

四川专版

安全教育读本

(小学拼音版)

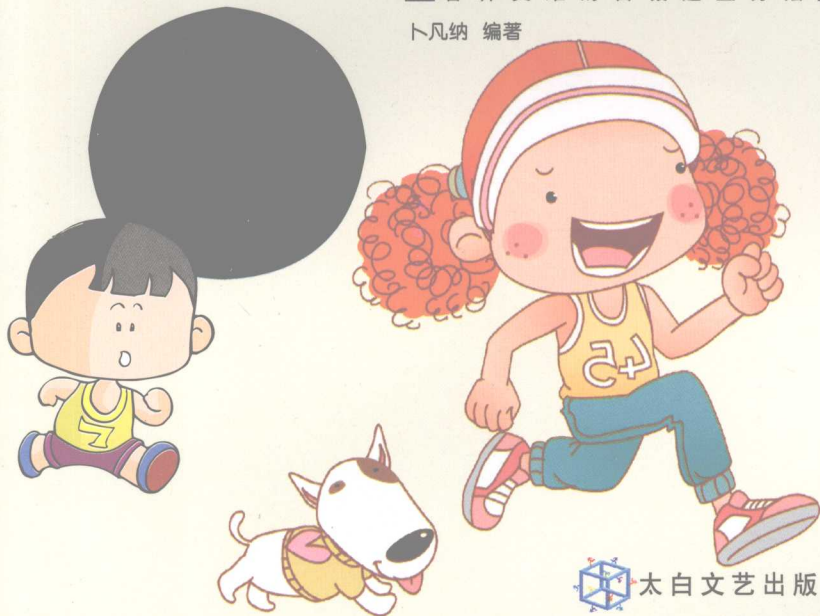


学生应急 逃生手册

【地震 洪水 触电
溺水 火灾 车祸】

各种灾难的自救逃生方法

卜凡纳 编著



太白文艺出版社

安全教育读本

卜凡纳 编著

学生应急 逃生手册

小学拼音版

太白文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

学生应急逃生手册: 小学版 / 读家编著. —西安: 太白文艺出版社, 2007.1

I. 学… II. 李… III. 安全教育 — 小学 — 课外读物 IV. G624.103

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 001334 号

安全教育读本 学生应急逃生手册 (小学拼音版)

卜凡纳 编著

太白文艺出版社出版发行
(西安北大街 147 号)

社长兼总编 李丽玮

新华书店经销 西安建科印务有限责任公司印刷

787 × 1092 毫米 32 开本 3 印张 60 千字

2007 年 1 月第 1 版 2008 年 7 月第 3 版第 1 次印刷

ISBN 978-7-80680-470-4

定价: 5.00 元

版权所有 翻印必究

如有印装质量问题, 可寄印刷厂质量科对换

(邮政编码: 723000)

公元2008年5月12日14时28分，四川省汶川发生里氏8.0级特大地震，近十万人民失去了生命，数百万人民失去了家园……

我们为四川人民遭受的苦难而痛心，更为地震中所涌现的无数感人的事迹所感动。

祝愿灾区灾后重建工作早日取得胜利。



第一章 自然灾害

地震来了不要慌·····	1
狂风突起如何化险·····	5
火场如战场·····	9
洪水像猛兽·····	13
雨天防雷击·····	15
遭遇暴风雪·····	19

第二章 意外事故

迷路的选择·····	21
触电后的自救·····	24
煤气杀手·····	27
路遇车祸·····	29
卡在电梯里·····	31
不慎落水·····	33
掉进冰窟窿·····	35
铁路旁讲安全·····	37
小心防烫伤·····	39
遇到拥挤人群·····	41

第三章 人为伤害

和坏人面对面·····	45
被人跟踪·····	49
发现小偷·····	51



学生应急逃生手册

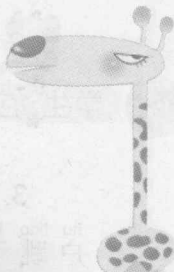
向诱惑说“不”	53
直面校园小霸王	55
被人绑架	57
独自在家	59
你的学习用品安全吗	61
可怕的玩笑	63

