

依据国务院颁布的《中小学公共安全教育指导纲要》编写



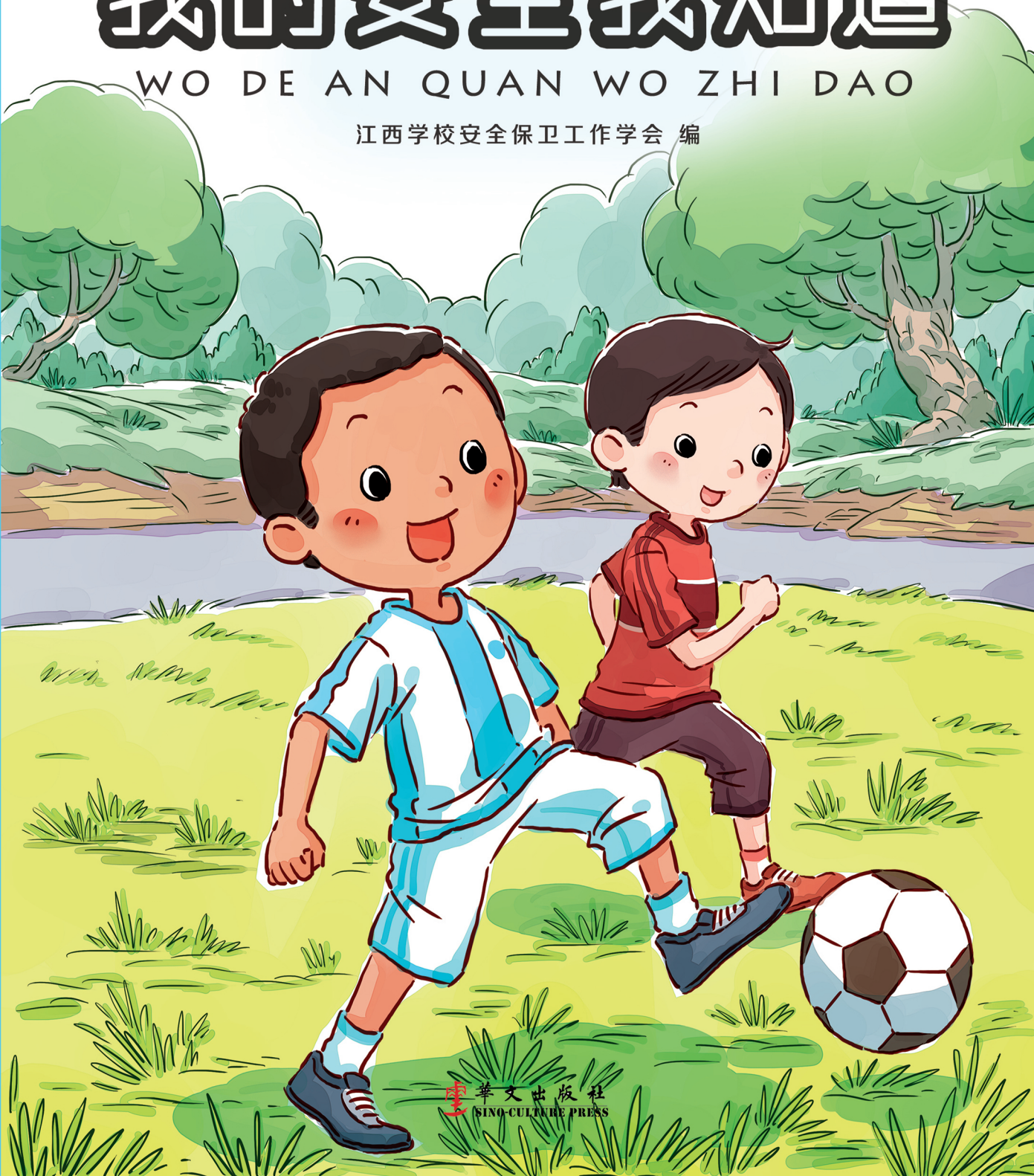
中小学生学习安全教育读本

(七年级适用)

# 我的安全我知道

WO DE AN QUAN WO ZHI DAO

江西学校安全保卫工作学会 编



中华出版社  
SINO-CULTURE PRESS

中小学生安全教育读本



# 我的安全我知道

WO DE AN QUAN WO ZHI DAO

(七年级适用)

