

МИНИСТЕРСТВО ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ
И ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ



ПАСПОРТ

БЕЗОПАСНОСТИ
ШКОЛЬНИКА

СОДЕРЖАНИЕ

Для заметок

Адрес издателя: 350912, г. Краснодар, ул. Красная, 180.
Распространяется бесплатно.

Владелец паспорта.....	3
Дорогой школьник.....	4
Кто всегда придет на помощь.....	6
Осторожно! Грипп и ОРВИ!.....	7
Закаливание – путь к здоровью.....	8
Остался один дома.....	9
Пожарная безопасность в быту.....	10
А у нас в квартире газ!.....	11
Что делать, если разбился градусник?.....	12
Правила безопасности на дороге.....	13
Безопасность при встрече с собакой.....	14
Правила поведения в толпе.....	15
Правила пожарной безопасности на отдыхе.....	17
Правила поведения на природе.....	18
Безопасность на воде.....	19
Что делать, если ты заблудился в лесу.....	20
Осторожно! Тонкий лед!.....	21
Что делать во время землетрясения?.....	22
Правила поведения в интернете.....	23
Если произошло нападение на учебное заведение.....	24
Правила безопасности при использовании пиротехнических изделий.....	25
Знание основ безопасности-наука остаться в живых.....	26
Кто мне может помочь (ресурсы помощи).....	28
Для заметок.....	29

КТО МНЕ МОЖЕТ ПОМОЧЬ?

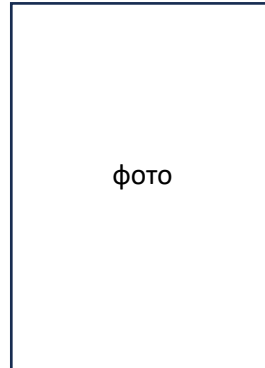
Фамилия _____

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 _____	Уполномоченный по правам ребенка
_____	_____
Администрация (директор) _____	_____
_____	_____

Всероссийский детский «телефон доверия»	Горячая линия службы экстренной психологической помощи детям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации
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!



Будь готов к любым жизненным ситуациям и ничего не бойся!



**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»).

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



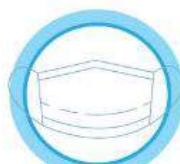
СДЕЛАЙТЕ ПРИВИКУ
ОТ ГРИППА



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;

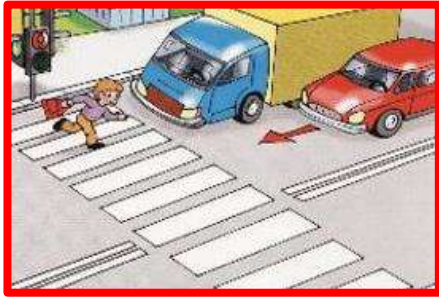


- ☀ не катайся на лодке без взрослых;
- ☀ на открытой воде (на лодках, каное и т.п.) надо одевать спасательные жилеты.



ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ДОРОГЕ

Будь внимательным!



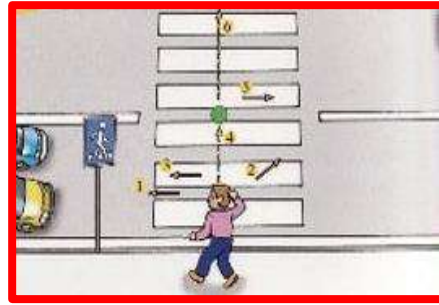
За одной машиной другая



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;



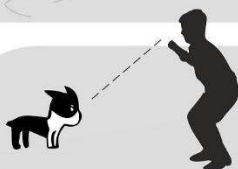
БЕЗОПАСНОСТЬ ПРИ ВСТРЕЧЕ С СОБАКОЙ



1 При встрече с собакой - остановись
сохраняй спокойствие.

2

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



3 Не смотри собаке в глаза.

4

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



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

Никогда не дразни собак



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

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 расставляя 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