# 中学生安全常识

来源：网络 作者：静水流深 更新时间：2024-07-15

*第一篇：中学生安全常识中学生安全常识一、临危逃生的基本原则：1、保持镇静，趋利避害。2、学会自救、保护自己。3、想方设法，不断求救。4、记住四个电话：①“119”火警电话。②“110”报警电话。③“122”交通事故报警电话。④“120”急...*

**第一篇：中学生安全常识**

中学生安全常识

一、临危逃生的基本原则：

1、保持镇静，趋利避害。

2、学会自救、保护自己。

3、想方设法，不断求救。

4、记住四个电话：①“119”火警电话。②“110”报警电话。③“122”交通事故报警电话。④“120”急救电话。打电话不要慌张、语无伦次，必须要说清地点、相关情况，显著的特征。

二、交通安全

1、行走安全：行人须在人行道内行走，没有人行道靠右边行走；穿越马路须走人行横道；通过有效通信号控制的人行道，须遵守信号的规定；通过没有交通信号控制的人行道，要左顾右盼，注意来往车辆，不准追逐，奔跑；没有行人横道的，须直行通过，不准在车辆临近时突然横穿；有人行过街天桥或地道的，须走人行过街天桥或地道；不准爬越马路边和路中的护栏、隔离栏，不准在道路上扒车、追车、强行拦车或抛物击车。

2、骑自行车（电动车、摩托车）安全：不满16周岁不能在道路上骑电动车、摩托车；不打伞骑车；不脱手骑车；不骑车带人；不骑“病”车；不骑快车；不与机动车抢道；不平行骑车；不在恶劣天气骑车。

3、乘车安全：乘公共汽车要停稳后上下车，在车上要抓好扶手，头、手等身体部位不能伸出窗外，管好身边物品，防止扒窃；乘高速汽车要系安全带；不乘超载车。

三、火灾中的逃生与自救

火灾中如何自救与逃生是师生学习消防知识的一个重点，尤其是在房间中的火场逃生，具体要做到“三要三不要”。

1、要镇静分析，不要盲目行动

明确自己的房间，回忆房子和房间的位置走向，分析周围的火情，不要盲目开门开窗，可用手先摸一摸房门，如果很热，千万不要开门，不然会助长火势或“引火入室”；也不要盲目乱跑、跳楼，这样有可能造成不应有的伤亡，在火势未蔓延前，可朝逆风方向快速离开。

2、要选好逃生办法，不要惊慌失措

如必须从烟火中冲出房间，要用湿毛巾、衣服等包住头脸，尤其是口鼻部，低姿行进，以免受呛窒息。如房门口虽已有火，但火势不大，就从房门口冲出；如果房门口火势太猛，要从窗口逃生，并保证双脚落地，不出现意外。

3、火场人员要尽量有序迅速撤离火场

不要大声喊叫，避免烟雾进入口腔，造成窒息中毒。如火场逃生之路均被大火切断，应退居室内关闭门窗，有条件的可向门窗上浇水，延缓火势蔓延，同时向窗外扔小的物品或打手电求救。

四、游泳安全

1、基本要求：

单身一人不外出在江河湖泊游泳；身体患病不游泳；强体力劳动或剧烈运动后，不立即游泳；水况不明的江河湖泊不游泳；恶劣天气不外出游泳；下水前不做准备活动不游泳。

2、发生事故要求：

出现事故，要立即呼救，儿童少年不冒然下水营救；溺水者救起后，要清除口鼻喉内异物，排出溺水者胃肺部水，必要时进行人工呼吸。同时，迅速拨打急救电话。

五、饮食卫生

不买不吃不新鲜和腐烂变质的食品；不吃被卫生部门禁止上市的海产品；不买无证摊贩处食品；不买无商标或无出厂日期、无生产单位、无保质期等标签不完整的食品；不吃有毒

食品（如野生蘑菇、不明野菜等）；不喝未经消毒、煮沸的水，不喝存放时间过长的、过时的纯净水。

六、安全用电

不靠近有电线断落地周围20米内，不随意拆卸、安装电源线路、插座等电器；不用尖锐物品扎、刺电线；不在雷鸣电闪时使用电器；不用金属体去试探插座、灯口的内部，更不能用指头戳插座孔、灯口；不用湿手接触开关、插座。

七、行走的安全常识

每位同学必须牢记如下行走安全常识：

指挥灯信号绿灯亮时，准许行人通行；黄灯亮时，不准行人通行，但已进入人行道的行人，可以继续通行；红灯亮时，不准行人通行；黄灯闪烁时，行人须在确保安全的原则下通行。

人行横道信号灯绿灯亮时，准许行人通过人行横道；绿灯闪烁时，不准行人进入人行横道，但已进入人行横道的可以继续通行；红灯亮时，不准行人进入人行横道。

行人必须遵守的规定行人须在人行道内行走，没有人行道靠右边行走；穿越马路须走人行横道；通过有交通信号控制的人行横道，须遵守信号的规定；通过没有交通信号控制的人行道，要左顾右盼，注意车辆来往，不准追逐，奔跑；没有人行横道的，须直行通过，不准在车辆临近时突然横穿；有人行过街天桥或地道的，须走人行过街天桥或地道；不准爬马路边和路中的护栏、隔离栏，不准在道路上推扒车、追车、强行拦车或抛物击车。行走时，哪些情况最危险呢？

