# 增强自我保护论文范文精选37篇

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-09-12

*增强自我保护论文范文 第一篇星期天，我去江家玩，发生了一件意想不到的事。我去他家帮他玩电脑。正当我玩得开心的时候，突然有人敲门。当我跑去开门时，我问“哪个？”外面的人说:“你父亲的同事，你父亲让我去拿一瓶药。”我叫江。蒋看着猫眼说:“为什么...*

**增强自我保护论文范文 第一篇**

星期天，我去江家玩，发生了一件意想不到的事。

我去他家帮他玩电脑。正当我玩得开心的时候，突然有人敲门。当我跑去开门时，我问“哪个？”外面的人说:“你父亲的同事，你父亲让我去拿一瓶药。”我叫江。蒋看着猫眼说:“为什么这么黑？”我说。“坏人来了！”江说:“我们不在乎他，我们继续玩游戏。”我说，“很少看到这种东西！让我们玩他。”蒋说:“嗯，反正我下周就能回来。”然后我们开始扮演坏人。我问“我父亲叫什么名字”，回答说，“我是新来的，有些事情我不知道。”我补充道:“叔叔，我现在想吃糖。你能为我买它吗？”“是的！我的马下楼去买。”楼梯上传来下楼的声音。很快又有上楼的声音。这次我真的看到了那个拿糖的人。蒋笑着弯下腰。我说，“我不想再吃糖了。请走吧。我不空”男人生气地说，“你为什么要这样做？快开门，否则我就敲门。”我说，“你打了，我就报警。”那人一听，吓得屁滚尿流，跑掉了。我和江都笑了。

当你遇到坏人时，你必须提高警惕。

**增强自我保护论文范文 第二篇**

一个星期天，小明的爸爸妈妈都去上班了，留他一个人在家写作业。

突然，门外传来一阵敲门声，小明担心是坏人，就轻手轻脚地走到门前问：是谁呀？一个男子答道：我是你爸爸的朋友，快开门。小明觉得这个叔叔的声音好像从来没听过，有点陌生。他连忙搬来凳子，从门上的猫眼看了看，只见门外站着一位个子很高的叔叔，身穿黑色衣服、黑色裤子。

这时小明感觉不对劲了，会不会是骗子？小明想：我该怎么办呢？突然，小明灵机一动，他假装到爸爸的房间大声喊：爸爸，别睡懒觉了，你的同事来看你了。

这时，小明又偷偷地再从猫眼看到那位自称爸爸朋友的陌生人脸色苍白，慌忙地逃走了。傍晚，爸爸妈妈回来了，小明把白天发生的事情告诉了爸爸妈妈，他们直夸小明真聪明。

小朋友，如果你在家遇到了陌生人，千万别开门。如果遇到的是坏人，那后果将不堪设想。

**增强自我保护论文范文 第三篇**

那是一个盛夏的中午，天气很热，太阳炙烤着大地，人们热得好像要蒸发了。

放学后，我看到爸爸妈妈没有来接我，就站在我们约定的地方等着。过了很久，我还没有等到爸爸妈妈，这时候，走过来一位陌生人，他对我说：“小朋友，我是你爸的同事，你爸妈今天有事不能来接你了，让我接你去我家吃饭。”我心想：“早上送我的时候，爸妈也没说家里有事，而且我也没有听爸爸说过有这么一个同事。”心里一阵犹豫：到底该不该走？万一爸妈真的有事呢？

突然，一个念头闪过——他不会是人们说的拐卖小孩的坏人吧！顿时，拐卖小孩、杀小孩\_等等传说的事向我飞来。我害怕极了，就连旁边的电线杆也发出了吱吱的声音，好像让我快跑。我正打算跑的时候，一只大手向我捉来。“你不要怕，我不是坏人。”那个叔叔一脸“笑眯眯”地说，说完就拉着我向一辆黑色轿车走去。我脑子一转，说：“叔叔，我能不能用你的手机给我妈妈打一个电话。”他摸了摸口袋，说：“抱歉，我把手机放到车上了，我这就去拿。”说着用力拉着我向车走去。

此刻，我十分紧张害怕，周围的建筑物都仿佛在嘲笑我的无能。说时迟，那时快，我的脑子闪过一个办法，我开口了：“叔叔，上车之前，我能不能小便一下？”叔叔很不情愿地答应了，并且再三叮嘱我不要乱跑。我佯装答应了，看着他转身去拿手机，立刻撒开腿向大街跑去，正好看到一个路过的阿姨，立刻跑过去，抱住她大喊妈妈。坏人见此情景，关上车门，发动起车，一溜烟开走了。阿姨夸我机智聪明，并用手机给我妈妈打了电话，过了一会妈妈满脸焦急地赶了过来。

这是我几年前的历险记，我想告诉大家，遇到坏人不要慌张，一定要沉着冷静，多想办法去应对。

**增强自我保护论文范文 第四篇**

生命，只有一次。所以，我们要珍惜生命，学会生存，学会自我保护。

记得那一次，我因为打扫教室很晚才往家赶。回家必须经过一条只有昏暗的小路，由于那天回的迟，所以这条小路比以往都暗些。正在这时，我发现了一个陌生人在后面跟踪我，最初我也没留意。可是快到我家的时候，那个陌生人还跟着我，而且速度越来越快。我觉得有些不对劲，立刻意识到：“这是个坏人！”正当我焦急万分的时候，前方走来一个人，我灵机一动，走上前去，的那个陌生人说：“陈叔叔，你好，还记得我吗？”后面的人一听，因为我遇到了熟人，遍灰溜溜地逃走了。回到家里，我把这件事告诉了妈妈，妈妈称赞我道：“做得好，你长大了。”

自我保护不仅要拥有智慧，还拥有临危不惧的精神。有人可能会说：“这有什么了不起！”那就错了，当我们的生命和安全受到威胁的时候，我们应该尽自己最大的力量来保护自己，因为我们的生命何其珍贵，不但寄托了自己的未来，还有家人永远的希望。

为了自己，为了家人，让我们从现在起，好好学习自我保护的本领，珍惜生命，更好的生存下去。

**增强自我保护论文范文 第五篇**

有的人经历过危险的事，也有的人没有经历过危险的事，不管大家经历过没有这样的事。大家的自我保护能力怎么样呢？大家想过没有，如果发生这样的事你们会自救吗？

我就亲身经历过危险的事，那是在我上小学一年级的时候。记得那天早上天空还灰蒙蒙的，我正走在上学的路上。突然，一位中年男子出现在我的左边，他大概离我有一米多远。他看见我后温和地对我说：“小朋友，你上几年级啦？”我说：“我上一年级啦”。他听后笑眯眯地对我说：“小朋友，来，过来，过来。”虽然当时我还小，但我就立刻警惕起来。我觉得不对劲，于是我就立刻跑走了，幸亏他没有追上来，要不然我就惨喽！但前面就是学校，他肯定不敢追上来。这次是我走运，要不然后果不堪设想！

现在社会很乱，小孩子如果不好好的保护自己，很有可能会被绑架。所以我给大家以下几条建议：

１、不要随便和陌生人说话。

２、不要吃陌生人给你的食品

３、最好不要晚上出去玩。如果真的有事要晚上出去的话，最好几个人一起去。晚上走夜路要带上防身物品。

４、自己有手机的话不要拿出来炫耀，这样很有可能被小偷盯上。

５、当你发现有人跟着你的话，最好往人多的地方去，这样你可以甩掉他。

６、如果有条件的话可以学习跆拳道之类的防身方法，也是很不错的哟！

每个人都要学会如何保护好自己，如何在特殊情况下解救自己。这样就算遇到危险的事，也能自己救自己。所以大家就谨记这些自救方法吧！

**增强自我保护论文范文 第六篇**

每个人都得学会自我保护和在逆境下顽强的生存，即使是自己一个人，也要勇敢的活下去，遇到紧急的事情更要学会自我保护，不要一遇到危险就呆若木鸡，不知道怎么办，所以我们一定要学会自我保护。

