

素质教育文库

素质教育文库

险

中

沈克尼 编著

灾变求生



暨南大学出版社

生存系

生存系列

灾变求生

沈克尼 编著

0

暨南大学出版社

内 容 简 介

这是由人民日报组织编写、中国青少年研究中心等多家单位联名推荐的国内第一套具有完备体系的素质教育读本,分人格、价值、情感、审美、媒介、生存、挫折等七大系列共 33 册,教孩子做人做事——提供情感、人格、审美、价值观等多方面的熏陶,讲授在家庭、社会及各种逆境中生存和发展的技巧,促使孩子智能、品德、体魄、心灵全面发展。

图书在版编目(CIP)数据

灾变求生/沈克尼编著. —广州:暨南大学出版社, 1998. 3
(素质教育文库·生存系列)
ISBN 7 - 81029 - 653 - 1

I. 灾… II. 沈… III. 全面发展教育 IV. G40 - 012

灾变求生(素质教育文库·审美系列)

暨南大学出版社出版发行(510632 广州石牌)

暨南大学出版社照排中心排版

北京通县鑫欣印刷厂印刷

新华书店经销

1998 年 3 月第 1 版 1998 年 3 月第 1 次印刷

开本: 787 × 1092 1/32 印张: 4.75

字数: 96 千 印数: 1—10000 册

(生存系列共 5 册)总定价: 30.00 元

我本是菜叶上一条毛虫
小孩们遇见我不敢做声
过几天睡着了薄皮裹封
到后来脱去壳飞行空中
想从前看现在完全不同
穿新衣爱跳舞常在花丛
传花粉帮结果立下大功
饿吃蜜饱游玩快乐无穷



总顾问：邵华泽

总 序：范敬宜

主 编：祝华新

副主编：温子建 周继武

编 委：李泓冰 谷嘉旺 张东声

祝华新 周继武 倪晓旭

徐位发 唐似葵 黄崇义

蒋文援 温子建

特邀编委：游铭钧

责任编辑：周继武

李 战 严奉强

杨新之 胡跃生

潘雅琴 古碧卡

封面设计：林胜利

装帧版式设计：杨新之

总序

范敬宜

不久前，人民日报邀请部分文化教育界的知名人士，开了一个关于如何加强青少年素质教育的座谈会。会上，年逾花甲的中央党校副校长刘海藩动情地背诵了一首儿时读过的白话诗：

我本是菜叶上一条毛虫 小孩们遇见我不敢成声
过几天睡着了薄皮裹封 到后来脱去壳飞行空中
想从前看现在完全不同 穿新衣爱跳舞常在花丛
传花粉帮结果立下大功 饿吃蜜饱游玩快乐无穷

刘海藩在朗诵这首《蝴蝶》的时候，完全沉浸在童年美好的回忆里，像一个小学生那样念得投入，使人忘记了

他头上的白发。他用这首牢记了一辈子的儿童诗说明：优秀的少儿读物对一个人的一生影响太大了。像这首诗，既给了人知识，又给了人美的熏陶、爱的教育，这种潜移默化力量，甚至可影响到一个人品德的养成。

这个场景给我留下了难忘的印象，使我回忆起自己童年读过的少儿读物，哪些在我身上留下过难以磨灭的烙印。

我少时多病，不能正常上学，读的正规教科书不多，但少年儿童的课外读物看了不少。毫不夸张地说，我的一点知识多半是从所谓“闲书”上得来的。其中影响最大的，可能就是当时商务印书馆出版的《少年万有文库》。它是母亲从执教的学校图书馆里借来的，书不厚，每隔三天换一本。文章的内容很丰富，文学、科学、历史、地理、人物、美术，包罗万象。它成了我童年亲密的朋友，渊博的老师，知识的源泉。回顾我的一生，我首先要感谢这部文库的众多的作者和编辑，尽管我已记不住他们的名字。他们是我知识、品德的启蒙者。如果没有这部文库，我不知自己将会怎样贫乏和愚昧。

比起我来，我的第二代、第三代要幸运得多了。新中国的成立，给新一代的少年儿童提供了比过去丰富得多、先进得多的知识园地。每当看到书店里那么多琳琅满目、丰富多彩的少年儿童读物，我总会情不自禁地暗自羡慕今天的孩子们。但是，我仍然念念不忘那部《万有文库》。尽管随着时间的推移，每本书的具体内容已经淡忘，然而那些书里所表述的思想、观念已经融入自己的血