（1）横穿马路很容易出危险。

（2）三五成群横着走在非人行道上，这样最容易发生交通事故。

（3）上、下班高峰过后，马路上车辆稀少，因为路中车少人稀思想麻痹。麻痹加麻痹就等于危险。

（4）行走时一心两用，边走边看书，或边走边想问题，或边走边聊天，边走边玩……这样做，可能车子不来撞你，你倒自己去撞车子，因此也十分危险。

八、骑车安全

（1）不满12周岁的孩子，不能在道路上骑车。这是交通规则规定的。

（2）不打伞骑车。

（3）不脱手骑车。

（4）不骑车带人。

（5）不骑“病”车。

（6）不骑快车。

（7）不与机动车抢道。

（8）不平行骑车。

最后还要注意，在恶劣的天气如雷雨、台风、下雪、或积雪未化、道路结冰等情况下，也不要骑车。

九、乘车安全

（1）上车前先看清公共汽车是哪一路，因为公共汽车停靠站，往往是几路公共汽车同一个站台，慌忙上车，容易乘错车。

（2）待车子停稳后再上车或下车，上车时将书包置于胸前，以免书包被挤掉，或被车门轧住。

（3）上车后不要挤在车门边，往里边走，见空处站稳，并抓住扶手，头、手、身体不能伸向窗外，否则容易发生伤害事故。

（4）乘车要尊老爱幼讲礼貌，见老弱病残及孕妇要主动让座。

（5）乘车时不要看书，否则会损害眼睛

中学生安全教育知识及安全条例

一．在教室内活动应怎样注意安全

在教室内活动，还有许多看起来细微的小事情值得同学们注意，否则，同样容易发生危险。这主要有以下几个方面：

1．防磕碰。

目前大多数教室空间比较狭小，又置放了许多桌椅、饮水机等用品，所以不应在教室中追逐、打闹，做剧烈的运动和游戏，防止磕碰受伤。

2.防滑、防摔。

教室地板比较光滑的，要注意防止滑倒受伤；需要登高打扫卫生、取放物品时，要请他人加以保护，注意防止摔伤。[莲~山 课件]

3.防坠落。

住楼房，特别是住在楼房高层的，不要将身体探出阳台或者窗外，谨防不慎发生坠楼的危险。

4.防挤压。

教室的门、窗户在开关时容易掩手，也应当处处小心。

5.防火灾。

不要在教室里随便玩火，更不能在教室里燃放爆竹。

6.防意外伤害。

改锥、刀、剪等锋利、尖锐的工具，图钉、大头针等文具，用后应妥善存放起来，不能随意放在桌子上、椅子上，防止有人受到意外伤害。

二．课间活动应注意什么？

在每天紧张的学习过程中，课间活动能够起到放松、调节和适当休息的作用。课间活动应当注意以下几方面：

1.活动的强度要适当，不能做剧烈的活动，以保证继续上课时不疲劳、精神集中、精神饱满。

2.活动的方式要简便易行，如做做操，托托排球等。

3.活动要注意安全，要避免发生扭伤、碰伤等危险。

三．上体育课应注意哪些安全事项

体育课在中小学阶段是锻炼身体、增强体质的重要课程。体育课 上的训练内容是多种多样的，因此安全上要注意的事项也因训练的内容、使用的器械不同而有所区别。

1.短跑等项目要按照规定的跑道进行，不能串跑道。这不仅仅是竞赛的要求，也是安全的保障。特别是快到终点冲刺时，更要遵守规则，因为这时人身体产冲力很大，精力又集中在竞技之中，思想上毫无戒备，一旦相互绊倒，就可能严重受伤。

2.跳远时，必须严格按老师的指导助跑、起跳。起跳前前脚要踏中木制的起跳板，起跳后要落入沙坑之中。这不仅是跳远训练的技术要领，也是保护身体安全的必要措施。

3.在进行投掷训练时，如投手榴弹、铅球、铁饼、标枪等，一定要按老师的口令行动，令行禁止，不能有丝毫的马虎。这些体育器材有的坚硬沉重，有的前端有尖利的金属头，如果擅自行事，就有可能击中他人或者自己被击中，造成受伤。甚至发生生命危险。

4.在进行单、双杠和跳高训练时，器材下面必须准备好厚度符合要求的垫子。如果直接跳到坚硬的地面上，会伤及腿部关节和后脑。做单、双杠动作时，要采取各种有效的方法，做双手提杠时不打滑，避免从杠上摔下来，使身体受伤。

5.在做跳马、跳箱等跨跃训练时，器材前要有跳板，器材后要有保护垫，同时要有老师和同学在器材旁站立保护。[莲~山 课件]

6.前后滚翻、俯卧撑、仰卧起坐等垫上运动的项目，做动作时要严肃认真，不能打闹，以免

发生扭伤。

7.参加篮球、足球等项目的训练时，要学会保护自己，也不要在争抢中蛮干而伤及他人。在这些争抢激烈的运动中，自觉遵守竞赛规则对于安全是很重要的。

安全条例

学校对学生进行防水、防电、防火、防毒、防爆、防骗、防盗、防病和防攻击等知识的宣传及交通法规、卫生知识、心理健康、安全常规等知识教育，并开展具体的安全教育活。

第一条 遵守交通法规，注意交通安全。横穿马路要留神，做到一停二看三通过。坐车不准与驾驶员谈天，不准催促驾驶员快行，行车过程中要保持警惕，下车后确定安全后再行走。不得攀爬货车、拖拉车等。不得无证驾驶摩托车。学校上下坡的水泥路面不得骑车，更不得骑车带人。

