

МИНИСТЕРСТВО ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ  
И ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ



# ПАСПОРТ

БЕЗОПАСНОСТИ  
ШКОЛЬНИКА





## КТО МНЕ МОЖЕТ ПОМОЧЬ?

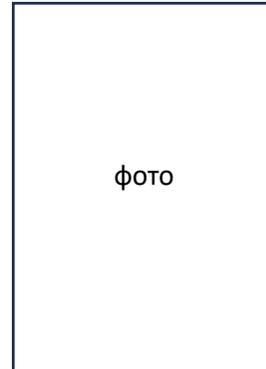
Фамилия \_\_\_\_\_

Имя \_\_\_\_\_

Дата рождения \_\_\_\_\_

Домашний адрес \_\_\_\_\_

Школа, класс \_\_\_\_\_



### Телефоны:

Матери: \_\_\_\_\_

Отца: \_\_\_\_\_

Лицо их замещающее: \_\_\_\_\_

Классный руководитель: \_\_\_\_\_

Соседи: \_\_\_\_\_

Группа крови и резус фактор: \_\_\_\_\_

Медицинские противопоказания \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Директор \_\_\_\_\_ (ФИО, подпись, печать)

Образовательное учреждение	Комиссия по делам несовершеннолетних
Классный руководитель _____	_____
☎ _____	☎ _____
Социальный педагог _____	📍 _____
☎ _____	✉ _____
Психолог _____	<b>Уполномоченный по правам ребенка</b>
☎ _____	☎ _____
Администрация (директор) _____	📍 _____
☎ _____	✉ _____
✉ _____	
<b>Всероссийский детский «телефон доверия»</b>	<b>Горячая линия службы экстренной психологической помощи детям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации</b>
☎ 8-800-2000-122	☎ 8-861-245-82-82, 8-988-245-82-82

## Дорогой школьник!

Паспорт, который ты держишь в руках самый первый и самый важный документ по безопасности в твоей жизни!

Наш мир таит в себе очень много опасностей, подстерегающих человека дома, на улице и даже во время отдыха.

Конечно, в любое время дня и ночи взрослые готовы прийти к тебе на помощь, но бывают ситуации, когда ждать помощи нет времени, когда одна минута может сохранить жизнь тебе, твоим друзьям или твоим родным.

Знания, как поступить в том или ином случае, умелые действия одного человека могут предотвратить беду.

Правила, собранные на страницах этого паспорта, помогут тебе подготовиться к различным жизненным ситуациям, а, возможно, и сохранить жизнь тебе, твоим друзьям и близким!



**Где бы ты не находился:  
В школе, дома, на улице или на  
природе, соблюдай меры  
безопасности!!!**

Как гражданин Российской Федерации, ты обязан «соблюдать меры безопасности в быту и повседневной трудовой деятельности» (статья 19 Федерального закона от 21.12.1994 года №68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»).



**Будь готов к любым жизненным ситуациям и ничего не бойся!**

Настоящая памятка  
 «Паспорт безопасности школьника»  
 разработана коллективом  
 Государственного казенного образовательного  
 учреждения дополнительного  
 профессионального образования  
 «Учебно-методический центр  
 по гражданской обороне и чрезвычайным ситуациям  
 Краснодарского края» (ГКОУ ДПО «УМЦ ГО ЧС КК»)  
 по заказу  
**Министерства гражданской обороны  
 и чрезвычайных ситуаций  
 Краснодарского края**



