

## СБОРНИК ПРАВИЛ ПО БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ ШКОЛЬНИКОВ

Это должен знать каждый

(Правила безопасного поведения)

«Спасись сам, говорили древние,  
и вокруг тебя спасутся тысячи»

Все мы живем в современном и сложном мире, где, к сожалению, существует много опасностей, которые подстерегают нас на жизненном пути. Для того, чтобы обезопасить себя в той или иной сложной ситуации или вообще ее избежать необходимо знать: какие бывают чрезвычайные ситуации и как себя вести, если случилась беда.

Рассмотрим самые распространенные ситуации, которые встречаются в повседневной жизни и научимся как обезопасить себя, а так же своих близких.

### БЕЗОПАСНОСТЬ НА УЛИЦЕ

Ребята, большую часть времени вы проводите на улице, особенно во время каникул. Знаете ли вы, что улица порой таит в себе опасность и надо знать, как себя вести в конкретной сложившейся ситуации.

Младшие школьники должны хорошо знать свой домашний адрес, номер телефона как домашнего, так и рабочих родителей. Отправляясь на прогулку вы должны сообщить своим родителям куда идете, обговорить конкретное время возвращения домой.

Гулять или играть можно только там, где разрешили родители. Избегайте слабоосвещенных и безлюдных мест.

Никогда не принимайте от незнакомых людей сладости, подарки, деньги, приглашение покататься на машине.

Крайне опасно соглашаться с незнакомыми людьми пойти или поехать, просят им что-нибудь сделать (например, найти потерявшуюся кошку или собаку, поднести вещи, вместе поиграть, сфотографироваться с ними).

Не вступайте в разговор с незнакомыми людьми. Особенно, когда они пытаются узнать, где и с кем вы живете, где работают ваши родители и т.д.

Если вы увидели на улице дерущихся, не вступайте в драку. Обойдите это опасное место стороной и сообщите взрослым, чтобы они вызвали милицию.

Если группа людей останавливает вас с вопросами «огонька не найдется» или «который час», продолжайте движение, на ходу отвечая, что не курите или что у вас нет того, о чем они спрашивают. Таким образом вы помешаете им вас окружить и дадите понять, что не напугались.

Если вас схватили на улице и пытаются завести в подъезд или заталкивают в машину, или просто куда-то пытаются тащить – кричите, упирайтесь, зовите милицию, любыми способами привлекайте к себе внимание. Если это случилось в помещении – кричите «Пожар!». Обычно на этот крик откликаются все, кто вас услышал, потому что пожар несет в себе опасность для всех.

### БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДОРОГЕ

Ежегодно в г. Балаково жертвами дорожно-транспортных происшествий становятся дети. Каждый день вы выходите на улицу и становитесь участниками дорожного движения. Очень часто ребята нарушают правила

дорожного движения или вовсе их не знают. Давайте сейчас, прочитав эту памятку, запомним основные правила и не будем их нарушать.

## ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ДОРОГЕ

Никогда не выбегайте на дорогу перед приближающимся автомобилем. Это опасно, потому что водитель не может остановить машину сразу.

Дорогу необходимо переходить в специально установленных местах по пешеходному переходу.

На проезжую часть выходите только после того, как убедитесь в отсутствии приближающегося транспорта и слева и справа.

Выйдя из автобуса не выбегайте на дорогу. Подождите, пока автобус отъедет, и только потом, убедившись в отсутствии машин, переходите дорогу.

Опасно выезжать на проезжую часть на скейтах и роликовых коньках.

Не выбегайте на дорогу вне зоны пешеходного перехода, в этом месте водитель не ожидает пешеходов и не сможет мгновенно остановить автомобиль.

Опасно играть в мяч и другие игры рядом с проезжей частью, лучше это делать во дворе или на детской площадке.

Умейте пользоваться светофором.

Помните! Только строгое соблюдение Правил дорожного движения защищает всех вас от опасностей на дороге.

## БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

Ежегодно в г. Балаково в летнее время происходят несчастные случаи на воде. Тонут не только взрослые, но и дети.

Чтобы не случилась беда, соблюдайте правила поведения на воде:

- не ходите купаться без сопровождения взрослых;
- купайтесь только в специально отведенных и оборудованных местах;
- не подавайте ложных сигналов тревоги;
- не заплывайте за оградительные знаки и не подплывайте близко к проходящим судам, лодкам, катерам;
- опасно заплывать далеко, так как можно не рассчитать своих сил;
- если вас подхватило течение, плывите по диагонали к ближайшему берегу;
- если вы попали в водоворот, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду, и сделав сильный рывок в сторону, выплывайте;
- при купании не доводите себя до озноба. При переохлаждении могут возникнуть судороги, произойти остановка дыхания, потеря сознания;
- избегайте теплового удара, не находитесь длительное время на солнце;
- опасно прыгать или резко входить в воду после длительного пребывания на солнце. При охлаждении в воде происходит резкое рефлекторное сокращение мышц, что влечет за собой остановку дыхания;
- соблюдайте питьевой режим.