江西学校安全保卫工作学会 编

 華文出版社  
SINO-CULTURE PRESS

图书在版编目(CIP)数据

我的安全我知道. 七年级适用 / 江西学校安全保卫

工作学会编. — 北京: 华文出版社, 2015.6

ISBN 978-7-5075-4298-1

I. ①我… II. ①江… III. ①安全教育 - 初中 - 课外  
读物 IV. ①G634.203

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第135802号

中小学生安全教育读本：我的安全我知道（七年级）

江西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](mailto:sinoculturepress@yahoo.com)

江西千叶彩印有限公司印刷

787毫米×1092毫米 16开本 6印张

2015年8月第1版 2015年8月第1次印刷

**ISBN 978-7-5075-4298-1**

**定价：16.80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，养成正确应对在日常生活中突发安全事件的习惯，最大限度地预防安全事故发生和减少安全事件对中小学生造成的伤害，保障中小学生健康成长。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大部分，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，将课堂教育与实践相结合，将学校教育与家庭、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 2013 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》要求按年级段编写学生安全教育读本是一项全新的工作，因此编写难免有不足之处，恳请广大师生及社会各界提出宝贵意见以利于日后修改，不断完善。

《我的安全我知道》编写组

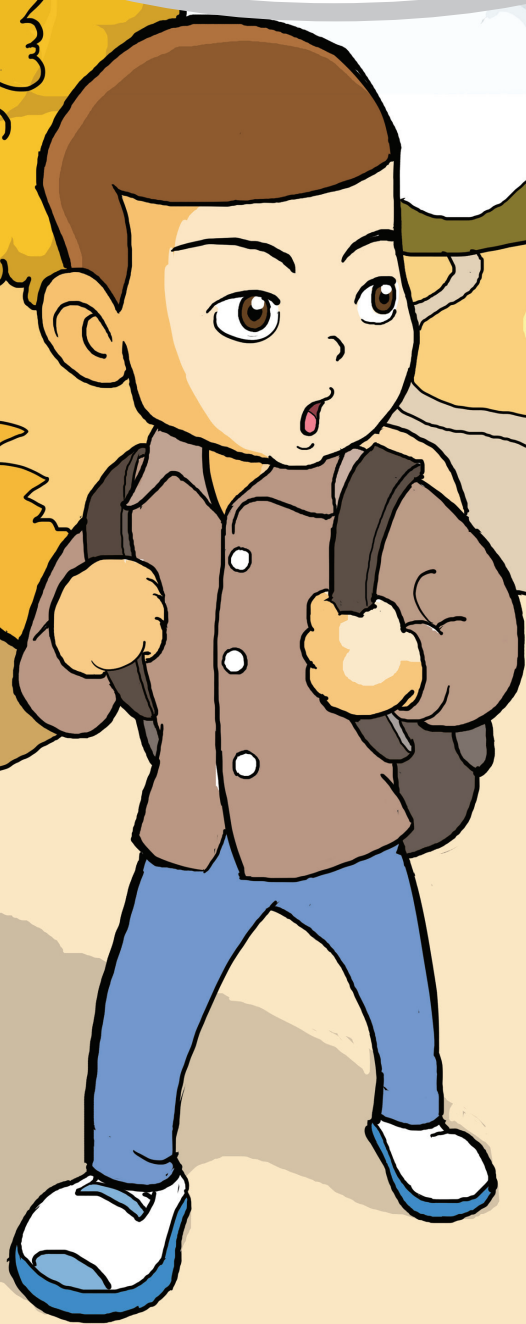
2015 年 6 月

# 目 录

- 第一章 社会和校园安全\1
- 第二章 饮食卫生和疾病预防\20
- 第三章 运动安全和意外伤害\41
- 第四章 心理健康与安全\57
- 第五章 火灾预防及逃生常识\71
- 第六章 地震常识及避震逃生\79

我的安全我知道

第一章  
社会和校园安全



# 1 出门远行应注意哪些常识

马上就是国庆了。因为平时上课比较忙，父母答应小强国庆期间他可以出外游玩几天，但必须是几个同学结伴一起去。小强是既高兴又紧张，他很快就约好了几个伙伴。可是接下来该为旅行准备什么，他觉得很茫然；出门在外万一遇到什么事该怎么办，他心里也没有底……



近年来，越来越多的同学喜欢“脱离”父母，利用节假日出门旅游、远行。从成长的角度来说，这很有利，因为可以锻炼意志、品质和能力；但是，必须时时注意安全，否则好事很容易变成坏事。

