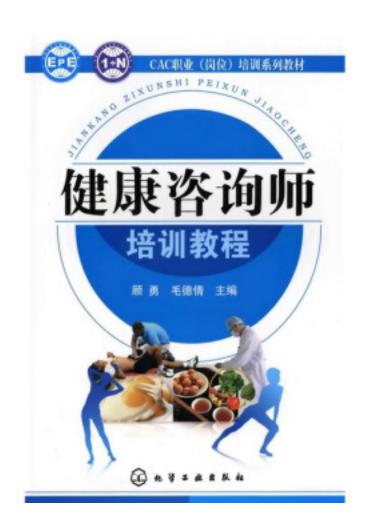
CAC职业(岗位)培训系列教材:健康咨询师培训教程



CAC职业(岗位)培训系列教材:健康咨询师培训教程 下载链接1

著者:顾勇,毛德倩编

CAC职业(岗位)培训系列教材:健康咨询师培训教程_下载链接1_

标签

评论

内容不错, 书本脏了一点点

从书中,你往往可以发现自己身上的不足之处,使你不断地改正错误,摆正自己前进的 方向。所以,书也是我们的良师益友。

多读书,可以让你变聪明,变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明,你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样,你又向你自己的人生道路上迈出了一步。

多读书,也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲,一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动,使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。 用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。

读书能陶冶人的情操,给人知识和智慧。所以,我们应该多读书,为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础!读书养性,读书可以陶冶自己的性情,使自己温文尔雅,具有书卷气;读书破万卷,下笔如有神,多读书可以提高写作能力,写文章就才思敏捷;旧书不厌百回读,熟读深思子自知,读书可以提高理解能力,只要熟读深思,你就可以知道其中的道理了;读书可以使自己的知识得到积累,君子学以聚之。总之,爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现.

最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。

最后在好评一下京东客服服务态度好,送货相当快,包装仔细!这个也值得赞美下希望京东这样保持下去,越做越好纸张很干净,文字排版看起来非常舒服非常的惊喜,让人看得欲罢不能,每每捧起这本书的时候

似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。

作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般,好似一杯美式咖啡,看似快餐, 其实值得回味 无论男女老少,第一印象最重要。

生活中我时常感受到许多人对我的关爱。母亲的爱、父亲的爱、同学的爱・・・・・・
其中,我的语文老师丁老师给我的关爱,最让我难忘。

我的作文成绩一向不错,可是,在四年级下学期的期末考试中我的作文遭遇了滑铁卢,被扣掉了12分!当我拿到发回的考卷时,卷子上那鲜红的"-12"深深地刺痛着我,我的眼泪不争气地涌了出来。丁老师看在了眼里。她评讲玩卷子后,走到我的面前,对我说:"杨喆,下课放学后到我办公室来一下。"我的心顿时提到了嗓子眼儿,心里如同十五只吊桶打水七上八下。

我耷拉着脑袋来到了丁老师的办公室,心里忐忑不安地等待着丁老师的批评。"杨喆,你这次作文扣分有点多呦。"丁老师严肃地对我说。我低下头,涨红了脸,心想:完了完了,丁老师一定要批评我了。丁老师好像猜透了我的心思,和蔼地说:"这次没考好下次要努力哦,我知道你是个好孩子,这次是发挥失常了。"说着,丁老师拿出餐巾纸帮我擦去脸上的泪珠。我抬起头望着丁老师慈祥的脸,心里的石头终于落了地。丁老师让我拿出考卷,仔细地给我讲解,告诉我哪些句子不恰当,哪些语句不够精炼,

丁老师让我拿出考卷,仔细地给我讲解,告诉我哪些句子不恰当,哪些语句不够精炼,又教了我一些写好作文的方法,然后,陪着我把考试的作文又重新写了一遍。写完作文,天色已晚,丁老师牵着我的手,把我送出了校门。

这件事儿已经过去了很久,可是现在想起来仍像是昨天,丁老师给我的关爱已深深印在我的心里。大地作纸,大海为墨,难写师恩。

我看了这本书籍很好,有不错的感想。认真学习了这本书,给我几个感受 ①多向互动,形式多样.互动的课堂,一定的活动的课堂,生活的课堂。互动的条件: 平等、自由、宽松、和谐。互动的类型师生互动、生生互动、小组互动、文本互动、习 题互动、评价互动。互动的形式:问 题质疑、成果展示、心得交流、小组讨论、合作学习、疑难解析、观点验证、问题综述

