# 2024年安全常识顺口溜 安全常识小知识内容(五篇)

来源：网络 作者：尘埃落定 更新时间：2024-06-18

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。安全常识顺...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**安全常识顺口溜 安全常识小知识内容篇一**

第二诀：通道出口，畅通无阻。楼梯、通道、安全出口等是火灾发生时最重要的逃生之路，应保证畅通无阻，切不可堆放杂物或设闸上锁。自断后路，必死无疑。

第三诀：保持镇静，快速撤离。突遇火灾，面对浓烟和烈火，千万不要盲目地跟从人流相互拥挤、乱冲乱撞。首先要保持镇静，判明起火地点，多动脑筋，因地制宜，因时制宜，决定逃生的办法。

第四诀：不入险地、不贪财物、生命是最重要的。不要因为害羞及顾及贵重物品，而把宝贵的逃生时间浪费在穿衣或寻找贵重物品上。据报载：在一次特大火灾中，人们发现有三名遇难者手中抓着存折或首饰。

第五诀：简易防护，不可缺少。逃生时可用毛巾、口罩等蒙住口鼻，将被褥浇湿蒙在身上通过烟火区。烟气较空气轻而飘于上部，匍匐前进，贴近地面逃离是较佳的方法。

第六诀：莫乘电梯。发生火灾后，电气设备随时可能发生短路，造成停电。一定不要乘坐电梯。要走楼梯或紧急疏散通道。

第七诀：缓降逃生，滑绳自救。高层住宅、写字楼的人员可用备用高空缓降器或救生绳逃生，也可用身边的绳索、床单、窗帘、衣服制成简易救生绳，从窗户或阳台沿绳缓降到下面楼层。第八诀：大火袭来，固守待援。火灾时，如用手摸到房门已感烫手，此时开门，火焰和浓烟就会进到房间里来。这时，应采取关紧门窗，用湿手巾、湿布堵塞门缝，或用水浸湿棉被，蒙上门窗，防止烟火渗入待救援人员到来。

第九诀：发出信号，寻求救援。在逃生无门的情况下，努力争取救援也不失为上策。被困者要尽量到阳台、窗口等易于被人发现和能避免烟火的地方，及时发出求救信号，引起救援人员的注意。在将要失去知觉前，应努力滚到墙边，便于消防人员寻找、营救。因为消防人员进入室内都是沿着墙壁摸索前进。

第十诀：火已烧身，切勿惊跑。火烧身时，千万不可惊跑拍打，因为奔跑和拍打时会形成风势，促进火势。最佳办法是设法脱掉衣服或就地翻滚，压灭火苗。

劳动防护用品：按照人体防护部位分为十大类：

1、头部防护用品：用于防御冲击、刺穿、挤压、热辐射、绞碾、擦伤、脏污、昆虫刺叮等伤害头部。如：安全帽、防护罩等。

2、眼部防护用品：用于防御电离辐射、非电离辐射、烟雾、化学物质、金属火花和飞屑、尘粒等伤害眼睛或面部和颈部。如：防冲击眼(面)护具、防化学剂眼(面)护具、焊接护目镜、炉窑护目镜、防激光护目镜、防微波护目镜、焊接面具等。

3、听力防护用品：用于避免噪声过度刺激听觉，保护听力。如：耳塞、耳罩等。

4、呼吸防护用品：用于防御缺氧空气和尘、毒等有害物质吸入呼吸道。如：防尘罩、过滤式防毒面具、长管面具、自给式空气呼吸器等。

5、手臂防护用品：用于防御作业中物理、化学和生物等外界因素伤害手、前臂部。如：绝缘手套、耐酸碱手套、焊工手套、防放射性手套、防震手套、防切割手套、防昆虫手套等。

6、躯体防护用品：用于防御物理、化学和生物等外界因素伤害躯体。如：阻燃防护服、防静电工作服、防酸工作服、焊接工作服、抗油拒水防护服、防水服、防放射性服、防尘服、防热服、防砸背甲、防化(毒)服及隔离服等。

7、足腿防护用品：用于防御作业中物理、化学和生物等外界因素伤害足、小腿等。如：保护足趾安全鞋(靴)、防砸安全靴、防刺穿鞋、电绝缘鞋、防静电鞋、导电鞋、耐酸碱鞋(靴)、高温防护鞋、焊接防护鞋、防振鞋等。

8、坠落防护用品：用于防止人体坠落伤亡。如：安全带、安全网等。

9、皮肤防护用品：用于防御物理、化学、生物等有害因素损伤皮肤或使皮肤引起疾病。如：遮光型护肤剂洁肤型护肤剂、驱避型护肤剂等。

10、其他防护用品：如：水上救生衣、反光警示服等。造成生产安全事故的原因主要有：人的不安全行为、物的不安全状态、环境的原因、管理上的缺陷。

1、人（操作员工、管理人员、其他有关人员）的不安全行为是事故的重要致因。主要包括：

①未经许可进行操作，忽视安全，忽视警告； ②冒险作业或高速操作； ③人为地使安全装置失效；

④使用不安全设备，用手代替工具进行操作或违章作业；

⑤不安全地装载、堆放、组合物体； ⑥采取不安全的作业姿势或方位；

⑦在有危险的运转设备装置上或在移动的设备上进行工作；不停机，边工作边检修；

⑧注意力分散，嬉闹、恐吓等。

2、物的原因。所谓物包括原料、燃料、动力、设备、工具、成品、半成品等。物的不安全状态有以下几种：

①设备和装置的结构不良，材料强度不够，零部件磨损和老化； ②存在危险物和有害物；

③工作场所的面积狭小或有其他缺陷；

④安全防护装置失灵；

⑤缺乏防护用具和服装或防护用具存在缺陷； ⑥物质的堆放、整理有缺陷；

⑦工艺过程不合理，作业方法不安全。

物的不安全状态是构成事故的物质基础。没有物的不安全状态，就不可能发生事故。物的不安全状态构成生产中的隐患和危险源，当它满足一定条件时，就会转化为事故。

3、环境的原因。不安全的环境是引起事故的物质基础。它是事故的直接原因，通常指的是：

①自然环境的异常，即岩石、地质、水文、气象等的恶劣变异；

②生产环境不良，即照明、温度、湿度、通风、采光、噪声、振动、空气质量、颜色等方面的存在缺陷。以上人的不安全行为、物的不安全状态以及环境的恶劣状态都是导致事故发生的直接原因。

