

# 怎样正确避震



## 学习目标

- ☑ 知道在学校、家中或公共场所等不同地方的正确避震方法；
- ☑ 了解错误的避震方法并能够避免。



## 案例

# 数小时内，云南漾濞县6.4级地震和青海玛多县7.4级地震接连发生

2021年5月21日21时48分，云南大理州漾濞县发生6.4级地震，震源深度8千米，随后还发生多次地震，云南多地震感强烈，造成3人死亡，27人受伤。地震发生后，云南省减灾委启动二级应急响应，有序撤离县城所在地的2.1万名群众。

不久之后，22日02时04分，青海果洛州玛多县发生了7.4级地震，震源深度17千米，好在该地区抗震设防烈度为八度，因此倒塌房屋占倒损比例小，加上人员密度小，所以此次地震导致的人员伤亡并不严重。

来源：人民网



交流

**同学们，你们知道地震都有哪些危害吗？**



# 可怕的地震！



毀坏道路



摧毀住房

威胁生命



议一议

**地震的危害如此大，那么遭遇地震时，  
你知道怎么应对才安全吗？**



# 一、在学校如何紧急避震？









主震结束后，在老师带领下有组织地疏散；撤离时，要相互照顾，特别关心和照顾体弱、有残疾的同学。



撤离时，头顶书包，以防被坠物砸伤；



快速跑向宽阔的地方并抱头蹲下。





2. 如果在**室外**，要注意避开高大建筑物或危险物，往空旷的操场等地跑；如果在操场可原地不动，抱头蹲下。





演练

# 地震来了

情景：地震发生时，如果正在上课，我们应该怎么办呢？

**活动过程：**

- 1.老师拉响警报声，请同学们迅速躲避。
- 2.由老师观察同学们的躲避方式是否正确，必要时给予指导。



## 二、在家中如何正确避震？



想一想

**地震发生时，如果你在家里，  
究竟要不要往外跑？**



如果家住平房或一楼，得知预警较早的情况下，可尽快跑到室外开阔地避震。



如果家住高楼或来不及逃出，应选择室内较安全的避震地点躲避，待安全后再撤离或等待救援。





你知道吗

## 室内较安全的避震地点

牢固的桌下或床边；  
低矮、牢固的家具旁；  
内承重墙墙角；

震前准备的避震空间；  
小而有支撑物的空间，  
如卫生间等。



## 安全小广播

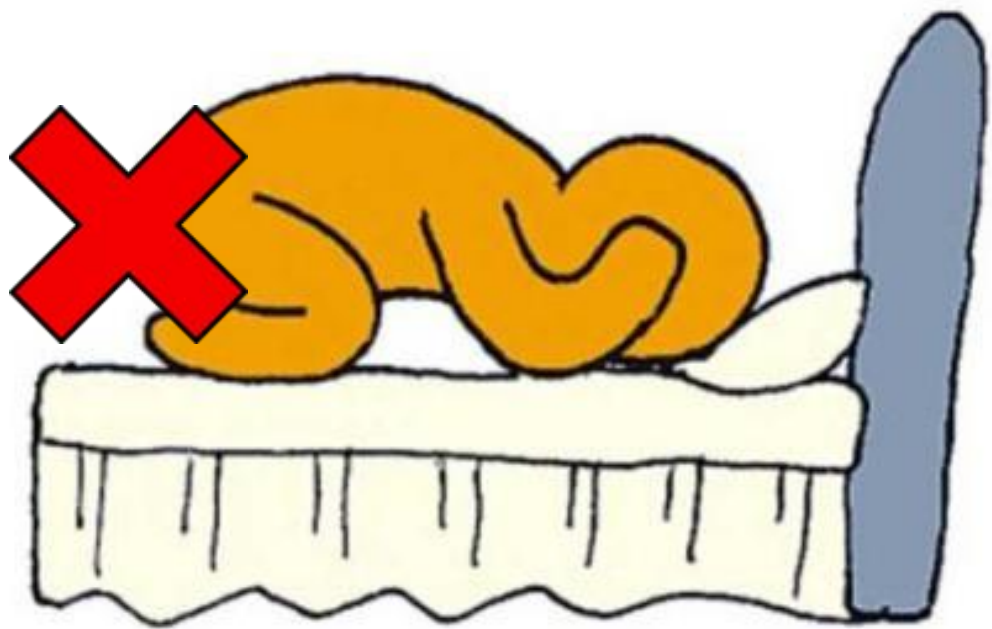


