

# 中学放暑假安全教育心得体会 中学生暑假安全教育班会教案篇(实用5篇)

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

## 中学放暑假安全教育心得体会篇一

教学目标：

1、贯彻《自治区教育厅进一步贯彻中小学公共安全教育指导纲要认真开展中小学公共安全教育指导纲要的通知》精神，进一步加强我校学生公共安全教育，培养学生公共安全意识，提高中学生面临突发事件自救自护能力，加强安全防卫意识教育，培养正确的安全防卫心理。最大限度预防安全事故发生和减少安全事件对中学生造成的伤害。

2. 了解生活中和在校期间可能出现的不安全隐患。

2、掌握紧急情况下的逃生策略。

教学要求：知识方面：了解有关知识；明确危害安全的行为。

能力方面：通过学习，时刻提高警惕，自觉做好防范工作。掌握自救方法，提高自护能力。

觉悟方面：认识安全的必要性，树立安全意识；增强安全的责任感。

教学重点：危害安全的行为，及自救措施。

教学方法:讲座

课时:一课时。

教学过程:

一、树立起正确的安全防卫心理,加强安全防卫意识教育,培养正确的安全防卫心理。

1、当前,在中学生中,有一部分学生缺乏正确的安全防卫心理,他们中有人被敲诈,有人被欺负,甚至有人被杀害,此类案件比比皆是,甚至有上升的趋势。因此,对我们中学生加强安全防卫意识教育,培养正确的安全防卫心理非常重要。

“害人之心不可有,防人之心不可无。”材料一:据《报刊文摘》报道:四川某学校的低年级学生张某,从入校常受到高年级男生的敲诈,他自己不敢花零用钱,省下的零用钱“奉献”了哪位“大哥哥”。有一天,该学生被逼急后,偷了同班同学的随身听,被老师查出后,才说出了偷窃的原因,此案令人震惊。材料二:据《羊子晚报》报道,重庆某中学生,由于上网吧,在网吧里结实了一位社会青年,该青年常以向家长、向老师通报他上网吧为由,向该中学生勒索香烟、钱等。后来有一次发展到在路上争吵,该生被社会青年动手毒打,幸好被“110”巡警发现,在家长的强烈要求下,开始了立案侦查。有少数学生被欺负,一直不敢告诉老师和家长,而是请社会青年来“摆平”,终于酿成了流氓斗殴。我校前两个学期在原高一、高二、高三、初三的个别学生中都分别发生过本校学生因打篮球或食堂吃饭发生争执,没及时报告老师妥善处理,而采取欺骗老师请社会青年和我校体招生帮忙,使用禁止带入学校的管制刀具打架斗殴,致使学生受伤,造成严重的恶果。给学校、家庭带来了很大的负面影响。

(一)、管制刀具包括如下:

(1)匕首、三棱刀、三棱刮刀、半圆刮刀、侵刀、扒皮刀、羊

骨刀、猎刀、弹簧刀；

(4) 少数民族用的藏刀、腰刀、靴刀；

(5) 其它可能危害社会治安的刀具；

(二)、学生处要求如下:坚决禁止学生携带管制刀具，易燃、易爆等危险物品到学校及宿舍中。

对违反安全规定，擅自携带管制刀具及危险物品及时予以没收，

视情节轻重给予相关警告和处理。

对多次违反学校安全规定的住校生屡教不改者，按学校有关安

全规定给予行政处分并予以退宿。

采取的应对措施:第一、要学法、守法、懂法、用法。

第二，要有及时报告的意识。特别是个子矮小，体力单薄的学生遇欺时，要及时报告家长、老师，请求其出面解决。

第三、要有机警的报警意识，即遇危急时临危不惧，寻找脱身之遇，求助于警方帮助。

第四、要谨慎交友。

二、紧急情况下的逃生策略

1976年7月28日凌晨3时49分56秒，唐山市发生7.8级强烈地震，有24.24万人死亡，重伤16万，轻伤36万。

2月15日中午11时20分，吉林省吉林市中百商厦发生特大火灾，

造成54人死亡，70人受伤。

5月12日，四川省汶川等地发生8.0级地震，造成重大人员伤亡，截止6月29日已造成69188人遇难。

一条条触目惊心的报道，有多少人无端的丧命于这些自然的或人为的灾害!我们不能说只要掌握了相关的知识就万无一失，一点危险都没有，但是起码能够将危害减少的最低限度。

(一)地震地震，群灾之首。强烈的破坏性地震瞬间将房屋、桥梁、水坝等建筑物摧毁，直接给人类造成巨大的灾难，还会诱发水灾、火灾、海啸、有毒物质及放射性物质泄漏等次生灾害。

前兆:强烈地震发生前，人们常可观察到一些自然界的反常现象，这就是地震前兆。比如，地声、地光、井水异常(水突然变浑或突升突降)，一些动物比人类敏感，如猫狗发疯般的乱咬狂叫，老鼠成群结队的搬家，鸡到处飞，猪、羊等大牲畜乱跑乱窜等等。

发生地震时:(1)从人感觉振动到建筑物被破坏大约只有12秒钟，如果你住的是平房，那么你可以迅速跑到门外。如果你住的是楼房，跑已经来不及了，千万不要跳楼，应立即切断电闸，关掉煤气，暂避到厨房，洗手间等跨度小的地方，或是桌子，柜子，床铺等下面，震后迅速撤离，以防强余震。

(2)如遇到地震，最忌慌乱，应立即躲在课桌，椅子或坚固物品下面，待地震过后再有序地撤离。(具体参见学校教学楼、宿舍楼紧急疏散预案)

