

青少年成长必读书架

素质
教育

青少年

应该知道的

安全常识

交通安全

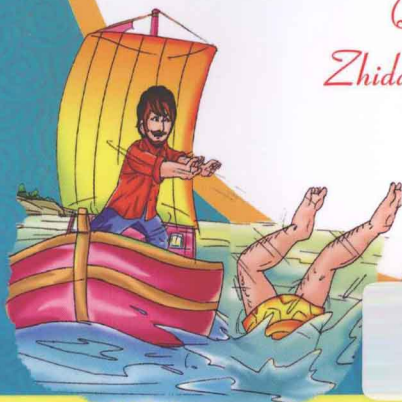
消防安全

饮食安全

校园安全

Qingshaonian Yinggai
Zhidao De Anquan Changshi

陈书凯 刘畅◎主编



- 知识孕育多元智能
- 素质成就卓越人生

本书用浅显易懂的常识，教青少年如何在这个充满危险的世界中安然前行，是青少年安全和健康成长的地图。



哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

青少年成长必读书架

素质教育

青少年应该知道的 安全常识

陈书凯 刘畅 ◎主编



- 知识孕育**多元智能**
- 素质成就**卓越人生**



哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

青少年应该知道的安全常识 / 陈书凯, 刘畅主编. —
哈尔滨: 哈尔滨出版社, 2013.11
(青少年成长必读书架. 素质教育)
ISBN 978-7-5484-1418-6

I. ①青… II. ①陈… ②刘… III. ①安全教育-青年
读物②安全教育-少年读物 IV. ①X956-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 024675 号

书 名: 青少年应该知道的安全常识

作 名: 陈书凯 刘 畅 主编

责任编辑: 富翔强 尉晓敏

责任审校: 李 战

封面设计: 鹏轩文化

出版发行: 哈尔滨出版社 (Harbin Publishing House)

社 址: 哈尔滨市松北区科技一街 349 号 3 号楼 邮编: 150028

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京朝阳新艺印刷有限公司

网 址: www.hrbchs.com www.mifengniao.com

E-mail: hrbchs@yeah.net

编辑版权热线: (0451) 87900272 87900273

邮购热线: 4006900345 (0451) 87900345 87900299 或登录蜜蜂鸟网站购买

销售热线: (0451) 87900201 87900202 87900203

开 本: 787mm × 1092mm 1/16 印张: 10 字数: 170千字

版 次: 2013 年 11 月第 1 版

印 次: 2013 年 11 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5484-1418-6

定 价: 16.00 元

凡购本社图书发现印装错误, 请与本社印制部联系调换。 服务热线: (0451)87900278

本社法律顾问: 黑龙江佳鹏律师事务所

前言



青少年如花一般娇嫩美丽，然而却是十分脆弱的。青少年虽然年龄尚小，但已经不同程度地接触了社会。在家庭生活、学校生活、社会生活等各个领域或层面，青少年时时、处处都面临着“风险”或“不安全”因素。所以，青少年很有必要学会正确认识遇到的人和事，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，使自己在遇到异常情况时，能够冷静、机智、勇敢地去应付。

比如：

一个人回到家之前应注意观察有没有人尾随，自己的钥匙是否安全放好。

平时在家时不要乱碰电源、插座等可能触电的物品。

一个人在家时如有人敲门，先不要说话，而是轻轻走到门镜处向外观察。

一个人在家接电话时应注意，先要问清对方是谁，是什么意图，不要让对方知道你一个人在家。

一个人在外面如果与家人或同学们走散，应最先找到值得信赖的人帮忙。

不要接受陌生人的帮助，更不要相信陌生人的话或跟他们走。

不要乱买东西吃，特别是路边小摊上很不卫生的东西。

不要玩猫、狗等宠物，以防抓伤、咬伤和传染疾病。



.....

