

Затверджено:
Наказом директора школи
Від «_____» _____ 20 р. №_____

(підпис) (прізвище, ініціали)

ІНСТРУКЦІЯ №_____

З техніки безпеки дорожнього руху

Обов'язки і права пішоходів

- 1.** Пішоходи повинні рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, тримаючись правого боку. Якщо немає тротуарів, пішохідних доріжок або пересуватися по них неможливо, пішоходи можуть рухатися велосипедними доріжками, тримаючись правого боку і не утруднюючи рух на велосипедах, або в один ряд узбіччям, тримаючись якомога правіше, а у разі його відсутності або неможливості рухатися по ньому - по краю проїзної частини назустріч руху транспортних засобів. При цьому треба бути обережним і не заважати іншим учасникам дорожнього руху.
- 2.** Пішоходи, які переносять громіздкі предмети, або особи, які пересуваються в інвалідних колясках без двигуна, ведуть мотоцикл, велосипед чи мопед, везуть санки, візок тощо, якщо їх рух тротуарами, пішохідними чи велосипедними доріжками або узбіччями створює перешкоди для інших учасників руху, можуть рухатися по краю проїзної частини в один ряд.
- 3.** За межами населених пунктів пішоходи, які рухаються узбіччям чи краєм проїзної частини, повинні йти назустріч руху транспортних засобів. Особи, які рухаються узбіччям чи краєм проїзної частини в інвалідних колясках без двигуна, ведуть мотоцикл, мопед або велосипед, повинні пересуватися в напрямку руху транспортних засобів.
- 4.** У темну пору доби та в умовах недостатньої видимості пішоходи, які рухаються проїзною частиною чи узбіччям, повинні виділити себе, а за можливості мати на зовнішньому одязі світлоповертальні елементи, для своєчасного їх виявлення іншими учасниками дорожнього руху.
- 5.** Рух організованих груп людей по дорозі дозволяється тільки в напрямку руху транспортних засобів колоною не більш як по чотири особи в ряду за умови, що колона не займає більше половини ширини проїзної частини одного напрямку руху. Попереду і позаду колони на відстані **10-15 м** з лівого боку повинні бути супровідники з червоними прапорцями, а у темну пору доби та в умовах недостатньої видимості - із засвіченими ліхтарями: спереду - білого кольору, позаду - червоного.
- 6.** Організовані групи дітей дозволяється водити тільки по тротуарах і пішохідних доріжках, а коли їх немає - по узбіччю дороги у напрямку руху транспортних засобів колоною, але тільки у світлу пору доби і лише в супроводі дорослих.
- 7.** Пішоходи повинні переходити проїзну частину по пішохідних переходах, у тому числі підземних і надземних, а у разі їх відсутності - на перехрестях по лініях тротуарів або узбіч.
- 8.** Якщо в зоні видимості немає переходу або перехрестя, а дорога має не більше трьох смуг руху для обох його напрямків, дозволяється переходити її під прямим кутом до краю проїзної частини в місцях, де дорогу добре видно в обидва боки, і лише після того, як пішохід упевниться у відсутності небезпеки.
- 9.** У місцях, де рух регулюється, пішоходи повинні керуватися сигналами регулювальника або світлофора.
У таких місцях пішоходи, які не встигли закінчити перехід проїзної частини дороги одного напрямку, повинні перебувати на острові безпеки або лінії, що розділяє транспортні потоки протилежних напрямків, а у разі їх відсутності - на середині проїзної частини і можуть продовжити перехід лише тоді, коли це буде дозволено відповідним сигналом світлофора чи регулювальника та переконаються в безпеці подальшого руху.
- 10.** Перед виходом на проїзну частину з-за транспортних засобів, що стоять, та будь-яких об'єктів, що обмежують оглядовість, пішоходи повинні впевнитись у відсутності транспортних засобів, що наближаються.
- 11.** Чекаючи транспортний засіб пішоходи повинні на тротуарах, посадкових майданчиках, а якщо вони відсутні, - на узбіччі, не створюючи перешкод для дорожнього руху.
- 12.** У разі наближення транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком червоного та (або) синього кольору і (або) спеціальним звуковим сигналом пішоходи повинні утриматися від переходу проїзної частини або негайно залишити її.
- 13.** Пішоходам забороняється:

- **а)** виходити на проїзну частину, не впевнившись у відсутності небезпеки для себе та інших учасників руху;
- **б)** раптово виходити, вибігати на проїзну частину, в тому числі на пішохідний перехід;
- **в)** допускати самостійний, без нагляду дорослих, вихід дітей дошкільного віку на проїзну частину;
- **г)** переходити проїзну частину поза пішохідним переходом, якщо є розділювальна смуга або дорога має чотири і більше смуг для руху в обох напрямках, а також у місцях, де встановлено огороження;
- **г)** затримуватися і зупинятися на проїзній частині, якщо це не пов'язано із забезпеченням безпеки дорожнього руху;
- **д)** рухатися по автомагістралі чи дорозі для автомобілів, за винятком пішохідних доріжок, місць стоянки і відпочинку.

14. У разі причетності пішохода до дорожньо-транспортної пригоди він повинен подати можливу допомогу потерпілим, записати прізвища та адреси очевидців, повідомити орган чи підрозділ міліції про пригоду, необхідні дані про себе і перебувати на місці до прибуття працівників міліції.

15. Пішохід має право:

- **а)** на перевагу під час переходу проїзної частини позначеними нерегульованими пішохідними переходами, а також регульованими переходами за наявності на те відповідного сигналу регулювальника чи світлофора;
- **б)** вимагати від органів виконавчої влади, власників автомобільних доріг, вулиць і залізничних переїздів створення умов для забезпечення безпеки дорожнього руху.

Обов'язки і права пасажирів

1. Посадку (висадку) дозволяється здійснювати пасажиром після зупинки транспортного засобу лише з посадкового майданчика, а в разі відсутності такого майданчика - з тротуару чи узбіччя, а якщо це неможливо, то з крайньої смуги проїзної частини (але не з боку суміжної смуги для руху), за умови, що це буде безпечно та не створить перешкод іншим учасникам руху.

2. Пасажири, користуючись транспортним засобом, повинні:

- **а)** сидіти або стояти (якщо це передбачено конструкцією транспортного засобу) в призначених для цього місцях, тримаючись за поручень або інше пристосування;
- **б)** під час пересування на транспортному засобі, обладнаному ременями безпеки, бути пристебнутими, а на мотоциклі і мопеді - в застібнутому мотошоломі;
- **в)** не забруднювати проїзну частину та смугу відведення автомобільних доріг;
- **г)** не створювати своїми діями загрози безпеці дорожнього руху.

3. Пасажирам забороняється:

- **а)** під час руху відвертати увагу водія від керування транспортним засобом та заважати йому в цьому;
- **б)** відчиняти двері транспортного засобу, не переконавшись, що він зупинився біля тротуару, посадкового майданчика, краю проїзної частини чи на узбіччі;
- **в)** перешкоджати зачиненню дверей та використовувати для їзди підніжки і виступи транспортних засобів;
- **г)** під час руху стояти в кузові вантажного автомобіля, сидіти на бортах або в не обладнаному для сидіння місці.

4. У разі дорожньо-транспортної пригоди пасажир причетного до пригоди транспортного засобу повинен подати можливу допомогу потерпілим, повідомити про пригоду орган чи підрозділ міліції і перебувати на місці до прибуття працівників міліції.

5. Пасажир під час користування транспортним засобом має право на:

- **а)** безпечне перевезення себе і багажу;
- **б)** відшкодування завданих збитків;
- **в)** отримання своєчасної і точної інформації про умови і порядок руху.

Розроблено:

Класним керівником

_____ (підпис)

_____ (прізвище, ініціали)

Погоджено:

Заступником директора, який відповідає за організацію роботи

з безпеки життєдіяльності

_____ (підпис)

_____ (прізвище, і

Затверджено:
Наказом директора школи
Від «_____» _____ 20 р. № _____

(підпис) (прізвище, ініціали)

ІНСТРУКЦІЯ № _____
з безпеки життєдіяльності для учнів під час підготовки і безпеки проведення новорічних і різдвяних свят

Відповідно до статті 26 Закону України «Про освіту» від 23 травня 1991 року № 1060-ХІІ забезпечення безпечних і не шкідливих умов навчання, праці та виховання у школі-інтернаті покладається на директора. Тому питанням дотримання вимог безпеки при проведенні новорічних свят слід приділити особливу увагу. Це зумовлено тим, що, **по-перше**, під час масових новорічних свят підвищується ймовірність виникнення надзвичайних ситуацій, пов'язаних з використанням різноманітних піротехнічних засобів (бенгальські вогні, феєрверки тощо). Практика проведення новорічних свят у навчальних закладах України засвідчує невтішну статистику несанкціонованого використання учнями цих засобів. Слід пам'ятати, що їх використання у приміщеннях та на території школи-інтернату **категорично забороняється**.

По-друге, під час проведення святкових заходів шкільні приміщення, як правило, прикрашають новорічними іграшками та електрогірляндами. Це значно підвищує ризик виникнення пожежі. Несправна електрогірлянда може призвести до ураження людини електричним струмом. Тому перед використанням їх слід обов'язково перевіряти на наявність усіх ступенів захисту.

По-третє, при проведенні новорічних карнавалів для виготовлення костюмів дуже часто використовують легкозаймисті пожежебезпечні матеріали.

Адміністрацією школи-інтернату при підготовці новорічних свят розробляється низька заходів щодо попередження виникнення надзвичайних ситуацій з урахуванням вимог Правил *пожежної безпеки в Україні*, затверджених наказом Міністерства України з питань надзвичайних ситуацій та у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи від 19 жовтня 2004 р. № 126. Ці правила обумовлюють особливі вимоги до проведення заходів із залученням великої кількості людей.

Шкільні новорічні свята припадають на зимові канікули, найдовші у навчальному році, які охоплюють період так званих «різдвяних канікул» дорослих. Тому адміністрація школи-інтернату проводить підготовку до роботи в цей період, яка поділяється на два етапи:

I. Підготовка й проведення новорічних свят та зимових канікул.

Проводяться невідкладні заходи щодо організації роботи з підготовки й проведення шкільних новорічних свят та зимових канікул.

Для цього необхідно:

1. Розробити пакет документів з питань дотримання безпеки при проведенні новорічних свят:

1.1. Наказ директора школи-інтернату «Про заходи щодо забезпечення безпеки учнів та працівників школи-інтернату при проведенні новорічних і різдвяних свят та у дні зимових канікул відповідного навчального року»;

1.2. План роботи школи-інтернату у дні зимових канікул (як додаток до наказу), організувати контроль за виконанням цих документів;

1.3. Провести цільові інструктажі з працівниками школи-інтернату та бесіди під час виховних годин з учнями (вихованцями) щодо дотримання безпечної поведінки під час проведення новорічних свят і в дні зимових канікул. Про проведення цих заходів посадовими особами робляться відповідні записи у спеціальних журналах обліку інструктажів;

2. Провести наради з керівним складом школи-інтернату з питань техніки безпеки під час проведення новорічних свят і в дні зимових канікул. Категорично забороняється використання піротехнічних засобів у приміщеннях та на території школи-інтернату;

3. Передбачається суворе виконання затвердженої програми заходів та наказу про заходи безпеки, а також оперативне реагування при виникненні надзвичайної ситуації, що Погодити з місцевими органами МНС і МВС України в Кіровоградській області план-графік проведення

новорічних свят в школі-інтернаті. Залежно від оперативного стану (за необхідністю) вжити заходів щодо посилення охорони громадського порядку в школі-інтернаті із залученням батьківської громади і органів учнівського самоврядування (парламенту);

4. Скласти графіки чергувань працівників з числа адміністрації й педагогічних працівників та проінструктувати їх про обов'язки чергового;

5. Відпрацювати з адміністрацією, технічним персоналом, черговими та працівниками служби охорони школи-інтернату порядок їх дій на випадок пожежі (знати правила використання первинних засобів пожежегасіння), а також при загрозі терористичних актів, в інших криміногенних ситуаціях та надзвичайних ситуаціях техногенного характеру;

6. Не допускати проникнення сторонніх осіб у будівлю та автотранспорту на територію школи-інтернату;

7. Провести огляди території та приміщень (особливо підвалів та горищ) перед їх закриттям у святкові дні з метою виявлення порушень правил пожежної безпеки, ужити своєчасних заходів щодо усунення цих порушень;

8. Організувати приймання приміщень, у яких будуть проводитися новорічні заходи, з уже встановленою ялинкою щодо їх відповідності протипожежним вимогам та забезпечення первинними засобами пожежегасіння відповідно до встановлених норм;

9. Вимкнути усі електроприлади, освітлення у навчальних кабінетах та підсобних приміщеннях, що не будуть використовуватися для проведення новорічних свят та під час зимових канікул, замкнути та опечатати їх;

10. **Заборонити проведення всіх видів вогневих та ремонтних робіт під час новорічних свят.**

11. **Встановити ялинку на стійкій основі так, щоб вона не перешкоджала виходу із приміщення (основному та запасним);**

КАТЕГОРИЧНО ЗАБОРОНИТИ поблизу ялинки використовувати відкритий вогонь (свічки, бенгальські вогні, хлопаки тощо) та використовувати ті прикрашання целулоїдними іграшками, ватою, папером, марлею і світлові ефекти, що здійснюються за допомогою хімічних та інших пожеже небезпечних речовин.

II. Проведення новорічних заходів

- Загрожує життю та здоров'ю дітей і персоналу.
- Всі урочисті святкування повинні відбуватися протягом світлового дня. Перед їх початком необхідно перевірити протипожежний стан приміщень, наявність первинних засобів пожежегасіння, справність пожежної автоматики і сигналізації.
- У приміщеннях, де проводитимуться святкові заходи, слід уникнути одночасного перебування великої кількості людей.
- **Заборонити під час проведення цих заходів зменшувати ширину проходів між рядами стільців для глядачів, розміщувати додаткові стільці, повністю вимикати світло, використовувати свічки, бенгальські вогні та феєрверки, встановлювати на його вікнах глухих ґрат, щоб у випадку виникнення надзвичайної ситуації існували шляхи для евакуації учасників навчально-виховного процесу.**

Класним керівником

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Погоджено:

Заступником директора, який відповідає за організацію роботи
з безпеки життєдіяльності

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Затверджено:

Наказом директора школи

Від «_____» _____ 20 р. №_____

(підпис)

(прізвище, ініціали)

ПРОГРАМА

вступного інструктажу з безпеки життєдіяльності учнів під час навчально-виховного процесу

1. Загальні положення.

1.1. Програма вступного інструктажу з безпеки життєдіяльності учнів під час навчально-виховного процесу в навчальному закладі поширюється на всіх учасників навчально-виховного процесу під час перебування в навчальному закладі та на його території.

1.2. Програму вступного інструктажу з безпеки життєдіяльності учнів розроблено відповідно до Положення про організацію роботи з охорони праці учасників навчально-виховного процесу в установах і закладах освіти, затвердженого Наказом Міністерства освіти і науки України від 01.08.2001 № 563 (із змінами та доповненнями).

1.3. Всі учасники навчально-виховного процесу повинні знати правила надання першої (долікарської) допомоги при характерних ушкодженнях.

2. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час навчально-виховного процесу в навчальному закладі.

2.1. Загальні відомості про навчальний заклад, його структуру (кабінети, лабораторії, майстерні, спортзали тощо). Види та джерела небезпеки в навчальних приміщеннях, на спортивних майданчиках, навчально-дослідних ділянках тощо.

2.1.1. Локницька школа розташована за адресою: с.Локниця . Будівля школи налічує 2 поверхи, 7 кабінетів, 1 спортивну залу, 1 кабінет фізики, 1 кабінет хімії. Наявна майстерня з трудового навчання для хлопців.

2.1.2. У гімназії для учасників навчально-виховного процесу встановлено п'ятиденний робочий тиждень із двома вихідними.

2.1.3. Час початку і завершення занять встановлює директор. Початок навчально-виховного процесу починається о 9:00 год. Усі учні повинні приходити за 15 хв. до початку навчально-виховного процесу.

2.1.4. Виконання вимог правил безпеки життєдіяльності учнями є обов'язковим у роботі, спрямованій на організацію безпечних та здорових умов праці учнів, під час проведення занять у навчальних кабінетах, кабінетах підвищеного ризику. Усі кабінети підвищеного ризику, спортивний майданчик є об'єктами небезпеки, тому необхідно дотримуватися Правил безпеки під час роботи та бути одягненим у відповідний одяг.

2.1.5. У кабінетах фізики та хімії учням заборонено працювати із реактивами, електричними та іншими нагрівальними приладами без дозволу вчителя, керівника.

2.1.6. Заборонено використовувати електроприлади із пошкодженою ізоляцією, зберігати біля них легкозаймисті рідини, обгортати папером або Тканиною електричні лампи, заклеювати ділянки електропроводки легкозаймистою тканиною, Папером працювати на несправному обладнанні.

2.1.7. Під час практичних та лабораторних занять у кабінетах підвищеного ризику виконувати лише ту роботу, з якої пройдено інструктаж, чітко дотримуючись вимог інструкції з охорони праці.

2.1.8. У хімічній лабораторії при виявленні запаху газу слід повідомити вчителя.

2.1.9. Для підлітків віком 16-17 років встановлено такі граничні норми переміщення та підймання вручну важких речей: для юнаків – 12,6 кг, для дівчат – 6,3 кг.

2.2. Загальні правила поведінки під час навчально-виховного процесу. Обставини та причини найбільш характерних нещасних випадків, що сталися в навчальних закладах.

2.2.1. Учні зобов'язані виконувати вимоги з безпеки життєдіяльності, передбачені відповідними правилами та інструкціями, дотримуватися дисципліни, сумлінно навчатися.

2.2.2. Учні зобов'язані берегти обладнання, інвентар, матеріали, навчальні посібники тощо, бережливо ставитися до шкільного майна.

2.2.3. Учні зобов'язані сумлінно дотримуватися Правил особистої гігієни і санітарних норм на місці праці.

2.2.4. Виконувати лише ту роботу, яку доручив учитель, керівник після прослуханого інструктажу.

2.2.5. Не заходити до навчального кабінету й не виходити з нього без дозволу вчителя.

2.2.6. Не підходити до вікон.

2.2.7. Не бігати, не штовхатися, не кричати, не грати в рухливі ігри на перервах, а також під час навчально-виховного процесу.

2.2.8. Заборонено провокувати словами, діями агресивну поведінку, що може призвести до бійки під час навчально-виховного процесу.

2.2.9. Не підходити до внутрішніх балконів, перил, не Перехилятися через них, не спускатися перилами сходів.

2.2.10. Не допускати грубощів, образ, застосування протиправних дій у розв'язанні конфліктних ситуацій.

2.2.11. Не приносити до навчального закладу небезпечні предмети (ріжучі, колючі, вибухові, вогнебезпечні предмети, газові балончики, петарди тощо).

2.2.12. Не курити, не вживати алкогольних напоїв, наркотичних речовин.

2.2.13. Не виносити з навчального закладу цінності.

2.2.14. Мати зручне взуття на низькому підборі. У дівчат підбір має бути до 5 см заввишки, стійкий, квадратний. Дівчатам у навчальному закладі заборонено носити взуття на високих підборах, підборах-шпильках для попередження травмування. Обережно пересуватися по намастикованій підлозі.

2.2.15. Бути обережним у найбільш травмонебезпечних місцях (уважно та спокійно спускатися сходами, перебувати в рекреаціях, біля дверей кабінетів та скляних дверей коридорів, не ховатися за ними).

2.2.16. Не одягати на навчання прикрас, мати короткий манікюр.

2.2.17. Уважно та спокійно користуватися виделками, скляним посудом та іншими приборами в їдальні, використовувати їх тільки за призначенням.

2.2.18. Співпрацювати з адміністрацією навчального закладу щодо створення безпечних умов для навчання (повідомляти про всі недоліки, що можуть призвести до небезпеки життєдіяльності під час навчально-виховного процесу).

2.2.19. Зважати на обставини та причини найхарактерніших нещасних випадків, що сталися в навчальних закладах за останні роки:

- травмування внаслідок протиправних дій інших осіб (бійки між учнями);

- невиконання учнями, вихованцями правил безпеки під час проведення спортивних занять та заходів у спортивній залі та на майданчику;

- невиконання учнями вимог інструкцій безпеки життєдіяльності (біг, пустощі під час прийому їжі в їдальні).

2.3. Вимоги пожежної безпеки в навчальному закладі. Ознайомлення з правилами пожежної безпеки для закладів, установ, організацій і підприємств системи освіти України.

2.3.1. Кожен учень зобов'язаний знати і точно виконувати правила пожежної безпеки, а при виникненні пожежі не панікувати, а виконувати вимоги інструкції та вказівки дорослих щодо виходу в безпечне від вогню місце.

2.3.2. Учні на території навчального закладу заборонено курити і розкидати запалені сірники, застосовувати в приміщеннях відкритий вогонь (паяльні лампи, факели, запальнички тощо).

2.3.3. На території навчального закладу не можна розкладати багаття, спалювати сміття, відходи, пакувальні матеріали.

2.3.4. Не використовувати у приміщеннях електрокип'ятильники, чайники та інше; не залишати без нагляду вчителя ввімкнені в електромережу електричні прибори. Негайно повідомити про це вчителя.

