КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ
«ЛІЦЕЙ № 8 ХМЕЛЬНИЦЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ»

НАКАЗ

29.08.2023 року Хмельницький № 126

Про затвердження інструкцій з усіх
видів безпеки життєдіяльності учнів школи

На виконання Законів України «Про охорону праці», відповідно до Положення про розробку інструкцій з охорони праці, затвердженого наказом Міністерства праці та соціальної політики України та Комітету по нагляду за охороною праці від 29.01.1998 №9, наказів Міністерства освіти і науки України від 01.08.2001 № 563 «Про затвердження Положення про організацію роботи з охорони праці учасників навчально-виховного процесу в установах і закладах освіти» (зі змінами), від 07.10.2013 №365 «Про внесення змін до Положення про порядок розслідування нещасних випадків, що сталися під час навчально-виховного процесу в навчальних закладах», з метою створення здорових та безпечних умов проведення навчально-виховного процесу у школі та збереження життя та здоров'я всіх учасників навчально-виховного процесу

НАКАЗУЮ:

1. Заступнику директора з виховної роботи Малюковій О.А.:

1.1.Затвердити Єдині вимоги до учнів школи та Інструкції з усіх видів безпеки життєдіяльності учнів школи:

- Єдині вимоги до учнів освітнього закладу;
- Інструкція № 1 - «Вступний інструктаж з безпеки життєдіяльності учнів під час навчально-виховного процесу»;
- Інструкція № 2 – « З безпеки життєдіяльності учнів у приміщенні та на території навчального закладу під час освітнього процесу»;
- Інструкція № 3 – «Безпека життєдіяльності учня під час проведення масових заходів із учнями на базі навчального закладу, а також на території освітнього закладу (спортивномумайданчику, подвір'ї)»;
- Інструкція № 4 - «Пожежна безпека в навчальному закладі»
- Інструкція № 5 - «Радіаційна безпека, дії у разі надзвичайних ситуацій природного і техногенного характеру в освітньому закладі»**;**
- Інструкція № 6 - «Безпека дорожнього руху, поведінка на вулиці, ознайомлення з правилами дорожнього руху»;
- Інструкція № 7 - «Побутовий травматизм. Попередження та дії у разі нещасних випадків у побуті»;
- Інструкція № 8 - «Безпека життєдіяльності учнів під час осінніх канікул»;
- Інструція № 9 - «Безпека життєдіяльності учнів під час зимових канікул»;
- Інструкція № 10 - «Безпека життєдіяльності учнів під час весняних канікул»;
- Інструкція № 11 - «Безпека життєдіяльності учнів під час групових поїздок, пішохідних екскурсій, пішохідного та дорожньо-транспортного руху учнів»;
- Інструкція № 12 – «Безпеки життєдіяльності учнів під час перебування у громадських місцях, проведення масових заходів на базі інших навчальних закладів та установ»;

- Інструкція № 13 - «Безпека життєдіяльності учнів під час туристично-екскурсійних,

групових перевезень на транспорті»;

- Інструкція № 14 – «Безпека життєдіяльності учнів під час туристично-екскурсійних, групових перевезень на залізничному транспорті»;

- Інструкція № 15 – «Безпека життєдіяльності учнів під час спортивно-масових заходів на базі навчального закладу та інших закладів освіти (кроси, змагання тощо)»;

- Інструкція № 16 – «Безпека життєдіяльності учнів під час навчальних екскурсій, походів, туристично-краєзнавчих заходів, організованого відпочинку в лісі, прибережній зоні тощо»;

- Інструкція № 17 – «Безпека життєдіяльності учнів під час виконання трудових заходів на території навчального закладу та поза ним»;

- Інструкція № 18 – «Безпека життєдіяльності учнів під час тривалих святкових днів»;

- Інструкція № 19 – «Безпечна поведінка під час відпочинку біля водоймищ»;

- Інструкція № 20 – «Безпеки життєдіяльності (правила поводження з вибухонебезпечними знахідками)»;

- Інструкція № 21 – «Техніка безпеки при поводженні з газом»;

- Інструкція № 22 – «Правила електробезпеки та заходи попередження електротравматизму серед дітей»;

- Інструкція № 23 – «Правила безпечної поведінки на залізничному транспорті»;

- Інструкція № 24 – «Правила безпечної поведінки учнів в ожеледь, під час морозів та снігопадів»;

- Додаток 1. З охорони праці № 01 Інструкція «Для відповідального за проведення І міського етапу Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»)»;

- Додаток 2. Інструкція з охорони праці № 02 «З надання домедичної допомоги»;

- Додаток 3. Інструкція. охорони праці № 03 «В умовах таборування»

1.2. Здійснювати контроль за створенням здорових та безпечних умов під час проведення позаурочних заходів, проведення інструктажів з безпеки життєдіяльності учнів школи з класними керівниками, керівниками гуртків, секцій.

Постійно

1.3. Довести до відома працівників школи діючи інструкції та видати під розпис з обов'язковою реєстрацією у журналі видачі інструкцій з охорони праці.

До 05.09.2023 р.

1.4. Контролювати проведення інструктажів з питань охорони праці для учасників навчально-виховного процесу школи, з питань безпеки життєдіяльності для учнів школи.

Постійно

1.5.Здійснювати систематичний контроль за своєчасною розробкою нових та відповідністю діючих у школі Інструкцій відповідно до вимог чинного законодавства, їх періодичним переглядом та своєчасним внесенням змін і доповнень до них.

Постійно

1.6. Довести зміст цього наказу до класних керівникі навчального закладу.

2. Класним керівникам 1-11 класів:

2.1.Проводити інструктажі з учнями з безпеки життєдіяльності під час навчально-виховного процесу та позаурочний час з обов'язковою реєстрацією в журналі обліку навчальних занять та спеціальному журналі інструктажів встановленого зразка.

Постійно

2.2. Здійснювати контроль за виконанням учнями Інструкцій з безпеки життєдіяльності під час навчальних занять та у позаурочний час.

Постійно

2.3. Ознайомити батьків 1-11 класів з Інструкціями щодо безпеки життєдіяльності їхніх дітей під час навчальних занять та у позаурочний час.

Вересень 2023 р.

3. Контроль за виконанням наказу покласти на заступника директора з виховної роботи Малюкову О.А.

Директор школи Сергій КОРІНЬОВСЬКИЙ

З наказом від 01.09.2023 р. № ознайомлені:
О.А.Малюкова

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№ 126 від 29.08.2023р.

ЄДИНІ ВИМОГИ ДО УЧНІВ

***Загальні правила поведінки**:*

1. Учень має приходити до ліцею за 10-15 хвилин до початку занять.
2. Учень має дотримуватися правил ввічливості, зняти в гардеробі верхній одяг та прямувати до місця проведення уроку.
3. Зовнішній вигляд учня має бути чистий та охайний, зачіска - акуратна.
4. Учні мають приходити до ліцею в одязі ділового або напівділового стилю.
5. На урок фізичного виховання учні ліцею повинні мати спортивну форму та спортивне змінне взуття.
6. На урок трудового навчання необхідно мати спеціальний одяг.
7. У разі спізнення на урок учень має увійти в кабінет за дозволом вчителя, вибачитися за спізнення та попростити дозволу сісти на місце.
8. Учень на уроки має приносити необхідні навчальні приладдя: книги, зошити, щоденник.
9. Приносити до ліцею та на її територію вибухові та вибухонебезпечні предмети, шкідливі для здоров`я речовини, зброю, газові балончики, тощо не дозволяється.
10. Учням не дозволяється вживати табачні вироби, спиртні напої, наркотики інші речовини, отрути на території ліцею та за її межами.
10. Без дозволу педагогів не можна йти з ліцею в урочний час. У разі поганого самопочуваття або інших обставин необхідно повідомити класного керівника та батьків.
11. Учень школи має приходити до ліцею з підготовленим домашнім завданням з предметів згідно з розкладом уроків.
12. Учень має проявляти повагу до старших, піклуватися про молодших. Школярі мають поступатися дорогою дорослим, старші школярі – молодшим, хлопчики – дівчаткам.
13. Під час проведення загальношкільних та класних заходів учень має поводити себе ввічливо та з повагою до інших.
14. Учні мають берегти майно ліцею, акуратно відноситись до свого та до чужого майна.
15. Учні не мають права під час знаходження на території ліцею під час освітнього процесу та при проведенні заходів скоювати дії, небезпечні для власного життя і здоров'я та оточуючих.
16. Учні мають слідкувати за культурою мовлення. Вживати ненормативну лексику в закладі та за її межами не можна.

Поведінка учнів на навчальних заняттях:

1. Протягом уроку учень має бути уважним, відволікатися та відволікати інших сторонніми розмовами під час уроку не можна.
2. Учень має вести щоденник. Будь-які записи в щоденниках учнями повинні виконуватися охайно. За першою вимогою вчителя необхідно пред'являти щоденник.
3. Користуватися мобільним телефоном під час уроку не можна.
4. Якщо під час занять учню необхідно вийти з класу, то він має підняти руку і попросити дозвіл у вчителя.
5. Якщо учень хоче поставити запитання вчителю або відповісти на запитання, то має підняти руку. Коли вчитель оголосить про закінчення уроку, учень може покинути клас.
6. У разі повітряної тривоги виконувати вказівки вчителя та рухатися разом із класом до укриття. Без дозволи вчителя не можна залишати освітній заклад.