那么远离父母出门旅行，要特别注意哪些事项呢？

1. 出行期间，必须随时保持与家人或老师的联系。首先要将自己的行程、路线和目的地讲清楚。每到一处，就要及时给家里打电话或发邮件，让家人、老师或朋友知道你身在何处，不要让他们担心，万一发生什么意外也可以及时联系或找寻。

2. 结伴旅行相互照应。几个伙伴一起旅行，一方面可以解除旅途的寂寞、无聊，另一方面可以相互照顾、帮助，遇到事情也可以一起商量。

3. 出门在外不要显露自己身上带的钱物。有的同学出门防范意识不强，随意在人前摆弄贵重物品，或者向人炫耀自己有钱。这样很容易被坏人盯上，贵重物品和钱财很容易失窃，有时甚至还有被绑架的危险。

4. 不要轻易透露自己的旅行路线和自己的家庭住址，防止被人尾随。正确的做法是：对别人说你是回家，别给对方造成你是“外乡人”的感觉，避免引起别人的注意。

5. 不要随便交朋友。有的同学喜欢找“伴”，喜欢摆出非常慷慨大方的姿态，与陌生人吃喝，结果将自己的底细全部泄露给了对方。万一对方是坏人，你可就危险了。现在社会上有些坏人专门在食品、饮料中下麻醉药，请你吃喝，当你被麻醉后乘机对你进行侵害。钱财丢失是小事，有些同学（特别是女同学）的身体都会受到伤害。

6. 不要独自到偏僻、险峻的地方去。有的同学喜欢追求刺激，觉得越险的地方越有挑战性，

自己去了就证明自己有胆量和能力。但是，这样很容易导致摔伤、迷路，也有可能遇上毒虫猛兽，或者遭到坏人暗算。

7. 不要与人争吵惹事。因为一点点小事就与人争吵，甚至动起手来，这是鲁莽、冲动的表现。遇到矛盾时，应及时请有关部门的工作人员帮助化解，不要激化矛盾，以免酿成意外。

同学们，出门旅行，任何时候安全都是第一位的，只有在保证安全的前提下，我们才可以享受旅行的快乐，家人才会安心。

## 2 课间不搞恶作剧

一天下午放学，初一（2）班的张诚在路上发现了一条死蛇，于是晚自习时就将死蛇带到了学校。课间休息时，他瞅见前排的女同学正聚精会神地看书，就猛地把死蛇放在了女同学的手臂上。



女同学抬头一看，吓得大声尖叫着往教室外跑去，途中还被课桌绊了一跤，同学们将她扶了起来。后来女同学一直没有回教室，学校、家里到处寻找，终于把女同学找了回来，可是女同学因为过度惊吓患了心因性精神障碍。

再来看一幕悲剧。一天晚自习下课时，同学们急急忙忙地收拾东西准备离去，突然一个男同学大喊一声“地震了”。原本就很拥挤的楼梯顿时乱作一团，同

学们你拥我挤，竟然将楼梯的护栏挤得严重变形，一些同学从楼梯上摔了下去，而后面的同学还在继续往前挤，导致摔在地上的同学遭到严重的踩踏。那位男同学开玩笑的一句“地震了”，酿成了一幕惨剧。

同学们，善意的玩笑无伤大雅，适当开开可以调节气氛，还能融洽同学之间的感情。但是一定要注意适度原则。玩笑一旦超过了度，就会影响感情。比如被开玩笑的人觉得尴尬、沮丧甚至愤怒；也可能无意中给别人造成伤害，甚至导致死亡。那么哪些属于善意的玩笑，哪些又是恶作剧呢？



一个玩笑通常由三部分组成：开玩笑的人、玩笑的对象以及玩笑的内容。因此，要控制好玩笑的度，就要掌握以下几个要点：

1. 选择玩笑的对象。那些爱开玩笑、善于开玩笑的人，也是善于察言观色的人，能够清楚地了解哪些人、哪些事可以开玩笑，开玩笑可以开到哪种程度。如果不加选择地随意开玩笑，很容易引起别人的反感。

2. 选择玩笑的内容。不同人对同一个玩笑的反应不一样，同一个人对不同玩笑的反应也不一样。每个人都有自己的原则和底线，跨越了他人能够接受的底线，就会带来不好的后果。

