

图书在版编目(CIP)数据

小学生安全自护手册 / 翁瑞琦编著.

—北京: 朝华出版社, 2012.6

(小学生成长必读丛书)

ISBN 978-7-5054-3195-9

I. ①小… II. ①翁… III. ①安全教育—小学—课外读物 IV. ①G624.103

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第124023号

小学生成长必读丛书(注音彩图版)

小学生安全自护手册

作 者 翁瑞琦

选题策划 杨 彬 丁 丽

责任编辑 田玉晶

责任印制 张文东

封面设计 尚籍设计·吴 萍



出版发行 朝华出版社

社 址 北京市西城区百万庄大街24号 邮政编码 100037

订购电话 (010) 68413840 68996050

传 真 (010) 88415258 (发行部)

联系版权 j-yn@163.com

网 址 www.blossompress.com.cn

印 刷 河北省三河市兴国印务有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 710mm×1000mm 1/16

字 数 56千字 插 图 146幅

印 张 10

版 次 2012年9月第1版 2012年9月第1次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-3195-9

定 价 19.80元

推 荐 序



“兴趣是最好的老师”，这句话对处于学习生涯之初的小学生来说尤为重要。要想培养孩子良好的读书习惯，让孩子爱上阅读，必须拿出真正让孩子感兴趣的优秀读物。

“小学生成长必读丛书”，就是我们专门为小学生打造的一套融趣味性、知识性为一体的素质教育读本。它以全面提升小学生的各项素质为出发点，以孩子喜闻乐见的故事形式，配以优美的插图，引起孩子的阅读兴趣，让孩子从中获取知识，提升自我。

书是孩子的良师益友。一本好书，不但传播科学、文化知识，而且传授生活常识；不但提供视觉上的享受，更能唤起心灵上的共鸣。

本套图书涵盖了东西方童话名篇、中外名人故事及思维训练、生活常识等适宜小学生学习和掌握的内容，可以让孩子在文学作品、智力游戏和故事小品中去体味和领悟生活的意义，培养孩子高度的责任感，帮助孩子创造人生奇迹。



前 言

现代社会孩子们生活中存在很多安全隐患，使他们常常不知所措，因此造成了很多无法弥补的损失。直击当今社会严峻的安全问题，网罗日常生活常见的安全隐患，提供危难关头科学、有效的自救方法，是我们编写本书的宗旨。

本书用卡通漫画的形式将突发事件、紧急事件和危险事件直观而幽默地介绍给他们，图文并茂，生动活泼，易于激发孩子的阅读兴趣，加深对知识的认识，强化安全自救意识，远离伤害，健康成长。

本书从孩子的心理特点及理解能力出发，围绕居家、校园、社会、户外及遇到自然灾害等各方面存在的安全问题，介绍防范和处理方法，让孩子掌握基本的自救技巧，提高他们的自我保护意识，增强其自我保护能力。

目 录



居家安全

- 独自在家很无聊 ····· 5
- 饮食生活要有度 ····· 6
- 蔬菜瓜果洗干净 ····· 7
- 细嚼慢咽身体棒 ····· 8
- 食用烫食莫着急 ····· 9
- 被鱼刺扎到怎么办 ····· 10
- 嘴里含物不乱跑 ····· 11
- 注意查看保质期 ····· 12
- 端碗端盘要小心 ····· 13
- 油锅起火巧处理 ····· 14
- 燃气泄露莫惊慌 ····· 15
- 有节制地使用电脑 ····· 16
- 湿手不能碰电源 ····· 17
- 风扇不是大风车 ····· 18
- 触电之后怎么办 ····· 19
- 玩火真危险 ····· 20
- 不会修理莫乱拆 ····· 21
- 正确使用锋利器具 ····· 22
- 安全使用微波炉 ····· 23
- 攀高取物要小心 ····· 24
- 塑料袋不好玩 ····· 25

- 药品莫乱食用 ····· 26
- 不用成人化妆品 ····· 27
- 危险举动不模仿 ····· 28
- 浴室里行动要小心 ····· 29
- 洗涤剂进了眼睛 ····· 30
- 打碎物品莫慌张 ····· 31
- 安全携带钥匙 ····· 32
- 门铃响起时 ····· 33
- 电梯不是大型玩具 ····· 34

校园安全

- 上下楼梯不要挤 ····· 35
- 走廊不是活动场 ····· 36
- 出入教室有次序 ····· 37
- 楼梯扶手不是滑梯 ····· 38
- 教室里不打闹 ····· 39
- 正确使用清洁工具 ····· 40
- 传递物品莫乱扔 ····· 41
- 铅笔也会伤人 ····· 42
- 安全使用饮水机 ····· 43





