

学校的理想装备

电子图书·学校专集

校园网上的最佳资源

生存自救常识



生存自救常识

开头的話

在这本书开始的时候，我先给大家讲一个真实的故事。

那是 50 多年前，第二次世界大战正在进行，一艘满载军用物资的英国货船，被纳粹德国的潜艇击沉了。船长沈祖挺等 36 名中国船员和 4 名英国船员爬上一艘救生艇，在茫茫的大海里整整漂流了 3 天，才在一个荒岛上登陆。靠岸时，由于海底的情况不明，小艇的底部又被暗礁划破了，根本没办法再能补上。40 个人被困在那个既无人烟，又无淡水的荒岛上。

他们身边带的淡水和食品，每人每天按 3 块饼干和两杯淡水计算，最多也只能维持 4 天的时间。

4 天以后怎么办呢？

等着饿死、渴死吗？当然不能，一种强烈的生存愿望，激励着每一个船员——一定要想办法活下去。

于是，在沈祖挺的指挥下，他们拆下了艇上一切有用的东西，在沙丘上用帆布搭起了棚子，就算是暂时的营地，用机器上的铜皮空气箱制造淡水，用海水制盐，捕捉海龟、海鸟、拾海鸟蛋、采树叶、捞海里一切能吃的东西拿来当粮食。他们一面在艰苦的环境中顽强地生活着，还一面派人在岛上伐木料，做成木筏派人去寻找有人的陆地。可惜，几次努力都失败了。

一天，一架英国皇家空军的巡逻飞机，飞到了他们居住的荒岛上空，船员们急忙点起烟火，飞机也发现了他们，第二天英国皇家空军派飞机把船员们接回了基地。到获救时，他们已在荒岛上坚持了 76 天。

我为什么要讲这个故事呢？就是告诉大家，一个人万一遇到意外事故，而又危及你的生命的时候，你必须树立起坚定的生存信心，想尽一切办法，利用你身边的一切有利条件，来保护自己。

这本书就是根据少年朋友们生活环境的实际，和可能碰到的意外情况编写的。它将告诉大家，一旦遇到意外情况，都应该用什么办法和怎样救护自己。

一、学会辨别方向

春天到了，向阳假日小队的队员们，为了执行自己制定的雏鹰行动计划和提高自己的生存能力，他们决定步行 3 公里的路程，到一个有泉水的山沟里去搞一次野餐。午饭后，还安排一段自由活动的的时间，大家可以分头去开展采野花、认识野菜等活动。

一向细心和善于思索的小队长，想到的还不仅仅是一次野餐。他首先想到的是：我们生活在熟悉的环境里，是很容易辩清方向的，到了山沟里可就不同了，单独活动时，要是有人在山里迷了路怎么办？接着又把这次活动和整个雏鹰行动联系到了一起。于是，他决定：在野餐的同时，也要帮助大家学会在野外辨别方向。

那是野餐前两周的一个星期二下午，小队长给大家布置了一项任务，野餐活动前每人要找到 1—3 种在野外辨别方向的方法，这下大家一放学，可就都忙起来了。有的去翻书，有的去请教家长，还有的去问老师……经过两周的准备，每个队员的心里都踏实了。

泉边的野餐会特别热闹，拾柴的、搭灶的、做饭的、炒菜的，大家很快就忙完了一顿丰盛的午餐。午餐以后，队员们坐在嫩绿的草地上，开始了早已准备好的小队会。

小队长刚把队会的要求说完，张宾就举手要求发言。他说：“在野外辨别方向最简便的方法，就是使用指南针。”说着，他把一个小巧的指南针，放在一块平整的大石头上，接着又熟练地放松了指南针的制动器，眼看着指针晃了几下，就不动了。

张宾告诉大家：“这白色的一端，就是北方。”

张宾本想再说下去，吴欣急忙抢着说：“让我来说一种办法。”只见她不紧不慢地摘下腕上的手表说：“如果要是没指南针，晴天时还可以利用太阳和手表测定方向。”张宾不相信地说：“指南针的针是磁针，磁针是在地磁的作用下，才能指向正南正北的，难道普通的表针也有磁吗？再说，它能像磁针那样灵活转动吗？”

吴欣听了张宾的质问，又不慌不忙地说：“用表和太阳测定方向，不是利用磁的作用，而是利用表针和太阳构成的角度来确定的。”说着她把表也平放在张宾放指南针的大石头上，又说：“具体方法是，先把表的时针对准太阳，这时表的时针和表盘上的 12 就构成了一个角，再用一根火柴杆或一根细草棍，把这个角等分成两个锐角或直角，这根火柴杆冲外的那一端就是南。”

张宾还是有点不大相信，又上前去看看他的指南针，指的方向果然和吴欣摆在表盘上那根火柴杆指的方向一样，这才信服的点点头笑了。

王然看张宾一笑，马上接着说：“我也来说一种办法。”不过她没有说具体的办法，而是讲了一个从爸爸那里听来的故事。她说，爸爸是一个地质勘探队员，整天在一望无际的沙漠里勘探石油。一天，太阳平西的时候，他和一个同伴到离营地本来不远的地方去立一根标杆，走的时候天是大晴的就什么也没带。结果路上突然起了风暴，飞沙打得他们睁不开眼睛，只好稀里糊涂顺着风往前走。等风停了以后，天已大黑，他们已不知东南西北。爸爸说：“咱们不能瞎走了，等找到北极星，定准了方向再往回走吧！”

爸爸他们仰卧在沙丘上，天上闪烁着数不尽的亮晶晶的星星，他们首先找到了大熊星座，也就是我们常说的北斗七星，因为这七颗星摆成了一个勺子形，人们又叫它勺子星。他们把勺子底和勺子口的两颗连成了一条线，再把这条线向前延伸，就在这条延伸线上，看到了一颗比较亮的星，那就是北极星。因为北极星永远挂在北方的天空上，所以爸爸他们终于找到了北。

他们又回想起出发时，是对着太阳向西行的，而暴风又是从背后刮来的，于是他们确定了自己的方位，回营地是应该从来的方向转过身往东走，按着北极星指示的方向，在天亮的时候，他们终于找到了营地。

王然还没等别人接话，马上接着说，爸爸还告诉过我，晚上没有太阳，只要有手表，还可以利用月亮来确定方向。当时要是上弦月（即月牙的两个尖向上），18点月牙在正南方；24点月牙在西方。月圆时，18点月亮在东方；24点月亮在南方。下弦月（月牙的两个尖向下）时，24点月牙在东方；早上6点月牙在南方。这些办法，虽然不是特别准确，但也差不了太多。

第四个发言的是郑宏，因为他课外书读得多，所以大家都亲切地称他“小博士”。

他说，辨别方向的方法很多，除了张宾和吴欣说的那些办法以外，还可以根据大自然的一些现象，来判断东南西北。比如：单独生长的大树，向南的一面枝叶总是长得又密又大，而向北的一面，就显得不那么茂盛；如果碰到锯倒的大树，你还可以发现在树根上的年轮，向南的一面要比向北的一面宽得多；还有，就是在潮湿的山沟里，一些树木的树干或是大石头上，常常可以看到一种叫做青苔的菌类植物，这些青苔都是长在树干或石头的北面；在北方如果是冬天或是初春山坡上的雪总是南面的先化。这些自然现象，都是帮助我们判断方向的好办法。

他还告诉大家，一些建筑物和一些不大被人注意的地方，也都有一定的方向性。比如，农村的主房，门窗一般都向南开；大大小小的庙宇，门一般也都向南开；在野地里要是遇到坟头，常常可以在圆形的坟头上，发现一个用三块石头搭成的小“门”，这个小门也都向着南方。这些办法，虽然不是十分准确，但对帮助我们辨别方向，也可以起到一定的作用。

郑宏说的这些办法，是不是都对呢？小队队员们在采集野花、野菜的活动以及回城镇的路上，一样样都得到了证实。

李辉在一块荒地边上，遇到一棵正在开花的大梨树，经过仔细观察，他发现有一面的树枝，确实比另一面长得长一些，而且花也开得比另一面多，他急忙喊来张宾，用指南针一测，枝长花多的一面果然是南。

在一条沟里，吴欣发现在几块大石头上有干枯发白了的青苔，自己用表针和太阳的关系一测，结果真是差不多。

路上，他们又测了农村房子门窗的方向，大致上也都是向南的。大家一边走一边高兴地说，今天这次野餐真不错，既学到了生活本领（指做饭、做菜）又学到了生存本领，真是一举两得啊！

当然，大家心里都十分感谢他们能干的小队长。

二、暴风雨袭来的时候怎么办

暑假到了，庆丰小学五（2）中队蓝天假日小队的队员们，和乡下手拉手的勤俭小队早已商量好，利用假期进行一次互访活动。勤俭小队先到城里来，就住在手拉手小伙伴们的家里。然后，蓝天小队的队员们，再到乡下去，同样住在乡下小伙伴们的家里。用他们自己的话来说，这叫互相了解和体验城乡生活，提高自己的生存能力。要说这次活动收获最大的，还是蓝天小队，他们不仅熟悉了农村生活，同时还获得了不少在暴风雨中如何救护自己的常识。

那是蓝天小队到乡下的第二天，勤俭小队的队员们带领蓝天小队的队员们到村后的山坡上去捉蝈蝈，大家正玩得高兴的时候，勤俭小队的小队长郑双，急忙来到蓝天小队的小队长江洋跟前说：“咱们赶快回去吧！很快就要起暴风了，说不定还要有大雨。”江洋不解的问：“你怎么知道的？”郑双指着西北的天边说：“你看那边的乌云多黑呀！还打着卷，那就是要起暴风的征兆，要不赶快回家，我们就有被暴风卷走的危险！春天起的一次暴风，还卷走村里两只羊呢！”

郑双抬头一看，西北方向的天空，果然是乌云翻滚。郑双立刻招呼大家集合赶快回村，他们刚刚跑进村口，暴风就跟踪而来，飞沙打得大家睁不开眼睛，豆粒大的雨点，也一个接一个砸了下来，幸亏他们跑得快，终于在暴风雨到来之前，都回到了家里。

暴风雨来得急走得也快，不到两个小时乌云就已散尽，又是蓝天一片。晚上，两个小队的队员们，正在学校的操场上开故事会，勤俭小队的中队辅导员王老师来了，他说：“白天下地干活去了，暴风雨来得突然，不知大家受到什么伤害没有，特意来看看大家。”

江洋急忙高兴地说：“没有，没有，多亏郑双有经验，一看西北天边卷起黑云，马上就通知我们往家跑。要是再晚一会儿，说不定就叫暴风把我们隔在野外了，那样可真说不定要出什么事了。”

王老师听后想了想说：“是呀！这么大的风暴如果正在旷野里，真是挺可怕的。不过，要是真的遇到这种情况，也不要慌，沉着冷静，同样可以找到自救的办法。比如：你可以蹲在大石头、大树根、大土丘的背面，或是背风的山角、洼地等地方躲一躲，千万不要乱跑。实在找不到避风的地方，就干脆趴在地上，拽住草根或是小树一类的东西，都可以避免或减少大风把你刮走的可能性。”

接着，王老师看看蓝天小队的队员们又说：“你们城里的小朋友还要注意，在城里要是遇到暴风，一定要躲到楼房的楼道里去，千万不要站在楼外的墙根下，免得楼上的花盆一类的东西掉下来打着你，也不要宣传牌、广告牌一类的地方避风，因为这些设施有的不那么牢固，一旦倒下来，也容易伤人。”

队员们听了王老师的话，都觉得自己一下好像长大了许多，心里想：这些常识可是一辈子都有用呀！

第三天，蓝天小队在勤俭小队的带领下，参观了一座古庙，下午到村外一条小河里去玩。嘿，这条小河可真干净，河水清澈见底，河底全是细沙，真是好玩极了。队员们有的捉小虾、有的游泳、有的打水仗，玩得真是开心极了。连郑双的小狗都在岸上跳来跳去，可能是着急自己

