

· 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

八年级上册



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八年级上册 / 《生命健康安全教育的编写组编. — 南京: 江苏凤凰科学技术出版社, 2016.8

ISBN 978-7-5537-7046-8

I. ①生… II. ①生… III. ①安全教育—初中—课外读物 IV. ①G634.203

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第188179号

## 生命健康安全教育的八年级上册

---

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 5.5

字数 105 000

版次 2016年8月第1版

印次 2016年8月第1次印刷

---

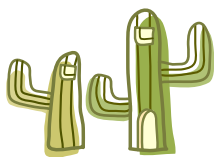
标准书号 ISBN 978-7-5537-7046-8

定价 13.00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。

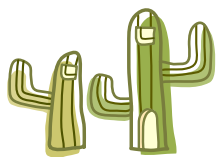
这套《生命健康教育》，是根据教育部关于加强学生安全教育的要求，针对学生群体编写的一部学习安全知识的读物。它以生命教育为总纲，从认识生命、关注生命、珍爱生命、生命成长出发，内容涵盖生命教育、健康教育、安全教育三方面，旨在引导学生过积极健康的生活，追求有意义的生命，成为幸福人生的创造者和文明社会的建设者。

本书编写组

# 目录



主题一	破坏生命世界的“黑镜头”	1
主题二	不应该的“随手一扔”	7
主题三	有些“路”不能省	13
主题四	怎样做好“一盏灯”	19
主题五	神秘的小纸条	25
主题六	女生，请保护好自己	31
主题七	警惕新家的“隐形杀手”	37



主题八	毒品不是儿戏	43
主题九	舌尖上的美丽杀手	49
主题十	爱你在心口难开	55
主题十一	飞来的“惊喜”？	61
主题十二	吸烟真的有派头吗？	67
主题十三	别拿青春去赌博	73
主题十四	入乡随俗显得尊重	79



## 主题一 破坏生命世界的“黑镜头”



Shahtooth, 中文译名“沙图什”, 是一种美丽华贵的披肩的名称。一条长2米、宽1米的沙图什重量仅有百克左右, 轻柔地把它攥在一起可以穿过戒指, 所以又叫“指环披肩”。正是沙图什的这种特质, 这种披肩已成为欧美等地贵妇、小姐显示身份、追求时尚的一种标志, 许多人对之趋之若鹜。

这样一种昂贵的美丽披肩背后, 却充满血腥。据野生动物保护协会提供的资料显示, 一条沙图什需要以3只藏羚羊的生命为代价。由于藏羚羊的群居习性, 盗猎者常常一次就要杀死成百上千只藏羚羊。因为对于盗猎者来说, 藏羚羊只有身上的羊绒有价值, 其他的部分几乎没有用处。因此他们往往采用就地取皮的方式, 将除皮后的藏羚羊尸体抛之荒野。于是, 一时间血流成河。



据《世界濒危动物红皮书》统计, 由于人类的杀戮和不正当利用, 在刚刚过去的20世纪, 110个种和亚种的哺乳动物和139个种和亚种的鸟类在地球上消失。现在, 全世界每年还有5000多种动物和上万种植物正濒临灭绝。

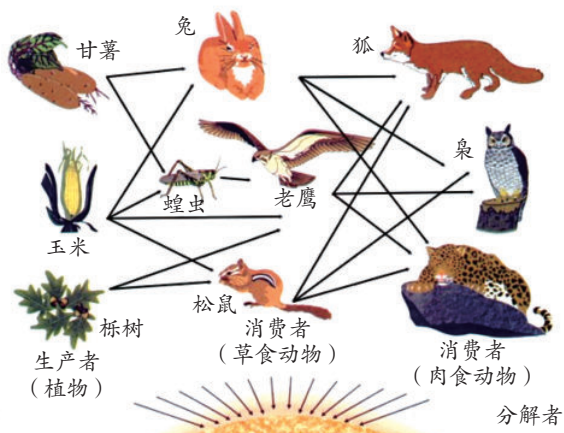
1. 自然生灵对人类有用就一定能“用”吗?
2. 自然生灵对人类无“用”就不是朋友吗?



