

Комунальний заклад
«Балашівська гімназія Кропивницької міської ради»

**Тиждень знань безпеки життєдіяльності
на тему: «Помічай, упізнавай, поведься
безпечно!»
10.04-14.04.2023р.**

5-А клас

**Година спілкування
«Безпечна поведінка під
час війни»**

***Поведінка в
надзвичайній
ситуації***



1. Переглянули та обговорили відеофільми в ютубі.

- <https://www.youtube.com/watch?v=CPH43eKhEwQ>

2. Провели тренінг: «Послідовність дій під час повітряної тривоги, обстрілів, комендантської години».

Повітряна тривога

Якщо ви почули гудки сирен, переривчасті гудки підприємств або звуки гучномовця, що тривають протягом декількох хвилин, це означає попереджувальний сигнал « **Увага всім** ».



Під час обстрілу

Якщо ваше житло розташоване в зоні регулярних збройних дій, перш за все потрібно зміцнити вікна (наприклад, клейкою плівкою). Так ви уникнете розльоту уламків скла. Проте краще закрити вікна мішками з піском або масивними меблями.



Правила поведінки під час комендантської години

Під час комендантської години в Державній службі надзвичайних ситуацій України рекомендують дотримуватись правил світломаскування :

- зашторювати вікна;
- вимикати світло в оселях;
- гасити вуличне освітлення своїх будинків;
- прибирати з підвіконь усі лампи, зокрема й фітолампи по догляду за рослинами.



[ПЕРЕГЛЯНУТИ
ВІДЕО](#)

3. Розглянули та обговорили пам'ятки про правила поведінки в незвичайних ситуаціях, правила поведінки з вибухонебезпечними предметами.

При першій можливості покиньте разом із сім'єю небезпечну зону. У разі неможливості виїхати особисто, відправити дітей і родичів похилого віку до родичів, знайомих. Необхідно взяти із собою всі документи, коштовні речі і цінні папери.

Підготовку до можливого перебування у зоні надзвичайної ситуації доцільно починати завчасно. Необхідно підготувати «екстрену валізку» з речами, які можуть знадобитись при знаходженні у зоні надзвичайної ситуації або при евакуації у безпечні райони.

ОПОВІЩЕННЯ

Запам'ятайте! З метою привернення уваги населення до початку передачі термінової інформації територіальними органами цивільного захисту включаються сирени, наявні на відповідній території, а також у запису мережею телебачення і радіомовлення, що означає подачу попереджувального сигналу оповіщення «УВАГА ВСІМ!». Почувши такий сигнал, негайно увімкніть радіоприймач або телевізор і слухайте повідомлення управління з питань надзвичайних ситуацій.

На кожний вид надзвичайної ситуації підготовлені варіанти текстових повідомлень. Після подачі звукового сигналу сирени передається мовна інформація про надзвичайну ситуацію.

Вислухавши повідомлення, кожен громадянин повинен діяти без паніки відповідно до отриманих вказівок.

У повідомленні міститься інформація про надзвичайну ситуацію, місце і час її виникнення; територію (район, масиви, вулиці, будинки тощо), яка

потрапляє в осередки (зони) ураження; порядок дій при надзвичайних ситуаціях та іншу інформацію.

Кожний громадянин, який перебуває на роботі, повинен виконувати всі розпорядження керівника суб'єкта господарювання і діяти відповідно до вказівок органів управління цивільного захисту.

Якщо ви перебуваєте вдома, при виникненні надзвичайної ситуації слід:

- тримати постійно включеними радіоприймачі, телевізори, щоб слухати розпорядження і вказівки органів виконавчої влади, управління з питань надзвичайних ситуацій;

- повідомити сусідів про отриману інформацію;

- привести у готовність засоби індивідуального захисту органів дихання і шкіри, при їхній відсутності приготувати найпростіші засоби (повсякденний одяг, взуття, марлеві пов'язки, плівку тощо);

- постійно тримати при собі засоби індивідуального захисту, підготувати медичну аптечку, документи, засоби зв'язку, особистої гігієни, запас їжі, питної води і т.д.;

- провести в квартирі (будинку) протипожежні заходи (вимкнути газ, електропостачання тощо), закрити вікна, кватирки, ущільнити їх;

- уточнити місце найближчого укриття (підвального приміщення), де можна сховатися.

Якщо сигнал оповіщення застав вас у транспорті, громадському місці (магазині, театрі, на ринку тощо) необхідно уважно і спокійно вислухати повідомлення, визначитися, де поблизу є сховище, укриття і як можна швидше до нього дістатися. Якщо дозволяє час, можна добратися до свого помешкання і діяти відповідно до отриманих вказівок.

