

Классный час

# ГОТОВНОСТЬ К ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ – ШАНС ВЫЖИТЬ

Подготовила:

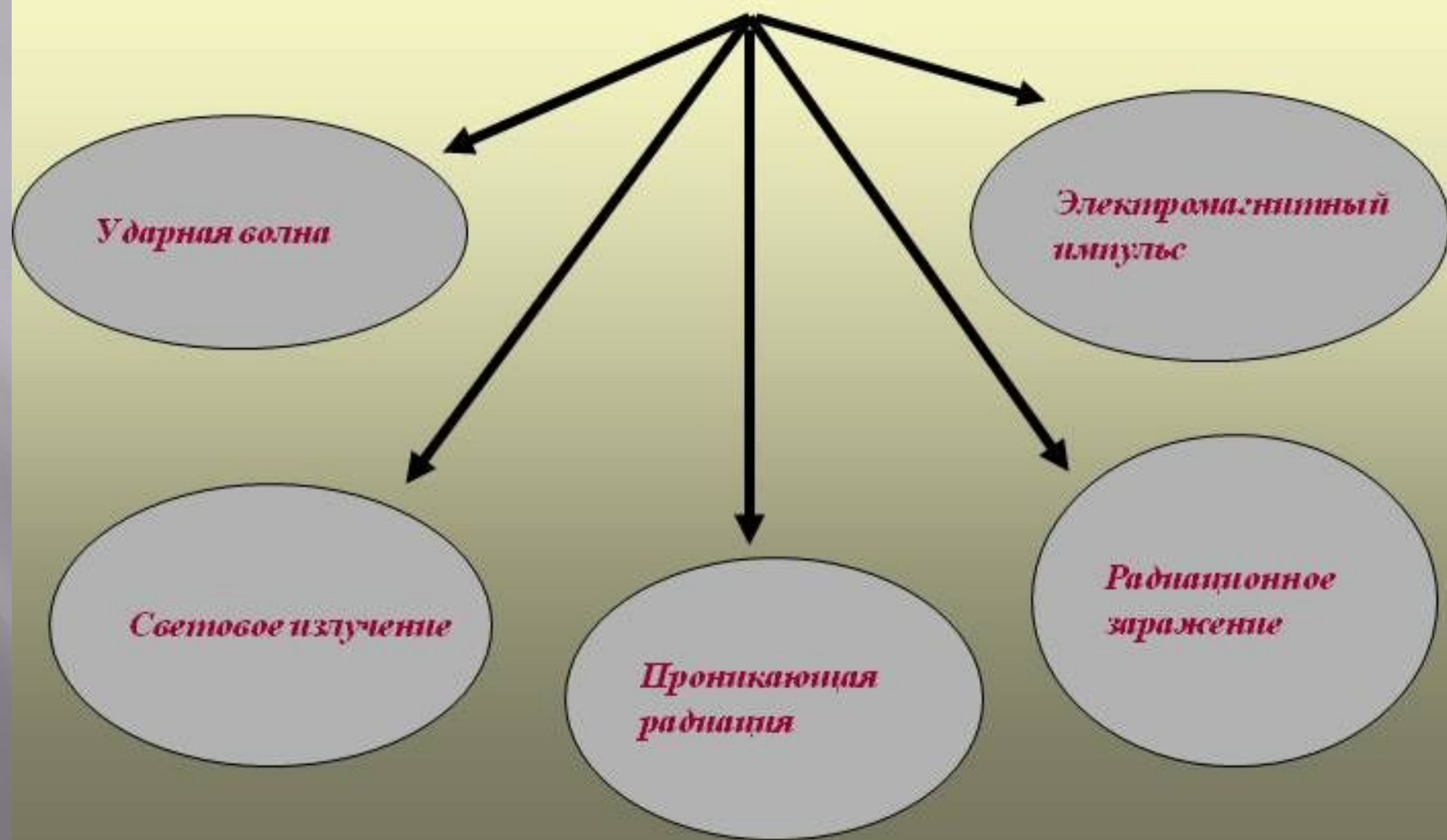
кл. руководитель 10 А кл.

Артамонова О. Ю.

11.05.2011 г.



# Поражающие факторы ядерного взрыва



# Готовность к экстремальной ситуации – шанс выжить

Выросло несколько поколений граждан России, не осознающих сам факт того, что перед лицом угрозы они совершенно не защищены. У них нет не только теоретической базы поведения в условиях ЧС, у них нет даже банального понимания того, что постоянная готовность к экстремальной ситуации — вполне нормальное состояние человека. Чрезвычайную ситуацию нельзя предугадать. Никто не знает, когда и где вспыхнет очередное бедствие. Быть может, за сотни километров, а может, под окнами вашего дома. И как бы не стали развиваться события, шанс выжить будет у того, кто будет подготовлен к чрезвычайной ситуации, как морально, так и физически. Одним из факторов такой готовности определяется наличием так называемого «тревожного чемоданчика».

# «Тревожный чемоданчик»

«Тревожный чемоданчик» для гражданских лиц — заранее собранный комплект вещей, необходимых каждому человеку на случай любой внезапно возникшей чрезвычайной ситуации, которая будет вынуждать в кратчайшие сроки покинуть родной дом и город. Правильно укомплектованный тревожный чемоданчик должен обеспечивать автономное существование человека в большинстве экстремальных ситуаций, когда поблизости нет воды, еды, тепла, крыши над головой.

