

ЗАТВЕРДЖЕНО
наказ директора КУ ССШ № 7
ім. М. Савченка СМР
№ 62-г від 29.08.2022

ІНСТРУКЦІЯ № 66
З БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ В УМОВАХ
НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ ВОЄННОГО ХАРАКТЕРУ ПІД ЧАС
ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

1. Загальні положення

1.1. Інструкція розроблена відповідно до «Положення про організацію роботи з охорони праці та безпеки життєдіяльності учасників освітнього процесу в установах і закладах освіти», затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 26.12.2017 № 1669, рекомендацій Міністерства освіти і науки України щодо дій у разі загрози виникнення або виникнення надзвичайних ситуацій.

Інструкція поширюється на всіх учасників освітнього процесу у разі загрози виникнення або виникнення надзвичайних ситуацій.

1.2. У разі загрози виникнення або виникнення надзвичайних ситуацій, класним керівником згідно діючого «Положення про організацію роботи з охорони праці та безпеки життєдіяльності учасників освітнього процесу в установах і закладах освіти», затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 26.12.2017 № 1669, проводиться первинний інструктаж учнів із записом у журналі реєстрації проведених інструктажів.

1.3. У разі раптового припинення занять, інструктаж проводиться в телефонному режимі або онлайн.

2. Поради щодо безпеки життєдіяльності під час надзвичайних ситуацій
воєнного характеру

Надзвичайні ситуації воєнного характеру – це ситуації, пов'язані з наслідками застосування зброї масового ураження або звичайних засобів ураження, під час яких виникають вторинні фактори ураження населення внаслідок зруйнування атомних і гідроелектричних станцій, складів і сховищ радіоактивних і токсичних речовин та відходів, нафтопродуктів, вибухівки, сильнодіючих отруйних речовин, токсичних відходів, транспортних та інженерних комунікацій.

2.1. Не наражати себе на небезпеку свідомо. Не виходити на вулицю в період дії комендантської години чи під час повітряної тривоги. У разі оголошення тривоги або початку бойових дій, швидко реагувати на вказівки дорослих та прямувати до визначеного місця укриття.

2.2. Дбати про медіаграмотність. Бути уважними до отриманої інформації та завжди пам'ятати, що поки в Україні воєнні дії, активно ведеться також інформаційна війна. Не передавати далі інформацію, яка не має офіційних підтверджень.

2.3. Дотримуватися режиму дня.

2.4. Обговорювати те, що відбувається, з учителями, батьками чи близькими людьми. Такі обговорення дають почуття емоційної стабільності.

2.5. Підтримувати спілкування з друзями. Спілкування – базова потреба кожної людини. Обговорювати різні епізоди, не фокусуючись лише на тривожних подіях.

2.6. Долучатися допомагати іншим, але переконатися, що це безпечно. Краще волонтерити разом з батьками або друзями. Волонтерство надає наснагу та внутрішні сили.

2.7. Не забувати про почуття гумору. Намагайтеся посміхатися та жартувати – це дасть змогу не думати про погані новини.

3. Вимоги безпеки життєдіяльності за сигналами оповіщенням «Увага всім!»

Якщо почули звуки сирен, переривчасті гудки підприємств або звуки гучномовця, що тривають протягом кількох хвилин, це означає попереджувальний сигнал «Увага всім!». Необхідно дотримуватися наступних правил безпеки:

- Увімкнути телебачення або радіо. Інформація передається офіційними каналами протягом 5 хвилин після сигналу.
- Прослухавши повідомлення, виконувати інструкції.
- Залишити теле- і радіоканали увімкненими – через них може надходити подальша інформація.

3.1. Після отримання повідомлення можливі наступні варіанти дій:

- Залишатися вдома. При цьому необхідно пристосувати своє житло. Повідомте отриману інформацію сусідам.
- Перейти до укриття або евакуюватися в інший район. Перед виходом з будинку перекрити газо-, електро- та водопостачання, зачинити вікна і вентиляційні отвори. Взяти з собою індивідуальні засоби захисту дихання і найнеобхідніші речі. Прямувати до укриття або на збірний евакуаційний пункт. Допомогти тим, хто цього потребує.