ПРИ ЗАГРОЗІ БОЙОВИХ ДІЙ

Підготовка оселі:

- нанести захисні смуги зі скотчу (паперу, тканини) на віконне скло для підвищення його стійкості до вибухової хвилі та зменшення кількості уламків і уникнення травмування у разі його пошкодження;

- по можливості обладнайте укриття у підвалі, захистіть його мішками з піском, передбачте наявність аварійного виходу;

- при наявності земельної ділянки обладнайте укриття на такій відстані від будинку, яка більше його висоти;

- зробити вдома запаси питної та технічної води;

- зробити запас продуктів тривалого зберігання;

- додатково укомплектувати домашню аптечку засобами надання першої медичної допомоги;

- підготувати (закупити) засоби первинного пожежогасіння;

- підготувати ліхтарики (комплекти запасних елементів живлення), газові лампи та свічки на випадок відключення енергопостачання;

- підготувати (закупити) прилади (примус) для приготування їжі у разі відсутності газу і електропостачання;

- підготувати необхідні речі та документи на випадок термінової евакуації або переходу до захисних споруд цивільного захисту або інших місць укриття (підвалів, погребів тощо);

особистий транспорт завжди мати у справному стані і запасом палива для виїзду у безпечний район;

при наближенні зимового періоду необхідно продумати питання щодо обігріву оселі у випадку відключення централізованого опалення.

Правила поведінки в умовах надзвичайних ситуацій воєнного характеру

Необхідно:

зберігати особистий спокій, не реагувати на провокації;

не сповіщати про свої майбутні дії (плани) малознайомих людей, а також знайомих з ненадійною репутацією;

завжди мати при собі документ (паспорт) що засвідчує особу, відомості про групу крові своєї та близьких родичів, можливі проблеми зі здоров'ям (алергію на медичні препарати тощо);

знати місце розташування захисних споруд цивільного захисту поблизу місця проживання, роботи, місцях частого відвідування (магазини, ринок, дорога до роботи, медичні заклади тощо). Без необхідності старатися як найменше знаходитись поза місцем проживання, роботи та малознайомих місць;

при виході із приміщень, пересуванні сходами багатоповерхівок або до захисної споруди цивільного захисту дотримуватись правила правої руки (як при русі автомобільного транспорту) з метою уникнення тисняви. Пропускати вперед та надавати допомогу жінкам, дітям, перестарілим людям та інвалідам, що значно скоротить терміни зайняття укриття;

уникати місць скупчення людей;

не вступати у суперечки з незнайомими людьми, уникати можливих провокацій;

у разі отримання будь-якої інформації від органів державної влади про можливу небезпеку або заходи щодо підвищення безпеки передати її іншим людям (за місцем проживання, роботи тощо);

при появі озброєних людей, військової техніки, заворушень негайно покидати цей район;

у разі потрапляння у район обстрілу сховатись у найближчу захисну споруду цивільного захисту, сховище (укриття). У разі відсутності пристосованих сховищ, для укриття використовувати нерівності рельєфу місцевості (канави, окопи, заглиблення від вибухів тощо). У разі раптового обстрілу та відсутності поблизу захисних споруд цивільного захисту – лягти на землю головою в сторону, протилежну вибухам. Голову прикрити руками (за наявності, для прикриття голови використовувати валізу або інші речі). Відкрийте рот – це вбереже від контузії у разі близького розриву снаряда або бомби. Не панікуйте! Займіть свою психіку чимось;

не виходьте з укриття до кінця обстрілу;

надавати першу допомогу іншим людям у разі їх поранення. Викликати швидку допомогу, представників ДСНС України, органів правопорядку, за необхідності військових;

у разі, якщо ви стали свідком поранення або смерті людей, протиправних до них дій (арешт, викрадення, побиття тощо) постаратися з'ясувати та зберегти якнайбільше інформації про них та обставини події для надання допомоги, пошуку, встановлення особи тощо. Необхідно пам'ятати, що ви самі або близькі

вам люди, також можуть опинитись у скрутному становищі і будуть потребувати допомоги.

Не підходять для укриття:

- під'їзди будь-яких будівель, навіть невеликі прибудовані споруди. Від багатоповерхових / багатоквартирних будинків взагалі слід відбігти хоча б метрів на 30–50, бо є великий ризик опинитися під масивними завалами. Захаращення підвалів таких будівель тягне ризик моментального пожежі або задимленості;

- різна техніка (не можна ховатися, скажімо, під вантажівкою або під автобусом);

- зовні під стінами сучасних будівель. Нинішні бетонні «коробки» не мають ні найменшого запасу міцності й легко розсипаються (або «складаються») не тільки від прямого влучення, але навіть від сильної вибухової хвилі: є великий ризик зсувів і завалів;

- не можна ховатися під стінами офісів і магазинів: від вибухової хвилі зверху буде падати багато скла; це не менш небезпечно, ніж металеві осколки снарядів;

- іноді люди інстинктивно ховаються серед будь-яких штабелів, у місцях, закладених контейнерами, заставлених ящиками, будматеріалами тощо (діє підсвідомий рефлекс: сховатися так, щоб не бачити нічого). Ця помилка небезпечна тим, що навколо вас можуть бути легкозаймисті предмети й речовини: виникає ризик опинитися серед раптової пожежі;

- часом люди зі страху стрибають у річку, у ставок, фонтан і т. д. Вибух бомби або снаряда у воді навіть на значній відстані дуже небезпечні через сильний гідроудар, що може призвести до важкої контузії.