那是一个炎热的暑假，姐姐和我一起在院子里玩，院子里堆放了很多破板凳，木头上还有一些长长的铁钉，姐姐和我就在一旁玩，玩累了，我想回去喝水，便说：“走木头堆上吧，那里近！”“那你小心点啊。”姐姐提醒道“上面有钉子”“哦，我会小心的！”我就直接从木头堆里走过去，哪知道一不留神，一棵大钉子穿过鞋子，刺进我的脚，我却被吓得脸色惨白，一阵钻心的痛使我赶紧蹲下来。姐姐小心翼翼地帮我把钉子慢慢取出，然后，回到家中，家里没人，姐姐就帮我先换鞋，把袜子脱下来，幸好只扎了一下，没扎进肉里。姐姐冷静的找到棉签，拿出药水涂上一点药水，先用一根干净的棉签把伤口压住止血，大概几分钟后再用涂了药水的棉签涂抹在伤口上。我疼得嗷嗷叫，姐姐说刚开始时有一点疼，不过几分钟后就不疼了，过了一会儿，果然好了很多。

姐姐面对这种情况沉着冷静，她告诉我遇到了危险或灾难，不要慌张，要用自己学过的知识去应对。学会自我保护是一件多么重要的事啊！它不但能在必要时给予我们帮助，还能令我们减少许多不必要的麻烦。

**增强自我保护论文范文 第七篇**

在生活中，我们可能会遇到一些危险或灾害，在危险和灾害降临时，生命之花是脆弱的，我们不能先慌了手脚，而要镇定下来，勇敢自救。这样，你就能换来生命的希望，顽强的把生命绽放。

记得在小学二年级的一天，放学了，学生们向学校门口蜂拥而至。我在人群中探望着，寻找我的爸爸。突然，一个男人出现在我眼前。他说他是我爸爸的同事，来接我回家，我不认识他，自然有些害怕。猛然想到老师以前说的遇到陌生人，不要说话，因为他可能是拐卖小孩的，我不禁毛骨悚然。突然我想到了一个好办法来测测他是不是坏人，我对他说：\_我爸爸是盖房子的，你是不是也是啊？\_男人急忙的说是。我心想：\_我爸爸根本不是盖房子的，骗子，坏人！我立马大声喊道：“拐卖小孩子了，就是他，差点把我拐走了。”我一吆喝，旁边来接小孩子的都来看坏人，立马就跑，但是人这么多，他是跑不掉的。她被一个中年男子接住：“你这个人光天化日来孩子，跟我去警察局！”那个男人立马挣扎，准备再次逃跑，但人群已经把他团团围住，最终他被警察局的警察带走了。

爸爸妈妈知道这件事赶紧赶来警察局。爸爸妈妈们既开心又心疼，还夸我长大了，如果不是我坚持不懈，后果便不堪设想了，我认为我们应该掌握这些基本自我保护知识，让生命之花绽放清香！

**增强自我保护论文范文 第八篇**

星期天的中午，我正在窗边认真地写作业。突然，一阵“咚、咚、咚”的敲门声传进了我的耳朵里。我放下笔，蹑手蹑脚地走到门前，奇怪地问：“谁呀？”“我是你爸爸的朋友。”门外传来一个叔叔陌生的声音。这可引起了我的疑心。我连忙搬来一张椅子，站在椅子上通过“猫眼”往外看。呀！是一个高高瘦瘦的中年男子，我好像从来没见过，怎么办呢？我心想：如果开门，又怕是坏人；要是不开门，要真是爸爸的朋友，这样就显得我不礼貌。我左右为难了。就在这时，我灵光一闪，想出了一个十全十美的好办法。我对叔叔说：“对不起，爸爸在卫生间，我这就去叫他。”我跑进卫生间里大喊：“爸爸！爸爸！您的朋友来找您了，快去开门吧！”过了一会儿，我见门外没有了动静，又站在椅子上一看，那位叔叔早就逃得无影无踪了。我自言自语地说：“吓死我了，差点就上当了。多亏我机灵。”

晚上，爸爸妈妈回来了，我把事情的经过一五一十地告诉了他们，他们直夸我是个急中生智的孩子。小朋友们，如果是你们，你们会怎样做呢？

星期日，小明自己在家里专心致志地画画，爸爸妈妈去上班。忽然，有人敲门。

小明来到门前，问：“谁呀？”陌生人说：“我是你爸爸的朋友。”小明搬来一张小凳子，透过猫眼，看到一个陌生人，心里想：“我该怎么办呢？”小明想到了个办法，他说：“你知道我爸爸的姓名和电话吗？”陌生人说：“我知道。”小明正想打电话给爸爸确认的时候，陌生人说：“你再不给我进来，我就用刀砍门。”小明听到陌生人的话，心想：“哦！原来他是个超笨的坏人啊！计划开始。”小明假装说：“我去叫爸爸了啊。”说完就去打了110，结果这个超笨的坏人被警察抓去警察局了。小明继续回去画画。

**增强自我保护论文范文 第九篇**

自我保护是每一个人都需要具备的能力，上次我就碰过这样一件事，真是有惊无险。

记得那次，爸妈都不在家，家里只有我一个人。当时，我正在写作业，突然听见几声“叮咚、叮咚、叮咚”的门铃声，我想会是谁呢？爸妈又不在家，该不该开门，现在坏人太多了！

于是，我透过猫眼看过去，发现是一个陌生男人，个头高高的，头发有点长，还带道墨镜。我心想准不是啥好人，于是，一不做二不休，问道：“你是谁？做什么的？叫什么名字？”他回答说：“我是你爸的同事，和他一起的，我叫xxx，喂，我说你这小孩问那么多干什么？赶快开门，你爸叫我拿个零件。”

我趁他不注意打了个电话给老爸，老爸说有此事。我这才乖乖把门打开让他拿东西。

爸爸妈妈回来后，我把事情的经过告诉了他们，他们还赞叹我说：“你真是一个聪明的乖宝宝。”小朋友们，你们知道吗？现在世界上好人多坏人少，你们做事情要多留一个心眼，这样才能防范于未然噢。

**增强自我保护论文范文 第十篇**

记得有一次星期天的下午,我放学回家,那时,我刚刚上小学一年级,正在马路边走着。

不知从什么地方冒出来了一位男子，很陌生，他拍了拍我的肩膀，说，小朋友，是回家吗？嗯，只见那男子从他的衣兜里拿出一颗糖，小朋友，吃不吃，我没有去接住那颗糖，我对他说你是谁，我是你爸爸的朋友啊，我打开了我的记忆想了想，可我没有见过这个人，我想他肯定是骗我的。他又帮我把包装打开，放到我的嘴边，我立刻说，我不饿还是您吃吧，他又把糖放到了衣兜里，这时，我编了个谎言说，你不是认识我爸爸吗？我爸爸是做蛋糕的，你吃过吗？当然，你爸爸做的蛋糕可好吃了，又在骗我，我爸爸才不是做蛋糕的呢，我爸爸是当厨师的。

