

Обеспечение личной безопасности при угрозе террористическ ого акта

Как распознать опасность, сохранить спокойствие и действовать правильно в первые минуты тревоги.





Почему это важно для десятиклассников

Подростки часто бывают в школе, транспорте и местах массового скопления. Именно там особенно важно уметь замечать угрозу, не поддаваться эмоциям и быстро выполнять правильные действия.

Признаки потенциально опасной ситуации



Брошенные предметы

Бесхозные сумки, пакеты, коробки и рюкзаки в необычном месте требуют внимания. Опасность возрастает, если рядом никто не называет владельца и предмет оставлен без присмотра.



Нетипичные детали

Провода, необычный запах, повреждения, следы вскрытия или странный звук могут указывать на угрозу. Особенностораживают предметы, которые выглядят явно неуместно для данного места.



Подозрительное поведение

Люди, скрывающие лицо, руки или действия, вызывают особую настороженность. Риск выше, если кто-то избегает контакта, резко меняет маршрут или пытается приблизиться к толпе.



Неблагоприятная обстановка

Слабое освещение, закрытые выходы, отсутствие связи, шум неизвестного происхождения и большое скопление людей затрудняют ориентацию. В такой среде важно быть особенно внимательным к изменениям вокруг.

Заранее замечать безопасные пути



**Что важно запомнить
в школе и вне её**

Нужно знать ближайшие выходы, лестницы, места укрытия и точки сбора. Это помогает не теряться, если обстановка внезапно меняется. Знание маршрута сокращает время на принятие решения.

**Как помогает
простая схема**

Схема здания должна показывать входы, выходы, коридоры, окна, места охраны и зоны, требующие повышенного внимания. Такой визуальный план помогает заранее удерживать в памяти безопасный путь.

Первое правило поведения: отсутствие паники

Паника мешает услышать команды, заставляет людей двигаться хаотично и может привести к давке. Спокойная оценка обстановки позволяет быстрее выбрать безопасное направление и избежать лишних ошибок.

При тревоге нужно действовать коротко и последовательно: отойти от источника опасности, не приближаться к нему и не пытаться проверять предмет или человека самостоятельно. Самодеятельность только увеличивает риск.

Следует сразу выполнять указания администрации, охраны, полиции и других официальных служб. Чем меньше лишних движений и разговоров, тем выше шанс сохранить безопасность свою и окружающих.

Алгоритм действий при обнаружении угрозы

Последовательность действий при обнаружении подозрительного предмета или человека и начале эвакуации.



Что запрещено делать при подозрительном предмете

Нельзя трогать, вскрывать, пинать, перемещать или накрывать находку. Любое прямое воздействие может спровоцировать опасные последствия и затруднить работу специалистов, которым предстоит оценить ситуацию.

Нельзя собирать вокруг себя людей, поднимать шум и создавать дополнительную суету. Скопление людей мешает эвакуации, усиливает напряжение и делает обстановку менее управляемой.

Нельзя пытаться самостоятельно выяснить содержимое предмета или проверять его с помощью случайных действий. Даже краткое вмешательство увеличивает риск травм и лишает взрослых возможности быстро организовать безопасные меры.

Нельзя без необходимости пользоваться рядом мобильным телефоном, рацией или другими средствами связи, если это может создать дополнительную опасность. Лучше сразу перейти к передаче информации через ответственных взрослых.

Безопасная дистанция и отход из опасной зоны

но быстрым шагом по пути, который не ведёт обратно к источнику угрозы и не создаёт скопления людей.

2. Выбрать безопасный маршрут

1. Увеличить расстояние

Сразу отойдите от подозрительного предмета или человека как можно дальше. Не стойте рядом и не пытайтесь рассмотреть детали.

