



ОСНОВЫ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ, СРЕДНИХ И СТАРШИХ КЛАССОВ

Рабочая тетрадь для учащихся 1–4 классов

Blank writing area with four horizontal lines.



**PARAMEDIC
SCHOOL**

Учись действовать правильно



При поддержке



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Всероссийская общественная молодежная организация
«ВСЕРОССИЙСКИЙ СТУДЕНЧЕСКИЙ КОРПУС СПАСАТЕЛЕЙ»

ОСНОВЫ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ, СРЕДНИХ И СТАРШИХ КЛАССОВ

Рабочая тетрадь для учащихся 1–4 классов

ОГЛАВЛЕНИЕ

- 5 Безопасная улица и двор летом
- 10 Безопасная улица и двор осенью
- 13 Безопасная улица и двор
зимой и весной
- 21 Безопасный Новый Год
- 25 Безопасная кухня
- 30 Электрический ток
- 32 Кредитные (банковские) карты
- 34 Безопасный лес
- 37 Безопасный водоём
- 42 Безопасность на дороге
и транспорте (пешком, в машине,
в общественном транспорте)
- 49 Пожарная безопасность
- 58 Первая помощь
- 64 Лист самопроверки

БЕЗОПАСНАЯ УЛИЦА И ДВОР ЛЕТОМ



Перегрев



Дети очень любят гулять и играть летом на улице. Но яркое солнце не всегда бывает безопасным. Если слишком долго находиться на солнце без головного убора и не пить воду, то могут случиться неприятности, такие как перегрев, солнечный ожог и даже потеря сознания.



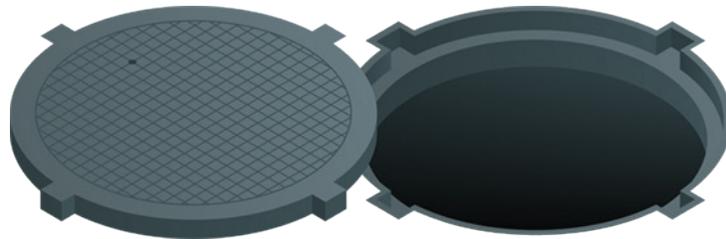
Запомни: чтобы избежать перегрева, необходимо находиться на улице в головном уборе, пить воду и стараться играть на улице в утренние и вечерние часы.

Задание № 1

Отметь предметы, которые помогут тебе избежать перегрева, когда ты играешь на улице.



Открытый люк



На дороге ты можешь увидеть люк, который накрыт чугунной или пластиковой крышкой чёрного или тёмно-зелёного цвета.

Существуют колодцы водопроводных, канализационных сетей, теплоснабжения и газоснабжения и даже дождеприёмные (ливневые). На крышках таких люков нанесены различные буквы и символы, означающие какая из сетей под этой крышкой, находится.

А ещё существует колодец пожарного гидранта, откуда во время пожара огнеборцы могут брать воду, чтобы потушить огонь.

Крышка люка выдерживает нагрузку примерно от 1,5 до 25 тонн, а глубина колодца может достигать 8 метров, это примерно высота трёхэтажного дома.

Когда крышка люка открыта или сломана, то если на неё наступить, существует угроза падения в колодец и получения травм.

Представь себе, что ты идёшь по улице и на дороге видишь открытую крышку люка. Как ты думаешь, можно ли на неё наступать или стоит обойти её стороной?

Задание № 2

Поставь зелёную «галочку» в том круге, где написано, что ты будешь делать, если на твоём пути попадётся открытая или разбитая крышка люка, а красный крестик в том круге, где написано, что делать запрещено.

**Можно наступить
на крышку люка**



**Лучше обойти крышку
люка стороной**



Качели



Мальчик Миша и девочка Маша качаются на качелях. Если Миша резко встанет с качелей, то качели резко опустятся вниз и Маша ударится. Как ты думаешь, можно резко вставать с качелей или нет?

Задание № 3

Отметь правильный ответ зелёной галочкой, а неправильный — красным крестиком.

Можно резко вставать с качелей

Нельзя резко вставать с качелей

Можно встать с качелей, но перед этим нужно предупредить Машу о своих намерениях

Находясь на детской площадке, нужно быть очень аккуратным. Качаясь на верёвочных качелях всегда нужно соблюдать **простейшие правила безопасного** поведения:

- держаться обеими руками за верёвки;
- сидеть удобно, не отвлекаться по сторонам;

- не кататься на качелях вдвоём, если они для этого не предназначены;
- не бегать перед качелями, так как это может привести к удару качелями;
- не качаться на самодельных качелях, к примеру, подвешенных верёвками к ветке дерева.



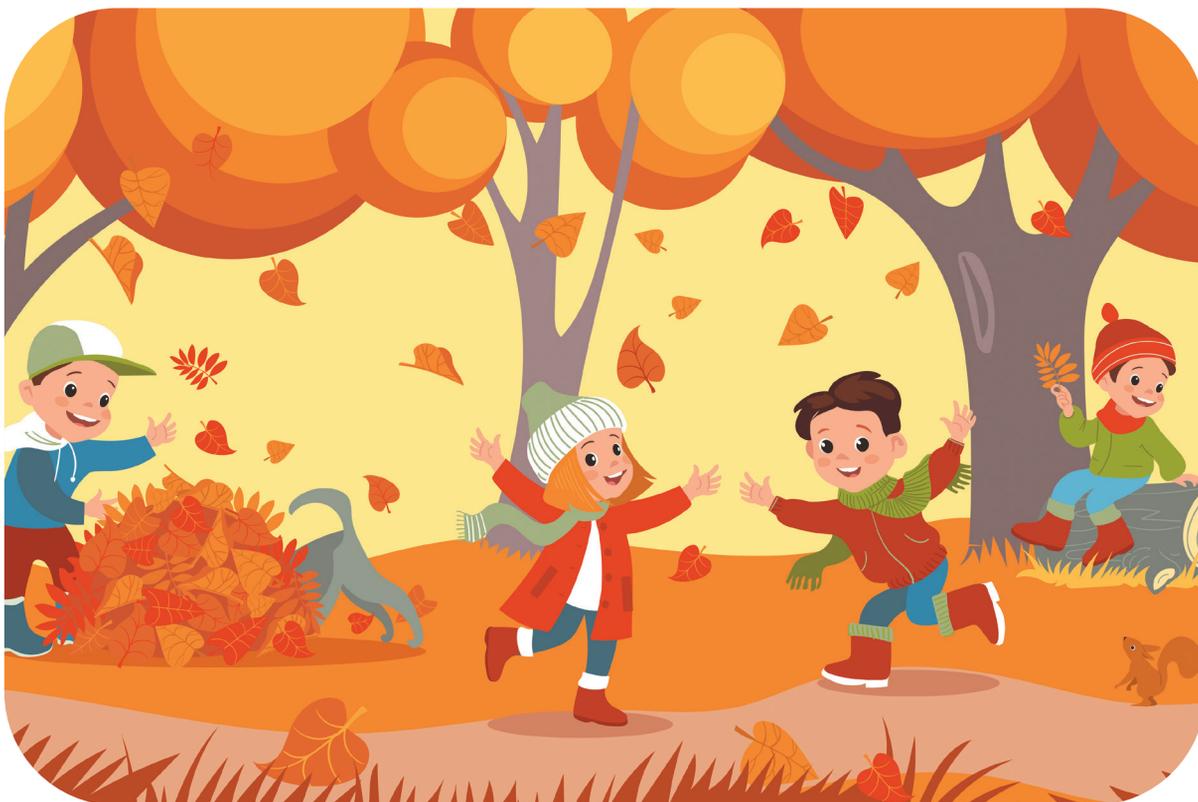
Запомни: запрещено находиться на качелях стоя и спрыгивать с качелей на землю, не дождавшись их остановки.

Задание № 4

Отметь зелёной галочкой детей, которые правильно ведут себя на качелях, а красным крестиком — которые нарушают правила безопасного поведения.