第四章 不良习惯

逞强游泳危险大	65
惊险放炮隐患大	69
开心玩游戏中的危险	71
病从口入要预防	73
课间活动要科学	75
安全行走莫大意	77
剧烈运动中的注意事项	81
小动作大隐患	83
不拿食物喂动物	87

知识点

如何正确使用和拨打 110、119、120 电话	89
--------------------------------	----



第一章★自然灾害★



地震来了不要慌

dì zhèn shì yì zhǒng yán zhòng de zì rán zāi hài wēi xié zhe rén men de
地震是一种严重的自然灾害,威胁着人们的
shēng mìng yǔ cái chǎn ān quán dì zhèn lái le shì táo hái shì duǒ duō shù
生命与财产安全。地震来了,是逃还是躲?多数
zhuān jiā rèn wéi zhèn shí jiù jìn duǒ bì zhèn hòu xùn sù chè lí dào ān quán
专家认为:震时就近躲避,震后迅速撤离到安全
dì fāng shì yīng jí bì zhèn jiào hǎo de bàn fǎ
地方,是应急避震较好的办法。



地震发生时如果你在室内

chuāng hu qiáng bì dōu zài bù tíng de huàng dòng hǎo hài pà dà
1. 窗户墙壁都在不停地晃动,好害怕,大
jiā luàn zuò yì tuán yì qǐ chōng xiàng mén kǒu ma zhè yàng jué duì bù kě
家乱作一团,一起冲向门口吗?这样绝对不可
yǐ dì zhèn fā shēng shí yào tīng cóng lǎo shī de zhǐ huī
以。地震发生时,要听从老师的指挥。

rú guǒ nǐ suǒ zài de jiào shì zài yī
2. 如果你所在的教室在一
céng huò zhě èr céng lì jí jiāng shū bāo dǐng zài
层或者二层,立即将书包顶在
tóu shàng tīng cóng lǎo shī de zhǐ huī pǎo dào lóu
头上,听从老师的指挥跑到楼
xià kōng kuàng de dì fāng
下空旷的地方。





3. 地动山摇的感觉让人好害怕, 有人从窗

户跳了出去, 这样做是不对的, 不要盲目地跟
随别人。如果你所在教室的楼层比较高, 不要
着急向楼下跑, 顶着书包保护好头部,
并立即躲到坚固的书桌下、书桌旁或者墙角。

4. 地震发生时, 在家里来不及跑出室外, 不

要惊慌, 如煤气灶上还有东西在烧, 那就尽快
将煤气关掉。这样, 可以避免地震伴随火灾一
起发生。

5. 迅速远离窗户、阳台, 这些是最容易被损

坏的地方, 躲在桌子等坚固家具的下面或侧面。

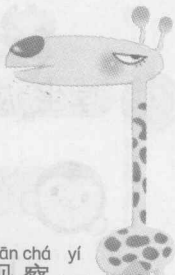
6. 剧烈的震动停止了, 不要贪念财物, 保护

好头部, 赶快撤离, 因
为大地震后都会有余
震伴随。



7. 如果你家住高层,

逃生时千万别乘电梯,
要顺着楼梯往下跑。



地震发生时如果你在户外

1. 地震时，街上是相对安全的地方，观察一

下你的四周，高楼会有东西被震落伤人，所以，
离高楼远一些，以免自己被砸伤。

2. 没有高楼，没有吊车，安全了吗？没有，

不能待在巨大的广告牌或电线杆下，破坏性地
震会让它们也倒塌，所
以，离这些容易倒塌的东
西远一点。

3. 地震可能导致山体

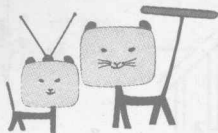
滑坡，山上的巨石也会
滚落，如果当时你在山
上，要提高警惕。



4. 如果有人组织大家疏散，记得要随着人

流的方向走动，不可逆着人流走，否则会被踩
踏或者挤伤。

5. 千万不要听信和传播谣言。





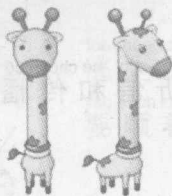
如果被埋压

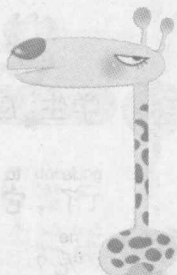
1. 被埋压后，不要盲目大声呼喊，要保存体力，当听到外面有人声时，再呼叫或敲击身边的东西，向别人求救。

