

经内蒙古自治区中小学教材
审查委员会2008年初审通过

中学生安全教育

七年级（下）

内蒙古自治区教学研究室 编写



東北大學出版社
Northeastern University Press

PDG

前 言

教育部、公安部等单位 2004 年对北京、上海、天津等十省市的调查显示，目前全国每年约有 1.6 万名中小学生非正常死亡，平均每天约有 40 多名学生死于食物中毒、溺水、交通或安全事故。这些抽样统计数字令人痛心。更令人痛心的是，除少数不可预见的自然灾害和人力不可抗拒的重大事故外，约有 80% 的非正常死亡原本可以通过预防措施和应急处理而得以避免。

在日常学习和生活中，我们更多的是向学生们传授各门学科的知识和技能，而由于种种原因，对一些与学生们息息相关的安全常识和技能却未安排课时进行讲授。惨痛的教训警示我们，对学生们进行安全教育已经是刻不容缓。在给学生们创造一个健康安全成长环境的同时，更有必要培养他们面对危险时的自卫自救能力。

《国务院关于进一步加强安全生产工作的决定》（国发〔2004〕2 号）要求“在大中专院校和中小学开设安全知识课，提高学生在道路交通、消防、城市燃气等方面的识灾和

防灾能力”。教育部也提出了“要把安全教育作为幼儿园、中小学课程的重要内容”的重要要求。2007年2月，教育部制定的《中小学公共安全教育指导纲要》指出：“通过开展公共安全教育，培养学生的社会安全责任感，使学生逐步形成安全意识，掌握必要的安全行为的知识和技能，了解相关的法律法规常识，养成在日常生活和突发安全事件中正确应对的习惯，最大限度地预防安全事故发生和减少安全事件对中小學生造成的伤害，保障中小學生健康成长。”

为了贯彻国家对中小学公共安全教育的一系列文件要求，针对内蒙古自治区的实际情况，我们组织编写了《中学生安全教育》系列教材。希望它能在培养学生的安全意识、训练学生的安全技能、提高学生面对危险时的处置能力发挥应有的作用。由于时间短、任务重，编写水平所限，教材中可能存在一些不足之处，敬请广大师生在使用中提出宝贵意见和建议，以便日后修订，使这套教材日趋完善。

内蒙古自治区教学研究室

2008年5月

《中学生安全教育》系列教材编委会

内蒙古自治区教学研究室编写人员

主 编：王利生

编 委：张心志 邵慧文 毕力格图

田万隆 赵 虹 李 群

包宝柱 杨 华 卢丽君

特约沈阳地区编写人员

副主编：高 敏

编 委：刘 洋 胡 颖 佟玲玲

李明熙（插图）

目 录

第一单元 家庭生活话安全	1
第一课 掌握常识 预防触电	2
第二课 燃气安全 关乎家人	10
第三课 家居防盗 定要记牢	16
第二单元 科学饮食保健康	24
第四课 一日三餐 科学安排	25
第五课 垃圾食品 快快远离	34
第三单元 校园安全记心上	43
第六课 集体活动 遵守规则	44
第七课 校园内外 遇事冷静	53
第八课 宿舍安全 不容忽视	62
第四单元 社会活动要自律	72
第九课 不宜场所 决不进入	73
第十课 公共场所 遵守规则	80

第一单元 家庭生活话安全

当我们享受家庭幸福、天伦之乐的时候，可曾想到“安全”二字呢？有了安全，才有平安，才有家家户户的幸福。多少事故，夹杂着悔恨和泪水，让我们随之黯然；多少教训和哭泣，伴随着心酸和痛楚，让我们警醒。许多触目惊心的案例让我们更加深刻地体会到，只有讲安全，才有幸福！一时的疏忽大意，不仅有可能造成家庭财产受损失，人的精神受摧残，还有可能危及生命安全。让我们在家庭生活中时刻谨记安全：只有讲安全，我们才能远离痛苦和哀伤；只有讲安全，我们才能快乐生活。正可谓：“一丝不苟保安全，半分疏忽生祸端。”

