

# 《危机生存手册》

## 图书基本信息

书名：《危机生存手册》

13位ISBN编号：9787546110356

10位ISBN编号：7546110351

出版时间：2010-7

出版社：韩增城 黄山书社 (2010-07出版)

作者：韩增城

页数：150

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

## 前言

如今的青少年已经不再完全依靠爸爸妈妈的百般宠爱与呵护，不少人很小就离开家庭住进了学校，过集体生活，而他们自己，也渴求能尽快成为“大人”，过独立自主的生活。可是，从离开父母照顾与呵护到真正成为“大人”的这段时间内，青少年依然不能“独闯江湖”。学习、生活中存在各种“暗礁”与“急流险滩”，疏忽大意、安全意识淡薄会危及青少年的身心健康甚至生命。基于此，我们策划出版了这套《危机生存手册》系列丛书。 尽管现在的父母将孩子的吃穿住行安排得井井有条，孩子在家连厨房都不让进，但是，对于如何应对突发事件，家长对孩子的教育是少之又少，这是安全教育中比较薄弱的环节。有些事故青少年可能一生都碰不到，但万一碰到了，该怎么办？呼爸爸、叫妈妈等为时已晚，事故造成的恶果也会让父母悔恨终生。为了弥补这方面的不足，我们策划出版了《家庭版》。本分册内容涉及用电安全、防火、饮食安全、煤气安全、家庭防盗、家庭卫生、外力安全等多方面的安全教育指导，全书最大的特点就是全面、细致、有效，可以帮助青少年有效地解决问题，将损失控制在最低范围内。对于家庭突发事件，书中注重防治结合，强调要消除隐患，最大程度地方便我们的生活，使我们的生活更安全、更快乐、更幸福。 社会大家庭是养育我们每个人的温床，但是，现代生活节奏逐渐加快，人们的生活方式不断改变，随之而来的各类事故也以各种形式无时无刻不在发生。交通事故、自然灾害以及社会不良分子的侵害等问题，已经成为我们的“心腹大患”。为了使青少年在社会中免遭侵害，《社会版》分册主要讲社会生活中的安全防范知识和各种突发事件的应对措施，内容涵盖校园外的活动安全，应对不法分子、自然灾害，网络安全，远离毒品等方面，教导青少年远离伤害，在社会大家庭中健康成长。 校园是青少年集中学习与生活的重要场所，也是青少年为实现梦想而付诸努力的一片乐土。相对来说，校园要比社会、家庭安全许多，但是，校园一旦发生事故，青少年受到的伤害将会更大。所以，校园安全教育一直是青少年安全教育的重中之重。校园安全除了依靠教师、校方安全部门外，青少年自身的防范也必不可少。《校园版》以贴近真实的笔触，给我们梳理了校园安全防范系列知识。 安全问题一直以来是人类非常关注的重要问题。现实生活中，灾害与事故层出不穷，这些灾害和事故不能完全依靠医生、消防员、警察去解决，更多的时候需靠我们自己。但我们每个人的性格、心理素质、动手能力不尽相同，所以，我们要多学习这类知识，提高应变能力，保证能够及时解决所遇到的大小问题，保障自身及财产安全。 出版这套丛书，不可能从根本上解决青少年所遇到的所有危急、危险问题，但我们竭尽所能提出各类危险危急之所在，力图从源头上预防并分析正确解决问题的办法。相信读者朋友读了这样的书籍，在遇到同类事故之时，能迅速做出正确的反应，将损失减到最低，这是我们初衷之所在。 书中尚有许多不足之处，恳请读者批评指正！

# 《危机生存手册》

## 内容概要

社会大家庭是养育我们每个人的温床，但是，现代生活节奏逐渐加快，人们的生活方式不断改变，随之而来的各类事故也以各种形式无时无刻不在发生。交通事故、自然灾害以及社会不良分子的侵害等问题，已经成为我们的“心腹大患”。为了使青少年在社会中免遭侵害，《危机生存手册(社会版)》分册主要讲社会生活中的安全防范知识和各种突发事件的应对措施，内容涵盖校园外的活动安全，应对不法分子、自然灾害，网络安全，远离毒品等方面，教导青少年远离伤害，在社会大家庭中健康成长。

