

中小學生 安全知識

ZHONGXIAOXUESHENG ANQUANZHISHI

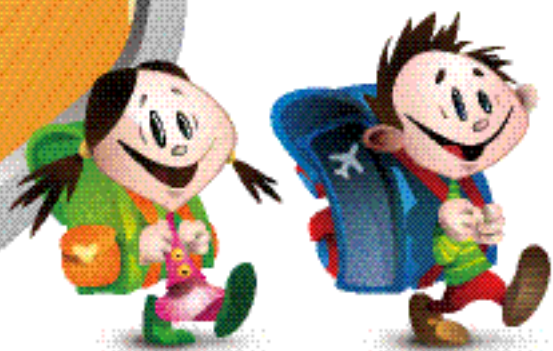
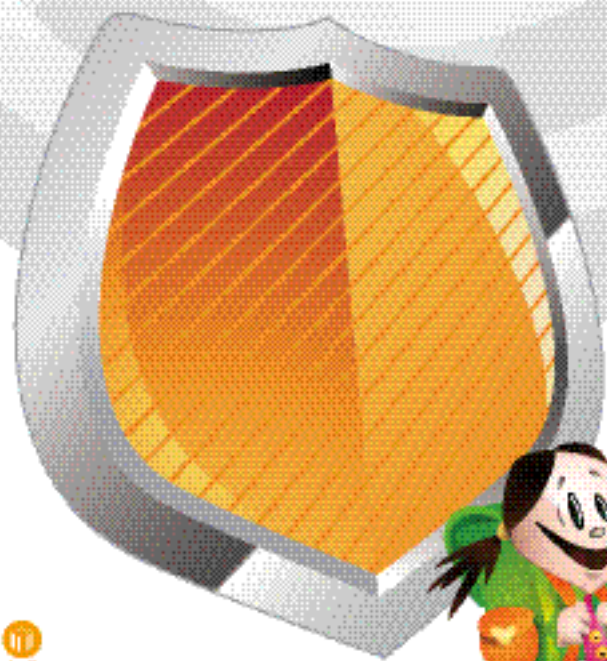
王曉菊 畢彥華 周學林·編著



黃河出版傳媒集團
寧夏人民出版社

中小學生安全知識

王曉菊 畢彥華 周學林 編著



图书在版编目(CIP)数据

中小學生安全知識 / 王曉菊, 畢彥華, 周學林編著. —銀川: 寧夏人民出版社, 2014.5

ISBN 978-7-227-05780-2

I. ①中… II. ①王… ②畢… ③周… III. ①安全教育—中小學—課外讀物 IV. ①G634.203

中國版本圖書館 CIP 數據核字(2014)第 105943 號

中小學生安全知識

王曉菊 畢彥華 周學林 編著

責任編輯 申 佳

封面設計 晨 皓

責任印制 李宗妮

黃河出版傳媒集團
寧夏人民出版社 出版發行

地 址 銀川市北京東路 139 號出版大廈 (750001)

網 址 <http://www.yrpubm.com>

網上書店 <http://www.hh-book.com>

電子信箱 renminshe@yrpubm.com

郵購電話 0951-5052103

經 銷 全國新華書店

印刷裝訂 寧夏精捷彩色印務有限公司

印刷委託書號 (寧)0013365

開 本 720 mm×980 mm 1/16

印 張 6.25

字 數 51 千字

印 數 40000 冊

版 次 2014 年 5 月第 1 版

印 次 2014 年 5 月第 1 次印刷

書 號 ISBN 978-7-227-05780-2/G·828

定 價 16.00 元

版權所有 翻印必究

目 录



自然灾害避险知识

地震 / 1

雷电 / 3

暴风雪 / 5

狂风暴雨 / 6

沙尘暴 / 8

雾霾 / 9



家庭生活自我防范知识

用电安全 / 12

安全用燃气 / 14

小心火灾 / 16

防止烫伤 / 19

会伤人的机器 / 20

水管漏水 / 21

停电 / 22

危险的阳台 / 23

危险的浴室 / 24

安全乘电梯 / 25

安全养宠物 / 26

室内活动安全知识 / 26



出行安全知识

安全过马路 / 28

安全骑车 / 29

在车站等车时的安全 / 30 乘公交车的注意事项 / 31
乘火车的注意事项 / 32 乘飞机的注意事项 / 33
乘船的注意事项 / 34



人身安全保护知识

不吸食毒品 / 36 不赌博 / 39
不吸烟 / 41 不饮酒 / 42
不泡网吧 / 44



社会安全自我防范知识

独自在家 / 46 家中进了小偷 / 47
交朋友要谨慎 / 48 和大人走散了 / 49
防范搭讪的陌生人 / 50 路遇坏人 / 51
不要让陌生人碰自己的身体 / 52
在校外，女生如何防范被男性纠缠 / 53



