

中小学生安全教育读本

依照国务院颁布的《中小学公共安全教育指导纲要》编写

WO DE ANQUAN WO ZHIDAO

我的安全我知道

江西省学校安全保卫工作学会 编

一年級（上册）



華文出版社
SINO-CULTURE PRESS

 中小學生安全教育讀本

依照國務院頒布的《中小學公共安全教育指導綱要》編寫

WO DE ANQUAN WO ZHIDAO

我的安全我知道

江西省學校安全保衛工作學會 編

一年級（上冊）



 華文出版社
SINO-CULTURE PRESS

图书在版编目(CIP)数据

我的安全我知道. 一年级. 上 / 江西省学校安全保卫工作学会编. --北京: 华文出版社, 2017.7
ISBN 978-7-5075-4736-8

I. ①我… II. ①江… III. ①安全教育 - 小学 - 课外读物 IV. ①G624.103

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第178873号

我的安全我知道（一年级上册）

江西省学校安全保卫工作学会 编

华文出版社出版发行

（北京市西城区广外大街305号8区2号楼 邮政编码：100055）

网址：<http://www.hwchs.com.cn> 电子信箱：sinoculturepress@yahoo.com

南昌航大印刷有限公司

787毫米1092毫米 16开本 5印张

2017年8月第一版 2017年8月第一次印刷

ISBN 978-7-5075-4736-8

定价：13.80元

凡属印刷质量问题，可向我社调换 发行部电话：010-58336271

总编室电话：010-58336239

版权所有 侵权必究

编写说明

国务院颁布的《中小学公共安全教育指导纲要》明确要求,中小学要通过开展公共安全教育培养学生的社会责任感,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,学会正确应对日常生活中突发的安全事件,最大限度地预防安全事故发生和减少安全事故对中小學生造成的伤害,保障中小學生健康成长。本套读本即是严格按照这一要求进行编写并出版的。

本套读本按照《中小学公共安全教育指导纲要》的规定,将安全教育内容分为一至九年级和高中年级共十九本,并遵循学生身心发展规律和学生认知特点,将各模块的教学内容融入其中,由浅入深,循序渐进,不断强化,引导学生养成安全习惯。

在公共安全教育过程中,教师可以根据学校和学生的实际情况,将课堂教育与实践活劢相结合,将学校教育不家庭、社会教育相结合,将自救自护与力所能及地帮助他人相结合,充分利用当地的教育资源,构筑开放性的教学模式,重视安全教育在日常生活和学习中的运用,引导学生体验和感悟,使学生在主动参与中充分认识和掌握公共安全知识。

本套读本由江西省学校安全保卫工作学会组织专家在2016年版本基础上进行修订编写。依照《中小学公共安全教育指导纲要》要求按年级编写学生安全教育读本是一项全新的工作,因此编写过程中难免有不足之处,恳请广大师生及社会各界提出宝贵意见以利于日后修订,不断完善。

江西省学校安全保卫工作学会
2017年6月



目录

第一章 校园生活要注意

第一课 小铅笔危害大 /2

第二课 楼道里的“哎哟”声 /7

第三课 握握手好朋友 /13

第二章 家庭生活别大意

第四课 电视迷 /20

第五课 被吵醒的阿花 /27

第六课 失去味觉的杉杉 /33



第三章 放学路上讲安全

第七课 放学路上 /40

第八课 马路上赛跑 /46

第九课 公交车上的新妈妈 /52

第四章 大自然中藏危险

第十课 圆溜溜的小铃铛 /59

第十一课 屋门关不住的雷电危险 /65

第十二课 倒着走有危险 /69

dì yī zhāng

第一章

xiào yuán shēng huó yào zhù yì

校园生活要注意





dì yī kè
第一课

xiǎo qiān bǐ wēi hài dà
小铅笔危害大

1

ān quán xiǎo gù shì
安全小故事

jīn tiān yào jìn xíng qī
今天要进行期
mò kǎo shì wén wén de bà
末考试，文文的爸
ba dā ying wén wén zhǐ yào
爸答应文文，只要
wén wén kǎo le bān jí qián
文文考了班级前
sān míng jiù gěi wén wén
三名，就给文文
mǎi tā xǐ huan de yáo kòng
买他喜欢的遥控
fēi jī suǒ yǐ wén wén
飞机。所以，文文
jīn tiān hěn zǎo jiù lái dào le
今天很早就来到了
xué xiào tā bǎ jīn tiān yào kǎo shì de kē mù yòu ná chū lái wēn xī le
学校，他把今天要考试的科目又拿出来温习了
yī biàn
一遍。