下不了水。

玩着玩着，郑双又急忙来提醒江洋说：“江洋，你看看那边！”江洋回头一看，惊讶地自语说：“怎么，西北方的天边又起了黑云，难道还要来暴风？”

郑双说：“看样子今天倒不是暴风，而是要下大雨。”

“你怎么知道？”

郑双说：“你仔细看，那黑云和昨天的不一样。昨天是打着卷的，今天是挂着‘雨布’。”江洋仔细一看，可不是，远处天边的雨帘，像瀑布一样从天而降，可是他并不想回村，脑子里立刻出现一个新主意，就对郑双说：“咱们不回去不行吗，顶着雨在水里玩不是更有趣吗？”

郑双马上反对说：“那可不行，你没看见吗，下雨的地方是小河的上游，雨又那么大，咱们这里是山区，山水来得又急，小河说涨水就涨水。去年村里有两个孩子，就是上游下大雨时没有及时上岸回家，等山水来了他们才跑，结果，人是跑上岸了，衣服却被大水冲跑了。江洋一听，立刻同意了郑双的意见，马上把大家喊上岸来，穿好衣服就带着大家往回走。

吃完晚饭，又是雨过天晴。江洋提议，咱们到小河边去看看涨没涨水？郑双立刻答应了。他们来到小河边，小河可不是原来的样子了，水涨大了，也变混了，水流也比原来急了很多。郑双拣了一根树棍插在了水边，不一会儿，河水就漫过树棍半尺多。江洋惊奇地说：“啊，这水涨得真快呀！”郑双说：“这是水头已经过去了，要是赶上水头下来，还能掀起一两尺高的浪哪！那才吓人呢！”

两人正说话间，只听一个队员喊：“小队长，你看水里漂的是什么？”

江洋仔细一看，是几个香瓜，还带着秧呢。接着又漂来一个大西瓜，还有乱草、干树枝什么的，说时迟那时快，几个队员脱衣服就要下河。郑双和几个勤俭小队的队员急忙制止说：“那可捞不得，太危险。”郑双告诉大家：“这种山水冲下来的东西千万捞不得，你别看水不深，但水流急，水里的杂草、庄稼棵、树枝、树根等杂物太多，很容易刮伤人，再说水急也能把人冲走，这山水又格外的凉，更容易使人抽筋，那就更危险了。”江洋和蓝天小队的队员们一边听，一边点头，他们都自然地想起了临行时中队辅导员嘱咐的话：“到了农村遇到特殊情况，一定要听从勤俭小队同学的意见，因为他们有丰富的农村生活经验。”这时他们都感到了辅导员为他们想得真周到。

晚上，王老师又来看望大家，问大家今天的活动情况，江洋把白天在河里玩和晚上看水的事都说了。王老师首先肯定了郑双和勤俭小队的做法，他说：“俗话说，水火不留情，这是大自然强加给人类的一种灾害，它既能毁坏房屋，更能伤害人类和牲畜，而且又常常是不可抗拒。因此，我们对待大水，是丝毫也不能大意的。像你们今天就做得很对。

接着他又给大家讲了不少在大雨到来之际，应当如何注意安全的办法。

他说：“要是遇上今天这样的大雨，当时你要是在山沟的河谷里，就一定要尽快爬到高处去，决不能顺着河谷往下游走。因为河谷两面的山很陡，山水很快就会流到河谷里来，并形成滚滚的急流，躲不及就能被洪流卷走。

“还有，就是夏季雨水多，土壤的湿度较大，下大雨的时候，你要是在山脚地带也要马上离开。因为大雨的冲刷，一是山上容易滚下石头来，把你砸伤；二是山体也容易滑坡，甚至出现泥石流，那样危险就更大。

“再就是夏季，特别是伏天，常常发生这样的现象，你正在小河游泳，或是捞鱼、嬉戏。突然，发现河水变混、上涨，这时你必须马上离开岸边，这是山洪到来的前兆，如果逃得不及时，很容易被山洪卷进浊浪里去。”

王老师讲完防暴雨，又像想起什么似的说：“对了，还有一个问题，我也得提醒一下大家，常言说：雷阵雨三后晌，我虽然说不出它的科学道理，但这可是人们经过长期观察，总结出来的天气变化的规律。就是说，明天还可能出现雷雨天气。”

王老师说：“雷电的袭击也是自然界中不可抗拒的灾害，你们注意到村东路口那棵分成两半的大槐树了吧。那就是前年一道闪电，紧跟着一声巨雷给劈开的。在乡村，夏天打雷击伤人畜是常有的事，这种击伤人畜的雷叫落雷。这种落雷相对来讲，农村比城市要多一些。这是因为城市一些高大建筑都有避雷针，而农村没有这些设施。所以生活在农村或是在山区、旷野里防止雷击就显得更加重要。当然，城市里也不是绝对没有落雷，因此也应该提防。

无论在农村还是在城市，遇到闪电雷鸣的时候：

1.在家里，一定要把南北两面的窗子和门都关起来。这是因为阴雨天流动的气流中容易带电，流动的空气一旦在屋子里形成对流，很容易把电荷带进屋子里形成闪电，这是相当危险的。

2.打雷时还不能打电话，也容易形成雷击。

3.平时家里的各种家用电器，最好都接地线，不用时一定要把电源断开，这是防止雷击的好办法。

4.如果闪电离你家很近，无论是看电视、还是听广播或是使用其它电器，最好都马上停止，并切断电源，以防止万一。特别是电视，就是不遭雷击，响雷时产生的感应电压，也能缩短电视机的寿命。

闪电雷鸣常常和大雨伴在一起，就是我们常说的雷雨天气。

假如雷鸣闪电到来的时刻，你正在野外，这就更要多加小心了。

1.不能到孤立的大树下避雨，因为孤立的树冠在阴雨天要产生放电现象，如果和云团中的异性电荷相遇，就要产生闪电，这也是形成雷电的原因，所以雷雨天在孤立的大树下避雨最危险。

2.在野外的山坡上或是旷野里，由于农民的临时需要，常常可以看见一间间草棚，雷雨到来的时候，人们总是很习惯地钻进去避雨，其实这也是很危险的。因为草棚虽然不高，但在旷野里或是山坡上，还是突起的地方，同样易遭雷击。

3.雷雨来临的时候，特别是雷声离你很近的时候，你也不要再在旷野里行走、站立或是骑自行车。雷雨来临时你可以坐在地上，并把自行车也放倒在地上，等雷声过去以后再走，这样就可以避免雷击的危险。

4.在农村，雷雨到来的时候，一定要回到自己家里去，不要在场院上或村边的草垛里避雨，因为草垛在阴雨天里潮湿带电，遇到空气里的异性电荷，就会产生雷电，在这类地方避雨，同样会受到伤害。

5.雷雨天气里还不能在河里游泳或在水上划船。因为游泳时你的头部高出水面；划船时你的身体突出水面更高，这样都容易遭到雷击，必须时刻提高警惕。

6.还得离高压电线远一些（要求在18米以外），因为高压输电线路的电压都在万伏以上，高压电线又都是裸体线，一旦电线被雷击断，落下来碰到人，那就要造成伤人的大事故。

王老师讲的这些防雷电的知识，对蓝天小队的队员来说，实在是太新鲜了，真比上一堂常识课还生动，队员个个都瞪大了眼睛，心里那个高兴劲，用文字真是难以表达出来。夜都挺深了，他们才送走了王老师，跟着各自的小伙伴回到了家里。第二天的活动日程，上午和勤俭小队的伙伴们为村里的五保户上山割草（晒干了当柴），下午是到小河边捉鱼。到了四点多钟的时候，西北的天空果然又布满了乌云，由于大家心里都有了充分地防雨、防雷的准备，谁都没有贪玩，早早地上岸回到了勤俭小队的教室里，等雷雨到来的时候，他们的诗歌朗诵会已经开始了。大家都说，昨晚王老师讲的防雷雨常识真好，昨天讲今天就用上了。

七天和农村小朋友手拉手活动很快就结束了，蓝天小队的队员们带着许多课本上学不到的知识，回到了城市的家。

三、遇到盗贼和骗子怎么办

黎明小学少先队大队，为了进一步落实雏鹰行动，正在开展全校性的“自救章”达标活动。五（2）中队的练飞假日小队，为了加强队员们防盗、防骗意识，提高大家的生存自救能力，特意请来管片民警张叔叔，给大家讲防盗、防骗知识，使大家受了一次生动的教育。

张叔叔说：“我们的国家改革开放以来，各项事业都发展得很快，但也有少数坏分子到处行骗、盗窃、破坏社会治安，小学生随时都要提高警惕防止受骗上当。”他告诉大家：

1.如果一个人在家，要是想到外面去玩，不管走得怎样急和遇到什么情况，临走时都要把家里的门锁好。别给小偷留下做案的机会。在咱们这个地区里，就发生过这样一件事。

一天，一个叫京京的孩子，开着房门和站在走廊里的王路说话。楼上的燕燕喊他俩玩游戏机。

京京一听说玩游戏机，把什么都忘了，拔腿就往楼上跑……等妈妈回来，发现家里被翻得乱七八糟，还丢了600多元钱。原来是京京忘了锁门，家里溜进了小偷。你们看，这个损失多大呀！

2.一个人在家的时候，一定要把门反锁好。有人敲门，可以装作没听见，不要轻易去开。防止坏人闯进来抢钱、抢东西或干其它坏事。有个叫芳芳的小朋友做得就很好：

一天，芳芳一个人在家里写作业，突然传来几下“笃，笃”的敲门声。她刚要站起来去开门，一想，不对。爸爸妈妈都有钥匙，何必敲门呢？要是坏人，门一开可就什么都晚了。

过些时候，芳芳听没声音了，她打开房门干脆把防盗门从里面锁起来。她想，如果再有人敲门，我开门看看也不怕了。

你们看，芳芳多细心呀！

3.如果一个人在屋里，听见外面有人撬锁，那就要赶快想法跟楼外联系，请楼里人或过路人帮助。去年秋天，就发生过这样一件事：

一个叫平平的小学生，正在家里看书，外面有人敲门，但他没有理睬。过一会儿，外面传来“喀啦，喀啦”的撬锁声。平平立刻意识到：“不好，有人撬锁！”他灵机一动，赶紧跑到后凉台摇摆红领巾报警。院里值班的王奶奶急忙问他出了什么事，平平把写好的纸条攥成团扔了下去。

王奶奶一看，先找人把住单元门，又去给派出所打电话，很快就把坏人抓住了，你看平平多机灵。

4.要是真的碰上了小偷，小学生年龄小，力气也不大，不要直接和他硬拼，而要冷静地想个巧妙办法对付他。这种情况我们派出所也是有过案例的：

一天放学，一个叫倩倩的女孩，一走出电梯，就发现有两个人站在她家门口，像是在撬门。她镇静了一下，假装没看见，就上楼去了，在同学家里给居委会打了电话，先封住单元门。接着又向派出所报了警，说清了自己家的楼号、单元号、门牌号。办完了这些事，她再回到自己家门口时，发现门已被撬开，仔细听听，屋里还有响声。不一会儿，警察叔叔和居委会的奶奶们都来到了，一下就把小偷堵在屋里。

5.在楼里或院子里，看见形迹可疑的人，一定要对他提高警惕，并要尽量劝他离开，防止这些人顺手牵羊偷东西。

就在咱们这个管片里，一个叫小强的孩子，看见一个提包的人进了院子，他东瞧瞧西望望地好像在找什么东西，于是小强勇敢地走上前去，很有礼貌地问：“叔叔，你找谁呀？”那个人说：“不，我不找谁，我是收旧手表的。”小强一下想起民警叔叔讲过的防盗故事，就对那个人说：“我们这个院里没有卖旧手表的，请你到别处去收吧！”小强一直把那个人目送得老远，才放心地回到了家里。你们看，小强的警惕多高啊！张叔叔说，除了上面讲的这些，还要随时注意身边一些可疑的现象，提高自己识别坏人的能力，争取为社会除害，为社会除了害，同样也是保护了自己。张叔叔还讲了这样的两个故事。

