



Основы безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях

РРЦ ГОАУ ДО ЯО ЦДЮТТ по направлению

"Формирование культуры безопасного поведения детей в опасных и чрезвычайных ситуациях"

Чрезвычайная ситуация

Что такое чрезвычайная ситуация?

Чрезвычайная ситуация — это обстановка на определённой территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, распространения заболевания, представляющего опасность для окружающих, стихийного или иного бедствия.

Главные правила:

Не паниковать

Действовать по алгоритму

(знать, что делать)

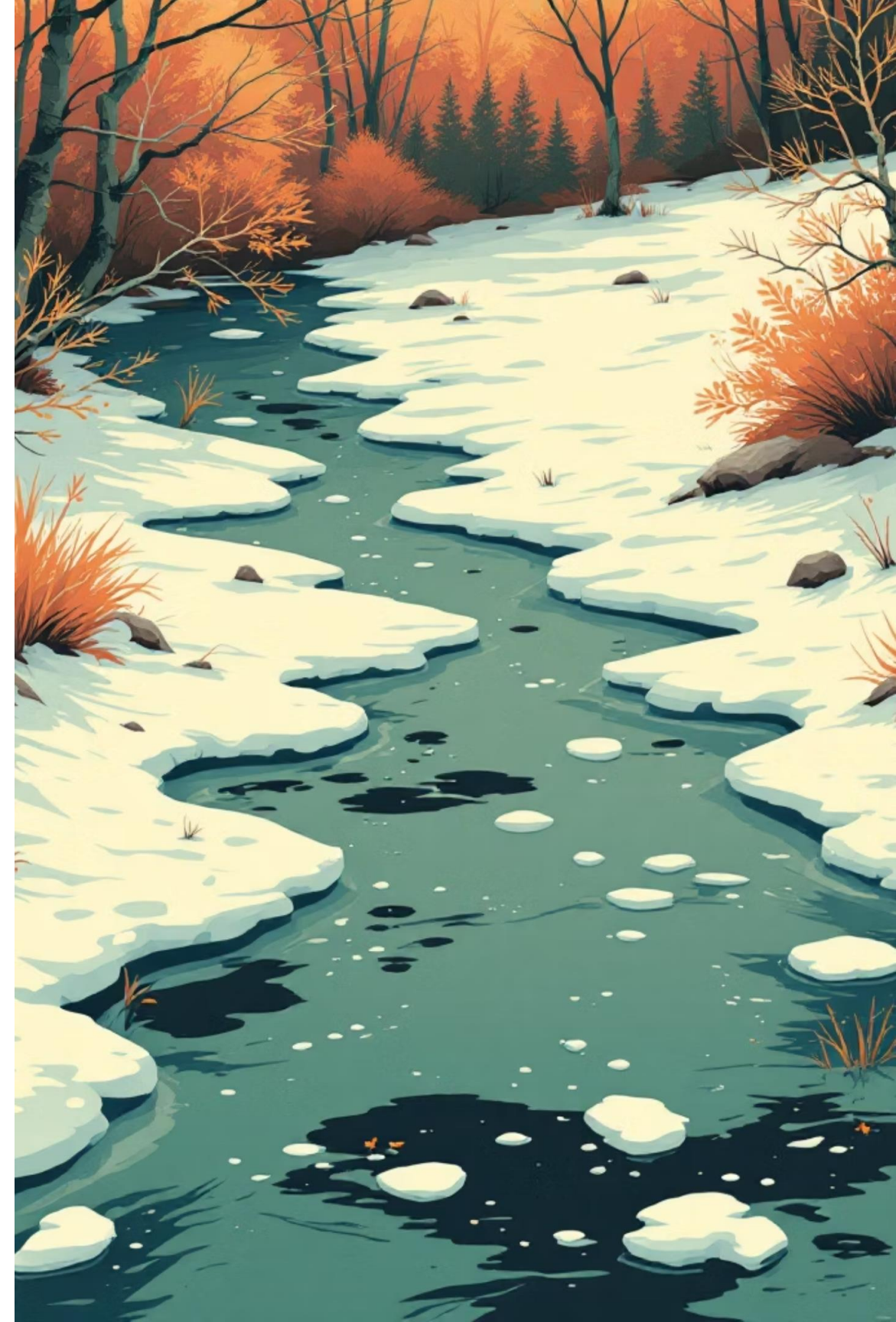
Привлекать помощь

(звать взрослых, звонить 112)

Весенний лед — зона риска

Весна — самое коварное время года. Солнце греет, но лед ТОЛЬКО КАЖЕТСЯ прочным.

- **Темные пятна на льду** — промоины.
- **Лед у берега** — самый тонкий (подтаивает снизу и сверху).
- **Запрещено:** Выходить на лед, кататься на льдинах, проверять прочность льда ударом ноги.



Что делать, если ты провалился под лед?

Если ты провалился (холодная вода сковывает движения, действуй быстро!):

01

Не барахтайся

Широко раскинь руки в стороны, чтобы зацепиться за кромку льда.

02

Зови на помощь

Кричи громко: «Помогите!».

03

Выбирайся в ту сторону, откуда пришел

(там лед уже тебя держал).

04

Наползай грудью

Забрось ногу на лед, перекались и отползи от полыньи.

05

Не вставай!

Ползи к берегу по своим следам.

Если тонет кто-то другой

Увидел тонущего — не беги!

Твоя помощь может быть опасна для тебя самого.

Громко зови взрослых

«Человек тонет!».

Если рядом никого нет, используй подручные средства

- Протяни шарф, палку, ремень.
- Брось связанные куртки.

Правило

Не подавай руку. Только предмет.

