

МАОУ ДО ГДДЮТ



**ПАМЯТКИ
для обучающихся в МАОУ ДО ГДДЮТ**

**г. Улан-Удэ
2020г.**

«Безопасность на транспорте»

Внимание! Знай и строго выполняй!

1. Правила для пассажиров общественного транспорта:

- в темное время суток избегайте пустынных остановок. Ожидая транспорт, стойте на хорошо освещенном месте рядом с другими людьми;
- ожидайте транспорт на остановке, не выходя на проезжую часть;
- не садитесь в транспорт до полной остановки;
- проходите в салон, не задерживайтесь в дверях;
- будьте осторожны, когда двери закрываются;
- уступайте место пожилым, больным, пассажирам с детьми;
- ведите себя спокойно, не мешайте проходу пассажиров;
- не заслоняйте стекло кабины водителя.

Правила поведения при нахождении в зоне действия железнодорожного транспорта:

- при движении вдоль железнодорожных путей не следует подходить ближе пяти метров к крайнему рельсу;
- на электрифицированных участках нельзя подниматься на опоры, прикасаться к ним и спускам, идущим от опоры к рельсу, лежащим на земле проводам;
- переходить железнодорожные пути следует только в установленных местах, пользуясь при этом пешеходными мостами, туннелями, переходами, а там, где их нет, - по настилам и в местах, где установлены указатели «Переход через пути»;
- при переходе через пути ни в коем случае не подлезайте под вагоны и не перелезайте через автосцепки;
- при ожидании поезда нельзя устраивать на платформе подвижные игры, бежать рядом с вагонами идущего поезда, стоять ближе двух метров от края платформы во время прохождения поезда без остановки;
- к вагону следует подходить только после полной остановки поезда;
- посадку в вагон и выход из вагона осуществляйте только со стороны перрона или посадочной платформы;
- при остановках поезда на перегоне, где время стоянки 1-2 мин., не рекомендуется выходить из вагона.

«Безопасность в природной среде»

Безопасность в природной среде

Безопасность на водоемах. Летом:

- не купайся и не ныряй в незнакомых местах;
- не заплывай за буйки;
- не уплывай на надувных матрацах и камерах далеко от берега;
- не подплывай к судам, лодкам, катамаранам.

Одновременно с умением плавать научись отдыхать на воде.

Если свело ногу, погрузись в воду и, распрямив спину, потяни на себя ступню за большой палец.

Помощь утопающему:

- брось ему спасательное средство (круг, камеру, надувную игрушку);
- ободрй тонущего, заставь держаться за плечи, транспортируй к берегу;
- если тонущий не контролирует свои действия, поднырни под него, схвати за волосы и плыви к берегу.

Зимой:

На водоемах зимой особенно опасен

тонкий лед. Если вы провалились под лед:

- передвиньтесь к тому краю полыньи, откуда идет течение;
- высуньтесь, грудью обопритесь на край полыньи и забросьте на лед одну ногу;
- перевернитесь на спину и осторожно отползите от воды.

Если на ваших глазах человек провалился под лед:

- возьмите палку, ремень, сумку и ползком двигайтесь к полынье;
- человек должен крепко ухватиться за брошенный ему предмет;
- теперь отползите подальше от полыньи, вытаскивая пострадавшего.

Правила поведения:

- не выходи на ненадежный лед. Наиболее прочен лед прозрачный с синеватым или зеленоватым оттенком. Белый, матовый, желтоватый - ненадежен; пористый, ноздреватый - опасен. Тоньше лед возле стока вод, обрывистых берегов, мороженных камней;
- переходи водоем только в устойчивую погоду, когда дорога отмечена вешками и надежно протоптана.

Безопасность в лесу.

Прежде чем войти в лес, определись на месте по сторонам света, запомни ориентиры.

Если вы заблудились в лесу:

- постарайтесь выйти на поляну или любую открытую местность;
- пользуйтесь природными ориентирами: северная сторона дерева покрыта лишайниками и мхами, а на южной - всегда больше ветвей, листва более густая;
- в солнечную погоду определить направление на юг можно по наручным часам: часовую стрелку направьте на солнце, угол между часовой стрелкой и цифрой «1» на циферблате разделите пополам лезвием ножа, которое и укажет нужное направление.

Летом в лесу.

Большую опасность в летний период в лесу представляют клещи.

Чтобы избежать укуса клеща, необходимо:

- при путешествии в лесной зоне в опасный период сделать противэнцефалитную вакцину;
- во время перехода заправить верхнюю куртку в штаны. Застегнуть, а лучше стянуть с помощью веревки манжеты на рукавах. Надеть капюшон;
- каждые полтора-два часа осматриваться, проверять складки одежды;
- стараться избирать путь по светлым, без подлеска, рощам, сухим сосновым борам. Избегать затененных, с густым подлеском и травостоем лесов;
- при укусе - залить место, где присосался клещ, жиром и вытянуть его с помощью пинцета или нитяной петли, заведенной под головку. Можно также попытаться поддеть клеща, чтобы не внести в ранку инфекцию;
- всосавшегося клеща нельзя пытаться давить или резко выдергивать. Это лишь повысит вероятность заражения энцефалитом;
- в нормальных условиях клеща лучше не трогать и, быстро добравшись до города, обратиться к врачу.