Поведінка на перервах:

1. Під час перерви учні мають навести чистоту та порядок на своєму робочому місці та вийти з класу.
2. Рухаючись коридорами та сходами, учні мають триматися правої сторони.
3. Під час перерв учням не можна бігати сходами, відкривати вікна, бігати в місцях, не пристосованих до ігор; штовхати один одного, кидатися предметами і застосовувати фізичну силу для вирішення будь-якої проблеми, вживати непристойні вирази і жести на адресу будь-яких осіб, шуміти, заважати відпочивати іншим.
4. Після закінчення занять учень має одержати одяг з гардеробу, акуратно одягнутися і покинути школу, дотримуючись правил ввічливості.
5. Під час харчування в їдальні учні мають дотримуватися вимог чергового вчителя, працівників їдальні; дотримуватися черги при купівлі їжі; проявляти увагу й обережність при отриманні і вживанні гарячих і рідких страв; прибирати за собою столові прибори і посуд після вживання їжі.
6. Якщо під час перерви звучить повітряна тривога, негайно спаскатися до укриття та знайти в ньому визначенне для класу місце. Залишати укриття без дозволи вчителя не можна.

Вимоги до учнів щодо використання та збереження підручників:

1. Учень має акуратно ставитися до книги.Одержавши підручник, необхідно обгорнути його.
2. Протягом навчального року учень має слідкувати за чистотою книги, не користуватится підручником під час їжі, не брати їх брудними руками.
3. При роботі з книгою учень має користуватися закладкою. Не можна на сторінках підручника робити помітки, записи, тощо. Не класти в книгу олівці, інші товсті предмети.
4. Читаючи підручник, не згортати його палітурками одна до одної.
5. Учень має слідкувати за станом книги, своєчасно ремонтувати її.
6. У кінці навчального року учень має своєчасно повернути підручник у бібліотеку в доброму стані, чисту та охайну.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№ 126 від 29.08.2023р.

ІНСТРУКЦІЯ № 1
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 освітнього процесу в освітньому закладі поширюється на всіх учасників під час перебування в освітньому 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», затвердженого Наказом Міністерства освіти і науки України від 01.08.2001 № 563.

2. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час освітнього процесу в навчальному закладі.

2.1. У ліцеї для учасників навчально-виховного процесу встановлено п’ятиденний робочий тиждень із двома вихідними.

2.2. Початок навчально-виховного процесу починається о 8 год 30 хв. Усі учні повинні приходити за 15 хв. до початку навчально-виховного процесу.

2.3. Виконання вимог правил із техніки безпеки 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, навчально-дослідна ділянка є об’єктами небезпеки, тому необхідно дотримуватися Правил безпеки під час роботи та бути одягненим у відповідний одяг.

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

2.5. 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.

2.6. 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.

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

3. ***Загальні правила поведінки під час освітнього. Обставини та причини найбільш характерних нещасних випадків, що сталися в навчальних закладах.***

3.1. Учні мають виконувати вимоги з безпеки життєдіяльності, передбачені відповідними правилами та інструкціями, дотримуватися дисципліни, сумлінно навчатися.

3.2. Учні мають берегти обладнання, інвентар, матеріали, навчальні посібники тощо, бережливо ставитися до шкільного майна.

3.3. Учні мають сумлінно дотримуватися Правил особистої гігієни і санітарних норм на місці праці.

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

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

3.6. Не підходити до вікон, відчиняти їх їх може тільки вчитель.

3.7. Поводити необхідно себе спокійно, виважено та тихо.Не можна бігати, штовхатися, кричати, грати в рухливі ігри на перервах, а також під час освітнього процесу.
3.8. Не можна провокувати словами, діями агресивну поведінку, що може призвести до бійки під час освітнього процесу.
3.9. Не можна підходити до внутрішніх перил, перехилятися через них, спускатися перилами сходів.
3.10. Не можна у спілкуванні допускати грубощів, образ та застосування протиправних дій у розв’язанні конфліктних ситуацій.
3.11. Не можна приносити до освітнього закладу небезпечні предмети (ріжучі, колючі, вибухові, вогненебезпечні предмети, газові балончики, петарди тощо).
3.12. Не можна вживати тютюнові вироби, вживати алкогольні напоїв, наркотичні речовини.
3.13. Не можна виносити з освітнього закладу майно.
3.14. Ліцеїст має бути обережним у найбільш травмонебезпечних місцях: уважно та спокійно спускатися сходами, обережно поводити себе біля дверей кабінетів та скляних дверей коридорів, не можна ховатися за ними.
3.15. Ліцеїстам не бажано одягати на уроки дорогі прикраси. Зовнішний вигляд учня має бути охайним, одяг чистим.
3.16. Користуватися мобільними телефонами ліцеїсти можуть на перервах.
3.17. Уважно та спокійно ліцеїсти мають користуватися виделками, скляним посудом та іншими приборами в їдальні, використовувати їх тільки за призначенням.
3.18. Співпрацювати з адміністрацією освітнього закладу щодо створення безпечних умов для навчання (повідомляти про всі недоліки, що можуть призвести до небезпеки життєдіяльності під час навчально-виховного процесу).
3.19. Ліцеїсти мають 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).

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126 від 29.08.2023 р.

ІНСТРУКЦІЯ № 2
з безпеки життєдіяльності учнів у приміщенні та на території навчального закладу під час освітнього процесу

1. Загальні положення.

1.1. Інструкція з безпеки життєдіяльності учнів під час освітнього процесу в ліцеї та на його території поширюється на всіх учасників процесу під час перебування в закладі та на його території.

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 освітнього процесу повинні знати правила надання першої (долікарської) допомоги при характерних ушкодженнях.

2. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів освітнього закладу під час навчально-виховного процесу в приміщенні ліцеї та на його території.

2.1. Під час перебування в освітньому закладі та на його території чітко виконувати правила безпеки життєдіяльності учнів: не бігати, не штовхатися, не кричати, не влаштовувати метушливого, неконтрольованого руху та рухливих ігор, що можуть призвести до падіння та травмування, не провокувати словами та рухами агресивної поведінки, що може призвести до бійки та травмування.

2.2. Бути обережним у найбільш травмонебезпечних місцях – уважно та спокійно спускатися й підійматися сходами, перебувати й пересуватися у вузьких коридорах, бути обережним у туалетах, приміщенні гардеробу, де наявні травмонебезпечні гачки, не підходити до вікон, не перехилятися через перила на сходах, не стояти біля дверей кабінетів (їх можуть раптово відчинити), не чіпати скляні двері в коридорах, не ховатися за ними – ці двері найбільш травмонебезпечні.

2.4. Не одягати на навчання ніяких прикрас, мати короткий манікюр, щоб запобігти ушкоджень, втрат цінних речей. Якщо ви прийшли у школу з цінними речами (мобільний телефон, гаманець із грошима, прикраси, тощо), то тримати їх слід постійно при собі, не передавати іншим. Не можна користуватися мобільним телефоном на уроках.

2.5. Не можна перебувати в освітньому закладі з колючо-ріжучими предметами (ножі, голки тощо). Якщо є потреба наявності ножиць та голок на уроках праці, то користуватися ними слід тільки під наглядом учителя на уроці та попередньо прослухавши інструктаж із безпеки життєдіяльності.

2.6. Не можна розмахувати навколо себе портфелем із підручниками або сумкою зі змінним взуттям, кидати ці та інші предмети з метою передачі в руки іншим учасникам навчально-виховного процесу. Не можна кидати будь-які предмети з метою передачі іншим учасникам навчально-виховного процесу на сходах із метою попередження травм.

2.7. Чітко дотримуватися санітарно-гігієнічних норм: мати засоби особистої гігієни, регулярно мити руки перед уживанням їжі, до й після відвідування туалетних кімнат.

2.8. Учням не можна вживати жувальні гумки з метою попередження ушкоджень майна закладу, особистих речей учнів.

2.9. На уроках підвищеної небезпеки (фізичне виховання, трудове навчання) виконувати вправи, задані вчителем, тільки після прослуханого інструктажу та дозволу початку роботи.

2.10. Уважно та спокійно користуватися виделками, скляним посудом та іншими приборами в їдальні, використовувати їх тільки за призначенням. Не можна спрямовувати ложки, виделки на себе або іншу людину, щоб уникнути травм.

3. Вимоги безпеки життєдіяльності учня під час перерв

3.1. Вимоги безпеки перед початком перерв та прогулянки впродовж навчального дня.

· Чітко визначити місце перебування класу на перерві.

· Повторити правила безпеки життєдіяльності під час проведення перерви та прогулянки.

· Виконувати всі розпорядження класного керівника або особи, яка його заміняє

· Під час прогулянки в разі наявності калюж не можна перебувати біля них.