4、管理的缺陷主要有：

①技术缺陷。指工业建、构筑物及机械设备、仪器仪表等的设计、选材、安装、布置、维护维修有缺陷，或工艺流程、操作方法方面存在问题； ②劳动组织不合理；

③对现场工作缺乏检查指导，或检查指导失误；

④没有安全操作规程或不健全，挪用安全措施费用，不认真实施事故防范措施，对安全隐患整改不力；

⑤教育培训不够，工作人员不懂操作技术知识或经验不足，缺乏安全知识； ⑥人员选择和使用不当，生理或身体有缺陷，如有疾病，听力、视力不良等。管理上的缺陷是事故的间接原因，是事故的直接原因得以存在的条件。

**安全常识顺口溜 安全常识小知识内容篇二**

中队活动教案——安全常识

（一）活动目的：

1．使学生知道一些简单的安全常识。

2．使学生掌握一些在家遇到火灾、触电、食物中毒、遇到坏人对付处理方法，有一定应变能力。

（二）活动地点： 教室

（三）教育重点：学习防火、防触电、防中毒、防坏人破坏的生活常识，培养有关防范力。

（四）、活动流程：

1、第一组代表表演防火小品：(一人读情节过程，三人表演)

2、大家认真观察表演后讨论：

（1）发生了什么事？他们是怎么处理的？发生火情应该怎样与消防队取得联系？(打火警119、讲清出事地点详细地址、火势情况)

（2）总结：情景表演向我们介绍了哪些方面知识。还有什么情况可能发生火灾？发生火灾怎么办？怎样防火？打什么电话求救？

3、学习防触电知识的情景表演：

（1）第二组代表表演：

（2）大家认真讨论观察表演后讨论：

a.提问：发生了什么事？他们是怎么做的？

b.总结：情景表演向我们介绍了哪些方面知识？还有什么情况可能发生触电危险？发生触电应怎么办？怎么防止触电事情发生？出了事打什么电话求救？

4、学习防中毒知识的情景表演：

（1）第三组代表表演：

（2）大家认真观察表演后讨论：

（a）发生什么事了？他们怎么做的？小英的说法对吗？生吃瓜果不洗干净，容易造成不良后果？应该怎么做？

（b）总结：情景表演向我们介绍了哪些方面知识？还有什么情况可能发生食物中毒？发生了食物中毒怎么办？怎么防止中毒？出了事自己处理不了打什么电话求救？

学习防坏人破坏知识的情景表演：

1、第四组代表：

2、大家认真观察表演后讨论：

（1）刚才发生一件什么事？小红这样做好不好？会发生什么危险？如果你遇到这种情况办？应该怎么做？

（2）总结：情景表演告诉了我们什么问题？怎么防止此类事情发生？出了事自己处理不了应打什么点火求救？

（五）巩固总结

1、匪警、火警、急救中心电话各是什么？

遇坏人打110，着火打119，急救中心120。

2遇到火情，危险情况时，要保持镇静，迅速采取有效措施。注意事项：

防火：不要在易燃物品（棉织物、柴草堆、木板堆、柴油汽油库等）附近玩火、放鞭炮。注意（液化气）灶的合理使用，用完电熨斗、电炉后应立即拔出插头。

防触电：自己不随便摆弄电器，用久的电器设施要注意检查、维修。

防中毒：不吃过期、腐烂食品，有毒的药物（如杀虫剂、鼠药等）要放在安全的地方。

防坏人：不轻信陌生人的话。不能随陌生人离家出走，夜晚不独自外出、遇到坏人要记住他的外貌特征、不把贵重、稀有物品暴露外边、平时不带过多的钱

(六)、学生发表本节队会课的感想。

**安全常识顺口溜 安全常识小知识内容篇三**

一、如何加强日常安全防范？

1、努力提高自己的法律安全意识，增强法制安全观念，居安思危；

2、发现自己的合法权益受到不法侵犯时，要依靠组织和学校，通过正当途径解决，不得以暴制暴；

3、当发生治安、刑事案件时，要积极自救，排除险情，及时报案，并注意保护好现场；

4、不逃课、旷课，不私自外出游泳；

5、不攀爬围墙、栏杆和门窗，不随便到顶楼台、深水边、悬崖边等危险处游玩嬉戏；

6、不在楼道、梯道追逐打闹，避免意外事故发生；

7、按时作息，不晚归、不在校外留宿；

8、不到人群集中的地方看热闹，或私自参与校外自发组织的活动；

9、不酗酒、不谈恋爱，保持身心健康；

10、自觉遵守学校的规章制度，遵守法律法规，不打架斗殴。

二、如何防止火灾事故？

1、遵守公共场所管理制度，不得使用违章电器，不要私接、乱拉电线，不点蜡烛，不吸倒床烟，不乱丢乱扔烟烟头；

2、不存放易燃易爆物品，不在校园内燃放烟花爆竹；

3、不带明火进山，不在山上或有易燃易爆物品存在放地用火或搞野炊；

4、任何单位和个人不得破坏和挪用消防设施、设备。

三、如何做好食品卫生安全，预防传染病流行传播？

注意食品卫生安全，尽量不外出吃馆子，不吃地摊，不吃变质食品，购糕点要留意isq标志和生产日期，不酗酒，同时注意同学间不交叉食饮，避免传染病交叉感染。

传染病的传播主要在于三个环节，即传染源、传播途径和易感人群。要注意管理好三个环节，控制传染源，切断传播途径，保护易感人群。除了一般的卫生要求外，还要有较强的防疫措施，对个人来说，要加强预防和自我保健意识。改善营养、注意卫生、锻炼身体、增强抵抗力，特别是春秋季，不到校外摊点用餐。发现有传染病出现时，要及时报告，采取隔离等措施。

四、如何预防溺水事故？

1、学生不得去江、河、塘、水库游泳，因为不熟悉水质、水温、水底环境，无安全防护措施，容易出现各种伤害和溺水事故；

2、即使是到正规的游泳馆，也要注意水质是否达标，安全防护措施是否完善，是否有足够的救身工作人员，且不在夜晚游泳。

五、如何加强网络安全？

在上网时要遵守网络规则，自觉维护党的路线方针政策，维护政治大局。不要发表有损国家、集体、人民利益和他人权益的言论，不要登陆那些不该登陆的网站，不要轻易相信网络活动，接受网友的邀请，不轻易与网友约见）。

