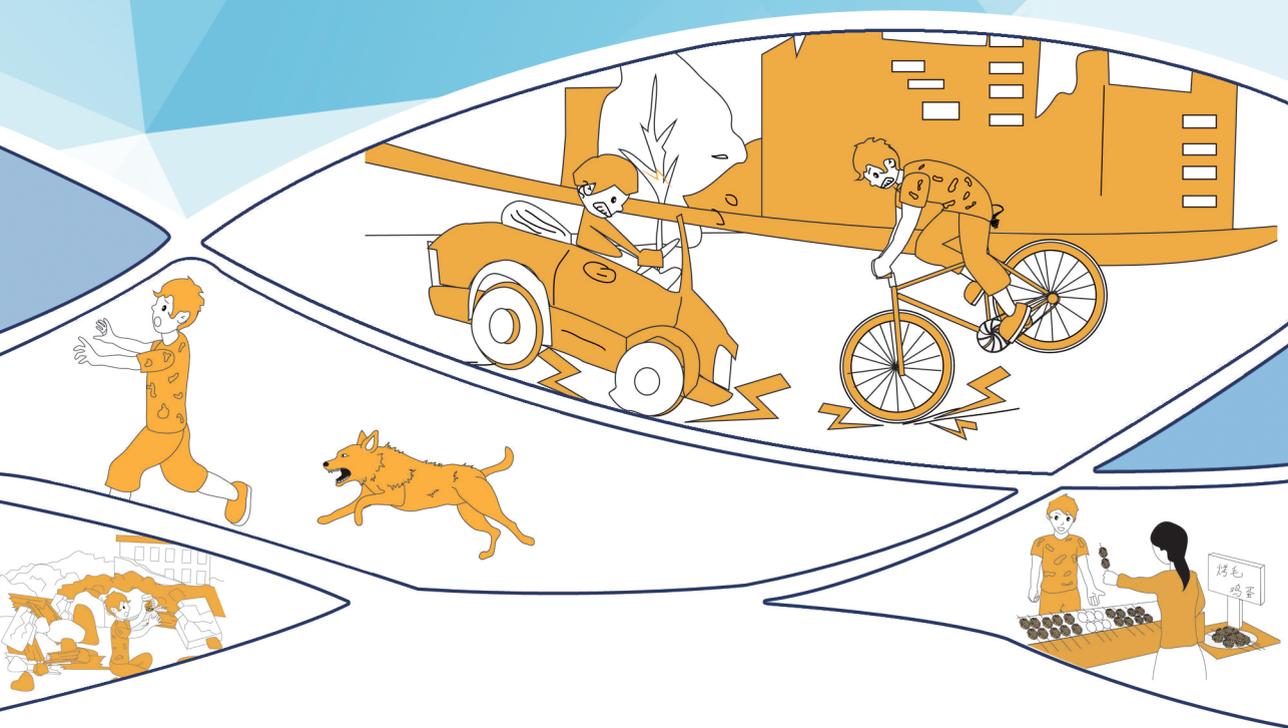


中小学生安全与保障教育

高中一年级

主编 毛振明



中国出版集团公司
华文出版社

中小學生安全與保障教育

高中一年級

主編 毛振明



中國出版集團公司
華文出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中小学生安全与保障教育·高中一年级 / 毛振明主编 ;
何卫国, 王敏分册主编. -- 北京: 华文出版社, 2016.7

ISBN 978-7-5075-4530-2

I . ①中… II . ①毛… ②何… ③王… III . ①安全教
育—高中—教材 IV . ① G634.201

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 125831 号

中小学生安全与保障教育·高中一年级

主 编 毛振明
责任编辑 刘超平
出版发行 华文出版社
社 址 北京市西城区广安门外大街 305 号 8 区 2 号楼
邮政编码 100055
网 址 <http://www.hwcbcs.com.cn>
电 话 总编室 010-58336210 责任编辑 010-58336222
发行部 010-58336267
经 销 新华书店
印 刷 北京瑞禾彩色印刷有限公司
开 本 787mm × 1092mm 1/16
印 张 7
字 数 60 千
版 次 2016 年 10 月第 1 版
印 次 2016 年 10 月第 1 次印刷
标准书号 ISBN 978-7-5075-4530-2
定 价 16.50 元