kǎo shì kāi shǐ le wén wén shuā shuā shuā de xiě zhe xīn
 考试开始了，文文“唰唰唰”地写着，心
 xiǎng zhè xiē tí mù zhè me róng yì kěn dìng kě yǐ kǎo qián sān
 想：“这些题目这么容易，肯定可以考前三
 míng wǒ de yáo kòng fēi jī yào lái le kě xiě dào zuì hòu yī tí
 名，我的遥控飞机要来了。”可写到最后一题
 de shí hòu wén wén tū rán tíng zhù le zhè dào tí tài nán wén wén
 的时候，文文突然停住了。这道题太难，文文
 bù huì zuò kě shì wén wén bù gān xīn yǎn kàn zhe zuì hòu yī tí le
 不会做。可是文文不甘心，眼看着最后一题了，
 rú guǒ dá duì le kěn dìng jiù kě yǐ yǒu yáo kòng fēi jī le xiǎng dào
 如果答对了肯定就可以有遥控飞机了。想到
 zhè lǐ wén wén hěn zhāo jí tā yī biān zhòu zhe méi tóu sī kǎo
 这里，文文很着急，他一边皱着眉头思考，
 yī biān yǎo qǐ le qiān bǐ tóu er zhè shì tā de lǎo xí guàn le
 一边咬起了铅笔头儿。这是他的老习惯了。

zhí dào qiān bǐ tóu dōu yǎo làn le tā dōu méi yǒu fā jué yǎn
 直到铅笔头都咬烂了，他都没有发觉。眼
 kàn zhe tóng xué men dōu lù xù jiāo juàn le wén wén hái shì méi xiǎng
 看着同学们都陆续交卷了，文文还是没想
 chū lái zuì hòu yī tí gāi zěn me dá shí jiān jiù zhè yàng yī fēn yī miǎo
 出来最后一题该怎么答，时间就这样一分一秒
 de guò qù le
 地过去了……

dīng líng líng dīng líng líng xià kè líng shēng xiǎng le gāi
 “丁零零，丁零零！”下课铃声响了，该
 jiāo juàn le lǎo shī yào shōu juàn zi le wén wén bào zhe juàn zi
 交卷了，老师要收卷子了，文文抱着卷子
 bù kěn gěi lǎo shī zuǐ hái yǎo zhe qiān bǐ tóu er tū rán wén wén
 不肯给老师，嘴还咬着铅笔头儿。突然，文文
 yǎn qián yī hēi yūn dǎo le
 眼前一黑，晕倒了。



lǎo shī gǎn máng bǎ wén wén sòng qù le xué xiào yī wù shì yuán
老师赶 忙 把 文 文 送 去 了 学 校 医 务 室， 原
lái wén wén shì yīn wèi jǐn zhāng guò dù yūn dǎo le yī shēng hái fā
来 文 文 是 因 为 紧 张 过 度 晕 倒 了。 医 生 还 发
xiàn wén wén yīn wèi píng shí jīng cháng yǎo qiān bǐ tóu shàng de cǎi
现， 文 文 因 为 平 时 经 常 咬 铅 笔 头 上 的 彩
sè yán liào dǎo zhì xuè qiān chāo biāo qiān kě shì yǒu dú de huì
色 颜 料， 导 致 血 铅 超 标。 铅 可 是 有 毒 的， 会
yǐng xiǎng shēn tǐ jiàn kāng
影 响 身 体 健 康。

2

ān quán xiǎo kè táng
安全小课堂

bù shǎo tóng xué yǒu
不 少 同 学 有
yǎo qiān bǐ de xí guàn fù
咬 铅 笔 的 习 惯， 父
mǔ duì cǐ yě xí yǐ wéi cháng
母 对 此 也 习 以 为 常，
bù jiā zǔ zhǐ cháng cǐ yǐ
不 加 阻 止， 长 此 以
wǎng huì duì tóng xué men de
往 会 对 同 学 们 的
jiàn kāng chǎn shēng bù liáng
健 康 产 生 不 良
yǐng xiǎng zhè shì yīn wèi
影 响。 这 是 因 为

