

<<日常应急>>

图书基本信息

书名：<<日常应急>>

13位ISBN编号：9787534230622

10位ISBN编号：7534230624

出版时间：2004-2

出版时间：浙江少年儿童出版社

作者：刘燕华

页数：169

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<日常应急>>

### 内容概要

《日常应急》归纳了造成学生意外伤害的原因还配有案例分析让你提高防备。  
一些学生由于对陌生事物和新鲜品好奇心强，求知欲大，模仿性强，总想学做成人的事或逞能，你能意识到危险的存在吗？  
对于意外伤害的预防你又知道多少呢？  
当今社会复杂，危险无处不在，安全事故问题突出，突发性，隐蔽性问题严重，你意识到了吗？  
由于现代技术的飞速发展，家庭中各种电子产品、机械产品、燃气用具，城市里的各种危险“杀手”--汽车、高压电线.....所造成的危险你知道吗？  
一些日常所应注意到的生理问题你注意到了吗？  
对一些疾病的预防你又知道多少呢？  
一些常用的自救措施你会吗？  
你知道你自己的心理是否有疾病吗？  
如果你的答案不确定的话，那你一定要阅读《小学生应变能力突破丛书：日常应急》，《小学生应变能力突破丛书：日常应急》将会告诉你如何预防校园内外的危险，提高自身的素质和能力。  
怎样做好保健和预防疾病的措施！

## <<日常应急>>

### 作者简介

李澍晔，生于20世纪60年代，1976年唐山大地震压埋18个小时的幸存者。参军20年，曾任连长、参谋、干事、少校等职，两次荣立三等功，两次进军事院校学习深造。现工作于全国人民代表大会民族委员会秘书处。中国运筹学学会会员，中国心理卫生协会会员。对心理学、谋略学、逻辑推理学等研究颇深，发表各类文章2000多篇，著作有《运筹与经营，谋略与反骗》等。

刘燕华，20世纪60年代生于军人家庭，14岁参军，从事卫生工作26年、现为中华护理学会会员，中国心理卫生协会会员，工作于北京军区某部医院，中校军衔。对心理学、中老年护理保健学、战场急救学、中医养生学颇有研究，发表各类文章1200多篇，被多家报纸，杂志聘为专题撰稿人，著作有《做个快乐的老人》等。

## <<日常应急>>

### 书籍目录

编者寄言校园内外火灾发生时触电发牛时溺水发生时的自救与救护冬天意外掉人冰窟窿警惕被动物咬伤、抓伤预防扎伤、射伤提防陌生人避免误食的发生发现家中煤气泄漏时警惕家里发生煤气中毒警惕地震发生遇到洪水发十时自觉遵守交通规则不要加入狂热的人群中郊外结伴游乘车时的注意事项别把钥匙挂在脖子上接到“垃圾信什”要冷静素质与能力学会理财听听“电脑病”的自述不要成为“虫子”警惕暗藏杀机的网友学会识别各色网站警惕邮件病寿警惕热心电话的背后保持良好的心理状态克服逆反心理克服说谎的毛病克服爱红脸的毛病摆脱嫉妒的苦恼树立信心，克服自卑远离多疑拒绝攀比不要自尊心过强与惰性小心理说再见克服爱占小便宜心理保健与健康.....

## &lt;&lt;日常应急&gt;&gt;

## 章节摘录

**应急问答** 保健专家认为,学生每天上网时间最长不宜连续超过两个小时,超过了这个极限,就会严重危害身体健康了。

许多学生认识不到这个问题的严重性,坐在电脑前就不愿意离开,慢慢地各种问题暴露出来了,严重的还会产生失落、空虚甚至自杀的念头。

**应急问答** 学生常常得到家长、老师的关心,只知接受爱,没有奉献爱,就容易产生逆反心理。逆反心理不利于身心健康,不利于人与人之间的交往。

严重的逆反心理,还会养成霸道的不良习气,看谁都不顺眼,甚至会导致暴力侵害事件的发生,最终使自己孤立。

同学们一定要克服逆反心理,一要加强学习,提高修养,学会宽容别人,自觉消除抵制他人意见的不良情绪,二要学会换位思考,站在对方的立场考虑问题。

这样就容易理解对方,接纳对方的不同意见。

三要学会关心别人。

应该多观察生活、体验生活,知道爸爸妈妈生活、工作不容易,自觉地产生爱心,逐步消除对抗心理。

说谎是一种很坏的毛病,说谎是不健康的心理活动。

说谎的危害很大,一旦谎言被识破,就会失去信任,被认为品质恶劣,人格低下,给原本融洽的关系蒙上一层阴影,从此再也没人愿意与你交朋友,得不到别人的信任,没有真正的友谊,变得孤独与寂寞。

