

家教新观念



完美素质家教 启蒙全书



安全启蒙书

吕 宁◎编著

教会孩子保护自己，是父母的必修课。

北京工业大学出版社

完美素质家教
启蒙全书



安全启蒙书

吕宁◎编著

北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

安全启蒙书 / 吕宁编著. —北京: 北京工业大学出版社, 2014.6

(完美素质家教启蒙全书)

ISBN 978-7-5639-3865-0

I. ①安… II. ①吕… III. ①安全教育—儿童教育—家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 068519 号

安全启蒙书

编 著: 吕 宁

责任编辑: 刘学宽

封面设计: 翼之扬设计

出版发行: 北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园 100 号 邮编: 100124)

010-67391722 (传真) bgdcbs@sina.com

出 版 人: 郝 勇

经销单位: 全国各地新华书店

承印单位: 北京建泰印刷有限公司

开 本: 787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张: 17

字 数: 246 千字

版 次: 2014 年 6 月第 1 版

印 次: 2014 年 6 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-3865-0

定 价: 29.00 元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题, 请寄本社发行部调换 010-67391106)

总 序

如果我们是家长，生活中被朋友问：“你们家孩子在学习、艺体等各方面素质很全面，你们是怎样教育孩子的？有什么秘诀吗？”我们的心头肯定满是骄傲和喜悦。相反，如果我们觉得自己的孩子一无所长，甚至一无是处，那无疑是令人沮丧的。

大家现在基本认同一个观点，那就是在当今社会，情商比智商重要，方向比努力重要，能力比知识重要，健康比业绩重要，生活比文凭重要。如果说孩子从小各方面都得到了比较均衡的发展，那么他将来一定会有不可估量的前程。因此，真正实现由应试教育向素质教育的转变，成为学校和家长们必须面对的新挑战。孩子需要哪些综合素质？如何培养孩子全面发展？这是值得我们每一位家长认真反思的话题，也是本套丛书编辑出版的初衷。

现在流行一句话，叫作“留什么给你，我的孩子”，我们不妨以此作为切入点来讲讲。

首先是“财”。这是独生子女的时代，父辈这一代人吃了一些苦，不想让子女重演自己的历史，所以心思用尽，对孩子呵护着、娇宠着，要什么给什么。一方面来说这也是好的，至少可以让孩子没有后顾之忧，专心于自己的事业，于家于国都有好处。但其弊是可能使孩子失去



奋斗的原动力，坐享其成，坐吃山空，一辈子平庸度过。

比“财”更重要的是“才”，也就是所谓的素质和能力。现在很多独生子女在好多方面是懵懂的，能力上是缺失的，比如：

坚韧的抗挫折力。人生不可能一帆风顺，遇到困难或挫折怎么办？是哭鼻子，放弃，还是绝望？在现代社会，无论是男孩还是女孩，都要学会坚强。

节俭和理财。勤俭持家是中华民族的传统美德。一个不知节约和理财的人只会败家。现在家境都不太差，但是勤俭和理财的习惯不能丢。我们不能纵容孩子，而要让他们明白，钱再多也不能随意乱花。

安全意识。现在社会有贫困、有疾病、有不公、有犯罪。我们不可能把孩子的眼睛蒙住，把社会的丑恶都挡在外面，让他们成为温室里的花朵，这只会使他们在进入社会时惊恐无措。最好的办法，就是让他们了解社会，早有防范之心，这样才能保护自己，进而保护他人。

除了上述种种，还有好多，如责任感、自信、情商、礼仪、口才、想象力、关注力、习惯等，只要愿意，只要有心，我们就可以给下一代准备足够多的能力与素质遗产，这些才是孩子们丢不掉、别人也偷不去的珍宝，这些珍宝必将让孩子们的未来熠熠生辉。

可以说，本丛书就是一套关于孩子成长的全面素质启蒙书，它可以让我们拥有一个比较清晰的理念框架，当遇到现实中的各种教育问题时，我们基本上能从本丛书中获得解决问题的办法。

培养一个好孩子，不仅是对家庭负责，也是对民族发展负责，对未来社会负责。

希望本丛书能够给每一位家长和教育者带来帮助和启发。

前言

一个孩子若能够在安全的生活环境里成长，那么这将是童年快乐的基础，也是他一生幸福的开始。如果孩子的生活环境存在安全隐患和其他不安全的因素，那么这些东西就会像一颗定时炸弹，随时都会给孩子带来伤害，给家庭的幸福蒙上阴影。

孩子的安全永远是第一位的，没有安全，就无所谓良好的成长、成功。

孩子一旦遇到紧急情况怎么办？贪玩爱闹出了危险怎么办？不懂得保护自己怎么办……或许有的家长会说，整体环境是好的，大多数孩子都是安全的，那些发生危险的小概率事件不会发生在自己孩子的身上。