目 录

咬人的门缝 ·····	44
我能找到医务室 ·····	45
操作间不能进 ·····	46
不带危险品入校 ·····	47
应对流行病 ·····	48
遭遇特殊天气 ·····	49
运动会上 ·····	50
面对飞来的球 ·····	51
物品损坏以后 ·····	52
同学受伤之后 ·····	53
看到同学打架 ·····	54
跳绳不可这样玩 ·····	55
不搞恶作剧 ·····	56
同伴遭遇欺负时 ·····	57
实验室里守规则 ·····	58
比本领不冒险 ·····	59
小心那些披着羊皮的狼 ···	60
拒绝体罚 ·····	61
学会抵挡诱惑 ·····	62
当遭遇勒索时 ·····	63
不跟陌生人走 ·····	64

小摊点不光顾 ·····	65
--------------	----

社会安全

放学按时回家 ·····	66
不去看热闹 ·····	67
遭遇小偷 ·····	68
安全乘坐公交车 ·····	69
不轻信陌生人 ·····	70
施工现场莫闯入 ·····	71
当心那些“好心人” ·····	72
被别人跟踪 ·····	73
遭遇绑架后 ·····	74
接到骚扰电话 ·····	75
不横穿马路 ·····	76
不闯红灯 ·····	77
马路不是赛场 ·····	78
不翻越护栏 ·····	79
遭遇车祸以后 ·····	80
安全等地铁 ·····	81
乘坐火车时 ·····	82



目 录



不在铁道附近玩耍 ·····	83	外出旅行不离队 ·····	101
不得进入高速路 ·····	84	不买莫动比较好 ·····	102
乘船时的危险 ·····	85	按路标走 ·····	103
坐飞机时的注意事项 ·····	86	你会看标识吗 ·····	104
走失怎么办 ·····	87	学会独立看地图 ·····	105
如何寻求他人的帮助 ·····	88	地面射灯温度高 ·····	106
景点走散 ·····	89	带电的喷泉 ·····	107
必须记住的一些事情 ·····	90	小区里的健身器 ·····	108
购物上当如何维权 ·····	91	玩轮滑时要穿戴好 ·····	109
超市不是游乐园 ·····	92	独自骑车不上路 ·····	110
探视病人要注意 ·····	93	攀爬院墙很危险 ·····	111
医院里莫乱闯 ·····	94	玩滑板不逞能 ·····	112
餐厅里面的危险 ·····	95	停车场里莫乱跑 ·····	113
消防器材不乱动 ·····	96	危险地方不躲藏 ·····	114
哪些按钮莫乱按 ·····	97	陷入困境大声求救 ·····	115
		伙伴遭遇摔伤 ·····	116
		胳膊脱臼怎么办 ·····	117
		蚊虫叮咬之后 ·····	118
		遭遇蜂蜇 ·····	119
		沙粒入眼莫惊慌 ·····	120
		正确使用大型玩具 ·····	121

户外安全

路边不是足球场 ·····	98
鞋子一定穿合脚 ·····	99
户外运动巧着装 ·····	100





目 录

当游乐设备出故障时 ···	122	台风来了 ·····	140
游泳要注意 ·····	123	火车脱轨 ·····	141
划船注意安全 ·····	124	遭遇洪水 ·····	142
和宠物玩耍要当心 ·····	125	遇到山体滑坡 ·····	143
哪些地方不能藏 ·····	126	沙尘暴来了 ·····	144
灾害与意外			
户外游玩遇雷雨 ·····	127	虫子飞进了耳朵 ·····	145
不在冰面行走 ·····	128	被蛇咬伤后的急救 ·····	146
不在无人看管的水域游泳 ·····	129	讨厌的蚂蝗 ·····	147
失足落水之后 ·····	130	鼻子里面进异物 ·····	148
雾天出行要当心 ·····	131	晕车巧处理 ·····	149
遭遇冰雹袭击 ·····	132	燃放爆竹要当心 ·····	150
雪天出门防滑倒 ·····	133	冻伤处理 ·····	151
地震来临时 ·····	134	当心高空坠物 ·····	152
应对火灾 ·····	135	中暑急救 ·····	153
从高空逃生 ·····	136	表皮小伤如何处理 ·····	154
身上着火怎么办 ·····	137	手指扎入尖刺 ·····	155
汽车失火后 ·····	138	被呛之后 ·····	156
陷入沼泽 ·····	139		



dú zì zài jiā hěn wú liáo 独自在家很无聊

dòu dòu dú zì zài jiā mā ma bǎ mén fǎn suǒ le kàn zhe lóu xià hái zǐ men zì yóu zì
豆豆独自在家，妈妈把门反锁了，看着楼下孩子们自由自

zài de wán shuǎ tā hěn xiàn mù tā pǎ zài chuāng tái shàng wǎng xià kàn chà diǎn er diào xià lái
在地玩耍，他很羡慕。他趴在窗台上往下看，差点儿掉下来。



