



中等职业学校通识课精品教材

安全教育

主编 龚万能

附微课



教育科学出版社

Educational Science Publishing House



中等职业学校通识课精品教材

安全教育

主 编 龚万能

教育科学出版社
· 北 京 ·

出 版 人 郑豪杰
责任编辑 王玉栋
责任校对 贾静芳
责任印制 叶小峰

图书在版编目 (CIP) 数据

安全教育/龚万能主编. —北京: 教育科学出版社, 2022.7 (2025.8 重印)
ISBN 978-7-5191-3164-7

I. ①安… II. ①龚… III. ①安全教育—中等专业学校—教材 IV. ①G634.201

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2022) 第 105807 号

安全教育
ANQUAN JIAOYU

出 版 发 行	教育科学出版社	邮 编	100101
社 址	北京·朝阳区安慧北里安园甲 9 号	编辑部电话	010-64981329
总编室电话	010-64981290	市场部电话	010-64989009
出版部电话	010-64989487	网 址	http://www.esph.com.cn
传 真	010-64891796		
经 销	各地新华书店		
印 刷	河北盛世彩捷印刷有限公司		
开 本	787 毫米×1092 毫米 1/16	版 次	2022 年 7 月第 1 版
印 张	11.75	印 次	2025 年 8 月第 3 次印刷
字 数	250 千	定 价	38.00 元

图书出现印装质量问题, 本社负责调换。



前言

随着社会的发展、人类的进步，人们对安全问题的认识不断提高。如今，人们面对的安全问题已不仅是人身安全，还涉及生活环境安全、社会财产安全等各个方面。影响人类安全的除了自然因素以外，还有人为因素、社会因素等，它们均会给人类安全带来威胁。可以说，安全是人类生存、生活和发展的基础，也是社会存在和发展的前提和条件。

中等职业学校的安全教育是指中等职业学校为了维持学校的正常秩序，维护中职生人身、财产安全和身心健康，提高中职生的安全防范意识与自我保护能力，从学校实际出发，依照国家相关法律法规，制定各类安全教育与管理的规章制度，并进行国家法律法规以及学校安全规章制度、安全知识与防范技能的教育与管理活动。

安全教育对中职生具有重要意义。中职生只有掌握一定的安全知识，才能在学习、生活和社会实践中未雨绸缪，预先采取防范措施：在面临突发性安全事件时，能依据法律法规和安全知识采取应对措施，避免自己遭受损失；当身处灾害和事故中时，也能想方设法自救和互救，最大限度地减轻损失。因此，为了对中职生开展安全教育，增强中职生的自我防范意识和自我保护能力，我们组织有关专家和教师编写了本书，作为中等职业学校安全教育的教材。

本教材从中等职业学校的培养目标和实际出发，根据中职生的特点和实际需要，既介绍了中职生在学校应掌握和了解的基本安全知识，又涉及中职生毕业后走上工作岗位时应掌握的安全知识，为提高中职生的专业素质和丰富中职生的安全知识提供了保障。此外，本教材力求贴近中职生的实际，语言简洁、通俗晓畅、内容充实、图文并茂，具有较强的可读性和可操作性。



本教材共设置八大主题，包括校园篇——维护学校稳定 构建和谐校园、防火篇——增强防火意识 防止火灾发生、交通篇——遵守交通规则 争做文明标兵、家庭篇——温馨和睦家庭 杜绝事故伤害、运动与旅游篇——美好休闲时光 注意人身安全、社会篇——面对复杂社会 抵制致命吸引、职场篇——实现人生价值 走向美好未来、急救篇——掌握急救常识 做贴心小卫士。本教材每个主题均包含以下模块。

- ★ 开篇寄语：概述每一篇的主要内容，激发学生的学习兴趣。
- ★ 育人目标：引导学生学习方向，提升学生人文素养。
- ★ 案例引入：用案例启发学生思考，导入学习主题。
- ★ 知识探究：具体阐述有关学习要点。
- ★ 思政元素：树立正确的价值观，增强家国情怀。
- ★ 反观自我：从课堂延伸到生活，通过反思进一步理解所学知识。
- ★ 知识拓展：补充和深化相关内容，让学生获得更多的相关知识。
- ★ 学以致用：提供有关思考与练习，引导学生通过实践，熟练运用所学知识。

