**УРОКИ БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ**

**Раздел 1. Если начался пожар**

Когда человек оказывается в эпицентре чрезвычайной ситуации – пожара, его первейшее желание – выбраться из огня. Когда ищешь путь спасения нужно четко помнить, об опасности отравления дымом. Не убегать, не предупредив людей, оказавшихся в этом же помещении о пожаре. Оказать помощь при эвакуации малолетних детей и стариков.

1.Обнаружив начавшийся пожар, необходимо скорее сообщить о нем в подразделение по чрезвычайным ситуациям, набрав номер 101. Даже если вы смогли потушить загорание сами, вызов профессионалов необходим, потому что огонь может вспыхнуть с новой силой через пустоты строения или вырвавшись из недоступного при беглом осмотре места.

2. Распространению пожара в жилом доме могут способствовать вентиляционные каналы, окна, двери, через которые поступает свежий воздух. Они дают дополнительный приток кислорода. Поэтому, не рекомендуется разбивать стекла в окнах горящего помещения и оставлять открытыми двери в соседние помещения.

3. Тушить пожар самим можно только в начальной стадии, пока огонь не начал распространяться.

4. Если дом или квартира заполняются дымом, дышать надо через мокрую ткань, а двигаться к выходу из помещения – пригнувшись как можно ближе к полу (там меньше всего дыма)

5. Если потушить загорание в начальной стадии не представляется возможным, срочно покиньте опасное помещение, не теряя времени на поиск ценных вещей.

6. Выбирайте как можно более безопасный путь эвакуации и не паникуйте. Во время пожара не пользуйтесь лифтами. По прибытии подразделений МЧС полностью подчиняйтесь их командам.

7. В случае, если огонь отрезал путь к выходу из дома (квартиры), уходите в дальнюю от горящего помещения комнату, плотно закрывая за собой все двери. Откройте окно или выйдите на балкон и попросите прохожих позвонить по телефону 101 и сообщить о пожаре

**Раздел 2. Электроприборы**

Каждый раз, включая компьютер, телевизор, утюг, помните, что эти бытовые приборы не только ваши помощники. Это электрооборудование, которое может быть опасным, если неправильно его эксплуатировать. Основными причинами загорания от электричества является короткое замыкание электрического тока и перегрузка электропроводов. Признаками тления или горения электропроводов является потемнение изоляции, запах горящей резины или пластмассы, искрение. Обнаружив их, следует немедленно обесточить электроприбор, набросить на него плотную ткань, чтобы прекратить доступ кислорода к очагу возгорания, и позвонить, по телефону 101.

Тушить водой электроприборы или находящуюся под током электропроводку опасно для жизни.

Чтобы избежать пожаров от электричества, запрещается:

включать одновременно в розетку несколько электроприборов (чайник, утюг, электрообогреватель, и т.д.)

заклеивать электропроводку обоями, подвешивать на гвозди, завязывать ее в узлы, ставить вплотную к ней различные предметы

вешать бумажные абажуры на электролампочки

оставлять работающие электроприборы без присмотра

пользоваться неисправными электроприборами.

**Раздел 3. Гроза**

Ученые подсчитали, что грозы на Земле совершаются каждую минуту. Не все из них опасны. Нередко фиксируются загадочные случаи, связанные с грозовыми разрядами. Например, в известную всеми миру Эйфелеву башню в Париже молнии при грозе ударяют почти всегда, но для находящихся на смотровой площадке людей это не представляет опасности, так как ажурная металлическая решетка башни образует камеру Фарадея – пространство, защищенное электропроводной поверхностью. На территории Беларуси грозовые разряды и молнии явление частое и достаточно привычное. Тем не менее, чтобы избежать опасности для жизни необходимо соблюдать правила поведения во время грозы.

1. В лесу во время грозы нужно прятаться среди низкорослых деревьев и кустарников. Молния всегда выбирает самые высокие деревья. Особенно опасны ель, тополь и дуб.

2. Если гроза застала вас на открытой местности, в поле, пригнитесь к земле, лягте на землю. Лучше всего найти укрытие. Главное – не быть самой высокой точкой на местности.