安全三部曲

① 耐心等待

bié zhāo jí zuò yī xiē gǎn xìng qù de
别着急，做一些感兴趣的
shì qing nǎi xīn de děng dài bà ba mā ma
事情，耐心地等待爸爸、妈妈
huí lái
回来。

② 不爬窗户、阳台

yǒu xiē xiǎo péng you yīn wéi jué de wú
有些小朋友因为觉得无
liáo huì pǎ zài chuāng tái shàng huò yáng tái shàng xiàng
聊，会趴在窗台上或阳台上向
xià kàn zhè yàng hěn wēi xiǎn yí dàn shuāi xià
下去，这样很危险，一旦摔下
qu huì wēi jí shēng mìng
去，会危及生命。

③ 不要请陌生人帮你开门

rú guǒ yǒu mò shēng rén ràng nǐ bǎ yào shi
如果有陌生人让你把钥匙
gěi tā huò yòng qí tā fāng fǎ bāng nǐ kāi mén
给他或用其他方法帮你开门，
nǐ dōu bù néng tóng yì nà yàng yě xǔ huì gěi
你都不能同意。那样也许会给
nǐ dài lái shāng hài hé cái chǎn de sǔn shī
你带来伤害和财产的损失。





yǐn shí shēnghuó yào yǒu dù 饮食生活要有度

dòu dòu dú zì zài jiā chī wǔ fàn kàn dào bīng xiāng lǐ yǒu pí jiǔ jiù cháng shì zhe
豆豆独自在家吃午饭，看到冰箱里有啤酒，就尝试着

hē qǐ lái hái chī le hěn duō de shí wù
喝起来，还吃了很多的食物。



安全三部曲

① 饮食要有节制

chī dōng xī yào yǒu jié zhì bù néng
吃东西要有节制，不能
bào yǐn bào shí
暴饮暴食。

② 儿童喝酒危害大

jiǔ jīng yǒu má bì shén jīng de zuò
酒精有麻痹神经的作
yòng huì yǐng xiǎng ér tóng de dà nǎo fā
用，会影响儿童的大脑发
yù yù
育。

③ 不舒服，赶紧联系家长

chī guò dōng xī hòu gǎn jué bù shū
吃过东西后感觉不舒
fu rú zǐ zǐ zhàng tòng gǎn kuài dǎ
服，如肚子胀、痛，赶快打
diàn huà lián xì jiā zhǎng yǐ miǎn bìng qíng jiā
电话联系家长，以免病情加
zhòng zhòng
重。



shū cài guā guǒ xǐ gān jìng 蔬菜瓜果洗干净

zhuō shàng bǎi zhe mā ma gāng mǎi huí lái de píng guǒ fàng zài dài zi zhōng hái méi xǐ
桌上摆着妈妈刚买回来的苹果，放在袋子中还没洗，

dòu dòu kàn dào le xiǎng chī
豆豆看到了想吃。



安全三部曲

① 洗洗再吃很重要

qǔ chū shuǐ guǒ jìn xíng zǐ xì qīng xǐ
取出水果进行仔细清洗
hòu zài chī
后再吃。

② 注意清洗方法

qīng xǐ shí yào jìn pào yí huì er
清洗时要浸泡一会儿，
kě yǐ jiā yí dī guǒ shù jìng jìn xíng
可以加一滴“果蔬净”进行
qīng xǐ
清洗。

③ 未清洗前不得直接食用

qiān wàn bù yào pà má fan bù néng
千万不要怕麻烦，不能
kàn dào shuǐ guǒ ná qǐ jiù chī
看到水果拿起就吃。



xì jiáo màn yàn shēn tǐ bàng 细嚼慢咽身体棒

kāi fàn le dòu dòu hé tián tián yì qǐ jìn cān
开饭了，豆豆和甜甜一起进餐。



安全三部曲

① 饥饿慢进餐

jī è de qíng kuàng xià yě bú yào
饥饿的情况下也不要
láng tūn hǔ yàn bān jìn cān
“狼吞虎咽”般进餐。

② 食物细咀嚼

shí wù rù kǒu hòu yào xì xì jǔ
食物入口后要细细咀
jué hòu zài yàn xià fǒu zé hěn róng yì
嚼后再咽下，否则很容易
fā shēng yē qiàng
发生噎呛。

