



中等职业教育安全教育课程改革精品教材

中职生安全 教育读本

ZHONGZHISHENG ANQUAN
JIAOYU DUBEN

● ----- 主 编 陈江忠 黄世举 黄秀玉



北京出版集团公司
北 京 出 版 社

图书在版编目 (CIP) 数据

中职生安全教育读本 / 陈江忠, 黄世举, 黄秀玉主
编. -- 北京: 北京出版社, 2019.5 (2023 重印)
ISBN 978-7-200-14979-1

I. ①中… II. ①陈… ②黄… ③黄… III. ①安全教
育—中等专业学校—教材 IV. ① G634.201

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 078167 号

中职生安全教育读本

ZHONGZHISHENG ANQUAN JIAOYU DUBEN

主 编: 陈江忠 黄世举 黄秀玉

出 版: 北京出版集团公司

北 京 出 版 社

地 址: 北京北三环中路 6 号

邮 编: 100120

网 址: www.bph.com.cn

总发行: 北京出版集团公司

经 销: 新华书店

印 刷: 定州市新华印刷有限公司

版印次: 2019 年 5 月第 1 版 2023 年 7 月修订 2023 年 7 月第 4 次印刷

开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印 张: 8

字 数: 150 千字

书 号: ISBN 978-7-200-14979-1

定 价: 24.80 元

教材意见建议接收方式: 010-58572162 邮箱: jiaocai@bphg.com.cn

如有印装质量问题, 由本社负责调换

质量监督电话: 010-82685218 010-58572162 010-58572393

目录

第一单元 预防和应对社会安全类事故或事件 | 1

- 第一课 危机意识心中有，紧急时刻会自救 | 1
- 第二课 国家安全事重大，人人有责维护它 | 14

第二单元 预防和应对公共卫生事故 | 19

- 第三课 传染疾病传播快，时时预防不怠惰 | 19
- 第四课 注意挑选和鉴别，饮食卫生不马虎 | 26

第三单元 预防和应对意外伤害事故 | 31

- 第五课 安全出行记心间，遵守交规是保障 | 31
- 第六课 水火无情非等闲，生命安全一瞬间 | 38
- 第七课 日常生活不大意，小心驶得万年船 | 46

第四单元 远离黄赌毒 呵护身心健康 | 55

- 第八课 面对黄赌毒，请君自重莫放肆 | 55
- 第九课 青春之花最娇贵，身心健康要呵护 | 65

第五单元 面对欺凌不退缩 面对贷款要理智 | 71

- 第十课 校园欺凌危害深，误人误己终是痛 | 71
- 第十一课 科学理性消费，抵制不良校园贷 | 76

第六单元 预防和应对网络和信息安全事故 | 80

- 第十二课 网络社会有陷阱，侥幸心理不可取 | 80
- 第十三课 网络世界虽“美好”，不知节制可不妙 | 87

- 第十四课 虚拟暴力影响大，分清现实与游戏 | 92

第七单元 预防和应对自然灾害 | 95

- 第十五课 自然常有生气时，人类不可轻忽视 | 95
- 第十六课 暴雨洪水泥石流，难兄难弟手拉手 | 100
- 第十七课 地震海啸威力大，应对有方不怕它 | 107

第八单元 实习与职业安全 | 115

- 第十八课 实习重地隐患多，安全规程记心间 | 115
- 第十九课 面试就业存陷阱，走好工作第一步 | 117

参考文献 | 122

第一单元 预防和应对社会安全类事故或事件

第一课 危机意识心中有，紧急时刻会自救

近年来，学生意外事故时有发生，而且有相当大的比例是由于学生缺乏自我保护能力和安全常识所造成的。社会上个人的性格、道德良莠不齐，你不侵犯别人，却难免有人来伤害你。更为棘手的是，很多侵害案件，往往情况紧急、性质恶劣、后果严重，例如敲诈勒索、绑架、偷盗、抢劫、性侵害、黑社会等。青少年抵抗意识较淡薄、反抗能力也不足，因此，平时多学习自我保护的技能，关键时刻即便不能保护财产，也能够保护生命安全。

敲诈勒索是危害学生安全的主要不法行为，特别是小学生、初中生更是成为敲诈勒索的重点对象。很多学生或许都有过被同龄人或社会青年敲诈勒索的经历，如何预防和应对敲诈勒索行为，是同学们要认真学习掌握的安全技能。

绑架是一种重罪，大到国家政要或亿万富豪，小到寻常百姓和儿童学生，都可能成为犯罪分子的作案对象，其目的大多是为了钱财。但也有很多被害人因为应对不当，从而产生其他的后果，如撕票。

盗窃作为社会的普遍现象，在学校中也很猖獗，对同学们的财产造成威胁。据统计，在学校发生的案件90%是盗窃案。校园防盗对于同学们来说最重要的就是要树立防盗意识，普及防盗知识，不给小偷留存任何可乘之机。

青少年遭遇性侵害是一个世界范围内普遍存在的问题，被侵害者年龄大多在10岁至18岁之间。

黑社会作为和谐社会的一个巨大毒瘤，它不仅给人民的财产安全带来了极大的危害，而且也影响到了整个社会的繁荣稳定。党的二十大报告指出，要“强化社会治安整体防控，推进扫黑除恶常态化，依法严惩群众反映强烈的各类违法犯罪活动。发展壮大群防群治力量，营造见义勇为社会氛围，建设人人有责、人人尽责、人人享有的社会治理共同体”。因此，同学们要用自己的实际行动参与到扫黑除恶斗争中来，共同营造和谐的校园环境。

