


СОГЛАСОВАНО  
Председатель ППО  
*Н.П. Перегудова*  
« 14 » *августа* 2020 г..

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ  
«Новосёловская школа»  
*В.А. Боришкевич*  
Приказ № *81/4*  
« 14 » *августа* 2020 г.



## ИНСТРУКЦИЯ ПО ДЕЙСТВИЯМ ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ ПАНИКИ В ТОЛПЕ

Любые массовые сборы чреватые весьма опасными последствиями. Если не соблюдать меры предосторожности можно серьезно пострадать. Как показывает статистика, наибольшее число жертв при возникновении беспорядков и террористических актов наблюдается в местах массового скопления народа. Люди, находясь в толпе, при возникновении экстремальной ситуации подвергают опасности свое здоровье, а порой и жизнь. Поэтому очень важно знать следующие основные правила безопасного поведения в толпе.

Всегда обходите толпы стороной. Как это ни странно, на улице толпа еще опаснее, чем в закрытых пространствах. Не надо подходить из праздного любопытства, чтобы узнать что происходит. Если толпа преграждает Вам дорогу, лучше найдите обходной путь.

Оказавшись в толпе случайно, ни в коем случае не возмущайтесь и тем более не ведете себя агрессивно. Даже если вы кардинально не согласны с идеями собравшихся - это не место заявлять о своей точке зрения. Такое поведение может спровоцировать агрессию и привести к весьма печальным последствиям. Поэтому лучше сделать вид, что разделяете убеждения собравшихся, при необходимости можно даже поддерживать некоторые лозунги, при этом стараясь спокойно и неторопливо покинуть толпу. Если толпа плотная, но неподвижная, из неё можно попробовать выбраться, используя психосоциальные приемы, например, притвориться больным, пьяным, сумасшедшим, сделать вид, что вас тошнит и так далее. Самое опасное место в толпе - с краю. Людей просто размазывают по стенам. Любой выступ может быть смертельным.

Если Вы оказались в толпе и вынуждены передвигаться в массе народа – помните: главное -это сохранить равновесие. Падение, скорее всего, приведет к тому, что Вас затопчут. Во избежание этого застегните и заправьте одежду, чтобы не за что не зацепиться. В случае если при себе оказались какие-то предметы (зонт, сумка) – их лучше прижать к телу. В критической ситуации от них вообще нужно избавляться без сожаления, жизнь и здоровье важнее. Если зажали вас с ребенком, бросьте все лишние предметы (сумку, рюкзак и т. п.). В давке они будут цепляться, и из-за них вы можете упасть. В плотной толпе при правильном поведении вероятность



упасть не так велика, как вероятность сдавливания. Поэтому защитите диафрагму сцепленными в замок руками, сложив их на груди. Толчки сзади нужно принимать на локти, диафрагму защищать напряжением рук. Если толпа остается на месте, надо развернуться так, чтобы с двумя соседними людьми образовывать плечами треугольник: это сохранить вам небольшое пространство для движения грудной клетки. Помните: защищайте грудную клетку. Главное - не падать. Поднимайтесь любыми способами. Не жалейте личных вещей. Ни одна из них не стоит вашей жизни. Не обращайтесь внимания на боль. Уклоняйтесь от всего неподвижного на пути, иначе вас могут просто раздавить, размазать. Не цепляйтесь ни за что руками, их могут сломать. Если есть возможность, застегнитесь. Высокие каблуки могут стоить вам жизни, как и развязанный шнурок. Выбросите сумку, зонтик и т.д. Если вам удалось не поддаться толпе, то вы уже наполовину спаслись. Если вы решили бежать от места опасности, помните: в этом есть смысл, если вы в первых рядах и проходы свободны. Ни в коем случае не держите руки в карманах.

В случае если вы все же не удержались и упали - не паникуйте. Кричать и просить о чем-либо окружающих, как правило, бесполезно. Но если вы всё же упали, то необходимо защитить голову руками и немедленно вставать. Это очень трудно, но может получиться, если вы примените такую технику: быстро подтянете к себе ноги, сгруппируетесь и рывком попытаетесь встать. С колен в плотной толпе подняться вряд ли удастся - вас будут постоянно сбивать. Поэтому одной ногой нужно упереться (полной подошвой) в землю и резко разогнуться, используя движение толпы. Но, тем не менее, встать очень сложно, всегда эффективнее предварительные меры защиты.

В случаях, когда был применен слезоточивый газ, прижмите к лицу платок, шарф, кусок ткани, и дышите через него. Если есть возможность - закройте глаза. Ни в коем случае не трите кожу, и глаза руками это только усиливает отрицательный эффект. Выбравшись из зоны поражения, промойте открытые участки кожи и глаза проточной холодной водой.

Если толпу начала разгонять полиция - не поддавайтесь панике. Попытайтесь уйти с линии движения бегущих людей. Не делайте резких движений, не кричите о своей непричастности, это бесполезно. Если рядом оказались сотрудники полиции поднимите руки и ни в коем случае не сопротивляйтесь. В горячке можете хорошенько получить дубинкой. В случае задержания ведите себя спокойно, отложите возмущения и объяснения до разбирательства в отделении полиции.

- находиться лучше в безопасной части толпы: подальше от трибун, мусорных контейнеров, ящиков, центра толпы, от стеклянных витрин и металлических оград;
- при возникновении беспорядков, паники надо снять с себя галстук, шарф, освободить руки, согнуть их в локтях, прижать к телу, прикрывая жизненно важные органы, застегнуть все пуговицы и молнии, освободиться от высокой обуви;

- главное - удержаться на ногах, в случае падения следует свернуться защищая голову, резко подтянуть под себя ноги и попытаться встать в сторону движения толпы;
- не приближаться к группам лиц, ведущим себя агрессивно;
- не реагировать на происходящие рядом стычки.

Если паника началась из-за террористического акта, не спешите своим движением усугублять беспорядок: не лишайте себя возможности оценить обстановку и принять правильное решение.

**ПОМНИТЕ! ГЛАВНОЕ - НЕ ПАНИКОВАТЬ.**