

· 青少年健康成长教育丛书 ·



生命 健康安全教育

本书编写组 编

四年级上册



江苏凤凰科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

生命健康安全教育的四年级上册 / 《生命健康安全教育的四年级上册》编写组编. -- 南京:江苏凤凰科学技术出版社, 2016.8

ISBN 978-7-5537-6999-8

I. ①生… II. ①生… III. ①安全教育—小学—课外读物 IV. ①G624.103

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第183227号

生命健康安全教育的四年级上册

编写 本书编写组
责任编辑 熊亦丰
助理编辑 陆春艳
责任校对 郝慧华
责任监制 曹叶平 周雅婷

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏凤凰科学技术出版社
出版社地址 南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009
出版社网址 <http://www.pspress.cn>
经销 凤凰出版传媒股份有限公司
照排 江苏凤凰制版有限公司
印刷 江苏徐州新华印刷厂

开本 718mm × 1000mm 1/16
印张 5
字数 96 000
版次 2016年8月第1版
印次 2016年8月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5537-6999-8
定价 12.00元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。



前言

学生是祖国的未来和希望，也是每个家庭的希望，是实现中华民族伟大复兴的生力军。然而快速的生活节奏，无边的学习压力，让我们无暇思考生活的意义，享受生命带给我们的震撼和惊喜。当我们被身边的知识追赶的时候，我们遗忘了曾经眺望远空的清澈眼神；当我们抱怨生活不满的那一刻，我们远离了生命的宁静与祥和；当我们挥霍青春的那一刻，我们忽视了生命的有限和珍贵。直到我们被青春撞了一下腰，才反思生活的杂乱与无序，感慨生命的残酷与脆弱，审视生命的价值和意义。“假如生命可以永远”，我们都想从头来过，但是生命对于你我只有一次，不容亵渎和荒废，每个灵魂都应当对生命充满敬畏，对生活充满热爱。



健康成长，提升生命质量是每个学生应有的权利，也是每个学生应当思考的重要话题，学校开展生命健康教育也就变得弥足珍贵；引导学生思考生命意义，关注身体健康，树立安全意识应当成为学校工作的重点。学校教育需要唤醒学生对人生价值的思考和探索，让学生深刻理解生命的意义，才能激发其全面而有个性化的内在发展需要。

这套《生命健康教育》，是根据教育部关于加强学生安全教育的要求，针对学生群体编写的一部学习安全知识的读物。它以生命教育为总纲，从认识生命、关注生命、珍爱生命、生命成长出发，内容涵盖生命教育、健康教育、安全教育三方面，旨在引导学生过积极健康的生活，追求有意义的生命，成为幸福人生的创造者和文明社会的建设者。

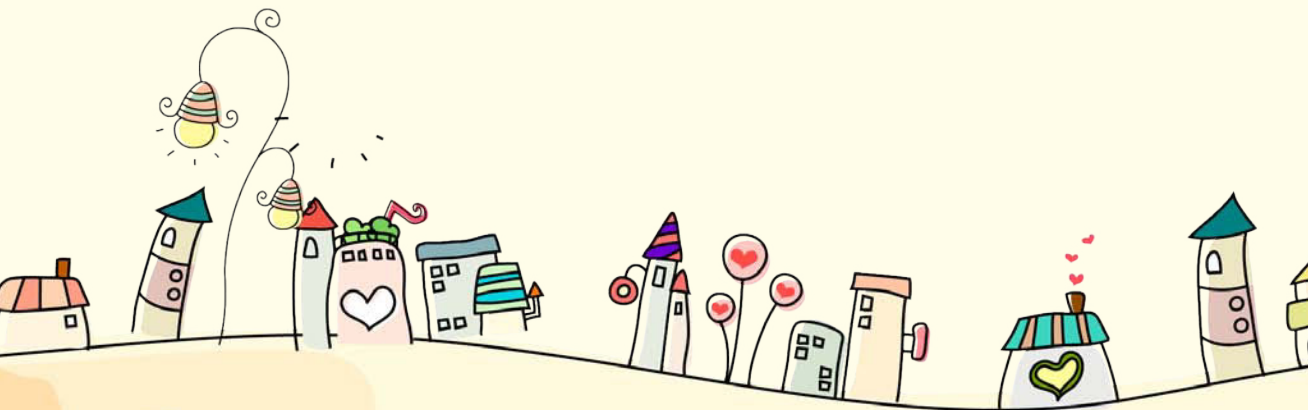
本书编写组





目录

| | |
|-----------------------|----|
| 主题一 亲密的“伙伴” | 1 |
| 主题二 “饱饱”的爱 | 6 |
| 主题三 亲爱的爸爸妈妈 | 11 |
| 主题四 假日小网虫 | 16 |
| 主题五 认识 QS | 21 |
| 主题六 我家只有两个人 | 25 |
| 主题七 外出活动保安全 | 28 |
| 主题八 秩序，让更多人逃出去! | 33 |