案例再现

【案例】

中学生小婷最近遇到了一件想起来就让人觉得恶心的事。上星期她乘地铁去图书大厦买书，地铁里面有点挤，小婷站在扶手旁边感觉有点异样：背后有一个男子似乎

有意无意地在她身上蹭来蹭去。而地铁上的人虽然多，但还不至于挤到人贴人的地步。小婷是个比较内向的女孩，不愿意声张，就向一边躲了躲。没想到那个男子又跟了上来，还是贴在她的背后，而且在她身上蹭得更紧了。小婷转过头怒视他，没想到那个男子竟然若无其事地看着车顶，丝毫没有收敛。



小婷实在忍不住了，忙向一边人较多的地方挤过去，却看到那个男子也在往这边挪。幸好地铁很快到站了，小婷满面通红地逃离了地铁。

【案例心得】

地铁或者是公交车同学们应该都坐过，你是否也有过类似小婷的经历呢？可能的同学还不知道，小婷遭遇的是性侵害。

【想一想】

1. 你或者你身边的人是否遇到过敲诈、抢劫、性侵害、绑架等事件，是如何应对的？
2. 你是否知道一些应对该类事件的方法？

安全讲堂

一、敲诈勒索

敲诈勒索罪是指以非法占有为目的，以威胁或者要挟的方法，强索数额较大的公私财物或者多次敲诈勒索的行为。

青少年为什么会成为敲诈勒索的主要对象呢？首先，现在社会的生活水平都提高了，同学们手里普遍都有零花钱，这就成了不法分子眼中的“肥肉”。其次，青少年往往涉世未深，胆小怕事，被敲诈勒索了也不敢举报，犯罪分子正是抓住了同学们的弱点才敢肆无忌惮。

（一）如何预防敲诈勒索

放学快回家，千万莫逗留。

尽量结伴行，莫走偏僻路。

陌生人搭讪，尽量别搭理。

零钱少携带，别随意外露。

（二）敲诈勒索的应对方法

1. 沉着冷静莫慌张

不要轻易答应对方的要求，可以告诉他们：“我今天没有带钱，等明天我把我的零用钱带来给你们，反正我明天放学还要走这条路。”脱身之后，要立即向家长、老师或者公安机关报告。



2. 顺从答应保安全

如果四周无人，不要贸然呼喊或试图逃跑，以免对方打你。这时要先答应对方的要求，交出钱物。在没有完全脱离危险环境的情况下，不要当着对方的面说要告诉警察、老师、家长之类的话，以免激怒对方。

3. 找准时机巧逃脱

如果此时恰巧有人从你身边经过，要大声呼救，同时要迅速往人多的地方跑。如果对方明显比你弱小时，你要大声呵斥对方、震慑对方，要知道对方心里可能比你还要害怕。如果对方明显很强壮，或者人多势众，就不要反抗，顺从答应条件，以保安全脱身。

4. 马上报告要记牢

遭遇敲诈勒索后一定要告诉家长或者老师，不要害怕被打击报复或被家长、老师责骂。如果不敢告诉家长或老师，更不敢报警，就会导致恶性循环，让这些人再三地进行敲诈勒索。

二、绑架

绑架罪是指以勒索财物或者其他不法利益为目的，用暴力、胁迫或者其他方法挟持或实际控制他人。

相关部门的数据显示，几乎所有被绑架案例均针对独行的学生，而且很大一部分是熟人作案。也就是说同学们的父母或者和同学们是朋友的人也会成为绑架你的人。所以如果有不是很亲密的叔叔或者阿姨邀请你哪里玩或者说是你的父母让他来接你放学的，同学们最好先和父母确认一下，以防万一。

（一）如何预防绑架

1. 平时要养成朴素的生活习惯。花钱不要大手大脚，也不要随意向别人炫耀自己

的父母很有钱。不要盲目攀比穿戴，学生要以穿校服为标准。如果穿着一身名牌，还佩戴金银首饰，容易引起犯罪分子的注意。

2. 不要随便结交社会上的“狐朋狗友”，更不要随便带陌生人到家中“参观”。

3. 单独在家，不要为陌生人开门，如果对方声称是爸爸妈妈的同事或朋友，你可以拨打电话告诉父母。

4. 上学或放学的路上，尽量和同学结伴同行。不要随意搭理陌生人。如果有人告诉你“你家中出事了”或“你父母生病、出车祸了”等，要你跟他走时，应首先设法与家人联系查证，并将此事告诉你的老师或邻居。

5. 如果在途中发现有人跟踪，应迅速往人多的地方走，并向别人求助。

（二）绑架的应对方法

1. 切记不要慌张，不要大声喊叫，不要过分挣扎，以免犯罪分子伤害你。

2. 在被绑架的路上，悄悄留下小标记。比如犯罪分子拉你下车到另外一辆车上时，你可以趁机把身上的东西掏出来丢掉，警察也会顺着线索找到你。

3. 悄悄记住犯罪分子的相关信息。比如他们的长相特征、谈话的内容、互相之间的称呼等。

4. 如果犯罪分子要求你和亲人通电话，你可以巧妙地向亲人暗示自己所处的地点或行踪。

5. 一定要吃东西、喝水、睡觉，尽量保存体力。

6. 看准时机喊救命。比如到十字路口等红绿灯时，如果看到路口有警察，可以大声呼喊救命。

三、性侵害

青少年之所以容易受到性侵害，主要是因为同学们年龄小，缺乏防范意识，抵抗能力非常有限，再加上同学们不懂相关的知识，就算遭遇性侵害，也认为是羞于启齿的事情，自己一个人憋在心里，不敢告诉别人。犯罪分子正是抓住了青少年的这种心理，才敢如此胆大妄为。