事实上，无论是谁，都可能因为粗枝大叶、马马虎虎而碰上漏电的电器，或者掉进正在整修的排水沟里；也会因为一不留神，被从来不太在意的招牌给砸到，或者被疾驰的车辆给撞倒，因而使身体受到致命的伤害；也会因为防范意识不强而被坏人欺骗和利用……由此可见，危险时时刻刻都在我们的身边，我们的孩子随时都要提高警觉。

虽然担心不无必要，但是，如果我们能及时地教给孩子一些安全知识，那么他们的童年生活就会多几分安全稳健、顺利幸福。

为了让孩子们拥有一个更加美好快乐的童年，为了使孩子们能够为



将来的成才、成功奠定良好的身心基础，也为了家长们能在孩子的安全教育方面有的放矢、有章可循，我们特编此书。书中的内容通俗易懂，大量翔实的安全教育事例涵盖着孩子们生活的方方面面。

作为本书编者，我们衷心地希望家长能通过阅读本书掌握一些对孩子进行安全教育的知识，为您的孩子健康、快乐地成长提供助益。

目 录

第一章 居家自护

预防窒息，别让孩子在玩耍或睡眠中离开人世	003
小心异物“侵入”孩子的器官	005
别让宠物伤害了孩子	008
平时多对孩子进行应对陌生人的教育	011
指导孩子安全乘坐电梯	015
让孩子免受厨房侵害	017
卫生间空间小隐患大，要注意防范	019
别让孩子随意攀爬阳台和窗户	021
对孩子进行“反触电”教育	024
玩游戏的同时更要注意孩子的安全	027
小心孩子的玩具有“毒”	030
让孩子远离传染病的危害	032
入住新家不能忽略环境污染	035



第二章 饮食自护

根据孩子的体质搭配相应的食物	041
注意孩子的食物安全和卫生	044
合理地给孩子补水	047
不要让孩子养成吃夜宵的习惯	049
小心食品添加剂危害孩子的健康	052
警惕洋快餐对孩子健康的危害	055
帮助孩子喝安全的豆浆，安全地喝豆浆	058
不要给孩子吃发芽的土豆	061
引导孩子远离羊肉串的危害	063
告诉孩子不要吃蛙肉	065
不要让孩子吃野蘑菇	067
让孩子远离塑化剂	069

第三章 游乐自护

孩子外出游玩一定要注意安全	075
孩子爱爬树，多进行安全教育	077
让孩子注意游泳安全	080
教会孩子一些应对溺水事故的知识	082
施救落水伙伴之前一定要保持冷静	085
避免孩子在踩踏事件中的伤害	087



教孩子学会遭遇动物伤害时的自救措施	090
告诉孩子低温下该如何生存	093
告诉孩子身陷沼泽的自救方法	096
培养孩子野外生存的能力	099
别让孩子成为马蜂“攻击”的对象	102
引导孩子正确燃放烟花爆竹	104

第四章 校园自护

平时多对孩子进行课间安全教育	109
提高孩子宿舍安全防范意识	111
保护孩子免遭老师的体罚	114
告诫孩子开玩笑要掌握好分寸	116
对孩子进行适当的性教育	119
告诉孩子体育锻炼时要做好保护	122
告诉孩子上下楼梯的安全细节	125
嘱咐孩子要及时上厕所	127
从日常点滴着手，让孩子洁身自好	129
引导孩子预防和应对校内勒索行为	132
告诉孩子预防和应对校园暴力的方法	135

第五章 交通自护

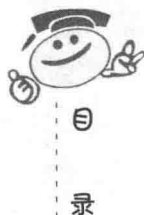
家长的谨慎和防范就是孩子安全的保证	141
-------------------------	-----



过马路：红灯停，绿灯行	143
教孩子认识到雨雪天路面湿滑的危险性	146
让孩子懂得骑自行车的安全常识	148
告诉孩子安全乘车注意事项	151
乘坐地铁遇事要冷静处理	154
乘坐火车安全教育必不可少	156
不要让孩子在铁路边玩耍	159
告诉孩子乘坐飞机的安全常识	162
引导孩子安全乘船	164
教给孩子一些应对晕车的办法	167

第六章 户外自护

引导孩子不要跟陌生人说话	173
不要让孩子随意泄露家庭信息	175
教会孩子正确使用手机，以防手机诈骗	177
提醒孩子：“宝贝，这里面有电”	180
让孩子远离建筑工地	182
让孩子时刻铭记远离水井和井盖	185
告诉孩子落入冰窟的逃生办法	187
见到打斗场面不要去围观	189
别让孩子玩易燃易爆物品	191



