

Минутка безопасности «Я и электроприборы»

Дорогие ребята!

Жизнь, какой бы сложной она не была, прекрасна. Недаром мы все так дорожим ею. К сожалению, никто не застрахован от попадания в чрезвычайную ситуацию. Часто в таких случаях минуты или даже секунды решают все. Поэтому мы все должны быть готовы защитить себя, своих близких, свой дом и имущество. Уметь предвидеть опасность, быть предельно внимательным, собранным, правильно выходить из сложившейся чрезвычайной ситуации.

Впереди летние каникулы. 3 месяца солнца, счастья и свободы. А для того, чтобы лето было еще и безопасным мы с Вами поговорим об опасностях, которые могут подстергать Вас буквально на каждом шагу.

Главная формула безопасности гласит: предвидеть; при возможности избегать; при необходимости – действовать.

Предвидеть: чтобы развить эту способность, необходимо предварительно мысленно проигрывать различные опасные ситуации, с которыми вы можете столкнуться. Один из девизов науки выживания таков: «Пройденная опасность – безопасна». Задумайтесь о факторах, угрожающих вам, заранее попытайтесь найти выход из положения и исключить риск.

По возможности – избегать: Не война и эпидемии, не стихийные бедствия и экологические катастрофы уносят сегодня больше всего человеческих жизней, а элементарная беспечность людей. Нужно знать и учитывать слабые стороны потенциально проблемных для вас ситуаций, например, плохая физическая подготовка, боязнь замкнутого пространства (клаустрофобия), отсутствие дома и на работе технических средств безопасности. Нельзя, чтобы халатность и неподготовленность обернулась бедой. По возможности избегайте обстоятельств, которые заведомо не сможете контролировать. Так, не провоцируйте агрессию по отношению к себе, если не уверены, что нейтрализуете ее.

При необходимости – действовать: Оказавшись в экстремальных условиях, действуйте решительно, используя весь арсенал своих знаний и навыков.

Лишь спасатели и те, кто столкнулся с пожаром, знают, как он молниеносен. Несколько секунд – и его непереносимый жар и ядовитый дым отрезают путь к выходу и лишают сознания. Странно, но большинство людей рассматривают пожар как нечто такое, что никогда не произойдет с ними. Это не всегда так... Регулярно сводки МЧС фиксируют случаи пожаров, к которым приводит детская шалость с огнем.

Вы, конечно, понимаете, что после произошедшего родители этих юных поджигателей были вынуждены потратить немалые деньги на восстановление сгоревших строений, следовательно, дети на долгое время были лишены покупки новых вещей, поездок и т.д. Подумайте об этом, и, не в коем случае, не проводите опасные эксперименты с огнем. А если увидите, что другие дети собираются что-либо поджечь – остановите их, либо сообщите об этом взрослым.

В каждом доме много электроприборов. Компьютер, телевизор и мобильный телефон являются самыми любимыми у Вас. Просмотр фильмов и компьютерные игры занимают все большую часть свободного времени, а если учесть, что на каникулах свободного времени прибавится, то и работать эти электроприборы будут в «усиленном» режиме. Только вот о безопасности забывать не следует. Поэтому, дорогие ребята, помните, что перед тем как уйти из дома или лечь спать, необходимо обязательно выключить все электроприборы, которые вы включали. Ни в коем случае нельзя оставлять электроприборы в режиме «ожидания», а также перегружать электросеть одновременным включением нескольких электроприборов. Забудьте и о привычке оставлять на ночь заряжаться мобильные телефоны и родителям напомните об этом.

При любом отклонении в работе электроприбора его необходимо выключить и обязательно сообщить об этом взрослым. Если исправность электроприбора вызывает сомнения – например, разломана вилка, или повреждены электропровода, то эксплуатировать его нельзя.

Если загорелся электроприбор:

Следует запомнить, что «режим ожидания» у телевизора, компьютера и другой техники – это пожароопасный режим электроприбора. Особенно это касается телевизора. Оставив дома телевизор в «режиме ожидания», вы должны представлять себе, что загорание может произойти в ваше отсутствие из-за скачков напряжения электросети (свыше 250 В) или во время грозы. Поэтому каждый, кто выходит из дому последним, должен не только полностью отключить телевизор, но и вынуть вилку из розетки.