3.2. У разі евакуації або переходу до безпечнішого району знадобляться найнеобхідніші речі. Вміст «тривожної валізи»:

- паспорт і копії всіх необхідних документів (свідоцтво про народження, військовий квиток, документ про освіту, трудова книжка або пенсійне посвідчення, документи на власність);
- гроші (готівку і банківські картки);
- зарядні пристрої для мобільних телефонів;
- радіоприймач, ліхтарик, сигнальні пристрої, компас, годинник, компактний набір інструментів (мультитул), ніж, пакети для сміття, блокнот, олівець, нитки, голки, сірники, запальнички;
- теплий одяг (якщо є така можливість, термоковдру), нижню білизну, надійне зручне взуття;
- гігієнічні засоби;
- аптечку

За рекомендаціями Міністерства Охорони Здоров'я України аптечку слід укомплектувати відповідно до особистих потреб. Важливо перевірити заздалегідь термін придатності всіх препаратів. До базового набору входить::

- *сухий та медичний спирт;*
- *2 пари гумових рукавичок;*
- *клапан з плівкою для проведення штучного дихання;*
- *засоби для зупинки кровотечі (турнікет, кровоспинний бинт з гемостатичним засобом);*
- *марлеві серветки різних розмірів і нестерильні марлеві бинти;*
- *еластичні бинти з можливістю фіксації;*
- *пластирі різних розмірів;*
- *атравматичні ножиці для розрізання одягу на потерпілому;*
- *великий шматок тканини, якою можна зафіксувати кінцівку постраждалого;*

– антисептичні засоби (дезінфікуючий засіб для рук, спиртові серветки;

- посуд, в якому можна приготувати, розігріти і зберігати їжу;
- воду і продукти харчування на 3 доби, які довго зберігаються і не потребують додаткового приготування.

Речі необхідно скласти у місткий, зручний рюкзак і тримати його напоготові. У разі надзвичайної ситуації це скоротить час на збори.

4. Вимоги безпеки життєдіяльності за сигналами оповіщення

«Увага, повітряна тривога!»

Повітряна тривога – це загроза ракетного удару з повітря. Українська протиповітряна оборона щораз фіксує запуск ракет, однак траєкторію їх визначити не просто.

Якщо почули сирену або отримали сповіщення через мобільний додаток, необхідно дотримуватися встановлених заходів безпеки.

4.1. У закладі освіти:

- Пам'ятати, що за життя та безпеку учнів відповідають вчителі та адміністрація.
- Чітко виконувати вказівки вчителів, швидко та без паніки пройти в укриття.
- Після команди «Відбій повітряної тривоги» разом з учителем вийти з укриття, повернутися до класу.

4.2. Вдома:

- Закрити вікна, вимкнути усі електричні та нагрівальні прилади, перекрити газовий вентиль, загасити печі, вимкнути світло.
- Обов'язково взяти з собою, попередньо складені, необхідні речі. За можливості, попередити сусідів та одиноких людей. Після чого разом з дорослими прямувати до найближчого укриття.

4.3. На вулиці:

- Не вагаючись, прямувати до найближчого укриття. Як правило, це споруди підземного простору. Якщо важко зорієнтуватись – запитати у дорослих.
- Якщо поряд немає укриття, але є лісосмуга – рухатися в її напрямку і сховатися там (дерева забирають на себе розліт осколків).

4.4. У громадському місці:

- Уважно прослухати повідомлення адміністрації, після чого дотримуватися озвученої інструкції – рухатися у зазначені в оголошенні укриття.
- Під час евакуації не користуватися ліфтом, спускатися сходами та прямувати чітко визначеними маршрутами.

Увага! Якщо поряд немає укриття, від потенційної небезпеки (місце влучання снаряду) має відділяти щонайменше дві стіни.

5. Вимоги безпеки життєдіяльності під час обстрілу стрілецькою зброєю

5.1. Під час перебування в школі:

- Чітко виконувати вказівки вчителя, швидко та без паніки пройти в укриття. Якщо часу обмаль, швидко лягти під стіну, протилежну вікнам, зробити огорожу із парт. Не намагатися самостійно та без дозволу вчителя залишити приміщення школи, щоб дістатися дому.
- Якщо є можливість, зателефонувати рідним, щоб узгодити подальші дії.

5.2. Під час перебування вдома, найкраще сховатися у захищеному приміщенні (наприклад, у комірчині, ванній кімнаті або навіть у самій ванні). Коли це неможливо, варто лягти, прикрившись предметами, які здатні захистити від уламків і куль.

