

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Новосибирский государственный технический университет»
ОТДЕЛ ГОЧС И МР

ТЕМА №7

**Способы предупреждения негативных и
опасных факторов бытового характера
и порядок действий при их
возникновении**

Новосибирск - 2015

УЧЕБНЫЕ ВОПРОСЫ:

1. Возможные негативные и опасные факторы бытового характера и меры по их предупреждению.

2. Правила обращения с бытовыми приборами и электроинструментом.

3. Действия при бытовых отравлениях, укусе животными и насекомыми.

4. Правила содержания домашних животных и поведения с ними на улице

5. Правила действий по обеспечению личной безопасности в местах массового скопления людей, при пожаре, на водных объектах, в походе и на природе

Условия и ритмы современной жизни, высокий уровень механизации на производстве и в быту, стихийные бедствия - нередко становятся причиной чрезвычайных ситуаций различного характера, которые влекут за собой человеческие жертвы, значительные материальные потери, наносят ущерб здоровью людей и окружающей природе.

Люди травмируются не только во время стихийных бедствий, в военных ситуациях, но и в быту. При любой чрезвычайной ситуации важным является быстрые и правильные действия и умелое оказание первой помощи на месте происшествия.

Чем Вы благополучнее, тем больше внимания необходимо уделять своей безопасности, если хотите жить без ненужных приключений.

1-й учебный вопрос:

Возможные негативные и опасные факторы бытового характера и меры по их предупреждению

Научно-технический прогресс существенно изменил и улучшил наш быт. Вместе с тем, следуя стремлению жить в условиях все большего комфорта, люди создают для себя качественно иную среду обитания, для которой характерны снижение безопасности и повышение риска. Рассмотрим некоторые экстремальные ситуации и меры безопасности в доме, на транспорте, на улице.

По опасным факторам :

механические воздействия; тепловые воздействия; электричество; ядовитые вещества; радиация;
болезни и т.д.

По обеспечиваемым потребностям:

питание; очищение; сон; температурный режим и т.д.

Приемы выживания можно классифицировать различным образом:

По источникам опасности: стихийные бедствия; технические аварии; животные и растения;
другие люди; Вы сами.

Организация сведений, относящихся к выживанию

В совокупности сведений, имеющих отношение к выживанию, можно выделить следующее: нужное для всех и нужное для некоторых; очевидное и неочевидное; важное и неважное; то, что надо удерживать в памяти, что надо иметь под рукой, про что надо знать, где можно найти при необходимости.

В памяти следует хранить то, что нужно часто или требуется в ситуациях, когда нет возможности заниматься чтением.

10 правил по преодолению непредвиденных обстоятельств:

1. Принимать быстрое решение

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 отчаиваться, пределы своих возможностей

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

10. И даже тогда не сдаваться

2-й учебный вопрос:

**Правила обращения с бытовыми приборами
и электроинструментом**



- перед включением электрической вилки в розетку убедитесь, что она именно от того прибора, который Вы собираетесь включить
- после выдергивания вилки из розетки проверьте, что не ошиблись.
- если провода, шнуры от соседних устройств похожи, сделайте их разными: оберните изоляционной лентой или покрасьте
- не беритесь за электрическую вилку мокрой рукой
- не вбивайте гвоздь в стену, если не знаете, где проходит скрытая электропроводка
- следите за тем, чтобы розетки и другие разъемы не искрили, не грелись, не потрескивали. Если контакты потемнели, почистите их и устраните причину неплотного соединения

Правильная эксплуатация электроинструмента подразумевает выполнение комплекса приемов и мероприятий, направленных на предупреждение его неправильной эксплуатации и связанных с электропитанием, подключением к сети, соблюдением режима работы, величин и продолжительности нагрузок, применением соответствующего сменного инструмента, соблюдением безопасных приемов работы и ряда других условий.



Первое правило - строго выдерживать интервалы для работы и отдыха инструмента, которые предписаны в паспорте на изделие. Несоблюдение этих требований приводит к перегреву электродвигателя и увеличивает вероятность его выхода из строя.

Второе правило - соблюдение максимальных нагрузок и моментов, которые испытывает Ваш инструмент. Если приобретается мощный и тяжелый инструмент, то желательно наличие в нем ограничителя пускового тока. Такой инструмент более плавно набирает обороты, не "дергается" в руках и не создает ненужной нагрузки на электросеть.

