

ПРАВИЛА ПО ПРЕОДОЛЕНИЮ НЕПРЕДВИДЕННЫХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВ:



1. Принимать быстрые решения.
2. Уметь импровизировать.
3. Уметь постоянно и непрерывно контролировать себя.
4. Уметь распознавать опасность.
5. Уметь оценивать людей.
6. Быть самостоятельным и независимым.
7. Быть настойчивым и упрямым, когда это необходимо, но если нужно, уметь подчиниться.
8. Признавать, не отчаиваясь, пределы своих

возможностей.

9. Искать, когда кажется, что возможности больше нет, другие пути для выхода из положения, прежде чем сдаться окончательно.

10. И даже тогда не сдаваться.

ОГРАБЛЕНИЕ КВАРТИРЫ



- никогда не открывать неизвестному вам лично человеку;
- никогда не открывайте дверь, если в глазок никого не видно, если потух свет;
- никогда не открывайте дверь, не посмотрев в глазок, даже если ждете гостей;
- внимательно ведите себя перед входом в квартиру, держите ключи наготове, уходите со своего

этажа, если на площадке подозрительные личности.

НЕЗНАКОМЫЕ ЛЮДИ

Каждый из вас должен знать, что люди бывают разные и иметь дело надо только с теми, кого знаешь. Существуют определенные правила, нарушение которых угрожает вашей безопасности:



1. Не хвалитесь тем, что имеете.



2.. Никогда не садись в машину к незнакомцу.



3. Никогда не играй по дороге из школы домой.



4. Никогда не разговаривай с незнакомцем



5. Никогда не гуляй с наступлением темноты.



ТЕМНАЯ УЛИЦА

1. Выбирайте маршрут не короткий, а безопасный.
2. Оденьтесь не броско и удобно.
3. Изучите дорогу домой: у вас всегда должно быть несколько вариантов движения.
4. Если есть возможность, то идти лучше в группе, вышедшей из автобуса, метро, электрички.
5. Не бойтесь, не вздрагивайте от чужих шагов, не втягивайте голову, ваш шаг должен быть твердым и уверенным.
6. Не лишайте себя информации - не грезьте на яву, не оглушайте себя наушниками плеера и тем более демонстративно громкого магнитофона.
7. Старайтесь идти на встречу движущемуся транспорту, держитесь подальше от края тротуара.

ДЕВУШКА И ЕЕ БЕЗОПАСНОСТЬ

- Чем тщательней вы прячете, что-то в ваших вещах, украдкой оглядываясь вокруг, тем более провоцируете себя как жертву;
- не выставляйте на показ дорогих украшений вечером в транспорте;
- не соглашайтесь пойти с незнакомым человеком на квартиру или в гостиницу послушать музыку и т.д.;
- не одевайтесь вызывающе в вечернее время;
- не при каких обстоятельствах не садитесь в машину к незнакомому мужчине;



- всегда предупреждайте родственников или друзей о своем маршруте и просите их встречать вас в вечернее время;
- перед тем как зайти в подъезд, обязательно убедитесь, что за вами никто не идет;
- никогда не входите в лифт с незнакомым мужчиной, а тем более с несколькими;
- если мужчина вам незнаком, то не приглашайте его к себе домой;
- не “голосуйте” и не пользуйтесь услугами незнакомых водителей;
- девушка не должна находиться там, где есть люди, присутствие которых вызывает у нее чувство дискомфорта;
- при нападениях оказывайте упорное сопротивление, сохраняйте самообладание.

ЕСЛИ ВЫ ЗАБЛУДИЛИСЬ В ЛЕСУ

- Немедленно остановитесь и присядьте. И больше не делайте ни одного шага не подумав. Думайте только об одном: как выбраться к тому месту, откуда начинается знакомый путь. А для этого:
- 1. Вспомните последнюю приметку на знакомой части пути и постарайтесь проследить к ней дорогу.
- 2. Если это не удастся, вспомните знакомые ориентиры. Лучше всего протяженные и шумные: железную дорогу, реку, шоссе.
Прислушайтесь. При отсутствии знакомых ориентиров, тропы дорог, выходите “на воду” - в низ по ручью. Ручей выведет к реке, река - к людям.
- 3. Если ориентиров нет, нужно постараться влезть на самое высокое дерево и оглядеться.
- 4. Выйти к людям помогают звуки - работает трактор, лает собака, помогает запах дыма: тут надо двигаться против ветра. Хорошие проводники в лесу - пчелы. Надо выйти на поляну,

посмотреть, в какую сторону они улетают, и вслед за ними идти.

