

Памятка «Если возникнет чрезвычайная ситуация»

(алгоритмы поведения учащихся)

Каждый человек должен заботиться о личной безопасности, чтобы сохранить жизнь себе и окружающим.

К сожалению, в последние годы трагические события в нашей стране происходят с незавидной регулярностью и со всё более изощрённым разнообразием.

Всё это лишний раз подтверждает острую необходимость усиления в школах подготовку учащихся по основам безопасности жизни. Практика показала, что эффективность такой подготовки довольно высока при использовании в учебном процессе специальных алгоритмов поведения в ЧС, разработанных на основе известных учебников и пособий. Алгоритмы относительно легко запоминаются и воспроизводятся. Применение их в ходе проводимых нами учебных игр помогает достаточно быстро вырабатывать стереотип поведения, необходимый для той или иной ситуации. Некоторые алгоритмы поведения приводятся ниже.

В случае обнаружения подозрительного предмета:

- не трогать, не вскрывать, не передвигать его;
- попросить, чтобы окружающие отошли как можно дальше в безопасную зону;
- помнить, что зона безопасности для гранаты Ф-1 составляет не меньше 400 м.; тротиловой шашки весом 200 г.- 45 м.; кейса – 230 м.;
- не пользоваться мобильным телефоном вблизи подозрительного предмета, отключить его;
- немедленно сообщить о находке охране учебного заведения, а они, в свою очередь, должны информировать администрацию, вызвать полицию;
- запомнить время обнаружения опасного предмета;
- при явной опасности немедленно приступить к эвакуации себя и людей из помещения через запасные выходы.

Если вы оказались в помещении в момент взрыва:

- резко падайте на пол, задержите дыхание, максимально напрягите мышцы тела, закройте глаза, обхватите голову руками, плотно прижмите предплечья к ушным раковинам (сгруппируйтесь);
- если загорелась одежда, тушите её известными способами, или сбросьте. (Ни в коем случае не бежать)
- попытайтесь срочно покинуть здание и по возможности помогите это сделать пострадавшим;

- если взрыв в здании произошёл от вас относительно далеко, постарайтесь укрыться у главных несущих стен, закрыв голову руками и тем самым уменьшив травмирующий фактор;
- если этаж здания сильно тряхнуло, не пытайтесь эвакуироваться через центральную лестницу, а без паники, не создавая давки, используйте имеющуюся схему запасных выходов;
- не пользуйтесь лифтом;
- не зажигайте спички или зажигалки;
- опасайтесь повреждённых конструкций с оголенными проводами;
- пробираясь по запасной лестнице после взрыва, прижимайтесь спиной к стене (если уверены, что она устойчива), прикройте головы руками (сверху могут сыпаться стёкла и обломки);
- в сильно задымлённом помещении обязательно защитите органы дыхания при помощи платка, или смоченного водой полотенца;
- в дыму двигайтесь, пригнувшись низко к полу;
- на улице отойдите подальше от дома (карнизы и стены могут в любой момент рухнуть);
- убедитесь в том, что вы не получили серьёзных травм и вам не нужна первая помощь;
- окажите посильную первую помощь пострадавшим, вызовите «скорую помощь»

Оказание экстренной само- и взаимопомощи

- не паниковать, взять себя в руки сконцентрировать силу воли, оценить степень полученных повреждений и их опасность для жизни;
- начать оказывать самопомощь с наиболее угрожающих для вашей жизни клинических проявлений (артериальное кровотечение . шок, открытый перелом и др.);
- если ощущаете, что теряете сознание , приподнять ноги выше туловища: лёжа на спине, упереть их о ближайшую стену или положить на возвышенность (создать приток крови к мозгу), растереть ушные раковины, нажать ногтем на точку реанимации (она находится в носогубной складке на верхней челюсти);
- собраться с силами и громко позвать на помощь; при наличии сотового телефона набрать « 01», вызвать «скорую помощь»;
- при артериальном кровотечении до приезда «скорой» или сотрудников МЧС сильно зажать артерию пальцем в точке её прижатия выше раны (необходимо вспомнить практические навыки оказания первой помощи);

- если у вас кровь бьёт фонтаном алого цвета, срочно соберитесь с силами и наложите себе жгут закрутку, используя подручные средства (правильно прижатая артерия сигнализирует прекращением кровотечения из раны);
- следует наложить на рану бинт или кусок чистой хлопчатобумажной материи (асептика);
- при переломе верхней конечности согните её в локтевом суставе и зафиксируйте, прижав к туловищу и придерживая её здоровой рукой (иммобилизация);
- при переломе нижней конечности прибинтуйте её в двух-трёх местах к здоровой ноге; можете попытаться удалиться из опасной зоны, лёжа на боку со стороны здоровой нижней конечности, используя силу рук;
- если есть такая возможность, примите обезболивающее. Это уменьшит боль.
- оказывая помощь другому человеку , действуйте по обстоятельствам;
- определите состояние пострадавшего (в сознании или нет), степень повреждений – опасны они для жизни или средней тяжести;
- окажите посильную первую помощь, вызовите «скорую»
- визуально и по пульсу контролируйте состояние пострадавшего до прибытия медицинских работников, психологически поддерживайте его.

