

活页式
教材



“十四五”职业教育国家规划教材

大学生 安全 知识十讲

DAXUESHENG
ANQUAN ZHISHI SHIJIANG

主编 关世春 高静娜 陆涛



 中国石油大学出版社
CHINA UNIVERSITY OF PETROLEUM PRESS

★ 服务热线: 400-615-1233

★ 配套精品教学资料包

★ www.huatengedu.com.cn

大学生安全 知识十讲

DAXUESHENG
ANQUAN ZHISHI SHIJIANG



策划编辑: 白 玥
责任编辑: 柳卫清 杨海连
封面设计: 黄燕美

ISBN 978-7-5636-7303-2



9 787563 673032

定价: 49.80元



“十四五”职业教育国家规划教材

大学生 安全 知识十讲

DAXUESHENG
ANQUAN ZHISHI SHIJIANG

主编 关世春 高静娜 陆涛



 中国石油大学出版社
CHINA UNIVERSITY OF PETROLEUM PRESS

山东·青岛

图书在版编目(CIP)数据

大学生安全知识十讲 / 关世春, 高静娜, 陆涛主编
-- 青岛: 中国石油大学出版社, 2021. 10(2023. 12 重印)
ISBN 978-7-5636-7303-2

I. ①大… II. ①关… ②高… ③陆… III. ①大学生
—安全教育 IV. ①G641

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2021)第 217109 号

如有印装质量问题, 请与中国石油大学出版社发行部联系。
服务电话: 400-615-1233

书 名: 大学生安全知识十讲

DAXUESHENG ANQUAN ZHISHI SHIJIANG

主 编: 关世春 高静娜 陆 涛

策划编辑: 白 玥

责任编辑: 柳卫清 杨海连

责任校对: 贺兰晔

封面设计: 黄燕美

出 版 者: 中国石油大学出版社

(地址: 山东省青岛市黄岛区长江西路 66 号 邮编: 266580)

网 址: <http://cbs.upc.edu.cn>

电子邮箱: uppbok@upc.edu.cn

排 版 者: 华腾教育排版中心

印 刷 者: 三河市骏杰印刷有限公司

发 行 者: 中国石油大学出版社(电话 010-88433760)

开 本: 787 mm×1 092 mm 1/16

印 张: 13.5

字 数: 322 千字

版 印 次: 2021 年 10 月第 1 版 2023 年 12 月第 3 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5636-7303-2

定 价: 49.80 元



Preface

前言

大学生是祖国的未来，是促进我国经济发展、社会进步的新生力量。随着社会的不断发展，大学生的生活空间也在不断扩大，高校及其周边治安状况日趋复杂，各类刑事、治安案件也时有发生，不安全因素不断增多。大学生由于其身心发展的特殊性，在面对危险因素时往往不知道采取何种应对措施，因此，加强安全教育工作、维护校园秩序，已成为社会关注的话题，也是大学生健康成长的关键。

2022年10月16日，党的二十大在北京胜利召开。习近平在二十大报告中强调，推进国家安全体系和能力现代化，坚决维护国家安全和社会稳定。提高公共安全治理水平。坚持安全第一、预防为主，建立大安全大应急框架，完善公共安全体系，推动公共安全治理模式向事前预防转型。提高防灾减灾救灾和急难险重突发公共事件处置保障能力，加强国家区域应急力量建设。

为了适应目前的社会形势，学习宣传贯彻党的二十大精神，帮助学校在贯彻习近平总书记提出的总体国家安全观要求的同时，把安全教育纳入总体思考，通过课堂教学、日常管理、环境熏陶等一系列方法，增强大学生的安全意识与综合素质，我们编写了本书。

本书内容设置

本书包含十讲，分别为安全形势与安全教育、人身安全教育、校园活动安全教育、财产安全教育、交通安全教育、消防安全教育、校外活动安全教育、网络与信息安全教育、应对突发事件安全教育和身心健康安全教育。这十讲的内容不仅涉及大学生校园日常生活中方方面面的安全知识，还包括其走出校园后应对各种情况的技能，有利于帮助大学生增强安全防范意识、提高抵御非法侵害的能力，树立珍爱生命、呵护健康的理念。

本书特色介绍

1. 内容翔实，实用性强

本书针对大学生不同阶段面临的不同安全问题进行分析、详解，与大学生的学习和生活实践密切相关，站在大学生的角度考量其切身的安全疑惑与体验，有利于大学生直接学习使用，有效提高其安全意识与防范能力。