②民主平等是指在学术面前人人平等,在知识面前人人平等。不因家庭背景、地区差异而歧视,不因成绩落后、学习困难遭冷落。民主的核心是遵照大多数人的意志而行事, 教学民主的核心就是发展、提高多数人。可是总有人把眼睛盯在几个尖子学生身上,有意无意地忽视多数学生的存在。"抓两头带中间"就是典型的做法。但结果往往是抓"两头"变成抓"一头","带中间"变成"丢中间"。教学民主最好的体现是以能者为 师,教学相长。信息时代的特征,能者未必一定是教师,未必一定是"好"学生。在特 定领域,特定环节上,有兴趣占有知识高地的学生可以为同学"师",甚至为教"。在教学中发现不足,补充知识、改善教法、提高效益,亦可谓"教学相长" ③我们的教师为了控制课堂,总担心秩序失控而严格纪律,导致紧张有余而轻松不足。 轻松的氛围,使学生没有思想顾忌,没有思想负担,提问可以自由发言,讨论可以畅所 欲言,回答不用担心受怕,辩论不用针锋相对。同学们的任何猜想、幻想、设想都受到 尊重、都尽可能让他们自己做解释,在聆听中交流想法、沟通中达成共识。 ④关系和谐,才能有轻松愉快;关系融洽,才能够民主平等。生生和谐、师生和谐、 境和谐、氛围和谐,都需要教师的大度、风度与气度。与同行广广计较,对学生计步不让,艰难有和谐的课堂。和谐的关键在于善待"差生",宽容"差生"。 ⑤教学生抓重点教学难免有意外,课堂难免有突变,应对教学意外、课堂突变的本领 就是我们通常说的驾驭课堂、驾驭学生的能力。对教师来说,让意外干扰教学、影响 教学是无能,把意外变成生成,促进教学、改进教学是艺术。生成相对于教学预设而言 分有意生成、无意生成两种类型;问题生成、疑问生成、答案生成、灵感生成、 生成、模式生成六种形式。生成的重点在问题生成、灵感生成。教学机智显亮点.随机 应变的才智与机敏,最能赢得学生钦佩和行赞叹的亮点。教学机智的类型分为教师教的 机智、学生学的机智,师生互动的机智,学生探究的机智。机智常常表现在应对质疑的 解答,面对难题的措施,发现问题的敏锐,解决问题的灵活。 教育智慧求妙点.从知识到能力,从情感到智慧,教育逐步进入它的最佳境界。教育智 慧表现为对教育本 质的要求,对教育规律的把握,对教学艺术的领悟,对教学特色的追求。

写的的书都写职业(岗位)培训系列教材健康咨询师培训教程,很值得看,价格也非常 便宜,比实体店买便宜好多还省车费。书的内容直得一读,阅读了一下,写得很好, 康咨询师培训教程着眼于健康咨询师应试者备考过程中普遍关注的问题, 度介绍了健康的内涵和标准以及如何掌握健康咨询的要点,然后根据健康咨询师培训考 试中的特定问题,以专题的形式介绍了膳食营养与健康、运动与健康、常见疾病与保健 现代文明病、癌症、儿童健康、妇女健康、老年人健康、急救常识等内容,各章后都 设有精心选配的练习题和答案,书后附有模拟试题,使读者不仅可以进行日常的严格训 练,而且还能模拟健康咨询师考试的全真实弹演习。健康咨询师培训教程内容全面丰富 语言精练,不仅可作为健康咨询师的培训教材,也适合广大关注养生保健的读者阅读 ,内容也很丰富。,一本书多读几次,第一章健康咨询基础健康咨询概论是健康咨询 师考试的基础。了解健康的内涵和标准,是健康咨询师的首要任务。只有掌握了健康知识的基础,了解健康的标准和内涵,了解当前世界健康方面的基本情况,才能在宏观上 掌握健康咨询的要点。本章将为读者解读健康的基本概念和真正内涵,以及相关的一些 基本知识。一、健康的含义及其标准今天,我们生活在一个激烈竞争的时代,有的人健 康透支过多,以致疾病缠身。然而,真正的聪明人,知道如何自我保健,让自己拥有一 个健康的身心,然后再尽心尽力地耕耘,最后收获成功的人生。那么,什么才是真正的 健康呢?1. 健康含义及其十大标准健康除了指身体健康外,还包括心理健康、社会适应 良好和道德健康。当人体在躯体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康这几个方面 同时健全,才称得上是真正的健康。健康十大标准第一,身材匀称,体重适当第二,精 力充沛,生活压力小第三,眼睛明亮,反应灵敏第四,牙齿活白,干净,坚固第五, 发光亮,基本无头屑第六,皮肤有光泽,肌肉有弹性第七,处事豁达,开朗乐观第八, 睡眠充足,休息良好第九,应变力强,能适应环境变化第十,能够抵抗一般感冒和传染 病。2. 身体健康与心理健康的关系心理健康与身体健康密切相关。心理健康是身体健

