



我的第一本自救宝典



儿童自救宝典

(户外篇)



北京出版社出版集团
北京少年儿童出版社

定价：12.00元
（含邮费）



创世卓越 品质保证
Trust Joy Trust Quality

儿童自救宝典

er tong zi jiu bao dian

(户外篇)

图书在版编目(CIP)数据

儿童自救宝典 / 邢涛总策划, 纪江红主编. —北京: 北京少年儿童出版社, 2005

ISBN 7-5301-1564-2

I. 儿… II. ①邢… ②纪… III. 自救—儿童读物 IV. X4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第133720号

总策划/邢涛

主编/纪江红

执行主编/龚勋

编撰/郑建唐 张楠 仝宗莉

出版统筹/杨良志

责任编辑/郁平 祝彬 刘卫弘

设计总监/韩欣宇

装帧设计/王洪文

版面设计/孙 露 张世田

图片制作/周辉忠

插图绘制/北京万世长城广告有限公司

责任印制/孟凡丽

出版 北京出版社出版集团

北京少年儿童出版社

地址 北京北三环中路6号

邮编 100011

网址 www.bjph.com.cn

发行 北京出版社出版集团总发行

经销 新华书店

印刷 北京万成彩色印刷有限责任公司

开本 889 × 1194 1/40

印张 9

版次 2006年1月第1版

印次 2006年1月第1次

书号 ISBN 7-5301-1564-2/2 × 16

定价 25.00元(全三册)

质量投诉电话 010-58572393



我的第一本自救宝典

儿童自救宝典

《户外篇》

总策划 / 邢 涛 主 编 / 纪江红



 **北京出版社** 出版集团
北京少年儿童出版社



我的第一本自救宝典

儿童自救宝典

《户外篇》

10000 10000 10000

目录



糟糕！上街走丢了	4
呜……掉进下水道了	8
摔倒在马路中央	10
绿灯突然灭了	12
刹车失灵	14
撞车了	18
汽车着火了	22
晕车了，好难受	26
开往荒野的出租车	28
小心马路骗子	32
他的手伸进了别人的口袋	36



遭遇勒索	40
有人抢劫	44
识破骗局	48
他为什么总是往我身上蹭	52
来人呀，抓流氓	56
不好！有人跟踪	58
被绑架了，先别慌	62
咬人的小草	66
小蚊子，才不怕你叮我	68





xiǎo xiāo mì fēng nán zhāo xù 70
小小蜜蜂难招惹

bié dòng, shé yǎo dào nǐ le 72
别动，蛇咬到你了

dāng xīn! shuǐ zhōng yǒu mǎ hǎng 74
当心！水中有蚂蟥

xiǎo shā zǐ fēi jìn dà yǎn jīng 76
小沙子飞进大眼睛

ěr duǒ jìn chóng zǐ le 78
耳朵进虫子了

dàn zhū sān zhù le wǒ de bí zǐ 80
弹珠塞住了我的鼻子

shǒu dòng huài le 82
手冻坏了

zhōng shù le 84
中暑了

zǒu chū mí wù 88
走出迷雾

fēng yǔ qián de diàn shǎn léi mēng 90
风雨前的电闪雷鸣

pù tiān gài dì de shā chén 94
铺天盖地的沙尘

fēng shén fā nù le 96
风神发怒了

kě pà de dì zhèn 98
可怕的地震

ní shí liú gǔn gǔn ér lái 102
泥石流滚滚而来

hōng shuǐ lái le 104
洪水来了

mí lù bié kū 106
迷路别哭

duàn liáng duàn shuǐ, zěn me bàn 108
断粮、断水，怎么办

bu hǎo, yǒu rén luò shuǐ le 112
不好，有人落水了

chōu jīn——yóu yǔ shā shǒu 116
抽筋——游泳杀手

xiǎo xīn, bīng liè le 118
小心，冰裂了





糟糕！上街 走丢了

xiǎo jiāo zuǒ shǒu lā zhe
小娇左手拉着

bà ba yòu shǒu zhuā zhe mā
爸爸，右手拽着妈

ma juē zhe xiǎo zuǐ chōng tā men sā jiǎo bà ba mā ma hǎo jiǔ méi yǒu
妈，撅着小嘴，冲他们撒娇：“爸爸妈妈好久没有
dài wǒ chū lái wán le。”
带我出来玩了。”

