

中小生素质教育推荐读物

小学生

生存知识 读本

下册

本书编委会 编写



北京教育出版社

小学生

生存知识

读本

本书编委会 编写

下册



北京教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

小学生生存知识读本. 下册 / 本书编委会编写. - 北京:
北京教育出版社, 2001

ISBN 7-5303-2403-9

I. 小... II. 小... III. 生活-知识-小学-课外读
物 IV. G624.63

中国版本图书馆CIP数据核字(2001)第050566号

小学生生存知识读本(下册)

XIAOXUESHENG SHENGUNC ZHISHI DUBEN (XIACE)

本书编委会 编写

•

北 京 教 育 出 版 社 出 版

(北京北三环中路6号)

邮政编码: 100011

网址: www.bph.com.cn

北京出版社出版集团总发行

新 华 书 店 经 销

北京通县电子外文印刷厂印刷

•

890 × 1230 32开本 5印张

2001年9月第1版 2001年9月第1次印刷

印数 1-10 000

ISBN 7-5303-2403-9/G · 2376

定价: 7.00 元

出版说明



生存能力是指人日常生活的综合技能以及在危难中保护自己、摆脱险境的能力,是毅力和智慧的综合体现。在日趋复杂的生活环境中,小学生往往因缺乏必备的安全知识和生存技能,成为意外事故的受害者。《小学生生存知识读本》的编写目的是:普及生活中必备的安全知识,教给小学生面临灾害和意外时避险逃生、自救互救方法,告诉他们正确认识社会、学会在受到不法侵害时的自我保护方法。

本书分上、下两册,若作为教材可安排在一学年上、下两学期使用。上册内容包括:减灾、防灾常识,日常生活中的生存知识,娱乐活动中的安全知识;下册内容包括:社会生存常识,野外生存常识,医疗急救常识。书中的知识是通过老杆、胖墩、豆豆参加生存训练的各种有趣故事介绍的,便于小学生理解和记忆。内容设置包括4个栏目:

知识窗

分析意外、灾难产生的原因和危害。

看一看

通过生动的卡通故事和图解说明系统介绍生存知识,引导学生和故事人物共同参与“生存训练”,体会知识内容。重点和要点用“特别提示”文字进行强调。

记一记

用简单、明了的文字写出学生应重点掌握和记忆的关键内容。

想一想

启发学生联系生活中的实际问题进行思考。

本书的编写主要由北京减灾协会常年从事防灾、减灾研究和宣传工作的专家蔡涤华、明发源等同志完成。书中的卡通故事根据北京少年儿童出版社出版的“生存训练”丛书改编。

目录



社会生存常识

相关法律知识	1
未成年人的合法权益 ————	2
未成年人应避免的不良行为 ————	6
抵制不良诱惑	8
拒绝毒品 ————	8
沉湎于游戏厅的害处 ————	10
警惕陌生人	12
独自在家 ————	12
被人跟踪 ————	16
小心诈骗 ————	21
防范坏人和歹徒	25
对付小偷 ————	25
对付抢劫 ————	31
对付绑架 ————	33
对付拐卖 ————	41
被扣为人质后 ————	47
防卫技巧	53
求救方法	59
求救信号 ————	59
电话报警 ————	64

野外生存常识

辨别方向	67
影钟法 ————	70
观察植物 ————	74

钟表判断法	78
寻找北极星	79
寻找食物	82
可食野菜、野果	83
警惕有毒的植物	88
尝试新食物	90
捕鱼	92
食物的烹饪和保存	95
寻找淡水	98
寻找水源	98
收集淡水	100
野外取火	104
野外宿营	109
选择宿营地	109
搭建庇护所	111
警惕危险动物	115



心肺复苏	120
人工呼吸	121
心脏按压	125
骨折固定	128
外伤止血	136
中暑	140
烧烫伤	144
冻伤	147
叮咬伤	149

生存训练题	153
--------------	-----



社会生存常识

我们社会的主流是好的，人与人之间的关系大多数情况下也是真诚友善的。但在社会文明的背后，也存在着偷窃、抢劫、诈骗、拐卖、贩毒、绑架等阴暗面，它们直接威胁着未成年人的生存安全。懂得用法律武器维护自己的合法权益，警惕陌生人的欺骗和侵害，学会在危机时刻与歹徒斗智斗勇的方法，掌握正当防卫的原则和技能等，是青少年能否健康成长的必要保证，这些社会常识也是青少年成长过程中重要的必修课。



