

Опасные и чрезвычайные ситуации: как сохранить жизнь и здоровье



Учимся замечать угрозы и действовать правильно в любой обстановке.

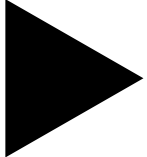
Безопасность начинается с внимательности



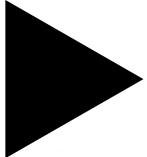
В 7 классе важно уметь вовремя заметить риск: дома, на улице, у воды и в транспорте. Простые правила помогают не растеряться, избежать травм и быстро получить помощь.



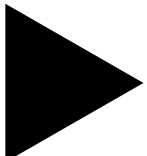
Что такое опасная ситуация



Опасная ситуация — это такие обстоятельства, при которых человеку может грозить травма, ожог, отравление, потеря сознания или другая серьёзная неприятность.



Опасность бывает очевидной, как огонь или гроза, и скрытой, как неисправная розетка, скользкий лёд, плохая видимость на дороге или агрессивное поведение.



Важно не только заметить угрозу, но и понять, как быстро уменьшить риск: отойти, позвать взрослых, предупредить других и при необходимости вызвать помощь.

Основные виды чрезвычайных ситуаций

Для школьника особенно важно понимать, что опасность бывает не только стихийной, но и связанной с повседневной средой.

На диаграмме видно, что природные и техногенные угрозы встречаются чаще, но социальные тоже требуют готовности и внимательности.



Учебная классификация чрезвычайных ситуаций; обобщение для школьного курса ОБЖ.

Пожар: когда счёт идёт на секунды



Дым опаснее огня

Пламя заметно сразу, но именно дым быстрее заполняет комнату и затрудняет дыхание. В такой ситуации нельзя терять время: нужно предупредить взрослых, покинуть помещение и не пытаться геройствовать.



Невидимые причины пожара

Оставленная без присмотра плита, свечи, перегруженные розетки и неисправные приборы часто становятся началом беды. Один короткий момент невнимательности может привести к возгоранию и сильному задымлению.

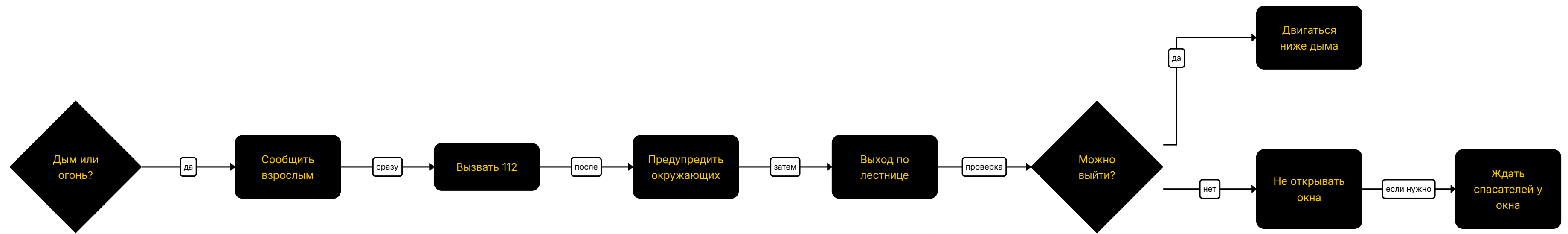


Как выглядит правильное поведение

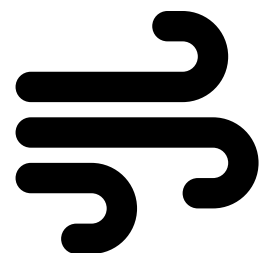
На плане эвакуации видно, куда идти, а огнетушитель помогает при небольшом очаге возгорания. Если вокруг дым, нужно закрыть рот и нос влажной тканью и двигаться к выходу.

Действия при пожаре

Последовательность действий при обнаружении дыма или огня в помещении.

