



Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях

Как распознать опасность и действовать без паники в
любой ситуации.

ЧС рядом с нами каждый день

/2



Пожар, авария, сильный ветер или утечка газа могут случиться внезапно. Школьнику важно знать простые правила, чтобы быстро защитить себя, вызвать помощь и не терять время в опасный момент.

Основные признаки чрезвычайной ситуации

/3

Природные ЧС



К этой группе относятся сильный ветер, наводнение, гроза, снегопад и другие природные явления, которые могут мешать движению, разрушать здания и создавать риск травм.

Биолого-социальные ЧС



Такие ситуации связаны с распространением инфекций, массовыми заболеваниями или другими событиями, которые быстро затрагивают сразу много людей и требуют организованных мер защиты.

Угроза жизни и здоровью



ЧС возникает тогда, когда ситуация начинает напрямую угрожать людям, их имуществу и привычной работе школы, дома или города. Опасность требует немедленных и четких действий.

Техногенные ЧС



Это аварии, связанные с техникой, транспортом, электричеством, газом или производством. Их опасность часто усиливается дымом, отключением света, воды, связи и транспорта.

Бытовые ЧС



Наиболее знакомы пожары, утечки газа, ожоги, падения и поражение током. Их важно замечать заранее по запаху, шуму, дыму, искрам, панике и другим явным признакам.

Где скрываются опасности

/4

В школе и дома

Опасные ситуации часто возникают на кухне, лестницах, у окон, в мастерских и рядом с электроприборами. Здесь особенно важно не спешить и соблюдать правила обращения с предметами и техникой.

На улице и в транспорте

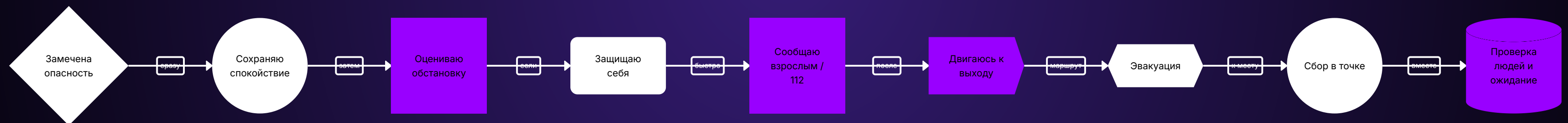
На улице риск создают дороги, остановки, толпа, транспорт и скользкие поверхности. Нельзя отвлекаться на дорогу, подходить близко к движущимся машинам или терять ориентир в потоке людей.



Алгоритм первых действий при угрозе

/5

Последовательность помогает быстро снизить риск и не терять время.



Правила личной безопасности

/6

01

Не приближайтесь к огню, дыму и горячим поверхностям: даже короткое воздействие может привести к ожогам и отравлению продуктами горения.

02

Не трогайте упавшие провода, стекло, неизвестные предметы и поврежденные приборы. Сначала оцените риск, затем отходите на безопасное расстояние.

03

Двигайтесь вместе с группой и слушайте взрослых. В опасной обстановке важны порядок, видимость для окружающих и отсутствие криков, толчков и резких движений.

04

Не пользуйтесь лифтом при пожаре и не заходите в закрытые помещения без вентиляции. Это снижает риск падения, удушья и потери ориентации.

Экстренные номера и их назначение

/7

112 101 102 103 104



Номер 112 особенно важен: по нему можно обратиться за помощью даже тогда, когда служба неизвестна или связь нестабильна.

Все номера нужны для экономии времени: чем быстрее вызвана нужная служба, тем выше шанс избежать тяжелых последствий.

Официальные номера экстренных служб
Российской Федерации

Пожар: причины и первые действия

/8

01

1. Возникновение угрозы

Пожар часто начинается из-за неисправной проводки, перегрузки розеток, оставленных приборов, спичек, зажигалок или забытой еды на плите.

2. Заметен дым

02

При задымлении нужно сразу пригнуться, прикрыть рот и нос тканью и проверить, можно ли безопасно открыть дверь.

