

<<孩子自救自护119招>>

图书基本信息

书名：<<孩子自救自护119招>>

13位ISBN编号：9787535462947

10位ISBN编号：7535462944

出版时间：2013-2

出版时间：长江出版集团,长江文艺出版社

作者：孙云晓

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：<http://www.tushu007.com>

<<孩子自救自护119招>>

内容概要

《孩子自救自护119招(修订本)》详细地讲解了孩子如何开展自救。我觉得父母、学校讲解再多的安全教育，都没有这本书这样全面、专业。这下可好了，买来送给孩子读，或者自己看了讲给孩子听，远比苦口婆心的教育容易得多。

<<孩子自救自护119招>>

作者简介

孙云晓，自1972年起至今一直做青少年教育和研究工作，现为中国青少年研究中心研究员、副主任，中国家庭教育学会常务理事，中国科普作家协会副理事长，《少年儿童研究》杂志总编辑，北京师范大学兼职教授。

1999年被国务院表彰为有突出贡献的教育科学研究专家。

主要作品：中日少年《夏令营中的较量》、《好父母好方法》、《好孩子好习惯》、《习惯培养有方法丛书》（5册）、《孙云晓教育作品集》（8卷）等。

作品曾获中国图书奖、全国“五个一”优秀图书奖、全国优秀儿童文学作品奖、全国优秀畅销书奖。

<<孩子自救自护119招>>

书籍目录

家庭生活篇 第1招被困电梯中，镇静莫盲动 第2招高压锅防爆，防患最重要 第3招煤气中毒后，通风又堵漏 第4招误食灭鼠药，催吐洗胃肠 第5招识别假八角，剧毒莫小瞧 第6招饮水莫过量，谨防把身伤 第7招野菜莫乱采，拜师避灾害 第8招蔬菜也含毒，重在烹调术 第9招赌吃有危险，逞能赴黄泉 第10招眼睛若被扎，莫把异物拔 第11招酸碱进眼中，速用清水冲 第12招烫伤有轻重，处置不相同 第13招钢针刺入肉，千万别硬揪 第14招风筝手中牵，选址不简单 第15招家庭遇停电，有备方无患 第16招电源危险大，危险巧预防 第17招电器真方便，使用要安全 第18招天上打着雷，不要用手机 第19招是药三分毒，滥用不得了 第20招居室藏隐患，危险莫轻心 第21招厨房学艺忙，隐患应提防 第22招吃饭防噎食，压腹立咳出 第23招牙是健康门，千万要爱护 第24招煤气有危险，用后要关严 第25招宠物虽可爱，要防病感染 校园内外篇 第26招衣着饰物多，运动易出祸 第27招赛场教训大，切莫当笑话 第28招拒绝眼外伤，防范是首选 第29招运动是科学，盲目伤身体 第30招单杠虽有趣，安全是第一 第31招长跑运动强，切勿“急刹车” 第32招玩笑要有度，三思而后行 第33招楼道要守纪，打闹切勿取 第34招珍爱己生命，刺激勿模仿 第35招预防铅中毒，卫生习惯好 第36招操场隐患多，自护是关键 第37招涂改液虽小，毒性真不小 第38招开心游乐场，安全不可少 第39招过久戴耳机，无益且有害 第40招电子游戏厅，少儿不能进 第41招莫上高房顶，吸取血教训 第42招打闹有危险，不可当儿戏 第43招情绪会自调，心静乐逍遥 第44招处理小外伤，危险能抵挡 第45招游戏守规则，自爱又自护 第46招吸烟损健康，不做小烟民 第47招校园遇暴力，自卫要得当 第48招权利应力争，学法又懂法 第49招课上明火现，听从师调遣 第50招谨慎过马路，守序才安全 自然灾害篇 第51招骑车守规矩，不要胡乱行 第52招遇到沙尘暴，出门戴口罩 第53招偶遇雷电击，千万要躲避 第54招骨折需急救，固定莫拉扭 第55招崴脚很常见，乱揉是蛮干 第56招钉子扎了脚，求医来治疗 第57招发现溺水人，呼救快报警 第58招水草缠住脚，逃生有技巧 第59招游泳力用完，仰浮保安全 第60招游泳腿抽筋，脚尖快上跷 第61招沙子迷了眼，任其泪如泉 第62招一旦被狗咬，清洗注疫苗 第63招小虫钻耳道，滴油单腿跳 第64招蜂蜇莫小看，涂药糊姜蒜 第65招蛇咬别大意，洗后速求医 第66招落水会求生，仰卧莫脱衣 第67招冰裂落入水，伏身慢爬行 第68招游泳健身好，规则很重要 第69招身处困境时，求助不停息 第70招抗震招数多，机敏应变强 第71招沉着冷静不慌乱，寻找生机保安全 第72招意志坚强不松懈，坚定信心活下去 第73招因地制宜找食物，尿液也是救命宝 第74招洪水进家园，高处等救援 野外旅游篇 第75招登山会用力，也要会用脑 第76招出外去旅游，应会急救术 第77招乘车莫探头，危险处处有 第78招野营要顺利，计划得周密 第79招林中迷了路，登高觅人处 第80招露营避虫咬，招数真不少 第81招途中遇风寒，姜汤能解难 第82招野外饮水难，消毒不可减 第83招荨麻有毒毛，碰它不得了 第84招暴晒易中暑，通风保安宁 第85招泥潭遇险情，仰卧缓慢行 第86招饭店遭火烧，逃生寻路标 第87招林中大火烧，沿着河岸跑 第88招野外过河滩，绳棍可保险 第89招不慎落水里，智勇求生机 社会生活篇 第90招网上黄毒惑，关键在自我 第91招慎交网上友，警惕坏人诱 第92招上网要守法，违法受惩罚 第93招网上风光美，超时身体毁 第94招孩子独在家，防范保平安 第95招外出不要怕，警觉巧策划 第96招遭遇性骚扰，机智能脱险 第97招路遇歹徒扰，拳脚施招逃 第98招人多场面乱，躲避选路线 第99招商场内着火，逃生避光亮 第100招餐厅遇危险，及时来求助 第101招地铁若停电，听令莫慌乱 第102招地铁内失火，有序能逃生 第103招电话遭骚扰，挂断平安保 第104招吸毒是陷阱，珍爱己生命 第105招遭遇危险时，求助莫迟疑 第106招消费要适度，合理不盲目 第107招杜绝伪劣品，权益要维护 第108招防备性侵犯，勇敢会说“不” 第109招少女应自护，机智又顽强 第110招电话莫乱打，费用先问清 第111招被绑当人质，机智来逃生 第112招路上被劫钱，冷静免伤害 第113招认真学科学，迷信要抵制 第114招家中有秘密，切莫信口泄 第115招不幸遭拐卖，机智可脱险 第116招黄毒危险大，人人远离它 第117招心中有障碍，疏通才自在 第118招警惕毒病菌，卫生要注意 第119招预防艾滋病，自爱保健康 后记