2.3.5. Під час навчальних занять, масових заходів не наближатися до електроприладів, музичної апаратури, що живляться електрострумом. У разі виявлення обірваних проводів,

неізолюваної проводки, іскріння проводки негайно повідомити вихователя, вчителя, наставника класу, адміністрацію, чергових.

2.3.6. Не збиратися під час проведення масових заходів, перерв біля проходів, входів та виходів, сходинок та аварійних виходів у приміщенні вестибюлю. Не загороджувати предметами проходи, залишати їх завжди вільними для здійснення евакуації у разі надзвичайної ситуації.

2.3.7. У разі виникнення пожежі або аварійної ситуації:

- негайно повідомити про це вчителя, вихователя, наставника класу, адміністрацію, чергових;
- після евакуації вишикуватися в зазначеному місці і під час переклички зазначити свою присутність для обліку евакуйованих дітей. Нікуди після евакуації без дозволу вихователя, наставника класу, вчителя не йти;

- якщо непередбачувана ситуація виходить з-під контролю дорослих, слід терміново зв'язатися за телефонним зв'язком за номером 101, повідомити про пожежу або аварійну ситуацію, назвати своє прізвище, ім'я та адресу навчального закладу, телефон свій або навчального закладу. Коротко описати ситуацію: кількість людей, відкритий чи закритий вогонь, наявність диму.

2.3.8. Правила поведінки під час пожежі в навчальному закладі у разі відсутності поруч з учнями дорослої людини.

Пожежа у класі, приміщенні навчального закладу:

- якщо можна вийти з класу через двері – слід рятуватися самому і допомогти іншим людям;
- якщо вихід перекрито вогнем, а учень перебуває не вище другого поверху або поряд є дерево чи пожежна дробина, слід вибиратися з класу через вікно;
- під час пожежі не можна ховатися в глухій кути, під парту, в шафи, у комору тощо;
- потрібно захищати органи дихання і закрити щілини під дверима (краще вологими ганчірками);

- подавати сигнали рятувальникам.

Пожежа в коридорі навчального закладу:

- перш ніж визирнути в коридор, слід торкнутися тильною стороною долоні ручки вхідних дверей. Якщо вона гаряча, відчиняти не можна – там пожежа;

- якщо ручка дверей холодна, потрібно визирнути в коридор. Якщо там вогонь або багато диму, слід зачинити двері;

- якщо диму небагато, але він іде знизу, це означає, що пожежа на нижніх поверхах. Не можна спускатися вниз, треба зайти в клас, зачинити двері й чекати на допомогу рятувальників;

- якщо неможливо залишити приміщення, слід зв'язатися мобільним зв'язком за номером 101, щоб повідомити про себе. І зачинитися у приміщенні з виходом до вікна;

- якщо пожежа сталася на поверх вище, слід, попередньо захистивши органи дихання, спускатися вниз сходами.

2.4. Радіаційна безпека, дії у разі надзвичайних ситуацій природного і техногенного характеру.

2.4.1. Про загрозу та виникнення надзвичайних ситуацій радіоактивного, хімічного, бактеріологічного зараження, катастрофічного затоплення та інших видів небезпеки ДУ отримає сповіщення від місцевого штабу ЦО по радіо, телебаченні, з газет, а також від учителів, вихователя, наставників, адміністрації навчального закладу.

2.4.2. У разі виникнення надзвичайної ситуації радіоактивного хімічного, бактеріологічного зараження та інших видів небезпеки ДУ чітко виконувати вказівки та інструкції вчителя, вихователя, наставника, адміністрації, медичних робітників.

2.4.3. Категорично заборонено підходити до вікон, якщо евакуацію не було здійснено з приміщення навчального закладу й вони загерметизовані, не відчиняти їх.

2.4.4. Не вживати воду та їжу, не організовану вчителями, вихователями, наставниками. Вода в крані може бути заражена, як і їжа, що перебувала на ураженому повітрі.

2.4.5. Якщо в кімнату приміщення, у якому ви перебуваєте, через щілини, не зачинені вікна поступає уражене повітря, слід негайно повідомити про це вчителя, вихователя, адміністрацію, наставника.

2.4.6. Якщо в кімнаті приміщення, у якому ви перебуваєте, наявне забруднення ртуттю, потрібно негайно відійти від зараженого місця, нічого не чіпати руками та негайно повідомити про це вихователя, наставника, вчителя, адміністрацію.

2.4.7. Визначити, що однією з провідних методик із попередження радіоактивного захворювання є йодопрофілактика.

2.4.8. Під час виникнення загрози затоплення чітко виконувати розпорядження й вказівки вихователя, наставника, вчителя, адміністрації: перебувати у зазначеному місці й слідувати за тим,

щоб була відключена електрика й вода в приміщенні, у якому ви перебуваєте. У разі визначення даних порушень, слід одразу повідомити дорослих.

2.4.9. При снігових бурях, ураганах, смерчах та інших стихійних лихах чітко виконувати розпорядження і вказівки наставника, вчителя, адміністрації: перебувати у зазначеному місці. Категорично заборонено підходити до вікон і дверей, відчиняти їх. Чітко виконувати вказівки дорослих щодо евакуації.

2.4.10. У разі надзвичайних ситуацій епідемічного характеру мати при собі ватно-марлеву пов'язку; не давати засобів особистої гігієни в чуже користування; користуватися особистим посудом, питною водою та ємкостями для пиття; частіше перебувати на свіжому повітрі й вживати заходів щодо попередження інфекційних захворювань.

2.4.11. У разі виникнення землетрусу й обвалу будівлі закладу, діяти за такими правилами:

- покликати на допомогу;
- якщо хтось відгукнувся, повідомити про місце перебування і що сталося;
- спокійно чекати, поки розберуть завал;
- якщо ніхто не чує, спробувати вивільнити руки й ноги;
- роздивитися, якими предметами завалено;
- якщо вони не надто важкі, обережно розбирати завал. Намагатися не зачепити те, на чому

все тримається;

■ якщо не видно, чим завалено, або предмети, які на вас упали, дуже важкі, терпляче кликати на допомогу кілька годин;

■ якщо ніхто не чує, все-таки спробувати розібрати завал;

■ звільнившись, оглянути себе. Якщо необхідно, надати собі першу допомогу: зупинити кровотечу, зафіксувати зламану кінцівку;

■ якщо не зможете вибратися з будинку, слід сповістити про себе (якщо є можливість, потрібно скористатися телефоном мобільного зв'язку, стукати по трубах опалення, голосно кликати на допомогу);

■ очікуючи на допомогу, слід намагатися уникнути переохолодження: постелити щось на підлогу, лягти на бік, підклавши під себе руку, коліна підтягнути до грудей.

2.5. Безпека дорожнього руху. Поведінка на вулиці, ознайомлення з правилами дорожнього руху.

2.5.1. Учні-вихованці зобов'язані:

■ вчити на уроках основ здоров'я, виховних годинах правила дорожнього руху й неухильно дотримуватися їх та інших нормативних актів із питань безпеки дорожнього руху;

■ створювати безпечні умови для дорожнього руху, не завдавати своїми діями або бездіяльністю шкоди підприємствам, установам, організаціям, навчальному закладу і громадянам;

■ виконувати розпорядження органів державного нагляду та контролю щодо дотримання законодавства про дорожній рух.

2.5.2. Учні, вихованці навчального закладу під час перебування на вулиці за межами навчального закладу зобов'язані:

■ рухатися по тротуарах, пішохідних або велосипедних доріжках, узбіччях, у разі їх відсутності – по краю проїжджої частини автомобільної дороги чи вулиці;

■ перетинати проїжджу частину автомобільної дороги, вулиці по пішохідних переходах, а в разі їх відсутності – на перехрестях по лінії тротуарів і узбіччя;

■ керуватися сигналами регулювальника та світлофора (переходити тільки на зелене світло для пішохода) в місцях із регульованим дорожнім рухом;

■ не затримуватися і не зупинятися без потреби на проїжджій частині автомобільної дороги, вулиці й залізничному переїзді;

■ не переходити проїжджу частину автомобільних доріг, вулиць, залізничних переїздів, безпосередньо перед транспортними засобами, що наближаються поза пішохідними переходами за наявності роздільної смуги, а також у місцях, де встановлені пішохідні чи дорожні огорожі;

■ стримуватися від переходу проїжджої частини при наближенні транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком та спеціальним звуковим сигналом;

■ виходити на проїжджу частину з-за нерухомого транспортного засобу або іншої перешкоди, що обмежує видимість, упевнившись, що не наближаються інші транспортні засоби;

■ молодшим школярам рухатися додому та до школи відповідно до розробленого класоводом безпечного маршруту, що є в щоденнику учня;

- здійснювати посадку в транспортний засіб лише зі спеціального майданчика, а в разі його відсутності – з тротуару чи узбіччя;

- здійснювати посадку і висадку лише після припинення руху транспортного засобу;

- не відволікати увагу водія від керування транспортним засобом (тролейбусом, автобусом, трамваєм, маршрутним таксі);

- під час руху на автомобілі бути пристебнутим поясом безпеки, а на мотоциклі в застебнутому мотошоломі.

2.5.3. Учень при користуванні велосипедом без двигуна, має право:

- їздити по спеціальних велосипедних доріжках, а в разі їх відсутності – по краю проїжджої частини дороги, вулиці чи узбіччю.

Зобов'язаний:

- використовувати технічно справний та належним чином обладнаний велосипед;

- не перевозити вантажів, що заважають керувати;

- не перевозити пасажирів, за винятком дітей віком до 7-ми років на спеціально обладнаному сидінні.

2.6. Побутовий травматизм. Попередження та дії у разі нещасних випадків у побуті.

2.6.1. Під нещасними випадками в побуті слід розуміти не пов'язані з навчально-виховним процесом травми, зокрема отримані внаслідок заподіяних тілесних ушкоджень іншою особою, отруєння, самогубства, опіки, обмороження, утоплення, ураження електричним струмом, блискавкою, травми, отримані внаслідок стихійного лиха, контакту з тваринами тощо, які призвели до ушкодження здоров'я потерпілих.

2.6.2. Факт ушкодження здоров'я внаслідок нещасного випадку встановлює і засвідчує лікувально-профілактичний заклад.

2.6.3. Документом, що підтверджує ушкодження здоров'я особи, є листок непрацездатності чи довідка з лікувально-профілактичного закладу.

2.6.4. Для попередження побутового травматизму слід чітко виконувати правила безпеки життєдіяльності, бути обережним щодо особистого стану здоров'я та стану здоров'я оточуючих. Застосовувати знання щодо попередження травм, отримані на уроках основ здоров'я, виховних годинах, предметних уроках під час навчально-виховного процесу.

2.6.5. Виконувати дані правила з безпеки життєдіяльності:

Правила для тих, хто опинився в небезпечній ситуації:

- оцінити рівень небезпеки. Якщо ситуація загрожує життю, часу на роздуми немає, слід діяти негайно;

- якщо загрози життю немає, спочатку потрібно заспокоїтися;

- якщо не впораєтесь з ситуацією, слід скласти план дій і виконувати його;

- якщо потрібна допомога, необхідно звернутися до рятувальних служб, родичів, сусідів, випадкових перехожих;

- якщо допомога не надходить, не втрачайте надії, наступної миті ситуація може змінитися на краще.

Правила безпечної поведінки під час грози:

- якщо гроза застала вдома, слід зачинити вікна, вимкнути з розеток електроприлади, не виходити з дому;

- якщо гроза застала надворі, потрібно намагатися сховатися в найближчому приміщенні;

- якщо під час грози ви перебуваєте на відкритому місці, слід сховатися в яру, під кущами;

- не можна ховатися від грози під високим поодиноким деревом, високовольтною лінією електропередач, у річці;

- треба відкласти на 15-20 м від себе всі металеві речі;

- якщо гроза застала в автомобілі, слід залишатися в ньому.

Правила безпечної поведінки в місцях скупчення людей:

- збираючись у місця скупчення людей, потрібно відповідно одягтися;

- на концерти, вистави, змагання краще приходити раніше;

- треба сідати на місця поблизу виходу;

- після завершення краще зачекати, поки люди вийдуть;

- у натовпі потрібно рухатися разом з усіма, намагаючись бути якомога далі від стін і дверей, до яких можуть притиснути;

- якщо ви впали, спробуйте підвестись, а якщо це не вдається, слід згрупуватися і захищати руками голову;

■ не можна ходити на мітинги і демонстрації протесту. Для дітей там може бути особливо небезпечно.

Правила для тих, хто залишається вдома сам :

■ не можна відчиняти двері незнайомим людям, навіть якщо вони назвалися працівниками комунальних служб чи міліції;

■ ключі від квартири треба носити з собою, надійно заховавши або залишити у сусідів, яким довіряють батьки;

■ не слід нікому розповідати про цінні речі, які є вдома.

Правила безпечної поведінки на вулиці:

■ слід виконувати, правило п'яти «не»: не розмовляти з незнайомцями, не сідати в машину до незнайомців, не брати нічого у незнайомців, не звертати з дороги від школи до дому, не гуляти надворі після того, як стемніло;

■ надворі треба поводитися спокійно та впевнено;

■ якщо пізно повертаєтесь додому, слід уникати задвірків, пустирів, густих заростей. Краще, якщо батьки зустрінуть і проведуть додому;

■ не виносити з дому дорогі речі;

■ пізньої пори не йти самим далеко від дому.

Дії у разі нещасних випадків у побуті:

■ заспокоїтися та заспокоїти оточуючих;

■ викликати швидку допомогу за телефоном 103;

■ за змогою надати потерпілому першу (долікарську) допомогу: зупинити кровотечу, зафіксувати зламану кінцівку.

2.7. Перша (долікарська) медична допомога у разі нещасних випадків, надзвичайних подій тощо, які сталися під час навчально-виховного процесу в навчальному закладі.

2.7.1. Визначити, що перша долікарська допомога – своєчасна правильна допомога потерпілому до приїзду лікарів.

2.7.2. У разі виявлення аварійної ситуації, під час якої постраждалий отримав певні ушкодження, негайно повідомити про це педагогічних працівників – учителів, вихователів, наставників, адміністрацію.

2.7.3. У разі відсутності дорослих слід самостійно викликати швидку медичну допомогу за телефонним номером 103, описавши коротко стан здоров'я та ушкодження, які отримав постраждалий. Обов'язково потрібно вказати відомості про місце перебування в навчальному закладі постраждалого та адресу, назвати номер свого телефону.

2.7.4. Надання першої допомоги при ураженні електричним струмом:

■ вимкнути рубильник або викрутити запобіжник;

■ вимкнути мережу живлення;

■ сухою палицею відкинути від потерпілого провід, що перебуває під напругою, відтягти потерпілого від електричних проводів, струмопровідних частин установки. Слід користуватися гумовими рукавичками або намотати на руку шарф, прогумований плащ тощо. Рекомендовано стати на ізолюваний предмет (суху дошку, згорток сухого спецодягу);

■ якщо після звільнення потерпілого від дії струму він не дихає, то потрібно негайно зробити штучне дихання і непрямий (зовнішній) масаж серця. Найбільш ефективним методом штучного дихання є «з рота в рот» або «з рота в ніс»;

■ після завершення вдювання повітря в рот чи ніс потерпілому дати можливість вільного видиху. Частота вдювання повітря потерпілому повинна бути 12-13 разів на хвилину.

2.7.5. Перша допомога при переломах, вивихах, розтягненні зв'язок, суглобів, ударах:

■ при переломах, вивихах необхідно надати потерпілому зручне положення, що виключає рухи пошкодженої частини тіла. Це досягається шляхом накладання шини, за її відсутності можна використати палиці, дошки, фанеру тощо;

■ особливо небезпечні травми хребта. У таких випадках необхідно обережно, не піднімаючи потерпілого, підсунути під його спину дошку, щит, двері тощо;

■ при переломі ребер необхідно міцно забинтувати груди або стягнути їх рушником під час видиху;

■ при переломах і вивихах ключиці у підм'язову западину слід покласти вату або інший матеріал, зігнути руку в лікті під прямим кутом і прибинтувати її до тулуба;

■ при переломах і вивихах кисті та пальців рук потрібно зробити так: кисть руки з вкладеним у долоню жмутом вати, бинта (пальці зігнуті) прикласти до шини, що має починатися біля середини передпліччя і закінчуватися біля кінчиків пальців, і перебинтувати;

■ при розтягненні зв'язок суглобів – підняти хвору кінцівку вгору, накласти холодний компрес та тісну пов'язку, забезпечити спокій до прибуття лікаря;

■ при ударах забезпечити потерпілому повний спокій, накласти на місце удару холодний компрес. При ударах із синцями не слід класти

■ примочки, місце удару змастити йодом і накласти пов'язку.

2.7.6. Перша допомога при опіках, теплових ударах:

■ при наданні першої допомоги при опіках, теплових ударах слід швидко припинити дію високої температури;

■ при появі різних ознак теплового або сонячного удару потерпілого потрібно негайно вивести на свіже повітря або в тінь, покласти, розстебнути тісний одяг, на голову і на серце покласти холодні компреси, дати пити у великій кількості холодну воду, у тяжких випадках потерпіло облили холодною водою;

■ при припиненні дихання або його утрудненні до прибуття лікаря потерпілому роблять штучне дихання.

2.7.7. Перша допомога при обмороженні, переохолодженні:

■ обмороження виникає при місцевій дії холоду на тіло;

■ при обмороженні I ступеня слід розтерти обморожені місця тіла сухою теплою тканиною до почервоніння;

■ при обмороженні II-III ступенів – накласти стерильні сухі пов'язки і забезпечити негайну доставку потерпілого в лікарню;

■ при легкому ступені переохолодження тіло слід розігріти розтиранням і дати випити кілька склянок теплої рідини;

■ при середньому і тяжкому ступенях – тіло енергійно розтерти вовняною тканиною до почервоніння шкіри, дати багато пити.

2.7.8. Надання першої допомоги при пораненні й кровотечі:

■ перша допомога при пораненні та кровотечі зводиться до обережного накладання на рану індивідуального пакета. При цьому мити рану водою, змивати кров з рани заборонено;

■ якщо індивідуального пакета немає, для перев'язування використовуйте чисту носову хустинку. У цьому випадку приготовлену для перев'язування тканину змочить йодом так, щоб пляма йоду трохи перебільшувала розміри рани;

■ при кровотечі необхідно підняти поранену кінцівку, закрити рану перев'язувальним матеріалом і притиснути ділянку біля неї на 4-5 хв, не торкаючись рани пальцем;

■ за відсутності гумової трубки або стрічки, що розтягується, для джгута можна застосовувати інші матеріали (мотузку, ремінь, рушник тощо).

2.7.9. Перша допомога при отруєнні:

■ причиною отруєння є проникнення в організм людини різних токсичних речовин. Захворювання починається через 2-3 год, інколи через 20-26 год;

■ при харчовому отруєнні потерпілому кілька разів слід промити шлунок (примушують випити 1,5- 2 л води, а потім викликають блювання подразненням кореня язика) до появи чистих промивних вод;

■ можна дати 8-10 таблеток активованого вугілля. Потім – багато чаю, але не їжу. Якщо після отруєння минула 1-2 год і отрута потрапила із шлунка до кишечника, то викликати блювання даремно.

■ Дії при харчовому отруєнні:

■ за перших ознак харчового отруєння треба звернутися до лікаря або викликати швидку допомогу за номером 103;

■ якщо є підозра, що отруєння спричинене грибами, слід негайно викликати швидку допомогу – кожна хвилина дорога;

■ до прибуття лікарів бажано промити шлунок, а потім випити води або несолодкого чаю.

2.7.10. Перша допомога при ураженні хімічними речовинами:

■ якщо хімічна речовина рідка, її треба негайно змити проточною водою впродовж 15-30 хв;

■ якщо хімічна речовина потрапила в очі, слід промивати їх холодною водою впродовж 15-30 хв. Око треба розплющити, а струмінь води спрямовувати до його внутрішнього кутка;

■ якщо речовина суха, її треба струсити чи зняти сухою ганчіркою (не можна здувати, щоб порошок не потрапив в очі);

■ тільки після цього уражене місце потрібно промити водою;

■ діти і люди похилого віку потребують негайної госпіталізації, навіть при незначному ураженні хімічними речовинами;

■ за перших ознак отруєння слід викликати швидку допомогу за номером 103;

■ до лікарні треба взяти посуд та етикетку від хімічної речовини, що викликала отруєння.

3. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час навчально-виховного процесу в навчальному закладі та на його території, якщо аварійна ситуація вийшла з-під контролю дорослих.

3.1. Якщо аварійна ситуація вийшла з-під контролю дорослих, не можна панікувати, пам'ятаючи, що безпека твого життя залежить від тебе. Слід правильно оцінити ситуацію і діяти в руслі правил та вимог даної інструкції з безпеки життєдіяльності. Намагатися залишити аварійно-небезпечне місце. За мобільним зв'язком зв'язатися з дорослими й описати ситуацію – вони підкажуть, як правильно діяти.

3.2. Пам'ятати номери екстрених служб, у разі потреби звертатися за номерами до спеціалістів:

101 – пожежна охорона, МНС;

102 – міліція;

103 – швидка медична допомога;

104 – газова служба.