· У разі снігових опадів заборонені ігри в сніжки, катання на ковзанах та катках – для запобігання падінь та травм.

· Під час перебування на вулиці не можна бігати, штовхатися та влаштовувати безсистемний рух, не провокувати словами, жестами агресивну поведінку, що може призвести до бійки;

· У разі непередбачуваної ситуації відразу звернутися до класного керівника, у жодному разі не підходити до тварин або незнайомих людей, не вступати з ними в контакт.

· Особисті речі залишати при собі, не передавати нікому – ні однокласникам, ні незнайомим людям для попередження пропажі цих речей.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126 від 29.08.2023 р.

ІНСТРУКЦІЯ № 3
щодо безпеки життєдіяльності учня під час проведення масових заходів із учнями на базі навчального закладу, а також на території школи (спортивному майданчику, подвір'ї).

1. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів перед проведенням масових заходів з учнями на базі навчального закладу, а також його території.

1.1. Перед проведенням масових заходів на базі навчального закладу, а також його території визначити дату, час і місце проведення заходу.

1.2. Повторити правила безпеки життєдіяльності та план евакуації в разі надзвичайної ситуації під час проведення масових заходів із учнями.

1.3. Чітко виконувати вказівки класного керівника. Без його дозволу не можна заходити або виходити з приміщення, у якому відбувається захід.

1.4. Перевірити наявність вогнегасників та тканини, перших засобів пожежогасіння, наявність аптечки, присутність медичного працівника та членів ДПД. Наявність двох вільних аварійних виходів.

2. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час проведення масових заходів із учнями на базі навчального закладу, а також на його території.

2.1. Під час проведення масових заходів у навчальному закладі слід перебувати у зазначеному класним керівником місці.

2.2. Під час проведення масових заходів потрібно поводитися чинно, пристойно, не галасувати, уважно слухати промовців. Якщо проводяться розважальні конкурси або вікторина з залом, не зіскакувати з місця, а чекати запрошення на сцену.

2.3. Після закінчення масового заходу залишати своє місце й виходити із приміщення слід тільки за вказівкою класного керівника, не створювати натовп.

2.4. Заборонено вибігати з приміщення, штовхатися під час виходу з приміщення, у якому відбувався захід.

3. Вимоги безпеки життєдіяльності після проведення масових заходів з учнями на базі навчального закладу, а також його території.

3.1. Звітувати класному керівнику про свій вихід.

3.2. Якщо масовий захід закінчується пізно, у темну пору доби або на світанку (випускний вечір, новорічна дискотека), обов'язковою є наявність батьків, які зустрічають учнів.

3.3. Після добирання додому, обов'язково слід зателефонувати класному керівнику й повідомити, що все гаразд.

4. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях.

4.1. У разі виникнення аварійної ситуації під час проведення масового заходу слід негайно повідомити класного керівника.

4.2. Чітко виконувати вказівки вихователя, не панікувати, не метушитися, нікуди не йти від класного керівника.

4.3. Якщо непередбачувальна ситуація виходить з-під контролю дорослих, потрібно терміново зв'язатися зі службами екстреної допомоги (101 – пожежна охорона, 102 – міліція, 103 – швидка медична допомога, 104 – газова служба) або рідними за мобільним зв'язком, вказуючи своє прізвище, ім'я, номер свого телефону та коротко описавши ситуацію, що склалася. Обов'язково слід вказати адресу закладу та телефон приймальні.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126 від 29.08.2023 р.

ІНСТРУКЦІЯ № 4 Вимоги пожежної безпеки в навчальному закладі

1. Ознайомлення з правилами пожежної безпеки у навчальному закладі.

1.1. Кожен учень має 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.

1.2. Учням на території освітнього закладу заборонено курити і розкидати запалені сірники, застосовувати в приміщеннях відкритий вогонь (паяльні лампи, факели, запальнички тощо).

1.3. На території освітнього закладу не можна розкладати багаття, спалювати сміття, відходи, пакувальні матеріали.

1.4. Не залишати без нагляду вчителя ввімкнені в електромережу електричні прибори. Негайно повідомити про це вчителя.

1.5. Під час навчальних занять, масових заходів не наближатися до електроприладів, музичної апаратури, що живляться електрострумом. У разі виявлення обірваних проводів, неізольованої проводки, іскріння проводки негайно повідомити вчителя, адміністрацію, чергових.

1.6. 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.

1.7. У разі виникнення пожежі або аварійної ситуації:

· негайно повідомити про це вчителя, адміністрацію, чергових;

· після евакуації вишикуватися в зазначеному місці і під час переклички зазначити свою присутність для обліку евакуйованих дітей. Нікуди після евакуації без дозволу 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.

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

1.9. Якщо пожежа виникла у класі, приміщенні освітнього 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 глухі кути, під парту, в шафи, у комору тощо;

· потрібно захищати органи дихання і закрити щілини під дверима (краще вологими ганчірками);

· подавати сигнали рятувальникам.

1.10. Якщо пожежа виникла в коридорі освітнього 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 чекай 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.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№ 126 від 29.08.2023 р.

ІНСТРУКЦІЯ № 5 вимоги щодо радіаційна безпека, дії у разі надзвичайних ситуацій природного і техногенного характеру в освітньому закладі

1.Радіаційна безпека, дії у разі надзвичайних ситуацій природного і техногенного характеру в освітньому закладі:

1.1. Про загрозу та виникнення надзвичайних ситуацій радіоактивного, хімічного, бактеріологічного зараження, катастрофічного затоплення та інших видів небезпеки у школі отримаєте сповіщання від шкільного штабу ЦО, а також від вчителів, адміністрації навчального закладу.
1.2. У разі виникнення надзвичайної ситуації радіоактивного хімічного, бактеріологічного зараження та інших видів небезпеки у школі чітко виконувати вказівки та інструкції вчителя, медичних робітників.
1.3. Категорично заборонено підходити до вікон, якщо евакуацію не було здійснено з приміщення навчального закладу й вони загерметизовані, не відчиняти їх.
1.4. Не вживати воду та їжу, не організовану вчителями. Вода в крані може бути заражена, як і їжа, що перебувала на ураженому повітрі.
1.5. Якщо в кімнату приміщення, у якому ви перебуваєте, через щілини, не зачинені вікна поступає уражене повітря, слід негайно повідомити про це вчителя, адміністрацію.
1.6. Якщо в кімнаті приміщення, у якому перебувають учасники навчального процесу, наявне забруднення ртуттю, потрібно негайно відійти від зараженого місця, нічого не чіпати руками та негайно повідомити про це адміністрацію.
1.7. Під час виникнення загрози затоплення чітко виконувати розпорядження й вказівки вчителя, адміністрації: перебувати у зазначеному місці й слідкувати за тим, щоб була відключена електрика й вода в приміщенні, у якому ви перебуваєте. У разі визначення даних порушень, слід одразу повідомити дорослих.
1.8. При снігових бурях, ураганах, смерчах та інших стихійних лихах чітко виконувати розпорядження і вказівки вчителя, адміністрації: перебувати у зазначеному місці. Категорично заборонено підходити до вікон і дверей, відчиняти їх. Чітко виконувати вказівки вчителя щодо евакуації.
1.9. 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.
1.10. 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;
· звільнившися, 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.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126 від 29.08.2023р.

ІНСТРУКЦІЯ № 6
безпека дорожнього руху, поведінка на вулиці, ознайомлення з правилами дорожнього руху.

1. Учні школи мають:
· 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;
· виконувати розпорядження органів державного нагляду та контролю щодо дотримання законодавства про дорожній рух.

2.Учні, вихованці освітнього закладу під час перебування на вулиці за межами 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 узбіч;
· 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 проблисковим 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.

3. Учень при користуванні велосипедом без двигуна, може:
· їздити по спеціальних велосипедних доріжках, а в разі їх відсутності – по краю проїжджої частини дороги, вулиці чи узбіччю.

не може:

· 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.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№ 126 від 29.08.2023 р.

ІНСТРУКЦІЯ № 7

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

1. Під нещасними випадками в побуті слід розуміти не пов'язані з освітнім 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. Факт ушкодження здоров'я внаслідок нещасного випадку встановлює і засвідчує лікувально-профілактичний заклад. Документом, що підтверджує ушкодження здоров'я особи, є листок непрацездатності чи довідка з лікувально-профілактичного закладу.

3. 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 освітнього процесу.

4. Виконувати правила з безпеки життєдіяльності уразі виникнення небезпечної ситуації:

· оцінити рівень небезпеки; якщо ситуація загрожує життю, часу на роздуми немає, слід діяти негайно;

· якщо загрози життю немає, спочатку потрібно заспокоїтися;

· якщо не впораєтеся 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 повертаєтеся 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.

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

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

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

5.3. 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.

5.4. 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 ізольований 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 вдування повітря в рот чи ніс потерпілому дати можливість вільного видиху. Частота вдування повітря потерпілому повинна бути 12-13 разів на хвилину.

5.5.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.

***5.6. 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 облити холодною водою;
· при припиненні дихання або його утрудненні до прибуття лікаря потерпілому роблять штучне дихання.