(3)如在街道上遇到地震，应用手护住头部，迅速远离楼房，到街心一带。如在郊外遇到地震，要注意远离山崖，陡坡，河岸及高压线等。

震后:震后不幸被废墟埋压, 要尽量保持冷静, 设法自救。无法脱险时, 要保存体力, 尽力寻找水和食物, 创造生存条件, 耐心等待救援。

(二)火灾水火无情, 人所共知。来自世界卫生组织的统计说, 近5年来, 全世界平均每年有2070多万人在大火中丧生, 受伤的就更难以计数了。

在面对大火肆虐的危急时刻, 必须坚持“三要”、“三救”、“三不”的原则, 才能够化险为夷, 绝处逢生。

### 1. “三要” (1) “要”熟悉自己住所的环境

平时要多注意观察, 做到对住所的楼梯、通道、大门、紧急疏散出口等了如指掌, 对有没有平台、天窗、临时避难层(间)胸中有数。

#### (2) “要”遇事保持沉着冷静

面对熊熊大火, 只有保持沉着和冷静, 才能采取迅速果断的措施, 保护自身和别人的安全。有的人因为乱了方寸, 出现错误的行动, 结果延误了逃生的宝贵时间。例如, 只知道推门, 而不会用力去拉门;错把墙壁当作门, 用力猛敲;甚至不管三七二十一, 盲目跳楼……在开门之前要先摸摸门, 如果门发热或烟雾已从门缝中渗透进来, 就不能开门, 准备走第二条路线。即使门不热, 也只能小心地打开一点点并迅速通过, 随后立即把门重新关上。因为门大开时会跑进氧气, 这样一来, 即使是快要闷熄的火也会骤然燃烧起来。

#### (3) “要”警惕烟毒的侵害

在火灾中, 最大的“杀手”并非大火本身, 而是在焚烧时所产生的大量有毒烟雾, 其主要成分为一氧化碳, 另外还有氰化氢、氯化氢、二氧化硫等。消防专家的研究表明, 空气中

的一氧化碳含量为1%时，人呼吸数次后就会昏迷过去，一二分钟便可引起死亡。专家建议，用湿毛巾将鼻子和嘴捂住，尽快地撤离火场。如果火势过大过猛烈，出口通道被浓烟堵住，且没有其他路线可走，可用湿棉被做掩护，贴近地面的“安全带”，匍匐通过浓烟密布的走廊和房间。绝对不能以身体站直的姿势去跑。因为冷热空气是对流的，有毒烟气飘浮在房屋空间的上部，而贴近地面的地方会跑进一些新鲜空气供人呼吸。站着跑很有可能无法呼吸，窒息而死。如果自己的衣裤着火，应该脱掉，或在地上打滚，将火弄灭。若有人惊惶而逃时衣裤带火，应将其按倒在地打滚，直至火熄。

## 2. “三救” (1) 选择逃生通道自“救”

发生火灾时，利用烟气不浓或大火尚未烧着的楼梯、疏散通道、敞开式楼梯逃生，是最理想的选择。如果能顺利到达失火楼层以下，就算基本脱险了。

### (2) 结绳下滑“自救”

在遇上过道或楼梯已经被大火或有毒烟雾封锁后，该怎么办呢？应该及时利用绳子（或者把窗帘、床单撕扯成较粗的长条结成的长带子），将其一端牢牢地系在自来水管或暖气管等能负载体重的物体上，另一端从窗口下垂至地面或较低楼层的阳台处等。然后自己沿着绳子下滑，逃离火场。

### (3) 向外界求“救”

倘若自己被大火封锁在楼内，一切逃生之路都已切断，那就得暂时退到房内，关闭通向火区的门窗。呆在房间里，并不是消极地坐以待毙。可向门窗浇水，以减缓火势的蔓延；与此同时，通过窗口向下面呼喊、招手、打亮手电筒、抛掷物品等，发出求救信号，等待消防队员的救援。总之，不要因冲动而做出不利于逃生的事。

## 3. “三不” (1) “不”乘普通电梯

## (2) “不” 轻易跳楼

跳楼求生的风险极大，弄不好往往不是死就是伤，不可轻取。即使在万般无奈之际出此下策，也要讲究方法。首先，应该向楼下抛掷棉被或床垫，以便身体着落时不直接与硬的水泥或者石头路面相撞，减少受伤的可能性；然后双手抓住窗沿，身体下垂，双脚落地跳下，缩小与地面的落差。

## (3) “不” 贪恋财物

火灾来势极快，10分钟后便可进入猛烈的阶段。因此，消防专家警告，遇上火灾时，必须迅速疏散逃生，千万别为穿衣或寻找贵重物品而浪费时间，因为任何珍宝都比不上生命更为珍贵。更不要在已经逃离火场后，为了财物而重返火口，到头来只能是人财两空，自取灭亡。(三)雷电夏季，经常会有雷雨大风，应该预防雷电袭击。

1. 在空旷田野上，不要使自己成为尖端，也就是说，要尽量降低自身高度，不应该把铁锹、锄头、高尔夫球棍等带有金属的物体扛在肩上高过头顶。

2. 在市郊地区，最好躲入一栋装有金属门窗或设有避雷针的建筑物内，也可躲进有金属车身的汽车内。

3. 在稠密树林中，最好找一块林中空地，双脚并拢蹲下；在大树下躲雷雨是极不安全的。此外，不要在高楼烟囱下、地势高的山丘处停留，以防不测。

4. 在山间旅游，如路遇山洞也可进入避雷。

5. 打雷时，最好不要到湖泊、江河，海滩等处钓鱼和划船，也不要游泳。

6. 打雷时，在平坦的开阔地带，最好不要骑马、骑自行车、

驾驶摩托车或开拖拉机。

7. 打雷时，在室内相对比较安全，但要紧闭门窗，防止危险的侧击雷和球形闪电侵入。

### 三、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，要有组织、有秩序地列队行走。

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) 穿越马路时，要遵守交通规则，做到“绿灯行，红灯停”。