关于这些社会常识，你了解多少？让我们跟随老杆、豆豆和胖墩三个主人公一起听一听、看一看、想一想，感受一下社会中的种种风险，来提高自身的防范能力。

相关法律知识

知识窗

小学生在生理和心理上正处于生长期，缺乏足够的生活经验应付复杂的社会情况，因此，可能在突遇意外、自身的合法权益受到侵害时，不能有效地保护自己，也可能因接触不良的社会环境、受到消极的负面影响走上歧路。不论是何种情况，未成年人都是受害者。在这种情况下，只有法律是你最有利的武器。

未成年人的合法权益

看一看



你知道自己有哪些合法权益吗？如果不清楚，就参加豆豆主持的“实话实说”节目吧。在那里，你的疑问都能得到解答。



正确。你还
能进一步说
说，在这部
法律中规定
未成年人的
权益有什么
吗？

不清楚！

好，那我来给
大家介绍一下，
请看大屏幕。

未成年人享有下列权益：

1. 人身权利
2. 财产权利
3. 受教育权
4. 劳动权利
5. 其他合法权益

大屏幕TV

法律规定 18 岁以下的青少年属于未成年人。未成年人的权益是指未成年人实际享有的、符合法律规定的权利和利益。

特别提示



歧视，读就法
女孩不让，违
女不书是法
吧？

那当然！
每个人都
有受教育的
权利。



作为未成年人，不管你现在的年龄是多少，你都是一个有尊严的受到法律保护的人。你有如下的合法权益：



◎人身权利：未成年人的人身权利包括生命健康权、姓名权、肖像权、人格权、名誉权、荣誉权等与人俱在的权利。

◎财产权利：财产权是指所有人依法对自己的财产享有的占有、使用、收益和处分的权利。《未成年人保护法》规定：侵害未成年人的合法权益，对其造成财产损失或者其他损失、损害的，应当依法赔偿或者承担其他民事责任。

◎受教育权：《义务教育法》规定，国家、社会、学校和家庭依法保障适龄儿童、少年接受义务教育的权利。

◎劳动权利：劳动权利包括就业安排、报酬取得、劳动成果等方面的权利。

◎被保护的權利：未成年人有权得到政府、学校、家庭、社会等各方面的保护。

▲有权要求有关部门与机构遵循保障未成年人的合法权益、尊重未成年人的人格尊严、适应未成年人身心发展的特点以及教育与保护相结合的原则开展各项工作。

▲有权要求家庭保护。

▲有权得到学校保护。

▲有权得到社会保护。

▲有权得到司法保护。

▲有对犯罪自我防范的权利。

▲遭受侵害的未成年人，有向有关部门提出获得保护的權利。

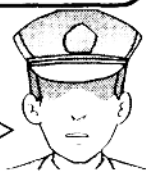
◎其他合法权益：其他合法权益指除人身权利、财产权利、受教育权利、劳动权利以外的、法律法规中规定应予保护的權利。例如：未成年人的隐私权、司法保护权等。

未成年人应避免的不良行为



在充分享受法律赋予你的权益的同时，未成年人还应该防止自己出现不良行为，那么，你知道哪些行为属于不良行为吗？

1999年国家颁布了《中华人民共和国预防未成年人犯罪法》，详细规范了未成年人的行为标准，让刚刚接触社会的未成年人能够明辨是非、判断好坏，从小警惕不良行为的诱惑，为未成年人的健康成长指明了道路。

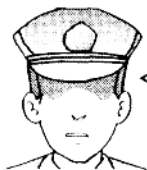


要想长大成为一个正直的人，就应该从小严格要求自己，按照法律规范自己的言行，向不良行为说“不”。不要出现下列行为：

记一记



- ◎旷课，夜不归宿。
- ◎携带管制刀具。
- ◎打架斗殴，辱骂他人。
- ◎强行向他人索要财务。
- ◎偷窃，故意毁坏财务。
- ◎参与赌博或者变相赌博。
- ◎观看、收听色情、淫秽的音像制品及读物等。
- ◎进入法律、法规规定未成年人不适宜进入的营业性歌舞厅等场所。
- ◎其他严重违背社会公德的不良行为。