第一个故事是：

王祥和李义上学的路上，碰到一个人拉的架子车陷到了泥坑里，就赶快去帮忙。他们费了好大劲，才把车子推出泥坑。可是有个现象使王祥犯起疑来，车上只是一堆乱草和破筐，怎能那么沉呢？李义说：“草下可能有别的东西吧。”他们立刻到学校告诉了辅导员。辅导员和体育老师一起追了上去，扒开乱草一看，车上都是城里水井的盖和马路边的铁蓖子。为了这件事，派出所还表扬了王祥和李义，说他们是细心除盗的好学生。

另一个故事是：

一个叫王燕的小学生，一天放学回家，发现自家门被撬，屋里也被翻得乱七八糟。她立刻想起进大门时迎见的三个收破衣服的人，就赶忙追了出去。那三个人正坐在远处一个拆迁工地旁边，王燕走过去一看，发现一个人手里拿的正是妈妈放钱的皮夹子，但她没有上前去追要，而是装着闲玩的样子，一直远远地盯着他们，等那三人到了一个公共汽车站，王燕才跑上去抓住拿妈妈皮夹子的人，高喊：“他们是小偷！”在众人的帮助下，把那三个人扭送到公安局，一审查，果然是个盗窃团伙。

讲完防盗，张叔叔又告诉大家，现在少数坏人，还常常抓住孩子年幼，缺少社会经验的特点，进行欺骗。我们也要提高警惕，不要上坏人的当。那么，我们应当从哪些方面防止受骗呢？张叔叔说：

1.我们无论在什么地方，凡是自己不认识的人，不管他把事情说得多么紧急，你也不要轻易相信。否则，就容易上当。

小明就碰到过这样一件事：一天放学，小明喊了声：小刚再见。就各自回家了。在楼门口，匆匆走来一个陌生人把小刚拉住说：“啊！你是小刚吧。你爸爸叫车撞了，住进医院，我是来给取钱的。”小刚本想问个明白，可陌生人老是催小刚快点回家拿钱。小刚一想，我不能带生人进家，就到李爷爷家打电话找妈妈。陌生人没敢进李爷爷的门就溜走了，其实爸爸什么事也没有。

2.在院子里，有陌生人不管问什么，都不要轻易告诉他，最好把他支走。一个叫小亮的小朋友，碰到一次这种情况，就做得很好：

一天小亮和小朋友在院子里玩，突然来了一个从来没有见过的人，那个人自称是煤气公司的，小声地问大家，这楼里哪家有人，那家没有人？小亮想，他问这个干什么呀？是不是知道哪家没人，他好去偷东西？于是说：“这楼里呀，哪家都有人，你进去找吧。”那人没趣地说了一

句“这小家伙。”转身就走了。

3.在公园或公共场所，一旦和爸爸妈妈走失，不要哭叫，也不要乱跑，要到公园或是商场的管理部门，请那里的叔叔阿姨帮忙。咱们区里一个叫小海的孩子，就是这样做的。

星期天，小海跟爸爸妈妈到动物园去玩，猴山的人太多，一下把他们挤散了。小海急得想哭，可马上又镇静下来，他觉得一哭，坏人就会知道他找不到妈妈了，容易上当。他平静地找到一位穿着公园里工作服的阿姨，问：“公园的办公室在哪儿？”公园办公室的阿姨，打开了广播器，全公园都响起了为小海找妈妈的声音。不一会儿，爸爸妈妈就来了，爸爸夸小海有办法，妈妈嘱咐小海以后别乱跑。

4.拣到东西，最好送到派出所去，民警叔叔可以帮助找到失主。不要自己拿着拣的东西在路边等，这样也容易让坏人骗去。一叫丹丹的女孩，就曾差一点上当。

一天，她在放学的路上，拣到一个小皮包，打开一看，哇！里面有好多钱，她立刻想到：丢钱的人该多着急呀！我在这里等他来找吧！不一会儿，从她身后走来一个人，小声对丹丹说：“小姑娘，你的皮包是拣的吧！”丹丹刚说个“是，”皮包就被来人给拿去了，说了声“谢谢！”转身就走了。丹丹一想，不对！怎么没问问他里面都有什么东西，就让他拿走了呢？于是赶忙去追。幸亏一个骑自行车的警察叔叔帮忙，那个骗子才没得手。

那么，一时粗心，真的受了骗，又该怎么办呢？张叔叔说：“那就应该想办法逃出骗子的魔掌，要能想办法把骗子抓住，当然更好了。

一个叫刘义的孩子，就有过这样一段经历。一次，刘义和妈妈赌气私自离开家去找爷爷。在电车上，一个40多岁的人，好像看出了他的心事，花言巧语和他聊起来。三聊两聊刘义就把他当成了好心人，竟跟他下了车。一直到了火车站，刘义才感到自己是受骗了，他心里开始暗暗盘算如何脱身。到了剪票的时候，他一头扑进一位铁路警察叔叔怀里，喊：“叔叔抓住他，他是骗子！”骗子落网了，刘义也接受了赌气出走和听信骗子谎言的教训。

张叔叔还告诉大家：小学生在外面要是吃了坏人的亏，回家一定要跟爸爸妈妈讲，不要不敢说，总让坏人逞凶。在这种事面前，向阳小学四年级的娟娟和晶晶就做对了。

一天放学，娟娟和晶晶走到一个墙拐角，突然窜出两个比他们大得多的男孩子。那两家伙把刀子一亮说：“把兜里的钱全掏出来！”……娟娟把路上被抢的事告诉了妈妈，妈妈找到了学校，学校非常重视这件事，马上报告了派出所。第二天派出所的叔叔，早早就在远处等着。一放学，那俩坏家伙果然又出来拦截女孩子，立刻被警察叔叔带走了。

小队会就要结束了，张叔叔说：“社会上的坏人各种各样，他们干的坏事也是形形色色，我今天讲的都是容易碰到的。坏人只要干坏事，他们总是想尽各种办法掩护自己。为了保证人们有个安全幸福的生活环境，我们小学生，必须时刻睁大自己警惕的眼睛。防止受骗上当。”

四、发生火灾时怎么办

在市消防队的接待室里，坐着十几名系着红领巾的少年，他们是红光小学四年级志远假日小队的队员，为了落实雏鹰奖章行动“自救章”的达标要求，队员们正在倾听王大队长给他们讲述防火知识和遇到火灾后如何自救的常识。

王大队长说：“在我们日常生活中，失火是经常发生的灾害之一，每年都会给人民的生命财产造成严重的损失。而且有相当一部分的火灾，都是因为不慎造成的。所以，每一个少年儿童，都应当从小就树立起强烈的防火意识。”

第一，王大队长讲的是燃放鞭炮问题。他说：现在就全国来说，有相当一部分地区，在过年过节的时候，还是允许燃放烟花爆竹的。当然，这也是少年朋友们喜欢的一项活动。然而，由于少年朋友们缺乏燃放经验和目前一些鞭炮的质量也不好，每年都有不少小朋友受它的伤害，或是引起火灾，给群众的生命财产造成了不小的损失。那么在燃放鞭炮时，都应注意哪些问题呢？

1. 树立起自我防范意识，就是说先要想到保护自己。这就要做到，不燃放“二踢脚”一类的大型的巨响鞭炮，只放一些小鞭；点燃药捻后要马上离开，更不能拿在手里炸响；对不响的鞭炮，要把它放到一边，不要拿起来看。因为有的鞭炮药捻燃得慢，延续时间很长，拿在手里很容易爆炸伤人；对确实不响的鞭炮，也不要扒开外皮，用香火去点燃火药，因为火药燃得很快，很容易伤到人。

2. 城市里的小朋友，不能在凉台上放鞭炮，不管自家还是别人家的凉台上总是堆放一些杂物，炸后的鞭炮纸到处乱飞，如果带余火的纸片落到杂物上，就能引起火灾。要是允许放的地区，也得到大街上去放。农村的小朋友，也不要再在院子里或场院上及离柴、草垛近的地方燃放。因为鞭炮炸后的火星，特别容易引起火灾。

3. 还要注意，放鞭炮和烟花时，不能对着人放，就是和好朋友开玩笑也不行，因为那样能伤着别人。

4. 鞭炮还不能在有“禁止烟火”标志的地方燃放，比如：油库、液化气站、堆有易燃品等地方。一旦在这些地方引起火灾，后果更是不堪设想。

第二是家庭防火常识。王大队长说：在家庭生活中，需要防火的地方也不少，我们主要讲讲常碰到的几种情况。

1. 要学会使用煤气、液化气。在点燃煤气液化气的时候，必须先把火柴划着，放在气灶眼跟前，再去拧开气灶的开关。千万不能先开开关后划火柴，那样煤气、液化气先泄漏出来，后见明火，就很容易出危险。在煤气上烧水或是煮东西，人不能走开去做别的事情，防止锅（壶）里的水溢出来把火浇灭，煤气弥漫在屋子里酿成事故。

如果发现煤气泄露，绝对不能划火柴和用打火机再去点煤气灶，因为泄漏出来的煤气、液化气，遇到明火就会燃烧甚至爆炸。也不能开抽油烟机和排风扇往室外排，在夜间还不能开灯，因为这些电器用品在打开开关的一瞬间会产生火花，这种火花能引燃房间里充满的煤气或液化气，造成更加可怕的后果。而是应该打开南北的门窗，把煤气放出去，

这样才安全。

2. 如何注意用电安全。使用家用电器，往插座上插接电源时，不能触摸插头裸露金属的地方。对家电的电源明线或室内的明线要经常检查，发现裸露的地方要及时用电工胶布裹好，防止电线短路引起火灾。

使用电炉、电热杯、热得快等一类的电热用品时，一是不要放在木制台面上；二是插上电源后就不要离开，防止水烧干了起火。食物或水烧好后，要马上切断电源。夏季使用电蚊香时，一是远离塑料之类的易燃品；二是早晨起来一定切断电源，防止发生意外。

3. 冬季炉火取暖的安全。到了冬季北方没有暖气的住宅都要生炉子取暖。夜间在炉子周围烤衣物，一定要离得远一些，一免夜间炉火燃旺后，烤着衣物引起大火；倒炉灰时，一定要检查是否燃尽和凉透了，别把带余火或是高温的炉灰倒到室外去，防止死灰复燃，在其它地方引起火灾。

4. 炒菜时锅里的油温度高了，一旦碰上明火，油就会在锅里燃烧起来，遇到这种情况，不要慌，一是不能往锅里倒水；二是千万不能把锅扔到地上，这些做法，都会使锅里的油溅出来，不仅会烧伤自己和周围的人，还会引起大火。遇到这种情况，可以把锅盖起来，让锅里燃着的油和空气隔离，火自然会熄灭；还可以把切好的菜倒进锅里，锅里温度一降低，火也会自动灭的。

第三是野外防火的问题，所谓野外，就是村镇以外的山沟或是田野里，少年朋友常觉得这些地方离房舍较远，或是出于好奇，或是烧吃一点得来的野味，就点起火来，其实这正是引起山火的重要原因。王大队长再三提醒少年朋友们，千万不要随意在野外点火，以免发生意外。

1. 秋天，少年朋友们在野外常常可以找到青玉米、农民收获时落下的花生、毛豆、红薯一类的庄稼，或是找到几只螳螂（其实螳螂是益虫不该扑杀）、大蚂蚱之类的小动物，总想就地拣点干树枝、干草叶，生起火来烧食这些东西，这是很危险的事情。因为稍有小风一吹，就会把火星吹得四处乱飞，飞起的火星，一旦落到干枯的草丛里或是树叶上，就会引起大火。这样的山火想救都很困难。

2. 少先队常常到山岗上、小河边去野炊，这本是一项很有意义的活动。但在野外生火做饭，一定要把防火放在首位，这就要求大家做到：

一是生火的地点，最好选在河谷地带，因为河谷里一般都不生长草木，同时离水也近，一旦刮走一点火星也容易熄灭。二是搭好灶，有了灶风不易把火吹走，比较安全。三是加柴不要太多，火苗够用就可以，不可把火烧得过旺，防止发生意外。四是野炊结束后，一定把火堆扒散，再多打一些水把火彻底浇灭后再离开。