2. 栏目丰富，生动有趣

本书设置了“安全警钟”“知识拓展”“法律视角”等栏目。“安全警钟”中大量引用了近年来高校中和社会上发生的典型安全事件，使大学生对各类安全问题有更为深刻、直观的认识；“知识拓展”为大学生提供了更实用、更丰富的安全知识，旨在提高大学生的安全防范意识和自我保护能力，为其顺利完成学业、走向社会提供知识保障；“法律视角”从理论知识引出法律法规，帮助大学生学法、知法、守法、用法，达成课程育人的目标。

3. 融入思政，导向正确

2020年，教育部印发的《高等学校课程思政建设指导纲要》中指出，要科学设计课程思政教学体系。其中，对公共基础课程做出指示：要重点建设一批提高大学生思想道德修养、人文素质、科学精神、宪法法治意识、国家安全意识和认知能力的课程，注重在潜移默化中坚定学生理想信念、厚植爱国主义情怀、加强品德修养、增长知识见识、培养奋斗精神，提升学生综合素质。本书根据这一指示，加入思政内容，积极引导学生，帮助学生树立正确的价值取向，提升综合能力和道德素养。

本书由宁夏工商职业技术学院关世春、西安职业技术学院高静娜、青海卫生职业技术学院陆涛担任主编。编者在编写本书的过程中参考了大量书籍及网络资料，在此向相关作者表示感谢。

由于编者学识有限，书中难免存在疏漏之处，敬请广大读者不吝指正。

编者



Contents

目录

第一讲	安全形势与安全教育	1
	专题一 了解大学生安全教育	2
	专题二 加强大学生安全教育	5
第二讲	人身安全教育	11
	专题一 远离打架斗殴	13
	专题二 防范性侵害	18
	专题三 预防轻生	23
第三讲	校园活动安全教育	29
	专题一 关注实验室安全	31
	专题二 关心体育运动、军训安全	39
	专题三 关注实训实习安全	45
第四讲	财产安全教育	55
	专题一 防偷盗	56
	专题二 防诈骗	66
	专题三 防校园贷陷阱	76
第五讲	交通安全教育	83
	专题一 了解大学生交通安全	84
	专题二 学习交通安全常识	88
	专题三 掌握交通事故中的自救与互救措施	94
第六讲	消防安全教育	101
	专题一 了解火灾类型与事故成因	102



专题二	火灾的预防与处置	104
专题三	学会火场逃生	114
第七讲	校外活动安全教育	121
专题一	防范外出旅游的安全隐患	123
专题二	防范户外活动的安全隐患	125
专题三	防范校外兼职的安全隐患	130
第八讲	网络与信息安全教育	141
专题一	警惕网络综合征	143
专题二	严防网络失范	147
专题三	保护个人信息安全	156
第九讲	应对突发事件安全教育	165
专题一	了解自然灾害	166
专题二	应对社会安全事件	175
第十讲	身心健康安全教育	181
专题一	认识健康	182
专题二	应对公共卫生事件	185
专题三	应对各种心理疾病	193
	参考文献	209



第一讲

安全形势与安全教育



典型案例 1

翼装飞行女大学生死亡引关注 专家建议提高安全保护意识

“我想，我的生活应该是星辰大海，偶尔回到城市楼宇之间，会有强烈的不真实感。”此前，在湖南省张家界市天门山景区翼装飞行失联的女大学生刘某曾写过这样一段话。

2020年5月18日上午，刘某在天门山玉壶峰北侧下方一处密林内被发现，已无生命体征。搜救人员在现场找到了她的降落伞，确认并未打开。她的遗体发现地点海拔高度约900米，距离其在空中直升机上起跳的位置直线距离约2000米，相对落差约1600米。

据张家界天门山景区通报，5月12日，北京某文化传媒公司在张家界天门山景区取景拍摄极限运动纪录片。当日11时19分，参与拍摄的两名翼装飞行员从飞行高度约2500米的直升机上起跳，进行高空翼装飞行，失事女翼装飞行员在飞行过程中偏离计划路线，导致失联。

专家建议：第一，加强对景区极限运动防护措施的监管，严格限制超出极限运动者的通常能力之外的活动；第二，增强极限运动者的法律和自我保护意识，慎重考虑极限运动项目；第三，极限运动相关公司要建立家属风险告知制度，落实相关保险条款等。