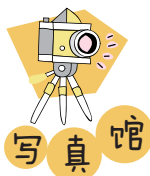


| | |
|---------------------|----|
| 主题九 我不上你的当..... | 38 |
| 主题十 传染病、流行病..... | 42 |
| 主题十一 那个可怕的大哥哥..... | 46 |
| 主题十二 警惕危险的施工禁地..... | 51 |
| 主题十三 小心煤气中毒..... | 55 |
| 主题十四 人身自由与遵纪守法..... | 59 |
| 主题十五 美丽的市民广场..... | 63 |
| 主题十六 注意公共安全..... | 67 |
| 主题十七 消费有保护..... | 70 |





主题一 亲密的“伙伴”

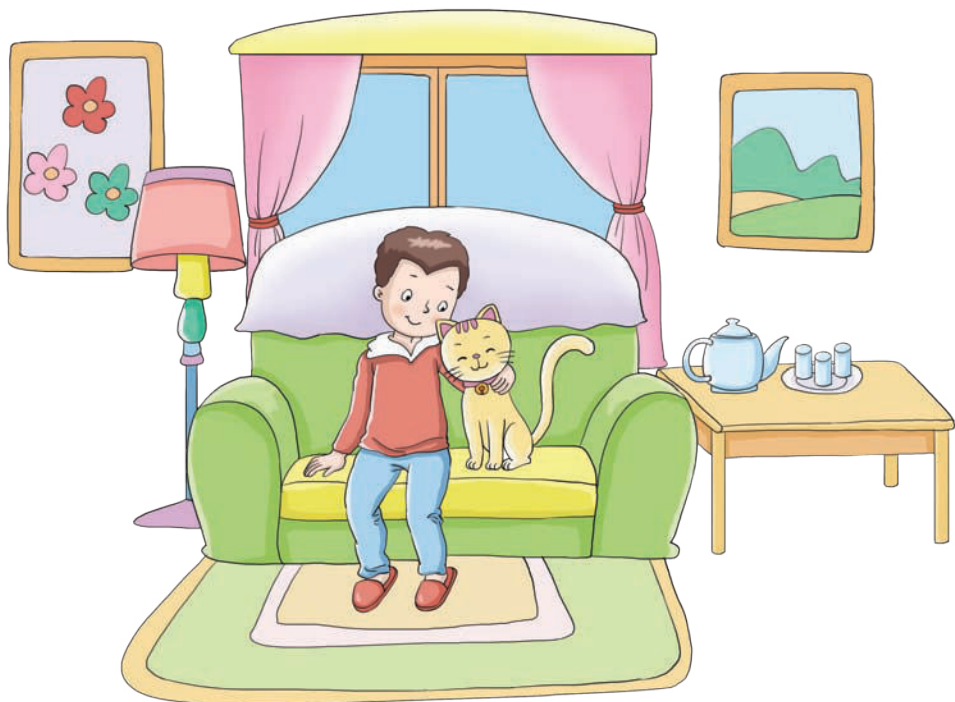


一个下雨天，小泰收养了一只流浪小猫。小泰可喜欢小猫了，小猫对小泰也很依恋，他们成了好朋友，每天都一起玩耍，一起睡觉。

小猫在小泰的呵护下，很快长大了，吃得越来越多，最后竟长成了巨型大猫。没办法，妈妈只有把大猫送去动物园。在那里，巨型猫成了明星！许许多多的人跑来看它。

一天，小泰来到动物园挤进重重人群，来到他心爱的猫咪跟前。四目相对的刹那，思念之情喷涌而出。小猫再也不想留在动物园了，他要回到小泰的身边，于是它拼命减肥。

就这样，小泰和小猫又在一起幸福、快乐地生活了。





生命健康教育 四年级上册

如今，很多小动物成为人们饲养的宠物，如何对待这些宠物，不同的人有不同的态度——

小泰对他的宠物真好，把猫咪当做手心里的宝，悉心照料。



有人不喜欢宠物了，或是因为宠物生病了，觉得是个累赘了，就将宠物随意丢弃。

有人名义上说是养宠物，但是却虐待宠物，某大学生竟然残忍虐杀了近30只小猫……



对于宠物，你的态度是怎样的呢？



真知堂

动物是人类的亲密伙伴。达尔文认为：“关心动物是一个人真正有教养的标志；一个社会的文明程度越高，其道德关怀的范围就越宽广。”

