



最新校园办报宝典



安全教育 最新办报宝典



ANQUAN

BAODIAN



荟萃**最新板报精华** 展现**精彩校园文化**

内蒙古出版集团
远方出版社

最新校园办报宝典



安全教育最新办报宝典

荟萃最新板报精华

展



内蒙古出版集团
远方出版社



目录

学会自救护理	1
安全常识大课堂	2
谨记安全常识	3
培养家庭安全意识	4
不能忽略的安全常识	5
注意安全 自我保护	6
接受安全教育 杜绝意外事故	7
安全责任 牢记在心	8
一定要有自我防范意识	9
勇敢抵制不良恶习	10
不良习气的危害	11
懂得用法律武器保护自己	12
遵纪守法 保护自我	13
加强自我保护能力	14
控制禽流感 保障身体健康	15
人与禽流感	16
病从口入要预防	17
饮食卫生要记牢	18
食品安全知识课堂	19
安全饮食 放心生活	20

熟知食品安全常识	21
饮食安全才能健康成长	22
家庭饮食安全常识	23
食品安全 健康平安	24
正确使用家用电器	25
家用电器安全使用知识	26
遵守普及法律 促进社会和谐	27
遵纪还要守法	28
医疗安全	29
家庭健康保健常识	30
培养家庭安全防范意识	31
校外安全知识放心上	32
夏季游泳安全专题	33
游泳安全知识篇	34
维护社会治安人人有责	35
知法懂法会用法	36
良好社会风气 从我做起	37
营造健康的社会环境	38
促进社会风气良好发展	39
净化社会风气需共同努力	40

目录

和谐社会 从我做起	41
弘扬法律知识 创建和谐校园	42
认识交通信号灯	43
交通安全标志知识	44
过马路要注意	45
时刻注意交通安全	46
交通安全知识	47
制止违反交通法规的行为	48
学习交通法规 注意交通安全	49
普及交通安全知识	50
留心注意网络安全	51
谨防网络骗子陷阱	52
上网要学会防骗	53
防骗手法须知	54
警惕网络骗子	55
畅游网络但请注意安全	56
警惕网络安全 学会自我保护	57
小心网络上潜伏的危险	58
小心谨慎 维护上网安全	59
展示智慧 识破骗局	60

冷静面对骗局	61
开动脑筋 识破骗局	62
谨防生活中的骗局	63
维护消费安全	64
学点儿消费常识	65
价格欺诈要防范	66
防火知识 常记在心	67
防火知识皆须知	68
不可疏忽 家庭防火安全	69
火灾预警和自救	70
地震安全知识	71
地震时的安全防护	72
培养见义勇为的美德	73
见义勇为是优秀美德	74
培养良好的美德 抵御不良风气	75
大胆同犯罪分子作斗争	76
敢于制止坏人坏事	77

学会自救护理

游泳遇到抽筋时的自救措施

烫伤的处理

一度伤：烫伤只损伤皮肤表层，局部轻度红肿、无水泡、疼痛明显，应立即脱去衣袜，将创面放入冷水中浸洗半小时，再用麻油、菜油涂擦创面

二度伤：烫伤是真皮损伤，局部红肿疼痛，有大小不等的水泡，大水泡可用消毒针刺破水泡边缘放水，涂上烫伤膏后包扎，松紧要适度

三度伤：烫伤是皮下、脂肪、肌肉、骨骼都有损伤，并呈灰或红褐色，此时应用干净布包住创面及时送往医院。切不可在创面上涂紫药水或膏类药物，影响病情况观察与处理



首先要保证在水中尽量平衡身体。如小腿和脚趾抽筋，先吸一口气，仰浮在水面，用抽筋的腿对侧的手握住抽筋的脚趾，同时小腿用力向前伸蹬。或用手把小腿，同时再用另一手掌压向身体方向拉在抽筋腿的膝盖上，帮助小腿伸直使其恢复。手指抽筋可将手用力握成拳头，然后再用力伸开，快速连做几次，直至恢复。若上臂抽筋，握拳，并尽量屈肘关节，然后用力伸直，反复数次即可解脱。大腿发生抽筋时，先吸一口气，仰浮水面，使抽筋的腿屈曲，然后用双手抱住小腿用力使其贴在大腿上，同时加以振颤。



