

_____ Ашурбеков Р.С.
«17» мая 2022г.

**ПЛАН - КОНСПЕКТ
проведения занятия
с составом учебной группы**

Тема № 7: Способы предупреждения негативных и опасных факторов бытового характера и порядок действий в случае их возникновения.

Метод: семинар

Время: 2 часа

Содержание темы:

В повседневной жизни необходимо быть готовым к действиям в условиях негативных и опасных факторов бытового характера. Проблема защиты каждого дома, каждой квартиры и их жителей остаётся актуальной и сегодня. От каких же бедствий надо предостерегаться? Что надо сделать, чтобы в максимальной степени обезопасить себя и семью от всяких случайностей.

Каждый житель должен содержать свою квартиру в чистоте. Нельзя хранить домашние вещи на чердаках или захламлять ими лестничные клетки. Содержать в исправном состоянии электропроводку, электронагревательные приборы, приборы отопления и соблюдать меры предосторожности при их эксплуатации. Выполнять меры предосторожности при пользовании газовыми приборами, предметами бытовой химии, при проведении отделочных внутриквартирных работ с применением лаков и красок. Избегайте курения в постели.

Основными причинами возникновения пожаров в жилых помещениях являются:

- неосторожное обращение с огнём;
- неисправность электрооборудования;
- неосторожность при курении;
- шалости детей.

Чтобы избежать пожара от электрических приборов:

- не ставьте электрические нагревательные приборы вблизи занавесок, штор, мебели;
- не пользуйтесь неисправными электроприборами, розетками, выключателями, не используйте самодельные электрические приборы;
- не перегружайте электросеть, не включайте одновременно несколько электрических приборов;
- не оставляйте электробытовые приборы без присмотра, не поручайте надзор за ними детям;

- применяйте для защиты электросетей от скачков напряжения автоматические предохранители;
- пользуйтесь электроутюгами, электроплитками, электрообогревателями со специальными несгораемыми подставками;
- доверяйте установку и ремонт электрических сетей и электрооборудования специалистам.

Газ пропан, который подведён в квартиры, представляет собой большую пожарную опасность если пользоваться им, не выполняя мер пожарной безопасности, не соблюдая правил эксплуатации газового оборудования.

Надо помнить, что у плохой хозяйки от газовой горелки может загореться полотенце, фартук, одежда. Чтобы не случилось беды:

- не сушите бельё над газовыми горелками;
- не оставляйте без присмотра кастрюли при приготовлении пищи, закипевшая вода может погасить газовую горелку и вызвать утечку газа;
- газовые плиты должны быть чистыми и в рабочем состоянии;
- в помещении, где произошла утечка газа, ни в коем случае нельзя пользоваться спичками, курит, включать, выключать свет и другие электрические приборы.

Легко воспламеняющиеся чистящие средства и хим. реактивы:

В кухне или другом помещении, в котором есть источник тепла, не разрешайте хранить легковоспламеняющиеся чистящие средства и химикаты. Содержать их следует в прохладном и хорошо проветриваемом месте. Не ставьте рядом вещества, особенности которых вы плохо знаете: пары, выделяемые некоторыми химическими продуктами, могут образовывать взрывчатую смесь. Снабдите этикеткой каждую упаковку.

Необходимо соблюдать меры предосторожности при пользовании аэрозольными упаковками. Не допускайте нагревание баллонов выше 40 градусов и не распыляйте его содержимое вблизи открытого огня. Не храните аэрозоли вблизи источников тепла и не разбирайте баллон. Не давайте его детям. Помните: каким бы ни был баллон - «пустым» или «полным» - он может взорваться от повышенной температуры.

Знаете ли вы, что каждый шестой пожар в квартире возникает по вине курильщиков? Чтобы избежать этого, расставьте во всех комнатах пепельницы в достаточном количестве. Они должны быть вместительными и предназначаться только для окурков. Прежде чем вытряхнуть пепельницу в мусорный ящик, убедитесь, что в ней нет горящего пепла. Никогда не курите в постели.

