

<<少年儿童自我保护手册>>

图书基本信息

书名：<<少年儿童自我保护手册>>

13位ISBN编号：9787800113918

10位ISBN编号：7800113914

出版时间：1999-03

出版时间：专利文献出版社

作者：童爱欣

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>

## <<少年儿童自我保护手册>>

### 书籍目录

#### 目录

常用紧急援助电话号码

个人安全保障备忘录

序言：举起生命的盾牌

#### 一、日常生活篇

绚丽多彩的生活给了我们许多美好的享受，同时也暗伏着种种危机，防患于未然绝非是在杞人忧天 多愁善感，天真烂漫的孩子们万万不可掉以轻心

（一）当你独自在家的时候

1坚决不给陌生人开门

2警惕“狼外婆”的花招

3不给不速之客开门

4机智应对陌生人

5与陌生人斗争要巧妙

6有事拨打报警电话“110”

7室内活动讲安全

8不随意拨打信息台电话

（二）如何避免食物中毒？

1不吃腐败变质的食品

2小心蔬菜中的毒素

3不吃霉变食品

4养成良好卫生习惯

（三）怎样确保出行安全？

1在人行道上行走

2过马路走人行横道

3不能翻越栏杆、隔离墩

4不能横穿猛跑过马路

5横过马路时看两头

6不往红灯枪口撞

7不在路上玩笑打闹 突变行走路线

8雨雪天行走多加小心

9警惕无盖下水道

10不骑快车不猛拐

11骑车时双手扶把不玩闹

12骑车不带人

13不足年岁不骑车

14乘车时不向外探头伸手

15乘车时要扶紧车拉手

16车上慎用锐利物品

17车停稳后再下车

18上下车时注意来往车辆

19不在道口 铁路边玩耍

## <<少年儿童自我保护手册>>

20过铁道口要严守规则

21车祸发生后的应急措施

(四) 突然生病了怎么办?

1病不容缓 大意不得

2拨打救护电话“120”

3有些病需要看急诊

4做到安全用药

5掌握常见病症处理法

6学会几种急救法

(五) 谨防看不见的杀手

1小心死亡杀手 煤气

2警惕健康杀手 电子辐射

3消除智能杀手 噪音

4避开沉默杀手 光污染

(六) 文体娱乐活动中隐藏哪些意外伤害?

1看电视要讲科学性

2运动时要避免损伤

3不迷恋电子游戏机

4选择适当的娱乐项目

5游乐园里讲安全

(七) 野外郊游应注意什么?

1备足必用品

2选择安全的交通工具

3食用卫生食品

4在安全地点歇息

5玩时不做危险事

6集体出游守纪律

7行程安排量力而行

8出游不带危险品

9野外遇险救生方法

(八) 不可忽视的心理安全

1强化心理承受力

2克服心理异常

3增强自我心理调控能力

4打开封闭的心灵

5珍爱生命

(九) 怎样摆脱父母离异的阴影?

1不盲目自卑

2保持上升的姿势

3把住情感的航向

4用法律维护自我权益

5努力拥有完整的爱

二 社会生活篇

## <<少年儿童自我保护手册>>

孩子们纯真善良，涉世未深，往往对人生航程中可能出现的种种惊涛骇浪准备不足。他们可能觉得对以强凌弱的不良风气无能为力，也常常对伸向自己的社会犯罪魔爪缺乏警觉，更不易识破某些披着羊皮的“狼”的险恶面目，但他们终将在与邪恶的搏杀中练就一双像孙悟空那样的“火眼金睛”，他们将越来越犀利地识破具有千般变化万重伪装的“妖魔鬼怪”。

他们的茁壮成长，势不可挡

(一) 如何防范被拐骗、绑架？

- 1 尽量避免与陌生人打交道
- 2 不要轻信熟人（包括亲戚）
- 3 不炫耀 不露富 不谈论家庭情况
- 4 注意把自己融入到集体当中
- 5 寻求帮助时要找可靠的人
- 6 不请不可靠的人当家教
- 7 有异样情况及时向家长 老师汇报
- 8 拐骗 绑架案的自我营救

