

<<人生第一课>>

图书基本信息

书名：<<人生第一课>>

13位ISBN编号：9787802204065

10位ISBN编号：7802204062

出版时间：2009-1

出版时间：中国画报出版社

作者：韩雪 著

页数：154

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>

## <<人生第一课>>

### 内容概要

《安全课》主要内容：“自明者自度，不明者师度。

”人生不但需要知识，更需要智慧，因为知识只能用以谋生，而智慧却能够使自己不枉此生。

人生不但需要经验，更需要感悟，因为经验是实践的积累，而感悟是实践的升华。

我们不仅要愉快地学习、工作，还要过一种美好的、有质量的生活。

如果孩子能在小学阶段学好以下几门在教室里学不到的课程，那他将更加健康幸福地开始自己的人生旅途。

我们生活在一个危险无处不在，安全事故问题突出的社会，据教育部统计：仅2008年一季度中小学生的意外死亡人数同比上升5%。

在上海2008年暑假就有35名中小生意外死亡。

在我们目前的教育体系中，学校、家庭将相当大的一部分精力放在了孩子的学习上，而忽略了安全教育。

在《安全课》中，安全教育专家将告诉孩子：如何杜绝事故、躲过灾难、战胜疫情，如何更好地延续自己精彩而有限的生命。

## &lt;&lt;人生第一课&gt;&gt;

## 书籍目录

一、生命高于一切，学会自救、互救1．危难来临，我们要做些什么2．发出求救信号保安全3．读懂紧急逃生路线图4．学会人工呼吸5．掌握“人中”穴的急救知识6．学会心脏按摩法安全课堂：遇到危难时，应该怎样进行急救二、掌握交通知识，不让路口成“虎口”1．认识信号灯的必要性2．学会安全乘车3．安全乘坐公共汽车常识4．乘坐公交车时加强安全防范常识5．坐火车的安全知识6．避免铁路伤亡事故的方法7．掌握乘船的安全知识8．乘船应急逃生自救方法9．乘坐飞机的安全常识10．了解航空事故自救原则11．安全行走常识12．骑自行车的规范13．雨雪天气骑车的安全守则14．发生交通事故后的自我救助安全课堂：交通事故致伤因素和伤情判断三、了解自然灾害，避免受到伤害1．自然灾害面面观2．了解自然灾害来临的前兆3．怎样做好防震应急工作？4．公共场所地震避险方法5．地震自救的4大常识6．地震避险方法7．地震后的避险方法8．防范水灾伤害的方法9．洪水逃生方案10．回避龙卷风侵袭的方法11．防止雷电伤害的办法12．暴雪天气时的出行方13．了解沙尘暴的避难措14．火山喷发应该怎么办？15．如何避免冰雹的伤害16．大灾后如何预防肠道传染病？安全课堂：地震，水灾后的衍生灾害有哪些？

四、保障学校安全。

让学校成为学生的第二“家园”1．学具使用的安全常识2．在教室内活动应该注意的安全事项3．学生课间活动应注意的安全事项4．实验课上的安全防范5．体育课上的安全防范6．学生集会、集体活动时的安全防范7．校园暴力有哪几种？8．避免校园暴力的方法9．怎样应对校园内的突发事件10．女生夜间行路安全注意事项11．学生怎样防骗12．学生怎样防抢13．学生预防食物中毒的方法安全课堂：构筑学校安全壁垒五、懂得用火、用电常识，不受火电之害1．怎样处理明火不慎引起的火灾2．怎样处理用电不小心引起的火灾3．认识消防器材4．中小学生在生活中怎样预防火灾5．火场逃生要点6．火灾发生时的紧急应对7．液化石油气着火的扑救知识……六、学会保护自己，防止意外伤害七、重视学生安全，防止出现性侵害八、提高学生自制能力，别让学生深陷网络泥潭九、重视公共卫生，避免发生事故十、掌握生长发育常识，引导学生正确对待青春期出现的问题十一、珍爱生命，远离致命的吸引力十二、构筑和睦家庭，杜绝事故伤害

## &lt;&lt;人生第一课&gt;&gt;

## 章节摘录

一、生命高于一切，学会自救、互救 2. 发出求救信号保安全 2007年8月，武汉的一名小学生放学回家被困在了电梯中，当时电梯中只有她一个人。

她马上按下了电梯中的紧急救助铃，并不断拍打电梯门，终于引来了人群，得到了帮助。

遇到危难，发出求救信号非常重要。

求救的信号有哪些?我们又怎样发出呢?

1. SOS是国际通用的求救信号，在莫尔斯电码中SOS即为...——...(三个圆点，三个破折号，然后再加三个圆点)三短三长三短。

它简短、准确、连续而有节奏，易于拍发和阅读，也很易懂。

另外还有一个最重要的原因，SOS这三个字母无论是从上面看还是倒过来看都是SOS，当遭遇海难，需要在孤岛上摆上大大的“SOS”等待救援的时候，头顶上路过的飞机无论从哪个方向飞来都能立刻辨认出来。

SOS是国际通用的求救信号，一般情况，重复三次都象征求救，根据自身的情况和周围的环境条件，可以点燃三堆火、制造三股浓烟、发出三声响亮口哨、呼喊等。

2. 在野外遇险可用火光信号。

国际通用的火光信号是燃放三堆火焰。

火堆摆成三角形，每堆之间的间隔相等最为理想。

保持燃料干燥，一旦有飞机路过，尽快点燃求助。

尽量选择在开阔地带点火。

3. 浓烟信号。

在白天，浓烟升空后与周围环境形成强烈对比，易被发现。

在火堆中添加绿草、树叶、苔藓或蕨类植物都能产生浓烟；潮湿的树枝、草席、坐垫可熏烧更长时间。

4. 旗语信号。

一面旗子或一块色泽亮艳的布料系在木棒上，挥棒时，在左侧长划，右侧短划，做“8”字形运动。

如果双方距离较近，不必做“8”字形运动，简单划动即可，在左边长划一次，右边短划一次，前者应比后者用时稍长。

5. 声音信号。

如距离较近，可大声呼喊求救，三声短三声长，再三声短；间隔一分钟后重复。

6. 反光信号。

利用阳光和一个反射镜即可发出信号光求救。

如果没有镜子，可利用罐头盖、玻璃、金属片等来反射光线。

持续的反射将产生一条长线和一个圆点，引人注目。

.....

## <<人生第一课>>

### 编辑推荐

《安全课》是“人生第一课：小学生综合素质手册”之一。  
身体是革命本钱，健康是人生基础，但是，如果不注意，“本钱”将花尽，“基础”将毁掉。  
届时，即使你满腹经纶，只是昔日黄花。

<<人生第一课>>

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>