

Интерактивный педагогический

1

журнал ЗСШИ

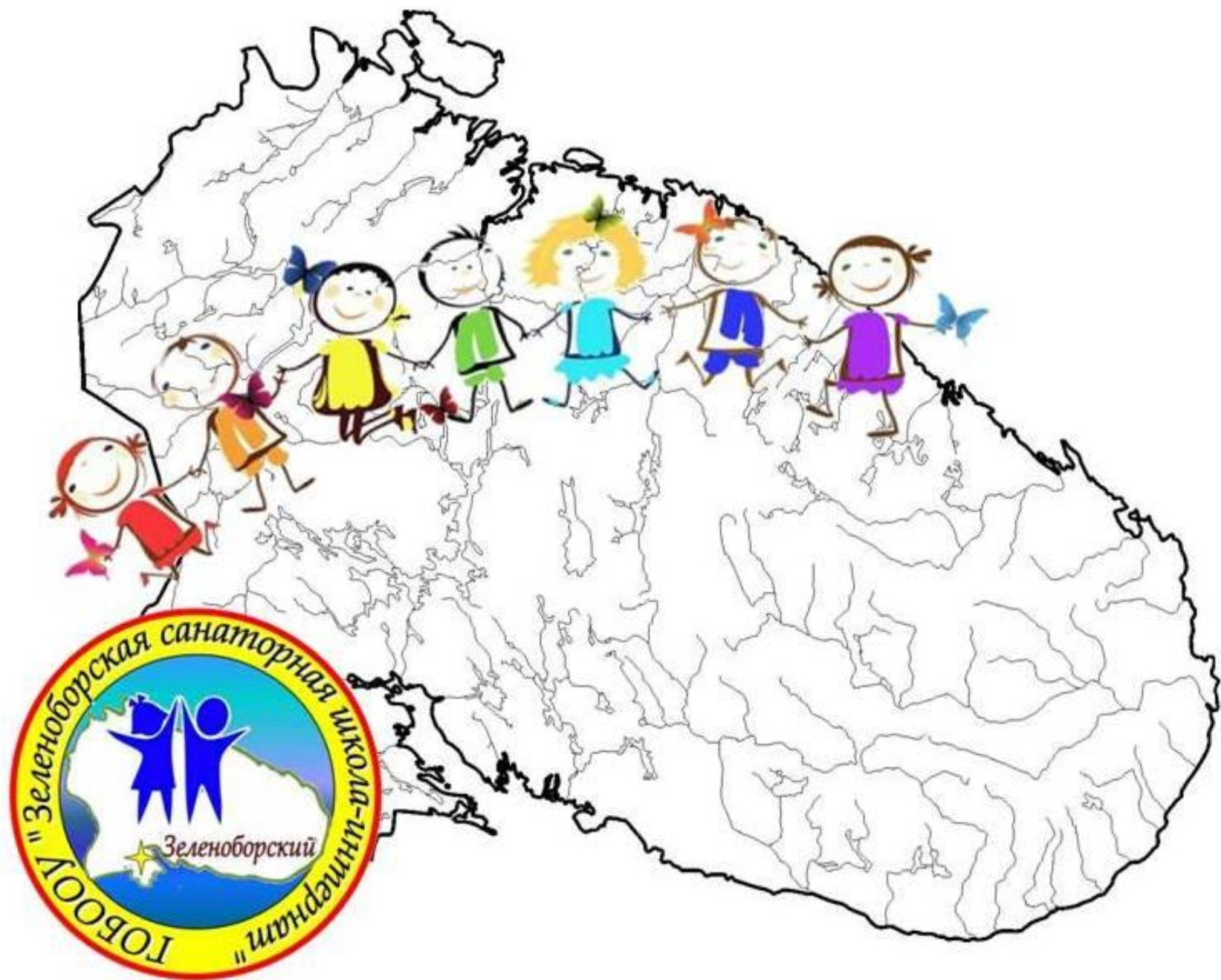
«Санатор&К°»

Раздел

«Методическая копилка»

Выпуск 13.04.2021г.





*Добрый день, дорогие читатели
интерактивного
педагогического журнала ЗСШИ
«Санатор&К°»!*

*Тема сегодняшнего номера:
«**Организация мероприятий
по безопасности жизнедеятельности**»*



В сегодняшнем выпуске будут освещены основные направления работы школы в организации безопасности наших детей.



Что такое безопасность?

Безопасность – это состояние человека, при котором ему никто и ничто не угрожает.



