

Бесіди з техніки безпеки

1. Правила дорожнього руху

1.1. 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.

1.2 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».

1.3 Правила переходу вулиці після висадки з міського транспорту

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

1.4 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.

1.5 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.

1.6 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.

1.7 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.

1.8 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.

1.9 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.

1.10 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.

2. Правила пожежної безпеки

2.1 Вогонь — друг, вогонь — ворог. Причини виникнення пожеж

Вогонь здавна став надійним помічником у житті людей. Разом із тим необережне поводження з ним може призвести до виникнення пожежі.

Пожежі часто виникають через такі причини:

- несправність або неправильна експлуатація електрообладнання, газових плит, електричних побутових приладів;
- увімкнення в одну розетку декількох побутових приладів великої потужності;
- несправність електропроводки;
- сушіння речей над газовою плитою;
- користування саморобними електричними гірляндами для ялинки, запалювання хлопавок і бенгальських вогнів поблизу хвої;
- використання легкозаймистих маскарадних костюмів із паперу та вати;
- несправна або залишена без догляду побутова електротехніка;
- необережне поводження з вогнем; ігри з вогнем;
- удари блискавки;
- збереження легкозаймистих матеріалів та речовин на балконі та вдома;
- витік газу;
- використання піротехніки.

2.2 Дії під час виникнення пожеж у багатоповерховому,

приватному будинку. Способи захисту органів дихання від чадного газу.

Правила поведінки при пожежі:

- подзвонити до служби 01 (якщо це можливо); повідомити
- повну домашню адресу, що горить, свій телефон, прізвище, ім'я та по батькові, скільки поверхів у будинку, якщо ви знаєте — як до нього під'їхати;
- вікна відкривати не можна, адже кисень посилить полум'я;
- негайно вийти з приміщення, покликати дорослих;
- під час пожежі заборонено користуватися ліфтами; з висотного будинку не біжіть сходами вниз, якщо зайнялося внизу, а рятуйтеся на даху, використовуйте пожежну драбину.

Щоб уберегти органи дихання від чадного газу, слід пробуватися до виходу поповзом, бо внизу менше диму, накрити голову шматком мокрої тканини або пальтом.

2.3 Правила експлуатації побутових електричних і нагрівальних приладів

При користуванні електричними приладами не можна:

- залишати без догляду ввімкнені прилади;
- ставити під розеткою електронагрівальні прилади, бо контакти розетки можуть перегрітися;
- вмикати у розетку декілька приладів одночасно;
- торкатися оголених місць при порушенні електропроводки або оголенні електричного проводу, поломці розетки;
- вмикати несправні електричні праски, самовари тощо;
- стукати по екрану телевізора, що згас, він може зайнятися або вибухнути; телевізор необхідно негайно вимкнути. При користуванні нагрівальними приладами не можна:
- вмикати їх через трійник та розміщати під розетками;
- накривати, адже прилад перегрівається;
- використовувати у тривалому режимі.

2.4 Пожежнебезпечні речовини та матеріали. Пожежна безпека

при поводженні з горючими, легкозаймистими матеріалами та речовинами.

До пожежнебезпечних речовин належать лаки, фарби, горючі й мастильні речовини, розчинники, аерозолі, газ тощо

Пожежнебезпечними матеріалами є меблі, речі, газети, журнали, книжки, картон, дерев'яні споруди, пластмасові вироби і покриття, дрова, вугілля, обпилювання, стружка, прищеп.

Поблизу цих матеріалів категорично забороняється курити, користуватися відкритим вогнем. Якщо необхідно розігріти пожежнебезпечну рідину, це роблять за допомогою гарячої води.

При виникненні загоряння можна застосувати аерозольний хладоновий вогнегасник

«ОАХ» разового користування.

Горіння може розпочатися, коли є займиста речовина, кисень і джерело запалювання (відкритий вогонь). Горючі матеріали горять і після зникнення джерела запалювання. Особливо обережними треба бути з легкозаймистими матеріалами і речовинами (бензин, ацетон, спирт).

Синтетичні і пластикові вироби під час горіння виділяють отруйні гази.