2. 如果有能够活动的空间，尽量发掘食物和水，省着吃这些维持生命的宝贵物品，直到有人来救你。

3. 观察周围环境，寻找通道，朝更安全、宽敞、有光亮的地方移动。要设法爬出去。

4. 如果受伤，可以用自己的衣服等物想法包扎，避免流血过多损害生命。





狂风突起如何化险

zài hěn duō nián qián yǒu yī wèi zhù zài jī wéi sī tè de míng jiào mài
 在很多年前，有一位驻在基维斯特的名叫迈
 kè ài bīn de měi guó qì xiàng yuán fā xiàn yī gè cóng gǔ bā chuī lái de
 克·艾宾的美国气象员，发现一个从古巴吹来的
 jù fēng tā lì jí xiàng mài ā mī de shàng jí bào gào tā de shàng jí
 飓风，他立即向迈阿密的上级报告。他的上级
 yào tā bǎ jù fēng de xíng zhuàng miáo shù yí xià mài kè ài bīn bù jiǎ
 要他把飓风的形状描述一下，迈克·艾宾不假
 sī suǒ de shuō tā zhèng xiàng wǒ de tài tai jí ruì qín zhè gè xiāo xī
 思索地说，“它正像我的太太吉瑞琴。”这个消息
 tóng shí bèi fā dào le gè gè bào shè hé diàn shì tái zhào yǐ wǎng de qíng xíng
 同时被发到了各个报社和电视台，照以往的情形，
 méi tǐ shì bú huì yòng jià dà piān fú lái bào dào jù fēng de dàn zhè cì yóu
 媒体是不会用较大篇幅来报道飓风的，但这次由
 yú jí ruì qín zhè yī nǚ xìng míng zì dùn shí yīn qǐ le rén men de xìng
 于“吉瑞琴”这一女性名字，顿时引起了人们的兴
 qù zhè cì jù fēng shòu dào de guān zhù dù yuǎn yuǎn
 趣，这次飓风受到的关注度远远
 chāo guò yǐ wǎng rèn hé yí cì qì xiàng jú de rén
 超过以往任何一次。气象局的人
 xìng fèn huài le cóng cǐ jué dìng bǎ jù fēng de míng zì
 兴奋坏了，从此决定把飓风的名字
 dōu qǐ dé piān nǚ xìng yì xiē
 都起得偏女性一些。

kě bié bèi jù fēng kě ài de míng zì mí huò
 可别被飓风可爱的名字迷惑





le tā de wēi lì kě zhēnqiáng dà kuángfēng tū qǐ nǐ gāi zěn me bàn
了,它的威力可真强大。狂风突起,你该怎么办
ne
呢?

néng bù chū mén jiù bù chū mén dāi zài jiā zhōng guān hǎo mén
1. 能不出门就不出门,待在家中,关好门
chuāng shì dì yī xuǎn zé
窗是第一选择。

zhù zài gāo céng de xiǎopéng you zài kuángfēng lái dào zhī qián jiāng
2. 住在高层的小朋友,在狂风来到之前,将
fàng zài yáng tái shàng nà xiē nǐ néng bān dòng de dōng xī bān huí wū zhè
放在阳台上那些你能搬动的东西搬回屋,这
yàng kě yǐ bì miǎn qǐ fēng shí zá shāng lóu xià de xíng rén
样,可以避免起风时,砸伤楼下的行人。

jí shí guān bì rán qì diàn qì de fá mén hé diànyuán yǐ miǎn
3. 及时关闭燃气、电器的阀门和电源,以免
yǐn qǐ huǒ zāi huò zhě lòu diànshāng rén
引起火灾或者漏电伤人。

