



卓越成长书系



少年儿童 安全成长 不可不知的 80个常识

周文韬 编著

识，怎么能健康快乐成长？

，为你卓越的明天打下基础！

**小故事大道理，
轻松掌握身边的安全常识！**



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS



卓越成长书系

少年儿童 安全成长 不可不知的 80个常识

周文韬 编著

本书精选了少年儿童在日常生活、学习中必须知道的安全常识。从居家安全、校园安全、出行安全、社会安全、身体安全五个方面展开,为孩子们提供80个安全常识。同时还结合大量生动的事例,对少年儿童可能会遇到的问题进行了剖析,并为少年儿童提供切实可行的解决方案,全方位地提升少年儿童的自我保护能力。

图书在版编目(CIP)数据

少年儿童安全成长不可不知的80个常识 / 周文韬编
著. — 北京:机械工业出版社, 2012.10
(卓越成长书系)

ISBN 978-7-111-39753-3

I. ①少… II. ①周… III. ①安全教育 - 少儿读物
IV. ①X956-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第218113号

机械工业出版社(北京市百万庄大街22号 邮政编码100037)

策划编辑:谢欣新 责任编辑:章 钰

版式设计:北京创智语言中心 封面设计:吕凤英

责任印制:乔 宇

三河市国英印务有限公司印刷

2013年1月第1版·第1次印刷

169mm×239mm·12.75印张·149千字

标准书号:ISBN 978-7-111-39753-3

定价:29.80元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

电话服务

网络服务

社服务中心:(010)88361066 教材网:<http://www.cmpedu.com>

销售一部:(010)68326294 机工官网:<http://www.cmpbook.com>

销售二部:(010)88379649 机工官博:<http://weibo.com/cmp1952>

读者购书热线:(010)88379203 封面无防伪标均为盗版



前言

PREFACE

阅读是少年儿童健康成长的最佳途径之一。读什么书、读多少书，将直接对少年儿童产生影响，更直接地为少年儿童提供各种帮助和启迪。通过阅读陶冶情操，形成高尚的、正确的道德观，对个人，对家庭，对国家，对社会都意义重大。

本系列图书结合少年儿童的身心特点，从安全、习惯、礼仪、口才技巧四个方面对少年儿童的身心灵健康成长进行全面指导。本系列图书共有四本，分别是《少年儿童安全成长不可不知的80个常识》、《少年儿童要养成的80个好习惯》、《少年儿童不可不知的80种文明礼仪》、《少年儿童成就金口才的80个秘诀》。

本系列图书配合少年儿童的学习和生活需要，精心挑选了与其关系密切的故事，从行为习惯到安全常识，从风度礼仪到口才技巧，对少年儿童的成长提供了有利的帮助，力求做到既好读又实用。

少年儿童年是最需要安全常识、最不懂得保护自己的群体。要撑起祖国的明天，不学会保护自己、营救别人的安全常识怎么行？

本书从少年儿童自身的年龄、生活的环境出发，从居家安全、校园安全、出行安全、社会安全、身体安全五个方面为少年儿童朋友提供在日常生活、学习中必须知道的80个安全常识。书中既有知识讲解，



也有具体方法，同时还结合大量生动的事例，对少年儿童可能会遇到的问题进行了剖析，并提供切实可行的解决方案，全方位地提升少年儿童的自我保护能力。

在每一小节的结尾处，我们还制作了“温馨提示”，帮少年儿童牢固掌握这些小常识。

希望在本书的指导下，少年儿童能避开因缺乏常识而受到的伤害，从而能更健康、快乐地成长。

开卷有益，益己、益人、益民族、益国家、益未来！希望本系列图书可以让家长、老师、同学共享读书的美好时光，分享读书的无限乐趣，并从中获益良多。



目录

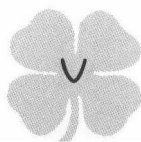
CONTENTS

前言

>>> 第一章 居家安全

家是我们遮风避雨的港湾，它承载着我们很多欢笑和眼泪；它留藏着我们很多希望和憧憬。如果你珍视这个家，那就一定要关注安全，因为安全是家庭幸福和谐的保障。

1. 掌握方法 避免悲剧
——使用煤气的安全常识…………… 2
2. 注意安全 排除隐患
——用电的安全常识…………… 5
3. 消除厨房小隐患
——厨房做菜的安全常识…………… 7
4. 让微波炉打造安全生活
——使用微波炉的安全常识…………… 9
5. 勿让高压锅变“压力”锅
——使用高压锅的安全常识…………… 11
6. 小心使用电炒锅 当心触电
——使用电炒锅的安全常识…………… 13