小朋友，肚子饿了吧，我带你去附近的馆子里去吃一点面吧，他紧拉着我的手说，如果你不想吃，我就带你回家，可是你爸爸要我来接你的哟。

我才不信呢，就在不远的地方，有一位男子，我叫了一声爸爸，那位陌生人马上就把我的手松开了，我回过头来一看，啊，那位陌生人早就的远远的了。

回到家，我把这件事给了爸妈听，他们听了，夸我真聪明。

从这件事我也想了一下，不管是在什么地方，遇到了你吧认识的陌生人，可千万不能大吼大叫，要用你聪明的大脑去想：怎样去对付这件事。不过我这次真是好险，但不过我学会了自我保护。

**增强自我保护论文范文 第十一篇**

我们都生活在一个幸福安定的社会里，丰衣足食，平时有爸爸妈妈在身旁保护着我们。可是，如果有一天父母不在身边，而我们遇到了危险，我们该怎么办？

这是一个真实的故事：一个女孩被绑架了，她心里害怕，但也无奈，只好被逼着跟着匪徒走了，整整一天，他都没有吃任何东西。第二天，匪徒带上小女孩去打听小女孩家的情况，途径一片树林时，小女孩见四周没人，车上又只有一条塑料绳，自己如果被匪徒绑在树上后用牙齿咬开塑料绳，或许还可以逃脱。于是她哀求坐在前面的匪徒：“叔叔，如果你担心我跑掉，就把我绑在树上好了。”

匪徒也正觉得这小女孩烦人，听了她的话，觉得蛮有道理，就取了绳子，把小女孩结结实实地绑在附近的大树上。

匪徒一走，小女孩马上找办法逃脱，但又担心匪徒突然返回，于是等了一个多小时。由于她的双手被绳子紧紧地反绑着，丝毫无法动弹，只好狠命地用牙齿咬绳子。绳子尽管是塑料的，也不好对付。小女孩的牙齿出血了，她本想放弃，，但经过思量，还是坚持了下来。她的目标只有一个——咬断捆绑自己的绳子，逃脱匪徒的“魔爪”！终于，经过与绳子的殊死搏斗，她成功脱险了！

小女孩的聪明机智，在面对匪徒的时候全部展示出来了。他与匪徒\_，与匪徒斗智，最终战胜了匪徒，在匪徒的“魔爪”下死里逃生，这都是些多么难能可贵的品质呀！我想，我们如果也遇到了危险，首先要保持沉着冷静，找到一切可以逃脱的办法，要用自己的智慧去战胜危险，要用自己的镇定，来保护自己，走出危险，逃脱危险！

保护好自己，无论在什么情况下，都是最重要的！

**增强自我保护论文范文 第十二篇**

现代社会到处危机重重，为此，我认真研究了含羞草受到危险便叶片合拢的特点。经过一个多月的反复试验，不断加以改进，终于发明了“含羞草自我保护器”。

自我保护器的外观并不怎么样，我把它设计成帽子的样子，既美观，又实用。别看它的样子普普通通，其实它内部装有各种精密的高级配件。当然，我的含羞草自我保护器功能更是不可小觑。如果你受到坏人袭击，在你将要受到危险的三分钟前，自我保护器便可以快速从存储器中调出要伤害你的人的详细资料以及方位，并通过无线雷达转换成脑电波，直接传到你的大脑里，还能用同样的方法告诉要伤害你的人，打消要做坏事的念头。我发明的自我保护器还可以在必要的时候攻击别人。在别人突然有坏念头的时候，自我保护器便会发出防御，启动“高离子光墙”，然后启动“纳米隐形攻击”，把坏人绳之与法。

有了我发明的自我保护器，人类在社会上便多了一份安全，少了一份危险，我为世界人们的安全做出了巨大贡献，因而获得了巨额的诺贝尔奖。我发明的自我保护器厉害吧！

**增强自我保护论文范文 第十三篇**

生活，离不开竞争。我们处于一个社会之中，弱肉强食是生存规律，想要得到好的，想要活的更好，就要做食物链顶端的人。现在这个社会，不比从前，没有铁饭碗也没有分配，所有的一切都要靠自己争取，无论是在社会还是在学校，处处都充满了竞争。而我们如何才能在日益激烈的环境中生存下来，获得更好的生存就成了一个问题。其实有很多种方法，组织一下大体也不过分为三个方面：人际关系、自我能力和自身价值。

首先说人际关系。什么是人际关系呢？人际关系就是人们在生活工作中所建立的一种关系。现在这个社会人际关系可不得了，不单单是所谓的好人缘，人际关系的建立也需要人品和利益。人品的好坏直接决定了你的大部分人际关系，因为没有人会冒险和一个人品差的人有过多联系，更不会去帮助他。利益占另一小部分，如果你不能给对方创造利益，别人同样也不会给你创造利益。那如何处理好人际关系呢？首先你就要跟别人介绍自己，还要把性格打开，给别人愉悦的感觉，做个会找话题的人，做事做人心平气和不懂歪心思，还要乐于助人。

再来说自我能力。无论是学校还是公司，老师或者上司更喜欢什么样的人呢？就是自我能力强的人。什么是自我能力，就是在活动中自我表现办事的能力。那如何做个自我能力强的人呢？很简单，三多：多学习、多实践、多看看别人怎么做。不要盲目去做一些事情，可能你以为做得很好，却不合老师或者上司的胃口，适得其反。

最后说自身价值。自身价值的意思很好理解，就是你自身所带的价值。做人就要做一个有自身价值的人，让别人能从你身上挖掘出来的价值，你才有更好的生存的可能，别人利用你的时候不要生气，因为至少你是存在利用价值的，人活着要是没有了价值，那就没了更好生存的保证。并且自己也要学会利用自己的自身价值让自己发光，给自己创造好的生存条件。

生容易，活容易，生活不容易。想要好的生存就好掌握好这三点。

**增强自我保护论文范文 第十四篇**

自我保护这个本领对于每个人都是很重要的。学会生存是人生中最重要的一课。我们应该为了生命而学会自我保护。10岁的小女孩蒂莉就使用自我保护的知识拯救了数百人的生命。

那是在20\_年12月26日的上午，蒂莉正与家人在泰国的普吉岛上游玩。突然，蒂莉发现海水有些古怪，一直冒着气泡，潮水突然退下。她知道即将要发生海啸，因为地理老师曾经说过，这些是海啸来临的前兆。于是她拼命的喊：“大浪要来了！”她的直觉使在沙滩上的人和临近的人们在海啸前安全的撤离了。而这一切都归公于蒂莉，她用了所学的知识，不但拯救了自己，还拯救了数百人的生命。

蒂莉用所学过的知识保护了大家，生活中还有很多这样的事。有一个孩子也是运用所学的知识保护了自己。

这个孩子年仅8岁，有一次他正在家中玩耍，忽然他闻到了煤气味，他心中一惊，马上飞奔到厨房，发现原来是煤气泄漏了。那孩子当时吓得六神无主，不知该真怎么办。猛然，他想到了在学校时老师所说的有关煤气泄漏的知识。他马上把煤气总阀关掉了，接着开窗换气，然后切断了电源，最后跑去请邻居帮忙。这孩子也用所学的知识拯救了自己。

不论是蒂莉，还是那个孩子，他们都在危险时进行了自我保护，这都是因为他们知道一定的生存知识。我们也应该多了解一些在突发状况时该如何应付的知识。学会自我保护，学会生存。