世界各个文明起源地区的考古发现都证实，狗是人类驯化的第一种动物，也被认为是人类最亲密的动物“朋友”。古人以狩猎为生，他们发现史前犬类动物比其他动物更易交往，也不那么凶猛，性情较好而且顺从，于是便开始了漫长的驯服狗的历程。

2011年10月，波兰中部地区罗兹省卡洛里诺夫村，一个3岁半男孩独自跑出家门。家人四处寻找，没有下落。第二天清晨，



主题一 亲密的“伙伴”



一名村民路过一片树林时，突然听到狗的狂吠声，随后村民发现小男孩在狗的身边安然熟睡。小狗一夜都在用自己的身体为小主人暖身，并在听到有人路过时狂吠求助。

对于人来说，宠物可能只是自己生活的一小部分，但对于宠物来说，主人却是自己生活的全部。

小朋友，宠物是我们的亲密伙伴，关爱他们应该怎么做呢？



关爱宠物朋友，我们可以这么做：

《北京市养犬管理规定》第十七条提出：“不得虐待，遗弃所养犬。”

台湾《动物保护法律》第五条指出：“饲主对于所管领之动物，应提供适当之食物、饮水及充足之活动空间，注意其生活环境之安全、遮蔽、通风、光照、温度、清洁，并应避免其所饲养之动物遭受不必要之骚扰、虐待或伤害。”

美国《动物保护协会规章》中提出：“狗的主人或监护人不得让狗独自在家时间超过 10 小时；狗的主人及家人外出旅行可将狗放在托狗所，由其代为饲养和管理。”



活动一：小判断

“宠物只是小动物，又不是人，我们不必太在意它们。”对于这样的说法，人们的看法不一。请你判断下面的说法是否合理，在相应的图标上打“√”，并说说你的看法。



实践园

我们应该对宠物好，因为宠物把你当做它的一切，你是它唯一的伙伴和亲人。



宠物只是动物而已，我管它吃饱就行了，不开心还能拿它来发泄呢。



宠物只是一个东西，搬家后我要在新家养新宠物，旧的丢掉算了。







活动二：我了解，我会爱

你养过小动物吗？在饲养过程中，你一定有善待动物的好办法，和大家分享一下吧。

我是这样善待宠物的：_____

活动三：我行动，我真爱

妍妍家的小区里有几只流浪猫，我们可以为它们做些什么呢？来听听妍妍和朋友的对话吧。

我妈妈这几天把家里剩饭剩菜拌在一起，放在垃圾桶旁边，猫会自己来吃，它们不会饿肚子了。

邻居王叔叔说猫叫得吵死了，但是这是它们的天性啊。我想我们最好在小区里贴一张倡议书，让大家都不要伤害这些小生命。



你们真有爱心，不过在关爱他们的时候，也要注意保护好自己哦！





《猫》（节选）

阅览室

满月的小猫非常可爱，腿脚还不稳，可是已经学会淘气了。一根鸡毛，一个线团，都是它们的好玩具，耍个没完没了。一玩起来，它们不知要摔多少跟头，但是跌倒了马上起来，再跑再跌。它们的头撞在门上，桌腿上，彼此的头上，撞疼了也不哭。它们的胆子越来越大，逐渐开辟新的游戏场所。它们到院子里来了：院中的花朵可遭了殃。它们在花盆里摔跤，抱着花枝打秋千，所过之处，枝折花落。你见了绝不会责打它们，它们是那么生气勃勃，天真可爱。

——节选自老舍先生的《猫》

这样可爱的猫咪，你是不是hold不住了？那就让我们爱它们吧，这样它们快乐，我们也快乐！

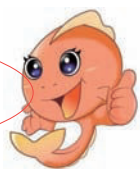


电影《我与狗狗的十个约定》

14岁的少女齐藤明莉收养了一只可爱的小狗，在妈妈的建议下她给小狗取名为“索克斯”，并和小狗定下“十个约定”。不久，妈妈去世，而身为医生的爸爸忙于工作，无暇多照顾明莉，“索克斯”便成为明莉最忠实的玩伴。在以后的生活中，不管齐藤明莉遇到怎样的困难，小狗索克斯总是陪伴在她身边。每当齐藤明莉因为生活琐事感到心烦而想对小狗索克斯发脾气时，她的心理就