Соблюдение правил общей безопасности:

6

Придерживайся правил шести «НЕ»:

- 1. Не открывай дверь незнакомым людям.*
- 2. Никуда не ходи с незнакомыми людьми.*
- 3. Не разговаривай с незнакомыми и малознакомыми людьми.
Не принимай от них подарки.*
- 4. Не садись в машину к незнакомцам.*
- 5. Не гуляй на улице с наступлением темноты.*
- 6. Не входи в подъезд, лифт с незнакомыми людьми.*



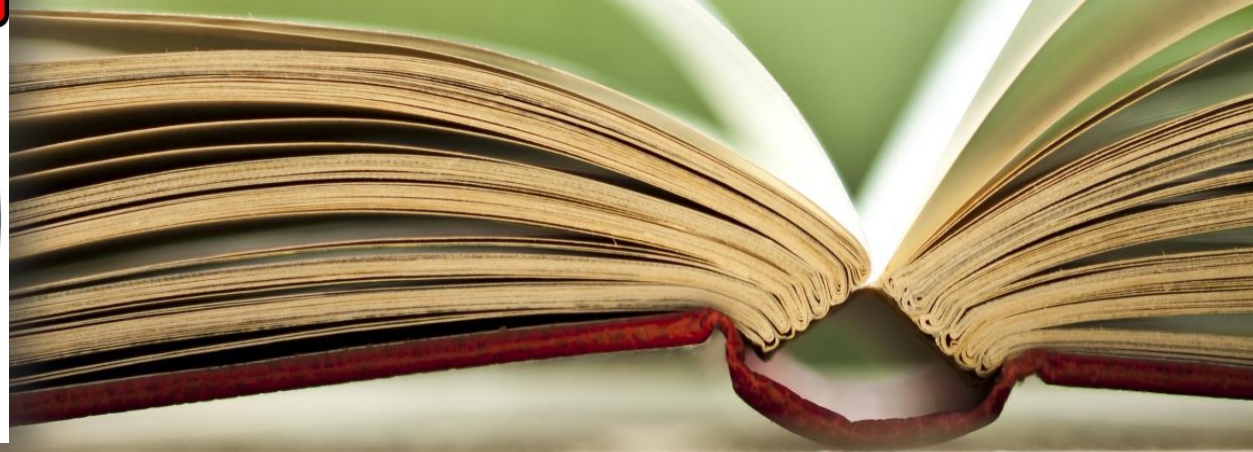
**Везде и всегда соблюдай
ОСТОРОЖНОСТЬ!**



Соблюдение правил дорожного движения (ПДД)

Памятка пешехода:

- Всегда будь внимателен на улице!
- Не перебегай дорогу перед близко идущим транспортом!
 - Не играй на проезжей части улицы!
- Езда на велосипедах по улицам и дорогам разрешается с 14 лет. Помни об этом!
- Соблюдай правила пользования городским транспортом!
- Соблюдай правила дорожного движения сам и помогай в этом родным и близким!



Соблюдение правил пожарной безопасности

ПОМНИТЕ!

- брошенная ради баловства спичка может привести к тяжелым ожогам и травмами,
- не устраивайте игр с огнем вблизи строений, в сараях, на чердаках, в подвалах,
- не играйте со спичками, следите, чтобы со спичками не шалили маленькие дети,
- не нагревайте незнакомые предметы, упаковки из-под порошков и красок, аэрозольные упаковки,
- не растапливайте печи, не включайте газовые плитки,
- не играйте с электронагревательными приборами – от них, включенных в сеть и оставленных без присмотра, может произойти пожар



Если пожар все-таки произошел, вы должны знать, что необходимо сделать в первую очередь:

- немедленно вызывайте пожарных по телефону «101» или «112», не забудьте назвать свою фамилию и точный адрес, позовите на помощь взрослых,*
- срочно покиньте задымленное помещение,*
- если помещение, в котором вы находитесь сильно задымлено, то намочите платок или полотенце водой и дышите через него, пригнитесь к полу, и двигайтесь по направлению к выходу вдоль стены,*
- самое главное: как бы вы ни были напуганы, никогда не прячьтесь в укромные места.*

И помните, что пожар легче предупредить, чем потушить!



Соблюдение правил безопасности в сети Интернет

Интернет прочно вошел в нашу жизнь.

Он помогает нам общаться с друзьями, знакомиться с новыми людьми, учиться, слушать любимую музыку и смотреть фильмы.

Возможности глобальной сети с каждым годом возрастают.

Но, как оказывается, Интернет может приносить не только пользу, но и вред.

Как же предотвратить его вредоносное воздействие?