Третье правило - старайтесь не подвергать свой инструмент воздействию низких температур, не оставляйте его на зиму в не отапливаемых помещениях. Не рекомендуется оставлять инструмент и летом на ночь на улице - выпадение росы внутри него также нежелательно и опасно.

Работа с электродрелью

- не рекомендуется использование различных насадок. Их применение создает тяжелые режимы работы;
- работать с дрелью в режиме сверления с ударами допускается не более 30 минут в день, а в режиме чистого сверления - не более 48 минут в день;
- при работе у вас должна быть прочная опора под ногами;
- держите дрель крепко двумя руками;
- не дотрагивайтесь руками до вращающихся частей;
- при обработке отверстий в стенах, в полах или любых других местах, где может иметься скрытая электропроводка под напряжением, **не дотрагивайтесь ни до каких металлических частей машины!**;
- не оставляйте дрель, работающей без присмотра;
- не дотрагивайтесь до сверла или обрабатываемой поверхности, они могут быть сильно разогретыми и обжечь Вашу кожу;
- при монтаже и демонтаже сверлильной установки дрель должна быть выключена, а штепсельная вилка вынута из розетки;
- пользуйтесь переключателем реверса только после полной остановки машины;
- углеродные щетки, изношенные свыше предельной отметки, подлежат немедленной замене.



Работа с электролобзиком



При работе “не помогайте” лобзику – нажимать на пильное полотно не надо, иначе оно будет сильно нагреваться, и это может привести к его поломке. Длинные, прямые разрезы лучше всего делать широким полотном - пилка стабилизирует положение лобзика, и пропилен получается ровней.

Чаще меняйте полотно, тупая пилка только “дерёт”, а не режет материал, при этом растёт нагрузка на двигатель и падает производительность. При резке металлов, особенно цветных и алюминиевых сплавов, а также оргстекла, нужно смачивать полотно водой или жидким машинным маслом. Это облегчает резку и продлевает жизненный срок пилки. При резке металла толщиной меньше 1 мм под него подкладывают лист фанеры и пилят с малой подачей, чтобы избежать вибрации. При работе с малой частотой ходов, чаще давайте отдохнуть электролобзику - работа в этом режиме ухудшает охлаждение электродвигателя. Строго соблюдайте инструкции по уходу за инструментом - очищайте и смазывайте свой электролобзик, это гарантирует его надёжную и долгую работу

Работа с аккумуляторной дрелью-шуруповёртом

Никогда не нагружайте инструмент так, чтобы нагрузка заставляла двигатель остановиться. Не пользуйтесь зарядным устройством после повреждения шнура электропитания или штепсельной вилки - немедленно замените их новыми. Не пытайтесь самостоятельно ремонтировать зарядное устройство. Не оставляйте инструмент под прямыми солнечными лучами или дождём. Всегда убеждайтесь, что при работе у Вас прочная опора под ногами. Убедитесь, что внизу никого нет, когда машина используется на высотных рабочих объектах. Держите машину прочной хваткой. Не дотрагивайтесь руками до вращающихся частей. При обработке отверстий в стенах, в полах или любых других местах, где может иметься скрытая электропроводка под напряжением, **не дотрагивайтесь ни до каких металлических частей машины!**



Работа с электрорубанком

Перед началом работы убедитесь в отсутствии на рабочем месте посторонних предметов. Избегайте строгания по гвоздям. Перед работой проверьте образец на отсутствие в нем металлических предметов и удалите их. Обращайтесь с лезвиями очень осторожно. Нож должен быть хорошо заточен. Перед началом работы убедитесь в надежности закрепления болтов фиксации лезвий. Перед включением проверьте в порядке ли розетка сети, хорошо ли функционирует переключатель и возвращен ли он в положение ВЫКЛ. Включайте машину только тогда, когда она у вас в руках. Держите машину крепко обеими руками. Не держите свои руки в непосредственной близости к вращающимся частям машины. Перед работой дайте машине поработать на холостом ходу. Стук и вибрации могут указать на неисправности или же на не правильную сборку. При начале строгания приложите давление на переднюю часть рубанка, при окончании – на заднюю часть. Во время работы находитесь на расстоянии не менее 200мм от рубанка. Скорость перемещения и глубина строгания определяют чистоту строгания. Рубанок работает чисто до тех пор, пока стружка не забьет его. Для чернового строгания достаточно пользоваться быстрой подачей и большей глубиной строгания, в то время как для окончательного, чистового скорость подачи и глубина строгания должны быть уменьшены. При строгании влажной древесины может образовываться длинная стружка. Не пытайтесь освободить рубанок от нее с помощью пальцев, а используйте деревянную палку. Никогда не заслоняйте отверстие выхода стружки. После выключения машины убирая ее поставьте так, чтобы режущая установка была сверху и нож не касался других предметов.



