

Инструктажи по ПДД, ТБ и ОБЖ, ПШБ в зимний период.

Зима часто преподносит нам «подарки» вьюги и метели, холода и оттепели, лёд и снег. Мы не всегда задумываемся над тем, что долгое пребывание на улице может привести к обморожениям и переохлаждению организма, поэтому давайте запомним некоторые правила. Наступают долгожданные зимние каникулы, и чтобы не случилось каких-нибудь неприятностей, давайте вспомним некоторые правила поведения на улице и дороге, в доме.

Беседа №

Инструктаж по ПДД во время зимних каникул.

Наступают долгожданные зимние каникулы, и чтобы не случилось каких-нибудь неприятностей, давайте вспомним некоторые правила поведения на улице и дороге.

- Никогда не ходите гулять без разрешения родителей. Родители всегда должны знать, где вы находитесь.
- Не играйте на улице с наступлением темноты. Происшествия чаще всего случаются именно в темное время суток.
- Во время гололёда нужно ходить не торопясь; не перебегать проезжую часть, даже если вам кажется, что машина далеко (почему?).
- Не играйте в подвижные игры на дороге.

- Нельзя кататься на санках, коньках и лыжах на проезжей части дороги (почему?).
- Ни в коем случае не цепляйтесь за машины и автобусы, чтобы прокатиться, при торможении автотранспорта, вы можете оказаться под колёсами, а это приводит к серьёзным травмам.
- Если вам страшно переходить улицу одному, попросите кого-нибудь из взрослых перевести вас или дождитесь, пока взрослый будет переходить дорогу, и идите рядом с ним.

Беседа №

Осторожно, гололёд!

Что такое гололёд, вы знаете хорошо. Близка к гололёду и её «родственница» гололедица – вода, замёрзшая после наступления морозной погоды.

Существенны последствия после гололёда и гололедицы: на ледяной поверхности можно поскользнуться, а дальше – «...упал, потерял сознание, очнулся – гипс...».

При гололёде человека подстерегают две опасности: или сам упадёшь, или на тебя упадут (или наедут). Поэтому:

- Старайтесь не кататься на проезжей части дороги;
- Не цепляйтесь за кузова машин (автобусов);
- На опасной дороге будьте предельно внимательны – не торопитесь, а тем более не бегите.
- Старайтесь обходить места с наклонной поверхностью.
- Постарайтесь не играть в подвижные игры, чтобы избежать падения.

Однако избежать падения удаётся не всегда. Какие же травмы получает человек при падении? Переломы костей рук и ног, травмы головы (сотрясение, ушиб головного мозга), ушибы тазобедренных костей.

Если вы всё-таки упали, не торопитесь подняться, сначала осмотрите себя, нет ли травм, попросите кого-нибудь помочь вам подняться. При получении травмы обязательно обратитесь в травмпункт, где вам обязательно окажут медицинскую помощь. Будьте, внимательны и осторожны!

Беседа №

Инструктаж по ППБ во время зимних каникул.

Впереди новогодние праздники и каникулы и чтобы не случилось неприятностей и беды, давайте, вспомним простые правила ПБ.

Новогодняя ёлка. Как это ни красиво и ни романтично, но не украшайте ёлку свечами.

- Не пользуйтесь самодельными гирляндами. Не оставляйте включённые гирлянды без присмотра.
- Хлопушкам и бенгальским огням тоже нет места у ёлки, искорка от бенгальского огня может попасть на хвою, и загореться.
- Поставьте ствол ёлки в воду или сырой песок. Высохшая хвоя горит, как порох, превращая ёлку в факел.

Пиротехника, несомненно красивое зрелище. Хлопушки, фейерверки, петарды, бенгальские огни – дарят атмосферу праздника.

- Не приобретайте пиротехнику без лицензионной марки.

- Перед использованием необходимо ознакомиться с инструкцией по применению.
- Не используйте петарды в квартире – это очень опасно.
- Поджигать петарды лучше в присутствии взрослых, на улице (на открытой местности). Следите внимательно за тем куда летят и попадают искры во избежание пожара.
- При несоблюдении техники безопасности большие петарды могут представлять угрозу для здоровья и жизни человека.
- Радиус бризантного действия взрыва наиболее мощных петард, разрешённых к свободной продаже, составляет несколько сантиметров, что приводит к тяжёлым повреждениям конечностей (вплоть до отрыва) при взрыве петарды в руках.
- Фугасное действие наиболее мощных петард наблюдается в радиусе около метра от точки подрыва — в этой зоне возможна контузия.
- Петарды должны применяться лицами, достигшими 12 или 16 лет (в зависимости от мощности петард), и некоторые петарды продаются со специальными документами. Их нельзя удерживать горящими в руках.
- При применении необходимо отдаляться на безопасное расстояние.
- Категорически запрещено кидать петарды в людей, животных и в машины, штраф от

5 000 руб.

