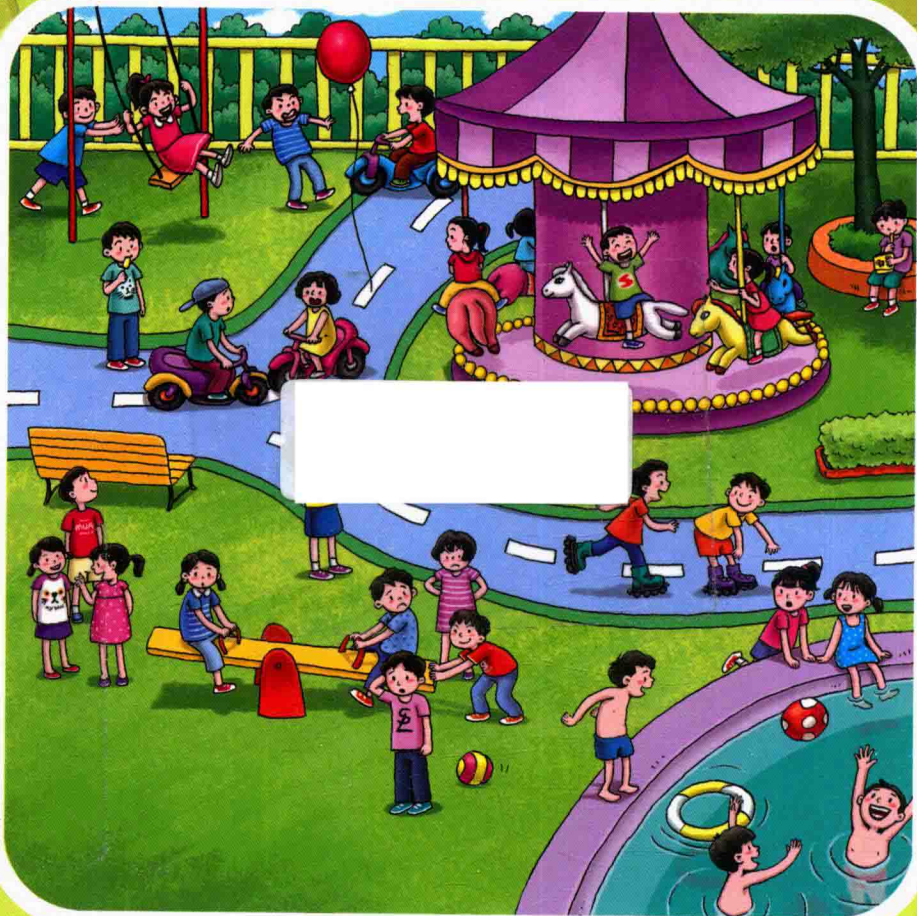


学会保护自己

运动安全

危险游戏



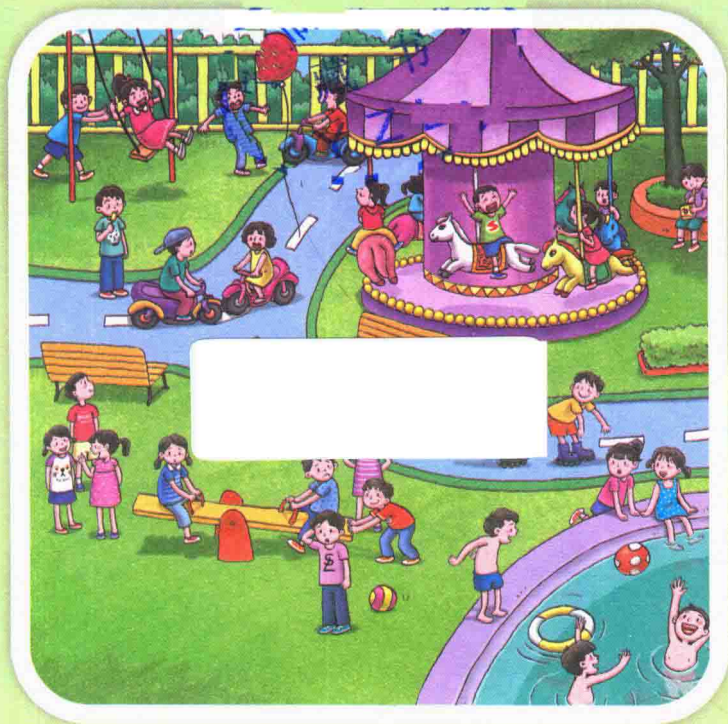
浙江少年儿童出版社

运动安全

学会保护自己

危险游戏

刘劲松 主编



浙江少年儿童出版社

· 杭州 ·

图字：11—2003—83 号
图书在版编目（CIP）数据

危险游戏/刘劲松主编。—杭州：浙江少年儿童出版社，2016.12

（学会保护我自己）
ISBN 978-7-5342-9662-8

I. ①危… II. ①刘… III. ①安全教育-少儿读物 IV. ①X956-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 248301 号

本书由养生堂出版有限公司授权浙江少年儿童出版社出版发行。

责任编辑 李艳鸽
文字编辑 王亚会
美术编辑 陈悦帆
装帧设计 沈 利
封面绘画 梁惠群
责任校对 沈 鹏
责任印制 林百乐

学会保护我自己

危险游戏

WEIXIAN YOUXI

主编/刘劲松

浙江少年儿童出版社出版发行

（杭州市天目山路 40 号）

杭州杭新印务有限公司印刷 全国各地新华书店经销
开本 880mm×1230mm 1/32 印张 5.5 印数 1—10000

2016 年 12 月第 1 版 2016 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5342-9662-8

定价：18.00 元

