

ІНФОРМАЦІЙНІ МАТЕРІАЛИ **для проведення профілактичних бесід зі здобувачами освіти** **з питань безпеки дорожнього руху, правил безпеки на воді**

Шановні учасники освітнього процесу! З метою збереження життя та здоров'я здобувачів освіти, попередження нещасних випадків невиробничого характеру, а також на виконання листа Департаменту освіти і науки Одеської обласної державної адміністрації від 16.07.2020 року №1120/01/52-01-01 просимо ознайомитися з інформаційними матеріалами з питань безпеки дорожнього руху, правил безпеки на воді

1. Інформація з питань правил безпеки на воді:

1.1 Уміння триматися на воді — запорука безпеки. Купання у морі, річці, ставку.

Вода є не тільки джерелом життя, здоров'я та задоволення, але й джерелом небезпеки для життя людини. Зазвичай гинуть ті, хто порушує правила безпеки на воді. Уміння триматися на ній — запорука безпеки. У морі на воді триматися легше, бо густина солоної води вища за густину прісної.

Пам'ятайте, що на річці є течія. Дно річки може бути замуленим. Вода у ставках стояча, тобто більш забруднена, ніж у річках, і це може спричинити зараження при купанні.

1.2 Допомога потопуючому. Надання першої долікарської допомоги потерпілому.

Щоб допомогти потопуючому, слід дотримуватись правил:

— якщо поблизу вас є який-небудь плавучий предмет (найкраще — рятувальний круг), киньте його так, щоб потопуючий міг за нього вхопитися; краще, якщо прив'яжете до нього вірвовку, за яку потім можна підтягнути потопуючого до берега;

— якщо нещастя трапилося на мілководді, спробуйте підійти до потерпілого вбрід, щоб подати рятувальний засіб, але тримайте його так, щоб він був між вами і потерпілим;

— якщо ви спробуєте підпливти до потопуючого, краще коли у вас в руках буде рятувальний засіб, щоб потопуючий хапався за нього, а не за вас, розмовляйте з потерпілим, заспокоюйте його;

— опинившись на березі, викличте «швидку допомогу».

У разі надання першої долікарняної допомоги потерпілому після витягнення з води необхідно:

- очистити верхні дихальні шляхи від піску, мулу та водоростей;
- викликати блювання через подразнення язика;
- покласти під шию валик з одяжі;
- зробити штучне дихання «з рота в рот», якщо відсутнє дихання;
- зробити непрямий масаж серця, якщо немає пульсу;

— розтирати тіло, щоб воно нагрілося.

Допомогу постраждалому слід надавати залежно від його стану і якнайшвидше. Якщо постраждалий не подає ознак життя, це не повинно зупиняти надання першої допомоги. Поки є найменший шанс врятувати людину, треба проводити заходи щодо її рятування.

1.3 Правила поведінки на кризі. Надання допомоги потерпілому на воді взимку.

Правила поведінки на кризі:

— категорично забороняється перевіряти міцність льоду ударами палки та ніг;

— обходьте небезпечні місця та ділянки криги, вкриті снігом;

— вантаж перевозьте на санях;

— кататися на ковзанах можна лише тоді, коли товщина криги досягає 25 см;

— не можна стрибати й бігати по льоду, скупчуватись у великі групи.

Надання допомоги потерпілому на воді взимку:

— будьте якомога далі від ополонки;

— протягніть потерпілому довгу жердину, дошку або палицю, можна лижу, мотузку;

— витягаючи потерпілого, попросіть його працювати ногами; якщо вдалося потерпілого витягти, не піднімайтеся на ноги, рухайтесь до берега повзко/Л;

— на березі викличте «швидку медичну допомогу», загорніть потерпілого у ковдри або в сухий одяг;

— не занурюйте потерпілого в теплу воду, можуть виникнути серцеві проблеми;

— по можливості прикладіть до тіла пляшку з гарячою водою або грілку;

— дайте попити теплої води, якщо є — чаю.

1.4 Правила безпечної поведінки на воді та біля води.