Самое надежное, чтобы не заблудиться в лесу - взять за правило, прежде чем войти в лес, запомните ориентиры.

ЕСЛИ ВАС ЗАСТАЛА ГРОЗА

Во время грозы нужно выполнить следующие правила:

- не прятаться под высокие деревья (особенно - отдельно стоящие); более опасные: дуб, тополь, ель, сосна.
- лучше присесть в любую яму, траншею;
- не стоит бежать;
- опасно находиться рядом с металлическими предметами;
- не стоит купаться в водоемах.

БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ НА ВОДЕ



- не ныряйте в незнакомых местах;
- не заплывайте за буйки;
- не выплывайте за судовой ход и не приближайтесь к судам;
- не устраивайте игр в воде, связанных с захватами;
- не плавайте на надувных матрацах и камерах;

ОСТОРОЖНО - ТОНКИЙ ЛЕД.

- лед не прочный около стока вод;
- тонкий или рыхлый лед вблизи кустов, камыша, под сугробами, в местах, где водоросли вмерзли в лед;
- тонкий лед, где бьют ключи, быстрое течение;

- нельзя проверять прочность льда ударом ноги;
- первые шаги по льду делают, не отрывая подошвы от льда;
- не собирайтесь большими группами в одном месте.

ЗЛАЯ СОБАКА



Если собака готова на вас напасть:

- остановитесь и твердо отдайте команду “стоять!”, “сидеть!”, “лежать!” и т.д;
- выигрывая время, бросьте в сторону собаки любой предмет, не поднимая высоко руку;
- особенно опасна приседающая собака - она готовится прыгнуть;
- к нападающей собаке

повернитесь лицом;

- защищайтесь с помощью палки, камней;
- если собака сбила с ног, упасть на живот, руками закрыть шею;
- болевые точки у собаки - нос, пах, язык.

ДОРОЖНО - ТРАНСПОРТНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ

Лучший прием самозащиты от дорожно-транспортного происшествия (ДТП) - соблюдать правила выживания на улице:

- автобус обходить - сзади, а трамвай - спереди;



- не выпрыгивай на дорогу из-за сугроба;
- пользоваться подземными переходами;
- в ожидании перехода не стоять у края тротуара;
- в ожидании автобуса не стойте у края автобусной остановки.

Очень важно знать главные правила выживания пешеходов:

- нельзя переходить улицу на красный свет независимо от того, идут или нет машины;
- на дорогу можно с тротуара только сойти, а не выбежать;
- опасно выходить на мостовую из-за препятствия: тогда не видят друг друга ни водитель, ни пешеход;
- на улице любой вид транспорта может скрывать другой, движущийся с большой скоростью;
- ходить можно только по тротуарам, а если тротуара нет, нужно идти лицом к движению;
- переходя улицу, сначала нужно посмотреть налево, а на середине - направо: на дороге расстояние зависит от скорости, поэтому научись рассчитывать, когда до машины будет далеко, а когда близко;
- без родителей улицу лучше всего переходить в группе пешеходов;
- не играйте на проезжей части дороги;

- имей в виду, что ДТП - это не только наезд автомобиля, но и велосипеда. Сами велосипедисты - сильнейший источник напряженности для всех других водителей.

ПОЖАР В ДОМЕ



Статистика показывает, что при пожаре люди гибнут в основном не от пламени, а от дыма.

1. Вызывая пожарных, точно отвечайте на вопросы телефонистки службы "01".
2. При тушении огня защищайтесь от дыма.
3. По задымленным коридорам пробирайтесь ползком.
4. Если дым в подъезде:

- закройте двери, забейте щели мокрыми тряпками, заткните вентиляционные отверстия и ждите пожарных;
- не пытайтесь выбежать из дома (кроме нижнего этажа) или спуститься на лифте;
- если есть телефон, позвоните пожарным и сообщите в какой квартире находитесь.

