# 中学生校园安全常识

来源：网络 作者：静默星光 更新时间：2024-12-03

*第一篇：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...*

**第一篇：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。

**第二篇：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。

**第三篇：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。

饮食卫生安全常识

1、医疗保健常识

什么情况下需要到医院去看急诊住宿同学在校住宿期间凡遇到以下情况，应立即到医院去看急诊，必要时请同学陪同，以便及时治疗，免得贻误抢救时机。①发热，体温在38.5℃以上； ②各种原因引起的心律紊乱等（心跳每分种120次以上或60次以下，或者心跳节律不匀，忽快忽慢）； ③各种大出血，如外伤出血、呕血、咯血、五官出血等； ④昏厥、休克、抽搐、眩晕； ⑤急性中毒，如药物中毒、食物中毒等； ⑥呼吸困难及咽喉、食管、气管有异物； ⑦急性腹痛，如急性阑尾炎、胃十二指肠溃疡孔、肠梗阻、急性胆囊炎等； ⑧急性损伤，如骨折、脱臼、烧（烫）伤、冻伤、急性软组织损伤及其他外伤； ⑨严重的腹泻、呕吐。

2、饮食卫生常识

A、果蔬的健康吃法 ①清洗去皮：用水冲洗干净，去皮再吃。②择时而吃：饭前1 小时或饭后2小时，在上午9时至下午4时食用，更易为人体所吸收利用。橘子含有机酸可刺激胃粘膜，不宜饭前或空腹时吃。③对症吃法：苹果血脂高者可多吃；梨治疗咳嗽、气喘、咽干口燥；苦瓜降血糖、健胃、降肝炎；茄子可防治高血压、脑溢血。④加工后吃：菠菜、笋、洋葱、荸荠、茭白等在烹制时最好先用开水烫一下；苦瓜辣椒可去部分苦味；苹果吃后马上用清水漱口可避免发生龋齿。

B、用蔬果防病治病 ①扭伤：用洗干净的莴苣或卷心叶用泥涂上，要防止患处肿胀。②咬伤：若是被蜜蜂咬，则涂上小苏打液，并来回搓患处。③口臭：嗅丁香树，口咬新鲜欧芹，并咀嚼之，使口臭消失。④便秘：洋李脯是众所周知的治便秘最好的方法，将干的洋李脯放在水中或苹果汁、橙汁中浸过夜，然后吃它们和喝它们的水，最好在早餐前吃，以疏通那些谷类纤维。⑤打嗝儿：吃一二茶匙橘子酱。⑥消化不良：喝一茶匙小苏打水。若你感到肠痛，则可喝一些姜水，将姜切碎约一茶匙放入热水中。⑦晕车：咀嚼一些小姜片。

C、能防治感冒的食物 ①用食物防治感冒是较简便，节省和无副作用的方法。这些食物有：大蒜、生姜、干辣椒、柠檬、柑橘、可以食用的花卉、鸡肉、鸡汤、蜂蜜尤其是富含王浆的王浆蜜、富含维生素C的各种蔬菜水果、富含锌元素的海产品如牡蛎等。②长期多食富含饱和脂肪酸的食物，如肉类、人造黄油等。谷物、蔬菜、水果吃得少，会降低机体免疫细胞的抗病毒能力，引起感冒。③食菜太咸也是引发感冒的一个诱因。因此，平时吃清淡饮食，少食高脂肪食品也不失为一条防感冒的有效措施

校园活动安全常识

１、校园内和教室里都不追跑哄闹，不攀爬翻越。在走廊上，拐角处和进出教室时都要慢行，防止碰撞。

２、上下楼梯靠右行，逐层上下，不跑，不跳，不推搡，不起哄，不在楼梯扶手上滑行。３、在学校不玩有伤害性的玩具，课间校内不踢球，不投掷。不触摸有电的地方。自觉遵守校园警示牌的要求。

４、上学期间不经老师同意不得出校门。遇到陌生人来找时要及时报告老师，不得私自跟随出去。

５、活动时要有序，不打闹，不做危险动作。万一遇到危险时，要学会避让，学会护住头、脸、脑等部位，防止向后跌倒。

6、如遇特殊情况需离开校园的，应先到班主任请假，将班主任批准的请假条交给门卫后方可出校，并在规定的时间内返校。

在教室内活动应怎样注意安全？

在教室内活动，有许多看起来细微的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。

3．防坠落。无论教室是否处于高层，都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、窗户在开关时容易压到手，也应当处处小心，要轻轻地开关门窗，还先留意会不会夹到他人的手。