**Везде и всегда соблюдай  
 ОСТОРОЖНОСТЬ!**

## **ЗНАНИЕ ОСНОВ БЕЗОПАСНОСТИ – НАУКА ОСТАВАТЬСЯ В БЕЗОПАСНОСТИ**

<p><b>НЕ ИГРАЙ СО СПИЧКАМИ</b></p>	<p><b>НЕ ТРОГАЙ ЛЕКАРСТВА</b></p>	<p><b>РОЗЕТКА — НЕ ИГРУШКА!</b></p>	<p><b>НЕ РАЗГОВАРИВАЙ С НЕЗНАКОМЦАМИ</b></p>
<p><b>СОБЛЮДАЙ ПРАВИЛА НА ДОРОГЕ</b></p>	<p><b>НЕ ОТКРЫВАЙ ДВЕРЬ НЕЗНАКОМОМУ</b></p>	<p><b>НЕ ИГРАЙ НА ДОРОГЕ</b></p>	<p><b>НЕ ТРОГАЙ БЕЗДОМНЫХ ЖИВОТНЫХ</b></p>
<p><b>НЕ ПОДХОДИ К НЕЗНАКОМЫМ ПРЕДМЕТАМ</b></p>	<p><b>НЕ НАСТУПАЙ НА ЛЮК!</b></p>	<p><b>ИГРАЯ НА КАЧЕЛЯХ, СОБЛЮДАЙ ОСТОРОЖНОСТЬ</b></p>	<p><b>НЕ СВЕШИВАЙСЯ ИЗ ОТКРЫТЫХ ОКОН И БАЛКОНОВ</b></p>
<b>БЕЗОПАСНЫЙ ИНТЕРНЕТ</b>			
<p><b>СПРАШИВАЙ ВЗРОСЛЫХ</b></p>	<p><b>УСТАНОВИ ФИЛЬТР</b></p>	<p><b>НЕ ОТКРЫВАЙ НЕИЗВЕСТНЫЕ ФАЙЛЫ</b></p>	<p><b>НЕ СПЕШИ ОТПРАВЛЯТЬ SMS</b></p>

## КТО ВСЕГДА ПРИДЁТ НА ПОМОЩЬ

# 112

### ЕДИНЫЙ НОМЕР ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ



### 101

Единый телефон  
пожарных  
и спасателей

### 102

Полиция

### 103

Скорая помощь

### 104

Аварийная  
газовая служба



## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ПИРОТЕХНИЧЕСКИХ ИЗДЕЛИЙ

- 💣 пиротехника должна быть заводского изготовления, в заводской упаковке, сертифицирована и с инструкцией;
- 💣 вам должно быть больше 15 лет;
- 💣 даже если вы уже когда-то запускали такую «игрушку», прочтите инструкцию еще раз, не надейтесь на память;
- 💣 если фейерверк, хлопушка и т.п. не сработали сразу, то подходить к ним можно не раньше, чем через 15 минут;
- 💣 не запускайте пиротехнику в местах скопления людей;
- 💣 не используйте пиротехнику рядом с газопроводом, жилыми зданиями, деревьями, линиями электропередач, на автозаправках;
- 💣 ни в коем случае не разбирайте пиротехнические изделия и не носите пиротехнику в карманах, под одеждой;



## ОСТОРОЖНО! ГРИПП И ОРВИ!

### СИМПТОМЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ



РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ  
ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА



ГОЛОВНАЯ БОЛЬ



ЛОМОТА В МЫШЦАХ  
И СУСТАВАХ



БОЛЬ, ПЕРШЕНИЕ  
В ГОРЛЕ



СУХОЙ КАШЕЛЬ



ОБЩЕЕ НЕДОМОГАНИЕ,  
СЛАБОСТЬ



ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ  
РАССТРОЙСТВА



СВЕТОБОЯЗНЬ

### ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЯ



СДЕЛАЙТЕ ПРИВИВКУ  
ОТ ГРИППА



ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ  
ОБРАЗ ЖИЗНИ



РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ  
РУКИ



ИСПОЛЬЗУЙТЕ  
МАСКИ

### ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ



СОБЛЮДАЙТЕ  
ПОСТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ



ВЫЗОВИТЕ ВРАЧА



ОГРАНИЧЬТЕ ПРЕБЫВАНИЕ  
В МЕСТАХ СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ



ИЗБЕГАЙТЕ КОНТАКТОВ  
С ЗАБОЛЕВШИМИ



НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ  
САМОЛЕЧЕНИЕМ



ПЕЙТЕ БОЛЬШЕ  
ЖИДКОСТИ



ИСПОЛЬЗУЙТЕ ОДНОРАЗОВЫЕ  
САЛФЕТКИ ПРИ КАШЛЕ И ЧИХАНИИ



РЕГУЛЯРНО  
ПРОВЕТРИВАЙТЕ

## ЕСЛИ ПРОИЗОШЛО НАПАДЕНИЕ НА УЧЕБНОЕ ЗАВЕДЕНИЕ, ТО:

### Убегай, если это возможно

- не вступай в конфликт с вооруженными людьми, не пытайся его обезвредить.  
**Твоя задача - спасти свою жизнь.** Если ты слышишь выстрелы или крики в другой части школы, **беги к выходу**