7. 拒绝不安全使用吹风机
——使用吹风机的安全常识…………… 15
8. 别让熨斗熨出火灾
——使用电熨斗的安全常识…………… 17
9. 自己为消防安全“买单”
——使用灭火器的安全常识…………… 19
10. 使火灾远离 让安全常在
——火灾自救的安全常识…………… 22
11. 天干物燥 小心火烛
——防止蜡烛引起火灾的安全常识…………… 24
12. 蚊香虽小 不可大意
——防止蚊香引起火灾的安全常识…………… 26
13. 警惕“毒”物与紧急施救
——食物中毒的安全常识…………… 28
14. 注意饮食卫生 谨防病从口入
——饮食的安全常识…………… 30
15. 小心“狂犬病”
——与动物接触的安全常识…………… 32

>>> 第二章 校园安全

学校是我们成长的乐园，不过，在学校也必须要注意一些问题，只有注意到这些问题，并且进行防范，我们的校园生活才会更加快乐，更加多姿多彩。



16. 运动适当 不要过度	
——课间活动的安全常识·····	36
17. 正确着装 充分准备	
——体育课上的安全常识·····	38
18. 运动前做好准备益处多	
——运动前做准备的安全常识·····	40
19. 熟悉要领 安全使用	
——使用体育器械的安全常识·····	42
20. 友谊第一 比赛第二	
——篮球运动的安全常识·····	44
21. 别让足球运动留下遗憾	
——足球运动的安全常识·····	46
22. 轻松掌握溜冰技巧	
——溜冰的安全常识·····	49
23. 让劳动成为美好的事情	
——劳动课上的安全常识·····	51
24. 保护视力 防止近视	
——使用眼睛的安全常识·····	53
25. 保持克制 切莫冲动	
——正确处理矛盾冲突的安全常识·····	56
26. 交友不得不说的事情	
——关于交友的安全常识·····	58
27. 小不忍则乱大谋	
——关于处理同学矛盾的安全常识·····	61
28. 别让小偷“有机可乘”	
——宿舍防盗的安全常识·····	64
29. 遭遇勒索别懦弱	
——遭遇勒索的安全常识·····	67



30. 劳逸结合 减少辐射
——使用电脑的安全常识…………… 69
31. 自尊自爱 文明上网
——关于网络的安全常识…………… 71

>>> 第三章 出行安全

“衣”、“食”、“住”、“行”与我们的生活息息相关。其中，行主要指的是出行，当走出家门的那一刻，出行就和我们的安全紧紧联系在了一起。生命宝贵，出行安全一定要重视。

32. 让交通规则为自己保驾护航
——关于交通规则的安全常识…………… 74
33. 明确汽车指示灯的含义
——关于汽车指示灯的安全常识…………… 76
34. 大街上溜旱冰 危险在前方
——溜旱冰的安全常识…………… 78
35. 别害怕 想办法
——关于被困电梯里时的安全常识…………… 80
36. 山区旅行锦囊
——在山区旅游时的安全常识…………… 83
37. 有序候车 文明乘坐
——乘坐公交车的安全常识…………… 86
38. 骑车也要守规则
——骑自行车的安全常识…………… 88
39. 小发票 大用处
——乘坐出租车的安全常识…………… 91



40. 生命无法承受之重	
——不乘坐超载车辆的安全常识·····	94
41. 划船有危险 莫忘安全	
——划船时的安全常识·····	96
42. 火车安全事故不得不防	
——乘坐火车的安全常识·····	98
43. 开心坐地铁 安全很重要	
——乘坐地铁的安全常识·····	101
44. 乘坐飞机的安全与自救	
——乘坐飞机的安全常识·····	104
45. 耐心等待 安全第一	
——遭遇堵车时的安全常识·····	107
46. 遇到车祸时的自救与救人	
——遭遇车祸时的安全常识一·····	109
47. 汽车遭遇车祸落水时的自救	
——遭遇车祸时的安全常识二·····	112