资料来源：法制日报，记者：韩丹东，2020年5月23日。有改动。



典型案例 2

山东一大学生返校后意外身亡 事发前曾饮酒到深夜

2020年6月5日傍晚，山东某学院学生李强（化名）和几名同学相约到学校附近一家餐馆聚餐，饮酒到深夜，随后到另外一家店休息。据这家店的经营者介绍，凌晨3点多，这几名学生准备从店里返回学校时，李强因酒后行动受限，不



慎从楼上摔落到一楼，造成重伤。

意外发生后，现场目击者迅速向公安机关报警，并拨打了120急救电话。东营鸿港医院120急救中心在接到电话后，第一时间赶往现场救助伤者。因李强病情严重，被送入胜利油田中心医院抢救。6月8日，李强经抢救无效死亡。

资料来源：山东商报，速豹新闻编辑：刘瑾阳，2020年6月12日。有改动。

分析与思考



随着社会的不断发展，大学生的生活空间随之增大，交流领域也在不断拓宽。大学生不仅要在校园内学习、生活，还要走出校园参加众多的社会活动，危及其安全的危险因素也随之不断增多。诸如交通的无序、社会治安的复杂、市场上变质的食品、水电火的隐患等，都时刻威胁着大学生的人身安全。大学生稍有不慎就可能造成不幸，给家庭造成痛苦，给社会带来负担。因此，通过对大学生进行人身安全教育，帮助其了解、掌握人身安全的基本常识，学生可以学会处理各种应急情况的技能，提高自身的防御能力。

请思考：

1. 目前高校安全教育普遍存在哪些问题？
2. 大学生安全教育包含哪些内容？
3. 为什么要加强大学生安全教育？

专题一 了解大学生安全教育

安全教育是学校思想政治教育的重要组成部分。安全教育涉及的内容非常广泛，应与大学的一切教育活动相联系，与学校的思想政治教育、道德教育、民主法治教育、校纪校规教育和心理健康教育等相结合。

一、引发大学生安全问题的原因

大学生是祖国的未来、民族的希望，是未来社会的主力，确保大学生的健康与安全是各级教育主管部门和大学的重要任务。近年来，与大学生相关的各类安全事件的数量不断攀升，究其原因，主要有以下几点。

1. 部分大学生安全意识淡薄

部分大学生安全防范意识较为淡薄，对可能发生的各种安全问题缺乏必要的重视



和警惕，导致人身财产安全事件频繁发生。有些学生缺乏必要的安全常识，如离开宿舍不锁门、贵重物品不妥善保管，导致财物失窃；有些学生违反宿舍安全管理规定，在宿舍内乱拉乱接电线、使用违章电器、吸烟乱扔烟头等，这些都可能导致安全事故发生。

2. 当代大学生个性更为突出，但心理承受力总体偏差

当代大学生以“00后”为主体，“00后”大学生的突出特点是自我意识强、推崇个性化、特立独行、表现欲强，但部分大学生辨别是非能力较为缺乏，自控力和毅力相对于“70后”“80后”大学生要差一些。当代大学生所具备的这些特质在很大程度上是由他们所处的家庭环境和社会环境决定的。由于“00后”大学生的家庭经济条件相对于“70后”“80后”更为优越，父母为其提供了更好的物质生活，成长之路比较平坦，因此，“00后”大学生在面对突发事件或人生挫折时，往往缺乏正确处置问题的能力，也更容易被挫折压倒或击垮，从而导致情绪崩溃，甚至做出极端行为。

3. 当今社会环境复杂，社会不良影响因素较多

自从20世纪末全国高校大规模扩招以来，许多大学不得不进行新校区建设，以容纳扩招的学生。基于降低成本考虑，新校区大多选址在城乡接合部或郊区，往往较为偏僻，周边人口分布较为复杂，还存在周边交通安全、食品安全、校外黑社会或闲散人员威胁学生人身财产安全等问题，大大增加了大学安全管理的难度。

随着笔记本电脑、掌上电脑、智能手机等产品的功能日益强大，尤其是网络游戏新功能的开发，许多网络游戏具备了高拟真度、强互动性及强刺激感的特点。这对大学生的诱惑很大，许多大学生开始沉迷网络游戏，网络游戏成瘾问题逐渐凸显，出现诸多安全隐患，甚至有少数大学生由于长时间沉迷在虚拟世界中而出现情绪失控、精神和行为失常等问题。