（如有印装质量问题，影响阅读，请与承印厂联系调换）

让孩子远离伤害



迷路走失、高楼坠落、校园暴力、绑架勒索、溺水而亡、性侵害……每一起儿童安全事故的发生，都让人无比痛心。因为事故一旦发生，就可能给家庭带来无尽的伤痛和无法估量的损失。

为了培养孩子抗拒危险的能力，我们历时多年，收集了大量社会新闻，请儿童教育专家根据实际案例编写成《学会保护我自己》丛书。这套书共有7册，内容涵盖社会生活的方方面面，从校园安全、居家安全、交通安全、饮食安全、运动安全，到防盗防骗、抗震抗灾，全面帮助孩子了解危险，树立防范意识，主动远离危险，并学习遇到危险时如何自救互助。

我们谨以此书献给天下所有的孩子和长辈。就让孩子从阅读这套丛书开始，跨出保护自身安全的第一步吧！也希望长辈能陪伴孩子一同阅读，千万不要因为一时的疏忽，造成终身遗憾。

愿所有的孩子远离伤害，愿所有的家庭幸福美满！



nu lu
目录



1

危险游戏

飙车闯大祸

18

35

爬高历险记

大力士拔河

53

67

要命的游戏

玩转游乐场

83





100 有毒的“巧克力”

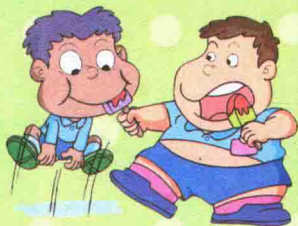
飞天笨侠 113

125 小狗不好惹

病毒危机 141

156 感冒 Bye-Bye

安全知识大闯关 166





溜直排轮滑, 怎样
才能确保安全?



wēi xiǎn yóu xì
危险游戏

gē ge nǐ kuài diǎnr lái kàn a hǎo lì hai
“哥哥, 你快点儿来看啊! 好厉害!”