3. 确定玩笑的目的。善意的玩笑是为了融洽同学之间的感情、缓和紧张的气氛，同时不会伤害他人的自尊。因此，不要随便拿对方的生理缺陷开玩笑，不能开下流、不健康的玩笑，也不能开过度的玩笑。比如前面的张诚，拿蛇吓女同学，就明显过度了。

4. 能够将玩笑升华。玩笑的最高境界是幽默，因此在开别人玩笑的同时，也能调侃自己、幽默自己，这样，别的同学才不会介意。

最后再提醒同学们，如果不小心开玩笑过度了，就得想办法弥补。可以从以下三方面入手：

1. 真诚地道歉。你真诚的道歉相信可以得到对方的谅解。

2. 反省自己。如果玩笑过度，很可能是你没有选对玩笑的对象，或玩笑的内容不好、目的不对。

3. 主动开自己的玩笑。喜欢拿自己开涮，别人就知道你开玩笑没有恶意，这样偶尔玩笑过分，别人也不会太在意。

## 3 校园生活要注意防盗

家里给莫飞买了一辆崭新的自行车，每天莫飞都把自行车擦得锃亮，然后骑着去上学。一天放学后，莫飞习惯性地去取自行车，却发现自行车已经不翼而飞。

同学们，在校园中学习、生活，也要时时防盗，校内人员虽然比较单一，但是很多不法分子会通过各种途径进入校园作案。在校内住宿的同学就更应该小心了。这里给同学们介绍一下校园盗窃案件的特点、行窃方式，最后跟同学们探讨一下该如何防盗。

### 一、校园盗窃案件的特点

1. 时间上的选择性：不法分子往往选择无人的空隙时间实施盗窃。例如上课、下班、节假日和夜间等。

2. 目标上的准确性：不法分子通常对校园情况十分熟悉，或事先踩过点。哪个学生、老师有钱或贵重物品，常放在什么地方，有没有锁在抽屉中或柜子里，钥匙放在何处，作案人都基本了解，因此，作起案来常常容易得手。

3. 技术上的智能性：校园盗窃案件的作案者，一般以社会上无业人员、外来流动人员为多，他们观察力很强，作案手段也比较先进。



钩走原本放在桌上、床上的衣物。

4. 翻窗入室：翻越窗户、气窗等进入宿舍行窃，窃得钱物后，又堂而皇之地从大门离去。

5. 撬门扭锁：使用各种工具撬开门锁入室行窃。

### 三、防盗的基本方法

防盗的基本方法有人防、物防和技防三种，而人防又是预防和制止盗窃犯罪最可靠的方法。人防首先是自防，中学生自我防范意识比较差，没有多少防范经验，很多不法分子就是利用了同学们防范意识差和麻痹大意的弱点而得手。物防，主要指通过锁、栅栏、围墙、链条等物件来防范盗贼，这也是一种应用最为广泛的基础防护措施。而技术防范则是指通过各种技术手段即时发现入侵和盗窃，比如摄像头等。技术防范能够替代人员守护且不会疲劳和懈怠，同时更加隐蔽可靠。校园防盗，对于同学们来说，最主要的是做好宿舍的防盗工作，保护自己的财物。要注意做到以下几点：

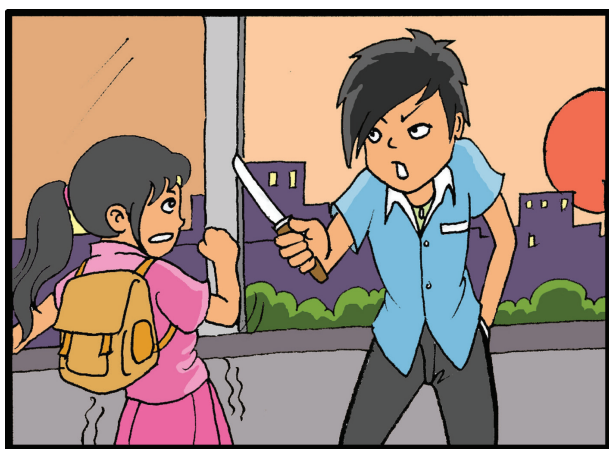
1. 最后离开教室或宿舍的同学，要关好窗户锁好门，千万不要怕麻烦。同学们一定要养成随手关灯、随手关窗、随手锁门的习惯，以防不法分子乘隙而入。