③ 进餐不说话

yì kǒu chī wán zài chī xià yì kǒu
一口吃完再吃下一口，
jìn cān guò chéng zhōng bú yào shuō huà gèng
进餐过程中不要说话，更
bù néng dǎ nào
不能打闹。

shí yòng tàng shí mò zhāo jí 食用烫食莫着急

wàng zhe zhuō shàng fān gǔn de huǒ guō , dòu dòu ná qǐ kuài zi shēn jìn guō lǐ zhǔn bèi jiā
望着桌上翻滚的火锅，豆豆拿起筷子伸进锅里准备夹菜。



安全三部曲

① 小心烫伤

zài chī huǒ guō huò qí tā tàng shí shí yí
在吃火锅或其他烫食时一
dìng bú yào zhāo jí , bù kě yǐ jiāng cóng guō lǐ
定不要着急，不可以将从锅里
jiā chū de cài zhí jiē sòng rù kǒu zhōng
夹出的菜直接送入口中。

② 稍晾片刻

kě yǐ bǎ cài hé ròu xiān jiā dào zì jǐ
可以把菜和肉先夹到自己
de pán zhōng , shāo liàng piàn kè zài shí yòng
的盘中，稍晾片刻再食用。

③ 小心操作

jiā cài de guò chéng zhōng yí dìng xiǎo xīn jiā
夹菜的过程中一定小心夹
zhù kuài zi , dāng xīn tāng zhī jiàn chū lái tàng dào
住筷子，当心汤汁溅出来烫到
zì jǐ huò tā rén
自己或他人。



bèi yú cì zhā dào zěn me bàn 被鱼刺扎到怎么办

tián tián chī yú de shí hou bù xiǎo xīn bèi yú cì zhā dào le xià de wā wā kū qǐ
甜甜吃鱼的时候不小心被鱼刺扎到了，吓得哇哇哭起

lai
来。



安全三部曲

① 轻微情况下家庭处理方法

rú guǒ shì jiǎo xiǎo de yú cì yǒu
如果是较小的鱼刺，有
shí suí zhe tūn yàn jiù huì huá xià qu
时随着吞咽，就会滑下去。
rú guǒ gǎn jué cì tòng kě qǐng jiā zhǎng yòng
如果感觉刺痛，可请家长用
shǒu diǎn tǒng zhào liàng kǒu yàn bù yòng xiǎo sháo
手电筒照亮口咽部，用小勺
jiāng shé bèi yā dī zǐ xì jiǎn chá yàn xiá
将舌背压低，仔细检查咽峡
bù rú guǒ zhā de bù shēn kě yǐ yòng
部，如果扎得不深，可以用
cháng niè zi jiā chū yú cì
长镊子夹出鱼刺。

② 不采取吞咽馒头、米饭等方法

suī rán yǒu shí zhè yàng zuò kě yǐ bǎ
虽然有时这样做可以把
yú cì chú diào dàn yǒu shí bù qiǎo dàng de chǔ
鱼刺除掉，但有时不恰当的处
lǐ rú lūn yàn mǎn tóu děng bù jǐn méi bǎ
理，如吞咽馒头等，不仅没把
yú cì chú diào fǎn ér shǐ qí cì de gèng shēn
鱼刺除掉，反而使其刺得更深，
yǎn zhòng shí gǎn rǎn fā yán jiù má fan le
严重时感染发炎就麻烦了。

③ 医院就诊

rú guǒ réng gǎn dào bù shì yí dìng yào
如果仍感到不适，一定要
dào yī yuàn qǐng yī shēng zhěn zhì zhè yě shì yú
到医院请医生诊治。这也是鱼
cì cì shāng shí zuì qiǎo dàng de chǔ lǐ fāng fǎ
刺刺伤时最恰当的处理方法。

zuǐ lǐ hán wù bú luàn pǎo 嘴里含物不乱跑

dòu dòu yì biān chī fàn yì biān mó fǎng diàn shì jé mù zhōng de sūn wù kōng dǎ qǐ le hóu
豆豆一边吃饭一边模仿电视节目中的孙悟空打起了猴

quán
拳。



安全三部曲

① 禁止运动

kǒu hán shí wù de shí hou qiè jì bù
口含食物的时候切记不
kě zuò jù liè yùn dòng zhè yàng hěn róng yì
可做剧烈运动，这样很容易
fā shēng yē qiǎng yán zhòng shí hái huì dǎo zhì
发生噎呛，严重时还会导致
hū xī zhàng ài
呼吸障碍。