★ 思政园地：弘扬中华优秀品质，提升学生的民族自信和文化自信。

在编写本教材过程中，编者参阅了大量的论著和教材，吸收了其中的最新成果和相关经验，在此向相关作者表示衷心的感谢！

由于编者水平有限，书中难免存在不妥之处，敬请读者批评指正。

编 者

2022 年 1 月



校园篇——维护学校稳定 构建和谐校园

第一课	遏制校园暴力	2
第二课	应对踩踏事件	7
第三课	当心身边的“第三只手”	11
第四课	学会自我保护	15
第五课	维护实验室安全	18

防火篇——增强防火意识 防止火灾发生

第一课	了解火灾的成因及危害	24
第二课	积极防范火灾	30
第三课	了解消防器材的配置和使用	33
第四课	学会火场逃生	37
第五课	注意宿舍用电安全	42

交通篇——遵守交通规则 争做文明标兵

第一课	维护校园交通安全	48
第二课	预防交通事故	50
第三课	学会安全行走	55
第四课	遵守骑自行车的规范	59
第五课	注意乘坐交通工具的安全	63



家庭篇——温馨和睦家庭 杜绝事故伤害

第一课	警惕电器杀手	72
第二课	注意饮食安全	75
第三课	预防家务劳动伤害	78
第四课	守住家门，防止受骗	81

运动与旅游篇——美好休闲时光 注意人身安全

第一课	体育锻炼莫伤身	88
第二课	游泳安全挂心头	91
第三课	旅游安全须注意	96
第四课	旅途生病要当心	100
第五课	野外生存能自救	104

社会篇——面对复杂社会 抵制致命吸引

第一课	珍爱生命，远离毒品	112
第二课	珍惜生活，远离赌博	116
第三课	守护健康，远离烟酒	119
第四课	学会自制，切莫沉迷于网络	122

职场篇——实现人生价值 走向美好未来

第一课	了解安全技术	134
第二课	防范职业病	138
第三课	警惕求职打工陷阱	142

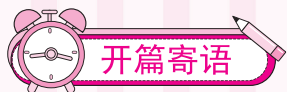
急救篇——掌握急救常识 做贴心小卫士

第一课	生活急救	150
第二课	中毒急救	162
第三课	灾难急救	168

附录 《学生伤害事故处理办法》

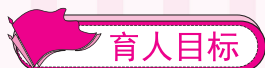
校园篇

——维护学校稳定 构建和谐校园



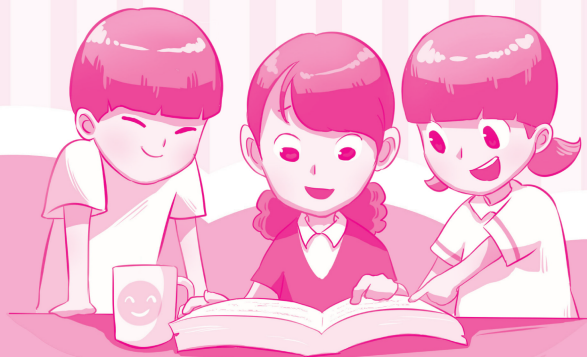
开篇寄语

随着日常生活中安全事故、法律纠纷日渐增多，校园安全也逐渐成为社会关注的热点之一。校园是学生学习、生活的主要场所，而中职生作为技能型人才和高素质劳动者的后备军，在创建“和谐校园”的活动中，要形成安全意识，掌握安全知识，养成注重安全的习惯。



育人目标

1. 掌握校园安全的相关知识，养成注重安全的习惯，树立正确的是非观念。
2. 增强安全意识，接受安全教育，努力创建安全文明校园，树立正确的人生观、世界观和价值观。



第一课

遏制校园暴力

案例引入

案例一：某天，某市一所中等职业学校的学生郑某与同校学生胡某玩耍时发生纠纷。次日放学后，胡某与另一名学生郭某约郑某到某小学操场准备打郑某。这时，郑某用藏在书包里的西瓜刀砍伤郭某，致使郭某手臂受伤，郑某被送入少年管教所。