3-й учебный вопрос:

**Действия при бытовых отравлениях, укусе
животными и насекомыми**

Пищевое отравление, пищевая токсикоинфекция и интоксикация

При употреблении в пищу недоброкачественных инфицированных продуктов животного происхождения (мясо, рыба, колбасные изделия, мясные и рыбные консервы, молоко и изделия из него – крем, мороженое и т.д.) возникает пищевое отравление – пищевая токсикоинфекция. Заболевание вызывают находящиеся в данном продукте микробы и продукты их жизнедеятельности – токсины.

Пищевое отравление – это острое заболевание, возникающее в результате употребления пищевых продуктов, содержащих ядовитые вещества.

Возникновение пищевого отравления может быть связано с потреблением продуктов, ядовитых по своей природе (грибы, ягоды, некоторые виды рыб, орехи и т.д.) или загрязненных бактериальными средствами, токсинами, солями тяжелых металлов и др.

Пищевое отравление развивается в течение 4-18 часов после приема пищи. Особенностью является одновременное поражение группы людей, потреблявших одну и ту же пищу.

Обычно оно начинается внезапно: возникают общее недомогание, тошнота многократная рвота, схваткообразные боли в животе, частый жидкий стул.

Быстро усиливается интоксикация: снижается артериальное давление, учащается и ослабляется пульс, бледнеют кожные покровы, появляется жажда, нарастает температура тела до 38-40 С. Если больного оставить без помощи, катастрофически быстро развивается сердечно-сосудистая недостаточность, возникают судорожные сокращения мышц, наступает коллапс и смерть.

Пищевая токсикоинфекция и пищевая интоксикация – острые заболевания, возникающие в результате употребления пищи зараженной определенными видами микроорганизмов.

Возбудителями являются палочки сальмонеллы и ботулизма, которые хорошо размножаются в мясных и рыбных консервах, мясных и молочных продуктах.

Первая помощь при пищевом отравлении. При большинстве пищевых отравлений первая помощь должна сводиться к скорейшему удалению содержимого желудочно-кишечного тракта (обильное промывание, дача слабительных), сопровождаемому приемом внутрь:

адсорбирующих (активированный уголь); осаждающих (танины = дубильные вещества, охлажденный крепкий чай); окисляющих (перманганат калия); 4) нейтрализующих (сода, кислое питье); обволакивающих (отвар крахмала, яичный белок, молоко, кисель) веществ.

Если напала собака:



- остановитесь и твердо отдайте команду «стоять!», «сидеть!», «лежать!» и т.д.;
- чтобы выиграть время, бросьте в сторону собаки любой предмет, не поднимая высоко руки;
- защищайтесь с помощью палки, камней;
- особенно опасна приседающая собака – она готовится прыгнуть. И чтобы защитить горло, надо прижать подбородок к груди и выставить вперед руку;
- от животного можно защититься баллончиком с газом на основе вытяжки из красного перца;
- к нападающей собаке повернитесь лицом, примите стойку и бросьтесь ей на встречу, если уверены в себе: собака натаскана на убегающего человека и скорее всего отскочит в сторону;
- используйте подручные средства (зонтик, палку, камни), отступайте к укрытию спиной – забору, дому, призывая на помощь окружающих;
- если есть возможность, обмотайте пиджаком, плащом предплечье и руку, а затем, выставив ее (защищая шею и лицо от укуса), спровоцируйте собаку на укус и с силой ударьте по верхней челюсти собаки – от сильного удара она может сломаться;

Что делать, если вас укусила бешеная собака?

- из раны, оставшейся после укуса, нужно сразу же выдавить кровь. Этот прием следует повторить 3-4 раза.
- затем обмыть место укуса чистой водой, крепким раствором марганцовки, спиртом и смазать йодом. После оказания первой помощи немедленно обратиться к врачу.
- выяснить у хозяев, сделана ли прививка от бешенства. Для заражения достаточно слюне попасть в ранку на теле.



