

名师+最实用、最科学、最高效的学习方法
+最巧妙的记忆方法=学习高手!

「随时随地强化记忆!
巧学妙记成为学习高手!」

我爱记

根据《教育部全日制义务教育小学语文课程标准》编写

安全常识记心头

巧学妙记
小学生适用
罗杰 / 主编



吉林人民出版社

责任编辑：申明仙

图书在版编目（C I P）数据

我爱记——安全常识记心头 / 罗杰著；环宇宏基编写.
— 延吉：延边人民出版社，2009.12
ISBN 978-7-5449-0881-8

I. ①我… II. ①罗… III. ①社会-小学-参考资料
IV. ①H136.3-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2009）第223419号

我爱记——安全常识记心头

罗杰 主编

出版：延边人民出版社

（吉林省延吉市友谊路363号，<http://www.ybcbs.com>）

印刷：北京飞达印刷有限责任公司

开本：787×1092mm 1/32 印张：5 字数：100千字

标准书号：ISBN 978-7-5449-0881-8

版次：2010年1月第1版

印次：2010年1月第1次印刷

定价：9.80元

前言

为配合小学生素质教育提高，国家教育部颁布新《全日制义务教育课程标准》，目的是提高小学生学习能力和综合素质。而小学生朋友因为刚刚开始系统学习，需要进行科学和系统的学习引导，而科学的学习方法是学好各科知识的有效途径，巧妙的记忆方法更能使小学生朋友在学习的过程中起到事半功倍的效果。为此，我们特组织一批一线特高级教师根据小学生的认知规律和学习要求编写了这套《学习高手巧学妙记》丛书，帮助小学生朋友成为学习高手和素质冠军。

丛书包括：

《我爱背——必背古诗词 80 首》：古诗词是中华五千年文明史中的一个亮点，通过对古诗词的学习，可以培养孩子良好的审美情趣，更能陶冶孩子的情操。

《我爱读——蒙学经典诵读》：中华文化，源远流长，博大精深，中华蒙学经典便是其中不可或缺的一部分。它的内容大都通俗易懂，言简意赅，朗朗上口。本书包括《三字经》、《百家姓》、《千字文》等经典蒙学读本，让你在诵读的过程中领会博大精深的中华国学文化。

《我爱记——安全常识记心头》：青少年是祖国的未来和希望，通过安全常识教育，使广大青少年树立安全意识，学会自我保护，提高应变能力，尽可能减少和杜绝意外伤害事故的发生。

《我爱读——中华上下五千年》：五千年历史长廊，风云变幻；五千年文化长河，源远流长；五千年人物长幅，千姿百态；五千年

战争长卷，硝烟弥漫。作为历史的接班人，中华民族的子孙更应该以五千年历史为基石，以现在为起点，振兴民族，屹立于世界。

《我爱问——十万个为什么》：本书包含了动物王国、植物园地、航空航天、交通博览、人体奥秘、科技漫游、军事武器、神秘宇宙等方面的内容。本书生动有趣，可以培养你的想象力、增长你的智慧，激发你热爱科学、探索科学的热情。

《我爱写——日记作文轻松写》：本书让你的思路如灵动的流水，让范文成为作文的基石，让快乐成为写作的动力，让作文充满乐趣和智慧，帮你轻松掌握日记和作文的写作方法和技巧。

《我爱学——语文知识一本全》：包括拼音、汉字、词语、句子、标点符号、修辞手法、口语交际、阅读等基础知识，帮你打好基础，学好语文。

《我爱学——英语知识一本全》：帮你掌握小学阶段的英语基础知识，进一步提高英语学习成绩和学习兴趣，打好英语基础，为你轻松步入初中英语学习阶段做好铺垫。

《我爱学——数学知识一本全》：本书将小学数学基础知识按学习顺序和由易到难的原则进行编排，把某项知识按其自身特点归为若干要点，对每个要点进行介绍、讲解，并力求突出重点，把握难点。介绍简洁，讲解得当，帮你打好基础，提高数学思维能力。

