

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені І. І. МЕЧНИКОВА
БІОЛОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ФІЗІОЛОГІЇ, ЗДОРОВ'Я І БЕЗПЕКИ ЛЮДИНИ ТА ПРИРОДНИЧОЇ ОСВІТИ

ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ ПІД ЧАС АВАРІЙ НА РІЗНИХ ВИДАХ ТРАНСПОРТУ В УКРАЇНІ ТА СВІТІ

ЕЛЕКТРОННІ МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
до практичних занять та самостійної роботи
з дисциплін «Цивільний захист»,
«Цивільна безпека та основи медицини катастроф»,
«Безпека життєдіяльності та основи охорони праці»
здобувачам усіх спеціальностей та форм навчання

ОДЕСА
ОНУ
2026

УДК 656.142 П683

Укладачі:

С. П. Гвоздій, доктор педагогічних наук, професор кафедри фізіології, здоров'я і безпеки людини та природничої освіти;

Л. М. Поліщук, старший викладач кафедри фізіології, здоров'я і безпеки людини та природничої освіти Одеського національного університету імені І. І. Мечникова;

В. В. Пенюв, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізіології, здоров'я і безпеки людини та природничої освіти;

І. Л. Рижко, кандидат біологічних наук, доцент кафедри фізіології, здоров'я і безпеки людини та природничої освіти;

О. В. Устянська, кандидат біологічних наук, доцент кафедри фізіології, здоров'я і безпеки людини та природничої освіти.

Рецензенти:

В. В. Березуцький, доктор технічних наук, професор, Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»;

Т. В. Гудзенко, кандидат біологічних наук, доцент, Одеський національний університет імені І. І. Мечникова.

Рекомендовано до видання вченою радою біологічного факультету

ОНУ імені І. І. Мечникова.

Протокол № 3 від 9 жовтня 2025 р.

Правила поведінки під час аварій на різних видах транспорту в
П683 Україні та світі [Електронний ресурс] : електрон. метод. рек. до практ. занять та самот. роботи з дисциплін «Цивільний захист», «Цивільна безпека та основи медицини катастроф», «Безпека життєдіяльності та основи охорони праці» здобувачам усіх спец. та форм навчання / уклад.: С. П. Гвоздій, Л. М. Поліщук, В. В. Пенюв, І. Л. Рижко, О. В. Устянська. Одеса : Одес. нац. ун-т ім. І. І. Мечникова, 2026. 45 с. 0,9 МБ.

В методичних рекомендаціях розглянуто основні принципи поведінки під час аварій на залізничному, громадському, водному та авіаційному транспорті з акцентом на ситуації в Україні та світі, а також детальний алгоритм дій та служби, які задіяні у кожній ситуації. Методичні рекомендації містять рекомендації з організації практичної та самостійної роботи здобувачів та контрольні питання для самоперевірки знань.

УДК 656.142

ЗМІСТ

ВСТУП	4
ТЕОРЕТИЧНА ЧАСТИНА	6
1. Правила поведінки та безпека під час аварій на залізничному транспорті	6
2. Правила поведінки та безпека у громадському транспорті (тролейбусі, автобусі, трамваї, таксі, автомобілі тощо)	12
3. Правила поведінки та безпека на водному транспорті	18
4. Правила поведінки та безпека на авіатранспорті	22
ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА	27
КОНТРОЛЬНІ ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ ЗНАНЬ	38
ПИТАННЯ ДЛЯ КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ З БЕЗПЕКИ НА ТРАНСПОРТІ	39
ПЕРЕЛІК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	44

ВСТУП

Безпека пасажирів під час аварій на різних видах транспорту є важливим аспектом транспортної системи кожної країни. Знання та дотримання правил поведінки під час аварій можуть значно знизити ризик отримання травм і сприяти ефективній евакуації.

У цій роботі розглянуто основні принципи поведінки під час аварій на залізничному, громадському, водному та авіаційному транспорті з акцентом на ситуації в Україні, країнах Європи та Азії, а також детальний алгоритм дій та служби, які задіяні у кожній ситуації.

Безпека на транспорті передбачає швидке реагування, наявність відповідних знань та навичок у пасажирів і чітко організовану роботу екстрених служб. У різних країнах застосовуються специфічні методи запобігання нещасним випадкам та ефективного реагування в разі катастроф. Сучасні технології дозволяють значно покращити рівень безпеки, однак людський фактор залишається ключовим у кризових ситуаціях.

Знання правил поведінки під час аварій є критично важливим для збереження життя та мінімізації негативних наслідків у надзвичайних ситуаціях.

Ці методичні рекомендації спрямовані на систематизацію інформації про основні види аварій на різних видах транспорту та формування практичних навичок безпечної поведінки пасажирів і персоналу; на систематизацію знань, розвиток практичних навичок і формування свідомої поведінки у надзвичайних ситуаціях, що є предметом вивчення навчальних дисциплін «Безпека життєдіяльності та основи охорони праці», «Цивільний захист», «Цивільна безпека та основи медицини катастроф».

У запропонованих матеріалах узагальнено досвід України та світові стандарти, дотримування яких підвищить рівень безпеки та ефективність дій у кризових ситуаціях.

ТЕМА: Правила поведінки під час аварій на різних видах транспорту в Україні та світі

Мета: Підвищити рівень знань та навичок безпечної поведінки під час аварійних ситуацій на різних видах транспорту в Україні та світі, сприяти формуванню усвідомлення важливості дотримання правил безпеки для збереження життя та здоров'я пасажирів і персоналу.

Завдання методичних рекомендацій

1. Ознайомити з основними видами аварій на залізничному, громадському, водному та авіатранспорті.
2. Розглянути алгоритми дій пасажирів та персоналу під час аварійних ситуацій на різних видах транспорту.
3. Надати рекомендації щодо організації безпечної евакуації та надання першої допомоги потерпілим.
4. Ознайомити з нормативно-правовими документами України та міжнародними стандартами у сфері безпеки транспорту.
5. Сформувати навички самоконтролю через систему контрольних питань для самоперевірки.

Наочність

Інфографіки та схеми алгоритмів дій пасажирів під час аварій на різних видах транспорту (залізничний, громадський, водний, авіаційний).

Плакати з правилами безпечної поведінки у разі аварії (наприклад, евакуація, використання аварійних виходів, засобів захисту).

Відеоролики або анімації з ілюстрацією правильних дій у надзвичайних ситуаціях.

Фотографії та схеми аварійних виходів у поїздах, автобусах, літаках, кораблях.

Копії нормативних документів, інструкцій з безпеки (у вигляді роздаткових матеріалів).

Матеріали та обладнання

Комп'ютер або ноутбук для демонстрації відео та презентацій.

Проектор або великий екран для показу мультимедійних матеріалів.

Плакати, стенди для закріплення основних правил і алгоритмів.

Роздаткові матеріали – пам'ятки, інструкції, контрольні питання.

Засоби для практичних занять (наприклад, моделі рятувальних жилетів, аварійних сигналів, апаратів зв'язку).

Можливість проведення тренінгів або практичного відпрацювання навичок евакуації.

ТЕОРЕТИЧНА ЧАСТИНА

1. ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ ТА БЕЗПЕКА ПІД ЧАС АВАРІЙ НА ЗАЛІЗНИЧНОМУ ТРАНСПОРТІ (У МЕТРО ТА НА ПОТЯЗІ)

Залізничний транспорт є одним із найпопулярніших та безпечних видів транспорту, але в разі аварій пасажери можуть опинитися у небезпечній ситуації.

Головними причинами аварій і катастроф на залізничному транспорті є: несправність дороги, рухомого складу, засобів сигналізації, централізації і блокування, помилки диспетчерів, неуважність і халатність машиністів, сходження вагонів із рейок, зіткнення, наїзди на перешкоди на переїздах, пожежі і вибухи безпосередньо у вагонах, або раптова зупинка можуть спричинити паніку. Правильна поведінка та дотримання інструкцій значно знижують ризики.

В Україні при аваріях на залізничному транспорті діють стандартні протоколи безпеки.

Правила поведінки в потязі у випадку надзвичайної ситуації

Якщо стався інцидент у метро, пасажери повинні залишатися спокійними та слідувати вказівкам персоналу.

Якщо відбувся вибух і поїзд зупинився в тунелі, не прагніть самотужки вибратися з вагону. Вихід з вагонів дозволяється лише за наказом машиніста або рятувальників. У тунелі проходять десятки електричних кабелів, вони можуть бути пошкоджені в результаті вибуху. Але двері, можливо, краще відкрити.

У разі пожежі або задимлення необхідно пересуватися низько до підлоги. Щоб уникнути отруєння димом, треба закрити органи дихання хусткою і лягти на підлогу, як відомо дим накопичується вгорі. Металевий корпус вагона може бути під напругою, тому намагайтеся не торкатися металевої частини вагона. Краще спокійно чекати прибуття рятувальників. Паніка і безглузді дії є основною небезпекою в такій ситуації.

Ніколи не стійте біля краю платформи. Чекаючи на потяг, стійте біля стінки (у колони) станції або, якщо немає стінок і колон – у середині станції до моменту відкриття дверей потяга. В іншому випадку ви ризикуєте потрапити під колеса потяга, що наближається, внаслідок тисняви або навмисних дій, спрямованих проти вас.

Підходьте до дверей вагона тільки після зупинки потяга і виходу пасажирів. Якщо у вагоні багато людей, за можливості, пропустить один-два вагони, щоб не бути задавленим натовпом, заходьте і виходьте останнім.

Якщо потяга довго немає, або в метро тиснява, скористайтесь іншими лініями метро або іншим (наземним) транспортом, не піддавайтесь небезпеці.

Побачивши людину, що впала на рейки, негайно надішліть двох-трьох людей, що знаходяться поруч, щоб повідомити про це черговому по станції. Одну людину поставте на краю платформи біля виходу з тунелю, щоб той подавав сигнал зупинки машиністу потяга, розмахуючи вгору-вниз будь-якою яскравою тканиною. Якщо людина у змозі сама вибратися назовні, допоможіть їй, стежачи, щоб вона не доторкнулася до контактної шини з дерев'яним «пеналом» біля краю платформи.

Якщо людина не може швидко вибратися назовні при наближенні потяга, крикніть їй, щоб вона або бігла уперед до кінця станції, або лягла між рейками і не вставала до відходу потяга.

Перебуваючи на ескалаторі, виходьте з того, що він у будь-який момент може зупинитися (або провалитися), тому міцно тримайтеся за поручні і будьте готові у разі аварії перестрибнути на сусідній ескалатор.