Прежде чем уйти из квартиры, проверьте, всё ли вы предусмотрели для того, чтобы в ваше отсутствие не случился пожар. Убедитесь в том, что все электроприборы обесточены. Перекрыта подача газа в газовой плите. Убедитесь, что вы ни где не оставили источника тепла (горящие угли в печи, непотушенные окурки). Только так вы сможете обезопасить себя и своих близких и защитить своё жилище от пожара и разорения.

Нередко источником пожара могут являться дети. Для того, чтобы избежать пожаров от шалости детей с огнём рассказывайте детям о пожаробезопасном поведении, будьте примером во всех ситуациях, связанных с соблюдением правил пожарной безопасности. Не оставляйте спички в местах, доступных для детей. Не поручайте детям разжигать печи, газовые плиты, самостоятельно включать электроприборы. Следите, чтобы дети не разводили костры, не ходили в сараи, кладовки со спичками. Уходя из дома, не оставляйте малолетних детей без присмотра.

Часто в зимние месяцы замерзают водопроводные, газовые и канализационные трубы, а также системы централизованного отопления. Запрещается отогревать замёрзшие трубы при помощи открытого огня: пламенем факелов или паяльных ламп; Используйте для отогрева труб горячую воду, нагретый песок или пар. Своевременно позаботьтесь о теплоизоляции труб и не допускайте их промерзания.

При появлении признаков загорания не теряйтесь, действуйте быстро и решительно, не поддавайтесь панике. Чётко и ясно сообщите по телефону «01, 112» что и где горит. До прибытия пожарных подразделений примите возможные меры к своему спасению и сообщите о случившемся соседям. При пожаре люди гибнут в основном не от пламени, а от дыма. Поэтому всеми способами защищайтесь от него: дышите через мокрую ткань или полотенце, двигаться в дыму лучше всего ползком, вдоль стены, по направлению к выходу из дома или квартиры. Выбравшись из квартиры, двигайтесь только по лестнице. Пользоваться лифтом во время пожара запрещено - он может остановиться между этажами. Если воспользоваться лестницей для выхода наружу из-за сильного задымления и огня невозможно, то выйдите на балкон или откройте окно, привлекайте внимание прохожих.

Как правило, в жилых помещениях очаг загорания небольшой. В таких случаях чёткими и уверенными действиями можно его погасить. Помните, в доме всегда есть средства, позволяющие потушить пожар - грубая ткань, а также ведра и ёмкости с водой. При этом нельзя открывать окна и двери, разбивать оконные стёкла, т.к. приток свежего воздуха поддерживает горение. Нельзя тушить водой электроприборы включенные в сеть. Загоревшийся электроприбор необходимо отключить, а затем уже залить водой. Если это телевизор, то залить надо его заднюю часть, стоя при этом сбоку от экрана, т.к. нагретый кинескоп может взорваться и поранить вас. Если рядом нет воды, то можно накрыть его плотным одеялом.

Если случился пожар на кухне:

При возгорании жира на сковородке – накройте сковородку крышкой, уберите с огня. Посуда должна оставаться накрытой до полного охлаждения, иначе огонь вспыхнет снова. В этом случае воду для тушения применять нельзя.

При попадании горячего жира на пол или стены используйте для тушения любые сыпучие средства (стиральный порошок или землю из цветочных горшков)

При тушении пожара и спасении пострадавших соблюдайте следующие правила:

- перед входом в горящее помещение накройтесь с головой влажной плотной тканью;
- дверь в задымлённое помещение открывайте осторожно во избежание вспышки пламени от притока воздуха;
- в сильно задымлённом помещении и по лестничным клеткам двигайтесь пригнувшись или ползком;
- для защиты от угарного газа дышите через влажную ткань;
- при тушении электропроводки и электроприборов предварительно обесточьте их;
- если на вас загорелась одежда, то надо лечь на пол и, перекатываясь, сбить пламя. Нельзя бежать - это ещё больше раздует пламя;
- увидев человека в горящей одежде, необходимо набросить на него какое-нибудь покрывало или плотно прижать;
- при поиске маленьких детей осмотрите углы помещений, шкафы, подкроватное пространство. Помните, маленькие дети от страха прячутся под кровати, в шкафах, забиваются в углы и между мебелью.