Розроблено:
Класним керівником

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Погоджено:

**Заступником директора, який відповідає за організацію роботи
з безпеки життєдіяльності**

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Затверджено:

Наказом директора школи

Від «_____» _____ 20 р. №_____

(підпис)

(прізвище, ініціали)

ІНСТРУКЦІЯ №_____

з безпеки життєдіяльності для учнів під час тривалих святкових днів (Великдень, травневі та інші свята)

1. Загальні положення.

1.1. Інструкція з безпеки учнів під час святкових днів (Великдень, травневі свята тощо) поширюється на всіх учасників навчально-виховного процесу під час перебування учнів на довготривалих вихідних.

1.2. Інструкцію розроблено відповідно до Положення про організацію роботи з охорони праці учасників навчально-виховного процесу в установах і закладах освіти, затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 01.08.2001 № 563 (зі змінами та доповненнями), Правил дорожнього руху України, затверджених Постановою Кабінету Міністрів України від 10.10.2001 № 1306 (із змінами), Правил пожежної безпеки для закладів, установ і організацій системи освіти України, затверджених наказом Міністерства освіти і науки України, Міністерства внутрішніх справ України, Головного управління державної пожежної охорони від 30.09.1998 № 348/70.

1.3. Всі учасники навчально-виховного процесу повинні знати правила надання першої (долікарської) допомоги при характерних ушкодженнях, мати необхідні знання і навички користування медикаментами.

2. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час тривалих святкових днів.

2.1. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів перед початком тривалих святкових днів (Великдень, травневі свята тощо).

2.1.1. Перед початком тривалих святкових днів (Великдень, травневі свята тощо) чітко визначити терміни початку та завершення вихідних днів.

2.1.2. У разі продовження вихідних телефонувати в останній день визначених термінів до приймальної навчального закладу або вихователю, наставнику класу для визначення нового закінчення терміну вихідних.

2.2. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час тривалих святкових днів (Великдень, травневі свята тощо).

2.2.1. Під час тривалих вихідних, перебуваючи на вулиці й ставши учасником дорожньо-транспортного руху, слід чітко виконувати правила дорожнього руху:

- рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, притримуючись правого боку;
- за межами населених пунктів, рухаючись узбіччям чи краєм проїжджої частини, йти назустріч руху транспортних засобів;
- переходити проїжджу частину тільки по пішохідних переходах, зокрема підземних і наземних, у разі їх відсутності – на перехрестях по лініях тротуарів або узбіч;
- у місцях із регульованим рухом керуватися тільки сигналами регулювальника чи світлофора;
- виходити на проїжджу частину з-за транспортних засобів упевнившись, що не наближаються інші транспортні засоби;
- чекати на транспортний засіб тільки на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, узбіччях, не створюючи перешкод для дорожнього руху;
- на трамвайних зупинках, не обладнаних посадковими майданчиками, можна виходити на проїжджу частину лише з боку дверей і тільки після зупинки трамвая;

- у разі наближення транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком червоного або синього кольору, або спеціальним звуковим сигналом треба утриматися від переходу проїжджої частини або негайно залишити її;

- категорично заборонено вибігати на проїжджу частину, влаштовувати на ній або поблизу неї ігри, переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом або встановленими місцями;

- по проїжджій дорозі на велосипеді можна рухатися тільки дітям, які досягають 16-ти років; мопеди й велосипеди повніші бути обладнані звуковим сигналом та світлоповертачами: попереду – білого кольору, по боках – оранжевого, позаду – червоного; на голові у водія має бути захисний шолом; чітко дотримуватися правил дорожнього руху;

- водіям мопедів і велосипедів заборонено керувати транспортом із несправним гальмом, звуковим сигналом, у темну пору доби; рухатися по автомагістралях, коли поряд є велосипедна доріжка; рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках; їздити не тримаючись за кермо та знімати ноги з педалей; перевозити пасажирів; буксирувати інші транспортні засоби;

- для катання на інших засобах (скейтборд, самокат, ролики тощо) обирати місце на дитячих майданчиках та ін., на проїжджу частину виїжджати заборонено;

- учні повинні виконувати зазначені правила, а також інші Правила дорожнього руху України, знання про які були отримані на уроках основ здоров'я, виховних годинах, інших навчальних спеціалізованих установах, предметних уроках;

- заборонено перебувати поблизу залізничних колій дітям без супроводу дорослих;

- учні, користуючись транспортним засобом, повинні сидіти або стояти тільки в призначених для цього місцях, тримаючись за поручень або інше пристосування.

2.2.2. Під час тривалих вихідних, перебуваючи вдома, на вулиці, в спеціалізованих установах, приміщеннях, транспорті учні повинні чітко виконувати правила пожежної безпеки:

- заборонено брати з собою вогнебезпечні предмети, що можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, бенгальські вогні, феєрверки, цигарки, легкозаймисті речовини, вогнезаймисту рідину тощо);

- користуватися газовою плитою вдома тільки із спеціалізованим електричним приладом для вмикання, сухими руками і під наглядом дорослих;

- заборонено використовувати віконниці на вікна для затемнення приміщень і застосовувати горючі матеріали; зберігати бензин, газ та інші легкозаймисті горючі рідини, приносити їх до приміщення; застосовувати предмети оформлення приміщень, декорації та сценічне обладнання, виготовлене з горючих синтетичних матеріалів, штучних тканин і волокон (пінопласту, поролону, полівінілу тощо); застосовувати відкритий вогонь (факели, свічки, феєрверки, бенгальські вогні тощо), застосовувати дугові прожектори; влаштовувати світлові ефекти із застосуванням хімічних та інших речовин, що можуть викликати загоряння; встановлювати стільці, крісла тощо, конструкції, виготовлені з пластмас і легкозаймистих матеріалів, а також захарашувати предметами проходи та аварійні виходи;

- у жодному разі не брати на вулиці чи в іншому місці незнайомі чи чужі предмети, зокрема побутову техніку, не вмикати їх у розетку вдома чи в інших установах – це може призвести до вибуху та надзвичайної ситуації;

- не наближатися до електроприладів, музичної апаратури, що живиться струмом. Користуватись електроприладами можна тільки в присутності батьків, сухими руками. У разі виявлення обірваних проводів, неізолюваної проводки, іскріння проводки, негайно повідомити дорослих;

- не збиратися біля проходів у громадських установах, входах та виходах, у приміщеннях вестибюлю;

- під час участі в масових заходах не кричати, не свистіти, не бігати, не стрибати, не створювати травмонебезпечних ситуацій, виконувати правила пожежної безпеки;

- у разі пожежної небезпеки (наявності вогню, іскріння, диму) – негайно вийти на повітря (за двері, балкон) та кликати на допомогу. Викликати службу пожежної охорони за номером 101, назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описавши ситуацію: наявність вогню, диму, кількість людей у приміщенні, свій номер телефону;

2.2.3. Під час тривалих вихідних, перебуваючи вдома, на вулиці, в спеціалізованих установах, громадських місцях, приміщеннях, транспорті тощо учні повинні чітко виконувати правила з попередження нещасних випадків, травмування, отруєння тощо:

- під час тривалих вихідних заборонено перебувати біля водойм без супроводу дорослих для запобігання утоплення дітей;

- категорично заборонено перебувати біля будівельних майданчиків, кар'єрів, закинутих напівзруйнованих будівель для запобігання обрушень будівельних матеріалів й попередження травм та загибелі дітей;

- заборонено вживати алкоголь, наркотичні засоби, тютюнові вироби, стимулятори;

- уникати вживання в їжу грибів;

- заборонено брати в руки, нюхати, їсти незнайомі дикі рослини чи паростки квітів, кущів, дерев, що може призвести до отруєння;

- пересуватися слід обережно і спокійно. Беручи участь в іграх, не створювати хаотичного руху, не штовхатися, не кричати. На вулиці бути обережним, дивитися під ноги, щоб не впасти в яму чи у відкритий каналізаційний люк;

- не підходити на вулиці до обірваних, обвислих проводів, або проводів, які стирчать, а особливо, якщо від них іде гудіння – дані проводи можуть бути ще підживлені електрострумом;

- не підходити до щитових, не залазити на стовпи з високовольними проводами – можна отримати удар електрострумом від високо живлень на відстані 5 м;

- бути обережним на дитячих майданчиках, у парках відпочинку: спочатку переконатися, що гойдалки, атракціони, турніки та інші прилади справні, сильно не розгойдуватися й не розгойдувати інших, щоб не призвести до падіння чи іншого травмування;

- не виходити на дах багатоповерхівки для попередження падіння дітей із висоти;

- не підходити до відчинених вікон, мити вікна тільки в присутності дорослих, не нахилятися на перила, парапети сходинок для запобігання падіння дітей із висоти;

- не спускатися у підвали будинків чи інші підземні ходи, катакомби, бомбосховища – там може бути отруйний газ;

- не вступати в контакт із незнайомими тваринами для запобігання отримання укусів від хворих на сказ тварин;

- застосовувати всі знання й правила, отримані на уроках основ здоров'я, виховних годинах, навчальних уроках.

2.2.4. Під час тривалих вихідних учні повинні виконувати правила безпеки життєдіяльності під час самостійного перебування вдома, на вулиці, громадських місцях, у друзів, на молодіжних дискотеках, у замкнутому просторі приміщень із чужими людьми, правила попередження правопорушень та насильства над дітьми:

- не розмовляти й не вступати в контакт із незнайомцями, зокрема не передавати їм цінні речі, ключі від дому, навіть якщо вони назвалися представниками міліції. Слід одразу кликати на допомогу й швидко йти до людей;

- не підходити до автомобілів із незнайомцями, навіть якщо вони запитують дорогу. Скажіть, що не знаєте, і швидко йдіть геть;

- перебувати без супроводу дорослих на вулиці дітям до 10-ти років можна до 20 год, до 14-ти років – до 21 год, до 18-ти років – до 22 год. У темну пору сезону – до настання темряви;

- діти мають право не відчиняти двері будинку навіть представникам правоохоронних органів. Якщо незнайомиць запитує, чи скоро прийдуть батьки, повідомте, що скоро – вони у сусідів, а в цей час зателефонуйте батькам і двері незнайомцям не відчиняйте;

- перебувати подалі від тих, хто влаштовує бійки, не беріть участі в суперечках дорослих і не провокувати словами чи діями агресивну поведінку, що може призвести до бійки або травми; у стосунках із оточуючими керуйтеся толерантними відносинами;

- не заходити в під'їзд, ліфт із незнайомими людьми; одразу кликати на допомогу, якщо незнайомиць чинить якісь дії щодо вас. Бути уважнішими, оглядатися й перевіряти, чи не слідує за вами хтось під час проходу провулків, підземних переходів між домами й тунелями. Якщо за вами хтось іде, зупиніться й відійдіть у сторону, щоб потенційний переслідувач пройшов повз вас;

- під час перебування на дискотеці, слід завчасно попередити батьків про зустріч вас після закінчення заходу; керувати загальними правилами етикету й нормами поведінки, не провокувати оточуючих на агресивну поведінку рухами й словами. У разі небезпечної ситуації слід звертатися до служби охорони закладу, викликати міліцію за номером 102, зателефонувати батькам;

- не чинити дій, що можуть призвести до правопорушень. Неповнолітніми у кримінальному праві вважаються особи віком до 18-ти років. За злочини, вчинені після настання 14-річного віку, неповнолітні підлягають кримінальній відповідальності;

- всеукраїнські гарячі лінії підтримки дітей та молоді України: Всеукраїнська лінія «Телефон довіри» – 800-500-21-80; національна гаряча лінія з питань попередження насильства над дітьми та захисту прав дітей – 500-500-33-50 (у межах України дзвінки безкоштовні);

- під час перебування в громадських місцях на святкових подіях слід уникати натовпу і стовпотворінь; При русі в натовпі не можна напирати на тих, хто йде попереду (бажання прискорити рух завершиться пробкою). Слід намагатися уникнути затору, а головне, тих місць, де просування обмежують гострі кути, перила, скляні вітрини, – вас можуть притиснути, роздавити і серйозно травмувати. Якщо ви побачили збуджених глядачів під впливом алкоголю – вийдіть до завершення видовища або значно пізніше, щоб уникнути правопорушень і не стати жертвою насильства.

2.2.5. Під час тривалих вихідних учні повинні виконувати правила з запобігання захворювань на грип, інфекційні, кишкові захворювання, педикульоз тощо:

- при нездужанні не виходити з дому, щоб не заражати інших людей, і викликати лікаря;
- хворому виділити окреме ліжко, посуд, білизну;
- приміщення постійно провітрювати;
- у разі контакту із хворим одягати марлеву маску;
- хворому слід дотримуватися постільного режиму;
- вживати заходів профілактики: їсти мед, малину, цибулю, часник; чітко виконувати рекомендації лікаря;
- постійно мити руки з милом перед їжею;
- не їсти брудних овочів та фруктів, ретельно їх мити й ошпарювати;
- для запобігання захворювань на педикульоз, регулярно мити голову; довге волосся у дівчат має бути зібране у зачіску, не користуватися засобами особистої гігієни (гребінцем) інших осіб, а також не передавати свої засоби гігієни іншим. Не міряти й не носити чужого одягу, головних уборів, а також не передавати іншим свій одяг;
- не вживати самостійно медичних препаратів, не рекомендованих лікарем;
- якщо ви погано почуваєтеся, а дорослих немає поряд, слід викликати швидку медичну допомогу за номером 103, описавши свій стан, назвавши номер телефону, домашню адресу, прізвище, ім'я, а також зателефонувати батькам.

3. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів при виникненні надзвичайної або аварійної ситуації.

3.1. Не панікувати, не кричати, не метушитися, чітко й спокійно виконувати вказівки дорослих, які перебувають поряд.

3.2. Зателефонувати батькам, коротко описати ситуацію, повідомити про місце свого перебування.

3.3. Якщо ситуація вийшла з-під контролю дорослих, слід зателефонувати в служби екстреної допомоги за телефонами:

101 – пожежна охорона;

102 – міліція;

103 – швидка медична допомога;

104 – газова служба,

коротко описати ситуацію, назвати адресу, за якою сталася надзвичайна ситуація, своє прізвище, ім'я, номер свого телефону.

3.4. За змогою слід залишити територію аварійної небезпеки.

Погоджено:

**Заступником директора, який відповідає за організацію роботи
з безпеки життєдіяльності**

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Затверджено:

Наказом директора школи

Від «_____» _____ 20 р. №_____

(підпис)

(прізвище, ініціали)

ІНСТРУКЦІЯ №_____

з безпеки життєдіяльності для учнів “Правила поведінки на воді”

1. Загальні положення

1.1. Нещасні випадки найчастіше відбуваються при порушенні заходів безпеки на воді. Більшість людей гине через невміння добре плавати, купання в необладнаних водоймах, при хвилюванні на морі, порушенні навігаційних правил, в аварійних ситуаціях на човнах та інших плавзасобах, під час переправ, у період паводків і повеней.

1.2. Відпочиваючи, треба додержуватися заходів безпеки та намагатися якнайшвидше навчитися плавати.

1.3. Купатися краще ранком або ввечері, коли сонце гріє, але немає небезпеки перегрівання. Температура води повинна бути не нижче +17-19 С, у більш холодній - знаходитися небезпечно.

1.4. Плавати у воді можна не більше 20 хвилин, причому цей час повинен збільшуватися поступово, починаючи з 3-5 хвилин.

1.5. Не можна доводити себе до ознобу. При переохолодженні можуть виникнути судоми, відбутися припинення дихання, втрата свідомості. Краще купатися декілька разів по 15-20 хвилин, а у перервах пограти в рухливі ігри: волейбол, бадмінтон.

2. Правила поведінки на воді:

2.1. Не входити, не пірнати у воду після тривалого перебування на сонці. Периферичні судини сильно розширені для більшої тепловіддачі. При охолодженні у воді настає різке рефлекторне скорочення м'язів, що спричиняє за собою припинення дихання.

2.2. Не входити у воду в стані алкогольного сп'яніння. Алкоголь блокує нормальну діяльність головного мозку.

2.3. Якщо немає поблизу обладнаного пляжу, треба вибрати безпечне для купання місце з поступовим ухилом та твердим і чистим дном. У воду заходьте обережно. Ніколи не пірняйте в незнайомих місцях, спеціально необладнаних. Навіть якщо напередодні це місце було безпечним для стрибків, то за ніч могли щось вкинути у воду або плином могло принести корчі.

2.4. Не запливати далеко, особливо за буї, тому що можна не розрахувати своїх сил. Відчувши втому, не треба губитися і рватися, якнайшвидше доплисти до берега. Треба навчитися “відпочивати” на воді. Для цього обов'язково необхідно вміти плавати на спині. Перевернувшись на спину і підтримуючи себе на поверхні легкими рухами кінцівок, ви зможете відпочити.

2.5. Якщо Вас захопило плином, не намагайтеся з ним боротися. Треба плисти униз за течією, поступово, під невеличким кутом, наближаючись до берега.

2.6. Не губіться, навіть якщо Ви потрапили у вир. Необхідно набрати побільше повітря в легені, зануритися у воду і, зробивши сильний ривок вбік, спливати.

2.7. У водоймах із великою кількістю ряски потрібно намагатися плисти поблизу самої поверхні води, не чіпати рослини, не робити різких рухів. Якщо усе ж руки або ноги заплуталися стеблами, необхідно зупинитися (прийняти положення “поплавка”, “спливання”) і звільнитися від них.

2.8. Дуже обережно плавати на надувних матрацах, автомобільних камерах і надувних іграшках. Вітром або плином їх може віднести дуже далеко від берега, а хвилюю - захлеснути, із них може вийти повітря, і вони загублять плавучість.

2.9. Купання з маскою, трубкою і ластами потребує особливої обережності. Не можна плавати з трубкою при сильному хвилюванні води у морі. Плавати треба тільки уздовж берега та обов'язково під постійним наглядом, щоб вчасно могла прийти допомога.

2.10. Не допускати грубих ігор на воді: підпливати під тих, хто купається, хапати їх за ноги, "топити", подавати помилкові сигнали про допомогу і т. ін.

2.11. Купання дітей ні в якому разі не повинно проходити без нагляду дорослих, які добре вміють плавати. Вчитися плавати обов'язково потрібно під керівництвом інструктора або батьків.

2.12. Навчити плавати свою дитину - обов'язок, такий же, як навчити переходити вулицю. Впевнено триматися на воді можна навчити за 5- 7 днів, і це вже перший крок до безпеки: діти тонуть не тільки в ставках і річках, але й у бочках із водою, і в домашніх ваннах, залишені батьками, дорослими "буквально на одну хвилину".

2.12. Не лишати біля води малят. Вони можуть оступитися і впасти, захлинутися водою або потрапити в яму

2.13. Не запливати за обмежувальні знаки, які обмежують акваторію з перевіреном дном, визначеною глибиною, там гарантована відсутність водовирів та інших небезпек. Не треба відпливати далеко від берега або перепливати водойми на суперечку. Довести своє уміння плавати можна, пропливши декілька разів ту саму дистанцію поблизу берега.

2.14. Не наближатись до суден, човнів і катерів, які пропливають поблизу Вас.

3. При перебуванні біля водойм потрібно

3.1. Навчитися лежати на спині. Спокійно розправивши руки і ноги, закрити очі, лягти головою на воду і розслабитися, лише злегка допомагаючи собі утриматися в горизонтальному положенні. Набрати в легкі повітря, затримати, повільно видихнути.

3.2. Навчитися плавати, зіщулившись "поплавцем". Вдихнути, занурити особу у воду, обійняти коліна руками і притиснути до тіла, стримуючи видих (але не напружуючись), повільно видихати у воду, а потім - знову швидкий вдих над водою і знову "поплавець". Якщо ви змерзнули, треба робити нерухому (статичну) гімнастику, по черзі напружувати руки і ноги.

3.3. Після відпочинку, треба знову плисти до берега. І знову відпочивати. Але ні в якому разі не втрачати енергії на страх, порадьте собі в крайньому випадку думкою, що боятися вже пізно - треба тільки діяти. Той хто вміє з рештою пропливти десять метрів, пропливе і сто, якщо буде відпочивати, та й людина все-таки легше води.

3.4. Існує найпростіший прийом орієнтації під водою. Під час навіть неглибокого занурення (наприклад, із маскою) плавець нерідко втрачає правильне відчуття "верх-низ", причому часто про це навіть не здогадується. Щоб піднятися догори, треба випустити декілька пухирців повітря, ну а вже вони покажуть дорогу.

4. Правила надання першої медичної допомоги потерпілим на воді:

4.1. Уміння надати допомогу при нещасних випадках необхідно кожній людині. Крикнувши потерпілому, ви йдете йому на допомогу. Якщо ви добираєтеся до потопуючого плавом, треба максимально враховувати плин води, вітер, відстань до берега і т.д. Наближаючись, намагайтеся заспокоїти і підбадьорити плавця, що вибився із сил. Якщо це вдалося і він може контролювати свої дії, плавець повинен триматися за плечі рятувальника. Якщо ж він не контролює свої дії – поводитися з ним треба жорстко і безцеремонно. Деякі інструкції рекомендують навіть оглушити потопуючого, щоб спасти його і своє життя.