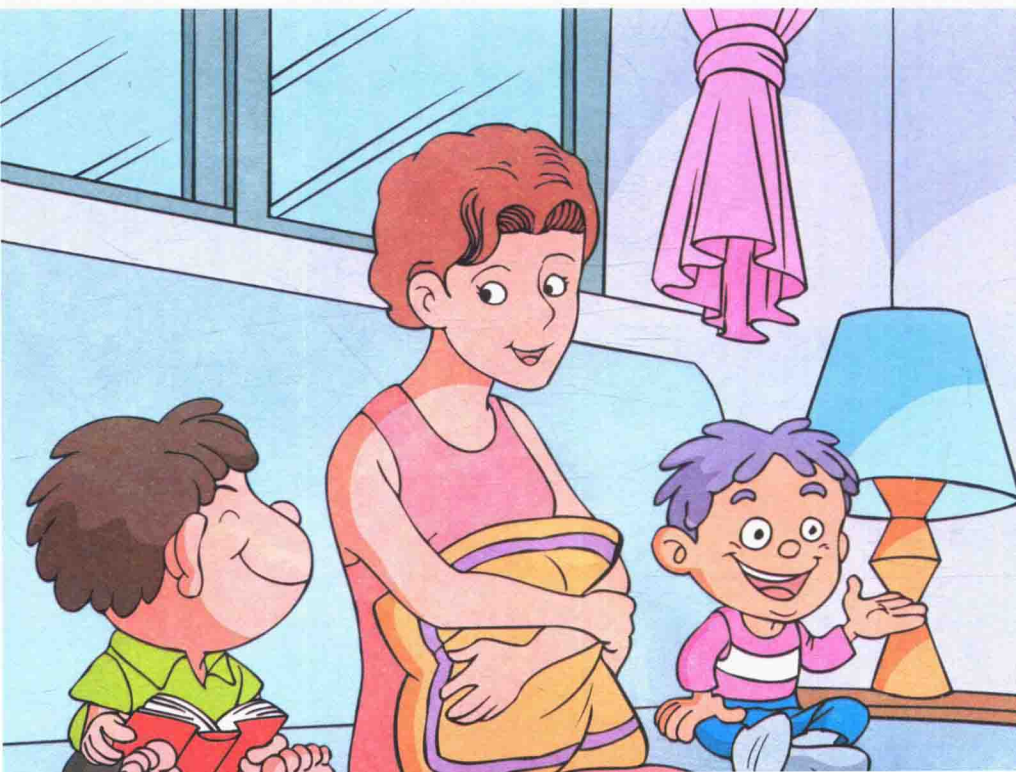
kàn shén me dōng xī a dà pào fàng xué yī huí
“看什么东西啊?” 大炮放学一回
dào jiā gāng jìn mén jiù kàn jiàn dì dì fēi fēi zhuān xīn de
到家, 刚进门, 就看见弟弟飞飞专心地
dīng zhe diàn shì rǎng zhe yào tā kuài diǎnr guò qù kàn
盯着电视, 嚷着要他快点儿过去看。

gē ge tā men zhēn de hǎo bàng a gāng cái de
“哥哥, 他们真的好棒啊! 刚才的
gèng jīng cǎi nǐ dōu méi kàn dào
更精彩, 你都没看到。”



“哦，是直排轮滑表演啊！真厉害，
看起来好酷哇！”最近一阵子，流行起直
排轮滑，大炮也十分喜爱，还参加了学
校里的社团。

“大炮，你回来啦。在看什么电视节
目啊，这么专心？”妈妈听见兄弟俩的
声音，好奇地走到客厅来瞧一瞧。





mā ma wǒ
“妈妈，我
men zài kàn zhí pái lún
们在看直排轮
huá de biǎo yǎn fēi
滑的表演。”飞
fēi yī biān shuō yī
飞一边说，一

biān réng zhuān xīn de dīng zhe yíng píng shàng de huà miàn
边仍专心地盯着荧屏上的画面。

zhí pái lún huá duì le dà pào nǐ bù shì shuō
“直排轮滑？对了，大炮你不是说，
xīng qī liù xià wǔ yào cān jiā shè tuán huó dòng yě shì zhí pái
星期六下午要参加社团活动，也是直排
lún huá ba mā ma tū rán xiǎng qǐ dà pào qián liǎng tiān céng
轮滑吧？”妈妈突然想起大炮前两天曾
jīng tí qǐ guo zhè jiàn shì
经提起过这件事。

duì a wǒ men bān shàng hǎo duō rén dōu cān jiā
“对啊！我们班上好多人都参加
le xuān xuān yǎ yǎ nī nī kāng kāng hái yǒu xiǎo
了。萱萱、雅雅、妮妮、康康，还有小
fēng xiǎo pàng zhuàng zhuàng duì le dà xióng tā yě cān
风、小胖、壮壮，对了，大熊他也参
jiā le
加了……”

zhè me duō tóng xué dōu cān jiā le nà yīng gāi huì
“这么多同学都参加了，那应该会
hěn rè nao de bù guò zài liàn xí de guò chéng zhōng yī dìng
很热闹的。不过在练习的过程中一定



yào xiǎo xīn cái bù huì fā shēng
要小心，才不会发生

wēi xiǎn a mā ma xiào zhe dīng
危险啊！”妈妈笑着叮

níng dà pào
咛大炮。

“gē ge wǒ yě yào cān
哥哥，我也要参

jiā wǒ yě yào xué zhí pái lún
加，我也要学直排轮

huá fēi fēi xīng fèn de shuō
滑！”飞飞兴奋地说，

tā yī zhí dōu hěn xiǎng wán zhí pái lún huá ne
他一直都很想玩直排轮滑呢。

kě yǐ a dào shí hòu nǐ jiù gēn wǒ yī qǐ qù
“可以啊，到时候你就跟我一起去。”