03

3. Выход из помещения

Если путь свободен, следует идти к ближайшему выходу, не брать вещи и не пользоваться лифтом, а затем сообщить взрослым.

4. Ожидание помощи

04

Нельзя прятаться в закрытой комнате, открывать горячие двери или возвращаться внутрь. Нужно дождаться спасателей и выполнять их указания.

Сравнение действий в разных опасных ситуациях

Ситуация	Угроза	Первое действие	Кого вызвать
Пожар	Дым и огонь	Выйти	101/112
Наводнение	Течение и вода	Подняться выше	112
Газ	Взрыв и отравление	Открыть окна, выйти	104/112
Обморок	Потеря сознания	Обеспечить безопасность	103/112

Правила поведения при ЧС и номера экстренных служб РФ

Сравнение показывает, что в любой ЧС сначала нужно защитить себя, а уже потом искать помощь.

Во всех случаях приоритет один: сначала убрать человека из опасной зоны, затем вызвать нужную службу.

Наводнение и сильный дождь

/10

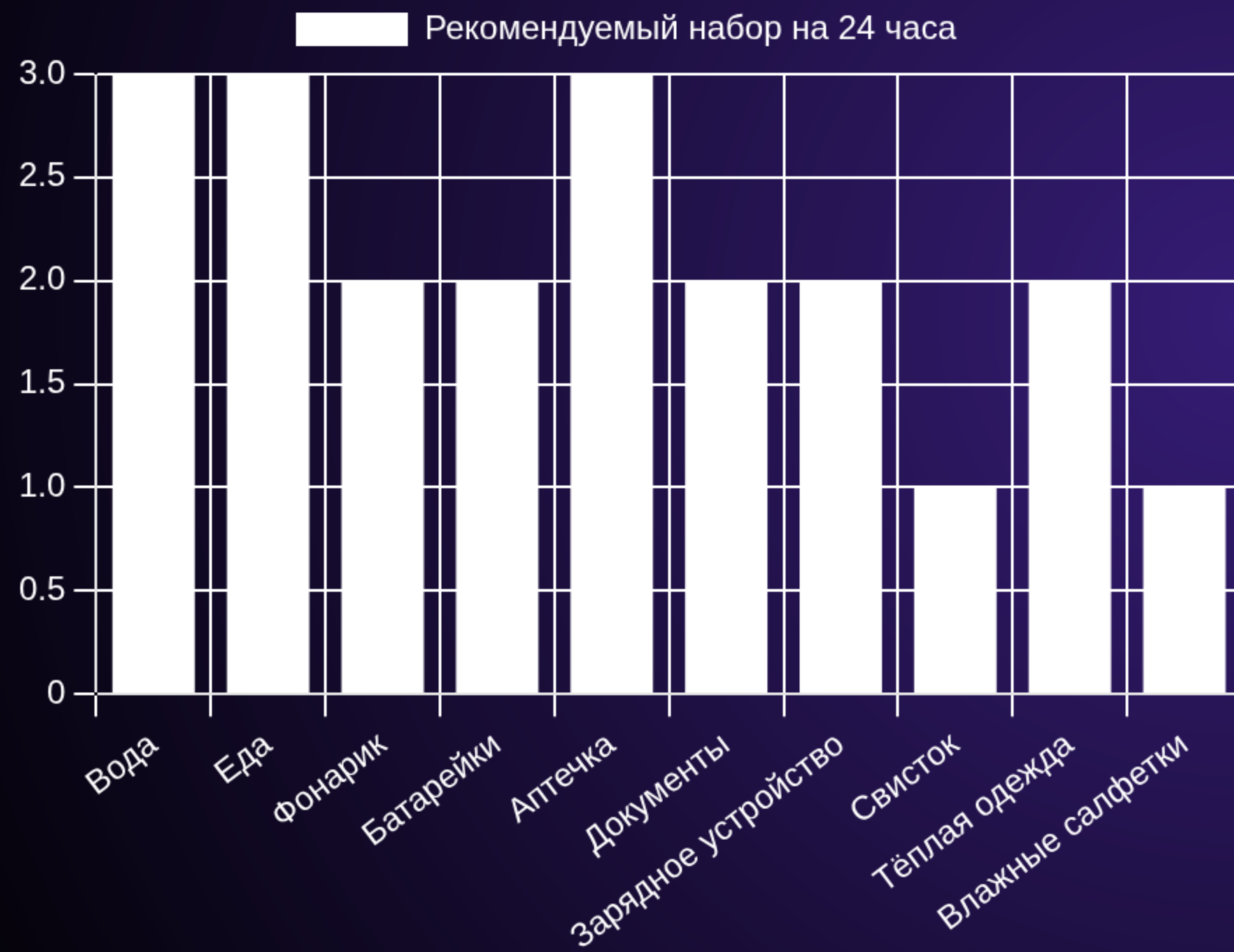
При наводнении опасны быстрое течение, холодная вода, скрытые ямы и мокрые поверхности. Нужно подняться выше, не заходить в поток и по возможности отключить электроприборы без риска для себя.