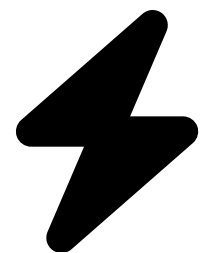


Безопасность при утечке газа



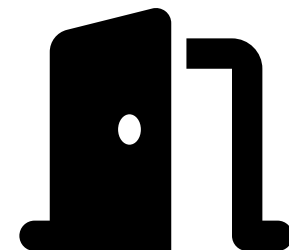
Признаки утечки

Запах, похожий на тухлые яйца, шипение, головокружение и слабость — тревожные сигналы. Если они появились, нужно немедленно отойти от источника и позвать взрослых.



Нельзя создавать искру

Не включайте свет, не зажигайте огонь и не пользуйтесь спичками. Даже маленькая искра рядом с утечкой может сделать ситуацию намного опаснее.



Откройте и выведите

Откройте окна, помогите людям выйти из помещения и по возможности перекройте газ. Действовать нужно спокойно, без паники и лишних движений.



Звонок только из безопасного места

Аварийную службу вызывают уже с улицы или из другого безопасного места. Так вы не рискуете собой и не создаёте дополнительной опасности.

Номера экстренных служб и когда ЗВОНИТЬ

Запомните основные номера и заранее потренируйтесь сообщать короткую и точную информацию.

Номер 112 подходит для любой срочной ситуации, а остальные номера помогают быстро связаться с нужной службой без лишней задержки.

Служба	Номер	Когда вызывать
Единая	112	Любая угроза
Пожарные	101	Пожар, дым
Полиция	102	Нападение, потеря
Скорая	103	Травма, обморок
Газовая	104	Запах газа

Единые номера экстренных служб Российской Федерации.

Два главных правила на дороге



Переход улицы

У края тротуара нужно остановиться, посмотреть по сторонам и переходить только тогда, когда сигнал разрешает движение. Телефон в этот момент лучше убрать.