«Рекомендации обучающимся по действиям в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, связанных с риском захвата в заложники»

Действия при захвате заложников:

1. О факте захвата заложников немедленно сообщите руководителю организации, в РОВД _____ и органы ФСБ по указанным телефонам?
■ руководитель организации _____ тел. _____
Ф. И. О. _____
- дежурный РОВД _____ тел. _____
- оперативный дежурный ФСБ _____ тел. _____
2. По своей инициативе в переговоры с террористами не вступать.
3. При необходимости выполнять требования террористов, если это не связано с причинением ущерба жизни и здоровью людей.
4. Не противоречить террористам, не рисковать жизнью окружающих и своей собственной.
5. Не провоцировать действия, могущие повлечь за собой применение террористами оружия.
6. Обеспечить беспрепятственный проезд (проход) к месту происшествия сотрудников прибывших силовых структур.
7. Быть готовым ответить на вопросы командиров спецподразделений ФСБ и МВД, представить необходимую техническую документацию.
8. В дальнейшем выполнять указания штаба руководства проведением контртеррористической операции по освобождению заложников.

Рекомендации по действиям в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, связанных с риском захвата в заложники

I. Меры профилактики риска быть захваченными на улице:

- подробно изучите местность возле своего дома, учреждение, в котором учитесь или работаете, их уединенные и наиболее опасные участки;
 - как можно чаще меняйте время и маршрут передвижения;
 - выбирайте маршрут передвижения, проходящий через оживленные и хорошо освещенные улицы;
 - избегайте использования «кратчайших» путей через глухие парки, пустыри, свалки и т. п.;
 - двигайтесь по маршруту, держитесь как можно дальше от подъездов и подворотен;
 - почувствовав преследование, остановитесь, проверьте свои подозрения.
- Если подозрение подтвердилось - измените направление и темп ходьбы, при необходимости бегите к освещенному многолюдному месту;
- повстречав на маршруте группу подозрительно выглядящих людей - обойдите их. При невозможности обойти, найдите попутчиков из числа сотрудников МВД, военных, гуляющих с большой собакой;
 - не садитесь в автомобиль к малознакомым и незнакомым людям;
 - при малейшей неуверенности не входите в неосвещенный подъезд;
 - вызвав лифт, отойдите в сторону от распахивающейся двери, чтобы избежать вероятности быть втолкнутыми в кабину насильно;

- перед открыванием дверей собственной квартиры, убедитесь, что на лестничной площадке нет посторонних лиц;
- оборудуйте входную дверь глазком, не открывайте ее незнакомым лицам;
- научите детей и родственников всему тому, что вы знаете и умеете сами;
- если, несмотря на все предосторожности, вы все же подверглись нападению с целью похищения (взятия в заложники) - постарайтесь отбиться от нападающих, подымите как можно больше шума.

II. Действия населения, оказавшегося в заложниках:

- не допускайте действий, которые могут спровоцировать террористов к применению оружия и привести к человеческим жертвам;
- стойко переносите лишения, не отвечайте на оскорбления и унижения, не смотрите в глаза преступникам;
- не ведите себя вызывающе, будьте покладисты, спокойны, по возможности - миролюбивы;
- внимательно следите за поведением преступников и их намерениями;
- выполняйте, по возможности, требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной, старайтесь не допускать истерик и паники;
- используйте любую возможность сообщить родственникам, милиции о случившемся и о вашем местонахождении;
- не совершайте действий (прием пищи, питье, хождение) без разрешения террористов;
- при ранении старайтесь не двигаться, сохраняйте силы, не допускайте потери крови;
- не падайте духом, ищите удобный и безопасный момент для совершения побега (своего освобождения);
- помните, что, получив сообщение о вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимые для вашего освобождения меры.

III. Как вести себя при освобождении из заложников спецподразделениями ФСБ (МВД) РФ:

- лежать на полу, лицом вниз, закрыв голову руками и не двигаться;
- ни в коем случае не бежать навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как они могут принять заложника за преступника;
- если есть возможность - держитесь подальше от дверных и оконных проемов;
- постарайтесь запомнить мельчайшие подробности разговоров террористов и рассказать о них представителям следственных органов, возможно эта информация поможет предотвратить проведение последующих террористических акций;
- сохраняйте спокойствие, точно отвечайте на интересующие следствие вопросы.