3. 农村的少年朋友，因为看庄稼、果园或是狩猎等活动，常常跟大人在外面过夜，夜间总是喜欢燃起一堆篝火，或是驱兽、或是驱寒，遇到这种情况，同样要提醒家长注意防火问题。

讲完防火，王大队长又给大家讲了一旦遇到火灾应当如何想办法保护自己，他说：“火灾常常是在人们毫无准备的情况下发生，而轻重程度和受灾地点又千差万别，具体应当采取什么办法来应付，使自己不受损失和伤害，这就要大家能做到灵活机动。”

1. 家里的电线或是电器，要是突然起火，应该马上去切断电源，然

后再去灭火，绝对不能带电救火。带电救火，不但不容易扑灭火源，还有触电的危险。如果是家里的电视机起火，断开电源以后，还不能往上泼水，以免引起显像管爆炸伤人，而是要用沾了水的棉被去把它捂起来。这样既能灭火，又不致出其它危险。如果火势较大，自家不易扑救，就要赶快报警。请消防队来扑灭。

2.发现火灾要及时报警，不要自己冲向火场。北京市一个中学生，一天傍晚，发现邻居家突然窜出滚滚浓烟，他立刻意识到这是发生了火灾。于是他一边喊邻居救火，一边给消防队打电话报警(电话号码119)并说明了发生火灾的地区、街名和门牌号码。做完这些，他又跑到胡同口去堵截进入胡同的车辆，告诉司机们，胡同里发生了火灾，救火车马上就到，免得妨碍救火。

由于这位中学生镇静而有序的工作，使消防车迅速地到达火场，顺利地扑灭了大火。事后，人们都说这位中学生临阵不慌，把事情做得那么井然有序，真是尽到了一个小公民的责任。当然他也是我们的榜样。

3.国家规定，未成年的少年、儿童，不能参加火灾灭火工作。因此，在发生火灾的时候，要尽快地撤离现场，或是想办法保护自己。

楼房里发生火灾时，家要是在着火点的楼下，你就锁好家门，赶快离开楼房，也不要近前围观，以免妨碍大人救火。你家要是在着火点的楼上，那就要打开房门看看楼道里烟雾大小、是否畅通，再决定是否往楼下跑。如果烟雾不大，可以用一块湿毛巾把嘴捂起来，锁好家门再跑，这样可以避免烟雾里的有毒气体，致使你中毒晕倒。跑时还要尽量弯着腰，因为烟雾总是高处浓，低处淡。楼道里烟雾要是很重，甚至看不见路，那你只有把门关严，时间要是来得及，可以在门前泼几盆凉水，再打开窗子向外面求救。无论楼层的高低，都不能贸然地往楼下跳。

遇到平房起火时，那就锁好门，迅速离开火灾现场即可。大火就是殃及了自家，你也不要闯入救火人的行列，因为你是未成年人。要相信邻居和消防队员都会尽力抢救的。

4.怎样避开山火袭击，山火的破坏性很大，它不仅能烧毁森林，甚至能吞没村庄，而且扑救起来还很困难。少年朋友必须对野外的山火引起足够的重视。到野外活动时如果发现山火，一定要想办法，尽快去向最近村镇的领导或是有关防火部门报警，不要直接去扑救。如果你处在离山火很近的地方，就要想方设法避开山火的袭击，而且不能顺着山火前进的方向跑，因为你跑得再快，也没有山火前进得快。而是应该向着山火卷来方向的侧面跑，躲开山火的势头，再找火势薄弱的地方，逃到安全地带。要是在草甸子里遇到野火，实在逃离不及，有条件可以先把自已跟前的草丛点燃，烧出一片空地来，也可以减少自己被卷入火场的危险。

访问结束了，队员们都夸王叔叔讲的防火知识和在火灾面前如何自救的办法，又生动又实际，如果在生活中遇到这些情况，就知道该怎么处理了。这些本领，真是和课本上的知识一样的宝贵。

五、中暑、煤气中毒怎么办

放暑假了，红光小学四（2）中队的雏鹰假日小队，为了队员们假期活动的安全，小队长李英就在自己家里，开了一个使大家都感到难得的一次小队会——请当医生的妈妈，给大家讲了如何预防中暑和急救的知识。

妈妈首先告诉大家，什么叫中暑和人为什么会中暑。她说：“中暑是由于夏天太热，出汗过多造成的一种疾病，主要病状是：头晕、头痛、恶心、呕吐、浑身无力，严重时手脚抽筋、心跳加快、呼吸困难、面色苍白、体温升高、甚至昏迷、休克。”

那么人为什么会中暑呢？这是因为人的身体每时每刻都在产生热，运动或是干活儿的时候，产生的热就更多。人身体里不能积存这么多的热，就得随时散发出去。散发热主要通过全身的皮肤。皮肤出汗，可以加速热的散发。

人体的散热活动主要由体温调节中枢掌握。这一部分出了毛病，身体里的热散不出去，越积越多，就会发生中暑。

中暑可以分下面几类型：在又热又闷（湿度大）的环境中活动，体内的热不容易散发，越积越多。于是体温升高，从平时的37℃左右可能升到40℃以上。这时候体温调节中枢乱了步调，不能进行正常的指挥，皮肤干燥无汗，热得发烫，人就会感到头疼，恶心，甚至昏倒，有的还胡说。这一类中暑叫“过热症”。

在外面活动没戴草帽，强烈的阳光直接晒在头上，时间久了，脑部的温度就会提高好几度，人也会觉得头痛、头晕、烦躁不安，甚至会昏倒，说胡话。这一类中暑称为“日射病”。

人在炎热的环境中，皮肤和肌肉里的血管会自己扩张，如果扩张过度，大量血液分布在皮肤和肌肉中，回到心脏去的比较少，血压就会降低，脉搏会变得细弱，呼吸变浅，全身出冷汗，人感到心慌无力，甚至会神志不清。这种现象叫做“中暑衰竭”。

另有一类中暑是因为在高温环境中活动，出汗过多而造成的。热天活动，总要出汗。汗里有盐，汗出多了，人体就会缺盐。如果盐缺得过多，就会引起肌肉抽筋，特别是小腿肚的肌肉容易抽筋，有时候肚子上、手上、脚上的肌肉也会抽筋，疼痛难忍。这种情况称为“热痉挛”。

也许你们会问：大热天不只热着几个人，为什么有的人中暑，有的人不中暑呢？这除了保护得好不好之外，还跟每个人的身体强弱有关系。太胖的人和身体弱的人，特别是心脏有病的人，就容易中暑；睡眠不足，胃口不好，饮食不正常的人，也容易中暑。

怎样才能防止中暑呢？李英的妈妈说：我们知道了中暑的原因，就可以有针对性的采取一些有效的措施来防止了，这就要求我们做到：

- 1.要合理安排在户外的活动时间，尽量躲开太阳的曝晒。比如：你们中小队要在野外露营，采集标本、举行小型比赛一类活动，都应该安排在上午9点以前，9点以后就可以安排在树荫下活动。如整理采来的标本，开个故事会或是自由活动。下午4点钟以前组织大家游泳，等4点以后太阳不那么热了，再开展野地里的活动，这样就比较安全了。

- 2.有些必须在太阳下进行的活动，应该戴草帽，没有草帽可以采些

长茎大叶子野草、树枝、野蒿、细柳条一类的植物做个草圈戴在头上，同样可以起到遮阳的作用。

3.如果开展旅行、行军、开展小考查以及访问参观一类的活动时，除了采取防晒设施外，衣服还应该穿得宽松些，而且颜色也要尽量浅些，因为浅色衣服反射阳光的能力较强，可以减少身体受热，这也是防止中暑的重要因素。

4.遇到闷热天气，又赶上在室内活动时，一定要把门窗都打开，保持良好的通风条件。城市里的小朋友，最好不要到闲置的楼房地下室去玩，天热时地下室通风不好，中暑的可能性就更大。

那么，中了暑应该怎么办呢？

如果发现有人中了暑，千万不要紧张，可先把中暑的人抬到树荫底下通风又凉快的地方去，给他解开衣扣，再把头部垫高些，还不要围观，让他尽快地把身体的热散发掉。如果病人昏迷不醒，应该马上送医院或找大夫医治，一时找不到大夫，就应该做些简单的治疗：

1.可以给病人吃几粒仁丹，额角抹一点清凉油、风油精等，都可以给病人减轻症状。

2.病人昏迷是因为大脑受热后失去了正常的工作能力，为了让他清醒，可以用针刺或是用手掐他的“人中”穴，也可以给病人闻刺鼻子的酸味。

3.要是病人没有昏迷，就用不着扎按“人中”穴，有条件可以泡杯茶给他喝，病人慢慢就会缓解过来，病人要是出汗过多，还可以让他喝点盐开水。

4.不管对什么样的中暑病人，都不要马上往病人身上浇凉水，而是要用温水给病人擦擦身子，使病人身体里的热尽量散出来，然后再用毛巾沾上比较凉一点的水放在他的头上，等病人的体温降到38℃左右，就不必冷敷了，他自己就可以逐渐地恢复正常。

用了上述简单治疗办法再不见效，就要尽快把病人送到医院去。

初冬的一天傍晚，李英写完作业，拿起当天的报纸，一条新闻提醒了她，报上说：“初冬刚至，全市就有20多人因为煤气中毒死亡。”李英马上想到：她们小队的同学，多数都是住平房，家里没有暖气，冬天都是靠炉子取暖，应该赶快提醒大家防止煤气中毒的事。

于是就在当周双休日的晚上，她又把全小队的同学，邀到了自己的家里，请妈妈给大家讲如何防止煤气中毒和中了煤气该怎么办。

李英的妈妈给大家讲了三个问题：

1.人为什么会煤气中毒？她说：煤气，是煤燃烧的时候产生的混合气体。其中有一种气体叫一氧化碳，对人有很大的毒性。空气里只要含有1‰的一氧化碳，就会使人中毒。人们常说的煤气中毒，准确的说，应该叫一氧化碳中毒。

一氧化碳是一种没有颜色，也没有气味的气体。所以屋里有煤气，既看不见，也闻不着，所以往往会使人不知不觉中毒。

那么，一氧化碳为什么会使人中毒呢？我们知道，人的生命活动离不开氧气。人的肺脏里约有七亿五千万个肺泡。如果把这些肺泡的表面积全部展开来，大约有130平方米。在这样广阔的面积上，紧密地交织着无数的毛细血管。人通过呼吸把氧气吸到肺里，再通过肺泡交给血液，

跟血液里的血红蛋白结合，又经过血液循环输送到身体各处。如果空气里混进了一氧化碳，并且被人吸到肺里，人就不能正常地吸收和利用氧气了。因为一氧化碳跟血红蛋白的结合力，要比氧跟血红蛋白的结合力强 270 倍。如果空气中有 1‰的一氧化碳，血液中一半左右的血红蛋白就会和一氧化碳结合，失去携带氧气到各部位去的能力，这时候，人就会感到昏昏沉沉，四肢发软，轻者恶心呕吐，头晕眼花；重者心跳加快，昏迷不醒，面色粉红，手脚发凉，如不马上抢救，就有死亡的危险。这就是一氧化碳中毒。

2. 怎样才能预防煤气中毒呢？北方的冬天寒冷，没有暖气的人家，都要生炉子取暖，炉火燃得不旺的时候，就容易产生一氧化碳。因此要特别注意预防一氧化碳中毒。有人说，预防一氧化碳中毒，只要在炉子上放一壶水就行，以为水就能把空气中的一氧化碳吸收了，其实这个办法是错误的。水只能使屋里的空气湿润些，并不能使一氧化碳发生化学变化。预防煤气中毒，最重要的是屋子里不要放没有烟筒的炉子，即使安了烟筒，也要注意通风换气。门窗不要关得太严实，窗子的上方一定要安个风斗。因为一氧化碳比氧气轻，所以它总是往上面跑，上方有了风斗，一氧化碳就会顺着风斗溜走了。人自然也就不会中毒了。

