

4. Мешко Г. М. Курс «Професійне здоров'я педагога» в системі підготовки майбутніх учителів до здоров'ятворчої діяльності / Г. М. Мешко. – Ужгород: Говерла // Науковий вісник Ужгородського університету: Серія: Педагогіка. Соціальна робота / гол. ред. І. В. Козубовська. – Ужгород: Говерла, 2014. – Вип. 30. – С. 98-100.
5. Мешко Г. М. Підготовка майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я: [монографія] / Г. М. Мешко; за заг. ред. В. В. Кравця. – Тернопіль: ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2012. – 468 с. 96 «Молодий вчений» № 9.1 (49.1) вересень, 2017 р.
6. Митина Л. Профессиональное здоровье учителя: стратегия, концепции, технология / Л. Митина // Народное образование. – 1998. – № 9-10. – С. 167–170.

## **БЕЗПЕКА ЛЮДИНИ В НЕБЕЗПЕЧНИХ ТА НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ**

*Бреус А. В.  
м. Полтава*

*Анотація.* У статті досліджуються способи та шляхи вдосконалення безпеки людини в небезпечних та надзвичайних ситуаціях.

*Ключові слова:* небезпечні ситуації, безпека людини, сіль, повінь, землетрус.

*Актуальність роботи.* На сучасному етапі часто трапляються відхилення від звичного стану подій, які ми можемо віднести до надзвичайних подій і ситуацій. Якщо розглядати поняття надзвичайної ситуації (НС), то під ним ми розуміємо ситуацію на деякій території (акваторії), котра може що відбуватися в результаті небезпечного природного явища, стихійного або іншого лиха, катастрофи або аварії, використання зброї масового ураження (ЗМУ) або інших видів озброєнь, котрі негативно впливають на людську життєдіяльність, завдають жертв здоров'ю людям або навколишньому природному середовищу, завдають матеріальні втрати і порушення нормальних умов життєдіяльності людей.

*Мета роботи.* Дослідити безпеку людини в небезпечних та надзвичайних ситуаціях.

*Результати.* Щоб зменшити ризик для здоров'я і життя, врятуватися самим і врятувати людей в надзвичайних ситуаціях, всі повинні дотримуватися принципи безпеки життєдіяльності [1, с.429]. Кожному слід розвивати силу волі, рішучість, наполегливість, спостережливість, позитивне мислення.

Стихійні лиха – небезпечні природні явища або процеси, які мають надзвичайний характер та призводять до порушення повсякденного укладу життя значних груп людей, людських жертв, руйнування і нищення матеріальних цінностей.

Стихійні дії сил природи, поки ще не підвладні людині, викликають катастрофи, завдають населенню нашої планети величезної шкоди. Тільки за останні 20 років вони забрали більше трьох мільйонів людських життів. Майже один мільярд жителів Землі, за даними ООН, за цей період зазнав наслідків стихійних лих.

Справжнім бічем людства є землетруси, повені, урагани, сіли, зсуви, снігові замети, лавини, лісові пожежі, цунамі, шторми та інші явища природи, які виникають, як правило, раптово [2, с.134].

Землетрус-це природне явище, що виникає в результаті потужного прояву внутрішніх сил Землі. Звільнилася при цьому енергія поширюється у вигляді сейсмічних хвиль, викликаючи порушення земної кори і руйнування на її поверхні. Землетруси зазвичай охоплюють великі зони і тягнуть за собою важкі наслідки: руйнування будівель і споруд, комунально-енергетичних мереж, транспортних комунікацій і ліній зв'язку, часом людські жертви.

Як поводитися під час землетрусу? Якщо перші поштовхи застали вас в будівлі,

найкраще швидко (протягом перших 15-20 секунд) вибігти на відкрите місце [7, с.145].

Вам не вдалося вибігти на вулицю. Сховайтеся в задалегідь обраному відносно безпечному місці-відчините двері на сходову клітку і встаньте в отворі. Як тільки поштовхи припиняться, негайно вийдіть на вулицю, спускаючись по сходах з верхніх поверхів, будьте уважні – можуть бути пошкоджені не тільки рівні, але і сходові марші.

Якщо підземні поштовхи застали вас на вулиці, відійдіть подальше від будівель, ліній електропередач. Остерігайтеся обірваних проводів. Якщо ви в громадському транспорті, краще залишайтеся в ньому до кінця коливань ґрунту, не треба бити вікна, рватися до дверей, тим самим створюючи паніку, небезпека травми і т. д. Водії автобусів, трамваїв, тролейбусів самі зупинять транспортний засіб і будуть тримати двері відкритими.

Повінь. Це тимчасове затоплення великої місцевості водою в результаті підйому рівня води в річці, озері або морі. Повені є наслідком сильних злив, інтенсивного танення снігу (льодовиків), руйнування гідротехнічних споруд, води з боку моря в гирлах річок, а також цунамі морських хвиль сейсмічного або вулканічного походження. Як правило, повені прогножуються, і населення про них задалегідь сповіщається [3, с.145].

При наявності достатнього часу населення евакуюється з небезпечних районів. Перш ніж покинути будинок, слід перенести на верхні поверхи і в інші незатоплювані місця все, що вода може зіпсувати, вимкнути газ і електрику. Потім, взявши з собою документи і найнеобхідніші речі, невеликий запас продуктів і води, прибути на місце збору. Евакуація проводиться у великі населені пункти, що знаходяться поза зонами затоплення. Про раптово почалося затоплення (руйнування гідротехнічної споруди) населення попереджається.

