

通识课教育系列教材  
“互联网+”新形态一体化教材

# 安全伴我行

## ——安全教育

主编◎李辉 杨永锋 王敏



中国出版集团 | 全国百佳图书  
中国民主法制出版社 | 出版单位

通识课教育系列教材  
“互联网+”新形态一体化教材

附赠（90）百例题库资源

# 安全伴我行

## ——安全教育

主编◎李辉 杨永锋 王敏



中国出版集团 | 全国百佳图书  
中国民主法制出版社 | 出版单位

## 图书在版编目 (CIP) 数据

安全伴我行：安全教育 / 李辉, 杨永锋, 王敏主编. —  
北京：中国民主法制出版社, 2023.9

ISBN 978-7-5162-3367-2

I. ①安… II. ①李… ②杨… ③王… III. ①大学生  
—安全教育 IV. ①G645.5

中国国家版本馆 CIP 数据核字 (2023) 第 164240 号

图书出品人：刘海涛

出版统筹：石松

责任编辑：张佳彬 刘险涛

---

书 名 / 安全伴我行——安全教育  
作 者 / 李 辉 杨永锋 王 敏 主编

---

出版·发行 / 中国民主法制出版社

地址 / 北京市丰台区右安门外玉林里 7 号 (100069)

电话 / (010) 63055259 (总编室) 63058068 63057714 (营销中心)

传真 / (010) 63055259

http: // www.npcpub.com

E-mail: mzfz@npcpub.com

经销 / 新华书店

开本 / 16 开 787 毫米 × 1092 毫米

印张 / 16 字数 / 368 千字

版本 / 2023 年 10 月第 1 版 2023 年 10 月第 1 次印刷

印刷 / 北京荣玉印刷有限公司

---

书号 / ISBN 978-7-5162-3367-2

定价 / 49.80 元

出版声明 / 版权所有，侵权必究。

---

(如有缺页或倒装，本社负责退换)

## 编写委员会

---

主 编 李 辉 杨永锋 王 敏

副主编 刘 芸 张丽娜 陈 怡 段兴伟

---

# 前言

安全教育是高校思想政治教育的重要内容，也是其综合素质教育体系不可缺少的组成部分，更是促进大学生自我完善和实现社会稳定的重要保证。因此，加强对大学生的安全教育至关重要。

本教材采用“项目-任务”式的编写方法，分为国家安全篇和个人安全篇上、下两篇，共八个项目。其中，国家安全篇主要内容包括“保卫国家，人人有责”“坚定信念，明辨是非”两个项目；个人安全篇主要内容包括“校园安全，悉心守护”“自我保护，身心健康”“规范上网，谨防诈骗”“守法知礼，平安出行”“实习就业，安全为先”“突发情况，泰然处之”六个项目。本教材可作为高校各专业进行安全教育的实用性教材，也可作为社会人士学习安全知识、安全防范及应对技能的参考读物。

具体来说，本教材主要具有以下特色。

## 1. 贴近时代，切合实际

本教材根据国际形势和国家发展大环境，对传统的安全教育内容做出了一些补充和调整，将安全问题放在更广阔的视域中进行探讨。党的二十大报告中强调要“全面加强国家安全教育”，除了传统的校园安全、人身安全、财产安全等，本教材还融入了国家安全等宏观安全问题、意识形态安全等较抽象的内容。学习这些内容可以提高大学生的忧患意识与防范意识，使其成为能够担当民族复兴大任的时代新人。同时，本教材注重知识的实用性，从大学生的实际生活出发架构内容，摒弃了陈旧的、不具有普遍意义的安全知识，加入了如心理安全、网络使用安全、电信诈骗防范、就业替代风险防范等与大学生学习、生活、就业紧密相关的内容，为大学生提供全方位的安全保障。

## 2. 结构合理，逻辑严密

本教材结构合理、重点突出。从篇章结构来看，本教材的上、下两篇创新性地将国家安全与个人安全融合在一起，引导大学生从安全角度思考国家与个人之间的关系，从而增强其爱国、护国、珍爱生命的意识及努力成才的决心。从任务结构来看，本教材按照课堂学习“引入—学习—拓展—实践”的基本逻辑编排主体内容，形成了“课堂热身—知识学习—课后提高—课外实践”四大部分，这能够充分调动大学生的学习兴趣和主动性，有利于教师组织实践性教学。