Беседа №

Скоро-скоро Новый год (петарды).

Новый год – самый долгожданный праздник. Чтобы праздник не был омрачён, необходимо соблюдать ППБ.

- Ёлку нужно установить так, чтобы она не мешала свободно ходить по комнате и стояла дальше от батарей отопления.
- Нельзя украшать ёлку легковоспламеняющимися игрушками и горящими свечами.
- Перед тем как повесить на ёлку электрическую гирлянду, её нужно обязательно проверить, если вы почувствовали запах жжёной изоляции, пользоваться такой гирляндой нельзя.
- Чтобы предотвратить несчастный случай необходимо строго соблюдать правила пользования бенгальскими огнями, фейерверками, петардами.
- Нельзя использовать пиротехнические игрушки в квартирах, на балконах, под низкими навесами и кронами деревьев. Они не просто горят, а ещё и разбрасывают искры в разные стороны. Это может вызвать пожар.
- Крайне опасно носить такие изделия в карманах, направлять ракеты и петарды на людей.
- Подходить ближе, чем на 15 метров к зажжённым фейерверкам, бросать петарды под ноги, держать возле лица.
- Использовать петарды при сильном ветре.

Беседа №

Инструктаж по ТБ на зимних каникулах.

- В общественных местах быть вежливым и внимательным к детям и взрослым, соблюдать нормы морали и этики.
- Быть внимательным и осторожным на проезжей части дороги, соблюдать правила дорожного движения.
- В общественном транспорте быть внимательным и осторожным при посадке и выходе, на остановках.
- Во время игр соблюдать правила игры, быть вежливым.
- Не разговаривать с посторонними (незнакомыми) людьми. Не реагировать на знаки внимания и приказы незнакомца. Никуда не ходить с посторонними.
- Не играть в тёмных местах, на свалках, стройплощадках, пустырях и в заброшенных зданиях, рядом с железной дорогой и автомагистралью.
- Всегда сообщать родителям, куда идёшь гулять.
- Без сопровождения взрослых и разрешения родителей не ходить к водоемам (рекам, озерам, водохранилищам) и в лес, не уезжать в другой населенный пункт.
- Одеваться в соответствии с погодой.
- Не дразнить и не гладить беспризорных собак и других животных.
- Находясь дома, быть внимательным при обращении с острыми, режущими, колющими предметами и электронагревательными приборами; не играть со спичками, зажигалками и т.п.

- В случае гололёда не спешить при ходьбе, не обгонять прохожих. При падении стараться упасть на бок, не хвататься за окружающих.
- Во время катания на горках и катках быть предельно внимательным, не толкаться, соблюдать правила техники безопасности:
- Соблюдать интервал при движении на лыжах 3-4 м, при спусках с горы - не менее 30 м;
- При спуске с горы не выставлять вперед лыжные палки; после спуска с горы не останавливаться у подножия горы во избежание столкновений с другими лыжниками; Немедленно сообщить взрослым (родителям, знакомым) о первых же признаках обморожения; во избежание потертостей ног не ходить на лыжах в тесной слишком свободной обуви.
- Во время катания на коньках надо стараться обходить тех, кто плохо катается. При падении держать руки ближе к телу и пытаться как можно быстрее подняться на ноги.
- Находясь у водоёмов, не ходить по льду (лед может оказаться тонким).
- Использовать бенгальские огни, хлопушки, петарды только в присутствии и с разрешения взрослых в специально отведенных для этого местах, соблюдая правила пожарной безопасности и инструкцию по применению.
- Играя в снежки, не метить в лицо и в голову.
- Не ходить вдоль зданий – возможно падение снега и сосулек.

Беседа №

Обморожения и переохлаждения.

Зима часто преподносит нам «подарки» вьюги и метели, холода и оттепели, лёд и снег. Мы не всегда задумываемся над тем, что долгое пребывание на улице может привести к обморожениям и переохлаждению организма, поэтому давайте запомним некоторые правила:

- Прежде чем выходить на холод, хорошенько позавтракайте;
- Ваша одежда должна надёжно защищать тело от ветра и снега;
- Помните, что риск переохлаждения усиливается на ветру.

Различают общее обморожение и местное.

Общее обморожение.

Наступает обычно при длительном пребывании на холоде.

Признаки:

- Озноб
- Ненормально холодная кожа
- Бледное лицо
- Апатия, сонливость
- Нарушение координации движения.

Ваши действия:

- Необходимо завернуть пострадавшего во что-нибудь тёплое;
- Дать ему горячего сладкого чая или кофе;

- Растереть сухой шерстяной тканью до тех пор, пока кожа не покраснеет, а руки и ноги не станут подвижными;
- Если пострадали вы, то по возможности примите горячую ванну и после неё разотритесь досуха.

Местное обморожение.

Различают четыре степени обморожения. Определить каждую из них можно только после того, как подвергшаяся воздействию холода часть тела оттаяла и отогрелась.