据不完全统计,每十个眼病患者中,就有三个因为随意配戴劣质太阳镜引起的。

患者具体表现是:眼睛经常出现红肿,眼睛角膜的分泌物增多,眼睛莫名奇妙疼痛,视力逐步下降,看东西费力,经常性头疼,有时还会出现重影,全身性过敏等等。

目前,学生大多是走路、坐公交车或者骑自行车上学。

现在一些快速路段都架设了防护栏,有利于行人的安全,可是多数马路没有防护栏。

同学们上下学的时间正是道路最拥挤的时间段,如果没有安全意识,随意与机动车争道,不遵守交通规则,就可能造成严重的交通事故。

**惨痛教训一** 学生张中早上上学,由于时间紧张,害怕迟到,就图近道,翻越马路的隔离栏杆,没有走过街天桥,突然迎面开来一辆汽车,司机还没反应过来,车子已撞上了张中。

张中被车子撞得飞了出去,当场死亡。

**应急问答** 学生在穿越马路时,应该注意:一要走专用人行横道,不要贪图近道,随意横穿汽车飞驰的马路;二要走街天桥或地下通道,不要因为远就铤而走险,翻越防护栏;三要按照交通信号灯的指示走,不能强行通过;四要注意观察车辆情况,不要因为是人行横道,就可以无所顾忌地通过,要防止违反交通规则的车辆贸然驶来。

如果马路上没有任何标志与灯光,在过马路时应该按照一停、二看、三通过的要求。

过马路前要停下来,左右看看有无车辆通过;到了路中间,还要左右看看,一定要确定没有危险后再通过。

**惨痛教训二** 学生李涉与王洋是要好的朋友,两人每天骑自行车上学。

一天,他们两人在电视连续剧中看到了两个武林高手对打的场面,模仿之心顿时产生。

在放学的路上,两人拿出预先准备的木棍,学着武林高手的样子对打起来,结果忽视了马路上来往的汽车。

王洋为了躲避李涉的棍子,猛拐自行车,闯入了汽车道,被飞驰而来的汽车撞得七窍出血,当场死亡。

**应急问答** 未满12岁的学生,不允许在马路上骑自行车。

可是有的同学偏不听,不仅上马路骑车,而且还不守规矩。

有的同学骑自行车上玩杂技,双手撒把,做出各种高难动作;有的同学骑自行车上相互打闹,占领整条马路,致使道路堵塞;有的同学骑车带人,还搭肩搂背并行;有的同学图省力,用手搭住快速行驶