### Не трать время на разговоры

- при нападении ты не успеешь обсудить варианты спасения. **Срочно спасайся!**

### Сними неудобную обувь и брось вещи

- скинь неудобную обувь, брось вещи. **Главное – действовать быстро.**

### Если убежать не получается - прячься

- главная задача - **не попасться на глаза преступнику.**

### Забаррикадируй дверь

- нужно помешать атакующему войти в помещение **заблокировав дверь.** Используй для этого парты, стулья и шкафы.

### Выключи свет в помещении

- преступник, войдя в темное помещение, сам может стать под удар, поэтому он **заходить в темноту не станет.** Помимо того, темнота мешает ему прицельно стрелять.

### Отключи звук на мобильном телефоне

- не привлекай внимание преступника, **выключи звук на телефоне и не шуми.**

### Лечь лицом вниз

- если нападающий близко, и ты не успеваешь убежать или спрятаться, **ложись на пол и замри.** Существует вероятность, что преступник просто пройдет мимо.

### Не геройствуй!

- **не пытайся обезвредить преступника** самостоятельно.

- **не пытайся с ним поговорить,** даже если это твой лучший друг (сейчас это преступник — тебе нужно держаться от него подальше).

**РОССИЯ  
ПРОТИВ  
ТЕРРОРА!**

## ЗАКАЛИВАНИЕ – ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ!

Закаливание дарит нам здоровье и отличное настроение.



Принимаю контрастный душ



Обтираюсь влажным полотенцем



Люблю плавать



Загораю на солнце



Много гуляю

### Основными принципами закаливания являются:

- систематическое и последовательное проведение закаливающих процедур (ежедневно и без перерывов);
- постепенное увеличение интенсивности закаливающих процедур;
- проведение закаливающих процедур с учетом состояния здоровья ребенка;
- учет индивидуальных особенностей ребенка, недопустимость проведения процедур при отрицательном эмоциональном отношении к ним ребенка;
- возобновление закаливающих процедур после перерывов следует начинать с тех степеней воздействия, которые были вначале закаливания, но с более быстрым их нарастанием.

## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ИНТЕРНЕТЕ

Какие угрозы влечет беспечное отношение к личным данным?



### ОСТОРОЖНО!

- ✓ Установи антивирусную программу!
- ✓ Не открывай неизвестные файлы!
- ✓ Не спеши отправлять SMS!
- ✓ Не общайся с незнакомыми людьми!
- ✓ Не все пишут правду.
- ✓ Читаешь о себе неправду в Интернете – сообщи родителям.
- ✓ Приглашают переписываться, играть, обмениваться – будь осторожен, в этом может быть подвох.
- ✓ Незаконное копирование файлов в Интернете – воровство.
- ✓ Открыл что-то угрожающее - не бойся позвать на помощь.

## ОСТАЛСЯ ОДИН ДОМА

Если ты услышал звонок в дверь, то:

- ✓ не открывай дверь, посмотри в глазок;
- ✓ если звонивший тебе не знаком и внушает подозрения, вызови полицию;
- ✓ спроси через дверь о цели визита. Если звонивший представился работником коммунальной службы — сантехником, слесарем, то скажите ему, чтобы он приходил позже.



Если ты услышал шаги на площадке и слышишь, что за дверью кто-то притаился, то:

- ✓ позвони соседям, чтобы они посмотрели на постороннего в глазок;
- ✓ если у соседей глазок закрыт снаружи, то по телефону **112** и сообщи о сложившейся ситуации;
- ✓ позвони по телефону знакомым жильцам других этажей;
- ✓ в одиночку на площадку не выходи.