5.7. 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.

5.8. 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 змочіть 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).

***5.9. 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.

5.10. 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 кутика;

· якщо речовина суха, її треба струсити чи зняти сухою ганчіркою (не можна здувати, щоб порошинка не потрапила 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.

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

6.1. 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.

6.2. 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.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№ 126 від 29.08.2023 р.

ІНСТРУКЦІЯ № 8
з безпеки життєдіяльності учнів під час осінніх канікул

1. ***Загальні положення.***

1.1. Інструкція з безпеки учнів під час осінніх канікул поширюється на всіх учасників освітнього процесу під час перебування учнів на осінніх канікулах.

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.

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

2. **Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час осінніх канікул.**

2.1. Перед початком осінніх канікул слід чітко визначити терміни початку та закінчення канікул.

2.2. У разі продовження канікул телефонувати в останній день визначених термінів до приймальної навчального закладу або класному керівнику для визначення нового терміну канікул.

Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час осінніх канікул.

2.3. 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, у тому числі підземних і наземних, а в 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 проблисковим 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, влаштовувати на ній або Поблизу неї ігри, переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом або встановленими місцями;
· рухатися по дорозі велосипедом можна тільки дітям, які досягли 16 років; мопеди й велосипеди повинні бути обладнанні звуковим сигналом та світлоповертачами: спереду – 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 і 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 отримані на уроках основ здоров'я, виховних годинах, інших навчальних спеціалізованих установах, предметних уроках;
· перебувати поблизу залізничних колій дітям без супроводу дорослих заборонено;
2.4. Під час канікул, перебуваючи вдома, на вулиці, в спеціалізованих установах, приміщеннях, транспорті, учні повинні чітко виконувати правила пожежної безпеки:
· заборонено брати з собою вогненебезпечні 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 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), використовувати хлопушки, застосовувати дугові прожектори, влаштовувати світлові ефекти із застосуванням хімічних та інших речовин, що можуть спричинити загоряння; встановлювати стільці, крісла тощо, конструкції, виконані з пластмас і легкозаймистих матеріалів, а також захаращувати предметами проходи та аварійні виходи;
· у жодному разі не брати на вулиці чи в іншому місці ніякі 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, які живляться струмом. Користуватися електроприладами тільки сухими руками і в присутності батьків. У разі виявлення обірваних проводів, неізольованої 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 у приміщенні, дотримуватися правил 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;
· 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 й вийти з приміщення; покликати на допомогу дорослих, негайно повідомити в газову службу за номером 104 чи 101 пожежну охорону; назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описавши ситуацію й залишивши свій номер телефону.
2.5. 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 та ін.:
· під час канікул заборонено перебувати біля водоймищ без супроводу дорослих для запобігання утоплення дітей;
· категорично заборонено наближатися й перебувати біля будівельних майданчиків, кар'єрів, закинутих напівзруйнованих будівель для запобігання обрушень будівельних матеріалів і попередження травм та загибелі дітей;
· категорично 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 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 у відкритий каналізаційний люк;
· не підходити на вулиці до обірваних, обвислих проводів, або проводів, які стирчать, а особливо, якщо від них іде гудіння – такі проводи ще можуть бути підживлені електрострумом;
· не підходити до щитових, не залазити на стовпи з високовольтними проводами – можна отримати удар електрострумом від високовольтних живлень за 5 м;
· бути обережним на дитячих майданчиках, у парках відпочинку: спочатку переконатися, що гойдалки чи атракціони, турніки, 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 із висоти;· не підходити до відчинених вікон, не нахилятися на перила, парапети сходинок для запобігання падіння із висоти;
· не спускатися в 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.
2.6. ***Під час канікул учні повинні виконувати правила безпеки життєдіяльності під час самостійного перебування вдома, на вулиці, у громадських місцях, 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, у жодному разі не передавати їм цінні речі, ключ і 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. Краще відповісти, що не знаєте, і швидко йти 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 року – із настанням темряви;
· діти мають право не відчиняти дверей дому навіть представникам правоохоронних органів. Якщо незнайомець запитує, чи скоро прийдуть батьки, слід повідомити, що скоро – вони у сусідів, тим часом зателефонувати батькам, а двері незнайомцям не відчиняти;
· триматися 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 слід керуватися толерантними стосунками;
· не заходити в під'їзд, ліфт із незнайомими людьми; слід одразу кликати на допомогу, якщо незнайомець провокує якісь дії щодо вас. Бути уважними, 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, потрібно завчасно попереджати батьків, щоб зустріли вас після закінчення заходу; слід керуватися загальними правилами етикету й нормами поведінки, не провокувати оточуючих на агресивну поведінку рухами й словами. У разі небезпечної ситуації звертатися до служби охорони закладу, викликати міліцію за номером 102, зателефонувати батькам;
· не вчиняти дії, що можуть призвести до правоправних дій;
· 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).

2.7. Під час канікул учні повинні виконувати правила з запобігання захворювань на грип, інфекційні та кишкові захворювання, педикульоз тощо:

· при нездужанні не виходити з дому, щоб не заражати інших людей, 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;
· перед їжею мити руки з милом; не їсти брудних овочів та фруктів, ретельно їх мити;
· для запобігання захворювань на педикульоз регулярно мити голову; довге волосся у дівчат має бути зібране, 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 медикаментів чи препаратів, не рекомендованих лікарем;
· якщо ви погано почуваєтеся, а дорослих поряд немає, слід викликати швидку медичну допомогу за номером 103, описавши свій стан, назвавши номер свого телефону, домашню адресу, прізвище, ім'я, а також зателефонувати батькам.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126 від 29.08.2023 р.

ІНСТРУКЦІЯ № 9
з безпеки життєдіяльності учнів під час зимових канікул

1. ***Загальні положення.***

1.1. Інструкція з безпеки учнів під час зимових канікул поширюється на всіх учасників освітнього процесу під час перебування учнів на зимових канікулах.

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.

1.3. Всі учасники освітнього 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 зимових канікул.***

2.1. Перед початком зимових канікул слід чітко визначити терміни початку та закінчення канікул.

2.2. У разі продовження канікул потрібно телефонувати в останній день визначених термінів до приймальної навчального закладу або класному керівнику для визначення нового терміну канікул.

2.3. ***Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час зимових канікул***:

· під час канікул, перебуваючи на вулиці й ставши учасником дорожньо-транспортного руху, слід чітко виконувати правила дорожнього руху;

· рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, притримуючись правого боку, обережно по слизькій дорозі, особливо під час ожеледиці. Взуття має бути зручним, підбори – низькими;

· за межами населених пунктів, рухаючись узбіччям чи краєм проїжджої частини, слід іти назустріч руху транспортних засобів;

· переходити проїжджу частину можна тільки по пішохідних переходах, зокрема підземних і наземних, а у разі їх відсутності – на перехрестях по лініях тротуарів або узбіч;

· у місцях, де рух регулюється, треба 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 потрібно 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 проблисковим 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;
· заборонено під час зимових канікул учням кататися на велосипедах, мопедах, роликах тощо, що не відповідає погодним умовам та сезону для запобігання ДТП за участю дітей;
· для запобігання ДТП за участю дітей категорично заборонено кататися на санчатах, ковзанах, лижах (інших зимових приладах для розваг) на проїжджій дорозі, катання наданих предметах діти повинні здійснювати у спеціально відведених для цього місцях і під наглядом дорослих, батьків;
· категорично заборонене катання з гірок із виїздом на проїжджу частину дороги;
· у жодному разі не можна чіплятися за задній бампер машин для того, щоб покататися по проїжджій частині дороги – ці дії визначені вищою категорією небезпеки, що може призвести до ДТП, травмування й загибелі;
· для запобігання травмування можна кататися на ковзанах тільки у відведених для цього спеціальних місцях й на міцному льоду без розщелин;
· учні повинні виконувати зазначені правила, а також інші Правила дорожнього руху України, знання про які вони отримали 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.