所谓性侵害主要有两种：

一是有身体接触的行为，比如故意触摸、碰撞、亲吻你的手、脸及身体，或者让你触摸、抚弄他人的身体，更严重的伤害就是强奸。

二是没有身体接触的行为，比如用猥亵的言语挑逗或取笑青少年等。

性侵害的几种常见情况：

1. 类似公交、地铁等拥挤的公共场所，有意无意地碰触你的隐私部位。

2. 在各种公共场所，突然向别人裸露自己的身体。

3. 亲戚朋友诱骗或强迫青少年，对其性侵害。

4. 网友约会见面后进行的性侵害。

5. 老师以为学生补课为由进行性侵害。

（一）如何预防性侵害

1. 在人群密集的公共场合，穿戴要大方得体，不要穿过分暴露的衣服，以免引起色狼的注意。若发现有可疑的人出现，要尽量离他远一些，往女生多的地方站，还可以用书包、雨伞之类的随身物品挡在自己身体的前面。

2. 外出时如果有陌生人主动和你搭讪，这时一定要提高警惕，如果发现对方鬼鬼祟祟、有些不正常的行为举止，更要迅速避开。

3. 千万不要接受陌生人给的饮料或零食，坏人很有可能放了麻醉药物在里面，也不要随便接受别人送的礼物，不随便搭乘别人的汽车。

4. 学生宿舍要经常进行安全检查。如果发现门窗损坏，及时报告学校有关部门修理。



5. 睡觉前门窗一定要关好，在天热时也不能例外。同学们还可以在身边放一两种防身的利器或声音尖锐能够起到警报作用的东西。

6. 不要轻易答应和网友见面，就算见面也要选择人多的公共场合。见面之前一定要告诉父母或者好朋友自己要到哪里去，千万不能去宾馆或偏僻的地方单独见面。

7. 要警惕一些“披着羊皮”的老师。不要与男老师单独相处，尤其是不要去男老师的家里。如果必须去找老师，可以和同学一起去。

（二）性侵害的应对方法

1. 在公共场合如果自己的隐私部位被碰触时，可以大声呵斥对方并迅速跑离现场，同时要对妈妈或值得信任的长辈倾诉让自己“不舒服”的经历，她们会给你必要的提醒和保护。

2. 在公共场合如果有人突然向你裸露身体，首先不要害怕慌张，要装作没有看见一样避开。如果对方还继续跟着你，你可以一边大声斥责，一边往人多的地方跑去寻求帮助。

3. 当受到犯罪分子侵害时，要保持冷静的态度，做到临危不惧，遇事不乱。可以一边呼救，一边用力挣扎，瞅准时机攻击犯罪分子的脸部或者其他可以攻击到的部位。

4. 在女生宿舍里遇到坏人时不要慌张，更不要因为害怕就默默忍受。如果宿舍里有很多人，一定要大声呼喊，就算坏人再强壮也抵抗不过集体的力量。

5. 如果不幸遭遇性侵害，要保留事情发生当天你所穿的内衣、内裤，同时在第一时间告诉老师或者家长。千万不要胆小害怕或者担心“影响名声”，而继续容忍类似的事情发生。



6. 主动接受心理辅导。性侵害的受害者容易产生“性侵害症候群”，不仅在心理上、情绪上会显现不安、焦虑、愤怒等，更会破坏人际关系网络，甚至导致日后无法与异性建立正常的亲密关系。因此，有必要接受相关方面的心理辅导和关怀，尽快适应新生活。

四、偷盗

盗窃罪是指以秘密窃取的方法，将他人公私财物转移到自己或者第三人的控制之下而非法占有。

一般来说，小偷在有人的情况下是不敢偷东西的，通常都是趁着没有人的空隙实施盗窃。比如，上课期间的宿舍，同学们都去教室上课了，小偷就会光顾宿舍。课间操时间或者吃饭时间，教室里通常会学生很少甚至有的教室一个学生也没有，小偷就会乘隙而入。

