

防震防火防风班会教案 防震减灾班会教案 (模板9篇)

作为一名专为他人授业解惑的人民教师，就有可能用到教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。那么问题来了，教案应该怎么写？那么下面我就给大家讲一讲教案怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

防震防火防风班会教案篇一

活动目的：经过活动，使学生了解并掌握必要的防震减灾知识，在突遇危急情景时能够进行一些有效的举措，从而保护自我减少伤害。

活动过程：

一、师谈话

二、师讲解地震发生造成的灾害：

- 1、在城市附近，造成楼房坍塌、燃气泄露、人员伤亡等。
- 2、在山区已引起山体滑坡，水库垮坝等。
- 3、在海上引起海啸，风暴潮等。

三、师讲解如何做好防震减灾。

(一)面临地震，如何做好防震减灾

- 1、地震发生时，至关重要的是要有清醒的头脑，镇静自若的态度。假若地震时你正在室内，如离门窗较远，暂时躲避在坚实的家具下或墙角处，是较安全的。另外，也能够转移到

承重墙较多、开间较小的厨房、卫生间等处暂避。躲过主震后，应迅速撤到宽敞的户外。撤离时注意保护头部，用枕头、被子等柔软物品护住头部。

2、假若地震时你正在室外空旷的地方，这是最庆幸的事情。

3、如果在建筑物密集的地方，将手或皮包等柔软物品护住头部，尽可能做好自我防御的准备。并迅速离开变压器、电线杆和围墙、狭窄巷道等。

(二)发生险情时，如何救助

1、地震中被埋在废墟下的人员，应用手巾、衣服等捂住口鼻，避免被烟尘呛闷窒息，还应尽可能清除压在身上的各种物品，朝着有光线的地方移动。无力脱险时，尽量减少气力的消耗，坚持时间越长，得救的可能越大。此外，外面的人废墟下的声音不容易听见，所以要等到听到外面有人时再呼救或敲击墙壁等。

2、营救他人时应先确定伤员的头部位路，使头部先暴露，迅速清除口鼻内的尘土，再使胸腹部暴露，不要强拉硬拽。如有窒息，应及时施以人工呼吸。

四、如何做好家庭防震准备

1、腾空床下、桌下等处，以利藏身。

2、易燃易爆和有毒物品应放到安全处。

3、清理家中及楼道内的杂物，坚持通道的畅通。

五、让学生交流了解到的防震知识。

六、师小结：地震并不可怕，只要我们坚持冷静的头脑，采取相应的措施，就必须能够战胜灾难。

防震防火防风班会教案篇二

冬至将至，为进一步加强学生的森林防火意识，倡导学生以文明的方式祭奠先辈，减少森林火灾的发生。**月*日下午最后一节班会课上，晨光小学各班级召开了以“文明祭祖，森林防火”为主题的安全教育班会。

在班会中，各班主任通过读新闻、讲故事等形式让同学们了解引起火灾的原因，讲解了发生火灾时的一般特征以及森林火灾的危害，使他们知道森林防火的重要性，从小养成爱森林、爱自然的好习惯。同时教育学生扫墓祭祖时要采取文明简约的方式，做到不玩火，不燃放鞭炮，禁止携带火种上山游玩。一旦发现火灾，要及时报火警，未成年人不得参与扑火。

据悉，晨光小学位于城东新区东顾山山脚，该校一直高度重视森林防火工作，每学期都会通过校会、班会、致家长一封信等形式宣传森林防火知识，切实增强学生的森林防火安全意识，做到防患于未然。

甲：同学们，大家知道今天是什么节日吗？今天是“世界森林日”，又被译为“世界林业节”。大家知道这个节日的来历吗？今天我们就来了解一下。

乙：“世界森林日”是在1971年在欧洲农业联盟的特内里弗岛大会上由西班牙提出倡议并得到一致通过。同年11月，联合国粮农组织正式予以确认，以引起各国对人类的绿色保护神——森林资源的重视，通过协调人类与森林的关系，实现森林资源的可持续利用。1972年3月21日为首次“世界林业节”。设立“世界森林日”这一节日的目的是为了引起世界各国对人类的绿色保护神——森林资源的重视，通过协调人类与森林的关系，实现森林资源的可持续利用。