第一课 掌握常识 预防触电



安全警钟

材料一:

2006年12月28日,南京市某小区A幢四楼发生火灾,滚滚浓烟直冲窗外,夫子庙消防中队消防车和建康路派出所民警闻讯赶到现场。

失火位置是A幢409室,三室一厅。房间内,弥漫着呛人的浓烟,令人喘不过气来。消防官兵和民警打开防盗门和客厅大门后,发现火源在卧室,但房门被锁上,4名消防官兵只好用脚踹门,但踹了有3分钟时间也未能将门踹开。据了解,失火卧室里住着附近一所学校的女中学生,其父母常年不在家。据消防部门现场调查,火灾是由电热毯着火引起的。至晚上8时许,这名女中学生才回来。她晚上在家吃过晚饭后,将电热毯开着,然后去学校温习功课,没想到电热毯开得时间过长燃烧起来。

(资料来源:《南京晨报》2006年12月29日)

材料二:

2008年9月12日,年仅16岁的中学生小徐在准备洗地

板时，不幸触电身亡。

清晨6时左右，小徐的父母去赶集，家中只剩下小徐自己。6时30分左右，一对小姐妹来到了堂兄小徐家。小徐让其中的姐姐秋云拿拖把，自己则提着一桶水先进了书房。“我听到‘砰’的一声响，还以为是什么东西掉下来了。”秋云说，她抬头一看，发现堂兄跌倒在书房门口，塑料桶四分五裂，桶里的水全部流到了地板上。秋云立即跑到门边，发现堂兄“平平地躺在地上”，手上还抓着一根电线。小徐有气无力地说，快把他拉起来。秋云看到堂兄手上湿湿的，手中还有电线，摇了摇头说：“我不敢，你手上有水，会带电的。”说完，她让3岁的妹妹在门口守着，自己跑到附近菜市场把伯母叫回来。两人回来首先切断了外面的电源，但发现小徐躺在地上已停止了呼吸。

(资料来源：新浪新闻中心 2008年9月13日)



感悟与分析

电，大家再熟悉不过了。没有人能说出它的样子，或许只有画家才能用抽象法把它描绘出来。人们对电现象的初步认识很早就有记载，公元前585年，古希腊哲学家塞利斯已经发现摩擦过的琥珀能吸引碎草等轻小物体。班杰明·富兰克林和另一位科学家把风筝拴上钥匙在雷雨天放到天上去，结果观察到钥匙间放电和绳子上绒毛竖起的现象，揭示了电现象。1879年，爱迪生发明了电灯，从此人类逐渐学会用电来为自己的生活服务。电的用途很广，电灯、电视及电脑……同

时电的破坏力又极大,有时甚至会变得非常可怕,稍有不慎,它就会变成“无形杀手”。所以,同学们应该从身边做起,从小事做起,在日常生活中学会科学用电,谨防事故发生。



安全小贴士

正确使用家用电器

(1) 家用电器不要频繁开关。尤其是冬季室温一般为 $0\sim 20^{\circ}\text{C}$,而家用电器的工作温度相对较高。如果频繁开关,内部元器件就有可能在高低温度的转变中遭到破坏。

(2) 家用电器不宜靠近热源。冬季里,家用取暖器增多,如果家用电器靠近热源,变相地使家用电器“面向火炉背向寒”,容易损坏家用电器。

(3) 家用电器应置于背风处。如果家用电器放置在迎风处,必然会使其受到风的冲击,这样会加速家用电器元件的老化,缩短其使用寿命。

(4) 家用电器不宜“冬眠”。主要指电冰箱和冷柜等电器。不少家庭在冬季往往将食物放到自然通风处保存,而停止使用电冰箱和冷柜,这样可能造成制冷剂凝固,导致家用电器“长眠不醒”。