Помните: находясь у воды, никогда не забывайте о собственной безопасности, будьте предельно осторожны!

## КАК ПРЕДУПРЕДИТЬ ПОЖАР

Ежегодно в нашем городе происходят десятки пожаров. Жертвами огня становятся и дети. К сожалению, пожар может возникнуть в любом месте и в любое время. Поэтому вы должны знать правила пожарной безопасности и то, как себя вести, если случится пожар.

Запомните: опасно баловаться спичками, зажигалками, они предназначены для хозяйственных нужд, но никак не для игр. Даже маленькая искорка может привести к большому пожару.

Ребятам младшего возраста опасно пользоваться бытовыми электроприборами, такими, как утюги, чайники, телевизоры, включать газовые плиты и др., самим топить печи, разжигать костры.

Пожары чаще всего происходят по следующим причинам:

- неосторожное обращение с огнем, игры с огнеопасными предметами;
- нарушение правил пожарной безопасности при эксплуатации бытовых электроприборов, печей;

## ЧТО НЕОБХОДИМО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВОЗНИК ПОЖАР

В первую очередь позвоните в службу спасения по телефону «01».

Сообщите что горит и точный адрес.

Если рядом есть взрослые, необходимо позвать их на помощь. Ни в коем случае не прячьтесь во время пожара в укромные места (под кровать, в шкаф, в кладовку и др.), пожарным будет трудно вас найти.

Если комната заполняется едким дымом, закройте нос и рот мокрой тканью, пригнитесь к полу и срочно покиньте помещение.

Твердо знайте, что из дома есть два спасительных выхода: если нельзя выйти через дверь, зовите на помощь из окна или с балкона.

Если пожар произошел в твоей квартире и есть возможность ее покинуть – убегай на улицу, не забудь плотно закрыть за собой дверь и сразу же сообщи о пожаре первым встречным прохожим, чтобы они вызвали пожарных.

Пожар может произойти в подъезде или в другой квартире. Если в подъезде огонь или дым, не выходите из квартиры. Откройте окно или балкон и зовите на помощь.

Во время пожара нельзя пользоваться лифтом: он может остановиться между этажами.

Если на вас загорелась одежда, падайте и катитесь, чтобы сбить пламя.

Если вы обожгли, например, руку – подставьте ее под струю холодной воды и позовите на помощь взрослых.

Ребята, соблюдая правила пожарной безопасности,  
вы никогда не попадете в беду!

## БЕЗОПАСНОСТЬ ПРИ ТЕРРОРИСТИЧЕСКИХ АКТАХ

Современная жизнь полна опасных неожиданностей, которые создают угрозу здоровью и жизни людей. Наряду с чрезвычайными ситуациями природного, техногенного и биолого-социального характера, которые чаще всего возникают от случайного стечения обстоятельств, человечество периодически переживает трагедии, вызываемые умышленными, целенаправленными действиями людей. Эти действия, всегда

связанные с насилием, получили название терроризм. Понятие «терроризм» означает страх, ужас. Все мы помним террористические акты в Нью-Йорке (взрыв Всемирного торгового центра), взрывы жилых домов в Москве. И совсем ужасная трагедия, которая произошла в Беслане Северной Осетии в связи с захватом террористами средней школы. Эта трагедия потрясла не только всю Россию, но и весь мир.

Любой человек по стечению обстоятельств может оказаться заложником у преступников. При этом они, преступники, могут добиваться достижения любых целей. Во всех случаях ваша жизнь может стать предметом торга для террористов. Захват может произойти на транспорте, в учреждении, на улице, в квартире.

Если вас взяли в заложники или похитили, рекомендуем придерживаться следующих правил поведения:

- самое главное: не поддавайтесь панике;
- не допускайте действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам;
- переносите лишения, оскорбления и унижения, не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе;
- при необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной, старайтесь не допускать истерик и паники;
- на совершение любых действий (сесть, встать, попить, сходить в туалет) спрашивайте разрешение;
- если вы ранены, постарайтесь не двигаться, этим вы сократите потерю крови. Помните: ваша цель – остаться в живых.