(二) 受到坏孩子欺负怎么办？

- 1 勇敢面对现实 不怯懦 不胆颤
- 2 惹不起 躲得起
- 3 及时告诉自己家长或老师
- 4 设法告诉对方家长或老师
- 5 同学之间要互相帮助 互相保护
- 6 奋勇反击 给他们点厉害看看

(三) 遭遇歹徒千万要智斗

- 1 巧妙、及时报警
- 2 设法逃跑 甩掉“尾巴”
- 3 尽量避免直接与歹徒搏斗
- 4 出其不意 攻其不备

(四) 拒绝黄色的诱惑

- 1 切忌对各类色情、淫秽等黄色物品好奇
- 2 自我监督 从严要求
- 3 断然抵制 不惜牺牲友情
- 4 一朝染黄毒 警钟当长鸣

(五) 不要对赌博好奇

- 1 赌博绝不是“好玩”
- 2 防微杜渐 从小事做起
- 3 悬崖勒马 回头是岸

(六) 孩子 远离毒品

- 1 主动接受防毒教育
- 2 不能好奇 以身试毒
- 3 不与吸毒的人交朋友

## <<少年儿童自我保护手册>>

- 4不要以为吸毒“时髦
- 5不要轻信吸毒可以减肥
- 6不要轻信吸毒可以治病的鬼话
- 7不要以为吸一两次不要紧 不会上瘾
- 8坚决抵制一切毒品的侵害

### (七) 乐于助人要分场合

- 1陌生人的“忙”不能帮
- 2地上的钱物不能捡
- 3对行乞的人不要滥施同情心
- 4不能乱动摔倒的老

### (八) 少女如何自护 自卫？

- 1圣洁的身体不容侵犯
- 2敢于拒绝 防范为先
- 3外出活动要结伴而行
- 4多交几个好朋友
- 5有些地方女孩子不宜去
- 6有些事坚决不能做
- 7衣着要得体 举止要沉稳
- 8随身带有哨子或其他微型“秘密武器
- 9女生宿舍要特别注意安全防范
- 10遭遇歹徒强暴的紧急对策

### 三 自然生活篇

奇幻无穷的大自然是我们生命的源泉，孩子们一天天长大，一天天学会与自然对话，但我们要明白，人类的认识还很有限，不仅仅是孩子，整个人类在大自然面前都很渺小

#### (一) 水中潜藏着哪些危险？

- 1切莫在天然水域嬉戏
- 2游泳要上游泳池
- 3游泳前务必准备充分
- 4水中自助自救的基本法则
- 5水中救人要冷静
- 6溺水者现场急救法

#### (二) 发生火灾怎么办？

- 1小火及早扑灭
- 2立即拨打“119报警
- 3尽快逃离火场
- 4烧灼 烫伤的简要急救法
- 5树立安全防火意识

#### (三) 风暴袭来的时候

- 1最好不外出
- 2尽量和大人在一起
- 3寻找安全的避风场所

## <<少年儿童自我保护手册>>

### 4异物入眼的紧急处理法

#### (四) 雷雨天应注意什么?

- 1关闭一切家用电器
- 2尽量不做户外活动
- 3远离高耸的物体
- 4不要贸然涉水过河
- 5下冰雹时要注意护头

#### (五) 如何做到安全用电?

- 1不随便移动家中各类电器
- 2严格按说明书或家长指导使用电器
- 3不能擅自擦洗家用电器
- 4电器坏了不要自己修
- 5突然停电时要关闭一切电器
- 6养成“人走电断”的好习惯
- 7远离一切户外电线和电力设备
- 8触电急救 首先断电

#### (六) 怎样从地震中逃生?

- 1熟悉了解所处的环境
- 2做好必要的心理及思想准备
- 3备齐一些必要的抗震物资
- 4发生地震时切忌跳楼
- 5尽快撤到空旷安全处
- 6就地紧急躲避
- 7注意发生余震
- 8顽强求生 一定获救

#### (七) 怎样对付严寒与酷暑?

- 1抗御北方严寒应注意的问题
- 2雪盲简单救治法
- 3冻伤简单救治法
- 4南方冬天防止冻伤应注意的问题
- 5对付酷暑应注意的问题
- 6中暑的急救处理

<<少年儿童自我保护手册>>

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>