版权所有 侵权必究

中小學生安全與保障教育系列叢書

編寫委員會

主 編 毛振明

分冊主編 何衛國 王 敏

顧 問 丁立民 丁 鵬 王 宏 李素花

宋廣東 張吾龍

(按姓氏筆畫排列)

本冊統籌 王 冰 索玉華

編寫人員 王長權 王 冰 王 浩 馮 全

田玉章 成海龍 劉春艷 劉 聰

張裕裕 房子正 鍾建豐 周 唯

秦沛鑫 索玉華 徐 卿

(按姓氏筆畫排列)

前 言

中小學生是國家的未來、民族的希望，他們的安全不僅關乎億萬家庭的幸福，更是社會穩定與和諧的基礎。增強中小學生安全意識和預防及應對意外傷害的能力，保障中小學生安全地成長是教育的職責、國家的使命。

由於中小學生從小生活在父母和老師的百般呵護之中，生活經驗不足，缺乏預防及應對意外傷害與自然災害的基本常識和經驗，中小學生安全傷害事故的发生概率呈逐年上升趨勢。分析近年來發生在各地中小學的伤害事故，我們深感學生安全教育的缺位是造成事故發生的最重要原因。中小學生安全意識薄弱和安全防範能力欠缺的局面必須改變！

中小學安全教育工作一直是黨和國家高度重視的問題，在《國務院關於進一步加強安全生產工作的決定》中明確要求：“在大中專院校和中小學開設安全知識課程，提高青少年在道路交通、消防、城市燃氣等方面的識災和防災能力。”教育部也一直將學校安全工作擺在教育工作的首要位置，先後制定了《中小學校崗位安全工作指南》《中小學公共安全教育指導綱要》《中小學幼兒園安全管理辦法》等一系列政策措施，督促學校開展安全教育工作，提高學校、學生對安全的重視程度。

中國安全生產協會中小學生安全教育工作委員會聯合多家專業部門，在遵循教育部頒布的綱要性指導文件的基礎上，共同組織編寫了這套《中小學生安全與保障教育》系列叢書。該叢書共12冊，以預防及減少學生安全事件的发生為目標，遵循學生的生活軌跡，從交通安全、家庭安全、公共安全、衛生安全、校園安全、自然安全、運動安全及社會安全八個角度，分冊總結了小學、初中、高中不同年齡段學生可能涉及的安全問題及應對方法。

為多层次多角度地保障學生安全，中國安全生產協會中小學安全教育

工作委员会配套丛书设立了安全教育线上教学与评价中心，建立了科学专业的师资培训体系。同时，坚持教育与保障并举，全面系统地打造学生安全及保障体系。

值此系列丛书出版之际，我们衷心地感谢中国保险行业协会学校教育部及北京市海淀区教育委员会对本丛书编撰工作的大力支持。

如果把各类安全隐患比作同学们成长过程中的一道道关卡，那么《中小学生安全与保障教育》就是一部有效的“通关攻略”——从家中到学校，从室内到户外，从现实到网络……希望同学们能够通过该丛书学安全、懂安全，真正从心里认识到“安全”的重要。

目 录

contents

第一章 骑行安全	1
第一节 安全导读	2
自行车安全检查	2
第二节 安全案例	3
“死飞”上路属违规	3
刹车不当易摔伤	4
撑伞骑行欠平衡	7
骑车并行隐患多	8
第二章 触 电	11
第一节 安全导读	12
人体触电的方式	12
影响触电伤亡的因素	13
第二节 安全案例	15
购买电器认 3C	15
跨步电压要了解	17
触电急救抢分秒	19

第三章	溺水	22
第一节	安全导读	23
	什么是溺水	23
	溺水相关的危险因素	23
	溺水致死的原因	24
第二节	安全案例	25
	车辆落水巧逃生	25
	泳前热身不可少	27
	公开水域要警惕	29
	落水施救有方法	30
第四章	传染病预防	34
第一节	安全导读	35
	什么是病毒性传染病	35
	病毒性传染病的常见种类	36
第二节	常见的病毒性传染病	37
	预防艾滋有途径	37
	猫狗咬伤急处理	39
	禽流感疫情须预防	41
	接种疫苗防乙肝	43