БЕЗОПАСНАЯ УЛИЦА И ДВОР ОСЕНЬЮ



Опасности в луже



Часто дети, играя и радуясь, любят прыгать по лужам. Однако и здесь детей могут подстерегать опасности. Если ребёнок решил побегать по лужам, то стоит быть очень осторожным.

И не забывай, что на ноги нужно обязательно надевать непромокаемую обувь, например, резиновые сапоги.

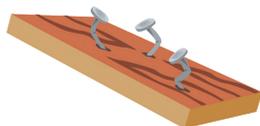


Запомни: если ты промокнешь, то легко можешь заболеть. Будь осторожной!

Как ты думаешь, какие опасности детей могут ожидать в луже?

Задание № 1

Отметь те опасности, которые по твоему мнению могут угрожать ребёнку.



Листопад





Запомни: мокрые листья на дороге очень скользкие. Тебе следует очень аккуратно притормаживать и поворачивать, когда ты катаешься на самокате или велосипеде.

Дети решили помочь собрать во дворе школы опавшие с деревьев листья. Проходящий мимо незнакомец посоветовал взять и поджечь листья, чтобы они сгорели и не пришлось выносить листья на мусорку.

Как ты думаешь, можно ли сжигать листья во дворе школы?

Задание № 2

Ответь на вопрос и отметь красным крестиком то, что делать запрещено, а зелёной галочкой — что можно.

Нельзя детям использовать спички без присмотра взрослых

Нельзя сжигать листья, так как дым опасен и может нанести вред здоровью детей и природе

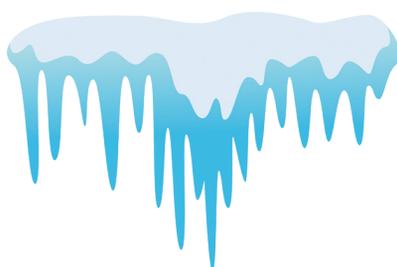
Нельзя сжигать листья, так как это может привести к пожару

Нужно собрать листья в мешки и вынести их на мусорку

БЕЗОПАСНАЯ УЛИЦА И ДВОР ЗИМОЙ И ВЕСНОЙ



Опасные сосульки



Весной, когда светит яркое солнце и снег на крышах домов начинает таять, с крыш стекает вода. Когда наступает вечер и солнце прячется, вода превращается в сосульки. Свисающие с крыш домов и школы сосульки очень опасны, так как они могут упасть и причинить вред человеку, который проходит внизу.

Существуют специалисты, которые следят за тем, чтобы на крышах домов и школы не скапливался снег и не образовывались сосульки и своевременно их убирают. Но нужно помнить, что рабочие не всегда могут успеть убрать все сосульки с крыш всех домов.

А ещё не стоит есть сосульки, так как они состоят из замёрзшей грязной воды и существует опасность сильно заболеть.



Запомни: старайся не ходить вдоль стен домов и школы из-за угрозы схода с крыши снежной глыбы или падения сосульки.

Задание № 1

Раскрась рисунок с упавшей сосулькой.



Приспособления для спуска с горки



Существует огромное количество приспособлений для спуска с горки. Это и санки, и снегокат, и лыжи, и сноуборд. Но существуют приспособления, спуск которых контролировать очень тяжело и от этого эти устройства, при неправильном их использовании, становятся опасными.

К примеру: тюба или как в шутку называют эти приспособления — «ватрушки», а процесс спуска на такой ватрушке называется «тюбинг».

Существует несколько **простых правил безопасного использования** тюба, санок, ледянок и снегокатов:

- необходимо кататься на специально оборудованных трассах, которые ограждены специальными сетками или снежными бортиками;
- внизу спуска должны отсутствовать препятствия (например: кусты, деревья, дорожка, водоём, дорожка);
- трасса должна быть достаточно длинной для спокойного торможения тюба, санок, ледянок и снегокатов;
- кататься на таких устройствах можно только по одному человеку;
- при спуске с горы запрещено выставлять руки и ноги и пытаться управлять ватрушкой, санками, ледянками или снегокатом;

- не пытайтесь подняться на горку по трассе для спуска, не перебегайте перед спускающимися санками, ватрушкой, снегокатом;
- перед катанием необходимо вытащить из карманов все острые, хрупкие или большие предметы.

Задание № 2

Раскрась рисунок справа также, в такие же цвета, как на рисунке слева.



При использовании средств для спуска с горки рекомендуется использовать защитный шлем, налокотники и наколенники.

Задание № 3

Отметь на картинках детей, которые правильно катаются, зелёной галочкой, а тех, кто нарушает правила безопасности — красным крестиком.



Безопасные лыжи



В зимний период времени в школе проходят уроки физкультуры, на которых ученики катаются на лыжах. Очень важно соблюдать правила экипировки лыжника и простейшие правила безопасности.



Повседневная одежда не годится для занятий спортом: джинсы сковывают движения, а в пуховике может быть слишком жарко.

Поэтому выбирай специализированную экипировку.

Одежда лыжника должна состоять из **трёх слоёв одежды**:



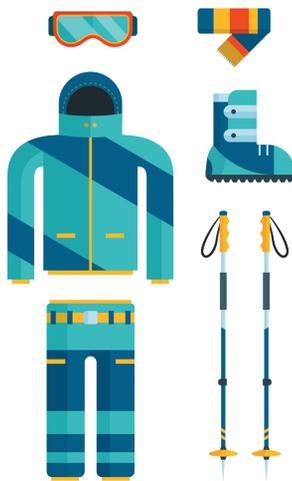
1-й слой — слой, который плотно прилегает к телу лыжника и отводит влагу, главное, чтобы этот слой одежды не намокал и не сохранял влагу (например: термобельё). Для нижней части тела подойдут длинные обтягивающие кальсоны.



2-й слой — слой, предназначенный для вывода влаги наружу (например: джемпер, который также должен пропускать влагу наружу и давать ей испаряться. Лыжникам лучше выбирать джемпер с удлиненными рукавами и спинкой. Движения на лыжах заставляют много нагибаться — есть риск застудить поясницу).



3-й слой — слой внешней одежды, подбираемый по погодным условиям, в котором проходят занятия (например: куртку для защиты от ветра и снега и теплые штаны. Высокий воротник защи-



тит горло от ветра. Модели с молнией на воротнике позволяют быстро регулировать термоизоляцию в случае теплой погоды).

Держите ноги, руки, голову и шею в тепле. Не забывайте надеть шапку, шарф и тёплые перчатки, а на ступни — специальные лыжные или тёплые шерстяные носки.



Запомни: после занятия или прогулки на лыжах необходимо сразу же переодеться в сухую тёплую одежду.

Задание № 4

Найдите на картинках детей, которые экипировались неправильно. Отметьте такие рисунки красным крестиком, а где одежда правильная — зелёной галочкой. Объясните почему вы выбрали именно эти рисунки.



Правила безопасности при катании на лыжах:

- лыжные палки должны быть снабжены защитным наколочником, кольцом и иметь удобную рукоять с регулируемым ремешком на запястье;
- необходимо, чтобы обувь спортсмена соответствовала размеру его ноги, тогда вероятность травм и повреждений стоп снижается;
- кататься по горизонтальной траектории следует на расстоянии друг от друга не менее трех метров, во время спуска — 30 метров;
- при скатывании с горы не выбрасывайте перед собой лыжные палки;
- если чувствуете, что теряете баланс, то следует слегка присесть на корточки и завалиться набок, чтобы избежать травмы, палки должны быть направлены назад;
- при падении, особенно при спуске, следует незамедлительно уйти, отползти с лыжной трассы, палки при этом должны быть отброшены вбок, чтобы очередной лыжник не наткнулся на них;
- избегайте перехода лыжни у возвышающегося склона, по которой спускаются лыжники;
- если почувствовали признаки обморожения, рекомендуется прекратить дальнейшее движение, сойти с дистанции, как можно скорее попасть в теплое помещение;
- до начала лыжного занятия следует снять утяжеляющую одежду, помните, что при катании температурный режим сбивается, и лыжнику становится жарко, нельзя снимать или расстегивать одежду на ходу, это приведет к простудным заболеваниям;
- после окончания заезда рекомендуется снять лыжную базу у входа в помещение, стряхнув с нее весь снежный груз;

- не рекомендуется пить прохладную воду в первые 20 – 30 минут после пробежки во избежание заболевания ангиной;
- комфортные погодные условия для катания на лыжах должны входить в температурные рамки до –10 градусов, при отсутствии сильного ветреного потока.
- запрещен обгон во время быстрой езды по узким тропам, при спуске с горы;
- нельзя делать незапланированные остановки на лыжне, если вы катаетесь не одни;
- при ходьбе на лыжах не раскидывайте сильно палки в стороны, это может препятствовать движению других лыжников.