第二条不得擅自处出游玩，双休日、节假日应征得家长同意后方可外出，外出要早归，严禁彻夜不归。放假后应及早回家，不提前到校，同学间不互访。

第三条 晚自修结束回家的通校生（特别是女生）要结伴而行，要带手电。

第四条 发现行迹可疑的人要及时报告，要特别注意不随陌生人离开校园，因故离开学校应得到班主任同意并留下请假条。

第五条 学习掌握必要的运动知识，确保体育运动安全。不得在楼道、走廊等处追逐、推拉、嬉闹。不趴在走廊护栏上（特别是人多时），绝不允许坐在护栏上或在上行走，严防意外。禁止用弹弓、橡皮筋、可发射塑料子弹的玩具枪等危险器具参与玩耍，以免误伤他人。

第六条 晨跑、下楼梯、进出礼堂会场等场所要集中注意力，以免跌倒，更要防止撞、推、踩。寝室中睡上铺的同学要采取恰当的保护措施，防止跌落。

第七条 不把贵重物品或不该带的物品带到学校，钱币随身携带，严防失窃。教室、寝室、抽屉、壁橱和餐桌及时加锁，节假日关好门、窗。

第八条 学习和掌握必要的灭火常识，学习灭火器的使用范围和方法。不准在寝室点蜡烛、使用交流电电器，防止意外事故。学习掌握用电知识，确保用电安全。

第九条 严禁玩火，严禁在校燃放烟花爆竹。学生发现火灾隐患或森林火险时，不宜直接参与扑救，而应及时报告老师、家长、成人或当地政府。

第十条 不得下河、下溪、下库和下塘等游泳洗澡。在家时下河、下溪、下库和下塘等须得到家长同意。[莲~山 课件]

第十一条 食堂就餐时自觉排队，不拥挤、不推搡，以防烫伤。

第十二条 注意饮食卫生，不食用霉变食物和三无产品，以防食物中毒；不暴饮暴食；不得私自在教室、寝室等公共场所投放鼠饵等剧毒品用以毒鼠等。

第十三条 有病及时就医，并尽可能安排在白天就诊，以免延误医治时机。有先天性危险疾病（如心脏病）要及时向班主任出具证明、汇报，并避免剧烈运动等。用药请遵医嘱，防止出现过敏、不良反应等不适症状。

第十四条 外出的集体活动，一切行动遵守纪律，听从指挥，除学校安排外，集体外出应坚持就近、就地和徒步的原则。

第十五条 大扫除擦日光灯、吊扇等时，旁边要有人保护，擦玻璃时要站在窗台内侧，防止跌落或玻璃脱落。擦玻璃的过程中，班主任应始终在场。

第十六条 遵守实验规则，不私自偷拿危险物品。

第十七条 同学间互谅互让，发生矛盾时多作自我批评，不准吵架，严禁拳脚相加，大动干戈

**第二篇：中学生安全常识讲话稿**

阳山县通儒中学防学生意外伤害

——安全教育讲话稿

黄仕赞

各位老师、亲爱的同学： 大家下午好！

今天我们全体师生汇聚一起，在这隆重召开新学期《通儒中学中学生自救自护及安全教育专题大会》，目的是让大家树立安全防范意识，学会自救自护方法，减少对自己身体伤害及对自身生命危害。生活中大家都可能会唱《祝你平安》、《好人一生平安》等祈祷顺利、求报平安的歌曲；也相信，同学们都理解“平安是福”、“平安是金”等话语多包含的对生命的思考；也断定，同学们都曾用“平安、健康、幸福、顺利”等吉祥词语对父母、亲戚、同学、朋友表达过良好的祝愿。是的，安全重于泰山，安全就是幸福，但安全隐患无处不有、无处不在。仅涉及到青少年生活和学习方面的安全隐患有20多种；如食物中毒、体育运动损伤、网络交友安全、交通事故、火灾火险、溺水等。在全国各类安全事故中，学校安全事故所占比重很大。据了解，我国每年约有2万名中小学生非正常死亡：中小学生因安全事故、食物中毒、溺水、自杀等死亡的，平均每天有50多人，就是说几乎每天有近一个班的学生“消失”。多么可怕的事故、多么惊人的数字，如果我们不注重安全意识，视安全隐患而不顾，把生命当做儿戏，那么后果将不堪设想。生活中有多少血腥的事实让人胆战心惊、惨不忍睹。都是因为忽略了安全问题。一个个鲜活的生命如鲜花在瞬间凋零，给家人和朋友以沉重打击和伤害。那时，死者将不是死者的痛苦而是生者的不幸。所以安全应引起我们全体师生的高度重视和警惕。

校园安全与我们每个师生密切相关。它关系到我们学生能否健康成长，能否顺利地完成学业；它关系到我们老师能否在一个宁静、安全的环境中教书育人，为国家培养和造就各种人才。因此，做好校园安全工作是我们做好学校各项工作的基础和前提，也是学校教育的首要任务之一，所以校园安全必须常抓不懈，落到实处。为进一步做好我校的安全教育工作，现就从最贴近我们生活的六个方面进行讲解学习如何自救、自护的方法和安全方面的常识。