青少年年龄小，经验少，在学习和生活环境中，常会遇到各种威胁人身安全的情况。如果不能及时排除这些因素，就会造成不良的后果甚至惨剧。本书通过一些典型的事例，从中总结出青少年容易遇到的状况，也提出了一些解决方法，希望小朋友读过以后有所收获，希望你能喜欢这本书。



目录



第一章 家庭生活安全与防范

1. 在厨房如何帮爸爸妈妈呢 | 2
2. 如何安全使用煤气 | 5
3. 如何安全使用压力锅和微波炉 | 8
4. 如何安全用电 | 11
5. 如何使用家用小电器 | 14
6. 如何防止引起火灾 | 17
7. 遇到火灾怎么办 | 21

第二章 校园生活安全与防范

1. 在劳动过程中如何保护自己呢 | 28
2. 体育课前该做哪些准备呢 | 30
3. 课间活动需要注意些什么呢 | 35
4. 与同学发生矛盾怎么办 | 38
5. 看到有人打群架怎么办 | 41
6. 遇到高年级学生勒索怎么办 | 45
7. 看到同学偷盗怎么办 | 49
8. 校内游戏如何注意安全 | 53
9. 在实验室里要注意什么 | 57



第三章 日常安全与防范

1. 面对陌生人，该怎么防范呢 | 62
2. 路上被陌生人盘问怎么办 | 68
3. 路遇歹徒该怎么办 | 73
4. 如何防止被盗呢 | 78
5. 在公共场所要注意些什么问题 | 81
6. 乘坐公共交通工具有哪些注意事项呢 | 85
7. 路过建筑工地需要注意什么 | 88
8. 如何正确乘坐电梯呢 | 90

第四章 交通常识与安全

1. 交通标志都代表什么意思呢 | 94
2. 为什么要走人行道 | 97
3. 骑自行车应注意什么 | 101
4. 骑自行车发生意外怎么办 | 105
5. 汽车指示灯的含义是什么 | 108
6. 为什么不要在街道上玩耍 | 111
7. 为什么不要扒车、追车 | 114
8. 遭遇车祸现场怎么办 | 117



- 9. 乘船、划船应注意什么 | 121
- 10. 乘飞机、火车要注意些什么呢 | 125

第五章 旅游安全与防范

- 1. 集体出行需要注意哪些问题 | 130
- 2. 夏季出游要注意些什么 | 132
- 3. 登山活动要注意些什么 | 135
- 4. 出去旅游如何防止太劳累 | 139
- 5. 被蜜蜂、黄蜂等蜇伤了怎么办 | 142
- 6. 如何防蚊虫和飞蛾 | 145
- 7. 被小动物咬伤了怎么办 | 147

第一章

家庭生活安全与防范

家是我们遮风避雨的港湾。它承载着我们所有的欢笑和泪水；它留藏着我们所有的希望和憧憬。家更是小朋友们的乐园，小朋友们在里面游戏、吃饭、睡觉，在里面成长！如果你珍视这个家，那就一定要注重安全，因为安全是家庭幸福和谐的保障。而家的安全，需要我们每个成员的付出与努力！





1. 在厨房如何帮爸爸妈妈呢

我们一天天地长大了，可以试着帮爸爸妈妈做一些力所能及的事情了。有没有想过为爸爸妈妈做一道菜？如果想的话，可要记住下面告诉你的话哟！

场景故事：

“妈妈，我已经是个大孩子了，你就让我帮你做饭好不好？”

看着小小那期待的眼神，妈妈莞尔一笑：“好吧！我们来做一个西红柿鸡蛋。来，先切西红柿。看到切菜刀了吧！它很锋利，所以切菜的时候一定要格外小心，不然会伤着你的手指的，那很疼噢！”

小小按着妈妈说的小心翼翼地西红柿切好了。

“然后，我们把两个鸡蛋打到碗里，用筷子搅好，一会儿要用的。”小小学着妈妈的样子，把鸡蛋在碗边上打碎，掰开蛋壳把鸡蛋打进了碗里。用筷子使劲地搅。

“好了，把天然气打开吧！一定要记着做完饭后再关掉。”

“好，火开了，把炒锅放在火上，放上油，然后放葱姜。好，很好。记住油千万不要太热，不然下菜时它会溅出来烫着你的。”

“小小看到了吗？像这样，鸡蛋变成金黄色的时候就可以用铲子翻

了。好，放西红柿，用铲子翻一下，放盐、作料。好了，可以盛到盘子里了。”

“妈妈，还没关天然气呢！”

“小小真是个细心的孩子。”

“小小，尝尝你做的西红柿鸡蛋怎么样？”

“妈妈，这是我吃过的最好吃的菜。”

“小小真乖，可以自己做饭了！”

“我会做饭了，我会做饭了！……”