2、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。

### 四、家居安全

同学们生活在幸福、温暖的家庭里，受到父母和家人的关心、爱护，似乎并不存在什么危险。但是，家庭生活中仍然有许多事情需要备加注意和小心对待，否则很容易发生危险，酿成事故。下面就谈谈家居安全要注意什么：

#### 1、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。

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) 使用中如果发现电器有冒烟、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。

## 2、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警。

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。

## 3、知道了游泳时要注意安全

1、游泳需要经过体格检查。

2、要慎重选择游泳场所。

3、下水前要做准备运动。

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。

## 五、食品安全

## 六、校园活动的安全

- 1、在走廊里和上下楼梯时不能推搡打闹，以免误伤同学。
- 2、在劳动和冬季扫雪时正确使用工具，以免误伤自己。
- 3、上体育课严格按老师要求练习，正确使用体育器械，在健身器上运动时，也要注意安全。

## 七、保持心理健康与身体健康

- 1、有基本的医疗保健知识，和对常见传染病的预防保健知识，可以查阅相关资料，我校将在今后逐步给同学们上这些课程。
- 2、按时打防疫针。
- 3、加强体育锻炼，提高肌体免疫力。
- 4、自觉抵制不良生活习惯，拒绝毒品诱惑。
- 5、保持健康的心理，乐观向上。

## 中学放暑假安全教育心得体会篇二

### (一)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：

- 1.不玩火。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.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、消防沙箱等消防设施，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) 在家中如何注意防火？

家庭中的火灾常由用火不慎和使用电器不当引起，同学们要注意：

1. 使用火炉取暖，火炉的安置应与易燃的木质家具等保持安全距离，在农村，则要远离柴草。
2. 烘烤衣物要有人看管，人不能长时间离开。
3. 火炉旁不要存放易燃物品。
4. 生火时，不要使用煤油、汽油助燃，以防猛烈燃烧发生火灾。
5. 掏出的未熄灭的炉灰、煤渣要倒在安全的地方，以防引起别的物体燃烧起火。
6. 使用家用电器要符合安全要求，不乱拆卸，以免造成安全性能下降，引发火灾。
7. 使用发热的电器(如电熨斗)要小心，不可使其引燃易燃物品。
8. 电器使用完毕或人离开时，要及时关闭电源，以防电器过热而发生危险。
9. 使用煤气器具要防止煤气泄露，使用完毕应关闭气源。
10. 煤气罐应远离火源使用；要定期检查，确保煤气设施及用

具完好。

### (三)发生火灾应如何报警?

如果发现火灾发生，最重要的是报警，这样才能及时扑救，控制火势，减轻火灾造成损失。

1. 火警电话的号码是119。这个号码应当牢记，在全国任何地区，向公安消防部门报告火警的电话号码都是一样的。
2. 发现火灾，可以打电话直接报警。家中没有电话的，要尽快使用邻居、电话亭或者附近单位的电话报警。
3. 报火警时，要向消防部门讲清着火的单位或地点，引起火灾的原因及附近明显目标一并报出，以利抢救。还要讲清是什么物品着火，火势怎样。
4. 报警以后，最好安排人员到附近的路口等候消防车，指引通往火场的道路。
5. 不能随意拨打火警电话，假报火警是扰乱社会公共秩序的违法行为。
6. 在没有电话的情况下，应大声呼喊或采取其他方法引起邻居、行人注意，协助灭火或报警。

### (四)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。

(五)睡梦中被浓烟呛醒，如何逃生？

1. 切勿惊慌，第一件事情是观察哪里可以逃生。一瞬间可决定生死。
2. 湿毛巾掩住口和鼻，压低姿势，沿地面爬行(距地面20公分以内残留着空气)。
3. 人站在窗边，以窗帘或床单撕裂成条用水浸湿并连接，或沿水管、广告牌、电线杆爬行而下(楼层过高不可)或至室外安全梯逃生。
4. 通过火焰之时，应将所穿衣服用水浸湿或以棉被、毛毯等浸湿后裹住身体迅速冲出。
5. 夜间火警应通知楼上熟睡的人逃生，勿仅顾自己扑救或逃生。
6. 烟的上升速度远比上楼梯来得快，故火警时应迅速向地面逃生。

7. 当用手摸门已感到烫手时，一旦开门火焰与浓烟势必扑面而来。此时，首先要关紧迎火的门窗，打开背火的门窗。用湿毛巾、湿布塞住门缝，或用水浸湿棉被，蒙上门窗，然后不停用水淋透房间，防止烟火渗入，固守房间，等待救援人员到达。

8. 被烟火围困时，应尽量呆在阳台、窗口等易被人发现和能避免烟火近身的地方。在白天可向窗外晃动鲜艳的衣物等，在晚上可用手电筒不停地在窗口闪动和敲击东西，及时发出有效求救信号。在被烟气窒息失去自救能力时，应努力滚到墙边或门边，以便于消防人员寻找、营救，也可防止房屋塌落时不砸伤自己。

9. 火场上如果发现自己身上着火了，惊跑和用手拍打只会形成风势，加速氧气补充，促进火势。正确的做法是赶紧脱掉衣服或就地打滚，压灭火苗。能及时跳到水里或让人往身上浇水就更有效。

