

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

主编 戴兴华

四年级



河北出版传媒集团
河北科学技术出版社

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

(暑假安全作业)

主编 戴兴华



四年级

华文出版社
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. 四年级 / 戴兴华主编. -- 石家庄: 河北科学技术出版社, 2017. 5
ISBN 978 - 7 - 5375 - 8984 - 0

I. ①中… II. ①戴… III. ①公共安全 - 安全教育 - 小学 - 教学参考资料 IV. ①G624. 103

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 113000 号

Zhong - Xiao Xue Gonggong Anquan Jiaoyu Jiaqi Duben Sinianji

中小学公共安全教育假期读本. 四年级

戴兴华 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 6 月第 1 版
2017 年 6 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。



目 录



第一章 防溺水安全常识	
第一节 溺水事故概述	1
第二节 安全游泳莫逞能	6
第二章 学会保护自己	
第一节 劳动中的安全防护	8
第二节 动物可爱也要防	11
第三节 安全文明乘电梯	16
第四节 安全使用家用电器	19
第五节 野外滑冰太危险	23
第三章 正确使用网络	
第一节 正确对待网络游戏	26
第二节 警惕上网成瘾	28
第三节 网络侵害须防范	32
附录 I 假期安全知识问答	37
附录 II 致全国中小学生家长的一封信	43



第一章 防溺水安全常识

第一节 溺水事故概述

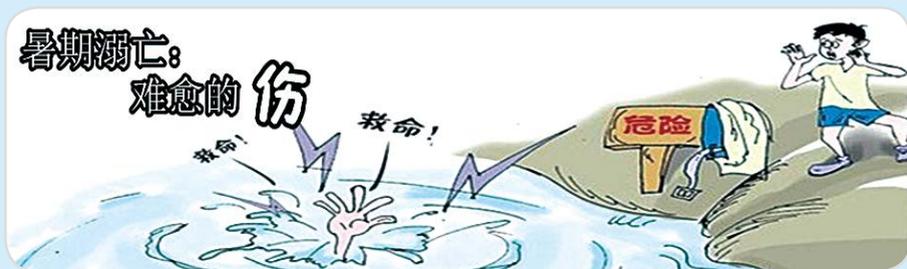


案例回放

2016年6月23日下午，湖北当阳市两河镇发生一起溺水事故：刚结束中考的6名学生在沮漳河河边玩耍时遇险，最终确认6人全部死亡。

2016年6月29日下午19时许，菏泽新天地公园冀鲁豫纪念馆东侧河面，发生一起溺水事件。两名中学生被消防战士、110民警、牡丹救援队救上岸后，随即被送往医院抢救。

2016年7月2日下午6点左右，在某地自行车主题公园的池塘内，有一名7岁男童溺水身亡。





安博智慧

一、认识溺水

溺水是较为常见的一种淹溺形式。淹溺是指人淹没于水或其他液态介质中并受到伤害的现象。溺水是指水充满呼吸道和肺泡引起缺氧窒息，最后导致呼吸停止和心脏停搏而死亡。依据溺水者肺及呼吸道进水情况，分为干性溺水和湿性溺水。

溺水后的症状多表现为：皮肤发绀；颜面浮肿；眼球结膜充血；口鼻充满血性泡沫或泥污；腹部膨隆；四肢厥冷；时有头、颈部损伤；神志丧失，呼吸停止，大动脉脉动及心音微弱或消失。



二、淹溺事故分析

2017年1月26日下午，邯郸市鸡泽县东柳村两个小孩外出未归。次日，被人发现在桥下冰窟里溺水身亡。

2017年1月31日，农历大年初四，邯郸市大名县金滩镇一名10岁女孩在回家路上经过卫河至天津的河道时，不幸溺水身亡。

2017年1月31日，邯郸市魏县野胡拐村3个小孩在洪湖社区后面排水沟处玩耍时，不慎落入水中，其中两个孩子溺水身亡。

2011年至2015年，江苏泰州共有1 395人因溺水而死亡。

2011年	2012年	2013年	2014年	2015年
252人	284人	284人	265人	310人

2010年至2015年期间重庆市溺水约1 237人，其中溺亡500余人。

.....