《我爱记——文史知识一本通》：将小学生需要掌握的文史知识加以归类整理，并通过有效的记忆方法帮你快速掌握，让你成为一个博古通今的学习高手。

编者

第一章 注意校园安全

1. 课间活动不打闹 1
2. 上下楼梯靠右行 3
3. 人多的地方别拥挤 4
4. 在教室内要防止出现意外伤害 6
5. 学生课间活动应注意的安全事项 7
6. 打扫教室卫生时同学们闹着玩怎么办 9
7. 体育活动守规则 10
8. 实验课上的安全防范 12
9. 学生集会、集体活动时的安全防范 13
10. 学校施工现场很乱怎么办 15
11. 校园突然发生暴力事件怎么办 16
12. 学具使用的安全常识 18
13. 同学偷着玩危险玩具怎么办 19

第二章 注意交通安全

1. 红灯停，绿灯行 21
2. 注意脚下的危险 24
3. 安全行走常识 25
4. 骑自行车的规范 27
5. 学会安全乘车 29
6. 安全乘坐公共汽车常识 31
7. 遇到马车时怎么办 32
8. 过无人看管的铁路口时怎么办 34
9. 发现有人带着危险品上车怎么办 35

10. 同学邀我在马路边上跑步或打球怎么办	37
11. 坐火车的安全知识	38
12. 掌握乘船的安全知识	39
13. 乘坐飞机的安全常识	41

第三章 保障居家安全

1. 不轻易给陌生人开门	43
2. 警惕家庭杀手	46
3. 防止煤气泄漏	48
4. 远离火灾	50
5. 学会安全用电	52
6. 饮食安全别大意	53
7. 爸爸妈妈突然生病了怎么办	55
8. 严防宠物病	56
9. 学会谨慎用药	58
10. “打”、“听”电话要合理	59
11. 家里漏、溢水怎么办	61
12. 家里突然停电、气、水怎么办	63
13. 燃放烟花爆竹要当心	64
14. 不私自去河塘游泳	66

第四章 防止意外伤害

1. 沉着冷静斗绑匪	68
2. 被人勒索或敲诈怎么办	70
3. 遇到小偷要机智	72
4. 被困电梯时的解救方法	74
5. 有陌生人问路时应该怎么办	75
6. 不玩危险游戏	77

第五章 认识自然灾害

1. 了解自然灾害来临的前兆	79
----------------	----

2. 发生地震怎么办	82
3. 怎样防范洪水灾害	84
4. 突然遇到雷击怎么办	85
5. 遭遇冰雹怎么办	87
6. 风灾防范常识	88

第六章 注意卫生，预防疾病

1. 不随便吃大街上的小吃	90
2. 冲出传染病的“包围圈”	92
3. 如何预防甲型 H1N1 流感	94
4. 如何预防小儿手足口病	96
5. 同学或朋友得了传染病怎么办	97
6. 保护眼睛的方法	99
7. 耳朵的保护	102
8. 舌头的保护	104
9. 保护牙齿的方法	106
10. 保护喉咙的方法	108
11. 保护脊椎的方法	109
12. 不碰烟酒和毒品	111
13. 远离赌博	113

第七章 警惕上网安全，戒除网瘾

1. 不迷恋电视和网络	115
2. 网络交友利弊知多少	117
3. 不要沉溺于网络游戏	119
4. 扫除网络垃圾	121

第八章 注意旅游安全

1. 中暑了怎么办	123
2. 被蜂蛰了怎么办	125
3. 遭到鲜花侵袭怎么办	126

4. 遇到毒蛇攻击怎么办	128
5. 遇到蝎子蛰怎么办	130
6. 不会利用太阳、月亮与星星判断方向怎么办	132
7. 与家人失散了怎么办	134
8. 遇到江、河、湖、海怎么办	136
9. 遇危险心理素质差怎么办	138

第九章 注意成长心理

1. 了解青春期身体的变化	140
2. 学会缓解青春期烦恼	144
3. 正确处理男女生沟通问题	145
4. 怎样面对异性同学的无理要求	147
5. 青春期学生增强自信的方法	149
6. 青春期学生去除孤独的方法	151