Если рядом есть взрослые или спасатели, следует немедленно слушать их команды, взять документы и необходимые вещи. Самое важное — не пытаться перейти воду самостоятельно и не приближаться к проводам.



Личный набор на 24 часа

/11



Набор держат в доступном месте, чтобы быстро взять его при эвакуации, отключении коммуникаций или временной недоступности дома.

Приоритет у воды, еды и аптечки; остальные вещи повышают автономность и связь в первые сутки.

Составлено по общим правилам подготовки к ЧС и рекомендациям по аварийному набору.

Первая помощь: базовые правила

/12

01

Сначала убедитесь, что место безопасно: нет огня, дыма, тока, газа и движущегося транспорта. Затем вызовите взрослых и экстренные службы, чтобы помощь пришла как можно быстрее.

Оцените сознание и дыхание пострадавшего, не давая ему лишних лекарств и не перемещая его без необходимости. При кровотечении действуйте спокойно и только теми способами, которые известны и безопасны.

02

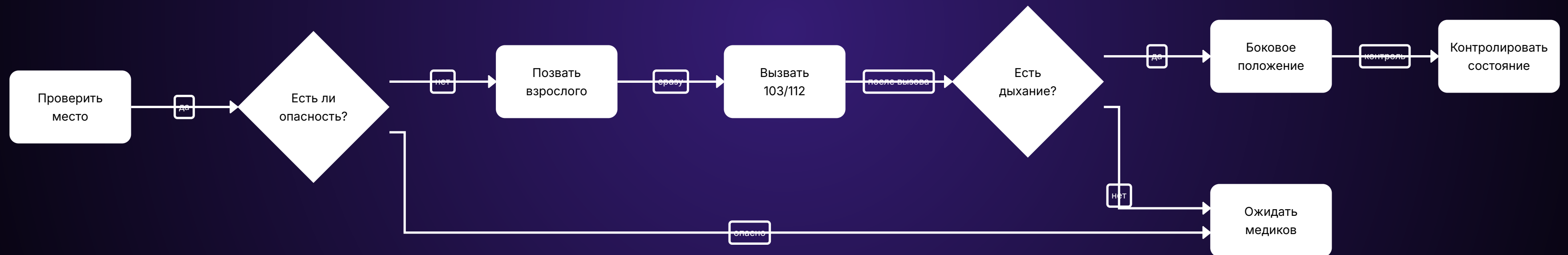
03

Не оставляйте человека одного до прибытия медиков. При подозрении на серьёзную травму, отравление или неизвестное вещество главная задача — сохранить жизнь и не ухудшить состояние.

Действия при обнаружении человека без сознания

/13

Последовательность основана на правилах безопасного поведения и вызова экстренной помощи.



Газ и электричество: скрытые опасности дома

/14

Утечку газа выдают запах, шипение, головная боль и слабость. Если есть подозрение, откройте окна, не включайте свет и не пользуйтесь телефоном или другой техникой.