10. 不可跳楼，以免产生坠楼伤亡。

#### (六) 外出遇到火灾注意事项

1. 乘坐火车或汽车遇火灾时，应待车停稳后迅速找安全出口或打破窗户逃生，车未停稳不可冒险跳车，以免导致重伤或伤亡。并及时利用车上所配灭火器将火扑灭。

2. 投宿饭店、旅社时应先观察安全门、梯及各种防火设施位置与逃生方向。

#### (七) 发生火灾时应注意的事项

1. 切忌慌乱，判断火势来源，采取与火源相反方向逃生。

2. 切勿使用升降设备(电梯)逃生。

3. 切勿返入屋内取回贵重物品。

4. 夜间发生火灾时，应先叫醒熟睡的人，不要只顾自己逃生，并且尽量大声喊叫，以提醒其他人逃生。

### (八) 火灾逃生中的错误行为

——原路脱险。这是人们最常见的火灾逃生行为模式。因为大多数建筑物内部的平面布置、道路出口一般不为人们所熟悉，一旦发生火灾时，人们总是习惯沿着进来的出入口和楼道进行逃生，当发现此路被封死时，才被迫去找其他出入口。殊不知，此时已失去最佳逃生时间。因此，当我们进入一个新的大楼或宾馆时，一定要对周围的环境和出入口进行必要的了解与熟悉。多想万一，以备不测。

——向光朝亮。这是在紧急危险情况下，由于人的本能、生理、心理所决定，人们总是向着有光、明亮的方向逃生。光和亮就意味着生存的希望，它能为逃生者指明方向道路、避免瞎摸乱撞而更易逃生。而这时的火场中，90%的可能是电源已被切断或已造成短路、跳闸等，光和亮之地正是火魔肆无忌惮地逞威之处。

——盲目追随。当人的生命突然面临危险状态时，极易因惊惶而失去正常的判断思维能力，当听到或看到有什么人在前面跑动时，第一反应就是盲目地紧紧地追随其后。常见的盲目追随行为模式有跳窗、跳楼、逃(躲)进厕所、浴室、门角等。只要前面有人带头，追随者也会毫不犹豫地跟随其后。克服盲目追随的方法是平时要多了解与掌握一定的消防自救与逃生知识，避免事到临头没有主见而随波逐流。

——自高向下。俗话说：人往高处走，火焰向上飘。当高楼大厦发生火灾，特别是高层建筑一旦失火，人们总是习惯性地认为：火是从下面往上着的，越高越危险，越下越安全，只有尽快逃到一层，跑出室外，才有生的希望。殊不知，这

时的下层可能是一片火海，盲目地朝楼下逃生，岂不是自投火海吗？随着消防装备现代化的不断提高，在发生火灾时，有条件的可登上房顶或在房间内采取有效的防烟、防火措施后等待救援，这也不失为明智之举。

——冒险跳楼。人们在开始发现火灾时，会立即作出第一反应。这时的反应大多还是比较理智的分析与判断。但是当选择的路线逃生失败后，人们发现判断失误而逃生之路又被大火封死，这时火势愈来愈大，烟雾愈来愈浓时，人们就很容易失去理智。此时的人们也不要跳楼、跳窗等，而应另谋生路，万万不可盲目采取冒险行为，以避免未入火海而先下地狱。

### (九) 火场逃生十三诀

每个人都在祈求平安。但天有不测风云，人有旦夕祸福。一旦火灾降临，在浓烟毒气和烈焰包围下，不少人葬身火海，也有人死里逃生幸免于难。“只有绝望的人，没有绝望的处境。”面对滚滚浓烟和熊熊烈焰，只要冷静机智运用火场自救与逃生知识，就有极大可能拯救自己。因此，掌握多一些火场自救的要诀，困境中也许就能获得第二次生命。

第一诀：逃生预演，临危不乱。

每个人对自己工作、学习或居住所在的建筑物的结构及逃生路径要做到了然于胸，必要时可集中组织应急逃生预演，使大家熟悉建筑物内的消防设施及自救逃生的方法。这样，火灾发生时，就不会觉得走投无路了。

请记住：事前预演，将会事半功倍。

第二诀：熟悉环境，暗记出口。

当你处在陌生的环境时，如入住酒店、商场购物、进入娱乐

场所时，为了自身安全，务必留心疏散通道、安全出口及楼梯方位等，以便关键时候能尽快逃离现场。

请记住：在安全无事时，一定要居安思危，给自己预留一条通路。

第三诀：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，以便紧急时能安全迅速地通过。

请记住：自断后路，必死无疑。

第四诀：扑灭小火，惠及他人。

当发生火灾时，如果发现火势并不大，且尚未对人造成很大威胁时，当周围有足够的消防器材，如灭火器、消防栓等，应奋力将小火控制、扑灭；千万不要惊慌失措地乱叫乱窜，置小火于不顾而酿成大灾。

请记住：争分夺秒扑灭“初期火灾”。

第五诀：保持镇静，明辨方向，迅速撤离。

突遇火灾，面对浓烟和烈火，首先要强令自己保持镇静，迅速判断危险地点和安全地点，决定逃生的办法，尽快撤离险地。千万不要盲目地跟从人流和相互拥挤、乱冲乱窜。撤离时要注意，朝明亮处或外面空旷地方跑，要尽量往楼层下面跑，若通道已被烟火封阻，则应背向烟火方向离开，通过阳台、气窗、天台等往室外逃生。

请记住：人只有沉着镇静，才能想出好办法。

第六诀：不入险地，不贪财物。

在火场中，人的生命是最重要的。身处险境，应尽快撤离，不要因害羞或顾及贵重物品，而把宝贵的逃生时间浪费在穿衣或寻找、搬离贵重物品上。已经逃离险境的人员，切莫重返险地，自投罗网。

请记住：留得青山在，不怕没柴烧。

第七诀：简易防护，蒙鼻匍匐。

逃生时经过充满烟雾的路线，要防止烟雾中毒、预防窒息。为了防止火场浓烟呛入，可采用毛巾、口罩蒙鼻，匍匐撤离的办法。烟气较空气轻而飘于上部，贴近地面撤离是避免烟气吸入、滤去毒气的最佳方法。穿过烟火封锁区，应配戴防毒面具、头盔、阻燃隔热服等护具，如果没有这些护具，那么可向头部、身上浇冷水或用湿毛巾、湿棉被、湿毯子等将头、身裹好，再冲出去。