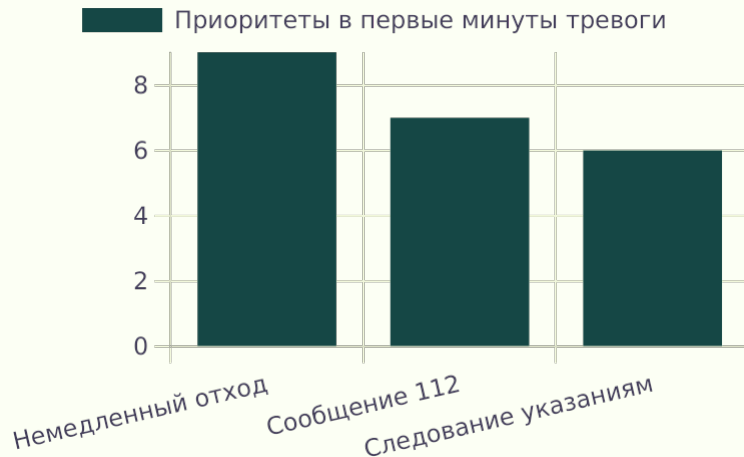
3. Использовать укрытие по возможности

Если это не мешает эвакуации, между вами и опасной зоной должны оказаться стены, твёрдые преграды или другие укрытия.

Что важнее всего в первые минуты тревоги

Приоритеты работают только вместе: удаление от опасности, точное сообщение и дисциплина усиливают друг друга.

Самая срочная задача — выйти из зоны риска. Затем важно передать точную информацию и без споров выполнять распоряжения ответственных лиц.



Обобщение учебных правил ОБЗР и рекомендаций экстренных служб Российской Федерации; дата не требуется.

Поведение во время эвакуации

1

Двигайтесь без беготни, толчков и споров. В коридорах, на лестницах и у дверей особенно важно сохранять порядок, чтобы не создавать заторы и не мешать движению других людей.

2

Личные вещи не должны задерживать выход, если они находятся далеко или мешают пройти. Главный приоритет — собственная безопасность и безопасный выход вместе с окружающими.

3

Телефон используйте только для связи с помощью или получения официальной информации, если это не отвлекает от эвакуации. Самовольные звонки и переписка снижают внимание и замедляют реакцию.

Кому и какую информацию сообщать при угрозе

Адресат	Что сообщить	Зачем
112	адрес, время, описание	быстрый выезд
Учитель, охрана	место, люди, раненые	координация действий
Родители	эвакуация, место сбора	связь и ожидание

Единая служба спасения 112

Краткое и точное сообщение помогает быстрее оценить ситуацию, передать данные нужному адресату и ускорить принятие решений без лишней паники.

Чем точнее и короче сообщение, тем быстрее срабатывают службы, администрация и близкие.

3

**приоритета помогают
переждать опасность:
укрытие, тишина и
минимальная заметность.**

Когда эвакуация невозможна, важно не привлекать внимание и не создавать лишнего движения. Три спокойных приоритета снижают риск и помогают дождаться указаний.

Особенности поведения в общественном транспорте



В салоне транспорта особенно важно заранее замечать двери, аварийные выходы и места, где может возникнуть давка. Следует внимательно слушать объявления и не подходить к подозрительным предметам.

При остановке нельзя толкаться, мешать выходу или действовать по примеру случайной толпы. Спокойный порядок движения и внимание к указаниям персонала повышают безопасность пассажиров.

Первая помощь при наличии пострадавших

Немедленно вызовите 112, 103 или другую экстренную службу. Кратко сообщите место, число пострадавших и их состояние.

2. Вызов помощи

Не перемещайте человека без необходимости при подозрении на травму позвоночника, переломы или последствия взрыва.

4. Ограничения

1. Оценка обстановки

Сначала убедитесь, что рядом нет продолжающейся угрозы. Помогать можно только тогда, когда это не создаёт опасности для вас и окружающих.

3. Базовые меры

При наличии знаний остановите сильное кровотечение, поддержите пострадавшего и следите за его состоянием до прибытия медиков.