厨房里飘来了小小圆润清亮的童音……

温馨提示：

（1）用刀削皮、切菜时注意力必须集中，不要拿刀比画着说笑。

（2）刀用完后，应将刀插入刀架；刀暂时不用时，要放置在安全位置，特别注意不要突出在案板或灶台外面，万一碰落，很容易出事故。

（3）将洗涤剂、消毒液、调料、炊具等分类放置。

（4）煎炸食物时应小心照看炊具，不要离开；所放食油不要超过锅的三分之一；油煮沸的时候，不要溅进水滴。

（5）烹制油炸食品，要预先备好锅盖及大块湿毛巾，一旦起火，可马上用锅盖盖住，使其缺氧而达到灭火的目的。





场景故事：

陈阿姨来家里做客。“妈妈，你在这里陪陈阿姨，我去削苹果。”小小的一句话引得妈妈和陈阿姨都笑了起来。

“小小，来，告诉陈阿姨，你知道用什么削苹果吗？”

小小眨了眨她的大眼睛：“陈阿姨，这可难不倒我，削苹果当然用刀了。不骗你，我们家有好多好多刀。”

说着就快步走进了厨房，出来的时候手里多了一把切菜刀。

“来，陈阿姨，我给你削苹果吧！”

妈妈和陈阿姨又笑了起来。

“我做错了吗？你们为什么笑啊？”

陈阿姨把小小手里的刀接过来，放在了桌子上，把小小拉到自己怀里。“小小啊，不同的东西有不同的用处。比如说你拿的这把刀是用来切菜的。”说着从桌子上又拿起了一把水果刀，“瞧，削水果要用像这样的水果刀！”

陈阿姨停顿了一下，接着说：“小小，厨房里的那些刀，可不能随便拿着玩。它们都是用来切菜、剃肉的，非常锋利，一不小心就会伤着人的。”

温馨提示：

如果我们需要使用刀具，应当注意：

- (1) 第一次使用刀具时，千万要在爸爸妈妈的指导示范下进行。
- (2) 使用时要小心，注意力集中，姿势要正确，不用刀具比画、打闹，更不能拿着刀具互相开玩笑，以免误伤别人或自己。
- (3) 刀具不用时，要随时收起来，放在安全稳妥的地方。
- (4) 不要使刀具的尖和刃部突出、暴露在外，以免刀具被碰落而伤人或者有人不慎触碰而受伤。



2. 如何安全使用煤气

随着年龄的增长，我们可以帮爸爸妈妈做些力所能及的事情了，如烧水、做饭等。然而在此之前要学会正确使用液化气或煤气。煤气给我们的生活带来了许多方便，但是如果使用不当，它也会造成灾难的。

场景故事：

妈妈在午休，仔仔不想睡觉，一个人在客厅里看动画片。

仔仔的心思可没放在那上面。

“妈妈每次做饭时一拧开那个开关，就能冒出蓝色的小火苗，好神奇，多好看啊！”

“可为什么妈妈不让我碰呢？一定有什么秘密，咦，不如趁妈妈睡觉看看去。”

小家伙兴高采烈地跑进了厨房，兴冲冲地扳开了把手。

“怎么没有火苗呢？妈妈是怎么让火苗出来的呢？”

“小淘气包，又在干什么





呢？”身后传来了妈妈温柔的声音。

“妈妈，你要是不生气我就告诉你。”

“好，妈妈向你保证，妈妈不生气。”妈妈笑着说。

“我想知道为什么你能弄出小火苗，而我却不能呢？”

妈妈笑着把仔仔揽进了怀里。

“仔仔，你知道吗？天然气可以为我们提供做饭用的燃料，可它也是很危险的。天然气阀门可不是随便乱开的！如果不小心的话便会引起天然气泄漏，最终酿成火灾。所以呢，只有在做饭的时候才可以打开，而且一定要记着，做完饭后马上关掉！”

“妈妈，我记住了！”

“真是个好孩子！”

“来，妈妈告诉你，怎么打出火苗，怎么关阀门！”

温馨提示：

(1) 无论你是使用管道煤气，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，以使厨房里能够通风。

(2) 如果你想帮爸爸妈妈做饭或烧水，要专心看守，切莫远离厨房，去做其他事情。

场景故事：

在一个喜气洋洋的除夕之夜，陈莉和家人一起在客厅里看春节联欢晚会，浓郁的亲情让每个家庭成员都感受到家的温暖。“不对！”鼻子一向很灵的陈莉起身朝厨房走去，她隐隐闻到一丝煤气的味道。

