

● 中小学生能力培养丛书

中小学生自我保护能力培养 (下)

张成格 刘桂荣 刘玉兰 编著

2006/15
06 03

中国档案出版社

前 言

近年来，中小學生受侵害现象越来越显突出，解决这一问题迫在眉睫。然而，这不仅仅是哪个单位、哪个部门的事，它是一个社会问题，必然要全社会来参与解决。作为被侵害者的中小學生，首先应该努力提高自己的自我保护能力，不使侵害者有机可乘。

本书从四个方面介绍了中小學生自我保护能力培养的方法和要求，包括日常生活中处处设防，学会一些擒拿招法，求助于社会以及掌握和运用法律知识科学保护自己等等。本书内容翔实，简单易记，针对性、实用性很强，对于中小學生提高自我保护能力大有裨益。

编 者

目 录

第一章 处处设防 竖起保护盾	(1)
1. 中小學生为什么要强化“设防”意识? ...	(1)
2. 中小學生为什么要树立正气?	(3)
3. 处处设防应具备哪些心理?	(4)
4. “闲事少管”对吗?	(5)
5. 自救与互救是一种怎样的关系?	(7)
6. 怎样在绝境中树立求生信心?	(8)
7. 他们的得救给你什么启示?	(9)
8. 为什么说自我保护需要强健体魄?	(10)
9. 为了自我保护怎样锻炼身体?	(11)
10. 如何注意放学路上的安全?	(12)
11. 公共汽车上怎样对付流氓骚扰?	(13)
12. 女生接到骚扰电话如何处理?	(14)
13. 女学生步行时如何对付流氓骚扰?	(15)
14. 将居室钥匙挂在脖颈上有危险吗?	(16)
15. 父母不在家来了客人怎么办?	(17)
16. 遇上盗贼入室怎么办?	(18)
17. 发现家里物品被盗怎么办?	(19)
18. 中小學生怎样防止被骗?	(20)

19. 中小學生如何防止被拐賣？	(20)
20. 中小學生怎樣防止被綁票？	(21)
21. 女學生怎樣防止和反抗流氓強姦？	(22)
22. 中學生怎樣抗暴防身？	(23)
23. 怎樣反抗多名歹徒攻擊？	(23)
24. 怎樣對付持刀歹徒？	(24)
25. 怎樣對付持槍歹徒？	(25)
26. 中小學生怎樣防范與應付搶劫？	(26)
27. 被歹徒卡脖子後怎樣恢復？	(27)
28. 中小學生在家中必備的防身器械 有哪些？	(27)
29. 夜行時應該注意哪些问题？	(28)
30. 女學生出門怎樣確保安全？	(29)
31. 鼻腔進入異物怎麼辦？	(30)
32. 誤吞了異物該怎么处理？	(31)
33. 被魚刺卡住咽喉怎麼辦？	(32)
34. 被困在失火的房屋里怎麼辦？	(33)
35. 電器起火之後怎麼辦？	(33)
36. 為什麼不能玩火？	(34)
37. 鄰居家失火，你該怎麼辦？	(34)
38. 吸煙會引起火災嗎？	(35)
39. 油鍋着火可以等閑視之嗎？	(36)
40. 液化氣罐用後不關有危險嗎？	(36)

41. 食物中毒后怎么办？	(37)
42. 怎样预防煤气中毒？	(37)
43. 煤气中毒后如何救治？	(38)
44. 化学药品中毒后如何自救？	(38)
45. 液化石油气或煤气起火怎么办？	(39)
46. 化学实验中怎样预防火灾及爆炸？	(41)
47. 实验室发生火灾怎么办？	(41)
48. 实验中如何安全使用酒精灯？	(42)
49. 被困在电梯里怎么求救？	(42)
50. 中小學生如何預防觸電？	(43)
51. 觸電後如何自救與互救？	(45)
52. 在交通事故中怎樣自救和互救？	(47)
53. 在絕境中怎樣依靠自力脫險？	(48)
54. 中小學生怎樣應付自然災害？	(49)
55. 在森林失火時如何自救？	(49)
56. 洪水泛濫時怎樣自救？	(50)
57. 雷雨天如何避免雷劈電擊？	(51)
58. 地震之前有哪些徵兆值得注意？	(51)
59. 地震時如何自救？	(52)
60. 台風襲來時怎麼辦？	(53)
61. 發生雪崩時怎樣自救？	(54)
62. 發生山崩、泥石流時如何自救？	(55)
63. 海上遇險時怎樣求生？	(56)

