



给孩子的安全生存课

如何在校园里 保护自己

万安伦 编著



有安全才有成长

12岁前一定要知道的
安全知识

守护自己，不伤害他人

- ★ 教会孩子防校园欺凌，远离意外伤害
- ★ 防被跟踪、被拐等



中国妇女出版社

版权所有·侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

给孩子的安全生存课. 如何在校园里保护自己 / 万安伦编著. — 北京: 中国妇女出版社, 2022.7
ISBN 978-7-5127-2128-9

I. ①给… II. ①万… III. ①安全教育—儿童读物
IV. ①X956-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2022)第082109号

责任编辑: 赵曼

封面设计: 静颐

插图绘制: 叶汁

责任印制: 李志国

出版发行: 中国妇女出版社

地址: 北京市东城区史家胡同甲24号 邮政编码: 100010

电话: (010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

邮箱: zgfnCBS@womenbooks.cn

法律顾问: 北京市道可特律师事务所

经销: 各地新华书店

印刷: 北京通州皇家印刷厂

开本: 170mm × 230mm 1/16

印张: 8.5

字数: 100千字

版次: 2022年7月第1版 2022年7月第1次印刷

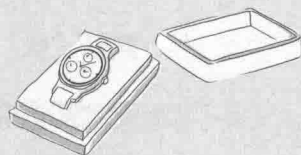
定价: 29.80元

如有印装错误, 请与发行部联系

目录 CONTENTS

第1章

我不怕校园暴力



- 安全知识点：不在学校里显摆自己的物品 / 003

校园不是“秀场”

- 安全知识点：不随便对同学搞恶作剧 / 008

吓人的小蚯蚓

- 安全知识点：遭遇了校园暴力怎么办 / 013

再也不做“校园小霸王”

- 安全知识点：坚决反对校园勒索 / 018

对保护费说“不”

我会独立思考：遭遇校园暴力时如何保护自己 / 024

第2章

我知道课间活动要注意什么

- 安全知识点：不要把文具当作玩具 / 029

尺子变“飞刀”

- 安全知识点：使用剪刀、美工刀时要小心 / 034

剪刀“咬”了手指

- 安全知识点：不要在教室里耍弄扫帚 / 038

扫帚不是“金箍棒”

- 安全知识点：不能玩子弹枪 / 043

射击游戏易闯祸

- 安全知识点：不能将激光笔对着眼睛 / 048

激光笔会伤眼

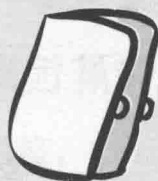
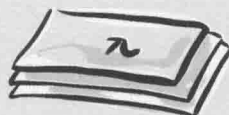
- 安全知识点：不要在楼道、楼梯上打闹 / 052

上下楼梯不打闹

- 安全知识点：在楼道踢足球有危险 / 057

楼道不是球场

我会独立思考： 课间活动需要注意边界 / 062



第3章

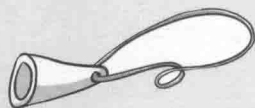
这么做，我能健康运动不伤身

- 安全知识点：运动前将随身携带的尖锐物品取下来 / 067
“暗器”伤人
- 安全知识点：运动前要做好热身运动 / 071
热身运动要重视
- 安全知识点：运动时不要推搡打闹 / 075
跑步打闹有风险
- 安全知识点：身体不舒服不要坚持运动 / 080
天热运动要防中暑
- 安全知识点：运动受伤后的注意事项 / 086
受伤救治要专业