Ураган. Це надзвичайно швидкий, нерідко катастрофічний рух повітря або вітру. Ураган виникає внаслідок циклонічної діяльності в атмосфері і є однією з найпотужніших сил стихії і по своєму впливу може зрівнятися з землетрусом. Ураган, як правило, виникає раптово [3, с.135]. Різновид урагану – буря.

Ураган на суші руйнує будівлі, лінії зв'язку і електропередач, ушкоджує транспортні комунікації та мости, ламає і вириває з корінням дерева, спустошує поля, при поширенні над морем викликає величезні хвилі висотою 10-12 м і більше, пошкоджує суду або навіть призводить до їх загибелі.

Отримавши повідомлення про наближення урагану, закрийте щільно двері, вікна (віконниці), горищні (вентиляційні) люки. З дахів, лоджій, балконів приберіть предмети, які поривами вітру можуть бути скинуті вниз і заподіяти людям травми. Предмети, що знаходяться у дворах, закріпіть або занесіть в приміщення, загасіть вогонь в печах.

Якщо ураган застав вас на вулиці, сховайтеся в найближчому міцному будівлі, заглибленому приміщенні, природному.

Перебуваючи в будівлі, слід остерігатися поранень осколками вибитих стекол. Найбезпечніші місця під час урагану – захисна споруда цивільної оборони (ЗСГО), підвали та внутрішні приміщення перших поверхів цегляних будівель.

Сель – це тимчасовий грязьовий потік, що раптово формується в руслах гірських річок внаслідок злив, бурхливого танення льодовиків або серйозного снігового потоку, а також проривів моренних і завальних озер, обвалів, землетрусів. Зсуви – ковзне зміщення ділянок місцевості під дією власної ваги вниз по схилу [2, с.99].

Селі і зсуви руйнують будівлі, дороги, гідротехнічні та інші споруди, виводять з ладу лінії зв'язку та електропередач, знищують сільськогосподарські угіддя, призводять до загибелі людей і тварин.

При загрозі селевого потоку або зсуву і при наявності часу населення евакуюється з небезпечних районів, евакуація проводиться як пішим порядком, так і з

використанням транспорту. Разом з людьми евакуюються і матеріальні цінності, проводиться відгін сільськогосподарських тварин.

Снігові замети, бурани і лавини. Тривалі снігопади значно ускладнюють умови життєдіяльності населення, створюють небезпечні ситуації, особливо в сільській місцевості. Негативний вплив цього явища посилюється хуртовинами (пургою, сніговими буранами), при яких різко погіршується видимість, переривається транспортне сполучення як внутрішньоміське, так і міжміське. З оголошенням штормового попередження – попередження про можливі снігових заметах – необхідно обмежити пересування, особливо в сільській місцевості, створити вдома невеликий запас продуктів, води і палива [3, с.157]. В окремих районах з настанням зимового періоду по вулицях, між будинками натягують канати, що допомагають в сильну заметіль орієнтуватися.

Надзвичайні ситуації можуть призвести до загибелі людей і значного економічного збитку. За походженням розрізняють чотири види НС: природні, техногенні, соціально-політичні, військові. За рівнем загрози НС поділяють на чотири рівні: державний, регіональний, місцевий та об'єктний. Щоб знизити ризик небезпеки, врятуватися самим і врятувати інших, люди і державні служби повинні слідувати принципам безпеки життєдіяльності.

#### Список використаної літератури

1. Жидецький В. Ц. Основи охорони праці / В. Ц. Жидецький, В. С. Джигірей, О. В. Мкльников. Львів : Афіша, 2009. – 345 с.
2. Основи охорони праці: Навчальний посібник / За ред. проф. В. В. Березуцького. Харків : Факт, 2007. – 543 с.

## НАДЗВИЧАЙНІ СИТУАЦІЇ: ОРГАНІЗАЦІЯ ЖИТТЄЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

*Зубко М. П.  
м. Полтава*

*Анотація.* Головною функцією органів державної виконавчої влади, адміністрації підприємств, установ і організацій незалежно від форм власності та господарювання у разі виникнення НС є захист населення та організація його життєзабезпечення.

*Ключові слова:* надзвичайна ситуація, життєзабезпечення населення.

Згідно з Законом «Про цивільну оборону України» «громадяни України мають право на захист свого життя і здоров'я від наслідків аварій, катастроф, значних пожеж, стихійного лиха і вимагати від Уряду України, інших органів державної виконавчої влади, адміністрації підприємств, установ і організацій незалежно від форм власності і господарювання гарантій щодо його реалізації.

Держава як гарант цього права створює систему цивільної оборони, яка має своєю метою захист населення від небезпечних наслідків аварій і катастроф техногенного, екологічного, природного та воєнного характеру».

Головною функцією органів державної виконавчої влади, адміністрації підприємств, установ і організацій незалежно від форм власності та господарювання у разі виникнення НС є захист населення та організація його життєзабезпечення.

Заходи щодо захисту населення плануються та проводяться по всіх районах, населених пунктах, охоплюють усе населення. Водночас характер та зміст захисних засобів встановлюється залежно від ступеня загрози, місцевих умов з урахуванням важливості виробництва для безпеки населення, інших економічних та соціальних чинників. З цією метою міста розподіляються за групами важливості, а об'єкти – за