**增强自我保护论文范文 第十五篇**

在生活中，处处充满着危险。所以，我们每一个人都必须学会一种自我保护的方法。

而我就曾经遇到过危险。在我八岁的时侯，我就跟着爸爸和妈妈一起去南海广场去看电影和买东西。那时候，南海广场里面人山人海，人声鼎沸，人头涌涌。我根本看不见前面有什么东西买，只看见许多人的背后。我和爸爸妈妈看完电影后，我一手拿着爆米花，一手拿着一瓶汽水。喜滋滋的边吃边走。走到电梯的时候，有许多人都在电梯门口等电梯。我没有跟着爸爸妈妈，也没有听到爸爸妈妈说：“我们是上六楼的。”我只注意电梯门有没有开而已。突然，电梯门开了。但那是上三楼的，不是上六楼的。可我当时并没有注意。只是呆头呆脑的跟着人群上去了。但当我发现爸爸妈妈并没有进入电梯时，我已经上到的三楼了。我等电梯上的人都出了电梯后，我赶紧按电梯回到一楼。心里默默的祈祷着：爸爸妈妈，千万别这么快就上六楼了，一定在一楼继续等着我。但我想的太简单了，等我的电梯下到一楼以后，我发现爸爸妈妈已经上了六楼了。我也赶紧上六楼，等我上了六楼后，我赶紧跑出电梯，我把爆米花和汽水全都扔进了垃圾桶。我在六楼跑来跑去，希望能找到爸爸妈妈。但我跑了很久都没有找到爸爸妈妈。但自己已经累的气喘吁吁了。我想南海广场太大了，我不能继续像无头苍蝇一样到处乱跑。我要冷静下来，只有冷静才能想到办法。

我在脑袋里仔细的想着在大商场里迷路了有什么方法可以找到自己的家人。突然我想起了可以通过商场里的广播来找到家人。对呀！我也可以用这个方法来找爸爸妈妈呀！我马上找到了服务台的姐姐，我把自己的事情一五一十地说出来。然后，服务台的姐姐帮我开了广播。过了大约五分钟，爸爸妈妈就来到了广播处来找我。终于我找到了爸爸妈妈了。

这次的事情让我知道了一件事，一件十分重要的事。那就是：自我保护是十分重要的知识，每一个人都要知道。

**增强自我保护论文范文 第十六篇**

火灾、溺水、触电……这些事件一次一次地威胁着一个鲜活的生命，如果我们不学会自我保护，我们的生命之花就会凋零。在我们语文课本上的“智慧之花”中的一个人物，她非常会自我保护。

在东北有一位小女孩和自己的同学去买雪糕吃，当她们吃完雪糕回家之后，晚上都拉了肚子。

第二天，这位小女孩把她的经历都告诉了她的同学，她的同学也说出现了同样的不适症状。于是大家一致断定：“这雪糕肯定变质了！”

于是这位小女孩到卖雪糕的地方说：“老板，你这雪糕已经变质了，是不能吃的。”那位老板说：“你瞎说，我这雪糕好好的，哪能变质！”在老板的强硬态度下，她们也不敢再争辩。

那位女孩想了一下，决定要把这种雪糕交给卫生局。于是她让自己的同学买了一根给了自己，之后就把雪糕送给卫生局检查了一下，发现雪糕里面果然有好多对人体有害的物质。结果可想而知，雪糕老板受到了严厉地处罚。

听到了这个故事，我想我们应该坚决远离那些三无食品，不要吃那些路边摊上卖的零食，还有，不要吃没有卫生许可证的小吃，为了爱护我们的身体，我们一定要这样做。

在生活中，不要认为那些食品是可以食用的，比如吃辣条，有的同学拉了肚子，我还听妈妈说有个小孩因为吃垃圾食品过多而得了不治之症。

生活中的类似的例子不胜枚举，所以我们一定要有自我保护的意识和能力，让自己的生命之花开得绚烂无比。

**增强自我保护论文范文 第十七篇**

一天，毛毛的爸爸妈妈去上班，只有毛毛一个人在家画画。

忽然，有人在敲门，“咚咚咚”，毛毛走到门前问：“是谁呀？”叔叔说：“我是你爸爸的朋友。”毛毛站在凳子上，看到了一位陌生的叔叔，他想：我要怎么办？

毛毛想了想，说：“等一下，我叫我爸爸开门。”说完，毛毛躲在他自己的房间里打电话给爸爸。

打了电话给爸爸之后，那个陌生人就走了。

爸爸妈妈下班回到家，毛毛把这件事告诉了爸爸妈妈，他们知道了，高兴地说：“毛毛你真棒，你真聪明。”

放学后，小明在家里画画，爸爸妈妈还没下班。

正在小明专心致志地画画时，突然，有人在敲门，小明走到门前问：“谁呀？”陌生人说：“我是你爸爸的朋友啊。”小明拿来一张凳子，站到凳子上，透过门上的猫眼，小明看到是不认识的人，心想：我该怎么办？

小明对那位叔叔说：“我爸爸不在家，请你走开。”陌生人不走，还使出暴力，说：“你快点开门，否则我撞门了。”小明有点害怕，但还是镇定下来，说：“那我报警了，你走不走？”陌生人只好走了。

爸爸下班回来，知道了这件事，夸小明很聪明。

**增强自我保护论文范文 第十八篇**

“自护、自强、防诈骗、防盗窃。”如今，这句话已在众人之间广泛流传，目的当然是为了不让大众上当受骗。为什么会这样呢?我想不用我说你也知道——这还不是因为社会上的诈骗、盗窃案太多了呀!

这种时常发生的诈骗、盗窃案实在令人头疼。刚处置好一处，另一处又出现案情;那一处刚解决，又一处的案情再度出现……诈骗、盗窃事件总是如此，一而再，再而三地重复出现，不但警察们天天忙个不停，一年下来，恐怕连骨头都快要累散架，也令大众感觉生活没有安全感。也不知那些骗子心里怎么想的，尽干伤天害理的事。

俗话说得好：“救治不如先预防。”想要自己不受到骗子的侵害，就必需先增强自我保护意识，提高自我保护能力。可能你会问，怎样才能做好以上两点呢?就让我简略地列举几个事例吧。

有些爱美的阿姨往往会把背包背在背后，使自己看起来更好看，却忽略由于包在背后看不到，常常遭到“洗劫”;有些骗子通过短信告诉你中了大奖，让你寄税款、邮费过去，从而使人痛失钱财;一些人趁着夜色闯进民房进行偷窃;更有人竟在光天化日之下抢劫路人财物……还有以“同乡”、“算命”为名的诈骗……骗子正在日益增多，骗术也不断换着新花样。但是，邪恶压不住正义，正如一首顺口溜所说：

黑心骗子烂心肠，骗人钱财自己藏。

只顾自己骗来财，哪管正义和天良?

各界人民应自护，社会也要帮帮忙。

回去认真写倡议，抓住根源填流向!

对，只要人们齐心防骗子，做好自我保护工作，在不久的将来，骗子将会无处藏身。同学们，赶快参加防骗防盗窃的行列，让社会生活更美满!