ВИДЕОРОЛИК

Правила поведения при встрече с ядовитыми змеями

Ядовитые животные – такие, в теле которых постоянно или временно присутствуют яды, способные при введении в организм человека даже в малых дозах вызывать болезненные расстройства, а иногда привести к смерти. Правила поведения в "змеиных" местах:

- не трогать змей;
- носить сапоги;
- быть особенно внимательным в густой траве, в заросших ямах;
- не ходить ночью - по крайней мере, без фонаря: многие змеи особенно активны в теплые летние ночи;
- где много грызунов, там ожидать и змей;
- не устраивать ночлега возле дуплистых деревьев, прогнивших пней;
- прежде чем лечь спать - осмотреть постель;
- если проснувшись утром, обнаружили на себе змею – не дергаться, позвать на помощь или ждать, пока змея уползет.



Первая помощь при укусах змей

- положить пострадавшего в тень так, чтобы голова была опущена ниже уровня тела;
- убедить пострадавшего соблюдать спокойствие, чтобы замедлить всасывание яда;
- закапать 5-6 капель сосудосуживающих капель в нос и в ранку укуса (галазолин, санорин, нафтизин и др.). Можно частично вымыть яд из ранки водой.
- если из укушенного места идет кровь, не надо ее останавливать, а наоборот стараться усилить кровотечение, опустив вниз укушенную конечность, и выдавливать кровь, не прикасаясь к ране;
- для удаления яда из раны можно применить кровотоносную банку. Рану нужно промыть чистой водой, спиртом, раствором марганцовки, прижечь раскаленным металлическим предметом, обработать место укуса антисептиками и наложить тугую стерильную повязку.

Внимание! Недопустимо: накладывать жгут, делать разрезы и высасывать яд: это может сильно повредить нервы и кровеносные сосуды, кроме того, отсасывая яд ртом, можно занести в рану опасные бактерии.



Что необходимо делать для профилактики комариного укуса?

Многие болезни вызываются или передаются через насекомых. Комариный укус может являться переносчиком малярии, желтой лихорадки и других болезней.

Для профилактики комариного укуса следует:

- разбивать лагерь на возвышенном месте подальше от заболоченного участка местности;
- спать под покрывалом, тщательно заправив свою одежду, закрыв по возможности открытые участки тела;
- можно использовать дымовую завесу (занавесь);
- для профилактики малярии следует принимать противомалярийные таблетки.

Что необходимо делать при укусе клеща?

Клещ является одним из наиболее опасных для человека кровососов. Клещ хранитель и переносчик тяжелых заболеваний – клещевого энцефалита и туляремии. Клещевой энцефалит поражает преимущественно центральную нервную систему.

В случае обнаружения на теле впившегося клеща необходимо:

- обмазать это место вазелином, растительным маслом, или другой жидкостью с маслянистой пленкой и подождать 0,5 часа, или попытаться прижечь близко к туловищу клеща.
- затем, захватив головку клеща как можно ближе к коже, удалите его, стараясь не оторвать головку от туловища. Если это случилось необходимо принять все меры для удаления головки клеща из кожи.
- в любом случае необходимо сразу же обратиться в лечебное учреждение.



4-й учебный вопрос:

Правила содержания домашних животных и поведения с ними на улице



Граждане несут административную ответственность:

- за выгул или появление с собакой в дошкольных и школьных учреждениях, на детских и спортивных площадках, школьных дворах, в парках, местах массового отдыха, на пляжах, особо охраняемых территориях;
- за появление в общественных местах собак, требующих особой ответственности владельца, без поводка, либо без намордника;
- за нарушение безопасности граждан от воздействия домашних животных;
- за нарушение тишины и покоя домашними животными;
- за нападение домашнего животного на человека с причинением вреда здоровью человека или другим домашним животным;
- за ущерб, принесенный имуществу физическим воздействием домашнего животного;
- за негуманное обращение с домашними животными, оставление их без присмотра, пищи, воды. В случае заболевания - за оставление без ветеринарной помощи;
- за истязание или умышленное калечение домашнего животного;
- за умерщвление домашнего животного без заключения об имеющемся неизлечимом заболевании вне ветеринарного учреждения или средствами, не гарантирующими быструю и безболезненную смерть.



На собак, кошек и лошадей, прошедших регистрацию, кроме того, выдается ветеринарный паспорт. Собаки, кошки, лошади и крупный рогатый скот, по заявлению их владельцев, подлежат ежегодной перерегистрации.