防止意外伤害小提醒

★学习用电常识，不要用硬的物品接触电源，也不要用人体的某个部位接触电源，以防触电。

★不要在楼梯上玩耍，特别是楼道拥挤时必须靠右走。

★喝汤也要小心，慢一点去尝一尝，试一试。

★不要在危房旁玩耍或捉迷藏，以免有砖头木料等物体坠落砸到。



发现自己和其他人有先兆中暑和轻症中暑表现时，首先要做的是迅速撤离引起中暑的高温环境，选择阴凉通风的地方休息；并多饮用一些含盐分的清凉

饮料。还可以在太阳穴涂抹清凉油、风油精等，或服用人丹、十滴水、藿香正气水等

压降低、虚脱时去

夏季中暑了怎么办

去医院静脉滴注盐水。对于重症中暑者除了立即把中暑者从高温环境中转移至阴凉通风处外，还应该迅速将其送至医院，同时采取综合措施进行救治。



安全常识大课堂

步行安全常识

步行外出时要注意行走在人行道内，在没有人行道的地方要靠路边走。横过马路时须走过街天桥、或地下通道，没有天桥和地下通道的地方应走人行通道；在没划人行横道的地方横过马路时要注意来往车辆，不要斜穿、猛跑；在通过十字路口时，要听从交通民警的指挥并遵守交通信号；在设有护栏或隔离墩的道路上不得横过马路。



骑车安全常识

骑车外出的同学，出行前要先检查一下车辆的零部件是否齐全有效，保证没有问题后方可上路。在道路上要在非机动车道内行驶，没有划分车道要靠右边行驶。通过路口时要严守信号，停车不要越过停车线；不要绕过信号

行驶；不要骑车逆行；不扶肩并行；不双手离把骑车；不攀扶其他车辆；不在便道上骑车。在横穿4条以上机动车道或中途车闸失效时，须下车推行；骑车转弯时要伸手示意，不要强行猛拐。



乘车安全常识

乘车时要先下后上，排队上车，不要乱拥乱挤以免踩伤或为小偷作案提供条件。车停稳时，才能上下车，不能抢车、扒车。乘车时不可将头或手伸出窗外，以免受到伤害。乘长途汽车，一定要忍住瞌睡。在睡眠时，若司机急刹车，巨大的惯性可能给你造成伤害。



做游戏可以起到增长知识、锻炼身体的作用，但有一些游戏非常危险，轻则伤人，重则危及生命，最好不要轻易玩这些游戏：

- 1.“拔萝卜”：一个人用双手夹住另一个人的头往上拔。这种游戏容易造成颈椎脱臼或骨折。
- 2.“挤夯”：大家把一个人推在角落里用力挤。这种游戏容易造成窒息。
- 3.“碰夯”：4个人各拉住一个人的只胳膊、一只腿，用力往地下墩屁股。这种游戏往往造成尾骨骨折。
- 4.在游戏时不用玻璃制品玩具、暴力性玩具（弹弓、弓箭、发射子弹的玩具枪）、含有化学性质的玩具。
- 5.游戏时不搞“突然袭击”玩笑，如突然在同学背后大喝一声或猛拍对方的头等。

同学间不要做危险游戏



谨记安全常识

用电安全知识

认识了解电源总开关，学会在紧急情况下关断总电源；不用手或导电物（如铁丝、钉子、别针等金属制品）去接触、探试电源插座内部；不用湿手触摸电器，不用湿布擦拭电

器；电器使用完毕后应拔掉电源插头；插拔电源插头时不要用力拉拽电线，以防止电线的绝缘层受损造成触电；电线的绝缘皮剥落，要及时更换新线或者用绝缘胶布包好；不随意拆卸、安装电源线路、插座、插头等 哪怕安装灯泡等简单的事情，也要先关断电源，并在家长的指导下进行

小常识

发现有人触电要设法及时关断电源；或者用干燥的木棍等物将触电者与带电的电器分开，不要用手去直接救人；年龄小的同学遇到这种情况，应呼喊成年人相助，不要自己处理，以防触电。