案例二：某校一男一女两名学生骑车回家，路过一僻静的街道时，突然一群歹徒围上来要强行搜身。当时，女生吓得直发抖，男生则镇定自若，掏出身上的数百元钱，假装说自己也是“同道上混”的，愿意和他们交个朋友。这群歹徒见他那么“爽快”，也没有过多地为难他们，拿了钱便扬长而去。等歹徒走后，男生急忙叫女生去报警，自己则悄悄跟在歹徒后面确认他们的行踪。不久，有说有笑正在分享“战果”的歹徒全部被警察抓获。

知识探究

校园暴力是指发生在校园及其附近的，以学校教师或学生为施暴对象的恃强凌弱的暴力行为，主要包括抢劫与抢夺、纠纷与斗殴等行为。

校园是培养人才的地方，本该是一方净土和文明殿堂。然而，近年来人们常常会看到或听到在校园内发生的一些暴力事件，轻则恶语相向，重则伤及人命，给美丽的校园蒙上了一层阴影。学校作为社会的一个重要组成部分，要竭力遏制校园暴力的发生。没有和谐的校园，就不会有和谐的社会。

一、防范抢劫与抢夺

抢劫是指以非法占有为目的，对财物的所有人、保管人当场使用暴力、胁迫或者其他方法，强行将公私财物据为己有的一种犯罪行为。抢夺是指以非法占有为目的，乘人不备，公开夺取数额较大的公私财物的犯罪行为。这两类犯



犯罪行为都容易造成凶杀、伤害、强奸等恶性案件，严重侵犯他人的财产及人身权利，威胁他人生命或财产安全，造成他人生命、健康及精神上的损害，比盗窃犯罪具有更大的危害性，因此，必须积极防范。



1. 校园抢劫、抢夺案件的特点

(1) 案发时间一般为师生休息或校园内行人稀少时，如夜深人静时。

(2) 大多发生于校园中比较偏僻、隐蔽、人少的地带。例如，树林中、小山上，以及远离宿舍区的教学实验楼附近或无路灯的人行道旁、正在兴建的建筑物内等。

(3) 抢劫、抢夺的主要对象是单独行走的人员，特别是单独行走的女性。

(4) 作案人员一般较熟悉校园环境，常常团伙作案；作案时胆大妄为，作案后迅速逃遁。

2. 中职生如何预防被抢劫、抢夺

中职生要预防抢劫与抢夺，应注意以下几点。

(1) 外出时不要携带过多的现金和贵重物品，如果必须携带大量现金或贵重物品，那么可请同学随行。

(2) 现金或贵重物品最好贴身携带，不要置于手提包或挎包内。

(3) 不外露或向他人炫耀现金、贵重物品，应将现金、贵重物品藏于隐蔽处。

(4) 尽量不要在午休或夜深人静时单独外出，特别是女生，尽量不要在偏僻、隐蔽处行走、逗留。如果必须通过该路段，那么最好结伴而行，或者携带一些防卫工具。

(5) 发现有人尾随或窥视时，不要紧张或露出胆怯神态，可以用手机偷偷向同学或老师发送自己的定位或简要说明自己遇到的情况，也可以大胆回头多盯对方几眼，或哼着歌，或大叫同学、老师的名字，并改变原定路线，立即向有人、有灯光的地方奔跑。

3. 遭遇抢劫、抢夺时的对策

万一遭遇抢劫、抢夺，应当保持镇定，根据所处的环境，对比双方的力量，针对不同的情况采取不同的对策。

(1) 案发时，冷静分析犯罪嫌疑人和自己的力量对比，若具备反抗的能力

或时机有利于自己，则可以在保证自身安全的情况下，趁对方不注意时迅速对其反击，以制伏犯罪嫌疑人或使其丧失继续作案的心理和能力；也可以在不危及生命安全的情况下，大声呼救或故意高声与犯罪嫌疑人说话。

(2) 在搏斗中，可利用有利地形或身边的砖头、木棒等足以自卫的武器与犯罪嫌疑人形成僵持局面，使犯罪嫌疑人短时间内无法近身，以便引来援助者，并给犯罪嫌疑人造成心理压力。