除此之外，本教材先后经过了数次修改，段落与段落、句与句、词与词之间都具有严密的逻辑，易被大学生理解和接受。

### 3. 内容生动，案例丰富

本教材旨在宣传、贯彻国家有关安全管理工作的方针、政策、法律、法规等，对大学生实施安全教育及管理，协助他们妥善处理各类安全事故，引导他们健康成长。为更好地实现教育目的，本教材采用了生动具体的叙述方式。例如，本教材插入了精美的图、表，主要用于总结一些艰深或重要的知识点，既便于学生理解，又便于学生使用。又如，本教材加入了大量案例，这些案例大部分来源于实际，能够使大学生感受到树立安全意识、掌握安全知识和技能的重要性和必要性，从而更好地理解有关安全的法律、方针、政策等。

### 4. 体例多样，注重应用

本教材设计了多样化的学习板块和体例，增强学习过程的趣味性、互动性的同时，更培养了大学生实际运用安全知识的能力。在此主要介绍以下几点内容。

(1) 课程先引。置于项目开头，精选与主体知识相关的时事新闻、方针政策、典型故事等，并以回答问题的形式，启发大学生主动思考。

(2) 课堂热身。通过简短的材料引出主题内容，引导大学生关注该主题的安全问题，从而进入本任务的学习。

(3) 议一议。置于课堂热身后，鼓励大学生以发表公开言论的形式提出自己的见解，起到引导大学生思考和活跃课堂气氛的作用。

(4) 互动讨论。通过简短的问题测试学生的阶段性学习成果，并引导学生展开思考，将理论与实践结合起来。

(5) 新知广场。对艰深或较为前沿的知识进行深入拓展，开阔大学生的眼界，激发他们的学习兴趣，吸引他们进行阅读与探究。

(6) 实例评析。以案例结合点评的形式，帮助大学生理解抽象知识并组织他们展开思考与讨论。

(7) 课后提高。置于知识学习后，主要包括法律法规简介与解读、实用安全知识与技能介绍、学界前沿理论成果等内容，能够开阔大学生视野，指导大学生实践。

(8) 实操演练。置于项目末尾，通过大型实践活动，大学生将课堂知识应用于生活实际之中，在实践中巩固学习内容并发现和解决问题。同时，让大学生深究自我潜能，掌握如实地调查、拍摄视频、制作海报等实际工作技能。

本教材在编写过程中参考、借鉴了大量公开出版的文献和一些网络资料，融汇了很多专家、学者的研究成果，在此一并向这些专家、学者们表达衷心的感谢！由于编者水平有限，本教材难免存在疏漏和不足之处，敬请广大读者批评指正。

此外，本教材还为广大一线教师提供了服务于此教材的教学资源库，有需要者可致电 13810412048，或发邮件至 2393867076@qq.com 索取。

编者

# 目 录



## 国家安全篇

### 项目一

#### 保卫国家，人人有责

##### 任务一

树立国家安全意识	005
课堂热身	005
知识学习	005
一、国家安全的重要性	005
二、总体国家安全观	007
三、危害国家安全的行为	014
四、公民维护国家安全的 义务与权利	016
课后提高	018
课外实践	019

##### 任务二

承担维护国家安全的责任	021
课堂热身	021
知识学习	021
一、大学生如何承担维护 国家安全的责任	021
二、大学生维护国家安全的 具体途径	025
课后提高	029
课外实践	031

##### 实操演练

032

### 项目二

#### 坚定信念，明辨是非

##### 任务一

了解意识形态安全	037
课堂热身	037
知识学习	037
一、意识形态与意识形态安全	038
二、意识形态安全的重要性	039
三、我国意识形态安全的 总体形势与风险挑战	041
课后提高	043
课外实践	045

##### 任务二

维护自身的意识形态安全	047
课堂热身	047
知识学习	047
一、大学生意识形态安全 面临的主要威胁	048
二、大学生维护自身意识 形态安全的途径	050
课后提高	055
课外实践	058

##### 实操演练

059

## 个人安全篇

### 项目三

#### 校园安全，悉心守护

##### 任务一

保障校园学习安全	065
课堂热身	065
知识学习	065
一、保障课堂学习安全	065
二、保障实验实训安全	067
课后提高	072
课外实践	073

##### 任务二

维护校园生活安全	074
课堂热身	074
知识学习	074
一、教学区安全须知	074
二、宿舍区安全须知	075
三、校园意外伤害事故 防范与处置	079
课后提高	084
课外实践	086