bǎ shǒudiàntǒng shōu yīn jī fàng zài zì jǐ shēn biān dāng rán hái
4. 把手电筒、收音机放在自己身边,当然还
yǒu shí wù
有食物。



kuángfēng fā shēng shí rú guǒ nǐ
5. 狂风发生时,如果你
zhèng hǎo zài wài miàn yīng yí bù yí bù de
正好在外面,应一步一步地
màn màn zǒu wěn shùn fēng shí jué duì bù néng
慢慢走稳,顺风时绝对不能
pǎo fǒu zé jiù huì tíng bú xià lái shèn
跑,否则就会停不下来,甚
zhì yǒu bèi guā zǒu de wēi xiǎn yào jìn kě
至有被刮走的危险;要尽可
néng zhuā zhù qiáng jiǎo zhà lán zhù zì huò
能抓住墙角、栅栏、柱子或
qí tā wěn gù de gù dìng wù xíng zǒu
其他稳固的固定物行走。



zài jiàn zhù wù mì jí de jiē dào xíng
6. 在建筑物密集的道路行

zǒu shí yào tè bié zhù yì luò xià wù huò
走时，要特别注意落下物或

fēi lái wù yǐ miǎn bèi zǎ shāng
飞来物，以免被砸伤。

zǒu dào guǎi wān chù yào tíng xià lái
7. 走到拐弯处，要停下来

guān chá yí xià zài zǒu mào rán xíng zǒu hěn
观察一下再走，贸然行走很

kě néng bèi guā qǐ de fēi lái wù jī shāng
可能被刮起的飞来物击伤。

jīng guò xiá zhǎi de qiáo huò gāo chù shí zuì hǎo fǔ xià shēn pá
8. 经过狭窄的桥或高处时，最好俯下身爬

xíng fǒu zé hěn róng yì bèi guā dǎo huò luò shuǐ
行，否则很容易被刮倒或落水。

bú yào zài guǎng gào pái tiě tǎ fù jìn bì fēng bì yǔ bì miǎn
9. 不要在广告牌、铁塔附近避风避雨，避免

tā men dǎo tā hòu zǎ shāng zì jǐ
它们倒塌后砸伤自己。

guā fēng qī jiān xiǎo péng you qiān wàn bù kě mào xiǎn zài shuǐ zhōng
10. 刮风期间，小朋友千万不可冒险在水中

xíng zǒu wàn yì bú shèn luò shuǐ yào qiān fāng bǎi jì shàng àn shùn shǒu
行走。万一不慎落水，要千方百计上岸，顺手

zhuā zhù pén huò mù bǎn zhī lèi de piāo fú wù zuò wéi dù shuǐ gōng jù
抓住盆或木板之类的漂浮物作为渡水工具。

huá lā lā wú shù zhī qīng wā cóng tiān ér jiàng zěn me huì xià qǐ qīng
哗啦啦，无数只青蛙从天而降，怎么会下起青

wā yǔ ne yuán lái zhè shì lóng juǎn fēng zài gāo guǐ wā yǔ tiě yǔ
蛙雨呢？原来这是龙卷风在捣鬼。蛙雨、铁雨、

yú yǔ shèn zhì qián yǔ tā men dōu shì lóng juǎn fēng de jié zuò bié
鱼雨……甚至钱雨，它们都是龙卷风的杰作。别

kàn lóng juǎn fēng huì dài lái zhè me hǎo wán de dōng xī qí shí tā de pò
看龙卷风会带来这么好玩的东西，其实，它的破

huài xìng shì fēi cháng qiáng de fáng wū hé dà shù dōu huì bèi lóng juǎn fēng juǎn
坏性是非常强的，房屋和大树都会被龙卷风卷





shàngtiān nà me wǒ men gāi zěn me miàn duì lóng
上天。那么，我们该怎么面对龙
juǎnfēng ne mù qián lóngjuǎnfēng de yù bào hái hěn
卷风呢？目前，龙卷风的预报还很
kùn nán suǒ yǐ kē xué jiā men jiāng zhòng diǎn fàng zài
困难，所以科学家们将重点放在
yán jiū zěnyàng duǒ bì tā
研究怎样躲避它。