“没有买卖就没有杀害”，之所以存在破坏生命世界的“黑镜头”，最根本的原因是部分人类成员的贪婪、无知和冷漠。大自然每一种生命都有其独特的价值。大自然赐予小草生命，小草带来了满世界的青绿；大自然赐予万物以生命，因此，整个世界充满生气与活力。世间万物都有自己独特的价值，即使是一滴水也能折射太阳的光辉。



仿生学告诉我们，锯子学的是螳螂臂，或锯齿草；人们根据章鱼发明了烟雾弹；人类从令人讨厌的苍蝇身上，仿制成功一种十分奇特的小型气体分析仪，已经被安装在宇宙飞船的座舱里，用来检测舱内气体的成分。



人类之所以要与破坏生命世界的“黑镜头”斗争，是因为人类和大自然中的所有生物一样，都处在大自然的生物链中。如果人类急功近利破坏了食物链，最终也必将破坏自己生活的美好家园，甚至危及自身的生存。



《野生动物保护法》保护着野生动物哦！

第三条 野生动物资源属于国家所有。国家保护依法开发利用野生动物资源的单位和个人的合法权益。

第五条 中华人民共和国公民有保护野生动物资源的义务，对侵占或者破坏野生动物资源的行为有权检举和控告。

第八条 国家保护野生动物及其生存环境，禁止任何单位和个人非法猎捕或者破坏。



人类和自然的关系，自古以来就是一个宏大的命题，每个青少年要为人与自然和谐贡献一份力，这就需要我们做到：

- 积极在所在社区内宣传保护野生动物的相关知识；
- 坚决不食野生动物；
- 发现乱捕滥猎、贩卖和非法经营野生动物者要坚决制止和举报；
- 不伤害、不捕杀、不笼养野生动物；
- 不干扰动物们的正常生活；
- 不购买野生动物制品；
- 不恫吓、不虐待、不折磨、不欺辱一切动物，动物也有尊严；
- 不鼓励买动物放生，善心可能导致恶果；
- 见到街头耍猴的违法现象应给予制止和举报；
- 尽量不看驯兽、马戏等违反野兽天性的表演；
- 不鼓励采集购买制作动物标本。



面对 H7N9 禽流感疫情，同学们在讨论该不该参加全城杀鸡的时候，出现了不同的观点，请你参与讨论，发表观点：



非常时期非常手段，在这时候参与杀鸡是珍爱生命的表现，我们每一个人都应当积极参与到这件事情中。

人类在任何时候都不能滥杀无辜，那些已经被疫情感染的鸡当然要杀，但健康的鸡岂可滥杀！！



我的分析的参考资料和途径： \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

我的观点： \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



学习完这部分内容，请你以“人类的动物朋友”为主题，整理一份国旗下讲话的发言稿，并请父母、老师或朋友点评。

发言稿内容：（可粘贴）



以下是某消费者在某餐馆里的点菜单，请你告诉该消费者哪些菜可以点，吃哪些菜涉嫌违法：

× × 餐馆点菜单

2013年4月16日

桌号：10

人数：5

菜名	数量	金额
芸鼠炖黄豆	1	120
野鸡	1	70
粉蒸野猪肉	1	70
青菜野蘑菇	1	18
油焖茄子	1	15
酸菜鱼	1	35
西红柿蛋汤	1	8
红酒	1	70

我的观点：\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## 河马欧文的故事

这只小河马名叫“欧文”，刚满周岁，体重300公斤。它在印度洋大海啸中，从萨巴基河中被巨大的洪水冲到了印度洋里，最后又被冲上了岸。当它被冲到岸上的时候，发出了可怜的叫声。肯尼亚野生动植物保护人员发现了它，并将它送到蒙巴萨港一家动物保护机构。在那儿，“欧文”竟然把一只名叫“莫兹”的百年大雄龟当成了自己的亲人，而那只老龟也乐于认下这个“儿子”。

生态学家鲍拉·卡胡姆布教授说：“这真是太不可思议了！它们建立了很好的关系，如今它们朝夕相处，形影不离，一起游泳，一起吃东西，一起睡觉。”