БЕЗОПАСНЫЙ НОВЫЙ ГОД



Безопасная Новогодняя ёлка



Главный праздник зимы и уходящего года — это Новый год. В этот день дети и взрослые получают новогодние подарки за своё хорошее поведение. Во многих домах стоят украшенные

яркими игрушками и гирляндами новогодние ёлки. В доме пахнет хвоей и фруктами, накрыт праздничный стол.

Но очень важно соблюдать **простейшие правила безопасности** при использовании электрических гирлянд и различной пиротехники (например: петард, фейерверков, салютов, хлопушек):

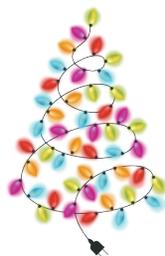
- ставьте ёлку только на устойчивую подставку, чтобы ёлка не упала;
- не ставьте ёлку около отопительных приборов (печи, радиаторы отопления, обогреватели);
- не устанавливайте ёлку на пути эвакуации;
- не используйте в качестве украшений игрушки из ваты, бумаги и других легковоспламеняющихся предметов;
- не используйте свечи в качестве гирлянды;
- используйте только электрическую гирлянду заводского исполнения;
- не включайте электрическую гирлянду самостоятельно, без присмотра взрослых;
- отключайте электрическую гирлянду уходя из дома или когда вы ложитесь спать;
- не включайте в розетку сразу несколько гирлянд и электрических приборов;
- не используйте бенгальские свечи, петарды, салюты в помещении;
- в помещении с ёлкой поставьте огнетушитель.



Запомни: не включай электрическую гирлянду самостоятельно, без присмотра взрослых.

Задание № 1

Отметь зелёной галочкой те предметы, которыми можно украшать ёлку, красным крестиком — которыми нельзя украшать ёлку.



Безопасный фейерверк



Новогодние и Рождественские праздники традиционно сопровождаются салютами и фейерверками. В связи с этим нужно соблюдать **простейшие правила безопасности**:

- при покупке важно проверить срок годности и состояние упаковки — просроченная или подмокшая пиротехника может не сработать;
- хранить фейерверк нужно в сухом месте, подальше от нагревательных приборов;

- салют и фейерверк можно запускать только вдали от домов, школы и других зданий, и построек на расстоянии не ближе 50 метров от них;
- запуск пиротехники при порывистом ветре категорически запрещается;
- запускать пиротехнику должен только взрослый человек, ни в коем случае нельзя разрешать запуск детям;
- перед запуском салюта или фейерверка необходимо закопать коробку примерно наполовину в снег или землю;
- важно при запуске салюта использовать перчатки для защиты рук и очки для защиты глаз;
- необходимо тщательно изучить инструкцию, прилагаемую к купленному фейерверку, в ней будет указано куда нужно направлять салют и как его устанавливать;
- для каждого вида фейерверков есть правила использования, которыми ни в коем случае нельзя пренебрегать, ведь даже безобидный бенгальский огонек может больно обжечь своими искрами;
- не балуйтесь запуском салютов с рук (исключение бенгальские огни и хлопушки) — картон с бумагой, из которого сделана пиротехника, может быть бракованным, и фейерверк взорвется у вас прямо в руках;
- если фейерверк не запустился, не стоит сразу же бежать к нему и выяснять причину — бракованный салют может сработать с задержкой;
- при подготовке к салюту не забудьте взять с собой средства для тушения пожара, чтобы погасить остатки фейерверка или загоревшиеся предметы;
- позаботьтесь о домашних животных, если они рядом с вами в новогоднюю ночь. Они плохо переносят неожиданные взрывы с яркими вспышками света, и фейерверки вряд ли доставят им такую же радость, как и вам. Перед

запуском фейерверков желательно оставить их в безопасном месте;

- после запуска уберите за собой на месте проведения салюта.



Запомни: строго запрещается использовать пиротехнические изделия в помещении, а также детям без присмотра родителей.

БЕЗОПАСНАЯ КУХНЯ

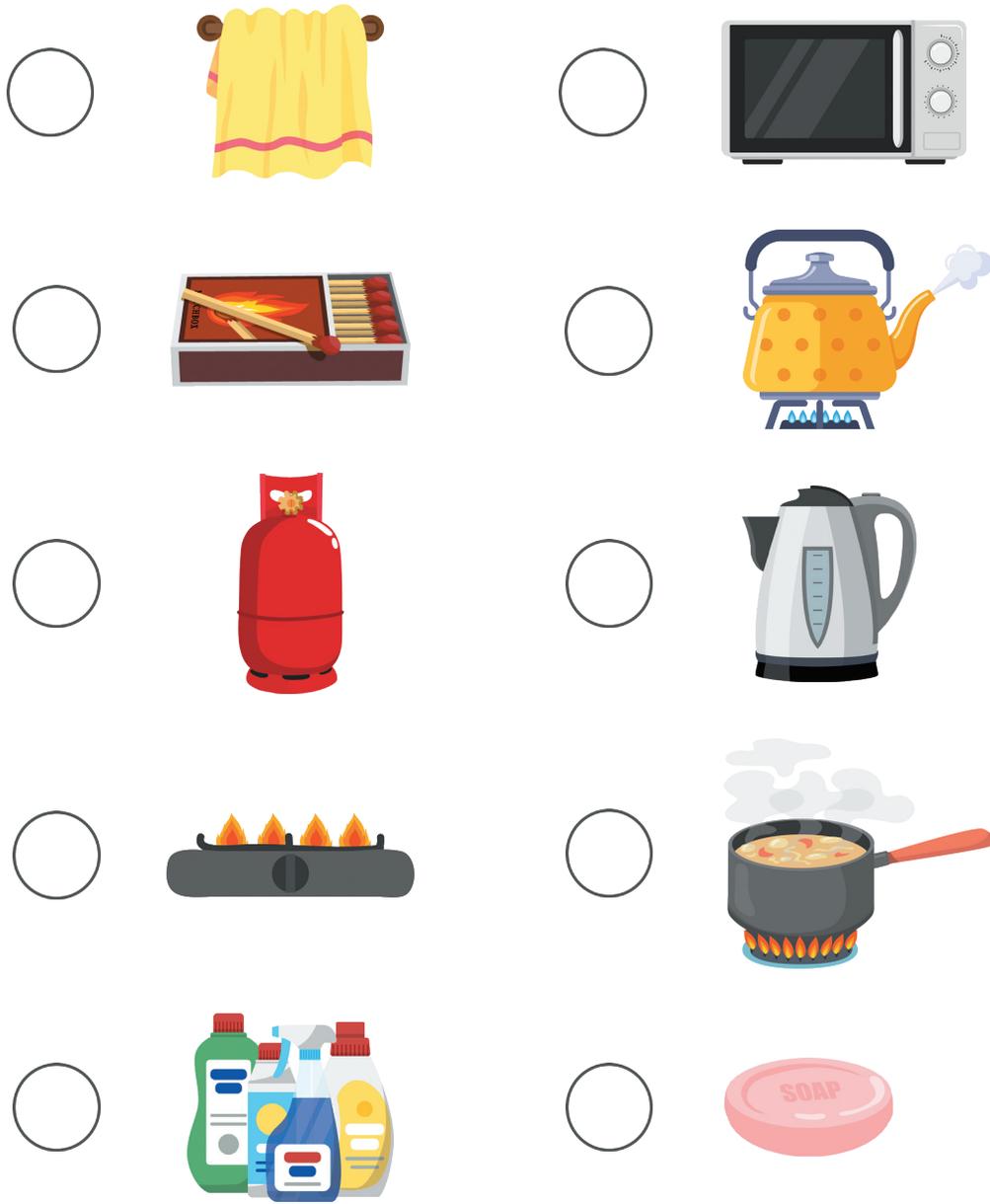


На рисунке ты видишь кухню. Ты уже знаешь, что нельзя без разрешения взрослых включать некоторые бытовые приборы, газовую или электрическую плиту.