«Действия при пожаре, взрыве в школе»

Пожар - неконтролируемое горение, причиняющее материальный ущерб, вред жизни и здоровью граждан, интересам общества и государства.

Опасные факторы при пожаре:

1. Воздействие токсичных продуктов горения

Основной причиной гибели людей на пожарах является отравление угарным газом. Это опасное вещество реагирует с гемоглобином крови в 200-300 раз активнее, чем кислород, вследствие чего организм не снабжается кислородом.

В 50-80% случаев гибель людей на пожарах вызывается отравлением угарным газом и недостатком кислорода.

Следует обратить особое внимание на горение синтетических материалов, которые широко используются в современных учреждениях и квартирах. Они не просто великолепно горят, но еще и выделяют целую гамму высокотоксичных веществ. Более того, сгорая, они испускают настоящие отравляющие вещества - до 100 видов.

2. Пониженная концентрация кислорода в зоне пожара

В условиях пожара при сгорании различных веществ и материалов концентрация кислорода в помещении уменьшается (норма - 22-24%).

Понижение концентрации кислорода всего лишь на 3% от нормы вызывает ухудшение двигательных функций организма.

3. Высокая температура окружающей среды

Пребывание на пожаре с температурой окружающей среды 70°C в течение 25-30 минут опасно, поскольку вызывает ожог дыхательных путей.

При температуре 140°C и содержании кислорода 6° смерть может наступить через несколько минут.

4. Открытый огонь.

Во-первых, в очаге сгорает все имущество; во-вторых, он уничтожает постройки (в первую очередь деревянные); в-третьих, огонь вызывает ожоги

3. Падающие части строительных конструкций

Обрушения строительных конструкций под воздействием огня могут привести к гибели или нанесению увечья людям, оказавшимся в помещениях, охваченных огнем.

Взрыв - освобождение большого количества энергии в ограниченном объеме за короткий промежуток времени.

Поражающие факторы взрыва:

1. Воздушная ударная волна

При взрывах ударная волна представляет собой область сильного сжатия воздуха, которая оказывает механическое воздействие (давление, разрушение) на окружающие тела, наносит людям различные травмы (ушибы, вывихи, переломы, контузии).

Кроме непосредственного действия ударная волна наносит также косвенные поражения - обломками разрушаемых зданий.

2. Осколочные поля

Поражение людей происходит в результате разлета осколков и «начинки» взрывного устройства, а также летящими обломками разного рода строительных конструкций, стекла и т. д.

Действия при пожаре и взрыве:

1. Вызвать пожарную охрану по телефону «01».
2. Не входить в зону задымления, если видимость менее 10 м.
3. В сильно задымленном помещении надо двигаться ползком или пригнувшись, органы дыхания закрыть увлажненной тканью.
4. Прежде чем войти в горящее помещение, накройтесь с головой мокрым куском плотной ткани, пальто, плащом.
5. Дверь в задымленное помещение открывать следует осторожно, чтобы избежать вспышки пламени от быстрого притока воздуха.
6. Если на вас загорелась одежда, надо лечь на пол (землю) и, перекатываясь, сбить огонь или набросить на себя пальто, плащ и плотно прижать, чтобы прекратить приток воздуха к огню.
7. При тушении пожара используйте огнетушители, пожарные краны, воду, песок и другие подручные средства.
8. Если горит вертикальная поверхность, воду подавать в верхнюю ее часть.
9. Огнегасящие вещества направлять не в места наиболее интенсивного горения и не на пламя, а на горящую поверхность.
10. При неизбежности взрыва быстро лечь на пол и прикрыть голову руками (при этом положении воздействие ударной волны уменьшается примерно в 6 раз).
11. Не паникуй, будь бдительным и внимательным. Опасайся падения штукатурки, строительных конструкций. Держись дальше от окон, зеркал, светильников.
12. Постарайся как можно быстрее выйти на улицу и отойти подальше от здания. При покидании здания не пользоваться лифтом, а использовать запасные выходы, наружные и приставные лестницы.

Безопасные места в здании при взрыве:

- места соединения несущих конструкций (пола и стены);
- дверные проемы в несущих стенах.

Опасные места в здании при взрыве:

- лифт;
- лестничные марши;
- нависшие строительные конструкции;
- подвесные потолки, антресоли;

- перекрытия с большими трещинами;
- застекленная поверхность (окна, лоджии, зеркала, шкафы, двери).

Алгоритм действий при пожаре в школе:

- тревога (оповещение);
- вызов пожарных-спасателей («01»);
- эвакуация (покинуть здание);
- сбор (заранее согласованное место);
- переключка (проверка по классному журналу).

Помни!!!

Ты не должен паниковать и в одиночку бороться с огнем,
прыгать из окна и прятаться!

Ты должен сохранять спокойствие и принять меры для
оповещения (поднять тревогу) и спасения жизни!