（一）如何预防偷盗

校园防盗对于同学们来说，最重要的是做好教室和学生宿舍的防盗工作，保护好自己和同学的财物。

1. 最后离开教室或宿舍的同学，要关好窗户锁好门，千万不要怕麻烦。同学们一定要养成随手关灯、随手关窗、随手锁门的习惯，以防小偷乘隙而入，后悔莫及。

2. 暂时离开宿舍一定要锁门。同学们一个人在宿舍时，即便上厕所、上水房洗衣服，几分钟、十几分钟的时间即可回来，也要锁好门，防止被犯罪分子溜门盗窃。

3. 不要留宿外来人员。同学们应该文明礼貌、热情好客，但决不能违反学校学生宿舍管理规定，如果随便留宿不知底细的人，就等于引狼入室，这种教训是惨痛的。

4. 同学们在校园内发现形迹可疑的人应加强警惕、多加注意。小偷共同的特点就

是：在宿舍四处窥测张望，似找人非找人，似有事非有事。见到这类形迹可疑的人，同学们应主动告诉老师或者学校保卫科。要注意陌生人。

5. 注意保管好自己的钥匙，包括教室、宿舍、箱包、抽屉等地的各种钥匙，不能随便借给他人或乱丢乱放，以防“不速之客”复制或伺机行窃。

6. 如果发现同学留宿外人或者把钱物乱放，要及时提醒同学，发现解决不了的问题要及时向老师报告。

7. 在教室、图书馆看书及在食堂吃饭时，不要用书包占座，不在书包里放现金、贵重物品、钥匙，防止书包被盗或书包内的现金、贵重物品、钥匙被盗。

（二）偷盗的应对方法

一旦校园内发生盗窃案件，同学们一定要冷静应对。

1. 如果小偷正在偷东西被你发现，不要盲目和小偷争执，要立刻报告离你最近的老师或者其他管理人员。

2. 如果小偷已经偷完东西跑掉了，要立即报告老师，不要让其他人再进入丢失东西的地方，也不要翻动现场的物品，切不可急急忙忙地去查看自己的物品是否丢失，这样会影响警察破案。

五、入室盗窃

入室盗窃的多发时间段：夏季和冬季。夏季天气炎热，有人喜欢开着门窗睡觉，容易给犯罪分子可乘之机。冬季人们户外活动减少，犯罪分子在夜色的掩护下进行盗窃不易被人发现。

入室盗窃的多发地点：平房区、胡同深处的住户、楼房区5层以下的住户，尤其是2层住户最为突出。

入室盗窃的目标：现金、首饰、手机、笔记本电脑等便于拿走的物品。

（一）如何预防入室盗窃

1. 不要轻信陌生人。听到敲门声后，要通过“猫眼”悄悄地观看，如果不认识站在门外的人，可以隔着防盗门询问对方是谁，然后给父母打电话。没有得到父母的允许千万不要给陌生人开门。

2. 离家前要将窗户关好、门锁好，保管好家门钥匙，最好随身携带，但是不要挂在脖子上，更不能借给别人。

3. 离开家去邻居家串门、买东西，就算是一小会儿，也一定要将门锁好，不给小偷任何下手的机会。

4. 同学们不要在社会上乱交朋友，更不能随便把他们带到家中。

（二）入室盗窃的应对方法

1. 如果正巧撞上小偷在家中偷东西，或者发现门锁被撬开了，或者房门虚掩着，不要轻易走进去，要马上向就近的大人求救或者报警。



2. 如果一个人在家时，突然有小偷撬动家里的门，你可以悄悄用电话、手机报警，或者跑到窗户旁向路边的大人呼救。

3. 如果来不及呼救，你可以悄悄躲在小偷不易察觉的地方，如床底下，趁着小偷四处找东西的时候，立刻飞奔出去，争取尽快脱离危险境地。

4. 如果小偷已经发现了你，这个时候不要贸然大呼大叫，因为小偷一般都是成年人，如果和小偷硬碰硬，同学们肯定会吃亏，你可以告诉小偷，爸爸妈妈都不告诉我钱放在哪里。

5. 一旦小偷离开，要尽快到安全的地方，如邻居家、物业值班室等，再报警求救。

六、扒窃

公共场所向来是小偷青睐的地方，因为公共场所人员聚集，流动性大，小偷容易寻找下手目标，得手后也能够迅速逃脱。而且在公共场所的人们通常都会随身携带钱包、手机等物品，这些物品体积小、便于隐藏，是小偷的主要目标。

小偷出没比较多的地方：公交车上、公共汽车站、商场、餐饮娱乐场所等；有些比较猖狂的小偷，也会在热闹的马路上伺机行窃。

（一）如何预防扒窃

1. 同学们在逛商场、超市或者露天小市场时，切记将钱及贵重物品带在身上，在付款处结账时一定要数清自己的东西再离开。

2. 夏季天气炎热时，如果遇到有人头上顶着衣服、胳膊上搭着衣服或者手里拿着草帽、衣服、报纸、书刊杂志等，故意在人群中挤进挤出，或挡住你的去路，这时同学们一定要小心了，尽量远离他们。这种小偷十分狡猾，他们通常故意做转身动作或者擦汗动作，实际上他们已经从别人身上取走了东西。

3. 上公交车或地铁之前，应事先准备好零钱或公交卡，不要在站牌下或上车后掏钱包找零钱，这样就等于告诉小偷我的钱在哪儿、有多少。自觉排队上车，良好的乘车秩序也会使小偷无机可乘。上下车要注意自己随身的财物，尽量不要把钱包放在上

衣两侧的口袋里。

4. 外出时尽量少带现金、贵重物品，不带较多的现金和贵重物品到公共浴池、体育场、游泳馆等，这些场所往往是犯罪分子行窃的地方。

5. 骑自行车上学时，当你把书包放在自行车的车筐里，挂在车把上或是夹在后车架架上时，要把书包设法与自行车连在一起，挂起来、锁起来、套起来，要不然，小偷拿着太方便了。还要养成随手锁车的好习惯，最好存放在有人看管的车棚里。