Помните: помощь, оказанная в первые минуты, спасала жизнь многим людям, пострадавшим в ЧС !

ИНСТРУКЦИЯ

по правилам поведения во время террористического акта

Криминогенной ситуацией считается ситуация складывающаяся с угрозой жизни и здоровью личности, человеку или обществу, а так же имущество и собственность: частную, общественную и государственную.

Однозначных рекомендаций на все случаи жизни при попадании в криминогенные ситуации нет, так как они зависят от многих факторов. Поэтому при обсуждении на уроке этой темы целесообразно использовать известные примеры, имевшие место в вашем районе, населенном пункте. Опираясь на известные факты, выработайте свою точку зрения на правила поведения в той или иной ситуации.

1. Рассмотрим некоторые из них:

1. Неприятное соседство в транспорте. Если в вагоне, куда вы уже вошли, находится пьяная компания, проходите в следующий по ходу движения вагон. Не отвечайте на вызывающие реплики, не встречайтесь глазами с развязными пассажирами, будьте внешне равнодушны. Или проходите в такой вагон, где традиционно скапливаются пассажиры, например в предпоследний. Если вы опасаетесь хулиганов, садитесь ближе к пульта вызова полиции или стоп-крану.
2. Безопасное поведение на улице. Если вы идете по пустынной улице, придерживайтесь середины тротуара, чтобы вас не мог застать врасплох тот, кто прячется в дверном проеме, в кустах или в переулке. Старайтесь максимально не занимать руки и не засовывать их в карманы.
3. Девушкам советуем носить сумочку прижатой к телу и помнить: если кто-то выхватывает ее у вас — отдавайте, не раздумывая. На всякий случай кладите ключи, кошелек и кредитные карточки в один карман, а все наличные деньги распределяйте по разным карманам.

Необходимо постоянно приучать себя проигрывать мысленно различные ситуации (не только криминогенного характера), в которых вы можете оказаться. Тем самым вы всегда будете готовы поступить грамотно.

2. Как вести себя при угрозе террористического акта

2.1 К наиболее опасным террористическим актам можно отнести:

- взрывы в местах массового скопления людей (на рынках, в зданиях вокзалов, в кинотеатрах, во время демонстраций и т. д.);
- захват воздушных и морских судов, автомашин и других транспортных средств, удерживание в них заложников;

- похищение людей с целью получения выкупа и угроза физического уничтожения заложника;
- воздействие на опасные промышленные объекты (например, химически опасные производства, атомные электростанции, арсеналы и другие опасные военные объекты, разрушение которых или нарушение их работы может вызвать массовое поражение людей);
- отравление систем водоснабжения, продуктов питания, искусственное распространение возбудителей инфекционных заболеваний;
- искусственное заражение местности радиоактивными отходами.

2.2 Правила поведения при возможной организации взрыва:

В настоящее время наиболее характерными действиями террористов является организация взрывов в местах массового скопления людей и жилых домов.

Внимание! Своевременное обнаружение взрывоопасных предметов позволит сохранить жизнь вам и другим людям.

К великому сожалению, взрывы на улице, во дворе, в доме и автомобиле стали частью нашей обычной жизни. Террористы очень изобретательны, и у них имеется богатый арсенал — от самодельных взрывных устройств до гранат и мин, применяемых в Вооруженных Силах.

Заметив бесхозную вещь, немедленно обратитесь к работнику полиции или другому должностному лицу. Не прикасайтесь к находке и не подпускайте к ней других людей!

2.3. Если вдруг произошел взрыв:

1. Постарайтесь успокоиться и уточнить обстановку.
2. Продвигайтесь осторожно, не трогайте руками поврежденные конструкции и провода.
3. В разрушенном или поврежденном помещении из-за опасности взрыва скопившихся газов нельзя пользоваться открытым пламенем (спичками, зажигалками, свечами, факелами и т. п.).
4. При задымлении защитите органы дыхания смоченным платком (лоскутом ткани, полотенцем).
5. Включите локальную (квартирную) систему оповещения и проверьте возможность взаимного общения (теле-, радио-, телефонной связью, голосом).
6. В случае вынужденной эвакуации возьмите необходимые носильные вещи, деньги, ценности. Изолируйте квартиру (закройте все двери и окна), немедленно сообщите о случившемся по телефону в соответствующие органы правопорядка. Оповестите соседей об эвакуации. Помогите престарелым и инвалидам

покинуть помещение. Возьмите на учет лиц, оставшихся в помещении. Входную дверь плотно прикройте, не закрывая на замок.

7. При невозможности эвакуации необходимо принять меры, чтобы о вас знали. Выйдите на балкон или откройте окно и зовите на помощь.
8. Выходя из дома, отойдите на безопасное расстояние от него и не предпринимайте самостоятельных решений об отъезде к родственникам и знакомым.
9. Действуйте в строгом соответствии с указаниями должностных лиц.

2.4. Правила поведения в случае захвата вас в заложники:

Один из распространенных видов терроризма — взятие людей в заложники и похищение людей с целью получения за них выкупа.