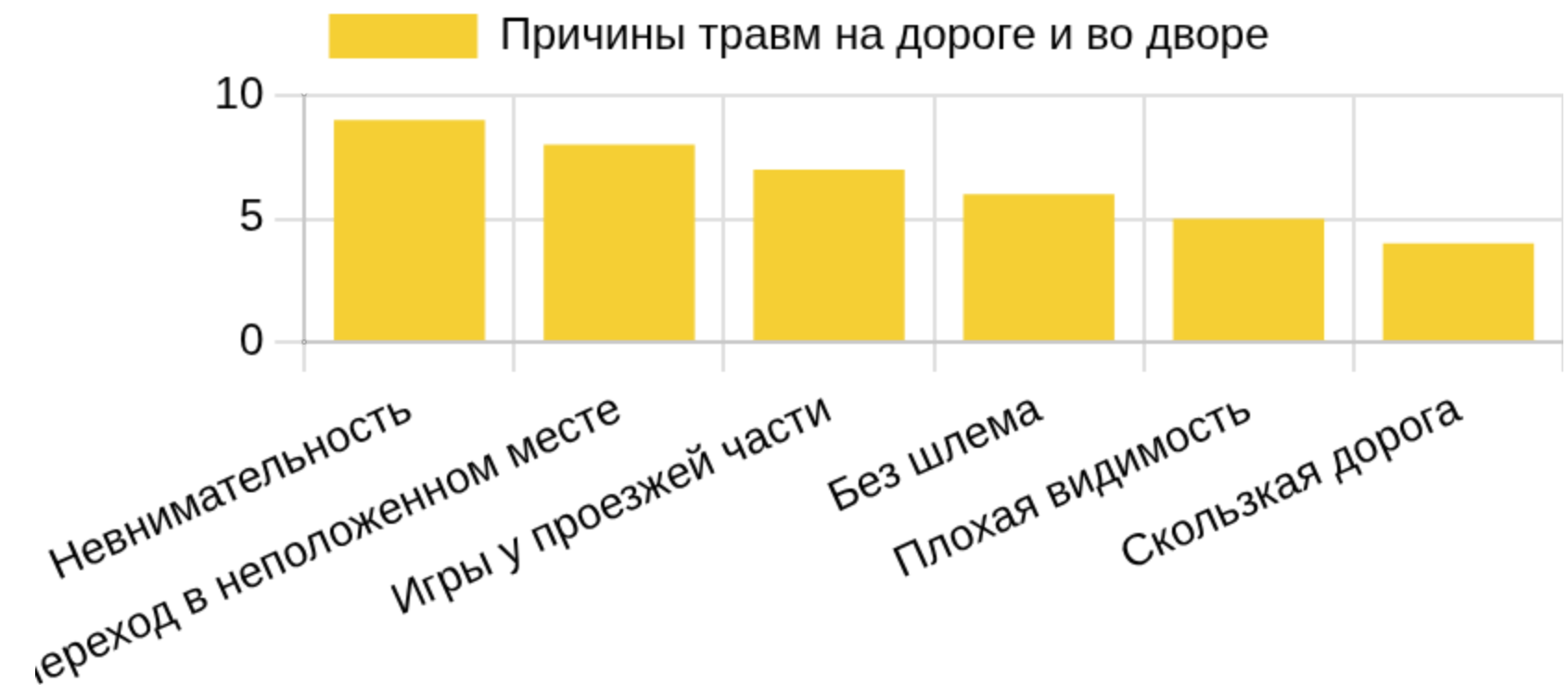
Поведение рядом с транспортом

Возле остановки, велосипеда или самоката важно не спешить и не выходить на проезжую часть неожиданно. Световозвращающие элементы делают ребёнка заметнее в темноте.

Причины травм на дороге и во дворе

Опасность возрастает там, где ребёнок действует автоматически и не замечает обстановку вокруг себя.

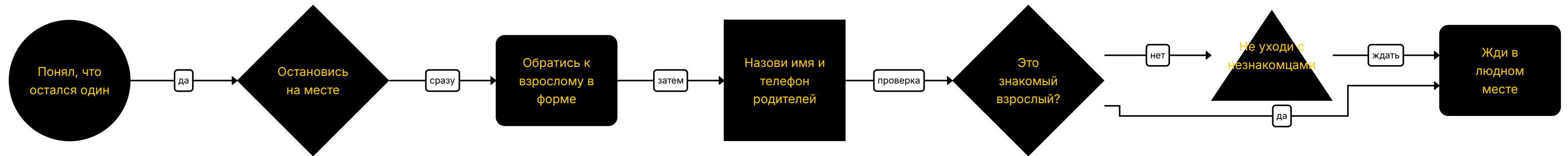
Чаще всего травмы связаны не с одной причиной, а с сочетанием спешки, отвлечения и нарушений правил безопасности.



Учебное обобщение типичных причин травматизма у школьников; без привязки к одной статистике.

Как действовать, если ты потерялся

Последовательность безопасных действий в городе или торговом центре



Как распознать опасного незнакомца



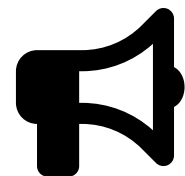
Не отвлекаться и не отходить

Опасность часто начинается с просьбы отойти в сторону, помочь найти дорогу или принять подарок. Если ситуация кажется странной, лучше сразу увеличить дистанцию и идти к людям.



Не сообщать личные данные

Не называй адрес, пароль от телефона, код из сообщения, расписание семьи и сведения о том, когда дома остаются одни. Эти данные помогают злоумышленнику выследить тебя.



Громко отказать и сообщить взрослым

Скажи твёрдое «нет», уходи к охране, кассиру или другим людям рядом и немедленно расскажи взрослым о случившемся. Молчание и вежливость здесь не должны мешать безопасности.

Природные опасности и их признаки

Явление	Признаки	Риск
Гроза	Гром, молния	Удар молнии
Гололёд	Скользко	Падения
Наводнение	Подъём воды	Опасность для жизни
Жара	Духота	Перегрев

Связь между явлением, заметными признаками и главным риском помогает вовремя принять осторожные действия.

Распознанные по признакам опасности требуют немедленной осторожности: ухода с открытого места, отказа от риска и перехода к защищённому поведению.