Задание № 1

Отметь красным крестиком предметы, находящиеся на кухне в доме или квартире, которые могут быть опасными для детей, если не соблюдать правила безопасности.





Газовая плита



В некоторых домах используют газовые или электрические плиты для приготовления пищи. Природный газ не имеет цвета и запаха, поэтому для того, чтобы определить опасность при утечке газа, в него добавляют специальные неприятно пахнущие вещества, которые называются «одоранты».

При неисправности газовой плиты и утечке бытового газа можно почувствовать запах этих одорантов.



Запомни: даже при незначительной утечке газа это может быть очень опасным. Вдохнув газ существует опасность сильного отравления, а при появлении открытого огня — вспышки газа и даже пожара.

Что запрещено ребёнку, если он почувствовал запах газа на кухне, а что нужно сделать?

Задание № 2

Отметь красным крестиком то, что запрещено делать ребёнку при обнаружении запаха газа, а зелёной галочкой то, что сделать необходимо.

Находиться в помещении, так как это может привести к отравлению и потере сознания

Включать свет, так как это может привести к вспышке газа и пожару

Зажигать спичку, так как это может привести к вспышке газа и пожару

- Пытаться перекрыть газ, так как за это время можно получить отравление газом**
- Сообщить о запахе газа взрослым, чтобы они могли предотвратить неприятности**
- Выбежать на улицу на свежий воздух, чтобы не получить отравление газом**
- Вызвать аварийную газовую службу**



Аварийную службу газа можно вызвать по телефону «104» или позвонив в службу спасения по телефону «112»

Задание № 3

Закрась цифры «104» и телефонную трубку в жёлтый цвет.



Микроволновая печь



Во многих кухнях имеется микроволновая печь, которая предназначена для разогрева пищи. Для безопасного использования микроволновой печи важно знать **основные правила безопасного использования** микроволновки:

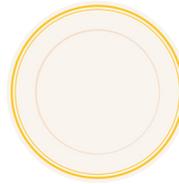
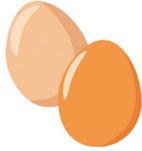
- нельзя включать печь с пустой камерой, без продуктов, так как это приведёт к неисправности микроволновой печи;
- нельзя производить разогрев продуктов питания в оболочке (сосиски, сардельки, сырые яйца и т. д.), не проколов оболочку, так как это приведёт к резкому разрыву оболочки и порче микроволновки;
- нельзя использовать неисправную микроволновку, так как это может привести к пожару;
- нельзя использовать микроволновку с открытой дверцей, так как это может привести к ожогам.



Перед использованием микроволновки убедись, что внутри еды не остались металлические предметы (вилки, ложки, поварёшки) и у посуды отсутствует металлизированные узоры или ободок.

Задание № 4

Отметь красным крестиком предметы, которые запрещено помещать в микроволновую печь.



ЭЛЕКТРИЧЕСКИЙ ТОК



Без электрического тока в наших домах не смогут работать электроприборы (например: телевизор, чайник, утюг и многие другие). Вместе с тем электрический ток может причинить вред при неправильном обращении с ним, даже привести к ожогам или пожару.

Очень важно помнить, что большое количество электрических приборов, включенных в электрическую сеть, могут привести к пожару.

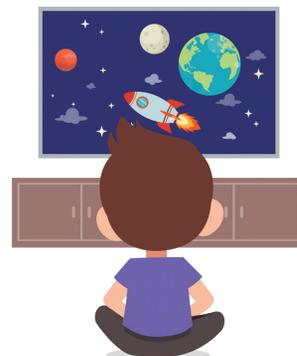
Нельзя трогать оголённые провода.



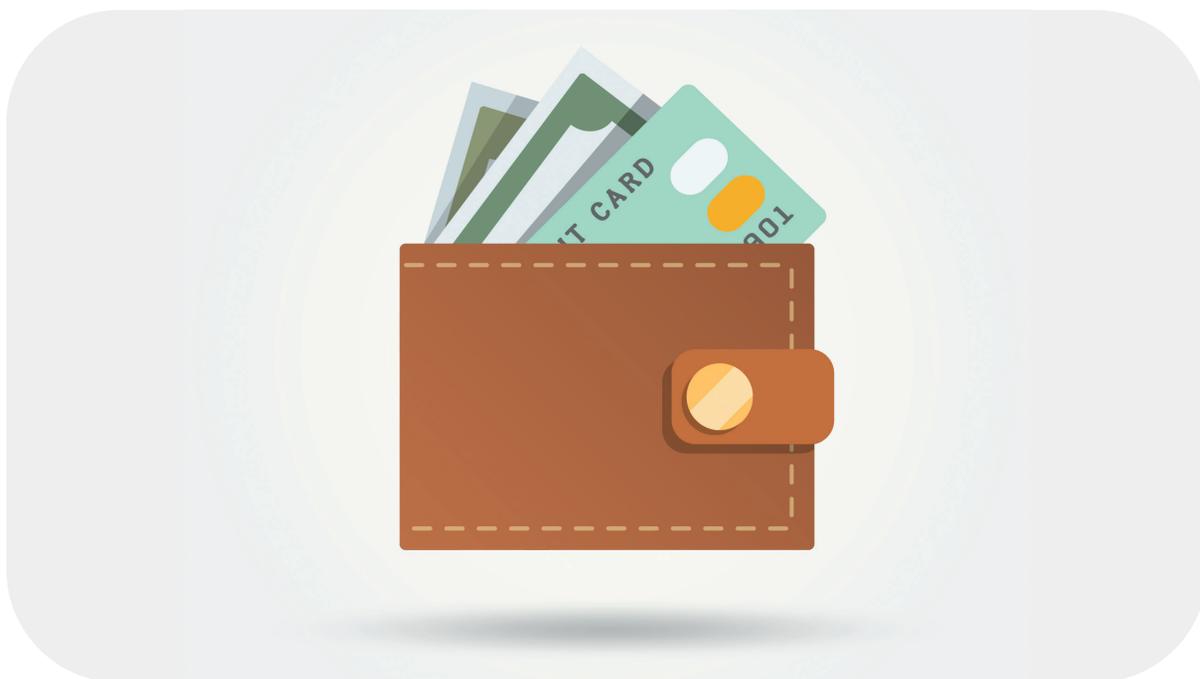
Запомни: Электрический ток очень опасен для ребёнка. Ни в коем случае нельзя пользоваться электрическими приборами без присмотра взрослых и с нарушением правил пользования электроприборами.

Задание № 1

Отметь красным крестиком детей, которые неправильно пользуются электрическими приборами, а зелёной галочкой — кто правильно.



КРЕДИТНЫЕ (БАНКОВСКИЕ) КАРТЫ



У твоих родителей, родных или близких людей, преподавателя, наверняка имеется пластиковая банковская карта. Банковская карта позволяющий оплачивать покупки в магазинах, снимать наличные, пополнять свой счет в банке, переводить деньги друзьям и совершать другие виды операций с деньгами.

Ты уже знаешь, что у пластиковой карты существует две стороны, на которые нанесены цифры. На лицевой стороне имеется номер карты, на оборотной стороне — специальный код. Эти цифры должны знать только владельцы карт.

Как ты думаешь, можно ли продиктовать по телефону все цифры, если тебя об этом попросил посторонний человек?

