

根据教育部《中小学公共安全教育指导纲要》编写



中小学公共安全教育

假期读本

许军梅 主编



河北出版传媒集团
河北科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

中小学公共安全教育假期读本. 九年级 / 许军梅主编.
— 石家庄: 河北科学技术出版社, 2017. 12
ISBN 978 - 7 - 5375 - 9315 - 1

I. ①中… II. ①许… III. ①公共安全 - 安全教育 - 初中 - 教学参考资料 IV. ①G634. 203

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 308077 号

Zhong - Xiao Xue Gonggong Anquan Jiaoyu Jiaqi Duben Jiunianji

中小学公共安全教育假期读本. 九年级

许军梅 主编

出版发行:河北出版传媒集团 河北科学技术出版社
地 址:石家庄市友谊北大街 330 号(邮编:050061)
经 销:新华书店
印 刷:辉县市伟业印务有限公司
开 本:710 × 1000 1/16
印 张:3
字 数:35 千字
版 次:2017 年 12 月第 1 版
2018 年 1 月第 1 次印刷
定 价:8.00 元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与印刷单位联系调换(0373 - 6217581)



前言

近年来，随着社会的不断进步和发展，中小学生的假期生活空间大大扩展，交流领域也不断拓宽。在假期生活中，切实做好安全保护工作，促进中小学生的健康成长，就显得尤为重要。为全面深入推动中小学生假期安全教育工作，增强中小学生的安全意识和安全技能，我们编写了《中小学公共安全教育假期读本》丛书。

本套丛书以教育部《中小学公共安全教育指导纲要》为依据，将安全知识与鲜活生动的情境、案例相结合，对社会安全类事故、公共卫生事故、意外伤害事故、自然灾害以及影响学生安全的其他事件的预防和应对方法进行了详细讲解，旨在帮助中小学生养成正确应对突发安全事件的能力，掌握基本的自救措施和必要的安全技能，提高自我保护能力，最大限度地预防安全事故发生，减少安全事件造成的各种伤害。

希望通过本丛书的出版发行，向中小学生传授较为系统的生命安全的知识和技能，有目的、有计划地培养学生的生命安全意识、知识和技能，不断提高中小学生的生存能力，改善生命质量，尽可能地避免或减少伤害，也期望学校、家庭、社会共同关注孩子的生命安全教育，让“尊重生命、珍爱生命、欣赏生命、敬畏生命、成全生命”成为教育的常态，从而促进孩子自由、全面、健康发展，使孩子们能够幸福茁壮地成长。





第一章 远离不良诱惑

第一节 烟草是毒品的桥梁



案例回放

案例一：

河南省郑州市的小李一个人在家做假期作业，想起同学说吸烟可以提神，于是点燃父亲留在家里的香烟，抽了起来。后来，小李渐渐养成了吸烟的习惯。某日他将香烟带入学校，向同学们分发，被老师发现，老师对他进行了批评教育。



案例二：

大连某中学九年级学生李哲，放学回家的路上，看到几个同学在抽烟，其中一个同学给了他一根香烟，他接过来，学着别人的样子开始抽起来。后来，李哲总是和这些同学混在一起抽烟，并开始出现注意力不集中、记忆力下降的情况，同时身体也经常出现不适。



安博智慧

中学生吸烟的危害：中学生正处于生长发育阶段，吸烟对你们的呼吸器官和神经系统等都是十分有害的。吸烟会造成中学生不良心理





品质的滋长。实际生活中，一些不肯刻苦学习的中学生，思想空虚，常在吸烟中消磨时间；同时，那些沾上赌博、逃学等不良行为的中学生，多数也会抽烟。可以说，吸烟容易成为其他不良行为的媒介。由于烟需要花钱去买，同时，在人际交往中吸烟，易交上坏朋友，因此，中学生吸烟容易成为走向违法犯罪道路的诱发因素。

1. 影响青少年吸烟的主要因素

我国的青少年吸烟情况是严重的，“少年难过吸烟关”，很少有人会在25岁以后才开始学吸烟。通常，开始吸烟的年龄是在年轻时代，不少是在15岁以下。

影响青少年吸烟行为的主要因素有下列四个方面。

第一，社会的影响。目前，我国社会吸烟的风气还很严重。各种公共场合和日常生活中，人们总是以烟相待，开会、办事、交友、喜庆、丧事等，到处离不开烟，青少年自小就生长在处处有烟的环境中，即使在电影和电视片中，也充斥着吸烟的镜头。可以说，吸烟已成为一种无法摆脱的社会环境，它对青少年吸烟行为起着潜移默化的影响。