3. 发现有人煤气中毒该怎么办呢？有人说，赶快把病人抬到屋外，冻一冻就好了。这可不行！这样一来，病人很可能着凉得肺炎。正确的方法是：应当立刻把窗户打开，让一氧化碳跑出去；同时把病人抬到空气新鲜、暖和的屋里，松开衣服。如果病人还清醒，给他喝点茶，就会逐步地好起来。病人要是呼吸很困难，或者已经停止呼吸，但身上还有热气，要一面进行人工呼吸，一面请医生来抢救。还有把病人抢救过来的可能。

讲完煤气中毒的事，妈妈还给大家讲了人工呼吸的办法，她说：人工呼吸，不仅适用于一氧化碳中毒的人，这种办法对遭受触电、溺水、雷击等伤害，一时停止呼吸的人进行急救，都有挽回生命的可能。

具体办法是：

1. 让病人仰卧，颈下垫一个软枕头，急救的人用一只手托起病人的下颌，使病人的头部尽量向后仰；同时用这只手掰开病人的嘴，用一只手捏紧病人的鼻孔。

2. 急救的人深深吸一大口气，然后贴紧病人的嘴，把气吹到病人的肺里去，直到上胸部鼓起为止。

3. 吹气停止以后，急救的人侧过头，并且立即放松捏鼻孔的手，让气从病人的肺部排出。这样反复进行，大约 3—4 秒钟一次。

4. 在抢救的时候，要注意病人的呼吸道有没有痰堵塞。如果有，急救的人要用自己的嘴把痰吸出来。

5. 施行人工呼吸要连续进行，不可中断。有时要进行两三个小时才有效果。时间过久，可以由几个人轮流操作。

6. 病人呼吸恢复正常后，才可停止人工呼吸。还应该仔细观察呼吸是否再停止，如果又停止了，还要再做人工呼吸。

7. 只有经过医生检查，确实查明病人已经死亡，才可放弃人工呼吸。

六、学习野外生存本领

期末考试结束的第二天，红光小学少先队大队部的黑板报上，发布了一条振奋人心的消息：为了推动全校性“跨世纪中国少年雏鹰行动”的进一步发展，暑假期间，大队部将组织一次“学习野外生存本领夏令营”。除大队辅导员参加外，还聘请了自然、体育、美术等科的老师，担任有关活动的辅导员。四、五两个年级八个中队的中队委和小队长都可以报名参加。

通知旁边还配了一篇短文，文中写到：一个人从小到大，会遇到各种各样的生活环境，说不上什么时候和什么原因（可能是有准备的，也可能是无准备的），就可能把你滞留在野外，或者是想象不到的恶劣环境里。少年时代，有机会多学几样野外生存的本领，将来遇到困难，甚至遇到绝境的时候，就会多几分生存的希望。四、五年级的中队委和小队长们，行动起来，拿出信心和勇气，到大自然中去吧，那里有许许多多我们课本上学不到的知识，在大自然的怀抱里，也会把我们锻炼得更加勇敢、坚强。

报名的结果，完全出乎预料，四、五两个年级八个中队的中队委和小队长，除了两个跟妈妈去看爸爸的以外，全都参加了。

夏令营只建一个中队，各中队参加人编成一个小队。营地选在离城20公里的东岗小学。对每个营员还规定了必备的工具和物品。

夏令营的出发方式很特别，没有到学校集中列队出发，只交给小队一份行军路线图，并规定了到达营地的日期和时间。

地图上标有两条到达营地的路线，一条是可以乘长途公共汽车，但路远需要先向南再向东；另一条是直接向东，但只能乘5公里的车，余下的路，如果走小道只有7公里。两条路可任意挑选，但不能让家长送。

开营这天，每个小队都是按时到达的，不少人还真是第一次走上乡间小路。路上还不时地利用指南针和已学到的知识确认着自己前进方向。队员们还真的感到了野外生活的意味。吃完午饭，体育老师给大家讲如何在野外搭草棚。

刘老师说：“咱们下午的第一项任务，是学会在野外搭草棚，这项技能不仅今天有用，就是将来不管什么时候，如果因为某种特殊原因，你需要在野外过夜的时候，首先要考虑搭起一座简单的草棚，这样阴天可以防雨，晴天的夜里也可以防露水把衣服打湿。”

刘老师告诉大家，搭草棚的办法很简单，可以利用小树做支架，再用树枝搭成草棚的架子，而后再割些茎高叶大的蒿草或是树枝搭成棚盖，就算可以了。如果有条件，里面还可以铺些干草，躺上去会更舒服些。草棚的形状可以各式各样，可方可圆。这要看你所处环境的地面情况，要尽量选择有树的地方，因为树木可以给你搭棚带来很多方便，如图中展示的形式，都可以给你做个参考。但要提醒大家的是：虽然可以尽量利用树木，但绝不能破坏树木。

讲完了搭草棚，刘老师还教给了大家结绳扣的方法。他说：“你别看结绳扣是件小事，它的用处可确实不小呢！就拿我们一会儿就要开始的搭草棚来说吧，总是要用到绳子的，用绳子就必然要结扣。绳扣结不紧夜里棚子倒了可就麻烦了。

另外，在我们日常生活中，也总免不了要用绳捆点什么东西，捆东西时，也总是要结绳扣的。而且，不同的地方也需结不同的扣。比如我们今天搭起的草棚，明天不用了，走时得把绳子解下来，那就要打活扣，也叫做卷帆结（图 ）；要是想把两根粗细不同的绳子接起来，就得打这种接绳结（图 ）；要是想把两根同样粗细绳子接起来，就可以打这种平结（图 ），这种结越拉越结实，不会脱扣；要是想把绳子套在树干上或是挂在树杈上，就得打双套结（图 ），这种结套住什么地方尽管你拉，绝对不会把绳套拉开；要是用绳子往木桩上拉住什么东西，这先系死后打活扣的结（图 ），需要捆扎交叉的树枝、枝干时，就得把四面都捆住（图 ）。

除此之外，刘老师还给大家讲了滑圈（图 ）、双重平结（图 ）等绳结的打法。刘老师一边讲一边给大家示范。大家把眼睛都看直了，出发时规定每人带一根一米长的细绳，还都不知干什么用，没曾想这么一根细细的绳子，还有这么大的学问。

王老师讲完以后，在学校后山的小树林里，就传来了队员们的欢声笑语，各小队真是八仙过海，各显神通，经过两个多小时的奋战，就都把各自的草棚搭起来了。有的用树枝做的骨架，有用绳子拉起来做骨架的，有方的，有圆的，真是形形色色各有千秋。不少小队的男队员提出他们晚上就住在草棚里，经过几位老师仔细检查过草棚以后，觉得草棚的质量确实不错，就答应了他们的要求。

太阳离西面的山头，已经不远了，辅导员开始给大家讲生火做饭的事。她首先告诉大家，学会生火这是在野外生存不可缺少的技能，因为无论春、夏、秋、冬任何一个季节，只要在野外过夜，都应该学会生火。夜里升起篝火，冷天可以防寒，热天可以驱逐蚊虫，同时还可以烧烤食品和烧开水，以及防止野兽袭击。这些都是保护自己的重要措施，那么怎样才能顺利地把火点起来呢？

- 1.首先要找块干燥的地方，如果雨天实在找不到干燥的地方，找几块石片垫在地上也可以，这样柴草才容易燃烧起来。生火地点周围要是杂草较多，就应先把火场收拾干净，以防止引起山火。

- 2.打好火场，再拾些干草或干树叶放在最底层，草叶上面放一层细的干树枝，上层再放粗些的干柴，放柴草的时候，中间还要虚空一些，让它透气，这样空气里的氧才能更好地助燃，俗话说“人心要实，火心要空”就是这个道理。点火的时候，要在上风头点，这样火就会越燃越旺。

- 3.火着起来以后，还要不断地加些干柴，以保证火堆的旺势，如果火势着得过旺，也可以加些湿柴压一压，以减小火的势头。离开火场时，一定要彻底把火弄灭，以防发生意外。辅导员说：“我前面讲的这些，是一般在野外生篝火的常识，这种篝火和我们马上就要野炊烧火的方式还有所不同，因为野炊不仅做饭而且还要炒菜，因此火堆就不能太大，火力还得够用。

这就得用砌灶的办法把火拢起来。砌灶的办法是：选好砌灶的地点后，先在地上挖个直径一尺长，深半尺左右的坑，把坑底的土踏实，再在坑的四周垫上三块架锅石头，土灶就算砌成了。要是找不到石头，也可以把地上的土，铲成砖型的长方型块，拿来当石头用，同样可以把灶

砌起来。但要记住，灶门一定放在上风口，下风口要留出烟道。点火的方法和前面讲的生火办法一样。

如果是煮面条、做汤或是烧开水，搭个支架把锅挂起来就行，但要注意不能让火烧到支架，吊锅线最好用金属的，免得被火烧断，使锅子落下来。这种架子可以是三角型，也可以是一字型。

天黑以后，和东岗小学的队员们开完营火晚会，男队员由体育老师和中队长带领，真的住进了自己搭的草棚，女队员由大队辅导员和美术老师负责利用学校的课桌椅搭起床铺，也安了自己的家。住草棚的队员在夜里还派出了岗哨，过了一夜非常有意义的军营式的生活。

夏令营的第二天上午，美术老师带部分同学到野外写生去了，各小队长在大队辅导员的带领下，由东岗小学的辅导员作顾问，到山上去采集野菜、野果的标本。他们爬山越岭，走了好几条山沟，嘿！收获还真不少呢，你看，他们足足背了好几大筐回来。

下午，同学们集合在东岗小学操场边的一棵老槐树下，辅导员给大家讲述了野外生存可能遇到的另一种情况，即身上带的粮食吃完了，该怎么办？那就应该找些野菜、野果来充饥，这同样是野外生存能力不可缺少的内容。那么有哪些野菜、野果可以吃呢？就请东岗小学的辅导员张老师，给我们讲讲这方面的知识。于是张老师就拿着上午采来的标本，一样一样地给大家讲起来，她告诉大家：在山区可吃的野菜很多，主要有：

1. 蕨菜，这种菜多数长在山坡烧过的荒地，它最好吃的部位是春天从地下钻出半尺多高的长茎（没长叶之前），这种野菜还出口到国外去呢！当然，长出叶子以后仍然是可以吃的。2. 野百合的根，野百合在我国东北和西北地区都叫山丹花，花朵是红的，根茎是白色的，形状像个大蒜头，既是一种中药，也可以食用。

3. 苦苦菜、蒲公英，这些野菜多数长在平地，或是山脚下的荒地，味虽然有点苦，但临时充饥还是可以的。

4. 黄花菜的花，这种花菜必须煮熟了再吃，生吃有微量的毒，要防止中毒。

另外还有菜园里的芹菜长得差不多的野芹菜；和蕨菜长得差不多的“山玉米”以及“猫爪”等等都是可以吃的。

如果是在夏秋季节就可以找些野果来吃了，主要有：

1. 八、九月间，可以采到榛子，这是一种灌木结的果实，果仁很好吃。主要生长在向阳的山坡上，果实成熟后会落到地上，到了深秋，就得到地面上去找了。

2. 野葡萄，样子和市场上卖的葡萄一样，只是颗粒小一些。夏季果实青时，味道差一些，到了深秋果实变成深紫色，味道完全可以和市场上葡萄相媲美。对了，要是在春季实在找不到吃的，葡萄的须尖和嫩叶也可以吃。

3. 野生猕猴桃生长在深山里，形状和市场上卖的猕猴桃一样，也就是个头小，特别是到了深秋叶子落了以后，熟透的野猕猴桃味道更甜。

4. 山里红、山楂，这是大家都熟悉的，此外，还有山梨、杜梨、野刺玫、山胡桃、橡子等等，这些果类食物在山里都可以找到。

除了菜类和果类，还有不少菌类植物也可以吃的：

1.首先是蘑菇，夏秋季节在长榛子的地方，可以采到榛蘑；深秋在有松树的地方可以采到松蘑；夏季在长柳树的地方可以采到柳蘑。其它像杨、榆等树木附近都可以采到蘑菇。拾到的蘑菇最好晒上半天，看有没有毒蘑，因为毒蘑一晒就会变软和烂掉。