通过对诸多溺水事故案例的分析，我们发现我国各地中小学生的溺亡人数呈逐年上升趋势。每年5~8月是发生淹溺事故的集中时间段，



我国平均每年有近3万名儿童死于淹溺，其中很多事故都是在没有监护人的情况下发生的。教育部明确指出，“溺水是造成中小學生意外死亡的第一杀手”。因此，加强中小學生防溺水安全教育成为所有安全教育工作的重中之重！



你知道吗？

教育部发放了《致全国中小學生家长的一封信》，随后还启动了中小學生防溺水预警机制。

三、溺水的普遍特征

1. 季节及时间特征

每年8月汛期到来，降水较多，水位上涨，水流变化莫测，暗流汹涌，稍不注意就可能溺水。每年7、8两个月暑期到来，温度较高，学生陆续由学校放假回家，暑期溺水死亡人数明显增加。2月溺水死亡的人数最少，一是因为天气较冷、气温较低，二是因为寒假较短且大都忙于过节，闲散时间较少。

2. 年龄特征

低幼年龄段儿童、青少年是溺水的主要群体。其原因往往与监管不当有关。在全球，溺水发生率最高的是1~4岁的儿童，其次是5~9岁的儿童。据世卫组织统计，在西太平洋区域，5~14岁儿童溺水死亡率高于其他死因。

在我国，溺水是1~14岁儿童意外伤害死亡的主要原因。另外，15~24岁这个年龄段的青少年，自由度相对较大，会到一些河流、湖泊中游泳，也比较容易发生溺水事故。

3. 地域特征

溺水事故多发生在城镇、乡村无人监管的开放性水域，如河流、池塘、水库、沟坑等野外水域。



4. 溺水人员结构

以学龄期儿童、青少年为主，其次为务工人员、船员、渔民、病患、游泳爱好者等。“留守儿童”因管理的疏漏，发生的溺水事故有逐年增高的趋势。



你知道吗？

溺水者八成是“会水的”，尤其多发在游泳技能半生不熟的学生群体中。真正不会水的人因为恐惧很少下水。

5. 淹溺致亡比例

溺水者超过半数以上溺亡，溺水后生还概率较小，即使现场被幸运救上岸，死亡率也较高。

6. 溺亡原因

青少年儿童溺水事故多发生在学生自行结伴游玩的过程中，结伴下水游泳溺亡，失足落入水中溺亡，为救落水同伴致多人溺亡。淹溺致死的原因大多是安全意识淡薄、安全知识欠缺、自护自救与施救方法不当。

热情如火、五彩斑斓的夏天，常因溺亡事故而成为“多事之秋”。每年暑期，总有一个词深深刺痛我们的神经，那就是“溺亡”。根据每年儿童、青少年意外伤害事故统计，溺亡已经成为儿童、青少年生命的“第一杀手”。一个个年轻的生命戛然而止，让人叹息和痛心。尤其当



今社会大多数家庭都只有一个孩子，悲剧氛围显得尤为强烈。一幕幕悲剧让我们心有余悸。加强防溺水安全教育与管理，提高安全防范意识，让悲剧不再重演势在必行。



- (1) 上学、放学路上及节假日，没有父母或其他监护人陪同，不要下河游泳，也不邀请其他同学戏水玩耍。
- (2) 不到陌生水域（如沟塘、河溪等地方）游泳玩水。
- (3) 遇见他人溺水不贸然下水施救，要大声呼救及报警以帮助他人。



华姐视野

溺水事故频发，一次次向我们敲响了警钟。建议外出游泳一定要充分准备安全装备，以备不时之需。救援物品包括救援用的绳索、救生圈、救生衣及其他漂浮物（如汽车内胎、木板、泡沫塑料等）、照明设备、医疗装备等，也要学会就地取材，例如树枝、棍棒、绳索、衣物等。其效果要比徒手救援好得多。特别是游泳技术不熟练或不熟悉水性的救助者，最好携带救生圈、木板、绳索或小船等自我保护工具，以保障自身和他人安全。



