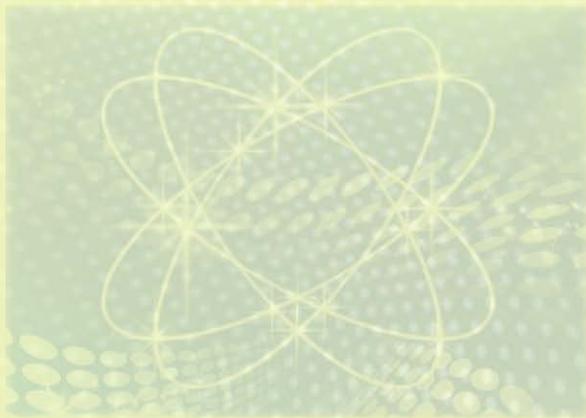


中小学生生存教育图解指南

珍爱生命 学会生存

(16个专题)

张子昀 王霖 主编



吉林大学出版社
吉林音像出版社

中小學生生存教育圖解指南

(根據團中央2004年“青少年自護教育年”主題活動精神編寫)

珍愛生命 學會生存

(16個專題) 張子昀 王霖 主編



吉林大學出版社
吉林音像出版社

图书在版编目（C I P）数据

珍爱生命 学会生存（16 个专题）/张子昀，王霖主编.
吉林大学出版社. 2004

ISBN 7-5601-2864-5 / G·380

中小学生生存教育图解指南

珍爱生命 学会生存

（16 个专题）

北京朗曼教学研究中心 策划

张子昀 主 编
王 霖

吉林大学出版社

吉林音像出版社

北京鑫丰华彩印有限公司

开本：880×1230 毫米 1 / 32 印张：5.25

2004 年 6 月第一版 2004 年 6 月第一次印刷

ISBN 7-5601-2864-5 / G·380

定价：6.00 元

2004年3月26日

《中学生行为规范修订版》第三十七条：珍爱生命，不吸烟，不喝酒，不滥用药物，拒绝毒品……

《小学生行为规范修订版》第十九条：珍爱生命，注意安全，防火，防溺水……

前 言

联合国教科文组织为21世纪的教育提出了一个极具震撼力的口号“Learning to be”，翻译成中文就是“学会生存”。在信息、科技、生产、经济高度发达的今天，联合国教科文组织提出的这个教育口号是不是有点盛世危言？

答案显然是否定的。生命是最可宝贵的！珍爱生命，学会生存，是每一个人必须确立的首要意识。在人生的道路上，我们不可避免地要遇到诸如交通事故、火灾、溺水、中毒、性侵害等各种各样的意外事件，面对或大或小的失败和挫折的考验。

有鉴于此，在广大中小学生中开展生存教育、增强学生生存本领，培养起一种自我防护的意识和强烈的生存欲望，显得十分迫切。

共青团中央把2004年确立为“青少年自护教育年”，2004年3月26日，国家教育部颁布了新版的《中小学生守则》和《中小学生行为规范》，其最大的改动，就是第一次把“珍爱生命”写了进去，极大地彰显了教育的人性关怀。

“投身教育，关爱孩子”是我们朗曼教学研究中心虔诚奉行的宗旨，自联合国教科文组织提出“学会生存”口号的那一天起，我们就开始策划编辑这本生存教育读本，历时四年，搜集国内外生存教育的各种资料，咨询各个相关专家、组织、研究机构，六易其稿，终成此书。

本书包含：交通安全、交通事故、火场逃生、防触电、防溺水、防中毒、网络文明、远离毒品、预防艾滋病、自救常识、日常防范、身处险境、危险活动、野外生存、自然灾害、战争十六个专题内容，涵盖了生存教育的方方面面，涉及自护自救的1000多个知识点。用生动逼真、鲜活准确的图画语言，辅以简练的文字说明，全面系统地阐述了中小学生人身自护的基本常识，危险突降时的应急技能，清楚明白地告诉学生哪些地方是危险的，哪些活动会带来伤害，如何预防伤害、伤害发生时如何实施自救和求助；该做什么，不该做什么。并且，每个内容都突出“防、护、救、治”四个环节，具有很强的可操作性和可训练性。