(5) 在负荷有限的情况下,不使用热得快、电炉、电炒锅、电茶壶和电热毯等大功率危险电器。

(6) 大部分家用电器(如电视机、冰箱和电脑等)都要与墙壁保持一定距离,以便通风散热。

(7) 使用安全电器，应到正规商店购买电源插座，认准安全标志、出厂证明和检验合格证。

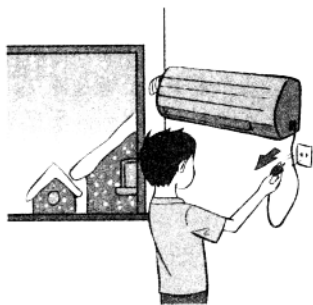
(8) 要养成良好的习惯。长时间离开工作或生活场所时，要切断所有电器电源，以免发生意外。

(9) 使用大功率家用电器，如微波炉、电热水器、空调和电熨斗等要错开时间，以防电路过载，而引起火灾。

家用电器自燃的防范措施

80%的家庭火灾都是由电器自燃引起的。其实很多家用电器，如电冰箱、空调和洗衣机等在使用和待机的状态下，都可能产生燃烧，轻者熏黑墙壁，重者引起火灾。电器自燃引起的损失很大，我们应该从以下几方面进行防范。

(1) 电器在关机时都应该用开关切断电源。现在很多居民在关电视、空调时都使用遥控关机，致使电源变压器长时间处于通电状态。许多长时间不用的电器应该将其插头拔下，特别是冬天不用空调的时候。若不切断电源，这些电器都是很危险的“自燃”隐患。



(2) 所有家用电器都应避免长时间工作。空调机、电视机都不能长时间工作，特别是电视机，最多持续工作5个小时就应该对其进行散热；对于电热水器，要时常检查其自动调节装置是否损坏，以免由于过热引起爆炸和火灾。

(3) 所有电器都应该进行清洁和保养，如经常清扫灰尘，添加润滑剂；检查接线和螺丝的紧固程度等。这些设备检查

是必需的,特别是很长时间没有用过的电器再次使用的时候,应该进行全面的检查和清洁保养。

(4) 当电器出现异常情况时,应及时切断电源,请专业维修人员进行维修。不要自行拆开电器,以防造成损坏。

(5) 当电器使用太多或者过于频繁造成保险丝熔断时,就表示已经用电过量了。保险丝不应越换越粗,以免短路时不能及时熔断,引起火灾。



相关链接

省电小窍门

(1) 电视机。当使用电视机时,在不影响视听的情况下,亮度不要开得太亮,音量尽量关小。另外,不要频繁开关,关机后应拔下电源插头。

(2) 电冰箱。冰箱内存放的食物不宜太少,如果冰箱内食品太少,会散失冷气,浪费电能。电冰箱应尽量减少开门次数和开门时间,还应及时除霜。

(3) 洗衣机。衣物应尽量集中洗涤。洗涤筒内所洗衣物应接近最大洗衣量,减少投放次数,提高工作效率。

(4) 电饭锅。用电饭锅煮食物时,当锅里的水开了以后,可切断电源,利用余热还可以加热一段时间。如果饭没熟透,可再一次接通电源。这样,断续通电可以节约用电量20%~30%。

(5) 照明灯具。家庭使用的照明灯具,应选用正规厂家生产的高亮度、小功率的节能灯具。目前推广的节能灯具,一般可节电20%~70%。

电器起火的应急措施

(1) 如果发现电器起火,或闻到电线烧焦的气味,应立

即关闭电器，拔下电源插头或拉下总闸。

(2) 如果是家用电器外壳着火，应先切断电源，可用湿棉被等覆盖物封闭灭火。

(3) 电视机起火，不得用水扑救，灭火时要特别注意从侧面靠近电视机，以防显像管爆炸伤人。

(4) 在没有切断电源的情况下，千万不能用水或泡沫灭火剂扑灭电器火灾；否则，扑救人员随时都有触电的危险。

(5) 家用电器发生火灾后，一定要由专业维修人员修理后才可以接通电源继续使用，以免触电或发生火灾事故。

(6) 逃生时不要留恋室内财物，如已脱离室内火场，千万不要为财物而返回室内。逃生时要尽量放低身体，最好是沿墙脚蹲式前进，并用湿毛巾或湿手帕等捂住口鼻，背向烟火方向迅速离开。