校内安全知识

安全使用文具 / 55 使用剪刀要小心 / 56
安全上下楼梯 / 56 课间活动 / 57
在教室里的注意小事项 / 58 上体育课的注意小事项 / 58



校外安全知识

- | | |
|---------------|-------------|
| 不要在路边玩耍 / 60 | 游乐场活动 / 61 |
| 外出或在公共场所 / 64 | 远离下水井 / 65 |
| 建筑工地不安全 / 65 | 攀爬的危险 / 66 |
| 不爬树 / 67 | 不围观打斗 / 67 |
| 远离精神病人 / 68 | 电焊光不能看 / 68 |



食品卫生安全知识

- | | |
|-----------------|-------------|
| 饮食卫生 / 69 | 气管卡到异物 / 70 |
| 不随便吃小摊上的食品 / 71 | 不乱吃药 / 71 |



室外活动安全知识

- | | |
|-----------|----------|
| 郊游野营 / 72 | 爬山 / 73 |
| 划船 / 74 | 游泳 / 75 |
| 滑冰 / 76 | 放风筝 / 77 |



网络安全知识

- | | |
|----------------|---------------|
| 暗藏陷阱的网络时代 / 79 | 认真识别不良信息 / 80 |
|----------------|---------------|

警惕网络交往 / 81

遵守网络法规 / 81



自救安全知识

遇火自救 / 82

烧烫伤急救 / 83

突发食物中毒 / 84

被动物咬伤 / 85

沙尘等异物进入眼睛 / 86



紧急求救报警知识

拨打 110 / 87

拨打 119 / 89

拨打 120 / 90

其他求救报警电话 / 90

紧急求救信号 / 92

自然灾害



避险知识

地震

地震,又称地动、地振动,是地壳快速释放能量过程中造成振动,期间会产生地震波的一种自然现象。由于地震预报还处于研究阶段,绝大多数地震还不能做出临震预报,所以地震的发生往往出乎预料。地震通常在瞬间发生,会造成山崩地裂、房倒屋塌,甚至造成重大伤亡,尤其一些地震发生在人们熟睡的夜间。同时,地震还易引起火灾、有毒有害气体扩散等次生灾害。

当地震发生、感觉到晃动的时候,我们应该怎么做呢?

在家里,要立即躲到就近的书桌下、床底下、卫生间、墙角。

在影剧院、体育馆等处遇到地震,要沉着冷静,特别是断

中小·学生安全知识

电时,应就地蹲下或躲在排椅下,注意避开吊灯、电扇等悬挂物,用包、衣服等保护头部。

在商场、书店、展览馆等处,应选择结实的柜台、商品、柱子边以及内墙角处就地蹲下,用手或其他东西护头,避开玻璃门窗和玻璃橱窗。

在教室里,学生要在老师的指挥下迅速抱头、闭眼,躲在各自的课桌下。震后应当迅速有组织地撤离。

在户外,如果正行走在高楼旁的人行道上,要迅速躲到高楼的门口处,以防碎片掉下来被砸伤。坐在汽车里要让司机就地停车。在山坡上感到地震发生,千万不要跟着滚石往山下跑,应躲在山坡上隆起的小山包背后,同时要远离陡崖峭壁,以防崩塌、滑坡和泥石流的威胁。在海边,如发现海水突然后退,比退潮更快、更低,就要注意海啸的突然袭击,尽快向高处转移。

地震后,如果已被砸伤或埋在倒塌物下面,不要害怕,哭叫会消耗自己的体力。要先冷静观察周围环境,寻找通道想办法出去。若无通道,

则要保存体力,
静听外面的动
静,可敲击铁
管或墙壁使声

音传出去,等待大人的救援。

顺口溜

遇地震,先躲避,桌子床下找空隙。
靠在墙角曲身体,抓住机会逃出去。
远离所有建筑物,余震蹲在开阔地。





雷 电

雷电是夏季常见的一种自然现象,但它经常造成灾祸。据统计,在美国近二十年的石油火灾中,有 55% 是由雷电引起的;我国大兴安岭森林火灾和山东黄岛油库大火,也与雷击有关;世界各国雷击引起的停电事故占总停电事故的 90% 以上。此外,雷电还毁坏建筑物,威胁人畜安全。我国每年因雷电造成的经济损失高达上亿元。