（一）日常生活安全

一、如何防止烫伤？

烫伤是生活中常常遇到的事故。在家庭生活中，最常见的是被热水、热油等烫伤。如何防止烫伤呢？

1.从炉火上移动开水壶、热油锅时，应该戴上手套用布衬垫，防止直接烫伤；端下的热油锅、开水壶要放在人不易碰到的地方。

2．家长在炒菜、煎炸食品时，不要在周围玩耍、打扰，以防被溅出的热油烫伤；年龄较大的同学在学习做菜时，注意力要集中，不要把水滴到热油中，否则热油遇水会飞溅起来，把人烫伤。

3．油是易燃的，在高温下会燃烧，做菜时要防止油温过高而起火。万一锅中的油起火，千万不要惊慌，应该尽快用锅盖盖在锅上，并且将油锅迅速从炉火上移开或者熄灭炉火。

4．打开水前，应先检查水瓶底座是否松弛，提手是否牢固，打 开水时先将瓶口对准水龙头，走在路上一定不要奔跑，上楼梯要注意台阶。

二、烫伤了怎么办？

生活中发生烫伤，可以采取以下几种措施：

1.对中有轻微红肿的轻度烫伤，可以用冷水反复冲洗后再涂上清凉油就可以了。

2.烫伤部位已经起小泡的，不要弄破它，可以在水泡周围涂擦酒精，用干净的纱布包扎。

3.烫伤比较严重的，应当及时送医务室进行诊治。

4.烫伤面积较大的，应尽快脱去衣裤、鞋袜，但不能强行撕脱，必要时应将衣物剪开；烫伤后，要特别注意烫伤部位的清洁，预防感染，正确的方法是脱去患者的衣物后，用洁净的毛巾或床单进行包裹。

三、在宿舍内活动应该怎样注意安全？

在宿舍活动，还有许多看起来细微的小事值得同学们注意，否则，同样容易发生危险。这主要有以下几个方面：

1．防磕碰。宿舍空间比较狭小，又放置了许多生活用品，所以不应在宿舍中追逐、打闹，注意防止摔伤、碰头等。

2．防滑、防摔。宿舍地板比较光滑，要注意防止滑倒受伤；需要登高打扫卫生、取放物品时，要请他人加以保护，更不要跨越床铺，注意防止摔伤。

3．防坠落。特别是住在楼房高层的，不要将身体探出阳台或者窗外，谨防不慎发生坠楼的危险。4．防挤压。宿舍的房门、窗户、柜子、抽屉等在开关时容易挤手、也应当处处小心。

5．防火灾。宿舍内的易燃品很多，例如木制柜子、被褥、衣物、蚊帐、书籍等等，因此要注意防火。不要在宿舍内随便玩火，更不能在宿舍内燃放爆竹。

6．防意外防害。图钉、大头针、钢笔等文具，用后应妥善存放起来，不能随意放在床上、椅子上，防止有人受到意外伤害。

四、保护视力应当注意什么？

中学生的主要任务是学习，保护视力十分重要，所以要养成良好的用眼卫生习惯，为此，应当做到：

1．读书、写字的姿势要端正，眼睛与书本的距离应保持大约30厘米。

2．连续读书、写字1小时左右要休息片刻，或者向远处眺望一会儿。

3．不要在昏暗的光线下或阳光直射的条件下看书、写字。4．不要躺在床上读书，也不要在走路或者乘坐汽车时看书。5．不要长时间看电视、操作电脑或者玩电子游戏机。6．每天坚持定时做眼保健操，预防近视眼。

（二）户外活动安全

一、课间活动应当注意什么？

在每天紧张的学习过程中，课间活动能够起到放松、调节和适当休息的作用。课间活动应当注意以下几方面： 1.室外空气新鲜，课间活动应当尽量在室外，但不要远离教室，以免耽误下面的课程。

2．活动的强度要适当，不要做剧烈的活动，以保证继续上课时不疲劳、精力集中、精神饱满。

3．活动的方式要简便易行，如做做操、打打球等。

4．活动要注意安全，要避免发生扭伤、碰伤等危险。5.课间不准在走廊、过道内踢球、打球，以免打碎门窗上的玻璃而伤及他人。

五、上体育课时衣着上注意些什么？

上体育课大多是全身性运动，活动量大，还要运用很多体育器械，如跳箱、单双杠、铅球„„所以为了安全，上课时衣着有一定的讲究。

l．衣服上不要别胸针、校徽、证章等。不要佩戴各种金属的或玻璃的装饰物，头上不要戴各种发夹

2．上衣、裤子口袋里不要装钥匙、小刀等坚硬、尖锐锋利的物品。

3．患有近视眼的同学，如果不戴眼镜可以上体育课，就尽量不要戴眼镜。如果必须戴眼镜，做动作时一定要小心谨慎。做垫上运动时，必须摘下眼镜。

4．不要穿塑料底的鞋或皮鞋，应当穿球鞋或胶底布鞋。

5．衣服要宽松合体，最好不穿钮扣多、拉锁多或者有金属饰物的服装。有条件的应该穿着运动服。

6．参加篮球、足球等项目的训练时，要学会保护自己，也不要在争抢中蛮干而伤及他人。

（三）交通安全

一、横穿马路应该注意什么？横穿马路，可能遇到的危险因素会大大增加，应特别注意安全。

1.穿越马路，要遵守交通规则，做到“绿灯行，红灯停”。2.穿越马路，要走人行横道；不准在车辆临近时突然横穿硬闯，在有过街天桥和地道的路段，应自觉走过街天桥和地下通道。

