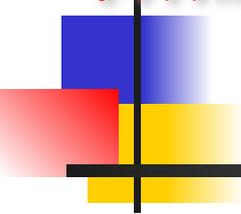
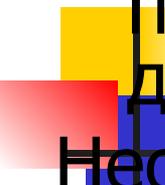


# Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях.



---



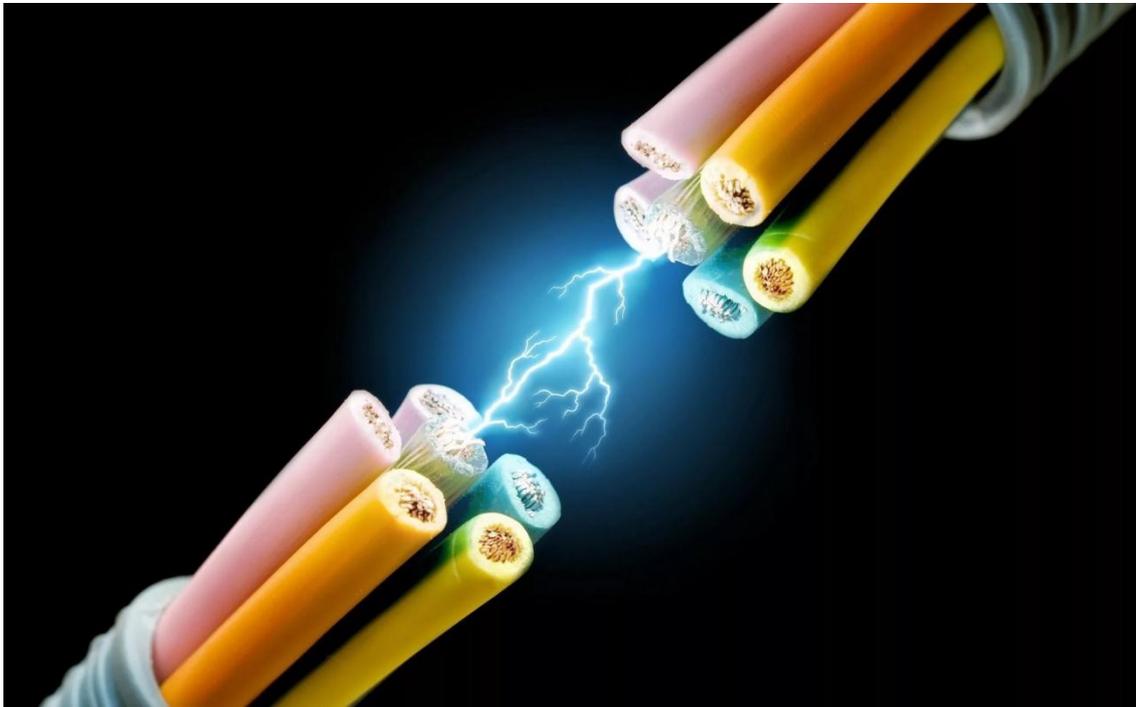
В определенных условиях при использовании в быту хорошо знакомого оборудования и приборов могут возникнуть опасные ситуации для вас, ваших близких и вашего дома.

Необходимо знать, как избежать возникновения опасной ситуации в быту, а если она возникла, уменьшить ее вредные последствия.

**Быт**- это повседневный уклад жизни человека. К нашим домам для создания необходимых бытовых условий подключены электричество, водопровод, газ, в многоэтажных домах работает лифт. В каждом доме и квартире имеются различные устройства и бытовые приборы, которые обеспечивают использование воды и тд.

# Безопасное обращение с электричеством.

В доме электричество обеспечивает освещение, обогрев, работу разных бытовых приборов и тд. В то же время электричество представляет большую опасность для человека.



# Необходимые правила при пользовании электричеством:

- Следите за исправным состоянием электроприборов и шнуров ,с помощью которых они подключаются в сеть.
- Не пользуйтесь неисправными электроприборами, нагревателями.
- Не ремонтируйте вилки электроприборов с помощью изоляционной ленты. Их необходимо заменить, если они сломались ,ремонт должен проводить квалификационный мастер.
- Не оставляйте включенные электроприборы без присмотра.
- Не трогайте электроприбор мокрыми руками
- Не делайте временных соединений проводов.