六、如何避免交通事故？

自觉遵守交通法规，不横穿马路，不闯红绿灯，不租骑自行车和摩托车，不乘坐农用车辆和“三无”车辆，在马路边步行时，要走人行道，注意交通安全，上下车不急不挤；发生交通事故的处理办法：

1、及时报案、2、保护好现场。

七、严禁私藏、携带刀具和违禁物品。

根据《中华人民共和国治安管理处罚法》、公安部发布的《刀具实行管理的暂行规定》的有关规定，“严禁学生携带私藏公安管制刀具和其他可能危害公共安全的危险品进入校园”，对学生携带私藏公安管制刀具和其他可能危害公共安全的危险品进入校园的，一经发现，一律收缴，并按照学院有关规定严肃处理。同时，将根据相关法律规定报送公安机关依法处理。

八、校园刀具收缴管理工作“五个禁止”、“六个一律”。

禁止在校园周边制造、销售、储存管制刀具；禁止携带刀具进入校园；禁止学生携带刀具进出校园；禁止学生利用刀具从事违法活动；禁止将刀具用品贩卖给学生。

凡违反上述规定者，将按照《中华人民共和国治安管理处罚法》、国务院《对部分刀具实行管制的暂行规定》和《重庆市中小学学籍管理办法》的规定，已满18周岁或已满16周岁未满18周岁、两次以上非法携带管制刀具的，一律予以治安拘留，在校学生由学校予以开除学籍处分；已满16周岁未满18周岁、利用刀具从事违法活动的一律依法采取少管、劳教强制措施，在校学生由学校予以开除学籍处分；已满18周岁、利用刀具从事违法活动的一律依法采取刑事强制措施，从重处理，在校学生由学校予以开除学籍处分；未满16周岁的，一律予以训诫并通知家长对其严加管教；在校园周边制造、销售、储存管制刀具的，一律予以收缴取缔，并依法严处；将刀具用品贩卖给学生的，一律严肃处理。

九、如何保持心理健康，预防心理疾病？

l．要加强修养，遇事泰然处之。应当养成乐观、豁达的个性。2．要合理安排生活，培养多种兴趣，生活丰富多彩就能驱散不健康的情绪。3．尽力寻找情绪体验的机会。多参加公益活动，最好是学会一门艺术，无论唱歌弹琴，写作绘画，集邮藏币，都会使你进入一种新的境界，在你的爱好之中寻找乐趣。4．保护心

理宁静。面对大量的信息不要紧张不安、焦急烦躁。学会吸收现代科学信息的方法，提高应变能力。5．正确认识自知与社会的关系。摆正个人与集体、个人与社会的关系，正确对待个人得失、成功与失败。这样，就可以减少心理失衡。

十、在校大学生如何防骗？

在当今的大学校园，大学生上当受骗的事时有发生，究其原因，主要有以下几个方面：

1、不加选择地结交朋友；

2、缺乏社会生活经验和辨别能力；

3、不加思考，轻易相信他人，疏于防范是大学生上当受骗的主要原因；

4、求人办事，成事心切，从而导致上当受骗。

十一、学生宿舍防盗应注意哪些问题？

1、最后离开寝室的同学一定要锁门，不要怕麻烦，要养成随手关门、锁门的好习惯；

2、不能留宿校外人员；

3、对形迹可疑的陌生人应格外提高警惕；

4、注意保管好自己的箱柜钥匙，房门不要随便借给别人；

5、保管好自己的存折，寝室内不要存放大额现金，贵重物品不要留存于集体宿舍。

十二、如何保管好自己的贵重物品？

要具备“害人之心不可有，防人之心不可无”的防范意识，管好自己的钱财，看好自己的门。贵重物品尽量随身携带，放在寝室中务必锁好。不要将包等物品随处乱放，脱离自己的控制范围。总之要做到“寝室门上的锁不能少，心中的防盗锁更不可少”。

十三、大学生如何预防被抢劫？

发生的抢劫案件在时间上多发生在夜晚，地点大多是僻静处、校园周边。尤其是正在恋爱的同学，不要在光线不好的僻静处行走和逗留，即使是光线好的地方，如路上已无人，也不要逗留。如果必经偏僻路段，要三人以上结伴同行。

十四、怎样预防伤害事故的发生？

预防自身伤害事故应注意以下几点：

1、防止乐极生悲；（2）不要逞能显强；（3）不能麻痹大意；（4）开玩笑适可而止；（5）注意实习操作安全。

十五、怎样做好实习实训安全？

1、每个实习组或实习队，要听从学校和老师安排，要指定一人负责安全工作。

2、每到一实习地，要注意了解当地治安情况及风俗习惯，并针对可能发生的问题采取措施。

3、严格遵守实习场地的规定和安全制度，不到无安全保障的地点活动。

4、虚心向技术人员和工人师傅学习，按操作程序办事，注意防火、防盗，防止发生人身伤亡事故。

十六、学生之间发生冲突后怎么办？

1、克制情绪，任何事情要三思而后行，避免矛盾激化；

2、及时向系部报告、说明情况，由院、系出面协调、解决；

3、如矛盾出现激化时也可及时向学校或公安部门报案；（龙都派出所报警电话（辖区）：58810110；双河口交巡警平台电话：58570110；万州区火车站交巡警平台电话：58605110；安全处办公室电话：58800161）。

十七、大学生要坚决抵制邪教等反动组织的侵害。

1、应当参加合法的社会组织，参与健康向上、有益身心的社会活动，包括体育健身活动；

2、警惕境内外反动宗教组织对青年学生的宗教渗透。

3、如果接到了散发或邮寄的宗教宣传品或参加宗教组织的活动等邀请信，切不可轻易参加或将宗教宣传品在同学、朋友中散发，而应主动报告学校保卫部门或党组织，并配合学校进行工作。

十八、大学生如何预防毒品侵袭？

毒品是指鸦片、海洛因、吗啡、大麻、可卡因、冰毒以及国家规定管制的其他能够使人成瘾癖的麻醉药品和精神药品，要充分认识其危害。

1、吸食毒品会严重危害人体健康。静脉注射毒品又是传染肝炎、肺炎、性病等多种传染病传染的重要途径。

2、摧残意志和精神，荒废学业。吸食毒品使人逐渐懒惰无力，意志衰退，智力和主动性降低，记忆力减退，致使学业荒废。

安全无小事，对于每个正在成长的大学生要充分认识安全稳定的重要性，要树立居安思危的意识，随时随地都要加强日常安全防范，保护好自己的生命、财产安全，维护好学院的稳定平安