01

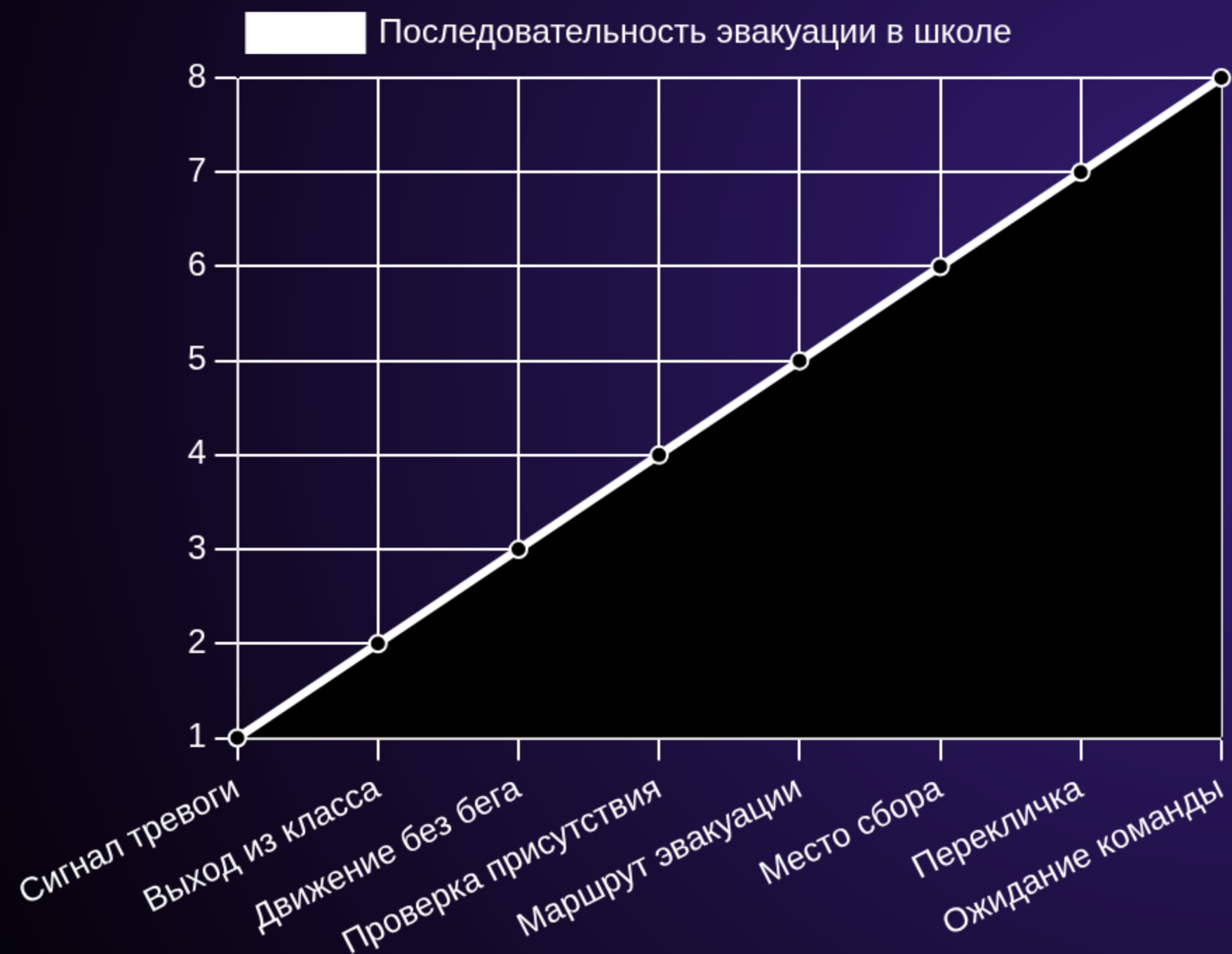


Электричество опасно при повреждённой изоляции, мокрых руках и перегрузке розеток. Не трогайте провода и неисправные приборы, а о проблеме сразу сообщите взрослым.