3.穿越马路时，要走直线，不可迂回穿行；在没有人行横道的路段，应先看左边，再看右边，再确认没有机动车通过时才可以穿越马路。

4.不要翻越道路中央的安全护栏和隔离墩，休息时不要倚坐铁道口、人行道、车行道和护栏。

5.不要突然横穿马路，特别是马路对面有熟人、朋友呼唤，或者自己要乘坐的公共汽车已经进站，千万不能冒然行事，以免发生意外。

6.要增强交通安全意识，走路、骑车都必须遵守交通规则。

二、乘车应该注意什么？机动车是人们最常用的交通工具，为保证乘坐安全，应注意以下各点：

1.乘坐车时，要排队候车，按先后顺序上车，不要拥挤，上下车均应等车停稳以后，先下后上，不要争抢。

2.不要把爆竹等易燃易爆的危险品带入车内。

3.乘车时不要把头、手、胳膊伸出窗外，以免被对面来车或路边树木等刮伤；也不要向车窗外乱扔杂物，以免伤及他人。4.乘车时要坐稳扶好，没有座位时，要双脚自然分开，侧向站立，手应握紧扶手，以免车辆紧急刹车时摔倒受伤。

5.乘坐出租车、小轿车、微型客车时，在前排乘坐时应系好安全带，尽量不要与司机搭话。

6.尽量避免乘坐卡车、拖拉机；必须乘坐时，千万不要站立在后车厢里或坐在车厢板上。

7.不要在机动车道上招呼出租汽车。

（四）消防安全

人民的生活离不开火。但是，火如果使用不当或者管理不好，就会发生火灾，严重威胁人们的生活。消防安全十分重要，消防工作包括两个方面：一是火灾的预防，二是灭火。对此，同学们都应该有所了解、并掌握一些基本知识。

一、学校预防火灾应该注意什么？

预防火灾的措施很多，同学们首先要从日常生活中的小事做起： l．不玩火。有的同学对火感到新奇，常常背着家长和老师玩火，这是十分危险的。玩火时，一旦火势蔓延或者留下未熄灭的火种，容易引起火灾。

2．不吸烟。吸烟危害身体健康，又容易诱发火灾，要遵守学生守则和学校的规章制度，坚决杜绝吸烟。

3.不要带火柴、打火机、易燃品等进入校园。

4.不准在教室、宿舍用燃点的蜡烛、油灯照明、看书、做作业。5.不准私自拉扯电线、电灯插座。不准在校内任何地方用火、用电煮食、取暖。

6.不要乱摸、乱动教室、宿舍等公共场所的电器、设备、开关、插座等。

7.实验课需要使用酒精灯和一些易燃的化学药品时，要在老师的指导下进行，并且严格按照要求去做，时刻小心谨慎，严防发生用火危险。

8．爱护消防设施。为了预防火灾，防止火灾事故，居民楼、公共场所都设置了消防栓、灭火器等消防设施，还留有供火灾发生时人员疏散的安全通道，要自觉爱护消防设施，保证安全通道的畅通。

二、对轻微的火情怎样紧急应付？形成火灾的，应及时报警。对突然发生的比较轻微的火情，同学们也应掌握简便易行的，应付紧急情况的方法。

1．水是最常用的灭火剂，木头、纸张、棉布等起火，可以直接用水扑灭。

2．用土、沙子、浸湿的棉被或毛毯等迅速覆盖在起火处，可以有效地灭火。

3．用扫帚、拖把等扑打，也能扑灭小火。

4．油类、酒精等起火，不可用水去扑救，可用沙土或浸湿的棉被迅速覆盖。

5．煤气起火，可用湿毛巾盖住火点，迅速切断气源。6．电器起火，不可用水扑救，也不可用潮湿的物品捂盖。水是导体，这样做会发生触电。正确的方法是首先切断电源，然后再灭火。

三、遭遇火灾如何正确脱险？

遭遇火灾，应采取正确有效的方法自救逃生，减少人身伤亡损失： l．一旦身受火灾危胁，千万不要惊慌失措，要冷静地确定自己所处位置，根据周围的烟、火光、温度等分析判断火势，不要盲目采取行动。

2．身处平房的，如果门的周围火势不大，应迅速离开火场。反之，则必须另行选择出口脱身（如从窗口跳出），或者采取保护措施（如用水淋湿衣服、用浸湿的棉被包住头部和上身等）以后再离开火场。

3．身处楼房的，发现火情不要盲目打开门窗，否则有可能引火入室。不要盲目乱跑、更不要跳楼逃生，这样会造成不应有的伤亡。可以躲到居室里或者阳台上，紧闭门窗，隔断火路，等待救援。有条件的，可以不断向门窗上浇水降温，以延缓火势蔓延。

4．因火势太猛，必须从楼房内逃生的，可以从二层处跳下，但要选择不坚硬的地面，同时应从楼上先扔下被褥等增加地面的缓冲，然后再顺窗滑下，要尽量缩短下落高度，做到双脚先落地。

5．在有把握的情况下，可以将绳索（也可用床单等撕开连接起来）一头系在窗框上，然后顺绳索滑落到地面。

6．逃生时尽量采取保护措施，如：用湿毛巾捂住口鼻、用湿衣物包裹身体。7．若身上衣物着火，可以迅速脱掉衣物，或者就地滚动，以身体压灭火焰，还可以跳进附近的水池、小河中，将身上的火熄灭，总之要尽量减少身体烧伤面积，减轻烧伤程度。