《危机生存手册(社会版)》由韩增城编著。

# 《危机生存手册》

## 书籍目录

第一章 校外活动安全 第一节 集体活动注意事项 第二节 突发事件的处理 第三节 易发事故及救护措施 第四节 野外遇险求救 第五节 野外寻找水源 第六节 野外寻找食物 第七节 游园的安全常识 第八节 游乐场安全注意事项 第九节 商场集市安全注意事项 第十节 长走运动注意事项第二章 外出旅游安全 第一节 安全旅游须知 第二节 防治晕车、晕船、晕飞机 第三节 预防旅行性精神病变 第四节 预防安全事故 第五节 旅途急救常识 第六节 旅途中迷路的应对措施 第七节 旅途中的防盗措施 第八节 被蜈蚣咬伤后的应急处理 第九节 被蝎子蜇伤的应急处理 第十节 被毛虫蜇伤的应急处理 第十一节 被毒蜘蛛蜇伤的应急处理 第十二节 被水蛭咬伤的应急处理第三章 室外游泳安全 第一节 游泳注意事项 第二节 预防溺水事故的发生 第三节 游泳结束后的注意事项 第四节 溺水的急救常识第四章 交通安全 第一节 交通信号与标志 第二节 马路安全注意事项 第三节 骑车外出需注意的安全问题 第四节 乘坐城市交通工具须知 第五节 乘坐轨道交通的注意事项 第六节 乘船应该注意的安全事项 第七节 船下沉时的逃生步骤 第八节 游船失事后的逃生技巧 第九节 确保乘飞机安全的方法 第十节 发生车祸后的处理办法第五章 登山安全 第一节 登山安全须知 第二节 登山运动常见疾病及防治措施 第三节 高山病及其防治 第四节 热昏厥及其应对措施第六章 防抢防盗安全知识 第一节 预防抢劫抢夺 第二节 面对入室抢劫的自救措施 第三节 公共场所防盗措施 第四节 遭遇路劫时的应对措施 第五节 自驾车出游时的防盗措施 第六节 节假日外出家庭防盗措施 第七节 预防手机被盗 第八节 乘公共汽车时的防盗 第九节 乘火车时警惕被盗 第十节 发现被盗后的应对方法第七章 自然灾害应对知识 第一节 地震的预防 第二节 地震的前兆 第三节 地震时的救助措施 第四节 滑坡的形成和防范 第五节 路遇泥石流的自救方法 第六节 遭遇龙卷风的应对措施 第七节 遭遇沙尘暴的应对措施 第八节 遭遇冰雹的应急措施 第九节 雷电的危害 第十节 户外突遇雷电的应急措施 第十一节 雷电会进家 第十二节 能够“穿墙过壁”的雷 第十三节 被雷击者的抢救措施第八章 女生安全防护常识 第一节 受骗的主要原因 第二节 预防被骗 第三节 常见的骗术 第四节 女生自身安全保护 第五节 女生遭侵害时的自救措施 第六节 对性骚扰说“不” 第七节 夜行遭遇性骚扰的应对策略 第八节 公共场所遇到性骚扰的应对方法 第九节 面临强奸时的脱身技巧 第十节 遭遇暴力时的防身技巧 第十一节 加强自我保护意识 第十二节 在危险面前保持理智 第十三节 学会识别坏人 第十四节 摆脱跟踪有妙招 第十五节 避免被绑架 第十六节 被绑架后的应对策略 第十七节 沉着应对恐怖事件 第十八节 被恐怖分子劫持后的应对方法第九章 网络安全 第一节 网络对中小学生的影响 第二节 网络安全教育 第三节 预防网络黄毒 第四节 预防网恋 第五节 网瘾的预防和治疗第十章 预防常见传染病 第一节 预防流行性感冒 第二节 预防禽流感 第三节 预防狂犬病 第四节 预防红眼病 第五节 预防细菌性痢疾 第六节 预防破伤风第十一章 远离毒品 第一节 常见毒品的种类 第二节 吸毒成瘾的表现 第三节 吸毒的危害 第四节 青少年染毒的原因 第五节 青少年应远离毒品 第六节 青少年戒除毒品 第七节 辨识毒贩附录 《中华人民共和国未成年人保护法》

## 章节摘录

**第一章校外活动安全** 集体活动是学校组织学生集体参与，以培养学生综合素质的一种校内外实践活动。包括大型集会、专题讲座、艺术节、运动会、影视观摩、升旗仪式及校内外各种劳动、参观学习等活动。其好处是显而易见的，作用也是任何课堂教学形式都无法替代的。但是由于参加集体活动时往往人数多，客观因素复杂，管理难度较大，容易导致安全事故的发生。如何既有效开展丰富多彩的集体活动，培养全面发展的学生，又保障每个参与者的人身安全，确实是当前学校管理者所面临的十分棘手的问题。本章从集会、野外救助以及公共场所防护三个方面简明扼要地给予概述，或许对老师和同学们有所帮助。

**第一节集体活动注意事项** 组织学生参加集体活动时，为确保学生的人身安全，应注意以下事项：

首先，要拟订计划制定安全工作预案。学校在活动前要成立组织活动的领导小组，并拟订详细行动计划，包括活动时间、地点、路线、参加人员、服装要求、交通通讯工具的准备、饮食安排、活动总负责人、专项工作负责人、各班级(学段、年级、小组)负责人等。要做好组织分工，分头开展各项准备工作。要预测可能发生的事故，并制定相应应急措施。如对可能发生的交通事故、场馆内突发火灾、地震、骚乱等做出预测，同时还要开展预案演练。