生命是宝贵的，生命也是脆弱的，脆弱得不堪一击，同学们一定要树立自我保护的意识，学会自护自救的本领，无论身处何种境地都要坚定强烈的生存信念。

最后真诚地祝愿同学们：健康、平安、快乐！

——编者语

目录

● 交通安全篇

2



● 交通事故篇

18



● 火场逃生篇

24



● 防触电篇

36



● 防溺水篇

42



● 防中毒篇

54



● 网络文明篇

64

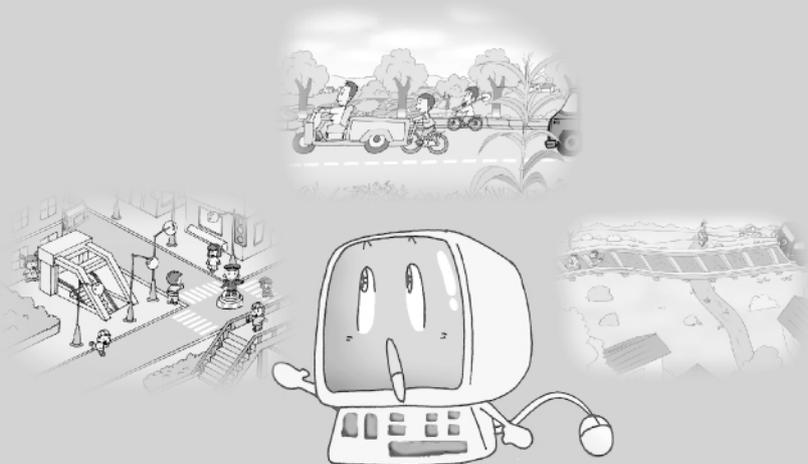


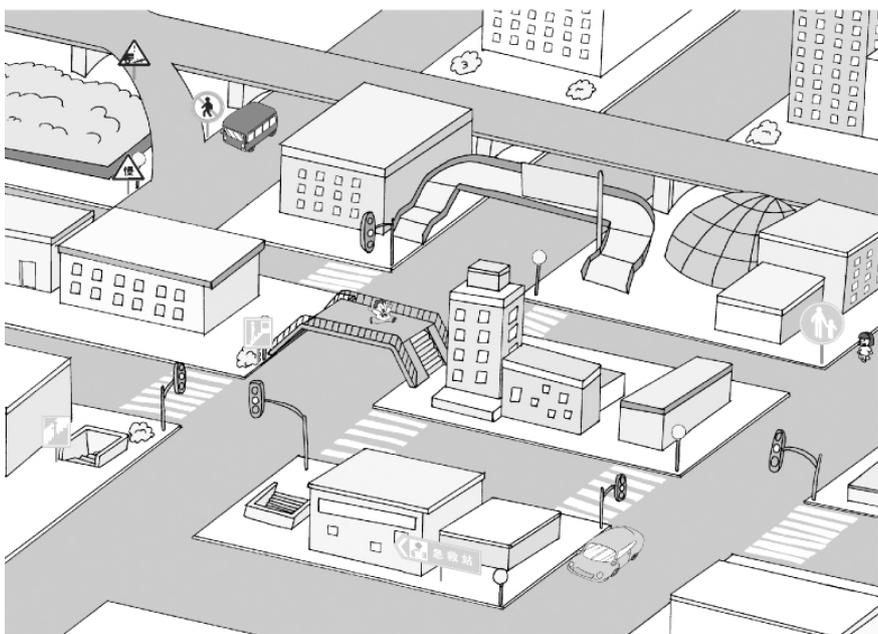
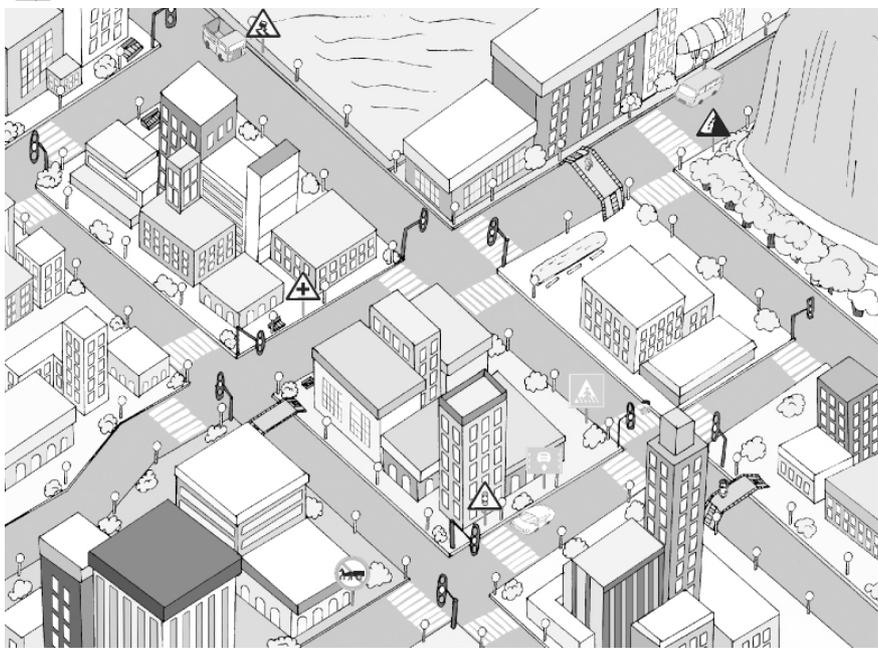
● 远离毒品篇	70	
● 防艾滋病篇	74	
● 自救常识篇	78	
● 日常防范篇	92	
● 身处险境篇	104	
● 危险活动篇	118	
● 野外生存篇	132	
● 自然灾害篇	144	
● 战争来临篇	152	

安全题板

- 1.几岁的孩子才可以坐摩托车？
- 2.哪些车可以不遵守信号灯？
- 3.乘车时，坐在大人怀里会更安全吗？
- 4.穿着什么颜色的雨衣更有利于安全？

交通安全篇







- | | | | |
|---|---|---|--------------------------|
|  | 禁止通行
车和人都不能从这里走 |  | 长途汽车站
前方通往长途汽车站 |
|  | 禁止骑自行车上坡