2.木耳，它生长在柞树的朽木上，这是很好吃的食物，但不大容易找到。因为它的价值较高，近山的木耳都被人采走了。榆树的朽木上也长一种木耳，个儿大但味道差些，人们也叫它沙耳。

3.地衣，也叫地浆皮，样子像海白菜，但很薄，多数长在近山荒地的地表，春天冰雪消融以后，或是夏秋季节的阴雨天，它都会变得像泡开后的木耳似的显露的地面上，拣起来弄干净就可以吃……

听了辅导员的讲述，同学都不约而同的想到：大自然真是一个了不起的宝库，原来那里还有那么多我们不知道的食物。晚上，在自然老师的指导下，由几名中队委把白天采来的标本，都一一整理好，小心的用标本夹夹了起来。辅导员说：“这些标本干了以后，将作为这次夏令营的成绩，放到我们少先队的展览室里。”

夏令营最后一个学习项目，是在断绝饮用水的情况下，如何找到应急水。

晚饭后，自然老师把大家集合到操场上，专门给大家讲述了这个问题，他说：“常言说，一个人七天不吃饭，不一定饿死，但三天不喝水却能渴死，从这句话里可以看出，在野外生存水也是一个相当重要的条件。假如我们已经断绝了饮用水源，大家又渴得没有办法的时候，用什么办法能弄到一点水来应急呢？现在我就来告诉大家。

1.收集植物的蒸发水。我们知道春夏季节，植物生长的旺盛时期，每一棵大大小小的植物，每天都要用它们的根，从土壤里吸收一定数量的水分和养料，送到身体的各个部分去，以维持自己的生命，这些水分又有相当一部分从叶面上蒸发到空气里去，如果把这些水分堵住，不让它们跑掉，再把它们收集起来，就可以拿来应急了。具体办法是，用一块较大的塑料布，把一些灌木罩起来，灌木蒸发出来的水分就会在塑料布上凝成

水珠，再小心地把这些水珠收集到一起，就达到目的了。

2.收集露水。在夏秋季节，白天热夜里凉，白天地面受热就会散发出水蒸气，夜里一凉，这些水蒸气就会变成一颗颗露珠，附在植物的叶子上，如果把大块的塑料布铺在地上，露珠就会凝结在塑料布上。这样就可以收集到相当可观的露水，拿来饮用。这种办法，比前一种办法更可靠。

3.截住树干的水。像椴树、白桦、梧桐等快生树，每天都要从地下吸收大量的水，通过树内皮输送到树的各部位去，如果把这些树皮割开一个缺口，缺口处就会有水滴不断地流出来，这也可以救急。

4.在南方割开仙人掌一类的含水多的植物，同样可以获得应急水。”

自然老师讲的前两种获得水的办法，队员们当天晚上就作了实验，都获得了成功，只是第一种办法比第二种办法收到的水少一些。大家都高兴地说：“哈，我们又多了一项野外生存的本领。”

夏令营就要结束了，辅导员启发大家谈谈自己的收获，有的说学会了在野外生火；有的说学会了搭草棚；有的说断了粮也知道吃些什么了；

有的说没有水也知道怎样应急。啊！这次夏令营收获真不少。

七、意外伤害怎样急救

古塔街小学少先队大队部，审查各中队暑假活动时，发现一个共同的特点，就是为了进一步落实“雏鹰行动”，假期里都计划到郊外去旅行或是露营，为了野外活动的安全，大队辅导员交给大队委员们一项任务：收集各种意外伤害急救常识。大家通过翻书本、访问医生、请教家长等多种形式的工作，收获还真不少，最后经过医务老师的审定，选择了9项常见的野外意外事故和急救办法，打印成一分小资料，发给了各中队。

小资料的按语说，看了各中队的暑假活动计划以后，知道大家假期里都有野外活动的项目，我们特意印发了这份《野外意外伤害急救常识》，一是为了避免大家一旦碰到这类问题束手无策，二是为了给大家增加一点野外生存自救的本领。因为我们总有一天会去接触大自然，有了这些知识，你就会在意料不到的事故中，得到应有的急救，这对你一生来说都是有用的。希望小朋友们记住它，在需要的时候能够想起来使用它。

1. 脱臼 脱臼就是我们常说的脱环、错骨缝。人的大小关节，所以能活动自如，就是因为关节处的两块骨头相接的地方，一端是凸型半圆，一端是凹型半圆，再由韧带把两端拉在一起的结果，关节要是因为受到伤害，使两端错位了，就叫脱臼。常见的脱臼有：肩关节脱臼、肘关节脱臼、小儿桡骨头脱臼等。脱臼以后，关节部位肿胀、运动困难、疼痛。

脱臼以后，首先应该保持冷静，不要继续活动，更不要请人或自己随便搓揉脱臼的部位，而应该采取简单的应急措施。如果是肩关节脱臼，应该把肘部弯成直角，用三角巾、绷带、布条等悬吊起前臂，挂在颈上；如果是肘关节脱臼，除了用上面的方法以外，还得用一条宽带缠过胸部，在胸前打结，把脱臼的关节固定住。脱臼后几小时内最容易复位，所以，一定要及时治疗。

2. 扭伤 走路、活动如果姿势不对，或路不平以及用劲不合适等，往往会崴脚、闪腰或者扭了胳膊、扭了腿，在医学上叫做“扭伤”。

扭伤常常发生在关节部分。关节是骨头联接的地方。上下几块骨头，是用韧带和肌肉联接在一起的。韧带和肌肉都是软的，它既起联接作用，又能保证关节灵活地活动。关节的活动有一定的限度，如果超出了这个限度，韧带和肌肉抻得过猛，就会受伤，甚至断裂。除了关节部分，别的部分也可能扭伤，那是因为用劲过猛，肌肉收缩的时候吃劲过大造成的。

那么一旦扭伤了该怎么办呢？扭得轻的，比如走路的时候没有踩实，崴了脚脖子，只是有些疼，没有肿胀，没有瘀血，只要坐下来休息一会儿，用手揉一揉，很快就会好。扭得重的，疼得厉害，肿起来了，甚至闷了血，就应当抓紧治疗。病人先要安静地休息，头一两天用手在扭伤的地方轻轻揉揉，以后再揉得重一些，搽几次松节油，经常用热毛巾敷在扭伤的地方，使血管扩张，帮助活血、消肿。扭伤的当天不要热敷，因为这时候受了伤的血管伤口没有闭合，热敷以后血液流动加快，不仅不能消肿止疼，反而会肿得更厉害，加重病情。

3. 挫伤 身体因碰撞或突然压挤而形成的伤，皮肤下面出现青紫

色，疼痛。但是不流血。这一类伤，在医学上叫作“挫伤”。

挫伤容易发生在小腿、胳膊和手指关节部分，少数发生在胸、背等地方。挫伤了怎么办呢？受伤部分如果只发肿不起青块的，铺上热毛巾，用手轻轻地揉几次，就可以消肿止痛。如果肿起来又瘀血的，先用冷毛巾外敷，止住内部出血，不使肿胀继续发展，24小时后，换用热毛巾外敷，每天敷两三次，再用手揉一揉，可以帮助消肿。回到家以后，还可用花椒煎汤熏洗，或者把韭菜捣烂外敷，都能加快消肿、散瘀、止痛。

如果伤后瘀肿，疼痛比较厉害，影响活动，处理后瘀肿还不消，应该请医生治疗。有些人受了伤，立刻昏迷不省人事，或者四肢动弹不得，某个部位非常疼痛，或者麻木瘫痪，这就不是挫伤了，很可能折了骨，折骨就是骨头断裂了，遇到这种情况，可以找两根木棍（木板更好），放在受伤处两边，再用布带缠起来，免得断裂的骨头移动和摩擦产生刺痛，处理好了这些，就马上想办法上医院。

4. 创伤 在活动或日常家务劳动时，被刀、剪等锐利的东西划破皮肤，造成的伤害，称为“创伤”。创伤的伤口如果不大，可用碘酒在伤口周围消毒。如果没有碘酒，也可以用百分之一的盐水擦洗伤口（尤其是伤口被弄脏了，一定要用盐水清洗干净）。然后，涂上红药水，再贴上“创可贴”，没有“创可贴”也可用干净的手绢（最好是消毒纱布）包扎好。

如果伤口较深，流血较多，除了对伤口清洗、消毒外，还应该上一些止血、消炎药。伤了血管、神经、肌腱，就应该立即去医院治疗。切不可在伤口处撒药粉、敷草药，以免造成清理伤口时的困难，耽误了手术时间。受了创伤以后，伤口要注意保持卫生，一定不要沾生水，以免感染化脓。更不能用香灰、泥土等止血，那样更容易造成感染。也不能用不干净的手绢、布块擦拭伤口。

5. 毒蛇咬伤 在野外活动一定要预防蛇咬，这就要做到：尽量不到有蛇的地方去活动，在草丛较深和有乱石堆的地方活动时，应穿长裤厚袜、球鞋或旅游鞋，不要穿凉鞋。

蛇一般都很胆小，只有在自身受到威胁时才会对人进行攻击，所以你要是先见到蛇时，不要打逗它，也不要惊叫、逃跑，以免蛇主动攻击。而应马上停步，然后慢慢走到至少6米以外的地方，再快步走开。

人被毒蛇咬了，伤口受到毒素刺激，马上就会发红肿胀，非常疼痛，接着就会头晕、恶心、呕吐、气短、面色苍白、出冷汗，严重的还会昏迷、抽筋。如果不急救，很可能会有生命危险。

那么怎样急救呢？先把伤口的上部用绳子或布条扎紧，扎的位置离伤口越近越好，这样可以防止毒素随着血液到处流窜。但是绳子不能扎得太紧，太紧了容易损伤皮肤，还应当每隔15分钟到20分钟松开一次，放松2分钟再扎。再扎的时候，扎的位置要比前一次稍高一点。扎好绳子以后，要马上设法消毒，用手把毒水挤出来，用针在伤口周围多刺几下，或者用小刀划一个十字形的口子，让毒液随着血流出来，针和小刀都要预先消毒。还可以用拔火罐的方法把有毒的血水拔出来，多拔几次，直到消肿为止。然后用盐水把伤口冲洗几次，再把绳子松开。在紧急情况下，也可以用嘴吸（嘴巴里必须没有溃疡）。吸出来的毒水要立即吐掉，千万不要咽下去。吸完以后，还要用盐水或清水漱口。

如果被毒蛇咬了以后，头昏眼花、胸口发闷、手脚发软、翻白眼不能讲话，那就比较严重，做了上面那些简单的处理以后，应该马上送往医院急救。

6. 蜂子蛰伤 在野外一旦让蜂子蛰了怎么办？在野外活动碰到马蜂、蜜蜂和一些不知名的小蜂时，最好不要去惹它们，特别是看到蜂窝时，更不能因为好玩就去捅它们，你要是惹到它，它们就会蛰人。要是蜂子向你袭来时，你就要把脸捂起来面部向着地面趴下，等蜂子飞走了再起来。如果不小心的叫蜂子蛰了，可以马上用嘴对准伤口往外吸，也可以用手挤，尽量把毒汁挤出来。挤过之后，再用热毛巾缚上。如果手边有“无极膏”等一类的防虫咬药品抹上一点，或是滴几滴阿母尼亚，然后再包扎起来，都会减少疼痛。

7. 蝎子蛰伤 蝎子是一种有毒的小动物，它们喜欢在干燥的碎石堆、树叶或是土穴里藏身，白天不出来，夜里才出来活动。它的尾巴上有一条毒腺，你要是碰到它，它就会蛰你。所以晚上有活动时，一定要小心这种小动物。一旦不小心被蝎子蛰了怎么办呢？那也不用紧张，因为蝎毒是酸性，你可以立即用淡碱水或是肥皂水、石灰水等碱性液体冲洗伤口，然后再涂上较浓的碱水或30%的氨水，一般来说就可以好的。如果症状比较严重就应该请医生处理了。