（二）扒窃的应对方法

1. 如果在公共场所发现有小偷正在偷自己的东西，先不要喊叫，立即转移到现场工作人员旁边或人多的地方，检查是否丢了东西，并寻求工作人员的帮助或报警。

2. 如果发现小偷偷别人的东西，也可以请现场工作人员报警。

七、抢劫

抢劫罪是指实施暴力、胁迫或者其他人身强制行为，当场劫取公私财物的行为。行人稀少的地点、夜深人静的时候容易发生抢劫：

1. 校内外比较偏僻、阴暗人少的地方，比如操场的角落、学校围墙附近等。

2. 灯光暗淡的公路、小巷，未竣工的建筑物内、树林、小山上。

（一）如何预防抢劫

1. 学会自我保护。放学后最好和同学们结伴回家，尽量减少晚上单独外出。不在僻静的地方活动，宁可多走点路，也不要走在偏远、阴暗的林间小道、山路上行走。

2. 在公共场所，不要随便向别人炫耀自己身上带的贵重东西，比如手机、iPad等，身上也不要带太多现金。如发现有人尾随，要迅速往人多的地方去。

3. 不要随便和别人谈论自己的家庭情况，也不要随便和不熟悉的人到偏僻的地方去。

4. 不要深夜滞留在外不归或晚归。

5. 独自在家时，如果有人以查水电气、维修电器、借用物品、推销产品等理由敲门时，不要随意开门。

（二）抢劫的应对方法

1. 首先精神上一定要保持冷静、镇定。如果不法分子是一个人，又没有凶器，可尝试着想办法分散他的注意力，如假装看见熟人打一个招呼或采用声东击西的办法，喊一声“警察来了”，然后跑掉。如果犯罪分子是多人，而且带着凶器，由于你力量相对弱小，不要一味地挣扎反抗，试图逃离，以免激怒犯罪分子，遭受皮肉之苦。更不要和不法分子硬碰硬地打斗，可将自己随身携带的钱物交给抢劫者，趁作案人取财物放松警惕时，向有人、有灯光或居住地区跑去。



2. 要悄悄留意并观察犯罪分子的体貌特征。尽量记下其特征，如个子有多高，年龄有多大，高矮胖瘦，留着什么样的发型，穿什么样的衣服，有没有胡须、疤痕等。

3. 独自在家遇到入室抢劫时，要特别注意生命和身体安全，不要轻易与不法分子发生冲突，以免造成人员伤害。当不法分子问你，家里贵重物品和钱放在什么地方时，你可以回答我是小孩，父母从不告诉我这些东西放在什么地方，并在不引起不法分子注意的情况下，尽量往门口靠，伺机开门逃脱。

4. 事后一定要及时报案。这样才有利于公安机关及时组织力量布控，抓获犯罪分子。有的同学遭到抢劫后“自认倒霉”，还有的同学因怕大人担心而不敢向老师、家长汇报。这样不仅会使自己承受巨大的痛苦，还会使更多的同学遭遇同样的经历，助长犯罪分子的嚣张气焰。

八、扫黑除恶

“黑”是指黑社会性质的组织；“恶”是指恶势力、恶势力犯罪集团。学校应利用电子屏、宣传橱窗等工具广泛宣传并通过组织开展主题班会的形式告知同学们黑恶势力、违法犯罪给社会带来的危害，中学生要学会辨别身边黑恶势力、面对黑恶势力懂得运用法律进行自我保护和遇到黑恶势力积极举报等。具体做到以下几点：

- (1) 上下学不单独行走，可以和同学结伴行走。
- (2) 行事低调，不显露自己的财富，不携带贵重物品到校。
- (3) 遭遇勒索时，要先确保自身的人身安全。
- (4) 遭遇暴力殴打时，注意保护身体的关键部位，将伤害降到最低。
- (5) 案发后，要第一时间报警，并通知学校和家长。
- (6) 多参加体育锻炼，强健体格，培养积极向上的兴趣爱好，不崇尚暴力文化。

九、拥挤踩踏

(一) 一般应对

1. 发生拥挤或遇到紧急情况时，应保持镇静，在相对安全的地点做短暂停留。
2. 人群拥挤时，要用双手抱住胸口，防止内脏被挤压受伤。

3. 在人群中不小心跌倒时，应立即蜷缩身体，紧抱着头，尽量减少伤害。



4. 注意收听广播，服从现场工作人员指挥，尽快从就近的安全出口有序疏散。
5. 切勿逆着人流行进或抄近路。行走时尽量靠边，保护好自己。

（二）体育场骚乱事件



1. 遇到少数人起哄、煽动闹事时，不要盲目跟从。
2. 周围人群处于混乱时，应选择安全地点停留（如待在自己的座位上），以保证自己不被挤伤。
3. 不要在看台上来回跑动，要迅速、有序地向自己所在看台的安全出口疏散。
4. 远离栏杆，以免栏杆被挤折而伤及自身。
5. 不要在看台上拥挤或翻越栏杆，以免造成人员伤亡。
6. 疏散时应注意有序、礼让，保护老人、儿童、妇女等弱势群体。

十、恐怖袭击事件

恐怖袭击是极端分子人为制造的针对但不限于平民及民用设施的、不符合国际道义的恐怖袭击方式。恐怖袭击从20世纪90年代以来，在全球范围内有迅速蔓延的严峻趋势。极端分子使用的手段也由最初的纯粹军事打击演化到绑架、残杀平民、自杀爆炸等骇人的行动。而遭受恐怖袭击的国家或地区主要是北约组织成员国和军事同盟地区，以及受它们军事打击的国家或地区。巴格达每天都有恐怖袭击事件发生，发生在美国本土的“9·11”事件则是震惊全球的最惨重的恐怖袭击事件。因此，从21世纪初开始，以美国为主的军事大国开始强调全球反恐联盟，以打击恐怖主义的嚣张气焰。