Задание № 1

Поставь зелёную галочку в том круге, напротив которого написано, что ты будешь делать, если посторонний человек попросил сообщить ему цифры с пластиковой карты.

Поставь красный крестик в том круге, что ты делать не будешь.

**Сообщишь цифры
постороннему человеку**



**Срочно сообщишь об
этом своим близким**



Запомни: ни в коем случае нельзя сообщать цифры номера пластиковой карты и три цифры кода, находящиеся с обратной стороны карты, так как злоумышленники могут воспользоваться этими данными и украсть все деньги, находящиеся на счёте в банке твоих родителей, родных, близких или друзей.

БЕЗОПАСНЫЙ ЛЕС



Лесной пожар



Ты уже знаешь, что нарушение пожарной безопасности в лесу может привести к лесному пожару. Как ты думаешь, что может привести к пожару в лесу?

Задание № 1

Определи, что может стать причиной пожара в лесу и отметь это зелёной галочкой, а что не может — красным крестиком.



Горящая спичка



Зажигалка



Непотушенная
сигарета



Костёр



Разбитая бутылка



Дождь



Запомни: горящая спичка, зажигалки, непотушенная сигарета и разведённый или непотушенный костёр могут стать причиной пожара. Стекло разбитой или даже целой прозрачной бутылки может сфокусировать солнечный луч на сухой траве, опавшей листве или ветках деревьев, что приведёт к их сильному нагреванию и пожару.

Безопасный поход в лес



Летом в лесу очень интересно: во время прогулки можно наблюдать за птицами, собирать грибы, ягоды и устраивать пикники. Чтобы прогулка в лесу была интересной, приятной и безопасной, необходимо соблюдать правила безопасности.



Запомни: ходить в лес нужно только со взрослыми, а чтобы не потеряться — не уходить и не убежать далеко от них.

Задание № 2

Разгадай ребус. Как ты думаешь, для чего пригодится этот предмет в лесу?

СВИ 100 К

Ответ: _____

БЕЗОПАСНЫЙ ВОДОЁМ



Безопасный водоём летом



Ты знаешь, как правильно себя вести на речке, озере или море. Категорически запрещено использовать детьми без присмотра родителей, в открытой воде, при сильном волнении, в местах

прохождения судов и т. д. надувные матрасы, надувные круги и другие изделия, предназначенные для развлечений. Существует опасность прокола таких плавательных средств, их сноса от берега волной или течением, опрокидывания.

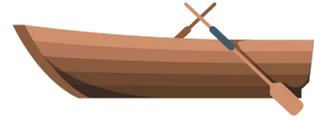
Задание № 1

Раскрась рисунок с детьми, плавающими на надувных кругах.



Задание № 2

Определи, какие из плавательных средств можно использовать на воде и отметь их зелёной галочкой. Отметь красным крестиком то, что запрещено использовать на воде.



Запомни: при купании нельзя использовать надувные матрасы и надувные круги, так как они могут сдуться или ребёнка унесёт течением.

Задание № 3

Раскрась рисунок с девочкой, плавающей на надувном круге.





Запомни: при нахождении на лодке, корабле и других плавательных средствах на всех детях и взрослых должны быть надеты спасательные жилеты. Они помогут остаться на поверхности воды, если человек упадёт за борт.

Задание № 4

Отметь на рисунке детей, которые нарушают правила поведения на воде красным крестиком, а которые ведут себя правильно — зелёной галочкой.



Запомни: категорически запрещено использовать детьми без присмотра родителей, в открытой воде, при сильном волнении, в местах прохождения судов и т. д. надувные матрасы, надувные круги и другие изделия, предназначенные для развлечений. Существует опасность прокола таких плавательных средств, их сноса от берега волной или течением, опрокидывания.

Безопасный водоём зимой



Простейшие правила безопасности при нахождении на льду:

- не выходите на лёд;
- если всё же вы оказались на льду, то выберите направление движения и безопасные места;
- при выходе на лёд убедитесь, что он достаточно прочный. Не проверяйте прочность льда ударом ноги;
- по тонкому льду двигайтесь скользящим шагом;
- не катайтесь на льдинах.

Задание № 5

Отметь красным крестиком на каких картинках дети нарушают правила безопасного поведения на льду.



БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДОРОГЕ И ТРАНСПОРТЕ (ПЕШКОМ, В МАШИНЕ, В ОБЩЕСТВЕННОМ ТРАНСПОРТЕ)



Безопасный велосипед



Тебе уже известно, что перед тем, как сесть на велосипед, нужно проверить оборудован ли он для безопасной езды.

Согласно Правилам дорожного движения, мы можем узнать куда и какого цвета на велосипед следует установить устройство, отражающее свет (катафот):

- впереди отражатель обязан быть белого цветового фона и монтируются на руле, крыле или раме велосипеда спереди;
- на крыле колеса сзади велосипеда всегда имеется устройство, отражающее свет красного цвета. Это задний катафот;
- оранжевые отражатели являются боковыми приборами, и крепиться должны за спицы колеса.

Также для привлечения внимания пешеходов, в целях их предупреждения о приближающемся велосипедисте, на руль устанавливают велосипедный звонок.

Как ты думаешь, что не хватает этому велосипеду для безопасного движения по дороге?



Задание № 1

Определить, какие элементы безопасности отсутствуют на велосипеде. Отметь отсутствующие элементы красным крестиком, а имеющиеся — зелёной галочкой.



Жёлтый
катафот



Красный
катафот



Белый
катафот



Велосипед-
ный звонок



Согласно Правилам дорожного движения, велосипедисты 7–14 лет могут двигаться по тротуарам, пешеходным дорожкам, велосипедным, велопешеходным дорожкам (на стороне для велосипедистов), а также в пределах пешеходных зон.

Чтобы велосипед стал тебе не только лучшим другом, но и безопасным транспортным средством, необходимо выполнение ряда несложных, но очень важных условий: в любой поездке на велосипеде ты должен использовать средства защиты — велосипедный шлем, налокотники и наколенники. Они уберегут тебя от травм в случае падения. Защитой пренебрегать нельзя, даже если ты уверен в мастерстве своего велосипедного вождения — ведь потерять равновесие можно, например, наехав на камешек или попав колесом в ямку.



Запомни: двигаясь на велосипеде, ты должен быть заметным для окружающих пешеходов и водителей транспортных средств, даже если ты не выезжаешь на велосипеде дальше двора или дачного участка.

Попроси родителей обеспечить тебя сигнальным жилетом жёлтого, лимонного или оранжевого цвета.

Этот мальчик нарушает правила безопасного использования велосипеда. Как ты думаешь, что забыл надеть на себя ребёнок?



Задание № 2

Определи, что нужно надеть мальчику с рисунка для безопасной езды на велосипеде. Отметь нужные элементы зелёной галочкой.



Велосипедный шлем



Наколенники и налокотники



Велосипедные перчатки



Сигнальный жилет



Запомни: пересекать проезжую часть нужно только по пешеходному переходу, обязательно спешившись и ведя велосипед рядом с собой. Переезжать на велосипеде по пешеходному переходу нельзя!

Безопасный общественный транспорт



Безопасный метрополитен

В метрополитене обязательно соблюдать **простейшие правила поведения и личной безопасности:**

- заходя на станцию, необходимо придеривать дверь;

- запрещается находиться в пачкающей одежде, с продуктами, в том числе напитками и мороженым;
- при движении в метро необходимо внимательно смотреть перед собой и под свои ноги, не отвлекаться на смартфон или планшет;
- на платформе станции запрещается заходить за ограничительную линию у края до полной остановки поезда, а при его остановке следует освобождать место у дверей вагонов для выхода пассажиров;
- в целях безопасности на платформе необходимо стоять вполоборота лицом по направлению к поезду;
- при прибытии поезда, по правилам поведения в вагоне метро, сначала выходят прибывшие на станцию пассажиры, а только потом осуществляется посадка ожидающих;
- войдя в вагон, не нужно останавливаться у входа, так создаётся давка и травмоопасная ситуация. Необходимо, по возможности, пройти в центр вагона;
- для того, чтобы не мешать другим пассажирам и не создавать конфликтных ситуаций необходимо снять рюкзак и держать его в руке перед собой. Свой багаж нельзя ставить возле входа/выхода из вагона;
- запрещается прислоняться и облокачиваться к двери вагона метро;
- подъезжая к нужной станции, к выходу следует готовиться заранее, вежливо уточнив у стоящих перед вами людей, выходят ли они на ближайшей станции.