8. 被疯狗咬伤 在郊外活动，如果碰到狗不要逗它，更不能和狗眼对眼的看，那样它会以为你要向它进攻，它会反过来主动来进攻你，甚至会把人咬伤。另外，狗欺生人，遇到农家看家护院的狗，要躲着它，更不要打逗它，那样它必然会来咬你。见到狗还不要跑，你一跑，它就会追上来咬你。总之对你不认识的狗，都应该“敬而远之”。

你在郊外（或村落）遇到的狗，如果带有狂犬病病毒，咬人或是把人抓伤之后就会把这种病毒感染给人，病人会出现不敢喝水、怕风、兴奋、瘫痪等症状，最后全身麻痹而死亡。因此，被疯狗（带有狂犬病毒的狗）咬伤或抓伤以后，必须立即用醋或高锰酸钾溶液冲洗伤口，然后包扎好，再赶紧上医院请医生治疗。

9. 被其它小动物咬伤 在野外捕捉田鼠、黄鼠狼、松鼠、灰鼠一类的小动物时，最好用网、笼一类的工具，不能直接用手去抓，因为这类小动物，往往也会咬伤人。你要被某种小动物咬了，可以用身边的罐头盒当拔火罐，每次拔5分钟，拔个两三次，然后再用高锰酸钾水、酒精、白酒等洗，最后再涂上碘酒。尽管这样处理，你回家后，还要到医院去治疗，防止小动物带的病菌传染给你。

各中队拿到这份小资料真是如获至宝，有的组织全体队员学习，有的复印后发给各小队，大家都说，辅导员和大队委员们想得真周到，我们从心里感谢他们的工作。

八、游离了集体或迷了路怎么办

春天到了，长亭镇小学高年级各假日雏鹰小队，都准备到野外去活动一次，接受大自然的洗礼。大队部为了同学们的安全，每星期二下午乘老师学习的时间，给小队队长们举行了一次野外活动安全系列讲座，今天讲的题目是：《在野外一旦游离了集体或是迷了路该怎么办》。讲课人是本校一位退休的老大队辅导员——刘老师，他结合自己30多年辅导员工作的经验，举出许多实例，讲得既具体又生动。

只见他把夹了不少纸条的一大摞笔记本，放在讲桌的右前角，接着，他那洪亮的嗓音就在教室里响起：

同学们，听说你们要利用春天的大好时机，到野外去搞些活动，这真是一件大好事。你们正在成长中的少年，就是应该经常到大自然的怀抱中去，在那里可以学到课本上学不到的知识，而且还可以陶冶自己的情操，也可能碰到城镇里碰不到的困难。然而，在解决和克服这些困难的过程中，还可以提高你的生存能力。大自然确实是个好地方，希望大家多多地到那里去。不过也有一些问题，需要提醒大家注意。

第一，到了山里不能凭自己的兴趣到处乱跑，一旦游离了集体，不仅你自己着急，全中队、全小队的人都得为你着急。

第二，要是全小队一块儿出去，走到生僻的地方，最好能留下前进的路标，以便回程时好能按原路返回，免得迷路。因为你们对郊区的山势、地形都不熟，看到哪儿都好像差不多，弄不好就会迷路的，如果留下路标，这个问题自然就解决了。

第三，自己的东西，一定要自己背着，不要怕沉而交给别人，万一自己不慎走失了，还有水和食品可以应急，短时间内不会受找不到吃喝的困扰。

那么要真的走失了怎么办呢？只见刘老师从桌角取出一个笔记本（那是他30多年来的工作笔记），翻到一个纸条隔着的部分说：“这类事30多年来我还真碰到不少，下面就根据不同的情况，一件一件讲给你们听。”

这第一件事发生在1965年春天，那时候我刚当大队辅导员不久，我们大队到山里一座古刹去春游。中午休息的时候，一名队员为追一只花蝴蝶离开了队伍，等他捕住蝴蝶的时候，已经不知道自己来到了什么地方，因为他只顾捕蝴蝶了，七拐八拐根本没有看路。这下他真有点傻眼了，抬眼望去，四面山啊！树啊！看哪儿都差不多，往哪儿走呢？他喊了几声，根本没人回应。还好，这个小家伙这时候心里没慌，他冷静地坐下来，仔细地回想一下自己来时都经过了哪些地方？啊！想起来了，来时经过一个小山岗，山岗上还有一棵较高的大树。他又四处一望，嘿！还真找到了那棵大树，他奔到大树跟前，又看到了古刹周围的松柏树，等他找到队伍时，老师和同学们正在着急地等着他。

讲完了这个故事，刘老师总结说：“这个同学游离集体后，好就好在他还镇静，想起了来路上的特征，如果他当时要是东一头西一头的乱跑，情况可能会更糟，请同学们记住这个教训。”

第二件事发生在1978年的夏天，我们一个“学科学”小分队到一条山谷里考察一条小河的发源地。刚进山的时候，陆明和张可两个队员去

上厕所。可是，在他们追赶队伍的时候遇上了叉路，由于前面的人以为他俩很快就会赶上来，没有留下路标，他俩就走进了另一条山沟。他们走了好长一段路还找不到队伍，才意识到是走错了路。他们以为爬上眼前的山岗，就会看到自己的队伍，可是他俩接连爬了两座山岗，也没有看到队伍的影子。一路上亏陆明多了个心眼，每到转弯或改变方向的时候，都留下一个标志，在他们感到迷途的时候，就没有再往前走，按着来时的路，又顺利地回到了开始爬的第一道山岗，这时才看到了来时的小路。两个人刚想坐下来休息一会儿，就听到山下有人喊他们。原来是队伍休息时，发现他俩还没有跟上来，估计他俩是走错了路，就派中队长和一个队员，回到有叉路的地方，向另一条路追了上去。他们一边走一边喊，过了好长时间，才听到了对方的回声。陆明和张可听到中队长的喊声，那个高兴劲真是没法形容，他俩一边摇动红领巾，一边喊着中队长的名字，四个小伙伴很快会合了，回到了队伍。

那么，是什么原因没有给张可他们造成更大的损失，而且很快找到了队伍呢？我想同学们一定会想到，这是陆明的功劳，因为他一路上留下了路标，发现自己在判断上有了错误以后，就没有再继续错下去，而且能按原路返回，这才碰上了寻找他们的小伙伴。如果他们再盲目的往前走，找他们的人不知道他们去了哪里，他们自己很可能连回路都找不到了。后果更是不堪设想。

第三件事是发生在 1980 年的秋天，刘老师又翻开一个本子讲起来。

那是五年级的一个中队，他们到郊外去，先是野炊，后又举行爬山夺红旗，就在爬山的途中，两个队员发现一只野兔，于是两个人忘记了爬山，就去追野兔。他俩追了一程又一程，结果是野兔没追到，却不自觉地离开了队伍。当时他们想得很简单，以为反正中队的同学都是向山上爬，自己也往山上爬，就一定能找到大家。殊不知，他们和中队的同学们已经差开了好几个山头，他们爬到山顶，抬头一看，前面还有更高的山，再爬一程，前面还有更高的山……根本看不见中队的同学们，这时真的感受了“山外有山”这句话的真实性了。太阳快落山了，怎么办？

幸亏他俩还很理智，没有再继续往前爬，于是他们走下山坡沿着山沟里的一条小河向下游走去。

还好，当他们刚走出山沟就有了村落，进村一打听，这个村子离他们学校足有 20 公里。后来他们找到了村里学校的老师，在老师的帮助下，他们吃了晚饭，又连夜到了乡里，给学校挂了电话，第二天又把他们送了回去。

这件事提醒了大家，在山上要是游离了集体，又迷了路这时就不要再往山上走，而是应该往山下走，才可以走出大山找到人家使自己得救。

第四件事是发生在 1985 年春末夏初，四年级一个小队到郊外一处名胜去玩。杨洋和南楠两个小朋友为了追一只出壳不久的小山鸡雏，失踪了。全小队的同学漫山遍野的找，也没有找到他们的踪影。原来，小山鸡雏虽然不大，可它跑跑停停、停停跑跑就是逮不着。这两个小朋友捉不到又不甘心，一直追到山下一大片荒草地，小山鸡雏没了影，杨洋和南楠也迷路了，正在不知往哪儿走时，突然听到一阵火车的鸣笛声。聪明的杨洋立刻高兴地说：“有办法了！咱们赶快向火车鸣笛的方向走，找到铁路，咱们就可以沿着铁路回家了。铁路不就在咱们镇子的东边吗？

那怕走错了方向，也可以请车站上的叔叔阿姨帮忙呀。”两人高高兴兴地向火车鸣笛的方向走去，沿着铁路果然找到了家。在他们回镇时，小队里的其他队员因为在山上找不到他们，也急忙回到了镇子找到家长。家长们正准备出发去找他们的时候，他们回来了，一场惊慌才算平息下来。

讲到这里，刘老师像是问自己又像是在问大家：“杨洋他们凭什么找到的家呢？这是因为他们找到了铁路。大家要记住，在平原要是迷路了，碰上铁路就沿着铁路走，那是找到人家的好办法。除了铁路还可以沿着电线杆走，早晚还可以往有炊烟升起的地方走，这些都是找到人家的好办法。”

刘老师最后总结说：“我讲的这几件事，大家一定懂得了在野外失踪找家的办法，不过常言说的好，刀伤药再好，也不如不割口（指不流血）。这就是说，我们外出活动的时候，一定要遵守集体的规定，不论遇到什么好玩的事，都不能离开集体，这样无论是对别人还是对自己都是有好处的。”

九、游泳溺水或冰上落水怎么办

安华小学虽然地处北方，但周围的水域可不少，几乎每年夏天和初冬，都有不慎的学生，被水（冰上）夺去生命。少先队大队部，在开展“雏鹰奖章达标”活动的时候，特别加强了水中（冰上）自护、自救方面的教育，使队员们获得了不少关于水（冰）上活动的安全知识和救人的常识。

首先是夏季游泳的安全和救护常识

下水前应当注意：

1. 不能空着肚子游泳，因为游泳是消耗体力较大的运动之一。没有旺盛的体力，在水里活动容易出危险。还有，刚吃过饭也不能下水，因为食物在胃中尚未消化，剧烈的动作会使肠胃不适，引起全身抽筋。

2. 游泳时必须结伴而行，不能单独一个人去，防止万一出了意想不到的事故没人发现。

3. 见到有“禁止游泳”之类标志的地方，如水闸附近、有网箱养殖的地方、水下有障碍以及保护水源等地方都不能游泳，因为这些地方有的是不应该去，有的会发生危险。

4. 游泳的场地，水底要选择慢坡的地方，不要在陡坡的地方，尤其是刚会游泳的人，在陡坡地方更不利。5. 下水前还要做好准备动作，活动一下筋骨，防止下水后身体不适应，发生抽筋等现象。

在水里应当注意：

1. 下水后应由浅到深。让身体逐步浸入水中，到了齐腰深以后再把上身也撩上水，搓搓皮肤，做几次深呼吸，等逐步适应了水温后，再把身子完全浸入水中。不要脱了衣服就一头扑进水里，那样体温和水温差异较大，身体受到较强的刺激后，会发生抽筋等不良反应。

2. 在水里不能开玩笑吓唬人。比如，潜到水底去拉别人的腿，或出其不意地泼水浇人以及在别人后面搞一些突然袭击的动作，这些都可能使别人呛水或是发生意外事故。

3. 在不了解水底情况的时候，不能随意跳水。一般来说，跳水的地方，水深不得少于3米，而且水底还不能有漩涡、岩石、水草一类的障碍，防止碰伤头部或刮伤身体。

4. 在水里活动的时间，一次最好不要超过2小时。因为在水里活动消耗体力较大，时间长了体力坚持不住，容易出事。

5. 如果是在湖、海里游泳，最好是先向湖、海里走，等水到齐肩深的时候，再转过身来向岸边游，这样越游水越浅，就不会出问题。千万不要面向湖心、海里面游，那样一旦遇到风浪或是体力支持不住，都会出危险。

