

家中如何避震



学习目标

- 1.了解地震，知道地震是一种可怕的自然灾害；
- 2.掌握家中避震的方法。



**1976年7月28日，河北唐山发生里氏8级地震，
造成24.2万人死亡，16.4万人重伤...**



2008年5月12日，四川汶川发生8.0级大地震，
造成6.9万人遇难，37.4万人受伤，1.8万人失踪...





**2010年4月14日，青海玉树发生7.1级大地震，
造成2000多人死亡，70多人失踪...**



交流

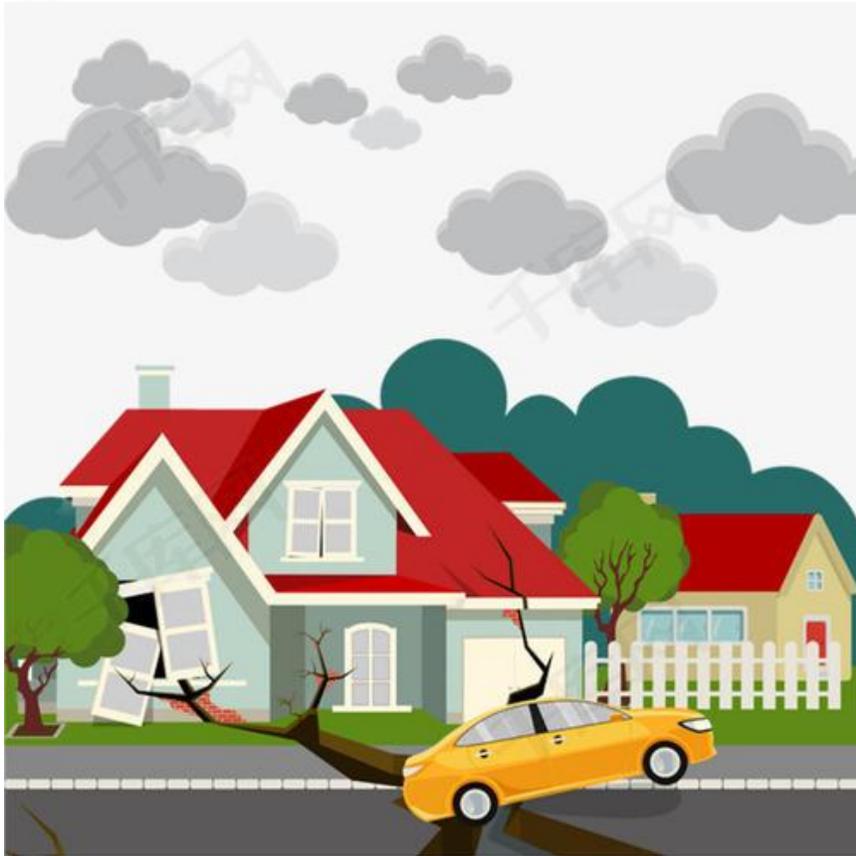
**同学们，上面说的是什么灾难呢？
你们有经历过这样的灾难吗？**



一、地震是可怕的灾难



安全小广播



地震是一种常见的自然灾害，地震的发生时间短，破坏性大，会造成人员伤亡等巨大损失。



摧毀家園



摧毀道路交通



威胁生命



想一想

如果地震发生时，你正好在家里，该怎么办呢？



二、地震时在家怎么办



家住楼房的同学，注意护住头部，最好在下面这些地方躲起来。





jié shí de zhuō zi xià
结实的桌子下



dī ǎi de jiā jù páng
低矮的家具旁



就近找安全的地方躲起来!