二、当前大学生安全教育存在的问题

当前大学生安全教育存在的问题有以下五个方面。

1. 形式传统

当前安全教育的形式较为传统，缺乏新意，难以引起学生对安全知识的关注和兴趣。

2. 内容陈旧

当前安全教育的内容缺乏与时俱进的话题，导致处于青春期、对周围充满好奇的大学生普遍把安全教育课当作任务去完成或当作“唠叨”而充耳不闻。

3. 系统性缺乏

当前安全教育普遍缺乏系统性。许多大学只是单纯地进行法治宣传和治安、交通、消防等安全防范知识宣传教育，而并未将社会形势教育、心理健康教育、疾病预防教育、食品卫生安全教育等纳入教育范畴，导致它们彼此之间自成体系、互不联系。

4. 实效性不足

有些大学仅通过传统的展板、报纸等宣传方式进行安全教育，安全教育的实效性



不尽如人意；有些大学在事故发生后才反思、总结，进行安全教育，其安全教育的实效性不大。同时，一些防范措施也只能作为事故发生后的临时处置手段，致使安全事故反复发生。

5. 全员参与格局未形成

安全教育全员齐抓共管的格局尚未形成。大部分学校的学生安全教育任务仅由保卫处承担，安全教育制度由于缺乏全员参与而未形成长效机制。

三、开展大学生安全教育的必要性

1. 改善校园安全状况的需要

校园是一个公共场所，而大学校园更是一个开放的环境。大学生是大学校园的主人翁，校园安全状况关乎大学生的切身利益。开展大学生安全教育，能够很好地改善校园安全状况，增强大学生的主人翁意识，为校园安全提供良好的保障。

2. 培养高素质人才的需要

大学阶段是学生完善自我、发展自我，培养健全人格的关键时期，任何不良状况都有可能影响其今后的人生发展轨道。大学生不仅要学好专业知识，还要学好作为一个独立的人如何保护自己的知识。大学作为高等教育机构，其根本任务是为国家培养出高素质的合格人才，因此，学校要通过强有力的教育手段开展大学生安全教育，使大学生成为德、智、体、美、劳多方面综合发展的高素质人才。

3. 适应社会的需要

近几年来，涉及大学生的人身伤害案件逐年增多。大学作为高等教育机构，有责任、有义务在安全教育方面给予大学生指导和帮助，通过各种强有力的教育手段，使他们在健康成长的同时，不断完善自己，具备在复杂的社会环境中生存、发展和自我保护的能力。

4. 依法治国的需要

随着我国法治建设的不断完善，大学校园治安和大学生安全问题得到了党和国家的高度重视，大学生的安全教育与管理工作已纳入社会主义法治轨道。大学生作为接受高等教育的知识群体，其思维与行为模式理应具备更高的水准。从这个意义上讲，大学生应该具备更强的法治观念和法律意识，正确了解和认识公民应该享有的权利与履行的义务，在加强社会主义民主法治建设的今天，懂得用法律规范自己的行为，懂得合法合理、适时适度地处理大学学习阶段的各种问题，懂得通过恰当的方式、合法的途径维护自身的权益。

5. 社会治安形势发展的需要

无论何时何地，安全教育的重要性都是不容置疑的。各种敌对势力从来没有停止过对我国政权的颠覆、破坏、分裂、渗透等活动。大学生作为国家未来的栋梁，只有



接受了必要的安全教育，才能为国家做出更多贡献，从而早日实现中华民族的伟大复兴。

安全教育是维护大学生安全的一项基础性教育，是学生素质教育的一部分，是人才保障的根本教育，它贯穿人才培养的全过程。发生学生安全事故不仅是个别学生会受到伤害的问题，还会牵动学生家庭，影响其他学生的情绪，影响大学正常的教学秩序，甚至影响局部地区的社会稳定。因此，要把做好大学生安全教育工作提高到能否营造优良育人环境、能否维护校园和社会的稳定、能否实现大学的教育培养目标这一高度来认识，时刻把学生安全教育工作摆在重要位置。