未成年人的不良行为是指有危害社会、扰乱治安、伤害他人倾向、落后、颓废、不健康的行为。《预防未成年人犯罪法》还规定，严重不良行为是指下列严重危害社会、尚不够刑事处罚的违法行为：

记一记

- ◎ 纠集他人结伙滋事，扰乱治安。
- ◎ 携带管制刀具，屡教不改。
- ◎ 多次拦截殴打他人或者强行索要他人财物。
- ◎ 传播淫秽的读物或者音像制品等。
- ◎ 进行淫乱或者色情、卖淫活动。
- ◎ 多次偷窃。
- ◎ 参与赌博，屡教不改。
- ◎ 吸食、注射毒品。
- ◎ 其他严重危害社会的行为。

想一想

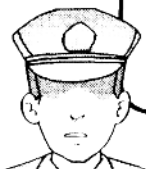


- 1 你周围有没有人违反了《未成年人保护法》，向他们宣传一下法律知识。
- 2 检查一下自己和同学有没有不良的行为。如果有，就尽快改正。

抵制不良诱惑

拒绝毒品

毒品是指海洛因、可卡因、冰毒等一些有毒的化学制剂。毒品的危害巨大，它可以麻痹人的精神和神经系统，使人对此产生依赖性，从而丧失廉耻和人格，使一个好端端的人变成危害个人、家庭、社会的不安定因素、渣滓，甚至沦为罪犯。因此可以说，毒品就是一个魔鬼。



我国法律规定：种植、制造、携带、贩卖、吸食毒品都是违法的。毒品不能沾，不要出于好奇而禁不起诱惑，只要沾上毒品，要想彻底戒毒几乎是不可能的。



吸毒违法，害己害人。这可是一件严肃的大事，必须时刻提高警惕。青少年走上吸毒这条路，大约有以下几种情况：





◎好奇心驱使：以为尝一尝、试一试不会成瘾，其实只要吸0.1克，就有可能从此走上吸毒的不归路。

◎被引诱、欺骗：以治病、止痛等为借口，或在不告知的情况下引诱或欺骗青少年吸毒的事例屡见不鲜。只要你坚定地做到有病上医院诊治和拒绝吸烟，就可以躲过坏人设下的陷阱。

◎寻求刺激：在遭遇不幸或受到打击、精神苦闷时，在身心疲惫、感到生活乏味时，有人以吸毒作为解脱和寻求刺激的方法。其实吸毒最大的害处就是麻木和瓦解人的精神和神经系统，使人丧失良知和责任感，而根本不可能给人积极向上的心态和振奋的精神。加强自身意志和品德的锻炼可以有效地抵制毒品的诱惑。

千万不要受环境或他人的引诱，也不要被自己的好奇心和暂时的苦恼所欺骗，毒品不能沾。



沉湎于游戏厅的害处

随着电子技术的发展，电子游戏以其新奇、刺激而风靡社会，成为青少年喜爱的休闲娱乐项目。尤其是在游戏过程中，手、眼、脑并用，可以使正在成长的青少年的综合协调性得到锻炼和提高。但凡事都有一个度，超过了这个度，好事也会变成坏事。

听听下面这些话，你会知道沉湎于游戏厅的害处和危害。



长时间紧盯游戏机屏幕，手指快速击打键盘，精神高度紧张，会严重损害身体健康，可导致视力下降、神经衰弱、行为异常。



游戏厅往往是社会闲杂人员聚集的场所，是刑事案件的多发地，也是未成年人受侵害的高发区。有一个小学生，因欠游戏厅老板两角五分钱，竟被毒打致死！



游戏厅就像个怪兽，吞掉了爸爸妈妈的血汗钱，也威胁着你们的健康和安

学生应以学习为主，不应把过多的时间消耗在游戏厅。即使在学习之余轻松一下，也有多种活动可选择，如听音乐、踢足球、爬山、游泳等。如果选择去游戏厅玩，要注意以下几点：



记一记

- ◎在节假日，完成学业后，到正规的营业游戏厅去娱乐，不要去不正规的黑店。
- ◎在争得家长的同意后，和同学结伴前往。
- ◎每次活动不超过2个小时，长时间高度用脑、用眼会损害健康。

想一想



- ① 你知道哪些是毒品吗？为什么毒品不能沾？
- ② 你是“游戏迷”吗？一般情况下，你都是在什么地点打游戏机？粗略计算一下，你从第一次玩游戏到现在用了多少小时？