У потягу, якщо є можливість, віддавайте перевагу центральним вагонам, які у разі аварії страждають менше, ніж головні і хвостові.

У вагоні звертайте увагу на залишені сумки, портфелі, пакунки, іграшки, банки та інші предмети, в яких можуть знаходитися саморобні вибухові пристрої. Негайно повідомте про виявлення таких предметів водію, машиністу поїзда, будь-якому працівнику поліції. Не відкривайте їх, не чіпайте руками, попередьте стоячих поруч людей про можливу небезпеку.

Зверніть увагу! Саморобні вибухові пристрої також можуть бути закладені під сидіння. Тому у разі вибуху ваші шанси на виживання вищі, якщо ви стоїте, а не сидите (і крім того краще стояти в натовпі, за іншими людьми, які у разі небезпеки стануть щитом для вас).

Середина поїзда є найбезпечніше місце. При різкому гальмуванні неминуче падіння з полиць. Змінюйте місце, або прив'яжіться, роблячи бар'єр з натягнутої мотузки.

Заздалегідь обміркуйте чим вибивати вікно у разі аварії – ногою у взутті або важким предметом зі свого багажу.

У разі сходження вагонів із рейок пасажери не повинні виходити назовні без дозволу рятувальників, оскільки контакт із лініями електропередач може бути смертельним.

Запобіжні заходи

- Громіздкі і важкі речі ставте вниз, тому що при сильному поштовху вони можуть звалитися з верхніх полиць і нанести травму.
- Не захаращуйте на ніч двері у купе (у темряві буде важко вибратися назовні).

- Запам'ятайте де лежить ваш одяг, документи та гроші (про всяк випадок, якщо знадобиться у темряві терміново покинути вагон).
- На ніч прибирайте зі столика в купе їжу, пляшки тощо, щоб при поштовху уламки не поранили вас.
- Спати на бічних місцях краще ногами вперед по ходу поїзда, щоб уникнути перелому шийного хребця при різкому кидку вперед тіла в момент зіткнення поїзда з перешкодою.

У випадку залізничної катастрофи

«Пам'ятайте!» Під час поштовху (удару) намагайтеся вхопитися руками за виступи полиць і інші нерухомі частини вагона і прикрийте голову руками, щоб уникнути травм.

- При перевертанні вагона, міцно тримаючись руками, упріться ногами у верхню полицю, стіну і т. п., закрийте очі, щоб у них не потрапили уламки скла. Притисніть дітей до себе обличчям, прикрийте їм голову руками.
- Після того як вагон зупиниться, озирніться, сплануйте шляхи виходу з купе. Якщо немає небезпеки пожежі, не поспішайте вибиратися, надайте першу допомогу постраждалим, заспокойте дітей, не допускайте паніки. Виходьте з вагону по одному, пропускаючи вперед дітей і жінок. Беріть з собою лише одяг, документи і гроші, залишайте речі у вагоні, встановивши охорону з одного-двох пасажирів.
- Якщо вагон перекинутий або пошкоджений, вибирайтеся через вікна, опустивши фрамуги або вибивши ногою (металевим предметом) скло, попередньо очистивши рами від уламків. Дітей і постраждалих витягуйте на руках. Негайно повідомте по телефону або через посильних про катастрофу, на станцію викликати «швидку допомогу» та аварійно-рятувальні служби.
- При обриві дротів контактної мережі відійдіть від вагонів на 30-50 м., щоб не потрапити під напругу.

Основні служби, які задіяні у ліквідації наслідків аварій

- *Державна служба з надзвичайних ситуацій (ДСНС)* – відповідає за ліквідацію наслідків аварій, евакуацію постраждалих і гасіння пожеж.
- *Національна поліція України* – забезпечує безпеку, організовує об'їзд аварійної ділянки та контролює порядок.
- *Швидка медична допомога* – надає першу медичну допомогу та транспортує постраждалих до лікарень.
- *Персонал Укрзалізниці* – здійснює координацію аварійно-рятувальних робіт та організовує евакуацію пасажирів.

Таким чином, найперше необхідно:

1. Спокійно оцінити ситуацію та визначити можливість самостійного виходу.
2. У разі пожежі використовувати змочену тканину для захисту органів дихання.
3. Чекати рятувальників, якщо потяг перебуває на мосту або в тунелі.
4. Використовувати аварійні виходи та допомагати іншим пасажирам.

Міжнародний досвід

Залізничний транспорт є одним із наймасовіших і, водночас, потенційно небезпечних у разі аварії. Світова практика свідчить про те, що безпечна поведінка пасажирів під час інцидентів на колії визначає не менше, ніж технічний стан поїзда.

Наприклад, у Сполучених Штатах проблема аварійності на залізниці була в центрі уваги останні кілька років. Основними причинами катастроф стали перевищення швидкості, помилки диспетчерів, людський фактор, а також недостатній контроль інфраструктури. Відтак було запроваджено інноваційну систему PTC (Positive Train Control) (Позитивний контроль поїзда) – технологію автоматичного гальмування поїзда, яка рятує життя в разі перевищення швидкості або порушення сигналів. Але навіть найкраща технологія не замінить правильної поведінки пасажирів.

У разі аварії в метро Нью-Йорка або Вашингтона пасажирів категорично заборонено залишати вагон без дозволу – тунелі часто перебувають під високою напругою. Потрібно зберігати спокій, прикривати рот і ніс тканиною у випадку диму, не штовхати людей і рухатися чітко за вказівками персоналу або поліцейського. У США також активно застосовують громадські кампанії – «If You See Something, Say Something (Якщо щось побачиш, скажи щось)», які заохочують пасажирів повідомляти про підозрілі предмети чи поведінку, щоб попередити терористичні атаки.

Зовсім інший, але не менш ефективний підхід реалізований у Японії. Тут метрополітен – справжнє втілення дисципліни, технологій і взаємоповаги. Всі пасажирів чітко знають, де розташовані аварійні кнопки, як відкривати двері вручну, і навіть як діяти в разі землетрусу. Потяги обладнані системами миттєвого гальмування на випадок сейсмічної активності, а станції – резервним освітленням і запасами води. У тунелях з обох боків – спеціальні платформи, по яких можна безпечно евакуюватися. Найголовніше – чітко розроблені алгоритми дій: якщо аварія – пасажир залишається в поїзді, тримається за поручень, чекає оголошення. Як правило, всі дії координуються з центрального диспетчерського пункту і автоматизовані.

Європа (Німеччина, Франція, Велика Британія). У цих країнах діють жорсткі протоколи безпеки та високотехнологічні системи оповіщення про аварії.

Основні служби реагування:

- *Technisches Hilfswerk (Технічна допомога) (THW) (Німеччина)* забезпечує рятувальні роботи у важкодоступних зонах, таких як тунелі.

У Німеччині (зокрема у системі *Deutsche Bahn*) питання безпеки вирішується через поєднання інфраструктури та інформування. На станціях встановлені термінали екстреного виклику допомоги, кожен вагон має інструкції щодо поведінки у випадку аварії – і все це дублюється кількома мовами. Пасажирів закликають не покидати вагон без команди, не використовувати ескалатори в разі пожежі, а також не панікувати – бо саме паніка, як довели численні дослідження, є головною причиною травм.

- *Sapeurs-Pompiers (Сапери – помп'єри) (Франція)* – відповідають за пожежогасіння та евакуацію.
- *British Transport (Британський транспорт) Police (Велика Британія)* – спеціальний підрозділ, який займається безпекою на залізничному транспорті.

Алгоритм дій:

1. Виконувати інструкції екіпажу та слідувати за електронними повідомленнями.
2. Використовувати аварійні двері у разі небезпеки.
3. При пожежі не користуватися ліфтами у метро.

Азія (Японія, Китай, Південна Корея). У цих країнах залізничний транспорт має автоматичні системи безпеки, що зменшують ризик аварій.

Основні служби реагування:

- *Japan Fire Department (Японія). (Пожежна служба Японії)* – спеціалізується на реагуванні на аварії у метро.
- *China Railway Emergency Services (Китай). Служба екстреної допомоги залізниць Китаю* – координує рятувальні роботи на швидкісних залізницях.
- *National Fire Agency (Південна Корея)* Національне пожежне агентство – відповідає за порятунок пасажирів у випадку аварій у метро.

Алгоритм дій:

1. *Оцінити ситуацію:* При отриманні інформації про аварію спокійно оцінити обстановку. У випадку, якщо аварія не спричинила серйозних пошкоджень, залишатися на місці і чекати вказівок від персоналу.
2. *Не створювати паніку:* Важливо залишатися спокійним і дотримуватись інструкцій, що даються. Не панікувати, не піддаватися емоціям.

3. *Евакуація в разі необхідності:* Якщо це можливо, вийти через аварійні виходи або люки. Якщо потяг зупинився у тунелі або на мосту, виходити з вагона лише за вказівкою рятувальників або машиніста.
4. *При пожежі:* Якщо в потягу виникла пожежа або задимлення, пасажир повинні спуститися низько до підлоги, щоб уникнути отруєння димом. У таких випадках важливо зберігати спокій і рухатися до найближчого аварійного виходу.
5. *Не виходити без дозволу:* Якщо потяг зійшов з рейок, не слід виходити з вагона без дозволу рятувальних служб, оскільки це може бути небезпечно через можливість контактів із лініями електропередач.

Важливо, що всі ці заходи діють лише тоді, коли пасажир відповідально ставиться до безпеки. У більшості країн ЄС існує кримінальна відповідальність за пошкодження обладнання безпеки або відмову виконувати інструкції персоналу. І не дарма: статистика показує, що дотримання інструкцій знижує ймовірність фатальних наслідків на 70-80 %. Такі заходи – не бюрократична формальність, а життєво важливі алгоритми.

В Україні, хоч технічне оснащення поки поступається провідним країнам, проте нормативна база доволі чітка. Постанова Кабінету Міністрів № 903 від 1995 року зобов'язує пасажирів дотримуватись порядку посадки, не наближатись до колії без потреби, не заходити в заборонені зони.

Потрібно чітко знати, що торкання до металевих елементів колії або опор – смертельно небезпечно. У разі евакуації важливо пересуватись лише уздовж колії, триматись якомога далі від рейок і чекати допомоги.

Отже, головне правило – зберігати холодний розум, не робити самовільних дій, діяти за алгоритмом. Країни з найвищим рівнем безпеки на залізничному транспорті дійшли до цього завдяки системній роботі – постійному навчанню, технічному удосконаленню та культурі безпеки серед пасажирів.

2. ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ ТА БЕЗПЕКА У ГРОМАДСЬКОМУ ТРАНСПОРТІ (ТРОЛЕЙБУСІ, АВТОБУСІ, ТРАМВАЇ, ТАКСІ, АВТОМОБІЛІ ТОЩО)

Громадський транспорт, такий як автобуси, трамваї і таксі, є одним з найбільш поширених і доступних видів транспорту. Однак аварії на таких транспортних засобах можуть статися через дорожньо-транспортні пригоди (ДТП), загоряння або перекидання. Близько 75 % усіх аварій на автомобільному транспорті відбувається через порушення водіями правил дорожнього руху. Найбільш небезпечними видами порушень, як і раніше, залишаються перевищення швидкості, ігнорування дорожніх знаків, виїзд на смугу зустрічного руху і управління автомобілем в нетверезому стані. Дуже часто призводять до аварій погані дороги (головним чином слизькі), несправність машин (на першому місці – гальма, на другому – рульове управління, на третьому – колеса і шини). Особливість автомобільних аварій полягає у тому, що 80 % поранених гинуть в перші три години через рясні крововтрати. Важливо дотримуватись певних правил, щоб забезпечити свою безпеку та безпеку інших пасажирів під час аварій.

Після виходу з салону краще почекати, поки транспорт від'їде, і лише потім переходити вулицю. (Якщо стоїть автобус або тролейбус обходьте його позаду, трамвай – попереду, інакше ви ризикуєте потрапити під автомобіль). Виходячи з громадського транспорту, почекайте, поки спаде натовп або ж навпаки вийдіть першим. У будь-якому випадку уникайте тисняви.

Алгоритм дій під час транспортних катастроф (Автомобільна катастрофа) Що робити, якщо аварія неминуча?

- Не залишати машину до її зупинки. Дослідження показують, що в цьому випадку шансів вижити у 10 разів більше, ніж при катапультиванні.
- Зберігати спокій, керувати машиною до останньої можливості.
- Зробити все, щоб уникнути зустрічного удару: кювет, паркан, чагарник, навіть дерево.
- Якщо немає іншої можливості, перевести зустрічний удар в ковзний бічний.
- Коли удар не спинити, найголовніше – перешкоджати своєму переміщенню вперед і захистити голову. Для цього ногами впертися в підлогу, руками, напружуючи всі м'язи, в рульове колесо, голову нахилити вперед між руками.
- Водій повинен пристібатися за кермом, намагаючись при цьому «пом'якшити» можливе зіткнення.

– Пасажи́р повинен закрити голову руками і завалитися на бік, простягнувшись на сидінні – це дозволить уникнути травм від удару об тверді предмети. Пасажи́ри, які знаходяться на задньому сидінні, повинні намагатися впасти на підлогу.

– Якщо з вами поруч дитина, її потрібно міцно притиснути, закрити собою і так само впасти на бік. Найбільш небезпечне місце для пасажи́ра – переднє сидіння, тому (ПДР) забороняють перебувати там дітям до 14 років.

– Після того, як удар стався, насамперед треба визначитися, де, в якому місці автомобіля і в якому положенні ви знаходитесь, чи не горить та не підтікає бензин (особливо при перекиданні). Залежно від ситуації, рухайтесь до виходу через двері або вікно. Якщо двері відразу не відкрилися, намагайтеся натискати на них, або швидше за все, вони заклинені, і треба відкривати або розбивати вікна.

– Мотоцикліст повинен бути обов’язково в касці навіть при поїзді на маленьку відстань. При зіткненні водій повинен згрупуватися, щоб захистити життєво-важливі органи; при падінні треба розслабитися, не напружуючи м’язи, але намагатися пом’якшити удар об землю.

Якщо машина опинилася у воді. Події на прибережних дорогах, паркування під занадто великим кутом, помилки при маневрі, перевищення швидкості, сильний порив вітру при русі по набережній або по мосту, можуть стати причиною падіння автомобіля у воду. Це тягне за собою наслідки, які особливо важкі у двох випадках: коли знаходяться в машині люди, які отримали поранення або коли страх перед можливими наслідками майже паралізує реакцію на події [4].

– Зверніть увагу! Якщо той, хто знаходиться всередині, не отримав пошкоджень під час падіння у воду і зберігає спокій, він має достатньо часу, щоб вибратися зі своєї «клітки». Найважливіше це зберегти здатність контролювати свою поведінку у найважчій ситуації.

– Опинившись у воді, машина якийсь час може триматися на плаву. Буває достатньо кількох секунд, щоб з неї вискочити. Але двері відкривати не слід – вода зразу хлине всередину і автомобіль почне різко занурюватися. Вибиратися потрібно через відкрите вікно.

– Коли ви зрозуміли, що машина занурюється, перше правило яке потрібно виконати це закрити вікна, щоб уповільнити процес занурення. Після цього вмикаються фари, які можуть послужити сигналом для потенційних рятувальників. Якщо ви їхали наодинці, опускається спинка сидіння, щоб мати більше простору для руху. Якщо ви не один, намагайтеся заспокоїти пасажи́рів і зберігати спокій. За таких обставин необхідна максимальна зібраність, щоб

діяти, не допускаючи помилок. Оптимізм важливий для правильного розподілу сил і засобів.

– У затонулому автомобілі необхідно пошукати подушки, згортки, який-небудь одяг, підкласти їх під себе і піднятися головою до стелі. Зняти з себе все те, що може сковувати рух або за що-небудь зачепитися: пальто або важкий одяг, черевики, шнурки і ремені. Коли вода заповнила салон і перевищила рівень дверей (принцип вирівнювання тиску виконаний), можна відкрити двері. Цей шлях кращий, якщо машина залишилася цілою.

– У разі якщо вікна не відкриваються, потрібно розбити скло. Зазвичай перевага віддається лобовому або задньому склу, які більші за інших. Це залежить від положення, в якому знаходиться машина після занурення, а також від положення пасажирів. Для того щоб розбити скло, необхідно почекати до максимально-можливого наповнення водою, далі бити тупим предметом, причому не в центр, а в кут скла, де опір менше. Для цієї мети може послужити вогнегасник, який завжди повинен бути у салоні або радіоприймач, а іноді досить натиснути ногами і видавити скло з гумових прокладок.

– Майте на увазі! Опинившись під водою поза машиною, у вас є не менше 30–40 секунд. Цього цілком достатньо, щоб досягти поверхні. Вважається, що небезпечна глибина більше 30 метрів

Що робити, якщо пожежа в автомобілі?

Пожежні запевняють, що легковий автомобіль може повністю згоріти всього за 3–4 хвилини.

За статистикою можливими причинами пожежі в автомобілі є:

- несправна електропроводка, внаслідок чого стається коротке замикання;
- паління в салоні;
- витік в системі подачі пального;
- пролив і займання пального;
- недбалість при перевезенні легкозаймистих вантажів;
- удар блискавки чи падіння на автомобіль високовольтного проводу;
- недотримання правил пожежної безпеки;
- інші причини.

Завжди тримайте в машині:

1. Вогнегасник.
2. Облаштування для зняття клеми акумулятора.
3. Щільні бавовняні рукавички – вони убережуть від опіків.

Перші ознаки загорання:

1. Характерний запах диму або горілої гуми.
2. Наявність диму.

3. Недвозначні спроби водіїв зустрічного чи попутного транспорту привернути вашу увагу.

Якщо ви вирішили ліквідувати пожежу в автомобілі власноруч, запам'ятайте:

Якщо сидите спереду, впирайтесь в передній щиток, але не у скло.

Найчастіші і найбільш небезпечні травми – це травми голови. Одягайте якщо не шолом, то товсте кепі. При посадці у машину не знімайте головний убір, а натягніть тугіше.

Якщо автомобіль ось-ось перекинеться – пригніться до сидіння і тримайтесь за нього рукою. Не хапайтеся за ручку дверей – вона може бути відірвана.

Що робити при аварії в автобусі, тролейбусі, трамваї

Середина салону є найбезпечніше місце.

Краще сидіти спиною вперед: менше ризику у разі різкого гальмування.

Якщо сидите спиною назад, то ви ризикуєте розбити голову об спинку крісла, яке знаходиться за вами.

Сидіти по правій стороні транспорту – безпечніше ніж по лівій, подалі від зустрічного потоку транспорту.

Якщо стоїте то розміщуйте ноги так, щоб їх вертикальна проекція на підлогу утворювала трикутник великої площі.

Заздалегідь обміркуйте, куди буде падати багаж у разі зіткнення, а також хто і що впаде на вас.

Обов'язково тримайтесь за поручні – навіть якщо не качає. Коли качне, будете хапати руками повітря.

Частіше відбувається хитання поперек руху. Але різкі гальмування більш небезпечні під час різкого повороту.

Якщо ви впали у воду разом з іншими пасажирями громадського транспорту, то головна небезпека для вас не вода, а інші пасажирі. Вони можуть забити всі виходи своїми тілами. Залишайтеся на місці, поки салон не заповниться водою, потім вибирайтесь через вікно.

Якщо немає поруч відкритого вікна, оберіть позицію для вибивання вікна ногою і спокійно чекайте. Дихайте частіше і глибше, щоб наситити організм киснем.

Служби реагування в Україні:

- *ДСНС* – ліквідує наслідки ДТП.
- *Поліція* – розслідує причини аварії.
- *Швидка допомога* – надає медичну допомогу постраждалим.

Таким чином:

1. У разі ДТП: Залишатися на місці, за можливості допомогти постраждалим, не намагаючись самотійно пересувати їх, щоб не посилити травми. Якщо є можливість, зв'язатися з екстреними службами та надати необхідну інформацію.
2. У разі загоряння: Якщо в автобусі або тролейбусі виникла пожежа, спробувати зберігати спокій і не панікувати. Закрити ніс та рот тканиною, щоб уникнути отруєння димом. Рухатися до найближчого виходу, уникаючи переповнених і небезпечних ділянок. У разі неможливості евакуації, залишатися на місці, поки не приїдуть екстрені служби.
3. Перекидання транспортного засобу: Якщо транспорт перекинувся, постаратися утриматися за сидіння або поручні, щоб уникнути травм. Вийти через аварійні виходи або через розбиті вікна. Допомогати іншим пасажирам, особливо людям з інвалідністю чи старшим особам.
4. У разі технічної несправності: При зупинці громадського транспорту з технічної причини, не намагайтеся самотійно вирішувати проблему. Дочекайтеся допомоги від водія або екстрених служб.