液，再也无法分开。当然，这种思想、观念有些可能已经陈旧，已经过时，甚至还有不当，这是不能苛求于前人的。正因为如此，我一直希望有一部更适合于当代少年儿童万有文库。我真的盼望已久了。

最近，我得悉由人民日报组织编写、中国青少年研究中心等多家单位联名推荐的《素质教育文库》，即将由暨南大学出版社出版。当文库编者之一祝华新同志告诉我这一好消息时，我实在是高兴极了。这是国内第一套有完备体系的素质教育读本，分人格、价值、情感、审美、媒介、生存、挫折等七大系列，内容都在教孩子做人和做事，促使孩子智能、品德、体魄、心灵全面发展。我粗粗翻读了其中几个系列，深深被这套丛书的创意者和编写者的奉献精神所感动了。比起以前我读过的少儿丛书来，它具有更加鲜明的时代特色和实用价值。它的出版，对于提高当代少年儿童的素质和修养将会产生多么深远的影响，我现在还不敢臆测；但我坚信，千千万万少年儿童会从它“润物细无声”的熏陶中，吸取各方面的营养，在自己的人生道路上，留下更加健康、更加坚实的足迹。

文库的编者希望我为这套丛书写几句话。我不是教育工作者，没有发言权，勉为其难，只好拉拉杂杂写了以上的感受，就算是一个童心未泯的老新闻工作者对本书出版的一点喜悦之情吧！

素质教育文库

生存系列

感激生命 社会化 心理健康 家政 灾变求生

媒介系列

电影 电视 新闻 广告 电脑与网络

情感系列

拥抱自然 亲情 同窗 博爱

价值系列

理想 人文精神 消费三昧 民族性 成功

人格系列

尊严 责任 性格力度 宽容 性别天地

审美系列

鉴赏力 情趣 雅俗 创意 境界

挫折系列

残缺家庭 贫困 病残 艰难时世

有读后感吗?有建议吗?欢迎写文章或写信寄:

100733 北京 人民日报社 事业发展部

素质教育文库编委会

· 灾变求生 ·

目

录

上 编

家庭火灾的原因与防范·····	3
居室布置与防火·····	14
家中失火先救火还是先报警·····	18
使用液化石油气着火怎么办·····	20
高层楼房发生火灾怎么办·····	22
火灾时被烟雾封锁怎么办·····	25
火灾时身上着了火怎么办·····	26
日光灯火灾事故的防范·····	27

电熨斗安全使用·····	28
电视机冒烟失火怎么办·····	28
电线超负荷怎么办·····	30
电线接头起火怎么办·····	30
电气设备起火怎么办·····	31
地震灾害应对·····	34
住楼房的人遇上地震怎么办·····	36
住平房的人遇到地震怎么办·····	37
地震中被倒塌房屋砸埋怎么办·····	38
在室外遇到地震怎么办·····	39
在地铁中遇上地震怎么办·····	40
车辆行驶中遇上地震怎么办·····	41
地震时在公共场所怎么办·····	42
在体育场观看比赛发生地震怎么办·····	43
住宅和家庭的安全·····	44
高层住宅如何防盗·····	46
出差在外怎样防范家中遭劫·····	47
陌生人叫门怎么办·····	48
回家时发现已有人闯进怎么办·····	49
夜间醒来发觉家里有贼怎么办·····	50
怎样安全使用住宅电话·····	50
遇到抢劫怎么办·····	53

各类抢劫的防范对策·····	55
遭遇劫机怎么办·····	58
遇到空难事故怎么办·····	59
遇到地铁意外事故怎么办·····	61
发生汽车车祸怎么办·····	62
翻车时怎样进行自我保护·····	64
被困在电梯中怎么办·····	65

下 编

野外迷失方向怎么办·····	67
如何发求救信号·····	72
如何利用自然界特征判定方位·····	73
饮用水的寻找与净化·····	83
苦咸水与海水的淡化·····	88
解渴的植物和应急的解渴方法·····	91
怎样取火·····	93
野外觅食·····	98
沙漠求生·····	102
海岛求生·····	109
寒区求生·····	115
丛林求生·····	122
野外常见伤病防治·····	128