2. 不留宿外来人员。学生之间不能只讲义气、不讲纪律。如果违反学校宿舍管理规定，随便留宿不知底细的人，很容易为人所侵，给财产甚至人身造成严重威胁。

3. 发现形迹可疑的人后应提高警惕、多加注意。作案人到办公室和宿舍行窃时，往往会打着某种借口并趁机观察形势，一旦发现管理松懈，便会伺机行事。遇到这种情况，同学们应主动上前询问，并请他出示相关证件，交由值班人员记录。如果来人神色慌张或左右支吾、闪烁其词，可一方面派人与他交谈，另一方面通知学校保卫部门尽快来人做调查处理。

4. 要安排好宿舍的安全巡视，协助学校保卫部门做好安全防范工作。
5. 注意保管好自己的钥匙、钱财及其他贵重物品。

## 4 什么是性伤害



随着年龄的增大，同学们都陆续进入了青春期。青春期的性安全一直是学校、家庭及同学们特别关心的。每年，无论是国内还是国外，都会发生很多起针对青少年的性伤害事件，给受害者造成巨大的伤害。

性伤害，简单地说，就是指包括一系列违犯本人意愿的性接触、性骚扰、性暴力，并给本人带来身心不良后果的行为的总称。这里简单给同学们介绍一下性伤害

的各种类型，以及校园有哪些主要的性伤害形式，希望同学们能提高警惕，有意识地保护自己。

1. 性接触。包括身体性接触和非身体性接触。身体接触是指令人感到不舒服的身体碰触，包括性调戏、亲吻、爱抚身体、抚摸生殖器、性交等。非身体接触包括言词挑逗、举动淫荡、裸露身体、向受害者散发或贩卖色情物品、强迫受害者观看淫秽或色情图片、利用受害者从事色情活动等。

2. 性骚扰。性骚扰是指以性欲为出发点的骚扰，以未被允许的带性暗示的言语或动作针对被骚扰对象，引起对方不悦的行为。性骚扰有多种形式，大致分为言语性和非言语性两大类。言语性性骚扰又可以分为：1) 嘲笑别人，模仿别人的口音，向别人调情；2) 传播谣言、猥亵电话、电子邮件或猥亵信；3) 反复、不受欢迎地邀请对方；4) 开侮辱性的玩笑；5) 反复追问关于个人生活的问题；6) 给异性起带有性意味的绰号；7) 对别人进行侮辱或诋毁；8) 下流电话等。非言语性性骚扰又包括：1) 带有煽情性的建议；2) 带有性暗示的动作；3) 侵犯他人个人空间；4) 没有必要的身体接触，比如没有理由地倚靠别人身体、擦过别人的身体、强行亲吻拥抱等。

3. 强奸。强奸是一种性暴力行为，大部分受害者是妇女和女孩。美国 20 世纪 90 年代曾经有一项抽样调查，数据显示，女性受害者占 94%，男性占 6%。强奸受害者的年龄在 11 岁以下的占 18%，12～17 岁的占 28%，18～35 岁的占 45%，36～54 岁占 8%，55 岁以上的占 1%。从肇事

者与被害者的关系看, 陌生人占 33%, 照料者或亲属占 24%, 认识的占 31%, 非常熟悉的占 12%。从案发地点看, 室内占 79% (其中 30% 发生在受害者家里), 户外占 21% (其中 11% 发生在汽车内)。

那么校园中性伤害又主要有哪些形式呢?

1. 暴力式伤害。主要是指采取暴力手段, 有的还携带凶器进行威胁, 对女同学进行性侵害。犯罪分子有社会上的坏人, 也有校园的内部成员。有的是以强奸为目的, 混入女生宿舍或校园内偏僻处伺机作案; 也有的本以抢劫、盗窃为目的, 见有机可乘或因受害人处置不当而发展为强奸犯罪。

2. 流氓滋扰式伤害。主要是指社会上的流氓结伙闯入校园, 寻衅滋事。他们或用下流语言调戏, 推拉撞摸占便宜; 或在夜间或偏僻处直接进行严重的性伤害。

3. 胁迫式伤害。某些人利用各种原因, 抓住受害人的个人隐私或心理, 进行要挟、胁迫。

4. 社交性强奸。这种犯罪行为的施害人多是受害人的相识者, 他们利用有利的机会进行犯罪, 受害人身心受到伤害后, 往往还出于各种顾虑不敢揭发。

这里给同学们介绍了性伤害的主要形式和种类, 希望同学们能认真对待, 加以防范。但是, 同学们也不要过于紧张, 草木皆兵, 而仍应该把主要精力放在学习上。毕竟现在的家庭、学校还是有很多防范措施, 基本的人身安全还是有保障的。

