

# 职校学生 安全与文明教育 简易读本

主 编 陈金国

新 华 出 版 社

# 职校学生安全与文明教育 简 易 读 本

主编 陈金国

新 华 出 版 社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

职校学生安全与文明教育简易读本/陈金国主编.

—北京: 新华出版社, 2006. 2

ISBN 7-5011-7413-X

I. 职… II. 陈… III. ①安全教育—技术学校—教材  
②精神文明—思想政治教育—技术学校—教材 IV. G711  
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 011439 号

## 职校学生安全与文明教育简易读本

责任编辑: 贾允河

装帧设计: 周万春

出版发行: 新华出版社

地 址: 北京石景山区京原路 8 号

网 址: <http://www.xinhupub.com>

邮 编: 100043

经 销: 新华书店

印 刷: 北京英杰印刷有限公司

开 本: 850mm × 1168mm 1/32

印 张: 6

字 数: 150 千字

版 次: 2006 年 2 月第一版

印 次: 2006 年 2 月北京第一次印刷

书 号: ISBN 7-5011-7413-X

定 价: 9.50 元

本社购书热线: (010) 63077122 中国新闻书店电话: (010) 63072012

图书如有印装问题, 请与印刷厂联系调换 电话: (010) 69485821

# 《职校学生安全与文明教育简易读本》

## 编委会名单

主 编 陈金国

副 主 编 严家干 刘学军 李中民

编委会成员 周 君 陈立本 洪德斌 宰倩倩

夏桂荣 郁素祥 孙万宝 周颖强

张文美 谢永东 陆鸿仙

## 序

大力发展职业教育是振兴经济致富民众的必由之路，是党和国家的战略决策。职业教育肩负着培养一线生产、服务和管理等各类实用人才及高素质劳动者的历史使命。市场经济的重要特征就是竞争，而人的竞争说到底是人格的竞争，是行为习惯和文明素养的竞争。所以说，习惯是放在神经系统中的资本，一个人养成好的习惯，一辈子用不完它的利息；形成坏的习惯，一辈子还不清它的债务。今日的在校生，就是明天的建设者。职业学校作为合格建设者的摇篮，就必须强化学生行为养成训练，全面提高综合素质，让学生深知成才必先成人，成功必先成事，在校学习首先要学会做人，做一个有文明修养的人，为今后就业、创业奠定人格基础。

安全是和谐社会的基石，是幸福人生的基础，是个人立业的基点。安全重于泰山。“安全第一”已成为现代人的自觉行动和应有的意识。职校学生作为今后生产一线的劳动者和自主创业者，确立安全意识，养成安全行为是必备的素养和终生的财富。

行为在教育。《职校学生安全与文明教育简易读本》是围绕学生培养目标和专业要求，适应职校学生日常校园生活和社会生活的基本内容，而提出的行为规则和标准。它告诉学生在安全与文明方面应该怎样行为和不应该怎样行为，简单明了，易于操作，具有很强的针对性、实践性和导向性。相信广大学生

## 职校学生安全与文明教育简易读本

通过不断的学习和行为积累，将会养成良好的习惯，形成高尚的品质，提高文明的水准，受益一生，收获一生。

本书编者们均为仪征工业学校的教育工作者，他们长期从事职业教育教学工作，潜心研究和探索职校学生的德育，具有丰富的教育经验和理论基础。全书观点鲜明，事例丰富，通俗易懂，切实可行，会被同学们乐于接受，本人亦欣然命笔，乐作此序，以共勉。

马斌  
2023.11.11

## 前 言

学生是学校的主体，对他们强化安全、文明教育，引导他们逐步养成注意安全、讲究文明的行为习惯，是创建安全、文明校园的根本抓手。职校学生是未来一线生产、服务、管理的实用人才和劳动者，安全生产，文明经营，是他们今后职业生涯中得以安身立命的基本素质，因而必须在校期间，就应该强化安全与文明教育。鉴于此，我们编写了《职校学生安全与文明教育简易读本》，为职业学校开展安全文明教育提供一本参考用书。