duǒ bì lóngjuǎnfēng zuì ān quán de dì fang 1. 躲避龙卷风最安全的地方

shì dì xià shì huò bàn dì xià shì
是地下室或半地下室。

xùn sù duǒ rù shāngchǎnghuò zhě láo gù de jiànzhù wùzhōng bú
2. 迅速躲入商场或者牢固的建筑物中，不
yào zài wū yán xià duǒ bì zhè shí lóu shàng huò zhě wǔ dǐng de dōng xī huì
要在屋檐下躲避，这时楼上或者屋顶的东西会
bèi dà fēng guā xià zhàn zài zhè xiē dì fang huì bèi gāo kōng zhū luò de
被大风刮下，站在这些地方，会被高空坠落的
dōng xī zá shāng
东西砸伤。

méi yǒu jiànzhù wù kě yǐ duǒ bì zhǎo yí gè dì shì bǐ jiào
3. 没有建筑物可以躲避，找一个地势比较
dī wā de dì fang jiāng zì jǐ suō chéng yí gè xiǎo tuán dūn zhe huò zhě
低洼的地方，将自己缩成一个小团，蹲着或者
tǎng xià lái
躺下来。

qiān wàn bù kě yǐ bào zhe diàn xiàn gān dà fēng huì chě duàn diàn
4. 千万不可以抱着电线杆，大风会扯断电
xiàn rú guǒ zhè shí bào zhe diàn xiàn gān kě néng huì bèi diàn jī shāng
线，如果这时抱着电线杆，可能会被电击伤。

bú yào duǒ zài guǎnggào pái huò zhě qì chē nèi yǒu shí lóngjuǎn
5. 不要躲在广告牌或者汽车内，有时龙卷
fēng de wēi lì kě yǐ jiāng qì chē juǎn shàng tiān jiāng jù dà de guǎnggào pái
风的威力可以将汽车卷上天，将巨大的广告牌
guā dǎo suǒ yǐ bì miǎn zài zhè xiē dōng xī páng biān dòu liú
刮倒，所以，避免在这些东西旁边逗留。

火场如战场

zài jù jīn yuē 80 wǎn nián de jiù shí qì shí dài rén lèi xué huì le
在距今约80万年的旧石器时代,人类学会了
shǐ yòng huǒ huǒ shì rén lèi de péng you kě yí dàn bù shèn huǒ jiù huì
使用火。火是人类的朋友,可一旦不慎,火就会
biàn chéng zāi nàn
变成灾难。



对轻微的火情怎样应对

shuǐ shì zuì cháng yòng de miè huǒ jì mù tóu zhǐ zhāng mián bù
1. 水是最常用的灭火剂,木头、纸张、棉布
děng qǐ huǒ kě yǐ zhí jiē yòng shuǐ pū miè
等起火,可以直接用水扑灭。

diàn qì qǐ huǒ bù kě yòng shuǐ pū jiù yě bù kě yòng cháo shī
2. 电器起火,不可用水扑救,也不可潮湿
de wù pǐn wǔ gài shuǐ shì dǎo tǐ zhè
的物品捂盖。水是导体,这
yàng zuò huì chù diàn zhèng què de fāng fǎ
样做会触电。正确的方法
shì shǒu xiān qiē duàn diàn yuán rán hòu zài miè
是首先切断电源,然后再灭
huǒ
火。



dú zì zài jiā shí bú yào shǐ yòng
3. 独自在家时不要使用
tiān rán qì zào jù rú guǒ yóu guō zháo
天然气灶具。如果油锅着
huǒ xùn sù jiāng guō gài gài jǐn lì jí
火,迅速将锅盖盖紧,立即