不要试图去“征服”自然,而是应该认识自然,顺应自然规律。

致家长和老师

儿时,我们大都有四怕:火灾、地震、打雷,还有爸爸。长大了不再有后面两怕,而生活中火灾和地震对人类生存的威胁是巨大的。因此,在本书的上编,城市篇中主要讲述火灾与地震的应对。此项技术非我所长,我在编写中参考了许多专家的著述和经验,不敢专美,除文中申明外,特此说明并致谢。

所谓“征服自然”是可笑、可悲的。骤发的山洪、滚石、雪崩等等，都会在瞬间夺去人们的生命，而山泉、江河、天空却永存！

现在人们讲究亲近自然，在喧嚣紧张的城市中居住久了的人们，逐渐走出了水泥的“森林”，走向山野。在本书的下编中主要讲述野外求生（即野外生存）的技巧。

大自然是人类的朋友，它给予我们空气、水源和食物，它给予我们人类赖以生存的一切。但大自然也会陡然变脸，1986年云南大理的苍山有5个中学生登山遇大雪丧生；1993年有4名学生登昆明轿子山，天气骤变，2名学生死亡……

作为中国探险协会的理事，我热爱山野，热爱自然。我想告诉孩子们，不要试图去“征服”自然，而是应该认识自然，顺应自然规律。回首古今中外的探险活动实践会发现，所谓“征服自然”是可笑、可悲的。骤发的山洪、滚石、雪崩等等，都会在瞬间夺去人们的生命，而山泉、江河、天空却永存！

我们在生活中不免会遇到这样那样的忧虑，我也如是。每当此时，我常常走到山野中去，面对广博的大自然，我感到人置身其间是多么渺小，而胸中那些似乎难以排解的郁闷又是那么的微不足道。由是豁然开朗。因此，我着意加大了书中野外生存的内容。

但愿这本书对您及您的孩子或学生有益。

上 篇

家庭火灾的原因与防范

随着我国生产力的发展，人们的生活水平有了极大的提高，城乡人们的家庭住宅条件得到了改观，家庭摆设也愈来愈讲究。但值得注意的是近年来，家庭火灾的发生率也在明显增高，给人民的生命财产造成了巨大的损失。根据上海市民防协会编的《城市灾害防护实用

知识》统计,导致家庭火灾的主要原因是人们缺乏消防知识和思想麻痹。

家庭火灾的直接原因主要有生活用火不慎,电器设备安装使用不当,存放危险物品和药品不善和纵火、小孩玩火、聚焦等六个方面:

一、生活用火不慎

人们在日常生活中,几乎每天都和火打交道。炊事、取暖、照明、吸烟、驱蚊等都要用火,我们统称这些为生活用火。生活用火极易引起火灾。据统计,每年因生活用火不慎而发生的火灾次数占的比例很大。生活用火不慎主要表现在:

煤、柴炉灶内窜出火焰、火星,引着附近的可燃物;

烟囱或金属烟筒与建筑物的可燃构件或周围的可燃物靠得太近,炽热的烟道烤着或烟道裂缝滋火引着可燃物起火;

燃烧的煤、柴碎块崩落到炉门外面,引燃周围的可燃物;

在炉火旁烘烤衣服、铁币等可燃物,因距离太近又无人看管,使烘烤物被烤着起火;

炉灶点火时,使用汽油、酒精等易燃液体引起火灾;

将未完全熄灭的炉火倒在外面可燃物上或猪圈等棚内,死灰复燃或被风刮到可燃物上引起火灾;

火炕因用火过多，使炕面过热，烤着炕席、衣服或被褥等物起火；

起油锅时加热时间太长，引起自燃或不小心泼出遇火燃烧；

在火炉上煨、炖肉食时，无人看管，浮在汤上的油溢出锅外，遇明火燃烧；

躺在沙发上、床上或在有可燃气体、易燃液体蒸气散发的场合吸烟，或乱扔烟头、火柴梗等引起火灾；

火盆、火桶内的火烧得太旺或脚炉、手笼等放在被窝内取暖或长期固定在木架上引起火灾；

油灯、蜡烛的火焰靠可燃物太近或打翻；

油灯燃着时加油；

点燃的蜡烛、蚊香放在可燃器具支架上，燃完时无人发现；

焚烧锡箔、纸钱等进行祭奠时，对火源管理不善；

在可燃材料较多或严禁燃放烟花爆竹的场合燃放烟花爆竹；

燃气炉灶使用不当。

预防生活用火不慎引起火灾的主要措施是：

1. 用火时，人不要随便离开，也不要睡着，以便及时发现险情，并加以排除；