## &lt;&lt;日常应急&gt;&gt;

的机动车，与之同行；有的同学遇到堵车时，在机动车队里钻来钻去……这些都是极其危险的动作。

骑自行车时一定要集中精力，要靠右行驶，不能走机动车的路线，不来回扭动方向，也不能闯红灯，在交叉路口应该减速慢行。

如果上学的道路交通繁忙，最好不要骑自行车。

**惨痛教训三** 学生贾京约同学一起踢足球。

由于没有场地，就来到了马路边的人行道上踢。

一位同学把球踢到马路中央，贾京同学急忙去追球，由于眼睛里只盯着足球，根本没有考虑来往车辆，结果被一辆急转弯的汽车轧倒在车轮下。

**应意问答** 在人行道上行走应该是安全的，可是有些同学偏偏喜欢热闹，经常“出格”而发生意外伤害事故。

如在人行道上随意踢球、打羽毛球、滑旱冰、追打等。

有的同学一心二用，边走边看书，误走向道路中间，或者踏空，掉入路旁边的沟里。

还有的同学在道路上猛跑、猛拐。

为了自身的安全，同学们要严格要求自己，做遵守交通规则模范。

**惨痛教训四** 暑假，学生梁群独自到野外抓蚰蚰。

突然在一段铁道旁听到了蚰蚰叫。

他来了兴趣，弯下腰扒铁轨周围的小石子。

当他发现蚰蚰正要抓时，蚰蚰又钻进了另一堆石子。

他又继续翻石子，火车飞快地逼近了他，汽笛长鸣，可是他就是没有听到。

结果不幸的事件发生了，火车当场轧断了他的双腿，情景十分悲惨。

**应意问答** 过铁道时要百倍提高警惕。

因为火车行驶速度快，冲撞力强，危险巨大。

有时看着距离你很远，可是瞬间就会到你身旁，使你躲闪不及，造成意外事故。

铁道的线路长，一般无人看管，学生不应在铁路上行走；也不能在铁路上躺、坐、卧，或者打闹嬉戏；更不能往铁道上放石头、铁棍、钉子等物。

有的铁路是电气化铁路，学生不能随意爬附近的架子，以防触电。

在通过铁道道口时，不管道口有无人看管，都应先观察有无火车要过来，要站在安全距离（距火车铁轨五米）以外，防止被火车卷进去。

同学们喜欢热闹，遇到大型商品交易会、服装展示会、演讲会、图书博览会、露天音乐会、体育比赛等，就会积极参与其中。

其实，学生参加社会实践，多接触社会，多了解社会知识是很好的事，但是当组织、安全、管理方面存在或产生问题时，就要引起注意，及时离开，不要加入到骚乱的人群中去。

**惨痛教训一** 学生齐伦喜欢足球、篮球、羽毛球，一次到现场看足球比赛时，因亲眼看到自己喜欢的一个球员踢进了球，高兴得手舞足蹈起来，最后竟然把半罐可乐连瓶扔了出去，恰好砸在不远处一个小球迷的脸上。

小球迷的眼睛被砸伤，送到医院后经过抢救虽然保住了眼睛，但视力严重下降。

**应意问答** 看体育比赛要讲文明。

很多同学特别喜欢观看足球与篮球比赛，看电视现场直播不过瘾，有时还随爸爸妈妈去现场观看。

在球场应该自觉遵守纪律，一不能只顾自己高兴，随心所欲；二不能加入骚乱的球迷中，参与殴斗；三不能脑子发热，遇到危险不知道如何躲避。

**惨痛教训二** 暑假，学生田军与妈妈到某地一座名山看日出。

正值旅游旺季，游客特别多。

爬山过程中，由于天还没亮，光线也不好，走起路来特别吃力，一些狭窄的道路只能勉强通过一个人。

田军随妈妈后面走，突然一个急性子的年轻人从后面挤过来，把田军撞下了山坡，使他严重摔伤，多处骨折。

## <<日常应急>>

应意问答 节假日里同学们经常与爸爸妈妈到著名的旅游景点欣赏秀美的祖国风光，在高兴的时候千万不能忘了安全。

因为旅游景点人多，特别是一些险峻的高山，道路崎岖不平，人非常拥挤，容易发生产意想不到的问题。

所以在旅游热点，应该主动躲避高峰人群，特别是在危险难行的地段更要主动回避。

一不要抢时间，与人争道；二不要在没有把握的情况下急着爬山；三不要夹在拥挤的人群之中。

惨痛教训三 一次，学生菲菲去看服装展示会，由于模特打扮得非常时髦，引起了大家的兴趣。

群众喊声一片，还有一些不三不四的人夹杂在其中，跟着乱起哄。

正好菲菲站在最前面，想退也退不出来，忽然人群开始躁动起来，她被强大的力量挤倒在地，被许多人踩踏，全身是伤，脸也被踩破了。

应意问答 参加各种集会要倍加警惕，去之前应先了解清楚是否合法，是否有安全保证。

到了现场要仔细观察情况，尽量远离危险地带，不能进入拥挤的人群之中，远离各种临时搭建的舞台、展台及用电设备，不能为了看个明白，就不顾后果地参与进去。

.....

<<日常应急>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>