游泳安全小常识

外出游泳时要注意：不要单身一人去游泳；不去江河湖泊中游泳，尤其是水况不明的江河湖泊；身体不舒服或生病时不游泳；强体力劳动或者剧烈运动后，不立即游泳；恶劣天气不在户外游泳；下水前不做好准备活动不下水游泳

夏天防护小常识

夏天运动后不要喝凉水，可以喝些淡盐水，防止中暑；运动后及时擦净汗水穿好衣服，不要立即冲凉，以防感冒；饭前饭后及睡觉前不要做剧烈运动。

遇到蜂类袭击时，不要乱跑，应该立即抱着头蹲下，用书包、衣服或手臂将身体裸露部分遮挡住，尤其是头颈和面部要重点保护。一旦被蜂蜇了，立刻用清水和肥皂清洗伤口，几个小时后红肿等现象就会自动消失。



避免蜂蜇小常识



培养家庭安全意识

检验燃气漏气正确方法



用肥皂水涂抹在可能出现漏气的地方，连续起泡，就可以断定此处是燃气泄露点。查找时可用软毛刷、毛笔或画笔蘸肥皂水涂抹。绝对禁止用明火查找漏气点。发现漏气后，应停止使用，让专业部门维修。

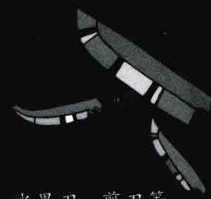
使用高压锅的注意事项

1. 使用高压锅之前，首先要检查锅盖的通气孔是不是通畅，安全阀是不是完好无损。
2. 在使用中，不要触动高压锅的压力阀，更不要压力阀上加压重物或者打开锅盖。



3. 饭菜做好以后，不能马上拿下压力阀或者打开锅盖，要耐心地等待锅里的高压热气释放出来后，才能拿下压力阀，打开锅盖。

注意安全使用刀具



日常生活中，经常需要使用菜刀、水果刀、剪刀等刀具，这些刀具锋利、尖锐，使用不慎，就可能造成伤害。在使用刀具时应当注意：使用刀具时应当注意力集中，不用刀具比划、打闹，更不能拿着刀具互相开玩笑，以免误伤别人或自己；刀具暂时不使用时，要妥善保存起来，放在安全稳妥的地方，

不要使刀具的尖和刃部突出、暴露在外，以防止刀具被碰落而伤人或者有人不慎触碰而受伤。

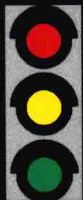
狭小居室内要防磕碰

防磕碰。目前大多数家庭的居室空间比较狭小，又放置了许多家具等生活用品，所以不应在居室中追逐、打闹，做剧烈的运动和游戏，防止磕碰受伤。

居家生活需防意外伤害



改锥、刀、剪等锋利、尖锐的工具，图钉、大头针等文具，用后应妥善存放起来，不能随意放在床上、椅子上，防止有人受到意外伤害。



不能忽略的安全常识

交通信号灯小知识

绿灯亮时，准许车辆、行人通行，但转弯的车辆不准妨碍直行的车辆和被放行的行人通行；黄灯亮时，不准车辆、行人通行，但已越过停止线的车辆和已进入人行横道的行人，可以继续通行；红灯亮时，不准车辆、行人通行；绿色箭头灯亮时，准许车辆按箭头所示方向通行；黄灯闪烁时，车辆、行人在确保安全的原则下可以通行。



谨记一些可求助电话

1. 匪警：110
2. 火警：119
3. 急救中心：120
4. 交通事故：122
5. 电话号码查询台：114



热水烫伤：立即用冷水冲患处使之冷却，并脱去患处的衣服；高处坠落，要立即使坠落者平躺躺下；如有外伤，可用清水或药皂清洗伤口，用纱布包扎；脱臼：让伤者保持舒服的姿势，用冷水敷患处，绝不能热敷；食物中毒：找救

护车的同时，给患者灌服温水、盐水或牛奶；用手指等物品伸进患者嘴中刺激咽喉使其呕吐；飞来物击中眼睛：用干净水冲洗眼睛，不要用手揉，如果眼睛出血，可轻敷纱布，再加上一层冷湿布，用绷带缠好。