我会独立思考：体育活动时不可不注意的安全问题 / 090

第4章

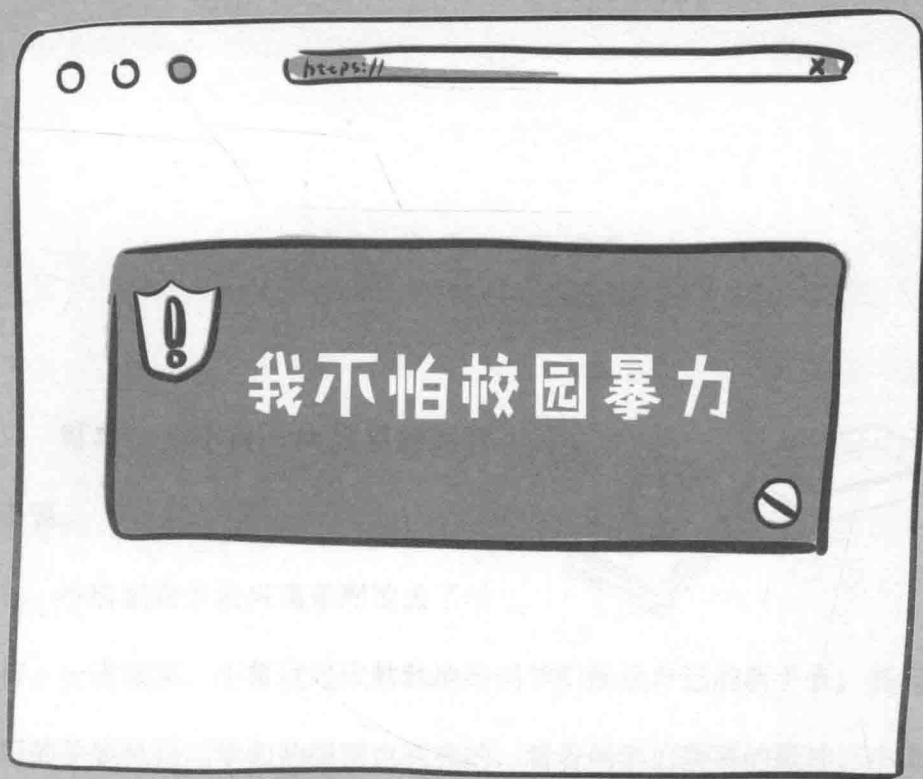
我能远离放学后的安全隐患



- 安全知识点：郊游活动时不能乱吃东西 / 095
一次不太愉快的郊游
- 安全知识点：不要脱离集体单独行动 / 099
一次惊险的野外实践活动
- 安全知识点：不要乱攀乱爬 / 103
从攀爬架上摔下来了
- 安全知识点：放学后大人没有按时来接怎么办 / 108
妈妈怎么还没来
- 安全知识点：不能吃路边摊上的食物 / 112
路边美食别乱吃
- 安全知识点：被人跟踪了怎么办 / 117
有人跟在我身后
- 安全知识点：上学和放学路上要注意交通安全 / 121
啊！有车！

我会独立思考：在校外如何保证安全 / 125

第 1 章



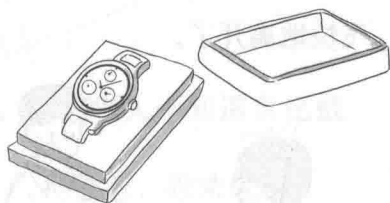


安全知识点：

· 不在学校里显摆自己的物品 ·

校园不是“秀场”