Безопасность на воде

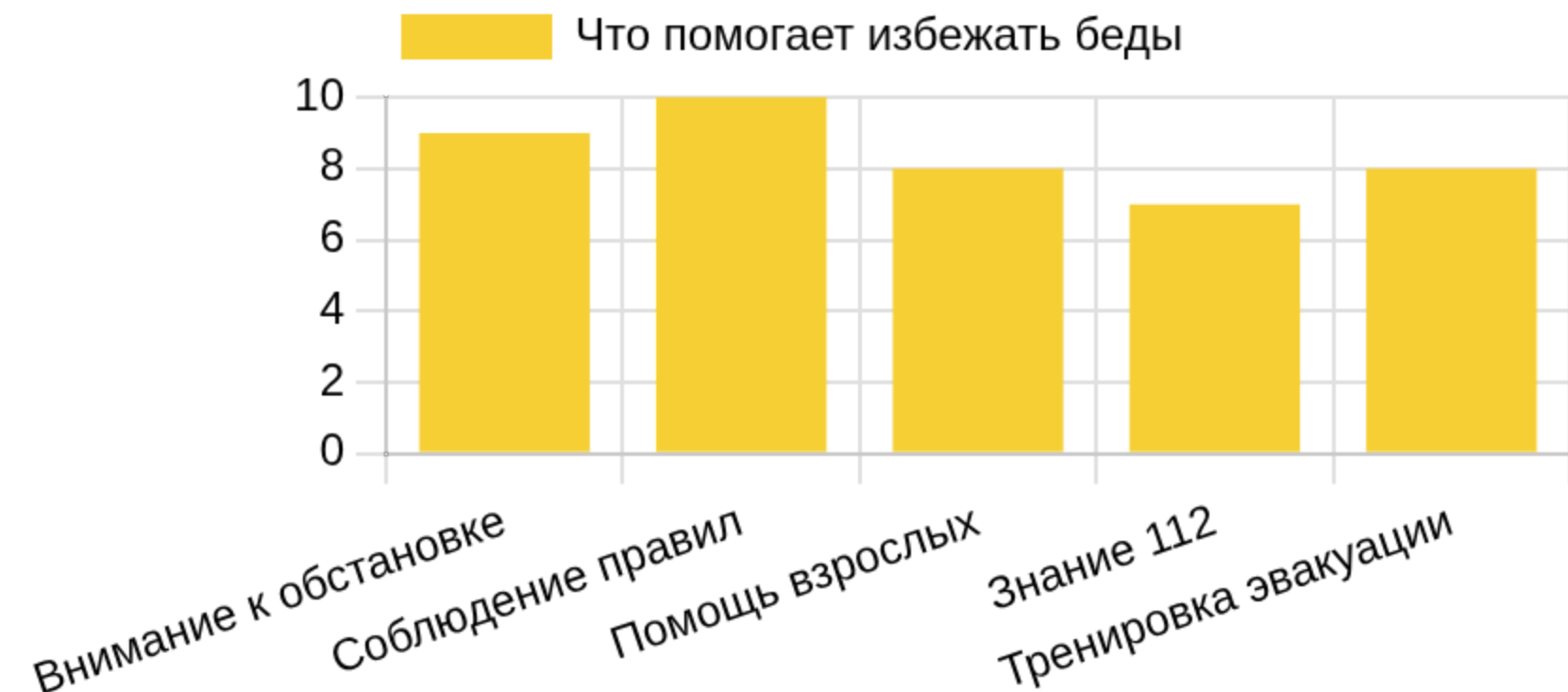
- Купание без взрослых, прыжки в незнакомую воду и игры у глубины опасны даже в тёплую погоду. Безопаснее выбирать только оборудованные места и соблюдать указания спасателей.
- Если появилось озноб, усталость или ухудшилось самочувствие, нужно сразу выйти из воды. Нельзя заплывать далеко: силы могут закончиться внезапно, а помощь не всегда рядом.