请记住：多件防护工具在手，总比赤手空拳好。

第八诀：善用通道，莫入电梯。

按规范标准设计建造的建筑物，都会有两条以上逃生楼梯、通道或安全出口。发生火灾时，要根据情况选择进入相对较为安全的楼梯通道。除可以利用楼梯外，还可以利用建筑物的阳台、窗台、天面屋顶等攀到周围的安全地点，另外沿着落水管、避雷线等建筑结构中的凸出物滑下楼也可脱险。在高层建筑中，电梯的供电系统在火灾时随时会断电或因热的作用造成电梯变形而使人被困在电梯内，同时由于电梯井犹如贯通的烟囱般直通各楼层，巨毒的烟雾直接威胁被困人员的生命，因此，千万不要乘普通的电梯逃生。

请记住：逃生的时候，乘电梯极危险。

第九诀：缓降逃生，滑绳自救。

高层、多层公共建筑内一般都设高空缓降器或救生绳，人员可以通过这些设施安全地离开危险的楼层。如果没有这些专门设施，而安全通道又已被堵，救援人员不能及时赶到的情况下，你可以迅速利用身边的绳索或床单、窗帘、衣服等自制简易救生绳，并用水打湿它们，并从窗台或阳台沿绳缓滑到下面楼层或地面；安全逃生。

请记住：胆大心细，救命绳就在身边。

第十诀：避难场所，固守待援。

假如用手摸房门已感到烫手，此时一旦开门，火焰与浓烟势必迎面扑来。当逃生通道被切断且短时间内无人救援时，可采取创造避难场所、固守待援的办法。首先应关紧迎火的门窗，打开背火的门窗，用湿毛巾塞堵门缝或用水浸湿棉被蒙上门窗然后不停用水淋透房间，防止烟火渗入，固守在房内，直到救援人员到达。

请记住：坚盾何惧利矛？

第十一诀：缓晃轻抛，寻求援助。

被烟火围困暂时无法逃离的人员，应尽量呆在阳台、窗口等易于被人发现和能避免烟火近身的地方。在白天，可以向窗外晃动鲜艳衣物，或外抛轻型晃眼的东西；在晚上即可以用手电筒不停地在窗口闪动或者敲击东西，及时发出有效的求救信号，引起救援者的注意。因为消防人员进入室内都是沿墙壁摸索行进所以在被烟气窒息失去自救能力时，应努力滚到墙边或门边，便于消防人员寻找、营救；此外，滚到墙边也可防止房屋结构塌落砸伤自己。

请记住：充分暴露自己，才能争取有效拯救自己。

第十二诀：火已及身，切勿惊跑。

火场上的人如果发现身上着了火，千万不可惊跑或用手拍打，因为奔跑或拍打时会形成风势，加速氧气的补充，促旺火势。当身上衣服着火时，应赶紧设法脱掉衣服或就地打滚，压灭火苗；能及时跳进水中或让人向身上浇水、喷灭火剂就更有效了。

请记住：就地打滚虽狼狈，烈火焚身可免除。

第十三诀：跳楼有术，虽损求生。

身处火灾烟气中的人，精神上往往陷于极端恐怖和接近崩溃的状态。惊慌的心理极易导致不顾一切的伤害性行为如跳楼逃生。应该注意的是：只有消防队员准备好救生气垫并指挥跳楼时或楼层不高(一般4层以下)，非跳楼即烧死的情况下，才可以采取跳楼的方法。即使已没有任何退路，若生命还未受到严重威胁，也要冷静地等待消防人员的救援。跳楼也要讲技巧，跳楼时应尽量往救生气垫中部跳或选择有水池、软雨篷、草地的方向跳；如有可能，要尽量抱些棉被、沙发垫等松软物品或打开大雨伞跳下，以减缓冲击力。如果徒手跳楼一定要扒窗台或阳台使身体自然下垂跳下，以尽量降低垂直距离，落地前要双手抱紧头部身体弯曲卷成一团，以减少伤害。跳楼虽可求生，但会对身体造成一定的伤害，所以要慎之又慎。

请记住：跳楼不等于自杀，关键是要有办法。

## 中学放暑假安全教育心得体会篇三

使学生学习安全知识，增强安全意识。认识到生命的可贵性，珍爱生命，健康成长。

初二(7)班全体同学

(一)、谈话引入：

同学们生活在幸福、温暖的家庭里，受到父母和家人的关心、爱护，似乎并不存在什么危险。但是，家庭生活中仍然有许多事情需要备加注意和小心对待，否则很容易发生危险，酿成事故。下面请同学们谈谈家居安全要注意什么：

(同学口答，教师归纳总结)

## 1、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。

- 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) 使用中如发现电器有冒烟、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。

## 2、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警。
- 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。

## (二)、游泳时要注意安全

首先，惨痛的教训告诉我们，绝对不能私自下河游泳!如要游

泳，一定在大人的带领下进行，同时要做到以下几点：

- 1、游泳需要经过体格检查。
  - 2、要慎重选择游泳场所。
  - 3、下水前要做准备运动。
  - 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
- 2017年初中生暑期安全教育主题班会教案  
2017年初中生暑期安全教育主题班会教案。

### (三)、交通安全

交通安全：全国平均每天发生交通事故1600起,死亡257人,受伤1147人,直接经济损失731万。真是令人痛心。针对我校位于城镇地段，存在着交通隐患。提醒学生们要特别注意交通安全，上放学时一定要遵守交通规则，过马路时要提高警惕，注意来往的车辆。及时消除交通隐患。

#### 1、行走时怎样注意交通安全

- 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，要有组织、有秩序地列队行走。
- 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)穿越马路时，要遵守交通规则，做到“绿灯行，红灯停”。

(同学们畅所欲言，教师适当提醒、归纳总结)