Не заходи в лифт с незнакомыми людьми. Подожди, когда подойдет следующий лифт

## ЧТО ДЕЛАТЬ ВО ВРЕМЯ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ?

Если ты услышал звонок в дверь, то:

- ✓ если первые толчки застали вас на первом этаже нужно немедленно выбежать на улицу, в вашем распоряжении не более 15-20 секунд;
- ✓ при нахождении выше первого этажах можно воспользоваться углами, образованными капитальными стенами, узкими коридорами внутри здания или же встать возле опорных колонн или в дверных проемах, распахнув двери;
- ✓ можно спрятаться под стол или кровать, закрыв лицо руками, чтобы не пораниться кусками отлетающей штукатурки, стекла и др. Во всех случаях – держитесь подальше от окон и стеклянных перегородок, чтобы не пораниться осколками;
- ✓ ни в коем случае не прыгайте из окон или с балконов, если вы живете выше первого этажа;
- ✓ нельзя во время угрозы обрушения здания пользоваться лифтом, выбегать на лестницу с верхних этажей;
- ✓ не рекомендуется находиться в угловых помещениях здания.

### Безопасные места в здании



Встать в дверной проём



Спрячься под парты, столы, закрыть лицо и голову руками



Держаться ближе к внутренним капитальным стенам



Отвернуться от окон

## ПОЖАРНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ

Если пожар вас застал в квартире, то:

- ✚ позвони по телефону в противопожарную службу и сообщи о случившемся **(101,112)**;
- ✚ быстро выведи на улицу младших братьев и сестер, престарелых;
- ✚ если тебе не удастся погасить пожар своими силами, немедленно покинь квартиру, закрыв за собой;
- ✚ при невозможности выйти из квартиры, выйди на балкон и криками привлеки внимание прохожих.



Если вы почувствовали запах дыма в подъезде, то:

- ✚ позвони по телефону в противопожарную службу и сообщи о случившемся **(101,112)**;
- ✚ если возможно, определи место горения (квартиру, почтовые ящики, мусоросборник и т. д.) и что горит (электропроводка, пластмасса, вата, бумага, легковоспламеняющиеся жидкости);
- ✚ если пожар произошел и воспользоваться лестницей из-за сильного задымления и огня невозможно, то останься в квартире, закрой щели дверного проёма влажными тряпками;
- ✚ по прибытии пожарных подразделений подойди к окну привлеки их внимание и попроси оказать вам помощь.



## ОПАСНО! ТОНКИЙ ЛЁД!

Помни!

- ✚ сходить на тонкий лёд нельзя!
- ✚ не пытайся определить прочность льда, наступая на него;
- ✚ если услышал треск льда под ногами – передвигайся мелким скользящим шагом в сторону берега.



Что делать, если вы провалились под лёд?

- ✚ - **не паникуйте;**
- ✚ - быстро сбросьте тяжелые вещи, удерживайтесь на плаву, зовите на помощь;
- ✚ - обопритесь на край льдины широко расставленными руками, при наличии сильного течения согните ноги, снимите обувь, в которую набралась вода;
- ✚ - старайтесь не обламывать кромку льда, навалитесь на нее грудью, поочередно поднимите ноги;
- ✚ - держите голову высоко над поверхностью воды, постоянно зовите на помощь;
- ✚ - резко оттолкнуться от дна (если не глубоко) и выбраться на лёд;
- ✚ - если вы достаете до дна, передвигаться по дну к берегу, проламывая перед собой лед;
- ✚ - после выхода из воды на лед нужно двигаться к берегу ползком или перекатываясь в том же направлении, откуда вы пришли.



## А У НАС В КВАРТИРЕ ГАЗ!

Если вы услышали запах газа, то:



- 🔊 закрыть кран на газовой трубе;
- 🔊 открой все окна, двери для проветривания квартиры;
- 🔊 выйдите на улицу и позвони по телефону в аварийную газовую службу.

В загазованном помещении запрещается:



- 🔊 включать и выключать освещение, любые электроприборы, пользоваться дверным звонком;
- 🔊 пользоваться телефоном в загазованном помещении;
- 🔊 зажигать огонь и пользоваться открытым пламенем;
- 🔊 не оставляйте включенной газовую плиту.

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ТЫ ЗАБЛУДИЛСЯ В ЛЕСУ

Как не заблудиться в лесу:

- ✓ одевайте на прогулку в лес яркую одежду;
- ✓ перед походом в лес убедитесь, что ваш аккумулятор вашего телефона полностью заряжен;
- ✓ не отставайте от взрослых, держитесь всегда вместе;
- ✓ возьмите с собой в лес спички, нож, фонарик, компас, воду, свисток;
- ✓ загрузите в телефон офлайн-карту местности в навигаторе.