Что чаще всего помогает избежать беды

Полезнее всего привычка быстро замечать изменения вокруг и заранее знать, как действовать в школе, дома и на улице.

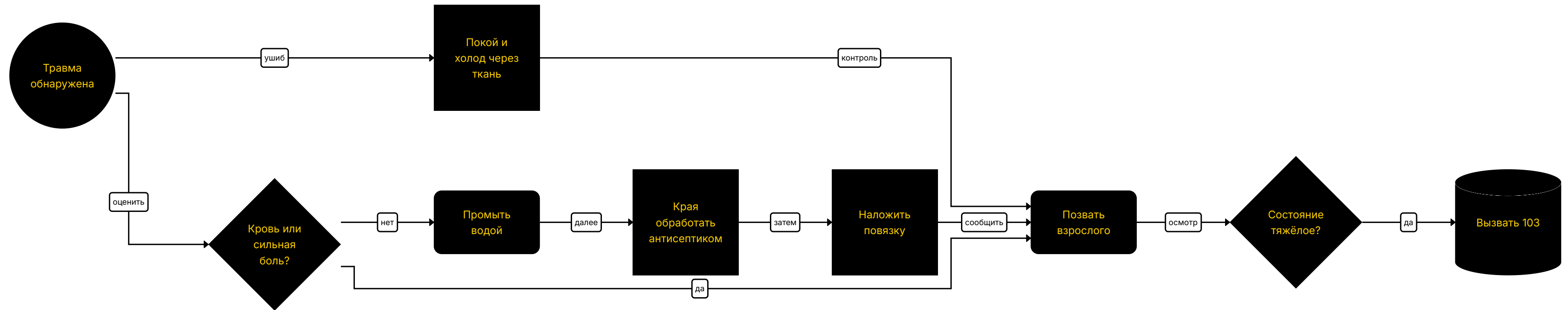
Чем регулярнее человек тренируется и следует правилам, тем меньше вероятность ошибки, паники и лишнего риска.



Учебное обобщение по теме безопасности; дата не требуется

Как оказать первую помощь при лёгких травмах

Алгоритм действий при ссадинах, порезах, ушибах и растяжениях

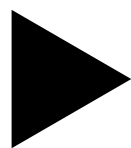


Что должно быть под рукой дома

- ▶ В домашней аптечке держат бинт, пластыри, антисептик, стерильные салфетки, перчатки и термометр, чтобы быстро обработать мелкую травму до прихода взрослого или врача.
- ▶ Тревожный набор лучше собрать заранее: вода, фонарик, запас батареек, зарядка для телефона, свисток, документы и копии важных контактов должны лежать вместе и быть легко доступны.
- ▶ Полезно хранить набор в одном известном месте и периодически проверять сроки годности, исправность фонарика, наличие батареек и целостность упаковки медикаментов и салфеток.
- ▶ Если вещь просрочена, сломана или потеряна, её сразу заменяют. Такая проверка занимает немного времени, но помогает не растеряться в непредвиденной ситуации.

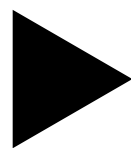
Как вести себя при эвакуации

Сигнал тревоги



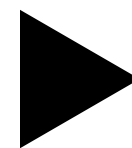
Сразу прекращай дела и внимательно слушай команду взрослых или сообщение об опасности. Начинать движение нужно без споров и задержек.

Берём только нужное



Возьми самое необходимое, но не трать время на поиск забытых вещей. Каждая лишняя минута увеличивает риск.

Выход без толпы



Двигайся спокойно, не толкайся и не возвращайся назад. Организованность помогает всем быстрее покинуть опасное место.