本书面向学生，立足实际，述理凝练，导行直观。全书分为上下两篇，上篇为安全行为习惯篇，梳理出学生在校生活 and 日常社会生活中必须注意的八方面安全问题，分章编写；下篇为文明行为习惯篇，将职校学生应该具备的基本文明素养归纳，分为五章编写。为了帮助学生明白事理，每章正文后面编录了一些案例。本书观点鲜明，事例翔实，定将给读者以很大的启迪。

实施安全文明教育，是职业学校一项长期的工作，必须持之以恒，常抓不懈。依据“教育在先、预防在前”的原则，安全工作要警钟长鸣，文明教育一以贯之，要根据班情、校情，有目的、有计划地开展形式多样的教育活动。我国著名教育家叶圣陶先生说“教育就是培养学生养成好的习惯”。安全文明教育不仅要对学生晓之以理，懂得安全文明常识，而且要导之以

行，在校园生活、社会生活中，相机渗透行为导向，以逐步养成讲安全、讲文明的习惯。此外，安全文明教育也是一项系统工程，需要学校、家庭、社会齐抓共管，形成合力，让学生置身于良好的教育氛围之中。

编 者



# 目 录

## 安全行为习惯篇

|                |        |
|----------------|--------|
| 第一章 交通安全 ..... | ( 1 )  |
| 一、行走 .....     | ( 1 )  |
| 二、骑自行车 .....   | ( 3 )  |
| 三、驾驶机动车 .....  | ( 3 )  |
| 四、乘坐交通工具 ..... | ( 5 )  |
| 案例 .....       | ( 6 )  |
| 第二章 生活安全 ..... | ( 6 )  |
| 一、饮食 .....     | ( 7 )  |
| 二、住宿 .....     | ( 10 ) |
| 三、水电气火 .....   | ( 10 ) |
| 四、防传染病 .....   | ( 12 ) |
| 五、拒绝黄赌毒 .....  | ( 13 ) |
| 六、求助电话 .....   | ( 16 ) |
| 案例 .....       | ( 17 ) |
| 第三章 心理安全 ..... | ( 18 ) |
| 一、远离自卑孤僻 ..... | ( 19 ) |

## 职校学生安全与文明教育简易读本

|                             |        |
|-----------------------------|--------|
| 二、拒绝猜疑嫉妒 .....              | ( 22 ) |
| 三、克服偏激急躁 .....              | ( 22 ) |
| 四、战胜困难挫折 .....              | ( 23 ) |
| 五、认清早恋危害 .....              | ( 24 ) |
| 六、反对迷信邪教 .....              | ( 25 ) |
| 案例 .....                    | ( 26 ) |
| <br><b>第四章 财物安全</b> .....   | ( 28 ) |
| 一、一般物品 .....                | ( 29 ) |
| 二、贵重物品 .....                | ( 36 ) |
| 案例 .....                    | ( 36 ) |
| <br><b>第五章 实验实习安全</b> ..... | ( 37 ) |
| 一、态度端正 .....                | ( 38 ) |
| 二、衣着规范 .....                | ( 40 ) |
| 三、操作规范 .....                | ( 40 ) |
| 四、爱护设备 .....                | ( 41 ) |
| 案例 .....                    | ( 41 ) |
| <br><b>第六章 户外活动安全</b> ..... | ( 42 ) |
| 一、体育课 .....                 | ( 42 ) |
| 二、课外活动 .....                | ( 44 ) |
| 三、社会实践 .....                | ( 44 ) |
| 案例 .....                    | ( 46 ) |
| <br><b>第七章 网络安全</b> .....   | ( 46 ) |
| 一、用眼适时 .....                | ( 47 ) |
| 二、信息保护 .....                | ( 49 ) |
| 三、网上交友 .....                | ( 49 ) |