2.4. Підчас канікул, перебуваючи вдома, на вулиці, в спеціалізованих установах, приміщеннях, транспорті учні повинні чітко виконувати правила пожежної безпеки:

· не брати з собою вогненебезпечні 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 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, які можуть викликати загоряння; встановлювати стільці, крісла тощо, конструкції з пластмас і легкозаймистих матеріалів, а також захаращувати предметами проходи та аварійні виходи;
· у жодному разі не брати на вулиці чи в іншому місці незнайому чи чужу побутову техніку, не вмикати її у розетку вдома чи в інших установах – це може призвести до вибуху та надзвичайної ситуації;
· не можна наближатися до електроприладів, музичної апаратури, які живляться струмом. Користуватися електроприладами тільки в присутності батьків, сухими руками. У разі виявлення обірваних проводів, неізольованої проводки, іскріння проводки, слід 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 у приміщенні, 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;
· при появі запаху газу в приміщенні у жодному разі не вмикати електроприлади, не користуватися стаціонарним чи мобільним телефоном, відчинити вікна, двері, вимкнути газову плиту, якщо вона була ввімкнена, й вийти з приміщення; покликати на допомогу дорослих, негайно повідомити в газову службу за номером 104 чи пожежну охорону – 101, назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описати ситуацію, залишити свій номер телефону;
· під час святкування Нового року вдома або інших закладах чітко дотримуватися вимог протипожежної безпеки; не приходити на свято в одязі з легкозаймистого матеріалу, не просоченого вогнезахисною сумішшю; під час святкування не наближатися до новорічної ялинки, в її сторону категорично заборонено кидати будь-які предмети; не можна прикрашати ялинку іграшками, гірляндами не фабричного, або низької якості виробництва; заборонено використовувати відкритий вогонь під час новорічних свят (факели, свічки, феєрверки, бенгальські вогні, хлопавки тощо); застосовувати дугові прожектори, влаштовувати світлові ефекти із застосуванням хімічних та інших речовин, що можуть спричинити загоряння; встановлювати стільці, крісла, різні конструкції, виконані з пластмас і легкозаймистих матеріалів, а також захаращувати предметами проходи та аварійні виходи; не можна застосовувати для оформлення приміщень декорації та обладнання, виготовлені з горючих синтетичних матеріалів, штучних тканин і волокон (пінопласту, поролону, полівінілу тощо).

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

· під час канікул заборонено наближатися й перебувати біля водоймищ без супроводу дорослих для запобігання утоплення дітей; категорично заборонено виходити на льодову поверхню замерзлого водоймища. Особі, яка провалилася під лід, необхідно подати мотузку, дошку, одяг, але не підходити до неї близько. Якщо лід крихкий, треба лягти на нього й проводити операцію рятування в той бік, із якого прийшла людина – в інших місцях лід може бути більш крихким. Не поспішаючи, слід допомогти людині вибратися з води, зняти мокрий одяг, зігріти, покликати на допомогу, відвести постраждалого у тепле приміщення, вжити заходів щодо неприпущення обмороження;
· категорично заборонено наближатися й перебувати біля будівельних майданчиків, кар'єрів, закинутих напівзруйнованих будівель для запобігання обрушень будівельних матеріалів й попередження травм та загибелі дітей;
· категорично заборонено вживати алкоголь, наркотичні засоби, тютюнові вироби, стимулятори;
· 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 травмуватися через ожеледь;
· 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 – удар електрострумом від високовольтних живлень можна отримати на відстані 5 м;

· слід 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.

2.6. Під час канікул учні повинні дотримуватися правил безпеки життєдіяльності під час самостійного перебування вдома, на вулиці, громадських місцях, у друзів, на молодіжних дискотеках, у замкнутому просторі 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 і швидко йти до людей;
· не підходити до автомобілів із незнайомцями, навіть якщо вони запитують дорогу. Краще сказати, що не знаєте, і швидко йти 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 незнайомець запитує, чи скоро прийдуть батьки, повідомте, що скоро – вони у сусідів. Тим часом слід зателефонувати батькам, а незнайомцям двері не відчиняти;
· слід триматися подалі від тих, хто влаштовує бійки, не брати участі в суперечках дорослих і не провокувати словами чи діями агресивної поведінки, що може призвести до бійки або травми; у стосунках із оточуючими слід керуватися толерантними стосунками;
· не заходити в під'їзд, ліфт із незнайомими людьми; одразу кликати на допомогу, якщо незнайомець провокує якісь дії щодо вас. Бути уважними, оглядатися й перевіряти, чи не слідує за вами хтось під час проходу провулків, підземних переходів між будинками й тунелями. Якщо за вами хтось іде, зупинитися й відійти у сторону, щоб потенційний переслідувач пройшов повз вас;
· під час перебування на дискотеці, потрібно завчасно попередити батьків, щоб зустріли вас після закінчення заходу; керуватися загальними правилами етикету й нормами поведінки, не провокувати оточуючих на агресивну поведінку рухами й словами. У разі небезпечної ситуації потрібно 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 злочин, вчинений після 14-річного віку, неповнолітні підлягають кримінальній відповідальності; позбавлення волі неповнолітньому може бути призначене терміном не більш як на 10 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 Карного 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).

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

· при нездужанні не виходити з дому, щоб не заражати інших людей, викликати лікаря;

· хворому виділити окреме ліжко; посуд, білизну; приміщення постійно провітрювати;

· у разі контакту із хворим одягати марлеву маску;

· хворому дотримуватися постільного режиму;

· вживати заходів профілактики: їсти мед, малину, цибулю, часник; чітко виконувати рекомендації лікаря; перед їжею мити руки з милом;

· 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 слід 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 медикаментів і 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.

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, де сталася надзвичайна ситуація, своє прізвище, ім’я, номер свого телефону.

3.4. У разі можливості покинути територію аварійної небезпеки.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126від 29.08.2023 р.

ІНСТРУКЦІЯ № 10

з безпеки життєдіяльності учнів під час весняних канікул

1. Загальні положення.

1.1. Інструкція з безпеки учнів під час весняних канікул поширюється на всіх учасників освітнього процесу під час перебування учнів на весняних канікулах.

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.

1.3. Всі учасники освітнього 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 весняних канікул.

2.1. Перед початком весняних канікул слід чітко визначити термі початку та завершення канікул.

2.2. У разі продовження канікул потрібно телефонувати в останній день визначених термінів до приймальної закладу або класному керівнику для визначення нового терміну канікул.

2.3. Під час канікул, 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, а у разі їх відсутності – на перехрестях по лініях тротуарів або узбіч;

· у місцях із регулюваними рухами, слід 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 проблисковим 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, влаштовувати на ній або поблизу неї ігри, переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом або встанов місцями;
· по проїжджій дорозі на велосипеді рухатися можна тільки дітям, які досягли 16-ти років; мопеди й велосипеди мають бути обладнанні 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 і 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;
· заборонено виїжджати на проїжджу частину на інших засобах для катання (скейтборд, самокат, ролики тощо), обирати місце для катання слід на дитячих майданчиках;
· учні повинні виконувати зазначені правила, а також інші Правила дорожнього руху України, із якими вони ознайомилися на уроках основ здоров'я, виховних годинах, інших навчальних спеціалізованих установах, предметних уроках;
· дітям заборонено перебувати поблизу залізничних колій без супроводу дорослих;
· учні, користуючись транспортним засобом, повинні сидіти або стояти тільки в призначених для цього місцях, тримаючись за поручні або інші пристосування.

2.4. ***Під час канікул, перебуваючи вдома, на вулиці, в спеціалізованих установах, приміщеннях, транспорті, учні повинні чітко виконувати правила пожежної безпеки:***

· заборонено брати з собою вогненебезпечні предмети, які можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, бенгальські вогні, феєрверки, цигарки, легкозаймисті речовини, вогнезаймисту рідину тощо);
· користуватися газовою плитою вдома слід 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), використовувати хлопушки; застосовувати дугові прожектори, влаштовувати світлові ефекти із застосуванням хімічних та інших речовин, які можуть викликати загоряння; встановлювати стільці, крісла тощо, конструкції, які виконано з пластмас і легкозаймистих матеріалів, а також захаращувати предметами проходи та аварійні виходи;
· у жодному разі не можна 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 живляться струмом. Користуватися електроприладами тільки сухими руками і в присутності батьків. У разі виявлення обірваних проводів, неізольованої проводки, її іскріння, слід негайно повідомити дорослих;

· не збиратися біля проходів у громадських установах, на входах та виходах, 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 – потрібно 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, також свій номер телефону;
· при появі запаху газу в 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; назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описавши ситуацію й залишивши свій номер телефону.

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

· під час канікул заборонено перебувати біля водойм без супроводу дорослих для запобігання утоплення дітей. Коли вода покрита шаром льоду – категорично заборонено ступати на лід для попередження провалювання під нього;
· заборонено перебувати біля будівельних майданчиків, кар'єрів, закинутих напівзруйнованих будівель для запобігання обрушень будівельних матеріалів й попередження травм та загибелі дітей;
· категорично заборонено вживати алкоголь, наркотичні засоби, тютюнові вироби, стимулятори;
· 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;
· на вулиці не варто підходити до обірваних, обвислих проводів або проводів, що стирчать, а особливо, якщо від них іде гудіння – ці проводи можуть бути ще підживлені електрострум ом;
· не слід підходити до щитових, залазити на стовпи з високовольтними проводами – можна отримати удар електрострумом від високовольтних живлень на відстані 5 м;
· потрібно 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 можна виходити на дах багатоповерхівки для попередження падіння дітей із висоти;
· не слід підходити до відчинених вікон, мити їх тільки в присутності дорослих, не нахилятися на перила, парапети сходинок для запобігання падіння дітей із висоти;
· не спускатися в 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;
· слід застосовувати всі знання й правила, отримані на уроках основ здоров'я, виховних годинах, навчальних уроках.