Міжнародний досвід

Громадський транспорт Польщі представлений автобусами, тролейбусами, трамваями, метрополітеном тощо. Під час поїздки пасажиром заборонено вживати їжу та напої, якими можна забруднити транспорт або інших пасажирів, розпивати алкогольні напої, палити (в тому числі й електронні сигарети) у транспорті або на зупинках, стояти занадто близько до дверей або відкривати їх під час руху, викидати предмети з транспортного засобу, перебувати у транспорті на роликових ковзанах або інших подібних пристроях тощо. За недотримання одного з цих правил пасажиром доведеться сплатити штраф у розмірі до 500 злотих.

Також у Варшаві депутати прийняли постанову, згідно з якою можна отримати штраф за забутий у метро багаж. Додатково депутати заборонили використовувати самокати під час поїздок на громадському транспорті міста.

За безквитковий проїзд у Польщі передбачений штраф від 150 до 300 злотих (залежить від міста). Проте сума штрафу може бути меншою, якщо сплатити його безпосередньо в касі. Також нижча ставка зазвичай застосовується, якщо оплата здійснюється протягом 14 днів після виписки штрафу.

Чехія. Прага, Брно та Острава є містами з найрозгалуженішою системою міського громадського транспорту у Чехії, а також з найбільшою кількістю пасажирів, які полюбують безкоштовні поїздки.

Штраф за проїзд без дійсного проїзного квитка становить 1500 крон, якщо здійснити оплату у перші 15 днів після отримання штрафу – сума складатиме 1000 крон. Отримати штраф можна навіть, якщо Ваш 30 хвилинний проїзний квиток протермінований на 1 хвилину. Пасажирам, які не сплатили тариф за перевезення багажу або не придбали квиток для собаки загрожує штраф у сумі 400 чеських крон.

Німеччина. Проїзд без квитка у громадському транспорті Німеччини розглядається як шахрайські дії. Правопорушникам загрожує покарання у вигляді позбавлення волі на строк до одного року або штраф у розмірі 60 євро.

Швейцарія. У Цюриху (Швейцарія) штраф за перший безквитковий проїзд складає 100 швейцарських франків (близько 100 доларів США). Чим більше порушень – тим вищим буде штраф. Одного дня порушникам взагалі можуть заборонити користуватись громадським транспортом у Швейцарії.

Правила поведінки в транспорті також є доволі стандартними. Під час поїздки поважайте комфорт інших людей у транспорті, не завдавайте шкоди майну та не створюйте аварійні ситуації.

Європа (Німеччина, Франція, Велика Британія)

В Європі високий рівень безпеки громадського транспорту. Спеціальні системи контролю за безпекою на транспорті, швидке реагування поліції та пожежних служб значно знижують рівень аварій.

Служби реагування:

- *Deutsche Feuerwehrverband (Німеччина)* – Пожежно-рятувальні служби.
- *Sapeurs-Pompiers (Франція)* – Пожежно-рятувальні служби.
- *London Fire Brigade (Велика Британія)* – Ліквідація наслідків аварій.

Алгоритм дій:

1. Використовувати кнопки аварійного виклику в разі небезпеки.
2. Евакуація через основні або запасні виходи.
3. У разі загоряння – користуватися аварійними молотками для розбиття вікон.

Азія (Японія, Китай, Південна Корея)

Азійські мегаполіси мають розвинену систему безпеки громадського транспорту.

Служби, які опікуються питаннями безпеки:

- *Japan Fire Department (Японія)* (Пожежна служба Японії)
- *China Emergency Management Department (Китай)* (Департамент надзвичайних ситуацій Китаю).
- *Korea National Fire Agency (Південна Корея)* (Національне пожежне агентство Кореї).

3. ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ ТА БЕЗПЕКА НА ВОДНОМУ ТРАНСПОРТІ

Водний транспорт включає в себе різні типи засобів, такі як пасажирські судна, пороми та круїзні лайнери. Більшість великих аварій і катастроф на судах відбуваються під впливом ураганів, штормів, туманів, льоду, а також з вини людей – капітанів, лоцманів і членів екіпажу. Часто аварії відбуваються через промахи і помилки при проектуванні і будівництві суден. Основні небезпеки, пов'язані з водним транспортом, включають затоплення, пожежі, зіткнення, та інші надзвичайні ситуації, що можуть призвести до великої кількості жертв.

Важливо знати основні правила поведінки в разі аварії на воді, щоб зменшити ризик травм і загибелі.

Безпека на водному транспорті – одне з найскладніших питань, адже у випадку аварії ситуація швидко ускладнюється: важко втримати рівновагу, холодна вода може призвести до гіпотермії, а паніка здатна знищити шанс на порятунок.

У країнах із розвинуеною морською культурою – наприклад, Норвегії, Великій Британії, Японії – всі ці моменти давно враховані. Тут безпека починається ще до посадки на судно. Кожен пасажир проходить короткий інструктаж або отримує буклет із детальним описом евакуації, використання жилета, дій при пожежі чи штормі.

У Сінгапурі та Японії, особливо на поромах і пасажирських катерах, евакуація організовується за лічені хвилини завдяки чітко відпрацьованим інструкціям екіпажу. Кожен член екіпажу має власну роль – хтось видає жилети, інший керує посадкою в шлюпки.

У США система безпеки GMDSS забезпечує автоматичне сповіщення берегових служб про аварію навіть без участі капітана – сигнал надсилається автоматично, коли судно тоне або втрачає живлення.

Європейська морська політика, зокрема в країнах Балтії, вимагає регулярного технічного огляду суден, а пасажирів відповідно до регламенту повинні знати своє розміщення в рятувальних шлюпках.

У Швеції пороми обладнані сенсорами нахилу: у випадку крену всі двері автоматично відкриваються для евакуації.

Рятувальні служби в Україні:

- *Морська рятувальна служба України* – пошуково-рятувальні операції.
- *ДСНС* – порятунок на внутрішніх водоймах.

В Україні стан безпеки водного транспорту поступово поліпшується, проте ще є над чим працювати. Згідно з аналітичними звітами «Укрморрічінспекції», близько 40 % аварій пов'язані з недотриманням правил навігації або перевантаженням суден. Проблема особливо актуальна для

маломірних суден, які часто ігнорують елементарні вимоги безпеки. На таких суднах важливо: завжди мати жилет (навіть якщо плавання коротке), уникати різких рухів, не пересідати без дозволу капітана. У разі падіння у воду – не намагатися плисти проти течії, краще залишатися поруч з судном або триматися за великі предмети, які плавають.

Серед попередніх заходів захисту пасажирів можна порадити запам'ятати дорогу зі своєї каюти до рятувальних шлюпок на верхню палубу, оскільки під час катастрофи орієнтуватися дуже важко, особливо при задимленні.

«Не панікуйте!» Намагайтеся чітко і швидко виконувати всі вказівки капітана, надягніть на себе і своїх близьких рятувальні жилети, знявши одяг, що стискає, і взуття. Візьміть з собою документи, загорнувши їх в поліетиленовий пакет, покладіть під нижню білизну. Швидко, але без поспіху, підніміться на палубу і по команді капітана сідайте по одному в шлюпки (на плоти) пропускаючи вперед дітей і жінок.

Прослуховувати інструктаж і команди екіпажу: У разі аварії екіпаж судна буде надавати інформацію про подальші дії. Пасажири повинні дотримуватися вказівок і не панікувати, щоб не створювати додаткову небезпеку.

Якщо сісти в шлюпку неможливо, візьміть з собою будь-який плаваючий предмет, рятувальне коло, дошку, порожню поліетиленову пляшку із закритою пробкою і т. п., потім озирнувшись, стрибайте у воду ногами вниз. Опинившись у воді, відпливайте від борту корабля на 200-300 м, щоб вас не затягнуло під воду або під дно корабля; допомагайте людям, які є поруч, триматися на воді. Намагайтеся зібратися групою для надання один одному допомоги та організації спільних дій з порятунку.

Побачивши шлюпку, в якій є вільні місця, підпливайте до неї з корми, не навалюйтесь на борт. Якщо в шлюпці немає місць, попросіть кинути вам трос (фал, канат), обв'яжіться ним за пояс і на буксирі пливіть до берега за шлюпкою. Заощаджуйте свої сили і частіше робіть самомасаж рук і ніг для відновлення кровообігу.

Тривалий час перебуваючи у шлюпці, не пийте морську воду. При сильній спразі кладіть на голову мокру хустку, обтирайте тіло. Використовуйте для добування їжі снасті, наявні в кожній рятувальній шлюпці, ловіть рибу, вичавлюйте з неї сік і пийте його; ніколи не втрачайте надії на порятунок і боріться за своє життя усіма можливими способами. Вибравшись на берег або будучи підібраним судном, негайно повідомте свої дані, назву корабля, час і місце катастрофи, кількість тих, хто врятувався разом з вами.

Перевірити наявність медичних засобів і допомоги: Якщо пасажир потребує медичної допомоги, треба негайно звернутися до персоналу для надання першої допомоги або транспортування в лікарню.

Європа (Греція, Норвегія, Великобританія). Греція та Норвегія мають сильні морські рятувальні служби:

- Hellenic Coast Guard (Грецька берегова охорона)
- Norwegian Rescue Service (Норвезька служба порятунку)
- Royal National Lifeboat Institution (Велика Британія) Королівський національний інститут рятувальних шлюпок

Алгоритм дій:

У країнах Європи з розвинутою інфраструктурою водного транспорту, таких як Італія та Греція, алгоритм дій також передбачає високу організацію та ефективність у разі аварії:

1. Надягти рятувальний жилет та слідувати вказівкам екіпажу: У разі аварії персонал судна дасть чіткі вказівки щодо евакуації та надасть рятувальні жилети. Пасажири повинні не тільки їх одягнути, але й уважно слухати команду екіпажу.
2. Слідувати до найближчого аварійного виходу або рятувальної шлюпки: У випадку затоплення чи інших надзвичайних ситуацій екіпаж організовує евакуацію через найближчі аварійні виходи або на рятувальні плоти.
3. Зберігати спокій та допомагати іншим пасажиром: На європейських суднах також акцентується увага на важливості збереження спокою та допомоги тим, хто може бути у важчому становищі, наприклад, літнім людям чи дітям.
4. Залишатися на плаву та чекати допомоги: Якщо рятувальні шлюпки не доступні, пасажири повинні триматися на поверхні води за допомогою рятувальних жилетів і чекати на порятунок.

Азія (Японія, Китай, Індія). Азія має великі морські торговельні маршрути, а відтак і потужні морські рятувальні служби:

- Japan Coast Guard (Берегова охорона Японії)
- China Maritime Search and Rescue (Китайський морський пошуково-рятувальний центр)
- Indian Coast Guard (Берегова охорона Індії).

