

BS. Đỗ Hồng Ngọc

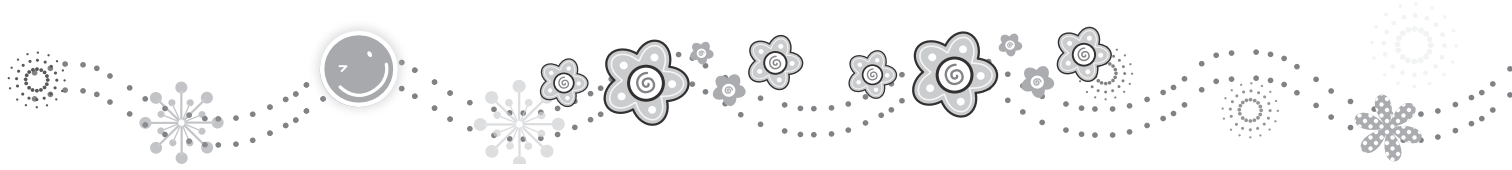


Kĩ năng sống

Những bệnh - tật ở tuổi học trò
và cách phòng tránh



NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM



BS. Đỗ Hồng Ngọc

Kĩ năng sống
Những bệnh - tật ở tuổi học trò
và cách phòng tránh

NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM





BAN TỔ CHỨC BIÊN SOẠN :

NGUYỄN HOÀI CHƯƠNG, TRẦN TRỌNG KHIẾM
TRẦN THANH LIÊM, NGUYỄN THỊ ANH PHƯƠNG

Công ty cổ phần Dịch vụ xuất bản giáo dục Gia Định –
Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam giữ quyền công bố tác phẩm.

83-2011/CXB/19-32/GD

Mã số : 8I746M1-DVN



LỜI NÓI ĐẦU

Các em học sinh thân mến !

Các em sắp trở thành những chủ nhân tương lai của đất nước. Vì vậy, các em cần được phát huy trí tuệ về nhiều mặt và các kĩ năng tổng quát. Nhưng các em không thể làm được điều đó nếu chỉ tiếp thu kiến thức một cách thụ động. Điều quan trọng hơn là từ những kiến thức đã có, các em cần xác định đúng đắn giá trị sống và rèn luyện những kĩ năng sống phù hợp. Giá trị sống đúng đắn, kĩ năng sống phù hợp sẽ giúp các em đưa ra những quyết định sáng suốt, phát triển khả năng suy nghĩ độc lập, kĩ năng giải quyết vấn đề cũng như khả năng sáng tạo và giúp các em có lối sống lành mạnh hơn.

Bộ sách **KĨ NĂNG SỐNG** cung cấp cho các em những kiến thức cơ bản về kĩ năng sống, giúp các em hoàn thiện nhân cách và định hướng cho cuộc sống và sự nghiệp của các em trong tương lai. Bộ sách gắn kết với những tình huống thực tiễn trong cuộc sống nhằm giúp các em cảm thấy lí thú trong việc tìm hiểu, khám phá và giải quyết những vấn đề trong cuộc sống thường ngày của các em.

Bộ sách gồm sáu tập với những chủ đề chính :

- 1. Bạn là ai ?**
- 2. Rèn luyện bản thân**
- 3. Những bệnh – tật ở tuổi học trò và cách phòng tránh**
- 4. Sơ cấp cứu và an toàn**
- 5. Một số kĩ năng cần thiết**
- 6. Hoàn thiện chính mình**

Chúng tôi hi vọng rằng qua bộ sách KĨ NĂNG SỐNG, các em sẽ tích lũy được nhiều kiến thức bổ ích và định hướng cho mình những mục tiêu tốt đẹp trong cuộc sống và sự nghiệp của các em trong tương lai.

Chúc các em luôn thành công !

Nhóm tác giả