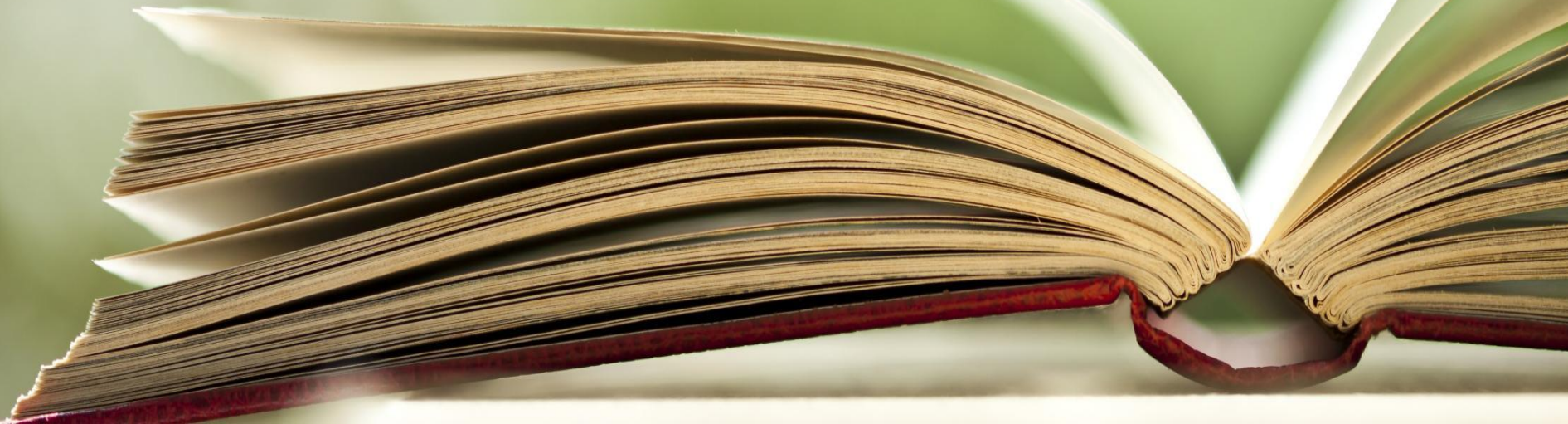
Предлагаем вашему вниманию ряд практических рекомендаций, используя которые вы сможете избежать многих интернет — угроз.



- для защиты своего компьютера необходимо регулярное обновление программного обеспечения, использование надежных антивирусных и антишпионских программ,
- в интернете не стоит переходить по ссылкам и нажимать кнопки во всплывающих сообщениях, которые кажутся подозрительными. Даже если вас будут уверять, что там находится нечто очень важное лично для вас,
- для защиты личной информации придумайте надежный пароль и никому его не сообщайте. Для каждого ресурса стоит использовать уникальные логины и пароли,
- никогда не предоставляйте секретные сведения, например, номер счета или пароль в ответе на сообщение электронной почты или в социальных сетях,
- прежде чем вводить секретные сведения в веб-форме или на веб-странице, обратите внимание на наличие таких признаков, как адрес веб-страницы, начинающийся с префикса *https* и значка в виде закрытого замка рядом с адресной строкой, который обозначает безопасное соединение.



- для безопасности общения в социальных сетях оставляйте как можно меньше данных о себе и избирательно подходите к предложениям о дружбе,
- перед просмотром входящих писем на электронном ящике, проверьте адрес отправителя. Подозрительные письма смело отправляйте в спам, особенно если в таких письмах содержатся прикрепленные файлы,
- в чатах и системах мгновенного обмена сообщениями вы никогда не можете быть уверенными, кто с вами общается. Постарайтесь избегать общения с незнакомцами и ни в коем случае не соглашайтесь с ним на встречу в реальной жизни,
- для скачивания картинки или мелодии вам предлагают отправить смс? Не спешите! Сначала проверьте этот номер в интернете — безопасен ли он и не обманут ли вас.



Соблюдение правил безопасности на водоемах

Помните, что при купании категорически запрещается:

- заплывать далеко от берега, выплывать за пределы ограждения мест купания,*
- подплывать близко к проходящим судам, катерам, весельным лодкам, гидроциклам, баржам,*
- взбираться на технические предупредительные знаки, буи, бакены и др.*
- прыгать в воду с лодок, катеров, парусников и других плавательных средств,*
 - купаться у причалов, набережных, мостов.*
 - купаться в вечернее время после захода солнца,*
 - прыгать в воду в незнакомых местах.*
 - купаться у крутых, обрывистых берегов*



- помните, что после еды разрешается купаться не раньше чем через полтора - два часа,*
- во время купания не делайте лишних движений, не держите свои мышцы в постоянном напряжении, не гонитесь за скоростью продвижения в воде, не нарушайте ритма дыхания, не переутомляйте себя, не принимайте участия в больших заплывах без разрешения врача и необходимых тренировок,*
- попав на быстрое течение, не плывите против течения, проплывайте на груди или на боку, горизонтально на немного повышенной скорости. Остерегайтесь водоворотов, никогда не подплывайте к ним близко,*
- попав в водоворот, не теряйтесь, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и сделайте смелый рывок в сторону по течению*



Соблюдение правил безопасности на водных объектах в весеннее время во время таяния льда

Во избежание трагических случаев предупреждаем:

- соблюдайте элементарные правила безопасности на льду, помните, безопасным лед считается при толщине не менее 12 см,
- запрещается ходить по льду под мостами, рядом с любыми водными сооружениями, в местах впадения в водоем ручьев и рек,
- Ни в коем случае нельзя допускать выхода детей на лед!