2.6. Під час канікул 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 можна розмовляти чи вступати в контакт із незнайомцями, особливо – 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. У темну пору сезону – до настання темряви;
· діти мають право не відчиняти дверей дому навіть представникам правоохоронних органів. Якщо незнайомець запитує, чи скоро прийдуть батьки, повідомте, що скоро – вони у сусідів, а в цей час зателефонуйте батькам, а двері незнайомцям не відчиняйте;
· перебувати 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 слід керуватися толерантними відносинами;
· не заходити в під'їзд, ліфт із незнайомими людьми; одразу кликати на допомогу, якщо незнайомець провокує якісь дії щодо вас. Бути уважними, 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, щоб зустріли вас після закінчення заходу; керуватися загальними правилами етикету й нормами поведінки, не провокувати оточуючих на агресивну поведінку діями чи словами. У разі небезпечної ситуації потрібно звертатися до служби охорони закладу, викликати міліцію за номером 102, зателефонувати батькам;
· заборонено 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, неповно підлягають кримінальній відповідальності; позбавлення волі непов може бути призначення строком до 10 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 Карного кодексу України;

2.7. Під час канікул 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, викликати лікаря;
· хворому слід виділити окреме ліжко, посуд, білизну;
· приміщення потрібно постійно провітрювати;
· у разі контакту із хворим варто одягати марлеву маску;
· хворому слід дотримуватися постільного режиму;
· потрібно вживати заходів профілактики: їсти мед, малину, цибулю, часник; чітко виконувати рекомендації лікаря;
· перед їжею треба мити з милом руки; не їсти брудні овочі та фрукти, ретельно їх мити й ошпарювати;
· для запобігання захворювань на педикульоз, слід регулярно мити голову; довге волосся у дівчат має бути зібране у зачіску, не можна користуватися засобами особистої гігієни (гребінцем) інших осіб, а також передавати іншим свої засоби гігієни. Не міряти й не носити чужого одягу, головних уборів, а також не передавати іншим свій одяг;
· заборонено самостійно вживати медикаменти, не рекомендовані 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.

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. У разі можливості залиште аварійно небезпечну територію.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126 від 29.08.2023 р.

ІНСТРУКЦІЯ № 11
з безпеки життєдіяльності учнів під час групових поїздок, пішохідних екскурсій, пішохідного та дорожньо-транспортного руху учнів

1. ***Загальні положення.***

1.1. Інструкція з безпеки життєдіяльності учнів під час групових поїздок, пішохідних екскурсій, пішохідного та дорожньо-транспортного руху учнів поширюється на всіх учасників освітнього процесу під час групових перевезень, навчальних екскурсій, пішохідного групового руху учнів.
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.
1.3. Всі учасники освітнього процесу повинні знати правила надання першої (долікарської) допомоги при характерних ушкодженнях

2. ***Вимоги з безпеки життєдіяльності учнів під час групових поїздок, пішохідних екскурсій, пішохідного та дорожньо-транспортного руху.***

2.1. Чітко виконувати вказівка укрівника групи.
2.2. Повторити правила дорожнього руху та алгоритм руху в колоні.
2.3. Перевірити наявність червоних прапорців для перекриття руху автомобільного транспорту на дорозі.
2.4. Починати рух у колоні тільки за вказівкою класного керівника.
2.5. Виконувати рух тільки в тому напрямі, який зазначив класний керівник.

3. ***Вимоги безпеки дорожнього руху учнів під час групових перевезень, навчальних екскурсій, пішохідного групового руху учнів.***

3.1. Розрахуватися по парах та вишикуватися в колону.
3.2. Рухатися тільки за вказівкою класного керівника.

3.3. Пересування по місту має відбуватися тільки по пішохідних тротуарах, пішохідних доріжках.
3.4. Під час перетину проїжджої частини дороги, слід дочекатися, поки класний керівнмиик зупинить прапорцем рух автомобільного транспорту. Рух через дорогу можна здійснювати тільки на пішохідних переходах, зокрема підземних і наземних, за вказівкою дорослих за червоним прапорцем. Переходити дорогу перед прапорцем категорично заборонено.
3.5. Рух у колоні потрібно здійснювати середнім темпом, не поспішати, на відставати. Не можна виходити за зону видимості класного керівника.
3.6. У разі потреби користування міським транспортом під час пішохідного руху навчальної екскурсії поводитися в транспорті слід спокійно. Виходити та заходити в транспорт – за вказівкою дорослих. При перебуванні в транспорті сидіти або стояти в призначених для цього місцях, тримаючись за поручень.
3.7. Під час руху по тротуарах і пішохідних доріжках колона має рухатися, притримуючись правого боку.
3.8. Організована група дітей може пересуватися тільки по тротуарах і пішохідних доріжках, а коли їх немає – по узбіччю дороги у напрямку руху транспортних засобів колодною, але тільки в світлу пору доби і лише, в супроводі дорослих із сигнальними прапорцями.
3.9. Якщо в зоні видимості не видно переходу або перехрестя, а дорога має не більш, ніж три смуги руху для обох його напрямків, можна переходити її під прямим кутом до краю проїжджої частини в місцях, де дорогу добре видно в обидва боки і лише після того, як визначено відсутність небезпеки.
3.10. У місцях із регульованим рухом пішоходи повинні керуватися сигналами регулювальника або світлофора.
3.11. Чекати на транспортний засіб група учнів повинна на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, а якщо вони відсутні – на узбіччі, не створюючи перешкод для дорожнього руху.
3.12. На трамвайних зупинках, необладнаних посадковими майданчиками, пішоходам можна виходити на проїжджу частину лише з боку дверей і тільки після зупинки транспортного засобу. Класний керівник перекриває дорожній автомобільний рух червоним прапорцем.
3.13. У разі наближення транспортного засобу з увімкненим проблисковим маячком червоного або синього кольору і спеціальним звуковим сигналом, усі повинні утримуватися від переходу проїжджої частини або негайно покинути її.
3.14. Категорично заборонено виходити на проїжджу частину без вказівки класного кепівника; раптово виходити, вибігати на поїжджу частину, зокрема й на пішохідний перехід; переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом, якщо є роздільна смуга або дорога має чотири і більше смуг для руху в обох напрямках, а також у місцях із огородженням; затримуватися та зупинятися на проїжджій частині, якщо це не пов’язано з забезпеченням безпеки дорожнього руху.
3.15. Перебуваючи в автомобільному транспорті, категорично заборонено під час руху відвертати увагу водія від керування транспортним засобом та заважати йому в цьому; відчиняти двері транспортного засобу, не переконавшись, що він зупинився біля тротуару, посадкового майданчика, краю проїжджої частини, на узбіччі; перешкоджати зачиненню дверей та використовувати для їзди підніжки, виступи транспортних засобів; пересуватися по салону автотранспорту під час його руху, висовуватись у вікна чи люки, викидати сміття у вікна, люки.

4. Вимоги безпеки після завершення групових перевезень, навчальних екскурсій, пішохідного групового руху учнів.

4.1. Вишикуватися для остаточної перевірки наявності учнів при по до зазначеного місця.
4.2. Заборонено без дозволу класного керівника залишати групу, добираючись додому.
4.3. Рух додому здійснювати за маршрутом, дотримуючись правил дорожнього руху.

5. ***Вимоги безпеки життєдіяльності учнів в аварійних ситуаціях, скоєння ДТП.***

5.1. У разі виникнення аварійної ситуації слід негайно повідомити класного керівника.
5.2. У разі скоєння ДТП на дорозі, свідком або учасником якої ви стали, потрібно:
· негайно повідомити класного керівника;
· за телефонним або мобільним зв'язком повідомити в службу екстреної допомоги, якщо цього не може зробити вихователь або наставник класу (102 – міліція, 103 – швидка медична допомога);
· якщо ДТП трапилося на дорозі, слід перемістится в безпечне місце і чекати на вказівку вихователя або наставника класу;
· якщо ДТП трапилося під час переїзду у транспорті, потрібно на місці, не панікувати, не метушитися, а чітко виконувати вказівку дорослих.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126 від 29.08.2023 р.

ІНСТРУКЦІЯ № 12
з безпеки життєдіяльності учнів 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 освітнього 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.
2.2. Перед проведенням масових заходів на базі інших навчальних закладів та установ визначити дату, час, місце проведення, схему маршруту добирання до зазначеної установи або закладу.
2.3. Повторити правила дорожнього руху та правила поведінки в громадському транспорті, громадських місцях.
2.3. Повторити правила безпеки життєдіяльності та план евакуації у разі надзвичайної ситуації під час проведення масових заходів з учнями на базі інших установ та закладів.
3. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час перебування у громадських місцях, проведенні масових заходів на базі інших навчальних закладів та установ.