3. Во время грозы нужно избавиться от всех металлических предметов – удочки, зонта. Их необходимо отбросить и отойти от них дальше.

4. Мобильный телефон необходимо не только выключить, но и достать из него батарею.

5. Если во время грозы вы оказались в водоеме, как можно быстрее выйдите на берег и отойдите от воды. Вода – притягивает электрический разряд молнии.

6. В городе во время грозы лучше всего спрятаться в магазине, подъезде, в любом здании – все они оборудованы системой громоотводов.

7. В доме во время грозы закройте балкон, форточки. Не стойте возле окна, выключите электроприборы.

В случае появления рядом с вами шаровой молнии, нужно остановиться и задержать дыхание, так как даже такое слабое движение воздуха может привлечь этот «огненный шар». Шаровая молния существует лишь десятки секунд, поэтому не стоит рисковать, убегать, нужно просто не двигаться и не паниковать.

**Раздел 4. Лесные пожары**

Лес – это легкие нашей планеты. Он поставляет в земную атмосферу около 60 % кислорода. Беларусь по праву гордиться обладанием этого ценнейшего богатства – леса. Однако стоит помнить: для того, чтобы вырастить лес, нужны десятилетия, а огонь может уничтожить его за несколько часов.

При пожаре подвергаются опасности как отдельные люди, оказавшиеся в горящем лесу, так и целые населенные пункты, производственные объекты, линии электропередач, газопроводы и т.д. В девяти случаях из десяти виновником лесных пожаров является человек. Наиболее частые причины лесных пожаров – незатушенные костры, брошенные окурки, спички. В жаркую сухую погоду достаточно искры, чтобы вспыхнул огонь, особенно в хвойном лесу.

Костер можно разжигать только в присутствии взрослых и только на специально оборудованных площадках.

В случае, если в лесу замечен пожар, обязанность каждого – незамедлительно сообщить об этом работникам по чрезвычайным ситуациям, лесного хозяйства или в милицию.

**Раздел 5. Правила разведения костров**

 Костры разжигают с различными целями – и для подачи сигнала бедствия, и для приготовления еды, сушки одежды, во время праздников Масленицы и Ивана Купалы. Но чаще всего костер разжигают для отдыха на природе.

 Для того чтобы костер не стал причиной пожара, необходимо правильно выбирать место для его разведения. Это место должно быть выбрано таким образом, чтобы его огонек не перерос в пламя пожара. Наиболее безопасное место – песчаный или галечный берег водоема. В лесу место предполагаемого кострища надо окопать, обложить камнями, расчистить от сухой травы, листьев. Костер должен быть защищен от сильного ветра ветками, палаткой, стенкой из камней.

 Особо опасен костер, разожженный в укрытии. Кроме принятия мер по предотвращению опасности распространения огня, надо также помнить, что костер, разведенный в укрытии, выделяет угарный газ.

1.Запрещено разводить костры в хвойных молодняках, на старых горельниках, лесосеках, а также на торфяниках вблизи склада сена, соломы, особенно при сильном ветре.

2. Не оставляйте горящий костер без присмотра.

3. Покидая место привала, нельзя оставлять даже слегка тлеющие угольки в центре кострища. Лучше всего залить водой. Если поблизости ее нет, остатки костра необходимо тщательно засыпать землей, заложить дерном.

4. Нельзя уходить от кострища, пока вы полностью не убедились в том, что от него не сможет возникнуть пожар.

**Раздел 6. Осенние пожары**

 Осень – не только пора «очей очарованье», но и время, когда сжигают сухие листья, ветки, мусор. Может быть, и вам не раз приходилось видеть, как сжигают или самим участвовать в сжигании мусора на дачном участке. Говорил ли вам кто-нибудь, что разводить подобный костер – опасно? Сухая трава быстро воспламеняется, огонь становится неуправляемым. Осеннее сжигание травы, листьев становится причиной серьезных осенних пожаров.

1. Мусор, листья, траву нужно вывозить, а не сжигать.

2. Самостоятельно без присутствия взрослых костер разводить не следует.

3. Если кто-то все же развел костер, необходимо следить за ветром. Сильный ветер может раздуть пламя и погнать его по сухой траве.

