



安全知识教育系列丛书

中·小·学·生 安全知识读本

Zhong-Xiao Xuesheng Anquan Zhishi Duben

主 编 虞贵明



湖南大学出版社



安全知识教育系列丛书

中 小 学 生

安全知识读本

Zhong-Xiao Xuesheng Anquan Zhishi Duben

主 编 虞贵明

副主编 李 涛 章洪波 荷 洁
周海冬 周 黎 和 璐



湖南大学出版社

内 容 简 介

本书由湖南省紧急救援协会、湖南省民办教育协会和用心教育组织编写,内容包括交通安全、校园安全、心理安全、校外安全、饮食安全、常见病自我防治、青春期安全、抗灾安全、应急安全、研学旅行安全等。全书以图文并茂的形式简单明快地展示了各种安全知识,具有很强的趣味性和实际操作性。

图书在版编目(CIP)数据

中小學生安全知识讀本/虞貴明主編. —長沙:湖南大學出版社,2018.1(2018.4重印)

(安全知识教育系列叢書)

ISBN 978-7-5667-1444-2

I. ①中… II. ①虞… III. ①安全教育—青少年讀物
IV. ①X956-49

中國版本圖書館 CIP 數據核字(2017)第 268579 號

中小學生安全知识讀本

ZHONGXIAOXUESHENG ANQUAN ZHISHI DUBEN

主 編:虞貴明

責任編輯:張建平 黃 旺 責任校對:全 健

印 裝:湖南天聞新華印務有限公司

開 本:880×1230 32 開 印張:5.5 字數:155 千

版 次:2018 年 1 月第 1 版 印次:2018 年 4 月第 2 次印刷

書 號:ISBN 978-7-5667-1444-2

定 價:28.60 元

出 版 人:雷 鳴

出版發行:湖南大學出版社

社 址:湖南·長沙·岳麓山 郵 編:410082

電 話:0731-88822559(發行部),88821343(編輯室),88821006(出版部)

傳 真:0731-88649312(發行部),88822264(總編室)

網 址:<http://www.hnupress.com>

電子郵箱:574587@qq.com

版權所有,盜版必究

湖南大學版圖書凡有印裝差錯,請與發行部聯繫



树立安全发展理念，弘扬生命至上、安全第一的思想，健全公共安全体系，完善安全生产责任制，坚决遏制重特大安全事故，提升防灾减灾救灾能力。

——摘自党的十九大报告



《中小学生安全知识读本》 编委会

顾 问：唐之享 肖雅瑜

主 任：魏永景 张放平

副 主 任：董学生 任晓锋

主 编：虞贵明

评审专家：欧阳勋 王秀英 罗小平

傅君芬 巩纯秀 熊 丰

刘 锋 杨德成 刘 洪



序 言

学生们的生命安全和健康成长，涉及亿万家庭的幸福和正常教育教学活动的开展和实施。学生们的安全不仅关乎孩子的一生，家庭的幸福，同时也关乎地方的安定，乃至国家和民族的未来。保障学生们的安全，是家庭和教育工作的首要职责，也是全社会的共同责任，是构建新时代中国特色社会主义和谐社会的重要基础，责任重于泰山。

我们的校园安全已经非常的完善，但是仅仅关注好校园安全相对于学生们的生命安全和健康成长还远远不够。近年来，发生在学生身上的交通事故、溺水事故、意外伤害等事故以及自杀事件都在不断增多，面对这些事件，我们除了感慨、叹息和痛心，更加在思考需要时时刻刻提醒学生们注意安全，珍惜生命。绝大部分学生们除了接受学校常规的法律常识及校纪校规教育外，就很少接受安全自护方面的教育，当遇到突发事件时如何提高警惕，关键时刻如何自护、自救和求教，这方面的知识几乎是一片空白。没有安全，谈何希望？没有安全，谈何生命？没有安全，谈何教育？因此，学生们的安全教育任重道远。

湖南省紧急救援协会会长魏将军长期在紧急救援一线，非常关心安全教育，特别是学生安全教育；用心教育作为湖南省紧急救援协会常务副会长单位及培训部，同时作为湖南省民办教育协会副会长单位，常年关注学生的安全教育、生命教育、家庭教育、综合素质培育。基于这些情况，湖南省紧急救援协会、湖南省民办教育协

会协同用心教育编写《安全知识读本系列丛书》，从校园安全、交通安全、心理安全、校外安全、应急安全、饮食安全、青春期安全、抗灾安全、研学旅行安全等方面系统介绍了学生们需要具备的安全意识及需要掌握的应急处置常识，给学生们建设了一座安全知识的堡垒，每一笔都是对孩子们爱的呵护，每一幅画都是对生命的守卫，每一个方法都是对安全用心的指导。

学习诚可贵，快乐价更高，若为安全故，二者皆可抛。希望《安全知识读本系列丛书》能成为你和孩子们的枕边书，每一种技能的解锁也能成为伴着孩子入眠的睡前故事，希望每一个孩子掌握更多的紧急救援和应急处置常识，健康快乐成长，与这个世界安全美好地相处。