bà ba bào qi xiǎo jiāo chōng mǎn qiàn yì de shuō jīn tiān tīng nǐ
爸爸抱起小娇，充满歉意地说：“今天听你
de nǐ shuō qù nǎr jiù qù nǎr！”
的，你说去哪儿就去哪儿！”



wǒ yào qì qiú xiǎo
“我要气球！”小

jiāo ràng bà ba gěi tā mǎi le yí
娇让爸爸给她买了一

gè xiǎo tù zǐ yàng shì de qì qiú
个小兔子样式的气球，

rán hòu bèng bèng tiào tiào de jǐ jìn
然后蹦蹦跳跳地挤进

rén qún zhōng。

xiǎo, jiǎo mǎn diǎnr
“小娇，慢点儿！”

děng deng wǒ men mā ma duì
等等我们！”妈妈对

xiǎo jiǎo hǎn zhe bié luàn pǎo,
小娇喊着，“别乱跑，

huì zǒu sǎn de!”
会走散的！”

xiǎo jiǎo zài rén qún zhōng zuàn
小娇在人群中钻

lái zuàn qù duì yī qiè dōu chōng
来钻去，对一切都充

mǎn le hào qí dāng tā xiǎng chī bīng jī líng de shí hòu cái fā xiàn gāng
满了好奇。当她想吃冰激凌的时候，才发现刚

gāng yī zhí gēn zài shēn hòu de bà ba mā ma cǐ shí yǐ jīng bù jiàn le
刚一直跟在身后的爸爸妈妈，此时已经不见了

zōng yǐng xiǎo jiǎo dīng zhe měi yī gè cóng
踪影。小娇盯着每一个从

lā shēn biān jīng guò de rén kàn,
她身边经过的人看，

yī rán méi yǒu fā xiàn bà ba mā
依然没有发现爸爸妈

ma de shēn yǐng。
妈的身影。

bà ba mā ma nǐ men
“爸爸妈妈，你们

zài nǎ lǐ a? xiǎo jiǎo bù
在哪里啊？”小娇不





zhī suǒ tuō de zhàn zài jiē biān kàn zhe
知 所 措 地 站 在 街 边 ， 看 着

yí zhāng zhāng mò shēng de miàn kǒng
一 张 张 陌 生 的 面 孔 ，

gǎn dào jì wú zhuō yòu hài pà
感 到 既 无 助 又 害 怕 。

shǒu zhōng de xiǎo tù zǐ qì
手 中 的 小 兔 子 气

qiú zài fēng zhōng bù duàn de yáo bǎi
球 在 风 中 不 断 地 摇 摆

zhe xiǎo jiāo tū rán yǒu le zhǔ yì
着 ， 小 娇 突 然 有 了 主 意 。

tā gāo gāo de jǔ qǐ shǒu bì bìng jié lì bǎ xiǎo tù zǐ de xiàn fàng dào
她 高 高 地 举 起 手 臂 ， 并 竭 力 把 小 兔 子 的 线 放 到

cù biāo
最 高 。



bù zhī guò le duō jiǔ
不 知 过 了 多 久 ，

bà ba mā ma zhōng yú zài rén
爸 爸 妈 妈 终 于 在 人

cháo zhōng chū xiàn le
潮 中 出 现 了 。

bà ba mā ma
“ 爸 爸 ！ 妈 妈 ！ ”