第五章	学校火灾	47
第一节	安全导读	48
	学校火灾的原因	48
	火灾致死的原因	48
第二节	安全案例	49
	规范实验保安全	49
	储存试剂有规范	51
	私拉电线不可行	52
	灭火方式有区别	53
第六章	地震	58
第一节	安全导读	59
	什么是地震	59
	中国地震带的分布区	59
	地震的危害	60
	地震发生时人们常犯的五种错误	60
第二节	安全案例	61
	应急包须勤检查	61
	地震三角避危险	63
	地震埋压须镇静	65
	震后饮水需注意	67

第七章	性侵害	70
第一节	安全导读	71
	性侵害的相关概念	71
	性侵害的主要形式	72
第二节	安全案例	73
	打车不慎危险近	73
	电梯色狼要提防	76
	校园性侵须提防	78
	娱乐有度保安全	79
第八章	骨折与固定	83
第一节	安全导读	84
	什么是骨折	84
	骨折的种类	84
	导致骨折的原因	85
第二节	安全案例	86
	前臂骨折巧应对	86
	小腿骨折有方法	89
	肋骨骨折学固定	91
	颈椎骨折要重视	92
	保障安全之我见	96

第一章 骑行安全

自行车骑行安全是我们一直谈论的话题，无论是平时上学还是节假日出游，越来越多的学生选择用自行车作为代步工具。因此，自行车骑行安全应引起同学们的广泛关注。本章将对高中生骑行过程中易犯的错误进行分析，让大家了解骑行中的安全隐患，掌握骑行安全规范，更安全地使用自行车。



第一节 安全导读

自行车安全检查

自行车引发的交通事故，除了因骑行者不遵守交通规则或骑行规范外，另一个直接原因就是自行车出现故障，而大多数自行车故障在骑行之前就已经出现。所以，出门前检查自行车的安全状况，应该是每位骑行者必须做的一件事。

1. 检查制动系统。

合格的自行车必须拥有两套制动系统，即前轮刹车和后轮刹车。出行前检查制动系统能保证骑行者在骑行时顺利地按照自己的意愿来控制车辆。

2. 检查车轮是否牢固。

车轮牢固地固定于车架之上，骑行才能顺畅安全。出行前，检查车轮固定螺丝或“快拆”是十分必要的。

3. 检查车座、车把牢固程度。

骑行过程中，车座、车把的螺丝若有松动，很有可能使车辆的方向控制出现问题，容易导致摔倒等意外的发生，因而出行前检查这两个部位的安全性是很有必要的。

4. 检查自行车的车铃是否有效。

我国《道路交通安全法》规定，合格的自行车必须具备车铃。车铃在骑行过程中可以起到提醒其他路人避让的作用，从而有效地减少自行车交通事故的发生。所以出行前，检查自行车的车铃是否有效也是必不可少的。

第二节 安全案例

🗨️ “死飞”上路属违规

仔细观察图 1，在公路上骑“死飞”自行车有什么危险？



图 1



安全隐患

“死飞”自行车属于表演用车，此类自行车的飞轮是固定死的，人踩轮转，人停车停。“死飞”自行车没有变速和制动装置，刹车靠脚踏来控制飞轮的运行。我国《道路交通安全法》明确规定非机动车辆必须符合国家非机动车安全技术标准，该标准规定自行车必须有两套制动系统，而“死飞”不符合这一规定。所以，骑“死飞”上公路，首先违反了《道路交通安全法》的规定，另外骑行过程中一旦遇上紧急状况，很有可能因失控而引发交通事故。

安全规范

1. 学习“死飞”自行车骑行技术前必须首先掌握车辆制动技术。
2. 练习“死飞”自行车骑行技术应该选择空旷、平坦、无车的场地。
3. 骑行时应遵守我国《非机动车安全技术标准》的规定，选择装有两个制动系统的自行车。

案例呈现

2013年9月14日晚8时许，深圳市某高中的一名高二学生陈某将“死飞”误骑入了机动车道，在避让一辆机动车时，由于“死飞”刹车不及时，导致其与车辆刚蹭后卷入车轮下，身受重伤。

刹车不当易摔伤

仔细观察图2，骑行时，过猛使用前轮刹车有什么危险？



图 2

安全隐患

自行车骑行过程中，我们不可避免地要使用到制动装置，符合安全标准的自行车都具备前刹车及后刹车两套制动装置，但在骑行中遇到紧急情况需要急刹车时，过分地依赖前刹车或者后刹车，很有可能造成以下危险情况。