4.2. Якщо у плавця починає судомити ногу. Знаючи, що це звичайна ситуація, ви повинні на секунду зануритися з головою у воду і, розпрямивши ногу, сильно рукою потягнути на себе ступню за великий палець. Якщо не знати цього прийому, легко злякатися, і, гублячи сили і збиваючи дихання, намагатися плисти до берега, а там вже - як поталанить. Дати собі секунду на роздуми. Чи немає поруч рятувального засобу? Їм може бути усе, що збільшить плавучість людини і що ви в змозі до нього докинути. Рятувальне коло можна кинути на 20-25 метрів. Чи є човен? Чи можна покликати когось ще на допомогу?

4.3. Підпливши до потопуючого, треба підірнути під нього і, узявши позаду одним із прийомів захоплення (класичний - за волосся), транспортувати до берега. У випадку, якщо потопуючому вдалося схопити вас за руки, ноги або шию - звільняйтеся і негайно пірнайте - інстинкт самозбереження змусить потерпілого вас відпустити. Якщо ж він уже занурився у воду, не кидайте спроб знайти його на глибині, а потім повернути до життя. Це можна зробити ще й у тому випадку, якщо той хто потонув, знаходився у воді близько 6 хвилин.

- 4.4. Перед тим, як приступити до надання першої допомоги постраждалому, необхідно його швидко і старанно оглянути. Основну увагу звернути на колір шкіри, дихання, серцеву діяльність, рефлекс очей, ширину зіниці. Допомога надається в залежності від його стану.
- 4.5. Ознаки клінічної смерті: зіниці розширені, пульс відсутній, серце не чути, дихання немає, зіниці не реагують (якщо зіниці звужені, то людина непритомна і штучного дихання робити не треба, а лише дати вдихнути нашатирного спирту і поплескати по щоках). Приступати до надання допомоги необхідно якнайшвидше. Якщо постраждалий не подає ознак життя, це не повинно зупиняти надання першої допомоги. Доти, поки є найменший шанс врятувати людину, треба проводити заходи щодо її рятування.

4.6. Як тільки потопляючого витягли з води, відразу приступають до надання першої медичної допомоги. По можливості, необхідно відразу викликати медичну допомогу, а до її прибуття не припиняти спроб відновити дихання людини.

- Витягнувши на берег, огляньте потерпілого: рот і ніс можуть бути забиті тванню або піском, їх треба негайно прочистити (пальцями, повернувши голову людини на бік). Потім покладіть постраждалого животом на своє коліно (голову звисити особою униз) і сильно натиснувши, виплесніть воду зі шлунка і дихальних шляхів. Все це треба робити швидко і також швидко укласти постраждалого на спину, розстебнути йому пояс і верхні гудзики і почати робити штучне дихання.

Підведіться на коліна зліва, максимально закиньте голову постраждалого (це дуже важливо!) і, змістивши щелепу униз, розкрийте йому рот. Зробіть глибокий вдих, прикладете свої губи до губів постраждалого (рекомендується через хустку або марлю) і із силою видихніть повітря. Ніздря постраждалого при цьому треба затиснути рукою. Видих відбудеться самотійно.

Якщо в постраждалого не б'ється серце, штучне дихання треба сполучити з непрямим масажем серця. Для цього одну долоню покладете поперек нижньої частини грудини (але не на ребра!), іншу долоню - поверх перший навхрест. Надавите на грудину зап'ястями так, щоб вона прогнулася на 3-5 сантиметрів, і відпустите. Прогинати потрібно сильно, поштовхом, використовуючи вагу свого тіла. Через кожне вдихання повітря робіть 4-5 ритмічних надавлювань.

Добре, якщо допомогу надають двоє. Тоді один робить штучне дихання, другий за ним - масаж серця. Не зупиняйте заходу для реанімації до прибуття "швидкої допомоги": завдяки вашим діям організм ще може жити.

Загибель у воді більше чим у багатьох інших екстремальних ситуаціях залежить від поведінки самої людини. Зрозуміло, прийоми пожевоження і рятування зовсім не просто застосовувати без практики, і треба б таким речам учитися заздалегідь. Але навіть якщо у вас немає ніякої підготовки - дійте! Треба використовувати будь-який шанс.

Розроблено:
Класним керівником

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Погоджено:

**Заступником директора, який відповідає за організацію роботи
з безпеки життєдіяльності**

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Затверджено:

Наказом директора школи

Від «_____» _____ 20 р. №_____

(підпис)

(прізвище, ініціали)

ІНСТРУКЦІЯ №_____

з безпеки життєдіяльності для учнів “Небезпека враження електричним струмом”

1. Перші дії при враженні електричним струмом

- Відключити струм.
- Рятувати ураженого можна тільки одною рукою. Інакше ви ризикуєте стати “частиною” електричного ланцюга та одержати найтяжкі опіки.
- Якщо хтось схопився за оголений дріт - висмикнути дріт із розетки, відключити рубильник, викрутити запобіжні електропробки. Припустимо, це зробити не можна. Тоді треба відкинути дріт. Але не руками, а сухою дерев'яною палицею чи іншим предметом з доброю ізоляцією.
- Якщо постраждалий тримає дріт у зажатій долоні, необхідно дріт перерубати. Для цього підійде інструмент з ізольованими рукоятками: сокира чи лопата з дерев'яним сухим держак, плоскогоубці чи кусачки з ізоляцією
- Дроти, що зайнялися, небезпечно гасити водою. Їх краще накрити гумовим покриттям або засипати піском.
- Якщо людина лежить на землі поруч з обірваним дротом, до нього треба підходити, кинувши собі під ноги “ізоляцію” - наприклад, суху дошку, гумову ковдру, книги або стопку газет. На руки краще всього одягти гумові шкіряні сухі рукавички. На крайній випадок обмотати руки сухою тканиною
- Відтягніть постраждалого від місця, де поширюється струм та перенесіть на безпечну ділянку. Для цього потрібно взяти його за полу одягу, попередньо обернувши будь якою сухою тканиною і свої руки. Діяти одною рукою, а другу опустити униз. Пам'ятайте неможна торкатися відкритих частин тіла руками – це небезпечно, електричний струм проходить крізь тіло постраждалого.
- Негайно викличте швидку медичну допомогу (телефон 03).

2. Як надати першу медичну допомогу постраждалому при електротравмуваннях ?

- Насамперед треба знизити температуру в місці опіку, приклавши лід із холодильника (можна і будь-які заморожені продукти, попередньо обернувши їх чистою тканиною). Підійде і холодна вода.
- Якщо людина не непритомна, будь то дитина або дорослий, дайте знеболюючого типу анальгетик і заспокійливе (валеріанку, краплі Зеленіна, валокордин, корвалол). Ця травма впливає, насамперед, на центральну нервову і серцеву - судинну системи.
- На місце опіку накладають стерильну пов'язку, бажано так названу волого-висихаючу - із фурациліном. Але ні в якому разі не змащують це місце жиром або маззю на жировій основі.
- Якщо постраждалий непритомний, його кладуть на бік. При порушенні дихання, порушенні серцебиття роблять масаж серця і штучне дихання “рот у рот” до приїзду бригади лікарів.
- Потерпілий повинен лежати, ні в якому разі не дозволяйте йому ні сідати, ні вставати. Це може призвести до тяжких наслідків, тому що у організмі виникають серйозні внутрішні розлади. Як і що робити далі повинен визначити тільки лікар.
- Велика помилка, якщо електричний опік пробують лікувати вдома або амбулаторно. При сильних опіках пальців, долоней в перші два-три дні їх ще можна врятувати від некрозу (відмирання). Але не пізніше цього строку!

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, щорічно від електротравм гине до 25 тисяч чоловік. Ще більше залишаються інвалідами. Але ці травмування трапляються не тільки в квартирі. Трапляються вони і на виробництві.

Способи надання першої медичної допомоги універсальні. І про них ми вже розповіли. А от у заходів безпеки є особливості.

- Не ремонтуйте включені у електромережу прилади та не працюйте з дротами під напругою.
- Найголовніша особливість - ніколи голими руками не робіть спробу виявити наявність електричного струму у дротах. Для цього є спеціальні пристрої, найпростіший із них - пробник.
- Якщо ви працюєте з оголеними дротами, ремонтуєте електричну мережу –обов'язково треба повісити табличку “Не вмикати! Іде ремонт.”

Той, хто не знає таких прийомів, може сам стати жертвою.

Щоб нещастя не застало вас несподівано - ці поради треба пам'ятати.

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Погоджено:

**Заступником директора, який відповідає за організацію роботи
з безпеки життєдіяльності**

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Затверджено:

Наказом директора школи

Від «_____» _____ 20 р. №_____

(підпис)

(прізвище, ініціали)

ІНСТРУКЦІЯ №_____

з безпеки життєдіяльності для учнів про поведінку під час навчальної практики та літніх канікул

1. Загальні положення.

1.1. Інструкція з безпеки учнів під час навчальної практики та літніх канікул поширюється на всіх учасників навчально-виховного процесу під час перебування учнів на літніх канікулах та навчальній практиці.

1.2. Інструкцію розроблено відповідно до «Положення про організацію роботи з охорони праці учасників навчально-виховного процесу», затвердженого Наказом Міністерства освіти і науки України від 01.08.2001 № 563, «Правил дорожнього руху України», затверджених Постановою Кабінету Міністрів України від 10.10.2001 № 1306, «Правил пожежної безпеки для закладів, установ і організацій системи освіти України», затверджених Наказом Міністерства освіти і науки України, Міністерства внутрішніх справ України, Головного управління державної пожежної охорони від 30.09.1998 № 348/70.

2. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час навчальної практики та літніх канікул.

2.1. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів перед початком навчальної практики та літніх канікул.

2.1.1. Перед початком навчальної практики та літніх канікул чітко визначити терміни початку та закінчення канікул, навчальної практики.

2.1.2. У разі продовження канікул слід телефонувати в останній день визначених термінів до класного керівника для визначення нового терміну канікул, навчальної практики.

2.1.3. Ознайомитися з планом проведення навчальної практики, канікул у класі, навчальному закладі, брати активну участь у запланованих заходах.

2.1.4. У разі неможливості через поважні причини або сімейні обставини взяти участь у запланованих заходах під час канікул, навчальної практики або вчасно приступити до навчальних занять після канікул, учням слід завчасно попередити класного керівника, надавши заяву від батьків чи медичну довідку, що підтверджує обґрунтованість причини, вирішення питання перенесення навчальної практики на серпень місяць.

2.2. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час літніх канікул та навчальної практики.

2.2.1. Під час канікул, перебуваючи на вулиці й ставши учасником дорожньо-транспортного руху, чітко виконувати правила дорожнього руху:

- рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, притримуючись правого боку;
- за межами населених пунктів, рухаючись узбіччям чи краєм проїжджої частини, йти назустріч руху транспортних засобів;
- переходити проїжджу частину тільки по пішохідних переходах, зокрема підземних і наземних, а у разі їх відсутності – на перехрестях по лініях тротуарів або узбіччя;
- у місцях із регульованим рухом керуватися тільки сигналами регулювальника чи світлофора;
- виходити на проїжджу частину з-за транспортних засобів упевнившись, що не наближаються інші транспортні засоби;
- чекати на транспортний засіб тільки на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, узбіччях, не створюючи перешкод для дорожнього руху;
- на трамвайних зупинках, не обладнаних посадковими майданчиками, можна виходити на проїжджу частину лише з боку дверей і тільки після зупинки транспортного засобу;
- у разі наближення транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком червоного або синього кольору, чи спеціальним звуковим сигналом, треба утриматися від переходу проїжджої частини або негайно залишити її;

- категорично заборонено вибігати на проїжджу частину, влашто на ній або поблизу неї ігри, переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом, або встановленими місцями;
 - по проїжджій дорозі рухатися на велосипеді можна тільки дітям, які досягли 16-ти років; мопеди й велосипеди повинні бути обладнані звуковим сигналом та світлоповертачами: попереду – білого кольору, по боках – оранжевого, позаду – червоного; на голові у водія має бути захисний шолом; слід чітко дотримуватися правил дорожнього руху;
 - водіям мопедів і велосипедів заборонено: керувати транспортом із несправним гальмом, звуковим сигналом, у темну пору доби; рухатися по автомагістралях, якщо є поряд велосипедна доріжка; рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках; їздити не тримаючись за кермо та знімати ноги з педалей; перевозити пасажирів; буксирувати інші транспортні засоби;
 - для катання на інших засобах (скейтборд, самокат, ролики тощо)
 - слід обирати місце на дитячих майданчиках та ін., на проїжджу частину виїжджати заборонено;
 - учні повинні виконувати зазначені правила, а також інші Правила дорожнього руху України, знання про які були отримані на уроках основ здоров'я, виховних годинах, інших навчальних спеціалізованих установах, предметних уроках;
 - перебувати поблизу залізничних колій дітям без супроводу дорослих заборонено;
 - учні, користуючись транспортним засобом, повинні сидіти або стояти тільки в призначених для цього місцях, тримаючись за поручень або інше пристосування.
- 2.2.2. Під час канікул, перебуваючи вдома, на вулиці, в спеціалізованих установах, транспорті, учні повинні чітко виконувати правила пожежної безпеки:
- заборонено брати з собою вогнебезпечні предмети, що можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, бенгальські вогні, феєрверки, цигарки, легкозаймисті речовини, вогнезаймисту рідину тощо);
 - користуватися газовою плитою вдома можна тільки із спеціалізованим електричним приладом для вмикання і під наглядом дорослих;
 - заборонено використовувати віконниці на вікна для затемнення приміщень і застосовувати горючі матеріали; зберігати бензин, газ та інші легкозаймисті горючі рідини, приносити їх до приміщення; застосовувати предмети оформлення приміщень, декорації та сценічне обладнання, виготовлене з горючих синтетичних матеріалів, штучних тканин і волокон (пінопласту, поролону, полівінілу тощо); застосовувати відкритий вогонь (факели, свічки, феєрверки, бенгальські вогні тощо), хлопушки, дугові прожектори; влаштовувати світлові ефекти із застосуванням хімічних та інших речовин, що можуть викликати загоряння; встановлювати стільці, крісла тощо, конструкції, виготовлені з пластмас і легкозаймистих матеріалів, а також захищати предмети проходи та аварійні виходи;
 - у жодному разі не брати на вулиці чи в іншому місці незнайомі, чужі предмети, зокрема побутову техніку, не вмикати їх у розетку вдома чи в інших установах – це може призвести до вибуху та надзвичайної ситуації;
 - не наближатися до електроприладів, музичної апаратури, що живляться струмом. Користуватися електроприладами тільки сухими руками і в присутності батьків. У разі виявлення обірваних проводів, неізолюваної проводки, іскріння проводки, слід негайно повідомити дорослих;
 - не скупчуватися біля проходів у громадських установах, біля входів та виходів, у приміщеннях вестибюлю;
 - під час участі в масових заходах не кричати, не свистіти, не бігати, не стрибати, не створювати травмонебезпечних ситуацій у приміщенні, виконувати правила пожежної безпеки;
 - у разі пожежної небезпеки (наявності вогню, іскріння, диму) слід
 - негайно вийти на повітря (за двері, балкон) та кликати на допомогу. Ви службу пожежної охорони за номером 101, назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описавши ситуацію: наявність вогню, диму, кількість людей у приміщенні, залишити номер свого телефону;
 - при появі запаху газу в квартирі, приміщенні у жодному разі не вмикати електроприлади, не користуватися стаціонарним чи мобільним телефоном, відчинити вікна, двері, перевірити приміщення, вимкнути газову плиту, якщо вона була ввімкнена, й вийти з приміщення; покликати на допомогу дорослих, негайно повідомити в газову службу за номером 104 чи 101 пожежну охорону – 101; назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описавши ситуацію й залишивши номер свого телефону.

2.2.3. Під час канікул, перебуваючи вдома, на вулиці, в спеціалізованих установах, громадських місцях, приміщеннях, транспорті тощо учні повинні чітко виконувати правила з попередження нещасних випадків, травмування, отруєння тощо:

■ під час канікул заборонено перебувати біля водойм без супроводу дорослих для запобігання утоплення дітей. Відпочиваючи у прибережній зоні, слід виконувати правила безпечної поведінки на воді: не запливати за огорожу вальні буї, не підпливати до моторних човнів, вітрильників, веслових човнів та інших плавзасобів; на залізати на технічні та попереджувальні знаки, буї та інші предмети; не використовувати

■ рятувальні засоби і спорядження не за призначенням; не стрибати у воду зі споруд, не пристосованих для цього, й у місцях, де невідомі глибина та стан дна; не організовувати у воді ігри, пов'язані з пірнанням і захопленням тих, хто купається; не стрибати у воду з човнів, катерів, вітрильників та інших плавзасобів; не використовувати для плавання дошки, камери від волейбольних м'ячів, рятувальні круги, надувні матраци (особливо у штормову погоду); не купатися біля причалів та у вечірній час, особливо після заходу сонця; не стрибати у воду в незнайомих місцях; не купатися біля обривів, зарослих рослинністю берегів; не засмічувати воду та узбережжя, не залишати та не кидати сміття. Заборонене купання у затоплених кар'єрах, каналах, озерах, пожежних водоймах, ставках, морських акваторіях та інших водоймах, що не мають обладнаних пляжів сезонними рятувальними постами, не зареєстровані місцевою владою як місця масового відпочинку. Під час купання не слід робити зайвих рухів, не пірнати, не треба тримати свої м'язи в постійній напрузі, не порушувати ритму дихання, не перевтомлювати себе, не брати участі у великих запливах без необхідних тренувань та дозволу лікаря. Не можна заходити у воду спітнілим або після прийому сонячних ванн, жвавих ігор. Як тільки ви починаєте замерзати, треба негайно вийти з води, енергійно розтертися рушником і швидко одягтися. Категорично заборонено заходити у воду, якщо ви погано почуваєтеся;

■ категорично заборонено перебувати біля будівельних майданчиків, кар'єрів, закинутих будівель для запобігання обрушень будівельних матеріалів й попередження травм та загибелі дітей;

■ категорично заборонено вживати алкоголь, наркотичні засоби, тютюнові вироби, стимулятори;

■ уникати вживання в їжу грибів;

■ категорично заборонено брати в руки, нюхати, їсти незнайомі дикі рослини чи паростки квітів, кущів, дерев, що може призвести до отруєння;

■ пересуватися слід обережно, спокійно. Беручи участь в іграх, не створювати хаотичного руху, не штовхатися, не кричати. На вулиці бути обережним, дивитися під ноги, щоб не впасти в яму чи відкритий каналізаційний люк;

■ не підходити на вулиці до обірваних, обвислих проводів, або проводів, які стирчать, а особливо, якщо від них іде гудіння – дані проводи можуть бути ще підживлені електрострумом;

■ не підходити до щитових, не залазити на стовпи з високовольтними проводами – можна отримати удар електрострумом від високовольтних живлень на відстані 5 м;

■ бути обережним на дитячих майданчиках, у парках відпочинку: спочатку переконаватися, що гойдалки, атракціони, турніки та інші прилади справні, сильно не розгойдуватися й не розгойдувати інших, щоб не призвести до падіння чи іншого травмування;

■ не виходити на дах багатоповерхівки для попередження падіння дітей із висоти;

■ не підходити До відчинених вікон, мити вікна тільки в присутності дорослих, не нахилятися на перила, парапети сходинок для запобігання падіння дітей із висоти;

■ не спускатися у підвали будинків чи інші підземні ходи, катакомби, бомбосховища – там може бути отруйний газ;

■ не вступати в контакт із незнайомими тваринами для запобігання отримання укусів від хворих на сказ тварин;

■ застосовувати всі знання й правила, отримані на уроках основ здоров'я, виховних годинах, навчальних уроках.

2.2.4. Під час канікул учні повинні виконувати правила безпеки життєдіяльності під час самостійного перебування вдома, на вулиці, у громадських місцях, у друзів, на молодіжних дискотеках, у замкнутому просторі з чужими людьми, правила попередження правопорушень та насильства над дітьми:

■ не розмовляти й не вступати в контакт із незнайомцями, зокрема не передавати їм цінні речі, ключі від дому, навіть якщо вони назвалися представниками міліції. Слід одразу кликати на допомогу й швидко йти до людей;

■ не підходити до автомобілів із незнайомцями, навіть якщо вони

■ запитують Дорогу. Скажіть, що не знаєте, і швидко йдіть геть;

■ перебувати без супроводу дорослих на вулиці дітям до 10-ти років можна до 20 год, до 14-ти років – до 21 год, до 18-ти років – до 22 год. У темну пору сезону – до настання темряви;

- діти мають право не відчиняти двері дому навіть представникам правоохоронних органів. Якщо незнайомиць запитує, чи скоро прийдуть батьки, повідомте, що скоро – вони у сусідів, а в цей час зателефонуйте батькам і двері незнайомцям не відчиняйте;
- бути подалі від тих, хто влаштовує бійки, не брати участі в суперечках дорослих і не провокувати словами чи діями агресивну поведінку, що може призвести до бійки або травми; у стосунках із оточуючими керуйтеся толерантними відносинами;
- не заходити в під'їзд, ліфт із незнайомими людьми; одразу кликати на допомогу, якщо незнайомиць провокує якісь дії щодо вас. Бути уважнішими, оглядатися й перевіряти, чи не слідує за вами хтось під час проходу провулків, підземних переходів між домами й тунелями. Якщо за вами хтось іде, зупинитися й відійти у сторону, щоб потенційний переслідувач пройшов повз вас;
- під час перебування на дискотеці, треба завчасно попередити батьків, щоб зустріли вас після заходу; слід керуватися загальними правилами етикету й нормами поведінки, не провокувати оточуючих на агресивну поведінку діями і словами.
- У разі небезпечної ситуації звертатися до служби охорони закладу, викликати міліцію за номером 102, зателефонувати батькам;
- не вчиняти дії, що можуть призвести до правопорушень. Неповнолітніми у кримінальному праві вважаються особи віком до 18-ти років. За злочини, вчинені після настання 14-річного віку, неповнолітні підлягають кримінальній відповідальності; позбавлення волі неповнолітньому може бути призначення строком до 10-ти років; найбільш суворим примусовим заходом виховного характеру є направлення до спеціальних навчально-виховних установ, що здійснюється примусово, незалежно від бажання неповнолітнього чи його батьків;
- батьки неповнолітніх, які не займаються вихованням своїх дітей, підлягають адміністративному штрафу в розмірах, передбачених відповідною статтею Кримінального кодексу України;
- всеукраїнські гарячі лінії підтримки дітей та молоді України: Всеукраїнська лінія «Телефон довіри» – 800-500-21-80; національна гаряча лінія з питань попередження насильства над дітьми та захисту прав дітей – 500-500-33-50 (у межах України дзвінки безкоштовні).

