



Министерство образования и науки Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский педагогический государственный университет»

---

А. В. Кравченко, С. В. Петров

# БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ДЕТСКОМ ЛАГЕРЕ

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ



---

МПГУ

Москва • 2017

**Александр Викторович Кравченко  
Сергей Викторович Петров  
Безопасность  
жизнедеятельности  
в детском лагере**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=34715407](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=34715407)*

*Безопасность жизнедеятельности в детском лагере: Методические  
рекомендации / А. В. Кравченко, С. В. Петров: МПГУ; Москва; 2017*

*ISBN 978-5-4263-0513-7*

### **Аннотация**

Методические рекомендации помогут водителю в детском лагере обеспечить безопасность детей. А также сориентируют, как действовать в экстремальной ситуации.

# Содержание

Введение	8
1. Общая характеристика опасных и чс природного, техногенного и социального характера и меры защиты	10
1.1. Основные понятия, используемые в УМК	10
1.2. Защита от опасностей природной среды	14
1.3. Защита от опасностей техносферы	23
Аксиомы БЖД в техносфере	23
Техника безопасности детей в быту	32
Безопасность детей при их участии в общественно-полезном труде	33
Проведение занятий по вопросам безопасного поведения в техносфере	34
1.4. Защита от опасностей социального характера	35
2. Система обеспечения комплексной безопасности в детском лагере	39
2.1. Правовое регулирование обеспечения безопасности детского отдыха	40
Организационный период	40
Персональная ответственность	41
Безопасность при участии в спортивных мероприятиях	43

Проведение походов, прогулок и экскурсий	44
2.2. Основные санитарно-эпидемиологические и медицинские требования, предъявляемые к вожатому детского лагеря	46
Инструкция по санитарному состоянию (для вожатых)	46
Требования санитарных обходов	47
Требования к организации питания и продуктам	48
Соблюдение правил безопасности в столовой	48
2.3. Иные элементы системы безопасности в детском лагере	50
Организация постоянного взаимодействия персонала с органами исполнительной власти (правоохранительными, контролирующими и другими специальными службами)	50
Безопасность вне территории лагеря	51
3. Памятка по оказанию первой доврачебной помощи	52
Повреждение кожных покровов	55
Реанимационные мероприятия (Алгоритм проведения)	57
Помощь утопающему	59
Электротравмы	60

Солнечный или тепловой удар	61
Укусы животных, змей, насекомых	62

**Александр Кравченко,  
Сергей Петров  
Безопасность  
жизнедеятельности  
в детском лагере:  
Методические  
рекомендации**

**Министерство образования и науки Российской Фе-  
дерации**

**Федеральное государственное бюджетное образо-  
вательное учреждение высшего образования**

**«Московский педагогический государственный  
университет»**



**Рецензент:**

**Симонов Н. Е.**, кандидат юридических наук, профессор  
Московского педагогического государственного универси-  
тета

# Введение

Физическая и психологическая безопасность должны быть основой, на которой строит свою работу любой вожатый.

Знание признаков опасностей и правил поведения в школе, на выездном мероприятии, в лагере отдыха помогают уменьшить количество происшествий, их негативные последствия для здоровья, имущества и организаций.

Целью пособия является информирование об обеспечении безопасности жизнедеятельности детей в загородном оздоровительном учреждении и образовательной организации, сохранение их жизни и здоровья в процессе организованного отдыха, спортивных состязаний, деятельности детских общественных объединений. Текст методического пособия – основа для систематического инструктажа вожатых и персонала.

Основной задачей инструктажа детей является профилактическая работа, направленная на предупреждение несчастных случаев во время организованного отдыха и занятий по увлечениям, а также на профилактику бытового травматизма, происшествий на воде, при участии в общественно полезном труде и во время спортивных мероприятий. При соблюдении собранных рекомендаций, обеспечиваются необходимые безопасные и оптимальные сочетания режи-



мов труда, организованного отдыха, и безопасного проживания детей в условиях загородного лагеря.

Пособие составлено на основании указаний и рекомендаций МОиН России (письмо от 28.05.2015 № 12-688).

Использована Памятка «Предупреждение опасных и ЧС и действия в случае их возникновения» (МПГУ, 2015. – 24 с.), а также учебные пособия, подготовленные работниками МПГУ, материалы ССО МПГУ и нормативно-правовые акты по теме.

При содействии Международной Академии наук об экологии и безопасности, ассоциированной с департаментом общественной информации ООН и ЭКОСОС.

# 1. Общая характеристика опасных и чс природного, техногенного и социального характера и меры защиты

## 1.1. Основные понятия, используемые в УМК

*Опасность* – явление, процесс, свойства веществ и предметов, способные в причинить ущерб здоровью человека, его имуществу, правам и законным интересам.

*Опасный (травмирующий) фактор* – фактор, воздействие которого может вызвать травму или другое резкое ухудшение здоровья или даже смерть человека.

*Вредный фактор* – это фактор, воздействие которого может привести к ухудшению самочувствия, стойкому снижению работоспособности или заболеванию (в производственных условиях – к профессиональному заболеванию). Могут быть опасные и вредные Ф. и опасные ситуации – природные, бытовые, спортивные, дорожно-транспортные, производственные, военные, информационные, экономические и т. п.

**Безопасность** – защищенное состояние человека (объекта) и его деятельности, при котором исключено или снижено проявление опасностей, реально угрожающих жизни людей, здоровью, имуществу, окружающей среде. Б. диктуется интересами и потребностями человека и общества. Б. – это условие и принцип существования.

**Деятельность** – способ существования человека, основная форма активного отношения и проявления человека в окружающей среде, вытекающая из его интересов и потребностей. Это питание, отдых, учеба, спорт и иная повседневная деятельность. В ДОЛ реализуются всех виды человеческой деятельности и все виды обеспечения их безопасности.

**Здоровье** – естественное состояние организма, характеризующееся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием каких-либо болезненных изменений.

**Авария** – происшествие в технической системе, не сопровождающееся гибелью людей, при этом восстановление технических средств невозможно или экономически нецелесообразно.

**Катастрофа** – происшествие в технической системе, сопровождающееся гибелью или пропажей людей.

**Идентификация опасности** – процесс распознавания опасности, установления её причин, масштабов и последствий. Опасности могут быть закономерными (предсказуемыми), случайными, скрытыми, ожидаемыми. Неожиданными они являются, в основном, для детей и неподготовлен-

ных педагогов. Опытный человек допускает возникновение О. всегда и везде. Опасности хранят все системы, имеющие энергию и активные компоненты, а также неблагоприятные или вредные элементы для жизнедеятельности человека.

**По происхождению и ущербу** О. делятся на социальные, природные, техногенные, антропогенные, экологические, смешанные: физические, химические, биологические, психофизиологические. Но нам от этого не легче.

**Последствия опасностей известны:** физические и психические травмы, смерть, утеря имущества, загрязнение или деградация окружающей среды.