实操演练 088

### 项目四

#### 自我保护，身心健康

##### 任务一

保护自身人身安全	093
----------	-----

课堂热身	093
知识学习	093
一、防范校园欺凌	094
二、禁止打架斗殴	096
三、防范性骚扰	099
四、拒绝“黄赌毒”	100
课后提高	106
课外实践	107

##### 任务二

重视自身心理健康	109
课堂热身	109
知识学习	109
一、心理健康的标准	109
二、大学生常见的心理健康问题 及调适	111
三、大学生常见的不良情绪 及调适	118
四、自杀行为及其干预	122
课后提高	123
课外实践	124

实操演练 126

### 项目五

#### 规范上网，谨防诈骗

##### 任务一

安全规范使用网络	131
课堂热身	131
知识学习	131

一、避免网络成瘾	132
二、抵制网络不良信息	133
三、规范网络言行	134
四、维护个人信息安全	139
课后提高	143
课外实践	144

## 任务二

谨防电信网络诈骗	145
课堂热身	145
知识学习	145
一、电信网络诈骗的常见形式及防范措施	145
二、遭遇电信网络诈骗后的处理方式	150
课后提高	151
课外实践	152
实操演练	154

## 项目六

### 守法知礼，平安出行

#### 任务一

保障日常出行安全	159
课堂热身	159
知识学习	159
一、常见的交通信号	160
二、行人与驾驶人应知的交通安全常识	162
三、乘坐交通工具的安全常识与危机应对	164
课后提高	170
课外实践	170

## 任务二

了解外出旅游的安全注意事项	172
课堂热身	172
知识学习	172
一、外出旅游的安全须知	173
二、常见旅游项目的安全注意事项	175
课后提高	178
课外实践	179

## 实操演练

180

## 项目七

### 实习就业，安全为先

#### 任务一

注意实习安全	183
课堂热身	183
知识学习	183
一、实习与实习安全问题	184
二、实习的安全注意事项	185
三、认识实习场地的安全标志	189
课后提高	190
课外实践	191

#### 任务二

维护就业安全	192
课堂热身	192
知识学习	192
一、常见的就业陷阱及防范	192
二、大学生就业安全面临的新风险及应对策略	198
三、灵活就业的安全保障	200

课后提高	202
课外实践	206
<b>实操演练</b>	<b>207</b>

## 项目八 突发情况，泰然处之

### 任务一

从容应对自然灾害	211
课堂热身	211
知识学习	211
一、应对洪涝灾害的方法	212
二、应对气象灾害的方法	215
三、应对地震灾害的方法	218
课后提高	220
课外实践	225

### 任务二

预防与应对事故灾难	226
课堂热身	226

知识学习	226
一、预防和应对触电事故的方法	226
二、预防和应对火灾的方法	228
三、预防和应对踩踏事故的方法	230
课后提高	232
课外实践	234

### 任务三

有效防范公共卫生事件	236
课堂热身	236
知识学习	236
一、常见传染病的防范措施	237
二、食品安全问题的防范措施	239
课后提高	240
课外实践	242

<b>实操演练</b>	<b>243</b>
-------------	------------

<b>参考文献</b>	<b>245</b>
-------------	------------

# 国家安全篇

---

## 内容导读

---

从“利莫大于治，害莫大于乱”的中国古训，到当今世界一些国家和地区深陷战火的悲惨景象，再到近年来地震、海啸等自然灾害给各国人民造成的深重灾难，都深刻地启示我们：没有国家安全和稳定的社会环境，任何美好的蓝图都是空中楼阁。

本教材的国家安全篇，重点介绍了总体国家安全观和意识形态安全的相关知识，旨在帮助大学生理解中国特色国家安全体系，树立国家安全底线思维，将国家安全意识转化为自觉行动，强化自身责任担当的同时提高维护国家安全的能力。

---

THE UNIVERSITY OF CHICAGO

# 项目一

## 保卫国家，人人有责

### 【学习目标】



#### 知识目标

- (1) 了解国家安全的重要性。
- (2) 掌握总体国家安全观的内涵、重点领域和重大意义。
- (3) 了解危害国家安全的行为和公民维护国家安全的义务与权利。
- (4) 掌握大学生维护国家安全的具体途径。