5．防火灾。不带打火机、火柴、烟花爆竹、小鞭炮等危险物品进校园，杜绝玩火、燃放烟花爆竹等行为。

6．防意外伤害。不带锥、刀、剪等锋利、尖锐的工具，图钉、大头针等文具，使用时必须有老师指导，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．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。

3．活动的方式要简便易行，如做做操、跳跳绳等。

4．活动要注意安全，要避免发生扭伤、碰伤等危险。

秋冬季传染病预防常识

深秋天气渐冷，秋冬季也是一些传染病的高发季节。如水痘、流行性腮腺炎、风疹、流行性感冒、流行性脑脊髓膜炎、麻疹、猩红热等呼吸道传染病，是最常见的传染病。

一、基本知识

1．水痘 ：病人从出现皮疹前2日至出疹后6日具有传染性。患病初期可有发热、头痛、全身倦怠等前驱症状，在发病24小时内出现皮疹，皮疹分布呈向心性，即躯干、头部较多，四肢处较少。大部分情况下，病人症状都是轻微的，可不治而愈。

2．流行性腮腺炎 ：病人在腮腺明显肿胀前6-7日至肿胀后9日期间具有传染性。患病初期可有发热、头痛、无力、食欲不振等前驱症状，发病1-2日后出现颧骨弓或耳部疼痛，然后出现唾液腺肿大，通常可见一侧或双侧腮腺肿大。

3．风疹 ：病人出疹前1周到出疹后2周的上呼吸道分泌物都有传染性。临床表现主要有发热、出疹、淋巴结肿大和结膜炎，病程短。

不同的传染病有不同的治疗方法，但基本的预防措施是相通的，我们只要注意预防，就能有效地减少疾病的发生和传播。

二、预防方法：

1、每天开窗通风，保持室内空气新鲜，避免穿堂风，以免着凉。

2、不到人口密集、空气污染的场所去，如大型超市、肯德基店、游乐场所、影剧院等。

3、勤洗手，并用流动水彻底清洗干净，包括不用污浊的毛巾擦手。双手接触呼吸道分泌物后（如打喷嚏后）应立即洗手或擦净。

4、避免与他人共用水杯、餐具、毛巾、牙刷等物品。养成良好的个人卫生习惯。

5、到医院就诊最好戴口罩，回家后洗手，避免交叉感染。

6、注意不要过度疲劳，防止感冒，以免抗病力下降；小学生每天有保证十小时的睡眠时间，减轻小学生的课业负担。

7、多喝水，多吃蔬菜水果，增加机体免疫能力。合理膳食，增加营养。可以吃板蓝根、醋浸大蒜头等方法预防。

8、加强体育锻炼，增强体质，每天保证有一小时的户外活动时间。

9、当身体不适时要及时就医，在医生的指导下用药。有必要可以接种疫苗，但必须要在医生的指导下进行。

10、避免接触传染病人，尽量不到传染病流行疫区去。

11、传染病人用过的物品及房间适当消毒，如日光下晾晒衣被，房内门把手、桌面、地面用含氯消毒剂喷洒、擦拭。

12、学校将继续做好晨检工作，如有发现生病的学生要及时与家长取得联系，原则上是回家休息，积极治疗，过了传染期才能返校读书，以免传染病的蔓延。

13、病愈的学生要到展览路社区服务中心保健科开具复课证明方可复课。

秋冬季传染病虽然种类繁多，但只要我们重视预防工作，做到早发现、早隔离、早诊断、早治疗，就可以有效地阻断传染病的流行与传播。

愿同学们都有一个健康的体魄。愿每个家庭的孩子都能健康成长，梦想成真。

**第四篇：中学生校园安全常识教育（范文模版）**

中学生校园安全常识教育

一、在教室内活动应怎样注意安全？

1.防磕碰。不应在教室中追逐、打闹，做剧烈的运动和游戏。

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。

3．防坠落。无论教室是否处于高层，都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．防火灾。不带打火机、火柴、烟花爆竹、小鞭炮等危险物品进校园，杜绝玩火、燃放烟花爆竹等行为。