2.5 Пожежнебезпечні об'єкти. Пожежна безпека під час новорічних свят

До пожежнебезпечних об'єктів належить приміщення будівель, у яких скупчується велика кількість людей, наприклад, актові зали шкіл. Існують нескладні правила, які допоможуть влаштувати і провести новорічне свято без ускладнень:

- не користуватися відкритими джерелами вогню;
- використовувати лише справні гірлянди заводського виробництва;
- не прикрашати ялинку легкозаймистими іграшками.

2.6 Правила пожежної безпеки у вашому домі. Гасіння пожежі в

квартирі на початковій стадії загоряння. Правила поведінки під час пожежі.

Пам'ятайте, що не можна вдома:

- користуватися несправними електричними побутовими приладами;
- захащувати балкони і підвали;
- гратися з вогнем;
- зберігати на балконах і в гаражах легкозаймисті матеріали;
- сушити речі над плитою.

Правила гасіння пожежі в квартирі на початковій стадії загоряння:

- слід вимкнути джерела струму, перекрити крани газоподачі, джерело вогню накрити простирадлом;
- якщо пожежа виникла через несправність електропроводки, нічого не можна заливати водою, можна взяти пісок, повстину, вогнегасники,"
- вікна відкривати не можна, бо кисень посилить вогонь.

Якщо вогонь відразу загасити не вдалося, необхідно якомога швидше покинути

приміщення і покликати на допомогу дорослих. Якщо є можливість, закрити по дорозі всі двері.

Не можна ховатися у шафах, під ліжком чи столом, у туалеті чи ванній кімнаті. Необхідно зателефонувати за номером 01.

2.7 Запобігання виникненню пожеж від електричного струму та

правила гасіння таких пожеж. Дії учнів при пожежі.

Для запобігання ушкодженню ізоляції і виникненню коротких замикань (і як наслідок — пожежі) не дозволяється:

- зафарбовувати й білити шнури і проводи; вішати на них будь-що;
- допускати зіткнення електричних проводів з телефонними, з теле- і радіоантенами, гілками дерев і покрівлями споруд;
- використовувати як провідник електричного струму телефонні і радіопроводи;
- довільно вбивати в стіни гвіздки, це може призвести до ушкодження скритої ізоляції;
- самостійно проводити ремонт електророзеток, переносити електропроводку.

Під час виникнення пожежі у приміщенні школи учні мають виконувати накази і розпорядження вчителів. План евакуації школярів має знаходитися у рамці під склом на видному місці. На ньому позначено також аварійні та запасні виходи.

Не можна ховатися у кабінетах, підсобних приміщеннях, туалетах тощо.

Під час евакуації треба поводитися організовано та не піддаватися паніці.

2.8 Домедична допомога постраждалим від пожежі

Швидкість і якість надання домедичної допомоги визначається підготовленістю осіб, які знаходяться поруч.

Якщо хтось постраждав від пожежі, слід:

- заспокоїти постраждалого, покликати дорослих;
- якщо під рукою немає води, накинути на постраждалого цупку тканину;
- як тільки вогонь згасне, зняти тканину, щоб не травмувати обгорілу шкіру;
- не зривати одяг з обгорілого тіла, акуратно розрізати його

- ножицями і зняти те, що знімається;
- до приїзду лікарів накласти на опік суху й чисту тканину.

2.9 Основні правила пожежної безпеки під час відпочинку в лісі.

Причинами пожежі в лісі можуть стати блискавка або засуха, але основною причиною виникнення пожеж у лісі є необережність людини. Пам'ятайте, що украй небезпечно:

- кидати палаючі сірники, недокурки;
- палити суху траву;
- розводити вогнища;
- залишати в лісі промаслені або просочені іншою горючою речовиною шматки тканини.

2.10 Підсумкова бесіда. Пожежна безпека.

Якщо виникла пожежа — облік часу йде на секунди. Не треба панікувати. Пам'ятайте, що необхідно остерігатися задимленості, високої температури, загазованості, обвалу конструкцій та споруд, вибухів технічного обладнання, падіння дерев (якщо пожежа в лісі). Найбільш небезпечними точками виникнення пожеж зазвичай стають частини квартири, де знаходяться електричні прилади та опалювальні пристрої, а також місця для зберігання вугілля, дров, бензину (підвал, горища, балкони, гаражі).

3. Запобігання отруєнь

3.1 Поширення отруєння грибами, рослинами та їх насінням.