游泳遇到危险怎么办？

1. 游泳时最常碰到的险情，是肌肉抽筋，这种抽筋又多是发生小腿部位。遇到这种情况，首先是心理要保持镇静，马上停止再向前游。用仰泳姿势浮在水面上，再忍痛把抽筋的腿（或其它部位）用力拉直，等抽筋的部位舒展缓和后，换个姿势往岸边游。同时还可以呼唤你的同伴，来帮助你回到岸上。

2. 游泳时一定要根据自己的技术和体力，决定游离岸边多远，不能

逞强好胜，游离岸边太远。在深水处，如果感到寒冷或是疲乏时，心里不要慌。这时你可换成仰泳姿势，多做浅呼吸，使自己的情绪稳定，再慢慢地往回游。如果这样做还是感到体力支持不住，就赶快挥手呼救。有人来救援时，要尽量放松，不能抱住救援者不放，那样反而会误事。

3.在湖塘里游泳时，尽量避开有水草的地方。一旦不慎被水草缠住，也不能慌，而是要把游泳的动作放轻，速度放慢，先是离开长水草的地方，再仔细感觉一下水草缠在什么地方，然后就像脱手套或是脱袜子那样把水草脱掉，先把四肢解放出来，而后再把身上的摘下来。肢体刚缠上水草要是一紧张，你就会不知所措，胡乱摆动四肢，那样水草倒会越缠越多，越缠越紧，甚至危及生命。自己感到水草缠身，难以脱险时，就得要求救援。

在水上怎样救险？

1.在水里救人是挺复杂的事情。这不仅要会游泳，而且还需要具体专门的技术，没有受过专门救生训练的人，一般来说，是不能下水救人的。因为人溺水后惊慌失措，不管见到人和物都死死地抱住不放。如果救人者一旦被溺水者抱住，救人者不但救不了人，甚至连自己也逃不出来。

2.当然，眼看着自己的伙伴溺水，怎能见死不救呢？我们前面说的不下水，是指不能贸然下水，不能靠到溺水者跟前去，而应想点别的办法救助。首先赶快去喊人，同时还要想法在岸上救助。比如：给溺水者扔去救生圈、泡沫塑料、绳子等，有条件的还可以扔给他一些木板、圆木等。岸上救助如果无效，游泳技术好的人也可以下水救助，但必须带上救助物品，如绳子、衣物、毛巾（最好把几条系在一起）等，在离溺水者一两米远的地方，把救助物品扔给他。让他拉住救助物品的一端，救人者拉住另一端，把溺水者拉到岸上来。要是毫无救助物品，情况又特别紧急，水性好的人可以从溺水者背面或是侧面接近他，在不让溺水者抓住的情况下，再用仰泳或侧泳等姿势，把溺水者拉到岸上来。

3.溺水的人在溺水 6—8 分钟以后就可能死亡。因此，把人救上来，还要及时进行抢救。首先要看看被救者的嘴里、鼻孔里有没有泥沙、水草一类的脏东西，要是有的，就尽快给他清理出来。然后，把他的头放在低位，把身体垫得高一些，让他把吸入体内的脏水控出来。这时溺水者如果已经窒息，就要边作人工呼吸，边送医院进行抢救。另外还要注意给溺水者保暖以保持体温和延续心脏的活力。

其次是初冬季节的冰上安全和救护知识

要看冰层是否结实？

1.一般来说，冰层的厚度要达到 15 厘米才比较结实。这就要做到，当你到冰上去玩的时候，一定先在边上把冰打个眼，看看冰有多厚，如果厚度够了，就再向河（湖、塘）心方向探测，每隔一两米打一个眼，直到冰层厚度不够 15 厘米为止，这样就

可以再用泥沙或炉灰，划出一个安全范围，大家都在安全范围内活动，就不会出事了。

2.还要记住，流动水、水底有植物的水面、被污染的水面结成的冰都比较脆弱，到这样的冰层上去玩，还要格外多加小心才行。

在薄冰上落水如何自救

1. 首先应该提出的是，初冬时节到冰面上去玩，一定要找几个伙伴一起去。玩的时候，一旦不慎踏破薄冰落入水中，必须赶快挥手呼救。呼救的同时，还要不停地用双脚踩水，用双手划水，以保持身体的活力，因为人在冰水里，很快就会冻得四肢麻木、浑身无力，时间稍长，就会发生危险。

2. 要沉着冷静，使劲打碎跟前的薄冰，尽量向岸边移动，以寻找能够支持自己体重的冰面。遇到结实的冰面时，双手扶住冰面，双脚要尽量使劲往后蹬，让身子能浮在水面上；不断向后蹬腿，还能使身体不断向前，慢慢地爬上冰面。

3. 爬上冰面以后，不要马上站起来往岸边跑，而是要躺在冰面上向岸边滚动，这样可以减少身体对冰面的压力，防止冰面再次破裂。

4. 安全上岸后，在没有得到保暖之前，还要不断活动，以保持体温，增加生命的活力。

怎样救护薄冰上落水的人

1. 遇到有人在薄冰上落水的时候，首先想到的是一定不能到落水人的跟前去，因为他是因冰层太薄才落水的，你再到跟前肯定也会压破冰层落到水里去的。而是应该把一根绳子或是长树枝想法递给落水人，给落水人递绳子或树枝时还得叫来同伴把自己拉住，再往岸上拉人，免得自己再遇险。

2. 如果水塘不大，或冰面不宽可以设法在两岸拉起一条绳子，让落水者抓住绳子回到岸上来。

3. 没有绳子时也可以多人趴在冰面上组成一条“人链”。最前面的人把大家的腰带或衣服、裤子连成“绳子”递给落水者（不能靠近落水者），大家互相配合，慢慢地把遇险者拉到冰上，再滚到岸边。

最后是渡河时遇险的自救办法

在桥上晕水怎么办？

山区的小河上，为了渡河方便，人们常常搭起简易的木桥或石桥。晕水就是人走在桥上，感到不是水向下游流，而是感到桥往上游走。遇到这种情况，你就闭上眼睛蹲下来，过一会儿可能会好。如果要是继续往前走，就会不自觉的跟着桥往上游走。其实是桥根本就没有动，你必然会走到桥的外面去而掉到桥下。闭一会儿眼睛要是再不好，那你就要想办法或是请同伴帮忙回到岸上去。涉水过河可能遇到的危险

1. 涉水过河一般都是在水流比较急的地方，因为这种地方水都比较浅。但在急流里涉水，水深一般不能过腰。超过腰深时，就站不稳了，这时就不要再继续前进了，否则就有被急流冲走的危险。

2. 在急流里涉水，一旦掉了衣服、鞋、袜子等东西不要去追，任它冲走算了。一是追不上，二是脚下不稳极易摔倒，在急流里一倒下去，就不容易站起来，那也很危险。

安华小学少先队员们的这些收获，不仅队员们自己感到高兴，连家长们都很满意，队员们有了这些水（冰）上急救常识，实在是一件大好事。

十、地震了怎么办

地震是一种不可抗拒的自然灾害，而且毫无规律，国家虽然能作出相应的预报，但难以保证精确，因此，人们常常受到它的袭击。为了减少地震给人们生命财产造成的损失，育民小学少先队在“雏鹰行动”中，特别加强了对队员的防震、抗震知识教育。

地震与地震前兆

1. 地震是怎么回事？目前科学家们虽然还不能把地震的一切问题都讲清楚，但有一点是可以肯定的，大地所以发生震动，是地球最外面一层由岩石构成的地壳，不断运动而造成的。人们一谈到地震，都不自觉地感到可怕，其实它是一种极平常的自然现象。就像大海里要掀起波涛，天上随时都会刮风下雨一样平常。因为地球上天天都要发生地震，多到一天要发生一万多次，一年要在五百万次以上，只是人们感觉不到的小地震，要占地震总数的99%以上。剩下的1%，还有五万多次。在这五万多次中，能造成破坏的只有一千次，这一千次大部分还都不很强烈。真正强烈的，能造成大面积或地区房倒屋塌的，世界上每年大约有十几次。至于更为强烈的地震，每年全世界大约只有一次。因此，强烈地震虽然可怕，但它毕竟还是很少的。

2. 地震有哪些前兆？所谓地震前兆，就是地震之前，在震区内出现的一些预兆。比如：井水变浑、翻花、冒泡、甚至有气味、变热等等；鸡、鸭、猪、羊等家禽、家畜冲出圈栏到处乱跑、乱叫；老鼠等穴居小动物，突然从洞里逃出来到处乱跑，鸟儿惊飞等等，这些现象都可能地震的预兆。不过，世界上的事情千奇百怪，也有不少地区发生地震前，并没有这些预兆。因此，我们还不能仅凭某些现象判断是否有地震发生。

3. 地震能预报吗？随着科学的不断发展，地震是可以预报的，但都不够准确，我们国家的地震预报处在世界领先地位，大多数地震也只能预报出某个地区在某段时间里可能发生地震，也不能具体地说出哪个地区的什么地方，哪一天发生多少级的地震。因为地震对群众生活影响比较大，所以国家对地震预报的管理十分严格，除地震局之外任何个人和单位都无权向社会发布地震预报的消息。不是政府发布的地震预报，都属于谣言，不可轻信。

怎样做防震准备？

在你居住的地区里，如果得到国家地震部门近期有地震的预报后，必须作好防震准备。

1. 首先把屋子里悬挂的东西和放在柜子顶上的东西都拿下来，放在地面比较稳固的地方，防止大地震动时掉下来砸伤人。把床摆到离窗子远一点的地方，窗上的玻璃要用胶条贴起来，以免玻璃震碎了掉下来扎伤人。

2. 家里如果有存放的酒精、汽油、煤油等易燃品，一定清理到屋外，放到安全的地方。防止大震袭来时发生火灾。

3. 强烈地震可能使供电、供水、供热、交通、生活必需品供应、信息传播、医疗卫生等系统中断，为了一家人在短时间内，生存上能有保障，应该准备一到两个“地震包”，包里应当包括饮用水、饼干、雨具、手电筒、简单的防寒衣物、抗生素、治疗肠道疾病的黄连素，以及抗感

冒等常用药。家里有慢性病患者，还要带上他的常用药。这种“防震包”应当放在出门时随手可以拿到的地方。

4.全家人还要约定一个到室外集合的地点，因为地震说不定什么时间发生，如果是在夜里，有了集合地点，大家跑出去以后，用不着你呼我喊，就可以找到一起了。

发生了地震怎么办？

1.大地正在震动时，不管是住平房还是住楼房，都不能马上往外跑，这个时候往外跑，很容易被震塌下来的砖瓦木料砸伤。如果你是住楼房，那就到承重墙跟前、厕所、过道等空间小的地方，或是上下水道、暖气管道等有支撑的地方暂时躲一躲。家里要是住平房，可以到大衣柜跟前、床底下等地方避一避。震的当时你要是在学校，可在老师的统一指挥下，钻到书桌下边呆一会儿。这些都是暂时的，等大震稍微平息以后，必须马上逃到室外空旷的安全地带去。

2.住楼房向外面跑时，一定要沉着，不能惊慌失措大喊大叫的往外乱挤，一旦挤倒了或是踩伤了人，造成楼道堵塞就会更麻烦。还要记住，不管是地震的当时，还是因为楼道不畅，都不能慌慌张张地跳楼。3.地震的规律是主震（第一次大震）之后，还会有较强的余震，所以逃到屋外以后，不能靠近楼房、烟囱、立交桥、电线杆等容易倒塌的高大建筑跟前，应该到空旷的地方才安全。

后 记

少年朋友们，为了帮助大家学习生存自救的常识，我们选择了十个大、中、小队在“雏鹰行动”中的争章达标活动，相信你在这些丰富多彩的活动中，一定有不少的收获。但应当指出的是，自然界是变幻莫测的，书里谈到的这些自救的知识，只是日常生活中碰到的一小部分，希望小朋友们能在这些问题里得到得到启发，遇事能充分发挥自己的聪明才智，做到举一反三，想办法救护自己。

编 者
1998 年 3 月