#### (四)、其他还应注意的安全问题:

1、防盗：保管好个人财务。在放学时要锁好门窗。上(下)学路上要看管好自己的钱财。在家中，对可疑人员来访要提高警惕，加强防范意识，发现盗窃事件即时报警。

3、食品卫生安全：中午一律在校内就餐。在商场购物时一定要检查购买食品是否存有质量问题，对来路不明有卫生问题的食品不要购买，发现有质量问题的食品要及时上报，饮食后如有不适及时就诊。

4、体育运动安全：在体育运动中一定要做好准备活动，听从体育教师的安排和调度，不可私自活动或打闹。老师讲解动作要领时要认真听讲，在做有一定难度的动作时要学会自我保护，加强保护意识。在做器械运动时要检查好器械是否存有安全隐患问题。

#### (五)、发生以下事情应该怎么办?

##### 1、发生火灾怎么办

(1)、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。

(2)、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。

(3)、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。

##### 2、发生交通事故怎么办?

(1)、立即停车。

(2)、及时报案。当时人应及时将事故发生的时间、地点、肇

事车辆及伤亡情况，打电话(交通事故报警电话：122或110)或委托过往车辆、行人向附近的公安机关或执勤民警报案。同时也可向附近的医疗单位、急救中心呼救、求救(医疗急救求助电话：120或110)。

(3)、保护现场。保护现场的原始状态，

(4)、抢救伤者或财物。当确认受伤者的伤情后，能采取紧急抢救措施的应尽最大努力抢救，设法送附近医院抢救治疗。

(5)、做好防火防爆措施。当事人首先应关掉车辆的引擎，消除火警隐患。现场禁止吸烟。如是载有危险物品车辆发生事故，除将此情况报警方及消防人员外，还要做好防范措施。

(6)、协助现场调查取证。当事人必须如实向公安交通管理部门陈述事发经过，不得隐瞒交通事故的真实情况，应积极配合协助警察做好善后处理工作，并听候处理。

(7)、48小时之内向保险公司报案

### 3、发现有人溺水怎么办？

首先，不要贸然下水营救，其次应大声呼唤成年人前来相助。

班会小结：

安全问题关系到每个人、每个家庭

安全无小事，我们要在思想上高度重视安全的重要性。时时处处都要注意安全。

(最后，请同学们谈谈安全的重要性)

今天的《珍爱生命，健康成长》主题班会活动开展得比较成功，我们是21世纪的主任，是祖国的未来，民族的希望。希

望大家在今后的日子里能够时时牢记安全知识，牢固树立安全意识。只有这样，我们才能健康地成长，才能在老师的悉心哺育下一天天长大一天天成熟。

## 中学放暑假安全教育心得体会篇四

教学目标：

1. 通过生活中发生的交通事故案例、学生抢答等形式引起同学们对交通安全的重视。
2. 通过本次班会活动，使同学们了解一些基本的交通规则及交通标志，并逐步形成自觉遵守交通规则的良好行为习惯，珍惜生命，开展“小手牵大手”的活动，从而形成人人遵纪守法的社会风尚。

教学方法：讲授法、讲故事组织学生讨论

时间安排：一节课

课前准备：

1. 让同学们收集有关交通事故方面的新闻。
2. 了解一些基本的交通规则。
3. 了解一些常见的标志。
4. 了解一些交通事例。

教学过程：

(一)班会主题引言：

答案就是交通事故，目前车祸已经成为夺取我们生命的最大

威胁。

## (二) 交通安全事例：

1. 云南文山一辆客车翻下悬崖造成14人死亡：文山州马关县古林箐乡境内发生一起特大车祸，一辆客车侧翻至悬崖下，造成14人死亡。出事车辆上共有20人，事故共造成司机在内的14人死亡，6人幸存。

2. 高速公路上停车遭遇追尾造成两死一伤：2007-12-24日上午10点钟左右，一辆由深圳开往惠州的小轿车，因为对梅观高速路况不熟，错过了转向惠州的路口。就在司机打算把车停下来时，惨剧发生了，一辆解放牌大货车一头撞上了小车的尾部，小车被推出十几米后挤在路边的防洪沟上。事故造成轿车上3名司乘人员2死1伤。

上面介绍的是成人的交通安全事故，那么学生有哪些交通隐患呢？主要有以下几方面：

### 1. 随家长出行惨死于车轮下：

2000年6月6日12时许，江北区鲤鱼池小学学前班学生杨洋，男，6岁。中午放学爷爷接他站在校门口准备过路回家，这时他妈妈站在路对面喊他，杨洋就挣脱爷爷牵他的手，向马路对面跑去，刚跨进马路两三步，就被左边驶来的一辆北京牌吉普车撞倒并从身上碾压过去，当场死亡，他妈妈见此状，猛扑到杨洋的身上，杨洋！杨洋！从那天起，杨洋的妈妈天天来到杨洋被车压死的地方喊杨洋……。

### 2. 上学、放学横穿公路残死于车轮下：

1999年4月7日16时许，渝中区肖家沟中学一年级学生陈卓，女。下午放学回家，在急救中心对面两路口图书馆门前，没走天桥而从人行护栏缺口处进入车行道，并从左边驶过一辆

车的尾部突然横公路，被右边驶向石桥铺方向的一辆9路大客车当场压成“肉饼”，围观群众都流下惋惜的泪水，父亲心疼得当场昏死过去，母亲也瘫倒在交警三队的办公室里。

3. 在公路上追逐玩耍被汽车压死：

4. 乘车扒吊车：

1990年一天下午，21中一名男同学，放学后在大同路乘306路客车时，当车快进站时，他提前扒吊车门被众人拥挤于车轮下碾压致死。

5. 骑自行车、摩托车死于汽车轮下：

1996年3月1日(星期六)下午2时，巴南区道角职业中学学生牟与江，男，17岁。与另一同学各骑自行车从李家沱长江大桥南桥头经杨家坪、大坪、两路口、南坪行至七公里交通学附近，迎面驶来一辆三轮车，因下坡速度快，刹车不好，与三轮摩托车相撞倒地，经抢救无效死亡。