Профілактика харчових отруєнь.

Гриби людина споживає у їжу з давніх часів. До їстівних відносяться білі гриби, красноголовці, маслянки, опеньки, грузді та ін.

На жаль, не всі знають, які гриби можна їсти, а які — ні. Отруєння грибами виникають при вживанні не тільки неїстівних, але й їстівних грибів — при неправильній їх обробці та консервуванні.

Отруєння грибами досить часто закінчуються смертю.

Щоб запобігти отруєнню, необхідно дотримуватись таких правил:

- збирати гриби тільки з дорослими;
- збирати гриби потрібно тільки ті, які ви добре знаєте;

- ніколи не збирайте і не вживайте гриби, в яких біля основи ніжки є стовщення (як, наприклад, у червоного мухомора), і не куштуйте їх;
- намагайтеся брати гриби тільки з ніжкою, особливо це стосується сироїжок, тільки так можна запобігти зустрічі з блідою поганкою;
- не збирайте «печериці», в яких на нижній поверхні шляпки є пластинки білого кольору;
- пам'ятайте про хибні опеньки: не беріть гриби з яскраво пофарбованим капелюшком;
- ніколи не вживайте сирі, червиві, ослизлі, вялі й зіпсовані гриби;
- будьте також уважними при збиранні ягід і рослин, не збирайте й не вживайте рослини та ягоди, які вам не відомі.

Здоров'я і навіть життя людини, що отруїлася грибами, залежить від того, наскільки своєчасно їй нададуть медичну допомогу.

При будь-якому отруєнні грибами, навіть на перший погляд нетяжкому, слід негайно звернутися до лікаря.

Симптоми отруєння: нудота, блювота, біль у животі, проноси, судоми, посилене потовиділення, мимовільне сечовиділення. До приходу лікаря необхідно перш за все постаратися будь-якими засобами вивести отруйну речовину з організму. Для цього необхідно звернутися до дорослих, щоб допомогли промити шлунок і спорожнити кишечник. Шлунок промивають теплою водою, содовим розчином або слабким розчином марганцевокислого калію.

Постраждалому не можна самому йти в лікарню, а також бігти або їхати на велосипеді. Це може сприяти швидкій дії отрути. Тому хворий до госпіталізації і в період перебування у лікарні повинен дотримуватися строгого постільного режиму.

Пам'ятайте — без грибів можна прожити!

3.2 Запобігання отруєнню хімічними речовинами

Отруйними речовинами, що найчастіше зустрічаються в побуті, є хлор, ртуть, аміак та ін. Існують правила, які допоможуть вам уникнути хімічних отруєнь:

- не можна брати в руки та вживати невідомі речовини;
- Якщо ви випадково розбили склянку з хімічною речовиною, негайно одягніть вологу марлеву пов'язку, провітріть приміщення, сповістіть про цей випадок дорослих;
- якщо ви відчули незнайомий запах або побачили розливу рідини, негайно залиште це місце, сповістіть дорослих.

4.1 Загальні відомості про природний та зріджений газ.

Умовно гази можна розділити на природний газ (болотний, водяний, коксовий, нафтовий і

чадний) і зріджений газ, який знаходиться під тиском у балонах (етан, пропан, бутан).

Зріджені гази не мають запаху, тому при використанні у побуті до них додають речовини із запахом для швидкого виявлення їх витоку із газових приладів.

4.2 Правила безпечного користування побутовими газовими

приладами.

Гази, і особливо продукти їх згоряння, спричиняють отруйну дію, тому треба дотримуватися особливої обережності. Необхідно провітрювати приміщення, де є газові прилади. Забороняється:

- користуватися газовими колонками при відсутності тяги;
- відкривати кран газопроводу, не перевіривши, чи закриті всі крани газової плити;
- стукати по кранах, пальниках твердими предметами;
- сушити речі над газовою плитою.

Почувши запах газу, перекрийте кран газопроводу і зателефонуйте 04.

4.3 Дії населення при виявленні запаху газу.

Якщо ви виявили запах газу в приміщенні, то дотримуйтесь наступних правил:

- не вмикайте електрику;
- не запалюйте сірники;
- не паліть;
- провітріть приміщення;
- перекрийте крани газоподачі;
- викличте аварійну бригаду за номером 04.