第二节 安全游泳莫逞能



案例回放

8月的天气酷热难当，小王和弟弟来到游泳池消暑。小王喜欢跳水，尽管游泳池墙上醒目地书写着“禁止跳水”的红色警告，他却视而不见。只见他一个鱼跃跳入水中。由于事前他不知晓游泳池水深几米，下潜时头部重重地撞在了水池底部，当即感到脖子“咔嚓”响



了一下，脑子顿时一片空白。他被游泳池安全员救出水后，虽神志还算清楚，但头发蒙，上肢麻木。送到医院后，X线片显示：小王颈椎粉碎性骨折并伴有脱位。医生说：“如果颈椎不能正确、及时手术，随时可能发生高位截瘫。”



安博智慧

一、患病、身体不舒服不下水

我国有关标准规定，严禁肝炎、心脏病、皮肤癣疹（包括脚癣）、重症沙眼、急性结膜炎、中耳炎、肠道传染病、精神病等患者和酗酒者进入人工游泳池游泳。



你知道吗？

游泳池的水虽然消过毒，但未必能彻底杀死病菌，对于免疫力较差的人，较容易感染某些病症。每

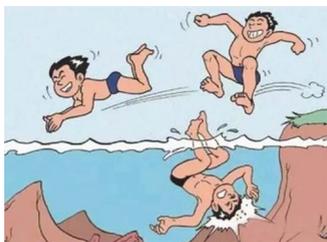




年6~8月急性结膜炎的发病率比平时高出几倍，主要就是在公共游泳池游泳被传染的。

二、不做危险动作

每年夏季，因不当跳水导致颈椎损伤的病例不少，主要原因是游泳者违反游泳池不准跳水的规定，擅自跳水，结果头部撞击池底，造成颈椎损伤，有的直接导致高位截瘫，造成终身残疾。



华姐视野

海中游泳要注意哪些



不要认为游泳圈是万无一失的，海水和烈日的侵蚀会使游泳圈的橡胶很快老化，塑料游泳圈则更容易破损。一旦漏气又远离岸边，很容易发生危险。



海边强烈的紫外线加上海水的盐分，使得平时不裸露的皮肤很容易被晒伤，因此，上岸后要尽量避免太阳照射。

有时会有小海蜇或者海蜇的残肢漂到岸边，不要好奇去捉它们，被蜇到会引起皮肤红肿。

如果你喜欢在海边将全身放在沙堆里做“沙晒”或是堆沙堡，那么要注意，沙滩上常见的猫、狗钩虫的幼虫会通过脚底、臀部及生殖器等部位进入人体，导致生病。



第二章 学会保护自己

第一节 劳动中的安全防护



案例回放

四年级小学生李某在家里帮助父母进行大扫除时，负责玻璃的清洁工作，由于防护失当，意外地从二层卧室跌落地面，造成右腿骨折，并有轻微脑震荡。虽然被及时地送到医院进行救治，但是身心均受到伤害。