>>> 第四章 社会安全

我们每个人都身在社会这个大环境中。树立自我防范意识，掌握一定的安全防范方法，增强自身的防范能力，让自己在遇到任何异常情况时，都能冷静、机智、勇敢地去应对。

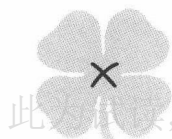
48. 谨慎对待陌生人的礼物	
——对待陌生人的安全常识·····	116





少年儿童安全成长不可不知的80个常识

- 49. 像刺猬一样抱团自救
——遭遇踩踏时的安全常识…………… 118
- 50. 沉着冷静 见机行事
——遭遇绑架时的安全常识…………… 120
- 51. 勿让虚荣酿成大祸
——关于家庭信息的安全常识…………… 122
- 52. 珍爱生命 远离毒品
——关于毒品的安全常识…………… 124
- 53. 警察制服也可造假
——遭遇陌生人盘问时的安全常识…………… 126
- 54. 不要轻信陌生人的话
——不轻易跟陌生人走的安全常识一…………… 128
- 55. 防骗安全术
——不轻易跟陌生人走的安全常识二…………… 130
- 56. 有“狼”出没 夜晚谨慎外出
——不轻易跟陌生人走的安全常识三…………… 133
- 57. 与家人走散 谨慎求助
——与家人走散时的安全常识…………… 135
- 58. 遭遇盯梢 灵活反戈一击
——遭遇盯梢时的安全常识…………… 137
- 59. 灵活处理惊魂一刻
——遭遇抢劫时的安全常识…………… 139
- 60. 车上“暗语”帮防盗
——关于车上防盗的安全常识…………… 141
- 61. 时刻注意自己的钱包
——关于超市防盗的安全常识…………… 143
- 62. 妥善保管自己的财物



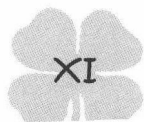


——在公共场所的安全常识·····	145
63. 无功不受禄	
——买东西时的安全常识·····	147

>>> 第五章 身体安全

人最宝贵的是生命，生命最宝贵的是健康。人吃五谷杂粮，生个小病，有个小痛，是在所难免的。但是如果掌握一些自我护理的知识，我们受的苦可能会少很多。

64. 异物入眼 需谨慎处理	
——异物进入眼睛时的安全常识·····	150
65. 异物入耳正确处理	
——异物进入耳朵时的安全常识·····	153
66. 异物入气管 不要忽视	
——异物进入气管时的安全常识·····	156
67. 小口进食 以防被噎	
——吃东西时的安全常识·····	158
68. 正确食冷饮 消暑又健康	
——食用冷饮的安全常识·····	160
69. 偏方也能治牙痛	
——关于牙痛的安全常识·····	162
70. 防止传染病 大家来行动	
——关于传染病的安全常识·····	165
71. 找出病因 对症下药	
——关于发烧的安全常识·····	167





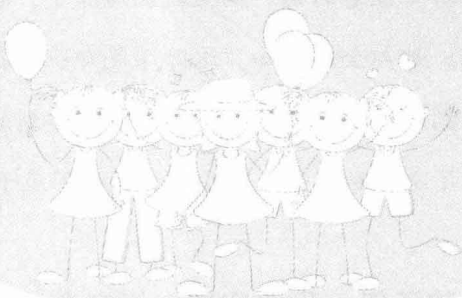
72. 正确处理脱臼
——关于关节脱臼的安全常识…………… 169
73. 膝盖受伤需正确处理
——关于膝盖受伤的安全常识…………… 172
74. 区别处理足部伤势
——关于足部扭伤的安全常识…………… 174
75. 避开骨折治疗误区
——关于骨折的安全常识…………… 177
76. 割伤的正确处理
——关于割伤的安全常识…………… 180
77. 烧伤不慎处理问题大
——关于烧伤的安全常识…………… 182
78. 防治晕车晕船有高招
——关于晕车晕船的安全常识…………… 184
79. 天有不测风云 小心防备
——遭遇雷雨天气时的安全常识…………… 187
80. 地震来了如何逃生
——遭遇地震时的安全常识…………… 190