fáng jiān nèi chéng zhòng qiáng de qiáng jiǎo
房间内承重墙的墙角



xiá xiǎo de wèi shēng jiān
狭小的卫生间



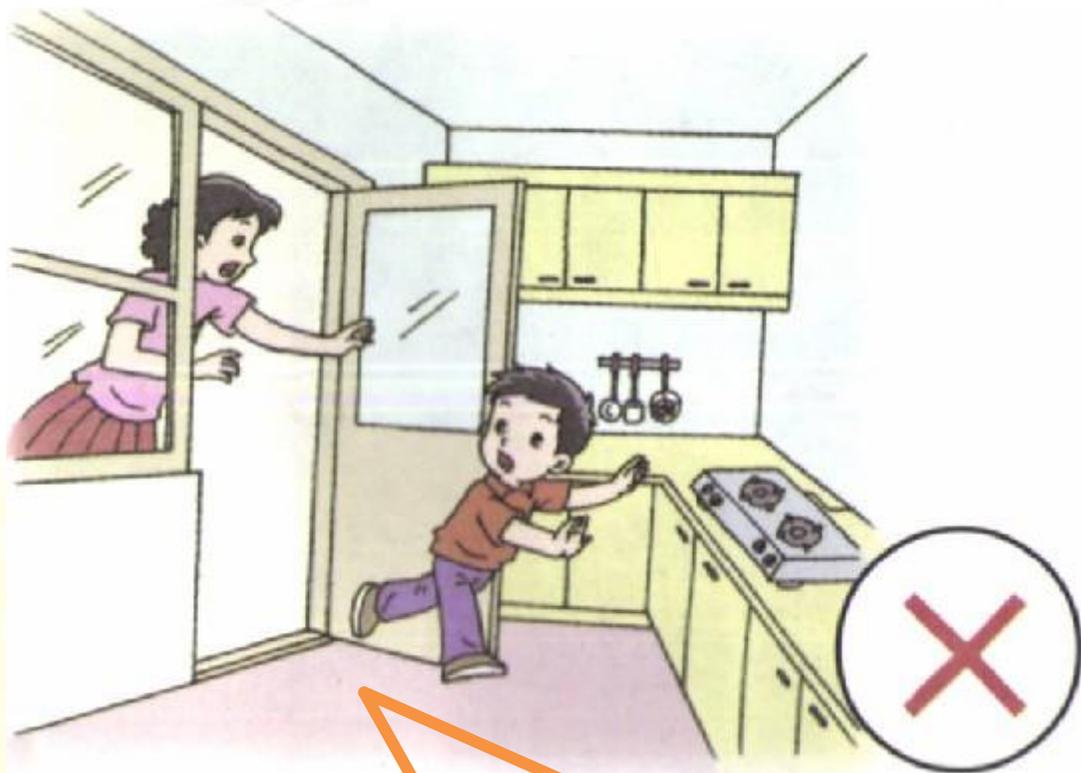
家住平房的同学，如果屋外场地开阔，应尽快跑到室外避震。



三、家中避震的注意事项



窗户旁边不安全



不能跑进厨房、阳台
等地方





不能盲目跳楼



不能待在床上



不论形势多么危急，绝对绝对不能做的事

——争抢下楼

地震时室内的人第一个念头就是往外跑，楼梯走道人流密集拥堵在所难免，易发生踩踏事件，不要成为推倒多米诺骨牌的人，才能避免自己不成为多米诺骨牌其中的一张牌...

正确的方法：

有序疏散



不要乘坐电梯；如果地震时在电梯里，应尽快离开，如果门打不开要抱头蹲下，抓牢扶手。



千万不要乘坐电梯



技能站

地震发生时，应靠近一个坚固的物体，如沙发、床边，蜷缩起身体，这样能将伤害减小。



如果地震发生时，你正在看电视不能迅速逃离，可靠近沙发或椅子的旁边蹲下，然后蜷缩起来。



四、家中必备防震包



地震的突发性很强，往往使人措手不及，防不胜防。在平时要准备一个防震包，可解震后的燃眉之急。



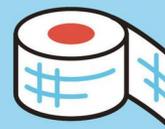
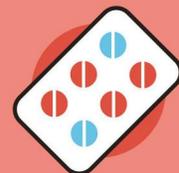
准备家庭防震包应注意：

1. 用帆布旅行袋作防震包最好（20-35升背包一个）。
2. 防震包应放置在靠近门口的地方，而且每个家庭成员都要知道。
3. 防震包所装物品数量不能太多，以方便携带。



防震包的基本物品应有：

饮用水、食品、急救用品、衣裤、口哨、手电筒、半导体收音机



防震包可以按以下类别准备：

求救装备类：口哨、收音机、备用电池、手电筒、打火机等

急救药品类：消炎药品、绷带、创可贴、消毒水、感冒退烧药、肠胃药

生活用品类：衣服、口罩、毛巾、卫生纸

食品类：饮用水、压缩饼干，方便面，面包、肉鱼类罐头

防水证件袋：零钱、存折、证件复印件

另外，可以在纸条上写上你的名字，紧急联络人和电话号码，
血型和过敏禁忌症。





演练

邀请家人一起参与

1. 找一找地震时家里能躲避的地方，做一些提醒标志提醒家人。
2. 和家人一起来准备一个“家庭防震包”。



同学们，今天学的内容都记住了吗？

回家和家人分享一下。





随堂测评

1.亮亮家住七楼，发生地震时，他应该怎么做：

- A.从窗户跳下去
- B.乘坐电梯逃生
- C.躲在有承重墙的小开间，等震动过后逃生

2.发生地震时你正好在家，躲避在哪里比较安全：

- A.坚固的桌子旁
- B.床上
- C.窗户边

3.关于家庭防震包的作用，下列说法正确的是：

- A.在灾难来临时，提供用于维持生命的水、食物以及急救物品
- B.防震包在灾难时几乎起不到任何作用
- C.防震包会增加避震的负担

参考答案：
1.C 2.A 3.A





随堂测评

4.小雨和乐乐正在小区楼下玩沙包，地面突然一阵猛烈的晃动，此时他们应该怎么做：

- A.跑到空旷的地方，并远离高大的建筑物
- B.跑进楼房里
- C.爬到树上

5.地震被困时，下列做法正确的是：（多选）

- A.尽快捂住口鼻，防止烟尘窒息，然后想办法与外界联系
- B.当无法逃离废墟时，应尽量减少体力消耗，延长生命，等待救援
- C.不停地大声呼救，引起别人的注意
- D.不要恐慌，相信自己有坚定的生存毅力，一定可以脱离险地

参考答案：
4.A 5.ABD



谢谢观看