tài hǎo le fēi fēi gāo xìng jí le tā zhōng yú
“太好了！”飞飞高兴极了，他终于

kě yǐ wán zhí pái lún huá le
可以玩直排轮滑了。

xīng qī wǔ fàng xué hòu cān jiā huó dòng de tóng xué zài
星期五放学后，参加活动的同学在

xué xiào páng de gōng yuán lì jí hé dà jiā dōu xiǎn de shí
学校旁的公园里集合，大家都显得十

fēn jí qiè yǒu xiē huì wán de rén děng bu jí lǎo shī dào
分急切。有些会玩的人，等不及老师到

lái jiù yǐ jīng kāi shǐ wán le qǐ lái qí tā de xiǎo péng
来，就已经开始玩了起来，其他的小朋

yǒu dōu kàn de hǎo xiàn mù
友都看得好羡慕。



gè wèi tóng xué qǐng dà jiā jí hé wǒ men jiù yào
“各位同学，请大家集合，我们就要
kāi shǐ jīn tiān de kè chéng le guò le yī huìr lǎo
开始今天的课程了。”过了一会儿，老
shī chū xiàn le bǎ tóng xué men jí hé qǐ lái
师出现了，把同学们集合起来。

dāi huìr lǎo shī huì xiān jiāo tóng xué men jī běn
“待会儿，老师会先教同学们基本
de dòng zuò jì qiǎo xiàn zài zǐ xì tīng lǎo shī jiǎng zhù yì
的动作技巧，现在仔细听老师讲注意





shì xiàng shǒu xiān yào
事项：首先，要

dài shàng hù jù bāo
戴上护具，包

kuò hù xī hù zhǒu
括护膝、护肘、

hù zhǎng hái yǒu tóu
护掌，还有头

kuī tā men kě yǐ jiǎn qīng nǐ shuāi dǎo
盔，它们可以减轻你摔倒

shí suǒ shòu de shāng hài rán hòu gēn
时所受的伤害。然后，跟

zhe lǎo shī jiāo de bù zhòu yī bù bù lái qiān wàn bù yào tuī
着老师教的步骤一步步来，千万不要推

jǐ xī nào zhè yàng cái bù huì fā shēng wēi xiǎn huò yì
挤、嬉闹，这样才不会发生危险或意

wài shāng hài zhī dào le ma liú zhí pái lún huá bìng bù nán
外伤害，知道了吗？溜直排轮滑并不难，

bù yào hài pà shuāi dǎo zhǐ yào hǎo hǎo gēn zhe lǎo shī xué
不要害怕摔倒，只要好好跟着老师学

xí xiāng xìn dà jiā hěn kuài jiù néng xué huì jiē zhe lǎo
习，相信大家很快就能学会。”接着，老

shī jiāng tóng xué men fēn chéng jǐ gè zǔ mù dì shì yào dà
师将同学们分成几个组，目的是要大

jiā hù xiāng xué xí hù xiāng bāng zhù
家互相学习，互相帮助。

dà jiā dōu chuān dài hǎo xié zi gēn
“大家都穿戴好鞋子跟

hù jù le ba yǒu xiē tóng xué shì bù shì
护具了吧？有些同学是不是





lián zhàn dōu zhàn bù wěn ne xiàn zài lǎo shī xiān jiāo nǐ men
连站都站不稳呢？现在老师先教你们

jī běn de “V” zì xíng zhàn zī liǎng jiǎo zhāng kāi chéng
基本的“V”字形站姿：两脚张开呈“V”

zì xíng yuē sì shí wǔ dù yǔ jiān tóng kuān yòng zhè zhǒng
字形，约四十五度，与肩同宽，用这种

fāng shì zhàn lì shí lún zǐ jiù bù huì huá dòng la zhè shì
方式站立时，轮子就不会滑动啦。这是

zhí pái lún huá de jī běn zhàn zī dà jiā shì shì kàn ba
直排轮滑的基本站姿，大家试试看吧。”

lǎo shī kāi shǐ jiāo tóng xué men jī běn yào lǐng bìng yāo qiú tóng
老师开始教同学们基本要领，并要求同

xué men hù xiāng bāng zhù hé zhào yīng
学们互相帮助和照应。

hái shèng xià bàn gè xiǎo shí tóng xué men xiān xiū xi
“还剩下半个小时，同学们先休息

yī huìr shí wǔ fēn zhōng hòu yuán
一会儿，十五分钟后原





dì jí hé lǎo shī gěi tóng xué men zuò gè xiǎo cè yàn
地集合，老师给同学们做个小测验。”