第二，家庭的影响。有关青少年吸烟的调查表明，大多数吸烟学生的家庭中有人吸烟，而且主要是父亲。许多学生的第一支烟，是从父亲的烟盒中拿的。极少数甚至是在父亲的鼓励下吸第一支烟的，中学生对吸烟的害处往往还缺乏认识，有的家长在吸烟的过程中，还会不知不觉讲一些吸烟有好处的话，这就更加会诱发少年学生的





好奇心。

第三，学校的影响。不少中学生，在会吸烟的学生的影响下，逐渐地学会了吸烟。另外，在中学里还存在着教师吸烟的情况，这也是不能忽视的。



第四，心理上的自我满足。中学生正处于青春期，心理上有很大的变化，容易对吸烟产生好奇心，特别是感到自己长大成熟了，像一个真正的男子汉了，心中就会想：“抽烟多神气，多有气派，这才是男子汉风度哩！”这种独立意识和成人感的需要，使中学生容易染上吸烟恶习。

2. 青少年吸烟的心理特征

第一，年龄方面。从年龄来说，初中阶段是吸烟的重要诱发期，最容易学会吸烟，是青少年吸烟行为的高发期。吸烟会使中学生心跳加快，容易造成消化不良和感冒等。女中学生抽烟多了，会发生口臭，也可能使皮肤变得粗糙。





第二，认识方面。大多数中学生明白吸烟是不好的，是违反中学生行为规范的，他们也知道未成年人不能吸烟，中学生守则规定不能吸烟。但是，也有许多中学生对吸烟的危害还缺乏足够的认识。

第三，情绪和意志方面。中学生容易在高兴或烦恼时吸烟，高兴时吸烟，情绪会更加焕发，明显获得愉快的体验；烦恼时吸烟，情绪会感到轻松，暂时转移了烦恼。调查发现，吸烟的男生有意志戒烟的，占33%，吸烟的女生有意志戒烟的，占29%。由此可见，时常吸烟的中学生，无论男女，表现出对戒烟缺乏坚强的意志。



第四，动机方面。中学生开始吸烟的动机是多种多样的。按动机的重要性和普遍性排列如下：①出于好奇心，想尝试一下，带有游戏性质的。②同学的影响，在其他同学劝其吸烟的推动下才吸烟的。③为了解除烦恼，如被老师和父母批评了，考试不及格了，或者与同学发生重大冲突了等，吸烟是为了排除不快的情绪。④出于模仿吸烟的姿势和气派，认为大人吸烟样子潇洒，风度不凡，于是跟着学起来了。⑤受大人的鼓动，有的是受成年坏人的唆使。



第五，习惯方面。中学生吸烟大多数是习惯性吸烟，一般还谈不上烟瘾。有吸烟习惯的中学生，常常还会有其他的不良行为习惯，如逃学、赌博、小偷小摸等。



青少年戒烟可以按照下面的方法：

- (1) 戒烟从现在开始，完全戒烟或逐渐减少吸烟的次数，通常3~4个月就可以成功。
- (2) 丢掉所有的香烟、打火机、火柴和烟灰缸。
- (3) 避免参与往常习惯吸烟的活动。
- (4) 餐后喝水、吃水果或散步，摆脱饭后一支烟的想法。
- (5) 烟瘾来时，要立即做深呼吸活动，或咀嚼无糖分的口香糖，避免用零食代替香烟，否则会引起血糖升高，身体过胖。
- (6) 坚决拒绝香烟的引诱，经常提醒自己，再吸一支烟足以令戒烟的计划前功尽弃。

一个人从出生那天起，就在爸爸妈妈和亲人的关爱下成长，离不开老师、同学和社会的帮助，亲人为我们的成长花费了很大的心血，因此，我们的生命不仅只属于自己。我们只有珍爱自己的生命，健康地成长，长大以后努力学习、工作，才能以行动去报效祖国的爱和亲人的爱。





第二节 珍爱生命，远离“黄赌毒”



案例回放

案例一：

高二期末考试，张峰（化名）考了全班第9名，又被评为校三好学生。回到家，他向父母报喜。张峰的父亲一高兴给儿子买了一部4G手机。某日，张峰从同学处得知几个关键词：酷图、涩图……他开始一一查找，结果让他大吃一惊，竟有那么多色情链接。此后张峰身陷手机黄毒不能自拔，整天心思都沉溺于手机里的黄色网站，两个月不到，成绩就由班里的第9名下降到第31名。张峰的父母发现儿子的异常后，悉心教导了，也严厉管教了，可是此时的张峰已到了丧失理智的阶段，无论父母怎么制止都不能把他拉回来，甚至最后发展到离家出走……