Внимание! Первыми признаками неисправности телевизора могут быть увеличение яркости, возрастание числа помех, искажение изображения.

Если произошло загорание внутри телевизора, надо быстро его отключить от розетки, накрыть тяжелой тканью (не синтетической!) или шерстяным одеялом, плотно обжать по периметру для прекращения доступа воздуха к огню, можно сверху лить воду прямо на одеяло. При этом стоять надо только сбоку от телевизора, а не спереди не сзади, так как возможен взрыв кинескопа.

Если же в первую минуту справиться с загоранием не удалось, и огонь вышел за пределы корпуса телевизора, срочно покидайте помещение ввиду того, что выделяющийся дым очень токсичен. Уходя, закройте окно и плотно закройте за собой двери – во избежание распространения пожара от воздушного потока. Звоните по телефону «101» или «112», оповестите о пожаре соседей.

Ребята! Компьютер уже давно перестал быть роскошью, он превратился в такую же неотъемлемую часть жизни современных людей, как телевизор или часы. Компьютеры стали привычными на производстве, в офисе, на транспорте, в школьном классе и даже в детском саду. Однако не нужно забывать, что это изобретение приносит не только пользу, но и оказывает неблагоприятное воздействие на организм человека. Особенно вреден компьютер для здоровья детей. Какие же опасности подстерегают при работе с этой умной машиной?

1. Компьютер работает под высоким электрическим напряжением, и поэтому при неисправной проводке возможно поражение электрическим током или возгорание монитора (если закрыты вентиляционные отверстия).
2. Опасно электромагнитное излучение от различных деталей компьютера, в первую очередь монитора и системного блока. Данные американских и шведских ученых убедительно доказывают, что это излучение может способствовать развитию опухоли головного мозга.
3. Сильная нагрузка на глаза при долговременной работе на близком расстоянии от экрана монитора приводит к ухудшению зрения.
4. Повышенный уровень шума при работе компьютера и принтеров создает дополнительную нагрузку на мозг.
5. Пониженная влажность воздуха, повышенное содержание пыли и недостаток аэронов (легких отрицательно заряженных молекул кислорода) в помещении, где работает компьютер, приводит к снижению иммунитета организма человека.
6. Возникает дополнительная нагрузка на позвоночник и утомление при неправильной организации рабочего места.
7. Опасны повышенные нервно-психические и эмоциональные нагрузки при работе на компьютере.

Что же делать, чтобы компьютер был не тайным врагом, а помощником? В первую очередь – берегите глаза! Расстояние от глаз до экрана монитора должно быть не менее 50 см (для телевизора не менее 3 м.), сидеть нужно прямо перед ним, а не сбоку. Экран и комната должны быть освещены равномерно. Настольную лампу лучше поместить за монитором: получится рассеянный свет и на экране не будет бликов. Верхний свет тоже сделайте

рассеянным. В поле зрения работающего не должны попадать другие мониторы или экран телевизора – это приводит к дополнительному облучению, перенапряжению глаз и мозга. Используйте только те компьютеры, которые имеют сертификат безопасности. Помните: задняя часть монитора, откуда идет максимальное излучение, ни в коем случае не должна быть направлена на людей, место их работы или отдыха.

Следите, чтобы руки при работе на компьютере были расположены правильно: согнуты в локтевом суставе под прямым углом, кисть опирается на стол запястьем, пальцы расслаблены. Купите кресло, в котором есть опора для спины в виде валика, используйте специальную мебель: стол, подставку для ног и др. Спину нужно держать прямо.

Взрослые могут работать на компьютере не более 4 часов, делая перерыв каждые 20-30 минут. Общая продолжительность нахождения перед экраном детей и подростков - не более 1 часа в день.

И наконец, последний совет: компьютер хоть и интереснейшая игрушка и незаменимый помощник в работе, но всего-навсего «железка», пусть умная, но лишь машина. Компьютер не заменит игр со сверстниками, прогулок на свежем воздухе и занятий спортом: нельзя уходить из реального мира в виртуальный.