Щоб приємно провести біля води вільний час, слід дотримуватися таких правил:

— діти повинні купатися обов'язково під наглядом дорослих; учитися плавати потрібно під керівництвом інструктора або батьків;

— не купайтесь і не пірняйте у незнайомих місцях, це можна робити у спеціально обладнаних місцях;

— не можна запливати за обмежувальні знаки;

— слід дуже обережно поводитися на надувних матрацах та іграшках, особливо, коли є вітер або велика течія;

— якщо течія вас підхопила, не панікуйте, треба пливти за течією, поступово і плавно повертаючи до берега;

— не купайтесь у холодній воді, щоб не сталося переохолодження;

— не треба купатися довго, краще купатися декілька разів по 20—30

хв;

- не можна гратися на воді у такі ігри, які можуть спричинити шкоду;
- не подавайте навмисних сигналів про допомогу;
- не пірняйте під людей, не хапайте їх за ноги.

1.5 Дія води на організм людини. Як правильно купатися

Вода є найціннішим даром природи. Без їжі людина може прожити понад місяць, а без води — декілька днів. Наявність води відіграє вирішальну роль у збереженні життя та здоров'я людини. Джерельна вода — найбезпечніша та найсмачніша. Воду з проточних водойм слід кип'ятити.

Приємно відпочивати біля води, але пам'ятайте, як слід правильно купатися:

- купатися рекомендовано вранці і ввечері;
- не слід купатися наодинці;
- не підпливайте до коловоротів, пароплавів і катерів;
- не стрибайте головою униз, де невідома глибина.

Не забувайте, що вода несе й небезпеку! Шторм у морі, повінь, сильна злива можуть завдати шкоди не тільки природі, але й людині!



2. Інформація з питань правил безпеки дорожнього руху:

2.1. Організація дорожнього руху. Правила безпеки при переході вулиці

Існує правосторонній, лівосторонній, односторонній і двосторонній

дорожній рух. У нашій країні транспорт рухається з правого боку або в одному напрямку. Пішоходи, щоб не створювати аварійної ситуації на дорогах, мають переходити проїзну частину по переходах -- підземних, надземних або наземних. При наземному переході необхідно подивитися ліворуч, а дійшовши до середини дороги,--праворуч.

2.2 Типи перехресть. Правила переходу дороги на перехрестях

Перехрестям називається місце перетину вулиць. Воно є регульованим і нерегульованим. На регульованому перехресті рух транспорту упорядковується за допомогою регулювальника або світлофора. Переходити дорогу необхідно тільки на зелене світло світлофора. Якщо перехрестя регулюється регулювальником, то слід підкорятися його сигналам. Пішоходи не повинні затримуватися чи зупинятися на дорозі, переходити перехрестя по діагоналі. За відсутності і світлофора, і регулювальника перехрестя є нерегульованим. Переходити його слід біля знаку «Пішохідний перехід» або по дорожній розмітці «зебра».

2.3 Правила переходу вулиці після висадки з міського транспорту

Після висадки з транспорту автобус і тролейбус обходять позаду, а трамвай попереду.

2.4 Дорожні знаки

Існує кілька груп дорожніх знаків: попереджуючі, пріоритетні, забороняючі, наказові, інформаційно-вказівні та знаки сервісу. За допомогою дорожніх знаків учасники дорожнього руху розуміють одне одного.

2.5 Дорожня розмітка

Для зменшення можливості дорожньо-транспортних пригод на дороги наносять дорожню розмітку, яка уточнює або підкреслює вимоги дорожніх знаків.

Дорожня розмітка може бути горизонтальною (наноситься на проїзній частині або по верху бордюру у вигляді стріл, ліній, написів) або вертикальною (наноситься на дорожніх спорудах, елементах обладнання доріг у вигляді смуг білого і чорного кольору). Вона допомагає водію вибрати правильне положення транспорту на проїзній частині дороги.

2.6 Рух за сигналами регулювальника

Регулювання транспортного руху і пішоходів у необхідних випадках здійснюється регулювальниками. Всі учасники дорожнього руху зобов'язані керуватися сигналами регулювальника, навіть якщо вони суперечать сигналам світлофора, дорожнім знакам і розмітці на дорозі.