乙：随着人类的发展，从早期的农业耕种到近现代对木材及

林产品的消耗猛增，导致全球森林面积急剧减少，森林品质不断下降，生态环境逐渐恶化。近年来，全球每年消失的森林近千万公顷，这不仅仅是某一个国家的内部问题，它已成为一个国际问题。“世界森林日”的诞生，标志着人们对森林问题的警醒。

乙：我国森林面积居世界第五位，土地面积占世界7.2%，森林面积1.34亿公顷，占世界3.9%，森林覆盖率14%。我国人均森林面积居世界第119位。世界人均占有森林面积0.6公顷，发展中国家人均占有0.5公顷，发达国家人均占有1.07公顷。我国森林总蓄积量占世界第8位。中国森林总蓄积量97.89亿立方米，占世界森林总蓄积量3840亿立方米的2.55%。

甲：我国森林平均公顷蓄积量水平低于世界平均水平。中国森林每公顷平均蓄积量为96立方米，世界森林平均每公顷蓄积量为114立方米。我国人均森林蓄积量是世界最低的国家之一。世界人均拥有森林蓄积量为71.8立方米，我国人均森林蓄积量仅为8.6立方米。

乙：我国人工林面积占世界发展中国家人工林面积总量的50%左右。发展中国家年均消失天然林1628.2万公顷，我国年均消失40万公顷。

我国森林每公顷生物量高于世界平均水平。我国森林每公顷生物量平均为157吨，而世界平均131吨。我国森林总生物量达160.09亿吨，占世界的3.63%。

甲：全球森林主要集中在南美、俄罗斯、中非和东南亚。这4个地区占有全世界60%的森林，其中尤以俄罗斯、巴西、印尼和民主刚果为最，4国拥有全球40%的森林。

乙：联合国环境规划署报告称，有史以来全球森林已减少了一半，主要原因是人类活动。根据联合国粮农组织20xx年的报告，全球森林从1990年的39.6公顷下降到20xx年的38.亿公

顷。全球每年消失的森林近千万公顷。虽然从1990年至20xx年的10年间，人工林年均增加了310万公顷，但热带和非热带天然林却年均减少1250万公顷。甲：南美洲共拥有全球21%的森林和45%的世界热带森林。仅巴西一国就占有世界热带森林的30%，该国每年丧失的森林高达230万公顷。根据世界粮农组织报告，巴西仅20xx年就生产了1.03亿立方米的原木。另据世界粮农组织报告，俄罗斯20xx年时拥有8.5亿公顷森林，占全球总量的22%，占全世界温带林的43%。俄罗斯上个世纪90年代的森林面积保持稳定，几乎没有变化□20xx年生产工业用原木1.05亿立方米。

乙：中部非洲共拥有全球森林的8%、全球热带森林的16%。1990年森林总面积达3.3亿公顷□20xx年森林总面积3.11亿公顷，10年间年均减少190万公顷。东南亚拥有世界热带森林的10%。1990年森林面积为2.35亿公顷□20xx年森林面积为2.12亿公顷，10年间年均减少面积233万公顷。与世界其它地区相比，该地区的森林资源消失速度更快。

甲：森林面积减少受诸多因素的影响，比如人口增加、当地环境因素、政府发展农业开发土地的政策等，此外，森林火灾损失亦不可低估。但导致森林面积减少最主要的因素则是开发森林生产木材及林产品。由于消费国大量消耗木材及林产品，因而全球森林面积的减少不仅仅是某一个国家的内部问题，它已成为一个国际问题。毫无疑问，发达国家是木材消耗最大的群体。当然，一部分发展中国家对木材的消耗亦不可忽视。

乙：非法砍伐森林是导致森林锐减的另一个十分重要的因素。据联合国粮农组织20xx年报告，全球4大木材生产国（俄罗斯、巴西、印尼和民主刚果）所生产的木材有相当比重来自非法木材。