8．火灾发生时，常会产生对人体有毒有害的气体，所以要预防烟毒，应尽量选择上风处停留或以湿的毛巾或口罩保护口、鼻及眼睛，避免有毒有害烟气侵害。

9.在没有电话的情况下，应大声呼喊或采取其他的方法引起他人注意，让他们帮助或者报警（报警电话119），报警时，要报清火灾发生的详细地址，包括门牌号码，什么物品着火，火势怎样。

（五）社会生活安全

一、外出或在公共场所自我防范要注意什么？

外出或在公共场所，同学们遇到的社会情况会比较复杂，尤其需要提高警惕，在自我防范方面应当注意：

1．应当熟记自己的家庭住址、电话号码以及家长姓名、工作单位名称、地址、电话号码等，以便在急需联系时取得联系。

2．外出要征得家长同意，并将自己的行程和大致返回的时间明确告诉家长，如遇特殊情况不能按时返回应设法告知家长。

3．外出游玩、购物等最好结伴而行，不独来独往，单独行动。4．不接受陌生人的钱财、礼物、玩具、食品，与陌生人交谈要提高警惕，更不要接受陌生人的邀请、同行或做客，也不要搭乘陌生人的便车。

5．不把家中房门钥匙挂在胸前或放在书包里，应放在衣袋里，以防丢失或被坏人抢走。

6．不独自往返偏僻的街巷、黑暗的地下通道，不独自一人去偏远的地方游玩。

7．外出的衣着朴素，不戴名牌手表和贵重饰物，不炫耀自己家庭的富有。

8．携带的钱物要妥善保存好，不委托陌生人代为照看自己携带的行李物品

二、怎样做好学生宿舍的安全防范？

学生宿舍，特别是女生宿舍，也常常成为不法分子侵害的目标。学生宿舍的安全防范应注意：

1.增强安全防范和自我保护意识，提高警惕性，不给坏人可乘之机。

2.晚上睡前要关好门窗，并检查插销是否牢固。

3.夜晚有人来访，不轻易开门接待；陌生人生来访，一定不要开门，坚决拒之门外。

4.夜晚到室外上厕所，要穿好衣服，结伴同行，最好利用宿舍内卫生间。

5.假期不回家的学生，应集中就寝，避免独居一室。

宿舍中可以准备一些木棍等防卫用具，一旦遭受袭击，要团结一致，坚决自卫，与坏人搏斗，同时大声呼救或者设法报警，以求得援助。

（六）中学生心理健康标准中学生心理健康的标准是什么？ 1.有正常的心理活动。智力正常，与同龄人有大致相同的喜怒哀乐和行为表现，言谈举止和思想活动符合社会规范。

2.人际关系和谐。尊敬师长，信任同学，能宽容和谅解有缺点和反对过自己的人；喜欢和老师、同学在一起。

3.能正视现实。适应社会环境和自然环境，根据环境和形势要求改变自己，也能创造环境。

4.有乐观、积极、进取的精神。对现状感到满意，对前景也觉得光明美好。

5.能冷静、理智地去对待生活中的挫折和打击。学会用正确方法和态度去对待错误，对强弱不同的刺激能做到适度的反应，有忍受挫折、从失败中学习和总结经验教训的能力。

6.有自知之明，知道自己的优点和缺点，不患得患失。能扬长避短，有切合实际的志向；能正确认识自己的价值，不把获得的成绩看作高于一切或毫无意义，不自卑，不过分自责。

7.有从事各种活动的兴趣、信心，能充分发挥自己的能力，能有效地完成各种任务。

8.在有利于社会或集体的前提下，能保持自己个性的独立，保持认识、情感、意志行为的协调和统一。能独立地作出决定，并对决定负责任，而不受别人的任意支配和控制。

以上是中学生自救自护及提高自我安全防范意识的六个方面，同学们应该铭记于心并体现在行动中。最后，希望通过本次安全教育的 活动，在全校形成一个“人人关心校园安全”的浓厚氛围，树立自救自护观念，形成自救自护意识，掌握自救自护知识，锻炼自救自护能力，果断正当地进行自救自护，机智勇敢的处置遇到的各种异常情况或危险。

同学们，生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一切的前提是安全。所以我们一定要加强安全意识，努力增强自我防范能力，做到警钟长鸣！也希望我们全校师生都要高度重视安全问题，充分认识到安全的重要性和紧迫性。若发现有安全隐患要及时向学校汇报，防患于未然，使通儒中学真正成为孩子们的学园、家园、乐园！

我的讲话完毕！谢谢大家！

阳山县通儒中学

2024-2-18

**第三篇：中学生安全常识教案**

中学生安全常识教案

111班 郭大州

教学内容：学习用火、用电、交通等安全常识，学习校园安全常识。教学目标：①了解用火、用电、交通，校园安全等安全常识；

②形成自护、自救等能力； ③形成珍爱生命、健康成长的观念。

教学课时：一课时

教学过程：

一、引入：

同学们日渐长大，需要担当的事情越来越多。在这个过程中，我们需要学会一些常识，造福个人和社会；否则很容易发生危险，酿成事故。下面我们一起探讨用火、用电、交通等安全常识与校园安全常识。