安博智慧

同学们在家里帮助父母做家务时，应注意安全。

做饭、炒菜、烧开水时，要小心被烫伤或灼伤；要防止煤气泄漏、触电或火灾等事故的发生。

切菜时，千万别切着手指；刀具用后，应放在不易碰到的安全地方。

洗陶瓷类碗碟及玻璃器皿时，要防止滑落摔破，万一摔破了，拾捡时要小心，别划伤了手脚。





在家打扫卫生，刚用水擦过的地板比较滑，走动时要防滑、防摔。擦拭电源插座、开关和电器时，要先切断电源，千万不能用湿布抹。



不要独自清扫较高的地方，例如天花板、吊灯、衣柜顶层等；不要站在窗台上清除灰尘、擦拭玻璃。

去池塘或小溪边洗衣服时，小心别掉进水里；如用洗衣机，在洗衣机转动时不要把手伸进桶里，甩干操作时不打开洗衣机盖。



华姐视野

适量劳动可以使我们更快乐。美国哈佛大学历时40年研究得出结论：那些童年时参加过劳动，即使是简单的家务劳动的人，比那些小时候从不做事的人生活得快乐。

研究表明，童年时的活动与成年后的情况有着惊人的关系。那些童年劳动得分最高的人，成年后交友广泛的可能性高出10倍，获得高薪的可能性大4倍，失业的可能性少15倍。那些童年很少劳动或不劳动的人，犯罪的可能性较高，精神不健康的可能性较大。





华姐视野

参加适量劳动是大有好处的，但应注意以下几点：

明确目的。我们劳动的目的是培养自己的责任心、独立性、自尊心和自信心，因为这是情绪健康的基础。

及早开始。“帮助妈妈”的强烈愿望，几乎在孩子学步时就开始了。一个两岁的孩子可以把衣服送到洗衣间去。四五岁的孩子可以执行一个小的差事。7岁的孩子可以放餐具，履行家庭一员的职责。一位心理学家让他3岁的孩子洗金属餐具，这样到长大一点时，孩子就已经学会怎样做了。

要有现实的标准。虽然多数事情大人会比我们做得更好，但切记不要凡事依赖家长，这样只能削弱我们的自尊心。学会做一件事情的最好办法，是先向长辈学习，再和他们一起去做。

要力所能及。劳动是必要的，但不必做过多的劳动，因为过多过重的劳动会影响学习和健康。我们所做的劳动要在力所能及的范围内，这样也会体验到完成任务的成就感。





第二节 动物可爱也要防



案例回放

上四年级的小蓝最喜欢跟家里的拉布拉多犬花花玩，花花就是小蓝家里长大的，被训练得非常听话，小蓝把手放在它的嘴里花花都不会咬。一天，小蓝放学的路上，看到跟花花长得特别像的小狗，她特别兴奋，跑过去伸手要摸小狗的头，谁知，那狗却张嘴咬了小蓝的手。小蓝疼得哇哇直哭，幸好狗的主人及时赶到，将小蓝送到了医院。



安博智慧

一、如何与小狗相处

大部分孩子都喜欢小动物，见到可爱的小动物总喜欢摸摸它们的头，或是抱在怀里亲热。但是这样做非常容易让自己受到伤害，必须要懂得与小狗相处的常识。

不要去亲近不熟悉的狗，尤其是被拴住的、关在栅栏或是关在车里的小狗。

在狗没有注意到你的时候，不要去抚摸它。

当狗在睡觉、进食或照料幼崽时，不要打扰它。被狗追时，马上





蹲下捡起石头扔过去，如果周围没有石头，只是做捡石头的动作，也会把狗吓跑。绝对不要尖叫或逃跑。

对于陌生的小狗，在狗主人允许时才可以接近，用手轻柔地抚摸狗的下颌、耳侧。不要拽狗的尾巴，这样会令狗生气，从而向你发起攻击。

不要打骂、呵斥狗，狗的记忆力很好，它会记仇。



一旦被狗追赶，不要惊叫和奔跑，要保持静止不动，不要和狗对视，等到狗对你失去兴趣，再慢慢地后退离开。如果遇到狗攻击你，要将外套、背包或任何可以扔出去的东西“喂”给它。如果跌倒或者被扑倒在地面上，不要尖叫或翻滚，要尽量蜷起身体，并用双手捂住耳朵，保持静止。



你知道吗？

狂犬病是指人被狗、猫等动物咬伤而感染狂犬病毒所导致的急性传染病。它主要由患病的动物咬人而感染。人在发病时主要表现为兴奋、狂躁、呼吸困难和全身瘫痪直至死亡。

疯狗一般表现为两耳直立、眼红、流涎、狂叫乱跑，也有部分疯狗表现得很安静，但受惊扰后便狂叫不已，吐舌流涎。有的狗、猫虽然