安全防御类

1、每年6月26日为国际禁毒日。我们要拒绝毒品、远离毒品，做到：提高防范意识，坚决不吸第一口，自觉接受禁毒教育；自觉抵制毒品；增强辨别是非的能力，克服寻求刺激等不良心理和习惯；要创造一个远离毒品的生活空间，不要吸烟，不进舞厅、赌场、游戏厅，洁身自好。

2、受到不法分子侵害如何报警？

中小学生受到违法犯罪分子的直接威胁和侵害，仅凭同学们自身的力量很难防范，最有效的方法就是向公安部门报告。

1）匪警电话的号码是110。这个号码应当牢记，以便发生异常情况时及时拨打。

2）拨打110电话，要简明、准确地向公安部门报告案件发生的地点、时间、当事人、案情等内容，以便公安部门及时派员处理。

3）打报警电话是事关社会治安管理的大事，千万不要随意拨打或以此开玩笑。

3、路上被人抢劫、敲诈和勒索怎么办？

1）要保持冷静，不要害怕，尽量说好话，说明自己没带钱，避免跟他们争吵。

2）如果他们继续坚持要钱，就跟他们说回家取钱，趁机跑掉，并向你认识的人求助。

3）如果还不行，就拖住别的大人大声喊“救命”。

4）如果一个人遭挟持，不要反抗，不要“硬碰硬”，可以给钱，但要记住对方的相貌特征，事后向公安机关报案。千万不要拉住欲跑的持刀歹徒不放，这样容易造成歹徒狗急跳墙，持刀伤人。

4、为防范被歹徒抢劫勒索，应注意以下几个方面：

1）要和同学结伴上学、回家，尽量不要单独外出。

2）言谈举止一定要符合身份，不要过分张扬，避免引起问题少年的注意。

3）上学放学路上尽量走大道，不走偏僻小路。

4）穿着打扮要朴素，平时不穿名牌、不高消费，不在外人面前炫耀自家财富，以免被不良少年盯上。

5、独自在家的安全防御知识

我们独自在家时，应及时把门锁好。如果听到有人敲门，要通过门镜辨认来人。对不认识的人，不管他有什么理由，也不管他是什么身份，都不要给他开门。而且可以像父母在家一样，喊爸爸妈妈，说有不认识的人来敲门，把坏人吓跑。

1）有的坏人冒充邮递员、推销员、检修工人等，骗开了门，入室抢劫或做其他坏事。同时要留心观察，记住陌生人的身高、面相、衣着等，以便必要时报警。也可以给父母、邻居、居委会或派出所打电话。

2）如果来人声称是你父母的同事，并能叫出你的名字和你父母的名字，也要提高警惕，不能开门，但可以问他有什么事，记下来告诉父母。

3）如遇到坏人以各种理由闯入家中，要在保证人身安全的情况下，与坏人斗智斗勇。如将自己的屋门反锁后，用电话报案，要注意说清楚自己的详细地址；也可用计将坏人吓跑，但要记住坏人的身高、外貌特征，并迅速报案。但不要与坏人硬拼，要注意保护自己的生命及人身安全。

**安全常识顺口溜 安全常识小知识内容篇四**

安全文化简而言之就是安全价值观，信念，最高目标，道德理想，传统，风气，行为准则的复合体。安全文化建设是一个包括物质的、意识的巨大的系统工程。它包含三个层次：安全观念层、安全制度层、安全物质层。它所涉及的范畴包括：国家的安全、社会的稳定、企业的安全生产、全民的安全防护思想意识、公众的安全文化素质、产品安全、生活与生存领域的安全等。安全文化是人类文明的体现，发展和创新安全文化，不但是思想文化建设的重要内容，也是推动社会全面进步的一项重要任务。

一、安全文化的定义

由于安全、文化的定义不同，安全文化也有许多定义，其中，两个有典型代表意义的定义是：

（一）、安全文化是安全价值观和安全行为准则的总和

这个定义背景是：1992年在研究我国安全管理模式的过程中发现，安全法规、规范、程序难以全面落实、安全方针难以深入贯彻，其根本原因之一在于人员的安全素质，提出安全文化素质的概念，其要点是解决人的本质安全。

（二）、安全文化是存在于单位和个人中的种种特性和态度总和这个定义背景是：1991年9月国际原子能机构（iaea）在也纳召开“国际核能安全大会—未来的战略”，为了总结和回答讨论中提出的问题，关于切尔诺贝利核电厂事故后审评会议的总结报告（第四版本）中明确了安全文化的双方沟通。双向沟通一方面是单位内部的必要体制和管理部门的逐级责任制；另一方面是各级人员响应上述体制并从中得益所持的态度。

二、安全文化的功能

安全文化是在人们的生活过程中，在企业的生产及经济活动中保护人的健康、尊重人的生命、实现人的价值的文化，安全文化的功能就在于将全民塑造成具有现代安全观念的现代文化人。将企业的全体员工塑造成具有现代专业安全文化知识的生产力，企业具有掌握专业 安全文化的生产力，才可能实现安全生产良性循环。

（一）、规范人的安全行为

在生活及生产活动中，每一个参与者的行为都与该项活动的安全状况有关，只有使每一个人都可靠，才能保证系统处于安全生活与安全生产的良性发展状态。而提高每一个人的安全觉悟、规范每一个人的安全行为，最有效的方法就是提高全民的安全文化素质。在受高度的安全文化熏陶而形成的人文环境中，个别人即使有所怠慢，由于强有力的安全文化场的约束与控制，不安全的行为也将被群体所不容而得到纠正。

（二）、组织及协调安全管理

协调是指为了实现系统的目标，对系统中各子系统的关系进行匹配的过程。在安全生产管理中，一是需对安全决策持有不同观点的人进行协调；二是需对系统（如企业）中各子系统（如部门）在安全职能关系上进行协调。以使系统联成一个整体，克服顾此失彼和管理上的片面性。而这种协调就需要有统一的价值观念和行为取向为基础，否则，协调就会常常失灵。

（三）、安全文化使企业进入有序发展的良性状态

安全文化是社会技术经济发展水平在人的价值观上的综合反映，是人类文明程度的标志。事故对生活及生产的破坏作用，使系统进入无序的混乱状态，从而失去了稳定发展的前提。企业安全生产的状况，社会安全生产的状况，实质上是其安全文化水平的效应。