Алгоритм дій:

В Азії, зокрема в Японії, Китаї та Південній Кореї, системи безпеки на водному транспорті досить розвинені, тому алгоритм дій у разі аварії також організований з високою точністю:

1. Надягнути рятувальний жилет та слідувати командам екіпажу: На суднах у Японії та Китаї надаються рятувальні жилети до посадки на борт. Пасажири повинні бути готові діяти відповідно до інструкцій екіпажу.
2. Використовувати аварійні виходи і шлюпки: У разі аварії судна пасажери повинні негайно орієнтуватися на найближчі аварійні виходи або шлюпки. У Японії є чітка система повідомлення про небезпеку, що дозволяє пасажирам швидко дістатися до евакуаційних пунктів.
3. Зберігати спокій та уникати паніки: Японія, відома своєю культурою дисципліни, наголошує на важливості збереження спокою та взаємної допомоги серед пасажирів.
4. Охороняти здоров'я та надавати першу допомогу: Пасажири, які не постраждали, повинні надавати першу допомогу тим, хто отримав травми, доки не приїдуть рятувальні служби.

4. ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ ТА БЕЗПЕКА НА АВІАТРАНСПОРТІ

Авіаційний транспорт є одним із найбезпечніших у світі, але коли аварія все ж трапляється, вона часто має масштабні наслідки. Саме тому правила поведінки в авіаційному транспорті є вкрай чітко регламентованими.

У США й країнах Європи авіакомпанії суворо дотримуються вимог FAA та EASA. Під час кожного польоту екіпаж проводить інструктаж із використання ременів безпеки, кисневих масок, аварійних виходів. Варто зазначити, що в більшості випадків пасажери нехтують цим інструктажем, хоча він може врятувати життя.

У разі розгерметизації салону система автоматично випускає кисневі маски. Ключова дія: надіти маску спершу на себе, лише потім допомагати іншим. Це правило часто ігнорується, але саме воно – критичне, оскільки в разі кисневого голодування людина втрачає свідомість за 20-30 секунд. При аварійній посадці пасажери мають зайняти «захисну позу» – нахилитись уперед, обхопивши голову руками.

Особлива увага приділяється пожежній безпеці. У літаках є вогнегасники, захисні ковдри, індикатори диму. Екіпаж регулярно проходить тренування з гасіння пожеж і евакуації, зокрема й у темряві, при задимленні або в умовах турбулентності.

У Японії, наприклад, авіакомпанії на кшталт ANA застосовують симуляційні тренажери, які відтворюють аварії в реальному часі. Це дозволяє екіпажу чітко відпрацювати кожну секунду.

Під час пандемії COVID-19 додалися нові правила. Згідно з дослідженням Sotomayor-Castillo та ін., пасажери більше уваги стали приділяти гігієні, носінню масок, дотриманню дистанції при посадці/висадці. Це також стало елементом безпеки – адже у разі евакуації надзвичайно важливо не створювати скупчення в проходах.

Згідно з українськими Авіаційними правилами (Наказ № 1239), пасажери зобов'язані виконувати всі вказівки екіпажу. За невиконання можуть бути застосовані санкції, аж до зняття з рейсу. Українські авіалінії також публікують на своїх сайтах повні інструкції для пасажирів, наприклад, Air Ocean Airlines детально описує, як поводитися на борту в екстрених ситуаціях.

Авіація є одним з найшвидших і найбезпечніших видів транспорту, однак авіакатастрофи, хоча і рідкісні, можуть мати серйозні наслідки. Кожен пасажир, перед тим як сісти в літак, повинен бути ознайомлений з основними правилами поведінки на випадок аварійної ситуації, а також знати, як правильно діяти під час евакуації чи інших надзвичайних ситуацій.

Служби, які опікуються цими питаннями в Україні:

- *Державна авіаційна служба України* – контролює безпеку польотів.
- *ДСНС* – ліквідує наслідки аварій.

Алгоритм дій:

У разі аварії на авіатранспорті в Україні, алгоритм дій включає наступні етапи:

1. Прислухатися до інструкцій екіпажу: Під час аварії пасажери повинні залишатися спокійними та уважно слухати інструкції команди пілотів і бортпровідників, які надаються через внутрішню систему оповіщення.
2. Надіти кисневу маску: У випадку, якщо у літаку відбувається розгерметизація, необхідно одягти кисневу маску, що допоможе зберегти дихання до моменту стабілізації ситуації.
3. Дотримуватися позиції для безпеки: У випадку аварійної посадки необхідно прийняти безпечну позу (нахил вперед, руки на голові, ноги разом), щоб зменшити ризик отримання травм під час удару.
4. Використовувати аварійні виходи: У разі аварійної ситуації на літаку пасажери повинні слідувати до найближчого аварійного виходу. Важливо пам'ятати, що під час евакуації пасажери не повинні забирати свої особисті речі, аби не уповільнити процес.
5. Допомогати іншим: Якщо на борту є пасажери, які потребують допомоги, наприклад, літні люди або діти, необхідно надати їм допомогу для безпечного виходу.

Зверніть увагу! При користуванні літаком, слід завжди пам'ятати такі правила особистої безпеки:

Подорожуйте по можливості прямими рейсами, уникаючи проміжних посадок. Під час проміжних зупинок необхідно завжди виходити в аеропорт, так як іноді терористи захоплюють літак на стоянці.

У разі аварійної посадки середина салону це найбезпечніше місце. Пересядьте туди, не чекаючи катастрофи, якщо є вільні місця.

Уточніть, де знаходиться аварійний вихід, які способи евакуації з салону передбачені, чи є кисневі маски і як пустити в них кисень, які є засоби порятунку на воді.

Контейнер з масками зазвичай кріпиться до стелі або до спинки переднього крісла. В якості рятувальних плавучих засобів зазвичай застосовуються нижні подушки від крісел: надувні жилети, що знаходяться під кріслами, надувні трапи, надувні плоти.

Сідайте ближче до виходу з салону або до аварійного виходу. Також може бути аварійний вихід на крило. Ним можна скористатися при пожежі і при посадці на воду.

Відрегулюйте прив'язний пасок по своєму тілу, потренуйтеся в швидкому застиганні і розстиганні. Слабини бути не повинно. Не відстигайтесь протягом усього польоту, інакше при раптовому маневрі або попаданні у повітряну яму ви можете опинитися на стелі. З цієї ж причини ходити по салону небезпечно. Пристебніть сусіда, інакше він може впасти на вас зі стелі.

Основні дії у разі аварії при зльоті та посадці:

Під час зльоту і посадки надягайте пальто, якщо воно з важко займистої матерії (шерсть, шкіра). У випадку пожежі воно забезпечить вам деякий захист. Не надягайте туфлі на тонких підборах, вони можуть поколоти аварійний надувний трап.

При загрозі аварійної посадки потурбуйтеся, щоб на полиці над вами не було нічого жорсткого і важкого. Свій багаж тримайте під кріслом або на колінах. При аварійній посадці замотайте голову яким-небудь одягом, закрийте обома руками і нагніться до колін – це захистить вас від уламків. Якщо простір між кріслами занадто тісний, упріться руками в переднє крісло і покладіть голову на руки.

Після аварійної посадки, завдання номер один – вибратися з літака якнайшвидше до вибуху палива. При натяку на паніку допоможіть екіпажу зберегти спокій.

При аварії на великій висоті може відбутися декомпресія – падіння тиску повітря в салоні. Симптоми декомпресії: свист, біль у вухах, біль у кишечнику, потепління і пощипування шкіри. Одягніть кисневу маску і менше рухайтесь.

При швидкій декомпресії на великій висоті у вас на надягання кисневої маски буде тільки 15 секунд. Запізнившись, ви знепритомнієте. Тому спочатку надіньте маску самі і тільки потім допомагайте оточуючим. Необхідно смикнути за шнурок, що тягнеться від маски до запобіжника, для того, щоб кисень почав надходити.

Якщо перед вами (або над вами) раптово відкрився відсік з кисневими масками, надягайте маску негайно. Не озирайтесь на інших і не ставте зайвих питань. Справа в тому, що при падінні тиску цей відсік відкривається автоматично. За відчуттями важко визначити, надходить кисень чи ні, тому що він не має запаху.

У випадку пожежі відпущено всього 5 хвилин на евакуацію. Чим ближче до підлоги, тим менше задимленість. Повзіть навприсядки. Якщо є час, краще прикрийте шкіру: одягніть рукавички, капелюх і т. п. Далі якнайшвидше вибирайтесь з літака, швидко йдіть від нього на відстань не менше 1,5 км.

У разі авіакатастрофи нахиліться в кріслі вперед, обхопіть голову обома руками, швидко зніміть з себе всі гострі предмети, ювелірні прикраси, годинник, притисніть до себе дітей. Виконуйте всі вказівки командира корабля та екіпажу, не вставайте з крісла до повної зупинки літака, не допускайте виникнення паніки в салоні і порушення центрування літака.

Після припинення руху літака негайно, дотримуючи черговості, покидайте його, використовуючи аварійні люки (правила користування зображені на них) і надувні трапи. Допомагаючи пораненим і дітям, віддаліться від літака якомога далі і лягайте на землю прикривши голову руками, щоб не постраждати від уламків при вибуху пального.

Надайте першу допомогу пораненим. У безлюдній місцевості за допомогою інших пасажирів спорядіть з підручних матеріалів навіси для дітей і поранених, відшукайте джерело води і відправте декілька осіб за допомогою.

Таким чином, перелічені вище поради зводяться до збереження спокою, витримки і самовладання людиною, що потрапила у небезпечну ситуацію. Ці поради потрібно завжди пам'ятати, щоб не посилювати своє і без того нелегке становище панікою, і намагатися зробити все для того, щоб допомогти собі полегшити свій стан та надати допомогу оточуючим до прибуття професійної допомоги.

І завжди слід пам'ятати, що в житті немає безвихідних ситуацій, але ми повинні зменшити небезпеку ризику до мінімуму. Наші доля і життя у наших власних руках.

Міжнародний досвід. Європа (Франція, Велика Британія, Німеччина). Служби, які опікуються цими питаннями:

- *Bureau d'Enquêtes et d'Analyses* (Франція) – Управління розслідувань та аналізу.
- *Air Accidents Investigation Branch* (Велика Британія) – Відділ розслідування авіаційних подій.
- *Luftfahrt-Bundesamt* (Німеччина) – Федеральна служба повітряного простору.

Алгоритм дій:

У Європі, особливо у Франції та Великобританії, авіаційна безпека знаходиться на дуже високому рівні.

