

ABC



小公主的甜蜜青春记事

学习单

1. 你对你的身体感到满意吗？说说看最满意哪个部分，最不满意哪个部分？为什么？
2. 你曾经自己或跟姐妹淘、妈妈等一起去过内衣店吗？在那里，你会感到不自在吗？为什么？
3. 你每天会花很多时间在自己身体的保养上吗？大约多久？主要的保养工作有哪些？
4. 身体的美观与身体的健康哪一项你觉得比较重要？为什么？同时也想一想，有两者可以兼顾的方式吗？
5. 你知道女生第一次来月经的时间大约是几岁吗？
6. 请问人体进行新陈代谢的时间是几点开始？所以我们尽量要在那个时间之前休息，以保身体健康。
7. 如果你喜欢的男生，跟故事里描述的一样，喜欢胸部大的女孩子，你会有什么感受？
8. 对于保养的概念，你多半都跟谁讨论？从哪里吸取这些知识？而你最注重哪个部分的保养？
9. 你通常多久上美发院整理自己的头发？对于发型你通常都听谁的意见？为什么？
10. 请记录一下你一整天的饮食情况，并且分析这些食物对于身体的养生是否有帮助？如果要获得健康的身体，该如何调整饮食？