Опасности носят потенциальный характер. Актуализация опасностей происходит при определенных условиях, накоплении опасных факторов и причинах.

**Признаками, определяющими вероятность появления опасности для воспитанника являются:**

отклонение в поведении, бессвязная речь, плохое самочувствие и настроение, температура, слезы, жалобы, возможность нанесения ущерба здоровью; угроза жизни, ухудшение условий нормального функционирования.

**Источники формирования опасных факторов и опасных ситуаций:**

Сам человек, его деятельность, средства труда;

Окружающая среда (люди, техника, природа)

Явления и процессы, возникающие в результате взаимо-

действия человека и окружающей среды.

***Причины опасностей и их последствий*** (известны заранее):

невнимательность,

незнание, необразованность,

недисциплинированность (невыполнение правил и рекомендаций), злой умысел, неосторожность.

## 1.2. Защита от опасностей природной среды

**Правила поведения в условиях жары.** В жару больше находитесь в тени, каждый час пейте 2 стакана прохладной воды и омывайтесь (лицо, руки, шею, одежду). Меньше двигайтесь, не ешьте сладкого, горячего и жирного. Очень полезны минеральная вода и добавление соли в еду. Проведите конкурс на лучшую солнцезащитную шляпу из подручных средств или бумаги. При тепловом ударе используйте мокрые простыни, полотенца (оборачивание). Используйте легкую светлую одежду и солнцезащитный крем. Уменьшите физические нагрузки.

**Наблюдайте за всеми,** кто в зоне риска и требует поддержки. Переход на новый режим дня может быть стрессом для организма, поэтому несколько дней старайтесь не нагружаться, наращивайте физическую активность постепенно. Через 3–5 дней вы адаптируетесь.

**Простуда и ангина.** Выпил в жару молока или воды из холодильника, посидел на сквозняке, сразу заболело горло, скакнула температура. Рекомендуем теплые носки, теплую постель, полоскания, мед, чеснок, стрептоцид размельченный, иные средства по указанию медработника.

**Перегрелся, обгорел до волдырей, схватил солнечный удар.**

Рекомендуем строго контролировать местоположение воспитанников: обязать их носить головные уборы, использовать защитный крем, не играть на солнцепеке.

**Аллергия** может коснуться любого, поскольку аллергенов огромное количество. Все вожатые и воспитатели должны быть начеку, а родители предупредить их заранее.

Не давайте иметь при себе детям лекарств, кроме прописанных. При недомоганиях ребенок должен сообщить педагогу и идти в медпункт. Нельзя терпеть или скрывать проблемы. При аппендиците, язве, отите молчание может кончиться трагедией. Если в лагере нет квалифицированного медработника, сразу звоните родителям и в «скорую помощь».

**Расстройство кишечника. Болезнь «грязных рук».** Она

встречается в лагере намного чаще, чем дома. Летом любая дверная ручка, клавиатура телефона, становятся рассадником патогенных микробов. При возникновении диареи (поноса) многие думают, – «повара отравили». На деле это расстройство от жары, немытых рук, от новой воды и пищи. Если мучается весь лагерь, тогда причина на кухне. А если несколько человек, то можно предполагать реакцию на собственные угощения или на смену обстановки. Посоветуйтесь с врачом, можно даже по телефону 03. Приучайте детей к мытью и протиранию рук после всяких контактов, это крайне необходимо!

**Пищевое отравление.** Опасны в жару всевозможные

колбасы, нарезки, йогурты, творожные сырки, сметана и т. п. Творог безопаснее в виде запеканок и сырников. Молоко – кипятить.

При отравлении вызвать рвоту и промыть желудок. Принять активированный уголь или его заменители (МКЦ). При их отсутствии можно использовать белые сухари, обжаренные в духовке или на сковородке. Сырую воду лучше не пить.

**Спазмы** (судороги в мышцах). Возникают после интенсивной физической активности с потением, потерей жидкостей и соли организма, как болезненные мышечные сокращения в области живота, рук и ног. Рекомендуются покой (прекратить нагрузку), пить больше воды с солью и содой, отвар луковой кожуры. Некоторым помогают легкие растирания, тепло и прикладывание магнита. Если спазм сохраняется более часа, обратиться к врачу.

**Поведение в пожароопасный период в лесных массивах.** Главная опасность в сухую и ветреную погоду – окурки и костры. И для того и другого нужно смелее и решительнее оборудовать специальные защищенные места из камней, песка, глины и металла. Научить всех из группы риска правильно гасить окурки и костры. Это надежнее и сложнее, чем делать вид, что в лагере никто не курит. За всеми не уследишь, поэтому нужно объяснять и показывать. Честность и практические меры борьбы с вредными привычками позволят избежать происшествий.

**Способы тушения огня.** Небольшой огонь в начальной



стадии загорания вокруг костра можно затаптывать, захлестывать ветками, засыпать землей, заливать водой. Можно использовать одеяло или ковер (коврик от авто). Работать лучше в перчатках или рукавицах. Можно их намочить, обмазать грязью, глиной.

**Загорелась одежда на человеке.** Не давайте ему бегать, от этого огонь разгорается и ожог усиливается. Опрокинь пострадавшего на землю (на пол), погаси (сбивай) огонь курткой, водой, землей. Проведите тренировку – условное тушение загоревшейся одежды у костра. Обратите внимание на быстрое применение подручных средств (тапки, грязь, ветки, моча и т. д.).

### **Костровая площадка и правила разведения костров.**

В сухую и жаркую погоду и при ветре костры в поле и в лесу разводить опасно и запрещено. Контролируемый огонь можно разводить только в очагах и мангалах в специальном, ранее прокаленном, огороженном камнями или металлом месте, исключая загорание нижнего слоя корней (подстилки), травы и деревьев. Высота укладки дров в костер не должна превышать 0,5–0,6 м. Категорически запрещается наличие на площадке легковоспламеняющихся средств для разжигания.

Чтобы воспитанники и родители не нарушали этих правил, не привлекались к административной и уголовной ответственности, подготовьте на специально отведенных

участках прилегающей территории (по согласованию с ответственными лицами) небольшие костровища (очаги из камней, мангалы), лавочки, и т. п., как это делается в парках и иных местах отдыха для населения. В интернете немало информации по этим вопросам.

**Санитарная обработка территории лагеря** в целях профилактики клещевого вирусного энцефалита проводится заранее специалистами (санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1.3.2352-OS «Профилактика клещевого вирусного энцефалита» (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 7 марта 2008 г. № 19). Существует несколько вариантов борьбы с клещами, комарами и другими кровососущими насекомыми. Опрыскивания, задымления, применение тряпок-ловушек с запахом пота и животных. Все эти способы описаны в Интернете, в инструкциях и их применение не вызывает особых трудностей при соблюдении техники безопасности. Обязательно проводится ежедневный осмотр детей при наличии клещевой угрозы. При обнаружении пострадавших, направлять их к медработнику для принятия решения о дальнейших мерах, а также для исследования удаленных клещей.