《安全知识读本系列丛书》实在厚重，它承载着太多孩子们生命的保障之道，全然不敢轻懈待之，用心之作，良心之作。

祝大家幸福安康，一切无恙。

湖南省人民政府原副省长，湖南省人大常委会原副主任 唐之享

安全教育要从孩子抓起

张放平

习近平总书记说，“儿童健康事关家庭幸福和民族未来”；他还表示，“孩子们成长得更好，是我们最大心愿……”在十九大报告中，他再次特别强调了生命安全教育的重要性。不言而喻，确保孩子们健康成长，杜绝中小学生安全事故的发生，堪为我们国家和民族的头等重要大事。

从近几年教育部发布的中小学生安全事故形势分析报告来看，校园学生安全事故呈不断下降趋势，显然，这是各级教育行政部门和学校强化安全管理和安全教育的结果。不过，校园之外的情况却令人堪忧。教育部于2006年首次发布的中小学生安全事故总体形势分析报告显示，学生安全事故61.61%发生在校外，其中又以交通和溺水两类事故为最，导致学生死亡人数占了该年龄段总死亡人数的60%以上。随着我国经济社会发展，各种新情况、新变化、新矛盾不断出现，影响学生人身安全的因素也趋向复杂，给中小学生的安全管理带来了不少困扰。

党和国家对中小学幼儿园学生的安全始终给予了高度重视，并以法律法规的形式体现了这一国家意志，如《中华人民共和国教育法》《中华人民共和国义务教育法》《中华人民共和国未成年人保护法》《中小学公共安全教育指导纲要》《中小学幼儿园安全管理办法》《学生伤害事故处理办法》等，而且还以《关于建立全国中小学生安全教育日制度的通知》《关于加强中小学幼儿园安全风险防控体系建设的意见》《关于印发〈中小学（幼儿园）安全工作专项督导暂行办法〉的通知》《关于开展校园欺凌专项治理的通知》等行政文件对中小学幼儿园的学生安全提出了明确的要求。

对学生安全知识教育工作，湖南省委省政府领导一直以高度重视，多次作出批示；先后出台的《中共湖南省委办公厅、湖南省人民政府办公厅关于进一步加强中小学幼儿园及其周边治安工作的通知》《湖南省中小学幼儿园安全教育与管理规程》《湖南省儿童发展规划》等文件，对孩子们的安全、健康成长提出明确而具体的要求。

为帮助中小学幼儿园师生应对越来越复杂的安全环境，进一步增强安全教育意识，湖南省紧急救援协会、湖南省民办教育协会、用心教育集团联合发起了“湖南省幼儿、中小學生安全教育放心工程”，共同出版发行《幼儿安全知识绘本》《中小學生安全知识读本》等系列安全知识教育系列丛书，这对抓好孩子安全教育工作，无疑是及时而有效的助推之力。

安全是教育的基础，也是教育的前提。只有做好对孩子的安全知识教育，确保孩子们健康成长，才能有效实施素质教育。中小学幼儿园在安全知识教育中应充分发挥主导作用，培养、配备专业的安全老师，用好《幼儿安全知识绘本》《中小學生安全知识读本》两本书，将安全课程纳入到常规教育教学工作之中，有计划地安排孩子进行安全实践活动，形成有系统的安全管理及安全课程。同时，要提升并增强学生家长的安全防范意识，充分发挥家长在孩子安全教育的保障作用。在实施安全教育的过程中，必须让孩子全面参与到安全知识的学习和安全教育的实践体验，真正让孩子掌握安全知识与应急技能，切不可流于形式。

让我们共同为孩子的安全、健康成长护航！

作者系国家教育咨询委员会委员，湖南省人民政府原党组成员、教育顾问，省教育厅原党组书记、厅长，省民办教育协会会长

“安安”和“全全”诞生记

大家好！属于我们孩子的儿童安全吉祥物“安安”和“全全”终于和大家见面啦！现在让他（她）俩一起跟各位小朋友、家长、还有老师们，做个自我介绍吧！

“安安”：大家好！我叫安安，很高兴认识大家，我是哥哥，全全是我妹妹，妈妈告诉我，我们是龙凤胎哦，因为我们是一起出生的，我们的生日是2014年的11月26日。

“全全”：大家好！我是全全，我是妹妹，别看我们年纪小，本领可大着呢，我们是幼儿安全教育放心工程和中小學生安全教育放心工程的代言人，这两个工程都是湖南省紧急救援协会、湖南省民办教育协会、用心教育共同发起的，我和哥哥可都是肩负着安全、健康、快乐的使命而来的。

“安安”：是的是的，大人们的叫法是代言人，小朋友们都喜欢叫我们吉祥物，为什么是“吉祥”物呢？因为我们俩的原型是“小鲤鱼”，中国自古有“鲤鱼跃龙门”的说法，是大人们希望我们健康成长、出人头地的美好寓意，在民间我们一直就是吉祥的象征。