到这里要下车,推着自行车上坡 |  | 火车站
前方通往火车站 |
|  | 禁止畜力车通行
牛、马、驴车都不能从这里走 |  | 地铁站
地铁站快到了 |
|  | 易滑
路面很滑,减速慢行 |  | 残疾人专用设施
旁边有残疾人专用设施 |
|  | 注意信号灯
前方有交通信号灯,请听从指挥 |  | 人行横道
专供行人横穿马路 |
|  | 注意落石
山间公路,注意山上会落下石头来 |  | 机动车道
专供机动车辆行驶 |
|  | 十字交叉
前方是十字路口 |  | 非机动车道
专供非机动车行驶 |
|  | 注意危险
注意!这里很危险! |  | 事故易发路段
格外小心,此路段经常发生事故 |
|  | 禁止非机动车通行
自行车、人力三轮车、畜力车都不准通行 |  | 慢行
慢一点,安全多一点! |
|  | 禁止行人通行
行人不能从此处通过 |  | 人行地下通道
过马路可以从这里下地下通道 |
|  | 有人看守铁路道口
穿过时听从看守人员指挥 |  | 人行天桥
过马路可以从这里上过街天桥 |
|  | 路面不平
可能造成危险 |  | 步行
尽可放心行走,这里没有任何车辆 |
|  | 施工
正在施工,请绕行 |  | 急救站
快!前方设有急救站! |
|  | 向右急弯路
前面的路向右急转弯,对面驶来车辆看不见 | | |
|  | 傍山险路
公路一面靠山,一面是山谷,格外小心,谨防坠入山谷 | | |
|  | 无人看守铁路道口
特别注意,在你的视线之内,只要有火车行驶,千万不能通过 | | |