受到违法犯

罪分子的直接威胁和侵害，仅凭个人自身的力量很难防范，最有效的方法就是向公安部门报告。匪警电话的号码是110。这个号码应当牢记，以便发生异常情况时及时拨打。拨打110电话，要简明、准确地向公安部门报告案件发生的地点、时间、当事人、案情等内容，以便公安部门及时派员处理。打报警电话是事实社会治安管理的大事，千万不要随意拨打或以此开玩笑。

严防意外烫伤

家长在炒菜、煎炸食品时，不要在周围玩耍、打扰，以防被溅出的热油烫伤；年龄较大的同学在学习做菜时，注意力要集中，不要把水滴到热油中，否则热油遇水会飞溅起来，把人烫伤。



如何报警



注意安全 自我保护

独自在家安全防御ABC

A 我们独自在家时，应及时把门锁好。如果听到有人敲门，要通过门镜辨认来人。对不认识的人，不管他有什么理由，也不管他是什么身份，都不要给他开门。而且可以像父母在家一样，喊爸爸妈妈，说有不认识的人来敲门，把坏人吓跑。如果来人声称是你父母的同事，并能叫出你的名字和你父母的名字，也要提高警惕，不能开门，但可以问他有什么事，记下来告诉父母。

B 有的坏人冒充邮递员、推销员、检修工人等，骗开了门，入室抢劫或做其他坏事。要留心观察，记住陌生人的身高、面相、衣着等，以便必要时报警。也可以给父母、邻居、居委会或派出所打电话。

C 如遇到坏人以各种理由闯入家中，要在保证人身安全的情况下，与坏人斗智斗勇。如将自己的屋门反锁后，用电话报案，要注意说清楚自己的详细地址；也可用计将坏人吓跑，但要记住坏人的身高、外貌特征，并迅速报案。但不要与坏人硬拼，要注意保护自己的生命及人身安全。

被狗咬伤的急救措施

应该立刻仔细彻底清洗伤口，用流水冲20分钟以上；将伤口上端（近心端）用布带结扎，防止血液倒流。不要覆盖伤口。快速及时送去医院，注射狂犬疫苗、破伤风疫苗。

普通外伤处理

意外磕碰出现伤口并且出血的，需要清洗伤口并擦涂消毒、消炎的外用药，如消炎粉、红药水、创可贴等。此外还要注意：要保持伤口局部的温暖干燥；饮食方面也要注意，可多吃瘦肉、豆类、乳类等蛋白质含量多的食品，多吃些新鲜蔬菜和水果；合理换药，保持清洁，这样做，有利于伤口的痊愈。



接受安全教育



杜绝意外事故



安全教育警句格言

★生活中最珍贵的是什么，是平安

★预防校园侵害，创建平安校园

★平安校园是我家，快乐与否看大家

★安全是生命之本，安全永在我身边 放学回家不要在外面逗留，直接回家

★生命才是学习的本钱 同学们，让我们共创平安校园，在平安的蓝天下，放心心学习，前面是一片艳阳天



人行横道和人行天桥

人行横道：在车行道上，有一条一条用白色直线连成的“走廊”，这就是人行横道，它是专门为行人横过马路而漆划的。驾驶员看见人在人行横道内行走就会减速慢行，所以行人在人行横道内过马路比较安全。