Территория детского оздоровительного лагеря должна содержаться в чистоте. Уборка территории проводится не менее одного раза в сутки. Дети могут участвовать в элементах уборки на добровольной основе.

**Благоустройство территории для купания.** Многие

лагеря, расположены вблизи естественных водоемов и/или имеют бассейны. Территория для купания должна быть удалена от портов, шлюзов, гидроэлектростанций, мест сброса сточных вод, стойбищ, водопоя скота и других источников загрязнения или располагаться выше указанных источников на расстоянии не менее 500 м.

Участок водоема должен быть огражден решетчатой изгородью, доходящей до дна водоема. Очищается дно водоемов, обновляются песчаные пляжи, купальни и подходы к воде. Вдоль участка изгороди, на стороне, противоположной берегу, следует соорудить помост для лиц, наблюдающих за купанием детей.

Весь участок для купания нужно разделить хорошо видимыми буйками. Буйки не должны располагаться далее 12 м от берега.

Места для купания должны быть обеспечены спасательными средствами. На расстоянии трех метров от уреза воды через каждые 25 м выставляются стойки с вывешенными на них спасательными кругами и веревками не менее 10–12 м длиной с поплавком на конце. На пляже должен быть предусмотрен пункт медпомощи.

**Организация купания детей**, особенно в естественных водоемах?

Купание детей разрешается группами не более десяти человек. У каждой группы купающихся должно быть ответственное лицо, назначенное приказом руководителя, а также

педагог по физкультуре, обученный приемам спасения на воде. На территории оборудуется стенд с материалами по профилактике несчастных случаев на воде.

При купании детей предусматривайте границы отрядов и графики, чтобы в воде одновременно было как можно меньше купающихся, и чтобы все они были в поле зрения. Рекомендуем иметь в каждом отряде «группу контроля» с приготовленными средствами спасения. Они должны помогать вожатому следить за каждой головой, чтобы она была над водой, а не под водой. Нарушителей правил купания следует строго наказывать, вплоть до вызова родителей и отчисления.

Руководители и сотрудники лагеря обязаны руководствоваться также и региональными (местными) Правилами, регулирующими использование водных объектов и поведение взрослых и детей на воде. Например, в некоторых регионах требуется разрешение государственной инспекции маломерных судов на использование пляжных территорий (бассейнов).

Купание детей в открытых водоемах рекомендуется проводить в солнечные и безветренные дни, при температуре воздуха не ниже  $+23^{\circ}\text{C}$  и температуре воды не ниже  $+20^{\circ}\text{C}$ . Рекомендуемая продолжительность непрерывного пребывания в воде в первые дни 2–5 минут с постепенным увеличением до 10–15 минут. Купание сразу после приема пищи (менее 30 минут) не рекомендуется. При организации купа-

ния детей присутствие медицинского работника обязательно.

**В ненастную погоду** надо быть осторожным при передвижении по территории, трава и дорожки могут быть скользкими. Не наступать на выступающие корни деревьев и другие деревянные предметы, т. к. они могут быть скользкими.

В дождь окна должны быть закрыты (шаровая молния, падение воды в помещение, на электроприборы, резкий ветер может разбить стекло).

Нельзя находиться вблизи с электролиниями, особенно во время дождя и грозы. Помните, опасной является зона в радиусе 20 м от линий электропередач.

Необходимо предупреждать вожатых отряда о своем месте нахождения.

**Проведение занятий по вопросам безопасного поведения в природной среде.** Вожатым и организаторам детского отдыха планировать регулярное обсуждение вопросов безопасности со своими воспитанниками и проводить с ними интерактивные беседы и тренировки. Разумеется не в форме скучных нравоучений, а в виде обсуждения новостей и актуальной информации, в виде ситуативных игр, театрализованных инсценировок. Детям это нравится.

Воспитанники охотно участвуют в посильных мероприятиях по созданию минерализованных полос (окапывании) при угрозе лесного пожара, в соревнованиях по эвакуации,

оказанию первой помощи, в собирании и сжигании сухой травы и мусора, в отработке способов спасения утопающих, тушения огня и т. п.

Памятки и рекомендации используйте как основу для придумывания игр и сценариев тренировок, для проведения «страшных» разговоров у вечернего костра, театрализованных постановок и КВНов. Привлекайте для их разработки самих воспитанников из числа добровольцев. «Обязаловка» и скука не способствуют усвоению знаний об опасностях и мерах по выживанию.

Поощряйте разумные творческие предложения от «трудных» подростков, советуйтесь с педагогами и специалистами. И всегда обеспечивайте подстраховку, юмор и хорошее настроение. Из любой скучной памятки можно сделать интересную игру и полезный тренинг. Загляните в Интернет, там много описаний подобных полезных мероприятий и творческих находок.

# 1.3. Защита от опасностей техносферы

## Аксиомы БЖД в техносфере

1. Техногенные опасности возникают, когда потоки вещества, энергии, температуры, излучения, информации и т. д. превышают допустимые (безопасные) значения. Пороговые значения устанавливаются из опыта сохранения здоровья человека, имущества и природной среды. Соблюдение границ этих значений (ПДК) создает безопасные условия жизнедеятельности, уменьшает негативное влияние техносферы на нас.

2. Источниками техногенных опасностей являются любые элементы техносферы. Технические неисправности и нарушения режимов использования машин и устройств приводят к травмам и порче имущества, сопровождаются формированием вредных воздействий на человека и природную среду. Они ухудшают здоровье людей, приводят к травмам, материальным потерям и к деградации природной среды.

3. Защита от техногенных опасностей достигается конструктивным совершенствованием источников опасности, увеличением расстояния между источником опасности и объектом защиты, применением защитных ограждений,

экранов и иных мер.

4. Компетентность людей в мире опасностей и способах защиты от них – необходимое условие достижения безопасности жизнедеятельности.

Это достижимо только в результате обучения и приобретения опыта на всех этапах образования и практической деятельности человека.

**Причины техногенных опасностей** обусловлены недостаточным вниманием к проблемам техногенной безопасности, склонностью к риску и пренебрежению опасностью. Во многом это связано с ограниченными знаниями человека об используемых устройствах, приборах и иных технических объектах.

**Безопасность на маршрутах следования к местам отдыха.** При автобусных и иных перевозках тщательно соблюдайте имеющиеся инструкции и указания руководителей. Перед посадкой не следует передать и все должны посетить туалет. Нельзя высовывать руки, голову и одежду в окно, можно получить опасные травмы. По этой же причине не нужно стоять и ходить во время движения. Рекомендуется при долгих поездках ограничиваться конфетами и печеньем, соблюдать ограниченный питьевой режим, чтобы не останавливаться возле каждого кустика. Там грязно и небезопасно. Нельзя трогаться с места, пока не сосчитаны все дети и взрослые (по списку). Даже когда они дружно кричат, что «все на месте». Даже при слабом солнце температура внут-



ри автомобиля быстро поднимается, поэтому в теплые дни НИКОГДА НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ надолго ДЕТЕЙ и животных в МАШИНЕ или АВТОБУСЕ!