Помните, что получив сообщение о вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимое для вашего освобождения.

Во время проведения спецслужбами операции по вашему освобождению неукоснительно соблюдайте такие правила:

- лежите на полу лицом вниз, голову закройте руками и не двигайтесь;
- ни в коем случае не бегите навстречу сотрудникам спецслужб, это опасно;
- если есть возможность, держитесь подальше от проемов дверей и окон.

Если вы обнаружили подозрительный предмет, который может оказаться взрывным устройством

Если обнаруженный предмет не должен, как вам кажется, находиться «в этом месте и в это время», не оставляйте этот факт без внимания.

Если вы обнаружили забытую или бесхозную вещь в общественном транспорте, сообщите об этом взрослым или опросите окружающих людей. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю, кондуктору.

Если вы обнаружили подозрительный предмет в подъезде своего дома, опросите соседей, возможно, он принадлежит им. Если владелец не установлен, немедленно сообщите о находке в милицию по телефону «02» или в службу спасения «01».

Если вы обнаружили подозрительный предмет в школе, больнице или в любом другом учреждении, немедленно сообщите о находке в администрацию.

Во всех перечисленных случаях:

- не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте находку;
- зафиксируйте время обнаружения находки;
- отойдите как можно дальше от опасной находки;
- обязательно дождитесь прибытия оперативно-следственной группы;
- не забывайте, что вы являетесь самым важным очевидцем.

Помните: внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве маскировки для взрывных устройств используют обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, коробки, игрушки и т.п. Поэтому любой предмет, найденный на улице или в подъезде, может представлять опасность.

Не предпринимайте самостоятельно никаких действий с находками или подозрительными предметами, которые могут оказаться взрывными устройствами. Это может привести к их взрыву, многочисленным жертвам и разрушениям!

#### Памятка по безопасному поведению на льду

С наступлением холодов, когда начинают замерзать реки, озёра, пруды, на скользкую поверхность льда устремляются дети и молодёжь.

Приятно ведь, едва касаясь ледяной глади, промчаться на коньках или с крутого берега на санках скатиться на лёд, да так, чтобы дух захватило! Где уж тут думать об опасности! Особенно неосторожны бывают дети. Но и взрослые люди не всегда считаются с опасностью провала на льду. Нередко, возвращаясь с работы или направляясь к знакомым, стремясь сократить путь, они переходят водоём напрямик и оказываются в опасной ситуации!

Рыбаки, пребывая в азарте, пренебрегают мерами предосторожности и выходят на тонкий лёд, тем самым подвергая свою жизнь смертельной опасности.

Нельзя использовать первый лёд для катания и переходов, - молодой лёд тонкий, непрочный и тяжести человека не выдерживает! А в местах замерзания веток, досок и других предметов лёд бывает ещё слабее. И если такие места запорошил снег, то катающийся или проходящий в этих местах человек неизбежно попадёт в беду.

Переход водоёмов по льду в необозначенных местах всегда связан с риском для жизни. Поэтому переходить можно только там, где разрешён переход и имеются указатели входа с берега на лёд, вешки, обозначающие трассу перехода. При этом следует пользоваться проложенными тропами, ни в коем случае не отклоняться в сторону от установленной трассы. Это важно помнить особенно при приближении весны, перед вскрытием рек, когда лёд становится рыхлым, хотя внешне он по-прежнему кажется крепким. А при отсутствии проложенных троп - убедиться в прочности льда с помощью подручных средств (палка и др.). Но нашим жителям необходимо знать и всегда помнить о том, что в округе переходы через водоёмы запрещены!

Проверять прочность льда ударами ноги опасно. Во время движения по льду следует обходить опасные места и участки, покрытые толстым слоем снега.

Безопасным для перехода считается лёд с голубоватым или зеленоватым оттенком и толщиной не менее 7 см.

Лёд на водоёмах становится прочным лишь в период полного зимнего ледостава. Однако и в этот период немало возникает опасных для катания и переправ мест.

К ним относятся: проруби и промоины, образуемые быстрым течением рек, подземными ключами,

выходящими на поверхность, спусками тёплой воды от промышленных предприятий, рыбацкие лунки, места выколки льда.

При переходе водоёма по льду на лыжах рекомендуется пользоваться проложенной лыжней, а при ее отсутствии, прежде чем двигаться по целине, следует отстегнуть крепления лыж и снять петли лыжных палок с кистей рук, рюкзак необходимо взять на одно плечо.