专题二 加强大学生安全教育

高等学校肩负着培养合格建设者和接班人的任务，大学生是国家的未来、社会的栋梁、家庭的希望，需要具有较高的综合素质，而安全教育是素质教育不可分割的一部分。因此，在校大学生在学好专业知识的同时，还要接受必要的安全教育和管理，学习和掌握基本的安全知识和自我保护技能，增强防范意识，提高防范能力，具备面对突发性事件、灾害性事故的应变能力及自我救助能力，才能保证健康、顺利地完学业。关注校园安全、确保师生平安是我们共同的责任。

一、大学生安全教育的基本内容

大学生安全教育是学校思想政治教育的一个重要组成部分，其根本目标在于学生通过接受安全教育知识养成安全行为习惯，更好地适应大学生活，毕业后顺利步入社会。安全教育的内容繁多、涉及面广，大学生要通过学习及社会实践掌握以下几方面的安全知识。

(1) 保障人身安全的知识。该部分安全知识包括暴力侵害、性侵害、饮食与住宿安全等知识，以及发生人身伤害后的处理措施。

(2) 保障校园活动安全的知识。该部分安全知识包括实验、体育运动、实习实训等知识。

(3) 维护财产安全的知识。该部分安全知识包括防偷盗、防诈骗等知识，以及网贷陷阱常识和发生财产损失后如何处置的知识。

(4) 注意交通安全的知识。该部分安全知识包括常见的交通事故与安全常识的知识，以及发生交通事故时的急救常识。

(5) 注意消防安全的知识。该部分安全知识包括火灾类型与事故成因、火灾的预防与处置、面对火灾时的逃生原则与方法等知识。

(6) 保障校外活动安全的知识。该部分安全知识包括大学生外出游玩、开展户外活动、寻找兼职等方面的安全知识。



(7) 使用网络与保护信息安全的知识。该部分安全知识包括警惕网络综合征、严防网络失范、保护个人信息安全等知识。

(8) 应对突发事件的安全知识。该部分安全知识包括了解自然灾害、应对公共卫生事件及应对社会安全事件等知识。

(9) 保障心理健康安全的知识。该部分安全知识包括常见的心理问题及增进心理健康、应对各种心理疾病等知识。

二、加强大学生安全教育的方法

大学生的安全教育工作不是一朝一夕可以完成的。大学生在接受安全教育的过程中，应不断完善自己的安全知识，使自己具有较高的安全文化素养，只有这样，才能使自己真正处于安全之中。

(一) 树立正确的世界观、人生观和价值观

树立正确的世界观、人生观和价值观是大学生加强安全教育的前提。大学生在采取安全行为前都存在一定动机和意向的引导，这一动机就是其世界观、人生观和价值观。在新时期教育发展的背景下，由于大学生的生活经历、人生境遇、认知水平不同，其个人的世界观、人生观和价值观也不尽相同。正确的大学生安全意识的形成需要正确的世界观、人生观和价值观的大力支持，因此，大学生只有明确自身的发展目标，树立正确、积极的世界观、人生观和价值观，才能有正确的是非、美丑观念，才能知道什么是应该做的、什么是不该做的，从而有利于自身安全行为的良好发展。

(二) 注重学习和掌握安全常识

注重学习和掌握安全常识是大学生加强安全教育的基础。实践证明，许多大学安全事故的发生都与大学生缺乏安全常识有关，因此，在加强大学生安全教育时，大学生要积极认真地学习安全常识，了解一些安全事故的避免方法，了解在危急情况下的逃生、自救及他救的方法，以减少不安全因素的出现，避免安全事故的发生，为提高安全素质、成功应对安全事故奠定基础。

(三) 重视安全问题，提高安全意识

重视安全问题、提高安全意识既是大学生加强安全教育的重要内容，也是大学生加强安全教育的基本要求。在校大学生安全意识的强弱，对其所在大学校园的安全会产生直接影响。但是，从整体上看，当代大学生的安全意识淡薄。少数学生对是非、美丑、善恶、安危的辨别能力不强，道德法纪观念薄弱；部分学生对安全常识了解甚少；不少学生心理脆弱、依赖性强，生存交往和自救自护能力差。因此，大学生在学习安全知识的同时，必须在思想上高度重视安全问题，提高安全意识，不断提高对危险的认知能力，自觉增强安全防范意识，把安全隐患消灭在萌芽状态。