yī táng kè xià lái yóu yú tóng xué men xué xí rèn zhēn xiào
一堂课下来，由于同学们学习认真，效
guǒ hěn hǎo lǎo shī yī kǒu qì jiāo le xǔ duō dòng zuò xiàn
果很好，老师一口气教了许多动作，现
zài xiū xi shí jiān dào le
在休息时间到了。

wǒ men yì qǐ qù wài miàn de yǐn liào diàn mǎi yǐn liào
“我们一起去外面的饮料店买饮料

ba hǎo kě a dà pào tí yì qù mǎi yǐn liào tiān qì
吧，好渴啊！”大炮提议去买饮料，天气



zhēn shì tài rè le
真是太热了。

hǎo a wǒ men dōu qù ba dōng dōng hé zhuàng
“好啊，我们都去吧！”东东和壮

zhuàng mǎ shàng zàn chéng gēn zài dà pào hòu miàn
壮马上赞成，跟在大炮后面。

děng yī xià nǐ men bù bǎ zhí pái lún huá xié tuō
“等一下，你们不把直排轮滑鞋脱

diào jiù zhè yàng shàng jiē a xuān xuān jiào zhù zhè sān gè
掉，就这样上街啊？”萱萱叫住这三个

rén tí xǐng tā men jiǎo shàng hái chuān zhe lún huá xié ne
人，提醒他们脚上还穿着轮滑鞋呢。

bài tuō wǒ dōu zhè me lì hai le nǎ lǐ hái yào
“拜托，我都这么厉害了，哪里还要

tuō xié a jiù zhè yàng chū qù cái shuài qì ne dà pào
脱鞋啊？就这样出去，才帅气呢！”大炮

yī biān shuō yī biān rào le gè
一边说，一边绕了个

quān zhuǎn le gè piào liang de wān
圈，转了个漂亮的弯。

jiù shì ma nǐ men yào
“就是嘛！你们要

bù yào yì qǐ qù dōng dōng wèn
不要一起去？”东东问

nǚ shēng men
女生们。

hǎo a wǒ gēn nǐ men
“好啊，我跟你们

qù nī nī nǐ yě yì qǐ qù
去。妮妮你也一起去





ba xuān xuān tuō zhe nī nī yě yī qǐ qù yú shì yī
吧！”萱萱拖着妮妮也一起去。于是一
qún rén cǎi zhe jiǎo xià de zhí pái lún huá hào hào dàng dàng
群人踩着脚下的直排轮滑，浩浩荡荡
de chū fā le
地出发了。

tā men jiù zhè yàng yī lù liú zhe zhí pái lún huá rào
他们就这样一路溜着直排轮滑，绕
zhe gōng yuán jīng guò lán qiú chǎng yóu lè qū yǐn qǐ bù
着公园，经过篮球场、游乐区，引起不
shǎo xíng rén de zhù yì tóng xué men zhēn shì dé yì jí le
少行人的注意，同学们真是得意极了。





xiǎo xīn yǒu jiē tī
“小心，有阶梯！”

chū gōng yuán dà mén shí nī nī
出公园大门时，妮妮
tí xǐng dà jiā zhù yì jiǎo xià de
提醒大家注意脚下的
jiē tī
阶梯。

hā zhè ge wǒ huì
“哈，这个我会，

shàng xià lóu tī ma dà pào
上下楼梯嘛！”大炮

dì yī gè kuà xià jiē tī zài jiē tī shàng tiào a tiào de
第一个跨下阶梯，在阶梯上跳啊跳的。

wǒ men hái shì màn màn zǒu xià qù ba nī nī gēn
“我们还是慢慢走下去吧。”妮妮跟

zhe xuān xuān fú zhe fú shǒu màn màn de zǒu xià jiē tī
着萱萱，扶着扶手慢慢地走下阶梯。

āi yā nǐ men zhēn chà jìn
“哎呀，你们真差劲！”

sān gè nán shēng cháo xiào dào tā men
三个男生嘲笑道。他们

yī qǐ tiào xià jiē tī jié guǒ bù xiǎo
一起跳下阶梯，结果不小

xīn zhuàng shàng le tíng zài dà mén páng
心撞上了停在大门旁

de zì xíng chē
的自行车。

à quán dǎo la nī nī
“啊，全倒啦！”妮妮