Запомни: если ты потерялся на платформе метро, то тебе необходимо найти информационное табло сине-красного цвета и вызвать помощь, нажав кнопку «SOS». При этом оставаться на месте.



Безопасный эскалатор

Находясь на эскалаторе важно соблюдать **простейшие правила безопасности**:

- находясь на эскалаторе, необходимо стоять справа, лицом по направлению его движения, проходить с левой стороны, держась за поручень;
- не прислоняться к неподвижным частям;
- не задерживаться при сходе с эскалатора;
- запрещается бежать по эскалатору, сидеть и ставить вещи на ступени и поручни эскалатора;
- запрещается бросание любых посторонних мелких предметов (монет, жетонов и др.) на балюстрады между лентами, так как это может привести к поломке и аварийной ситуации.



Запомни: соблюдай безопасную дистанцию, находясь на эскалаторе. Обычно она составляет 2 ступени между пассажирами.

ПОЖАРНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ



Пожарная охрана



Для того, чтобы пожарные могли быстро приехать на пожар они ездят на пожарных машинах. Пожарные машины кра-

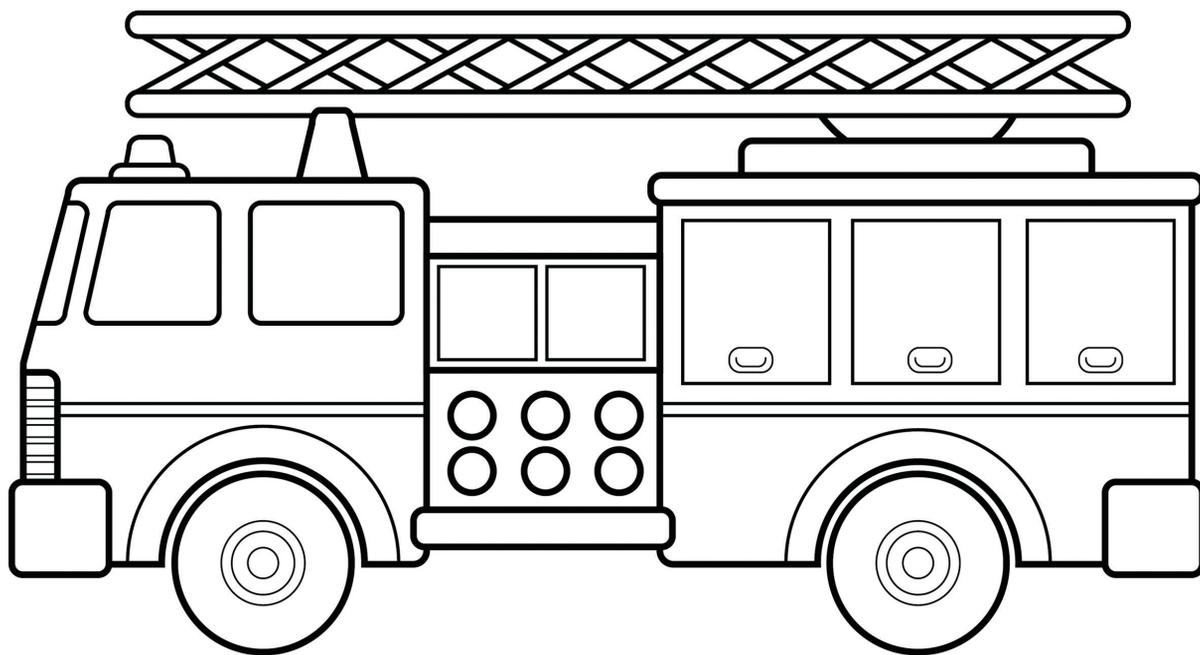
сят в этот цвет не просто так. Этот цвет — цвет опасности, его легче всего увидеть в потоке движущихся машин, а ещё существует легенда, что пожарные машины выкрашены в этот цвет, так как он похож на цвет огня.

А ещё пожарных можно вызвать по телефонам «101» или «112». Главное при разговоре с диспетчером пожарной охраны назвать точный адрес места пожара, рассказать сколько ребёнку лет, где он сейчас находится. И не нужно класть трубку телефона, ведь диспетчер может подсказать ребёнку как себя вести в той или иной ситуации.

Как ты думаешь, какого цвета должна быть пожарная машина?

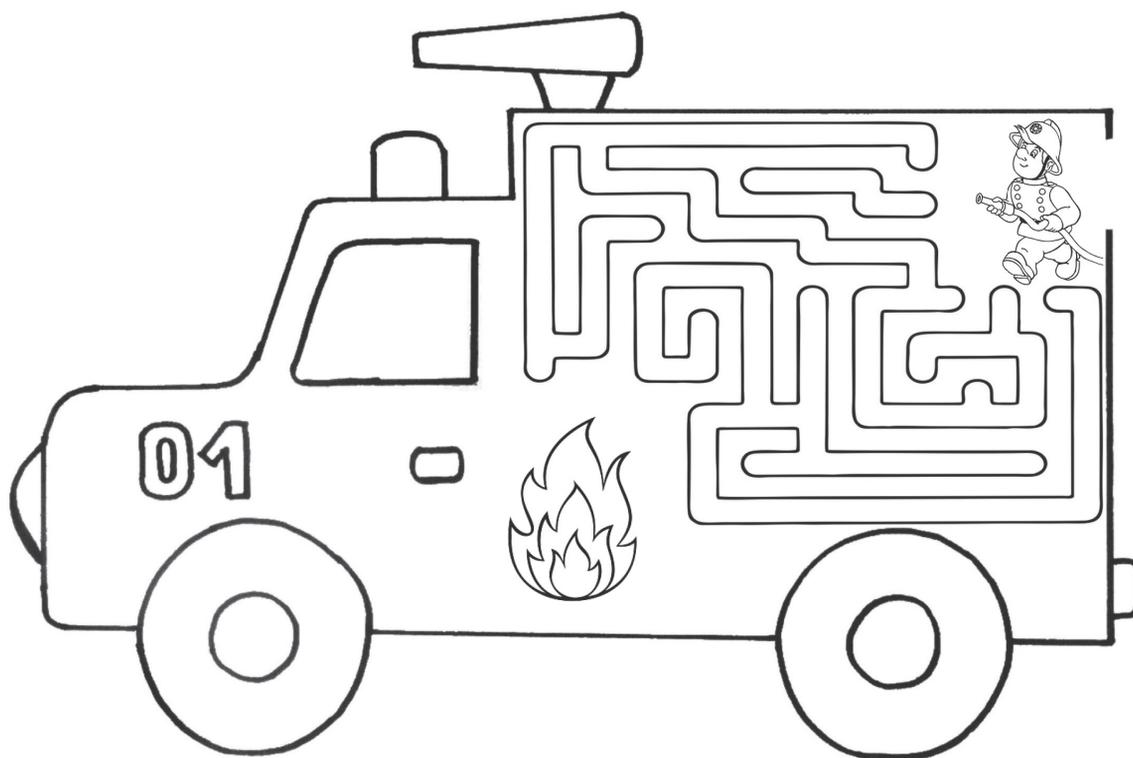
Задание № 1

Раскрась пожарную автолестницу в нужные цвета.

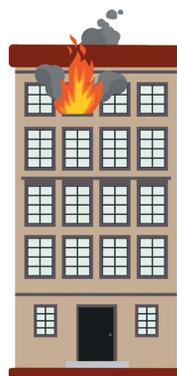


Задание № 2

Помоги пожарному дойти до огня и потушить пожар. Путь пожарного до огня отметь синим карандашом.