Будьте обережні: запобігайте утворенню іскор у будь-який спосіб, адже це може призвести до загоряння газу та його вибуху.

4.4 Ознаки отруєння. Запобігання отруєнню чадним газом.

Домедична допомога при отруєннях.

При отруєнні чадним димом або газом спочатку з'являється головний біль, потім запаморочення, загальна слабкість, сонливість, нудота, починається блювота. Потерпілий може знепритомніти, можливі зупинка дихання і навіть — летальний кінець. Необхідно негайно:

- сповістити дорослих про випадок, викликати лікаря;
- винести постраждалого на повітря;
- прикласти до носа потерпілого ватку з нашатирним спиртом.

Забороняється постраждалому давати пити (можна тільки змочити губи та обличчя), будь-які ліки.

5.1 Види боєприпасів, методи їх розпізнання. Небезпечні предмети

(знахідки) та дії при їх виявленні.

Час від часу в землі знаходять небезпечні знахідки — вибухові предмети, що й до сьогодні являють велику загрозу життю і здоров'ю людей. Це різні види боєприпасів: артилерійські снаряди, артилерійські та реактивні міни, авіаційні бомби, інженерні міни, ручні гранати. Зовні небезпечні предмети нагадують безформні шматки металу. Роздивлятися їх та кидати у вогонь не можна, адже це може призвести до нещасного випадку. Знайшовши небезпечний предмет, сповістіть про це дорослих.

Знайшовши небезпечний предмет, сповістіть про це дорослих.

5.2 Правила поводження з ВНП, невизначеними предметами та

речовинами.

Щоб уникнути нещасних випадків, треба твердо запам'ятати, що доторкатися до вибухових або невизначених предметів неможна, бо це небезпечно для життя.

Виявивши вибухонебезпечні предмети далеко від населених пунктів, треба добре запам'ятати дорогу до того місця, де їх виявлено, поставити біля них пам'ятну вішку.

Про знайдені вибухонебезпечні предмети треба негайно сповістити працівників місцевого самоврядування, міліції, найближчого підприємства, школи або просто дорослих, які є поблизу. До жодних самостійних дій вдаватися не можна!

5.3 Запобігання дитячому травматизму від ВНП побутового

призначення.

Не можна користуватися без нагляду дорослих піротехнічними засобами: хлопавками, петардами, феєрверками. Більш того,

не можна зберігати їх удома, адже вони належать до вибухонебезпечних предметів.

Міра безпеки зростає у випадку із саморобними піротехнічними іграшками: можна отримати важкі опіки, втратити зір, скалічитися та навіть загинути.

Так само існує висока ймовірність спричинити пожежу, якщо бавитися з вогнем біля горючих і легкозаймистих речовин та матеріалів,

5.4 Вогнепальна зброя — не забава. Небезпечність користування

мисливськими рушницями, виготовлення та випробування вибухових пакетів.

Вогнепальна зброя — не забава. Якщо в домі є мисливська рушниця або якась інша зброя, вона повинна зберігатися у спеціальному сейфі або дерев'яному ящику, які не дають можливості доступу стороннім особам.

Неповнолітнім та особам без спеціального дозволу зброю вдома тримати не можна.

Необережне поводження з предметами, призначення яких ви не знаєте, та вибухонебезпечними речовинами може призвести до нещасного випадку. Тим більше дітям не можна виготовляти вибухові чи вогнеонебезпечні предмети, перевіряти їх на міцність.

Вкрай небезпечно кидати їх у вогонь, бавитися поблизу них сірниками чи запальничками. Вибухова речовина, що знаходиться всередині, може вибухнути та завдати великої шкоди.

Балони зі стисненим газом при ушкодженні чи перегріванні на сонці також можуть вибухнути.

5.5 Заходи з безпеки під час збирання металевго брухту.

Правильні дії під час виявлення ВВП.

Особливо уважними треба бути при збиранні металевго брухту. При виявленні незнайомих предметів негайно сповістити про це класного керівника або когось із дорослих. Вибухові предмети являють високу загрозу здоров'ю і життю людей, отже, не можна ризикувати через власну недбалість або необережність.

5.6 Підсумкова бесіда. Обережність дітей – запорука життя та

здоров'я під час літніх канікул.