## 目 录

|                          |               |
|--------------------------|---------------|
| 四、网上冲浪 .....             | ( 50 )        |
| 案例 .....                 | ( 50 )        |
| <b>第八章 其他安全 .....</b>    | <b>( 50 )</b> |
| 一、防溺水 .....              | ( 51 )        |
| 二、防骗局 .....              | ( 53 )        |
| 三、防骚扰 .....              | ( 53 )        |
| 四、防意外 .....              | ( 54 )        |
| 案例 .....                 | ( 55 )        |
| 附录：国际通行安全标志 GB2894 ..... | ( 56 )        |

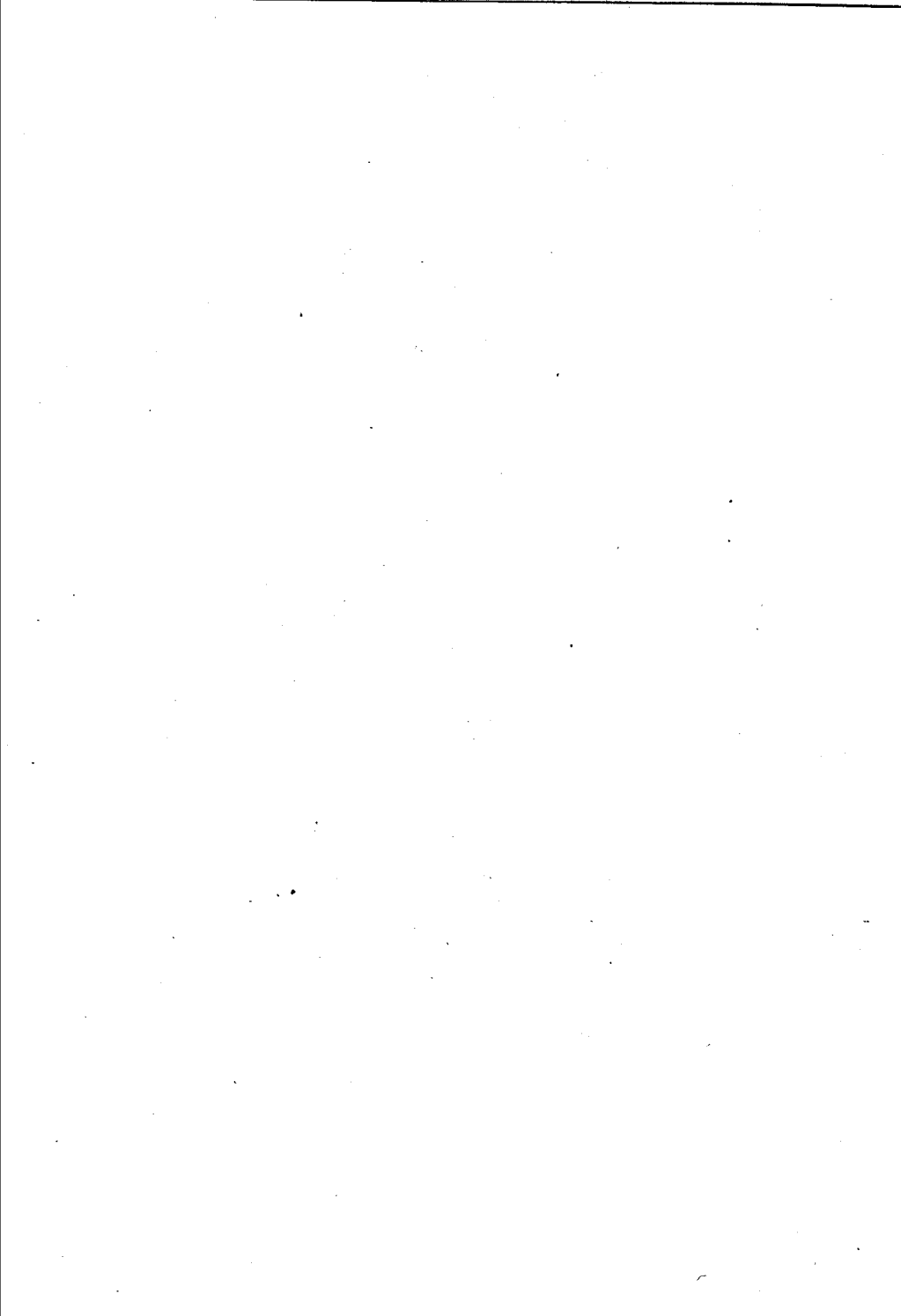
## 文明行为习惯篇

|                        |                |
|------------------------|----------------|
| <b>第九章 讲究礼仪 .....</b>  | <b>( 58 )</b>  |
| 一、礼貌用语 .....           | ( 60 )         |
| 二、行为举止 .....           | ( 69 )         |
| 三、注重仪表 .....           | ( 69 )         |
| 四、餐饮礼仪 .....           | ( 74 )         |
| 五、礼仪常识 .....           | ( 78 )         |
| 案例 .....               | ( 79 )         |
| <b>第十章 遵守道德 .....</b>  | <b>( 83 )</b>  |
| 一、社会公德 .....           | ( 87 )         |
| 二、家庭美德 .....           | ( 95 )         |
| 三、职业道德 .....           | ( 95 )         |
| 案例 .....               | ( 107 )        |
| <b>第十一章 遵守秩序 .....</b> | <b>( 111 )</b> |