Пожар. Опасные факторы пожара



На рисунке ты видишь, что произошёл пожар в деревянном доме и многоэтажном доме. Ты уже знаешь, что во время пожара самыми опасными для человека являются огонь, дым и высокая температура.

Как ты думаешь, какой из указанных опасных факторов пожара является самым опасным для человека, а какие менее опасными?

Задание № 3

Раскрась прямоугольники со словами «огонь», «высокая температура» и «дым» разными цветами, в зависимости от их опасности для здоровья человека.



Красный — самый опасный фактор пожара



Жёлтый — средне опасный фактор пожара



Зелёный — менее опасный фактор пожара



Огонь



Высокая температура



Дым

Алгоритм действий при обнаружении пожара



Ты уже знаешь, что во время пожара нужно сделать, чтобы пожарные могли как можно быстрее приехать, спасти людей и потушить пожар.

Вспомни, что нужно сделать ребёнку, в первую очередь, при пожаре?

Задание № 4

Поставь в жёлтые круги цифры «1» и «2» в той последовательности, в которой бы ты действовал(-а) в случае возникновения пожара.

Покинуть горящее помещение



Позвонить пожарным



Запомни: нельзя закрывать дверь на ключ, так как пожарным придётся ломать дверь и время начала тушения пожара будет увеличено.

Правила вызова специальных служб



Ты уже знаешь, что существуют телефонные номера, по которым можно вызвать врача, полицейских или пожарных. Вспомни, по каким из этих номеров нужно звонить.

Задание № 5

Укажи стрелками, по какому номеру телефона какую машину ты будешь вызывать



101



102



103

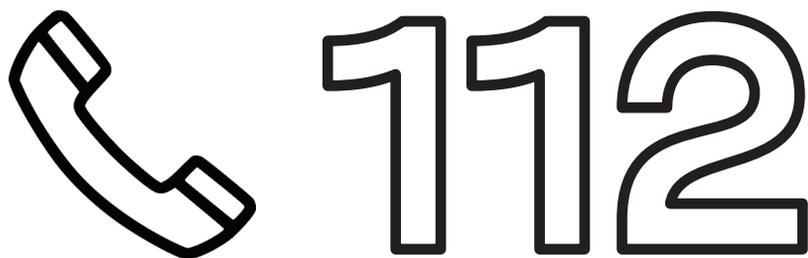


104

А ещё существует единый телефон пожарных и спасателей «112».

Задание № 6

Раскрась и запомни единый телефон пожарных и спасателей.



Обеспечение личной безопасности при возникновении пожара



Запомни: при возникновении пожара самым опасным является дым и продукты горения. Дым при пожаре всегда поднимается вверх.

Как ты думаешь, как можно самым простым способом защитить свои дыхательные пути от попадания дыма?

Задание № 7

Закрась круг зелёным цветом при правильном действии ребёнка при наличии дыма, а красным — неправильное действие.



Лечь на пол



Сесть на пол



Остаться стоять
на полу



А ещё при пожаре нужно прикрыть свой рот и нос сложенной в несколько раз футболкой, шарфом или любой тряпочкой. Если рядом есть вода, то тряпочку можно слегка смочить. Если воды нет, то не стоит её искать, чтобы не тратить время, нужное для эвакуации и спасения.

Первичные средства пожаротушения



Ты уже знаешь, что пожарные тушат пожар в основном водой. Также пожарные могут тушить пожар специальной пеной, газом или даже огнетушащим порошком.

А как ты думаешь, чем ещё можно потушить огонь?

Задание № 8

Поставь зелёную «галочку» в кружочке под рисунком с предметом или веществом, которые можно использовать для тушения огня, и красный крестик, чем нельзя тушить огонь.



Песок или земля



Снег



Газировка



Минералка



Огнетушитель



Сахар или мука



ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ



Запомни: самый простой способ оказать первую помощь своим близким — вызвать скорую медицинскую помощь по телефону «103» или «112» и назвать точный адрес.

Важно помнить, что при необходимости оказания первой помощи ребёнком нужно соблюдать правила личной безопасности и оказывать первую помощь только своим родным и близким. Категорически запрещается ребёнку подходить к незнакомым людям, рисковать жизнью и здоровьем перебегая дорогу или заходя в зону возможной опасности.

Самым простым способом оказания первой помощи со стороны ребёнка, если рядом не оказалось взрослых, — вызвать скорую медицинскую помощь по телефону «103» или «112», назвать точный адрес и причину звонка, при этом ребёнок не должен класть трубку телефона, а должен продолжать общаться с диспетчером до приезда скорой медицинской помощи.

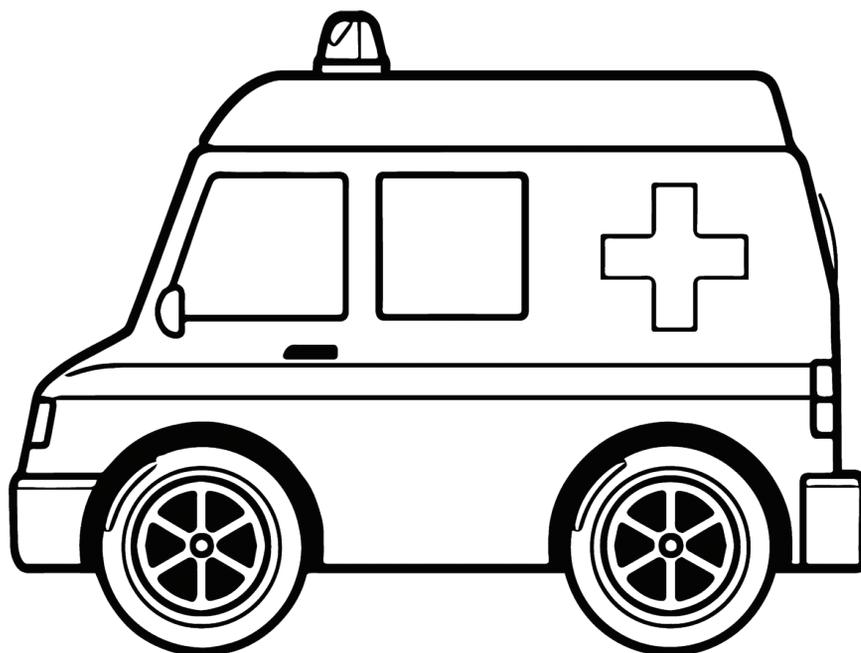


Запомни: после того, как сообщил диспетчеру скорой медицинской помощи о неприятностях, не клади трубку телефона, ведь диспетчер сможет подсказать тебе, как действовать дальше.

Задание № 1

Раскрась автомобиль скорой медицинской помощи также, как на цветной картинке.





Потеря сознания



Запомни: если твой близкий человек лежит на полу на спине и не отзывается, то его нужно срочно перевернуть на бок и вызвать скорую медицинскую помощь.

Если ты видишь своего близкого человека, лежащего на полу, то нужно сделать следующее:

- оценить угрожает ли тебе опасность (к примеру: огонь, лежащие провода, дым и т. д.);
- если ничего не угрожает, то громко окликнуть своего близкого человека;
- если близкий человек не откликается, срочно перевернуть его на бок и вызвать скорую медицинскую помощь.

Задание № 2

Раскрась рисунок с правильно перевёрнутой на бок девушкой.



Термические ожоги



Важно помнить, что ни в коем случае обожжённый участок кожи нельзя мазать кремом, маслом, жиросодержащими составами и даже специальными противоожоговыми кремами.



Запомни: ожог ни в коем случае нельзя мазать маслом или кремом. Достаточно пустить холодную воду из крана и поместить в струю холодной воды обожжённый участок кожи.

Не забудь вызвать скорую медицинскую помощь!

Достаточно пустить холодную воду из крана и поместить в струю холодной воды обожжённый участок кожи. Можно положить на обожжённый участок кожи сухой лёд, но важно помнить, что перед этим лёд нужно положить в полотенце или любую другую тряпочку.