河马是群居性动物，小河马出生后至少需要和妈妈生活4年时间。只有一岁的小河马“欧文”失去妈妈后，对母爱有着强烈的愿望，这都容易理解，问题是，河马与乌龟本是风马牛不相及的两种动物，究竟是什么原因使它们将异类认作亲人呢？

这是一个有趣的问题，有时候不同种类的动物之间确实出现离奇的“认亲”现象。

在肯尼亚的另一个动物保护区内，一头凶猛的母狮接连收养了几只非洲大羚羊（羚羊的一个种类）小羊羔。非洲大羚羊原本是它们捕食的对象，而它却成了这些小羊羔的母亲，这确实让人费解。



## 主题二 不应该的“随手一扔”

据统计：我国 668 座城市，有 2/3 被垃圾环带包围。这些垃圾埋不胜埋，烧不胜烧，造成了一系列严重危害。



根据垃圾问题专家王维平的调查，垃圾资源化潜力随着生活水平和经济的发展也不断增长。在垃圾成分中，金属、纸类、塑料、玻璃被视为可直接回收利用的资源，占垃圾总量的 42.9%，可直接回收利用率应不低于 33%。而且，垃圾中的其他物质也能转化为资源，如食品、草木和织物可以堆肥，生产有机肥料；垃圾焚烧可以发电、供热或制冷；砖瓦、灰土可以加工成建材，等等。

所以说垃圾山可以变成金山。各种固体废弃物混合在一起是垃圾，分选开就是资源。如果能充分挖掘回收生活垃圾中蕴含的资源潜力，仅北京每年就可获得 11 亿元的经济效益。



1. 你知道垃圾分类有哪些益处吗？
2. 你知道怎样进行分类吗？



垃圾分类回收有利于保护环境。生活垃圾按不同成分、属性、利用价值以及对环境的影响，一般可分为四大类：可回收垃圾、厨房垃圾、有害垃圾和其他垃圾。可回收垃圾可以回收利用，减少污染从而保护环境。

可回收垃圾包括纸类、塑料、金属、玻璃、木竹等；厨房垃圾包括剩菜剩饭、骨头、菜根菜叶等食品类废弃物；有害垃圾包括废电池、废日光灯管、废水银温度计、过期药品以及废医疗用品等。




垃圾中有哪些成分是污染环境的？

1. 塑料：如塑料袋、塑料包装、快餐饭盒、塑料杯瓶、电器包装、冷饮皮等等。
2. 电池：如纽扣电池和含汞镉普通电池和充电电池。普通干电池和充电电池含有汞、镉等有害重金属。
3. 剩餐：餐饮业剩在餐盒中的剩饭。
4. 清洁类化学药品：如各种家用去油、除垢、光洁地面、清洗地毯、管道等化学药剂，以及空气清新剂、杀虫剂、化学地板打蜡剂等。

垃圾分类有利于节约资源，是构建资源节约型社会的必然选择。

生活垃圾进行分类处理后，30%~40%是可以利用的资源，具有很好的经济价值，每回收1吨废纸可造纸0.85吨，节省木材300千克，比等量生产减少污染74%；每回收1吨废钢铁可炼好钢0.9吨，比利用矿石冶炼节约成本47%，减少污染75%，减少水污染和固体废物97%；回收食品废物等有机垃圾1吨，可生产0.6吨有机肥，也可生产垃圾燃料，作为发电、供热燃料。



👁️

青少年主动参加垃圾分类，有利于培养自己的条理性，是自立的表现。

垃圾分类是利国利民的大事。青少年垃圾分类的一般做法有：

- 分类收集：在家里按照厨房垃圾、可回收垃圾、有害垃圾、其他垃圾进行分类投放。
- 分类投放：按垃圾桶分类标识进行分类投放。
- 不乱扔垃圾。

请你将以下生活垃圾连线投放至正确的垃圾桶内：

- |     |      |      |         |
|-----|------|------|---------|
| 香蕉皮 | 废旧报纸 | 废旧电池 | 一次性塑料餐盒 |
|-----|------|------|---------|



- |     |     |       |     |
|-----|-----|-------|-----|
| 旧衣服 | 碎玻璃 | 用过的厕纸 | 易拉罐 |
|-----|-----|-------|-----|