## 5 女学生夜间行路安全须知

上完晚自习, 晓娟独自回家。转到一个巷子时, 突然从黑暗处冲出一个男人抱住了她。晓娟吓坏了, 她拼命挣扎, 同时声嘶力竭地喊救命。晓娟的喊声惊动了巷子的居民, 一些人跑了出来。那个男子想逃跑, 巷子里的居民奋力抓住了他, 并把他扭送到了派出所。晓娟这次只是受到了一些惊吓。

由于学校离家很近, 加上路又比较熟, 很多女同学在上完晚自习后选择独自回家。但是, 一些不法分子正是利用女同学的这



种心理，选择在夜间偏僻处作案。女同学夜间独自行路比较危险，不仅仅是钱财容易被抢，身体有时也会受到严重伤害。因此，女同学在夜间行路时，一定要遵循以下常识。

1. 尽量和同学们结伴而行，或者让家人接送，不要单独行走。俗话说，人多力量大，几个同学在一起，不法分子一般不敢轻举妄动。

2. 保持警惕。如果你在校园内行走，最好走灯光明亮、往来行人较多的大道，对于路边的阴暗处要有戒备。如果走校外的陌生道路，要选择有路灯和行人较多的路线。

3. 遇到陌生男人问路，可以指点给他们看，但千万不要带路；如果自己向陌生男人问路，也可以要他们指点给你路线，而不能要他们带路。

4. 不要穿过分暴露的衣衫和裙子，防止产生性诱惑；不要穿行动不便的高跟鞋。

5. 不要搭乘陌生人的机动车、人力车或自行车，防止落入不法分子的圈套；在路上也不要接受别人的礼物，特别是食物、饮料等。

6. 遇到不怀好意的男人挑逗时，要及时斥责，表现出自己应有的自信与刚强；如果碰上坏人，首先要高声呼救，如果四周无人，千万不要惊慌失措，而要保持冷静，利用随身携带的物品，或就地取材进行自卫、反抗，还可采用周旋、拖延时间的办法等待救援。

7. 一旦不幸遭受侵害，不要丧失信心，要振作精神，鼓起勇气同犯罪分子作斗争。要尽量记住犯罪分子的外貌特征，如面貌、体型、语言、服饰以及特殊标记等等。要及时向公安机关报告，并提供证据和线索，协助公安保卫部门侦查破案。

### 小思考



#### 为什么校园夏季性侵害案件多

有记者对数百起性犯罪进行了研究，发现夏季是性犯罪的高峰期。另外，在一天当中，晚上 11 点又是犯罪次数最多的。

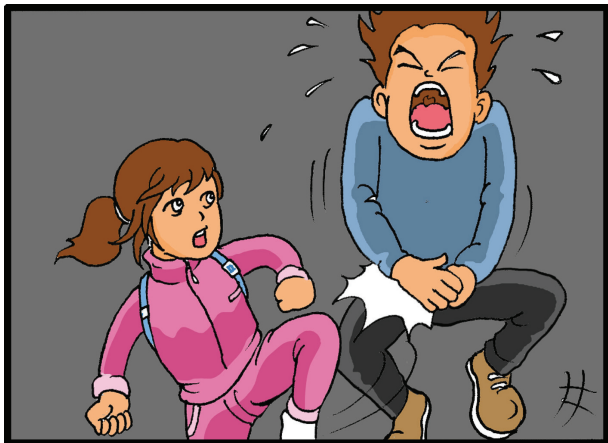
同学们，你们能思考一下这是为什么吗？

有专家认为，校园夏季性侵害案件多，主要是由于夏季为性侵害犯罪提供了较为有利的气候条件和客观环境。例如夏天炎热，女生夜生活时间延长，外出机会增多；夏季不似冬天寒冷，容易找到作案场所；夏季校园绿树成荫，罪犯作案后容易藏身或逃脱。此外，夏季气候炎热，女生衣着单薄，裸露部分较多，对异性刺激增多也是一个因素。

了解了性侵害案件的时间规律，同学们应该怎么做呢？

## 6 女同学要具备哪些防范能力

据有关部门统计,大部分性犯罪,都是因为女孩子丧失警惕和自我保护能力,同时家庭对女孩缺乏教育和保护所致。因此,树立安全意识,提高防范能力,就能很大程度上避免自己受伤害。



预防性犯罪,女同学应具备哪些防范能力呢?大致来说包括以下几方面:

1. 超前的防范意识。女同学们就如含苞欲放的花蕾,加上体力有限,社会经验较少,最容易成为色狼攻击的对象。因此,必须有强烈的自我防卫意识,不要轻信陌生人的许诺;对熟悉的男性也应保持交往距离,掌握活动的合适地点和方式。

例如,女同学去男教师办公室或宿舍,应该将屋门打开半边,或是几个同学结伴

去。女同学不要穿过于暴露身体的衣着,大部分中学都有校服,穿校服是对自己最好的保护。少女身体的任何部位,是不能允许男性随便亲近和抚摸的。一般来说,中学女生都不适合与一位异性单独相处,有老师和家长监护的小组和集体活动比较安全。因此,最根本的预防措施是,使自己置身于受保护的环境中,避免与陌生男子单独接触,不脱离家庭、学校和社会的保护,就不致造成不幸事件的发生。

2. 冷静的分析能力。如果你的同学、朋友中有特别爱谈性的,就要有意识地疏远他。带到家中的女伴,如果爱交往男友,那么最好不要跟她继续交往。陌生男人问路并请你带路,千万不要去;陌生男人敲门,无论什么急事、好事,不要开门,请他等大人回来再说。碰到大献殷勤的男人,请你喝饮料、吸烟,那就更应该远离他们。

3. 灵敏的反应能力。如果在路上发现有男人追踪,这时一定要保持冷静,你的惊慌失措往往会激起他们的欲望。你一方面要假装若无其事,巧妙地跟他们周旋;同时要积极寻找保护,比如跑到人多的地方去,或给家人、朋友等打电话,还可以拉住路人假装跟他们认识;也可以拨打110报警。

4. 顽强的忍耐能力。要想达到自我保护和防卫成功,还必须得具备顽强的忍耐能力,绝不能由于肉体、精神受到伤害而失去反抗的信心。如果女孩子具有极强的忍受严重伤害和痛苦的能力,就会给犯罪人精神上造成巨大压力、行为上造成诸多障碍,使犯罪目的难以得逞。万一遇到坏人,就要立即报案。

5. 顽强的防卫能力。呼救是所有女孩子都会做的,万一被歹徒侵犯,你就要放开喉咙尖叫,

一是表示反抗，二是呼吁救助。在尖叫的同时，还应不忘反击歹徒，你的头、肩、肘、手、胯、膝、脚等都可以成为攻击的武器。要设法击中歹徒的身体要害，如踢他小腹、头部等，会使他疼痛难忍，放弃自己的罪恶行径；也可以不失时机地咬他。

## 7 女生宿舍安全须知

《中国青年报》2006年曾经报道过一起初中女生在宿舍被强暴案。几名不法分子翻越校门进入某中学，然后用刀子撬开窗户玻璃，打开宿舍门，对里面的女生进行了猥亵、强奸。



进入初中了，很多同学因为学校离家太远，就学校寄宿。离家在学校住，脱离了父母的视线，同学们彼此朝夕相处，这是一种全新的生活。大部分同学都觉得很新奇，于是，在宿舍打打闹闹、外出逛街的时间增多了，同学们之间的交往也显得更随意，警惕性也随之下降。这就带出一个新的问题：宿舍安全。

同学们都比较小，安全意识、经验都不足。在钱财遭受损失、身体受到伤害之前，往往不知道该怎么保护自己；而在钱财遭受损失、身体受到伤害之后，往往又不知所措。这些情况很容易被歹徒利用。钱财损失事小，身体受到伤害事大。这里特别给女同学们说说宿舍安全问题，希望大家提高警惕。

1. 经常进行安全检查。宿舍里的女同学可以分工合作，定期检查门窗，如果发现损坏，就要及时报告学校有关部门修理。有些同学认为宿舍人多，歹徒不敢进来，于是对门窗是否损坏不关心，这就犯了“麻痹大意”的大忌，有时会造成终生遗憾。

2. 每天就寝前要关好门窗，在天热时也不能例外，防止犯罪分子趁自己熟睡时作案。较低的楼层（如三层以下），窗户应该有防护网。

3. 夜间上厕所要格外小心。如果厕所照明设备已坏，应带上电筒，上厕所前先仔细查看一下。上厕所返回时，记住关好门。如果一个人害怕，最好叫上一两个同学。

4. 夜间如有人敲门，要问清是谁再开门；如果是男人，最好不要开门。如果发现有人想撬门砸窗闯进来，宿舍的全体同学就要一起呼救，并准备可供搏斗的东西，作好反抗的准备。