Ожидание на месте сбора

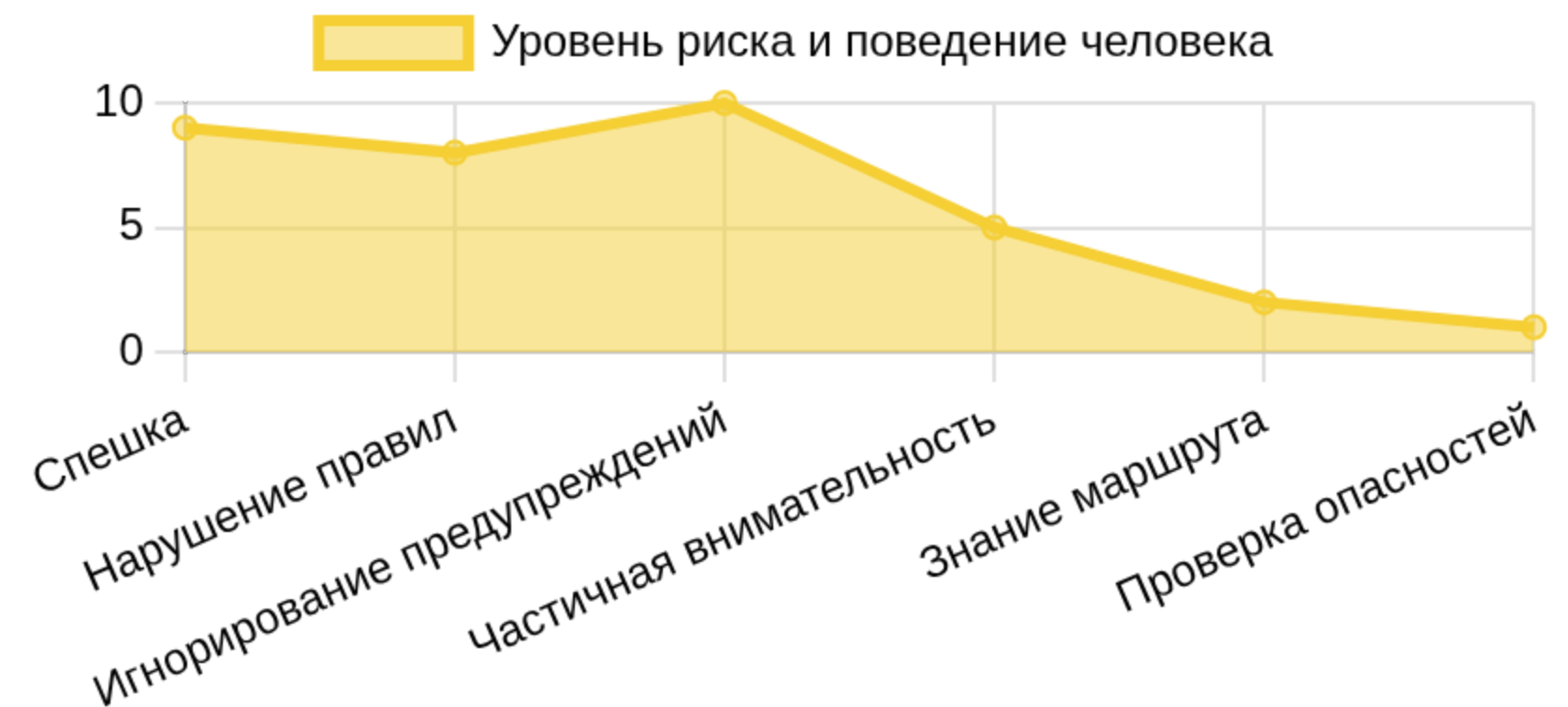


После выхода оставайся там, куда направили взрослые, и выполняй их указания. Это нужно для пересчёта людей и дальнейшей помощи.

Как меняется риск в зависимости от поведения

Риск заметно снижается, когда человек заранее знает маршрут, умеет ориентироваться и не отвлекается на посторонние действия.

Подготовка и дисциплина уменьшают опасность сильнее, чем надежда на случайную удачу или быструю реакцию в последний момент.



Учебная модель зависимости риска от поведения; дата не указана

Безопасность — это ежедневный выбор

Сохранить жизнь и здоровье помогают простые привычки: замечать угрозы, не поддаваться панике, помнить номер 112 и сразу обращаться за помощью. Чем раньше выработаны эти действия, тем надёжнее защита.