Невидимые враги в вашей квартире

Опасными для человека являются его невидимые враги - электромагнитные излучения, радон, неблагоприятные (аномальные) геопатогенные зоны, сущности астрального плана. Они медленно и незаметно подрывают здоровье, а иногда и лишают жизни. При этом причины болезней неизвестны даже современной медицине.

Иногда наблюдаются просто необъяснимые явления: в квартире настолько неблагоприятная обстановка, что в неё не хочется идти - люди болеют физически и психически.

Одним из неблагоприятных факторов такого воздействия считаются электромагнитные излучения (ЭМИ). Их источниками в квартире являются: радиоэлектронная аппаратура (телевизоры, магнитофоны, радиоприёмники, видеоаппаратура, плееры, сотовые телефоны, различного рода электронные игры и др.), персональные компьютеры, микроволновые печи. ЭМИ проникают в квартиры также от линий электропередачи, трансформаторных подстанций, ТЭЦ, средств радиосвязи и радиолокации, промышленного электрооборудования различного назначения.

Излучения от всех источников суммируются и, воздействуя на человека, вызывают различные заболевания головного мозга, психические расстройства, нарушения половых функций, снижение интеллекта, ухудшение наследственности, сердечно-сосудистые заболевания.

Приёмы и способы снижения вредного влияния электромагнитных излучений на организм:

- радиоэлектронную аппаратуру устанавливайте в квартире таким образом, чтобы она была как можно дальше от места наиболее длительного пребывания членов семьи, особенно детей;

- ограничивайте время работы на персональном компьютере (не более 3-4 часов в сутки для взрослых и не более 1-2 часа для детей);
- не оставляйте включенной радиоэлектронную аппаратуру, если ею никто не пользуется;
- расстояние от телевизора при просмотре телепередач должно быть не менее 2 метров, а при работе на персональном компьютере – не менее 0,5 метра;
- используйте защитный экран при работе на персональном компьютере;
- ограничивайте время просмотра телепередач, видеокассет, прослушивания радиопередач с помощью радиоприёмника и аудиокассет;
- не держите микроволновую печь и некоторые виды цветов в спальне;
- выключайте все домашние электроприборы и радиоэлектронную аппаратуру из сети на ночь (включенный в сеть провод от ночника также опасен, как и линия электропередачи, находящаяся в нескольких десятках метров от квартиры).

Радон - невидимый, не имеющий запаха, вкуса и цвета радиоактивный газ. В 7,5 раза тяжелее воздуха, накапливается в подвалах и первых этажах зданий.

Радон - это продукт распада урана - 238 и тория – 232, даёт три четверти годовой дозы земных источников радиации. Облучение населения происходит в основном от продуктов распада, вызывая различные заболевания, иногда очень тяжёлые (рак лёгких, бронх).

Пути снижения концентрации радона в квартире:

- хорошее проветривание помещений при открытых дверях;
- хорошая вентиляция кухни и ванной комнаты;
- минимальное время с пользования душем (не более 15 минут);
- включение газа на кухне только по необходимости;
- оклейка стен обоями, способствующими снижению поступления радона из стен;
- окраска стен масляной краской в 2-3 слоя;
- надёжная изоляция помещения от подвала;
- недопущение скопления воды в подвалах;
- уменьшение времени пребывания людей в подвальных и полуподвальных помещениях.

Геопатогенные зоны – это аномальные места, образующиеся в результате искажения природного поля Земли различными и аномалиями (подземные реки и озёра, разломы почвы, пустоты в грунте, бывшие кладбища и др.), неудачного выбора места жилой застройки и постройки домов, выбора некачественных строительных материалов, неудачной мебели и расстановки её в неблагоприятных местах.