雷电形成于积雨云中,而积雨云是炎热季节里暖空气和冷空气发生强烈对流的产物。它体态庞大,云冠高耸,云体内存在着水汽、水滴、雪花、冰晶,以及过冷的水滴、雪花和冰晶的混合物——霰。当积雨云中的冰晶和霰粒发生碰撞时,因短时的摩擦接触,致使霰粒表面局部温度上升而比冰晶高,造成了霰粒表面与冰晶之间的温度差。由于“温差起电”的作用,冰晶和霰粒分别带正电荷和负电荷。随着云中空气对流,逐渐形成正负电荷的明显分区,以致产生电位差。当电位差达到一定程度时,电荷分区之间或云地之间,就发生击穿空气的放电现象,产生极强的火光和隆隆的巨响。

当遇到雷电天气时,我们应该注意不要做什么呢?

1. 不到电线杆、大树、变压器下避雨或停留。大树潮湿的枝干就好像一个引雷装置,容易引起触电,所以打雷时最好与树木保持5米远的距离。

2. 远离金属物体。在户外,要远离建筑物外露的水管、煤气管,同时摘下身上佩戴的发卡、项链等金属物品,因为金属能导电。

3. 正确躲避雷击。如果感觉身上的毛发突然竖了起来,皮肤有轻微的刺痛,这就是雷电快要击中你的征兆。这时应该马上蹲下来,身体前倾,双手抱膝,胸口贴紧膝盖,尽量低下头。

4. 切勿奔跑。雷雨天气,不能在雨中狂奔。身体的运动幅度越大,周围的电压就越大,雷电也越容易伤人。

5. 选择正确的躲避点。打雷时,不要在水边、洼地停留,要迅速到附近干燥的房屋中避雨,如果在山区可以躲到山洞里。

顺口溜

阴雨天,生雷电,避雨别在树下站。

铁塔线杆要离远,打雷家中也防患。

关好门窗切电源,避免雷火屋里窜。





暴风雪

在冬天,会发生暴风雪天气。当云中的温度变得很低时,使云中的小水滴结冻。当这些结冻的小水滴碰到其他的小水滴时,这些小水滴就变成了雪。当变成雪之后,它们会继续与其他小水滴或雪相撞。当这些雪变得太大时,它们就会往下落。大多数雪是无害的,但当风速达到每小时 56 千米,温度降到 -5°C 以下,并有大量的雪时,暴风雪便形成了。

当遇到暴风雪的时候,我们应该注意什么呢?

遇到这样的天气,应该避免出行,待在家里,锁好门窗,帮助爸爸妈妈做好室内的保暖工作。

在室外,应该立即寻找背风挡雪的地方,不能躲在低地,如坑沟里,这样很容易被大雪埋起来,也不要随意行走,要紧

顺口溜

暴雪天,人慢跑,背着风向别停脚。
身体冻僵无知觉,千万不能用火烤。
冰雪搓洗血循环,慢慢温暖才见好。



跟大人,以防迷失方向。

在旷野里,则应蹲下身子,捂住头脸,减少暴风雪对身体的冲击力,防止被风卷走。

还要注意在小空间里尽可能多动身体和手脚,防止被冻僵。

狂风暴雨

狂风暴雨天气给我们的生活带来极大的不便。如果不注意,也会给我们的生命安全带来一定的威胁。

当我们遇到狂风暴雨的时候,应尽量待在家中。如果在外面



面遇到了大风雨,一定要注意低洼路段的积水,小心不慎踩进水深的坑洼里。不要走在有高处建筑物和高层楼房的底下。戴上眼镜、丝巾等保护眼睛。坐在车里,要提醒开车的大人注意道路湿滑,不要开快车和紧急踩刹车。

在郊区、农村、山上、水边



游玩时,遇到了狂风暴雨,更是要处处小心。长时间大量的降雨有可能会使得原本就不结实的房屋变得更加脆弱,从而使房屋倒塌,也可能会发生山体滑坡、泥石流。

在日常的下雨天里,我们要注意什么呢?