## **Обеспечение безопасности при использовании бытовых электроприборов**

При изучении причин возникновения пожаров в электроустановках жилых домов, необходимо заострить внимание на то, что чаще всего пожары возникают в результате коротких замыканий, перегрузок электросети, искрения и нагрева контактных соединений. Много пожаров возникает при нарушении правил использования бытовых электронагревательных приборов (утюги, чайники, электроплиты и т. д.).

При использовании электрического утюга надо помнить, что его рабочая поверхность нагревается до  $300\text{ }^{\circ}\text{C}$  и ставить его на гладильную доску (стол) без огнеупорной подставки недопустимо. Часто силовой шнур утюга повреждается в месте соединения с утюгом, здесь он подвергается тепловому воздействию от нагретого корпуса и механическом нагружении при глажении. Изоляция шнура пересыхает и растрескивается, что создаёт предпосылки для короткого замыкания.

Лампа накаливания так же несёт в себе элементы пожарной опасности. Её колба (наружная поверхность) при горении нагревается до высокой температуры ( $250\text{--}300\text{ }^{\circ}\text{C}$ ), и контакт лампы с горючими материалами может вызвать возгорание.

В электросетях и электроустановках в местах контактов

между токоведущими частями («скрутки» проводов) возникают так называемые «переходные сопротивления». В местах такого соединения происходит местный нагрев токоведущих частей, который может привести к загоранию изоляции и далее к пожару.

Многие, несмотря на запрет, устанавливают для отопления комнат самодельные электронагревательные приборы кустарного производства, не думая, о том, что это может привести к пожару.

Нередко можно наблюдать, что электрические провода оттягивают с помощью веревок, завязывают провода узлами, подвешивают на проводах люстры. При этом повреждается изоляция проводов, и создаются условия для коротких замыканий.

В некоторых зданиях электрощиты не закрывают, свободный доступ к электрощитам посторонних лиц может закончиться печально.

Так же пожар может возникнуть от неправильных действий при ремонте электросетей или электрооборудования. Помните: ремонт электрооборудования должен выполнять специалист.

**Системы оповещения о пожаре.** В образовательной организации и детском лагере должны быть спроектированы и созданы системы оповещения о пожаре и план эвакуации, в соответствии с Приказом МЧС РФ от 20 июня 2003 г. № 323 «Об утверждении норм пожарной безопасности «Про-

ектирование систем оповещения людей о пожаре в зданиях и сооружениях» (НПБ 104-03)». Система оповещения и управления эвакуацией (СОУЭ).

### **Меры пожарной безопасности при использовании электротехнических устройств**

1. Необходимо следить за исправностью электропроводки, электрических приборов и аппаратуры, а так же целостностью и исправностью розеток, вилок и электрошнуров.

2. Запрещается эксплуатировать электропроводку с нарушенной изоляцией.

3. Запрещается завязывать электрические провода в узлы, соединять их скруткой, клеивать обоями и закрывать элементами сгораемой отделки.

4. Запрещается одновременно включать в электросеть несколько потребителей тока (ламп, плиток, утюгов и т. п.), особенно в одну и ту же розетку с помощью тройника, так как возможна перегрузка электропроводки и замыкание.

5. Запрещается закреплять провода на газовых и водопроводных трубах, на батареях отопительной системы.

6. Запрещается соприкосновение электропроводов с телефонными и радиотрансляционными проводами, радио – и телевизионными антеннами, ветками деревьев и кровлями строений.

7. Удлинитель предназначен для кратковременного подключения бытовой техники; после использования их следует отключать от розетки.

8. Нельзя прокладывать кабель удлинителя под коврами, через дверные пороги.

9. Необходимо пользоваться только сертифицированной электрофурнитурой.

10. Запрещается применение самодельных электропредохранителей («жучки»).

11. Необходимо помнить, что предохранители защищают от коротких замыканий, но не от пожара из-за плохих контактов электрических проводов.

12. Признаки неисправности электропроводки:

- горячие электрические вилки или розетки;
- сильный нагрев электропровода во время работы электротехники;
- звук потрескивания в розетках;
- искрение;
- запах горящей резины, пластмассы;
- следы копоти на вилках и розетках;
- потемнение оплеток электропроводов;
- уменьшение освещения в комнате при включении того или иного электроприбора.

13. Необходимо запрещать детям дотрагиваться руками или острыми предметами до электропроводки, розетки, удлинителя, электрошнура, а так же включать электроприборы, электротехнику в отсутствии взрослых.

14. Электрические розетки целесообразно оборудовать заглушками.

15. Нагревательные приборы до их включения должны быть установлены на подставки из негорючих материалов.

16. Запрещается оставлять включенные приборы без присмотра, особенно высокотемпературные нагревательные приборы – электрочайники, кипяtilьники, паяльники и электроплитки.

17. Запрещается пользоваться электроприборами с открытыми спиралями во взрывоопасных зонах, например, в местах хранения и использования бензина, препаратов в аэрозольных упаковках.

18. Необходимо следить, чтобы горючие предметы интерьера (шторы, ковры, пластмассовые плафоны, деревянные детали мебели и др.) ни при каких условиях не касались нагретых поверхностей электроприборов.

19. Запрещается накрывать электролампы и светильники бумагой, тканью и другим горючими материалами.

20. Запрещается оставлять на ночь включенный электрообогреватель, рядом с постелью, другими горючими предметами.

*При загорании электробытовых приборов действуйте таким же образом.*

**Помните! Нельзя тушить водой горящие электрические устройства, подключенные в электрическую сеть.**

**Пожар** (в т. ч. после взрыва). Сообщите о пожаре по телефону 01 (112,03, 02) а также соседям.

Немедленно покиньте помещение или задымленную территорию. Не иди по направлению ветра и дыма, а поперек. При выходе через задымленный участок, коридор, укройся мокрым одеялом, одеждой, дыши через намоченную ткань, шарф, полотенце. Двигайся, пригнувшись или ползком, внизу дыма меньше. При возможности отключи газ, электроэнергию, закрой окна и двери.

Не звони из задымленного задымления, выберись в безопасное место. Не трать времени на поиски документов и денег, если опасность близка. Быстрее уходи.

Не возвращайся в опасное место. Горящую дверь не открывай. Не пользуйся лифтом. При ожогах не трогай их и не смазывай ничем. Каждая потерянная секунда может стоить тебе жизни.

**Если эвакуация затруднена.** Невозможно выйти из помещения (2–4 этажа). Вернись и плотно закрой окна, входную дверь. Заделай щели и вентиляционное отверстие мокрыми тряпками. Подавай сигналы спасателям через окно фонариком, зажигалкой, куском светлой ткани. При задымлении или повышении температуры в помещении, выйди на балкон и закрой за собой дверь. Зови на помощь.

Если этаж невысокий и принято решение прыгать, то предварительно следует сбросить вниз матрасы, подушки, одеяла, одежду, чтобы смягчить приземление. Связав 3–4 простыни, можно существенно уменьшить высоту прыжка.