**增强自我保护论文范文 第十九篇**

生命是自己的，我们一定要学会保护自己。

我们小朋友还小，不太有保护自身安全的意识。老师在班会课上给我们放了一个短片，里面的内容是这样的?一个小男孩在马路上玩皮球，有人劝他，他且说?“没事，没事！”又有人告诉他很危险，可他还是很不耐烦地说?“没事，没事！”过往的行人都在劝他，小男孩很不耐烦地回答说?“没事，没事！”最终被车压死了。听到这个结果，大家一定都意识到了保护自身安全的重要性了吧！人们说要珍爱生命，可有些人在走斑马线的时候，看到红灯好像没看见，就急着赶时间。这样就是对自己生命不负责任的行为。如果遇上要赶时间的司机，结果没有省时间，反而会浪费时间，原因也该知道了吧！所以我们要记住“宁等一分，不抢一秒。”

再反过来，说一下开车的朋友们。如果你们觉得我开车没什么危险，那你就错了。大家得记住“开车不喝酒，喝酒不开车”这句话。有时交通事故往往就出在那杯小小的酒身上。

我们不管在什么地方，都要记住珍爱生命。

**增强自我保护论文范文 第二十篇**

因为大家长大后会离开父母，或是遇到突发情况，所以人都要学会自我保护，自我生存。而我也遇到过比较严重的突发情况，同时也在爸爸妈妈的帮助下脱离了危险。

这是在20xx年，我正在读三年级的时候，这一天，姑姑正好来我家玩，奶奶激动得赶紧从二楼“跑”到四楼。

奶奶在37岁那年患了严重的病毒脑，是二级残废，舌头不灵活，话讲得再多外人也一句都听不懂，腿脚也不是很方便，所以每天晚上睡觉前看了电视都没下床去及时关掉。一家人聚在一起，其乐融融地吃饭、聊天，好热闹！

就在这时，一个巨大的响声把我们吓得惊心胆战。爸爸冲我回了挥手，说：“你下去看看，到底是怎么回事？”我怀着一颗不安的心下了楼。到了二楼，我发现奶奶房间竟然在冒烟！我吓坏了，赶紧进去看个究竟，没想到奶奶房间的电视机居然着火了，全都缩成一团，我吓坏了，马上叫爸爸妈妈下来。

爸爸妈妈像箭一般“飞”了下来，看了一眼正在“吐烟”的房间后，就找来家中的大桶小桶，一桶接着一桶盛满水，开始了“接力大比拼”，姑姑也下来“凑热闹”，我在一旁看着手忙脚乱的他们，一点儿也不知道自己该怎么做。一旁的邻居见了也纷纷过来帮忙，爸爸累得汗流浃背，我急忙去哪了一条毛巾，给爸爸擦汗，这时，我发现爸爸的脸全都被烟熏黑了。

终于，在大伙儿的帮忙下，大火被扑灭了，这也验证了一句话：“人多力量大啊！”望着被熏黑的墙壁，看着被烧焦的窗帘，还有缩成一团的电视、烤焦了的许许多多用品。还好当时没有人在场啊，看来我们以后也不能再这样做了！

经历了这件事，我悟出了一个道理：如果遇到了突发情况，如：地震、火灾、山体滑坡、泥石流、水灾等，自我保护是最重要的！

**增强自我保护论文范文 第二十一篇**

生活中难免会有许许多多的危险，车祸、火灾、洪水、食品安全这些都会危害到我们的生命，所以我们肯定要学会自我保护。

我在新闻上看过这样一篇报道：在大街上，一个小女孩在路上走着。小女孩走丢了，妈妈在急切地寻找她。当小女孩走在十字路口时，看到她的妈妈就在对面，小女孩太过开心了，就飞奔过去……悲剧就这样发生了。

小女孩只顾飞奔过去，完全没有注意到红灯，也没有意识到小轿车正在路上行驶着，“砰”的一声，小女孩被撞飞了几米远。那白白的裙子瞬间被染红了，小女孩的妈妈撕心裂肺地哭喊：“我的孩子！我的孩子！”这几秒仿佛过了一个世纪，小女孩就这样失去了生命。如果小女孩能知道遵守交通规则，我想这种悲剧就不会发生，她的生命之花也不会枯萎。

还有一件事情，是我从试卷上看到的。学校放学了，四年级的学生成群结队地出来了，许多小孩都围在一个卖雪糕的摊位前，他们争着买雪糕吃。第二天，其中一个买雪糕的小孩拉了肚子，后来那个女生又问了那天跟她一起买雪糕的其他小孩，她发现：只要是吃了雪糕的同学都拉肚子了。放学了，她与其他的同学一起到卖雪糕的地方，准备找那位阿姨理论一一番：“阿姨，你卖的雪糕坏了。”阿姨说：“不要胡说，你们赶紧走，别打扰我做生意。”无可奈何之下，小女孩只好让她的朋友再买一根雪糕，然后把雪糕送到食品质量监督局。结果化验表明雪糕全变质，执法人员把卖雪糕的阿姨抓走了，大家伙都夸那几个孩子很聪明。

危险无处不在，所以我们要小心预防，学会自我保护，不要让危险降临到自己的身上。

**增强自我保护论文范文 第二十二篇**

人们常说安全第一，安全为本。由此可见，安全是人们永恒的话题。我认为安全应该先从自我保护做起。

当今社会是安全型社会，而发生在小学生身上的安全事故却不能避免：小学生在暑假期间溺水死亡事件，时有发生；小学生在春节期间被鞭炮炸伤事件，屡见不鲜;小学生在上学途中，出现交通事故也不乏耳闻；小学生合伙生火取暖，窒息死亡，酿成生命的悲剧，也不乏报道……这就要求我们必须增强自我保护意识，来保证自身安全。

如何进行自我保护呢？首先就是要认清和躲避危险源。比如说：在没有大人的陪伴下，一切江河湖泊，和电源、火源都是危险源；大人不在家的时候，陌生人就是危险源；在上下学途中，马路上飞奔的汽车等交通工具就是危险源；在雷雨过程中，大树就是危险源……

其次，我们要善于求助。比如说：要熟记几个常用的急救电话，救火电话：119、匪警电话：110、急救电话：120；要熟记家长和家庭的信息，比如说家长的姓名、电话、家庭住址。

人的生命只有一次，生命是我们的父母赠给我们的最美好的礼物，我们一定要增强自我保护意识，更加珍惜。

**增强自我保护论文范文 第二十三篇**

鲁滨逊在荒岛上的经历给我们留下了深刻的印象。在现代社会中，鲁滨逊那样的情况是罕见的，但是，学会生存，具备自我保护的能力，对每个人都很重要。今天就围绕学会自我保护，说说自己的亲身经历吧!还记得小时候的一次国庆节，妈妈同我去街上购物。我拉着妈妈的衣角穿梭在拥挤的人潮中，但是我早被泪流满面的物品深深地吸引住了，便跟着跟着松开了手，之后就走丢了。然而等我“幡然醒悟”，在陌生的人流中我就感到害怕慌张，无助迷茫。原地转了一圈没看到妈妈在附近，也止不住泪眼汪汪了，正要放声大哭是忽然想起，老师说过同家人走散可以找警察叔叔帮忙呢!便边走边向路人询问最近的服务站，向里面的漂亮阿姨求助。在阿姨的询问下，打通了妈妈的手机让妈妈来接我回家。最后，妈妈以wife的速度赶来。见到我安然无恙她才松了一口气，连忙向工作人员道谢，还不忘教训我以后不可怎么冒失。

其实妈妈不讲我也不会再犯这样的错了。毕竟人是”吃一垫长一智“的。不过，发生这一次的事我也不亏啊，这次经历让我明白学会自我保护是多么重要啊!这能在我需要时自救。我学会了遇事要镇定平静，保持清醒的头脑，才能想到解决的办法，更好地保护自己。