Алгоритм дій в разі аварії є стандартним для всіх авіакомпаній:

1. Слідувати інструкціям екіпажу: Бортпровідники та пілоти завжди дають чіткі інструкції щодо порядку дій під час аварії. Пасажири повинні уважно слідувати всім вказівкам.
2. Надіти кисневу маску: Якщо в літаку знижується тиск, пасажири повинні негайно надягти кисневу маску.

3. Зайняти безпечну позу: Під час аварійної посадки потрібно прийняти позу для безпеки (нахил вперед, руки на голові, ноги разом).
4. Евакуація через аварійні виходи: У разі необхідності евакуації пасажир повинні швидко орієнтуватися і рухатися до найближчого виходу. У Великобританії є розвинена система оповіщення, що дозволяє пасажирам швидко дістатися до виходів.
5. Не панікувати та допомагати іншим пасажирам: Евакуація повинна відбуватися без паніки. Особливо важливо допомогти літнім людям, інвалідам та дітям.

Азія (Китай, Японія, Індія). Служби:

- *Civil Aviation Administration of China* – Адміністрація цивільної авіації Китаю.
- *Japan Transport Safety Board* – Рада з безпеки транспорту Японії.
- *Directorate General of Civil Aviation* (Індія) – Генеральний директорат цивільної авіації.

Алгоритм дій:

У Японії, Китаї та Південній Кореї авіаційна безпека є однією з найкращих у світі. Алгоритм дій у разі аварії відповідає міжнародним стандартам і включає такі етапи:

1. Слідувати інструкціям екіпажу: Під час аварії важливо уважно слухати вказівки екіпажу. У Японії та Китаї це зазвичай супроводжується чіткими голосовими та візуальними сигналами.
2. Надіти кисневу маску: В разі розгерметизації пасажир повинні надягти кисневу маску, яка буде випускатися автоматично.
3. Зайняти правильну позу для безпеки: Пасажир повинні сидіти в безпечній позі під час аварійної посадки.
4. Використовувати аварійні виходи: Якщо це необхідно, слідувати до аварійних виходів і евакуюватися без зайвих речей.
5. Залишатися спокійним і допомагати іншим пасажирам: Під час аварії важливо не тільки зберігати спокій, але й допомогти тим, хто потребує допомоги.

ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

Практична частина складається з відпрацювання різноманітних кейсів, запропонованих нижче, за допомогою різноманітних методів, зокрема:

1. Метод обговорення та аналізу

Це найбільш поширений і простий спосіб. Кейс обговорюється у групі, де кожен може висловити свою думку.

Покроковий аналіз: Учасники розбирають кейс по кроках, наприклад:

Що сталося?

Яка перша дія?

Які можливі варіанти розвитку подій?

Які є альтернативні рішення?

Чому саме цей варіант найкращий?

Мозковий штурм: Учасники вільно пропонують ідеї, які потім аналізуються. Це допомагає знайти нестандартні рішення.

2. Метод рольових ігор (симуляція)

Цей метод дозволяє відтворити ситуацію з кейсу в реальному часі. Учасники розподіляють ролі (пасажир, провідник, рятувальник) і розігрують сценарій.

Створення сценарію: Детально опишіть ситуацію, ролі та правила.

Відпрацювання навичок: Учасники не просто обговорюють, а реально діють. Це допомагає краще запам'ятати послідовність дій та навчитися контролювати емоції.

Аналіз після гри: Після завершення робиться аналіз, де учасники обговорюють, що вдалося, а що ні.

3. Метод відео-кейсу

Якщо немає можливості провести рольову гру, можна використати відеоматеріали. Заздалегідь зняті відеосценарії дозволяють візуалізувати ситуацію.

Перегляд відео: Учасники дивляться відео, де показано розвиток подій.

Зупинка в ключових моментах: Учитель зупиняє відео в ключових моментах, щоб запитати: "Що ви зробите зараз?"

Дискусія: Після перегляду проводиться обговорення, як можна було б діяти ефективніше.

4. Метод «перевернутого» кейсу

У цьому методі пропонується спочатку неправильне рішення.

Демонстрація помилкових дій: Учасникам показують кейс, в якому персонаж робить помилкові дії.

Аналіз помилок: Учасники обговорюють, які помилки були допущені і чому.

Пропозиція правильного рішення: Після аналізу помилок учасники пропонують правильні дії.

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ

Підготовка:

Створити імітацію транспортного засобу (стілець, макети)

Підготувати реквізит (маски, жилети, аптечки)

Призначити інструкторів-спостерігачів

Проведення:

Брифінг (5 хв): Пояснення ситуації та правил

Виконання сценарію (10–15 хв): Практичні дії

Дебрифінг (10 хв): Аналіз помилок та правильних рішень

Критерії оцінки:

Швидкість реакції

Правильність дій

Взаємодопомога

Дотримання інструкцій безпеки

Організованість та спокій

Ускладнення для досвідчених груп:

Імітація паніки (актори)

Обмежена видимість (задимлення)

Додаткові перешкоди

Травмовані пасажери (актори)

Часові обмеження

ДОДАТКОВІ ІНТЕРАКТИВНІ ЕЛЕМЕНТИ

«Швидка реакція»

Несподівані команди під час звичайних пояснень:

«Аварійна ситуація! Всі на підлогу!»

«Евакуація! Через задній вихід!»

«Експерт дня»

Учасники по черзі виступають в ролі інструкторів з безпеки, пояснюючи правила іншим.

«Детективи безпеки».

Знаходження порушень безпеки в підготованих ситуаціях або на фотографіях транспортних засобів.

Ці методики можна комбінувати, щоб зробити процес навчання максимально ефективним і цікавим.

Практичні завдання до теми

«Правила поведінки та безпека під час аварій на залізничному транспорті»

Сценарій 1: «Пожежа у вагоні»

Початкова ситуація: Ви їдете в плацкартному вагоні. Раптом чуєте крики "Пожежа!" з сусіднього купе.

Інтерактивні завдання:

Оцініть ситуацію (30 сек): Що робите першочергово?

А) Біжите дивитися на пожежу

В) Натискаєте аварійну кнопку

С) Оцінюєте шляхи евакуації

Діяльність під час евакуації (2 хв):

Покажіть, як правильно рухатися коридором при задимленні

Продемонструйте відкриття аварійного виходу

Вкажіть правильну послідовність дій при залишенні вагона

Критерії оцінки: Швидкість реакції, правильність дій, допомога іншим пасажирам

Сценарій 2: «Зіткнення поїздів»

Ситуація: Відчуваєте різкий поштовх і гальмування. Поїзд зупиняється з лязгом металу.

Завдання:

Прийняти безпечну позу під час удару

Перевірити свій стан та стан сусідів

Організувати евакуацію травмованих

Надати першу допомогу

Інші практичні кейси до теми

Ситуаційне моделювання

Розгляньте у групах ситуацію аварії на залізничному переїзді. Розробіть покроковий план дій пасажирів та водія транспортного засобу, щоб уникнути травмувань і мінімізувати наслідки аварії. Презентуйте результати.

Відпрацювання евакуації

На основі опису типового поїзда визначте найкоротший та безпечний маршрут евакуації. Продемонструйте, як правильно використовувати аварійні виходи та аварійне обладнання (наприклад, вікна-відкривачі, аварійні молотки).

Аналіз поведінки пасажирів

Проаналізуйте відеозапис або опис реальної аварійної ситуації на залізничному транспорті. Визначте правильні та помилкові дії пасажирів. Обґрунтуйте, які дії можна вважати зразковими з точки зору безпеки.

Розробка пам'ятки

Створіть інформаційну пам'ятку для пасажирів з основними правилами поведінки під час аварії на залізничному транспорті. Пам'ятка має бути стислою, зрозумілою і містити поради щодо дій у різних надзвичайних ситуаціях.

Тренінг із надання першої допомоги

Відпрацюйте базові навички надання першої допомоги потерпілим під час аварії на залізничному транспорті (зупинка кровотечі, штучне дихання, іммобілізація).

Порівняльний аналіз нормативів

Проаналізуйте правила поведінки під час аварій на залізничному транспорті в Україні та в одній із країн Європейського Союзу (наприклад, Німеччина або Франція). Визначте основні відмінності та спільні підходи. Обговоріть, які міжнародні стандарти (наприклад, рекомендації Європейського агентства з безпеки залізничного транспорту – ERA) застосовуються для підвищення безпеки.

Симуляція дій за стандартами ICAO/ERA

Відпрацюйте алгоритм поведінки пасажирів і персоналу під час аварії за міжнародними протоколами, наприклад, враховуючи рекомендації ERA щодо евакуації та сигналізації. Використайте сценарій з реальних інцидентів в Європі.

Розробка плану евакуації з урахуванням кращих практик світу

Створіть детальний план евакуації пасажирів із залізничного вагона, враховуючи найкращі міжнародні практики: організація потоків пасажирів, використання аварійних виходів, забезпечення доступності для людей з обмеженими можливостями.

Вивчення інноваційних технологій безпеки

Ознайомтесь із сучасними технологіями контролю та попередження аварій, які застосовуються у розвинених країнах (наприклад, системи автоматичного гальмування, датчики аварій). Обговоріть можливості їх впровадження в Україні.

Розробка мультимедійної інформаційної кампанії

Створіть проект інформаційної кампанії для пасажирів залізничного транспорту, яка базується на міжнародних стандартах безпеки та адаптована для українського контексту. Використайте інфографіку, відео, соціальні мережі.

Кейс: Ви подорожуєте поїздом. Раптом відчуваєте сильний поштовх, вагон починає хилитися набік, і чуєте скрегіт металу. Світло зникає, пасажирів в паніці. Ваші дії?

Займання вагона

Ситуація: Ви подорожуєте нічним поїздом і прокидаєтесь від запаху диму. З коридору чутно голоси пасажирів, які повідомляють про загоряння в сусідньому вагоні.

Ваші дії?

Екстрена зупинка поїзда на відкритій місцевості

Ситуація: Поїзд, у якому ви знаходитесь, різко зупиняється десь у полі. Через деякий час стає зрозуміло, що сталася аварія, але видимих пошкоджень вагона немає. Екіпаж не дає чітких інструкцій, і пасажирів починають виходити з поїзда.

Ваші дії?

Аварія з перекиданням вагона

Ситуація: Ваш поїзд сходить з рейок, і ваш вагон починає перекидатися. Ви розумієте, що можете бути в пастці.

Ваші дії?