第一章 注意校园安全

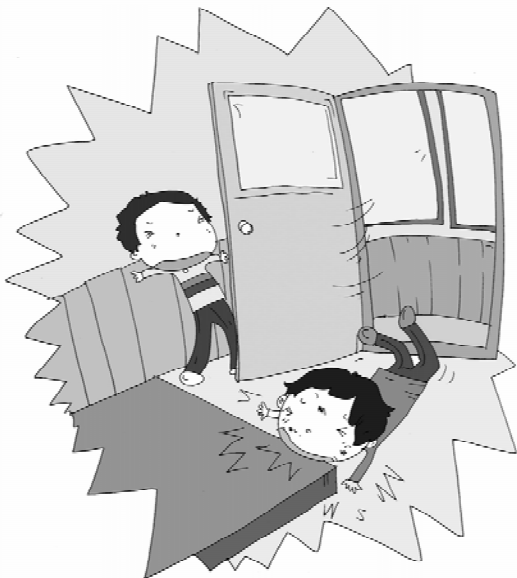
XUEXIGAOSHOUQIAOXUEMIAOJI

1. 课间活动不打闹



在我国学校里，大约上四十分钟左右的课后，会有 10~15 分钟的休息时间，让同学在紧张的学习过程中，放松放松，调节一下自己紧张的大脑，让其适当地休息。

王亮与李明是形影不离的好朋友。可近来发生的一件事让他们之间的友谊蒙上了阴影。



一天，王亮在教室里面使劲地关门，李明站在门外使劲地推门。两人你来我往，憋足了劲儿，弄得面红耳赤。听见周围小朋友们的加油声，两人更来劲了。

突然，室内的王亮脚下一滑，手上的劲儿一下没了。而门外的李明正用足了劲儿要把门推开，门没了抵挡，李明便一个前扑，摔倒在地，正磕在讲台的水泥台边，顿时头破血流。牙齿磕掉一颗，下颌裂了一条长约4厘米的大口子。

在小朋友们的帮助下，李明被送到医院住院。

半个月后，李明出院了，可是吃饭怎么也不方便，下巴还留下了一个难看的疤痕。从此，两人失去了往日的友好和欢乐。

课间活动时，我们经常看到这样一些现象：一些小朋友在楼梯间追逐打闹，在楼梯上拼命地跑上跑下。由于课间活动时间短，全校小朋友都在活动，所以说这些小朋友的做法存在很多不安全因素。

课间活动的目的是让小朋友们休息一下，利用课间上厕所，或喝点水，或适当开展一些有益的活动，换换脑筋，以便下一节课能精神饱满地投入到学习中。



安全小贴士

在每天紧张的学习过程中，课间活动能够起到放松、调节和适当休息的作用。课间活动时，小朋友们应当注意以下几方面：

1. 一下课，首先要迅速收拾好课桌上的书本、文具，然后尽快到教室外面去。
2. 要先抓紧时间去厕所，不要等快上课时才往厕所跑。
3. 在走廊、院子或操场上自由活动活动，多眺望远方，看看绿色的树木、花草，使眼睛得到休息，视力得到调整，呼吸一下新鲜空气。
4. 做一些运动量不大的活动，可以玩玩跳绳、踢毽子等游戏，让自己身体得到放松。
5. 在最后的两三分钟应该回到教室，坐到各自的座位上，调整好情绪，并准备好下节课要用的书本和文具。
6. 活动时要注意安全，避免发生扭伤、碰伤等危险的事情。



2. 上下楼梯靠右行



“上下楼，靠右行”是一条很重要的安全规则。当我们上下楼梯的时候，要尽可能地靠右行，这样才可以给有急事的人留出一条路来。

2009年7月21时许，湖南省湘潭市辖内的湘乡市私立育才中学7时许晚自习下课之际，学生们在下楼梯的过程中，一名学生跌倒，骤然引发拥挤。造成8人死亡、26人受伤。

2005年10月24日上午11时许，娄底市第四小学，课间一楼楼梯内10名同学被撞翻，1人伤势较重，其余9人受伤。

2003年1月5日，陕西省宝鸡县虢镇初级中学学生在放学下楼时，一名学生不慎踩空，撞到前边同学，后继学生发生拥挤踩踏，造成3名学生死亡，6名学生重伤，13名学生轻伤。