其次，要做好活动前的安全检查及准备工作。包括：勘查活动场所，熟悉环境，明确进退场时间、地点、顺序和坐席区域，明确场馆内所容纳人数的最大限额。使用室内会场时，要确保会场前、后、边门能够随时开启进出，只有在出口通道足够应急使用的情况下才能指挥学生入场。要从安全角度考虑入场和退场的顺序，要给每个班规定固定的座位区域并定出互不干扰的疏散通道；若有多所学校参加活动，规划时要与相邻的兄弟学校协调，以免冲突。会前画出场馆平面图分发到班，指挥学生排队依次入场和退场。检查消防设施及安全通道，发现并排除安全隐患。

组织参观活动，应在时间安排上尽量做到提前预约，避开参观人数处于高峰的时间段。要注意选择天气较好的时间。根据季节、气象预报情况提示活动参与者采取必要的预防措施。如冬季、风雪天注意穿棉鞋、戴手套，防止冻伤、感冒；夏季、阴雨天注意带遮阳帽、雨具，防止中暑、淋雨。炎热季节，白天一般不宜安排室外集会或大型集体活动，如确有必要，也应安排在早晨或傍晚，尽量避免烈日强照，以免造成学生中暑。最好与公安、交通、消防、医疗、卫生、饮食等部门联系，争得协调配合。若需乘坐车、船，则必须选用符合国家安全要求的交通工具，驾驶人员必须有执照。严禁使用非客运交通工具违章载人。如采取步行前往，应选择既便捷又安全的路线。参加活动的师生应统一着装或者佩戴统一醒目的标识，要有醒目的旗帜或标牌导引。若有学生参与会场环境布置，涉及攀高悬挂会标、横幅诸事，必须有教师现场负责指导与保护。所选会场若在室内，建筑结构必须牢固；若在楼上且为木结构梁柱或地板，应考虑可承受容纳人数。若需燃放烟花鞭炮，应划定专门区域，远离人群，指派纠察，加以隔离，同时由专人小心燃放；若要充气气球，氢气瓶应远离人群且四周无明火，请专人充气，指派专人管理，严禁吸烟或夹带明火入内。室内大型活动，电工应固守岗位，能够做到随叫随到，以便应急。准备移动电话、传呼机、喊话筒、哨子、队旗等通讯联络工具。准备适量应急药品。到少数民族地区或特殊部门进行参观学习时，应考虑不同民族习惯或特殊部门的有关纪律。应考虑师生人身意外事故保险事宜。活动前进行专项安全教育。

最后，活动中安全防范措施要落实，强化师德教育和责任意识，提高安全意识。要求全体工作人员明确职责，坚守岗位，避免疏漏。一旦发生事故，则应以保证学生安全为核心，临危不惧，沉着处置，切不可抛弃学生，临阵脱逃。出发前及到达目的地后，返校前及返校后，都要清查人数，避免走失学生。乘车、乘船、乘机按核载人数乘坐，不得超员；不与司机攀谈，不大声喧哗；不将肢体伸出车窗外，不向车窗外扔废弃物。不要让学生携带危险品及不洁净食品。保证各个环节上的责任人坚守岗位，如班主任坚持跟班；在进出口安置指挥进退场的专职人员，配备喊话喇叭或其他指挥用具；在场馆内的疏散通道主干线、安全门、消防设施、电源等处设专人负责，并使各种安全设施处于应急状态。要以班级为单位，根据座次区域距人口的远近，安排进场和退场顺序。进场及退场要在专职人员的指挥下有序进行，要在每个班级队列的首尾各安排一名负责教师(教师不够时，可让班干部负责)，以保持队形。在馆室内的参观活动应强调学生认识并牢记安全门的位置及安全通道的方向。活动过程中保证秩序，严禁学生在座席内嬉戏、追逐、打闹、大声喧哗。教师所处位置要尽量使自己所负责的学生在视野所及和指挥有效的范围内，如果所负责的学生较多，要分区域让班干部协助管理。P1-3

# 《危机生存手册》

## 编辑推荐

如今的青少年已经不再完全依靠爸爸妈妈的百般宠爱与呵护，不少人很小就离开家庭住进了学校，过集体生活，而他们自己，也渴求能尽快成为“大人”，过独立自主的生活。可是，从离开父母照顾与呵护到真正成为“大人”的这段时间内，青少年依然不能“独闯江湖”。学习、生活中存在各种“暗礁”与“急流险滩”，疏忽大意、安全意识淡薄会危及青少年的身心健康甚至生命。韩增城编著的《危机生存手册(校园版)》主要讲社会生活中的安全防范知识和各种突发事件的应对措施，内容涵盖校园外的活动安全，应对不法分子、自然灾害，网络安全，远离毒品等方面，教导青少年远离伤害，在社会大家庭中健康成长。

# 《危机生存手册》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)