三、走出企业安全文化建设的误区

企业的事故预防不仅要充分依靠安全技术、安全设施等“硬手段”，更需要安全管理、安全法制、安全教育等“软技术”。而安全文化建设不仅要关注安全装置、技术工艺、生产设施和设备、工具材料、环境等外在因素，更要关注人的知识、技能、意识、观念、态度、道德、伦理、情感等内在素质。通过安全文化建设促使员工形成良好的安全习惯，往往能收到事半功倍的效果。但随着经济和社会的发展，企业安全文化建设在逐渐受到重视的同时，也出现了一些认识和实践上的误区，给企业安全工作带来了不好的影响

（一）、安全管理与生产脱节

安全管理是安全文化的重要体现，抓安全管理重在抓基础管理。然而，一些单位在抓安全工作时仍是粗放型的，不是为了确保安全而抓安全，而是为了应付检查而抓“安全”，并没有真正做到以制度管人、以制度管事，这种粗放型的管理是安全的重大隐患。具体表现为：只把安全体系文件摆在桌上、写在纸上，而实际运行起来仍按照传统的管理模式。譬如，有时认识不到安全体系对安全工作的重要性，为了应付检查，找人简单地做些安全记录；有时虽然是按安全体系运行，但是各种安全记录跟不上，出现了检查时匆忙补安全记录的现象，这些都会导致安全管理与生产脱节。

（二）、安全教育工作不到位

在安全教育方面，一些单位流于形式，把有关安全工作的文件念一念，提几点要求便草草了事，并没有结合本单位的实际引导员工深刻认识安全工作的重要性。有的人认为安全工作是上级领导的事，领导怎么说就怎么干；有的人认为安全工作是安全管理部门的事，与其他部门关系不大等。这就导致部分员工安全责任意识不强，安全规章制度落实不到位，有关安全的规章制度落实起来走了样，开展安全工作时仅凭经验办事，沿用老模式等，这些都是安全教育工作的弊病。

(三)、安全管理工作错位

有的企业在生产任务繁重，特别是市场竞争压力增大时，很容易放松“安全弦”。更加注重的是经济效益，安全工作常常被摆在靠后的位置。出现了安全工作讲起来重要、忙起来次要的尴尬局面。安全工作的错位，是企业不能很好地去研究安全文化、制定安全制度、推进安全管理的最大障碍，这种被动的安全观势必难以确保安全工作持续稳定地开展。

（四）、安全文化氛围尚未全面形成细节决定企业安全工作的成败。2024年2月1日，美国哥伦比亚号航天飞机发生爆炸，7名宇航员遇难，令世界震惊。事后，由专家组成的调查委员会经过长达半年多的详细调查，花费了2024万美元，发表了长达248页的最终调查报告。这个报告披露了美国航天局在安全生产方面存在的问题：缺乏有效安全管理，缺乏有效的制衡机制，没有独立的安全程序，不善于学习和总结安全工作的经验。为此，该调查委员会还发出了警告：“如不进行彻底改革，类似的事件还会再次发生。”从这个报告中我们不难看出，虽然美国是个经济发达、技术设备先进的国家，但由于不注意安全生产的细节，同样会发生重大的安全事故。但在总结和反思类似事故时，他们不是局限于技术和物质层面的剖析，而是着重于从组织结构、管理体制、行为模式上吸取教训，这值得我们学习借鉴。同时，这一事例也从反面说明了企业安全文化氛围对企业安全生产的重要性。其实，很多安全事故的发生都是由一些看似微不足道的小事引起的，而这些细节往往被人们忽略。这样一来，便形成了对安全工作的低标准、宽要求，放松了警惕。因此，只有充分认识到安全生产细节的重要性，才能有的放矢地搞好安全管理工作。

四、构建企业安全文化的思路

安全文化是企业文化的一部分，它从保护员工的生命安全和健康的基本目的出发，以“为了人”和“人的管理”为方针，强调人的因素在保证安全上的主导地位，促使企业所有员工都密切关注安全。“千里之堤，溃于蚁穴。”对于安全工作，各行各业都有细致的规章制度，但最关键的还是要不折不扣地执行好现有的各项规定。大到企业，小到员工，都应增强安全责任意识，把安全工作做到位，确保生产中不留安全隐患。同时，要严抓安全细节，从根本上杜绝安全事故的发生，把事故消灭在萌芽状态，最终实现企业“安全第一、预防为主、全员动手、综合治理”的安全生产目标。

（一）、建立安全生产责任制

安全生产规章制度是企业规章制度的重要组成部分，是国家有关法规标准在企业安全生产中的具体体现，是统一全体员工从事安全生产的行为准则。作为企业员工，若对这个行为准则认识不足，重视不够，或有抵触情绪，那么这个企业的安全生产是搞不好的。而对管理者而言，应对本企业的安全生产工作负全面领导责任，即安全生产的第一责任人。本着“管

生产必须管安全”和责、权、利统一的原则，做到分级负责，分级管理，才能使安全管理工作走向全面、全员、全过程、全天候。

（二）、强化职工教育培训

安全工作既是企业的一个永恒的主题，同时又是企业的一项“天字号”工程。要顺利推进“天字号”工程，就必须在抓好安全工作各个细节的基础上，狠抓员工队伍建设，强化安全教育和培训。也就是说，要营造一个“关爱生命、关注安全”的环境，没有安全文化氛围是不行的，要不断提高员工的安全意识和知识、技能水平，从而达到从“要我安全”向“我要安全”的转化；从传统经验管理向科学管理转化，坚持以人为本，培育和导入安全文化。

（三）、构建安全管理体系

人的不安全行为或物的不安全状态是事故发生最重要的，必须加

以追究原因，但它们不过是管理失误的表现。防止事故必须从加强管理入手，充分利用管理机能控制各种不安全因素，保证生产活动的顺利进行。因此，构建安全文化的核心是要建立和完善安全管理体系。

五、企业安全文化建设需要全员参与

安全文化建设除了关注人的知识、技能、意识、思想、观念、态度、道德、伦理、情感等内在素质外，更重视人的行为，以及安全装置、技术工艺、生产设施和设备、工具材料、环境等外在因素和物态条件。因此可以说，安全文化是企业的一种精神。而这种精神，体现在全体人员的行为中。为此，管理层应运用现代安全管理的方法，公布企业的安全政策业绩以及存在的不足；加大安全宣传与培训力度；鼓励全员参与企业的安全工作；收集反馈信息，对安全方面的意见和建议予以重视。调动员工的安全积极性、责任感，使每一位员工都认识到企业的安全离不开自身的努力。