二、过程

1、用火安全

首先学生分组讨论，再在班上交流，最后由老师补充。主要讲如下内容： ⑴发生火灾怎么办？

1）一旦身受火灾的威胁，千万不要惊慌，要冷静，想办法离开火场。

2）逃生时，尽量采取保护措施，如用湿毛巾捂住口鼻、用湿衣物包裹身体。

3）要打火警电话119报警，报警时要向消防部门讲清着火的地点，还要讲清什么物品着火，火势怎么样。

⑵安全使用煤气。

1)燃气器具在工作时，人不能长时间离开，以防被风吹灭或被锅中溢出的水浇灭，造成煤气大量泄露而发生火灾。

2)使用燃气器具（如煤气炉、燃气热水器等），应充分保证室内的通风，保持足够的氧气，防止煤气中毒。

⑶野外用火注意事项 1）尽量不在野外草木繁茂的地方用火； 2）如果必须要用，要注意安全，走时将火扑灭； 3）遇到祭祀时节，提倡文明祭祀；

2、用电安全

随着生活水平的不断提高，生活中用电的地方越来越多了。因此，我们有必要掌握一些基本的用电常识。

首先学生分组讨论，再在班上交流，最后由老师补充。主要讲如下内容：

1）认识了解电源总开关，学会在紧急情况下关断电源。

2）不用湿手触摸电器，不用湿布擦拭电器。

3）电器使用完毕后应拔掉电源插头。

4）使用中发现电器有冒烟、冒火花、发出焦糊的异味等情况，应立即关掉电源开关，停止使用。

5)发现有人触电要设法及时关断电源；或者用干燥的木棍等物将触电者与带电的电器分开，不要用手直接救人。

⑹ 如果电线起火，不能用水扑救，应首先切断电源。

3、交通安全

首先学生分组讨论，再在班上交流，最后由老师补充。主要讲如下内容：

1）在道路上行走，要走人行道，没有人行道的道路，要靠路边行走。

2）集体外出时，要有组织、有秩序地列队行走。

3）要学会避让机动车辆，不与机动车辆争道抢行。

4）穿越马路时，要遵守交通规则，做到“红灯停，绿灯行”。没有红绿灯时，一定要先观察车辆，确定没有车辆，或车辆与自己保持安全距离时，再穿越马路。

5）骑自行车要在非机动车道上靠右边行驶，未满十二岁的儿童不准骑自行车上街。学生骑车时，要慢、稳，不飚车，不抢道。

4、校园安全

1）上下楼梯时有序缓慢右行，严禁拥挤，特别是发现有人摔倒时，应立即停止上下，迅速将摔倒者扶起。2）不在教室里打跳，翻越门窗；不在走廊上追逐嬉戏，身体不靠栏杆且使身体重心外倾或用力拉扯栏杆。

3）不在宿舍内点蜡烛看书。人疲乏入睡后，蜡烛容易引燃蚊帐、被褥，引发火灾。

4）离开宿舍时,人走灯熄，电源关闭。

5）不在宿舍存放易燃易爆物品，如个别同学顺手带回实验用酒精，藏匿在床铺下，如有滴漏，可能引起起火或爆炸。

6)课间活动不追逐打闹,不带刀子、棍棒等管制器具进入校园，以免对学生造成伤害。

三、小结：

学习了相关的安全常识对我们的成长很重要，但更重要的是我们要处处小心，事事留意。掌握自护、自救的知识，锻炼自己自护、自救的能力，健康成长，快乐生活。

**第四篇：中学生校园安全常识**

中学生校园安全常识

1.课余时间玩耍要注意安全

课余时间主要是休息好，并做好上课的准备工作。下课时，千万不要在走郎里推推攘攘，在校园里追追赶赶。以免互相碰撞，造成伤害。

2.同学间不要做危险游戏

做游戏可以起到增长知识、锻炼身体的作用。但一些游戏非常危险，轻则伤人，重则危及生命，在游戏时不用玻璃制品玩具、暴力性玩具（弹弓、弓箭、发射子弹的玩具枪）、含有化学性质的玩具。游戏时不搞“突然袭击”玩笑，如突然在同学背后大喝一声或猛拍对方的头等。

3.体育活动中的自我防护

经常要参加体育活动，可以增强体质，更好地学习文化知识，但要注意安全：

第一.要在运动之前换上胶底运动鞋。运动鞋弹性大、摩擦力大，而塑料皮底的鞋又硬又滑，不适宜运动时穿。

第二.要认真做好全身准备活动，否则肌肉拉伤、扭伤、骨折等都可能发生。

第三.运动前，女孩子摘下发卡、塑料或玻璃饰物，男孩子不要在衣裤内装小刀等锋利物品。第四.要在教师或同伴的保护下做器械运动；如单杆、双杆运动时，严格按老师的要求去做，尤其是投掷标枪、铅球时，不能擅自投出或捡回，否则有可能被击中受伤，甚至危及生命。

第五.一旦摔伤，不要急于起来，也不要乱搬动胺伤同学，等校医或教师来处理。

第六.夏天运动后不要喝凉水，可以喝些淡盐水，防止中暑；运动后及时擦净汗水穿好衣服，不要立即冲凉，以防感冒。饭前饭后及睡觉前不要做剧烈运动。

4.还要做到八个“不要”

