



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ ГСШ № 3

О.В. Зимарина

«10» апреля 2020 года

ПАМЯТКА

для обучающихся МБОУ ГСШ № 3 по обеспечению безопасного нахождения дома в период самоизоляции

В период самоизоляции следует сохранить и поддерживать для себя привычный распорядок и ритм дня (время сна и бодрствования, время начала уроков, их продолжительность, «переменки» и пр.). Резкие изменения режима дня могут привести к излишнему напряжению и стрессу.

Необходимо разобраться в рекомендациях, которые вы получаете от учреждения по организации дистанционного обучения. Ориентируйтесь только на официальную информацию, которую вы получаете от классного руководителя и администрации школы.

Предусмотрите периоды своей самостоятельной активности, не забывайте помогать своим близким и родным по дому. Главная идея состоит в том, что пребывание дома — не «наказание», а ресурс для освоения новых навыков, получения знаний, для новых интересных дел.

Находясь дома, можно продолжать общаться с классом, друзьями (звонки, ВК, групповые чаты), принимать участие в дистанционных конкурсах и акциях.

Нельзя открывать дверь незнакомым людям. Не стоит забывать элементарные правила поведения во время пребывания в доме и во время пожара.

Меры безопасного поведения в комнате, где открыты окна

- Помни: москитные сетки только создают иллюзию безопасности, если упираться на неё, то можно выпасть из окна вместе с сеткой, которая не рассчитана на вес даже годовалого ребенка.
- Помни, что открытые окна предоставляют опасность из-за возможного падения.

Правила пожарной безопасности и обращения с электроприборами дома

Запрещается:

- Играть с легко воспламеняющимися предметами и жидкостями (спички, зажигалки, аэрозоли и т.д.).
- Небрежно, беспечно обращаться с огнём.
- Поворачивать вентили газовой плиты и колонки.
- Оставлять открытыми двери печей, каминов (при наличии).
- Оставлять без присмотра топящиеся печи.
- Включать в одну розетку большое количество приборов потребителей тока.
- Использовать неисправную аппаратуру и приборы.
- Пользоваться повреждёнными розетками.
- Пользоваться электрическими утюгами, плитками, чайниками без подставок из несгораемых материалов.
- Пользоваться электрошнурами и проводами с нарушенной изоляцией.
- Осторожно обращаться с режущими и колющими предметами (ножами, ножницами, иголками и т.д.).
- Самим чинить и разбирать электроприборы.

Разрешается:

- Защищать дом от пожара.
- Следить за газовыми и электрическими приборами.
- В случае возникновения пожара вызвать пожарную охрану по телефонам 01, 010, 089, 112.
- Использовать все имеющиеся средства для тушения пожара.
- Подавать сигналы тревоги.
- Встречать пожарных и сообщать им об очаге пожара.
- Знать план эвакуации на случай пожара.
- Кричать и звать на помощь взрослых.
- Двигаться ползком или пригнувшись, если помещение сильно задымлено.