Для любителей подлёдного лова – дополнительные меры предосторожности:

- не следует пробивать несколько лунок рядом;
- опасно собираться большими группами на одном месте;
- не ловить рыбу возле промоин;
- обязательно запастись верёвкой длиной 12-15 метров.

Если вы всё-таки оказались в воде: необходимо избавиться ото всех тяжёлых вещей и, удерживаясь на поверхности, постараться выползти на крепкий лёд. Из узкой полыньи надо «выкручиваться»: перекатываясь с живота на спину, одновременно выползая на лёд.

При оказании помощи провалившемуся под лёд, нельзя подходить к нему стоя из-за опасности самому попасть в беду, надо приближаться лёжа с раскинутыми в сторону руками и ногами. Хорошо если под рукой имеются длинная палка, доска, верёвка или другие предметы – их надо использовать для оказания помощи. Если же ничего нет – то необходимо обойтись подручными средствами – ремнём, связанными шарфами, курткой и т.п.

Но могут быть и такие случаи, когда нет никаких подсобных предметов для оказания помощи. В этом случае несколько человек ложатся на лёд и цепочкой продвигаются к пострадавшему, удерживая друг друга за ноги, а первый подаёт пострадавшему ремень, верёвку и т.п. Если тянуть потерпевшему руки, то он может стащить за них не имеющего опоры человека в воду.

Пострадавшего надо немедленно переодеть в сухую одежду и обувь, дать съесть что-либо сладкое, напоить горячим чаем и заставить его активно двигаться; необходимо как можно быстрее доставить его в тёплое помещение. Ни в коем случае нельзя давать алкоголь – в подобных случаях это может привести к летальному исходу. Довольно редко лёд проламывается мгновенно. Обычно этому предшествует проседание льда и характерное потрескивание. В таком случае следует немедленно вернуться назад по своим же собственным следам.

Самое главное – сохранять хладнокровие, потому что даже плохо плавающий человек способен некоторое время удерживаться на поверхности за счёт воздушной подушки, образовавшейся под одеждой. Вместе с тем активно действовать необходимо сразу же, пока ещё не промокла одежда, не замёрзли в холодной воде руки, не развились характерные для переохлаждения слабость и безразличие.

10-15 минут пребывания в ледяной воде опасно для жизни!

Помните – своевременно принятые меры безопасности на льду предохраняют от беды!

Памятка по безопасности для школьника

Вызов экстренной помощи по телефону

01 — единая спасательная служба МЧС России (пожарная охрана)

02 — милиция

03 — скорая помощь

04 — аварийная газовая служба

112 — экстренная служба

Ребенок должен помнить, что беседа с оператором экстренной службы проходит по определенным правилам:

Сообщи кратко

1. Причину вызова.

2. Фамилию, имя, телефон и адрес.

Не вешай трубку до конца разговора!!!

Если ты на улице

Если ты хочешь куда-либо пойти, обязательно предупреди родителей, куда, с кем ты идешь и когда вернешься, а также расскажи свой маршрут движения.

Во время игр не залезай в стоящие бесхозные машины, подвалы и другие подобные места.

Постарайся, чтобы твой маршрут не пролегал по лесу, парку, безлюдным и неосвещенным местам.

Если тебе показалось, что тебя кто-то преследует, перейди на другую сторону дороги, зайди в магазин, на автобусную остановку, обратись к любому взрослому человеку.

Если ты где-то задержался, попроси родителей встретить тебя.

Если твой маршрут проходит по автомагистрали, иди навстречу транспорту.

Если машина тормозит возле тебя, отойди от нее подальше.

Если тебя остановили и попросили показать дорогу, постарайся объяснить все на словах, не садясь в машину.

Если незнакомый человек представился другом твоих родственников или родителей, не спеши приглашать его домой, попроси дождаться прихода взрослых на улице.

Если тебе навстречу идет шумная компания, перейди на другую сторону дороги, не вступай ни с кем в конфликт.

Если к тебе пристали незнакомые люди, угрожает насилие, громко кричи, привлекай внимание прохожих, сопротивляйся. Твой крик — твоя форма защиты!

Твоя безопасность на улице во многом зависит от тебя!

По возвращении домой не теряй бдительности!!!

Если при входе в подъезд ты заметил посторонних, подожди пока кто-нибудь из знакомых не войдет в подъезд вместе с тобой.

Не входи в лифт с незнакомым человеком.

Если ты обнаружил, что дверь в твою квартиру открыта, не спеши входить, зайди к соседям и позвони домой.

Если ты дома один

Попроси своих друзей и знакомых, чтобы они предупреждали тебя о своем визите по телефону.