Факторы, повышающие риск ошибок у подростков

Наиболее уязвимым становится тот, кто не замечает обстановку и действует автоматически, не проверяя, где находятся выходы и кто подаёт команды.

Главные источники ошибок связаны с рассеянностью и подражанием толпе; значит, осознанное внимание даёт наибольший эффект.



Учебная схема по теме безопасности, 2025

Психологическая устойчивость в стрессовой ситуации

1

Сначала необходимо остановить хаотичные действия и сосредоточиться на ближайшей задаче: отойти в безопасное место, услышать команду, определить направление движения. Простая цель снижает растерянность.

2

Полезно контролировать дыхание: медленный выдох помогает уменьшить дрожь, суету и внутреннее напряжение. Это позволяет лучше воспринимать инструкции и не терять ориентацию.

3

Важно опираться на голос знакомого взрослого или официальное указание, а не на случайные реплики окружающих. Самоконтроль уменьшает риск импульсивных поступков и ошибок.

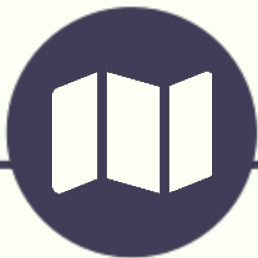
Экстренные номера и школьные контакты

Служба	Номер	Назначение
Единая служба	112	все случаи
Пожарная охрана	101	пожар, дым
Полиция	102	правопорядок
Скорая помощь	103	медицинская помощь

Номера экстренных служб и контакты школы должны быть доступны сразу: в памяти телефона, в блокноте и, по возможности, выучены наизусть.

Сохранённые заранее контакты экономят время и помогают быстро выбрать правильный канал связи.

Заранее подготовленные действия снижают риск



Изучить схему здания

Знание кабинетов, выходов, лестниц и мест сбора помогает быстрее ориентироваться и не терять время на поиски безопасного пути.



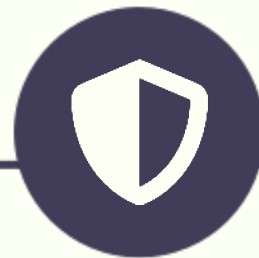
Отработать маршрут

Регулярные тренировки формируют привычку действовать без замешательства и позволяют двигаться к выходу автоматически, даже в шумной обстановке.



Согласовать место встречи

Заранее определённая точка для встречи с родителями снижает риск лишних перемещений и ускоряет поиск друг друга после эвакуации.

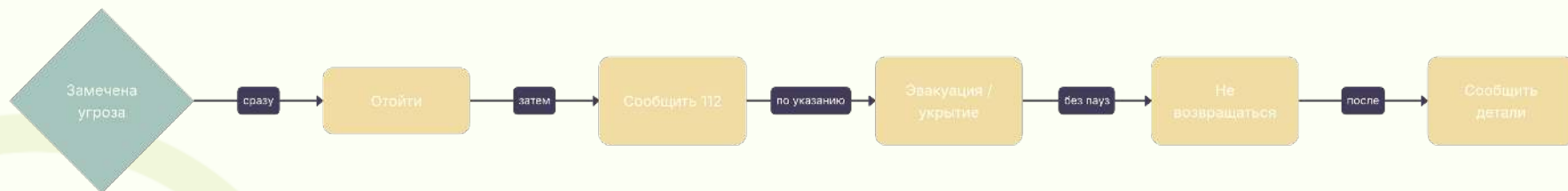


Снизить неопределённость

Подготовленность уменьшает страх перед неизвестностью, помогает сосредоточиться на команде взрослых и сохраняет контроль над собственными действиями.

Памятка действий при тревоге

Последовательность основана на общих правилах поведения при обнаружении угрозы и эвакуации.





ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ — основа личной безопасности

Безопасность в чрезвычайной ситуации начинается не с героизма, а с готовности: заметить угрозу, не поддаваться панике, быстро связаться с помощью и строго выполнять указания ответственных лиц.