Помните!

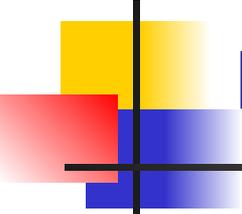
Нельзя тушить водой горящие электрические устройства ,находящиеся под напряжением.

# Безопасное общение с бытовым газом.

В настоящее время в быту широко используется газ. Он не имеет ни цвета ,ни запаха ,но для того чтобы можно было обнаружить его утечку ,в него добавляют специальные вещества.

Утечка газа может привести к взрыву помещения





# Необходимые правила при пользовании бытовым газом:

---

- Чтобы зажечь газовую горелку, сначала поднесите зажжённую спичку, а затем плавно и осторожно откройте газовый кран.
- Не оставляйте включенные газовые горелки без присмотра.
- Следите за тем, чтобы нагреваемая жидкость не залила пламя горелки.
- Заметив потухшую горелку не пытайтесь зажечь ее снова.
- Если в помещении чувствуется запах газа не зажигайте спички, не включайте свет и электроприборы до момента ликвидации газа.
- Обнаружив запах газа немедленно позвоните по телефону 04.
- Объявите об опасности всем жильцам дома.
- Откройте в подъезде окна и двери.

# Меры безопасности при пользовании водой.

Вода в дом поступает по трубам и распределяется в ванную, кухню и туалет ,где имеются специальные устройства (краны, смесители и т.д. )

Если соблюдать необходимые правила, опасных ситуаций не возникает.



# Правила при пользовании в доме водой:

- Никогда не оставляйте открытым кран с льющейся водой без присмотра.
- Никогда не оставляйте кран открытым, если вода отключена. Воду могут включить в то время, когда никого нет дома.
- Никогда не выбрасывайте мусор в унитаз- можно засорить канализацию, и канализационная вода со всем содержимым начнет поступать в дом.
- Не оставляйте без внимания неисправные краны, просачивание воды в отопительной системе и водопроводе. Обо всем замеченном расскажите взрослым и покажите место неисправности.

Внимание! Вовремя устраненная неисправность может предотвратить аварию.

# Меры безопасности при использовании средствами бытовой химии.

**Бытовая химия** — химические средства по уходу за собственностью: одеждой, помещениями, автомобилями. К средствам бытовой химии также причисляют дезинфицирующие средства, репелленты и пр. средства.



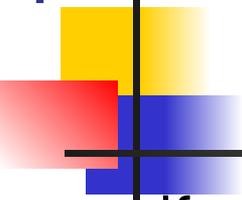
# Правила по использованию бытовой химии:

- Все средства бытовой химии опасны. Использовать их следует только по назначению в соответствии с указаниями на этикетке.
- Все средства бытовой химии должны храниться отдельно и отдаленно от пищевых продуктов, лекарств и обязательно иметь заводскую этикетку.
- Средства бытовой химии должны храниться в сухих, хорошо проветриваемых помещениях.
- Подлежат обязательному уничтожению, если кончился срок годности, указанный на этикетке.
- Использовать любые препараты бытовой химии, необходимо по инструкции.
- После окончания работы ложку и воронку тщательно вымыть и все убрать в определенное место.
- Аэрозольные баллоны нельзя хранить возле газовых и электрических плит и других источников тепла. Не пытайтесь вскрыть даже использованный баллон.

# Меры безопасности при работе с инструментами:

- На рабочем месте режущие и колющие предметы располагайте на видном месте.
- Рабочее место перед работой освободите от всех посторонних предметов, инструментов.
- Обрабатываемый предмет надежно закрепите в тисках или каком-либо другом приспособлении.
- Режущие поверхности и острые кромки инструментов должны быть направлены в сторону ,противоположную телу.
- Пальцы рук, удерживающие обрабатываемый предмет ,держите на достаточном удалении от режущих кромок
- При работе положение тело должно быть устойчивым.
- При работе режущим инструментом, имеющим электрический привод , необходимо соблюдать повышенную осторожность с учетом скорости вращения деталей.
- Инструмент следует включать только после того ,как полностью подготовите рабочее место и займете устойчивое положение.
- После завершения обработки инструмент должен быть отключен.