**Использование огнетушителя химического пенного**

(ОХП-10).

Каждый огнетушитель имеет инструкцию. Заранее ознакомься с ней.

Прочистить отверстие spryska шпилькой, скрепкой, иголкой.

Поднеси огнетушитель к огню. Подними рукоятку до от-каза.

Встряхни и направь струю на очаг загорания.

Запомни. Огнетушителями типа ОХП нельзя тушить электроприборы и электропроводку под напряжением. Жид-кая пена является проводником тока.

**Использование огнетушителя углекислотного (ОУ-2, ОУ-5).** Цифры означают количество литров. Одень перчатки. Сорви пломбу, выдерни чеку. Направь раструб на пламя. Нажми слегка на рычаг и сразу отпусти его, чтобы по-нять дальность и силу струи. Одного огнетушителя хватает на 15–20 секунд. При пользовании углекислотным огнету-шителем следует держать его строго вертикально, не перево-рачивая на бок и головкой вниз. Нельзя прикасаться рука-ми к раструбу, они примерзнут вместе с кожей. Температура минус 70 градусов.

При тушении электропроводов и электроприборов под напряжением не подводи раструб ближе, чем на метр.

# Техника безопасности детей в быту

Исправность мебели, выключателей, наличие света и исправность электроприборов должны быть проверены вожатым при заселении в комнаты совместно с детьми.

Запрещается самостоятельно подключаться к электроисточникам, вскрывать крышки электророзеток и выключателей, использовать электробытовые приборы.

Запрещается производить любой ремонт электросети и электробытовых приборов.

Помещения для проживания используются исключительно для сна и отдыха. Необходимо максимально использовать возможность пребывания на свежем воздухе. Помещения должны быть хорошо проветренными.

В тумбочке должны находиться только письменные принадлежности, книги, мелкие игрушки и предметы личной гигиены (исключить хранение продуктов питания, носков, влажных предметов, обуви).

По лестнице необходимо спускаться осторожно, смотря под ноги. Запрещается бежать по лестнице и съезжать по перилам, обгонять, играть на лестнице, толкаться, свисать на ограждениях.

При плохом самочувствии необходимо обращаться в медпункт к врачам. Самолечение может привести к осложнениям и тяжелым последствиям.



*Категорически запрещается открывать противомоскитные сетки.*

## **Безопасность детей при их участии в общественно-полезном труде**

1. Необходимо начинать работу только после получения под роспись инструктажа по ТБ и охране труда, затем необходимо познакомиться с объектом работы, получить инвентарь и проверить его исправность.
2. Не разрешается заниматься переноской тяжести девочкам, если вес перемещающего груза свыше 5 кг; мальчикам, если вес более 10 кг.
3. Категорически запрещается заниматься переноской кипятка, горячих блюд в котлах и ведрах.
4. Нельзя работать с ядохимикатами, нитролаками и нитрокрасками, с электроприборами и на механизмах.
5. Воздерживайтесь от работы при недомогании, даже легком.
6. Нельзя переносить грабли, лопаты, метла на плечах.
7. Помните, что носилки необходимо поднимать и опускать на землю одновременно вдвоем.
8. Лицам, младше 18 лет, запрещается работать на любой высоте, мыть стекла и рамы, навешивать шторы.
9. При ссадинах, мозолях, ранах необходимо поврежденное место промыть с мылом и обратиться к врачу.

10. Контроль за организацией общественно-полезного труда детей осуществляют вожатые, хозяйственный работник.

## **Проведение занятий по вопросам безопасного поведения в техносфере**

Вожатым рекомендуем планировать регулярное обсуждение вопросов безопасности проводить интерактивные беседы.

Воспитанники охотно участвуют в подготовке презентаций, демонстрации приемов тушения возгораний и эвакуации. Привлекайте для их разработки самих воспитанников из числа добровольцев. Поощряйте разумные творческие предложения, обеспечивайте подстраховку, юмор и хорошее настроение. Из любой скучной Инструкции к утюгу или телевизору можно сделать интересную игру и полезный тренинг.

## 1.4. Защита от опасностей социального характера

*Социальными* называются опасности в социальной среде (в семье, группе, коллективе, обществе) и угрожающие жизни и здоровью людей. Их больше всего в ДОЛ.

В основном порождаются социально-экономическими процессами, протекающими в обществе. Главная предпосылка их появления – несовершенство человеческой природы и отсутствие адекватной правовой системы предупреждения и защиты от них.

Различают следующие опасные ситуации социального характера среди подростков:

- связанные с психическим воздействием на человека (шантаж, мошенничество, воровство и др.);
- связанные с физическим насилием (разбой, бандитизм, террор, изнасилование, заложничество);
- связанные с употреблением веществ, разрушающих организм человека (наркомания, алкоголизм, курение);
- связанные с болезнями (СПИД, венерические заболевания, алкоголизм и др.);
- опасности суицидов.

**Признаки, указывающие на возможность взрыва:**

- поступившая информация (прямая угроза);

– подозрительный, бесхозный сверток или предмет на остановке, в салоне транспорта, подъезде, квартире, под лестницей и т. п.;

– натянутая проволока, шнур; провода, изолирующая лента, их обрывки;

– чужая; подозрительная автомашина;

– оставленные сумка, портфель, коробка, сверток, канистра.

Заметив взрывоопасный (самодельное взрывное устройство, гранату, снаряд и т. п.) или подозрительный предмет, не подходи близко, немедленно сообщи о находке в милицию, не позволяй прикасаться к нему и не пытайся самостоятельно обезвредить

Обращай внимание на новые предметы, изменения обстановки, свежие ямы, следы ремонта. В качестве маскировки для взрывных устройств используются обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т. п.

### **Обнаружив подозрительный предмет необходимо:**

– не трогать, не вскрывать, не перекладывать находку;

– отойти на безопасное расстояние;

– сообщить о находке водителю, сотруднику полиции, водителю, машинисту поезда.

Заходя в дом, в магазин, всегда обращай внимание на бесхозные предметы. Не трогай их! Сообщи о них старшим.

**При угрозе взрыва в помещении** открой окна и две-

ри. Если брошена граната и взрыв неизбежен, быстро ложись и прикрой голову руками. Тогда воздействие ударное волны уменьшается в 5 раз. Наиболее тяжелые поражения при взрыве получают люди, находящиеся вне укрытий в положении стоя. Если есть возможность, ложись в месте соединения несущих конструкций (пола и стены).

Не паникуй, будь в дверных проемах внимательным. Опасайся растяжек, падения штукатурки, арматуры, строительных конструкций, шкафов, полок. Держись подальше от окон, зеркал, светильников.

За ложный звонок по телефону или ложное сообщение о готовящемся террористическом акте. Статья 207 Уголовного Кодекса РФ предусматривает наказание: Штраф за несовершенного оплачивают родители!!!

