

МИНИСТЕРСТВО ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ
И ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ



ПАСПОРТ

БЕЗОПАСНОСТИ
ШКОЛЬНИКА

СОДЕРЖАНИЕ

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 (важные контакты, телефоны).....	28
Для заметок.....	29

ЛИЧНЫЕ ДАННЫЕ ЗАПОЛНЯЮТСЯ ПО ЖЕЛАНИЮ!

Фамилия _____

Имя _____

Школа, класс _____



Телефоны:

Матери: _____

Отца: _____

Лицо их замещающее: _____

Классный руководитель: _____

Соседи: _____

Группа крови и резус фактор: _____

Медицинские противопоказания _____

Директор _____ (ФИО, подпись, печать)

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 и, возможно, сохранить жизнь тебе, твоим друзьям и близким!



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!**

КТО ВСЕГДА ПРИДЕТ НА ПОМОЩЬ

112

ЕДИННЫЙ НОМЕР ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ



101

Единый телефон
пожарных
и спасателей

102

Полиция

103

Скорая помощь

104

Аварийная
газовая служба



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



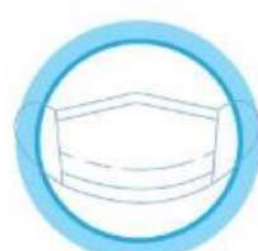
СДЕЛАЙТЕ ПРИВИКУ
ОТ ГРИППА



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



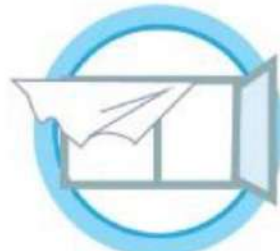
НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ
САМОЛЕЧЕНИЕМ



ПЕЙТЕ БОЛЬШЕ
ЖИДКОСТИ



ИСПОЛЬЗУЙТЕ ОДНОРАЗОВЫЕ
САЛФЕТКИ ПРИ КАШЛЕ И ЧИХАНИИ



РЕГУЛЯРНО
ПРОВЕТРИВАЙТЕ

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 в начале закаливания, но с более быстрым их нарастанием.

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** 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

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 дверь;
- ⚡ 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 проема влажными тряпками;

⚡ по прибытии пожарных подразделений подойди к окну, привлеки их внимание и попроси оказать тебе помощь.



А У НАС В КВАРТИРЕ ГАЗ!

Если вы почувствовали 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;
- 📢 оставлять включенной газовую плиту.

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.

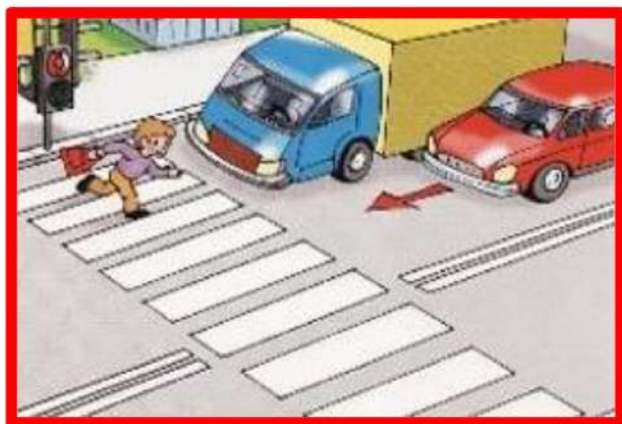
Если в доме есть взрослый, то срочно оповести его, и он сможет:

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



ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ДОРОГЕ

Будь внимательным!



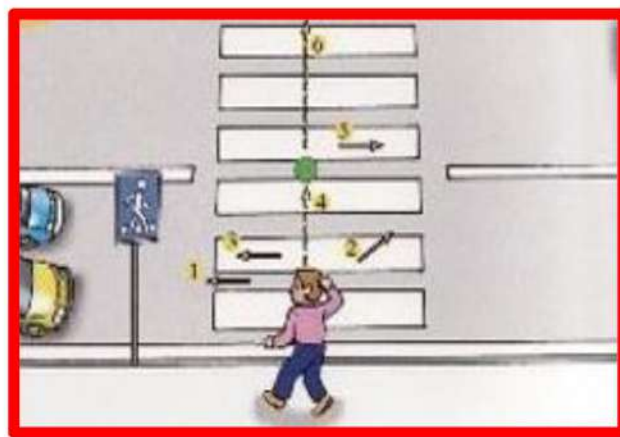
За одной машиной другая



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

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

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 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! ТЕПЛОВОЙ и СОЛНЕЧНЫЙ УДАР! ЧТО ДЕЛАТЬ?



Солнечный удар:

Носовое кровотечение
Потеря сознания
Тошнота

Тепловой удар:

Головная боль
Потемнение в глазах
Покраснение кожи
Тошнота

Что делать?



Вызвать «скорую»



Перенести
пострадавшего в тень



Освободить от
лишней одежды,
расслабить ремень



Обтереть тело
холодной водой



Положить холодный
компресс на лоб



Напоить прохладной
водой (если
пострадавший
в сознании)

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;
- ⚡ располагайте костер не ближе 5-6 м от палаток;
- ⚡ при уходе с места стоянки затушите 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 БЕЗОПАСНОСТИ НА ПРИРОДЕ

в лесу во время грозы укрывайтесь в густом кустарнике;



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

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



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;



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



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 переохлаждайся и не перегревайся;

❁ 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 надевать спасательные жилеты.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ТЫ ЗАБЛУДИЛСЯ В ЛЕСУ

Как не заблудиться в лесу:

- ✓ надевайте на прогулку в лес яркую одежду;
- ✓ перед походом в лес убедитесь, что 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 оффлайн-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;

ОПАСНО! ТОНКИЙ ЛЁД!