当每个人都能遵守靠右行的规则时，自己不仅有安全感，而且可以避免和他人相撞，特别是能够避免发生踩踏事件。广东省深圳市某小学学生就因为在上楼时不小心与其他下楼梯的小朋友相撞，滚到了楼梯下，发生了很严重的事故。可见，遵守规则，上下楼梯靠右行，是利人又利己的好习惯。



安全小贴士

请小朋友们在上下楼梯时注意：

1. 上下楼梯靠右行。
2. 不要因为赶时间而奔跑。
3. 在人多的地方一定要扶好栏杆。
4. 整队下楼时要与其他小朋友保持一定距离。
5. 上下楼时不要将手放在兜里。
6. 人多时不要在楼道内弯腰拾东西、系鞋带。



3. 人多的地方别拥挤

在学校或者人比较多的地方都或多或少地存在一些安全隐患，非常容易发生拥挤踩踏事故。在行进的人群中，如果前面有人摔倒，而后面不知情的人若继续向前行进的话，那么人群中极易出现像“多米诺骨牌”一样连锁倒地的拥挤踩踏现象。



2009年8月28日上午9时50分左右，曲靖市马龙县通泉小学的一些男生下课后，到教学楼二楼上厕所。突然，一名学生大叫“我的鞋子掉到厕所里了”，导致其余在场学生惊慌失措，纷纷向厕所外跑。在相互推搡中，一些学生被挤倒在地，发生踩踏。当时的踩踏事件令17名学生受伤，其中2名伤势较重。受伤的学生大多是低年级学生。



2005年10月，四川省巴中市某小学晚自习课下课时，楼道突然熄灯。这时候，有人恶作剧大喊“鬼来了”，学生纷纷奔出小楼，拥挤不堪，发生了严重的踩踏事故，造成8名学生死亡、17名学生受伤。

为此，专家特别提醒：当发现前方有人突然摔倒后，旁边的人一定要大声呼喊，尽快让后面的人群知道前方发生了什么事，否则，后面的人群继续向前拥挤，就非常容易发生拥挤踩踏事故。面对混乱的场面，良好的心理素质是顺利逃生的重要因素，争取做到遇事不慌，否则大家都争先恐后往外逃的话，可能会加剧危险，甚至出现谁都逃不出来的惨剧。



安全小贴士

首先，上下楼时要靠右边走，人多时要谦让，不拥挤，不吵闹，不起哄，高年级学生礼让低年级学生，男生礼让女生。

第二，在乘坐公共汽车时，千万不要一哄而上，要做到先下后上，文明乘车。

第三，到公共场所办事情时，如车站买票、银行存款、餐厅打饭等，要做到自觉排队，有秩序地进行。

第四，在人多的地方，不堵塞道路和出入口，更不要人为地制造事端，引起拥挤事件的发生。



4. 在教室内要防止出现意外伤害

2009年5月，三年级的学生李某和陆某下课后就在走廊里打闹，继而又跑到操场上，正跑得起劲，上课预备铃声响了，两人追至教室门口，李某跑在前面见地上有一短木棍，就顺手捡起向陆某掷去，谁知这木棍恰好击中另一名匆匆往教室里跑的同学的左眼，造成该生左眼完全失明，花去治疗费用近万元。

2007年12月的一天早晨，六年级学生小华像往常一样来到学校学习，然而等待他的却是他想不到的噩梦。上完早自习后仍像往常一样在课桌之间站着和坐在后面的同学聊天。小华的同桌是一个比较活泼的小男孩，他一直在和旁边的同学打闹。小华说了他几次，他没有听，依旧打闹。这时，和小华同桌一起打闹的那个同学突然抓起了桌上的文具盒朝小华同桌扔去。文具盒在空中打开了，盒中的大头针正好掉在了小华的脸上，小华的眼睛被扎伤了。

教室是同学们学习的地方，然而也是一个有潜在危险的地方。同学们为了保障自己的安全，在教室内活动时，应该多注意安全常识。



安全小贴士

1. 在教室内要防止磕碰。目前大多数教室空间比较狭小，又放置了许多桌椅、饮水机等学习、生活用品，所以不要在教室中追逐、打闹、做剧烈的运动和游戏，防止磕碰受伤。
2. 在教室内要防滑、防摔。教室地板比较光滑，要注意防止滑倒受伤；需要登高打扫卫生、取放物品时，要请他人加以保护，注意防止摔伤。
3. 在高层教室上课要注意防坠落。在楼房高层教室上课时，不要将身体探出阳台或者窗外，谨防不慎发生坠楼的危险。
4. 在教室中要注意防挤压。同学们在开关教室的门、窗时，一定要小心因为这些地方容易挤手。
5. 不要在教室内玩火。不要在教室里随便玩火，更不能在教室里燃放烟花、爆竹。