Искажения полей Земли и космоса создают в квартирах места с недостаточной или избыточной энергетикой. И то, и другое опасно для человека при длительном пребывании в подобных местах. Человек

обязательно заболит, иногда возможен и смертельный исход. Некоторые рекомендации по защите от невидимых врагов:

- спать нужно головой на север или восток;
- в спальне не желательны пластмассовая мебель, некоторые виды цветов, обилие зеркал и др., они могут создавать очень опасные места;
- избегайте устраивать спальню в углах помещений, особенно для детей;
- если вы чувствуете дискомфорт, угнетённость, усталость, попробуйте переставить мебель или заменить её, изменить интерьер.

Случаи криминального характера

Не для кого не секрет, что число преступлений, а особенно краж, грабежей и ограблений возросло за последние годы в несколько раз. Во всей этой палитре квартирные кражи занимают особое место.

Мы часто отсутствуем. Дом, квартира остаются без присмотра. Что же надо сделать, чтобы защитить своё жилище от непрошенных гостей?

В первую очередь надёжно укрепить входную дверь. Она обязательно должна открываться наружу, а не вовнутрь помещения. Так труднее её выбить. Дверную коробку можно иметь деревянную, но лучше металлическую. По бокам, вверху и внизу укрепить штырями, глубоко уходящими в стены.

Сама дверь может быть деревянной, но тогда неплохо обить её железом. В середине двери, на уровне глаз человека, установить глазок. Он поможет разглядеть пришедшего. Петли дверей не должны выступать наружу. Иначе их можно срезать или выбить их с оси.

Особого внимания заслуживают замки и запоры. Лучше всего установить два «английских» замка с защёлкой. Кроме того, не повредит обычный прочный засов, который открыть снаружи невозможно. Им обычно пользуются, когда ложатся спать. Крайне необходимо иметь цепочку, но не ту жидкую, декоративную, что продаётся в магазинах, а прочную, с толстой цепью.

Затем надо подумать о форточках и окнах, особенно если квартира на первом этаже. Решётки – вот надёжное средство. Их устанавливают теперь практически на всех этажах. Даже самые верхние и те оказались доступными для воров и грабителей. Металлические прутья должны быть достаточно толстыми, а в местах пересечения сварены. В стены их укрепляют также штырями.

И последнее – это охранная сигнализация. Она тоже не даёт 100% гарантии, но риск снижает значительно. Кроме входной двери на сигнализацию целесообразно поставить и окна. При повреждении стекла сигнализация сработает и оповестит центральный пульт охраны.

Итак, выполняя все рекомендации, можно считать, что ваш дом, ваша квартира в основном подготовлены к защите от всяких неприятностей и неожиданностей, а при чрезвычайных ситуациях любого характера ущерб будет сведён к минимуму.

Действия населения при пожарах

Первое: очень важно при первых признаках пожара (запах дыма, отблески пламени и т.п.) позвонить по телефону 112 в пожарную охрану и сообщить о пожаре.

Пожарные части дислоцируются на территории охраняемого района таким образом, чтобы в первые 10 минут можно было прибыть по вызову в самую дальнюю его точку, т.е. прибыть на пожар в начальный этап его развития и с меньшими затратами и ущербом ликвидировать пожар. Но в современных условиях особенно в крупных городах пожарные караулы прибывают часто через 15-20 минут. Это происходит из-за пробок на дорогах и культуры, а вернее бескультурья водителей, которые не уступают дорогу спецтранспорту.

Второе: уходя из помещения, рекомендуется закрыть все окна и двери, чтобы максимально предотвратить поступление свежего воздуха в помещение. Отсутствие кислорода воздуха в помещении в достаточном для пожара количестве приводит к самозатуханию огня.

Третье: чтобы в вашу квартиру не распространился огонь с нижележащих или соседних этажей, также необходимо закрыть все окна и двери балконов (особенно, если вы уходите из квартиры надолго).

Четвертое: при пожаре необходимо быстро выйти на улицу или в безопасное место, так как скорость распространения дыма очень высока (20 м/мин) и даже при незначительных возгораниях задымление путей эвакуации происходит в считанные минуты. Кроме того, высокая температура на лестничной клетке также препятствует выходу людей. Натурные испытания показывают, что время задымления верхних этажей зданий составляет 2-3 минуты, а температура в объеме лестничной клетки в течение 5 минут может достичь 200°C (опасной для человека является температура 60°C).