甲：森林虽具可再生特点，但也经不起人类的大肆掠夺。10

年来，森林资源锐减的一个重要原因即是发达国家与可持续发展相悖的生产和消费方式。从上述数字即可看出，发达国家是国际木材市场的最大买家，亦即最大的消费源；如果按人均计算，发达国家更高出发展中国家的若干倍。当然，发展中国家也有必要逐渐改变非持续的生产与消费方式。比如，发达国家风行、发展中国家存在的一次性筷子消费现象每天就消耗掉无以数计的木材。

乙：为了保护我们自己的生存环境，我们倡议减少使用一次性筷子，爱护我们身边的每一棵树，每一株小草，从身边做起，从小事做起。

为让学生了解引起森林火灾的原因和发生森林火灾带来的严重后果，初步学会森林火灾的安全防护知识，近日，桃园镇中心小学开展了“森林防火”主题班会。

班会上，各班主任首先通过学习资料、看图片、游戏知识问答、举实例等各种形式，向同学们介绍了什么是森林火灾、引起森林火灾的各种原因，讲解了森林火灾的危害和严重后果，特别强调了野外用火更容易引起森林火灾，如野外炊烟、做饭、烧纸、取暖、燃烧干草、燃放爆竹礼花等，其中以开垦烧荒、吸烟等引起的森林火灾最多；随后，向学生们讲解了怎样预防火灾，明白火灾自救的一些方法，懂得火灾逃生本领，熟知安全用火。

通过这次班会，让学生更深刻地认识到森林火灾对环境的破坏和对人类的影响，进一步增强了防火意识，掌握了基本的防火知识，培养了热爱大自然、保护大自然美好情怀。

防震防火防风班会教案篇三

为了让同学们更多的了解防火防盗的知识，培养同学们自我保护的意识和能力，我系学生会和团委安排各班开展了《防火防盗安全教育》的主题班会。

班会提前一周安排下来，各班就积极策划，组织。11月x日晚，各班都开展了此次班会，并取得了良好效果！

班会准备前期，各班同学都在积极布置教室，做好一些准备工作，如中1班的同学利用气球等装饰物将教室讲台布置的很漂亮，中3班的同学还利用计算机等多媒体来开展此次班会等。

总之，各班的班会都有自己的特色，同学之间相互配合，组织得较好，看得出来，每班都非常用心、认真的筹划了这次班会活动，并且各班班主任老师也积极参与了此次班会，还做了精彩发言。

- 1、禁止在寝室使用大功率电器（热得快、电磁炉、空调、电饭锅等）；
- 2、不要在床上吸烟，不在寝室使用蚊香；
- 4、外出时，将贵重物品保管好，并将寝室门锁好；
- 5、尽量不要一个人上街，最好结伴同行，并注意看好自己的钱物；
- 6、不要听信陌生人的花言巧语，以免上当受骗·····

此次班会，各班都组织的较好，但也存在一些小问题，如有个别一些同学，并未参与到活动中来，在做自己的事情，还有的同学在讲小话等。另外，各班的班会还可以采取多种形式来开展，不用局限于演讲之类的·····希望同学们再接再厉，积极参加、开展各项活动，我系越办越好！

防震防火防风班会教案篇四

1. 让学生初步掌握一些防震知识，学会保护自己。

2、老师事先准备一些地震知识和防震小资料

1

2、小组讨论：自己在地震期间亲身经历的、看到的、听到的事情

3、班级交流：请同学起来交流自己在地震期间的感受

4、老师小结：我们要“珍爱生命 防震减灾”

5、老师宣传有关地震这一自然灾害的知识

6、老师宣传防震小知识

7、安排防震预演事项。

8、老师布置班会课作业：让每位同学以“生命”为话题，写一篇周记

9、活动结束

防震防火防风班会教案篇五

通过开展一系列的防震减灾、预防灾害活动使少先队员初步了解地震、火山、滑坡和泥石流灾害的成因分布、危害及防御措施。初步了解地震、各种灾害之间的关联性。

收集有关地震的相关材料。

一、宣布活动内容

1、少先队员们，这次四川汶川大地震，给四川人民带来巨大的伤痛及损失，谁能来说一说你了解到地震的哪些知识？(队

员回答)