Любой человек, тем более дети, может стать потенциальным заложником. В последние годы во всем мире участились случаи захвата заложников. Эти уголовные преступления, как правило, сопровождаются оскорблением чести и достоинства захваченных граждан, причинением им моральных и физических страданий, телесных повреждений или даже смертью.

Каждый должен иметь в наличии соответствующие **знания в виде правил** (рекомендаций), выработанных практикой ведения переговоров с террористами при освобождении заложников:

1. Не подвергайте себя излишнему риску, старайтесь ограничить любые контакты с преступниками, не вызывайте у них агрессии своими действиями или словами, особенно если они находятся в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
2. Старайтесь по мере возможности смягчить враждебность преступников к себе, оставаясь покладистым, спокойным и миролюбивым.
3. Не прибегайте к крайним мерам для того, чтобы освободиться самостоятельно, если непосредственно при захвате вам не удалось вырваться и спастись бегством.
4. С момента захвата контролируйте свои действия. Старайтесь фиксировать все действия преступников.
5. Оцените свое местоположение и не поддавайтесь панике. Старайтесь оставаться спокойным даже в тех условиях, когда преступники угрожают вам физической расправой, а также пытаться ограничить вашу подвижность, зрение или слух, создают тяжелые бытовые условия, например ограничивают в пище, воде.
6. Используйте любую возможность для сообщения (передачи информации) о своем местонахождении, приметах преступников, особенностях их поведения своим родственникам или правоохранительным органам.

7. Не реагируйте на провокационные действия террористов, не задавайте им вопросов и старайтесь не смотреть им в глаза: это может вызвать по отношению к вам дополнительную агрессию. Выполняйте требования террористов и спрашивайте у них разрешение на любые ваши действия.
8. В захваченном террористами транспортном средстве оставайтесь на своем месте, не перемещайтесь по салону, старайтесь меньше привлекать к себе внимание преступников.
9. Избегайте необдуманных действий, которые могут поставить под угрозу вашу жизнь и жизнь других пассажиров, особенно при захвате террористами воздушных судов.
10. В случае силового освобождения заложников (при штурме спецподразделения) попытайтесь укрыться за предметами (кресло, стол и другие предметы мебели), прикрыть свое тело от пуль подручными средствами, всем тем, что способно ослабить пробивное действие пуль.
11. Попробуйте отойти от входных дверей, окон, иллюминаторов, люков и занять горизонтальное положение. Оставайтесь в таком положении до поступления команды на выход из помещения от командира штурмовой группы. В дальнейшем беспрекословно выполняйте все его команды.
12. В момент штурма не берите в руки оружие преступников, так как вас могут принять за бандита и открыть по вам огонь на поражение.
13. Старайтесь по возможности не позволить бандитам занять место среди заложников.

2.5. Правила поведения, если вы подверглись нападению с целью похищения:

1. Постарайтесь поднять как можно больше шума для привлечения внимания окружающих и отбиться от нападающих.
2. Чтобы уменьшить риск похищения, следует придерживаться следующих мер предосторожности:
 - необходимо хорошо знать местность, где вы проживаете, ее уединенные участки;
 - если чувствуете, что кто-то преследует вас, повернитесь и проверьте свои подозрения. В том случае, если эти подозрения подтвердились, меняйте направление, темп ходьбы или спасайтесь бегством;
 - не садитесь к незнакомым и малознакомым людям в автомобиль;
 - категорически следует отказаться, особенно девушкам, от вечерних прогулок через пустыри и строительные площадки;

- никогда не открывайте дверь квартиры, если не знаете, кто звонит, особенно если находитесь дома одни.

2.6. Правила поведения при перестрелке:

1. Нельзя находиться в помещении рядом с окнами. Это опасно не только из-за угрозы прямого попадания пули, осколка, снаряда, но и из-за опасности рикошета. Опыт показывает, что пуля, залетев в комнату, может срикошетить от стен и потолка не один раз, особенно в бетонных домах.
2. Необходимо немедленно отойти от окон. Если есть ванная комната, то желательно укрыться там, лечь на пол или в ванну.
3. Находясь в своем укрытии, нужно следить за появлением дыма и огня. Каждая 3—5-я пуля — трассирующая, поэтому риск пожара высок.
4. Если пожар начался, а стрельба не прекратилась, необходимо ползком покинуть горящую комнату (квартиру), прикрыв за собой двери. В подъезде лучше всего спрятаться подальше от окон, например в нише.
5. Опасно подходить к окнам и выходить на балкон в том случае, если стреляют далеко от вашего дома.
6. Находясь на улице, необходимо найти укрытие. Им может служить выступ здания, каменные ступени, памятник, фонтан, бетонный столб, кирпичный забор или бордюрный камень. К укрытию необходимо пробираться ползком. Бежать опасно: могут принять за противника.
7. Если вы спрятались за автомобилем, то учтите, что его металл тонкий, а в баке — горючее. В любом случае даже такое укрытие лучше, чем никакое.

В таких случаях нет однозначных советов, решение необходимо принимать на месте.

Запомните! От вашей выдержки и умения ориентироваться в сложной обстановке зависит успех вашего освобождения.