xiǎo jiāo kū hǎn zhe pū xiàng bà
小 娇 哭 喊 着 扑 向 爸

爸 妈 妈 。



dāng nǐ hé bà ba mā ma zǒu sàn le 当你和爸爸妈妈走散了

1. hú yào huāng zhāng gēng bù yào máng máng de zhuān dào rén qún zhōng qù zhǎo yào jìn kǎng dǒu xǐ yuàn zài dìng dāo dì mǔ de zhāo wèi
不要慌张，更不要盲目地钻到人群中去，要尽量待在原地等待父母来找你。
2. bù yào qīng xìn sī shēng rén yīng gāng xiàng jīn shū fú wù rén yuán qiú zhù
不要轻信陌生人，应当向警察叔叔或服务人员求助。
3. zhǎo dào diàn huà shí lì jí gào bà ba mā ma huò jiā lǐ rén dǎ diàn huà gào sù tā men nǐ suǒ zài de què qíè wèi zhì
找到电话时，立即给爸爸妈妈或家里人打电话，告诉他们你所在的确切位置。



呜……掉进 下水道了

tiān hēi le xiǎo dì zǒu zài huí jiā
天黑了，小迪走在回家
de lù shàng tū rán jiǎo xià cǎi kōng
的路上。突然，脚下踩空，
xiǎo dì diào jìn le hēi qī qī de xià shuǐ dào
小迪掉进了黑漆漆的下水道！

jiù mìng ā xiǎo dì hǎn yǎ le sǎng zi hái shì méi yǒu rén
“救命啊！”小迪喊哑了嗓子，还是没有人
fā xiàn tā xiǎo dì jí zhōng shēng zhì bǎ zì jǐ de shuǐ bāo pāo le shàng
发现他。小迪急中生智，把自己的书包抛了上
qù bù zhī guò le duō jiǔ
去。不知过了多久，
tóu dǐng shàng zhōng yú chuán lái yí gè
头顶上终于传来一个
nàn rén de shēng yīn wèi dǐ
男人的声音：“喂！底
xià yǒu rén ma
下有人吗？”

jiù wǒ xiǎo dì zhōng
“救我！”小迪终
yú bèi jiù le
于被救了。





自救方法

bu shèn diē jìn le xià shuǐ dào 不 慎 跌 进 了 下 水 道

1. bù yào huāng zhāng kāi dòng nǎo jīn xiǎng bàn fǎ ràng wài miàn de xíng rén fā xiàn
不要慌张，开动脑筋，想办法让外面的行人发现。
2. gāo shēng hū jiù huò bù duàn fā chū shēng yǐ yǐn qǐ lù rén de zhùyì
高声呼救，或不断发出声音，以引起路人的注意。
3. jìn lìng bǎo hù tóu bù kǎn huà de shí zi er děng dōng xī tī dào zì jǐ
尽量保护好头部，避免地面上落下的石子儿等东西砸到自己。



摔倒在马路中央



xiǎo pàng kuài diǎn huǒ bàn
“小胖，快点！”伙伴

mén zhàn zài mǎ lù duì miàn chōng zhe xiǎo
们站在马路对面，冲着小

pàng zhāo shǒu
胖招手。

děng dāng wǒ xiǎo pàng cháo xiǎo huǒ bàn men zhuī guò qù
“等等我！”小胖朝小伙伴们追过去。不

liào tā jiǎo xià yí huà shuāi diào zài mǎ lù de chē dào zhōng yāng
料，他脚下一滑，摔倒在马路的车道中央。

xiǎo pàng lián máng xiàng fēi chí ér lái
小胖连忙向飞驰而来

de qì chē huī shǒu shì yì qǐng sī jī fàng
的汽车挥手示意，请司机放

màn chē sù qì chē tíng zhǐ le
慢车速。汽车停住了，

xiǎo huǒ bàn gǎn jǐn pǎo guò lái fú
小伙伴们赶紧跑过来扶

qǐ xiǎo pàng dà jiā xiǎo xīn yì
起小胖，大家小心翼

yì dì chuān guò le mǎ lù。
翼地穿过了马路。





自救方法

zài mǎ lù zhōng yāng bù shèn shuāi dǎo le, miàn duì lǐ zì jǐ
在马路中央不慎摔倒了，面对离自己

yuè lái yuè jìn de qì chē
越来越近的汽车

1. 赶快站起来，对迎面而来的汽车司机做手势，引起他的注意。
2. 如果可以，要迅速离开汽车的车道位置，站到安全岛或安全线上。



绿灯突然灭了

kǎ tōng piàn yào kāi shǐ le
“卡通片要开始了。”