5. 学生课间活动应注意的安全事项

在我国学校里，大约上四十分钟左右的课后，会有 10~15 分钟的休息时间，让同学在紧张的学习过程中，放松放松，调节一下自己紧张的大脑，让其适当地休息。



2003 年 4 月 27 日下午 4 时许，课间时间，某初级中学初二学生 16 岁的崔某和同一班的郑某、侯某三人上厕所。当时年满 16 岁的已被学校开除的关某从厕所内向外推自行车，撞了崔某一下，崔某只在口中嘟囔了一句。关某却不依不饶随即又用自行车猛撞崔某，崔某差点被撞倒，他甩手打了关某的头部一下。谁知关某丢下车随手从腰中掏出一把折叠刀用力扎向崔某，崔某躲闪不及，被扎中胸部，顿时血流如注，关某见事不好，拔腿就跑了。突如其来的一幕惊呆了在场的几名同学。郑某、刘某几名同学赶紧搀着脸色发白的崔某向厕所外走，刚走到厕所门口，崔某突然瘫倒在地。刘某急忙去找校长，其余 3 名同学将崔某抬到操场上。当时操场上正有

七八名教师打篮球，郑某急忙呼救：“扎死人了。”打球的几名教师停下走过来，可当他们看到满身是血的崔某不是本班学生时，竟从现场离开若无其事地继续玩起球来。后崔某被送至医院，但终因伤势过重停止呼吸。

在这一点上，房山二小的欧阳兰同学在课间活动时，总会做一些适合她的活动，如跳几分钟的绳、唱歌、同学们一起聊聊天等。她说这样做既能缓解上节课上课的疲劳，又能使自己集中精力听下一堂课。



安全小贴士

其实，在课间活动时，同学们应该注意下面这几个事项：

1. 课间活动时应当尽量在空气新鲜的室外，但不要远离教室，以免耽误下面的课程。
2. 活动的强度要适当，不能做剧烈的运动，以保证继续上课时不疲劳、精神集中、精神饱满。
3. 活动的方式要简便易行，如做做操、打打排球等。
4. 活动要注意安全，要避免发生扭伤、碰伤等危险。



6. 打扫教室卫生时同学们闹着玩怎么办



同学们每天都有打扫卫生的任务，但是很多的小朋友在打扫卫生的时候，不注意安全，把搞卫生当成玩，很容易造成安全事故。

星期五下午，学校开展大扫除。同学们都在劳动，大力同学却犯了自由主义。他看到女同学丽丽在窗台上擦玻璃，就模仿电视中的一个镜头，拿着一个毛毛虫吓唬丽丽。丽丽很害怕毛毛虫，受到惊吓后，没有注意脚下，突然踩空，身体失去平衡，从几米高的窗户上摔下去，造成了胳膊骨折，受了很大的痛苦，影响了日后的学习和生活。大力同学也因此受到了学校的严厉批评。



安全小贴士

如果你在学校遇到这样的情况，应该：

1. 保持警惕性。打扫教室卫生时，要注意安全，集中精力，不与同学打闹、说笑。干危险的活时，如踩在凳子上，站在窗台上等，要注意保护好自己；如果感到不安全，可以让同学帮助，保护自己的身体平衡。不能硬干，更不能蛮干。
2. 自觉遵守学校的规定。要认真劳动，不与同学开玩笑，也不能故意吓唬同学。远离电器与电源，不能用湿手、湿抹布接触电器。
3. 注意防护身体。抬沉重东西时，要注意科学、平稳用力，防止用力过猛，造成腰椎、关节受伤。
4. 保持镇静。一旦遇到同学的突然惊吓，如果自己处在危险的地点，绝对不能慌乱，一定要镇静，抓住牢固物体，控制好身体的平衡，不能失控。