«Безопасность на улицах и дорогах»

Внимание! Знай и строго выполняй!

Безопасность на улицах города:

- выбирай не самый короткий, а самый безопасный маршрут до дома, школы;
- если рядом притормозила машина, немедленно отойди от нее в сторону. Что бы ни говорил водитель, нужно держаться от машины на расстоянии. Ни в коем случае в нее не садись;
- на безлюдной улице, проходя мимо незнакомца или компании незнакомых людей, соблюдай безопасную дистанцию (не менее 2 метров);
- если неизвестные люди пытаются с тобой познакомиться, дарят подарки, приглашают в гости, немедленно уходи. Затем расскажи об этом родителям;
- если незнакомцы настойчивы - громко кричи, брыкайся, кусайся, убегай в ближайшее безопасное место;
- никогда не ходи в подвалы и на чердаки домов - там очень опасно;
- не заходи в лифт с незнакомыми людьми, не поднимайся в одиночку по темным опасным лестницам, ни под каким видом не заходи в чужие квартиры;
- не броди по двору и улицам в одиночку, когда в вашем районе произошла серия нераскрытых преступлений.

Электробезопасность.

Если хочешь долго жить - не приближайся без крайней необходимости к находящимся под напряжением проводам и электроустановкам.

Нельзя:

- влезать на опоры высоковольтных линий;
- играть под воздушными линиями электропередач;
- устраивать под высоковольтными линиями походные биваки и стоянки;
- разводить костры под высоковольтными линиями;
- делать на провода набросы проволоки и других предметов;
- запускать под высоковольтными линиями воздушного змея;
- влезать на крыши домов и строений, где поблизости проходят электрические провода;
- заходить в электрощитовые и другие электротехнические помещения;
- крайне опасно касаться оборванных висящих или лежащих на земле проводов или даже приближаться к ним.

Защита от злой собаки. При нападении собаки.

Надо:

- попытаться остановить нападающую собаку громкой командой «Фу», «Сидеть», «Стоять» и др.;
- бросить в собаку какой-нибудь предмет, чтобы выиграть время;
- защищаться с помощью палки или камня;
- при прыжке собаки - защитить горло, прижав подбородок к груди и выставив вперед руку;
- бить собаку по наиболее уязвимым местам: голове, носу, в пах, по хребту или задним лапам;
- призвать на помощь окружающих.

Нельзя:

- заигрывать с незнакомой собакой, даже если она кажется вам дружелюбной;
- подходить к собаке, когда она ест или стережет какую-нибудь вещь;
- показывать ей свой испуг, неуверенность;
- пытаться убежать;
- поворачиваться к собаке спиной.

Что делать, если собака вас укусила?

Надо:

- промыть рану обильным количеством воды, лучше с перекисью водорода;
- окружность раны смазать йодом и наложить чистую повязку;
- срочно обратиться в ближайший травмпункт.

Безопасность на дороге

Знай и соблюдай правила дорожного движения

Правила перехода дороги по нерегулируемому пешеходному переходу:

- остановись у пешеходного перехода на краю тротуара, не наступая на поребрик (бордюр);
- посмотри налево и направо и определи: какая это дорога - с двусторонним движением или с односторонним;
- пропусти все близко движущиеся транспортные средства;
- убедись, что нет транспортных средств, движущихся в сторону пешеходного перехода задним ходом;
- начинай переход только на безопасном расстоянии от движущихся транспортных средств, определяя это расстояние, помни об остановочном пути;
- пересекай проезжую часть быстрым шагом, но не бегом!
- не прекращай во время перехода наблюдать за транспортными средствами слева, а на другой половине дороги - справа;
- при вынужденной остановке на середине проезжей части не делай шагов ни вперед, ни назад! Следи за транспортными средствами, движущимися слева и справа;
- при одностороннем движении наблюдай за транспортными средствами со стороны их движения;
- иди по переходу под прямым углом к тротуару, а не наискосок.

Правила для пешеходов:

- ходи только по тротуарам, если тротуара нет - иди по обочине навстречу движению;
- переходи улицу только там, где разрешено, посмотри сначала налево, потом направо;
- не переходи улицу на красный свет, даже если нет машин;
- не играй на дороге или рядом с ней;
- не выбегай на проезжую часть;
- не выходи на мостовую из-за препятствия;
- автобус и троллейбус обходи сзади, а трамвай - спереди.

Правила для велосипедистов:

- когда садишься на велосипед, проверь руль и тормоза;
- ездить на велосипедах по дорогам можно только с 14 лет, а на мопедах с 16 лет;
- запрещается ездить по проезжей части, если есть велосипедная дорожка;
- если надо пересечь дорогу, это делается пешком, держа велосипед за руль по обычным правилам для пешеходов;
- во время езды на велосипеде не выпускай руль из рук.