第一章

居家安全

家是我们遮风避雨的港湾，它承载着我们很多欢笑和眼泪；它留藏着我们很多希望和憧憬。如果你珍视这个家，那就一定要关注安全，因为安全是家庭幸福和谐的保障。





掌握方法 避免悲剧

——使用煤气的安全常识

随着我国综合国力的不断提高，人们的生活水平也得到不断改善。煤气、液化气入户，燃气、热水器遍及学校、工厂和家庭，这一切给人们带来极大便利的同时，如果使用不当，极易出现事故，所以需要我们认真对待。

星期天，爸妈有事外出，留下小芳一人在家。爸妈走时告诉她，办完事就回来了，要她在家好好温习功课。可小芳想给爸妈点惊喜，让爸妈回家就能吃到饭。于是，她学着妈妈的样子把米和水倒进铝锅，点燃了煤气灶，便去客厅看电视了。不想，连续剧正精彩，深深吸引了小芳，她忘记了厨房正煮着的粥。锅里的米汤沸了，顺着锅边四溢，流到炉灶上浇灭了火苗，她却全然不知。这时煤气却一直在从灶口泄露，在厨房里弥漫。小芳闻到煤气味这才警醒，想起书上学到的知识，她冷静关掉煤气阀，轻轻打开了房门和窗户，自己迅速离开了屋子，让煤气慢慢散掉。

孩子们，我们应该怎样安全使用煤气或液化气呢？常用的气体燃料有液化气和管道煤气。使用液化气应注意以下几点：

> 1. “先点火，后给气”，一次未点燃，应先关闭炉灶开关，稍后再点。

> 2. 正确放置液化气瓶。不要倒置和卧放；不要靠近火源、热源；不要用热水烫、烘烤等对钢瓶加热；不要在室内将液化气倒入另一钢瓶。

> 3. 保持室内通风。液化瓶与炉灶保持1米以上的距离，并严禁与其他炉灶放在同一房间。

> 4. 经常查看炉灶各部位。若发现胶管老化、破损等要及时修理更换。发现有煤气味应立即停用，并打开门窗，此时严禁在室内吸烟、打火或使用手机。

> 5. 经常擦去污渍，疏通火眼，保持气体燃烧充分。

> 6. 不随意拆弄液化气灶。不会使用设备的人，严禁拧动液化气瓶口的小轮和减压阀。

> 7. 一旦液化气瓶着火，应想尽一切办法将角阀（瓶口阀门）关掉，用浸水后的麻袋、衣物、被褥将瓶体覆盖住，也可用湿毛巾、黄泥或肥皂将漏气口封住，或用泥土、干粉灭火器灭火。灭后要将其移至室外。

使用管道煤气应注意以下几点：

> 1. 燃具和橡皮管应采用经煤气公司认可的产品，不能将液化气、天然气燃具用于管道煤气。

> 2. 煤气表要由煤气公司专业人员安装。使用管道煤气的房间绝对不能作为卧室和休息室，也不能在里面堆放易燃物，以免发生中毒或火灾。

> 3. 发现漏气时，先将门窗打开，同时关闭表、阀门，禁止一切明火，并通知煤气公司来人修理。



少年儿童安全成长不可不知的80个常识

- > 4. 煤气中断供应后要及时关闭表、灶阀门，防止空气混入。
- > 5. 橡胶软管要及时更换，防止老化。在寒冷季节使用一段时间后应开启门窗，换入新鲜空气。
- > 6. 煤气压力小不能点火、压力大火焰长并伴噪声，都应停用，让专业人员修复。
- > 7. 未经同意不能私自安装使用燃气设备，如红外取暖器、热水器等。
- > 8. 不要将重物（如衣服等）吊在煤气管道上，也不能将电线、电器接地线接到煤气管上，以防事故。
- > 9. 停止使用煤气后或临睡前，检查灶阀、管阀门是否关闭。

>>> 温馨提示 <<<

无论使用管道煤气，还是使用罐装液化气，都必须“先供气，后点火”。使用完煤气，一定要记得先关闭管道阀门或煤气罐阀门，再闭合煤气灶上的开关。使用燃气做饭时，一定要记得打开厨房的窗户，以使厨房里保持通风。少年儿童朋友们使用时一定要有人看管。