② 有碍健康

zhè yàng bú yì yú shí wù de xiāo
这样不易于食物的消
huà hái róng yì yǎo pò shé tóu shāng dào
化，还容易咬破舌头，伤到
zì jǐ
自己。

③ 基本修养

qǐ shēn zhī qián jiāng kǒu zhōng de fàn cài
起身之前将口中的饭菜
jǔ jué wán zhè yàng ān quán yòu lǐ mào
咀嚼完，这样安全又礼貌。



zhù yì chá kàn bǎo zhì qī 注意查看保质期

chú fáng lǐ mā ma shǒu chí dài zhuāng shí pǐn zài xiàng dòu dòu jìn xíng jiǎng jiě 。
厨房里，妈妈手持袋装食品在向豆豆进行讲解。



安全三部曲

① 杜绝“三无食品”

“sān wú shí pǐn” shì zhǐ méi yǒu
“三无食品”是指没有
shēng chǎn chǎng jiā méi yǒu bǎo zhì qī
生产厂家，没有保质期，
méi yǒu zhì jiǎn biāo zhì de shí pǐn bú yào
没有质检标志的食品。不要
shí yòng zhè zhǒng bù ān quán de shí pǐn
食用这种不安全的食品。

② 注意查看保质期

zài dǎ kāi shí wù bāo zhuāng shí
在打开食物包装时，
yào zhù yì chá kàn shàng miàn biāo shì de shí pǐn
要注意查看上面标示的食品
bǎo zhì qī shì fǒu yǐ guò rú guǒ yǐ guò
保质期是否已过，如果已过
bǎo zhì qī yí dìng bù néng shí yòng
保质期，一定不能食用。

③ 警惕中毒

bù xiǎo xīn chī le guò qī de shí pǐn yào guān chá zì jǐ de shēn tǐ shì fǒu chū xiàn bù
不小心吃了过期的食品，要观察自己的身体是否出现不
shì zhèng zhuàng rú guǒ yǒu yào jìn kuài jiù yī
适症状，如果有，要尽快就医。



yóu guō qǐ huǒ qiǎo chǔ lǐ 油锅起火巧处理

chú fáng li tián tián kàn dào yóu guō qǐ huǒ xià de wú zhù yǎn jīng dòu dòu zhèng zhǔn
厨房里，甜甜看到油锅起火吓得捂住眼睛。豆豆正准

bèi xiàng yóu guō li pō shuǐ
备向油锅里泼水。



安全三部曲

① 莫惊慌

yù dào yóu guō qǐ huǒ bú yào jīng huāng
遇到油锅起火不要惊慌

shī cuò kě yǐ xùn sù gài shàng guō gāi
失措，可以迅速盖上锅盖，
bìng guān diào huǒ guō li méi yǒu le kōng
并关掉火，锅里没有了空
qì huǒ zì rán huì xī miè
气，火自然会熄灭。

② 不能这样做

bú yào xiàng yóu guō zhōng jiāo shuǐ gǔn
不要向油锅中浇水，滚

tàng de yóu yù dào shuǐ huì yǐn qǐ pēn jiàn
烫的油遇到水会引起喷溅，
róng yì tāng shāng zì jǐ
容易烫伤自己。

③ 及时告知家人

rú guǒ huǒ mào de hěn gāo yào kuài
如果火冒得很高，要快

sù qǐng chéng rén lái chǔ lǐ bú yào zì jǐ
速请成人来处理，不要自己
dòng shǒu yǐ miǎn zào chéng shāng hài
动手，以免造成伤害。

rán qì xiè lòu mò jīng huāng 燃气泄露莫惊慌

tián tián hé mā ma zài jiā lǐ hū rán wén dào cì bí de rán qì wèi dào
甜甜和妈妈在家里，忽然闻到刺鼻的燃气味道。



安全三部曲

① 关闭燃气气源

jia li fa xian ran qi xie lou qing xun su
家里发现燃气泄露请迅速
guan bi ran qi qi yuan yi bao zheng bu hui
关闭燃气气源，以保证不会
zao cheng ran qi geng da mian ji de mi man
造成燃气更大面积的弥漫。

② 不开关电源

bu de kai qi huò guan bi ren he dian
不得开启或关闭任何电
yuan yi mian fa sheng shan bao zao cheng ren
源，以免发生闪爆，造成人
shen shang hai
身伤害。

③ 通风散气

da kai men chuang tong feng huan qi jin kuai li kai jia ru guo jia ren shen ti you bu
打开门窗，通风换气，尽快离开家，如果家人身体有不
shi fan ying li ji ba da ji ju diao hu qing qiu jiu yuan
适反应，立即拨打急救电话请求救援。