下雨的时候,路上非常滑,奔跑最容易滑倒,所以要小心慢行。走坡道时,更要特别小心。

手拿雨伞时,千万不要让雨伞挡住了视线,要注意看着前方行走。

不要拿着雨伞嬉戏,更不要将伞收起来当作刀剑,相互打来打去,或是在别人面前突然把伞撑开,这些行为都是很危险的。

下雨天,开车的人常常看不清行人。你应该穿戴颜色鲜亮的雨衣、帽子、雨鞋或者撑颜色鲜亮的雨伞,这样可以引起驾驶员的注意。

刮强风下大雨时,最好穿雨衣上学,因为你还小,在狂风大雨天不好控制雨伞。

不要在马路上的小水潭中踏水或放小船玩,这样做都非常危险。

沙尘暴

沙尘暴是干旱地区一种常见的自然现象，是指强风将地面大量的尘沙卷入空中，使空气特别混浊，水平能见度小于1000米的灾害性天气。随着水土的不断流失，沙尘暴的发生频



率越来越高，波及的范围越来越广，造成的损失也越来越严重。沙尘暴虽然不会直接造成人员伤亡，但却可以将汽车吹翻，或者因为能见度较低而引发车祸。同时，沙尘暴中附着的有害气体、重金属元素、有机污染物等，在随着呼

吸进入人体呼吸道后，会对呼吸道产生刺激和腐蚀，使呼吸道免疫力降低，引发支气管炎、支气管哮喘等疾病。少年儿童的呼吸道比较脆弱，更容易受到损伤。



当沙尘暴来临的时候,我们应该注意什么呢?

应马上把门窗关严,必要时还可以用桌椅顶住门窗。

如果在室外遭遇沙尘暴,和大人一起不要着急赶路,而是应该立即到附近的建筑物内躲避。

躲避沙尘暴时,不要躲在临时建筑物或大广告牌下,因为这些物体往往不够牢固,有可能会被吹倒而砸伤人。

沙尘暴天气时,不要在室外做运动,如果大量吸入灰尘,会引起呼吸道疾病。

不要在刮倒的电线杆或被刮断的电线旁逗留,以防触电。

如果沙尘吹到眼睛里,要立即用温水冲洗,直至没有异物感,必要的时候,让爸爸妈妈带你到医院就医。

沙尘暴过后的几天内,也要尽量少出门。因为沙尘暴过后,许多小的颗粒物还会停留在空气中,容易对我们脆弱的皮肤和呼吸道造成伤害。

雾 霾

雾霾,雾和霾的统称,但是雾和霾的区别十分大。雾是大量悬浮在近地面空气中的微小水滴或冰晶组成的气溶胶系

统,多出现于秋冬季节,是近地面层空气中水汽凝结(或凝华)的产物。雾本身并不是一种污染。霾是由空气中的灰尘、硫酸、硝酸、有机碳氢化合物等粒子组成的。它的形成是区域性的,由大气近地面层出现了逆温层所引起。这个逆温层如同一个大盖子一样罩在了地表,盖子下面的烟尘扩散不出去,于是就形成了霾。所以霾出现时,不利于大气污染物扩散。

PM2.5是指大气中直径小于或等于2.5微米的颗粒物,也称为可入肺颗粒物。它的直径还不到人的头发丝粗细的1/20。虽然PM2.5只是地球大气成分中含量很少的组分,但它对空气质量和能见度等有重要的影响。

雾霾对我们的危害比对成人更大,从生理结构来说,我们鼻毛较少,防御能力弱,雾霾更容易侵入;我们的个头比成人小,离地面更近,更容易吸入雾霾颗粒物;另外,相同体积的颗粒物进入我们身体,扩散开产生的危害比进入成人身体要更大。

雾霾天来袭,我们应该怎么做呢?

雾霾天,尽量减少出行。如果出去散步,尽量选择能见度相对比较好的时段。

出门最好戴纯棉口罩或者专业防尘口罩。

开窗换气最好避开室外污染浓度较高的时候,如早晚交通高峰期不宜开窗,风力较大引起扬尘时也不宜开窗。在静风条件下,每天开窗两次,每次开窗20分钟左右即可。在连续污染天若要通风换气,可在纱窗附近挂一条湿毛巾,可起到一定