（一）、建设安全文化就是以人为本

人在生理、安全、社交、尊重和价值实现五个层次上的需求，形成了安全价值体系的需求和观念，努力从五个层次去满足人的需要，就是安全文化建设的目的所在。企业必须从营造浓厚的安全文化氛围出发，全面贯彻“以人为本、依法治企、以德治企”的管理思想，不断创新安全管理与教育形式，不仅注重员工的安全知识、安全技能、安全意识的教育，更要注重员工的敬业精神、法制观念、职业道德、品德、修养的培养；不仅要注重法律、法规、纪律、制度的制约保证和奖惩激励的应用，更要注重培育员工正确的安全思想作风、安全行为准则、安全价值观，为员工生命健康安全提供一个良好的人文环境，使员工在潜移默化中增强安全意识，形成 “安全第一，热爱生命”的安全价值观。

（二）、坚持刚柔相济的原则

在员工还未形成安全自律的情况下，要教育、培养员工自觉执行安全生产规章制度，做到令行禁止、言必行、行必果。严肃查处各种违章行为，决不能姑息迁就。一些企业安全生产规章制度不可谓不多，但令不行、禁不止现象时有发生，原因就在于执行时折扣太多，失去了规章制度的严肃性。所以，必须关爱员工的身心健康，提倡安全自律。员工的积极性、自觉性和自律性在于自身的文化水平、业务能力、思维方法与行为习惯。企业要按“为之于未有、治之于未乱、防患于未然”的原则审慎处理事关员工利益的一切事件；管理者要站在员工的角度思考解决问题的办法，善于与员工背靠背找不足、面对面谈感受、心连心搞安全；要给员工做好表率作用，用自己的一言一行感染和影响员工的一言一行。同时要结合典型事故案例教育员工学会辨识安全风险并纠正不良行为习惯。对员工做出成绩的要予以表扬，对事故要具体分析、具体处理，责任在员工的要使其认清责任、接受教训，避免类似事故再次发生。如果员工已经尽责，且非本身能力所能避免的事故，管理者应勇于承担责任，避免对员工过分处理，造成上下不和谐，这样有利于调动员工自律安全的积极性。

（三）、弘扬员工认同的先进理念

中国首次载人航天飞行圆满成功源于他们“零缺陷”的安全理念，彩虹集团曾提出“安全是“１”，家庭、健康、财富是后面的“０”的安全理念，含义是没有这个“１”，后面的任何数都将失去意义；彩虹有一个安全公式:10000-1=0,其含义有二个：一是全厂一万人有一个人不安全就是全厂的不安全，其二是安全防范措施必须建立在万一的基础上，确保万无一失。

（四）、营造浓厚的安全文化氛围

１、要不断丰富并宣传本企业安全文化的内容，利用一切可利用的人、时间、空间，通过编印安全手册、举办安全讲座、开工会上进行安全誓词宣誓等多种形式进行宣传，使广大员工置身于浓厚的安全氛围中，不断丰富安全知识，提高安全意识与安全技术，确保各项工作安全可控。

2．不断吸收借鉴先进企业的安全文化为我所用，如开展安全誓词宣誓活动，笔者认为公司当前应借鉴彩虹集团的成功经验确立公司的安全誓词。

3．通过进一步完善各类安全生产规程及规章制度、制定标准化作业手册、完善危险点预控措施，并加强培训与监督工作，牢固树立“违章作业就是自杀，违章指挥就是杀人”的观点，严格管理规范化、作业标准化，建立起安全生产常态管理机制，确保安全生产长治久安。

4．建立健全各类事故防范措施与预案，并加强演练工作。积极采用各种先进的管理方法与技术手段，如安全性评价、危险点预控、动态安全互保、红外测温、在线监测报警等，全方位地做好安全管理工作。

**安全常识顺口溜 安全常识小知识内容篇五**

学生道路交通安全常识

衣、食、住、行，是人们生活中最基本的内容，其中的“行”，要涉及交通问题。同学们平日里上学、放学、节假日外出、旅游、除了步行以外，还要骑自行车、乘公共汽车，路程更远的，要乘火车、乘船。所以，交通安全问题是我们必须重视的，要从小树立交通安全意识，掌握必要的交通安全知识，确保交通安全。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；上学、放学路上不要相互追逐、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或头戴小黄帽，以便于机动车司机尽早发现目标，提前采取安全措施。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，要听从交通民警的指挥；要遵守交通规则，做到“绿灯行，红灯停”。

2、穿越马路，要走人行横道线：在有过街天桥和地下通道的路段，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，在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。

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。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。

4．骑自行车要在非机动车道上靠右边行驶，不逆行：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，等绿灯亮了再继续前行。

6．骑车时不要双手撒把，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； 在雨雪天气骑自行车怎样注意安全? 在雨雪天气里骑自行车，还应注意以下几点：

1、骑车途中遇雨，不要为了免遭雨淋而埋头，猛骑。

2、雨天骑车，最好穿雨衣、雨披、不要一手持伞，一手扶把骑行。

3、雪天骑车，自行车轮胎不要充气太足，这样可以增加与地面摩擦，不易滑倒。4．雪天骑车，应与前面的车辆、行人保持较大的距离。

5、雪天骑车，要选择无冰冻、雪层浅的平坦路面，不要猛捏车闸，不急拐弯，拐弯的角度也应尽量大些。

6、雨雪天气，道路泥泞湿滑，骑车要精力更加集中，随时准备应付突发情况，骑行的速度要比正常时慢些才好。乘坐机动车应该注意什么? 汽车是人们最常用的交通工具，为保证乘坐安全，应注意以下几点：

1、乘坐公共汽车，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。不要乘坐超载车辆。

2、不要把汽油、爆竹等易燃易爆的危险品带入车内。

3、乘车时不要把头、手、胳膊伸出车窗外，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．乘坐小轿车、微型客车时，在前排乘坐时应系好安全带。不能乘坐无牌照及报废车辆。尽量不乘坐摩托车，如交通不便，只能坐摩托车的，乘坐时一定要戴头盔。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。