我和妹妹一定会把我们安全本领全部教给小朋友们！

“全全”：嗯嗯，我们俩都身怀绝技哦，包括：交通安全、校园安全、社会安全、家庭安全、食品安全、心理引导、应急安全八项本领，有些是小朋友们都需要学会的，有些是家长还有老师们也要掌握的呢。

“安安”&“全全”：让我们俩成为小朋友们的安全小伙伴，爸爸妈妈和老师们的安全小助手！让我们一起“安安全全”地健康成长！

目次

CONTENTS

第一章 校园安全

 警钟长鸣	001
 校园安全事故	001
1. 预防踩踏	002
2. 楼道安全	003
3. 预防校园暴力	004
4. 校车安全	005
5. 课间活动	006
6. 校园防火	007
7. 游戏安全	007
8. 体育课安全注意事项	008
9. 实验及操作安全	009
10. 学生宿舍安全	010
11. 教室内活动	011
12. 校园饮食安全	012
13. 军训安全	013
14. 外出游玩安全	014
15. 传染病的防治	015
 让我考考你	016



第二章 交通安全

 警钟长鸣	019
 学生交通事故	019
1. 行走时应注意的安全事项	020
2. 横穿马路应注意的安全事项	021
3. 骑自行车应注意的安全事项	022
4. 乘坐机动车应注意的安全事项	023
5. 乘坐轨道交通工具应注意的安全事项	024
6. 乘船时应注意的安全事项	025
7. 乘机时应注意的安全事项	026
8. 紧急情况的处理	027
 让我考考你	028

第三章 心理安全

 警钟长鸣	031
 心理问题事例	031
1. 克服自卑心理	032
2. 拒绝嫉妒	033
3. 直面挫折	034
4. 合理处理与老师的关系	035
5. 处理好与父母的关系	036
6. 处理好与同学朋友的关系	037
7. 异性交往（早恋）	038
8. 适度追星	039

9. 克服考试焦虑	039
-----------	-----

 让我考考你	040
--	-----

第四章 校外安全

 警钟长鸣	043
---	-----

 校外安全事故	043
---	-----

1. 当遭遇歹徒怎么办	044
-------------	-----

2. 学会报警求助	045
-----------	-----

3. 游泳安全秘笈	046
-----------	-----

4. 自己溺水怎么办	047
------------	-----

5. 同伴溺水怎么办	048
------------	-----

6. 溺水的现场急救	048
------------	-----

7. 电梯自救	049
---------	-----

8. 预防火灾	050
---------	-----

9. 遭遇火灾怎么办	051
------------	-----

10. 燃放烟花爆竹	052
------------	-----

11. 勒索与抢劫	053
-----------	-----

12. 远离毒品危害	054
------------	-----

13. 网络安全	055
----------	-----

14. 与家人走散怎么办	055
--------------	-----

 让我考考你	056
--	-----

第五章 应急安全

 警钟长鸣	063
---	-----

1. 安全标志的认识 063
2. 止血 064
3. 包扎 065
4. 徒手心肺复苏 066
5. 扭伤救护 068
6. 动物咬伤 069
7. 中暑怎么办 070
8. 气管异物——海姆立克急救法 070
9. 骨折处理 071
10. 触电急救 072
11. 煤气中毒 073
12. 烧烫伤怎么办 074
13. 用药安全 075



让我考考你

076

第六章 饮食安全



警钟长鸣

084



食品安全事故

084

1. 日常饮食卫生 085
2. 营养膳食 086
3. 常见的非安全食品 087
4. 如何预防食物中毒 091



让我考考你

093

第七章 常见病自我防治

 警钟长鸣	096
1. 流行性感冒	096
2. 流行性腮腺炎	097
3. 手足口病	098
4. 甲型肝炎	099
5. 禽流感	099
6. 急性出血性结膜炎	100
 让我考考你	101

第八章 青春期安全

 警钟长鸣	104
 童话里的好女孩	104
1. 青春期卫生	105
2. 青春期安全	107
3. 青春期心理健康	110
 让我考考你	112

第九章 抗灾安全

 警钟长鸣	116
 大事件	116
1. 地震	117
2. 水灾	120

3. 高温灾害	121
4. 雷电	122
5. 雾霾伤害	123
6. 暴雨注意事项	124
7. 暴雪灾害	125
8. 沙尘暴	126



让我考考你

127

第十章 研学旅行安全



警钟长鸣

132

1. 人身安全	132
2. 财产安全	133
3. 遵守目的地法律法规和社会风俗	133
4. 安全应急措施	134
5. 公德教育	134
6. 合理消费	135
7. 出行纪律规范	135
8. 出发前物品准备	135



让我考考你

137

第十一章 安全测试

综合安全知识测试题	139
-----------	-----