(3) 巧妙麻痹犯罪嫌疑人。当自己处于犯罪嫌疑人的控制之下而无法反抗时，可按犯罪嫌疑人的要求交出部分财物，切不可一味地求饶，应当尽量保持镇定，以轻松的口气与犯罪嫌疑人交谈，采取幽默的方式表明自己已交出全部财物并无反抗的意图，使其放松警惕，以便看准时机进行反抗或逃脱其控制。

(4) 采用间接反抗法，即趁犯罪嫌疑人不注意时在其身上留下记号，如在其衣服上擦点泥土、血迹，或在其口袋中偷偷装一个有标记的小物件，在犯罪嫌疑人得逞逃跑后，注意其逃跑去向等。

(5) 如果敌强我弱，则应采取灵活做法，保持镇静，注意观察犯罪嫌疑人，尽量准确记下其特征，如身高、年龄、体态、发型、衣着、胡须、语言、行为等。

(6) 及时报案。要尽快向公安机关、学校保卫部门报案，说明案发时间、案发地点、犯罪嫌疑人特征、自己的财物损失情况等。犯罪嫌疑人得逞以后，很有可能会继续寻找下一个抢劫目标，或在作案现场附近的商店和餐厅挥霍所抢财物。中等职业学校一般都有较为严密的防范措施，及时报案并准确描述犯罪嫌疑人特征，有利于有关部门及时组织力量布控，抓获犯罪嫌疑人。

二、预防纠纷与斗殴

中等职业学校出现纠纷与斗殴现象，多是因为学生之间的一些小矛盾没有得到及时化解。那么，怎样预防和化解纠纷，以及如何防止斗殴现象的发生呢？



预防纠纷与斗殴

1. 预防和化解纠纷

纠纷虽然是生活中的常见现象，但往往会造成严重的后果，因此，我们应尽力防止纠纷的发生，避免“一失足成千古恨”。当我们预感到可能会发生纠纷的时候，应尽力做到以下几点。

(1) 冷静克制，切莫莽撞。无论争执由哪一方引起，都要持冷静态度，不可情绪激动。这就要求我们大度，虚怀若谷，只有“大着肚皮容物”，才能“立定脚跟做人”。正如人们颂扬大肚弥勒佛的对联所写：“大肚能容，容天下难容之事；开口便笑，笑世间可笑之人。”



(2) 诚实、谦虚。诚实、谦虚是加强团结和增进友谊的基础，也是消除纠纷的“灵丹妙药”。有了诚实、谦虚的品质，在发生纠纷时，就能认真听取他人的意见，宽容他人的过失，处理好分歧。在与他人的交往过程中，特别是在发生争执的时候，诚实、谦虚并不是懦弱与妥协的表现，相反，它是自身强大和品德高尚的表现。



(3) 注意语言美。实践证明，纠纷多由口角引起。“恶语伤人”“病从口入，祸从口出”“话不投机半句多”，这些都深刻揭示了语言与纠纷的辩证关系。语言美是社会主义精神文明建设的重要内容。当我们不小心冒犯别人时，讲一句“对不起”“很抱歉”“请原谅”，或者当别人冒犯自己，向自己道歉时，回一句“不要紧”“没关系”，紧张的气氛就会烟消云散，从而“化干戈为玉帛”。

2. 防止斗殴现象的发生

(1) 防止突发性斗殴的“良方”——说服术。突发性斗殴往往是由于不能冷静对待偶然的起因而发生的。面对突发性斗殴应采取说服的方法，针对不同的对象，认真讲清道理，指出“行其少顷之怒而丧终身之躯”的严重后果，使对方冷静下来。

(2) 防止报复性斗殴的方法——攻心术和暗示效应。报复性斗殴往往产生于某种奇特的变态心理。生活中，人们的思想动机必然会通过言语、行为等显露出来。所以，我们要注意关心身边同学的思想变化，发现问题后及时而又有针对性地进行规劝。攻心术与说服术所不同的是，攻心术以关切为先导，不直接指出对方的错误，因为那样容易引起对方的反感，或置对方于十分难堪的境地。每个人都有自尊心，所以，我们应委婉相劝，用相似的人或事来善意暗示对方，让对方自己觉醒，从而领悟到同学之间的情谊，使矛盾自然消失。