人行天桥：在城市交通繁忙的路口，因来往行人和车辆特别多，为了保证行人的安全和车辆的畅通，架设了雄伟美观的人行天桥，行人在人行天桥上过马路最安全。

假期交通安全

~~~~~

注意交通安全。在休息或放假时，有的同学可能要返乡，有的同学可能要跟随父母亲去旅游等，都难免要和交通打交道。所以，我们首先要注意交通安全：不要乘坐“无牌、无证、超载”的车（船），不要在马路上玩耍、追逐，不准骑自行车，路上行走要注意安全，遵守各项交通规则。



### 12岁以下儿童不准骑自行车



城市道路复杂，车辆繁多，由于儿童缺少生活经验，应变能力差，《中华人民共和国道路交通管理条例》明确规定：“12岁以下的儿童不准在道路上骑自行车。”根据医学、生理学和心理学资料分析表明，一个人的发育期通常要满十二三岁，才能初步达到道路安全最低要求。因此交通规则从保障少年儿童的安全出发，规定12周岁以下儿童不准骑车。



# 安全责任 牢记在心

## 雷电天气的安全小常识

1. 雷电天气时，如可能，应尽快躲到室内，关闭门窗并避开有金属管道的地方。要关闭电视机。2. 雷电交加时，如果在空旷的野外无处躲避，应该尽量寻找低凹地（如土坑）藏身，或者立即下蹲，双脚并拢，双臂抱膝，头部下俯，尽量降低身体的高度，不要用手触地面。如果手中有导电的物体（如铁锹、金属杆雨伞），要迅速抛到远处，千万不能拿着这些物品在旷野中奔跑，否则会成为雷击的目标。3. 特别要小心的是，遇到雷电时，一定不能到高耸的物体（如大树、电杆）下站立；不要靠近水面；不要用手机打电话；不要在高楼平台上逗留。



## 拥挤发生后的自我保护措施

1. 在拥挤的人流中，不要俯身捡拾东西或提鞋、系鞋带等，防止被挤倒在地面而被踩伤。2. 不论在任何地方，在突然被大多数人拥挤向一个方向行动时，不要因为任何原因逆向行动，也许人流前进方向与你要去的目的地方背道而驰，也不要做逆流而动的尝试，以免被众人挤伤。



1. 防坠落 住楼房，特别是住在楼房高层的，不要将身体探出阳台或者窗外，谨防不慎发生坠楼的危险。2. 防挤压 居室的房门、窗户，家具的柜门、抽屉等在开关时容易夹手，也应当处处小心。

## 居家安全小常识



电视机在使用前要先检查插头、插座是否有水珠，如果有，必须先擦干再通电，拔插头时，不能赤脚站在地板上，至少要穿上干燥的拖鞋，保障人体绝缘。如家中长时间无人看守，一定要在拔掉插头、关好门窗后，给电视机盖好布套。平时，可用吹风机通过电视机背后的小孔吹风，将电视机内部的灰尘和潮气去除。

## 电视机防潮安全

## 如何预防异物进入气管

气管是人呼吸的通道，如果误将异物吸入气管，就有可能引发咳嗽、呼吸困难、窒息，甚至危及生命。怎样预防异物进入气管呢？

1. 气管异物一般是从口腔误食进入的，所以不要将纽扣、玻璃珠、图钉等物含在嘴里。这样既不卫生，又容易发生危险。2. 吃东西时不要同时做别的事情，更不要相互追逐、打闹，以免将口中的食物误吸入气管内。3. 一旦有异物进入气管，应立即送往医院诊治。



# 一定要有自我防范意识

## 外出要注意

1. 应当熟记自己的家庭住址、电话号码以及家长姓名、工作单位名

称、地址、电话号码等，以便在急需联系时取得联系 2. 外出

要征得家长同意，并将自己的行程和大致返回的时间明确告诉

家长 3. 外出游玩、购物等最好结伴而行，不独来独往，单独行动

不独自往返偏僻的街巷、黑暗的地下通道，不独自一人去偏远的地方游玩

4. 外出要按时回家，如有特殊情况不能按时返回，应设法告知家长



机应变。

最重要的是要运用智慧，随

入居民区、求帮帮助。

切记，不到迫不得已时不要

轻易与歹徒发生正面冲突，

移，那里人来人往，歹徒不

敢胡作非为，还可以就近进

的商店、繁华热闹的街道转

状态、周围情况，歹徒的动

机来决定对策。N、如果只是