康的基石,是身体健康最重要的方面。人要健康,最为关键的是心理健康,因为心理健康的作用占50%以上,合理膳食占25%,其他占25%。心理健康对身体健康是最重要的。一个人只要保持心态平衡就等于掌握了身体健康的关键。许多疾病的根源来源于心理压力。心理平衡、心态好的作用可以超过其他一切保健作用的总和。有了心理平衡,才能有生理平衡有了生理平衡,人体各系统才会处于最佳协调状态,疾病才能减少。前面提到的处事豁达、开朗乐观、应变力强、能适应环境变化,是心理平衡的

写的的书我真的喜欢基本上每本都有,还是朋友推荐我买的,后来就非常非常喜欢, 的书了。除了他的书,我和我家小孩还喜欢看卫斯理、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、韩寒、杨其铎、晓玲叮当、方洲,他们的书我觉得都写得很好。职业(岗位)培训系列教 材健康咨询师培训教程,很值得看,价格也非常便宜,比实体店买便宜好多还省运费了呵呵。书的内容直得一读,阅读了一下,写得很好,健康咨询师培训教程着眼于健康咨 询师应试者备考过程中普遍关注的问题,首先从宏观角度介绍了健康的内涵和标准以及 如何掌握健康咨询的要点,然后根据健康咨询师培训考试中的特定问题,以专题的形式 介绍了膳食营养与健康、运动与健康、常见疾病与保健、现代文明病、癌症、儿童健康 妇女健康、老年人健康、急救常识等内容,各章后都设有精心选配的练习题和答案, 书后附有模拟试题,使读者不仅可以进行日常的严格训练,而且还能模拟健康咨询师考 试的全真实弹演习。健康咨询师培训教程内容全面丰富、语言精练,不仅可作为健康咨 询师的培训教材,也适合广大关注养生保健的读者阅读。,内容也很丰富。,一本书多 读几次,第一章健康咨询基础健康咨询概论是健康咨询师考试的基础。了解健康的内涵 和标准,是健康咨询师的首要任务。只有掌握了健康知识的基础,了解健康的标准和内 涵,了解当前世界健康方面的基本情况,才能在宏观上掌握健康咨询的要点。本章将为 读者解读健康的基本概念和真正内涵,以及相关的一些基本知识。一、健康的含义及其 标准今天,我们生活在一个激烈竞争的时代,有的人健康透支过多,以致疾病缠身。 而,真正的聪明人,知道如何自我保健,让自己拥有一个健康的身心,然后再尽心尽力 地耕耘,最后收获成功的人生。那么,什么才是真正的健康呢?1.健康含义及其十大标 准健康除了指身体健康外,还包括心理健康、社会适应良好和道德健康。当人体在躯体 健康、心理健康、社会适应良好和道德健康这几个方面同时健全,才称得上是真正的健 康。健康十大标准第一,身材匀称,体重适当第二,精力充沛,生活压力小第三,眼睛明亮,反应灵敏第四,牙齿洁白,干净,坚固第五,头发光亮,基本无头屑第六,皮肤 有光泽,肌肉有弹性第七,处事豁达,开朗乐观第八,睡眠充足,休息良好第九,应变 力强,能适应环境变化第十,能够抵抗一般感冒和传染病。2. 身体健康与心理健康的关系心理健康与身体健康密切相关。心理健康是身体健康的基石,是身体健康最重要的方面。人要健康,最为关键的是心理健康,因为心理健康的作用占50%以上,合理膳食 占25%,其他占25%。心理健康对身体健康是最重要的。一个人只要保持心态平衡就 等于掌握了身体健康的关键。许多疾病的根源来源于心理压力。心理平衡、

]的职业(岗位)培训系列教材健康咨询师培训教程不错,现在基本不去书店了。读书可供消遣,可供装饰,也可以增长才干。为消遣而读书,常见于独处退居之时,为装饰而读书,多用于高谈阔论之中为增长才干而读书,主要在于对事物的判断和处理。读书费时太多是怠惰,过分的藻饰装璜是矫情,全按书本条文而断事是十足的学究气。读书使天然得以完善,又需靠经验以补其不足,因为天生的才能犹如天然的树木,要靠后来的学习来修剪整枝,而书本上的道理如不用经验加以制约,往往是泛泛而不着边际的。读书不可专为反驳作者而争辩,也不可轻易相信书中所言,以为当然如此,也不是为了寻找谈话资料。而应当权衡轻重,认真思考。有些书浅尝即可,另一些不妨吞咽,少数书则须咀嚼消化。这就是说,有的书只要读其中一部分,有的可以大致浏览,少数则须通读,读时要全神贯注,勤奋不懈。有些书也可请人代读,取其所需作摘要,但这只限于题材不大重要和质量不高的作品。第一,循序渐进。朱熹说读书之法,莫贵于循守而