会想到当初和小狗定下的十个约定，这些约定一直在齐藤明莉脑中，她从未忘记，最终，齐藤明莉陪伴着小狗索克斯一直到它生命的终点。

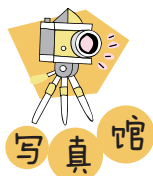
怎么样，你是不是也很想认识狗狗“索克斯”？赶紧去看看这部电影吧！



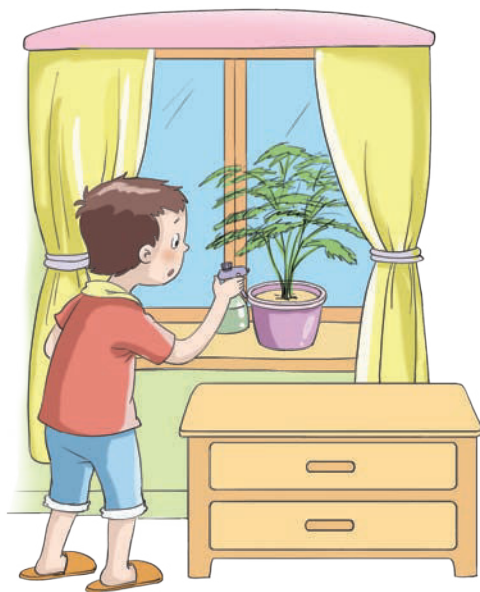


主题二

“饱饱”的爱



嘟嘟的妈妈给他买了一盆文竹，文竹纤细翠绿，漂亮极了。嘟嘟特别开心，自信地对妈妈说：“我能做好文竹的小主人！我会让它快快长大！”嘟嘟说到做到，他每天上学前都不忘给文竹浇水，还经常把文竹搬到阳台上晒晒太阳，放学回家第一件事就是看看文竹长高了没有。可是没多久，嘟嘟发现文竹原本绿绿的叶子发黄了，蔫了。这可把嘟嘟急坏了：“我那么用心地呵护文竹，它怎么还会死呢？”



同学们，植物可以美化、净化环境，在日常生活中，你和家人是不是也养过植物呢？是怎么养的？结果又是怎样的呢？





植物世界是一个庞大的世界，家族成员可多啦。从一望无际的草原到广阔无垠的江河湖海，从赤日炎炎的沙漠到冰雪覆盖的极地，处处都有植物的踪迹。我们的生活中，也少不了植物的身影。我们该如何养好植物，这是大有讲究的。不同的植物有不同的生活习性，我们在养殖植物的时候一定要遵循它们的特点。



以嘟嘟养的文竹为例，我们来了解一下文竹的养殖要领吧。

◎ 盆土

文竹适合在温暖湿润、排水良好的土壤里生活。

◎ 浇水

浇水要采取“见干浇透”的原则，看到土干了再浇水。浇水时要浇透，不能浇半截水，否则根茎吸收不到水分会枯死。

◎ 施肥

盆栽文竹土的肥力是有限的，必须及时补充养分——氮肥或磷肥（花鸟市场有卖），以满足其生长要求。文竹施肥宜薄宜勤，不能施浓肥，否则根茎会被烧死。对了，淘米水也是一种很好的肥料呢！

◎ 光照

文竹喜欢半阴的环境，最好放在有散射光的室内。除了冬天外，其余季节不宜放在阳光下直晒哦！

◎ 温度

文竹有些怕冷。冬天，盆栽文竹应保持5℃以上的环境温度，以免受冻。相信嘟嘟知道了文竹的生活习性之后，一定可以养好文竹的。

植物的世界里可是奥秘多多呢，来向园丁爷爷了解一下吧。





| | | |
|---|--|---|
| <p>喜阴植物（适度隐蔽的环境下生长）： 绿萝 橡皮树 龟背竹 滴水观音 红掌 文竹</p> | <p>喜阳植物（需要光合作用提供养分）： 月季 石榴 菊花 水仙 荷花 向日葵</p> | <p>“天然清道夫”（能清除空气中的有害物质）： 芦荟 吊兰 虎尾兰 一叶兰 龟背竹</p> |
| <p>陆生植物（在陆地上生长）： 车前草 蒲公英 三叶草 一串红 含羞草 剑兰</p> | <p>水生植物（在水中生长）： 荷花 水花生 水葫芦 金鱼藻 浮萍</p> | <p>植物世界里的奥秘还有很多呢，你也去了解了解，和伙伴分享吧！</p> |