guān bì tiān rán qì fá mén
关闭天然气阀门。

yòng sào zhou tuō bǎ dēng pū dǎ
4. 用扫帚、拖把等扑打，

yě néng pū miè xiǎo huǒ
也能扑灭小火。

fáng jiān nèi qǐ huǒ shí bù néng qīng
5. 房间内起火时，不能轻

yì dǎ kāi mén chuāng ruò jiāng mén chuāng dǎ
易打开门窗，若将门窗打

kāi yóu yú kōng qì duì liú zuò yòng huǒ shì
开，由于空气对流作用，火势

huì xùn sù fā zhǎn xíng chéng dà miàn jī huǒ zāi
会迅速发展，形成大面积火灾。

rú guǒ wài miàn de huǒ shì bù dà ér nǐ jiā yòu zài yī lóu
6. 如果外面的火势不大而你家又在一楼，

yīng gǎn kuài cóng chuāng hu pá chū qù rú guǒ bú zài yī lóu yīng jǐn kuài
应赶快从窗户爬出去；如果不在一楼，应尽快

cóng lóu tī táo lí
从楼梯逃离。

zài shāng chǎng huò zhě xué xiào rú guǒ huǒ shì bù shì hěn dà gēn
7. 在商场或者学校，如果火势不是很大，跟

suí rén liú yòng yī fu huò zhě máo jīn yǎn zhù kǒu bí cóng ān quán tōng
随人流，用衣服或者毛巾掩住口鼻，从安全通

dào chè lí huǒ chǎng
道撤离火场。

rú guǒ shāng chǎng yǒu ān quán mào mó tuō chē tóu kuī děng zhè xiē
8. 如果商场有安全帽、摩托车头盔等，这些

shì hěn hǎo de fáng hù yòng pǐn dài shàng tā men bì miǎn zì jǐ bèi dōng
是很好的防护用品，戴上它们，避免自己被东

xī zá shāng
西砸伤。





身陷火海如何脱险

- huǒ shì hěn dà méi yǒu néng lì miè huǒ lì jí bō dǎ
1. 火势很大，没有能力灭火，立即拨打119

xiāo fáng jiù huǒ zhuān xiàn zhǔn què de gào zhī huǒ zāi fā shēng de wèi zhì
消防救火专线，准确地告知火灾发生的位置。

- mō mō mén bǎ shǒu rú guǒ mén bǎ shǒu hěn tàng qiān wàn bú yào
2. 摸摸门把手，如果门把手很烫，千万不要

dǎ kāi mén shuō míng mén wài huǒ shì bù xiǎo zhè shí yīng guān hǎo mén
打开门。说明门外火势不小。这时应关好门，

yòng yī wù děng jiāng mén fèng sāi zhù zhè yàng kě yǐ bǎ nóng yān dú
用衣物等将门缝塞住，这样，可以把浓烟、毒

qì dǔ zài mén wài
气堵在门外。

- kě yòng shī máo jīn wǔ zhù kǒu bí zài jiāng yī fu huò mián bèi
3. 可用湿毛巾捂住口鼻，再将衣服或棉被

zhān shī guǒ zài shēn shàng tiē zhe dì miàn pá dào chuāng biān huò yuǎn lí shī
沾湿裹在身上，贴着地面爬到窗边或远离失

huǒ de dì fang děng zhe xiāo fáng yuán lái jiù
火的地方，等着消防员来救。

- chè lí huǒ chǎng de shí hòu yù dào nóng yān shuō míng nǐ lí zhāo
4. 撤离火场的时候，遇到浓烟，说明你离着

huǒ de zhōng xīn bǐ jiào yuǎn bú yào hài
火的中心比较远，不要害

pà yán zhe tōng dào de fāng xiàng jì xù
怕，沿着通道的方向继续

pú fú qián jìn bú yào xiàng xiá zhǎi
匍匐前进。不要向狭窄

de jiǎo luò tuì bì rú qiáng jiǎo zhuō
的角落退避，如墙角、桌

zi dī xià dà yī guì lǐ děng
子底下、大衣柜里等。

- táo shēng shí jìn liàng cǎi qǔ
5. 逃生时，尽量采取

bǎo hù cuò shī rú yòng shī máo jīn wǔ
保护措施，如用湿毛巾捂