用电安全常识

1、不要用湿手或赤脚时接触开关、茶座、插头和各种电器电源接口。不要用湿布抹照明用具和电器设备。

2、操作电器、开关时最好用右手。

3、移动电器设备时必须切断电源。

4、每一件电器设备单独只用一个插座，不要若干电器设备 共用一个多用插座，以免互相影响产生一些意想不到的危害。

5、发现电器设备冒烟或闻到以为是要迅速切断电源进行检查。

6、通常情况下，电气设备使用完毕要及时切断电源。

7、发现破损电线要及时更换或用绝缘胶布扎好，禁止用普通医用胶布或药膏片包扎。

8、严禁攀登电杆、变压器等。

9、严禁私自开启公共变配电室和居民楼内开棺箱，以免发生事故。

10、在户外，如发现电线断线、落地线，不要靠近，并应就近及时报告电力部门处理。

11、在使用家电产品时，最好注意下面几件事： ⑴ 先阅读使用说明书，尤其要读懂注意事项。

⑵ 弄清所有按扭的用处及具体操作程序再接通电源。⑶ 有些电器（如电熨斗）不能远离，以免引起火灾。⑷ 手脚和身体湿的时候不摸电器。

⑸ 电器使用完毕，要关闭总开关，切断电源。⑹ 雷雨天，有些电器不宜使用。

饮食卫生常识

在日常生活中，人们常有一些不卫生的饮食习惯和行为，但很多人对此尚未重视起来，这对身体健康十分不利。“病从口入”这句话讲的就是这个道理，要注意：

1、养成吃东西以前洗手的习惯。人的双手每天干这干那，接触各种各样的东西。会沾染病菌、病毒和寄生虫卵。吃东西以前认真用肥皂洗净双手，才能减少“病从口入”的可能。

2、生吃瓜果要洗净。瓜果蔬菜在生长过程中不仅会沾染病菌、病毒、寄生虫卵，还有残留的农药、杀虫剂等，如果不清洗干净，不仅可能染上疾病，还可能造成农药中毒。

3、不随便吃野菜、野果。野菜、野果的种类很多，其中有的含有对人体有害的毒素，缺乏经验的人很难辨别清楚，只有不随便吃野菜、野果，才能避免中毒，确保安全。

4、不吃腐烂变质的食物。食物腐烂变质，就会味道变酸、变苦；散发出异味儿，这是因为细菌大量繁殖引起的，吃了这些食物会造成食物中毒。

5、不随意购买、食用街头小摊贩出售的劣质食品、饮料。这些劣质食品、饮料往往卫生质量不合格，食用、饮用会危害健康。

6、不喝生水。水是否干净，仅凭肉眼很难分清，清澈透明的水也可能含有病菌、病毒，喝开水最安全

防火常识

校园防火安全，事关大学生的人身、财物安全，事关学校事业的发展。维护校园安全，离不开大学生的主动关心和积极参与。为了使同学们学会和使用恰当的方式防范校园内可能出现的各种防火安全问题，我们根据以有积累的经验，编摘了有关维护校园安全，确保大学生人身、财物安全的有关小常识，供大家借鉴。

1、如何防止火灾的发生？

防止火灾发生的关键，是做好火灾的预防工作。同学们只要认真贯彻消防法规，自觉遵守消防安全管理规定，就能有效预防火灾的发生。

（１）学生宿舍防火。在宿舍，同学应自觉遵守宿舍安全管理规定，做到不乱拉乱接电线；不使用电炉、电热杯、热得快、电饭煲等电器；使用台灯、充电器、电脑等电器要注意发热部位的散热；室内无人时，应关掉电器的电源开关；不点蜡烛，不在宿舍使用明火和焚烧物品。

（２）教室、实验室、的防火。在实验室工作或学习时，一定要严格遵守各项安全管理规定、安全操作规程和有关制度。使用仪器设备前，应认真检查电源、管线、火源、辅助仪器设备等情况，使用完毕应认真进行清理，关闭电源、火源、气源、水源等，还应清除杂物和垃圾。尤其是使用易燃易爆危险品时，更要认真执行防火安全规定。中途离开实验室时，应切断电源。

（３）体育馆、报告厅、食堂的防火。要遵守消防安全制度，做到不携带易燃易爆品，如汽油、酒精等；应保持安全通道的畅通。

（４）山林草坪防火。严禁到山林、草坪玩火。一旦发现山林起火，要立即报告，学生切不可参与山林扑火。

2、初起火灾如何报警及扑救？

发生火灾必须立即报警。报警时，要讲清发生火灾的单位名称、地址，尽最大可能说清着火部位、着火物质、火情大小、报警人姓名、联系电话等要素。如向公安消防“119”火警台报警，则必须派人在校门口或关键路口迎候消防车并带至火灾现场。在报警的同时，可在物管人员或保卫人员的带领下，就近使用灭火器或开启消防栓进行灭火。如火势较难控制时，除继续千方百计设法扑救外，还应高度重视自身的安全防护。

3、当您遇到火灾时如何逃生？

如果您在公寓、教室、餐厅、娱乐场所被突发的火灾所困时，应设法在确保安全的前提下进行自救逃生。火势不大时要当机立断披上浸湿的衣服或裹上湿毛毯、湿被褥勇敢地冲出去，但千万不要披塑料雨衣。在浓烟中避难逃生，要尽量放低身体，并用湿毛巾捂住嘴鼻。不要盲目跳楼，可用绳子或把床单撕成条状连起来，紧栓在门窗档和重物上，顺势滑下。当被大火围困又没有其他办法可自救时，可用手电筒（夜间）、醒目物品不停地发出呼救信号，以便消防队员及时发现，组织营救。呼救，也是一种主要的解救办法。

游泳和防溺水安全常识

1、如何防溺水

游泳，是广大青少年喜爱的体育锻炼项目之一。然而，不做好准备、缺少安全防范意识，遇到意外时慌张、不能沉着自救，极易发生溺水伤亡事故。为了确保游泳安全．，防止溺水事故的发生，必须做到以下几点：

（1）不要独自一人外出游泳，更不要到不识底和不知水情或比较危险且易发生溺水伤亡事故的地方去游泳。选择好的游泳场所，对场所的环境，如该水库、浴场是否卫生，水下是否平坦，有无暗礁、暗流、杂草，水域的深浅等情况要了解清楚。

（2）必须要有组织并在老师或熟悉水性的大人的管带之下去游泳，以便互相照顾。如果集体组织外出游泳，下水前后都要清点人数、并指定救生员做安全保护。

（3）要清楚自己的身体健康状况，平时四肢就容易抽筋者不宜参加游泳或不要到深水区游泳。要做好下水前的准备，先活动活动身体，如水温太低应先在浅水处用水淋洗身体，待适应水温后再下水游泳；镶有假牙的同学，应将假牙取下，以防呛水时假牙落入食管或气管。