4. Пожар с легкостью возникает от непотушенной спички или окурка.

 Если загорание на небольшом участке сухой травы все же произошло, затушить его можно свежими ветками. Можно закидать песком, залить водой

**Раздел 7. Новый год к нам мчится…**

 Независимо от того, где готовится празднование Нового года – дома, в школе или в других общественных местах, везде имеется ряд одинаковых требований пожарной безопасности при проведении зимних праздников.

1. Нельзя украшать новогоднюю елку ватой, зажигать на ней свечи и бенгальские огни, применять хлопушки.

2. Иллюминация елки должна быть только заводского изготовления и находиться в исправном состоянии.

3. Устанавливается елка на устойчивом основании. Ее ветви не должны касаться стен, потолка, и находиться на безопасном расстоянии от электроприборов и бытовых печей.

4. При загорании электрогирлянды необходимо немедленно выдернуть из розетки вилку электропитания, вывести людей из помещения, вызвать подразделение по чрезвычайным ситуациям.

5. Синтетическая елка горит очень быстро, при этом ее материал плавится и растекается, выделяя отравляющие вещества (окись углерода, синильная кислота). Тушить водой расплавленные полимеры опасно из-за возможного разброса искр и расплавленной массы. Необходимо, не касаясь елки руками, набросить на нее плотное (лучше мокрое) покрывало.

 Во время новогодних праздников в школе или другом общественном месте запрещено пользоваться пиротехническими изделиями. Пиротехнику следует использовать только в присутствии взрослых, помня о требованиях правил пожарной безопасности – не направлять фейерверки в сторону людей и жилых помещений, отходить от взрывоопасной пиротехники как можно дальше.

**Раздел 8. Когда обжигает холод**

 Человеку не всегда удается быстро перестроиться и подготовиться к приходу холодов. Главное правило, выходя на улицу в морозные дни, одевать теплую одежду. Шерстяные варежки не дадут замерзнуть пальцам, а уши защитит глубоко надвинутая на голову шапка. Если озябло лицо, растирать его надо рукавицей, но не снегом. В морозную погоду нельзя трогать металлические предметы руками. Если находиться на морозе очень долго, да еще в ветреную погоду, можно получить обморожение.

 Обморожение – это поражение кожи и мягких тканей организма, вызванное длительным воздействием холода. Сначала при обморожении человек чувствует холод. Кожа краснеет, а потом бледнеет и теряет чувствительность. При общем замерзании человек вначале испытывает чувство усталости, скованности. Сонливости и безразличия. И при дальнейшем действии холода очень быстро наступает остановка дыхания и кровообращения.

 Первая помощь пострадавшему заключается в общем согревании. Лучше всего обмороженную часть тела погрузить в воду комнатной температуры и за полчаса довести температуру воды от 20 до 40 градусов. После ванны обмороженный участок необходимо просушить и прикрыть чистой повязкой. Также дать теплое питье: чай, молоко. Пострадавшего надо как можно скорее показать врачу.

 **Запомните: Обмороженные места нельзя растирать снегом, массировать, смазывать жиром и маслом, помещать под горячую воду.**

**Раздел 9. Ледниковый период**

 Любителей прогуляться по льду водоема с каждым годом не становится меньше. Но не все помнят, чем опасен лед и какие правила необходимо соблюдать, чтобы не оказаться в ледяной ванне.

1. На тонкий, неокрепший лед выходить нельзя. Случайно попав на тонкий лед, отходите назад скользящими осторожными шагами, не отрывая ног ото льда.

2. Прочный, безопасный лед- это лед прозрачный, толщиной не менее 4-5 см. Молочный белого цвета лед вдвое слабее прозрачного. Самый опасный - ноздреватый лед, образовавшийся из смерзшегося снега.

3. Лед всегда слабее вблизи топляков, свай, тростника и на течении.

4. В оттепель после первых морозов лед становится тонким. Особенно опасен тонкий лед, припорошенный снегом.

5. В устьях речек и ручьев лед часто бывает ненадежным в течение всей зимы.