**При угрозе взрыва на улице.** Отбеги подальше в сторону, спрячься за угол, выступ здания. Если такой возможности нет, выбеги на середину улицы, площади, двора – подальше от зданий, киосков, деревьев, столбов и линий электропередачи.

**Действия после взрыва.** Осмотрись. Окажи помощь пострадавшим. В случае эвакуации возьми документы и предметы первой необходимости. Продвигайся осторожно, не трогай поврежденные конструкции и оголившиеся провода. Действуй в соответствии с указаниями спасателей, сотрудников полиции.

**Незнакомый (посторонний) человек.** Посторонний –

это человек, которого ты не знаешь, даже если он и говорит, что знает тебя или твоих родителей. Если человек тебе не знаком и под разными предлогами задает вопросы – сообщи старшим.

К посторонним людям на территории лагеря относятся также родители и иные родственники детей (согласно правилам внутреннего распорядка большинства детских лагерей нахождение родителей на территории запрещено).

## **2. Система обеспечения комплексной безопасности в детском лагере**

*Система безопасности детского лагеря* – это комплекс правовых, организационно-технических, санитарно-медицинских и педагогических средств, а также мероприятий, осуществляемых персоналом детского лагеря, муниципальными органами управления организацией детского отдыха во взаимодействии с органами власти, правоохранительными и иными структурами с целью обеспечения безопасности и готовности в случае возникновения опасной или чрезвычайных ситуаций.

## **2.1. Правовое регулирование обеспечения безопасности детского отдыха**

### **Организационный период**

Ответственным периодом в охране жизни и здоровья детей, предотвращение несчастных случаев и травматизма является организационный период в отрядах, который совпадает с периодом акклиматизации и психологической адаптации. В этот период времени вожатый обязан:

- обеспечить полную организованность и порядок в отряде;
- уделять особое внимание организации детского коллектива;
- не выпускать из своего поля зрения ни одного ребенка;
- обеспечить все меры безопасности детей;
- создавать и поддерживать здоровый морально-психологический климат.

Медицинские работники обязаны сдать в письменном виде результаты медицинского осмотра, рекомендации по физической нагрузке каждого ребенка. Провести специальное собеседование со всеми отрядными вожатыми по определе-



нию физической нагрузки и назначению лечебных процедур.

В период акклиматизации (3 дня) запрещается длительный выход отрядов за территорию ДОЛ. На эти дни всем детям, по возможности, устанавливается щадящий режим (запрещается проводить спортивные соревнования, купание, всевозможные конкурсы, которые резко усиливают физическую нагрузку).

В первый же день заезда вожатый должен иметь у себя один экземпляр уточненного списка детей (ФИО ребенка, дом. адрес, ФИО родителей, тел.).

## **Персональная ответственность**

Старший педагог несет персональную и единоличную ответственность за организацию, ознакомление под роспись и обеспечение неуклонного выполнения «Требований по охране жизни и здоровья детей» старшим вожатым и отрядными вожатыми.

Старший педагог, старший вожатый данные правила доводят до сведения всех отрядных вожатых под роспись и проводят работу по их выполнению.

Директор допускает к работе с детьми только тех вожатых, которые сдали зачет по знанию «Требований по охране жизни и здоровья детей» и ставит вопрос об освобождении от работы работников, нарушающих или не выполняющих настоящие требования.

Контроль за исполнением всеми работниками «Требований по охране жизни и здоровья детей» остается за директором.

**Все туристические походы планируются** на смену и утверждаются специальным приказом директора лагеря. С приказом отрядные вожатые, физрук и все сопровождающие знакомятся под роспись.

До выхода в поход физрук проводит инструктаж в отрядах по правилам поведения в походе: о прохождении колонной в лесу, о вредных насекомых, ядовитых грибах, ягодах, змеях, о первой медицинской помощи (медработник), об организации сборов в поход, объявляют маршрут. В журнале делается пометка о проведении инструктажа с подписью вожатых. Физрук проводит практическое занятие: по укладке рюкзака, установке палатки, по определению места нахождения лагеря и ориентирования на местности, по правилам разведения костра.

Отряд может отправляться в поход только после прохождения медицинского осмотра каждым ребенком, соответствующего инструктажа, ознакомления с приказом, утверждение маршрутного листа директором лагеря.

В туристическом походе отряд должен строго придерживаться маршрута, не допуская никакого отклонения. После привала вожатый разрешает продолжать движение по маршруту только после проверки наличия детей. Во время привалов он обязан следить за тем, чтобы ребята не удалялись от

места стоянки далее 100 метров. Место стоянки лагеря выбирается с учетом возможности подъезда на автомобиле.

При несчастном случае персонал, сопровождающий детей в походе, обязан немедленно оказать первую медицинскую помощь, принять меры по доставке пострадавшего в лагерь.

В поход отправляются отряды в сопровождении взрослых из расчета: 2 взрослых на 15 человек детей. В случае выхода в поход нескольких отрядов выделяется медицинский работник.

Не разрешается в походе пить воду из непроверенных источников. При организации купания в походе необходимо проверить место купания. Оно должно быть пологим, ровным, с твердым грунтом и чистым дном. Одновременно в воде должно быть не более 5 человек.

## **Безопасность при участии в спортивных мероприятиях**

1. В соревнованиях любого уровня разрешается принимать участие спортсменам, допущенным врачом к основной спортивной группе, при хорошем самочувствии.

2. Перед соревнованиями и спортивными играми необходимо проверить свою спортивную одежду, обувь, а также исправность спортивного снаряжения.

3. Запрещается заниматься спортивными играми на приспособленных площадках с неисправным снаряжением.

4. При несчастном случае находящиеся рядом взрослые оказывают первую доврачебную помощь пострадавшему. При отсутствии взрослых на месте происшествия один человек находится с пострадавшим, другой – отправляется за помощью.

5. Необходимо избегать скученности в местах непосредственного проведения спортивных мероприятий, это затрудняет их проведение (особенно в местах старта и финиша).

6. Необходимо помнить, что нагрузки должны быть посильными. *Здоровье – это непреходящая ценность, потеряв один раз, – не вернешь.*

7. Вожатые, физрук могут и должны отказаться от участия детей в соревнованиях, если организаторы не обеспечили их проведение безопасными условиями (неисправный спортивный инвентарь, оборудование, площадки и т. д.).

8. **Запрещается** участвовать в спортивных состязаниях при физическом недомогании.

## **Проведение походов, прогулок и экскурсий**

**Организация экскурсий** по достопримечательностям мест, где находится лагерь, также требует выполнения четких и понятных каждому ребенку правил. Первое, что они должны понимать – это то, что необходимо всегда держатся группой и видеть вожатого. Это не значит, что ребята долж-

ны передвигаться строевым шагом, но и не значит, что они могут разбежаться в разные стороны. Как правило, при пешеходных экскурсиях группу детей сопровождает несколько вожатых. Один ведет группу, другой замыкает. Еще один может находиться в центре группы. Перед каждой экскурсией дети должны получать четкие инструкции, что делать, если по каким-то причинам ребенок отстал от группы.