<<孩子自救自护119招>>

章节摘录

版权页：插图：因地制宜找食物，尿液也是救命宝 李克成，在汶川地震中被埋了107个小时超越生存极限的生还者之一。

看看他是怎么活下来的。

地震发生前的那一刻，他吃了两个鸡蛋就睡起了午觉。

地震发生后，他被埋在了一楼。

过了一会儿，他定了定神，发现自己正趴在寝室的地板砖上，身子下面有砖块，背上还压着砖块、水泥块，前胸和后背都火辣辣地痛。

他试着翻了一下身。

还好，周围还有空隙。

他翻过身，身体后仰，变成了半坐半躺的姿势，让自己稍稍舒服一点。

喊了几声“救命”没人应，他想到看样子地震很厉害，一时半会儿是出不去了。

他伸出左手往前探了探，看看能不能摸到什么吃的。

先摸到了一个矿泉水瓶，可惜是空的。

他又一想，空瓶子也有用，没有水，可以接尿喝啊。

再一摸，摸到四张作业纸，他也当宝贝似的把它们留了下来。

到了大概下午五六点钟，他很想吃点东西。

可是也没有吃的东西呀。

他想起红军长征时吃过草根、腰带，自己手边的作业纸也应该能解饿吧。

他把那4张作业纸撕成碎条，一点点塞进嘴里。

嚼啊嚼，怎么也嚼不烂，咽不下去。

他又用瓶子接了点尿，喝到嘴里，把纸冲下去。

吃完这一顿特殊的饭，他还真不觉得饿了。

就这样他一直坚持到人们把他救出来。

崔昌会也有着这样吃特殊食品的经历。

地震发生时，她和数十名工人在位于山区的金河电站引水隧洞工地工作。

崔昌会当时被倒塌的工棚压住了身体。

5名工友将她救了出来，但她的胳膊、腰等部位都受了伤。

因为道路破坏得很厉害，她自己不能行走，两位工友陪了她两天后，到了15日，因为没有吃的，他们都已经饥饿难忍。

在这种情况下，崔昌会逼着工友走了。

工棚里只剩下崔昌会一个人，没有粮食、没有饮水，她将工友留下的一个梨子慢慢吃掉，又抓到一些蚯蚓，摘了一些野草，强咽下肚，以此充饥。

极度干渴时，她就用找来的两张纸，蘸自己的小便，放到嘴边舔舔。

她坚持下来了。

在地震的时候，如果一旦被困，饮水和食物的短缺是被困者面临的一个大考验。

所以，在保证安全的情况下，一定要找到身也一切能够吃进去的东西。

在这次地震中，除了上面提到的例子，还有人吃过香烟灰、卫生纸，喝过钢笔水。

有人因为幸运地和一只母鸡在一起，用母鸡生下的两个蛋维持了自己的生命。

如果面对这样的环境，你需要这样做：1.寻找自己身边一切可能会吃的食物。

2.有毒食物、腐烂物不要吃。

3.要节约能够找到的水和吃的东西，因为你不知道多久之后才会有人来救你，所以不要一下子把东西全部吃掉，要计划好，每天吃多少。

<<孩子自救自护119招>>

编辑推荐

《孩子自救自护119招(修订本)》是孙云晓结合多年经验而为孩子打造的生命安全读本。新改版，原版加印十一次，畅销数年！

<<孩子自救自护119招>>

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:<http://www.tushu007.com>