После спасения

Вызови **112** и постарайся согреть пострадавшего.



Безопасность в толпе и транспорте

Общественные места (торговые центры, стадионы, метро) опасны давкой и неожиданными ситуациями.

Правила поведения в толпе:

- **Избегай центра толпы** и края (ближе к перилам, стенам).
- Если упал — свернись клубком, закрой голову руками и попытайся резко встать по ходу движения.
- **Сними шарф, капюшон, наушники!** (За них могут зацепить, а в наушниках не слышно опасности).

Пожар и эвакуация

Действия при пожаре в ТЦ / школе

Если сработала сигнализация или ты почувствовал дым:

- 1** Не ищи источник
Беги к выходу (смотри на зеленые таблички «Выход»).
- 2** Не пользуйся лифтом
Он отключится.
- 3** Защити дыхание
Приложи влажную ткань (шарф, рукав) к носу и рту.
- 4** Двигайся пригнувшись
(дым поднимается вверх).
- 5** Выполняй команды
охранников и персонала.



Если ты потерялся в городе

Паника — первый враг. Запомни алгоритм «ТРЕХ ШАГОВ»:

ОСТАНОВИСЬ

и стой на месте. Родители будут искать тебя в том месте, где потеряли.

ОСМОТРИСЬ

Найди безопасное место для ожидания (стойка информации, большая витрина, пост охраны).

ОБРАТИСЬ К ПОМОЩНИКУ

К кому можно подойти?

- Полицейский
- Продавец / кассир / охранник в магазине.
- Администратор здания.

 **Никогда не уходи с незнакомцем искать родителей!**

Незнакомцы

Опасные незнакомцы: как распознать угрозу

Преступник — это не всегда страшный дядя в черном.

Это может быть приятная женщина, старушка или парень с котенком.

Запомни: Незнакомец — это любой человек, которого ты не знаешь ЛИЧНО.

Опасные предложения (от которых надо сразу уходить):

«Помоги донести сумку до машины».

«Пойдем, покажу котенка/щенка».

«Я друг твоих родителей, пойдем отвезу».

«Тут рядом конфеты раздают бесплатно».

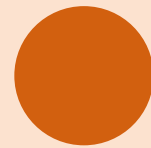
Твои действия при контакте

Правило «Трех НЕ»



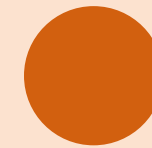
НЕ РАЗГОВАРИВАЙ

(не вступай в диалог, даже если вежливо спрашивают).



НЕ ПРИНИМАЙ

(никаких подарков, угощений, просьб).



НЕ ХОДИ

(никуда не следуй за незнакомцем).

Главный прием:

Если к тебе пристают или тянут за руку — **КРИЧИ И ВЫРЫВАЙСЯ**. Кричать нужно не «помогите», а конкретные фразы, привлекающие внимание:

- **«ПОЖАР!»** (люди всегда выглядывают на пожар).
- **«Я ЕГО НЕ ЗНАЮ, ОН ЧУЖОЙ! ОТПУСТИ!»**



Опасность в лифте и подъезде

- **Входишь в подъезд — видишь незнакомца.** Не заходи! Сделай вид, что забыл телефон в машине/магазине.
- **Ждешь лифт — подошел незнакомец.** Не заходи с ним в кабину. Скажи: «Я подожду следующий».
- **Ты в лифте, заходит подозрительный.** Выходи на ближайшем этаже (нажми кнопку «Отмена» или следующего этажа).

Телефоны, которые должен знать каждый

Запомни эти номера. Они работают даже при нулевом балансе и без сим-карты.

112

ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ

(МЧС, Полиция, Скорая, Газовая служба)

Что говорить диспетчеру:

1. Что случилось.
2. Где ты находишься (адрес, ориентиры).
3. Кто ты (имя, фамилия).

Не вешай трубку, пока диспетчер не скажет!

Твоя безопасность — в твоих руках!

Мы разобрали три основные угрозы: вода, толпа и незнакомцы.

Главные навыки спасения:

Внимательность

(видеть опасность заранее).

Решительность

(не бояться нарушить правила вежливости ради жизни).

Информированность

(знать телефоны и алгоритмы).

Будьте осторожны, берегите себя и своих друзей!

ПРОВЕРЬ СВОИ ЗНАНИЯ ПО БЕЗОПАСНОСТИ

Вопрос 1

Какой лед считается самым опасным весной?

- А) Прозрачный с синеватым оттенком
- Б) Белый, матовый
- В) Желтоватый, рыхлый, с темными пятнами

Вопрос 2

Ты провалился под лед. Твои первые действия?

- А) Раздеться, чтобы легче было плыть
- Б) Широко раскинуть руки, наползая грудью на лед и звать на помощь
- В) Плыть к ближайшему берегу, ломая лед головой

Вопрос 3

Если ты увидел, что человек тонет, а рядом нет взрослых, что ты сделаешь?

- А) Побегу к нему, чтобы вытащить за руку
- Б) Буду громко звать на помощь и искать длинную палку или веревку, чтобы протянуть тонущему
- В) Прыгну в воду и поплыву спасать

Вопрос 4

Что НЕЛЬЗЯ делать, если ты потерялся в торговом центре?

- А) Обратиться к охраннику
- Б) Стоять на месте и ждать родителей
- В) Уйти с незнакомым человеком, который предлагает отвести тебя к родителям

Вопрос 5

Кто такой «незнакомый человек»?

- А) Человек в черной одежде и маске
- Б) Любой человек, которого ты не знаешь лично, даже если он приятно выглядит
- В) Только мужчина, женщина или старушка не опасны