Не забувайте про правила безпеки під час канікул.

Пам'ятайте — випадково виявлені боєприпаси несуть у собі велику небезпеку! Знищувати небезпечні предмети можуть тільки спеціальні команди підричників.

Не можна гратися з вогнем, це може привести до трагічних наслідків.

Відпочиваючи влітку біля водоймищ, не забувайте про правила поведінки на воді.

6.1 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.

6.2 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 долікарської 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.

6.3 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.

6.4 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 купайтеся 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 пірнайте під людей, не хапайте їх за ноги.

6.5 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!

7.1 Поняття про джерела струму, їх небезпечність для життя та

здоров'я людини.

Нещасні випадки від дії електричного струму трапляються через пошкодження ізоляції електроприладів, обриви електропроводів, несправні розетки.

Важкість ураження електричним струмом визначається схемою включення людини в ланцюг. Найбільш небезпечним є дотикання людини до двох проводів або провідників струму. Життя людини буде залежати від того, наскільки швидко їй вдасться звільнитися від контакту з джерелом струму.

7.2 Правила користування побутовими електроприладами.

Щоб запобігти ураженню електричним струмом, не можна:

- залишати електроприлади ввімкненими без догляду;
- користуватися несправними приладами, саморобними побутовими приладами, особливо великої напруги;
- вмикати в одну розетку одночасно декілька приладів;
- торкатися оголених ділянок у місцях з'єднання приладів з клемами, вилкою, між собою;
- використовувати електричні прилади не за призначенням та не ознайомившись попередньо з інструкцією.

7.3 Правила поведінки при виявленні обірваного електричного

проводу.

Небезпечно наближатися до обірваного електричного проводу. Якщо провід не покрито ізоляцією, то він становить загрозу для життя людини. Доторкнувшись до нього, можна отримати ураження внутрішніх органів. Відкинути провід можна лише за допомогою сухої деревини чи гуми.

Якщо ви побачили обірваний електричний провід, не торкайтеся його та не намагайтеся прибрати. Негайно повідомте дорослим про місцезнаходження обриву.

7.4 Правила поведінки поблизу електрощитової, лінії електропередач.

Небезпечно знаходитись поблизу електричних щитків і лінії електропередач. Не можна торкатися проводів під напругою. Необачний рух може призвести до ураження електрострумом.

Правила безпечної поведінки в громадському транспорті

Ми з вами кожен день користуємось громадським транспортом: автобусом, маршрутним таксі, тролейбусом чи трамваєм. І мало хто замислювався над тим, що скупчення людей у замкнутому просторі, який пересувається з великою швидкістю, означає ситуацію підвищеного ризику. Досвід користування громадським транспортом допоміг створити звід правил, які допомагають людині співіснувати з машинами. У повсякденному житті слід дотримуватися таких правил.

У пізній час уникайте малолюдних зупинок. Очікуючи транспорт, стійте на добре освітленому місці поряд із людьми.

На зупинках не повертайтеся спиною до транспорту, що рухається; а коли машина наближається до зупинки, не намагайтеся стати в першому ряду нетерплячого натовпу —

вас можуть виштовхнути під колеса.

Автобус і тролейбус обходьте позаду, трамвай — попереду, будь-який транспорт може закрити собою інший, який рухається позаду ще з більшою швидкістю.

Не спіть, коли транспорт рухається: небезпечно не стільки прогавити потрібну зупинку, скільки травмуватися при різкому гальмуванні або маневруванні.

Не притуляйтеся до дверей, уникайте їздити на сходах і в проході. Якщо є можливість, користуйтеся проїзними квитками, це позбавить вас додаткового пересування салоном і не відволікатиме вашу увагу.

Не забувайте про кримінальну безпеку!

Не задивляйтеся у вікно, якщо на підлозі стоїть ваша сумка, тримайте її при собі; притуліть речі до стінки, якщо ви стоїте. Пам'ятайте, що в громадському транспорті часто діють кишенькові злодії, а їх улюблені місця — у проході та біля дверей.

Намагайтеся не сідати в порожні автобуси, тролейбуси, трамваї. А якщо ви єдиний пасажир і їдете пізно, то сідайте ближче до водія, не біля вікна, а біля проходу, тоді до вас незручно буде підсісти. Якщо у вагоні з'явився агресивний або розв'язний пасажир, відверніться від нього і не зустрічайтеся з ним поглядом.