64. 海上遇险时如何防止被鲨鱼咬伤?	(58)
65. 遇到“滚石”时如何自救?	(59)
66. 不小心掉进冰窟怎么办?	(60)
67. 沙漠遇险时如何自救?	(61)
68. 野外迷路时如何辨别方向?	(61)
69. 在野外时如何防寒防冻?	(62)
70. 怎样自己包扎伤口?	(63)
71. 中小學生應掌握哪些止血方法?	(65)
72. 如何預防溺水?	(65)
73. 溺水後怎樣自救?	(66)
74. 被燒傷、燙傷後如何自救?	(67)
75. 化學燒傷如何自救?	(68)
76. 中小學生怎樣防治凍傷?	(68)
77. 中小學生獨自旅遊應注意些什麼?	(69)
78. 旅遊時怎樣保管現金?	(71)
79. 出國旅遊怎樣注意安全?	(71)
80. 為什麼乘車時不要將頭手伸出窗外? ...	(73)
81. 在野外怎樣躲避毒蛇進攻?	(73)
82. 如何預防螞蝗叮咬?	(74)
83. 被狂犬咬傷後如何救治?	(75)
84. 被毒蛇咬傷後怎樣自救?	(76)
85. 灰塵進入眼內怎麼辦?	(76)
86. 怎樣防治破傷風?	(77)

87. 腰部扭伤怎么办?	(78)
88. 踝关节扭伤怎么办?	(79)
89. 抽筋后怎么办?	(80)
90. 鼻子出血怎么救治?	(80)
91. 在高原缺氧时怎样自救?	(81)
92. 怎样预防自行车被盗?	(81)
93. 如何防备摩托车贼?	(82)
94. “讲江湖义气”有何害处?	(83)
95. 与同学打架也要“你死我活”吗?	(84)
96. 叫外人“助拳”对吗?	(84)
97. 为什么和别人发生了摩擦应该大事化小、 小事化了?	(85)
98. 旁观打架有危险吗?	(86)
99. 遇上骚乱怎么办?	(87)
第二章 学点擒拿 高筑保护墙	(88)
100. 怎样运用跌仆压伏法制服歹徒?	(88)
101. 在歹徒身后时如何锁住其喉部?	(89)
102. 怎样“携腕”制服歹徒?	(90)
103. 如何“携臂”制服歹徒?	(90)
104. “撕翅”的动作要领有哪些?	(91)
105. 如何正确“牵羊”制服歹徒?	(92)
106. 怎样对歹徒进行抱腿顶摔?	(92)
107. 怎样“扼喉”制胜?	(93)

108. 如何正确使用“前进扛”？	(94)
109. 怎样“后掏裆”有效制服歹徒？	(95)
110. 敌右我左时怎样使用“后绊”？	(96)
111. “挟头摔”的动作要领有哪些？	(96)
112. 如何正确运用“过背摔”？	(97)
113. 如何用“后倒蹬摔”制服歹徒？	(98)
114. 前领被歹徒抓住怎么办？	(98)
115. 如何对付歹徒抓住你的后领？	(99)
116. 被歹徒由前抓住头发怎么办？	(99)
117. 歹徒从后面抓你头发时怎么办？	(100)
118. 前腰被歹徒抱住了怎么办？	(101)
119. 如果后腰被抱住该怎么办？	(101)
120. 怎样“缠腕”对付歹徒？	(102)
121. 如何“防上夺匕首”？	(103)
122. 如何“防下夺匕首”？	(104)
123. 如何向歹徒卷腕夺菜刀？	(105)
124. 怎样缴夺歹徒行凶的棍棒？	(106)
125. 如何抢夺歹徒的手枪？	(106)
126. 怎样踢裆和勾腿夺取歹徒的长枪？ ...	(107)
第三章 求助社会 拉好保护网	(110)
127. 什么是呼救？呼救方法有哪几种？ ...	(110)
128. 怎样报火警？	(111)
129. 怎样报匪警？	(112)

130. 发生交通事故怎样报警?	(112)
131. 怎样给救护中心打电话?	(113)
132. 遇上房屋失火怎么办?	(113)
133. 别人到学校找你打架怎么办?	(114)
134. 家中有人被打伤该怎么处理?	(115)
第四章 依靠法律 撑起保护伞	(117)
135. 法律为未成年人设立的监护人 有哪些?	(117)
136. 监护人对未成年人的保护 应有哪些职责?	(118)
137. 未成年人在家庭中由哪些人 来抚养?	(119)
138. 什么是继承和继承权?	(119)
139. 哪些财产可以作为遗产?	(119)
140. 子女继承权是怎样确定的?	(120)
141. 私拆、偷看他人的信件 是不是违法?	(121)
142. 偷看日记是侵犯隐私权吗?	(121)
143. 中小学生恋爱算不算违法?	(122)
144. 为什么要同违法犯罪行为作斗争? ...	(122)
145. 什么是犯罪?	(123)
146. 什么是犯罪的社会危害性?	(124)
147. 犯罪的社会危害性表现在	