| 一、遵守时间 .....           | ( 118 )        |
| 二、遵守制度 .....           | ( 137 )        |

|                     |       |
|---------------------|-------|
| 三、遵守规则 .....        | (137) |
| 案例 .....            | (139) |
| <br>第十二章 合乎科学 ..... | (141) |
| 一、珍爱生命 .....        | (144) |
| 二、学会学习 .....        | (150) |
| 三、情趣生活 .....        | (150) |
| 案例 .....            | (155) |
| <br>第十三章 讲究卫生 ..... | (157) |
| 一、讲究个人卫生 .....      | (163) |
| 二、维护公共卫生 .....      | (168) |
| 案例 .....            | (168) |
| <br>后 记 .....       | (172) |

## 安全行为习惯篇

近年来，中职学生各类安全事故时有发生，给学生及家庭造成无法挽回的损失，同时也给学校和社会带来不同程度的危害。对中职学生来说，一定要系统学习有关安全方面的常识，并在平时的生活中时刻遵守，逐步养成个人的安全行为习惯，才能远离危险，受益终生。正如有关专家所说，通过教育和预防，80%的安全事故是可以避免的。据此认识，根据对职业学校安全现状的调研，本着“教育为先，预防在前”的原则，我们梳理了交通安全、生活安全、心理安全、财物安全、实验实习安全、户外活动安全、网络安全、其他安全等八个方面中职学生安全行为习惯的相关常识，以增强中职学生安全意识，提高其自我防范能力。



## 第一章 交通安全

遵守规则，欢笑的是亲人  
违反章程，狞笑的是死神

交通安全，警钟长鸣。生命对每个人来说只有一次，遵守交通法规，关心和爱护自己和他人的生命健康，是每个理智的学生所应该为自己、为家人、为社会担负的责任。随着社会的进步，经济的发展，机动车辆越来越多，随之而来的交通事故不断上升，一起起因为忽视交通规则所引发的交通事故，现今读来仍让人不寒而栗。据公安部门不完全统计，我国每年因车祸伤亡的人数达十多万人，而心灵遭受创伤的亲戚朋友则达到数十万人。交通事故的频繁发生，造成了多少人间悲剧！多少美满幸福的家庭被破坏？多少英俊少年宏图未展先夭折？多少伤残者在痛苦中煎熬？多少亲人在默默地流泪，肝肠寸断……造成这些悲剧的原因很多，很重要的一条就是人们安全意识不强，不注意遵守交通规则。尤其是一些青少年，好胜心较强，不注意遵章守纪，存有侥幸心理，这就容易酿成交通事故。同学们上学和放学的时候，往往也是道路交通最拥挤的时候，必须十分注意交通安全。