根据自己的体力和心理

清醒、镇定。同时，

盯上，不慌不

慌，要保持头脑



## 与陌生人打交道时的自我防范

## 遭遇歹徒袭击怎么办

1. 不接受陌生人的钱财、礼物、玩具、食品，与陌生人交谈要提高警惕。

2. 不把家中房门钥匙挂在胸前或放在书包里，应放在衣袋里，以防丢失或被坏人抢走。3. 不搭乘陌生人的便车。4. 外出的衣着朴素，不戴名牌手表和贵重饰

物，不炫耀自己家庭的富有。携带的钱物要妥善保存好，不委托陌生人代为照看自己携带的行李物品。

5. 不接受陌生人的邀请同行或做客。

1. 如果被歹徒纠缠，应高声喝令其走开，并以随身携带的雨伞和就地拣到的木棍、砖块等作防御，同时迅速跑向人多的地方。2. 遇到拦路抢劫的歹徒，可以将身上少量的财物交给歹徒，应付周旋，同时仔细记下歹徒的相貌、身高、口音、衣着、逃离方向等情况，待事后立即向民警或公安部门报告。3. 如果遇到凶恶的歹徒，自己又无法脱离危险，就一定要奋力反抗，免受伤害。反抗时，要大声呼喊以震慑歹徒；动作要突然迅速，打击歹徒的要害部位，在此过程中要不断寻找机会脱身。

1. 对小偷小摸的盗窃者，在人多的场合，可以高声喝令其停止盗窃，迫使其无法得逞；也可以告诉周围的成年人，共同制止其盗窃。2. 如果发现已经得逞离开作案现场的盗窃分子，应当认真记住他们的特征

## 人多地方发现小偷怎么办

和逃离去向；对以记下他们车辆

有交通工具的作案者，可

的型号、颜色、车牌号码，以便向公安部门报告，及时破案。3. 在一般情况下，应尽量避免与盗窃分子正面接触，以免受到伤害；应机智灵活地与盗窃分子做斗争。



# 勇敢抵制不良恶习



## 中小学生为什么不宜吸烟

1. 青少年们正处在生长期。身体各个器官还很娇嫩，尤其是消化系统。因此，不能过多地承受刺激性物质。酒具有刺激性，所含的酒精对肝、胃等的伤害更甚。2. 喝酒会降低人的免疫力，酒后毛细血管扩张，散热增加，抵抗力下降，容易患感冒、肺炎等疾病。3. 饮酒过量会伤脑，使青少年们记忆力下降，影响学习，严重的还会使智商下降。4. 据实验，中小学生会饮酒还会对身体的发育带来不良后果。



## 吸烟的害处

吸烟只是一种习惯，对人体有害无益。研究表明，吸烟时烟雾中有许多有害成分，对人体的呼吸道、心血管、神经系统、消化系统等都有不同程度的伤害。尤其对中小學生来说，吸烟的危害更大：1. 烟草在燃烧时会产生烟焦油，含有致癌物质，能诱发各种癌症。2. 烟草中的尼古丁是一种剧毒物质，对人的中枢神经有麻痹作用。

长期吸烟，会引起心血管疾病。3. 吸烟不仅害己，还会污染环境，给他人带来更严重的危害。4. 吸烟者的死亡率比不吸烟者高70%，寿命也明显缩短。



毒品不仅对躯体造成巨大的损害，由于毒品的生理依赖性与心理依赖性，使得吸毒者成为毒品的奴隶，他们生活的唯一目标就是设法获得毒品，

## 为此失去工作、生活兴趣与能力 一个人一旦吸毒成瘾，就会人格丧失，道德沦落，为购买毒品耗尽正当收入后，就会变卖家产，四处举债，倾家荡产，六亲不认 家中只要有了一个吸毒者，从此全家就会永无宁日，就意味着这个家庭贫穷和充满矛盾的开始 妻离子散，家破人亡往往就是吸毒者家庭的结局

为此失去工作、生活兴趣与能力 一个人一旦吸毒成瘾，就会人格丧失，道德沦落，为购买毒品耗

耗尽正当收入后，就会变卖家产，四处举债，倾家荡产，六亲不认 家中只要有了一个吸毒者，从此全家就会永无宁日，就意味着这个家庭贫穷和充满矛盾的开始 妻离子散，家破人亡往往就是吸毒者家庭的结局

近年来，吸毒、毒品犯罪正逐步成为我国一个严重的社会问题。通常所说的毒品包括鸦片、大麻、海洛因、可卡因等多种。毒品对人有刺激、麻醉作用，吸食容易上瘾，危害极大。在某些毒品泛滥的地区，中小學生已经成为毒品的直接受害者。预防毒品的危害，应当注意：1. 可以向家长、老师了解一些有关毒品的知识；2. 提高识别能力，避免受骗上当而误吸毒品。3. 不轻信任何人的教唆、引诱，坚决地拒绝尝试吸食毒品。4. 在发现有卖毒品的不法活动或可疑情况，应立即设法向家长、老师或公安部门报告。