2、队员们了解还真不少，这次活动我们一起来了解地震是怎么产生的，遇到地震应该如何预防伤害。

二、活动过程

1、各小队相互交流，了解地震的成因。

2、播放地震成因影片。

3、出示搜集到的有关地震知识。

地震是指岩石圈在内力作用下突然发生破裂，地球内能以地震波的形式释放出来，从而引起一定范围内地面震动的现象。大部分地震的发生与地质结构有关。在地壳中有断层，而且断层又具有一定活动性的地带，地震最容易发生。

地震的大小通常用里氏震级来表示。地震释放出来的能量越大，震级越高。震级每增加1级，能量约增加30倍。通常，3级以下的地震，人无感觉，成为微震；5级以上地震，会造成不同程度的破坏，成为破坏性地震。

地震是一种危害和影响最大的地质灾害。我国是世界上地震灾害最严重的国家之一，全国大部分省区都发生过6级以上地震。1976年7月28日发生在唐山的7.8级大地震，使这个百万人口的工业重镇，顷刻成为一片废墟。这是20世纪全球破坏性最大的一次地震灾害。

我国川、滇、黔接壤地带，该地带现代地壳活动强烈，地震频发，震级高。由于地壳活动强烈，山体中断裂，岩石破碎，风化严重，加上干湿季节分明，暴雨集中。促使滑坡，泥石流灾害突发。这次四川发生了8.0级的地震，震后到目前为止，还发生了四次6级以上的余震，比唐山大地震的破坏性更大。

4、地质灾害的防御

(1)如果你正在影剧院、体育馆等处遇到地震时，要沉着冷静，特别是当场内断电时，不要乱喊乱叫，更不得乱挤乱拥，应就地蹲下或躲在排椅下，注意避开吊灯、电扇等悬挂物，用皮包等物保护头部，等地震过后，听从工作人员指挥，有组织地撤离。

(2)地震时，你正在商场、书店、展览馆等处，应选择结实的柜台、商品(如低矮家具等)或柱子边，以及内墙角处就地蹲下，用手或其它东西护头，避开玻璃门窗和玻璃橱窗，也可在通道中蹲下，等待地震平息，有秩序地撤离出去。

(3)正在上课的学生，要在老师的指挥下迅速抱头、闭眼，躲在各自的课桌下，绝不能乱跑或跳楼，地震后，有组织地撤离教室，到就近的开阔地带避震。

(4)正在体育场上课的，应立即停止上课，稳定队员情绪，防止混乱拥挤，有组织有步骤地向体育场安全地带疏散。

5、震时的自救四大常识

(1)大地震时不要急

破坏性地震从人感觉振动到建筑物被破坏平均只有12秒钟，在这短短的时间内你千万不要惊慌，应根据所处环境迅速作出保障安全的抉择。如果住的是平房，那么你可以迅速跑到门外。如果住的是楼房，千万不要跳楼，应立即切断电闸，关掉煤气，暂避到洗手间等跨度小的地方，或是桌子，床铺等下面，震后迅速撤离，以防强余震。

(2)人多先找藏身处

学校，商店，影剧院等人群聚集的场所如遇到地震，最忌慌

乱，应立即躲在课桌，椅子或坚固物品下面，待地震过后再有序地撤离。教师等现场工作人员必须冷静地指挥人们就地避震，决不可带头乱跑。

(3) 远离危险区

如在街道上遇到地震，应用手护住头部，迅速远离楼房，到街心一带。如在郊外遇到地震，要注意远离山崖，陡坡，河岸及高压线等。正在行驶的汽车和火车要立即停车。

(4) 被埋要保存体力

三、队会小结。

防震防火防风班会教案篇六

1. 观看一段关于地震的视频，然后请学生讲讲自我的感受或认识。（让学生由具体地震事件进入班会的主题。）
2. 关于地震你想明白些什么？（请几个学生提提自我的问题，针对问题后面有侧重点，满足学生需要，提高学生进取性。）
3. 什么是地震（让他们以组为单位互相讨论，然后让每个组为大家介绍，评出哪个组说的是最全面、准确的’，最终教师总结，给个全面的概念）
4. 介绍地震的前兆
5. 地震发生时的防护措施，同时遇到特殊危险时的自救方法（燃气泄露时；毒气泄露时；遇到火灾时）