触电者的应急与急救

(1) 立即关闭电源开关，拉闸或拔去插头；用干燥的木棒、竹竿、塑料棒和绳子等不导电的东西拨开电闸。

(2) 触电者若未失去知觉，应安置在空气流通处安静休息。

(3) 如果触电者已失去知觉，但呼吸及脉搏均未停止时，应安置在平坦通风处，解开衣裤，使其呼吸不受阻碍，同时用毛巾摩擦全身，使之发热。

(4) 如果触电者失去知觉并呼吸困难，应立即进行人工呼吸，切不可为触电者注射强心剂或泼冷水。

(5) 当触电者呼吸及心脏跳动均已停止时，可能是假死，救护要坚持“先救后搬”的原则，应立刻进行人工呼吸或对心脏进行挤压救护，直到经医生诊断确定已死亡为止。

(6) 人工呼吸用口对口吹气效果较好。急救时,触电者的头部要尽量后仰,鼻孔朝天。

(7) 急救的同时迅速与医院联系,尽快将触电者送医院抢救。呼吸、心跳恢复后,仍需立即送往医院救治。

电器辐射及应对措施

(1) 浴霸。浴霸灯的强光易灼伤眼睛。在使用浴霸时,眼睛不要直视浴霸灯。

(2) 消毒柜。消毒柜臭氧刺激呼吸道。使用臭氧消毒柜时,在其工作期间一定不能打开柜门,以免发生臭氧泄漏。消毒完成后,最好在 20 分钟以后再开启柜门。

(3) 音响。音响失真造成耳聋。最好将音响的总音量控制在最大音量的 $1/4 \sim 1/3$ 。此外,养成每次听完音乐之后把音量调节旋钮关至最小的习惯,这样下次开机的时候,不至于音乐一起,吵了邻居吓了自己。

(4) 电视。电视辐射脸上起斑。看电视的距离要适中,电视屏幕与人的距离不能太近,可以电视屏幕对角线为标准,不超过 7 倍就可以,4~5 倍距离最好。每次看电视时间不超过 2 小时。平时看电视要平视或稍俯视,不要关灯看电视。

(5) 冰箱。冰箱电子雾损害神经。冰箱要放在厨房等人不经常逗留的场所;尽量避免在冰箱工作时,靠近它或者存放食物;应经常用吸尘器把散热管上的灰尘吸掉。



安全智多星

1. 根据所学的知识,观察你家中的用电情况,制作一份

家庭安全用电制度。

家用电器名称	耗电量	使用时应注意的问题
电视机		
电熨斗		
电冰箱		
电热水器		
电热毯		

2. 判断以下说法的对与错。

(1) 电视、空调和洗衣机等电器在长期不使用时，可以以待机形式关闭。 ()

(2) 发现家用电器起火时要立即关机，拔下电源插头或拉下总闸。 ()

(3) 在没有专业人员在场时，应先用湿地毯或湿棉被等物将起火的电器盖住，这样既能阻止火势蔓延，又可防止一旦爆炸后荧光屏等玻璃碎片伤人。 ()

(4) 不得用水扑救电视机火灾，以防引起电视机的显像管炸裂伤人。 ()

(5) 家用电器发生火灾后，未经修理不得接通电源继续使用，以免触电、发生火灾事故。 ()

(6) 在没有切断电源的情况下，可以用水或泡沫灭火器扑灭电器火灾。 ()

(7) 在发现电视机等电器散发出橡胶或塑料气味时，或发现电器冒白烟时，可以继续使用。 ()

第二课 燃气安全 关乎家人



安全警钟

材料一:

2008年3月的一天,年仅16岁的中学生林某于晚上10时左右在家中的浴室洗澡。过了一个多小时,母亲来到浴室门口喊儿子,而林某没有任何动静。家人打开门后,发现林某倒在浴室的地板上不省人事。11时20分,急救中心接到求救电话,医生迅速赶到现场,发现林某的呼吸和心跳已经停止,林某最终经抢救无效死亡。死亡原因是,使用家中燃气热水器,造成一氧化碳中毒。

(资料来源:搜狐新闻中心 2008年4月1日)

材料二:

2004年11月16日晚,年仅7岁的袁媛做了一件令大人都很佩服的事——临危不惧勇救煤气中毒的父母。

当时,袁媛在家写作业,妈妈冯三玉搀扶着爸爸袁小波进了浴室,打开热水器烧水为他换药。袁小波在工作时不慎脚部受伤,每天需要换药、泡脚。由于天气寒冷,夫妇俩关闭了门窗。大约晚上9时,袁媛写完作业出来找妈妈,连喊几声都没听见应答,于是来到浴室门口。当时,孩子听见里面传来“哗哗”的流水声,同时闻到一股煤气的味道,于是赶快

用力推开门，发现父母已双双昏倒在浴室地上。

但袁媛并没有慌乱，她按照课堂上所学的紧急自救知识，先迅速关上液化气罐阀门，然后打开门窗。紧接着，她又拨打了110、120电话求助。接到警情，民警3分钟内赶到现场。紧接着，医院救护车也赶到了。经全力抢救，当晚12时，袁媛的爸爸袁小波终于苏醒过来了。第二天凌晨2时多，妈妈冯三五也从死亡线上被拉了回来。

(资料来源：新浪新闻中心 2005年10月20日)



感悟与分析

材料一中的林某，因洗澡时没有打开浴室的排气扇而导致煤气中毒身亡。人们洗澡时往往把浴室的门窗紧闭，又忘记打开排气设施，这种做法极易导致煤气中毒事故的发生。煤气中毒是许多国家和地区包括我国北方在内的致死人数最多的事故。每年秋末冬初，都是煤气中毒的高发季节。煤气中毒的发生往往都是由于疏忽大意、不讲安全造成的。不讲安全，哪怕只是一次小小的违章就会让生命处于险境；不讲安全，哪怕只有星星之火也会导致重大事故的发生。所以，同学们要引以为戒，防患于未然，千万不可麻痹大意！



安全小贴士

煤气中毒的相关知识

家庭中煤气中毒主要指一氧化碳、液化石油气、管道煤

气和天然气中毒。其中一种多见于农村冬天用煤炉取暖、门窗紧闭、排烟不良时；另一种常见于液化灶具漏泄或煤气管道漏泄等。发生这两种煤气中毒时，当事人最初感觉为头痛、头昏、恶心、呕吐和软弱无力。当意识到中毒时，当事人常挣扎下床开门、开窗，但一般仅有少数人能打开门窗，大部分人迅速发生痉挛、昏迷，两颊、前胸皮肤及口唇呈樱桃红色，如救治不及时，会很快因呼吸抑制而死亡。一氧化碳无色无味，比空气轻，易于燃烧，燃烧时火焰呈蓝色。当空气中一氧化碳含量达到 0.04%~0.06% 时，就可使人中毒；与空气混合达 12.5%~74% 时，还可能发生爆炸。

常见煤气中毒原因

(1) 在通风不良的房屋中使用煤炉取暖、做饭时，由于供氧不充分，会产生大量一氧化碳滞留在室内。

(2) 城区居民使用管道煤气，如果管道漏气、开关不紧，或烧煮中火焰被浇灭，则煤气大量溢出。

(3) 使用燃气热水器，通风不良，洗浴时间过长。

(4) 冬季在车库内发动汽车或开动车内空调后在车内睡眠。

(5) 门窗紧闭，又无通风措施，未安装或不正确安装风斗，平房烟筒安装不合理，烟筒口正对风口，使煤气倒流。

(6) 气候条件不好，如遇刮风、下雪、阴天、气压低，煤气难以流畅排出。

防止煤气中毒的措施

(1) 合理使用煤炉，装上烟筒并使其完整，烟筒伸向窗