1. 浪费时间。玩游戏的人一步步沉迷其中，甚至通宵达旦，废寝忘食。2. 浪费金钱。上网不是免费的，增加家庭的经济压力。3. 危害健康。如果沉迷于网络游戏，会更加缺乏人际交流，产生自闭倾向。长期沉迷于网络游戏的人，身体处于亚健康状态或直接导致心理障碍。4. 人格异化。网络游戏大多以“攻击、战斗、竞争”为主要成分，长期玩电子游戏而引发的道德缺失、行为越轨甚至违法犯罪的问题正逐渐增多。



网络成瘾的害处



怎样预防毒品犯罪

# 不良习气的危害

## 吸烟的危害

吸烟不仅对身体有害，还容易引发火灾。我们家的前排楼就被一只小小的烟头引起火灾，这就是一个真实的例子。消防员都赶来了。

原来着火那家的人吸完烟后就随地一扔，可烟却碰到了掉到地上的一卷卫生纸，这就着起火来了。

虽然没有人受重伤，但却给周围的人一个严重的警告。看！小小的烟头虽不起眼，可却不能小瞧它。只要稍微不注意，就会惹起大火的。



较一般人高一倍，多种原因可以造成吸毒者死亡率高于一般人。

及人群之广，已远远超过地球上曾经发生过的任何瘟疫。任何国家，任何社会阶层无不例外地受到吸毒问题的影响。吸毒问题已经成为严重威胁全球人类生存的最严重的医学问题和社会问题之一。在我国，海洛因滥用者已在过去的二〇年中由十几例数增到三万。有资料表明，吸毒者的平均寿命较一般人群短二〇至二五年，吸毒人群的死亡率较一般人高一倍，多种原因可以造成吸毒者死亡率高于一般人。



在过去的二〇多年中，吸毒问题就像瘟疫一样在全球迅速蔓延，蔓延速度之快，波及人群之广，已远远超过地球上曾经发生过的任何瘟疫。任何国家，任何社会阶层无不例外地受到吸毒问题的影响。吸毒问题已经成为严重威胁全球人类生存的最严重的医学问题和社会问题之一。在我国，海洛因滥用者已在过去的二〇年中由十几例数增到三万。有资料表明，吸毒者的平均寿命较一般人群短二〇至二五年，吸毒人群的死亡率较一般人高一倍，多种原因可以造成吸毒者死亡率高于一般人。

## 吸毒所带来的巨大危害

营养素缺乏

以上都可导致多种营养物质缺乏

物的摄入。其次，可使食欲下降，摄入食物减少，长期过量饮酒还可损伤肠黏膜，影响肠对营养素的吸收，以上都可导致多种营养物质缺乏（如蛋白质、维生素、矿物质）



长期饮酒有损健康

## 饮酒对身体器官产生不良影响

大脑 摄入较多酒精对记忆力、注意力、判断力、机能及情绪反应都有严重伤害 饮酒太多会造成口齿不清，视线模糊，失去平衡力

心脏 大量饮酒的人会发生心脏病，即可引起心脏肌肉组织衰弱并且受到损伤，而纤维组织增生，严重影响心脏的功能



## 打架斗殴的危害

1. 扰乱学校正常的教育、教学秩序，影响同学们正常的学习和生活。
2. 严重影响被害人的身心健康。打架斗殴是一种典型的故意伤害行为，加害者以故意损害他人身体健康为目的，所以打架斗殴的结果往往是造成受害者身体的损伤，遭受伤痛折磨，甚至造成残疾。
3. 给加害人的家庭造成巨大的经济负担。
4. 构成故意伤害罪，被追究刑事责任。



# 懂得用法律武器保护自己



## 我的一本好书

长大的我已经学会用法律武器来保护



自己了。怎么办？不信？那我就讲一件事让你开开眼界！我买了一本叫做《中华人民共和国未成年人保护法》（小学生学习插图本）的书。其中第一章第四条是这样的：保护未成年人的工作，应当遵循下列原则：一、保障未成年人的合法权益。二、尊重未成年人的人格尊严。三、适应未成年人身心发展的特点。四、教育与保护相结合。还配有插图：一家长因为孩子学习成绩不好而打自己的孩子。国家法律工作人员上去阻拦并说：“不许打人，你这样做是违法的。”这些文字和图片让爸爸也口服心服，呵呵。虽然这只是我对爸爸教训我的一个小伎俩，但从这件事中我体会到：我们每个人都应该知法、学法、懂法、用法。只有这样，才能够用法律的武器来维护自己的合法权益。