我们可以从以下几个方面来培养大学生的安全意识：

- (1) 认真学习各种安全常识和应急技能。
- (2) 积极参加各种安全事故应急演练，提高安全防范和安全应急能力。
- (3) 积极组织或参与学校内部及周边社区安全的调查，培养发现安全隐患的能力。
- (4) 积极参加安全教育宣传活动，加深安全意识在思想上的转化。

(四) 加强自律，遵纪守法

大学校园中的部分安全事故是大学生违纪违法所致，如违反宿舍管理条例私拉电线、不当使用电器导致火灾、违反交通管理法律法规导致交通事故，等等。因此，加强自律、遵纪守法既是学生安全教育工作的重要内容，也是保障学生安全的重要条件。大学生要从身边因违纪违法而引发安全事故的反面事例中吸取教训；要明白国家法律法规、校园规章制度的制定是从维护绝大多数人的利益角度出发的，每个人都应该自觉遵守，严格执行。只有这样，才能有效预防安全事故的发生，最大限度地维护大学生的人身和财产安全。

(五) 理论联系实际，做到知、行统一

加强大学生安全教育的最终目的是让大学生能够把所学的理论知识运用于实践，运用所学的理论知识正确应对实践中的具体安全事件，做到知、行统一。因此，大学生在接受安全教育的同时，应该将学习与实践，学习法律法规与遵纪守法结合起来，使所学的安全知识转化为内在的安全素质。例如，行走时遵守交通规则，在宿舍时遵守宿舍安全管理规定，上网时加强网络自律，等等。同时，还可通过一系列有目的的安全实践活动把所学的安全常识运用到实践中去，如积极参与学校校园管理、配合有关部门开展安全方面的宣传教育等。只有通过个人的不断努力和亲身实践，在学中做，在做中学，才能不断提高自我安全素质，保障自己及他人的人身和财产安全。

大学生的安全教育是一项长期性的系统工程，不仅需要社会、学校、家庭的紧密配合和教育行政部门的高度重视，更需要大学各部门的通力合作、齐抓共管，以提高对大学生安全事故的预见能力。做好大学生安全教育工作，可不断增强大学生安全意识，提高大学生安全防范能力，为国家培养更多具有良好安全意识和能力的高素质人才。

创建高效、安全、和谐校园的使命光荣而神圣，责任重大而艰巨。我们必须坚持以安全为目标，整合各种教育资源，完善安全制度建设，丰富德育内涵，拓宽工作思路，让大学生的生活健康而精彩。



活动主题：安全知识知多少——大学生安全知识竞赛。

活动目的：普及安全教育知识，掌握保护自身安全的方法。



活动实施：扫码答题。试题内容主要包括日常安全、消防、自护自救等常识性知识。

活动试题：试题分为单项选择题和判断题，单项选择题共 25 题，每题 2 分；判断题共 25 题，每题 2 分，共 100 分。请参赛者提前预习日常生活安全常识，积极备考。



图文
大学生安全知识
竞赛

精彩推荐

影 片：《世贸中心》World Trade Center (2006) (图 1-1)。

影片简介：本片是以美国“9.11”事件为背景的灾难片，故事重现了当时那场



图 1-1 《世贸中心》

突如其来的灾难。9月11日清晨，消防总署突然警铃大作，接到世贸中心遭到恐怖袭击而倒塌的消息后，消防警员约翰·迈克洛林（尼古拉斯·凯奇饰）和同事们立即整装赶赴现场，出现在他们眼前的是一幅幅惨绝人寰的画面，坍塌的大厦冒着浓烟，受伤的人们在痛苦地呻吟。为了营救被困在世贸中心里面的人，约翰不顾残楼摇摇欲坠的危险，带着队友冲进了大楼，然而他们还来不及展开动作，就被二次倒塌的残楼压住了。当约翰在碎石中醒过来时，发现昔日并肩作战的同伴全部殉职，只有一位叫威尔·吉米诺（迈克尔·佩纳饰）的警员还幸存着。他们在地狱般的废墟中等待着救援，面对渐渐稀少的氧气和随时可能降临的死亡，恐惧、彷徨、伤心、绝望从四面八方缓缓袭来，营救与自救在惊心动魄的 24 小时内同时展开了……

活动记录

根据实际活动情况填写下表。

班 级		姓 名		学 号	
指导教师		活动时间		活动地点	
活动记录	请将活动实施的详细过程及你的感悟写下来				
教师评价	结合学生在实践活动中的表现进行评价				