（1）不要把开水往窗外倒。

（2）不要站在窗台上擦玻璃。

（3）不要在打球时戴眼镜。

（4）不要在吃饭时打冲锋。

（5）不要在下课时追赶推攘。

（6）不要爬围墙进出校园。

（7）不要跑步上下楼梯。

（8）不要聚众打架。

**第五篇：中学生校园安全常识**

中学生校园安全常识

一、上学路上的安全

1．行走的安全常识

每位同学必须牢记如下行走安全常识：

指挥灯信号绿灯亮时，准许行人通行；黄灯亮时，不准行人通行，但已进入人行道的行人，可以继续通行；红灯亮时，不准行人通行；黄灯闪烁时，行人须在确保安全的原则下通行。

人行横道信号灯绿灯亮时，准许行人通过人行横道；绿灯闪烁时，不准行人进入人行横道，但已进入人行横道的可以继续通行；红灯亮时，不准行人进入人行横道。

行人必须遵守的规定行人须在人行道内行走，没有人行道靠右边行走；穿越马路须走人行横道；通过有交通信号控制的人行横道，须遵守信号的规定；通过没有交通信号控制的人行道，要左顾右盼，注意车辆来往，不准追逐，奔跑；没有人行横道的，须直行通过，不准在车辆临近时突然横穿；有人行过街天桥或地道的，须走人行过街天桥或地道；不准爬马路边和路中的护栏、隔离栏，不准在道路上推扒车、追车、强行拦车或抛物击车。行走时，哪些情况最危险呢？

（1）横穿马路很容易出危险。

（2）三五成群横着走在非人行道上，这样最容易发生交通事故。

（3）上、下班高峰过后，马路上车辆稀少，因为路中车少人稀思想麻痹。麻痹加麻痹就等于危险。

（4）行走时一心两用，边走边看书，或边走边想问题，或边走边聊天，边走边玩„„这样做，可能车子不来撞你，你倒自己去撞车子，因此也十分危险。

2．骑车安全

（1）不满12周岁的孩子，不能在道路上骑车。这是交通规则规定的。

（2）不打伞骑车。

（3）不脱手骑车。

（4）不骑车带人。

（5）不骑“病”车。

（6）不骑快车。

（7）不与机动车抢道。

（8）不平行骑车。

最后还要注意，在恶劣的天气如雷雨、台风、下雪、或积雪未化、道路结冰等情况下，也不要骑车。

3．乘车安全

（1）上车前先看清公共汽车是哪一路，因为公共汽车停靠站，往往是几路公共汽车同一个站台，慌忙上车，容易乘错车。

（2）待车子停稳后再上车或下车，上车时将书包置于胸前，以免书包被挤掉，或被车门轧住。

（3）上车后不要挤在车门边，往里边走，见空处站稳，并抓住扶手，头、手、身体不能伸向窗外，否则容易发生伤害事故。

（4）乘车要尊老爱幼讲礼貌，见老弱病残及孕妇要主动让座。

（5）乘车时不要看书，否则会损害眼睛。

二、课余时间玩耍要注意安全

课余时间主要是休息好，并做好上课的准备工作。下课时，千万不要在走郎里推推攘攘，在校园里追追赶赶。以免互相碰撞，造成伤害。

三、同学间不要做危险游戏

做游戏可以起到增长知识、锻炼身体的作用。但一些游戏非常危险，轻则伤人，重则危及生命。哪些游戏不能做呢？

第一、“拔萝卜”：一个人用双手夹住另一个人的头往上拔。这种游戏容易造成颈椎脱臼或骨折。

第二、“挤夯”：大家把一个人推在角落里用力挤。这种游戏容易造成窒息、胸腔出血甚至危及生命。

第三、“砸夯”：四个人各拉住一个人的一只胳膊、一只腿，用力往地下墩屁股。这种游戏往往造成尾骨骨折。第四、在游戏时不用玻璃制品玩具、暴力性玩具（弹弓、弓箭、发射子弹的玩具枪）、含有化学性质的玩具。第五、游戏时不搞“突然袭击”玩笑，如突然在同学背后大喝一声或猛拍对方的头等。

四、体育活动中的自我防护

经常要参加体育活动，可以增强体质，更好地学习文化知识，但要注意安全：

第一、要在运动之前换上胶底运动鞋。运动鞋弹性大、摩擦力大，而塑料皮底的鞋又硬又滑，不适宜运动时穿。第二、要认真做好全身准备活动，否则肌肉拉伤、扭伤、骨折等都可能发生。

第三、运动前，女孩子摘下发卡、塑料或玻璃饰物，男孩子不要在衣裤内装小刀等锋利物品。

第四、要在教师或同伴的保护下做器械运动；如单杆、双杆运动时，严格按老师的要求去做，尤其是投掷标枪、铅球时，不能擅自投出或捡回，否则有可能被击中受伤，甚至危及生命。

第五、一旦摔伤，不要急于起来，也不要乱搬动胺伤同学，等校医或教师来处理。

第六、夏天运动后不要喝凉水，可以喝些淡盐水，防止中暑；运动后及时擦净汗水穿好衣服，不要立即冲凉，以防感冒。饭前饭后及睡觉前不要做剧烈运动。

五、寝室里不能点蚊香与蜡烛

寝室是休息的场所。有的同学学习非常用功，往往在熄灯后打手电看一会书，有的甚至在用蜡烛照明，其实这是不可取的行为。因为，这影响了他人的休息，也不能确保自己得到充分的休息，并且这存在着安全隐患。另外，在夏天，有的同学喜欢用蚊香驱赶蚊子，这同样会引发火灾。因为，当你熟睡后，身体转身有时会使被子或衣服从床上掉落到蚊香上，从而发生火灾。

六、还要做到八个“不要”

（1）不要把开水往窗外倒。

（2）

（2）不要站在窗台上擦玻璃。

（3）不要在打球时戴眼镜。

（4）不要在吃饭时打冲锋。

（5）不要在下课时追赶推攘。

（6）不要爬围墙进出校园。

（7）不要跑步上下楼梯。

（8）不要聚众打架。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找