2.2.5. Під час канікул учні повинні виконувати правила запобігання захворювань на грип, інфекційні й кишкові захворювання, педикульоз тощо:

- при нездужанні не виходити з дому, щоб не заражати інших людей, і викликати лікаря;
- хворому виділити окреме ліжко, посуд, білизну;
- приміщення постійно провітрювати;
- у разі контакту із хворим одягати марлеву маску;
- хворому слід дотримуватися постільного режиму;
- вживати заходів профілактики: їсти мед, малину, цибулю, часник; чітко виконувати рекомендації лікаря;
- постійно мити руки з милом перед їжею;
- не їсти брудних овочів та фруктів, ретельно їх мити й ошпарювати;
- для запобігання захворювання на педикульоз, регулярно мити голову; довге волосся у дівчат має бути зібране у зачіску, не користуватися засобами особистої гігієни (гребінцем) інших осіб, а також не передавати свої засоби гігієни іншим. Не міряти й не носити чужого одягу, головних уборів, а також не передавати свого одягу іншим;
- не вживати самостійно медичних препаратів, не рекомендованих лікарем;
- якщо ви погано почуваєтеся, а дорослих немає поряд, слід викликати швидку медичну допомогу за номером 103, описавши свій стан, назвавши номер свого телефону, домашню адресу, прізвище, ім'я, а також зателефонувати батькам.

2.2.6. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час проведення навчальної практики:

- з планом роботи під час навчальної практики учні повинні бути ознайомлені перед початком навчальної практики й сповістити батьків про режим своєї роботи;
- учні повинні щоденно відвідувати навчальний заклад і виконувати весь об'єм роботи, запланованого у навчальній практиці, всі завдання та розпорядження класного керівника, вчителів-предметників, керівника;
- учні повинні приходити на навчальну практику в тому одязі і взутті, що буде визначено керівником навчальної практики, а також учителями-предметниками;
- під час навчальної практики учні повинні щодня відпрацювати кількість годин, визначену вимогами до проходження навчальної практики в кожному класі;
- категорично заборонено залишати заняття навчальної практики без дозволу керівника;

■ учні впродовж проходження навчальної практики повинні дотримуватися питного режиму: мати із собою запас питної води, оскільки категорично заборонено пити воду з-під крану чи відкритих водойм;

■ учні впродовж навчальної практики повинні чітко виконувати правила безпеки життєдіяльності й культури поведінки: не кричати, не бігати, не штовхатися, не свистіти, не провокувати інших ні словами, ні рухами, ні жестами, ні агресивною поведінкою, що може призвести до травмування та правопорушень;

■ учні повинні приступати до виконання роботи під час навчальної практики тільки після прослуханого інструктажу та роз'яснювальної бесіди; самостійне виконання видів робіт під час навчальної практики категорично заборонене.

3. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів при виникненні надзвичайної або аварійної ситуації.

3.1. Не панікувати, не кричати, не метушитися, а чітко і спокійно виконувати вказівки дорослих, які перебувають поряд.

3.2. Слід зателефонувати батькам, коротко описати ситуацію, повідомити про місце свого перебування.

3.3. Якщо ситуація вийшла з-під контролю дорослих, потрібно зателефонувати до служб екстреної допомоги за телефонами:

101 – пожежна охорона;

102 – міліція;

103 – швидка медична допомога;

104 – газова служба;

коротко описати ситуацію, назвати адресу, де сталася надзвичайна ситуація, а також своє прізвище, ім'я, номер свого телефону.

3.4. У разі можливості слід залишити територію аварійної небезпеки.

Розроблено:
Класним керівником

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Погоджено:

**Заступником директора, який відповідає за організацію роботи
з безпеки життєдіяльності**

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Затверджено:

Наказом директора школи

Від «_____» _____ 20 р. № _____

(підпис)

(прізвище, ініціали)

ІНСТРУКЦІЯ № _____

***з безпеки життєдіяльності для учнів про поведінку під час перебування у громадських місцях,
проведення масових заходів на базі інших навчальних закладів та установ***

1. Загальні положення.

1.1. Інструкція з безпеки життєдіяльності учнів під час перебування у громадських місцях, проведенні масових заходів на базі інших навчальних закладів та установ.

1.2. Інструкцію розроблено відповідно до «Положення про організацію роботи з охорони праці учасників навчально-виховного процесу», затвердженого Наказом Міністерства освіти і науки України від 01.08.2001 № 563.

1.3. Всі учасники навчально-виховного процесу повинні знати правила надання першої (долікарської) допомоги при характерних ушкодженнях.

2. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час перебування у громадських місцях, проведенні масових заходів на базі інших навчальних закладів та установ.

2.1. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час перебування у громадських місцях, проведенні масових заходів на базі інших навчальних закладів та установ.

2.1.1. Перед проведенням масових заходів на базі інших навчальних закладів та установ визначити дату, час, місце проведення, схему маршруту добирання до зазначеної установи або закладу.

2.1.2. Повторити правила дорожнього руху та правила поведінки в громадському транспорті, громадських місцях.

2.1.3. Повторити правила безпеки життєдіяльності та план евакуації у разі надзвичайної ситуації під час проведення масових заходів з учнями на базі інших установ та закладів.

2.2. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час перебування у громадських місцях, проведенні масових заходів на базі інших навчальних закладів та установ.

2.2.1. Слід прибути за 15 хв до початку заходу і повідомити вихователя чи наставника класу про свою присутність. Якщо з якоїсь причини ви не можете бути на заході, потрібно завчасно попередити телефонним зв'язком причину своєї відсутності.

2.2.2. Під час проведення масових заходів в інших установах слід ознайомитися з запасними виходами, через які можна здійснити евакуацію у разі аварійної ситуації, а також із загальним планом евакуації з установи.

2.2.3. Під час проведення масових заходів в інших установах та закладах потрібно перебувати в зазначеному вихователем або наставником класу місці, пересуватися приміщенням, територією без дозволу вихователя, наставника класу заборонено.

2.2.4. Під час проведення масових заходів слід поводитися чинно, пристойно, не кричати. Уважно слухати промовців. Якщо проводяться розважальні конкурси або вікторина з залом, не варто зіскакувати з місця, слід чекати, поки вас запросять. Не кричати, не свистіти, не бігати, не стрибати, не створювати травмонебезпечних ситуацій.

2.2.5. Після завершення масового заходу залишити своє місце і вийти з приміщення тільки за вказівкою вихователя або наставника класу.

2.2.6. Заборонено вибігати, штовхатися під час виходу з приміщення, у якому відбувався захід, створювати травмонебезпечні ситуації.

2.2.7. Категорично заборонено словами, діями чи агресивною поведінкою під час заходу провокувати інших учасників, це може призвести до бійки, правопорушень.

2.2.8. Чітко виконувати вказівки та розпорядження вихователя, наставника класу. Без його дозволу не можна заходити або виходити з приміщення, території, на якій відбувається захід.

2.2.9. Не вступати в контакт із незнайомими людьми, у жодному разі не передавати їм свої речі (особливо цінні – телефон, прикраси тощо), навіть якщо вони назвалися представниками міліції, для запобігання скоєння насильства над дітьми або злочину.

2.2.10. Не заходити по одному на територію, на якій відбувається захід, або в приміщенні установи до вузьких, затемнених проходів, кутків чи туалетних кімнат, гардеробу тощо для уникнення вчинення протиправних дій, насильства над дітьми.

2.2.11. Бути постійно в полі зору вихователя, наставника класу, уникати натовпу, обходити його. Якщо ви потрапили в натовп, у жодному разі не йдіть проти нього. Пам'ятайте, що найбільша давка буває біля дверей, перед сценою, біля арени тощо. Не наближатися до вітрин, стін, скляних дверей, до яких вас можуть притиснути. Якщо натовп вас захопив – не чинити йому опору. Глибоко вдихнути, зігнути руки в ліктях і підняти їх, щоб захистити грудну клітину. Не тримати руки в кишенях, не чіплятися ні за що руками – так можна зламати руку. Якщо є можливість, застібнути одяг. Високі підбори, розв'язаний шнурок можуть вартувати життя. Слід викинути сумку, парасольку тощо. Якщо у вас щось упало, у жодному разі не намагатися підняти – життя дорожче. Головне завдання в натовпі – не впасти. Якщо вас збили з ніг, спробуйте згорнутися клубком і захистити голову руками, прикриваючи потилицю. При будь-якій можливості треба спробувати встати.

При русі в суцільному натовпі не напірати на тих, хто йде попереду – бажання прискорити рух зазвичай завершується пробкою. Якщо на заході ви побачили багато п'яних або збуджених глядачів – вийдіть до завершення видовища або коли вже всі розійдуться, щоб уникнути правопорушень, небезпечних травм.

2.2.12. Під час заходу слід дотримуватися правил пожежної безпеки: не можна брати участь у масовому заході дітям, одягненим в одяг із легкозаймистих матеріалів, не просочених вогнезахисною сумішшю; категорично заборонено брати з собою на захід вогнеонебезпечні предмети, що можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, бенгальські вогні, феєрверки, легкозаймисті речовини, вогнезаймисту рідину тощо), під час заходу не наближатися до електроприладів, музичної апаратури, які живляться електрострумом. У разі виявлення обірваних проводів, неізолюваної проводки, іскріння проводки, слід негайно повідомити вихователя, наставника класу, чергових заходу.

3. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час перебування у громадських місцях, проведенні масових заходів на базі інших навчальних закладів та установ.

3.1. Повідомити вихователя або наставника класу, якщо ви залишаєте захід.

3.2. Якщо захід завершується пізно, або на світанку (випускний вечір, новорічна дискотека), обов'язково наявність батьків, які вас зустрінуть.

3.3. Після добування додому слід обов'язково зателефонувати вихователю або наставнику класу й повідомити, що з вами все гаразд.

4. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів в аварійних ситуаціях, у громадських місцях, проведенні масових заходів на базі інших навчальних закладів та установ.

4.1. У разі виникнення аварійної ситуації слід негайно повідомити вихователя або наставника класу.

4.2. Чітко виконувати вказівки вихователя або наставника класу, не панікувати, не метушитися; нікуди не йти від керівника, бути поблизу.

4.3. Якщо непередбачувана ситуація виходить з-під контролю до, слід терміново зв'язатися зі службами екстреної допомоги або рідними за мобільним зв'язком.

Пам'ятайте номери телефонів:

101 – пожежна охорона;

102 – міліція;

103 – швидка медична допомога;

104 – газова служба.

Телефонуючи спеціалістам, потрібно повідомити адресу закладу, у якому відбувається захід, коротко описати ситуацію, назвати своє прізвище й номер телефону.

Розроблено:

Класним керівником

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Погоджено:

**Заступником директора, який відповідає за організацію роботи
з безпеки життєдіяльності**

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Затверджено:

Наказом директора школи

Від «_____» _____ 20 р. № _____

(підпис)

(прізвище, ініціали)

ІНСТРУКЦІЯ № _____

***з безпеки життєдіяльності для учнів про поведінку під час спортивно-масових заходів на базі
навчального закладу та інших закладів освіти (кроси, змагання тощо)***

1. Загальні положення.

1.1. Інструкція з безпеки життєдіяльності учнів під час спортивно-масових заходів на базі навчального закладу, а також інших установ (закладів) («Котигорошко», кроси, змагання, естафети тощо) поширюється на всіх учасників навчально-виховного процесу під час спортивно-масових заходів на базі навчального закладу, а також інших установ.

1.2. Інструкцію розроблено відповідно до «Положення про організацію роботи з охорони праці учасників навчально-виховного процесу», затвердженого Наказом Міністерства освіти і науки України від 01.08.2001 № 563.

1.3. Всі учасники навчально-виховного процесу повинні знати правила надання першої (долікарської) допомоги при характерних ушкодженнях.

2. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час спортивно-масових заходів на базі навчального закладу та інших закладів освіти.

2.1. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів перед початком спортивно-масових заходів на базі навчального закладу та інших закладів освіти.

2.1.1. Перед початком спортивного заходу чітко визначити дату, день, час, місце проведення заходу. Якщо ви не встигаєте або не можете взяти участь у заході, слід завчасно повідомити про це керівника за телефонним зв'язком.

2.1.2. До участі у спортивних змаганнях допускаються учні, які пройшли медичний огляд і не мають протипоказань щодо стану здоров'я, мають довідку із візою лікаря, результати кардіологічного обстеження.

2.1.3. Під час участі у спортивно-масових заходах учні користуються спеціальним спортивним одягом (спортивний костюм) та спортивним взуттям, що визначається правилами проведення змагань з окремих видів спорту. Брати участь у спортивно-масових заходах без спортивного одягу, спортивного взуття не можна.

2.1.4. Спортивно-масові заходи повинні забезпечуватись Медичним обслуговуванням (медичною сестрою, лікарем).

2.1.5. Перед початком спортивно-масових змагань слід ознайомитися з порядком евакуації дітей у разі виникнення пожежі, надзвичайної ситуації, сигналом тривоги та двома евакуаційними виходами і місцем збору після евакуації.

2.1.6. Самостійне пересування учнів по приміщенню або території, на якій відбувається спортивно-масовий захід, категорично заборонене. V;

2.1.7. Вхід та вихід із території, приміщення, де відбувається спортивно-масовий захід, слід здійснювати тільки за вказівкою дорослих.

2.1.8. Заборонено брати з собою вогнебезпечні предмети, що можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, бенгальські вогні, феєрверки, цигарки, легкозаймисті речовини, вогнезаймисту рідину тощо).

2.1.9. Для здійснення харчового режиму впродовж дня, якщо змагання виїзні, то на весь день, учні мають узяти з собою запас питної води (заборонено брати зафарбовані напої) – мінеральної, а не газованої, набір харчових продуктів (овочі, фрукти, печиво, зварене на круто яйце, добре прокопчена ковбаса). Для запобігання отруєнню категорично заборонено брати сирні продукти, салати з майонезом, варені ковбаси, сардельки, вершкове масло, сухарики, чіпси, жувальні гумки, консерви тощо.

2.1.10. Під час прийому їжі слід дотримуватися санітарно-гігієнічних норм, мати засоби особистої гігієни (серветки, мило тощо).

2.1.11. Керівник команди учнів повинен мати з собою похідну аптечку.

2.2. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час спортивно-масових заходів на базі навчального закладу та інших закладів освіти.

2.2.1. Чітко дотримуватися вимог техніки безпеки, безпеки життєдіяльності учнів під час участі у спортивно-масових заходах; виконувати вправи змагань тільки за вказівкою дорослих, прослухавши інструктаж.

2.2.2. Брати участь у спортивно-масових заходах разом із учителем фізкультури чи його заступником.

2.2.3. Під час спортивно-масових заходів учні повинні бути одягнені тільки у спортивну форму, нігті коротко обрізані, волосся зібрати, зняти травмонебезпечні прикраси (обручки, сережки, пірсинги, ланцюжки тощо).

2.2.4. Взуття має бути спортивне, з гумовою підошвою.

2.2.5. У місцях стрибків необхідно мати гімнастичні мати.

2.2.6. Не виконувати вправи на приладах без страхування.

2.2.7. Не стояти біля гімнастичних, спортивних приладів під час виконання вправ іншими учнями.

2.2.8. При виконанні вправ поточним методом слідкувати за інтервалом.

2.2.9. При виконанні стрибків приземлення має бути м'яким із поступовим присіданням.

2.2.10. Не виконувати вправи, маючи вологі долоні.

2.2.11. Після занять потрібно помити руки з милом.

2.2.12. Бути уважним при виконанні вправ, переходах від приладу до приладу. Перед виконанням вправ на приладі перевірити його стан, закручення гвинтів. У разі виявлення пошкоджень на приладах, бігових доріжках, негайно повідомити про це вчителя фізкультури, керівника.

Категорично заборонено виконувати вправи на пошкоджених приладах.

2.2.13. При поганому самопочутті, потертостях, пошкодженнях, запамороченнях, болях у ділянці серця, печінки, шлунково-кишкових розладах терміново звертатися до вчителя фізкультури, керівника, медичного робітника. Категорично заборонено продовжувати змагання при поганому самопочутті.

2.2.14. Заборонено під час спортивно-масових змагань вживати жувальну гумку, їжу (для запобігання удавлення), штовхати інших, підсідати під гравця, який вистрибує, робити підніжки, чіплятися за форму; переносити важкі прилади; змінювати висоту приладів без дозволу вчителя; переходити від приладу до приладу, видів змагань без дозволу вчителя.

2.2.15. Категорично заборонено під час спортивно-масових змагань провокувати інших словами, жестами, агресивною поведінкою, що можуть призвести до травмування, правопорушень.

2.2.16. Бути уважним до своїх особистих цінних речей (телефонів, грошей, годинників, прикрас тощо). Не

2.2.17. залишати їх без нагляду, не передавати іншим для запобігання правопорушень.

2.2.18. На базі інших спортивних установ (закладів) не вступати в контакт із незнайомцями, не ходити по одному до туалетних кімнат, вузьких затемнених проходів, кутів тощо для запобігання скоєння насильства над дітьми, правопорушень.

2.3. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів після закінчення спортивно-масових заходів на базі навчального закладу та інших закладів освіти.

2.3.1. Вишикуватися для остаточної перевірки наявності учнів після завершення спортивно-масового заходу.

2.3.2. Кожному учневі після спортивно-масового заходу необхідно ретельно вимити руки та обличчя з милом.

2.3.3. Заборонено без дозволу вчителя фізкультури, керівника залишати команду, добираючись додому.

2.3.4. Рух додому здійснювати за обговореним маршрутом, дотримуючись правил дорожнього руху.

3. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів в аварійних ситуаціях.

3.1. У разі появи в учня больових відчуттів, при поганому самопочутті слід припинити заняття і сповістити про це вчителя фізкультури, керівника.

3.2. У разі виникнення пожежі, аварійної ситуації, не панікувати, не метушитися, залишатись у полі зору вчителя фізкультури, керівника, чітко виконувати його вказівки, рухаючись до евакуаційних виходів.

3.3. Після евакуації вишикуватись у зазначеному місці, під час пере зазначити свою присутність для обліку евакуйованих дітей. Нікуди після евакуації без дозволу вчителя фізкультури, керівника не йти.

3.4. Якщо непередбачувана ситуація виходить з-під контролю дорослих, слід терміново зв'язатися за телефонним зв'язком за номерами екстрених служб:

101 – пожежна охорона;

102 – міліція;

103 – швидка медична допомога;

104 – газова служба,

коротко описати ситуацію, кількість людей, адресу, за якою відбувається захід, назвати своє прізвище, ім'я, номер свого телефону.

3.5. Уникати під час евакуації натовпу, не захаращувати проходи, у жодному разі не ховатися у кутки, під сходи, у шафи тощо – це може заважати рятувникам надати вам допомогу.

Розроблено:

Класним керівником

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Погоджено:

Заступником директора, який відповідає за організацію роботи

Затверджено:

Наказом директора школи

Від «____» _____ 20 р. № ____.

(підпис)

(прізвище, ініціали)

ІНСТРУКЦІЯ № _____

з безпеки життєдіяльності для учнів про поведінку під час виконання трудових заходів на території навчального закладу та поза ним

1. Загальні положення.

1.1. Інструкція з безпеки життєдіяльності учнів під час виконання трудових заходів поширюється на всіх учасників навчально-виховного процесу під час перебування в навчальному закладі та на його території і поза нею.

1.2. Інструкцію розроблено відповідно до «Положення про організацію роботи з охорони праці учасників навчально-виховного процесу», затвердженого Наказом Міністерства освіти і науки України від 01.08.2001 № 563.

2. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час виконання трудових заходів на території навчального закладу та поза нею.

2.1. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів перед початком виконання трудових заходів на території навчального закладу та поза нею.