第七章 应急自护

告诉孩子一些止鼻血的方法	197
教会孩子一些意外受伤时的应急措施	199
告诉孩子手脚受伤该如何保护	202
让孩子学会头磕破时的应急处理方法	205
向孩子灌输一些走失时的应对措施	207
教给孩子一旦被骗的逃生方法	210
告诉孩子若被绑架该如何脱身	212
告诉孩子油锅着火扑灭的方法	215
告诉孩子发生火灾时记住报警	217
掌握公共场所火灾自救的知识	219
教给孩子一些高层建筑内火灾自救的方法	221

第八章 灾害自护

告诉孩子一些防暑的小窍门	227
学会避震知识，脱离地震侵害	229
告诉孩子如何避震	232
掌握地震时科学的救人技巧	234
教给孩子被埋时自救的方法	236
告诉孩子遭遇洪水要沉着应对	238
告诉孩子如何躲避冰雹的伤害	241



教孩子学会避雷的方法	243
教孩子躲避龙卷风	246
引导孩子对沙尘暴严密防范	249
多让孩子了解一些海啸的知识	251
让孩子懂得面对暴风雪如何避险和自救	254
向孩子传授一些应对雪崩的知识	256

第一章

居家自护

不可否认，任何一个父母都会尽己所能地为孩子无私奉献，可是我们是否注意到了孩子生活环境的安全性？是否教给孩子如何避免家居环境中危险的发生？如果答案是肯定的，那么恭喜我们；如果答案是否定的，那么也不用为之太感到为难。本章将为我们指点迷津，帮助我们排除家庭中可能存在的安全隐患。





预防窒息，别让孩子在玩耍或睡眠中离开人世

作为父母，为了让自己的孩子健康成长，我们有必要为孩子创设一个绝对安全的环境，不要让孩子在玩耍或者睡眠中离开这个世界。

对孩子来说，家是最应该保证其安全的地方。每一个负责任的父母首要的职责就是为孩子提供一个绝对安全的居家环境，以便孩子有充分的安全空间进行玩耍。如果我们对自己在这方面做到位不是很有信心，那么请抽出时间认真地审视曾经认为是那么熟悉的家，或许会发现很多对孩子来讲是潜在危险的所在。

很多父母或许想不到，孩子睡觉时让棉被蒙住头会造成窒息，有可能一直“睡”下去。另外，平时孩子喜欢吃的五彩斑斓的糖果、美味的果冻、香喷喷的花生米等，也会成为令孩子窒息而亡的杀手。

有关调查显示，我国每年有超过 2500 名孩子因意外窒息而死亡，还有大量的孩子因为窒息而落下终身残疾。如此庞大的数字不能不引起家长的重视和警醒。

小昆是天津市宁河县某农村的一个 9 岁男孩，父母都是农民，以种棉花、粮食等为生。一天放学后，由于学校放学校较早，而小昆的父母又都在田里干活，只有小昆一个人在家里。



这么大的男孩正是调皮的时候，爸爸妈妈不在家，这下整个家都成了他的“地盘”。小昆看到家中院子里的棉花堆，就蹦到上面去跳着玩。

谁知，棉花堆里有一个坑，小昆一不小心掉了进去，怎么也爬不出来了，等到在田里干活的父母回家后，发现孩子已经不行了，虽然医生极力抢救，但最终还是回天乏术，没能将小昆从死神手里夺回来，小昆窒息而亡。

还有一个哈尔滨的8岁小女孩，因为夜里睡觉怕冷，将两床被子盖在身上，头也钻了进去。第二天，她的妈妈见女孩还没起床，就喊了几声，仍没见动静，才到女儿的房间，一看，这位妈妈顿时吓傻了。蒙在被子里“睡觉”的女儿面色惨白，嘴唇毫无血色，叫她也没有回应。

女孩的父母赶紧打120急救，经医生诊断，结果孩子是因为被子盖得过严导致窒息而亡。

或许我们想不到，平时和我们如此亲近的被子都有可能成为孩子的杀手，一堆软软的棉花、一床被子居然都能够让孩子窒息而亡。然而，活生生的事实已经为我们敲响警钟，让我们意识到我们身边存在着很多被我们疏忽的危险因素。

因此，作为父母，为了让自己的孩子健康成长，我们有必要为孩子创设一个绝对安全的环境，不要让孩子如上面事例中所说的两个小朋友那样，在玩耍或者睡眠中离开这个世界。换句话说，对于家长来说，要杜绝这样的悲剧，采取积极的措施是非常必要的。

1. 引导孩子学会自己采取预防措施

较小一些的孩子还不太会吐痰，当感冒咳嗽的时候，会吐不出痰