小资料

恐怖袭击是难以定义的概念，即使在美国范围内，国防部、联邦调查局和国务院使用的定义也不同。联合国和不同的国家也用它们自己的方式来定义恐怖袭击。当你从恐怖分子的角度出发，概念变得更难以理解：他们经常认为自己不是罪人，而是自由战士，是在思想或种族中挣扎的反抗者。恐怖袭击是极端的犯罪行为，通过产生恐惧感来威逼和影响大众。

在现实生活中，同学们很有可能随时遇到各种意外，这可能给我们的身体带来伤害甚至可能危及我们的生命。那么，我们如何在危机中保护自己？为此，学校保卫处的工作人员编写了这些日常防范和在紧急情况下的自救、互救知识。希望通过这些知识的学习，同学们能增强安全防范意识，掌握一定的安全防范知识和自救技能。

（一）常见恐怖袭击手段有哪些

1. 常规手段

- （1）爆炸是指炸弹爆炸、汽车炸弹爆炸、自杀性人体炸弹爆炸等。
- （2）枪击是指手枪射击、制式步枪或冲锋枪射击等。
- （3）劫持是指劫持人、劫持车、船、飞机等。
- （4）纵火。

2. 非常规手段

（1）核与辐射恐怖袭击是指通过核爆炸或放射性物质的散布、造成环境污染或使人员受到辐射照射。

（2）生物恐怖袭击是指利用有害生物或有害生物产品侵害人、农作物、家畜等，如发生在美国9·11事件以后的炭疽邮件事件。

（3）化学恐怖袭击是指利用有毒、有害化学物质侵害人或城市的重要基础设施、食品与饮用水等，如东京地铁沙林毒气袭击事件。

（4）网络恐怖袭击活动是指利用网络散布恐怖袭击、组织恐怖活动、攻击电脑程序和信息系统等。

（二）发现可疑爆炸物怎么办

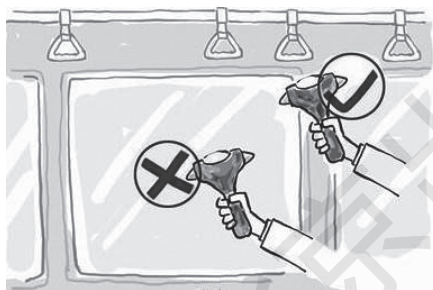
1. 不要触动。
2. 及时报警。
3. 迅速撤离。疏散时，有序撤离，不要互相拥挤，以免发生踩踏造成伤亡。
4. 协助警方的调查。目击者应尽量识别可疑物发现的时间、大小、位置、外观，有无无人动过等情况，如有可能，用手中的照相机进行照相或录像，为警方提供有价值的线索。

（三）遇有匿名威胁爆炸或扬言爆炸怎么办

1. 信：要“宁可信其有，不可信其无”，不能心存侥幸心理。
2. 快：尽快从“现场”撤离。
3. 细：细致观察周围的可疑人、事、物。
4. 报：迅速报警、让警方了解情况。
5. 记：用照相机或者摄像机等将“现场”记录下来。

（四）公共汽车上遇到纵火恐怖袭击怎么办

1. 沉着冷静。当发动机着火后，应迅速开启车门，从车门下车，用随车灭火器扑灭。
2. 如果着火部位在中间，应从两头车门有序地下车。在扑火时，重点保护驾驶室和油箱部位。
3. 如果火焰小但封住了车门，应用衣服蒙住头部，从车门冲下。
4. 如果车门线路烧坏，开启不了，应用逃生锤砸开就近车窗翻身下车，破窗时应敲击车窗边角处。



5. 如果衣服着火，来得及脱下，应迅速脱下衣服，用脚将火踩灭，或者请他人协助用厚重的衣物压灭火苗；如果他人衣服着火，应脱下自己的衣服或其他布物，将他人身上的火捂灭。

名言警句

勇敢不在于能够蔑视危险，而在于认清危险、战胜危险。

——布勒森东

生活中没有可怕的东西，只有应该去了解的东西。

——居里夫人

事前谨慎总比事后补救强。

——爱·科克



法律链接

《中华人民共和国治安管理处罚法》

第四十四条：猥亵他人的，或者在公共场所故意裸露身体，情节恶劣的，处五日以上十日以下拘留；猥亵智力残疾人、精神病人、不满十四周岁的人或者有其他严重情节的，处十日以上十五日以下拘留。

《中华人民共和国刑法》

入室盗窃在我国是盗窃罪的从重处罚情节。我国《刑法》第264条：盗窃公私财物，数额较大的，或者多次盗窃、入户盗窃、携带凶器盗窃、扒窃的，处三年以下有期徒刑、拘役或者管制，并处或者单处罚金；数额巨大或者有其他严重情节的，处三年以上十年以下有期徒刑，并处罚金；数额特别巨大或者有其他特别严重情节的，处十年以上有期徒刑或者无期徒刑，并处罚金或者没收财产。