（形式：学生抢答或学生演示）

(1) 学校的避震

(2) 家庭的避震

(3) 公共场所的避震

(4) 户外的避震

6、模拟地震逃生

7、请三四个学生谈谈这节课的感受

8、教师做最终总结

(以小组为单位，采用互相竞争的方式，经过每个环节累计分数，最终分出胜负，这样大家就会都进取投入，而不是各做各的。)

防震防火防风班会教案篇七

自然灾害是无情的，很多人的生命都是丧生于自然灾害，其中特别是地震的破坏性最强，这次班会我们就来认识一下地震，也希望大家能在这节课中学到地震逃生的方法。

【引入】

1、通过这次班会，让学生知道地震给人民带来的严重灾害。

2、让学生了解并掌握一些地震的基本知识，教育学生发生地震时不慌张，到安全的地方躲避。

3、增强学生自我保护的意识，提高自我保护能力，有利于学生的健康成长。

一、导入活动主题：

2019年的5月12日就这样写入了历史，当天十四时二十八分，突如其来的汶川8.0级地震，震动了汶川，震动了亿万国人的心。一个个美丽的县城，那样令人神往的天府之国，顷刻间天崩地裂，断壁残垣。沉痛的瞬间，心痛的数字，染血的孩子，受伤的脸庞…久久萦绕在我们心中。

二、地震前准备：让防震深入到我们的日常生活中，有备无患。

1、地震前应做哪些准备？

学习地震基本急救知识，制订家庭应急预案，开展家庭一分钟紧急避险、撤离与疏散的演练活动；备好防震应急包。配齐应急物品。家具物品摆放要重的在下、轻的在上。将床放在内墙(承重墙)附近，要远离屋梁和悬挂的灯具。

2、如何做好疏散准备？

清理杂物，使门口、庭院通道畅通，震时便于人员逃离。熟悉周围环境，了解避难场所，地震时可沿指定路线及时疏散。

三、地震时自救知识：

1、地震时的避震原则是什么？

(应就近伏在床下、桌下和小跨间房屋里等安全角落，待震后迅速撤离。)

2、地震时怎样自救？先让学生讨论交流，再做补充和总结。

1只有能做到，首先要切断电源、气源，防止火灾发生。用枕头或手或坐垫保护头部。

2在平房冲出房屋到空旷地带，如果来不及，就在坚硬家具下伏而待定，再伺机转移。

3在楼房遵循就近躲避原则。就近躲避到床、桌下登“安全角”或厨房、卫生间、储藏室等小开间内，不要跳楼，待强震过后有序撤离。从高楼撤离时应走安全通道，千万不要坐电梯。

4在教室内不要向教室外面跑，抱头、闭眼，躲在各自的课桌下，待地震过后，在老师的指挥下向教室外面转移。在操场室外时，可原地不动蹲下，双手保护头部。注意避开高大建筑物或危险物。

5在街道上就地选择开阔地蹲下或趴下，要避开高大建筑物，如：楼房等。

6一旦震动停止，就要迅速撤离到安全地方被埋压时最重要的是树立生存信心，沉着冷静。首先挪开头部周围的杂物，保持呼吸畅通，闻到煤气、毒气时，用湿毛巾等捂住口、鼻；用砖、木等支撑残垣断壁，以防余震发生后环境进一步恶化。不要哭喊，尽可能控制自己的情绪、休息，等待救援人员到来。如果受伤，要用简易的办法包扎好伤口，以免失血太多，造成昏迷。要节约饮食，防震包的水和食品一定要节约使用，发出求救信号时可采用敲击水管的办法。

四、地震后互救知识：

1、震后救人原则是先救近处的人。无论是家人、邻居，还是陌生人，以免错过救人良机，造成不应有的损失。先救青壮年。可使他们迅速在救灾中发挥作用。先救容易救的人。可加快救人速度，尽快扩大救人队伍。