**增强自我保护论文范文 第二十四篇**

自我保护是每一个人都要学会的一项生存技能。在我们的生活中，总会有一些“意外”发生，它们的出现总是那么的出乎意料，而在这时候，我们需要保持沉着和冷静，并进行自我保护，才能保证自身的安全。

记得那是四年级暑假里的一天，爸爸妈妈有事出去了，我独自一人在家里。妈妈在出去前对我千叮咛万嘱咐：不要随意碰电器，倒热水时一定要小心……我漫不经心地点点头，表示已经知道了。

可是这件事来得是那么突然——我正拿着剪刀剪手上的彩纸，想剪出些新奇有趣的玩意儿来。但就在这时候，不知是哪家的狗突然使劲地扯破嗓子似的叫起来，“汪!汪汪!”我被这突如其来的声音吓到了，眼睛看向窗外，手上的剪刀一个没注意，还在往前剪去。“哎呀!”我被手指上突如其来的疼痛感惊到了，便立马回过头来，只见左手的食指在不停地流血!我看着鲜红的血从我手指上不停地渗出来，心里有些慌乱，绞尽脑汁地在想办法。我猛地想到了平时在报刊上不经意间看到的处理割伤或划伤的办法，便立刻行动起来。

我在放药物的抽屉里找到了纱布还有碘酒，用右手小心翼翼地给左手食指涂上碘酒，涂到伤口时有些辣辣的，疼痛感更强烈了，我咬紧牙关，一边强忍着一边用纱布慢慢包扎。终于，紧急处理是做好了，短时间内里没有问题，因为伤得不是很深。时间不早了，爸爸妈妈也该回来了……

这件事一直在我的脑海里，难以忘却。因为这一回遇到突发事件，我沉着并冷静地独立处理好了，这让我十分自豪。虽然只是个小小的意外，但能够有效地培养我们的自我保护意识，让我们在遇到更大的危险时能够保护好自己!

**增强自我保护论文范文 第二十五篇**

妈妈告诉我：“自己放学回家，不要走偏僻的小路，要和同学结伴而行。骑自行车要走非机动车道，不在路上玩耍、打闹，不要两人并排一起骑，不横穿马路，不闯红灯，注意安全。当发现有人一直在后面的着你，要尽快到热闹繁华的街道，想办法摆脱跟着你的人。”

我在电视里看到：遇到地震时，应迅速安全的撤离到安全地带，不要乘坐电梯逃离，如多逃离不及时，应躲避在厨房、卫生间或坚固的家具下面，不要盲目的呼喊，保持足够的体力，以尽量多储存水源，等待救援人员的到来。

我小的时候上幼儿园，妈妈骑车接我回家。妈妈左顾右盼的找我，看我放学了没。妈妈半天没有找到我。一扭头，“钱包呢？妈妈我远处一看，一个贼头贼脑的人着妈妈的钱包扬长而去，妈妈正想骑车去追他，可事车轮在刚刚被小偷给拿布条缠住了，妈妈只好放弃。

通过这件是告诉我们，要留意身边自己的物品，不要让小偷有机可乘。

在常生活中，我们遇到过许多困难，都要自己来解决，在困难面前要冷静下来，不要盲目自救。在我亲身经历中发生过一件事，就是我自己一个人的时候有一个陌生人跟踪我。

在上一年的八月十五日的那一天晚上，那里是一个水库，晚上有很多人去那里散步、骑车等等。到了那里，我带着溜冰鞋绕着湖滑，那时候我已经离爸爸、妈妈远了。突然发现有一个陌生人跟着我，我就慢慢的滑到边，休息一下，那一个陌生人就慢慢的踩，过了一会儿，我到了水库中心的入口，我进去了。那里是一个凉亭。那个人看到了我进去了，他就拼命的踩单车，想绕一大圈在对面岸等我过去。不过，我直接从入口滑过对面的岸。刚到一个出口，我就遇到了一个单车对，起码有十几人。于是我就跟着那个单车对走。到了原来的位置等我爸爸、妈妈来接我。过了几分钟，那个陌生人来到了，他东张西望的样子，让我感到他此时心急如焚。

我作为一个懂事的小学生就要懂得自己保护自己。

**增强自我保护论文范文 第二十六篇**

生活的残酷无情却是我们无法改变的。但这生活的多姿多彩又却是趣味性的。面对着多姿的世界，我们唯一能够做的也就是现在，全身心的做好一切，同时也要学会保护好自己。为了自己，为了命运。加强锻炼。因为自己也同样是最重要的。生命的可贵更在于此。只希望能够珍惜现在，把握自己的任何机会！相信任何的成就都将会来临！如果浪费，那便都将会是以失败告终！学会自我保护，毕竟自己也是同样的重要！为了自己，学会保护，因为我们同样重要！

>命运

命运的抉择将会成就不同的人生！而这茫茫人海之中，我们又是否能够找回真正的自己？命运的选择固然有许多！而每个人也同样有不同的经历！面对着命运的精彩，我们唯一能够做的就只有现在！命运同样也是非常的神奇。没有了命运也就没有了生命！因此，学会自我保护都将会是很重要的1命运的出现都将会是一个精彩的瞬间！而这命运则取决于我们。自我保护同样重要。命运之路非同寻常。珍惜现在的一切。相信我们都能够做好。相信，在着未来的成长道路之中，我们也都将会变得更加美好！人生之路将会一帆风顺！命运之手便在于我们自己！

>保护

生命的自强不息，生命的脆弱。如果失去了谁，都不能失去生命！面对这神奇的事物，我们则更加仔细的对待。生命的渺小，如果没有了生命，将会失去了一切！而你也同样永远的消失在这个社会。学会自我保护，不要轻易的让自己受伤！懂得爱惜自己。懂得保护自己！无需让自己受太大的委屈。因为我们最重要！自我保护，从我做起！珍惜现在，把握最初。相信明天的明天会更加的美好！

>美好

自我保护，从现在做起，自我保护，从此时做起！远离所有的危险，让自己充满幸福快乐！学会自我保护，做自己的小主人！让自己成为自己的天使。随波逐流。相信，明天的明天会更好！

远离所有危险，安全永伴身边！

**增强自我保护论文范文 第二十七篇**

人的生命只有一次，学会保护自己是十分重要的。《鲁滨逊漂流记》中的鲁滨逊在荒岛上用惊人的毅力和智慧生存了整整26年。当然，像鲁滨逊这样的遭遇是很少发生的，但是我们在如今这个风云莫测的社会里，也要学会生存，学会自我保护，这样才能保护自己的生命不受侵害。

记得那件事，让我意识到自我保护的重要性。在2年级的时候，正值中午，我与几个同学准备放学回家。在我走出校门没多久，一个叔叔来到我身旁：“小朋友，你爸爸今天要忙，我是他的同事，他让我接你回家！”我一听，想起爸爸妈妈曾经教过我的话，不能轻信陌生人的花言巧语。我想：平时是爷爷来接我放学的，这个叔叔肯定是个骗子。于是我急中生智，“叔叔，我爸爸是货车司机，他是不是又去运货了？”我问。“是啊是啊，你爸爸就是因为要去运货，所以才让我来接你回家的！”叔叔回答道。“骗人，我爸爸是警察，你是个骗子。救命啊，有个坏叔叔要把我拐走！”路人一听我的叫喊，急忙上前帮助。那个骗子见形势不妙，一溜烟就逃走了。