案例回放

案例二：

一位青少年的母亲，万般无奈之下，给市长写了一封求救信，信中说道：“我的儿子读八年级了，自从7月初放假至今，他经人介绍到某大厦附近的KTV玩了一次之后，就上了瘾，那是一个涉黄、赌、毒的肮脏场所，表面看是个普通的KTV，其实里面有色情服务，有K粉卖，有个包厢是专门开赌场的，还有人在那里专门放高利贷。短短的半个月，我的儿子去了三次，典当手机、手表及借高利贷就输了近万元。听说那里还不止他一个未成年人。”



安博智慧

一、青少年陷入“黄赌毒”的原因

近几年来，青少年违法犯罪呈上升趋势，尤其是“黄赌毒”诱发的犯罪率逐年上升，且速度越来越快。某少管所2016年底在押青少年罪犯1 507人，因“黄赌毒”诱发犯罪的78人，占在押青少年罪犯总数的5%。到2017年5月，该所在押的青少年罪犯中因“黄赌毒”诱发犯罪的137人，占在押青少年罪犯总数的8%。“黄赌毒”诱发犯罪，严重影响着广大青少年的健康成长，给家庭、社会带来不可想象的后果。





青少年陷入“黄赌毒”的原因是多方面的，这里归纳如下：

家庭方面。家庭不和，养而不教，教育方法不当，家长或其他家庭成员行为不当，都可能会影响到孩子的健康成长。

学校方面。有的学校单纯追求升学率，放松对学生的法制教育和道德教育，管理不善，措施不力。学校对学生缺乏必要的性知识、性道德教育和法律教育。一般未成年人在十四五岁时，生理发育与心理发育是不平衡的，性成熟和人格成熟不一致的矛盾十分突出。

社会方面。从大量的青少年违法犯罪案例可以看出，受不良文化影响并导致违法犯罪的情况触目惊心。不少人犯罪纯粹是对一些影视镜头的刻意模仿，尤其因“黄赌毒”而诱发犯罪的青少年则多为影视里花天酒地的生活方式所诱惑；涉嫌性犯罪的几乎全部观看过淫秽音像制品或访问过色情网站。

青少年自身方面。如社会阅历少、法律意识薄弱；缺乏正确的人生观、价值观、世界观；交友不慎，误入歧途；贪图享受、好逸恶劳等。

二、青少年如何远离“黄赌毒”

一个人的教育成长离不开家庭、学校、社会。因此，优化家庭环境、学校环境、社会环境，构建“家庭、学校、社会”三位一体的完整的教育体系，对于青少年远离“黄赌毒”、健康成长是关键。

（1）优化家庭环境，让青少年在“第一课堂”接受良好的家庭教育。作为孩子“第一任老师”，家长要充分认识家庭教育的重要性，



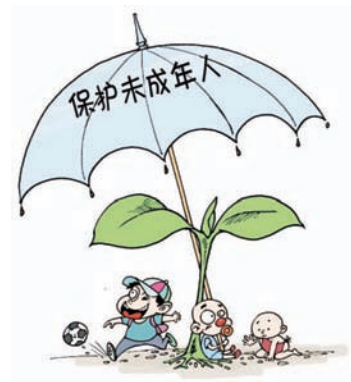
切实承担起家庭教育的责任。家长要树立正确的教育观、亲子观、成长观，营造良好的家庭氛围，增强家庭的凝聚力。应做到要求上宽严适度，目标上难易相当，方法上循序渐进。



(2) 优化学校环境，充分发挥青少年教育的主渠道作用。学校和老师应牢固树立以人为本的思想，真正做到“一切为了学生，为了一切学生，为了学生一切”。转变“应试”教育观念，全面实施素质教育。学校老师要为人师表，教书育人。



(3) 优化社会环境，确保青少年健康成长。在优化社会环境方面，要做到“严打”与“严管”相结合，“教育”与“惩处”相结合。所谓“严打”，就是公安、工商、文化等部门要充分发挥职能作用，对涉及“黄赌毒”的行为依法严厉打击。所谓“严管”，就是要深入开展“扫黄打非”斗争，加强文化市场监管，坚决查处传播淫秽、色情、凶杀、暴力、封建迷信和伪科学的出版物，坚决查处含有诱发青少年违法犯罪行为和恐怖、血腥的有害内容的游戏软件产品，坚决查处宣扬色情、暴力的玩具、饰品，坚决截断色情口袋书、有害卡通画和淫秽光盘的销售渠道和网络。所谓“教育”与“惩处”相结合，就是要一手抓教育，一手抓惩处。



只要家庭、学校、社会共同努力，进一步完善“三位一体”的教育体系，就能够筑起一道抵御“黄赌毒”侵袭的牢固防线，让广大青少年健康成长。

三、警惕手机“黄毒”的危害

随着无线通信技术的不断发展，通信网络与互联网的沟通已经



到了水乳交融的地步。首先，无线通信本身构成了一个互动沟通的网络，通过手机通信网络，用户可以进行短信聊天、游戏等活动。其次，手机与互联网连接，成了互联网的又一个外延，可以随时随地上网。