5.3. Під час потрапляння підстрілянини на відкритому місці, краще впасти на землю та закрити голову руками. Ефективним захистом буде будь-який виступ, навіть тротуар, заглиблення в землі або канава. Укриттям також може стати бетонна сміттева урна

або сходинки ганку. Не можна ховатися за автомобілями або кіосками – вони часто стають мішенями.

5.4. Тіло повинне бути у максимально безпечному положенні. Згрупуватися, лягти в позу ембріона. Розвернутися ногами у бік стрілянини, прикривши голову руками та відкривши рот, щоб близький вибух не завдав шкоди барабанним перетинкам. Чекати, поки стрілянина не вщухне, а пострілів не буде бодай протягом 5 хвилин.

5.5. Якщо Ваше житло перебуває в зоні регулярних збройних зіткнень, потрібно зміцнити вікна (наприклад, клейкою плівкою) – це допоможе уникнути розльоту уламків скла. Бажано закрити вікна, наприклад, мішками з піском або масивними меблями.

6. Вимоги безпеки життєдіяльності під час артобстрілів

6.1. Під час артилерійського, мінометного обстрілу або авіаційного нальоту не можна залишатися в під'їздах, під арками та на сходових клітках.

6.2. Небезпечно ховатися у підвалах панельних будинків, біля автомобільної техніки, автозаправних станцій і під стінами будинків із легких конструкцій. Такі об'єкти неміцні, можна опинитись під завалом або травмуватися.

6.3. Якщо вогонь артилерії, мінометний обстріл, авіаційне бомбардування застали на шляху, негайно лягти на землю, туди, де є виступ або хоча б у невелике заглиблення. Захист можуть надати бетонні конструкції (окрім тих, які можуть обвалитися або загорітися), траншеї, неглибокі підземні колодязі, широкі труби водостоку і канали.

6.4. Закрити долонями вуха та відкрити рот – це врятує від контузії, убереже від баротравми.

6.5. Не можна приступати до розбору завалів самостійно, варто дочекатися фахівців з розмінування та представників аварійно-рятувальної служби.

7. Вимоги безпеки життєдіяльності під час артилерійських обстрілів системи залпового вогню

7.1. Снаряд (ракету) можна помітити та зреагувати, залп реактивної установки добре видно. Вночі це яскравий спалах на обрії, а вдень – димні сліди ракет.

7.2. Організувати постійне спостереження, тримати у полі зору будівлі та споруди, які знаходяться поруч та які можливо використовувати як укриття. Після сигналу спостерігача є декілька секунд для того, щоб сховатись.

7.3. Ховатися варто у підвалі або в іншому заглибленому приміщенні. Обирати місце у кутку між несучими стінами та недалеко від вікон та дверей для того, щоб миттєво покинути будинок у випадку попадання снаряду.

7.4. Не виходити з укриття, не почекавши хоча б 10 хвилин після завершення обстрілу, адже після залпу зазвичай ведеться уточнення результатів стрільби і коригування вогню або зміна позиції.

8. Вимоги безпеки життєдіяльності з мінами та боєприпасами, що не розірвалися

Смертельні «подарунки війни» (міни, бомби, гранати, снаряди, патрони) можуть бути маленькі і великі, у вигляді металевого приладу, заховані в різноманітні предмети: іграшки, речі, рюкзаки, гаджети. Багато небезпечних «сюрпризів» ворог залишає в будинках, парках, скверах і просто на вулицях.

Усі міни та боєприпаси, які не розірвалися, становлять смертельну небезпеку, тому потрібно дотримуватися правил, які можуть зберегти життя:

- не чіпати залишені без нагляду речі на вулиці або у громадських місцях;
- вважати будь-який сторонній предмет потенційно небезпечним;
- не користуватися поблизу підозрілого предмета мобільним телефоном;
- негайно повідомити про виявлення підозрілого предмета за телефоном «101» або «102».

9. Що треба знати про «червону кнопку» та ядерну зброю?

«Червона кнопка» – це умовна назва кнопки, яка призводить у дію ядерну зброю. Коли кажуть про червону кнопку, нерідко згадують ще одне словосполучення – «ядерна

валіза». Так говорять про пристрій, що зберігає коди для приведення в дію ядерного арсеналу. Як правило, така валіза знаходиться у президента тієї держави, який володіє ядерною зброєю.

9.1. Як розподіляється уражаюча дія ядерної зброї?