从这件事情，我明白了自我保护的重要。当我们遇到这种情况，应该发挥我们的智慧，尽力去和骗子\_，麻痹骗子，并大声向路人求助。这样一来，我们就能脱离骗子的魔掌。

生命只有一次，我们是新世纪的少年，学会自我保护，刻不容缓！

**增强自我保护论文范文 第二十八篇**

自我保护是每一个人都需要具备的能力，上次我就碰过这样一件事，真是有惊无险。

记得那次，爸妈都不在家，家里只有我一个人。当时，我正在写作业，突然听见几声“叮咚、叮咚、叮咚”的门铃声，我想会是谁呢？爸妈又不在家，该不该开门，现在坏人太多了！于是，我透过猫眼看过去，发现是一个陌生男人，个头高高的，头发有点长，还带道墨镜。我心想准不是啥好人，于是，一不做二不休，问道：“你是谁？做什么的？叫什么名字？”他回答说：“我是你爸的同事，和他一起的，我叫，喂，我说你这小孩问那么多干什么？赶快开门，你爸叫我拿个零件。”我趁他不注意打了个电话给老爸，老爸说有此事。我这才乖乖把门打开让他拿东西。

爸爸妈妈回来后，我把事情的经过告诉了他们，他们还赞叹我说：“你真是一个聪明的乖宝宝。”小朋友们，你们知道吗？现在世界上好人多坏人少，你们做事情要多留一个心眼，这样才能防范于未然噢。

**增强自我保护论文范文 第二十九篇**

我记得一个星期四下午，我放学后愉快地走回家。走到居委会，看到前面正在修路，就绕道从另一条小路走回家。

走着走着，突然听到一个声音：“小姐姐，你放学了吗？”我抬头一看，一个陌生的中年男人出现在我面前。“嗯，放学了。我随口答道。”我是你爸爸的同事，你不认识我吗？”陌生人笑着对我说。我抬头看着他，想起了我见过的父亲的同事。”我有一些美味的糖果给你。”然后他拉着我的手，拿出一些糖果给我。我心里想，“我没见过这个人，是他认错人了还是.\_.我灵机一动，问：“你也开卡车吗？我父亲今天开车去哪里了？”“是的！对！你父亲开车出去让我来接你。之后陌生人剥了一粒糖，想往我嘴里塞。“是个坏人，我父亲不开车。我的心突然紧张起来。我该怎么办？平时在电视和报刊杂志上看到很多坏人骗小孩的案例。今天，我遇到了他们。我该怎么办？他手里的糖肯定有问题。”我“一定不能吃。”我不吃糖。我父亲没告诉你吗？”“我”着急地说，“哦，我忘了。\_陌生人不情愿地把糖放进袋子里.\_我带你去见你父亲。“他拉着我的手说。”我“走得很慢，但我的大脑在高速运转。平时父母教我很多自救和自我保护的方法，杂志上也有很多文章。对了，我有个想法。”每次去爸爸家，我都会帮爸爸买一包烟。当我们去一家小商店买香烟时，我们会去我父亲的地方。我笑着对陌生人说：“嗯，快点，你爸爸在等你。”看着他自以为是的样子，我不禁暗暗发笑：你上当了。陌生人牵着我的手来到商店。这时，“我”指着远处迎面而来的男人说：“爸爸，你怎么回来了？”旁边陌生人的脸突然紧张起来，紧紧地抓着我的手，突然松开。”我对陌生人说，“爸爸回来了，我们走吧！”“没有，没有，我提前走了。“我看见他惊慌失措，然后跑到后面，一眨眼就不见了。

这件事告诉我一个道理：不要吃陌生人的食物，遇到坏人要保持冷静，正确运用自己的智慧去对付坏人，以达到自我保护的目的。

学会保护自己是多么重要！它不仅能在必要时帮助我们，还能减少许多不必要的麻烦

在社会上，要学会保护自己。来听听我的自我保护的故事。

**增强自我保护论文范文 第三十篇**

我觉得遇到问题不能慌，要想办法保护自己，对此，我是深有体会。那次，我就遇到了一件事，它让我明白了一个道理，这个道理是对的，世上怎可能有这样好的事呢？

在一个繁星闪烁的夜晚，我和马晓梅（我的好朋友）还有妹妹三个人到晋江市的沃尔玛去逛一逛。没想到在回来的路上，我们在十字路口时，突然半路杀出一个程咬金——一男一女，女有肚子很大，长长的头发，双手摸着肚子，男的扶着那个女的，我猜想：他们应该是夫妻，那女的肚子看起来很大。可谁能说得准，他们可能是表面上的甜蜜，实际上不是那样的。果真，他们终于开口了：“小妹妹，你们是不是姐妹呀？”晓梅和我想了想异口同声地说：“是啊。”那男的又说：“我带你们去前面的小白金大酒店去吃饭，我请客，好不好”我心想：：“天下哪有这好事，去吃霸王餐。一定是骗人的，不然怎么会无缘无故请我们，欲话说得好，不怕一万，就怕万一”。所以我还是小心翼翼为好。可妹妹不知道怎么回事，一听到去吃就蹦蹦跳跳地说：“太好了，可以去吃东西了”。我蹬了妹妹一眼，生气地说：“不许吃”。妹妹听了不说话了，突然，我灵机一动，想了想说：“不好意思，我爸爸妈妈、舅舅、舅妈在后面，等一会就赶过来了，而且我舅舅可是一位人民警察呀！”我说完，看了一下这两人的神情很不戏劲，有一些害怕和紧张，我就判断。他们是骗人的，俗话说：“没做亏心事，不怕敲门”。我们就再演得像一点，故意跑到后面去大叫：“爸爸、妈妈、舅舅、舅妈，有一位叔叔阿姨要请我们吃大餐”。那两人信已为真，听了大步流星的走了。回到家，我讲给妈妈听，妈妈听后又开始给我们上政治课。

所以，遇到类似的事情，千万不要盲目的答应，别让坏人的阴谋得逞，要仔细思绪一番，别到发生了，才后悔。

**增强自我保护论文范文 第三十一篇**

我们的生活是丰富多彩的，而我们也受到法律，父母，老师等的保护。但我们仍然受到重重危险。那我们应如何自我保护呢？那当然应采取适当的措施，加强自我保护意识，远离水，火，电等自然因素。

因此，我们在生活中，若要保护自己应学会自我保护的常识，吸取教训，考虑后果。

在我们的生活中，也常常有人以某些“鱼饵”引诱“鱼”的事件发生。在这也有一个事例，讲的是一个小女孩在放学回家的路上，一名男子硬说他是他父亲的同事。而小女孩机智的试探出陌生男子并非是父亲的同事。当男子给他吃糖时，小女孩也以自己不喜欢吃糖的理由巧妙拒绝。最后，骗取男子买烟，制造了一个自我保护的骗局。

而从这件事当中，我又学会了一些自我保护的方法：当面对坏人时，应保持冷静，不随便吃陌生人所给的食物，运用智慧与坏人\_，做到自我保护的目的。

而在我们的生活中，遇到困难时，应保持冷静，通过自己的生活常识，运用智慧与其坏人斗争，让危险与自己疏远，必要之时，将自己的利益提到最高，伤害降为最小，达到自我保护的程度。

**增强自我保护论文范文 第三十二篇**

星期天，小明的爸爸妈妈出去了，小明独自一个人在家写作业。

突然，小明听到一阵敲门声，一个陌生人敲小明家的门，陌生人说“小朋友，开开门吧！我是你爸爸的朋友，小明灵机一动问：我怎么没有见过你，有事你给爸爸打手机吧，爸爸不让我给陌生人开门，你要有事改天再过来吧！陌生人对小明说：先给叔叔开开门吧，叔叔的腿都站累了。小明就是不给陌生人开门，陌生人就是不走，小明急中生智的说，你不走，我报警了，小明刚拿起电话，陌生人就惊慌失措的逃跑了。