## 《未成年人保护法》

法律是一种特殊的行为规范，它是由国家制定的，是靠国家强制力来实施的，对全体社会成员有着普遍的约束力，这就是法律的性质。对于我们未成年人来说，有一种法律像盔甲一般，保护着我们，那就是国家为我们未成年人制定的特殊保护法《未成年人保护法》，它主要分为“家庭保护”、“社会保护”、“学校保护”和“司法保护”，这几项保护对我们的成长有着极大的影响，它与我们的生活息息相关。

## 学会运用法律来保护自己的权利123

1. 父母私看了你的日记，你可以告诉他们，《未成年人保护法》

第三十九条规定，任何组织或者个人不得披露未成年人的个人隐私。

2. 教师体罚学生，你可以告诉他们，《未成年人保护法》第二十

一条规定，教职员工应当尊重未成年人的人格尊严，不得对未成年人实施体罚、变相体罚或者其他侮辱人格尊严的行为。

3. 学校附近的娱乐场所影响教学，你可

以通过学校反映，法律规定，中小校园周边不得设置营业性歌舞厅、网吧等不适宜未成年人活动的场所。



## 法律是我们的保护神

一提到法律，大家都会想到犯罪等字眼。诚然，如果我们不遵法守法，反其道而行的话，当然会受到法律的严惩；但是，只要我们遵法守法，它就能有效地保护我们。法律能帮助我们、保护我们，在一些大事中，我们更需要法律的帮助和保护。法律的颁布和实施，其实是为了帮助我们、保护我们，可就是因为一些人违反了法律受到了严惩，让我们“误解”了法律。你看，现在保护人们切身利益的“法”有多少：《少年儿童保护法》、《儿童及少年福利法》、《消费者权益保护法》等等，所以，法律是我们的保护神！



# 遵纪守法 保护自己

## 应当引以为戒的小故事

有这样一个故事，一个人小时候偷拿别人的东西，他妈妈只是训斥他几句，没想到过了几年后，他的野心越来越大，偷

的东西越来越珍贵、稀奇，最终他还是难逃法网。一次他在一家

银行行窃时，被当场抓获。当他被判刑的那一瞬间，他知

道错了，但是他已经成了惯偷，一切都太晚了，

他只好流着眼泪重新寻找通向阳光的道路。这就是

“小时偷针，大时偷金”的故事由来，这个故事告诉

人们“勿以恶小而为之”，不然落入法网时，就悔之晚

矣。



## 不可跨越法律的“雷池”

虽然法律处处都在为我们的利益着想，但是法律的“雷池”不可越，它像一个装满炸药的军事仓库，当我们越过这底线时，它就会“轰”的一声，使我们受到惩罚，可能会因为犯罪而失去自由甚至被依法剥夺生存的权利，那就是人生最大的不幸了。



法律制裁。

要受到惩罚的也

抵制不良诱惑

才能抵制犯罪

一个人走上犯罪的道路，他往往都有个演变的过程，由于开始不知法而犯法，渐渐地发展为犯罪，这都有一个时间的演变。由于一开始铁生锈时不重视它的情况，也会出现“锈蚀”的情况，一个人何尝不是如此呢？因此，对此不良诱惑要有正确的态度，不能让它任意发展，否则会使人们远离阳光，走向罪恶的深渊。



法律赋予每个孩子受教育权利

你知道为什么我们

们会在校里面接受

教育吗？你会说，是

因为我们学习知识

啊。其实这也是法律

明文规定的。《中华

人民共和国义务教育

法》第二条规定，国

家实行九年义务教育

制度。所有适龄儿

童、少年必须接受的

教育，是国家必须予

以保障的公益性事

业。同时也规定父母

不送子女接受义务教

## 知法懂法就能保护自己

在我们成长的过程中，自我保护能力，是一个人生存所需要的重要能力。而国家的特殊保护就是我们成长中的守护天使，我们要懂得守法、守法和用法，因为在我们生下来的那一瞬间，法律就与我们同行。愿广大的朋友们，能在法律维护下，走向通往光明的道路，在转折点上，找到另外一个世外桃源。