С таким комплектом вы уверенно сможете:

Оперативно покинуть своё жилище, если внезапно окажитесь в зоне локальной чрезвычайной ситуации — пожара, наводнения, землетрясения, обвала грунта и т.д.

Эвакуироваться из города, района, области при чрезвычайной ситуации областного масштаба, такой как техногенная или биологическая катастрофа.

Скрываться от преследования.

Бежать из зоны вооружённого конфликта.

Находиться в любых других экстремальных ситуациях.

«Тревожный чемоданчик», как правило, комплектуется на 40-50% под конкретного человека. И вполне возможно, что вы захотите включить в тревожный рюкзак какие-то вещи, не упомянутые нами — это нормально и абсолютно правильно. Например, если у вас плохое зрение, то в тревожный комплект необходимо включить очки в твёрдом футляре и несколько наборов контактных линз с сопутствующими средствами для ухода. А если вы страдаете какими-то хроническими заболеваниями, то помимо стандартного набора медикаментов вы должны включить в свою аптечку ещё и те медикаменты, в которых постоянно нуждаетесь. Главное, надо помнить, что тревожный комплект — это не прогулочный ранец с ноутбуком, а средство, позволяющее не замерзнуть и не умереть с голоду в первые дни трагедии.

# Гражданский тревожный чемоданчик

Гражданский тревожный чемоданчик, как правило, представляет собой укомплектованный **рюкзак** объемом от 20 и более литров, содержащий необходимый индивидуальный **минимум одежды** (носки простые -2 пары, носки теплые -1 пара, перчатки, бельё нательное (лучше термобельё), теплый свитер, плащ-накидка или всесезонная куртка, из обуви – можно кеды), **предметов гигиены** (зубная паста, зубная щетка, мыло, бритвенный станок с набором лезвий, полотенце, салфетки влажные и пр.), **медикаментов** (стандартная аптечка для оказания первой помощи + специфичные для Вас лекарства), **инструментов** (нож, топорик), **средств индивидуальной защиты** (противогаз, респиратор, марлевая маска и т.п.)

и **продуктов питания** (запас воды в пластиковой бутылке, стандартный сухой паёк либо набор продуктов питания длительного хранения (лапша быстрого приготовления, крупы, макароны, сухари, консервы мясные, соль, сахар, высоко калорийные сладости), **котелок, чашка, кружка, спички, зажигалки**. Так же рекомендуется положить **ксерокопии документов** и не много наличных денег. Можно добавить фонарик, запасные батарейки, запасной аккумулятор к мобильному телефону, портативный радиоприемник, сухое **ТОПЛИВО**.



# Версия тревожного чемоданчика по-японски

В обязательном порядке каждому гражданину рекомендовано иметь в запасе как минимум два предмета: **портативный радиоприемник и высококалорийные сладости.**

Кроме того, в экстренный набор советуют включить **бутылку воды, спальный мешок, фонарик, батарейки, портативный туалет,** а также некоторые другие принадлежности.

# ЭКСТРЕННЫЙ ЧЕМОДАНЧИК И ЕГО СОДЕРЖИМОЕ



Flameproof grab bag



Coins



Water



Batteries



Torch



Army knife



Bandages



Alarm



Wind-up radio



Masks



High-energy sweets



First-aid kit



Rope



Sleeping bag



Dried food



Ground-sheet



Portable toilet



Toilet absorption powder



Insulation sheet



Foldable water tank



Sturdy gloves



Wet wipes



Canned food



Nappies and  
sanitary products

# Чемоданчик японца на экстренный случай



Японские власти рекомендовали гражданам подготовить экстренный чемоданчик на случай возможного ухудшения ситуации в стране

Источник: РБК, BBC



Огнестойкая сумка (рюкзак)



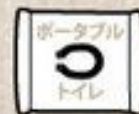
Консервы



Влажные салфетки



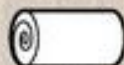
Портативный радиоприемник



Портативный туалет



Деньги (монеты)



Бинты



Маска для лица



Сухой паек



Абсорбирующий порошок для портативного туалета



Нож



Плащ



Фонарик



Сигнал тревоги



Батарейки



Высококалорийные сладости



Предметы личной гигиены



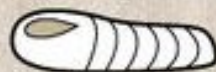
Перчатки



Бутылка воды



Складной стакан для воды



Спальный мешок



Предметы первой помощи



Изоляционный материал

Часть японского воспитания – это гражданская оборона. Приемы гражданской обороны японцы отрабатывают с малых лет, и тренировки идут постоянно. Разумеется, во многих семьях есть свой «тревожный чемоданчик», запас еды и медикаментов.

В «тревожном чемоданчике» есть сухой паек (печенье или сухари, шоколад, растворимая лапша) и запас воды, рассчитанный на три дня, фонарик, запасные батарейки, радиоприемник, специальный радиомаяк, свисток, чтобы подавать сигналы.

Есть еще рекомендованный список вещей, которые наверняка пригодятся: ксерокопии документов, аккумулятор для мобильного телефона, средства личной гигиены, обувь (на случай если во время землетрясения человек выбежал из дома, не успев обуться), блокнот с необходимыми номерами телефонов и наличные деньги