舅舅送给小鲁一块漂亮的新款手表。



小鲁戴着手表兴高采烈地去了学校。一进教室，小鲁就兴致勃勃地给同学们展示自己的新手表。亮闪闪的手表晃得同学们的眼睛也亮亮的。看着同学们羡慕的眼神，小鲁得意极了！

做课间操的时候，踢球的时候，做值日的时候，回答问题的时候……只要有机会，小鲁就会把戴着新手表的胳膊举得高高的，显摆自己的新手表。

小鲁只想着显摆自己的新手表，却没有注意到几个高年级男生看

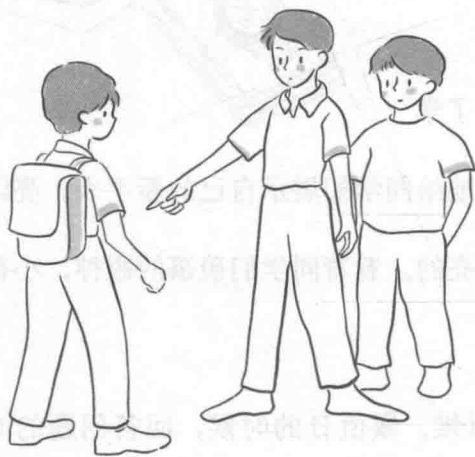


着他的手表时，目光里透露着坏主意。

这天放学后，小鲁刚走进离校门不远的小胡同里，就被那几个高年级的男生拦住了。

“把手表交出来！”一个高年级男生语气强硬地对小鲁说道。

“这是舅舅送给我的，不能给你们！”小鲁倔强地回答，准备转身跑开。谁料那些高年级学生一把就抓住了小鲁，把他狠狠地推倒在地上，强行将他的手表摘了下来。然后，他们飞快地离开了。



小鲁很委屈，哭着跑回学校找到班主任老师，讲了事情的经过。班主任老师替小鲁检查了身体。还好，小鲁只是胳膊上有一点儿擦伤。

第二天，学校找到了那几个抢人财物的高年级男生，对他们严厉地教育一番，并给予记过处分。

小鲁拿回了自己的手表，再也没有显摆。

财物外露可能会带来的危险

对外人显摆自己的贵重物品，可能会吸引一些“坏人”的注意，不仅会损失财物，还会遭受身体伤害。

随身携带贵重的财物时应该怎么做

不能这么做 ❌

1. 到处显摆。

像小鲁那样任性显摆自己的手表，生怕别人不知道自己戴了一块新款手表，这样做会招惹“坏人”的注意，带来危险。

2. 随意放置。

不注意安全，随意放置贵重物品，给了“坏人”可乘之机，被他人偷盗。

应该这么做 ✓

1. 财物不外露。

自己身上尽量不要带贵重的东西，不带太多的钱，更不能



显摆，将财物外露，让别人知道。

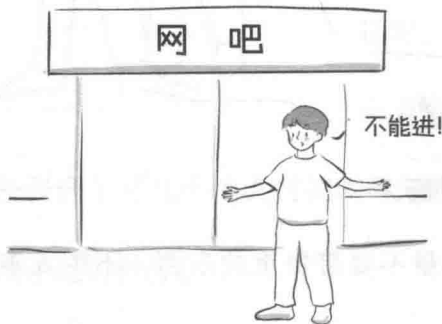
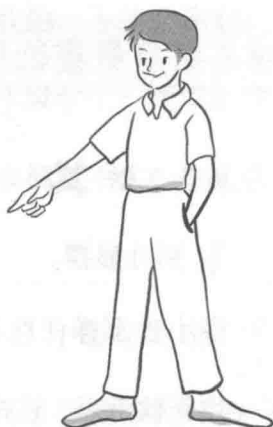
2. 不单独行动。

上学、放学的时候，最好和同学一起回家，要走大路和人多

的道路，少走、不走偏僻无人的小道。

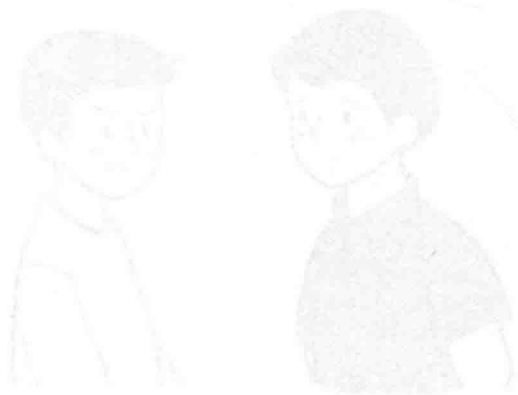
3. 不去“儿童不宜”的场所。

放学后赶紧回家，不去网吧、游戏厅等禁止少年儿童出入的场所，这些地方社会青年比较多，很容易被他们盯上。



4. 安全第一。

遭遇抢劫的时候要保持冷静，如果看到有熟人经过就大喊，如果能逃跑就尽快逃跑，不要只顾自己的财物，因为人身安全最重要。等逃到安全的地方后立刻报警。逃不掉时就舍弃财物，保证人身安全是第一位。