2.7 Правила поведінки пасажирів в автомобілі.

Пасажир в автомобілі має поводитися так:

-- посадку та висадку з легкового автомобіля слід здійснювати не на проїзній частині, а в спеціально відведених місцях або біля бордюру і лише після повної зупинки транспорту; |найголовніше -- не зі сторони руху транспорту;

-- під час руху автомобіля не можна відволікати водія; чіпати ручки дверей; гратися гострими предметами; висовувати руки і голову у вікна

автомобіля;

-- треба обов'язково користуватися ременями безпеки.

2.8 Основні види дорожньо-транспортних пригод (ДТП). Поведінка при ДТП.

Найбільш розповсюджені види ДТП -- це наїзд на пішохода, зіткнення, перекидання автотранспорту.

Існує декілька правил для тих, хто виявився свідком або учасником ДТП:

-- за будь-яких обставин не залишати постраждалого без допомоги;

-- негайно сповістити про пригоду в ДАІ (це не обов'язково у разі відсутності жертв, а в учасників -- претензій одне до одного);

— намагатися максимально зберегти всі сліди пригоди;

— свідкам наїзду або аварії, після якої водій покинув місце пригоди, запам'ятати та записати номер, марку, колір і прикмети машини та водія, викликати «швидку допомогу», сповістити дорослих та працівників ДАІ.

2.9 Безпека руху велосипедиста

Велосипед є транспортним засобом пересування, і на нього також поширюються правила дорожнього руху.

Правила користування велосипедом:

— кататися на дитячому велосипеді може навіть малюк, але тільки на закритих для руху машин майданчиках, стадіонах та інших безпечних місцях;

— їздити на велосипеді по дорогах дозволяється з 14 років;

— велосипед має бути обладнаний світловідбивачами -- спереду білого кольору, з боків -- оранжевого, ззаду -- червоного;

Велосипедистові забороняється:

— рухатися по проїзній частині, коли поряд є велосипедна доріжка;

— рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках (крім дітей на дитячих велосипедах під наглядом дорослих);

— під час руху триматися за інший транспортний засіб;

— буксирувати велосипед;

— їздити, не тримаючись за кермо та знімати ноги з педалей;

— керувати велосипедом із несправним гальмом і звуковим сигналом, а також без освітлення у темну пору доби та в умовах недостатньої видимості.

2.10 Підсумкове заняття. Самозахист від ДТП.

Кращим засобом самозахисту від ДТП є виконання правил дорожнього руху. Досягти цього можна, завжди дотримуючись пішохідної дисципліни, а саме:

-- не переходити дорогу на червоне світло незалежно від наявності на ній автомобілів;

-- не вибігати на проїзну частину з тротуару, можна лише спокійно зійти, попередньо оцінивши ситуацію;

-- ходити лише тротуарами, а якщо вони відсутні -- по узбіччю, обов'язково повернувшись обличчям до транспорту, що рухається,-- тоді не тільки водій бачитиме пішохода, а й пішохід -- водія;

-- зібравшись переходити вулицю, спочатку подивитися ліворуч, а,

дійшовши до середини,-- праворуч;

-- на дорозі відстань до автомобіля залежить від швидкості, з якою той рухається, отже, навчіться розраховувати, коли до авто далеко, а коли -- близько; при цьому пам'ятайте, що навіть при швидкості 60 км/год гальмовий шлях автомобіля буде довшим за 15 метрів.

Пам'ятайте, що причиною ДТП може стати не тільки наїзд автомобіля або мотоцикла, але й велосипеда. Нерідко саме велосипедисти є джерелом напруженості на вулицях, у дворах. Чітко визначте для себе межі території для прогулянок, вулиці переходьте тільки в групі з іншими пішоходами.

Запитання та інформація до інтерактивної бесіди «А чи знаєте ви ..?»

Запитання: Яке явище в сучасних умовах називають «убивцею № 1» у світі?

Дорожньо-транспортні пригоди називають «убивцею № 1» у світі.

Запитання: Яке місце в Європі посідає Україна за рівнем смертності від дорожньо-транспортних пригод?