 a a &nabsp;《a健康咨询师培训教程a》着眼于健康咨询师应试者备考过程中普遍关a注的问题,首先从宏观角度介绍了健康的内b涵和标准以及如何掌握健康咨询的要点,然后根据健康咨询师培训考试中的特定问题,以 专题的形式d介绍了膳食营养与健康、运动与健康、常见疾病与保健、现代 文明病 癌症、d儿童健康、妇女d健康、老年人健康、急救常识等内容,各章后都设c有精心 选配的练习题和答案,书后附有模拟试题,使读者d不仅可以进行日常的严格训练,而且还能模拟健康咨询师考试的全真"实弹演习"。br &nbs p; 《健康咨询师培训教程》内容全面丰富、语言精练,不仅可作为健康咨询师的培训e教材,也适合广e大关注养生保健的读者阅读。第一章ee e健康 咨询基础1br一、健康的f含义及其标准1bfr二、人体健康与寿命1br三、现代"文明病 3br四、解读健康"五快三良好f"4br五、文化素质与健康7br六、道德健康7br七、现 代人的亚健康8br本章练习及参9brbr第二章 膳食营养与健康咨询13br一、 地中海式饮食对人体健康的益g处13br二、"食物指南金字塔"与东方膳食14br三、绿 色食品与健康18br四、转基因食品与h健康20br五、h果汁饮料综合征与孩子健康21hbr 饮酒与健康22br七、吸烟与人体健康i24br八、膳食i营养的其他问i题26br本章i练习 及参28brbr第三章&nibsp;运动与人体健康咨询3i1br一、体能与健康31br二、 运动卫生知识33br三、运动保j健35br本章练习及参37brjbr第四章&njbsp;常见疾病与保健咨询40br一、人体指标测量40br二、神经系统常k见疾病与保健43br三、心血管 系统疾病与保健46br四、消化系统常见疾病与k保健49br五、泌尿系统常见疾病l与保健 51br六、l运动系统常见疾病与保健53br七、五官科常l见疾病与保健54br八、内分泌系 统常见疾病与保健55br九、皮肤常见疾病与保健56br本章练习及参58brbr第五章& nbsp;现代"文m明病"咨询62brm一、电脑综合征62br二、信息污染综合征6m3br三、 大楼综合征63br四、居室病64brn五、空调n综合征65br六、时差病65br七、黑色星期一66nbr八、轮班n制工作综合征6n7br九、与娱乐或饲养宠物有关的病症67br十、社交恐 惧症68br十一、环境污染与健康70br十二、退休焦虑症与o空巢综合征71br十三、家用 电器诱发疾病72br十四、饮食p诱发的疾病73br十五、生活环境与生活方式诱发的疾病7 4br十六、慢性病75bpr十七、不r卫r生行为与感染疾病p76br*p本章p练习及参77bgrbr 第六章 癌症咨询80br一g、癌症病因80gbr二、癌症早期诊断81br三、癌症 治疗方法选择82br四、癌症疼痛治疗84brr五、癌症r康复86br六、癌症患者饮食生活88 br七、癌症患者心理问题91brr八、癌症疗效标准92br九r、癌症的预防与长期生存93br* 本章练习及参94brbr第七章 儿童健康咨询97br一、新生儿s期健康97br二 婴儿期健康100br三、幼儿期s健康102br四、学龄前期健康103br五、学龄期健康和青春

期健康106br本章练习及参10t9brbtr第八章 妇女健康咨询111br一、妇t女青春期健康1u11br二、妇女孕前期健康112br三、妇女孕期健康115br四、妇女哺乳期健康117br五、u妇女更年期u健康120br本章练习及参122bvrbr第九章 老年人健康咨询125vbr一、老年人健康特点125br二、老年人健康指南126bvr三、老年人常见v病的预防与w保健指南129br本章练习及参w132bwrbr第十章&nbsyp;急救常w识134bwr一、家庭急救注意事项134bwr二、家庭常见急症及急救方法x135br三、家庭常备的应急药物136br本章练x习及参139brbr第十一章 模拟试题141br模拟x试题一(备参)141br模拟y试题二(备参)146br模拟试题三(备参)151br参考文献156 在当今人们越来越关注健康的时代,健康咨询师作为一个z新兴职业z逐渐被人们关注和青睐。健康咨询师是指运用健z康学以及相关学科的专业知识,z遵循健康学原则,通过健康咨询z的技术与方法,帮助求助者解除健康问题的专业人员。据统计,目前我国健康、亚健康人群约占人口总数的85%A,未来10年我国至少需要40万名公众健康咨询师,B健康咨询师必将成为我国最热门的职业之一。而全面、系统地掌握最新的健康知识,是对健康咨询师

正品,不错的一次购物

CAC职业(岗位)培训系列教材:健康咨询师培训教程_下载链接1_

书评

CAC职业(岗位)培训系列教材:健康咨询师培训教程_下载链接1_