1. 突然捏紧前刹车，身体重心前移过快，后轮抬起，骑行者可能会被向前抛出，造成摔伤；（图3）

2. 仅仅捏紧后刹车，可能引起后轮侧滑，若车辆控制不好会导致摔伤，甚至可能引发交通事故；（图3）

3. 仅仅使用后刹车，制动距离相对较长，可能会导致刹车效果不明显，造成意外事故的发生。

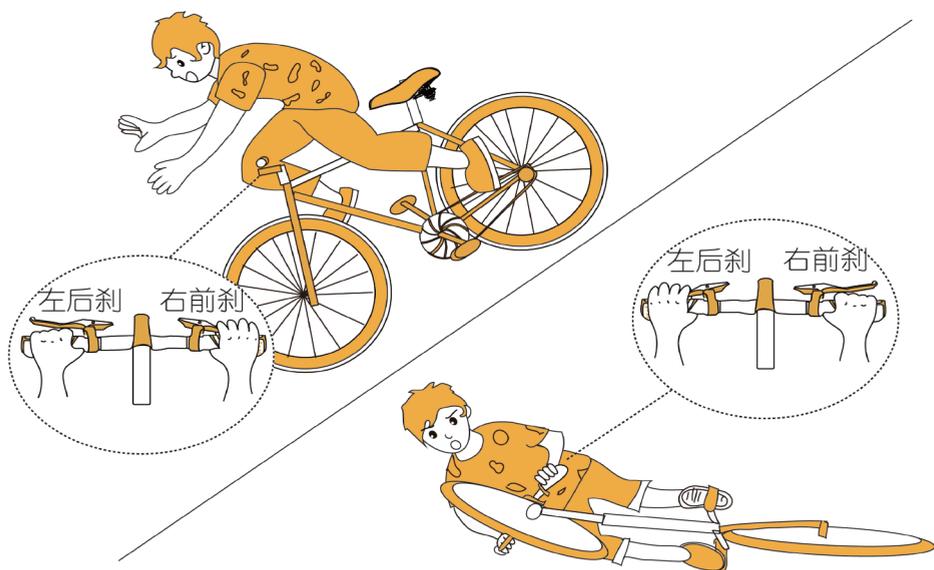


图3

安全规范

1. 在公路骑行时，应该避免车速过快，禁止在公路上追逐、飙车。
2. 雨雪天气骑行时，避免刹车力度过大，防止侧滑现象的发生。
3. 遇到突发情况需要紧急刹车时，应同时使用前后刹车并控制身体重心不要过于前移，前刹车力度应略大于后刹车力度，这样就能避免由于突然刹车造成翻车、侧滑等意外情况。（图 4）

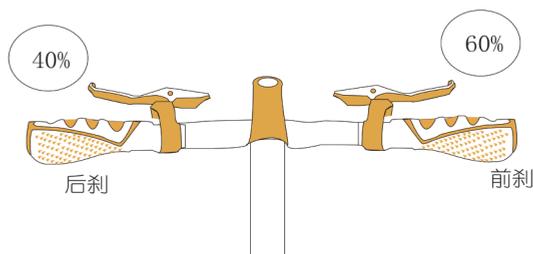


图 4

4. 骑行至拐弯处应提前减速，避免在自行车拐弯时紧急刹车，导致车辆侧滑入路中央与机动车相撞。

案例呈现

2012年7月，陕西省西安市的中学生刘某在放学回家途中，与同学在公路上骑自行车飙车，行至一路口转弯时，为了躲避一名骑车老人，慌乱中将前刹车和后刹车全部捏死，导致车辆失控，向路中央滑去，撞到路中央隔离带上，造成肩部骨折。而机动车道两辆正常行驶的车辆在避让刘某的过程中也发生严重碰撞。

撑伞骑行欠平衡

仔细观察图 5，下雨天打伞骑行有什么危险？



图 5



安全隐患

1. 骑行过程中打伞，伞会像船帆一样产生比较大的风阻，有汽车从身旁快速驶过时，强大的气流很容易影响骑车人的稳定性。
2. 单手扶车把很难做到既握紧雨伞又掌控好自行车的方向，所以，雨天撑伞骑行很可能会因用力失衡而导致自行车偏离预定方向，甚至与其他车辆发生碰撞，致使人和车直接摔倒。
3. 骑行过程中撑伞，容易因遮挡视线，而与前方行人或车辆发生碰撞，引发交通事故。