При организации туристических походов, культпоходов, прогулок и экспедиций руководители и отрядные вожатые должны помнить, что на всех взрослых в равной степени лежит ответственность за выполнение инструкций по охране жизни и здоровья всех детей – участников похода. Если в походе дети разного возрастного уровня, это надо использовать в педагогических целях. Забота о младших имеет большое воспитательное значение для педагога и интерес и удовлетворение о серьезном поручении, дающем почувствовать себя старше, – для подростков.

## **2.2. Основные санитарно-эпидемиологические и медицинские требования, предъявляемые к вожатому детского лагеря**

### **Инструкция по санитарному состоянию (для вожатых)**

При работе на отряде обратите внимание на следующее.

1. Правильную и аккуратную заправку кроватей, при этом необходимо стряхивать песок с белья.
2. Лицевое полотенце, сложенное вдвое, вешается на головной конец кровати, полотенце для ног вешается на ножной спинке кровати.
3. В тумбочке удобно хранить:
  - туалетные принадлежности, книги, тетради, ручки, бумагу;
  - хранить в тумбочке продукты, мокрые вещи строго запрещается.
4. Для хранения одежды в каждой комнате есть шкафы
5. Не забудьте о режиме проветривания в течение дня.
6. Ежедневный обход проводится в присутствии вожатого,

медицинского работника и хозяйственного работника в 10–00 и в 16–30. результаты доводятся до сведения отрядов.

Для того, чтобы с первого дня приучить ребят к выполнению этих требований, необходимо использовать оргпериод.

*Вожаемые! Напоминайте ребятам, что комнаты служат, преимущественно, только для сна!*

## **Требования санитарных обходов**

Санитарные обходы проводятся два раза в день вместе с медицинским работником и представителем хозяйственной службы. Оцениваются:

1. Уборка комнат и отрядные места.
2. Порядок в шкафах и тумбочках
3. Аккуратность заправленных кроватей.

В тумбочках не разрешается хранить скоропортящиеся продукты, любые колбасно-молочные изделия. В тумбочках хранятся письменные принадлежности, предметы личной гигиены, книги и т. д.

В шкафу разрешается хранить необходимую одежду.

Запрещается хранить в комнатах: электроприборы и сырые вещи на окнах, спинках кроватей.

Отвечает за выполнение этих требований отрядный вожакий.

# **Требования к организации питания и продуктам**

Питание обучающихся и воспитанников организуется в столовой учреждения (организации), в которой(ой) открыта смена лагеря, или, по согласованию с территориальными центрами госсанэпиднадзора, на договорных началах в ближайших объектах общественного питания.

Питание обучающихся и воспитанников во время проведения смены профильного лагеря может быть организовано в полевых условиях, если это предусмотрено программой деятельности смены лагеря.

## **В столовой:**

Во время еды запрещается разговаривать.

Пережевывать пищу надо спокойно.

В столовой на полу могут быть жирные пятна: будьте внимательны, не бегайте и не толкайтесь.

## **Соблюдение правил безопасности в столовой**

1. Категорически запрещается допускать детей к работе на механической хлеборезке, картофелечистке, посудомоечных машинах или других механических аппаратах и меха-



низмах, работающих под напряжением или высоким давлением.

2. Категорически запрещается привлекать детей к переноске кипятка, горячих блюд в котлах и ведрах.

3. Самообслуживание детей проводится только в обеденном зале.

4. Пребывание детей в варочном цеху, разделочных и посудомоечной запрещается.

## **2.3. Иные элементы системы безопасности в детском лагере**

### **Организация постоянного взаимодействия персонала с органами исполнительной власти (правоохранительными, контролирующими и другими специальными службами)**

Заключается во взаимном информировании, согласовании совместных действий и массовых мероприятий. Желательно, познакомиться с сотрудниками ближайших органов, их фамилиями и телефонами. Телефоны служб спасения должны быть вывешены при входе в каждом отдельно стоящем здании и быть на столе у дежурного.

Кому и как сообщать о признаках ЧС. Проведите соревнование, кто быстрее адресно и четко доложит о признаках загорания или обнаружении пострадавшего по условному телефону. Схема сообщения: «Товарищ дежурный. Говорит Виктор Петров из лагеря отдыха «Луч». Наш адрес сообщаяю. Суть происшествия (горит сарай, лес, обнаружен

пострадавший). Признаки и место обнаружения. Как к нам проехать. Какие посоветуете принять меры. Нужно ли Вас встречать?».

Заслушайте сообщения от самых молчаливых. Оценивается четкость и внятное произношение.

## **Безопасность вне территории лагеря**

**Организация экскурсий по достопримечательностям** вне лагеря, требует выполнения четких и понятных каждому ребенку правил. Первое, что они должны понимать – это то, что необходимо всегда держатся группой и видеть вожатого. Это не значит, что ребята должны передвигаться строевым шагом, но и не значит, что они могут разбежаться в разные стороны. Как правило, при пеших экскурсиях группу детей сопровождает несколько вожатых. Один ведет группу, другой замыкает. Еще один может находиться в центре группы. Перед каждой экскурсией дети должны получать четкие инструкции, что делать, если по каким-то причинам ребенок отстал от группы.

### 3. Памятка по оказанию первой доврачебной помощи

1) Осмотреть ребенка и вызвать врача.

В случае необходимости оказания медицинской помощи нужно помнить о том, что квалифицированную помощь может оказать только врач. Если ребёнок заболел. С любыми жалобами на здоровье сразу обращайтесь в медпункт. Не стесняйтесь беспокоить врачей.

Главный принцип оказания медицинской помощи – квалифицировано.

Не давайте детям никаких лекарств без крайней необходимости! Все приемы лекарства только через медпункт или по согласованию с врачом.

**Только в экстренных случаях вы должны оказать первую помощь**, но по возможности при этом быстрее передать больного в руки врача.

Основные рекомендации к поведению в экстренных случаях

- Не проявлять собственный испуг и нервозность;
- Не делать суетливых движений;
- Не говорить громче и тише, чем обычно;
- Не молчать;
- Наладить с пострадавшим тактильный контакт (погла-

дить, взять за руку). Успокоить детей, окружающих;

- Без крайней необходимости не пытаться оказать врачебную помощь;

2) Оказать первую доврачебную помощь в соответствии с ситуацией.

**ТРАВМА** – это повреждение органа или ткани в результате внешнего воздействия. Травмы бывают:

- механические (ушибы, раны, вывихи, растяжения, переломы);

- химические (ожоги кислотами и щелочами);

- психические (испуг, трагическое известие);

- электротравмы (удар электрическим током, попадание молнии)

- термические (ожоги, обморожения).

Остановимся подробнее на механических травмах:

**УШИБЫ** – внутреннее повреждение тканей организма встречаются повседневно.

Результат: синяк, шишка – подкожное кровоизлияние.

В легких случаях – приложить к ушибленному месту холодный предмет (лёд, снег). В тяжелых случаях – немедленно обратиться к врачу.