У громадському транспорті не виключені випадки пожеж.

Якщо в салоні виникла пожежа, негайно повідомте про це водія та пасажирів; попросіть зупинитися і відчинити двері або натисніть кнопку аварійного відкриття дверей. Постарайтеся застосувати для гасіння вогнища вогнегасник у салоні або інші підручні засоби.

При блокуванні дверей для евакуації застосовуйте аварійні люки вгору та виходи через бокове скло. При евакуації будьте обережні, бо металеві частини трамваїв і тролейбусів можуть виявитися під напругою через порушення захисної ізоляції.

При горінні резини та пластику виділяються отруйні гази, тому салон залишайте швидко, закривши ніс та рот мокрою хустиною або рукавом.

Пам'ятка безпечної поведінки вдома та на вулиці.

Якщо ви залишилися вдома без дорослих, нікому чужому не відчиняйте двері. На питання незнайомих людей, чи є тато та мама, краще відповісти, що батьки зараз відпочивають. На телефонні дзвінки з питанням, чи є батьки вдома або коли вони повернуться з роботи, треба відповідати, що вони зараз зайняті й запитати, коли й кому зателефонувати.

Ніколи не запрошуйте додому малознайомих хлопців і дівчат.

Не хваліться перед людьми тим, що у вашій квартирі є дорогі речі, такі як відеоапаратура тощо.

Не носіть із собою великі суми грошей, а якщо таке станеться — не хваліться цим.

Знайомте своїх друзів із батьками.

Не лякайтеся, коли, знаходячись у квартирі, почуєте, що хтось намагається відчинити вхідні двері, голосно запитайте: «Хто там?». Якщо двері продовжуватимуть відчиняти, зателефонувавши 02, викличте міліцію та вкажіть точно адресу. Потім з балкону чи вікна голосно покличете на допомогу.

Виходячи з дому, не забувайте зачинити балкон, кватирки, особливо якщо живете на нижніх поверхах.

Не залишайте у дверях записок, бо це привертає увагу

сторонніх людей.

Будьте уважними із ключами від квартири, не залишайте їх у поштовій скриньці та в інших місцях. У випадку пропажі ключів відразу сповістіть батьків, щоб замінити дверні замки.

На вулиці будьте уважним. Переходьте проїзну частину тільки на зелений сигнал світлофора або по пішохідному переходу. Пам'ятайте, що водій не завжди може попередити біду, якщо ви порушили правила вуличного руху. Не стійте близько біля автомобіля, який зупинився.

Не сідайте до незнайомих в автомобіль, щоб покататися, якщо навіть дуже хочете або запізнюєтеся.

Якщо незнайомці запросили вас послухати музику, подивитися фільм, погратися із собакою (може бути будь-яка інша пропозиція) — не поспішайте погоджуватися, перш ніж це зробити, спитайте у батьків або вчителів.

Не заходьте в ліфт з незнайомими людьми без батьків.

Якщо у дворі або біля школи хлопці вимагають гроші, негайно зверніться до дорослих і по можливості до міліції.

Не розмовляйте на вулиці з п'яними, навіть знайомими людьми, бо п'яна людина сильно змінюється, її вчинки можуть бути непередбачуваними та жорстокими.

Якщо відчуваєте, що вас переслідують, зайдіть до магазину або іншої установи. Можна попросити працівника цієї установи провести вас додому.

Необхідно знати, що все нове, незнайоме може нести в собі небезпеку. Незнайомі предмети, пакети, банки та інше не можна відкривати, нюхати, брати в руки, кидати у вогонь, бо в них можуть бути отруйні речовини.

Не грайтеся сірниками, петардами, бенгальськими вогнями, свічками, не розпалюйте багаття, не вмикайте незнайомі електроприлади, не проводьте самостійно досліди у відсутності батьків, бо це може стати причиною пожежі.

У випадку необхідності телефонуйте:

01 — пожежна безпека

02 — міліція

03 — «Швидка допомога»

04 — газова служба

Будьте уважними! Бережіть себе!

За допомогою звертайтеся до батьків та вчителів — вони ваші перші помічники та порадики.