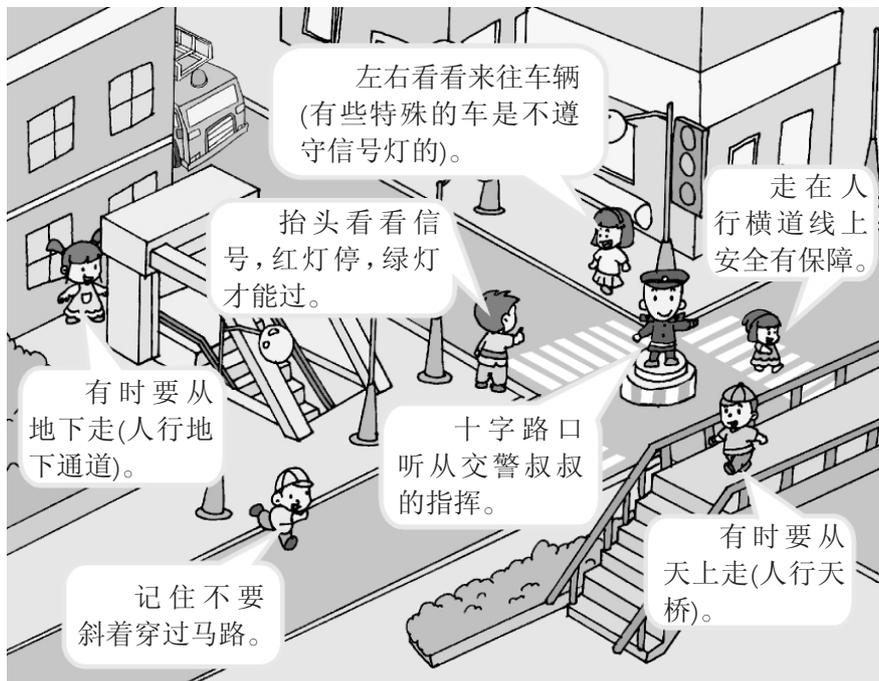
认标志，按规则
让安全多一份保障





瞧！交警叔叔多神气！
你知道这些手势是什么意思吗？





左右看看来往车辆
(有些特殊的车是不遵守
守信号灯的)。

走在人
行横道线上
安全有保障。

抬头看看信
号,红灯停,绿灯
才能过。

有时要从
地下走(人行地
下通道)。

十字路口
听从交警叔叔
的指挥。

有时要从
天上走(人行天
桥)。

记住不要
斜着穿过马路。



在马路
上玩球
或追逐打
闹,影响
别人,对
自己也不
好。

走马路
边的人
行道,是
最安全
的。

边走
边看书、
看报,很
容易撞
到别人
或被人
撞。

小
狗、小
猫比
你不
听话,
带上
街遛,
可危
险了!



不要坐在开动的车厢座位上看书。

不要把头和手伸出车窗外。

没有座位时，要拉好身边的扶手。

不要在开动的车厢里面乱跑。



不要向车内、车外乱扔东西。

排队上车，先下后上。

不要吃东西，尤其是雪糕、肉串。

文明乘车,注意安全!