（4）对自己的水性要有自知之明，下水后不能逞能，不要贸然跳水和潜泳，更不能互相打闹，以免喝水和溺水。不要在急流和漩涡处游泳，更不要酒后游泳。

（5）在游泳中如果突然觉得身体不舒服，如眩晕、恶心、心慌、气短等，要立即上岸休息或呼救。

（6）在游泳中，若小腿或脚部抽筋，千万不要惊慌，可用力蹬腿或做跳跃动作，或用力按摩、拉扯抽筋部位，同时呼叫同伴救助。

（7）在游泳中遇到溺水事故时，现场急救刻不容缓，心肺复苏最为重要。将溺水者救上岸后，要立即清除口腔、鼻咽腔的呕吐物和泥沙等杂物，保持呼吸通畅；应将其舌头拉出，以免后翻堵塞呼吸道；将溺水者的腹部垫高，使胸及头部下垂，或抱其双腿将腹部放在急救者肩部，做走动或跳动“倒水”动作。恢复溺水者呼吸是急救成败的关键，应立即进行人工呼吸，可采取口对口或口对鼻的人工呼吸方式，在急救的同时应迅速送往医院救治。

（8）不要到河流或池塘边追逐玩耍。禁止中小学生到河道、水库电鱼、炸鱼、摸螺蛳。

2、游泳安全要点

（1）下水时切勿太饿、太饱。饭后一小时才能下水，以免抽筋。（2）下水前试试水温，若水太冷，就不要下水。

（3）若在江、河、湖、海游泳，则必须有大人相伴，不可单独游泳。

（4）下水前观察游泳处的环境，若有危险警告，则不能在此游泳。

（5）不要在地理环境不清楚的峡谷游泳。这些地方的水深浅不一，而且凉，水中

可能有伤人的障碍物，很不安全。

（6）跳水前一定要确保此处水深至少有3米，并且水下没有杂草、岩石或其他障碍物，以脚先入水较为安全。

3、在游泳池游泳安全常识

（1）池边不可奔跑或追逐，以免滑倒受伤。

（2）池边不可任意推人下水，以免撞到他人或撞到池边受伤。（3）池边严禁跳水，避免因水浅而造成颈椎受伤而终生瘫痪。（4）戏水时，不可将他人压入水中不放，以免因呛水而窒息。（5）水中活动时，感有寒意或有抽筋前兆时，应立即登岸休息。

（6）若发现有人溺水，应立刻发出“有人溺水”的呼救或打110请求支持，如果自己没有学过水上救生，切不可贸然下水施救。

（7）若在水中发现自己体力不足，无法游回池边时，应立即举手求救，或大声喊叫“救命”等待救援。

4、游泳安全的基本知识

（1）单身一个人不能外出游泳。没有同伴相陪的情况下单身一个人去游泳，最容易出问题。学生游泳应该有家长或成年人陪同，否则，禁止外出游泳。

（2）身体患病者不要去游泳。中耳炎、心脏病等慢性疾病患者、及感冒、发热、精神疲倦、身体无力者都不能去游泳。

（3）参加高强度体力劳动或剧烈运动后，不能立即跳进水中游泳，尤其是在满身大汗，浑身发热的情况下，更不可以立即下水，否则极易引起抽筋。

（4）被污染了的河流、水库、有急流处、两条河流汇合处以及落差较大的河流湖泊，均不宜游泳，一般来说，凡是水况不明的江河湖泊、山塘水库都不宜游泳。

（5）恶劣天气如雷雨、刮风、天气突变等情况下，也不宜游泳。

5、游泳、戏水注意事项

●在亲近溪流之前一定要预先征得家人的同意，同时要结伴以便互相照顾。●设有『禁止游泳或水深危险』等警告标语处，千万不可下水戏水。●切勿到不明地形的水域、溪流、湖泊游泳、戏水，以免发生危险。

●身心情况欠佳时，如疲倦、饱食、饥饿、生病、情绪不好以及酗酒后均不宜戏水。●不明溪流地形或水深处均不宜跳水。

●潜水技术欠佳者，不可贸然潜入深水，以免造成生命危险。●从事任何水上活动时均应穿上救生衣，以确保安全。●不要穿牛仔裤或长裤下水。

●如果看见有人溺水，要大声呼救。未掌握熟练救生技术者，不要妄自赴救。●河溪因山高水急，河底坡度大，经常出现暗流漩涡。如果不谙水底状况，贸然下水或无视偌大水域隐藏的种种危险，恣意弄潮戏水，很可能要付出极大的代价。

自身防范须知

1、逛街购物时，要注意不要将包背在身后。试衣时，一定要将包交给同伴照管，或随时将包握在手中。在酒楼饭店用餐时，不要将衣服、提包等随意放在椅子背上，要将物品放在自己能照看得了的地方。如果在街上不小心被人撞了一下，要及时查看钱物。不要吃陌生人给的东西和私自跟陌生人走，迷路走失或被人拐骗可打“１１０”和向民警求助。遇到有陌生人向您套近乎，送您饮料或请您吃饭时，要婉言谢绝，警惕其中有麻醉药物，以防麻醉后被抢劫、拐骗或其他伤害。在公共场所要遵守公共秩序，莫挤拥、莫起哄，注意安全。遇到争吵、斗殴事件和赌博及变相赌博行为，不要围观、哄闹、参与，请适时报警。

2、乘坐公共车备好零钱包放胸前最安全。乘坐公共汽车时，上车前准备好购票零钱，以防在车上掏钱时暴露放钱的地方。不要把背包放在身后或把手提包过低地提在手中，把包抱在胸前最安全。在上下车拥挤的人群中，一定要对放钱的地方格外注意。

3、路遇“好事”加以提防 别中骗子圈套陷阱。骗子喜欢在人多热闹的地方行骗。如果遇到有陌生人称可帮你“消灾解难”，或向你推销 “珍贵神药”，或给予好处费邀你兑换外币，或持金砖、金元宝、金佛像、古文物、金银首饰等“宝物”、“珍贵文物”低价出卖，或称路上拾到钱愿意与你平分，或热心帮你购票，或你获得中奖短信奖金等等意外“好处”时，要留神，很有可能是骗子正在施展骗术。谨记便宜莫贪，不义之财不可得，慎防钱财被骗受损。

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