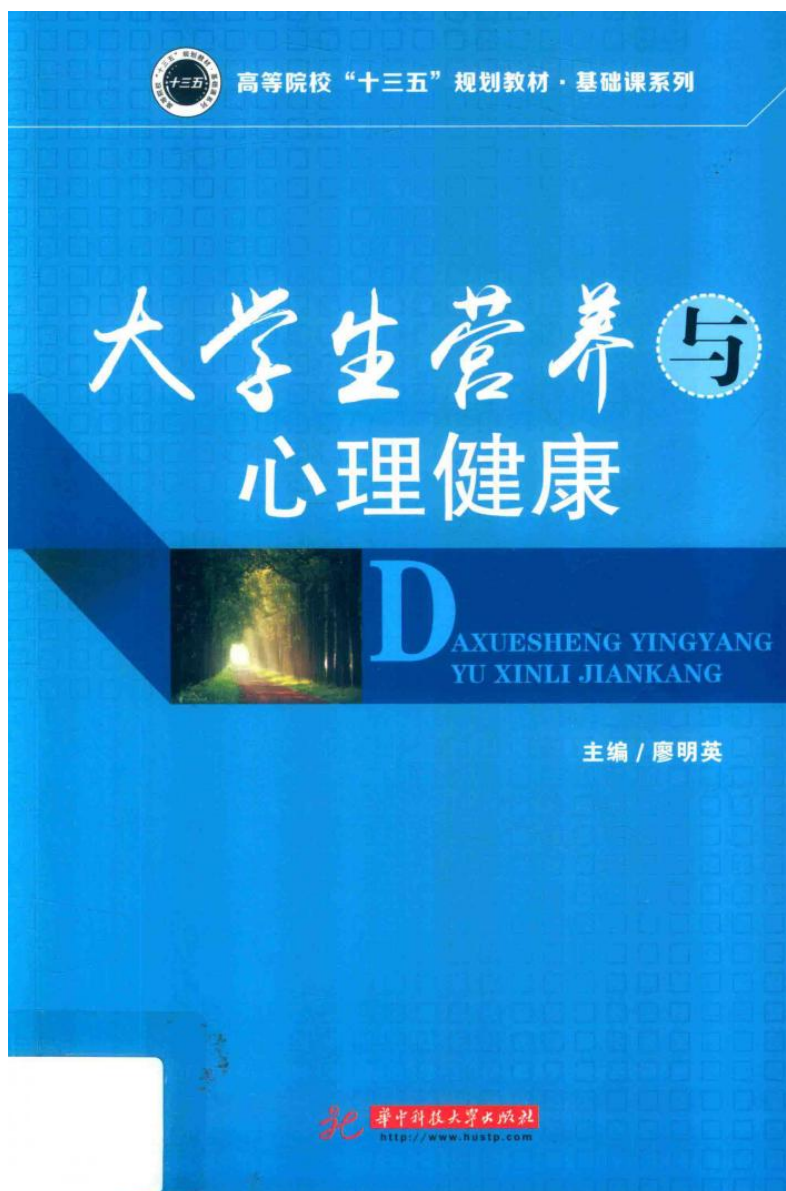


大学生营养与心理健康



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.jiaoke.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.html>

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