前车之鉴，后事之师。为了你自己一生的安全，也为了你家庭的幸福和社会的和谐，请自觉遵守交通法规！

### 一、行走

#### ● 走人行道

在道路上行走，要走人行道；没有人行道的道路，要靠右

边行走。通过有交通信号控制的人行横道，须遵守信号警示；通过没有交通信号控制的人行横道须注意来往车辆，不能互相追逐、猛烈向前跑。没有任何横道的，须直行通过，不要在车辆临近时突然横穿马路。有人行过街天桥或地道的，须走人行过街天桥或地道。行人不准进入高速公路和机动车专用车道。行走时要专心，注意周围情况，不要东张西望、边走边看书报或做其他事情。

● 走斑马线

横穿马路时，先看清指示灯的标志，再从斑马线上通过，不可迂回穿行。在没有斑马线的路段，应先看左边，再看右边，在确认没有机动车通过时才可以穿越马路。不准翻越、倚坐人行道、车行道和铁路道口的安全护栏和隔离墩。不要突然横穿马路，特别是在听见朋友呼唤、看见马路对面有熟人或者自己要乘坐的公共汽车已经进站时，千万不能贸然行事，以免发生意外。

● 列队行走

集体外出时，应有组织、有秩序地列队沿人行道或靠右边行走；结伴外出时，不要在马路上相互追逐、打闹、嬉戏；列队行走时，每横列一般不超过4人。列队横过车行道时，须从斑马线迅速通过；没有斑马线的，须确认没有车辆通过时方可通过。

● 避让车辆

在没有交通民警指挥的路段，要主动避让机动车辆，不与机动车辆争道抢行。不准在道路上扒车、追车、强行拦车或抛物击车。

● 善用警示

在阴、雾、雨、雪天，应穿着色彩鲜艳的衣服或头戴小黄帽，以便机动车司机及时发现目标，提前减速避让；集体活动时学生可以手持“让”字牌，也是为了使机动车司机及时发现、



避让。

## 二、骑自行车

### ● 选准车型

自行车的车型大小要合适，不要骑儿童玩具车上路，也不要人小骑大车，这样，既不雅观又不安全。

### ● 检查车况

要经常检修自行车，保持车况良好。检查车刹、车铃是否正常；轮胎内充气是否合适，夏天不要充气太多以防轮胎爆裂，路面有冰雪时，应适当放气，以增大轮胎与地面的摩擦力；为了便于机动车驾驶员在夜间或白天能见度差的情况下，能及时发现自行车，减少自行车被撞的交通事故，应保持反射器完好。

### ● 控制车速

转弯时不要强行猛拐，要提前减速，看清四周情况，以明确的手势示意后再转弯。经过交叉路口时，要减速慢行，注意来往的行人、车辆。在超越前面自行车时，不要妨碍被超越的自行车的行驶；正常行驶过程中，不要超越准备超车的或正在超车的自行车。

### ● 禁闯红灯

骑自行车要在非机动车道上靠右边行驶，不逆行；在交叉路口时，不要闯红灯，遇到红灯要停车等候，待绿灯亮了再继续前行。

### ● 规范姿势

骑自行车时双手把握自如，上身稍微前倾为宜。不要双手撒把，不多人并骑，不互相攀扶，不相互追逐、打闹。骑车时不攀扶机动车辆，不载过重的东西，不骑车带人，不在骑车时戴耳机听广播。通过陡坡、横穿四条以上机动车道或途中车刹失效时，须下车推行。下车前须伸手上下摆动示意，不准妨碍后面车辆行驶。