Помещения, используемые для содержания животных, должны соответствовать ветеринарным и санитарным требованиям. Не допускается содержание и нахождение животных в местах общего пользования коммунальных квартир.

5-й учебный вопрос:

Правила действий по обеспечению личной безопасности в местах массового скопления людей, при пожаре, на водных объектах, в походе и на природе

Личная безопасность в местах массового скопления людей

Бойтесь толпы в любом месте: в автобусе, на митинге, в очереди, в кинотеатре, старайтесь не мешаться с человеческой массой. Толпа лишает Вас маневра в случае опасности, она может раздавить Вас в вертикальном положении, или уронить и пройтись по Вашим ребрам, или выдавить Вами витрину, или сломать Вами поручни, ограждения. Толпу образуют следующие эмоции: ажиотаж, ненависть, поклонение, страх. Распознайте начало "сгущения туч" и смените свое местонахождение.

Паника

Паническое бегство возникает тогда, когда путь к спасению представляется доступным, но дефицитным. Нет пути к спасению - нет и паники. Путь есть, а кажется, что поезд уходит, - тут и начинается давка. В панике люди забывают мораль: могут задавить и детей, и старушек. Паника не отключает способность соображать. Найдите сильный довод, и у Вас будет шанс остановить толпу.

Предупредить панику:

- для этого в первую очередь следует отвлечь, хотя бы на непродолжительное время, внимание людей от источника страха или возбудителя паники.
- дать возможность людям хоть на мгновение очнуться от страха и попытаться взять управление толпой на себя.
- постараться переключить внимание людей с действий «лидера» паникеров на человека, трезво мыслящего, обладающего хладнокровием. Здесь должны найти место властные и громкие команды людей с волевым характером.

Как только это произойдет, надо всех незамедлительно вовлечь в борьбу с опасностью. Обычно, когда проходит первое чувство страха, у большинства людей в такой ситуации наблюдается повышенная активность, стремление как бы загладить свою вину.



ВИДЕОРОЛИК

Правила поведения при пожаре

При обнаружении возгорания быстро, не поддаваясь панике, приступайте к тушению пожара, используя все доступные средства – песок, воду, огнетушители и т.д.

Если загорелся телевизор, его надо сразу отключить от сети, а затем тушить – водой через верхние вентиляционные отверстия задней стенки или набросив плотное одеяло, чтобы огонь не переметнулся, например, на шторы, и только после этого бежать за водой или домашним огнетушителем.

Если у Вас на кухне загорелось белье, висящее над плитой, немедленно выключите газ и залейте пламя водой. Бросьте дымящуюся вещь на пол и затопчите. Затем откройте окно и проветрите кухню.

Если у Вас на шнуре утюга появилось пламя, сразу отключите его от электросети. Затем накройте пламя тряпкой и погасите его.

Если загорелась открытая проводка, отключите электричество в квартире или закидайте провод землей из цветочных горшков.

Если Вы почувствовали запах плавящегося пластика, найдите место повреждения проводки. Потрогайте розетки, не теплые ли они. Обнаружив источник запаха, отверткой или плоскогубцами с пластмассовыми ручками раздвиньте загоревшиеся провода. Отключите электричество. Ни в коем случае не заливайте пламя водой!

Если вы не в состоянии самостоятельно потушить огонь, отключите электричество, перекройте газ, без промедления вызывайте пожарных «01», выведите из опасной зоны детей и пожилых людей.

Внимание ! При пожаре не торопитесь открывать двери, окна: свежий воздух усилит горение.



ВИДЕОРОЛИК

Правила поведения на воде

- не ныряй в незнакомых местах; (не зная броду – не лезь в воду)
 - не заплывай за буйки;
 - не приближаться к моторным лодкам и к судам;
 - не устраивай игр в воде, связанных с захватами;
 - купаться лишь в том случае, если воздух прогрелся не менее, чем до 20 С. минимальная температура воды – 18 С°.
 - не следует бояться воды, если вы пока не научились плавать. Страх - плохой учитель. Однако запомните, что заходить в воду выше пояса вам нельзя.
 - продолжительность купания не должна быть больше 10-15 минут. Если находитесь в воде более 15 минут, можно простудиться, есть опасность судорожного сокращения мышц.
 - перед тем, как войти в воду, разомнитесь и остыньте после солнечных ванн. От перегрева и расслабленности мышц во время купания может остановиться сердце.
 - после еды кровь приливает к органам пищеварения, поэтому лучше всего купаться не раньше, чем через 1,5-2 часа.
 - избегайте игр на воде, связанных с захватами и подныриванием. Останавливайте тех, кто подает ложные крики о помощи. Неумная шутка может кому-то стоить жизни.
 - избегайте купания в темноте! Вы можете натолкнуться на плавающие в воде бревна или доски, удариться о другие предметы.
 - купаться нужно только в разрешенных местах. На необорудованном пляже, прежде чем искупаться, обязательно исследуйте дно. Гладкая поверхность воды обманчива.
- Помните! Прыгать в воду с причалов, лодок и в непроверенных местах – опасно!** Никогда не следует подплывать к водоворотам – это самая большая опасность на воде.
- Осторожно!** Течение может отнести далеко от берега!