5．防意外伤害。不带锥、刀、剪等锋利、尖锐的工具，图钉、大头针等文具

二、防止触电：不要用湿手、湿布触摸、擦拭电器外壳，更不要在电线上晾衣服或悬挂物体，或将电线直接挂在铁钉上。发现绝缘层损坏的电线、灯头、开关、插座要及时报告，切勿乱动。遇有电气设备引起的火灾，要迅速切断电源，然后再灭火。发现有人触电时，要先使触电者尽快脱离电源，再采取其他抢救措施。远离高压带电体。

三、防火安全问题：

1．不带火柴、打火机等火种进入校园，也不带汽油、爆竹等易燃的物品进入校园。

2．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，并且严格按照操作要求去做，时刻小心谨慎，严防发生用火危险。

3．不随意焚烧废纸等。

4．打扫卫生时，要将枯枝落叶等垃圾作深埋处理或送往垃圾站场，不要采取点火烧掉的办法。

六、对轻微的火情怎样紧急应付：形成火灾的，应及时报警。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。

七、遭遇火灾如何正确脱险：1．千万不要惊慌失措，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，或者采取保护措施（如用水 1

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，不要轻易跳楼逃生，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，以阻止火势蔓延。

4．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。5．如身上衣物着火，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。

十四、如何避免打架：（１）同学之间相处要讲团结、讲礼貌、讲文明、讲道德，防止江湖义气等社会不良风气侵蚀校园。（２）同学之间因生活琐事（如食堂打饭、图书馆占座、球场运动等）发生矛盾时，要冷静克制，学会容忍，“退一步海阔天空”，千万不能感情冲动，拳脚相加。（３）发现有同学打架时，现场同学不要袖手旁观，更不能火上加油。持相同观点者，或遇有老乡受欺侮时，不要推波助澜，避免出现打群架现象。（４）同学聚会时喝酒，要在人员、酒量上严加控制。尤其是对那些喝了酒容易出现情绪激动的同学，更要控制酒量，劝其少喝，以防酒后滋事，造成不良后果。

十、流血不止怎么办？

1．四肢或手指出血，应该马上用一块干净的纱布或较宽的干净布条将伤口紧紧地包扎住，如有条件，最好洒一些云南白药在伤口上再包扎。

2．如果是鼻子出血，可以把头抑起，用手指紧压住出血一侧的鼻根部，一直到不出血为止。如果有干净棉球，可以把棉球塞进鼻孔里压迫止血。另外，可以用冷水浇在后脑部，这样会使血管收缩，从而达到止血的目的。

十一、遇到地震时的自救求生

1、学校的避震

正在上课时，要在教师指挥下迅速抱头、闭眼、躲在各自的课桌下。在操场或室外时，可原地不动蹲下，双手保护头部，注意避开高大建筑物或危险物。不要回到教室去。震后应当有组织地撤离。必要时应在室外上课。

2、家庭的避震

地震预警时间短暂，室内避震更具有现实性，而室内房屋倒塌后形成的三角空间，往往是人们得以幸存的相对安全地点，可称其为避震空间。这主要是指大块倒塌体与支撑物构成的空间。室内易于形成三角空间的地方是：炕沿下、坚固家具附近；内墙墙根、墙角；厨房、厕所、储藏室等开间小的地方。注意千万不要跳楼，不要站在窗外，不要到阳台上去。

**第五篇：中学生校园安全常识指导**

中学生校园安全常识指导

“生命可贵，安全为本”，没有安全就没有一切，希望大家一定牢记安全！下面和小编一起来看中学生校园安全常识指导，希望有所帮助！

一、在教室内活动应怎样注意安全?

在教室内活动，有许多看起来细微的事情值得同学们注意，否则，在教室里也同样容易发生危险。以下就是几个同学们需要注意的几点：

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。

3.防坠落。无论教室是否处于高层，都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、窗户在开关时容易压到手，也应当处处小心，要轻轻地开关门窗，还先留意会不会夹到他人的手。

5.防火灾。不带打火机、火柴、烟花爆竹、小鞭炮等危险物品进校园，杜绝玩火、燃放烟花爆竹等行为。

6.防意外伤害。不带锥、刀、剪等锋利、尖锐的工具，图钉、大头针等文具，使用时必须有老师指导，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.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。

3.活动的方式要简便易行，如做做操、跳跳绳等。

4.活动要注意安全，要避免发生扭伤、碰伤等危险。

三、游泳时应注意什么?