Если звонят в вашу квартиру, не спеши открывать дверь, сначала посмотри в глазок и спроси, кто это (независимо от того, один ты дома или с близкими).

На ответ «Я» дверь не открывай, попроси человека назваться.

Если он представляется знакомым твоих родных, которых в данный момент нет дома, не открывая двери, попроси его прийти в другой раз и позвони родителям.

Если человек называет незнакомую тебе фамилию, говоря, что ему дали этот адрес, не открывая двери, объясни ему, что неправильно записал нужный ему адрес и позвони родителям.

Если незнакомец представился работником ДЭЗа, почты или другого учреждения сферы коммунальных услуг, попроси его назвать фамилию и причину прихода, затем позвони родителям и выполни их указания.

Если пришедший представился сотрудником отдела внутренних дел (милиции), не открывая двери, попроси прийти его в другое время, когда родители будут дома, и сообщи им.

Если незнакомец попросил воспользоваться телефоном для вызова милиции или «скорой помощи», не спеши открывать дверь; уточнив, что необходимо сделать, сам вызови нужную службу.

Если на лестничной площадке собралась компания, распивающая спиртные напитки и мешающая твоему отдыху, не вступай с ней в конфликт, а вызови милицию.

Вынося мусорное ведро или отправляясь за газетой, посмотри сначала в глазок, нет ли посторонних лиц вблизи твоей квартиры; выходя, запри дверь.

В дверях квартиры не оставляй записки о том, куда и на сколько ты ушел.

Дом будет твоей крепостью, если ты сам будешь заботиться о своей безопасности.

Помни, что во многих случаях умение сказать «НЕТ» — это проявление не слабости, а собственной силы, воли и достоинства.

Помни! Сохраняя самообладание,

ты сбережешь свои физические силы, необходимые для того, чтобы дождаться помощи поисковой или спасательной службы!

**ТЕБЯ ОБЯЗАТЕЛЬНО СПАСУТ!!!**

Если тебя захватили в качестве заложника

Возьми себя в руки, успокойся и не паникуй.

Если тебя связали или закрыли глаза, попытайся расслабиться, дышать глубже.

Не пытайся бежать, если нет полной уверенности в успешности побега.

Запомни как можно больше информации о террористах, их количестве, степени вооруженности, особенностях внешности, темах разговоров.

Подробная информация поможет впоследствии в установлении личностей террористов.

По возможности расположись подальше от окон, дверей и самих похитителей, т.е. в местах большей безопасности.

По различным признакам постарайся определить место своего нахождения.

В случае штурма здания рекомендуется лечь на пол лицом вниз, сложив руки на затылке.

Будь уверен, что милиция и спецслужбы предпринимают необходимые меры для твоего освобождения.

Взаимоотношения с похитителями

С самого начала (особенно первые полчаса) выполняй все распоряжения похитителей.

Займи позицию пассивного сотрудничества.

Говори спокойным голосом.

Избегай вызывающего враждебного поведения, которое может вызвать гнев захватчиков.



Не оказывай агрессивного сопротивления, не провоцируй террористов на необдуманные действия.

При наличии у тебя проблем со здоровьем, заяви об этом в спокойной форме захватившим тебя людям.

Не высказывай категорических отказов, но не бойся обращаться со спокойными просьбами о том, в чем остро нуждаешься.

Веди себя спокойно, сохраняя при этом чувство собственного достоинства.

При длительном нахождении в положении заложника

Не допускай возникновения чувства жалости, смятения и замешательства.

Мысленно готовь себя к будущим испытаниям.

Помни, что шансы на освобождение растут со временем.

Сохраняй умственную активность.

Постоянно находи себе какое-либо занятие (физические упражнения, жизненные воспоминания и т.д.).

Для поддержания сил ешь все, что дадут, даже если пища не нравится и не вызывает аппетита.

Думай и вспоминай о приятных вещах.

Будь уверен, что сейчас делается все возможное для твоего скорейшего освобождения.

Как вести разговор с похитителем

На вопросы отвечай кратко.

Будь осторожен, когда затрагиваются личные вопросы.

Внимательно контролируй свое поведение и ответы.

Не допускай заявлений, которые могут повредить тебе или другим людям.

Оставайся тактичным при любых обстоятельствах.

Контролируй свое настроение.

Не принимай сторону похитителей.

Не выражай активно им свои симпатии и приверженность их идеалам.

В случае принуждения вырази поддержку требованиям террористов (письменно, в звуко- или видеозаписи), укажи, что они исходят от похитителей.

Избегай призывов и заявлений от своего имени.