3.1. Слід прибути за 15 хв. до початку заходу і повідомити класного керівника про свою присутність. Якщо з якоїсь причини ви не можете бути на заході, потрібно завчасно попередити телефонним зв'язком причину своєї відсутності.
3.2. 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.
3.3. Під час проведення масових заходів в інших установах та закладах потрібно перебувати в зазначеному класним керівником місці, пересуватися приміщенням, територією без дозволу класного керівника заборонено.
3.4. 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.
3.5. Після завершення масового заходу залишити своє місце і вийти з приміщення тільки за вказівкою класного керівника.
3.6. Заборонено вибігати, штовхатися під час виходу з приміщення, у якому відбувався захід, створювати травмонебезпечні ситуації.
3.7. Категорично заборонено словами, діями чи агресивною поведінкою під час заходу провокувати інших учасників, це може призвести до бійки, правопорушень.
3.8. Чітко виконувати вказівки та розпорядження вихователя, наставника класу. Без його дозволу не можна заходити або виходити з приміщення, території, на якій відбувається захід.
3.9. 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.
3.10. 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.
3.11. Бути постійно в полі зору класного керівнка, 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 напирати 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.
3.12. 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 вогненебезпечні 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. Уразі виявлення обірваних проводів, неізольованої проводки, іскріння проводки, слід негайно повідомити вихователя, наставника класу, чергових заходу.

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

4.1. Повідомити класного керівника, якщо ви залишаєте захід.
4.2. Якщо захід завершується пізно, або на світанку (випускний вечір, новорічна дискотека), обов'язкова наявність батьків, які вас зустрінуть.
4.3. Після добирання додому слід обов'язково зателефонувати класного керівника й повідомити, що з вами все гаразд.

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

5.1. У разі виникнення аварійної ситуації слід негайно повідомити вихователя або наставника класу.
5.2. Чітко виконувати вказівки класного керівника, не панікувати, не метушитися; нікуди не йти від керівника, бути поблизу.
5.3. 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.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126 від 29.08.2023 р.

ІНСТРУКЦІЯ №13
з безпеки життєдіяльності учнів під час туристично-екскурсійних, групових перевезень на транспорті

1. ***Загальні положення.***

1.1. Інструкція з безпеки життєдіяльності учнів під час туристично-екскурсійних, групових перевезень автомобільним транспортом поширюється на всіх учасників освітнього процесу під час проведення туристично-екскурсійних, групових перевезень учнів автомобільним транспортом.
1.2. Інструкцію розроблено на основі Постанови Кабінету Міністрів України «Про правила надання послуг пасажирам автомобільним транспортом» від 29.012003 № 141.
1.3. Безпечні умови перевезень учнів автомобільним та залізничним транспортом забезпечують транспортні організації, що несуть повну відповідальність за технічний стан транспорту, його експлуатацію та закріплення дисциплінованих та висококваліфікованих водіїв, які мають стаж керування транспортним засобом понад 3 роки.
1.4. Перевезення організованих груп дітей здійснюється на підставі договору разового перевезення (що укладається не пізніше ніж за 48 год. до виконання перевезення) або довгострокового договору.
1.5. Перевезення організованих груп дітей виконується тільки у світлу пору доби і за сприятливих погодних умов.
1.6. Візуальна інформація на автобусі наноситься на попередньому трафареті надписом червоною фарбою «На замовлення», попереду і позаду автобуса – розпізнавальний знак «Діти».

1.7. Максимальна кількість дітей при перевезенні автобусом не повинна перевищувати кількості місць для сидіння.
1.8. У салоні автобуса повинна бути інформація, що містить позначення місць розташування аварійних виходів із зазначенням способу їх відкриття, вогнегасника, аптечки та кнопки екстреної зупинки.
1.9. Перевезення організованих груп дітей колоною з п’яти і більше автобусів узгоджується замовником з органами Державтоінспекції.
1.10. Допущені до екскурсії учні не повинні мати при собі предметів та речовин, що можуть створити небезпеку під час перевезення.
1.11. Всі учасники навчально-виховного процесу повинні знати правила надання першої (долікарської) допомоги при характерних ушкодженнях, мати необхідні знання і навички користуванням медикаментами.

2. *Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час туристично-екскурсійних перевезень автобусами.*

2.1. Перед туристично-екскурсійними, груповими поїздками автомобільним транспортом чітко визначити маршрут поїздки, дату вибуття та прибуття, час посадки та висадки в автобусі, назви зазначених зупинок.
2.2. Повторити правила дорожнього руху та правила перебування дітей в автомобільному транспорті.
2.3. Чітко виконувати вимоги класного керівника або керівника екскурсійної групи.
2.4. Починати посадку, висадку в автомобільному транспорті тільки за вказівкою керівника групи. Самостійне пересування в автобусі без дозволу дорослих заборонене.
2.5. Перевірити наявність у водія аптечки, вогнегасника та перших засобів допомоги при створенні надзвичайної ситуації.
2.6. Керівник групи повинен мати із собою похідну аптечку.
2.7. Перевозити дітей на відкритих вантажних автомобілях заборонено.
2.8. Керівник групи повинен провести бесіду з дітьми, ознайомити їх із правилами поведінки та правилами безпеки життєдіяльності під час поїздки автобусом, із відповідним оформленням запису в «Журналі інструктажів».
2.9. Перед початком руху автобуса керівник групи повинен перевірити наявність дітей на місцях згідно зі списком.
2.10. Заборонено залишати ручну поклажу та власні речі без догляду. У разі виявлення пропажі речей слід негайно сповістити вихователя, наставника чи керівника групи.
2.11. Перед посадкою в автобус слід прибути на місце призначення за 15 хв. і відмітити свою присутність у керівника групи.
2.12. Якщо ви за певних причин не встигаєте на час призначення керівнику групи і завчасно попередьте про своє запізнення (відсутність).
2.13. Попередньо визначте своє місце в автобусі і при посадці спокійно його займайте. При посадці та висадці заборонено штовхатися, стрибати на сходинках, бігти на вільні місця в салоні автобусу.
2.14. Якщо у вас завеликий багаж, перед посадкою в автобус його слід залишити у відведеному багажному відділенні автобусу.
2.15. Перед початком руху автобуса озвучте свою присутність під час переклички керівнику групи.
2.16. Заборонено пересуватися під час руху по автобусу без дозволу педагога-вихователя або наставника класу, керівника групи, виходити під час зупинки автобуса, висовуватися з вікон, викидати з них сміття та речі.
2.17. Якщо ви погано почуваєтеся, негайно повідомте про це педагога-вихователя або наставника класу, керівника групи. У жодному разі не вживайте самостійно ніяких медичних препаратів. Усі медичні препарати повинні бути в керівника групи.
2.18. Підчас поїздки не можна голосно розмовляти, кричати, стрибати, бігати, вмикати радіо, музичні приймачі, мобільні телефони – це може ВІДВОЛІКАТИ водія.

2.19. Поводити себе під час поїздки слід чинно: не залишати після себе жодного сміття. Заборонено жувати жуйки та лускати насіння. Уникати травмонебезпечних ситуацій, не заважати іншим пасажирам.
2.20. Якщо під час поїздки відбулася організована зупинка, далеко від автобуса не відходити. Уважно слухати вказівки педагога-вихователя або наставника класу, керівника групи. Після зупинки відмітити себе під час перевірки. Якщо ви побачили, що поряд відсутній ваш сусід за місцем, слід негайно повідомити про це керівника групи.
2.21. При використанні громадського транспорту посадки в нього здійснювати групами під керівництвом керівника групи через задні двері: спочатку заходять учні, а потім – керівник групи. В такому ж порядку здійснюється й висадка дітей через передні двері.
2.22. Здійснювати посадку і висадку в автобус тільки після зупинки транспортного засобу, на посадковому майданчику, а у разі його відсутності – з боку тротуару або узбіччя.
2.23. Проходити до і від транспортного засобу організованою групою тільки тротуарами чи пішохідними доріжками, а за їх відсутності – краєм проїжджої частини дороги і тільки у світлу пору доби.
2.24. Приймання їжі в дорозі організовується для всіх учнів у певний час, встановлений керівником групи за розпорядком дня. Заборонено брати в дорогу продукти, що швидко псуються (варені ковбаси, січені м’ясні страви, заправлені майонезом салати тощо).
2.25. Під час поїздки на автомобільному транспорті всі мають дотримуватися правил санітарно-гігієнічної, санітарно-протиепідемічної та пожежної безпеки. Всім учасникам екскурсійно-туристичної, групової поїздки на автомобільному транспорті заборонено мати при собі колючо-ріжучі, вогненебезпечні та інші предмети чи речовини, що можуть створити небезпеку під час перевезення.
2.26. Після приїзду на пункт призначення першими за вказівкою педагога-вихователя або наставника класу, керівника групи залишають автобус ті, хто сиділи на задніх місцях. Потім виходять ті, хто сиділи на передніх місцях. Хлопці подають руку дівчатам, допомагаючи їм вийти. Не можна штовхатися чи поспішати. Також слід уважно оглянути своє місце – чи не забули ви якісь речі.
2.27. Після висадки потрібно вишикуватися біля автобуса. Без вказівки педагога-вихователя, наставника класу, керівника групи дорогу не переходити, нікуди не відходити, зазначити свою присутність під час переклички керівника за списком.
2.28. На місце призначення йти разом із керівником групи, рух у колоні здійснювати чітко та організовано. При переході автодороги дочекатися, коли керівник групи або наставник класу перекриють рух машин та подадуть команду.