02

Эвакуация в школе: последовательность действий

/15



На каждом этапе важно слушать ответственного взрослого и не возвращаться в здание без разрешения.

Чёткий порядок снижает суету, ускоряет выход и помогает никого не потерять.

Школьные правила эвакуации и общие требования безопасности при ЧС.

Поведение в толпе и на улице

/16



Не поддаваться давке

Двигайтесь спокойно, держитесь ближе к краю потока и не пытайтесь резко останавливаться или разворачиваться. Это помогает избежать падений, ударов и потери ориентации.



Быть заметным

В тёмное время суток выбирайте светлую одежду или светоотражающие элементы. Так водители и прохожие быстрее заметят вас и смогут вовремя среагировать.



Безопасный переход

Переходите дорогу только в разрешённых местах и внимательно смотрите на светофор, транспорт и сигналы регулировщика. Не выбегайте на проезжую часть внезапно.



Сохранять контроль

Не размахивайте сумкой, держите личные вещи при себе и не идите против плотного потока людей. Спокойные действия уменьшают риск травм и паники.

Что должно быть в семейном плане безопасности

Элемент	Содержание	Пример
Телефоны	112, 101, 103	Записаны дома
Место встречи	Где собраться	У школы

Короткий план помогает семье действовать согласованно и без лишней суеты в первые минуты ЧС.

План заранее распределяет обязанности, ускоряет связь и уменьшает риск потери времени.

Семейные правила безопасности и порядок действий при эвакуации.

Психологическая устойчивость в чрезвычайной ситуации

/18

Страх и растерянность — нормальная реакция. Помогает медленное дыхание, короткий счёт и повторение простого алгоритма действий: остановиться, осмотреться, позвать взрослого, выполнить команду.

01

Если рядом младшие дети, поддержите их спокойным голосом и покажите, что делать дальше. Чёткие и понятные слова снижают панику лучше, чем долгие объяснения.

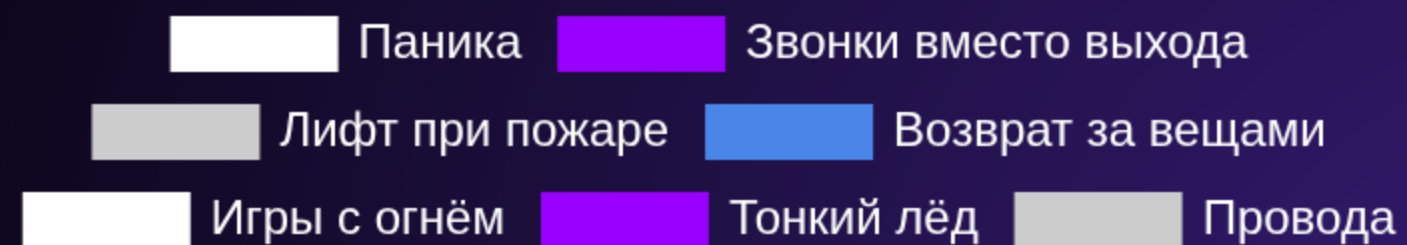
02

Старайтесь слышать указания спасателей и не спорить с ними. Спокойствие помогает не ошибаться, быстрее принимать решения и сохранять безопасность всей группы.

03

Самые частые ошибки и их последствия

/19



Ошибки обычно связаны не с незнанием, а с поспешностью и попыткой действовать как обычно.

Чем проще и спокойнее действия, тем меньше риск травм, потери времени и тяжёлых последствий.

Составлено по типичным нарушениям правил безопасности в быту, школе и на улице.

**Безопасность
начинается с
правильного
действия**

В ЧС выигрывает тот, кто замечает угрозу, сохраняет спокойствие и быстро получает помощь. Знание правил, номеров служб и маршрутов эвакуации действительно спасает время и здоровье.