ВИДЕОРОЛИК



Правила поведения в походе

Собираясь в поход, подумайте, что может пригодиться. Нужно стремиться к минимальному количеству предметов с максимальным количеством способов применения, в том числе и нестандартных (в радиоприемнике есть динамик, в динамике - магнит, проведя им по игле и т. п., можно сделать компас; сам приемник с магнитной антенной можно использовать в качестве радиокompаса).

Рекомендую брать:

1. Нож, желательно с фиксирующимся лезвием.
2. Спички, натертые парафином.
3. Свеча (освещение, растопка, обогрев).
4. Компас.
5. Игла с нитками.
6. Рыболовный набор.
7. Бинт.

При желании можно взять карту, флягу и котелок (пользуюсь армейскими), полиэтиленовый мешок (защита от сырости при ночлеге), маленькие топор и ножовку.

Перед походом необходимо изучить карту предполагаемого места похода. Летом в лесу желательно пользоваться тонкой и плотной курткой с капюшоном. Все части куртки должны плотно прилегать к телу, иначе можно нахватать блох, клещей. Обувь во многом зависит от наклонов человека и маршрута. Не берите новую, чтобы не натереть ноги. При выживании очень большую роль играет физическое состояние человека.

ВИДЕОРОЛИК





Правила поведения на природе

Когда мы выезжаем на природу, очень важно, чтобы во время отдыха за городом не произошли неприятности, которые причинили бы вред нашему здоровью.

Постарайся запомнить нехитрые правила, соблюдать которые совсем несложно:

- ни в коем случае нельзя срывать и тем более брать в рот незнакомые растения. Некоторые растения, если взять их в руки, вызывают сильное раздражение кожи, которое может длиться несколько недель. Есть и ядовитые растения, яд которых не менее опасен, чем змеиный.
- с грибами тоже нужно быть очень осторожным. Собирай только известные тебе грибы. Когда гуляешь по лесу, не трогай поганки - они очень ядовиты.
- не пей сырую воду из какого бы то ни было водоёма.
- для защиты от укусов насекомых (клещей, ос, пчёл, комаров) надевай длинные брюки, рубашку с длинными рукавами и обязательно головной убор. Открытые участки тела намажь средством, отпугивающим насекомых.
- помни, что запахи одеколонов, духов и другой парфюмерии сильно привлекают насекомых.
- если ты собираешься ночевать в палатке, позаботься о сетке, защищающей от комаров, и средствах, отпугивающих насекомых.
- в жаркую погоду нельзя долгое время находиться на солнце без одежды, головного убора и солнцезащитных очков — можно получить тепловой удар или солнечные ожоги. Никогда не смотри прямо на солнце даже в течение непродолжительного времени — может ухудшиться зрение.

Во время походов и загородных прогулок нельзя причинять вред природе!

- если развёл костёр, то, уходя, не забудь потушить огонь. Костёр обязательно нужно залить водой или засыпать песком.
- не ломай деревья, не разоряй птичьих гнёзд — не нарушай красоту и гармонию природы.
- не оставляй после себя мусор! Мусор, который нельзя сжечь (стеклянные бутылки, железные консервные банки), необходимо забрать с собой, чтобы выбросить в предназначенном для этого месте.

Контрольные вопросы:

Какие негативные и опасные факторы бытового характера вам известны?

Перечислите основные меры безопасности при обращении с бытовыми электроприборами.

Назовите основные виды поражения человека электрическим током.

Какие признаки пищевого отравления вы знаете?

Что включает в себя первая помощь при пищевом отравлении?

Назовите основные причины пожара.

Какие правила поведения на воде вам известны?

Что необходимо предпринять, если вас укусила собака?

Расскажите о правилах содержания домашних животных