《中华人民共和国治安管理处罚法》

第四十九条：盗窃、诈骗、哄抢、抢夺、敲诈勒索或者故意损毁公私财物的，处五日以上十日以下拘留，可以并处五百元以下罚款；情节较重的，处十日以上十五日以下拘留，可以并处一千元以下罚款。



思考与实践

1. 举办一次联谊班会，邀请别的班级的同学一起参加。同学们可以通过联谊班会寻找和自己住在同一个小区的同学，一起结伴上学、放学，这样可以大大降低因身单影只而被侵害的可能性。

2. 将班中学生分成两大组，第一大组调查主题：中学生自我保护意识；第二大组调查主题：学校周围（或学生居住的社区周围）游戏厅、网吧等未遵循未成年人保护法相关规定的情况。每一大组按6人一组自行分成几个小组，并进行合理分工，设计好调查问卷进行调查。

3. 和爸爸妈妈一起对家里进行一次安全大检查，找一找家里存在哪些防盗安全隐患。同学们可以重点检查：家里是否经常存放大量现金，有没有及时清理门把上的小广告，空调护栏是否给小偷提供了方便，锁门时是否只是随手带上，没有用钥匙锁上。

第二课 国家安全事重大，人人有责维护它

热爱国家，自觉珍惜和维护国家的荣誉、捍卫国家的尊严，不仅是人们千百年来

巩固起来的对自己祖国的一种最深厚的感情，是中华民族历久弥新的传统美德和民族精神，是社会主义核心价值体系的重要内涵，更是以报效国家为理想的中学生最基本的价值取向。

案例再现

【案例】

犯罪嫌疑人王某，吉林人，毕业后应聘到某公司担任业务员。由于工资不高，个人经济上比较困难，于是王某便通过互联网发帖寻找兼职工作。不料，被网上的境外间谍情报机关人员盯上，并以某投资咨询公司的名义将其招聘为信息员。受到金钱诱惑，王某在明知对方是境外间谍情报机关的情况下，仍然不计后果，一意孤行，接受对方的任务和指令，积极为之效力。先后多次以旅游的名义到我区某重要军事目标周边进行实地察看，秘密搜集该营区的地理位置和各种武器装备的型号、数量、位置等军事情报，通过电子邮件，加密传递给境外间谍情报机关。

后被抓获，以间谍罪被判处有期徒刑10年，剥夺政治权利3年，并处罚金5万元。

【案例心得】

王某参加间谍组织，并为其收集情报，对国家安全构成威胁，触犯了《中华人民共和国国家安全法》，任何出卖国家利益的行为都是法律所不容许的，王某接受境外人员的策反，并为其工作，损害了国家和人民的利益，最终落得可悲的下场。

【想一想】

王某的行为对国家和人民安全有哪些危害？

安全讲堂

一、维护国家安全

有国家就有国家安全工作。国家安全是民族复兴的根基，社会稳定是国家强盛的前提。党的二十大报告专门强调：“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。”无论处于什么社会形态，或者实行怎样的社会制度，都会视国家利益为最高、最根本的利益，将维护国家安全列为首要任务。所以，青少年应当成为国家安全和利益以及社会安全的自觉维护者。

（一）什么是危害国家安全的行为

《中华人民共和国国家安全法》及其《实施细则》所称危害国家安全的行为，是指境外机构、组织、个人实施或者指使、资助他人实施的，或者境内组织、个人与境外机构、组织、个人相勾结实施的下列危害中华人民共和国国家安全的行为：阴谋颠覆政府，分裂国家，推翻社会主义制度的；参加间谍组织或者接受间谍组织及其代理

人的任务；窃取、刺探、收买、非法提供国家秘密的；策划、勾引、收买国家工作人员叛变的；进行危害国家安全的其他破坏活动。

（二）青少年如何维护国家安全

1. 树立国家利益高于一切的观念。国家安全涉及社会生活的方方面面，是国家、民族生存与发展的首要保障。一位已故的政治家也说过：“没有永久不变的国家友谊，只有永久不变的国家利益。”所以，把国家安全放在高于一切的地位，是国家利益的需要，又是个人安全的需要，也是世界各国的一致要求。

2. 熟悉有关国家安全的活动、法规。青少年应该牢记法纪，对遇到的法律界限不清的问题，要肯学、勤问、慎行。

3. 善于识别各种伪装。我们生活的社会是复杂多样的，要时刻保持警惕，以防间谍情报人员采用五花八门的手段，套取国家秘密、科技政治情报和内部情况。

4. 克服妄自尊大等思想。再富有的国家也不可能应有尽有，再贫穷的国家也不可能没有一点别国羡慕的东西。中国是发展中国家，但也是不可小视的国家。所以，作为中国人要挺直腰板，决不自卑、悲观失望。

5. 积极配合国家安全机关的工作。国家安全机关是国家安全工作的主管机关，是与公安机关同等性质的司法机关，分工负责间谍案件的侦查、拘留、预审和执行逮捕。当国家安全机关需要大家配合工作的时候，在工作人员表明身份和来意之后，每个同学都应当按照《国家安全法》赋予的七条义务的要求，认真履行职责。