xiǎo yuè kàn le kàn shǒu biǎo jiā kuài le
小越看了看手表，加快了

jiǎo bù lái dào rén xíng héng dào shàng
脚步，来到人行横道上。

xiǎo yuè gāng zǒu dào lù zhōng yāng huáng dēng
小越刚走到路中央，黄灯

shǎn shuǒ le jǐ xià biàn chéng le hóng dēng
闪烁了几下，变成了红灯。



qì chē cóng tā shēn biān fēi chí ér guò xiǎo yuè zhàn zài yuán dì yī
汽车从他身边飞驰而过，小越站在原地一

dòng yě bù gǎn dòng shēng pà cā shēn
动也不敢动，生怕擦身

èr guò de qì chē gāo dào zì jǐ
而过的汽车碰到自己。

zhè cì děng hóng dēng de shí
这次等红灯的时

jiān sì hǔ gē wài màn cháng xiǎo
间似乎格外漫长，小

yuè fā shì jīn hòu zài yě bù qiǎng
越发发誓今后再也不“抢

hóng dēng le
红灯”了。





自救方法

chuān yuè rén xíng héng dào shí, lǜ dēng tū rán miè le
穿越人行横道时，绿灯突然灭了

1. 千万不要与正常行驶的车“赛跑”，不要强行穿越马路。
 qiān wàn bù yào yǔ zhèng cháng xíng shì de chē “sài pǎo”，bù yào qiǎng xíng chuān yuè mǎ lù。
2. 保持镇定，并时刻注意身边通过的车辆，以免刮蹭到自己。
 bǎo chí zhèn dìng，dīng shí kè zhù yì shēn biān tōng guò de chē liàng，yǐ miǎn guā cāng dào zì jǐ。
3. 原地不动，等待绿灯亮起时再通过。
 yuán dì bù dòng，děng dài lǜ dēng liàng qǐ shí zài tōng guò。



刹车失灵

tīng kàn kàn zǎo men liǎng gè
“哼！看看咱们两个

dào dǐ shuí kuài!” xiǎo háng huí tóu
到底谁快！”小航回头

wàng le wàng xiǎo dōng tā yǐ jīng bèi zì jǐ
望了望小东，他已经被自己

là xià jǐ shí mǐ yuǎn xiǎo háng bù yóu de yáng yáng dé yì
落下几十米远，小航不由得洋洋得意。

zài xué xiào lǐ xiǎo háng qí zì xíng chē de jì shù shì chū le míng
在学校里，小航骑自行车的技术是出了名

de gāo měi tiān fàng xué hòu zǒng yǒu yī xiē mù míng ér lái de nán hái
的高。每天放学后，总有一些慕名而来的男孩

zi tè yì děng xiǎo háng fàng xué yǔ tā zài mǎ lù shàng tuī chē dàn zhè
子特意等小航放学，与他在马路上飚车。但这

xiē rén cóng lái dōu shì zhàn bài ér guī
些人从来都是战败而归。

cǐ shí de xiǎo háng chuī zhe kǒu
此时的小航吹着口

shào chén jìn zài shèng lì de xǐ yuè
哨，沉浸在胜利的喜悦

zhōng bù zhī bù jué de tā yuè qí
中，不知不觉地，他越骑

yuè kuài
越快。



“喂，前面怎

么那么多人，发
生什么事了？”

小航看到不远处
里三层外三层围
了好多人，打算
停下车来，看一
看热闹。



小航捏了捏车闸，车子没有反应。再用双
手同时握住两个车闸，还是没有反应！

“糟糕！刹车失灵了！”不妙的念头一闪而
过。小航来不及采取措施，车子已急速冲向那
些挡住去路的人群。

“让开！让开！”人们听到小航的叫喊，连