Что делать, если вы всё-таки заблудились в лесу:



Не паникуйте



Позвоните родным, а затем в 112



Прислушайтесь, откуда доносится звук дороги или лай собаки



Выберите ориентир и двигайтесь линейно к нему



Оставляйте за собой следы: ленточки или пакеты на деревьях, сломанные ветви



Вдоль ручьев и рек идите вниз по течению

Слышимость звуков в лесу

разговор людей до: 200 м;

движение автомашин по шоссе 0,5-1 км;

трактор слышен за 3-4 км;

собачий лай: 2-3 км;

громкий крик 1-1,5 км;

поезд слышен 5-10 км;

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РАЗБИЛСЯ ГРАДУСНИК?

**Ртуть** содержится в термометрах и люминесцентных лампах, поэтому обращаться с ними нужно крайне осторожно!

**Ртуть** – это металл. При комнатной температуре представляет собой тяжелую серебристо-белую жидкость. Его пары очень опасны для человека.



### Запомни! Нельзя!

Прикасаться к ртути руками



Выбрасывать ртуть в мусорное ведро или канализацию



Собирать ртуть пылесосом или сметать веником



Убирать место разлива ртути при помощи чистящих средств



### Что делать?

- ✓ открыть окно;
- ✓ выйти из комнаты;
- ✓ закрыть дверь в комнату, чтобы пары ртути не попали в соседние комнаты;
- ✓ позвонить родителям, рассказать о случившемся.

**Если в доме есть взрослый, то срочно оповести его, и он сможет:**

- ✓ В резиновых перчатках собрать ртуть с помощью листа бумаги, клейкой ленты или мокрой ватой;
- ✓ поместить ртуть в герметичную емкость;
- ✓ обработать место разлива хлоркой;
- ✓ отнести ртуть в санэпидемстанцию.

## БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

Если собрался искупаться в водоеме, то соблюдай следующие правила:

- ☼ в солнечную погоду всегда надевай головной убор;
- ☼ купаться можно только под присмотром взрослых;



- ☼ не купайся и не ныряй в незнакомых местах;
- ☼ не переохлаждайтесь и не перегревайтесь;
- ☼ не затевай опасные игры на воде;

- ☼ не заплывай далеко от берега (за буйки), в том числе и на надувных матрасах и кругах;



- ☼ если не умеешь плавать, пользуйся надувным кругом или нарукавниками;

- ☼ не подавай сигналы ложной тревоги;

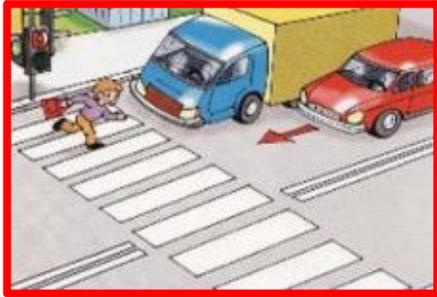


- ☼ не катайся на лодке без взрослых;
- ☼ на открытой воде (на лодках, каное и т.п.) надо одевать спасательные жилеты.



## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ДОРОГЕ

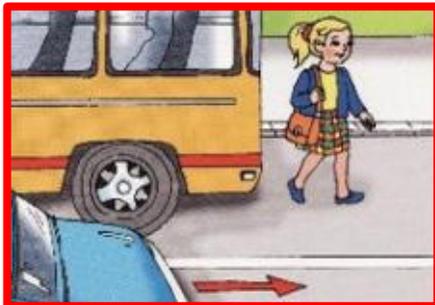
Будь внимательным!



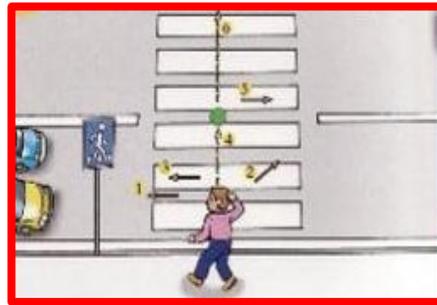
За одной машиной другая



Из-за угла может внезапно выехать автомобиль



Обходя автобус, будь внимательным



На пешеходном переходе посмотри сначала налево, потом направо



Не играй рядом с дорогой



Перекресток переходи только по пешеходному переходу

## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ПРИРОДЕ

в лесу во время грозы укрывайтесь в густом кустарнике;



обнаружив присутствие диких животных (по следам, ободранной коре деревьев, остаткам добычи), поскорее покиньте это место;



от укуса змеи надежно защищают резиновая или кожаная обувь с высоким берцем.