3、接近被埋压人时，不要用利器刨挖。注意分清支撑物与一般埋压物，不可破坏原有的支撑条件，以免对人员造成新的伤害。首先暴露被埋压者头部，清除口、鼻内的尘土，保证幸存者呼吸顺畅。在抬救过程中不可强拉硬拖，避免使被救者身体再次受到损伤。蒙上眼睛，使其避免强光的刺激。不

可突然接受大量新鲜空气，不可一次进食过多。避免被救人员情绪过于激动。

地震非常可怕，因为它不可预测，威力大，但是如果我们做好了挑战“天灾”的思想准备，地震的威力也就在它没有发生前降低了许多。同学们，平时看一些自我保护方面的书籍，为我们的安全保驾护航！我们学校预计会在下周一、周二，进行防震减灾演习活动。希望同学们都能听从老师的指挥，确保演习活动的安全，千万不能在为了安全的演习中出现安全问题。

防震防火防风班会教案篇八

教育目标：

1、文明祭祖。

2、知道森林防火的重要性，要爱护森林。尝试根据学校、家庭环境，学习设计森林防火措施。通过对火灾事件的了解，知道发生火灾的主要原因，提高学生的防火意识，明确防火自救的重要性。

教学难点：

提高学生的自救意识，培养应变能力。教学过程：

一、导入：

即将到来的清明节是中华民族的一个重要的传统节日，是祭祖和扫墓的日子，也是郊游踏青的好时光。清明节这个中国传统节日被已列入国家级非物质文化遗产保护名录，还列入法定国假日，这体现了国家对传统民俗节日的重视。然而，青少年学生虽然热切盼望清明小长假，但据我的初步调查不

少青少年学生，对这个节日的民俗意义和相关传统文化知识却知之甚少，他们认为祭祖是老人的事，甚至认为是封建迷信，而扫墓扫墓时烧纸祭扫先者。因此，知道森林防火的重要性，要爱护森林。

通过对火灾事件的了解，知道发生火灾的主要原因，提高学生的防火意识，明确防火自救的重要性。认识各种灭火设备，掌握一些消防安全常识及灭火、防火自救的方法。学会本领，化险为夷。提高学生的自救意识，培养应变能力。学习利用各种方法查阅、收集、处理信息资料，培养学生搜集和处理信息能力、获取新知识能力、交流与合作能力。培养学生积极主动的参与意识及认真负责的科学态度与科学道德。

二、介绍文明祭祖的重要性，不愚昧，不迷信。

三、介绍护林防火的重要意义。

四、列举事例，说说火灾的危害。

五、学习护林防火《十不准》：

- 1、不准烧山开荒、窖火籽；
- 2、不准在山上上坟烧纸点蜡、燃放鞭炮；
- 3、不准在山上煮烤食物；
- 4、不准在山上烧火取暖；
- 5、不准在山上吸烟；
- 6、不准在山上打火把；
- 7、不准烧田埂地边；

- 8、不准在山上烧灰积肥；
- 9、不准小孩在山边玩火；
- 10、不准烧山驱兽和电网狩猎。

六、竞赛活动，游戏激趣，巩固新知。

(2) 一旦发生火灾，要迅速拨打什么电话号码？

(5) 列举几种逃生方法。如：关门求生、从窗户逃生、安全出口逃生等。

2、判断题。（学生也可补充题目。）（出示课件）

(1) 禁止学生携带烟花、爆竹、鞭炮、火柴等易燃易爆物品。

(2) 有一天，某小学四年级学生到某山林去野炊。(3) 报警时报警人的姓名和电话号码可以不说明。

(4) 发生火灾时，不要盲目开窗开门，用湿毛巾、衣服等衣物包住头脑，尤其是口鼻部。(5) 家用电器起火，应马上关掉电源开关，千万不要往电器上泼水。

3、引领学生在校园内考察逃生路线，并制作逃生路线图和逃生路标。评选出最佳路线图加以记分。

六、总结：清明节要做到文明祭祖。火灾无情，所以我们要做护林防火的宣传员，不做护林防火的责任人，尽量避免火灾，万一发生火灾，我们要沉着冷静，用自己学的知识有效地保护自己。最后，祝大家永远都平安幸福。