Прикро визнавати, але за рівнем смертності від дорожньо-транспортних пригод Україна посідає п'яте місце в Європі. За офіційною статистикою, торік в аваріях загинуло 4 709, травмовано – 38 917 осіб. Кожен третій загіблий – молода людина віком до 29 років.

Запитання: Що може трапитись із водієм, який із швидкістю 80 км/год здійснює наїзд на певну перешкоду?

Через 0,026 секунди після удару вдавлюється бампер із силою, яка у тридцять разів перевищує вагу автомобіля; через 0,039 секунд водій разом із сидінням стрімко рухається вперед на 15 см.; через 0,044 секунди він грудною клітиною ламає руль автомобіля; через 0,050 секунди швидкість падає настільки, що на автомобіль й на усіх пасажирів починає діяти сила тяжіння, яка у 80 разів перевищує їх вагу; через 0,068 секунди водій із силою у 9 тон вдаряється у щиток приборів; через 0,092 секунди водій та пасажир, який сидить поряд одночасно врізаються головами у переднє вітрове скло та отримують смертельні травми. Через 0,100 секунди, водія, який нахилився на руль відкидає назад; через 0,110 секунди автомобіль починає повільно рухатись назад; через 0,113 секунди, пасажир, який сидить позаду водія – якщо він теж не пристебнутий ременем безпеки – опиняється з ним на одній лінії та наносить йому ще один удар й одночасно отримує смертельні ушкодження; через 0,150 секунди уламки скла та заліза падають на землю. Місце зіткнення опиняється у пилуці. Таким чином, усе відбулось менше ніж за дві десятіх секунди.

Запитання: Які частини тіла пішохода зазнають найбільших травм у випадку зіткнення з ним автомобіля?

У дорослих цей удар припадає на нижні кінцівки, а в дітей – переважно на грудну клітину та голову. Це пов'язано з різницею у зрості між дорослими та дітьми. Саме тому діти зазнають більш важких ушкоджень.

Запитання: Наскільки зменшується вірогідність смертельного результату при використанні ременів безпеки?

Згідно розрахункам японських досліджень, застосування ременів безпеки допомагає уникнути смерті в 75 випадках зі 100. Американські дані ідентичні: 77 випадків зі 100, а при перекиданні – 91 зі 100.

Згідно статистиці вірогідність смертельного результату при фронтальному зіткненні для водіїв, що користуються ременями безпеки, зменшується в 2,3 рази, при бічному зіткненні – в 1,8 рази, а при перекиданні автомобіля – в 5 разів. По відношенню до пасажирів статистика дає ще більш обнадійливі цифри – при лобовому зіткненні ступінь ризику для пасажирів, які користуються ременем безпеки в 9 разів менше, ніж для тих, які не користуються.

Запитання: Що може трапитись, якщо подушка безпеки спрацює, коли людина не пристебнута ременем безпеки?

Людина за інерцією рухається вперед й удар подушки безпеки буде рівноцінний удару на панель приборів. Таким чином, людина може сильно себе травмувати. Подушка безпеки без ременя безпеки може вбити людину, однак в поєднанні з ним – врятувати життя.

Запитання: Яким чином можна убезпечити дітей, що є пасажирами автомобілю?

Особливо серйозні травми під час зіткнень отримують діти, що сидять не в дитячих сидіннях і не пристебнуті ременями. Тримати дітей на руках теж небезпечно, оскільки при зіткненні, навіть при швидкості близько 40 км/год, дитина вагою 5,5 кг дає на руки того, хто її тримає, навантаження рівноцінне 110 кілограмам. Утримати таку вагу жінці навряд чи вдасться. Найменших дітей (малюків у віці до 18 місяців) краще всього перевозити в дитячому сидінні, встановленому ззаду спинкою вперед. При зіткненні забезпечується хороший захист потилиці і спини. Крім того, дитячі сидіння для дітей вагою 9-18 кг повинні обладнатися ременями з п'ятьма точками кріплення. Така схема дозволяє розподілити ударне навантаження при зіткненні по більшій поверхні тіла дитини, чим знижується вірогідність отримання важких травм.