**发生地震时，如果你正在看电视不能迅速逃离，可靠近沙发或椅子的旁边躺下，然后蜷缩起来。**

猫、狗和小孩子在遇到危险时，会自然地蜷缩起身体，这是一种安全的本能。地震时，我们也应这么做，靠近坚固的物体，如沙发、床边，蜷缩起身体，减小伤害。

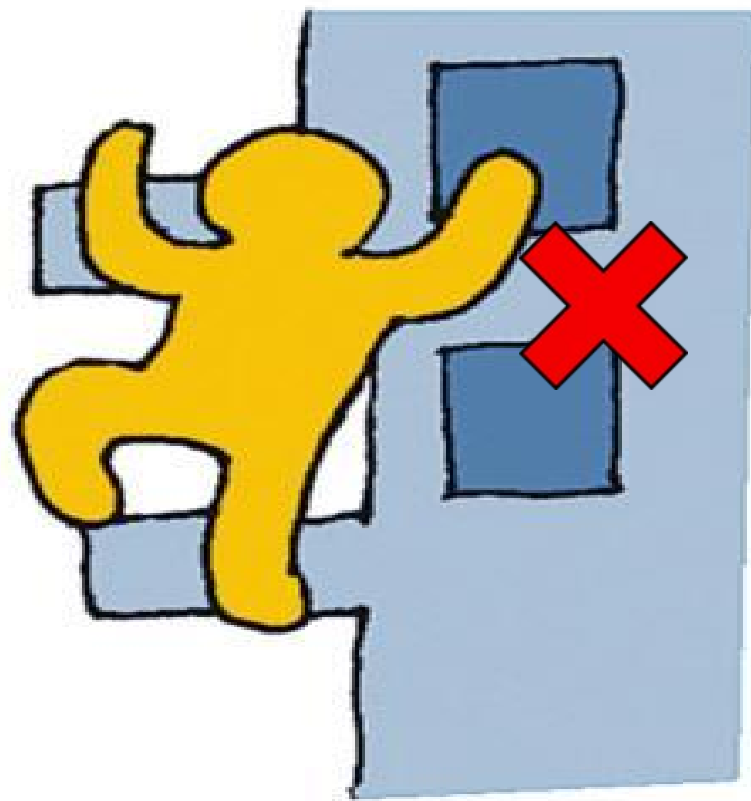


## 地震时要注意



1. 千万不要躲在床上；

2. 千万不要跳楼逃生；





3. 千万不要乘坐电梯；
4. 不要躲到阳台上、窗户边；
5. 不要到处乱跑，尤其是不要到楼道等人员拥挤的地方去。



### 三、公共场所如何避震？





在道路、公园等户外公共场所时，应迅速离开各种高大的危险物，如：有玻璃墙的建筑、天桥、立交桥、广告牌、电线杆等，选择开阔地蹲下或趴下，以免摔倒。





如身处电影院、体育馆、商场等室内公共场所，要听从现场工作人员指挥，不要盲目涌向出口，尽可能避开人流。同时注意吊灯、电扇等悬挂物，尽快选择结实的柜台、墙角处蹲下。





如果在山区，不要着急下山，不能选择背朝着山峰的方向，保持冷静低头原地蹲下，用书包等保护头部。





**同学们，学习了以上内容后，  
地震逃生知识你都掌握了吗？**





## 随堂测评

**1. 发生地震时，如果你正在教室内，下列做法正确的是：**

- A. 躲在坚固的桌子下或桌子旁，护好头部
- B. 慌乱地跑出教室
- C. 从窗户跳出去

**2. 发生地震时，张阳正好在家里，他的做法正确的是：**

- A. 立即跑到阳台呼喊
- B. 蹲在或蜷缩在低矮坚固的家具旁
- C. 乘坐电梯逃生

**3. 关于地震逃生的表述，下列说法正确的是：**

- A. 地震发生时，如果楼层较高，可以跳楼逃生
- B. 如果发生地震时正在上课，不用听从老师指挥，拥挤外逃
- C. 发生地震时如果在室外，要注意避开高大的建筑物

参考答案：  
1.A 2.B 3.C





## 随堂测评

**4. 地震发生时如果在室外，躲避在下列哪个地方比较安全：**

- A. 空旷的操场
- B. 高大的建筑物附近
- C. 变压器、电线杆附近

**5. 发生地震时，在公共场所应该如何避震：**

- A. 随人群慌乱地向出口涌去
- B. 如果人太多无法挤到室外，无论是否在高楼都应跳窗逃生
- C. 蹲在结实的柱子边或柜台旁

参考答案：  
4.A 5.C



谢谢观看