哪些方面？	(124)
148. 什么叫正当防卫？	(124)
149. 正当防卫具有什么特点？	(125)
150. 设立正当防卫制度有什么 重大意义？	(125)
151. 什么叫紧急避险？	(126)
152. 紧急避险具有哪些特点？	(126)
153. 规定紧急避险有哪些重大意义？	(127)
154. 什么是放火罪？它有哪些特征？	(128)
155. 什么叫故意杀人罪？ 它有哪些特征？	(128)
156. 什么是强奸妇女罪？其主要特征 是什么？	(129)
157. 什么是奸淫幼女罪？ 它有哪些特征？	(129)
158. 认定奸淫幼女罪需注意的问题 有哪些？	(130)
159. 什么是强迫妇女卖淫罪？ 它有哪些特征？	(131)
160. 什么是拐卖人口罪？主要特征 是什么？	(132)
161. 拐卖人口罪中的“人口” 是指什么？	(132)

162. 对拐卖人口“情节严重”
应作何理解? (132)
163. 怎样理解拐卖人口“情节
特别严重”? (133)
164. 什么是侵犯公民通信自由罪? (133)
165. 什么是通信自由权利? (134)
166. 什么是聚众打砸抢犯罪? (134)
167. 我国规定聚众“打砸抢”犯罪
的历史背景是什么? (135)
168. 什么是抢劫罪? 它的特征是什么? ... (136)
169. 什么是盗窃罪? 它的特征是什么? ... (136)
170. 什么是故意毁坏财物罪?
其特征是什么? (137)
171. 什么是流氓罪? 它的特征是什么? ... (137)
172. 流氓罪犯罪的动机有哪些? (138)
173. 怎样理解流氓罪中的“聚众斗殴”、
“寻衅滋事”? (138)
174. 怎样理解流氓罪中的“侮辱妇女”、
或“进行其他流氓活动”? (139)
175. 什么是引诱、容留妇女卖淫罪? (139)
176. 什么是制作、贩卖淫书、淫画罪?
它的特征是什么? (140)
177. 什么是虐待罪? (140)

178. 虐待罪有什么特征? (141)
179. 虐待罪通常表现为哪些手段? (141)
180. 什么是遗弃罪? 它的特征是什么? ... (142)
181. 什么是拐骗儿童罪? 它的特征
是什么? (142)
182. 拐骗儿童罪与拐卖人口罪
有什么区别? (143)
183. 为什么要严打? 严打有什么意义? ... (143)
184. 法律规定了对未成年人
的保护吗? (144)
185. 制定《未成年人保护法》的
目的是什么? (145)
186. 对未成年人需要进行哪些教育? (145)
187. 保护未成年人的工作应当遵循
哪些原则? (145)
188. 保护未成年人总的要求是什么? (146)
189. 家庭应当怎样保护未成年人? (147)
190. 学校应当如何保护未成年人? (148)
191. 公共场所应当如何保护未成年人? ... (149)
192. 新闻媒体、出版物、艺术作品
应当如何保护未成年人? (149)
193. 用人单位应当如何保护未成年人? ... (150)
194. 民政部门应当如何保护未成年人? ... (150)

195. 卫生部门应当如何保护未成年人? ... (151)
196. 如何保护未成年人的隐私权、
荣誉权和智力成果? (151)
197. 司法部门如何办理未成年人
犯罪案件? (152)
198. 如何教育、挽救违法犯罪的
未成年人? (153)
199. 未成年人的合法权益受到侵害
怎么办? (153)
200. 遗产及离婚案件中如保保护
未成年人? (155)
201. 对未成年人案件的处罚决定不服
怎么办? (155)
202. 《教师法》对中小学生的具体
保护有哪些? (155)
203. 《义务教育法》对中小学生的
具体保护有哪些? (156)
204. 如何保护残疾中小學生? (157)

第一章 处处设防 竖起保护盾

我们中小學生必須有一個清醒的認識：保護自己不僅是自己的權利，而且應該是一種義務、一種責任。自我保護，說說容易，但不是每個人都懂得如何去保護，不是每個人都能夠保護好自己。這需要一種能力，這是一門科學，每個中小學生必須正確對待之、努力學習之、刻苦磨煉之；時時準備，處處設防，當猝不及防的自然災害和人為災害來臨時，在自己身前豎起一面自我保護的堅實盾牌。