ЕСЛИ ТЫ ПРОВАЛИЛСЯ ПОД ЛЕД:

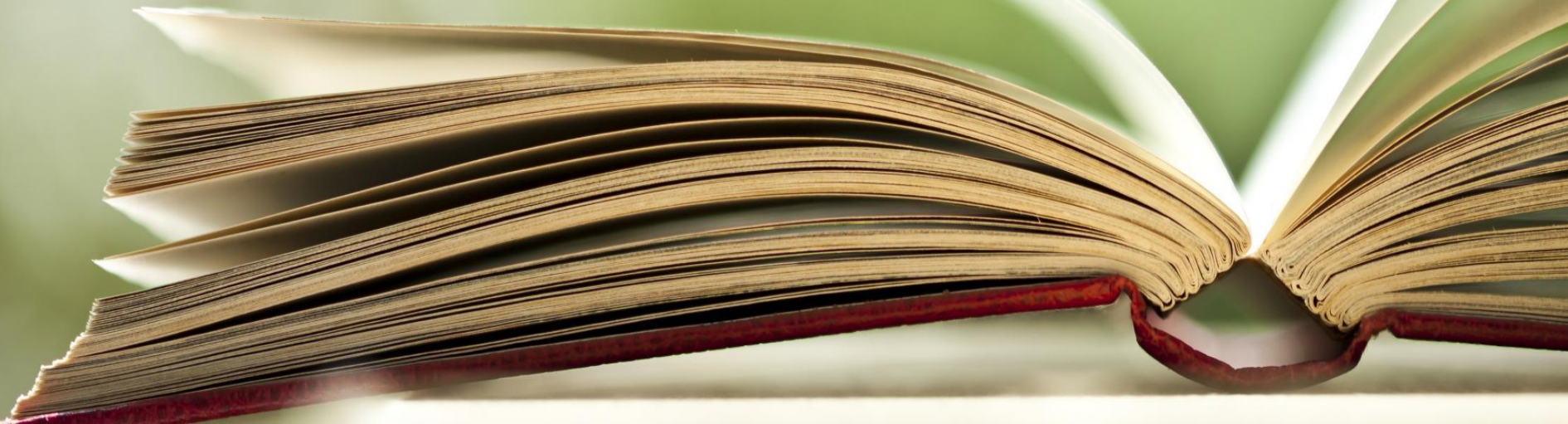
Главное – самоспасение!

- Не поддавайтесь панике!
- не надо барахтаться и наваливаться всем телом на тонкую кромку льда, так как под тяжестью тела он будет обламываться,
- широко раскиньте руки, чтобы не погрузиться с головой в воду,
- обопритесь локтями об лед и, приведя тело в горизонтальное положение, постарайтесь забросить на лед ту ногу, которая ближе всего к его кромке, поворотом корпуса вытащите вторую ногу и быстро выкатывайтесь на лед,
- без резких движений отползайте, как можно дальше от опасного места в том направлении, откуда пришли



Зовите на помощь!

- удерживая себя на поверхности воды, стараться затрачивать на это минимум физических усилий. (Одна из причин быстрого понижения температуры тела - перемещение прилежащего к телу подогретого им слоя воды и замена его новым, холодным. Кроме того, при движениях нарушается дополнительная изоляция, создаваемая водой, пропитавшей одежду),*
- находясь на плаву, следует голову держать как можно выше над водой. Известно, что более 50% всех теплопотерь организма, а по некоторым данным, даже 75% приходится на ее долю.*
- активно плыть к берегу, плоту или шлюпке, можно, если они находятся на расстоянии, преодоление которого потребует не более 40 мин,*
- добрывшись до плавсредства, надо немедленно раздеться, выжать намокшую одежду и снова надеть*



По всем вышеперечисленным направлениям безопасности жизнедеятельности педагогическим коллективом школы ведется систематическая профилактическая работа.

Формы проведения мероприятий по организации безопасности школьников:

- встречи с представителями ГИМНС МЧС по Мурманской области п.Зеленоборский,
- встречи с сотрудниками линейной полиции г.Кандалакиши,
- практикумы по безопасному вождению велосипеда с представителями ГИБДД г. Кандалакиши,
- экскурсии в Пожарную часть п.Зеленоборский,
- тематические уроки по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»,
- воспитательские часы, игры, практикумы.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ И ОСТОРОЖНЫ!

*С уважением, составитель выпуска-
учитель физической культуры Богатова Н.В.*