这件事告诉我们一个道理，不能随便给陌生人开门，不要随便吃陌生人给的食物，当遇见坏人时，要保持冷静，运用自己的智慧与坏人\_，以做到自我保护，学会自我保护的本领，会给我们减少许多不必要的麻烦。

**增强自我保护论文范文 第三十三篇**

俗话说：林子大了，什么鸟都有！在生活中也是这样，随着我们接触的世界变大，什么样的人都会遇到，所以，我们在生活中要处处留心，懂得自我保护。

如果遇到陌生人，我们不要把自己以及家人的情况随随便便地告诉他，以免遭遇不测；在上下学的时候，尽量不要一个人走，要和同学、朋友们一起走，就算有坏人，也不敢轻易接近，可以提高安全性。我还记得这样一个故事：一个小男孩在放学的路上，遇到一个陌生人询问：“小朋友，你叫什么名字呀？”小男孩不慌不忙地回答：“对不起，我的爸爸妈妈由于工作太忙，还没有给我起名字呢！”说完就去追前面的同学了。这个小男孩用幽默的语言，宛转的方式拒绝了陌生人的搭腔。如果我们碰到这样的情况，大可以装出不知道的样子，不理睬，或者用自己的聪明智退坏人。

自我保护非常重要，尤其是放在如今的现实社会中，我们一定要学会自我保护，快乐又安全地生活。

**增强自我保护论文范文 第三十四篇**

一个暑假的下午，我坐在家里的空调房内写作业。突然，响起了一阵敲门声，我连忙从“猫眼”里偷看，只见是一位大叔，年龄大概是四十岁多的样子。

我好奇的问他是谁，他和蔼可亲的回答“送快递的！”我刚放下警惕的一颗心，准备开门。但当我放下门栓准备开门时，我突然想到：为什么他不把快递放在蜂巢箱子里，而是把快递直接送到家门口呢？于是，我又去问他。

那个快递员大叔支支吾吾半天说不出原因。我想了好长一段时间，越想越不对头。于是，我打了电话问妈妈，最近有没有买什么贵重东西需要签收的？妈妈说有，她还刚想让我签收一下。我听完妈妈的话，连忙给快递员大叔，并连声说道歉的话并向他说了事情的经过。

大叔原谅了我，并向我诉说了好几起在蚌埠发生的同样性质的案件。并告诉我要警惕，我把大叔送走了后才后知后觉，如果大叔真的是犯罪分子，那么如果我又没有加强警惕，后果就十分可怕了！

所以，我们如果独自在家或独自回家一定要长个心眼，小心被人诈骗。所以，我们一定要有自我保护的能力，这样才不会发生让人悲哀的事！

**增强自我保护论文范文 第三十五篇**

今天我读了《狼和七只小山羊》的童话，让我深深体会到如何学会自我保护的重要性。《狼和七只小山羊》主要讲述了：山羊妈妈外出给七个孩子觅食，千交待，万嘱咐，交待孩子要关紧门窗，小心大灰狼。可狡猾的大灰狼还是费尽心机一次次地装拌成善良的山羊妈妈，花言巧语地骗开门，吃了七只单纯的小山羊。

读后我不禁流泪，为小山羊的不幸遭遇，我心里久久不能平息……，动物世界存在的危险，我们的人类世界又何尝不是到处充满危险呢！我们做为小学生，我们不能做那七只小山羊，该如何加强自我保护呢？现在我教你一些从电视里学来的防护知识。假如有陌生人向你搭话（除了向你问路的），你千万不要理他。

如果有问道的陌生人要让你带路，你千万不要带。如果你独自在家，有陌生人敲门时。你千万别急着开，不管他说是干什么的，或说是你爸爸妈妈的同事，是受爸爸妈妈的委托做什么的，或说是给送吃的、玩的、礼物等等，都要打电话给爸爸妈妈，让大人处理，万一危急，应立即打110，沉着冷静地告诉警察你的具体地址。

还记得电视上说一年有多少多少儿童被拐卖，造成多少多少家庭的伤痛。不都是受了坏人的花言巧语，受了坏人的糖衣炮弹，如果你提高防范意识、不贪图小利，不轻信陌生人。睁开你的慧眼，我们拒绝做幼稚的小山羊。

**增强自我保护论文范文 第三十六篇**

生命是宝贵的，每个人都只有一次，谁失去了生命，就等于失去了自己的一切。在现代社会里，有许多不确定因素在威胁着我们的人生安全，而我们想要避免事故发生，就要学会自我保护。

在寒假的一天里，我和父母出门拜年，来到楼下正好赶上电梯。电梯里真挤啊！没办法，只好忍一忍了。就这样，电梯开始缓缓上升。

突然，从头顶上传来了一阵刺耳的摩擦声，电梯也随着这声音而减速。在颤了一下后，电梯完全停了下来。“怎么回事？”人们停止了讲话，有的用手按电梯键，有的拍打着电梯门，但电梯毫无反应。我们被困在电梯里了！这种想法如同一枚炸弹，直接落在人们心里，人群骚动起来。

这时，一个小孩子脸色开始发白，大口喘气起来，我也感觉自己呼吸困难。估计是央企所剩无几了吧？突然，我瞄到了电梯上的求救键，用手按了下去。求求你，快点通吧！我在心里祈祷着。“喂，电梯里怎么了？”啊，打通了！人们安静下来。“电梯动不了了，我们在里面出不去了。”我强忍着身体的不适，答了话。“好，我们马上开门。记住，千万别乱动！”电话那边的人反复叮嘱。

我们屏住气，目不睛的盯着电梯门。这时的每一秒都像一个世纪般漫长。终于，电梯门缓缓打开，人们一哄而出，我呼吸了几口新鲜空气，狂跳不止的心才慢慢平静下来。

这次的经历使我懂得了：在遇到偶发事件、危险及灾难时，我们要学会不惊慌失措，积极开动大脑，用在生活中所积累的知识和经验来使自己化险为夷，危为安。

**增强自我保护论文范文 第三十七篇**

“天有不测风云，人有旦夕祸福”，当你遇到危险时，当你被困身临绝处时，生存的本领让你摆脱困境。生存的本领帮你渡过难关。只要你知道自我保护的方法、技巧，你就不会被困难打倒。

前几天早上我和弟弟去上学，我们住在18楼，等我们上了电梯，按了一层楼时，电梯启动，到17层时突然下坠，我又按了一次18楼，电梯没有反应，我又按了13层，电梯到13层时并没停下，继续下坠。这下把我和弟弟吓坏了，我断定是电梯在运行中遇到了故障，怎么办？我脑海中突然想起在学校里老师在安全避险课讲的知识。这是我应用知识的时候到了，我马上进行如下操作：

1、把每一层楼的按键都按下。

2、告诉弟弟和我一样一只手紧握手把。

3、整个背部跟头部紧贴电梯内墙，呈直线。

4、膝盖呈弯曲。

5、拨打电梯内求救电话。就这样，电梯终于在第三层停下了。又过了几分钟，物业工作人员赶到了，打开了电梯门，我们得救了。真是惊魂的5分钟，我出了一身的冷汗，紧握手把的手松开了。

曾经有人说过，“作为一个人，首先应该学会的是如何生存。”学会生存能力，掌握自我保护的本领，生命之花会更加绚丽！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！