打开厨房的门，一股刺鼻的气味直冲脑门儿。陈莉有些惊慌，赶忙叫妈妈。妈妈闻声赶来，慌乱之中被绊倒在地。“妈妈，你怎么啦？”陈莉

一边叫着，一边伸手去开电灯的开关。“不要！”爸爸也跑了过来。可是已经晚了，电灯只闪了一下，由于煤气泄漏太多，遇到高温，整个厨房就轰然爆炸了！可怜的陈莉和妈妈都在这一夜永远地走了……

温馨提示：

当煤气发生外泄时，我们应该如何处理呢？

（1）首先要关闭煤气的总阀门，停止煤气的继续泄漏，同时要绝对禁止一切能引起火花的行为，一旦发现煤气泄漏，不能打开抽油烟机和排风扇，不能点火，也不能在室内拨打电话。

（2）如果看到钢瓶阀门处已经着火时，千万不要慌，应紧急关闭阀门，不要因为害怕而把钢瓶弄到屋外任其燃烧，这样反而会引起爆炸。

（3）液化气燃烧产生的温度很高，所以，你在关闭阀门的过程中，必须要戴上浸过水的布手套，或用湿围裙、毛巾、抹布等包住手臂，防止被火烧伤。

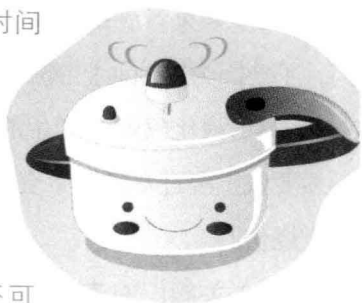
（4）关阀门的速度一定要快，否则3—5分钟后，钢瓶角阀内的尼龙垫、橡胶垫圈和用于密封的环氧树脂黏合剂就会被高温熔化，以致失去阀门的密封作用，液化气大量外泄，火会烧得更旺。





3. 如何安全使用压力锅和微波炉

压力锅即高压锅，用它烹饪食物，既省时间和燃料，食物的味道又不错。可是，有些人怕弄不好会爆炸，所以不大敢用；有些人使用时又太粗心，结果造成事故。



微波炉是利用微波快速加热，从而对食品进行解冻、干燥和烹饪的箱式炉具。它还可对非金属物品进行快速干燥和消毒灭菌处理，具有清洁卫生、省时省力、不破坏食物营养成分等优点，是一种理想的厨房用具。

这类做饭工具只要掌握了它的性能，认真按说明书使用，就能做到安全使用。

场景故事：

“妈妈，羊肉炖好了吗？”仔仔冲进来就问。

“仔仔，一会儿就好了！”妈妈温和地说。

“可是，我明明看到高压锅冒了好多热气，怎么还不行啊！”仔仔很着急。

“仔仔，别急，其实肉已经炖好了，可是我们要再等一会儿才能打开

锅。”妈妈笑着说。

“为什么，我都等不及了。”仔仔很不解。

“高压锅在加热的时候会产生大量的蒸气，如果不等那些热气散尽就打开锅的话，会烫伤人的。”妈妈耐心地说。

“妈妈，我们再等一会儿吧！就算我不吃羊肉也不要妈妈被烫着。”仔仔望着妈妈说。

“真是妈妈的好儿子，好了，可以了。坐到餐桌旁边，妈妈给你盛。”妈妈摸着仔仔的头说。

“太好了，可以吃肉啦！”仔仔一边喊，一边往餐桌跑去。

温馨提示：

(1) 在盖上盖子时，一定要检查一下排气孔是否畅通，安全塞（即易熔塞）座下的孔洞内有没有残留的饭粒或食物碎渣。上下两只手柄完全重合以后，方可点火加热。如果手柄未对齐，锅内压力加大后，会把未合好的锅盖掀飞，锅内的食物也会喷出。

(2) 在锅内放食物和作料时，切不可超过它容量的4/5。锅内没有空隙，水开后会吧排气孔和安全塞堵上而发生事故。

(3) 当食物煮沸，有蒸气呈直线状从排气孔排出并发出声音时，方可将限压阀扣上。

(4) 加热到一定程度时，限压阀会被高压气流微微抬起，两边的气孔同时有气放出来，并发出“噓、噓、噓”的尖叫声，此时要把火力调