qiān bǐ wài miàn tú yǒu yī céng cǎi sè yán liào ér cǎi sè yán liào hán
铅 笔 外 面 涂 有 一 层 彩 色 颜 料， 而 彩 色 颜 料 含



qiānliàng fēi cháng gāo qiān shì yǒu dú wù zhì shàonián ér tóng duì
铅 量 非 常 高。铅 是 有 毒 物 质，少 年 儿 童 对
qiān dú tè bié mǐn gǎn yǎo qiān bǐ shí jiǎn cháng le huì yǐn qǐ xuè qiān
铅 毒 特 别 敏 感，咬 铅 笔 时 间 长 了 会 引 起 血 铅
chāobiāo dǎo zhì ér tóng zhù yì lì bù jí zhōng fán zào bù ān gè
超 标，导 致 儿 童 注 意 力 不 集 中、烦 躁 不 安、个
zi ǎi xiǎo yán zhòng de huì qīn hài hái zǐ de shén jīng xì tǒng zhì shǐ
子 矮 小，严 重 的 会 侵 害 孩 子 的 神 经 系 统，致 使
ér tóng huàn shàng chōu dòng zhèng děng jí bìng
儿 童 患 上 抽 动 症 等 疾 病。

lìng wài qiān bǐ běn shēn fēi cháng bù gān jìng dài yǒu bù shǎo
另 外，铅 笔 本 身 非 常 不 干 净，带 有 不 少
xì jūn cháng yǎo qiān bǐ róng yì shēng bìng hái huì zào chéng yá
细 菌，常 咬 铅 笔 容 易 生 病，还 会 造 成 牙
chǐ wāi xié yīn cǐ tóng xué men yào jì zhù bù yào yǎo bǐ tóu er
齿 歪 斜。因 此，同 学 们 要 记 住 不 要 咬 笔 头 儿。

3 ān quán xiǎo tí xǐng 安全小提醒

chú le qiān bǐ wài miàn de cǎi sè yóu qī wǒ hái zhī dào zài
除 了 铅 笔 外 面 的 彩 色 油 漆，我 还 知 道 在
qì chē wěi qì lǐ yě yǒu hěnduō qiān wǒ men yào zhù yì bù yào
汽 车 尾 气 里 也 有 很 多 铅，我 们 要 注 意 不 要
xī rù qì chē wěi qì
吸 入 汽 车 尾 气。



wǒ zhī dào yóu qī hé yán liào lǐ hán yǒu qiān wǒ men huà
我知道油漆和颜料里含有铅，我们画
huà shǐ yòng de shuǐ cǎi yán liào là bǐ děng dōu yào zhù yì bù
画使用的水彩颜料、蜡笔等，都注意不
néng nòng dào zuǐ ba lǐ qù le
能弄到嘴巴里去了。

mā ma gào su wǒ shuō sōng huā dàn bào mǐ huā guǎn tóu
妈妈告诉我说，松花蛋、爆米花、罐头
děng yīn wèi bāo zhuāng hé zhì zuò de guò chéng yě huì dǎo zhì lǐ
等因为包装和制作的过程也会导致里
miàn hán yǒu qiān yīn cǐ wǒ men yào shǎo chī huò zhě bù chī
面含有铅，因此，我们要少吃或者不吃
zhè xiē dōng xī
这些东西。

4

xiǎng yī xiǎng
想一想



měi wèi xiǎo péng yǒu dōu yǒu zì jǐ de shēng
每位小朋友都有自己的生
huó xí guàn zài rì cháng shēng huó zhōng yù dào
活习惯，在日常生活中，遇到
ràng nǐ jǐn zhāng de shì qing huò zhě jué de yā lì dà
让你紧张的事情或者觉得压力大
de shí hou nǐ men huì yǒu shén me yàng de xí guàn
的时候，你们会有什么样的习惯
xìng dòng zuò ne
性动作呢？

dì èr kè
第二课

lóu dào lǐ de āi yō shēng
楼道里的“哎哟”声

1

ān quán xiǎo gù shì
安全小故事

zhōu liù de zǎo shang
周 六 的 早 上 ，
dōng dong hěn zǎo jiù qǐ
东 东 很 早 就 起
chuáng le tā yào gěi bà
床 了， 他 要 给 爸
ba mā ma mǎi zǎo diǎn mā
爸 妈 妈 买 早 点。“ 妈
ma jīn tiān wǒ bù shàng xué
妈， 今 天 我 不 上 学，
nǐ yě fàng jià bù yòng gěi
你 也 放 假， 不 用 给
wǒ zuò zǎo diǎn le wǒ
我 做 早 点 了， 我
qù gěi nǐ men mǎi zǎo diǎn
去 给 你 们 买 早 点