#### 技能目标

- (1) 能够识别哪些是危害国家安全的行为，并对这些行为加以防范和制止。
- (2) 能够自觉承担维护国家安全的责任。
- (3) 能够做到保守国家秘密、抵制邪教诱惑和反对恐怖主义。



#### 素养目标

- (1) 深刻理解国家安全与个人安全之间的关系，树立国家安全意识。
- (2) 为保家卫国贡献自己力所能及的一份力量，争做新时代优秀青年。



## 课程先引

### 在世界变局中坚决维护国家安全

党的二十大报告对推进国家安全体系和能力现代化作出了战略部署，为做好国家安全和稳定工作指明了方向，报告中明确要求：“必须坚定不移贯彻总体国家安全观，把维护国家安全贯穿党和国家工作各方面、全过程，确保国家安全和社会稳定。”

当前，世界百年未有之大变局加速演进，新一轮科技革命和产业变革深入发展，国际力量对比深刻调整，我国发展面临新的战略机遇。与此同时，世界正在进入一个前所未有的动荡变革期，世纪疫情影响深远，逆全球化思潮抬头，单边主义、保护主义明显上升，世界经济复苏乏力，局部冲突动荡频发，全球性问题加剧。

中国的持续快速发展已经成为世界变局的重要推动力量，同时也是世界变局发展演变的一个重要结果。世界变局既为中国提供更广阔的战略空间和回旋余地，又对国家战略规划提出更高要求，其中尤其需要创新国家发展和安全理念，探索适合时代要求的国家安全道路，实现国家的长治久安，并不断提升国际影响力，为全球战略稳定和可持续发展与安全提供动力。中国要想在世界变局中立于不败之地，还要能够敏锐洞察世界政治的走势，坚定站在历史正确的一边，以更广泛的国际合作牵引大国关系的发展方向，塑造有利战略态势，实现日益开放条件下的国家安全。

我们还应看到，未来一段时期国家安全局势复杂严峻，维护国家安全面临更艰巨任务。我们必须增强忧患意识，坚持底线思维，做到居安思危、未雨绸缪，准备经受重大考验。只有准确把握国家安全形势发展变化的新特点、新趋势，发扬斗争精神，增强斗争本领，着力推进国家安全体系和能力现代化，才能有效防范化解重大安全风险，为全面建设社会主义现代化国家、全面推进中华民族伟大复兴提供坚强安全保障。

（资料来源：《光明日报》，2023-04-19，有删改）



## 思辨专区

（1）国家安全是什么？请结合具体的事例来佐证你的观点。

---

---

（2）维护国家安全与个人之间有什么联系？个人能做些什么？

---

---

# 任务一 树立国家安全意识

## 课堂热身

### 国家安全与“我”的关系

不少人认为“国家安全”这个词过于宏大、笼统，听上去就和自己没有什么关联。但实际上，只有“国泰”才能“民安”，维护国家安全不仅人人有份，而且人人有责。危害国家安全的行为距离我们并不遥远。例如，朋友圈晒图，可能无意间会暴露重要设施信息；自己随口说出的行业数据，可能会被“有心人”记录下来。甚至一些不法之徒会特意瞄准特殊职业、特殊岗位的人，通过各类看不见的、不易察觉的手段窃取情报。安全隐患与安全威胁就在我们身边，大学生应时刻提高警惕，不能有半点大意。

（资料来源：人民网-观点频道，2021-04-15，有删改）

### 议一议

- （1）你是否具有国家安全意识？
- （2）你对我国的国家安全了解有多少？

## 知识学习

国家安全是指国家政权、主权、统一，领土完整、人民福祉、经济社会可持续发展和国家其他重大利益相对处于没有危险和不受内外威胁的状态，以及保障持续安全状态的能力。国家安全不是模糊、遥远的概念，它与我们每个人都息息相关，维护国家安全需要每个公民的参与。