请你以“社区垃圾分类”为研究主题，实地调查你所在的学校、社区的垃圾分类面临哪些问题，并向有关部门提出解决这些问题的建议。

● 调查的问题：

垃圾分类本身的问题：

社区成员的问题：

社区的问题：

公共政策的问题：

● 我提出的建议：

计划送给的部门：

我的建议内容：（可粘贴）



## 日本在垃圾分类和利用上的成功经验

### 一、分类精细，回收及时

垃圾的最大分类有可燃物、不可燃物、资源类、粗大垃圾，这几类再细分为若干子项目，每个子项目又可分为若干孙项目，以此类推。试看几例：口红属可燃物，但用完的口红管属小金属物；水壶属金属物，但12英寸以下属小金属物，12英寸以上则属大废弃物；袜子，若为一只属可燃物，若为两只并且“没被穿破、左右脚搭配”，则属旧衣料。

### 二、管理到位，措施得当

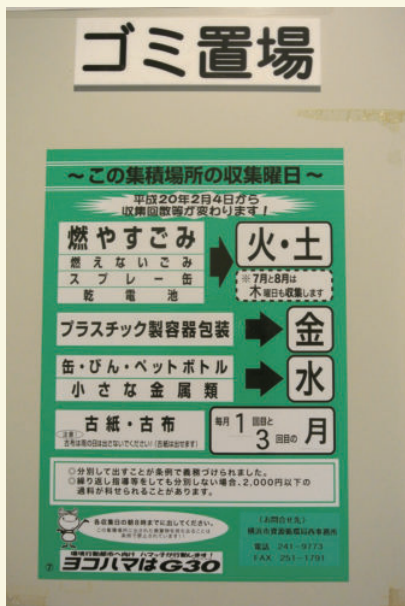
外国人到日本后，要到居住地政府进行登记，这时往往就会领到当地有关扔垃圾的规定。当你入住出租房时，房东也许在交付钥匙的同时就一并交予关于扔垃圾的规定。有的行政区年底会给居民送上来年的日历，上面一些日期上标有黄、绿、蓝等颜色，下方说明每一颜色代表哪天可以扔何种垃圾。

### 三、人人自觉，认真细致

养成良好的习惯，非一日之功。日本的儿童打小就从家长和学校那里受到正确处理垃圾的教育。如果不按规定扔垃圾，就可能受到政府人员的说服和周围舆论的压力。

### 四、废物利用，节能环保

分类垃圾被专人回收后，报纸被送到造纸厂，用以生产再生纸，很多日本人以名片上印有“使用再生纸”为荣；废弃电器被送到专门公司分解处理；可燃垃圾燃烧后可作为肥料；不可燃垃圾经过压缩无毒化处理后可作为填海造田的原料。



## 主题三 有些“路”不能省



春秋时期，越王勾践决心洗刷自己在吴国当囚徒的耻辱。为了告诫自己不要忘记复仇雪恨，他每天睡在坚硬的木柴上，



还在梁上吊一颗苦胆，吃饭和睡觉前都要品尝一下，为的就是要让自己记住教训。除此之外，他还经常到民间视察民情，替百姓解决问题，让人们安居乐业，同时加强军队的训练。

经过十年的艰苦奋斗，越国变得国富兵强，于是越王亲自率领军队进攻吴国，也成功取得胜利，吴王夫差羞愧得在战败后自杀。后来，越国又趁胜进军中原，成为春秋末期的一大强国。

草地上有一个蛹，被一个小孩发现并带回了家。过了几天，蛹上出现了一道小裂缝，里面的蝴蝶挣扎了好长时间，身子似乎被卡住了，一直出不来。天真的孩子看到蛹中的蝴蝶痛苦挣扎的样子十分不忍。于是，他便拿起剪刀把蛹壳剪开，帮助蝴蝶挣脱蛹壳出来。

然而，由于这只蝴蝶没有经过破蛹前必须经过的痛苦挣扎，以致出壳后身躯臃肿，翅膀干瘪，根本飞不起来，不久就死了。

1. 这些故事对你有哪些启示？
2. 你知道这些“路”对我们的成长有哪些意义吗？