2.2. Визначити чітко дату, час і місце виконання трудових заходів. Якщо ви з поважних причин не встигаєте на призначений час або будете відсутні, слід завчасно повідомити класного керівника за телефоном про своє запізнення або відсутність. Відсутність на трудовому заході має бути підкріплена заявою від батьків на ім'я директора.

2.3. Вид роботи під час виконання трудових заходів має бути обговорено завчасно, тому на захід усі учні повинні принести інвентар для роботи (віник, совок, ганчірку, відро тощо). Для запобігання травматизму, інвентар слід обгорнути ганчіркою чи поліетиленом, його не можна піднімати вище коліна (особливо лопати, граблі, сапки), щоб не пошкодити того, хто йде позаду або стоїть попереду.

2.4. До виконання трудового заходу допускаються учні, які не мають протипоказань щодо стану здоров'я. Якщо ви погано почуваєтесь, слід негайно звернутися до класного керівника й не приступати до заданих видів роботи.

2.5. Під час виконання трудового заходу учні користуються спеціальним одягом і взуттям. Взуття має бути без підборів, а одяг – захисним (халат, довга сорочка, куртка тощо). Обов'язкова наявність рукавичок, якщо роботи відбуваються на вулиці.

2.6. У класного керівника має бути аптечка з набором медикаментів, перев'язувальних засобів для надання першої долікарської допомоги у разі травм або пошкоджень.

3. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час виконання трудових заходів на території навчального закладу та поза нею.

3.1. Чітко дотримуватися вимог безпеки життєдіяльності учнів під час виконання трудового заходу, бути постійно в полі зору класного керівника. Без дозволу нікуди не йти.

3.2. Виконувати тільки призначений класним керівником фронт робіт.

3.3. Приступати до виконання роботи тільки після прослуханого інструктажу, проведеного класним керівником.

3.4. При поганому самопочутті, потертостях, пошкодженнях, запамороченнях, болях у ділянці серця, печінки, шлунково-кишкових розладах терміново звертатися до медичної сестри.

3.5. Не піднімати та не переносити вручну важких речей вагою понад 6 кг для дівчат та 12 кг – для хлопців (старших класів). Діти молодших класів важкі речі переносити не повинні.

3.6. Бути уважним при виконанні робіт. При собі категорично заборонено мати гострі, колючо-ріжучі предмети, що можуть призвести до травм.

3.7. Для прибирання приміщень, території користуватися щіткою, совком, віником, ганчіркою. Не прибирати сміття і відходи безпосередньо руками – це може призвести до травмування.

Категорично заборонено брати в руки скло, шприци, голки, каміння, медикаменти, консервні банки тощо, чим можна нанести ушкодження.

- 3.8. Переносити воду для миття меблів, підлоги у відрі, наповненому не більш ніж на три чверті об'єму.
- 3.9. При митті підлоги остерігатися скалок, цвяхів на підлозі. Вилучити їх, загорнути у пакет або папір і викинути у відро для сміття.
- 3.10. Бути обережним при прибиранні біля люків, спусків, драбин і дверей. Виконувати цю роботу тільки під наглядом класного керівника, попередньо прослухавши інструктаж.
- 3.11. Перш ніж пересувати столи, шафи та інший інвентар і меблі, перевірити і прибрати з їх поверхні предмети, що можуть упасти.
- 3.12. Категорично заборонено учням проводити роботу на висоті (мити вікна, витирати стіни, вішати штори, витирати пил на меблях).
- 3.13. Не класти ганчірки або інші предмети на обладнання, електроприлади, апарати.
- 3.14. Категорично заборонено прибирання електроприладів і світильників. Не можна торкатися відкритих і неохолоджених струмоведучих частин, а також оголених і погано ізольованих дротів. У разі виявлення неізольованої проводки, іскріння проводки, обірваних проводів, негайно повідомити про це класного керівника, адміністрацію. Під час прибирання в кабінетах, приміщеннях навчального закладу, побутові електроприлади, світильники, комп'ютери, апаратура повинні бути вимкненні від живлення електрострумом.
- 3.15. Категорично заборонено під час трудового заходу піднімати інвентар угору, перекидати його через плече, щоб запобігти травмуванню. Заборонено кидати інвентар (віники, совки, лопати тощо) для передачі іншій особі. Передавати інвентар слід обережно, із рук у руки, за ручку.
- 3.16. Працювати спокійно. Не провокувати інших словами, діями, агресивною поведінкою, що можуть призвести до бійки, правопорушень.
- 3.17. Якщо учні працюють із шкільним інвентарем, або інвентарем іншої установи, вони повинні його здати після трудового заходу класному керівникові неушкодженим. У разі пошкодження інвентарю батьки учня повинні будуть придбати новий інвентар.
- 3.18. При прибиранні території навчального закладу або поза нею, під час прибирання проїжджої частини, не виходити на дорогу самотійно. Класний керівник повинен виставити на дорозі попереджувальні знаки, чергових із червоними прапорцями, а діти мати в спецодязі спеціалізовані червоно-помаранчеві жилети.
- 3.19. Категорично заборонено під час трудового заходу кидатися сміттям, ганчірками, камінням тощо – це може призвести до травмування й правопорушень.

4. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів після виконання трудових заходів на території навчального закладу та поза нею.

- 4.1. Вишикуватися для останньої перевірки учнів для обліку після завершення трудового заходу.
- 4.2. Здати отриманий інвентар класному керівникові.
- 4.3. Категорично заборонено йти додому без дозволу класного керівника.
- 4.4. Повернення додому здійснювати за попередньо оговореним маршрутом, дотримуючись правил дорожнього руху.
- 4.5. Кожному учневі після закінчення трудового заходу необхідно ретельно вимити руки та обличчя з милом.

5. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів в аварійних ситуаціях.

- 5.1. У разі виникнення аварійної ситуації негайно повідомити класного керівника.
- 5.2. Не панікувати, не метушитися, чітко виконувати вказівки дорослих, рухаючись до аварійних виходів, місця евакуації, нікуди не йти від керівника.
- 5.3. Після евакуації зазначити свою присутність для обліку, не залишати місце роботи без дозволу класного керівника.
- 5.4. Якщо аварійна ситуація виходить з-під контролю дорослих, слід правильно оцінити ситуацію, залишаючи аварійно-небезпечне місце. Терміново зв'язатися зі службами екстреної допомоги або рідними за мобільним зв'язком:
101 – пожежна охорона; 102 – міліція; 103 – швидка медична допомога; 104 – газова служба,

Розроблено:

Класним керівником

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Погоджено:

Заступником директора, який відповідає за організацію роботи з безпеки життєдіяльності

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Затверджено:

Наказом директора школи

Від «_____» _____ 20 р. № _____

(підпис)

(прізвище, ініціали)

ІНСТРУКЦІЯ № _____

з безпеки життєдіяльності для учнів “Дії населення у надзвичайних ситуаціях. Пожежа”

1. Загальні положення:

Пожежа - це неконтрольоване горіння поза спеціальним вогнищем, що розповсюджується у часі і просторі.

Щорічно в дим та попіл перетворюються цінності на мільярди гривень. Внаслідок пожеж гине та страждає значна кількість людей.

Будь-яка пожежа починається з загорання, яке інколи може ліквідувати одна людина, якщо відповідні навички та знає заходи поведінки під час пожежі. Якщо виникла пожежа - рахунок часу йде на секунди, тому необхідно заздалегідь знати де і які засоби пожежегасіння розміщуються та як ними користуватися.

Не панікуйте! Відомо, що паніка серед людей навіть під час невеличкої пожежі є причиною значних жертв.

Під час пожежі остерігайтеся: високої температури, задимленості та загазованості, обвалу конструкцій будинків і споруд, вибухів технологічного обладнання і приладів, падіння обгорілих дерев і провалів. Небезпечно входити в зону задимлення.

2. Заходи щодо рятування потерпілих з будинків, які горять та під час гасіння пожежі:

перед тим, як увійти у приміщення, що горить, накрийтеся мокрою ковдрою, будь-яким одягом чи щільною тканиною;

відкривайте обережно двері в задимлене приміщення, щоб уникнути займання від великого притоку свіжого повітря;

в сильно задимленому приміщенні рухайтесь поповзом або пригинаючись;

для захисту від чадного газу необхідно дихати через зволожену тканину;

у першу чергу рятуйте дітей, інвалідів та старих людей;

пам'ятайте, що маленькі діти від страху часто ховаються під ліжко, в шафу та забиваються у куток;

виходити із осередку пожежі необхідно в той бік, звідки віє вітер;

побачивши людину на якій горить одяг, зваліть її на землю та швидко накиньте пальто, плащ або будь-яку ковдру чи покривало (бажано зволожену) і щільно притисніть до тіла, при необхідності, викличте медичну допомогу;

якщо загорівся ваш одяг, падайте на землю і перевертайтеся, щоб збити полум'я, ні в якому разі не біжіть – це ще більше роздуває вогонь;

під час гасіння пожежі використовуйте вогнегасники, пожежні гідранти, а також воду, пісок, землю, кошму, ковдри та інші засоби, пристосовані для гасіння вогню;

бензин, гас, органічні масла та розчинники, що загорілися, гасіть тільки за допомогою пристосованих видів вогнегасників, засипайте піском або ґрунтом, а якщо осередок пожежі невеликий, накрийте його азбестовим чи брезентовим покривалом, зволоженою тканиною чи одягом;

якщо горить електричне обладнання або проводка, вимкніть рубильник, вимикач або електричні пробки, а потім починайте гасити вогонь.

3. Пожежа застала вас у приміщенні:

ви прокинулись від шуму пожежі і запаху диму, не сідайте в ліжку, а скотіться з нього прямо на підлогу;

повзіть по підлозі під хмарою диму до дверей вашого приміщення, але не відчиняйте їх відразу; обережно доторкніться до дверей тильною стороною долоні, якщо двері не гарячі, то обережно відчиніть їх та швидко виходьте;

якщо двері гарячі - не відчиняйте їх, дим та полум'я не дозволять вам вийти;

щільно закрийте двері, а всі щілини і отвори заткніть будь-якою тканиною, щоб уникнути подальше проникнення диму та повертайтеся поповзом у глибину приміщення і приймайте заходи до порятунку;

присядьте, глибоко вдихніть повітря, розкрийте вікно, висуньтеся та кричіть ”Допоможіть, пожежа!”.

ви не в змозі розкрити вікно - розбийте віконне скло твердим предметом та зверніть увагу людей, які можуть викликати пожежну команду;

якщо ви вибрались через двері, зачиніть їх і поповзом пересувайтесь до виходу із приміщення;

обов’язково зачиніть за собою всі двері;

під час пожежі заборонено користуватися ліфтами;

якщо ви знаходитесь у висотному будинку не біжіть вниз крізь вогнище, а користуйтеся можливістю врятуватися на даху будівлі.

У всіх випадках, якщо ви в змозі, зателефонуйте “01” і викличте пожежну команду.

3. Пожежі в лісах, степах та на торфовищах.

Масові пожежі можуть виникати в спеку та при посухах від ударів блискавки, необережного поводження з вогнем, очищення поверхні землі випалюванням сухої трави та з інших причин. Вони можуть викликати спалах будівель в населених пунктах, дерев’яних мостів, дерев’яних стовпів ліній електромереж та зв’язку, складів нафтопродуктів та інших матеріалів, що горять, а також ураження людей та тварин.

● Ви опинилися у осередку пожежі:

не панікуйте та не приймайте поспішних, необдуманих рішень;

не тікайте від полум’я, що швидко наближається, у протилежний від вогню бік, а долайте крайку вогню проти вітру, закривши голову і обличчя одягом;

з небезпечної зони, до якої наближається полум’я, виходьте швидко, перпендикулярно напрямку розповсюдження вогню;

якщо втекти від пожежі неможливо, то вийдіть на відкриту місцевість або галявину, ввійдіть у водойму або накрийтеся мокрим одягом і дихайте повітрям, що знаходиться низько над поверхнею землі - повітря тут менш задимлене, рот і ніс при цьому прикривайте одягом чи шматком будь-якої тканини;

гасити полум’я невеликих низових пожеж можна, забиваючи полум’я гілками листяних порід дерев, заливаючи водою, закидаючи вологим ґрунтом та затоптуючи ногами;

під час гасіння пожежі, не відходьте далеко від доріг та просік, не упускайте з виду інших учасників гасіння пожежі, підтримуйте з ними зв’язок за допомогою голосу.

будьте обережні в місцях горіння високих дерев, вони можуть завалитися та травмувати вас;

особливо будьте обережні у місцях торф’яних пожеж, враховуйте, що там можуть створюватися глибокі вирви, тому пересувайтесь, по можливості, перевіряючи палицею глибину слою, що вигорів;

Розроблено:

Класним керівником

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Погоджено:

Заступником директора, який відповідає за організацію роботи

ІНСТРУКЦІЯ № _____

з безпеки життєдіяльності для учнів “Правила поведінки із газовими приладами”

1. Якщо ви відчули запах газу в приміщенні, де встановлено газове приладдя:
 - негайно перекрийте вентиля на газовому приладді і крани подачі газу перед ними;
 - виведіть людей із загазованих та сусідніх приміщень;
 - організуйте провітрювання приміщень, відкрийте вікна та двері;
 - викличте аварійну службу газу за телефоном “04”;
 - з прибуттям бригади аварійної газової служби дійте за їх вказівками.
2. Якщо ви відчули запах газу в приміщеннях із значною кількістю людей:
 - повідомте людей, які знаходяться у приміщеннях, про необхідність негайного залишення приміщень;
 - повідомте аварійну службу газу;
 - організуйте провітрювання приміщень;
 - не допускайте людей у загазоване приміщення;
 - організуйте чергування біля входів загазованого приміщення до приїзду аварійної бригади газової служби;
 - з прибуттям аварійної бригади служби газу дійте за їх вказівками.
3. **Якщо ви відчули запах газу у під’їзді або у підвалі житлового будинку:**
 - повідомити аварійну службу газу;
 - організуйте провітрювання під’їзду (підвалу);
 - не допускати в загазовані приміщення людей;
 - організуйте охорону місця загазованості до прибуття аварійної бригади служби газу;
 - з прибуттям бригади аварійної газової служби дійте за їх вказівками.
4. Якщо ви відчули запах газу на вулиці (біля газового колодязя), біля газорозподільного пункту, біля газобалонної установки:
 - повідомте аварійну службу газу;
 - організуйте охорону місця загазованості до прибуття аварійної бригади служби газу;
 - не допускайте людей в загазовану зону.
5. **Вибух газу та пожежа в приміщенні:**
 - негайно перекрийте вентиля на газовому приладді і крани подачі газу перед ними;
 - повідомте аварійну службу газу;
 - організуйте гасіння пожежі, при необхідності повідомте пожежну охорону за телефоном “01”;
 - надайте першу медичну допомогу потерпілим, при необхідності, викличте швидку медичну допомогу за телефоном “03”;
 - не дозволяйте входити стороннім у приміщення, де стався вибух;
 - до приїзду спеціалістів залишіть все на своїх місцях, зберігайте обстановку на місці вибуху (пожежі).

ЗАПАМ’ЯТАЙТЕ!

Категорично забороняється:

- проводити самовільну газифікацію будинку (квартири, садового будиночку), переставлення, заміну та ремонт газового обладнання;
- проводити перепланування приміщень, де встановлені газові прилади;
- вносити зміни у конструкцію газових приладів, змінювати устрій димових і вентиляційних систем (каналів), заклеювати вентиляційні канали, замуровувати “кишеню” і люки, що призначаються для очищення димоходів;
- вимикати автоматику безпеки і регулювання, користуватися газом при несправних газових приладах, автоматики, арматури і газових балонів.

Неухильно дотримуйтесь правил користування газовими приладами, стежте за тим, щоб вони були чистими і справними.

Користуйтеся віконними кватирками для систематичної вентиляції приміщень.
Перевіряйте наявність тяги в димоходах опалювальних печей перед розпалюванням та під час роботи цих приладів.
Стежте за справністю припливно – витяжної вентиляції.
Вимагайте від начальників житлово – експлуатаційних контор перевірки вентиляції та димоходів не менше одного разу на квартал.
При відсутності тяги користуватися колонками, котлами для місцевого опалення, гарячого водопостачання та печами категорично забороняється.
Не розміщуйте баки для кип'ятіння білизни на звичайних конфорках газової плити. Посуд з широким дном потрібно встановлювати на спеціальні конфорки з високими ребрами.
Не дозволяйте дітям користуватися газовими приладами.
Економно використовуйте газ.
Не залишайте без нагляду газові прилади увімкненими навіть на короткий час.
Будьте завжди уважні при користування газом – у цьому запорука вашого життя.

Розроблено:

Класним керівником

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Погоджено:

**Заступником директора, який відповідає за організацію роботи
з безпеки життєдіяльності**

(підпис)

(прізвище, ініціали)

ІНСТРУКЦІЯ № _____

для учнів “Дії населення у надзвичайних ситуаціях. “Ожеледиця”

Ми пропонуємо вам прості рекомендації, як уберегтися від значних неприємностей у період ожеледиці.

1. Перед виходом із будинку.

- **Змайструйте на підошви та каблукі вашого взуття “льодоступи”:**

прикріпіть на каблук перед виходом шматок поролону (за розмірами каблука) або лейкопластиру;

наклейте лейкопластир чи ізоляційну стрічку на суху підошву і каблук (хрест-навхрест або східцем) і перед виходом натріть піском (на один – два дні вистачає);

натріть наждаковим папером підошву перед виходом, а краще прикріпіть його на підошву (але від води піщини наждакового паперу рано або пізно обсипаються);

намажте на підошву клей типу “Момент” та поставте взуття на пісок, після цього сміливо виходьте на вулицю.

- **Пам’ятайте, що кращими для льоду є підошви з мікропористої чи іншої м’якої основи та без великих каблуків.**
- **Людям похилого віку краще в “слизькі дні” взагалі не виходити з будинку.** Але якщо потреба змусила, не соромтеся взяти палицю з гумовим наконечником або з шипом. Якщо у вас з собою торба, то вона повинна бути тільки такою, що можна носити через плече. Пам’ятайте, що дві третини травм люди старші 60 років одержують при падінні.
- **Прогулянки вагітних жінок в ожеледицю без супроводження -небезпечні для здоров’я.**
- **Не виходьте без потреби на вулицю, якщо ви слабкі та неспритні.** Зачекайте поки не приберуть сніг і не розкидають пісок на обмерзлий тротуар.

2. Як можна зменшити ризик травм у ожеледицю.

- **Будьте напготові про всяк випадок під час ходьби в такі дні - впасти.**
- **Ходіть не поспішаючи,** ноги злегка розслабте в колінах, а ступайте на всю підошву. Руки повинні бути не зайняті торбами. Пам’ятайте, що поспіх збільшує небезпеку слизоти, тому виходьте із будинку не поспішаючи.
- **При порушенні рівноваги - швидко присядьте,** це найбільш реальний шанс утриматися на ногах.
- **Падайте в ожеледицю з мінімальним збитком для свого здоров’я.** Відразу присядьте, щоб знизити висоту. У момент падіння стисніться, напружте м’язи, а доторкнувшись до землі, обов’язково перекотіться - удар, спрямований на вас, розтягнеться і витратить свою силу при обертанні.
- **Не тримайте руки в кишенях** - це збільшує можливість не тільки падіння, але і більш важких травм, особливо переломів.
- **Обходьте металеві кришки люків.** Як правило, вони покриті льодом. Крім того, вони можуть бути погано закріплені і перевертатися, що додає травмувань.
- **Не прогулюйтеся з самого краю проїжджої частини дороги.** Це небезпечно завжди, а на слизьких дорогах особливо. Можна впасти та вилетіти на дорогу, а автомобіль може виїхати на тротуар.
- **Не перебігайте проїжджу частину дороги під час снігопаду та у ожеледицю.** Пам’ятайте, що у ожеледицю значно збільшується гальмовий шлях машини і падіння перед автомобілем, що рухається, приводить як мінімум до каліцтв, а можливо і до загибелі.

- **Небезпечні прогулянки в ожеледицю в нетверезому стані.** У стані сп'яніння травми частіше всього важкі, всупереч переконанню, що п'яний падає завжди вдало. У стані сп'яніння люди не так чутливі до болю і при наявності травми своєчасно не звертаються до лікаря, що завдає згодом додаткові проблеми та неприємності.
- **Якщо ви впали і через деякий час відчули біль в голові, нудоту, біль в суглобах, утворилися пухлини - терміново зверніться до лікаря в травмпункт, інакше можуть виникнути ускладнення з поганими наслідками.**
- **Тримайтеся подалі від будинків - ближче до середини тротуару.** Взимку, особливо в містах, дуже велику небезпеку являють собою бурульки. Найбільшу небезпеку бурульки становлять у період танення льоду та снігу.

Будьте обережними, коли виходите на вулицю.

Розроблено:

Класним керівником

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Погоджено:

**Заступником директора, який відповідає за організацію роботи
з безпеки життєдіяльності**

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Затверджено:
Наказом директора школи
Від «_____» _____ 20 р. № _____.