(三) 交通安全材料：

1. 步行安全常识：步行外出时要注意行走在人行道内，在没有人行道的地方要靠路边行走。

2. 骑车安全常识：骑车外出的同学，出行前要先检查一下车辆的铃、闸、锁、牌是否齐全有效，保证没有问题后方可上路。有驾驶证的同学才能骑车。

3. 横过道路时，要选择有人行横道的地方。这是行人享有“先行权”的安全地带。横过道路不走人行横道，随便乱穿，或者在汽车已经临近时急匆匆过道路，都是十分危险的举动。

4. 道路不是游戏场:道路是为了交通的便利而建造的。道路上车辆川流不息。交通十分繁忙,如果我们随意地在道路上玩耍、游戏、追逐,把它当作“游戏场”。

5. 避让转弯车辆:当汽车的方向灯一闪一闪时,告戒人们,汽车要转弯了。我们应该注意避让转弯车辆。

#### (四) 交通知识竞赛(抢答形式)

1、交通讯号灯有哪些颜色?都有些什么作用?

2、红灯亮时行人该怎样?

3、黄灯亮时还可以过马路吗?

4、什么灯亮时才可以走?

5、行车、行人应靠哪边走?

6、出示各种交通标志,让同学们说出交通标志的名称及其意义。

#### (五) 学生讨论:

在我们日常生活中应该注意哪些交通安全方面的问题?如果发生意外,如何自救?

乘车一旦发生事故的自救措施:

1. 发生汽车相撞的事故,前面的助手席是最危险的座位,如果坐在该处的话,首先要抱住头部躲在座位上,或者双手握拳,用手腕护住前额,同时屈身抬膝护住腹部和胸部。车内其他乘员,也应采取此种保护措施,另外,还要注意紧闭嘴唇,咬紧牙齿,以免相撞时咬坏舌头。

2. 相撞导致火灾的可能性极大，所以相撞一停止，要立即解开安全带，尽快离开汽车。

3. 汽车不幸翻倒或翻滚，此时不要死抓住汽车的某个部分不放，只有抱头缩身才是上策。

4. 着河流、大海的公路上行驶的汽车，由于没有刹住车而落水的事时有发生。一旦遇上，一定要保持镇静，从容不迫。首先，坠落时，应该用手护住头部和胸部，尽可能将身体倒在座位上，并紧闭嘴唇，咬紧牙齿。冲击一过，要迅速作出判断，弄清汽车下沉后的状况。如果还能从车窗逃出，应该尽快打开车窗逃出去；如不可能，就关闭车窗，控制水的涌入，打开全部车灯，待车稳定后，再决定从哪个车门或车窗逃出。

(六) 小结：

1、学生总结：通过这次活动，你懂得了什么？

2、班主任总结：

生命只有一次，幸福快乐掌握在你的手里，希望同学们通过这次班会活动，不仅让学生们了解更多的交通知识，更主要的是提高了学生“关爱生命，从小做起”的交通意识，学会“关爱生命，珍惜生命”，养成自觉遵守交通规则的好习惯。

## 中学放暑假安全教育心得体会篇五

一、活动的目的：

1、让学生进一步了解一些与他们生活密切相关的交通规则，懂得自觉遵守交通规则的重要性及不遵守交通规则所带来的危害性，明白为了自己和大家的安全，人人都必须遵守交通规则。

2、形成人人学习、讲文明安全行知识的氛围，培养学生自我保护的意识和能力以及热爱生命的情感，为他们的健康成长打好基础。

3. 学习一些交通安全标语和交通标志，在实际生活中以便引导学生怎样去做，让学生在活动中体验交通规则的重要性，从而自觉地遵守交通规则。

4. 通过这节课，有意识地培养学生的认识能力和初步运用交通安全知识解决实际问题的能力。

## 二、活动准备：

1、收集有关交通事故的资料，制成课件。

2、组织学生排演小品。

3、挑选及训练好班会主持。

4、准备好交通安全儿歌《安全骑车歌》、交通安全标语、《一路平安》歌词和伴奏带、准备好安全竞赛题目。

5、打印一张“文明安全行”倡议书，并请同学做好美化。

6、收集一些常见交通标志、以便课堂上学习。

## 三、班会主题分析：

数字是枯燥的’，可谁又能否认数字催人奋进?人流、物流、车流的快速增长，是伟大祖国经济发展、市场繁荣、人民生活水平提高的必然趋势。光明总也甩不掉阴影，没有阴影也显示不出光明的辉煌。事物的另一面向世人昭示：我国已经进入道路交通事故的高发期。目前我国道路交通安全形势十分严峻：事故持续上升，伤亡惨重，损失巨大，为了贯彻落实公安部、教育部《关于加强中小学校交通安全工作的通知》

精神，继续进一步搞好我校的交通安全教育，减少交通违章，杜绝交通事故，所以上一节关于交通安全的主题班会。

#### 四、班会活动设计及创新点：

设计：本节班会将采用讲解、分小组讨论、抢答、朗诵、小品、唱歌和现场演示等形式，对学生进行交通安全的教育，并利用多媒体课件进行辅助教学，使学生掌握各类交通安全知识，并在活动过程中逐步渗透集体主义、爱国主义教育。