游泳是一项十分有益的活动，同时也存在着危险。要保证安全，应该做到：

1.游泳需要经过体格检查，患有心脏病、高血压、肺结核、中耳炎、皮肤病、严重沙眼等以及各种传染病的人不宜游泳。处在月经期的女同学也不宜去游泳。

2.要慎重选择游泳场所，到江河湖海去游泳，必须先了解水情，水中有暗流、淤涡、淤泥、乱石和水草较多的水域不宜作为游泳场所。来往船只较多、受到污染和血吸虫等病流行地区的水域也不宜游泳。

3.下水前要做准备运动.可以跑步、做做操，活动开身体，还应用少量冷水冲洗一下躯干和四肢，这样可以使身体尽快适应水温，避免出现头晕、心慌、抽筋现象。

4.饱食或者饥饿时，剧烈运动和繁重劳动以后不要游泳。

5.水下情况不明时，不要跳水。

6.发现有人溺水，不要贸然下水营救，应大声呼唤成年人前来相助。

四、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，因为这时人身体产生的冲力很大，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。

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.。

五、参加运动会要注意什么?

运动会的竞赛项目多、持续时间长、运动强度大、参加人数多，安全问题十分重要。

1.要遵守赛场纪律，服从调度指挥，这是确保安全的基本要求。

2.没有比赛项目的同学不要在赛场中穿行、玩耍，要在指定的地点观看比赛，以免被投掷的铅球、标枪等击伤，也避免与参加比赛的同学相撞。

3.参加比赛前做好准备活动，以使身体适应比赛。

4.在临赛的等待时间里，要注意身体。

5.临赛前不可吃得过饱或者过多饮水。临赛前半小时内，可以吃些巧克力，以增加热量。

6.比赛结束后，不要立即停下来休息，要坚持做好放松活动，例如慢跑等，使心脏逐渐恢复平静。

7.剧烈运动后，马上不要大量饮水、吃冷饮，也不要立即洗冷水澡。

六、行走时怎样注意交通安全?

同学们上学和放学的时候，正是一天中道路交通最拥挤的时候，人多车辆多，必须十分注意交通安全。

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，最好有组织、有秩序地列队行走;结伴外出时，不要相互追逐、打闹、嬉戏;行走时要专心，注意周围情况，不要东张西望、边走边看书报或做其他事情。

3.在没有交通民警指挥的路段，要学会避让机动车辆，不与机动车辆争道抢行。

4.在雾、雨、雪天，最好穿着色彩鲜艳的衣服，以便于机动车司机尽早发现目标，提前采取安全措施。在一些城市中，小学生外出均头戴小黄帽，集体活动时还手持“让”字牌，也是为了使机动车及时发现、避让，这种做法应当提倡。

七、骑自行车要注意哪些安全事项?

骑自行车外出比起走路，不安全的因素增加了，需要注意的安全事项如下：

1.要经常检修自行车，保持车况完好。车闸、车铃是否灵敏、正常，尤其重要。

2.自行车的车型大小要合适，不要骑儿童玩具车上街，也不要人小骑大型车。

3.不要在马路上学骑自行车;未满十二岁的儿童，不要骑自行车上街。

4.骑自行车要在非机动车道上靠右边行驶，不立逆行;转弯时不抢行猛拐，要提前减慢速度，看清四周情况，以明确的手势示意后再转弯。

5.经过交叉路口，要减速慢行，注意来往的行人、车辆;不闯红灯，遇到红灯要停车等候，待绿灯亮了再继续前行。

6.骑车时不要双手撤把，不多人并骑，不互相攀扶，不互相追逐、打闹。

7.骑车时不攀扶机动车辆，不载过重的东西，不骑车带人，不在骑车时戴耳机听广播。

8.要学习、掌握基本的交通规则知识。

八、在学校如何注意防火?

在学校里也有防火安全问题，主要应当注意以下几点：

1.不带火柴、打火机等火种进入校园，也不带汽油、爆竹等易燃的物品进入校园。

2.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，并且严格按照操作要求去做，时刻小心谨慎，严防发生用火危险。

3.不随意焚烧废纸等。

4.打扫卫生时，要将枯枝落叶等垃圾作深埋处理或送往垃圾站场，不要采取点火烧掉的办法。

九、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。

7.有条件的，还可以学习一些简易灭火器的使用方法。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！