Підходять для укриття:

- спеціально обладнані бомбосховища. Від звичайного підвалу це бомбосховище відрізняється товстим надійним перекриттям над головою, системою вентиляції й наявністю двох (і більше) виходів на поверхню;

- підземні переходи;

- метро (ідеально підходить);

- канава, траншея або яма;

- широкі труби водостоку під дорогою (не варто лізти занадто глибоко, максимум на 3–4 метри);

- вздовж високого бордюру або фундаменту паркана;

- дуже глибокі підвали під капітальними будинками старої забудови (бажано, щоб він мав 2 виходи);

- підземне овочесховище, силосна яма і т. п.;

- оглядова яма відкритого (на повітрі) гаража або СТО;

- каналізаційні труби поруч із вашим будинком, це дуже добрий сховок (але чи вистачить у вас сил швидко відкрити важкий люк? Важливо також, щоб це була саме каналізація або водопостачання – у жодному разі не газова магістраль!);

- ями-«воронки», що залишилися від попередніх обстрілів або авіанальотів.

У гіршому разі – коли в полі зору немає укриття, куди можна перебігти одним швидким кидком – просто лягайте на землю й лежіть, закривши голову

руками. Переважна більшість снарядів і бомб розриваються у верхньому шарі ґрунту або асфальту, тому осколки в момент вибуху розлітаються на висоті не менше ніж 30–50 см над поверхнею.

Отже, загальне правило: ваше укриття має бути хоч мінімально поглибленим і, разом із тим, має перебувати подалі від споруд, які можуть обрушитися зверху у разі прямого влучення або спалаху. Ідеальний захист дає траншея або канава (подібна окопу) завглибшки 1–2 метри, на відкритому місці.

При виявленні вибухонебезпечних предметів забороняється:

- перекладати, перекочувати з одного місця на інше;
- збирати і зберігати, нагрівати і ударяти;
- намагатися розряджати і розбирати;
- виготовляти різні предмети;
- використовувати заряди для розведення вогню і освітлення;
- приносити в приміщення, закопувати в землю, кидати в колодязь чи річку.

Виявивши вибухонебезпечні предмети, вживайте заходів з означення, огороження і охорони їх на місці виявлення. Негайно повідомте про це територіальні органи ДСНС та МВС за телефоном «101» та «102».

Якщо стався вибух:

- переконайтеся в тому, що ви не отримали значних травм;
- заспокойтеся і уважно озирніться навколо, зверніть увагу чи не існує загрози подальших обвалів і вибухів, чи не потрібна комусь ваша допомога;
- якщо є можливість – спокійно покиньте місце події;
- якщо ви опинилися в завалі – періодично подавайте звукові сигнали;
- пам'ятайте, що при низькій активності людина може протриматися без води п'ять діб;
- виконуйте всі розпорядження рятувальників.

При виявленні вибухових пристроїв

Для того, щоб вирізнити вибухові пристрої з-поміж усіх інших, варто запам'ятати їхні характерні ознаки:

- предмети є незнайомими або незвичними для цієї обстановки чи території;
- наявність звуків, що лунають від предмету (цокання годинника, сигнали через певний проміжок часу), миготіння індикаторної лампочки;
- наявність джерел живлення на механізмі або поряд з ним (батарейки, акумулятори тощо);
- наявність розтяжки дротів, або дротів, що тягнуться від механізму на велику відстань;
- предмет може бути підвішений на дереві або залишений на лавці.

Категорично забороняється:

- торкатися предмету і пересувати його;
- користуватися засобами радіозв'язку, мобільними телефонами (вони можуть спровокувати вибух);
- заливати його рідинами, засипати ґрунтом або чимось його накривати;
- торкатися підозрілого пристрою та здійснювати на нього звуковий, світловий, тепловий чи механічний вплив, адже практично всі вибухові речовини отруйні та чутливі до механічних, звукових впливів та нагрівання.

При виявленні вибухових пристроїв телефонуйте «101» та «102».
Бережіть себе й будьте уважні!

Збери тривожну скриньку



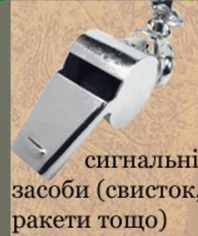
важливі документи



кредитні картки та готівка



дублювати ключів від будинку і машини



сигнальні засоби (свисток, ракети тощо)



запас питної води на 1-2 дні



ліхтарик і батарейки, сірники, запальничка, свічки



засоби інформації та зв'язку (радіоприймач і мобільний телефон)



запас їжі на кілька днів (круп, консерви, солодощі)



одяг (спідня білизна, штани, кофта, плащ, взуття)



аптечка



засоби гігієни (зубна щітка і паста, мило, рушник)