### 一、国家安全的重要性

国家安全是国家生存发展的基本前提，我国的国家安全更具有特殊的重要性，主要体现在以下四个方面。

## （一）国家安全直接关系到国家主权独立和领土完整

一个国家是否安全，首先体现在国家主权是否独立。历史经验早已证明，没有国家主权独立，就谈不上国家安全。例如，中国曾一度沦为半殖民地半封建国家，资本主义列强在我国攫取了一系列特权，如投资设厂、驻扎军队、控制关税等，严重侵害了中国的主权。中国近代的百年屈辱很大程度上是当时人们不能维护国家的主权造成的。在当代，霸权主义和强权国家依然对我国的主权独立构成严重的威胁，因此在维护国家安全这个问题上我们一刻也不能放松，只有人人树立国家安全和保卫国家意识，才能为我国的主权独立提供支持。

领土完整既是国家安全的标志，也是维护国家安全的重要任务和目的。很多国家和地区的发展历史都证实了有效维护国家安全对于领土完整的重要作用。在当代，我们的黄海、东海和南海与周边邻国还存在大量的海洋划界和岛礁争端问题，没有国家的强大和持续的国家安全，就不可能解决这些问题。由此可见，国家安全与国家主权独立和领土完整有着直接而紧密的联系。

## （二）国家安全是人民安居乐业、幸福生活的保障

国家安全工作归根结底是保障人民利益，我国的国家安全工作一切依靠人民、一切为了人民，为群众的安居乐业提供坚强保障。

对世界上任何国家的民众来说，能够生活在一个没有战火、社会稳定的国家都是一件幸福的事。《2021年全球法律与秩序报告》根据居民对当地警察的信心、对自身安全感及盗窃、人身伤害或抢劫案件发生率等指标对世界各国进行综合评价，其中中国得分高达93分，位列全球第二，并已连续三年上升。我国国家统计局于2021年底组织开展的全国群众安全感调查结果显示，2021年全国群众安全感为98.62%，近五年持续保持高位，比2020年提升了0.2个百分点。

以上统计数据与中国人民及来华外国人士居住、出行等日常生活方方面面的安全感受相互印证。有了安全感，人民群众的获得感才有保障，幸福感才会持久。

## （三）国家安全是社会稳定、长治久安的基石

国家安全不仅体现在没有外部的威胁和挑战上，还体现在内部的社会稳定和长治久安上。改革开放四十多年来，我国不断健全有效预防和化解社会矛盾的体制和机制，不断健全公共安全体系，妥善地处置公共卫生、社会安全等影响国家安全和社会稳定的突发性事件，促进社会和谐，维护社会稳定。但不容忽视的是我国仍处于刑事犯罪的高发期，高新技术犯罪、网络犯罪也日益增多，这些问题严重威胁着我国的社会稳定和长治久安。

在当代，维护社会稳定和长治久安不但需要进一步健全社会制度，来保障社会的公平正义，更需要不断加强国家安全工作，发挥好国家安全对促进社会稳定和保持长治久安的基石作用。

## （四）国家安全是实现中华民族伟大复兴中国梦的前提

党的二十大报告指出：“从现在起，中国共产党的中心任务就是团结带领全国各族人民全面建成社会主义现代化强国、实现第二个百年奋斗目标，以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴。”安全是国家生存与发展的必要条件。国内环境和谐稳定、国际环境平安宁是实现中华民族伟大复兴的基本前提，只有保障好国家安全，中华民族才能更加顺利地走上复兴之路。目前，我国比历史上任何时期都更接近中华民族伟大复兴这个目标。越是在这样的历史关键时刻，越应提高国家安全意识，确保国家安全稳定。

## 二、总体国家安全观

总体国家安全观是以习近平同志为核心的党中央对国家安全理论和实践的重大创新，是新形势下指导国家安全工作的强大思想武器，体现了我们党奋力开创国家安全工作新局面的战略智慧和使命担当。

### 安全小贴士

2014年4月15日，习近平总书记在中央国家安全委员会第一次全体会议上首次提出总体国家安全观重大战略思想。

### （一）总体国家安全观的内涵

中国特色社会主义建设进入新时代，国际国内形势发生深刻变化，国家安全的内涵和外延比历史上任何时候都要丰富，时空领域比历史上任何时候都要宽广，内外因素比历史上任何时候都要复杂，做好新时代国家安全工作，必须坚持总体国家安全观。总体国家安全观的内涵可以概括为五大要素和五对关系。

#### 1. 总体国家安全观的五大要素

总体国家安全观的五大要素清晰反映了国家安全的内在逻辑关系，具体内容见图1-1。



图1-1 总体国家安全观的五大要素