青少年成为淫秽色情手机网站的最大受害者，长时间浏览、付费成为网站会员的人员中很大一部分是学生。由于辨别是非的能力和自我控制的能力较差，人生观、世界观尚未定型，对未知事物具有强烈的好奇心，手机黄色信息的泛滥，势必会对青少年的身心健康产生非常恶劣的影响。



通过手机浏览黄色内容，在青少年中很多甚至是群体性的。浏览黄色内容，不仅影响了他们的学习，甚至部分学生“读黄”成瘾，不能自拔，一有机会就上色情网站。手机色情网站对青少年的身心健康造成了极大危害，成为引诱他们偷尝禁果甚至违法犯罪的罪恶之源。

由于手机上网具有便利性，所以手机“黄毒”危害面积大，如果不加以根除，受到毒害的远不只是几个人，而是一代人，甚至几代人。所以说，手机“黄毒”给社会带来极大危害，给社会治安带来巨大隐患，甚至影响到民族整体素质的提升。



《中华人民共和国未成年人保护法》第十一条规定：父母或者其他监护人应当关注未成年人的生理、心理状况和行为习惯，以健康的思想、良好的品行和适当的方法教育和影响未成年人，引导未成年人进行有益身心健康的活动，预防和制止未成年人吸烟、酗酒、流浪、沉迷网络以及赌博、吸毒、卖淫等行为。



华姐视野

近年来，青少年违法犯罪率呈上升趋势，尤其是“黄赌毒”诱发的犯罪率逐年上升，且速度越来越快。“黄赌毒”诱发犯罪，严重影响着广大青少年的健康成长，给家庭、社会造成严重的后果。

我们要树立远离“黄赌毒”的意识，不看黄色书刊及黄色影视制品，不参加赌博，不抽烟，不吸毒；强化远离黄赌毒、珍惜生命的意识，从而形成科学、文明、健康的生活方式和学习氛围。





第三节 戒除网瘾，健康生活



案例回放

案例一：

李利喜欢上网和网友聊天，倾诉心事，每个星期只上2次，时间都不超过2小时。但是李利妈妈特别担心他在网上“遇到坏人”。李利一上网打开QQ开始聊天，妈妈的唠叨就随之而来，李利经常是忍无可忍。久而久之，李利和妈妈之间的话越来越少，他在家态度也变得很冷淡。



案例二：

家长李先生一到暑假就坐立不安，因为放假时，上初中的儿子强强每天总是喜欢玩网游。李先生怕儿子染上“网瘾”，每次强强坐在电脑前，李先生就开始紧张，在房间内走来走去，对孩子啰唆不断。后来，李先生干脆在电脑上设置了密码，甚至拔掉了网线，强强非常气愤，经常偷偷跑到外面的网吧去上网。





一、网络成瘾症的原因

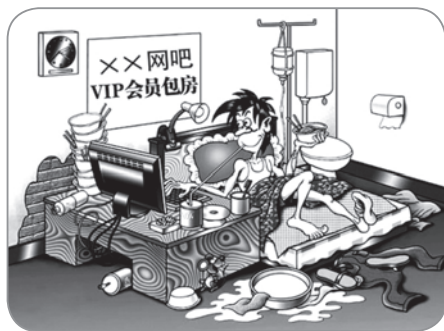
青少年容易患上网络成瘾症的原因，可以从以下几方面进行分析：

1. 形成网络成瘾症的客观原因

网络的推广和普及为网络成瘾症的形成提供了物质基础。

网络本身的特点决定了对青少年具有强大的吸引力。

青少年面临各种巨大的压力。



2. 形成网络成瘾症的主观原因

(1) 青少年所处的年龄阶段决定了其求知欲强、好奇心重、渴望理解和交友、寻求感情支持、希望摆脱成人的控制、获得更自由的成长空间的心理需求，当现实世界无法满足时，网络就给了青少年极大的便利。

(2) 当学业竞争压力过大、日常生活中遇到挫折、人际关系不和谐或者生活不顺利时，因为缺乏应对困境的能力以及相应的勇气和信心，青少年常将上网作为发泄、放松或逃避的方式，而越沉溺在网络上，实际遇到的困难越无法解决。这种恶性循环导致青少年对网络的依赖日益加重，最终发展为网络成瘾。

(3) 另外，有的青少年人生目标不明确、对学习缺乏兴趣，也是导致网络成瘾的重要因素。

二、网络成瘾症对青少年的危害

(1) 长时间上网会使青少年迷失于虚拟世界，自我封闭，与现实世界产生隔阂，不愿意和人面对面交往。这种情况一旦发生，必然会