Практичні завдання до теми
«Правила поведінки та безпека у громадському транспорті
(тролейбусі, автобусі, трамваї, таксі, тощо)»

Сценарій 1: «ДТП в автобусі»

Ситуація: Автобус різко гальмує і стикається з вантажівкою. Водій втратив свідомість.

Інтерактивні дії (команди по 4–5 осіб):

Команда «Рятувальники»:

Визначити стан водія

Організувати виклик швидкої

Координувати евакуацію

Команда «Евакуація»:

Відкрити аварійні виходи

Допомогти дітям та людям похилого віку

Підрахувати евакуйованих

Команда «Домедична допомога»:

Оцінити травми пасажирів

Надати першу допомогу

Підготувати до прибуття медиків

Сценарій 2: «Пожежа в троллейбусі»

Ситуація: З моторного відсіку йде дим і запах горілого.

Поетапна гра:

Етап 1: Виявлення загрози (хто і як повідомляє)

Етап 2: Відключення живлення (хто має право)

Етап 3: Організована евакуація через усі доступні виходи

Етап 4: Допомога службам порятунку

Інші практичні кейси до теми

Розбір аварійної ситуації

Проаналізуйте опис аварійної ситуації у троллейбусі або автобусі (наприклад, ДТП або пожежа). Складіть план дій пасажирів і водія для безпечної евакуації і мінімізації травм.

Практика евакуації

Відпрацюйте евакуацію з громадського транспорту з урахуванням правил:

як правильно швидко та організовано залишити салон через двері або аварійні виходи.

Розробка пам'ятки пасажиру

Створіть інформаційну пам'ятку для пасажирів різних видів громадського транспорту з основними правилами поведінки під час надзвичайних ситуацій.

Аналіз поведінки під час ДТП

Перегляньте відео або прочитайте опис ДТП за участю громадського транспорту. Визначте, які дії пасажирів були безпечними, а які – небезпечними. Обґрунтуйте правильні дії.

Сценарій поведінки у таксі

Обговоріть і розробіть рекомендації з безпеки пасажирів у таксі (наприклад, перевірка ліцензії, використання ременів безпеки, дії у випадку аварії або нападу).

Практичний тренінг із використання ременів безпеки

Проведіть тренінг, де учасники демонструють правильне пристібання ременів безпеки у різних видах громадського транспорту.

Вивчення нормативної бази

Ознайомтесь з правилами безпеки у громадському транспорті, затвердженими в Україні, та порівняйте з міжнародними стандартами (наприклад, ЄС). Обговоріть можливі вдосконалення.

Ви їдете в автобусі, і він раптово починає димити з моторного відсіку. Водій зупиняє транспорт і кричить, що треба терміново вийти. Ваші дії?

Втрата свідомості пасажиром

Ситуація: Ви їдете в переповненому трамваї. Раптом бачите, що літня жінка, яка стояла поруч, втратила свідомість і впала. Ваші дії?

Напад на пасажирів

Ситуація: Ви їдете в таксі ввечері. Водій починає поводитися агресивно, відхиляється від маршруту та блокує двері.

Ваші дії?

Дорожньо-транспортна пригода

Ситуація: Ви перебуваєте в маршрутному таксі, і воно потрапляє в ДТП. Автомобіль різко гальмує і врізається в інший транспортний засіб.

Ваші дії?

Практичні завдання до теми «Правила поведінки та безпека на водному транспорті»

Сценарій 1: "Шторм на паромі"

Ситуація: Паром потрапляє в сильний шторм. Хвилі заливають палубу, людей кидає із сторони в сторону.

Рольова гра "Члени екіпажу і пасажери":

Пасажири отримують завдання:

Знайти найбезпечніше місце на судні

Одягти рятувальні жилети

Допомагати один одному тримати рівновагу

Слухати команди екіпажу

Екіпаж (інструктори):

Подавати команди через гучномовець

Координувати рух пасажирів

Демонструвати правильне використання обладнання

Сценарій 2: "Людина за бортом"

Ситуація: З палуби туристичного судна впала людина.

Команди виконують ролі:

Спостерігачі: Постійно вказують на людину у воді

Команда порятунку: Кидають рятувальне коло, готують човен

Зв'язківці: Повідомляють капітана, викликають допомогу

Медики: Готуються надавати допомогу врятованому

Інші практичні кейси до теми

Моделювання надзвичайної ситуації на судні

Розгляньте ситуацію пожежі або аварії на пасажирському катері чи кораблі. Розробіть поетапний план дій пасажирів та екіпажу для швидкої та безпечної евакуації.

Відпрацювання використання засобів індивідуального захисту

Практично ознайомтеся з рятувальними жилетами, плотами та іншими засобами безпеки на водному транспорті. Проведіть тренінг із правильного надягання жилета та використання аварійного обладнання.

Складання пам'ятки з правил поведінки на водному транспорті

Створіть коротку зрозумілу пам'ятку для пасажирів із рекомендаціями щодо безпечної поведінки під час плавання та аварійних ситуацій.

Аналіз аварійних випадків

Вивчіть опис відомих аварій на водному транспорті (наприклад, зіткнення суден, затоплення). Проаналізуйте, які помилки допустили пасажирів чи екіпаж, і які дії могли запобігти трагедії.

Тренінг з евакуації

Відпрацюйте алгоритм евакуації з судна, враховуючи міжнародні стандарти SOLAS. Прокладіть маршрути евакуації, організуйте розподіл пасажирів на рятувальні плоти.

Практичне заняття з подачі сигналів лиха

Навчіться правильно використовувати світлові, звукові та радіосигнали для виклику допомоги на воді.

Ознайомлення з міжнародними конвенціями

Обговоріть основні положення Конвенції SOLAS (Міжнародна конвенція з безпеки людського життя на морі) і як вони впливають на поведінку пасажирів та екіпажу.

Ви подорожуєте на туристичному катері, і він починає набирати воду через пробоїну. Ваші дії?

Займання на борту судна

Ситуація: Ви подорожуєте на пасажирському пароплаві. Раптом спрацьовує пожежна сигналізація, і ви бачите, як з однієї з кают йде дим.

Ваші дії?

Падіння людини за борт

Ситуація: Ви перебуваєте на туристичному катері, і бачите, як інший пасажир падає за борт.

Ваші дії?

Шторм на борту

Ситуація: Погода раптово змінюється, і ваш катер потрапляє у сильний шторм. Корабель починає сильно хитати, багато людей відчують морську хворобу.

Ваші дії?

Практичні завдання до теми «Правила поведінки та безпека на авіатранспорті»

Сценарій 1: «Аварійна посадка»

Ситуація: Пілот повідомляє про технічні неполадки і підготовку до аварійної посадки.

Імітація салону літака (ряди стільців):

Підготовка до удару (2 хв):

Прийняти правильну позу

Зафіксувати особисті речі

Допомогти сусідам

Після посадки (3 хв):

Швидко покинути салон через аварійні виходи

Допомогти дітям та людям з обмеженими можливостями

Віддалитися від літака на безпечну відстань

Сценарій 2: «Декомпресія кабіни»

Ситуація: На висоті 10000 м різко падає тиск у салоні.

Поетапні дії (кожен етап – 30 секунд):

Негайно одягти кисневу маску (спочатку собі!)

Допомогти дітям та сусідам

Прийняти безпечну позу

Слухати інструкції екіпажу

Інші практичні кейси до теми

Відпрацювання алгоритму дій під час аварійної посадки

Розгляньте сценарій аварійної посадки літака. Практично пропрацюйте порядок дій пасажирів: використання аварійних виходів, правильна посадкова поза, евакуація з літака.

Тренінг із застосування аварійного обладнання

Ознайомтеся і практично відпрацюйте використання кисневих масок, рятувальних жилетів та аварійних килимків. Поясніть правила їх застосування під час польоту та в екстрених ситуаціях.

Розробка пам'ятки для пасажирів

Створіть інформаційний буклет або плакат із основними правилами поведінки в літаку під час надзвичайних ситуацій.

Аналіз реальних авіаційних інцидентів

Вивчіть опис кількох відомих авіаційних аварій або інцидентів. Проаналізуйте дії екіпажу і пасажирів, визначте правильні і помилкові кроки з точки зору безпеки.

Симуляція евакуації літака

Організуйте тренінг із практичної евакуації з імітацією роботи аварійних виходів і сходів, щоб навчитися швидко і безпечно залишати літак.

Обговорення міжнародних стандартів безпеки (ІКАО)

Ознайомтесь з основними положеннями Міжнародної організації цивільної авіації (ІКАО) щодо безпеки пасажирів. Обговоріть їх практичне застосування.

Тренінг із реагування на пожежу на борту

Розгляньте алгоритм дій пасажирів і екіпажу у випадку пожежі в салоні літака. Проведіть рольову гру з відпрацювання таких ситуацій.

Під час польоту ви відчуваєте сильну турбулентність, і літак починає різко втрачати висоту. Кисневі маски випадають над вашим сидінням. Ваші дії?

Втрата тиску в салоні

Ситуація: Ви подорожуєте літаком на висоті 10 000 метрів. Раптом відчуваєте, що літак почав різко знижуватися. Над вашим сидінням випадають кисневі маски.

Ваші дії?

Займання багажу на борту

Ситуація: Під час польоту ви відчуваєте запах диму, а потім помічаєте, що з ручної поклажі, яка лежить на багажній полиці, йде дим.

Ваші дії?

Турбулентність та аварійна посадка

Ситуація: Літак потрапляє в зону сильної турбулентності. Капітан оголошує про можливу аварійну посадку.

Ваші дії?

КОНТРОЛЬНІ ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ ЗНАНЬ

1. Правила поведінки та безпека під час аварій на залізничному транспорті
Які основні дії пасажирів при аварії поїзда?
Як правильно використовувати аварійні виходи у поїзді?
Які засоби першої допомоги можна застосувати під час залізничної аварії?
Що робити, якщо поїзд зупинився в небезпечному місці (наприклад, на мосту)?
Які міжнародні стандарти регламентують безпеку на залізничному транспорті?
2. Правила поведінки та безпека у громадському транспорті (тролейбус, автобус, трамвай, таксі, автомобіль)
Які дії пасажирів під час аварійної ситуації у тролейбусі або автобусі?
Як діяти, якщо двері транспорту заблоковані?
Чому важливо пристібнутися ременем безпеки в автомобілі та таксі?
Які правила безпеки слід дотримуватися під час поїздок у громадському транспорті?
Як визначити ліцензоване таксі?
3. Правила поведінки та безпека на водному транспорті
Які засоби індивідуального захисту обов'язкові на водному транспорті?
Які основні правила евакуації з корабля або катера?
Як подавати сигнали лиха на воді?
Що слід робити при пожежі на судні?
Які міжнародні конвенції регламентують безпеку на водному транспорті?
4. Правила поведінки та безпека на авіатранспорті
Які основні правила поведінки пасажирів під час аварійної посадки?
Як користуватися кисневими масками та рятувальними жилетами?
Що робити під час евакуації літака?
Які дії пасажирів у випадку пожежі на борту?
Які міжнародні стандарти регулюють безпеку авіаційних перевезень?