5. 周末或节假日其他同学回家了,最好不要独自一人住宿。回宿舍就寝时,要留心门窗是否敞开,防止有犯罪分子潜伏待机作案。如遇异常情况,可请一、二位同学同时进去,以确保安全。一般来说,放寒暑假不回家的女生,应该三人以上集中居住。

6. 无论一人或多人在宿舍,当犯罪分子来侵害时,都要保持冷静的态度,做到临危不惧,遇事不乱。一方面呼救、拨打报警电话,另一方面与犯罪分子作坚决斗争。

## 8 被歹徒盯上怎么办

晚自习下课后,小美独自走在回家的路上。突然,她感觉后面有人在跟踪自己,回头一看,一个身穿黑大衣的男子尾随其后。小美想,自己回家的必经之路是一条小胡同,并且没有路灯,那里



白天都行人稀少,晚上就更难见人迹了,万一后面的男子是坏人,那可危险了。这时,小美看到迎面驶来一辆出租车,她灵机一动,连忙招手拦住车,正要向出租车司机说明情况,寻求帮助,后面跟踪她的男子却慌慌张张地跑开了。

小美的做法无疑值得称赞、仿效。社会上一些不法分子为了某种目的,常会将中学生作为侵害对象。同学们,如果你在街上被歹徒盯上了,该怎么办呢?

1. 发现被歹徒盯上后,千万不能惊慌,过度的惊慌会使你失去分析、防范能力,让歹徒很容易得逞。因此,要保持头脑清醒、镇定;同时,根据自己的体力和心理状态、周围情况、歹徒的动机来决定对策。

2. 如果只是被歹徒盯上,应迅速向附近的商店、繁华热闹街道转移,那里人来人往,歹徒不敢胡作非为;还可以就近进入居民区求得帮助。

3. 如果在楼梯间被陌生人盯上,你可以坚持让对方先行,并与对方保持距离,这样可以防止对方用迷药。如果进入电梯,你要尽量靠近电梯按钮的地方,一旦出现紧急情况,可以及时按动电梯报警按钮。

如果怀疑被恶意尾随,你到达目的楼层后而对方仍然没有下电梯,那么你最好不要下电梯。因为电梯里面有报警按钮甚至录像设备,相对而言比较安全;你可以乘电梯回到一楼,确认无人



尾随后再上电梯，或向管理处求助。出电梯后，不要急于向家里走去，可以在电梯门口稍等，直到电梯门重新关上并启动、确认无人尾随之后，才走向自己的家门。

4. 如果被歹徒纠缠，应及时高声喝令其走开，并以随身携带的雨伞或就地拣到的木棍、砖块等作防御，同时迅速跑向人多的地方。

5. 遇到拦路抢劫的歹徒，可以将身上少量的财物交给对方，尽量应付、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。

6. 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，在整个过程中要不断寻找机会脱身。

7. 最后提醒各位同学的是，不到迫不得已时不要轻易与歹徒发生正面冲突，以免身体受到伤害，最重要的是要运用智慧，巧妙周旋，随机应变。

## 9 你了解哪些校园暴力现象

2010年10月9号早上七点左右，社会无业人员小余携另两名辍学少年冒充在校学生混进东乡二中校园，以语言威胁并强行拦截过往学生，索要金钱。当天早晨小余走到初二(4)班时，看见小寒同学，想拉其入帮结伙，但小寒并没有同意，被惹怒的小余抄起身边的板凳就砸向了小寒，嘴里还说着要收拾小何、小强等其他同学。就在此时，班上的小丽等几位女同学来校，看到了被打的小寒。她们赶紧跑到学校的保卫室报告了当天值日领导。



她们赶紧跑到学校的保卫室报告了当天值日领导。

近年来，我国校园暴力事件屡见报端，很多学生深受其害，已引起了学校、家庭及有关教育部门的普遍关注。

那么什么是校园暴力，同学们身边是否存在校园暴力呢？

从广义上说，校园暴力是指发生在校园内外的所有暴力行为，包括同学之间、老师与同学之间以及学生对学校的破坏行为等。而在狭义上，校园暴力常指学生对学生的暴力行为。在我国，校园暴力一般是指狭义上的暴力行为。

校园暴力主要有三种形式：语言暴力、心理暴力和身体暴力，下面分别给同学们介绍。