# Дополнительные источники опасности в доме::



---

- Кроме электричества, воды, газа, инструментов, бытовой химии можно в этот список внести..... (дополните 3-5 пунктов самостоятельно)

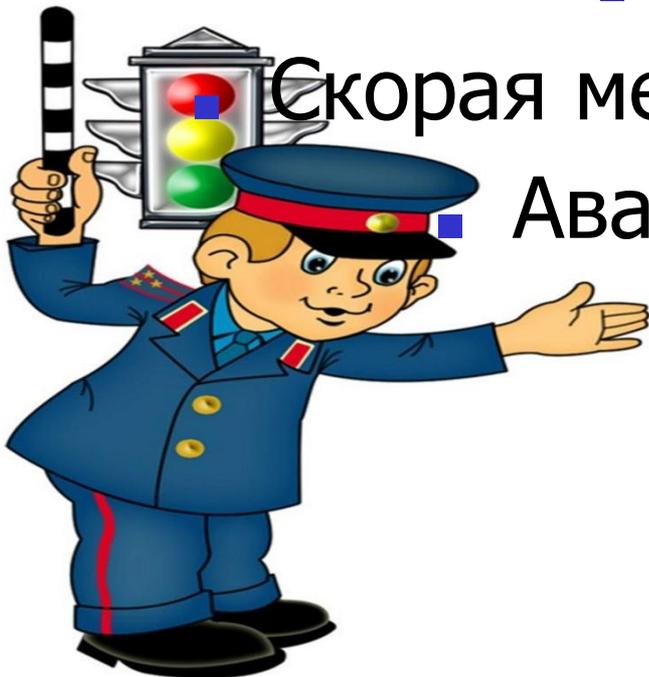
# Порядок вызова спасательных служб по телефону в бытовых чрезвычайных ситуациях (ЧС)

- Единый номер пожарной охраны и спасателей – 112 (01)

- Полиция – 02

■ Скорая медицинская помощь – 03

- Аварийная служба – 04



# Дополнительные материалы.

## Меры безопасности при самостоятельных занятиях физической культурой:

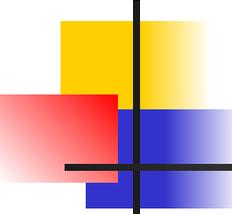
---

- Перед тренировкой проверьте исправность тренажеров, тренировочных приспособлений, спортивных снарядов.
- При лыжных тренировках и прогулках следите за исправностью лыж, лыжных палок и креплений.
- При выполнении силовых упражнений перед тренировкой сделайте сначала общую разминку, а затем специальную.
- Никогда не отвлекайтесь при выполнении силовых упражнений.
- При работе на гимнастических снарядах не забывайте о страховке.
- Исключайте из тренировки упражнения, при выполнении которых возникают болевые ощущения.

# Меры безопасности при пользовании компьютером.

---

- Установите клавиатуру так, чтобы вам не надо было далеко тянуться.
- Прежде чем начать работать на компьютере, пройдите обследование у врача-окулиста. Если есть нарушения зрения, то нужно устранить их до начала работы или использовать очки.
- Экран не должен быть обращен в сторону окна.
- Нельзя работать в темном или полутемном помещении.
- Следует своевременно удалять пыль с монитора и из помещения. Ежедневно в помещении должна проводиться влажная уборка.
- Следите, чтобы положение монитора соответствовало направлению взгляда.
- После каждого продолжительного занятия на компьютере рекомендуется выполнять определенные физические упражнения.
- Для снятия утомления плечевого пояса и рук можно применять упражнения с чередованием напряжения и расслабления отдельных мышечных групп.



# Домашнее задание

---

- 1. В тетради отметить основные источники опасности в быту
- 2. Знать способы уменьшения риска возникновения опасных бытовых ситуаций и действий для их устранения **(УСТНО)**
- Сделать рисунок «Бытовые опасности» - того, что Вы считаете источником опасности в Вашем доме. Рисунок рисуется ( не скачивается с Интернета) самостоятельно, материал любой - карандаши / фломастеры / краски. Размер А4, подписать на обороте Фамилия, Имя, Класс