二、维护国家荣誉

荣誉，是指一定社会或集团通过社会舆论或其他方式对个人或组织履行社会义务的德行和贡献所做出的褒奖，是对个人或组织的道德行为和贡献的价值认可。

国家荣誉，是一个国家在世界上的地位和尊严的总称，也是民族的自尊心和国民的自豪感所在。国家荣誉为最高层次。

国格是一个国家的荣誉和尊严，是一个国家各民族的整体人格，是具有普遍性的人格，是个人人格的共性和基础；自觉珍视和维护国家的荣誉和尊严，是一种最基本、最起码的人格。

三、珍惜和平

（一）什么是和平

和平是相对于战争而言的。它是指没有战争的一种社会状态，是人类社会存在和发展的基本条件。和平可划分为不同的等级，有世界和平、地区和平、国家间和平以及国内和平等。因为和平的威胁来自战争，所以在国际关系中，和平问题是指维护世界和平、防止新的世界战争的问题。

（二）为什么和平是时代主题之一

战争使人类付出惨重的代价。特别是人类进入20世纪以来，已经经历了两次灾难

深重的世界大战，先后有几十个国家卷入战争，几千万人死于战争，4万亿美元的社会财富毁于战火；但第二次世界大战后，随着科学技术的飞速发展，出现了核武器这样的大规模毁灭性武器，如果爆发新的世界大战，无疑将给人类造成更加惨重的浩劫，使人类的文明面临毁灭的危险。因此，世界战争与和平问题成为战后各国共同关心的重大问题。同时，和平也是人类世代追求不息的理想和目标，而当代和平力量的增长超过了战争力量的增长，使和平具有现实的可能性。可以说，战后世界和平是主流。



（三）战后世界维持总体和平局面的原因

1. 饱尝战乱之苦的世界各国人民渴望和平，反对战争

两次世界大战的灾难和现代化杀伤性武器的发展使世界人民强烈要求维护和平，坚决反对战争。同时，第三世界国家面临着发展经济、摆脱贫困的主要任务，需要一个和平稳定的环境，因此他们成为反对战争、维护和平的中坚力量。

2. 核战争的毁灭性后果，使某些核大国不得不考虑自身的安全而不敢贸然发动战争

第二次世界大战后期，美国向日本的广岛、长崎投下了两颗原子弹，促使日本军国主义者投降，但也给这两个地区造成了严重的“后遗症”。可见，核武器具有毁灭性的威力，核大国如果发生核战争，只会导致双方同归于尽，而不可能有胜利者。科学研究表明，一场核战争会给地球带来“核冬天”，其后果造成包括人类在内的所有生物的灭绝。核战争不堪设想的后果，使核大国不得不考虑自身的安全和利益而不敢轻易发动世界战争。

3. 国际上各种力量相互制约，有利于维护世界和平与稳定

战后帝国主义被削弱，法西斯主义彻底被打垮，一批社会主义国家诞生，大批的民族独立国家走上了国际政治舞台；国际政治力量的对比发生了根本的变化；随着国际格局多极化趋势的增强，“超级大国”控制世界的能力减弱；随着科学技术革命的迅猛发展和生产的国际化，世界各国的经济利益互相渗透，使得各国之间互相依存、互相合作的趋势日益加强，各国的共同经济利益增加，维护世界和平有了共同的利益基础。

四、珍视发展

正确认识当今世界经济形势：在世界经济总体发展的同时，落后、贫困、危机、债务这些抹不掉的阴影总是与人类相伴随，整个世界的经济形势依然严峻。尤其在发展中国家，其经济发展的任务更显得迫切和艰巨。

要发挥联合国在国际事务中的主导作用。联合国的宗旨就是维护国际和平与安全，促进国际合作与发展。这和当今时代的两大主题是一致的。联合国的宗旨越来越得到国际社会的认可，并日益显示出其重要作用。联合国安理会是唯一有权采取行动维护国际和平与安全的机构。在当今国际社会，必须坚持联合国的宗旨和原则，采取措施维护联合国及其安理会的权威，使其发挥更大的作用。任何绕开联合国自行其是的做法都是错误的、非法的。

名言警句

热爱祖国，这是一种最纯洁、最敏锐、最高尚、最强烈、最温柔、最有情、最温存、最严酷的感情。一个真正热爱祖国的人，在各个方面都是一个真正的人。

——苏霍姆林斯基

法律链接

《中华人民共和国国防法》

第二十六条：中华人民共和国的领陆、内水、领海、领空神圣不可侵犯。国家加强边防、海防和空防建设，采取有效的防卫和管理措施，保卫领陆、内水、领海、领空的安全，维护国家海洋权益。

《中华人民共和国宪法》

第二十八条：国家维护社会秩序，镇压叛国和其他危害国家安全的犯罪活动，制裁危害社会治安、破坏社会主义经济和其他犯罪的活动，惩办和改造犯罪分子。

第三十四条：中华人民共和国年满十八周岁的公民，不分民族、种族、性别、职业、家庭出身、宗教信仰、教育程度、财产状况、居住期限，都有选举权和被选举权。

第三十六条：中华人民共和国公民有宗教信仰自由。任何国家机关、社会团体和个人不得强制公民信仰宗教或者不信仰宗教，不得歧视信仰宗教的公民和不信仰宗教的公民。

第五十四条：中华人民共和国公民有维护祖国的安全、荣誉和利益的义务，不得有危害祖国的安全、荣誉和利益的行为。

第五十五条：保卫祖国、抵抗侵略是中华人民共和国每一个公民的神圣职责。

思考与实践

观看战争影片，对战争进行回顾，体会和平的来之不易。