#### 创新点：

1. 采用开放型、探究型的教学方式。
2. 注重培养学生自主参与教学活动。
3. 将课堂教学与社会实践有机地结合起来。

#### 四、班会过程：

##### (一) 导入主题：

主持人上场

甲：人的生命只有一次，生命是多么珍贵

乙：是的，没有比生命更宝贵的东西了。

甲：我们要懂得关爱生命，学会保护自己，

乙：我们要树立交通意识，远离道路交通事故。

合：四年级一班以“交通安全你我他”为主题班会，现在开始。（掌声）

(二)利用多媒体放交通安全短片。

1、教师讲解交通安全的重要性：

2. 学生自由谈。

3. 教师：生命威胁最大的头号杀手就是交通事故，尤其是对于我们中小學生来说，车祸已经成为夺取我们宝贵生命的最大威胁。

4、利用多媒体放交通安全短片。

. 学生分小组讨论，看了刚才的短片，你有什么想法？

(随学生回答板书：交通安全)

(三)交通知识竞赛(抢答形式)

甲：有一根弦它常响在我们身边，

乙：有一根弦它连着我们的生命线，

合：它的名字叫“安全”（重读）

甲：安全维系着我们每个人的生命和健康，安全维系着每个家庭的幸福和美满。

乙：可是我们却经常听到这根弦断的声音，看到一些惨不忍睹的场面。请听前现小记者给我们带来一个个触目惊心的画面。（小记者）

乙：交通法规是我们每一个人的生命线，请同学们以大组为单位，进行知识抢答。

1. 交通讯号灯有哪些颜色?都有些什么作用?

2. 红灯亮时行人该怎样？
3. 黄灯亮时还可以过马路吗？
4. 什么灯亮时才可以走？
5. 行车、行人应靠哪边走？
6. 出示各种交通标志，让同学们说出交通标志的名称及其意义。

#### (四) 骑自行车的交通安全

2. 下面请听一名同学朗诵《安全骑车歌》。

#### 安全骑车歌

同学们骑自行车，听我唱段安全歌。

车铃好使闸要灵，有了情况车能停。

上街注意看信号，千万不要冒险行。

信号就是指挥员，骑车第一讲安全。

看见红灯快刹闸，该等多久等多久。

绿灯亮了才能行，安全通行不争抢。

十字路口人车多，左右观察听八方。

骑车带人危险大，攀扶车辆更可怕。

中速骑车靠右侧，分道行驶路畅通。

骑车拐弯要示意，不能猛拐一溜风。

手拉手儿把肩摸，十有八九要撞车。

双手离把更不行，撞上汽车命归西。

骑车不走一条线，东摇西摆像醉汉。

不定哪天出事故，头破血流住医院。

驮载东西别超宽，超高超长也危险。

骑车让让讲安全，事情虽小不平凡。

(五)由一名学生扮演警察现场演示指挥动作。

主持人：我们认识的交通标志对维护交通安全起着重要的作用。车辆的顺畅，人们的生命安全，更离不开交通警察。下面请这位“交警”做指挥动作，大家分别猜意思：

学生1：这是叫车子往前走。

学生2：这是叫车子停下来。

学生3：这是叫左边来的车子向右边开去。

学生4：这是叫车子到路边停下来。

主持人：同学们，现在让我们站在这个十字路口，听警察的指挥，一起动一动吧！

全体学生参与，“交警”指挥学生们过路，整堂课彻底“活”起来了。

(六)五名学生表演小品《在公共汽车上》

1. 主持人：车祸猛于虎。谈起交通事故，大家无不感到形势严峻，谈起事故造成的人员伤亡，又无不感叹唏嘘。作为一名中学生来讲，注意乘车安全是和我们密切相关的。下面请观看小品，看的过程中，思考哪些行为是对的，哪些行为是不对的。

2. 表演小品。

3. 学生自由谈。

4. 主持人总结：乘做公共汽车、出租车应该注意下面的几个问题：

(1) 不得在机动车道上拦截机动车。

(2) 在机动车道上不得从机动车左侧上车。

(3) 开关车门不得妨碍其他车辆和行人通行。

(4) 在汽车行使中，不准将身体的任何部位伸出车窗。

(5) 不准携带易燃、易爆物品乘坐公共汽车

(6) 乘车时不做妨碍司机驾驶的行为

(7) 按规定使用安全带

(七) 齐唱歌曲《一路平安》

甲：最真诚的友谊是期盼，最良好的祝愿是平安！

乙：最殷切的牵挂是父母，最美好的时刻是团圆！

合：让我们共同撑起安全的保护伞，感受家的温暖，享受美好的生活。敬爱的老师、亲爱的同学，我们永远《一路平

安》。(全体起立)

全体学生起立，齐唱歌曲《一路平安》，交通安全主题班会在歌声中结束。

(八)班主任做总结发言

## 五、反思

本次活动，孩子们通过交通知识竞赛、小品、讨论、义务宣传等，使同学们了解一些基本的交通规则及交通标志，提高了安全意识，并指导他们在今后生活中逐步形成自觉遵守交通规则的良好行为习惯。活动使学生的主体性、参与性得到充分发挥，安全责任感得到了增强，具有一定的实效性。具体表现在：

1、由于活动是孩子们感兴趣的问题，因此，在活动中同学们都能积极参与。从学生的汇报过程中可看出，他们都有不同程度的收获，都能树立了自信心，都充分地展示了自我。

2、在活动中，学生能积极主动、自主合作探究进行学习，学习热情高涨，并体会到合作学习、互助提高的乐趣。

3、在活动中，学生重视了收集信息并形成初步地处理信息的能力。

4、通过这次活动，学生的安全责任感明显得到加强，现在学生自觉遵守学校安全常规的意识增强了。

更多热门推荐：

1. 小学交通安全教育主题班会教案

2. 全国交通安全日主题班会教案

3. 交通安全主题班会策划方案
4. 小学交通安全主题班会活动方案
5. 小学生交通安全教育主题班会设计方案
6. 交通安全日主题班会教案
7. 小学生交通安全教育主题班会教案
8. 20学校交通安全日主题班会教案
9. 中学交通安全主题班会方案
10. 小学交通安全主题班会方案