6. Если лед вдруг станет трескаться, сохраняйте спокойствие, не поддавайтесь панике, быстро, но в то же время осторожно лягте на лед и отползите на безопасное место.

**В холодной воде**

 Если вы оказались в холодной воде, сбросьте с себя обувь и все, что мешает держаться на плаву. Если берега не видно, то одежду лучше с себя не снимать, поскольку в ней немного теплее.

 При температуре воды 4 градуса по Цельсию время выживания в ней составляет до 30 минут. При температуре 10 градусов - до 2 часов, если плыть и до 4 часов, если занять правильную позу и не двигаться. Поджав колени к животу и сложив руки на груди, вы удлините срок выживания примерно на 50%. Движение в воде (в отличие от движения в воздухе), не способствует согреванию, а наоборот. При температуре 10 градусов хорошим пловцам до наступления переохлаждения удается проплыть до 1,5 км, плохим - не более 100 м. Чтобы меньше мерзнуть в воде, можно делать статическую гимнастику: одновременно сильно напрягать противоположные группы мышц. Выбравшись из холодной воды, не спешите восстановить ток крови в конечностях: прилив холодной крови к сердцу может вызвать его остановку.

**Раздел 10. Полезные и ядовитые растения**

Многие столетия предки белорусов занимались собирательством – в определенное время искали в лесу лекарственные растения, которые использовали в лечебных целях. Флора Беларуси и сейчас насчитывает более тысяч видов растений, многие из которых являются лекарственными. Однако опасность сбора трав заключается в том, что легко перепутать полезные и ядовитые виды. Впрочем, такая опасность подстерегает и при сборе ягод и грибов. Прежде чем положить гриб в корзину, его надо тщательно рассмотреть, учитывая цвет, пятнышки, и при малейшем сомнении выбросить. Иначе появляется большой риск отравиться.

 Необходимо также помнить, что не только ядовитые грибы могут явиться причиной отравления, но и старые съедобные грибы, и условно съедобные грибы, и грибы, долго хранившиеся в теплых условиях. Никогда не пробуй сырые грибы на вкус.

 Ягоды, нужно рассматривать на свету со всех сторон, потому что даже знакомые съедобные ягоды могут быть опасны наличием гнили. Никогда не ешь ягод, не собирай растения, которых не знаешь.

***При отравлении грибами, ягодами необходимо оказать первую помощь***

1. При признаках тошноты и особенно слабости и головокружении необходимо вызвать рвоту – выпить не менее 1-2-ух литров чистой воды, нажать пальцами на корень языка.

2. Если эта процедура не удалась – немедленно вызвать скорую помощь.

**Раздел 11. Купание и жаркая погода**

 В летнюю пору тянет позагорать и понежиться на солнце. Однако жаркая погода диктует свои правила поведения, которые необходимо соблюдать, чтобы избежать перегревов, тепловых и солнечных ударов.

1. Выбирайте легкую одежду из натуральных тканей

2. Не пейте очень много, особенно сладкой газированной воды, которая усиливает жажду. Лучше всего пить понемногу минеральную воду без газа, зеленый чай.

 Во время перегрева кожа кажется холодной и влажной, но температура нормальная. Еще признаки перегрева – головная боль, головокружение, тошнота, учащенное дыхание, бледное лицо, о большой опасности свидетельствует понос.

 При тепловом и солнечном ударе признаки сходны с перегревом, но добавляется еще судороги и большая слабость. Обмороки и потеря сознания может быть во всех случаях.

***В этих случаях необходимо оказать первую помощь:***

1. Отнести человека в тень или в прохладное помещение, проверить наличие пульса и сознания, дать попить подсоленной воды.

2. Обтирать тело тканью, смоченной в холодной воде.

3. Если человек потерял сознание, уложить его на живот (голову набок).

**Правила поведения в местах купания**

1. Купаться можно только в специально отведенных местах.

2. Нельзя заплывать за знаки ограждения

3. Нельзя подплывать к идущему водному транспорту.

4. Нельзя заплывать далеко от берега.

5. Не следует шутить и баловаться во время купания.

6. Нельзя в жаркую погоду у воды допускать резкого перепада температур (нагревшись, сразу прыгать в воду).