Что можно порекомендовать в такой ситуации:

главное не поддаваться панике и правильно оценить ситуацию;
попытаться определить, где произошел пожар если в выше лежащих этажах, то выйти на улицу по лестничной клетке, закрыв в своей квартире все окна и двери. Если на лестничной клетке высокая температура и плотное задымление опуститься на четвереньки (внизу температуры и дыма меньше) и визуально определите, сможете вы эвакуироваться в данных условиях или нет. При этом органы дыхания попытайтесь защитить мокрой тряпкой, через которую надо производить дыхание, чтобы избежать ожога легких;

если пожар происходит на ниже лежащих этажах, то все зависит в какой стадии он находится и выходит ли открытое пламя на лестничную клетку. Так что здесь два пути: или эвакуироваться по лестничной клетке, или отсидеться у себя или у соседей. При этом надо учитывать, что если пожар развивается под вашей квартирой, то надо уходить к соседям, предварительно закрыв все окна и двери.

Пятое: в случае, когда пути эвакуации отрезаны дымом и огнем, необходимо предпринять все возможные меры, чтобы о вас знали. С этой целью необходимо выйти на балкон или открыть окно и голосом звать о помощи. Пожарные, в первую очередь по прибытии на пожар выявляют

отрезанных огнем и дымом людей и направляют все силы и средства на их спасание.

Основным отравляющим веществом на пожаре является окись углерода (угарный газ). Его отравляющее действие основано на взаимодействии с гемоглобином крови человека. Реакция взаимодействия происходит в 100 раз быстрее, чем с кислородом. Даже незначительное количество угарного газа прореагирует с кровью быстрее, чем кислород воздуха. При этом образуется карбоксигемоглобин - вещество, не способное длительное время переносить кислород. Наступает кислородное голодание организма человека, которое приводит к потере сознания последнего и его летальному исходу. Необходимо отметить, что эта особенность человеческого организма не зависит от нашего с вами желания дышать или не дышать воздухом, содержащим угарный газ. Данные процессы происходят помимо нашего желания и наших возможностей. Спасти от угарного газа невозможно никакими средствами защиты органов дыхания, кроме полностью изолированных и автономных противогазов, которые стоят на вооружении пожарной охраны.

Угарный газ без цвета и запаха, переносится на значительные расстояния и способен скапливаться в непроветриваемых местах. Поэтому даже костры, которые часто можно видеть на территории жилых домов, не так уж безобидны, как кажется, вследствие того же выделения угарного газа и заноса его воздушными потоками к нам в квартиры. Головная боль - это признаки его присутствия в крови человека.

Шестое: при возгорании телевизора надо сразу же отключить его от сети, а затем тушить водой через верхние вентиляционные отверстия задней стенки (стоять сбоку). Можно вначале набросить на телевизор плотное одеяло, чтобы огонь не переметнулся, например, на шторы, а затем тушить огонь водой или домашним огнетушителем. Надо помнить, что важно не количество использованной воды, а правильное ее применение.

Седьмое: при пожаре в квартире, если отсутствует огнетушитель, подручными средствами могут быть: плотная ткань (лучше мокрая) и вода. Загоревшиеся шторы нужно сорвать и затоптать или бросить в ванну, заливая водой. Также можно тушить одеяла, подушки. Нельзя открывать окна, так как огонь с поступлением кислорода вспыхивает сильнее. По этой же причине надо очень осторожно открывать комнату, в которой начался пожар.

Восьмое: уходя из квартиры надо убедиться в том, что в ней никого не осталось.

Девятое: при эвакуации из помещений во время пожара никогда не используйте лифты, так как они отключаются в результате нарушения нормального режима работы электрических сетей, а в зданиях определенных категорий при возникновении пожара - опускаются автоматически на 1 этаж и блокируются.