Можно положить на обожжённый участок кожи сухой лёд, но важно помнить, что перед этим лёд нужно положить в полотенце или любую другую тряпочку.

Не забудь вызвать скорую медицинскую помощь!

Задание № 3

Отметь предметы и вещества, которые могут обжечь кожу человека.



Кровотечения



При кровотечениях существует две угрозы: заражение или кровопотеря. Важно при кровотечении промыть рану и остановить кровь.

При обработке раны можно использовать воду или промыть рану водой с мылом, а кровь можно остановить, сильно прижав к ране чистый валик из бинта или тряпицы (например: свёрнутый носовой платок).



Запомни: при обработке раны строго запрещено использовать йод, зелёнку, перекись водорода и другие препараты, так как они могут навредить.

Не забудь вызвать скорую медицинскую помощь!

Задание № 4

Отметь зелёной галочкой те вещества, которыми можно обработать рану, а красным крестиком — которыми нельзя обрабатывать рану.



ЙОД



ЗЕЛЁНКА

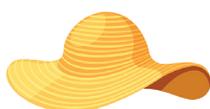


ЛИСТ САМОПРОВЕРКИ



БЕЗОПАСНАЯ УЛИЦА И ДВОР ЛЕТОМ

Задание № 1



Задание № 2

Можно наступить
на крышку люка



Лучше обойти крышку
люка стороной



Задание № 3



Можно резко вставать с качелей



Нельзя резко вставать с качелей



Можно встать с качелей, но перед этим нужно предупредить Машу о своих намерениях

Задание № 4



Девочка держится за верёвку одной рукой



Дети качаются на качелях вдвоём



Мальчик катается на качелях правильно



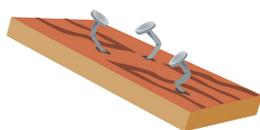
Девочка качается на самодельных качелях



Девочка не держится за верёвки

БЕЗОПАСНАЯ УЛИЦА И ДВОР ОСЕНЬЮ

Задание № 1



Задание № 2



Нельзя детям использовать спички без присмотра взрослых



Нельзя сжигать листья, так как дым опасен и может нанести вред здоровью детей и природе



Нельзя сжигать листья, так как это может привести к пожару



Нужно собрать листья в мешки и вынести их на мусорку

БЕЗОПАСНАЯ УЛИЦА И ДВОР ЗИМОЙ И ВЕСНОЙ

Задание № 3



Мальчик не держится за ручки тубинга



Дети катаются на санках вдвоём



Мальчик катается на снегоходе правильно



Мальчик не держится за веревку от санок

Задание № 4



Мальчик не надел шапку и шарф



Мальчик оделся правильно



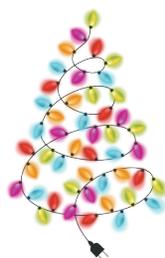
Девочка не надела куртку и шарф



Девочка не надела шарф

БЕЗОПАСНЫЙ НОВЫЙ ГОД

Задание № 1



БЕЗОПАСНАЯ КУХНЯ

Задание № 1





Задание № 2



Находиться в помещении, так как это может привести к отравлению и потере сознания



Включать свет, так как это может привести к вспышке газа и пожару



Зажигать спичку, так как это может привести к вспышке газа и пожару



Пытаться перекрыть газ, так как за это время можно получить отравление газом



Сообщить о запахе газа взрослым, чтобы они могли предотвратить неприятности



Выбежать на улицу на свежий воздух, чтобы не получить отравление газом



Вызвать аварийную газовую службу

Задание № 4



Металлическая вилка вызовет искрение



Сырые яйца лопнут в микроволновке



Из чашки не убран половник



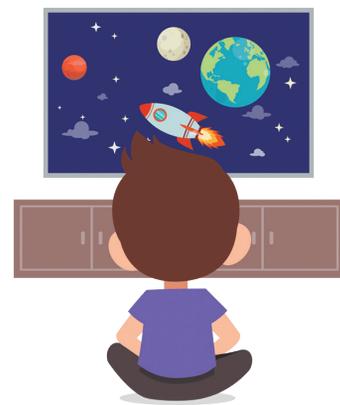
Тарелка имеет металлизированный ободок



Можно разогревать

ЭЛЕКТРИЧЕСКИЙ ТОК

Задание № 1



КРЕДИТНЫЕ (БАНКОВСКИЕ) КАРТЫ

Задание № 1

Сообщишь цифры
постороннему человеку



Срочно сообщишь об
этом своим близким



БЕЗОПАСНЫЙ ЛЕС

Задание № 1



Горящая спичка



Зажигалка



Непотушенная
сигарета



Костёр



Разбитая бутылка



Дождь



Задание № 2

Ответ: СВИСТОК

БЕЗОПАСНЫЙ ВОДОЁМ

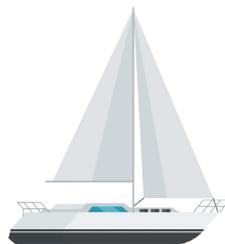
Задание № 2



надувной матрас



надувной круг



корабль



лодка

Задание № 4



На детях нет
спасательных
жилетов



Мальчик
экипирован
верно



Опасно купаться
на надувных
кругах

Задание № 5



Дети катаются
на тонком
треснутом льду



Девочка
катается
на льдине



Дети идут
по растаявшему
льду

БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДОРОГЕ И ТРАНСПОРТЕ (ПЕШКОМ, В МАШИНЕ, В ОБЩЕСТВЕННОМ ТРАНСПОРТЕ)

Задание № 1



Жёлтый
катафот



Красный
катафот



Белый
катафот



Велосипед-
ный звонок



Задание № 2



Велосипедный
шлем



Наколенники
и налокотники



Велосипедные
перчатки

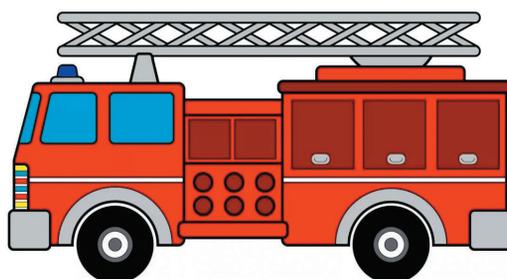


Сигнальный
жилет

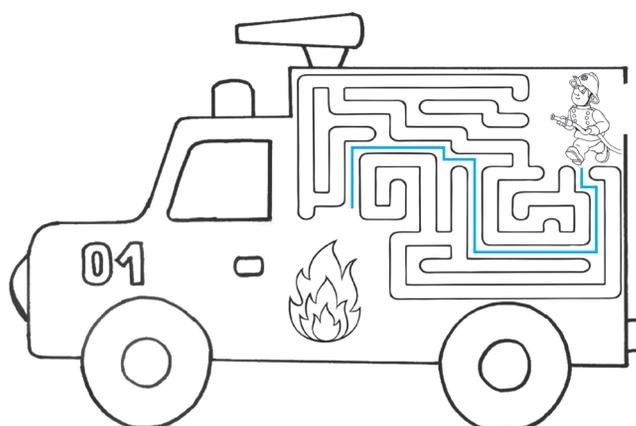


ПОЖАРНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

Задание № 1



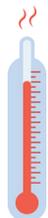
Задание № 2



Задание № 3



Огонь



Высокая температура



Дым

Задание № 4

Покинуть горящее
помещение

Позвонить пожарным

1

2

Задание № 5



101

102

103

104



Задание № 7



Лечь на пол



Сесть на пол



Остаться стоять
на полу



Задание № 8



Песок или земля



Снег



Газировка



Минералка



Огнетушитель



Сахар или мука*



* При воздействии открытого огня сахар плавится и горит, а мука может вспыхнуть.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

Задание № 3



Задание № 4



ЙОД



ЗЕЛЁНКА





**Всероссийская общественная молодежная организация
«ВСЕРОССИЙСКИЙ СТУДЕНЧЕСКИЙ КОРПУС СПАСАТЕЛЕЙ»**