(підпис) _____
(прізвище, ініціали)

ІНСТРУКЦІЯ № _____

з безпеки життєдіяльності для учнів “Дії населення у надзвичайних ситуаціях. Відмороження”

1. Загальні положення:

Відмороження - це ушкодження, викликане місцевим переохолодженням тканин організму. Розвитку відмороження сприяє вологе повітря та вітер. Відмороження може статися: взимку - при сильному морозі, при теплій зимовій погоді; навесні або восени - при температурі вище нуля. Небезпека одержати відмороження залежить від шкідливого впливу низьких температур, порушення нормального кровообігу (тісне взуття, нерухомість) та інших причин.

- **Небезпечний мороз для ослаблених, утомлених, голодних, хворих людей.**
- **Легко піддаються впливу холоду особи в стані алкогольного сп'яніння.**
- **Найчастіше піддаються впливу холоду периферичні частини тіла: пальці ніг і рук, а також ніс, вуха, щоки.**

Навпаки, поліпшення кровообігу, перешкоджає відмороженню.

- **Рух на холоді (ходьба, біг) посилює кровообіг, зігріває тіло, протидіє шкідливому впливу холоду.**

Ступені відмороження тканин:

I ступінь - почервоніння, набряк тканин;

II ступінь - утворення пухирів, заповнення каламутною рідиною;

III ступінь - омертвіння шкіри та утворення струпа;

IV ступінь - омертвіння частини тіла.

2. Як можна уникнути відмороження:

- **Загартовуйте поступово організм і приручайте його до холоду:** ранкова фізична зарядка, повітряні ванні, заняття спортом. У профілактиці відморожень це має велике значення.
- **Утримуйте взуття завжди у справному стані та сухим. Взуття повинне не здавлювати ногу.**
- **Будьте уважні до одягу. Одяг повинен бути щільним, легким, не стискувати рух.**
- **Змажте лице і руки несоленим салом, риб'ячим жиром або жирним кремом у морозну, а особливо у вітряну погоду.**
- **Рухайтесь.** Рухи на холоді посилюють кровообіг і сприяють зігріванню тіла.
- **Не торкайтесь оголеною шкірою до металевих предметів у морозну погоду, це може викликати швидке відмороження.**

3. Перша медична допомога при відмороженнях:

- **Помістіть постраждалого з будь-яким видом відмороження в тепле приміщення.**
- **Дайте постраждалому гарячий чай, каву або вино.**
- **Розітріть щоки, ніс, вуха, якщо вони побіліли, чистою рукою до почервоніння і появи поколювання.**
- **Розітріть відморожену частину тіла спиртом, горілкою або одеколоном. Якщо їх немає, розтирайте м'якою рукавичкою, хутряним коміром або сухою фланеллю. Не можна розтирати снігом, тому що сніг не зігріває, а проохолоджує відморожені ділянки та ушкоджує шкіру.**
- **Заставте постраждалого під час розтирання намагатися рухати ушкодженою кінцівкою.**
- **Розтирання заборонене, якщо з'явилося припухання відмороженого місця або пухирі.**
Покладіть на відморожене місце пов'язку з товстим прошарком вати, укладіть кінцівку вище і доставте постраждалого до лікаря.

4. Переохолодження організму.

Основні причини переохолодження організму - тривале перебування у воді або навіть короткочасне перебування в крижаній воді.

Ознаки переохолодження: озноб, тремтіння, синюшність шкіри, губів, зниження температури тіла, біль у пальцях рук і ніг, поява “гусячої шкіри”, позіхання, гикавка, затемнення свідомості. У постраждалого настає апатія, сонливість, загальна слабкість, поверхневе дихання. Ступінь і

швидкість переохолодження залежать від температури води та адаптації організму до холоду.

Запам'ятайте! Серце зупиняється при температурі тіла 26°C.

5. Попередження переохолодження організму:

- **Обмежуйте час перебування у воді при купанні і регулюйте перерви між заходами у воду.**

Здоровим дітям дошкільного віку можна купатися у водоймах при температурі води +23-24°C в плин 1-3 хвилин і не більше 2-3 разів на день; дітям шкільного віку - при температурі води +20-21°C перебування у воді збільшувати поступово - від 3-5 до 10-15 хвилин, до ознобу не повинні купатися люди будь-якого віку.

- **Допустимий час перебування людини у воді:**

5-8 хвилин при температурі води нижче 2°C;

10-15 хвилин при температурі води 2-3°C;

210-270 хвилин при температурі води 10-15°C;

420-540 хвилин при температурі води 24°C.

- **Одягайтесь відповідно сезону.**

6. Перша медична допомога при переохолодженні.

1. **Легка ступінь переохолодження** (озноб, м'язове тремтіння, загальна слабкість, трудність пересування, блідість шкіри):

- **Одягніть тепло постраждалого, напоїть гарячим чаєм або кавою.**

- **Заставте виконувати інтенсивні фізичні вправи.** Подальше купання в цей день припиняється.

2. **Середній ступінь переохолодження** (синюшність губів і шкіри, ослабленням дихання, пульс стає рідшим, з'являється сонливість, втрачається спроможність до самостійного пересування):

- **розітріть постраждалого вовняною тканиною, зігрійте під теплим душем** (якщо його поміщаєте у ванну, то температуру води підвищуйте поступово від 30-35°C до 40-42°C);

- **зробіть масаж усього тіла;**

- тепло одягніть постраждалого та укладіть в ліжко, зігрійте грілками (зігрівання повинно бути поступовим, щоб не було різкого перепаду температур);

- викличте лікаря.

3. **Важка ступінь переохолодження** (з'являється втрата свідомості, життєві функції поступово вгасають):

- **негайно викличте лікаря;**

- виконайте всі заходи першої допомоги, як і при середній ступені переохолодження

7. Замерзання.

Загальне системне ураження організму холодом найчастіше розвивається у людей виснажених, а також при алкогольному сп'янінні.

Симптоми замерзання - спочатку виникає сонливість, млявість, порушення координації рухів, пригнічується стан, температура тіла знижується до 23-25°C. **Пам'ятайте! Серце зупиняється при температурі тіла 26°C.**

8. Перша медична допомога при замерзанні.

- **Швидко відновлюйте нормальну температуру тіла.**

- **Помістіть постраждалого у ванну**, вода в якій повинна бути 25-30°C, а через 20-30 хвилин воду доводять до 35°C (але не вище).

- **Обкладіть тіло грілками, пляшками з теплою водою тієї ж самої температури**, якщо ванни немає,

- **Робіть штучне дихання і закритий масаж серця** - при порушенні дихання і серцевої діяльності

- Після відновлення нормальної температури і свідомості, дайте постраждалому гарячий чай або каву, укрийте теплою ковдрою і доставте у лікувальний заклад.

Розроблено:

Класним керівником

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Погоджено:

Заступником директора, який відповідає за організацію роботи

з безпеки життєдіяльності

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Затверджено:

Наказом директора школи

ІНСТРУКЦІЯ №_____**з безпеки життєдіяльності для учнів “Обережно, гриби”****1. Загальні положення:**

❖ **Настійно радимо всім! Не збирайте та не їжте гриби зовсім.** Без грибів можна прожити. Останніми роками реєструється значна кількість нещасних випадків, пов'язаних із вживанням грибів. Гриби - це дарунок лісу, але водночас вони є небезпечним продуктом харчування, який може привести до отруєння, а іноді й смерті. Отруєння організму викликають токсини, алкалоїди та сполучення важких металів, які містяться в грибах. Прикро, що багато людей висновки робить лише на основі свого гіркого досвіду.

2. Основні причини отруєнь:

- **вживання отруйних грибів;**
- **неправильне приготування умовно їстівних грибів;**
- **вживання старих або зіпсованих їстівних грибів;**
- **вживання грибів, що мають двійників або змінилися внаслідок мутації (навіть білі гриби і підберезники мають своїх небезпечних двійників).**

Симптоми отруєння: нудота, блювання, біль у животі, посилене потовиділення, знижується артеріальний тиск, судоми, мимовільне сечовиділення, проноси, розвиваються симптоми серцево-судинної недостатності.

Щоб запобігти отруєння грибами, ми рекомендуємо Вам заходи та правила, які необхідні для виконання кожній людині, дотримуйтесь їх.

Застерігаємо!

- **Купуйте гриби тільки у відведених для їх продажу місцях (магазинах, теплицях, спеціалізованих кіосках), особливо уникайте купівлі на стихійних ринках.**
- **Збирайте і купуйте тільки такі гриби, про які вам добре відомо, що вони їстівні.**
- **Не збирайте гриби, якщо не впевнені, що знаєте їх - якими б апетитними вони не здавалися.**
- **Не збирайте гриби поблизу транспортних магістралей, на промислових пустирях, колишніх смітниках, в хімічно та радіаційно небезпечних зонах. Перевірте, при можливості, гриби на радіоактивність.**
- **Не збирайте невідомих грибів, особливо з циліндричною ніжкою, у основі якої є потовщення “бульба”, оточене оболонкою.**
- **Не збирайте грибів з ушкодженою ніжкою, старих, в'ялих, червуватих або ослизливих.**
- **Ніколи не збирайте пластинчаті гриби. Отруйні гриби маскуються під них.**
- **Не збирайте “шампінйони” та “печериці”, у яких пластинки нижньої поверхні капелюха гриба білого кольору.**
- **Не порівнюйте зібрані чи придбані гриби із зображеннями в різних довідниках, - вони не завжди відповідають дійсності.**
- **Не куштуйте сирі гриби на смак.**
- **Ще раз перевірте вдома принесені гриби, особливо ті, які збирали діти. Усі сумнівні – сміливо викидайте. Нижню частину ніжки гриба, що забруднена ґрунтом – викидайте. Гриби ретельно промийте, у маслюків та мокрух зніміть з капелюшка слизьку плівку.**
- **Гриби підлягають кулінарній обробці в день збору, інакше в них утворюється трупна отрута.**
- **При обробці кип'ятіть гриби 7-10 хвилин у воді, після чого відвар злийте. Лише тоді гриби можна варити або смажити.**
- **Обов'язково вимочіть або відваріть умовно їстівні гриби, які використовують для соління, – грузді, вовнянки та інші, котрі містять молочний сік, тим самим позбудетесь гірких речовин, які уражають слизову оболонку шлунку.**
- **Не пригощайте ні в якому разі грибами дітей, літніх людей та вагітних жінок.**
- **Гриби (зеленушка, синяк-дубовик, та деякі інші) містять отруйні речовини, які у шлунку не розчиняються. У взаємодії із алкоголем отрута розчиняється та викликає бурхливе отруєння.**
- **Значна кількість грибів, які досі вважались їстівними, містять мікродози отруйних речовин. Якщо вживати їх декілька днів підряд – також може статись отруєння.**

● **Суворо дотримуйтеся правил консервування грибів.** Неправильно приготовлені консервовані гриби можуть викликати дуже важке захворювання – ботулізм. Гриби, які довго зберігалися, обов’язково прокип’ятіть 10-15 хвилин. **УВАГА! Ні в якому разі не довіряйте таким помилковим тлумаченням:**

- “Усі їстівні гриби мають приємний смак”.
- “Отруйні гриби мають неприємний запах, а їстівні -приємний”.
- “Усі гриби в молодому віці їстівні”.
- “Личинки комах, черви й равлики не чіпають отруйних грибів”.
- “Опущена у відвар грибів срібна ложка або срібна монета чорніє, якщо в каструлі є отруйні гриби”.
- “Цибуля або часник стають бурими, якщо варити їх разом з грибами, серед яких є отруйні”.
- “Отрута з грибів видаляється після кип’ятіння протягом кількох годин”.
- “Сушка, засолювання, маринування, теплова кулінарна обробка знешкоджують отруту в грибах”.

Первинні ознаки отруєння (нудота, блювота, біль у животі, пронос) - з’являються через 1-4 години після вживання грибів, в залежності від виду гриба, віку та стану здоров’я потерпілого, кількості з’їдених грибів.

Біль та нападки нудоти повторюються декілька разів через 6-48 годин, а смерть настає через 5-10 днів після отруєння.

3. Перша допомога при отруєнні грибами.

1. Викличте “Швидку медичну допомогу”.

2. Одночасно, не очікуючи її прибуття, негайно промийте шлунок: випийте 5-6 склянок кип’яченої води або блідо-рожевого розчину марганцівки; нажміть пальцями на корінь язика, щоб викликати блювоту; прийміть активоване вугілля (4-5 пігулок), коли промивні води стануть чистими.

3. Після надання первинної допомоги: дайте випити потерпілому міцний чай, каву, або злегка підсолену воду, відновіть тим самим водно-сольовий баланс;

Розроблено:

Класним керівником

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Погоджено:

Заступником директора, який відповідає за організацію роботи
з безпеки життєдіяльності

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Затверджено:

Наказом директора школи

Від «_____» _____ 20 р.№_____

(підпис)

(прізвище, ініціали)

ІНСТРУКЦІЯ № _____

з безпеки життєдіяльності при переїзді учнів у шкільному автобусі

При переїзді у шкільному автобусі учні повинні виконувати такі правила:

1. Не сідати в попутній транспорт, до незнайомих водіїв.
2. До школи на навчання під'їжджати тільки шкільним автобусом.
3. Шкільний автобус чекати в установлений час на відведеній зупинці, дотримуватись правил дорожнього руху.
4. Сідати в автобус спокійно, по черзі, не штовхатися.
5. У салоні автобуса займати відведені місця.
6. Під час руху автобуса не ходити по салону, не вставати з місця, не пересідати з місця на місце.
7. Не відкривати вікна та двері в автобусі без дозволу водія.
8. У вікна не виглядати, не викидати різні предмети.
9. У салоні автобуса не кричати, не залишати після себе бруд.
10. Не перевозити в автобусі речі, що викликають загрозу для здоров'я та життя людини.
11. При зупинці автобуса із салону виходити спокійно, по черзі, дотримуйтесь правил дорожнього руху.
12. у разі виникнення аварійної ситуації зберігати спокій. Відкрити запасний вихід. У разі заблокування запасного виходу, дверей автобуса, видавити вікно і спокійно вибратися із салону. Надати першу допомогу своїм товаришам.

Розроблено:

Класним керівником

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Погоджено:

Заступником директора, який відповідає за організацію роботи

з безпеки життєдіяльності

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Затверджено:

Наказом директора школи

Від «_____» _____ 20 р. № _____.

(підпис)

(прізвище, ініціали)

ІНСТРУКЦІЯ № _____

з безпеки життєдіяльності для учнів про поведінку під час осінніх канікул

1. Загальні положення

Інструкція з безпеки життєдіяльності встановлює вимоги щодо поведінки дітей на осінніх канікулах.

Інструкція з безпеки життєдіяльності поширюється на всіх дітей школи.

Інструкція встановлює правила безпеки життєдіяльності для учнів школи під час осінніх канікул.

Інструкція з безпеки життєдіяльності під час осінніх канікул є обов'язковою для всіх учнів школи.

Всі учні школи перед осінніми канікулами повинні пройти інструктаж із безпеки життєдіяльності, написати попереджувальні диктанти.

2. Вимоги з безпеки життєдіяльності під час осінніх канікул:

Дотримуйтесь правил вуличного руху. Обирайте для руху лише безпечні маршрути, рухайтесь уздовж доріг. Будьте обережними при переході переїздів, вулиць, доріг із одностороннім і двостороннім рухом, поведіться добре на зупинках громадського транспорту та в громадському транспорті, не грайтеся у місцях руху транспорту, уникайте загрозливих для життя та здоров'я ситуацій.

Будьте обережні з вогнем та швидкогорючими речовинами. Не намагайтесь самостійно гасити вогонь – викличіть пожежників (101). Пам'ятайте про небезпеку ігор з вогнем; не залишайте без нагляду газо- та електро-прилади. У разі виникнення небезпечної ситуації, заспокойтесь, заспокойте оточуючих. Оцініть стан аварійної ситуації. Не намагайтесь самі усунути несправності, а викличте відповідну службу (газ –104, пожежа - 101). Пам'ятайте про безпечну поведінку з газовими приладами, небезпеку гри із сірниками, запальничками, легкозаймистими рідинами, безпечну поведінку з нагрівальними приладами.

Не беріть у руки незнайомі предмети.

Не використовуйте вогнепальну зброю.

Будьте обережні біля водоймищ.

Скрізь і завжди пам'ятайте про правила для учнів.

Дотримуйтесь правил особистої гігієни. Завжди тримайте тіло і приміщення, де ви живете, в чистоті.

Пам'ятайте про правила поведінки в громадських місцях.

Не крадьте чужого майна.

Дотримуйтесь режиму дня. Будьте вдома о 21.00 год.

При появі сторонньої особи, яка застосовує протиправні дії щодо вашої безпеки життєдіяльності або оточуючих, викличте міліцію (102).

У випадку травмування вас чи когось із вашого оточення зверніться до медичних служб, викличте швидку допомогу (103).

Поводьте себе безпечно на ігрових і спортивних майданчиках: користуйтеся безпечно спортивним обладнанням ігрових майданчиків, будьте уважними при рухливих іграх.

Будьте безпечними при перебуванні у групах дітей: не створюйте конфліктних ситуацій, не пустуйте, дотримуйтесь правил поведінки.

Не панікуйте під час грози, повені інших стихійних лих.

Розроблено:

Класним керівником

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Погоджено:

Заступником директора, який відповідає за організацію роботи

з безпеки життєдіяльності

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Затверджено:

Наказом директора школи

Від «_____» _____ 20 р.№_____.

(підпис)

(прізвище, ініціали)

з безпеки життєдіяльності для учнів про поведінку під час зимових канікул

1. Загальні положення

Інструкція з безпеки життєдіяльності встановлює вимоги щодо поведінки дітей на зимових канікулах.

Інструкція з безпеки життєдіяльності поширюється на всіх дітей школи.

Інструкція встановлює правила безпеки життєдіяльності для учнів школи під час зимових канікул.

Інструкція з безпеки життєдіяльності під час зимових канікул є обов'язковою для всіх учнів школи. Всі учні школи перед зимовими канікулами повинні пройти інструктаж із безпеки життєдіяльності, написати попереджувальні диктанти.

2. Вимоги з безпеки життєдіяльності під час зимових канікул:

- 2.1. Дотримуйтесь правил вуличного руху. Обирайте для руху лише безпечні маршрути, рухайтесь уздовж доріг. Будьте обережними при переході переїздів, вулиць, доріг із одностороннім і двостороннім рухом, поведіться добре на зупинках громадського транспорту та в громадському транспорті, не грайтеся у місцях руху транспорту, уникайте загрозливих для життя та здоров'я ситуацій. Будьте обережні на слизьких автошляхах.
- 2.2. Перед виходом із будинку:
 - змайструйте на підошви та каблуків вашого взуття "льодоступи";
 - пам'ятайте, що кращими для льоду є підошви з мікропористої чи іншої м'якої основи та без великих каблуків;
 - не виходьте без потреби на вулицю, якщо ви слабкі та неспритні;
 - будьте обережні під час хвороби, ходіть не поспішаючи, не тримайте руки в кишенях;
 - при порушенні рівноваги швидко присядьте;
 - обходьте металеві кришки люків;
 - не прогулюйтеся з самого краю проїжджої частини дороги;
 - не перебігайте проїжджу частину дороги під час снігопаду та у ожеледицю;
 - якщо ви впали і через деякий час відчули біль в голові, нудоту, біль в суглобах, утворилися пухлини – терміново зверніться до лікаря в травмпункт. Пам'ятайте, що у ожеледицю найчастіше трапляються струси, переломи, вивихи, розтяги, розриви;
 - тримайтеся подалі від будинків – ближче до середини тротуару;
- 2.3. Будьте обережні з вогнем та швидкогорючими речовинами. Не намагайтеся самостійно гасити вогонь – викличіть пожежників (101). Пам'ятайте про небезпеку ігор з вогнем; не залишайте без нагляду газо- та електро-прилади. У разі виникнення небезпечної ситуації, заспокойтеся, заспокойте оточуючих. Оцініть стан аварійної ситуації. Не намагайтеся самі усунути несправності, а викличте відповідну службу (газ – 104, пожежа - 101). Пам'ятайте про безпечну поведінку з газовими приладами, небезпеку гри із сірниками, запальничками, легкозаймистими рідинами, безпечну поведінку з нагрівальними приладами.
- 2.4. Будьте обережні при встановленні новорічної ялинки, пам'ятайте:
 - в приміщенні де встановлена ялинка, килим, доріжка, а також фіранки, штори, порт'єри повинні бути розміщені від ялинки не ближче 2 метрів;
 - встановлювати ялинку необхідно посередині приміщення на хрестовині чи в діжці з піском, надійно закріпити. Гілки і верхівки не повинні торкатися стін і стелі. Навколо ялинки повинні бути вільні проходи;
 - електричні гірлянди для освітлення ялинки повинні мати справний шнур та лампочки напругою до 12 вольт з включенням в загальну мережу через понижуючий трансформатор при допомозі вилки через штепсельну розетку з запобіжником. Тимчасова електропроводка від електрошита не дозволяється, а в місцях, де немає електрики, ялинку влаштовувати дозволяється тільки вдень;
 - прикрашати ялинку свічками, целулоїдними іграшками, паперовими та марлевими речами, якщо вони не просочені вогнетривким розчином, запалювати феєрверки, бенгальські вогні категорично забороняється;
 - всі виходи із приміщень і будинку, а також коридори повинні бути вільні і відчинені;

- приміщення, де встановлено ялинку, повинно бути забезпечено первинними засобами пожежогасіння;
- у разі виникнення пожежі слід викликати оперативно-рятувальну службу (101);
- після проведення свята Нового року довго тримати ялинку в приміщенні не слід, бо вона швидко висихає, стає небезпечною в пожежному відношенні.