安全知识点：

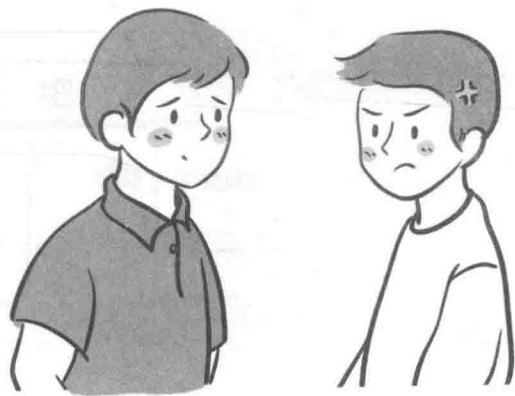
· 不随便对同学搞恶作剧 ·

吓人的小蚯蚓

烁烁喜欢各种小动物，可就是特别怕滑溜溜的动物，比如蚯蚓、泥鳅和蛇等。

一天，小鲁在上学的路上看到一条蚯蚓。他一想到烁烁特别害怕蚯蚓就非常兴奋，小心翼翼地将蚯蚓装在小袋子里，带到了学校。

下课了，烁烁坐在座位上看书。小鲁悄悄地拿出蚯蚓，放在烁烁的手臂上。蚯蚓蠕动起来，烁烁瞬间就感觉到了，用手一摸，吓得尖叫一声，一下



子从椅子上弹跳起来。蚯蚓掉到了地上。

小鲁捡起蚯蚓，看着烁烁说：“小蚯蚓没长角、没长牙齿，不会扎人也不会咬人，有什么可怕的呀？来来来，你试试，真的一点儿都不可怕。”

烁烁生气地说道：“你不怕，你自己玩！”

小鲁拿着蚯蚓向烁烁走去，烁烁转身就跑，还被吓哭了。

“丁零零，丁零零……”上课了，烁烁把小鲁用蚯蚓吓唬他的事告诉了老师。

什么是恶作剧？恶作剧可能会带来什么危险

恶作剧是指那些捉弄耍笑、使人难堪的行为。有时当一个人捉弄对方的行为超过一定的界限，恶作剧可能就变成了欺凌或犯罪。它会带来以下几点危险：

1. 把同学吓坏，让同学难堪，感觉被欺辱，或者引起身体不适，甚至还会给对方留下心理阴影。

2. 让同学身体受伤。有些玩笑是不能乱开的，特别是涉及安全的时候，要把握好分寸，不然会产生危险。比如，同学为了躲避你的恶作剧，从楼梯上滚了下去，或者跑的时候扭伤了脚，等等。

和小伙伴玩耍时要注意什么

不能这么做 ✕

1. 小伙伴怕什么就玩什么。

有些喜欢搞恶作剧的人喜欢吓唬小伙伴，觉得那样很好玩，

完全不顾对方的感受和可能导致的危险。

2. 看到有危险也不收手。

搞恶作剧的人发现同学被吓到了，可还是不收手，让同学面对更多的危险。

应该这么做 ✓

1. 不随便对小伙伴搞恶作剧。

换位思考一下，如果同学用你害怕的物体来吓唬你，你会怎么样？是不是会感觉特别害怕？

和同学相处时，如果你不小心吓到了其他人，要及时说“对不起”，这样可以在很大程度上及时和同学化解矛盾，和睦相处。



2. 要帮助、保护被吓到的同学。

喜欢搞恶作剧的人意识不到恶作剧的危险。作为旁观者，