Помни!

- ❄ ступать на тонкий лёд нельзя!
- ❄ не пытайтесь определить прочность льда, наступая на него;
- ❄ если услышал треск льда под ногами – передвигайтесь 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 оттолкнитесь от дна (если не глубоко) и выберитесь на лёд;
- ❄ - если вы достаете до дна, передвигайтесь 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.



ЧТО ДЕЛАТЬ ВО ВРЕМЯ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ?

- ✓ 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 этажа 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



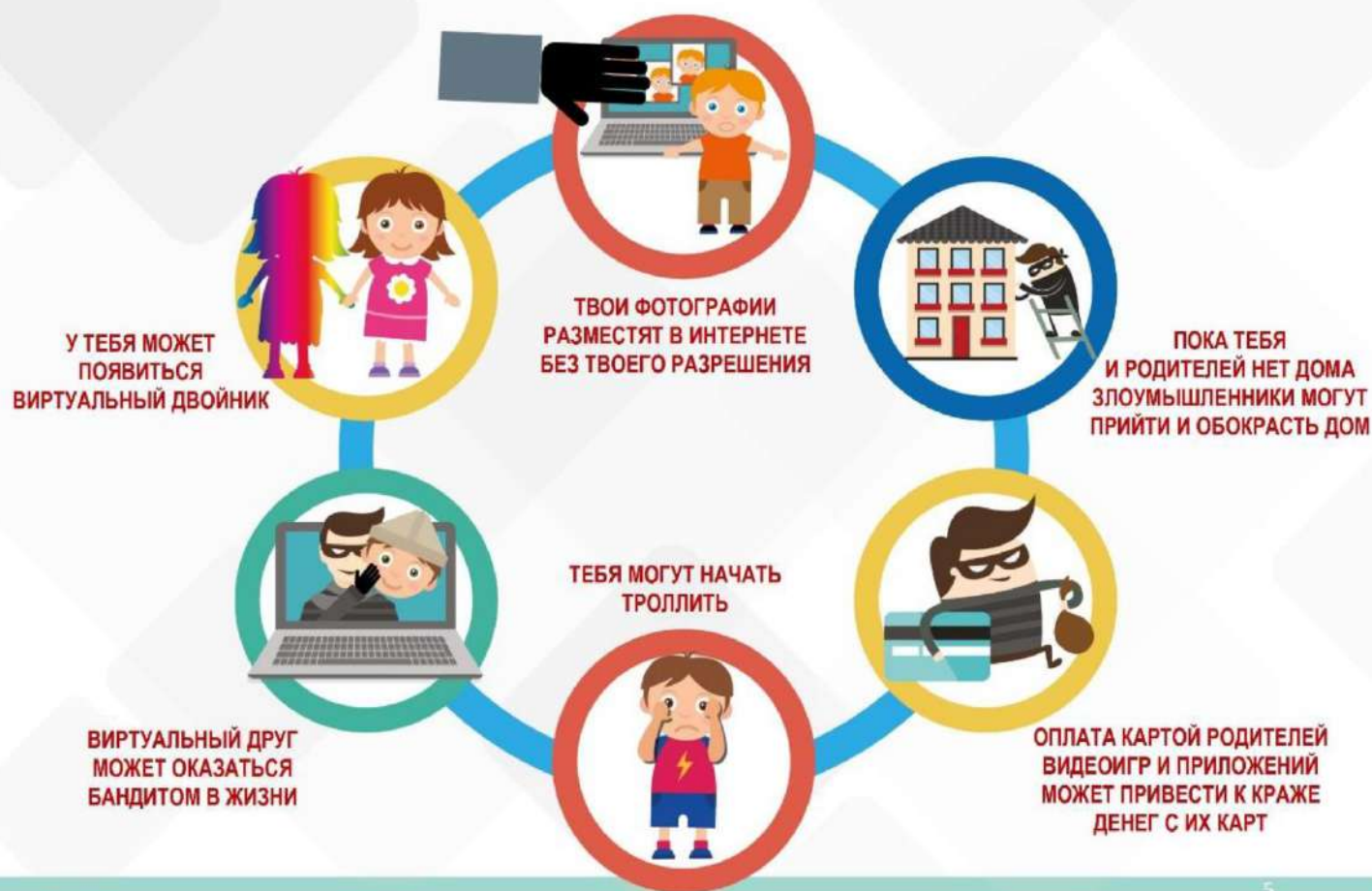
Держаться ближе к внутренним капитальным стенам



Отвернуться от окон

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ИНТЕРНЕТЕ

Какие угрозы влечет беспечное отношение к личным данным?



5

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.

ЕСЛИ ПРОИЗОШЛО НАПАДЕНИЕ НА УЧЕБНОЕ ЗАВЕДЕНИЕ, ТО:

Убегай, если это возможно

- не вступай в конфликт с вооруженными людьми, не пытайся их 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.**
- если нападающий близко, и ты не успеваешь убежать или спрятаться, **ложись на пол и замри.** Существует вероятность, что преступник просто пройдет мимо.

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.**

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).



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 и под одеждой;



ЗНАНИЕ ОСНОВ БЕЗОПАСНОСТИ – НАУКА ОСТАВАТЬСЯ В БЕЗОПАСНОСТИ

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



**Где бы ты ни 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»).

КТО МНЕ МОЖЕТ ПОМОЧЬ?

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

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

29