на открытой местности от грозы укрывайтесь на склонах холмов или в небольших углублениях;



при встрече с медведем не поворачивайтесь к зверю спиной. Замрите на месте и медленно отступайте. Удалившись от зверя на 10-15 м., продолжайте так же медленно отходить боком;



## БЕЗОПАСНОСТЬ ПРИ ВСТРЕЧЕ С СОБАКОЙ



При встрече с собакой - остановись  
сохраняй спокойствие.

2

Никогда не убегай. Не размахивай руками.  
Не поворачивайся спиной.



Не смотри собаке в глаза.

4

При нападении собаки - брось в нее куртку  
рюкзак, палку.



Если собака сбила тебя с ног - падай лицом вниз,  
ноги вместе, руками закрывай шею и голову.

5

Никогда не дразни собак

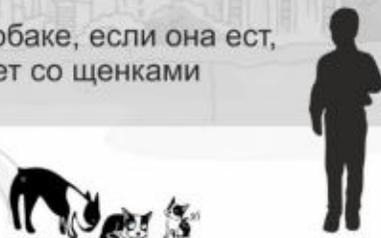


Не подходи к собаке, если она ест,  
спит, гуляет со щенками

6



7



## ПРАВИЛА ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ НА ОТДЫХЕ

### Правила пожарной безопасности при разведении костра!

- ✚ найдите поляну, защищенную от ветра, или старое кострище, желательно рядом с водой;
- ✚ очистите место для костра от старой травы и валежника;
- ✚ обложите место для костра камнями или окопайте рвом;
- ✚ располагать костер не ближе 5-6 м. от палаток;
- ✚ при уходе с места стоянки, затушить костер. Угли должны быть потушены до полного прекращения тления.

### Запрещено!

- ✚ разводить костер возле деревьев и на корнях деревьев;
- ✚ разводить костер с помощью легковоспламеняющихся жидкостей;
- ✚ оставлять горящий костер без присмотра;
- ✚ разводить костер на торфяных почвах;
- ✚ разводить костры в пожароопасный сезон.



10 м от зданий и сооружений

20 м от лесного массива

30 м от мест, где складировается сено или солома

! место костра окопать;

! мусор сжигать небольшими частями;

! рядом держать огнетушитель или емкость с водой, лопату.



Допускается приготовление пищи в мангалах, барбекю, на гриле при слабом ветре.

Минимальное расстояние от края специального приспособления до зданий и сооружений – не менее 4 м.

При пожаре звонить 101 или 112

## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ТОЛПЕ

знай расположение аварийных выходов и план эвакуации;



не следуй за толпой из-за любопытства;



оказавшись в толпе, двигайся с потоком людей, не останавливайся, сохраняй спокойствие;



прими меры против случайного удушья: сними с шеи шарф, платок, галстук, украшение, сумку;



застегни все пуговицы, кнопки и молнии, чтобы не зацепиться;



скрести руки на груди и чуть-чуть разведи локти в стороны (не расставляй локти широко);



если упадешь, старайся быстро подняться. Не получается подняться - прикрой голову руками, защити живот коленями;



не смотри в глаза агрессивным людям, не привлекай их внимание, не фотографируй, не спорь, не разговаривай с ними.



## ОСТОРОЖНО! СОЛНЕЧНЫЙ УДАР

### Признаки солнечного удара



#### Головная боль

- Головокружение
- Расширение зрачков



#### Тошнота

- Шаткая походка
- Общая слабость



#### Покраснение лица

- Потемнение в глазах
- Учащение пульса

### Первая помощь



#### Уложить пострадавшего в тени

- Освобождение от одежды
- Свежий воздух



#### Уложить пострадавшего

- Поднять ноги
- Холодное обтирание



#### Охлаждающие компрессы

- Питье
- Вызвать врача