(3) 防止演变性斗殴。演变性斗殴一般较长的滋生过程。中职生长期生活在一起，不可避免地会发生一些摩擦和冲突，而有些伤人感情的话语则容易



引发斗殴。对这类斗殴，及早发现、及时化解和预防尤为重要。

(4) 防止群体性斗殴。中职生完全能够从纷繁复杂的生活现象中分辨是非，判断正误。但是为帮助同学、老乡或朋友而进行群体性斗殴的现象却也时有发生。广大中职生应该合理看待部分武侠小说、打斗影视作品中宣扬的“江湖义气”，树立正确的交友观念，不要因为所谓的“哥们儿义气”而置法律于不顾。



反观自我

学完本课，对于文中讲到的同学之间的情谊，你是如何理解的？



知识拓展

打架斗殴的性质

生命权和健康权是人类最基本的权利，是其他一切权利的基础。打架斗殴行为可能构成的罪名有两个：一个是“故意伤害罪”，另一个是“故意杀人罪”。打架斗殴是一种典型的故意伤害行为。

按照故意伤害的伤害结果，可以把“故意伤害罪”分为故意伤害致人“轻伤”、故意伤害致人“重伤”和故意伤害致人“死亡”。法律规定：14周岁以上（包括14周岁）的人，要对故意伤害致人重伤或死亡的后果承担刑事责任；16周岁以上（包括16周岁）的人，要对故意伤害致人轻伤以上的行为承担刑事责任。



刑事责任是指触犯《中华人民共和国刑法》（以下简称《刑法》）所要承担的法律后果，具体包括管制、拘役、有期徒刑、无期徒刑、死刑等。打架斗殴等故意伤害行为严重扰乱社会秩序，严重威胁他人的生命和健康，《刑法》规定了较重的刑事责任。根据《刑法》第二百三十四条的规定：故意伤害他人身体的，处三年以下有期徒刑、拘役或者管制。犯前款罪，致人重伤的，处三年以上十年以下有期徒刑；致人死亡或者以特别残忍手段致人重伤造成严重残疾的，处十年以上有期徒刑、无期徒刑或者死刑。



学以致用

1. 什么是抢劫？中职生应如何预防抢劫？
2. 如果你的好朋友被人欺负，找你帮忙去报复别人，你应不应该去？为什么？
3. 如果你在日常生活中的同学发生了矛盾，应该怎么处理？为什么？



第二课 应对踩踏事件



案例引入

案例一：某天，某中等职业学校晚自习结束学生下楼时，几个男生故意堵住楼梯口，从而导致了一起8人死亡、20余人受伤的校园恶性楼梯踩踏事件。

案例二：2014年12月31日，大量游客市民聚集在上海外滩迎接新年，因通往观景平台的人行通道阶梯处有人失衡跌倒，继而引发踩踏事件发生，造成36人死亡，49人受伤。



知识探究

一、踩踏事件发生的原因

踩踏事件主要发生在空间有限且人群相对集中的场所，如球场、商场、室内通道或楼梯、影院、超载的车辆上、航行的轮船中等，人群的情绪如果因为某种原因而变得过于激动，那么置身其中的人就有可能受到伤害。

踩踏事件发生的原因主要有以下几点。

- (1) 前面有人摔倒，后面的人又没有止步，从而发生踩踏事件。
- (2) 人群由于受到惊吓而惊慌失措，大家在逃生中互相拥挤，从而发生踩踏事件。
- (3) 人群因为过度兴奋而造成踩踏事件的发生。
- (4) 好奇心驱使而造成踩踏事件的发生。