防震防火防风班会教案篇九

活动准备班委五个成员每人准备一个方面的知识，学生发言

后作总结。

活动目的

1. 通过雅安地震，学生知道地震给人民带来的严重灾害。
2. 让学生了解并掌握一些地震的基本知识，教育学生发生地震时不慌张，到安全的地方躲避。
3. 增强学生自我保护的意识，提高自我保护能力，有利于学生的健康成长。

活动过程

20xx年的4月20日就这样写入了历史，，突如其来的7.0级地震，震动了雅安，震动了亿万国人的心。一个个美丽的县城，那样令人神往的天府之国，顷刻间天崩地裂，断壁残垣。沉痛的瞬间，心痛的数字，染血的孩子，受伤的脸庞…久久萦绕在我们心中。

1. 地震前应做哪些准备？

学习地震基本急救知识，制订家庭应急预案，开展家庭一分钟紧急避险、撤离与疏散的演练活动；备好防震应急包。配齐应急物品。家具物品摆放要重的在下、轻的在上。将床放在内墙（承重墙）附近，要远离屋梁和悬挂的灯具。

2. 如何做好疏散准备

清理杂物，使门口、庭院通道畅通，震时便于人员逃离。熟悉周围环境，了解避难场所，地震时可沿指定路线及时疏散。

1. 地震时的避震原则是什么？

（应就近伏在床下、桌下和小跨间房屋里等安全角落，待震后迅速撤离。）

2. 地震时怎样自救？先让学生讨论交流，再做补充和总结。

只有能做到，首先要切断电源、气源，防止火灾发生。用枕头或手或坐垫保护头部。

在平房冲出房屋到空旷地带，如果来不及，就在坚硬家具下伏而待定，再伺机转移。

在楼房遵循就近躲避原则。就近躲避到床、桌下登“安全角”或厨房、卫生间、储藏室等小开间内，不要跳楼，待强震过后有序撤离。从高楼撤离时应走安全通道，千万不要坐电梯。

在教室内不要向教室外面跑，抱头、闭眼，躲在各自的课桌下，待地震过后，在老师的指挥下向教室外面转移。在操场室外时，可原地不动蹲下，双手保护头部。注意避开高大建筑物或危险物。

在街道上就地选择开阔地蹲下或趴下，要避开高大建筑物，如：楼房等。

一旦震动停止，就要迅速撤离到安全地方被埋压时最重要的是树立生存信心，沉着冷静。首先挪开头部周围的杂物，保持呼吸畅通，闻到煤气、毒气时，用湿毛巾等捂住口、鼻；用砖、木等支撑残垣断壁，以防余震发生后环境进一步恶化。不要哭喊，尽可能控制自己的情绪、休息，等待救援人员到来。如果受伤，要用简易的办法包扎好伤口，以免失血太多，造成昏迷。要节约饮食，防震包的水和食品一定要节约使用，发出求救信号时可采用敲击水管的办法。

1. 震后救人原则是先救近处的人。无论是家人、邻居，还是

陌生人，以免错过救人良机，造成不应有的损失。先救青壮年。可使他们迅速在救灾中发挥作用。先救容易救的人。可加快救人速度，尽快扩大救人队伍。

3. 接近被埋压人时，不要用利器刨挖。注意分清支撑物与一般埋压物，不可破坏原有的支撑条件，以免对人员造成新的伤害。首先暴露被埋压者头部，清除口、鼻内的尘土，保证幸存者呼吸顺畅。在抬救过程中不可强拉硬拖，避免使被救者身体再次受到损伤。蒙上眼睛，使其避免强光的刺激。不可突然接受大量新鲜空气，不可一次进食过多。避免被救人员情绪过于激动。

地震可怕，因为它不可预测，威力大，但是如果我们做好了挑战“天灾”的思想准备，地震的威力也就在它没有发生前降低了许多。同学们，平时看一些自我保护方面的书籍，为我们的安全保驾护航！