Переломы, вывихи – определяются по изменению формы сустава и по изменению конечности. Доврачебная помощь – создание полного покоя поврежденной конечности. Для этого используется шина (палка, фанера, картон, книга, здоровая нога, туловище и т. д.)

**РАНЫ** – в отличие от ушибов – открытые повреждения мягких тканей. В зависимости от характера ранящего предмета различают:

- Резаные;
- Колотые;
- Рубленные;
- Рваные;
- Огнестрельные;
- Укушенные раны.

Они могут быть поверхностными и глубокими.

Первая помощь: очистить рану, промыв ее перекисью водорода или чистой водой, смазать края раны антисептическим средством, закрыть поверхность раны тканью или бактерицидным пластырем. Перевязать. Сами раны не мазать йодом (или зеленкой) иначе можно сжечь мягкие ткани. Как правило, раны сопровождаются кровотечением.

**КРОВОТЕЧЕНИЕ** – это потеря крови в результате нарушения целостности сосудов. Классификация кровотечений различают: артериальное, венозное и капиллярное кровотечение.

# Повреждение кожных покровов

1. *Капиллярные кровотечения.* Санировать рану, то есть, обработать йодом, зеленкой, перекисью водорода, марганцовкой. Сверху наложить пластырь.

2. *Венозные кровотечения.* Прижать чистой тканью. Санировать.

3. *Артериальные кровотечения.* Сложная помощь. Накладываем жгут или используем кольцевое прижатие. Жгут – это любая полоска ткани маленького диаметра. Жгут накладывается выше раны. Как можно ближе к ней, сверху. Под жгут положить ткань, и, идеально – положить бумажку со временем наложения жгута. Жгут накладывается: На верхние конечности – летом на 1.5 часа, зимой – на 45 минут. На нижние конечности – летом на 2 часа, зимой на 1–1.5 часа. Внимательно следить за временем наложения – возможен некроз ткани!!! Жгут можно распускать каждые 10–15 минут, при этом используя кольцевое прижатие до 5 минут. Нахождение точки адекватного прижатия – бесполезно давить впустую, лучше найти место, где артерия расположена ближе к коже.

4. *Кровотечения сосудов головы.* Берем бинт (жгут) и обматываем над ушами, затягиваем.

5. *Внутренние кровотечения.* Сложно распознать – у ребенка нет наружных травм. В любой ситуации, когда возмож-

но внутреннее кровотечение, показать ребенка врачу. Симптомы: бледность, вялость, слабость, холодный пот, учащенное дыхание, потеря сознания, остановка дыхания, остановка сердца.

6. *Кровотечения из носа.* Не затыкать носовые отверстия кусочками ваты или бинта. Не запрокидывать голову, лишь слегка приподнять. На переносицу положить что-либо холодное. Не лить перекись – сожжете слизистую.

7. *Кровотечения из сонной артерии.* С поврежденной стороны шеи наложить жгут, используя протектор с другой. Рука через голову – лучший протектор, также можно использовать плотно сложенную ткань.

Если у ребенка что-то торчит из тела – палка, кусок стекла и т. д. – НЕ ТРОГАТЬ!!! Обложить тканью, следить за функцией дыхания.



# Реанимационные мероприятия (Алгоритм проведения)

1. *Проверить, в сознании ли пациент, реагирует ли на внешние раздражители.* Если ребенок без сознания, то проверить дыхание (зеркало, травинка, нитка у носа).

2. *Проверить пульс.* Три пальца к точке пульсации на запястье. Если нет пульса на лучевой артерии, то ищем его на сонной.

3. *Слушаем сердце.* Если сердце не бьется, то начинаем замещать функции сердечной мышцы.

4. *Не проводить непрямой массаж сердца, если есть пульс на сонной артерии.*

5. *Если ребенок не дышит, и сердце не бьется, то начинаем замещать и дыхание, и кровообращение.* Лежащему на спине пострадавшему разогнуть спину, положить валик, выдвинуть нижнюю челюсть вперед и вверх, открыть рот, зажать нос. Очистить ротовую полость от инородных предметов. 2 выдоха по 1.5–2 секунды. Непрямой массаж сердца: короткий удар, два медленных выдоха, два надавливания. Либо одному – 2 выдоха к 15 надавливаниям, либо вдвоем – 1 выдох к 5 надавливаниям.

Через 4 цикла определяется пульс. 2 надавливания в секунду.

Если ребенок поперхнулся, то нельзя хлопать по спине,

надо перевернуть и потрясти. Можно подойти сзади, обхватить руками и надавить. Или положить на бок и надавить.

# **Помощь утопающему**

Вытащить ребенка из воды. Опорожнить желудок и легкие от воды: положить на колено, на бок и надавить. Если нет дыхания – делать искусственное дыхание.

# Электротравмы

Нужно заставить ребенка отпустить провод. Перенести в сухое место. Ослабить одежду. Следить за самочувствием пострадавшего.

# Солнечный или тепловой удар

Перегрев. Вялость. Бледность. Необходимо перенести пострадавшего в прохладное место, снять одежду, уложить, приподнять голову. Проводят охлаждение тела, головы, прикладывая компрессы с холодной водой или обливая холодной водой. Пострадавшему дают понюхать нашатырный спирт, внутрь – успокаивающие и сердечные капли (капли Зеленина, валерианы, корвалол). Больному дают обильное прохладное питье. При остановке дыхательной и сердечной деятельности необходимо немедленно освободить верхние дыхательные пути от рвотных масс и начать искусственное дыхание и массаж сердца до появления первых дыхательных движений и сердечной деятельности (определяют по пульсу).

# Укусы животных, змей, насекомых

1. *Первая помощь при укусе змеи*: Тугое бинтование выше места укуса, иммобилизация (шина), холод, обильное питье. Если стало плохо – вызываем рвоту. Обязательно к врачу! Не надо отсасывать, прижигать, накладывать жгут.

2. *Первая помощь при укусе клеща*: намазать маслом, жирной мазью, кремом. Пинцетом, ниткой или пальцем выкручивать, если головка все-таки оторвалась, то извлекать ее как занозу, и дезинфицировать место укуса. Показать врачу.

3. *Первая помощь при укусе собаки и других зверей*. Они могут болеть, потому надо найти их хозяина – выяснить про прививки. Место укуса обработать как рану. Показать врачу, даже если небольшой укус, и рассказать, кто укусил. Чего не делать? – Не надо отсасывать, прижигать, накладывать жгут. Что делать? – Доставить пострадавшего к врачу как можно быстрее. При невозможности передвигаться самостоятельно – вызвать скорую. Последствия укуса ядовитого животного – это отравление организма. Признаки и симптомы:

- ✓ Тошнота, рвота
- ✓ Холодный пот
- ✓ Озноб
- ✓ Судороги
- ✓ Внезапная вялость
- ✓ Сонливость

✓ боль в месте укуса

При подготовке использованы материалы <https://summercamp.ru>