- Ударна хвиля ($\approx 50\%$ енергії вибуху) – це хвиля стиснутого повітря, яка розповсюджується від місця вибуху з надзвуковою швидкістю і триває декілька секунд.
- Світлове випромінювання ($\approx 35\%$ енергії вибуху) – це потік променевої енергії, що складається з ультрафіолетових, видимих та інфрачервоних променів. Воно являє собою вогненну кулю з температурою декілька мільйонів градусів за Цельсієм. Викликає опіки шкіри, ураження очей. Тривалість дії близько 12 секунд.
- Радіоактивне забруднення, проникаюча радіація та електромагнітний імпульс ($\approx 15\%$ енергії вибуху) – зараження місцевості та розташованих на ній об'єктів небезпечними для здоров'я людини радіоактивними речовинами. Електромагнітний імпульс виводить з ладу радіоелектронну техніку.

9.2. Якщо під час вибуху перебувати на вулиці, негайно слід знайти укриття – це може бути яма, кювет, заглиблення тощо. Коли укриття поруч немає, можна просто лягти на землю, обличчям донизу, головою від вибуху. Руки потрібно сховати під тіло, голову закрити капюшоном або головним убором, коміром чи просто натягнути верхній одяг.

9.3. Перебуваючи у приміщенні під час вибуху, потрібно зачинити всі вікна, а самому сховатись у кімнаті без вікон. Якщо це неможливо, варто укритись під столом, нижче лінії вікон.

9.4. Що робити за 5-10 хвилин до ядерного вибуху?

- почувши попередження про тривогу, терміново прямувати до найближчого укриття;
- в укритті повинні бути закриті всі щілини, щоб уникнути потрапляння радіоактивного пилу;
- важливо мати з собою необхідні запаси води та їжі.

9.5. Що робити після ядерного вибуху?

- якщо під час ядерного вибуху бути на вулиці або у квартирі, найкращим буде знайти найближче укриття, в якому можна перечекати наслідки атаки та, можливо, отримати необхідну медичну допомогу;
- у випадку, коли вже в укритті, то тут важливо налагодити канал зв'язку для отримання актуальної інформації, наприклад, радіо.

Вже через 7 годин після вибуху доза радіації в зоні ураження впаде десятикратно, через 49 годин – у 100 разів, а через 14 днів – у тисячу! А через 14 тижнів навіть у колишній червоній зоні (епіцентрі вибуху) можна буде гуляти майже без ризику для життя. Так що перші кілька днів краще залишатися в підвалі, а якщо є вода та їжа, то варто затриматись і на тижні. До цього часу, можливо, прийде і допомога.

10. Що треба знати про хімічну небезпеку?

Під час воєнних дій, бомбардування ворогом, може трапитися хімічна аварія. Небезпечні хімічні речовини здатні переноситись за напрямком вітру на великі відстані. В результаті у людини може виникати утруднення дихання, кашель, нежить, біль у грудях.

10.1. Якщо трапилася хімічна аварія, яка застала на вулиці, необхідно виконати наступні дії:

- Прикрити ніс та рот вологою тканиною, ватно-марлевою пов'язкою, змочена водою. Найкращий варіант – протигаз.
- Покинути зону ураження. Рухатися проти вітру, щоб уникнути хмари хімічних речовин. Шукати притулок у приміщенні, якщо це можливо.
- Уникати незахищеного контакту з хімічною речовиною. Захистити відкриті ділянки шкіри непроникним верхнім одягом, наприклад, дощовиком. Не чіпати потенційно заражені поверхні.

- Промокати, а не витирати видиму речовину зі шкіри. Скористатися сухими паперовими серветками.
 - Не використовувати дезінфікуючі засоби для рук. Вони можуть посилити всмоктування хімічної речовини.
 - Зняти одяг якнайшвидше, перебуваючи поза зараженою зоною. Це може видалити відразу 90% хімічної речовини.
 - Промити тіло водою. Використовувати велику кількість води і мило, якщо є.
 - Ну і ключове – якомога швидше звернутися за медичною допомогою.
- 10.2. Якщо у разі хімічної аварії знаходитися у приміщенні, важливо:
- щільно закрити вікна і двері, димоходи, вентиляційні люки (на кухні, в санвузлах);
 - додатково проклеїти щілини у вікнах і стиках рам широким скотчем або лейкопластиром;
 - при появі запаху прикрити ніс та рот вологою тканиною або ватно-марлевою пов'язкою.

Інструкцію розробив:
заступник директора
з виховної роботи

Юлія ДЕРЕВ'ЯНКО

З інструкцією ознайомлений
28.08.2025.
Дата ознайомлення