ba mā ma kāi xīn de mō zhe dōng dong de tóu shuō dōng dong
吧。” 妈 妈 开 心 地 摸 着 东 东 的 头 说：“ 东 东
shàng xué le dǒng shì le shì gè hǎo hái zi kě shì nǐ hái xiǎo
上 学 了， 懂 事 了， 是 个 好 孩 子， 可 是 你 还 小，





yī gè rén bù ān quán ràng bà ba péizhe nǐ yī kuài qù ba dōng
一个人不安全，让爸爸陪着你一块去吧。”东
dong wāizhe nǎo dai xiǎng le xiǎng shuō hǎo ba wǒ hé bà ba yī
东歪着脑袋想了想说：“好吧，我和爸爸一
qǐ qù
起去！”

dōngdong kāi xīn de lā zhe bà ba de dà shǒu jiù chū mén le tā
东东开心地拉着爸爸的大手就出门了。他
zǒu dào diàn tī kǒu shí fā xiàn diàn tī shàng miàn tiē le gè wéi xiū
走到电梯口时，发现电梯上面贴了个维修
de tōng gào biàngào su bà ba shuō bà ba diàn tī zài wéi xiū
的通告，便告诉爸爸说：“爸爸，电梯在维修
a méiguān xi nà wǒ men zǒu lóu tī xià qù ba shuō zhe
啊。”“没关系，那我们走楼梯下去吧。”说着，
dōngdong jiù fēi kuài de pǎo xiàng lóu tī jiān bà ba jǐn zhuī zài hòu
东东就飞快地跑向楼梯间。爸爸紧追在后
miàn dōngdong màn diǎn er bù yào pǎo huì shuāi jiāo de
面：“东东，慢点儿，不要跑，会摔跤的。”
dōngdong hěn kāi xīn biān pǎo biān zhuǎn guò shēn lái duì bà ba shuō
东东很开心，边跑边转过身来对爸爸说：
méi shì de bà ba wǒ jīng cháng zhè yàng pǎo de
“没事的，爸爸，我经常这样跑的。”

huà hái méi shuō wán jiù tīng jiàn dōngdong āi yō yī shēng
话还没说完，就听见东东“哎哟！”一声。
yuán lái shì dōngdong pǎo de tài kuài cǎi kōng lóu tī shuāi le xià qù
原来是东东跑得太快，踩空楼梯摔了下去。
dōngdong tòng de dà kū le qǐ lái bà ba shàng qián fú qǐ dōngdong
东东痛得大哭了起来。爸爸上前扶起东东：
kàn kan shuāi dǎo le ba jiù bù néng màn diǎn er zǒu ma xiàn
“看看，摔倒了，就不能慢点儿走吗？现

zài zhī dào tòng le ba dōng dōng wēi qu de zhǎ ba zhē yǎn jīng yǎn
在 知 道 痛 了 吧 。” 东 东 委 屈 地 眨 巴 着 眼 睛 ， 眼
lèi hái zài yǎn kuàng lǐ dǎ zhuàn tā chōu qì zhē gào su bà ba wǒ
泪 还 在 眼 眶 里 打 转 。 他 抽 泣 着 告 诉 爸 爸 ： “ 我
xià cì zài yě bù pǎo zhè me kuài le yī dìng hǎo hǎo zhù yì jiǎo xià de
下 次 再 也 不 跑 这 么 快 了 ， 一 定 好 好 注 意 脚 下 的
lù
路 。”

