285.ht ml

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/14499285.html

书名: 大学生营养与心理健康