2.5. Пам'ятайте про заходи безпеки на льоду:

- перш ніж ступити на лід, дізнайтеся про товщину льодового покриву на водоймі. У різних місцях річок та озер товщина льодового покриву може бути різною. У гирлах річок та приток міцність льду послаблена течією.
- міцність льоду можна частково визначати візуально. На водоймах безпечним вважається лід (при температурі повітря нижче 0):

для одного пішохода – лід синюватого або зеленуватого відтінку, товщина не менше 5-7 см., лід блакитного кольору – найміцніший, білого – у два рази менше, сірий – свідчить про присутність води у товщі льоду;

- для групи людей (масові переправи пішки) – товщиною не менше 15 см. (дистанція у колоні по 4 чоловіка 5 м.);
- при масовому катанні на ковзанах – 25 см.;
- категорично забороняється перевіряти міцність льоду ударами ніг;
- під час руху по льоду звертайте увагу на його поверхню, обходьте небезпечні місця та ділянки, покриті товстим шаром снігу. Особливу обережність слід проявляти у місцях зі швидкою течією, джерелами, струмками та теплими стічними водами промислових підприємств, кущами і травою;
- при переході по льоду необхідно йти один за одним на відстані 5-6 метрів та бути готовим надати необхідну допомогу людині, яка йде попереду;
- користуватися майданчиками для катання на ковзанах, що обладнуються на водоймах, дозволяється лише після перевірки міцності льоду. Товщина льоду повинна бути не менша 12-25 см.;
- під час підводного лову риби не рекомендується на невеликому майданчику пробивати багато ополонки, стрибати і бігати по льоду, скупчуватися у великі групи. Пробивати ополонки можна одна від одної на відстані 5-6 м.;
- виходити на лід можна тільки за стійкої морозної погоди;
- переходити водойми потрібно в спеціально позначених і обладнаних для цього місцях;
- забороняється виходити на лід товщина і міцність якого вам невідома;
- забороняється спускатися на лижах з крутого берега на неперевірений на міцність і товщину лід;
- забороняється збиратися на льоду великими групами в одному місці;
- Забороняється виходити на лід за таких умов: під час сильного перепаду температур; у випадку різного забарвлення льоду; за наявності вмерзлих у лід дощок, палок та інших предметів; у випадку швидкої течії річки.

2.6. Уникайте переохолодження.

2.7. Не беріть у руки незнайомі предмети.

2.8. Не використовуйте вогнепальну зброю.

2.9. Будьте обережні біля водоймищ.

2.10. Скрізь і завжди пам'ятайте про правила для учнів.

2.11. Дотримуйтесь правил особистої гігієни. Завжди тримайте тіло і приміщення, де ви живете, в чистоті.

2.12. Пам'ятайте про правила поведінки в громадських місцях.

2.13. Не крадьте чужого майна.

2.14. Дотримуйтесь режиму дня. Будьте о 21.00 вдома.

2.15. При появі сторонньої особи, яка застосовує протиправні дії щодо вашої безпеки життєдіяльності або оточуючих, викличте міліцію (102).

2.16. У випадку травмування вас чи когось із вашого оточення зверніться до медичних служб, викличте швидку допомогу (103).

- 2.17. Поводьте себе безпечно на ігрових і спортивних майданчиках: користуйтеся безпечно спортивним обладнанням ігрових майданчиків, будьте уважними при рухливих іграх.
- 2.18. Будьте безпечними при перебуванні у групах дітей: не створюйте конфліктних ситуацій, не пустуйте, дотримуйтесь правил поведінки.
- 2.19. З оголошенням штормового попередження необхідно залишатися вдома, створити вдома необхідний запас продуктів, виконати герметизацію житлових приміщень.

Розроблено:
Класним керівником

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Погоджено:
Заступником директора, який відповідає за організацію роботи
з безпеки життєдіяльності

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Затверджено:

Наказом директора школи

Від «_____» _____ 20 р. №_____.

(підпис)

(прізвище, ініціали)

ІНСТРУКЦІЯ № _____

з безпеки життєдіяльності для учнів про поведінку під час весняних канікул

1. Загальні положення

Інструкція з безпеки життєдіяльності встановлює вимоги щодо поведінки дітей на весняних канікулах.

Інструкція з безпеки життєдіяльності поширюється на всіх дітей школи.

Інструкція встановлює правила безпеки життєдіяльності для учнів школи під час весняних канікул.

Інструкція з безпеки життєдіяльності під час весняних канікул є обов'язковою для всіх учнів школи.

Всі учні школи перед весняними канікулами повинні пройти інструктаж із безпеки життєдіяльності, написати попереджувальні диктанти.

2. Вимоги з безпеки життєдіяльності під час весняних канікул:

Дотримуйтесь правил вуличного руху. Обирайте для руху лише безпечні маршрути, рухайтесь уздовж доріг. Будьте обережними при переході переїздів, вулиць, доріг із одностороннім і двостороннім рухом, поведіться добре на зупинках громадського транспорту та в громадському транспорті, не грайтеся у місцях руху транспорту, уникайте загрозливих для життя та здоров'я ситуацій.

Будьте обережні з вогнем та швидкогорючими речовинами. Не намагайтеся самостійно гасити вогонь – викличте пожежників (101). Пам'ятайте про небезпеку ігор з вогнем; не залишайте без нагляду газо- та електро-прилади. У разі виникнення небезпечної ситуації, заспокойтеся, заспокойте оточуючих. Оцініть стан аварійної ситуації. Не намагайтеся самі усунути несправності, а викличте відповідну службу (газ – 104, пожежа - 101). Пам'ятайте про безпечну поведінку з газовими приладами, небезпеку гри із сірниками, запальничками, легкозаймистими рідинами, безпечну поведінку з нагрівальними приладами.

Не беріть у руки незнайомі предмети.

Не використовуйте вогнепальну зброю.

Будьте обережні біля водоймищ. У цей час на річках і озерах чи іншому водоймищі можлива повінь (значне підтоплення місцевості) тому, скворо забороняється прогулюватися поблизу водойм, на підтоплених території.

Скрізь і завжди пам'ятайте про правила для учнів.

Дотримуйтесь правил особистої гігієни. Завжди тримайте тіло і приміщення, де ви живете, в чистоті.

Пам'ятайте про правила поведінки в громадських місцях.

Не крадьте чужого майна.

Дотримуйтесь режиму дня. Будьте о 21.00 вдома.

При появі сторонньої особи, яка застосовує протиправні дії щодо вашої безпеки життєдіяльності або оточуючих, викличте міліцію (102).

У випадку травмування вас чи когось із вашого оточення зверніться до медичних служб, викличте швидку допомогу (103).

Поводьте себе безпечно на ігрових і спортивних майданчиках: користуйтеся безпечно спортивним обладнанням ігрових майданчиків, будьте уважними при рухливих іграх.

Будьте безпечними при перебуванні у групах дітей: не створюйте конфліктних ситуацій, не пустуйте, дотримуйтесь правил поведінки.

Не панікуйте під час грози, повені інших стихійних лих.

Розроблено:

Класним керівником

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Погоджено:

Заступником директора, який відповідає за організацію роботи

з безпеки життєдіяльності

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Затверджено:

Наказом директора школи

Від « _____ » _____ 20 р. № _____

(підпис)

(прізвище, ініціали)

ІНСТРУКЦІЯ № _____

«Безпека роботи в Інтернеті. Користування мобільними телефонами»

Загальні положення

Інструкція встановлює вимоги щодо поведінки дітей при роботі на комп'ютері (робота у мережі Інтернет) та використанні мобільних телефонів.

Інструкція поширюється на всіх дітей школи.

Інструкція встановлює правила поведінки учнів школи під час роботи на комп'ютері (робота у мережі Інтернет) та використанні мобільних телефонів.

Інструкція "Безпека роботи в інтернеті. Користування мобільними телефонами" є обов'язковою для всіх учнів школи.

Всі учні школи повинні пройти інструктаж "Безпека роботи в Інтернеті. Користування мобільними телефонами", написати попереджувальні диктанти.

1. При роботі у мережі Інтернет та користуванні мобільними телефонами учні повинні знати:

1.1. Ніколи не давайте приватної інформації про себе (прізвище, номер телефону, адресу, номер школи) без дозволу батьків.

1.2. Якщо хтось говорить вам, надсилає вам, або ви самі віднайшли у мережі щось, що бентежить вас, не намагайтеся розібратися в цьому самостійно. Зверніться до батьків або вчителів - вони знають, що треба робити.

1.3. Зустрічатися у реальному житті із знайомими по Інтернет-спілкуванню не можна, оскільки люди можуть бути дуже різними у заочному спілкуванні і при реальній зустрічі. Якщо ж ви все ж хочете зустрітися з ними, повідомте про це батьків, і нехай вони підуть на першу зустріч разом з вами.

1.4. Не відкривайте листи електронної пошти, файли або Web-сторінки, отримані від людей, яких ви реально не знаєте або не довіряєте.

1.5. Нікому не давайте свій пароль, за виключенням дорослих членів вашої родини.

1.6. Ніколи не робіть того, що може коштувати грошей вашій родині, окрім випадків, коли поруч з вами батьки.

1.7. Завжди будьте ввічливими у листуванні та розмовах, і ваші кореспонденти будуть ввічливими з вами.

1.8. Не розсилайте листи з будь-якою інформацією незнайомим людям без їхнього прохання - це сприймається як "спам", і звичайно засмучує користувачів мережі Інтернет та мобільного зв'язку.

1.9. Завжди поведіться так, як би ви хотіли, щоб поводитися з вами!

1.10. За допомогою мережі Інтернет та мобільних телефонів забороняється виробництво та розповсюдження продукції, яка:

- пропагує війну, національну та релігійну ворожнечу, зміну шляхом насильства конституційного ладу або територіальної цілісності України;

- пропагує фашизм та неонацизм;

- принижує або ображає націю чи особистість за національною ознакою, особисту гідність;

- пропагує бузувірство, блюзнірство, неповагу до національних і релігійних святинь;

- принижує особистість, є проявом знущання з приводу фізичних вад (каліцтва), з душевнохворих, літніх людей;

- пропагує невігластво, неповагу до батьків;

- пропагує наркоманію, токсикоманію, алкоголізм, тютюнопаління та інші шкідливі звички.

- не можна знімати на камери мобільних телефонів сцени, які містять насилля над особистістю та розповсюджувати їх через мобільний зв'язок чи мережу Інтернет.

- будьте розбірливими обираючи співрозмовника.

- не завантажуйте у мобільні телефони чи на сайти комп'ютера інформацію, яка містить агресію, порнографію.

(Це карається відповідно до статей 2, 6 Закону України „Про захист

суспільної моралі". За подібні дії ви можете понести кримінальну відповідальність).

Розроблено:

Класним керівником

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Погоджено:

Заступником директора, який відповідає за організацію роботи

з безпеки життєдіяльності

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Затверджено:

Наказом директора школи

Від «_____» _____ 20 р. № _____

(підпис)

(прізвище, ініціали)

ІНСТРУКЦІЯ № _____

Правила поводження з вибухонебезпечними предметами

Знайти сьогодні «небезпечну іграшку» можна практично скрізь: в лісі, в старому окопі, на свіжозораному полі, на власному городі і навіть на вулицях міст. І якщо вибухові пристрої серійного зразка легко розпізнати за зовнішнім виглядом і діяти відповідно до ситуації, то саморобні вибухівки, що можуть з'явитися на вулицях міст і селищ визначити набагато складніше. Небезпека терористичних актів, від яких не застрахована жодна країна світу, робить питання поводження із невідомими, залишеними без догляду речами досить актуальним.

Тому, фахівці цивільного захисту рекомендують обов'язково проводити з дітьми бесіди щодо поводження з невідомими предметами і механізмами.

Під вибухонебезпечними предметами слід розуміти будь-які пристрої, засоби, підозрілі предмети, які здатні за певних умов (або при дії на них) вибухати.

До вибухонебезпечних предметів відносяться:

- **вибухові речовини** — хімічні з'єднання або суміші, здатні під впливом певних зовнішніх дій (нагрівання, удар, тертя, вибух іншого вибухового пристрою) до швидкого хімічного перетворення, що саморозповсюджується, з виділенням великої кількості енергії і утворенням газів.
- **боєприпаси** - вироби військової техніки одноразового вживання, призначені для поразки живої сили супротивника. До боєприпасів відносяться:
 - бойові частки ракет;
 - авіаційні бомби;
 - артилерійські боєприпаси (снаряди, міни);
 - інженерні боєприпаси (протитанкові і протипіхотні міни);
 - ручні гранати;
 - стрілецькі боєприпаси (патрони до пістолетів, карабінів, автоматів тощо).
- **піротехнічні засоби**:
 - патрони (сигнальні, освітлювальні, імітаційні, спеціальні);
 - вибухові пакети;
 - петарди.
- **ракети** (освітлювальні, сигнальні);
 - гранати;
 - димові шашки.
- **саморобні вибухові пристрої** - це пристрої, в яких застосований хоча б один елемент конструкції саморобного виготовлення:
 - саморобні міни-пастки;
 - міни сюрпризи, що імітують предмети домашнього побуту, дитячі іграшки або речі, що привертають увагу.

Як правило, при знаходженні серійних мін, снарядів, гранат дорослі люди негайно викликають фахівців, які убезпечують район і знешкоджують небезпечні знахідки в установленому порядку. Інша справа – діти. Природна цікавість спонукає їх на страшні експерименти. Діти підкладають боєприпаси у багаття, випробують їх на міцність ударами, намагаються розібрати, приносять додому, у двір, в школу. Тому так важливо пояснити наслідки подібних дій, навчити правилам поведінки у таких ситуаціях.

У разі знаходження вибухонебезпечного пристрою **ЗАБОРОНЕНО**:

- наближатися до предмету;
- пересувати його або брати в руки;
- розряджати, кидати, ударяти по ньому;
- розпалювати поряд багаття або кидати в нього предмет;
- приносити предмет додому, у школу.

Необхідно негайно повідомити міліцію або дорослих про знахідку!

Земля таїть багато небезпечних знахідок, на які можна натрапити під час прогулянок лісом, походів і стати їх жертвами, навіть, не підозрюючи про це. Ніхто не може гарантувати, що у землі під багаттям, розкладеним на лісовій галявині, не ховаються снаряди.

Під час прогулянок в лісі або в туристичному поході:

1. Ретельно вибирайте місце для багаття. Воно повинно бути на достатній відстані від траншей і окопів, що залишилися з війни.
2. Перед розведенням багаття в радіусі п'яти метрів перевірте ґрунт на наявність вибухонебезпечних

предметів шупом (або лопатою обережно зніміть верхній шар ґрунту, перекопайте землю на глибину 40-50 см).

3. Користуватися старими багаттями не завжди безпечно. Там можуть виявитися підкинуті військові «трофеї» або такі, що не вибухнули.

4. У жодному випадку не підходьте до знайдених багать, що горять (особливо вночі). В цьому багатті може виявитися предмет, що може вибухнути.

Практично всі вибухові речовини отруйні, чутливі до механічних дій і нагрівання. Поводження з ними вимагає граничної уваги і обережності!

Пам'ятайте! Розмінуванням, знешкодженням або знищенням вибухонебезпечних предметів займаються тільки підготовлені фахівці-сапери, допущені до цього виду робіт.

Однією з серйозних загроз сучасного суспільства є тероризм. Майже кожного дня ми чуємо про здійснення терористичних актів, у яких гинуть люди. Більшість цих актів проходить з використанням вибухових пристроїв. І це, як правило, саморобні, нестандартні пристрої, які складно відшукати, знешкодити або ліквідувати. Злочинці, як правило, поміщають їх в звичайні портфелі, сумки, банки, пакети і потім, ніби випадково, залишають в багатолюдних місцях. У такому разі важко відрізнити сумку з вибухівкою від такої ж сумки, дійсно забутої розсіяним пасажиром в трамваї, тролейбусі або автобусі. Часто такі міни – пастки мають досить привабливий вигляд. Відомі випадки застосування таких мін у авторучках, мобільних телефонах, гаманцях, дитячих іграшках.

От чому вимагають особливої уваги бездоглядні предмети в транспорті, кінотеатрі, магазині, на вокзалі або мітингу.

Люди часто гублять свої речі і, на щастя, не кожна з них несе небезпеку, але є кілька ознак, що дозволяють запідозрити вибуховий пристрій. **Слід звертати увагу на:**

- припарковані біля будівель автомашини, власник яких невідомий або державні номери якого не знайомі мешканцям, а також коли автомобіль здається безхазяйним;
- наявність у знайденому механізмі антени або приєднаних до нього дротів;
- звуки, що лунають від предмету (цокання годинника, сигнали через певний проміжок часу), мигтіння індикаторної лампочки;
- наявність джерел живлення на механізмі або поряд з ним (батареї, акумулятори тощо);
- наявність розтяжки дротів, або дротів, що тягнуться від механізму на велику відстань;
- специфічний запах.

Якщо знайдений предмет не повинен, як Вам здається, знаходитися «в цьому місці і в цей час», не залишайте цей факт без уваги.

Якщо ви знайшли забуту річ в громадському транспорті, опитайте людей, що знаходяться поряд. Постарайтеся встановити, чия вона або хто міг її залишити. Якщо господар не встановлений, негайно повідомте про знахідку водія (кондуктора).

У разі знаходження підозрілого предмету в під'їзді свого будинку, опитайте сусідів, можливо, він належить їм. При неможливості встановлення власника — негайно повідомте про знахідку у ваше відділення міліції.

Якщо ви знайшли підозрілий предмет в установі, негайно повідомте про знахідку адміністрацію.

При знаходженні вибухонебезпечного пристрою:

1. Негайно повідомте чергові служби органів внутрішніх справ, цивільного захисту.
2. Не підходьте до предмету, не торкайтеся і не пересувайте його, не допускайте до знахідки інших людей.
3. Припинити всі види робіт в районі виявлення вибухонебезпечного предмету.
4. Не користуйтеся засобами радіозв'язку, мобільними телефонами (вони можуть спровокувати вибух).
5. Дочекайтеся прибуття фахівців, вкажіть місце знахідки та повідомте час її виявлення.

Пам'ятайте! Одна з основних причин нещасних випадків з вибуховими пристроями – грубе порушення елементарних правил безпеки.

У випадку, коли в будинку знайдено вибуховий пристрій і Вас евакуюють:

- одягніть одяг з довгими рукавами, щільні брюки і взуття на товстій підошві - це може захистити від осколків скла; візьміть документи (паспорт, свідоцтво про народження дітей тощо), гроші;
- під час евакуації слідуйте маршрутом, вказаним органами, що проводять евакуацію. Не намагайтеся "зрізати" шлях, тому що деякі райони або зони можуть бути закриті для пересування.
- тримайтеся подалі від лінії енергопостачання, що впали.

Якщо Ваш будинок (квартира) опинилися поблизу епіцентру вибуху:

- обережно обійдіть всі приміщення, щоб перевірити чи немає витоків води, газу, спалахів і т.п. У темряві в жодному випадку не запалюйте сірника або свічки - користуйтеся ліхтариком;
- негайно вимкніть всі електроприлади, перекрийте газ, воду;
- з безпечного місця зателефонуйте рідним та близьким і стисло повідомите про своє місцезнаходження, самопочуття;
- перевірте, як йдуть справи у сусідів - їм може знадобитися допомога

Якщо Ви опинилися поблизу вибуху, стримайте свою цікавість і не намагайтеся наблизитись до епіцентру, щоб подивитись або допомогти рятувникам. Найкраще, що Ви можете зробити – залишити небезпечне місце. До того ж, варто знати, що зловмисники часто встановлюють бомби парами, щоб, через деякий час після вибуху першої з них, пролунав другий вибух. Зловмисники розраховують на те, що після першого вибуху на його місці зберуться люди, у тому числі і представники силових структур, і, при повторному вибуху, жертв буде набагато більше.

Ще раз нагадуємо:

- не робіть самостійно ніяких дій із знахідками або підозрілими предметами, які можуть виявитися вибуховими пристроями — це може привести до їх вибуху, численних жертв і руйнувань!
- якщо ви помітили річ без господаря, треба звернутися до працівника міліції або іншого посадовця. Не можна торкатися до знахідки.
- не користуйтеся мобільним та радіо зв'язком поблизу підозрілої знахідки.

Іноді терористи використовують поштовий канал. Для листів з пластиковою міною характерна незвичайна товщина, пружність, вага не менше 50 г і ретельна упаковка. На конверті можуть бути різні плями, проколи, можливий специфічний запах. Повинно насторожити настирне бажання вручити лист неодмінно в руки адресата і написи типу: «розкрити тільки особисто», «особисто в руки», «секретно» і т.п. Підозрілий лист не можна відкривати, згинати, нагрівати або опускати у воду.

Розроблено:

Класним керівником

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Погоджено:

Заступником директора, який відповідає за організацію роботи з безпеки життєдіяльності

(підпис)

(прізвище, ініціали)