活动一：晒晒我家的植物朋友

小朋友们，了解了一些植物的特点，相信你们养殖起植物来，应该会得心应手了。让我们来晒晒自己的植物朋友吧。



实践园

植物名片：

◎ 名称 _____

◎ 样子（描述一下，也可以贴上你植物朋友的照片哦） _____

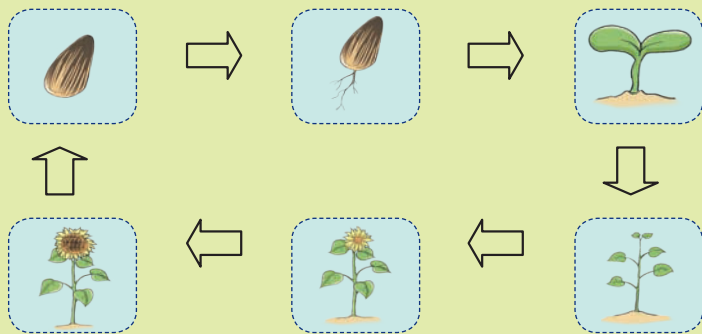
◎ 养殖方法 _____





活动二：向日葵的一生

植物一般都是由小小的种子发育而成的，你知道植物的一生吗？让我们一起来了解向日葵的一生吧。



向日葵的一生说明了植物整个生命周期的变化：生长发育、繁殖、衰老等过程。你也可以动手做一做，种一种大蒜、洋葱、花生等，观察它的一生，记得写一写观察日记哦。



奇异的植物世界

阅览室

小星和同学们到植物园去参观，他们请农艺师李叔叔当向导。走进植物园，一阵风吹来，大家听到了哈哈的笑声。这儿明明没有别的游客，哪儿来的笑声呢？大家正感到奇怪，李叔叔把他们带到一棵长满果子的树下，说：“这叫哈哈树，树上的果子被风一吹，就会发出哈哈大笑的声音。”

离开哈哈树，同学们来到花棚，看到一种很艳丽的花。小星越





看越喜欢，便伸手去摸。谁知，他的手指刚碰到叶子，就感到一阵麻木，好像触了电似的。“啊！”他惊叫着把手缩了回来。“别慌，别慌！”李叔叔说，“这是一种带电的植物，不会伤害人，因为它带的电很弱。”



同学们继续向前走着，突然发现小路旁的大树上，挂着一条条像蜡烛一样的东西。“这是什么呀？”小星问。“这叫蜡烛树。”李叔叔边说边摘下一根“蜡烛”，剥开皮，用火一点，真的点着了，和烛光一样明亮。

大家走到一块草地上，李叔叔随手拔了一棵草，叫小星嚼嚼是什么味道。小星一嚼，顿时酒味四溢，还觉得有点儿醉意。李叔叔笑着说：“这叫醉草，草里含有酒精呢！”

李叔叔又把大家带到一块低洼的水草地旁边，指着一种草，要大家仔仔细细看看它有什么本领。小星第一个发现：一个虫子刚爬到草叶上，那蚌壳一样的草叶，就闭合起来。等叶子再张开时，那虫子已被“吃”掉了。李叔叔说：“这叫捕蝇草。”

“呀，那边荷花池中怎么有笛声？”小星好奇地问。李叔叔把大家带到荷花池边，笑着说：“这清脆柔和的笛声，是从荷花上发出来的，风吹动它的干花膜，就像吹笛子一样。人们管这荷花叫水笛荷。”

多么奇异的植物世界呀！

植物世界是不是特别有意思？生活中你我要有一双善于发现的眼睛，多问几个为什么，你就能更多地了解植物朋友，给它们恰到好处的爱。





主题三 亲爱的爸爸妈妈



未发出的手机短信

5·12汶川地震中，抢救人员在废墟中发现了一位年轻的母亲，当时她已经死了。透过那一堆废墟的间隙可以看到她死亡的姿势：双膝跪着，整个上身向前匍匐着，双手扶着地支撑着身体，有些像古人行跪拜礼，只是身体被压得变形了。救援人员发现在她的身子底下有个孩子还活着！经过一番努力，人们小心地把挡着她的废墟清理开，在她的身体下面躺着的应该是她的孩子，包在一个红色绣黄花的小被子里，大概有三四个月大。因为母亲身体庇护着，他毫发未伤，抱出来的时候，他还安静地睡着，他熟睡的脸让所有在场的人感到很温暖。随行的医生过来解开被子准备做些检查，发现有一部手机塞在被子里，屏幕上是一条已经写好的短信：“亲爱的宝贝，如果你能活着，一定要记住我爱你！”



生命，每个人只拥有一次。年轻的妈妈为了保护年幼的孩子义无反顾地献出了自己的生命，你感受到母爱的伟大了吗？