- При обморожении первой степени кожа вначале бледнеет, становится нечувствительной, затем припухает, краснеет.
- При обморожении второй степени на коже образуются пузыри, наполненные мутной или слегка кровянистой жидкостью.
- При обморожении третьей степени появляются пузыри с кровянистым содержимым, кожа становится омертвевшей, а при длительном воздействии холода гибнут и более глубоко лежащие ткани (четвёртая степень).

Ваши действия:

- Ни в коем случае нельзя сильно растирать отмороженные участки, т.к. можно повредить кожу и открыть доступ микробам, вызывающим нагноение.
- Обмороженное место следует сначала протереть спиртом, затем слегка растереть мягкой сухой шерстяной тканью до появления красноты и возвращения чувствительности, а после этого смазать каким-либо несолёным жиром.
- Если на обмороженном участке появились пузыри, надо протереть его спиртом, завязать чистым бинтом и обратиться к врачу.

Беседа №

Осторожно, сосульки!

Падение «остроносой» ледышки на человека чревато, в лучшем случае, увечьями различной степени тяжести. Всё зависит от высоты полёта и размера сосульки. Нам только кажется, что сосульки намертво «прирастают» к крышам. На самом деле, они готовы упасть в любой момент. Лёгкая оттепель, ветер и ледышки норовят упасть на головы пешеходов.

Чтобы избежать несчастных случаев в результате падения сосуллек, необходимо:

- Будьте внимательны!
- Старайтесь не передвигаться близко к стенам зданий, под балконами.
- Стоит обходить стороной места возможного падения сосуллек или снежных пластов с крыши.
- Если опасное место огорожено, не пытайтесь сократить путь, пройдя под предупреждающими лентами.
- Игра под опасной зимней крышей может закончиться печально.
- Если вы находитесь под карнизом крыши и услышали шум, треск вверху, не пытайтесь бежать, а плотно прижмитесь к стене.
- Будьте осторожны!

Правила безопасности на льду.

Зимой пруды, реки и озёра покрываются льдом. Однако выходить на лёд и тем более играть на нём опасно, ведь вода замерзает неравномерно.

Лёд можно считать прочным, если его толщина не менее семи сантиметров, тогда он может выдержать человека. Наиболее прочный лёд имеет синеватый или зеленоватый оттенок, а матово-белый или с желтоватым оттенком – крайне ненадёжен.

- Помните, что около стоков вод, в местах впадения ручьёв, или там, где бьют ключи, лёд непрочен.
- Следует обходить участки, запорошенные снегом или покрытые сугробами, лёд под снегом всегда тоньше.
- Прежде чем ступить на лёд, посмотрите, нет ли поблизости проложенной тропы или свежих следов – лучше двигаться по ним, так как этот путь проверен.
- Следует взять с собой крепкую палку и с её помощью проверять прочность льда. Если после удара палкой о лёд появится вода, нужно сразу же возвращаться к берегу.
- При передвижении по льду группой необходимо соблюдать дистанцию не менее пяти метров друг от друга.
- Если лёд под вами начал трещать, значит, что он непрочен, ходить по нему опасно, но ни в коем случае не бегите, а лучше – лечь на живот и ползти к берегу.

Беседа №

Профилактика простудных заболеваний.

Через воздух распространяются особые виды вирусов, вызывая массовые эпидемии гриппа.

Вирус гриппа поражает людей всех возрастов. Это самая распространённая болезнь из всех существующих, инфекционных болезней.

Когда наступает холодное время года, нас встречает сезонный подъём заболеваемости ОРВИ. Каждая эпидемия (а она бывает ежегодно) «выбивает из строя» около 40 миллионов людей, умирает от гриппа до 500 человек.

В октябре – ноябре проводятся массовые профилактические прививки против гриппа. Особенно эти прививки рекомендованы людям, страдающим хроническими заболеваниями, часто болеющими ОРВИ.

Грипп чрезвычайно опасен осложнениями. Он обостряет все хронические заболевания: бронхит, гайморит, воспаление среднего уха, менингит.

Как же уберечься от гриппа? Это можно сделать, соблюдая совсем несложные правила:

- Чаще проветривайте помещение дома. Это будет способствовать снижению концентрации вирусов в воздухе.
- Если вы все же заболели и появились насморк, кашель, головная боль, общее недомогание, повышена температура тела, - ложитесь в постель и вызывайте врача на дом.
- Чихая и кашляя, прикрывайте нос и рот чистым носовым платком, сложенным вдвое.
- В случае, если кто-то заболел гриппом, необходимо принять строгие меры профилактики. Больного надо

поместить в отдельную комнату или отгородить его кровать, выделить ему отдельную посуду, полотенце.

- Ухаживая за больным, не следует забывать надевать на рот и нос маску из четырёх слоёв марли.
- Следует полноценно питаться, есть лук и чеснок. Словом, повышать свой иммунитет сегодня, чтобы не заболеть завтра.