1. 中小學生為什麼要強化設防意識？

設防就是提高警惕，加強防范之意。狹義的設防，是指軍隊針對敵方可能進行的偷襲與進攻而布置的各種防范措施。我們這裡指的是廣義，專指人們對社會上的邪惡勢力、侵害和騷擾中小學生的壞人壞事以及有可能在身邊發生的自然災害進行必要的自我防范。

那麼，為什麼要強化設防意識呢？

①中小學生社會知識尚欠豐富，極易上當受騙，加之年小體弱，常常成為違法犯罪人員侵害的對象。當前，一些綁架、拐賣、騷擾、搶劫甚至殺人等惡性案件時有發生，中小學生往往因為無力反抗，而成為最

直接的受害者。一些中小学生在上学与放学的路上被拦劫，有的女学生经常接到骚扰电话和恐吓信件，甚至遭到流氓犯罪人员的强奸直至被杀害。这些事实表明，提高警惕性，加强设防意识，提高自我保护和防范能力是摆在中小學生面前的一个重要课题和艰巨任务。

②社会上流氓邪恶势力的实际存在和无孔不入，迫使我们中小學生不得不处处设防。我们伟大的社会主义祖国追求和平、友爱，政治稳定，社会安定，人民安居乐业，尤其是政革开放以后，人民的物质生活水平和精神文化生活水平得到了极大提高，处处呈现出一片繁荣稳定景象。但也不可否认，由于种种原因，社会上的流氓邪恶势力并未彻底消灭，而且还将在相当长的一段历史时期内存在。只要这种流氓邪恶势力存在一天，对于社会，对于我们中小學生的安宁未说，就是一种潜在的威胁，每个中小學生绝不能不加设防、高枕无忧。如果没有设防意识，一旦恶性事件发生，身处其中的你必然会惊慌失措，从而牺牲自己的利益，有的甚至还会丢掉宝贵的生命。

③安全事放、自然灾害问题仍然非常突出。近年未，火灾事故、洪水灾害、交通事故、旅游中伤亡事故和文型群众活动中的踩死挤伤事故等等以及在其它各种自然灾害中的伤亡事放频发，中小學生在此类事

故中的伤亡率非常高，1996年新疆发生的火灾事故使100多名中学生遭受到不同程度的伤亡。这就更提醒我们，在日常生活中务必要提高警惕，学会自我保护，强化设防意识，提高自我防范能力，以免成为各种事故中的牺牲品。

2. 中小學生为什么要树立正气？

气有正、邪之分，人有好、坏之别。一个人处在世上，要成为一个被人称道的好人，必须要树立一种浩然正气。这种浩然正气不仅表现在党和人民需要的时候能够挺身而出，还应该表现在进行自我保护时敢于并且善于与流氓邪恶势力作斗争。其中包括：与违法犯罪人员坚决针锋相对的斗争精神、在困难面前百折不挠勇往直前的拼搏精神以及身处绝境时无比顽强的求生意识。无论在哪一种斗争中，都不仅要做到勇敢、顽强，而且还应做到以智谋去取胜，四两拨千斤，事半功倍。

常言说得好，邪不压正。自古以来，一切歪风邪气和邪恶势力总是注定要被浩然正气所压倒所战胜的。那些流氓邪恶势力和一些鸡鸣狗盗之徒往往是摸准了一些人的软弱心理，欺负那些缺乏正气、不敢反抗的弱者，而在绝大多数具有浩然正气的强者面前，他们往往脱离不了最终失数的命运。只要敢于与他们勇

敢地作斗争，就会在精神上抢得主动，胜利也就离你不远了。

与此相反，如果在邪恶势力面前一味地忍气吞声和退让，犯罪分子就得寸进尺。如果说，犯罪分子这次占你一点小便宜而发现你不敢反抗的话，那么，下一次他很可能就会更放肆地欺负、侵犯你，甚至会要了你的性命。这将是多么可怕可恶的结局啊！

所以说，无论何时，无论何地，我们中小學生一定要培养一种浩然正气，在气势上压倒敌人，在斗争中战胜敌人，处处争取主动，成为对敌斗争中的强者。

3. 处处设防应具备哪些心性？

通常所说的心、性，是指一个人的思想、道德、行为，指一个人的素质和能力。中小學生要真正做到自我保护，在身前树起一面坚实的自我保护盾牌，修心养性极为重要。那么，应该具备哪些心性呢？也就是说，中小學生应该从哪几方面修心养性呢？

①报效祖国的精神。我们中小學生虽然年纪尚小，但是人的志向和精神是从青少年时期培养造就的，中小學生在思想意识里，要有目的地培养自己，从小树立报效祖国、为国献身、与民族共存亡的精神。

②勇于斗争、善于斗争精神。只有在敌对势力和各种邪恶势力面前勇敢地与之斗争，树立浩然正气，才