2

安全小课堂

xiǎo péng yǒu men zài
小 朋 友 们 在
lóu tī tōng dào nèi yào zhù
楼 梯 通 道 内 ， 要 注
yì ān quán lóu tī gāo dī
意 安 全 。 楼 梯 高 低
bù píng luò jiǎo de dì fāng
不 平 ， 落 脚 的 地 方
hěn xiǎo yīn cǐ pǎo tiào
很 小 ， 因 此 跑 、 跳
děng kuài sù de dòng zuò
等 快 速 的 动 作
dōu bù yīng gāi zài shàng xià
都 不 应 该 在 上 下
lóu tī shí zuò fǒu zé hěn
楼 梯 时 做 ， 否 则 很





róng yì chūxiàn yì wài wǒmenshàng xià lóu tī shí yīnggāi jǔ zhǐ wén
容 易 出 现 意 外 。 我 们 上 下 楼 梯 时 应 该 举 止 文
míng rén duō de shí hòu bù yōng jǐ bù qǐ hòng bù dǎnào
明 ， 人 多 的 时 候 不 拥 挤 、 不 起 哄 、 不 打 闹 。

shàng xià lóu tī shí yīngkào yòu yǒu xù xíngzǒu bù pǎotiào zhù
上 下 楼 梯 时 应 靠 右 有 序 行 走 ， 不 跑 跳 ， 注
yì bǎo chí yǔ tā rén zhī jiān de jù lí bù zài lóu tī shàng suí yì tíng
意 保 持 与 他 人 之 间 的 距 离 。 不 在 楼 梯 上 随 意 停
liú bù yào jiāng shǒu fàng zài dōu lǐ rén duō shí yī dìng yào fú
留 ， 不 要 将 手 放 在 兜 里 。 人 多 时 ， 一 定 要 扶
lán gān shàng xià lóu bù yào zài lóu dào nèi wān yāo shí dōng xī jì
栏 杆 上 下 楼 ， 不 要 在 楼 道 内 弯 腰 拾 东 西 、 系
xié dài
鞋 带 。

zài xué xiào shàng xià lóu shí tóng xué hěn duō dà jiā yīng gāi
在 学 校 上 下 楼 时 ， 同 学 很 多 ， 大 家 应 该
jǐn liàng bì miǎn dào yōng jǐ de rén qún zhōng bù de yǐ shí jǐn liàng
尽 量 避 免 到 拥 挤 的 人 群 中 ， 不 得 已 时 ， 尽 量
zǒu zài rén liú de biān yuán fú hǎo lán gān fā jué yōng jǐ de rén qún
走 在 人 流 的 边 缘 ， 扶 好 栏 杆 。 发 觉 拥 挤 的 人 群
xiàng zì jǐ xíngzǒu de fāngxiàng lái shí yīng lì jí bì dào yī páng
向 自 己 行 走 的 方 向 来 时 ， 应 立 即 避 到 一 旁 ，
bù yào huāng luàn bù yào bēn pǎo bì miǎn shuāi dǎo
不 要 慌 乱 ， 不 要 奔 跑 ， 避 免 摔 倒 。

3 ān quán xiǎo tí xǐng 安全小提醒

jiǎ rú zài lóu dào lǐ xiàn rù yōng jǐ de rén liú shí yī dìng
假如在楼道里陷入拥挤的人流时，一定
yào xiān zhàn wěn shēn tǐ bù yào qīng xié shī qù zhòng xīn yǒu
要先站稳，身体不要倾斜失去重心，有
kě néng de huà kě xiān jǐn kuài zhuā zhù jiān gù kě kào de dōng
可能的话，可先尽快抓住坚固可靠的东
xi màn màn zǒu dòng huò tíng zhù jí shǐ xié zi bèi cǎi diào yě
西慢慢走动或停住。即使鞋子被踩掉，也
bù yào wān yāo jiǎn xié zi huò jì xié dài dài rén qún guò qù hòu
不要弯腰捡鞋子或系鞋带，待人群过去后
zài xùn sù lí kāi xiàn chǎng
再迅速离开现场。

dōng tiān shí tiān qì hěn lěng tóng xué men yào zhù yì bié
冬天时，天气很冷，同学们要注意别
bǎ shǒu chā zài kǒu dai lǐ shàng xià lóu tī zhè yàng hěn róng yì
把手插在口袋里上下楼梯，这样很容易
ràng zì jǐ shī qù píng héng ér shuāi dǎo ér qiě chā zài kǒu dai
让自己失去平衡而摔倒。而且插在口袋
zhōng de shǒu yě bù néng jí shí chōu chū lái bǎo hù zì jǐ
中的手也不能及时抽出来保护自己。

rú guǒ zài lóu tī shàng fā xiàn zì jǐ qián miàn yǒu rén tū rán
如果在楼梯上发现自己前面有人突然
shuāi dǎo le yào mǎ shàng tíng xià jiǎo bù tóng shí dà shēng
摔倒了，要马上停下脚步，同时大声