在地铁里，不要站在车厢的连接处。

上下通道乘坐扶手电梯，要有大人陪同。

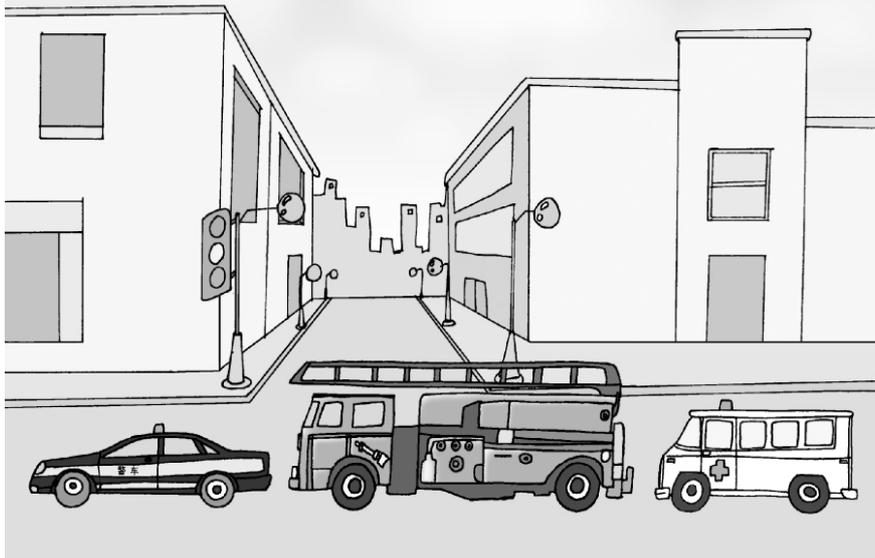


等地铁时，要站在安全线外。

等地铁时，不要伸头张望。

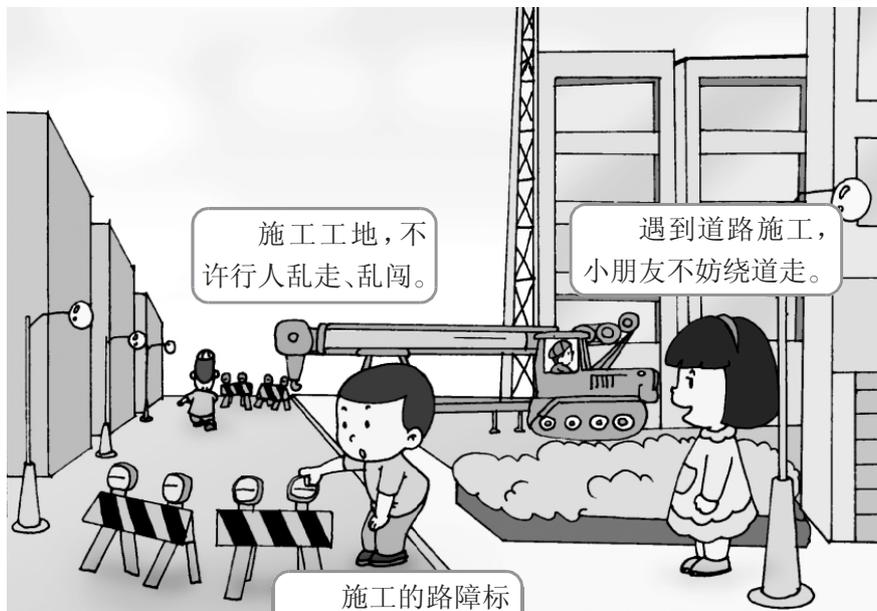


请认清警车、救火车、救护车，它们在特殊情况下，是不按信号灯行驶的！



记住小孩不要坐在前排，方向盘不可以乱动，系好安全带。不要坐在大人的怀里，这样反而更危险！





施工工地，不
许行人乱走、乱闯。

遇到道路施工，
小朋友不妨绕道走。

施工的路障标
志，不要去破坏。



把家里的电话和地
址随身带好，警察叔叔
是小朋友最好的求助对象。

不能跟可
疑的陌生人走。