ПИТАННЯ ДЛЯ КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ З БЕЗПЕКИ НА ТРАНСПОРТІ

ЗАЛІЗНИЧНИЙ ТРАНСПОРТ

Тестові питання (одна правильна відповідь):

1. При виникненні пожежі у вагоні першочергово слід:
А) Взяти особисті речі та вибігти з вагона
В) Натиснути аварійну кнопку та повідомити провідника
С) Спробувати самостійно погасити вогонь
D) Відкрити всі вікна для провітрювання
2. Аварійне гальмо в поїзді може використовувати:
А) Будь-який пасажир у критичній ситуації
В) Тільки провідник вагона
С) Тільки машиніст поїзда
D) Тільки працівники залізниці
3. При зіткненні поїздів найбезпечніша поза:
А) Стояти, тримаючись за поручні
В) Лежати на підлозі лицем вниз
С) Сидіти нахилившись вперед, обхопивши голову руками
D) Сидіти, відкинувшись на спинку крісла

Ситуаційні питання:

4. Ви їдете в купейному вагоні вночі. Прокидаєтесь від запаху диму. Опишіть покроково ваші дії.
5. Поїзд зупинився між станціями через аварію попереду. Ви чуєте, що люди починають панікувати. Як слід діяти?

ГРОМАДСЬКИЙ ТРАНСПОРТ

Тестові питання:

6. При пожежі в автобусі спочатку треба:
А) Відкрити всі вікна
В) Повідомити водія та пасажирів
С) Вибігти через передні двері
D) Викликати пожежну службу

7. Якщо водій автобуса втратив свідомість під час руху:
- A) Треба заспокоїти пасажирів і чекати зупинки
 - B) негайно спробувати зупинити транспорт
 - C) Відкрити двері та стрибнути на ходу
 - D) Розбудити водія будь-якими способами
8. У тролейбусі аварійні виходи розташовані:
- A) Тільки через передні двері
 - B) Через двері та аварійні вікна
 - C) Тільки через задні двері
 - D) Через люк у даху

Практичні завдання:

9. Продемонструйте, як правильно розбити скло аварійним молоточком.
10. Ви в маршрутці, яка перекинулась. Опишіть алгоритм евакуації.

ВОДНИЙ ТРАНСПОРТ

Тестові питання:

11. Рятувальний жилет слід одягати:
- A) Тільки при оголошенні тривоги
 - B) Одразу при посадці на судно
 - C) При першій вимозі екіпажу
 - D) Тільки при покиданні судна
12. При сигналі «людина за бортом» пасажир повинні:
- A) Кинутися до борту дивитися
 - B) Залишатися на місцях та виконувати команди екіпажу
 - C) Негайно одягти рятувальні жилети
 - D) Підготуватися до евакуації
13. У шторм на палубі судна найбезпечніше:
- A) Триматися за релінги біля борту
 - B) Йти в каюти або внутрішні приміщення
 - C) Стояти посередині палуби
 - D) Лягти на палубу

Ситуаційні завдання:

14. Ви плаваєте на поромі. Починається шторм. Капітан оголошує про необхідність надіти рятувальні жилети. Ваші дії?
15. На прогулянковому катері виник крен, судно починає тонути. Складіть план евакуації для 20 пасажирів.

АВІАТРАНСПОРТ

Тестові питання:

16. При декомпресії кабіни кисневу маску слід:
 - A) Спочатку надіти дитині, потім собі
 - B) Спочатку надіти собі, потім допомогти іншим
 - C) Надіти одночасно собі та дитині
 - D) Чекати допомоги стюардеси
17. При аварійній посадці заборонено:
 - A) Нахилятися вперед
 - B) Знімати взуття на високих підборах
 - C) Тримати на колінах гострі предмети
 - D) Всі варіанти правильні
18. Евакуацію з літака після аварійної посадки слід:
 - A) Починати через 5 хвилин після зупинки
 - B) Розпочинати негайно після команди екіпажу
 - C) Проводити тільки через основні виходи
 - D) Відкласти до прибуття рятувальників

Практичні завдання:

19. Покажіть правильну позу при аварійній посадці літака.
20. Ви сидите біля аварійного виходу. Літак здійснив жорстку посадку на воду. Ваші дії?

КОМПЛЕКСНІ СИТУАЦІЙНІ ЗАВДАННЯ

21. Сценарій "Мультиmodalьна подорож":
Ви їдете з дому до аеропорту автобусом, потім літаком до морського порту, а звідти поромом до острова. На кожному етапі сталася аварійна ситуація. Опишіть правильні дії для кожного виду транспорту.

22. Сценарій "Допомога іншим":

У кожному виді транспорту з вами подорожує літня людина з обмеженою рухливістю. Як ви будете діяти в аварійних ситуаціях, допомагаючи їй?

ТВОРЧІ ЗАВДАННЯ

23. Створіть пам'ятку безпеки для одного з видів транспорту (на вибір) для дітей 10–12 років.

24. Розробіть план евакуації для:

- Шкільного автобуса (40 дітей)
- Туристичного теплохода (100 пасажирів)
- Приміського поїзда (200 пасажирів)

ПИТАННЯ ПІДВИЩЕНОЇ СКЛАДНОСТІ

25. Аналіз помилок:

Перегляньте відеозапис евакуації (або опис ситуації) та визначить помилки, які допустили люди.

26. Юридичні аспекти:

Яка відповідальність пасажирів за порушення правил безпеки на різних видах транспорту?

27. Психологічний аспект:

Як боротися з панікою під час аварійних ситуацій? Запропонуйте 5 конкретних способів.

СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ

Тестові питання (1–20):

- Кожна правильна відповідь – 1 бал
- Максимум: 20 балів

Ситуаційні завдання (21–24):

- Повнота відповіді – 3 бали
- Правильність дій – 3 бали
- Логічність викладу – 2 бали
- Максимум за завдання: 8 балів

Практичні демонстрації (9, 19):

- Правильність виконання – 5 балів
- Швидкість – 3 бали
- Пояснення дій – 2 бали
- Максимум за демонстрацію: 10 балів

Загальна шкала оцінки:

- 90–100 % – відмінно
- 75–89 % – добре
- 60–74 % – задовільно
- Менше 60 % – потребує додаткового навчання

ПРАВИЛЬНІ ВІДПОВІДІ НА ТЕСТОВІ ПИТАННЯ

1. В 2. А 3. С 4. [Розгорнута відповідь] 5. [Розгорнута відповідь]
6. В 7. В 8. В 9. [Демонстрація] 10. [Розгорнута відповідь]
11. С 12. В 13. В 14. [Розгорнута відповідь] 15. [Розгорнута відповідь]
16. В 17. D 18. В 19. [Демонстрація] 20. [Розгорнута відповідь]

ПЕРЕЛІК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. European Maritime Safety Agency (EMSA). (2021). Guidelines on Ship Safety and Emergency Procedures. *European Union*.
<https://www.emsa.europa.eu/we-do/safety/ship-safety-standards.html>
2. I International Maritime Organization (IMO). (2020). International Convention for the Safety of Life at Sea (SOLAS). *International Maritime Organization*.
[https://www.imo.org/en/About/Conventions/Pages/International-Convention-for-the-Safety-of-Life-at-Sea-\(SOLAS\),-1974.aspx](https://www.imo.org/en/About/Conventions/Pages/International-Convention-for-the-Safety-of-Life-at-Sea-(SOLAS),-1974.aspx)
3. U.S. Department of Transportation, Federal Aviation Administration (FAA). (2021). Aviation Safety: Emergency Procedures and Safety Guidelines. *FAA*.
https://www.faa.gov/data_research/safety
4. Japan Transport Safety Board (JTSB). (2020). Safety Procedures and Protocols in Aviation. *JTSB*.
https://jtsb.mlit.go.jp/Safety_Recommendation.html
5. European Aviation Safety Agency (EASA). (2020). Guidelines on Emergency Evacuation and Safety Procedures for Passengers. *European Union*.
<https://www.easa.europa.eu/en>
6. International Maritime Rescue Federation (IMRF). (2021). Maritime Search and Rescue Procedures. *IMRF*.
<https://www.international-maritime-rescue.org/>
7. European Commission. EU Aviation Safety – Emergency Evacuation Procedures and Guidelines (2020).
https://transport.ec.europa.eu/transport-modes_en
8. World Health Organization (WHO). Transport Safety Guidelines and Public Health Protocols (2021).
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/road-traffic-injuries>
9. German Federal Ministry for Digital and Transport. Rail Transport Emergency Protocols (2020).
<https://bmdv.bund.de/EN/Topics/EU-Policy/EU-Transport-Policy/European-Rail-Transport-Policy/european-rail-transport-policy.html>
10. Ямпільська громада. Правила безпеки громадян на залізничному транспорті (2024).
<https://yampilsr.gov.ua/news/1718194995/>
11. Дії при аваріях на транспорті.
<https://ts.kiev.ua/dii-pry-avariakh-na-transporti/>

Навчальне видання

ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ ПІД ЧАС АВАРІЙ НА РІЗНИХ ВИДАХ ТРАНСПОРТУ В УКРАЇНІ ТА СВІТІ

ЕЛЕКТРОННІ МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

до практичних занять та самостійної роботи
з дисциплін «Цивільний захист»,
«Цивільна безпека та основи медицини катастроф»,
«Безпека життєдіяльності та основи охорони праці»
здобувачам усіх спеціальностей та форм навчання

Електронне практичне видання

Укладачі:

Гвоздій Світлана Петрівна
Поліщук Любов Миронівна
Пєнов Вадим Васильович
Рижко Ірина Леонідівна
Устянська Ольга Володимирівна

В авторській редакції

Затв. авт. 07.03.2026. Шрифт Times New Roman.
Системні вимоги: операційна система сумісна з програмним забезпеченням
для читання файлів формату PDF.
Обсяг 0,9 МБ. Зам. № 3103.

Видавець і виготовлювач
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 4215 від 22.11.2011 р.
вул. Університетська, 12, м. Одеса, 65082, Україна
Тел.: (048) 723 28 39, e-mail: druk@onu.edu.ua