二、遭遇拥挤时的应对措施

在流量大的地方极易发生踩踏事件，所以大家应尽量避免靠近人多、拥挤的地方，如果不小心置身其中，那么可以按以下方法进行处理。

- (1) 发现拥挤的人群向着自己行走的方向涌来时，应该马上避到一旁，但不要奔跑，以免摔倒。
- (2) 如果路边有可以暂时躲避的地方，那么及时暂避。切记不要逆着人流前进，那样非常容易被推倒在地。
- (3) 若身不由己陷入人群之中，则一定要先稳住双脚。切记远离玻璃窗，避免因玻璃破碎而被扎伤。
- (4) 遭遇拥挤的人流时，一定不要采用体位前倾或者低重心的姿势，即便鞋子被踩掉，也不要贸然弯腰捡鞋或系鞋带。
- (5) 如有可能，可以先抓住一件坚固牢靠的东西，待人群过去后，再迅速离开现场。

三、出现混乱局面时的应对措施

如果拥挤的人群出现混乱，那么一定要保持冷静，听从现场工作人员的统一指挥，不要跟着盲目拥挤，以免发生更大的悲剧，并针对现场情况采取相应的应对措施。

- (1) 在拥挤的人群中，要时刻保持警惕，当发现有人情绪不对，或人群开始骚动时，就要做好准备保护自己和他人的安全。
- (2) 尽量不要被绊倒，避免自己成为踩踏事件的诱发因素。
- (3) 当发现自己前面有人突然摔倒了，要马上停下脚步，同时大声疾呼，



告知后面的人不要向前靠近。

(4) 若被推倒，则要设法靠近墙壁，面向墙壁，身体蜷成球状，双手在颈后紧扣，以保护身体最脆弱的部位。

四、发生事故后的应对措施

如果发生事故，那么面对惊慌失措的人群时，我们一定要稳定情绪，不要被别人慌乱的情绪感染。惊慌失措只会使情况更糟，大家可以按以下方法处理事故。

(1) 如果发生拥挤踩踏事故，则应及时报警，联系外援，寻求帮助，迅速拨打“110”或“120”。

(2) 在医务人员到达现场前，要抓紧时间用科学的方法开展自救和互救，尽量减少伤者的痛苦，避免产生更大的伤害。

发生严重踩踏事件时，最多见的伤害就是骨折、窒息。可根据具体情况进行判断，先将伤者平放在木板或较硬的垫子上，再解开其衣领、围巾等，使伤者保持呼吸道畅通。



思政元素

郑州地铁五号线：老人、孩子、晕倒的人先走

2021年7月20日，郑州暴雨导致地铁五号线严重积水，500多人被困，12人不幸遇难。地铁被困亲历者回忆称，地铁没走多久就有水开始渗进车厢，水位最高时淹到胸口处，多人出现缺氧、呛水等症状。

脱困后，亲历者回忆道：“每个人都在喊着让晕倒的人先走，两个男生架着一个晕倒的人，每个人都上去扶一把，把每个晕倒的人都先救出去，所有的男生都说女生先走，男生站在两边等着让女生先走，即使是情侣都放开了彼此的手，让女生先走。”“男生们在后面一个拉着一个女生走，我头晕走不动了，不管停在哪里，不管男生女生都会说一句，你靠着我可以，看着好多男生和消防员叔叔一直泡在水里，接应一个又一个女生出去，真的是觉得很庆幸，生在华夏这样一个有爱的国度，遇到善良可爱的人……”

面对困境，大家互相帮助、互相鼓励，不急不慌，依次撤离。每个人都在喊着让晕倒的人先出去；每个人都上去扶一把；所有的男生都说让女生先走；所有的成人都让老人和孩子先行。每个人都团结着渡过难关，大家的勇敢善良温暖着所有人。



反观自我

我们应从因为拥挤而发生的踩踏事件中吸取什么教训？

知识拓展

危险时刻如何保持镇定？

(1) 在拥挤的人群中，一定要时刻保持警惕，不要被好奇心驱使。当面对惊慌失措的人群时，更要保持自己的情绪稳定，惊慌只会使情况更糟。

(2) 在拥挤的人群中，要切记和大多数人的前进方向保持一致，不要试图超过别人，更不能逆行，要听从指挥人员的口令。同时，也要发扬团队精神，因为组织纪律性在灾难面前非常重要。

专家指出，心理镇定是个人逃生的前提，服从大局是集体逃生的关键。

学以致用

1. 踩踏事件发生的原因主要有哪些？
2. 生活中哪些场所容易出现拥挤现象？应该如何避免卷入拥挤的人群中？