3*. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів після закінчення туристично-екскурсійних, групових перевезень автобусами.*

3.1. Вишикуватися для остаточної перевірки наявності учнів при поверненні до зазначеного місця.
3.2. Заборонено без дозволу педагога-організатора або наставника, керівника групи залишати групу, добираючись додому.
3.3. Рух додому здійснювати за обговореним маршрутом, дотримуючись правил дорожнього руху.

4. *Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях.*

4.1. У разі виникнення аварійної ситуації слід негайно повідомити педагога-вихователя або наставника класу, керівника групи.
4.2. У разі скоєння ДТП на дорозі, свідком або учасником якого ви стали:
· слід негайно повідомити класного керівника, керівника групи;
· за телефонним (або мобільним зв’язком) повідомити в службу екстреної допомоги, якщо цього не може зробити педагог-вихователь або наставник класу, керівник групи;
· якщо ДТП сталося на дорозі, перемістити в безпечне місце і чекати на вказівки педагога-вихователя, наставника класу, керівника групи або дорослих;
· якщо ДТП сталося під час перебування у транспорті, слід залишатися на місці, не панікувати, не метушитися, а чітко виконувати вказівки дорослих.

4.3. У разі несприятливих погодних і дорожніх умов, виникнення технічних несправностей, що загрожують безпеці руху, а також при погіршенні здоров'я водіїв необхідно припинити рух і повідомити про це автопідприємство за місцем роботи водіїв. Підприємство вживає заходів щодо заміни автобуса чи водія, щоб забезпечити перевезення дітей до пункту призначення.
4.4. У разі отримання учнем травми, надати першу медичну допомогу, а при потребі – викликати швидку допомогу або самому доставити потерпілого у лікарню.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126 від 29.08.2023 р.

ІНСТРУКЦІЯ № 14
з безпеки життєдіяльності учнів під час туристично-екскурсійних, групових перевезень на залізничному транспорті

1. ***Загальні положення.***
1.1. Інструкція з безпеки життєдіяльності учнів під час туристично-екскурсійних перевезень на залізничному транспорті поширюється на всіх учасників освітнього процесу під час проведення туристично-екскурсійних перевезень на залізничному транспорті.
1.2. Інструкцію розроблено на основі Постанови Кабінету Міністрів України «Про правила поведінки громадян на залізничному транспорті» від 10.11.95 № 903.
1.3. Всі учасники освітнього процесу повинні знати пра надання першої (долікарської) допомоги при характерних ушкодженнях, мати необхідні знання і навички користуванням медикаментами.
2. ***Вимоги безпеки учнів під час туристично-екскурсійних перевезень залізничним транспорті.***
2.1. Перед туристично-екскурсійними поїздками залізничним транспортом чітко визначити маршрут поїздки, дату вибуття та прибуття, час поїздки та висадки в потязі.
2.2. Повторити правила дорожнього руху та правила перебування дітей на вокзалі, біля залізничної колії і в потязі.
2.3. Чітко виконувати вимоги керівника екскурсії групи.
2.4. Починати посадку в вагон потягу тільки за вказівкою керівника групи.
2.5. Самостійне пересування по платформі, вокзалу, вагону в потязі без дозволу дорослих заборонене.

2.6. Для проходу до поїзда або виходу до вокзалу користуватися тільки призначеними для цього пішохідними мостами, тунелями чи переходами.
2.7. Заборонено пошкоджувати колії, споруди та обладнання залізниці, а також вчиняти інші дії, що можуть порушити розклад чи безпеку руху на залізниці.

3 Вимоги безпеки під час проведення туристично-екскурсійних перевезень учнів залізничним транспортом.

3.1. Перед посадкою в потяг слід прибути на місце призначання за 20 хв, відмітити свою присутність у керівника групи.
3.2. Якщо ви за певних причин не встигаєте на час призначення, зателефонуйте керівнику групи й завчасно повідомте про своє запізнення (відсутність).
3.3. Попередньо визначте своє місце в вагоні і при посадці спокійно його займайте.
3.4. На території вокзалу та в потязі всі повинні дотримуватися правил санітарно-гігієнічної, санітарно-протиепідемічної та пожежної безпеки.
3.5. На платформах та в приміщеннях вокзалу заборонено: смітити, пошкоджувати чи забруднювати майно залізниці, розпивати спиртні напої, курити; захаращувати зали, вестибюль вокзалу, проходити в залах чекання та платформах із власною ручною поклажею, залишати особисті речі без нагляду.
3.6. Заборонено підходити ближче ніж на 0,5 м до краю платформи після оголошення про подачу чи прибуття поїзда до його зупинки.
3.7. Перед початком руху поїзда слід визначити свою присутність під час переклички керівнику групи.
3.8. Заборонено пересування під час руху по вагону без дозволу керівника групи.
3.9. Ручна поклажа розміщується: у пасажирів, які займають нижні місця, – в скринях під сидінням; у пасажирів, які займають верхні місця, – на третіх полицях вагонів.
3.10. Заборонено перебувати на підніжках, перехідних майданчиках, у тамбурах потягу, заходити і виходити з вагону до зупинки поїзда; самовільно користуватися стоп-краном. У разі виникнення непередбачених аварійних обставин слід негайно повідомити керівника групи. Заборонено використовувати стіл купе для підіймання на другу полицю.
3.11. Заборонено курити, застосовувати відкритий вогонь, розпивати спиртні напої;смітити в купе, коридорах вагона, викидати через вікно сміття та інші предмети; забруднювати вагон, пошкоджувати внутрішнє вагонне обладнання, постіль речі; залишати ручну поклажу та власні речі без нагляду. У разі виявлення пропажі речей слід негайно сповістити керівника групи.
3.12. У разі погіршення здоров’я потрібно повідомити про це керівника групи.
3.13. Під час поїздки слід поводитися чинно, голосно не розмовляти, не кричати, не стрибати, не бігати, уникати травмонебезпечних ситуацій, не заважати іншим пасажирам.

4. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів після завершення туристично-екскурсійних перевезень залізничним транспортом.

4.1. Після висадки вишикуватися біля вагону на платформі за 0,5 м від колії, без вказівки дорослих рух не починати.
4.2. Вишикуватися для остаточної перевірки наявності учнів при поверненні до зазначеного місця.
4.3. Заборонено без дозволу керівника групи залишати групу, добираючись додому.
4.4. Рух додому здійснювати за обговореним маршрутом, дотримуючись правил дорожнього руху.

5. ***Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях.***

5.1. У разі виникнення аварійної ситуації слід негайно повідомити дорослих керівників групи.
5.2. Якщо аварія сталася під час перебування в вагоні, слід залишатися на місці, не панікувати й не метушитися, а чітко виконувати вказівки дорослих.
5.3. За телефонним (мобільним) зв’язком повідомити про те, що сталося, якщо цього не можуть зробити дорослі.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126 від 29.08.2023 р.

ІНСТРУКЦІЯ № 15
з безпеки життєдіяльності учнів 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) (кроси, змагання, естафети тощо) поширюється на всіх учасників освітнього 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 освітнього 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. 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.

2.2. 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.

2.3. 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.
2.4. Спортивно-масові заходи повинні забезпечуватись Медичним обслуговуванням (медичною сестрою, лікарем).
2.5. 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.
2.6. Самостійне пересування учнів по приміщенню або території, на якій відбувається спортивно-масовий захід, категорично заборонене.
2.7. Вхід та вихід із території, приміщення, де відбувається спортивно-масовий захід, слід здійснювати тільки за вказівкою дорослих.
2.8. Заборонено брати з собою вогненебезпечні предмети, що можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, бенгальські вогні, феєрверки, цигарки, легкозаймисті речовини, вогнезаймисту рідину тощо).
2.9. 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.
2.10. Під час прийому їжі слід дотримуватися санітарно-гігієнічних норм, мати засоби особистої гігієни (серветки, мило тощо).
2.11. Керівник команди учнів повинен мати з собою похідну аптечну.

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

3.1. Чітко дотримуватися вимог техніки безпеки, безпеки життєдіяльності учнів під час участі у спортивно-масових заходах; виконувати вправи змагань тільки за вказівкою дорослих, прослухавши інструктаж.
3.2. Брати участь у спортивно-масових заходах разом із учителем фізкультури чи його заступником.
3.3. 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).
3.4. Взуття має бути спортивне, з гумовою підошвою.
3.5. У місцях стрибків необхідно мають бути гімнастичні мати.
3.6. Не виконувати вправи на приладах без страхування.
3.7. Не стояти біля гімнастичних, спортивних приладів під час виконання вправ іншими учнями.
3.8. При виконанні вправ поточним методом слідкувати за інтервалом.
3.9. При виконанні стрибків приземлення має бути м’яким із поступовим присіданням.
3.10. Не виконувати вправи, маючи вологі долоні.
3.11. Після занять потрібно помити руки з милом.
3.12. 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.
3.13. 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.
3.14. 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.
3.15. Категорично заборонено під час спортивно-масових змагань провокувати інших словами, жестами, агресивною поведінкою, що можуть призвести до травмування, правопорушень.
3.16. Бути уважним до своїх особистих цінних речей (телефонів, грошей, годинників, прикрас тощо). Не залишати їх без нагляду, не передавати іншим для запобігання правопорушень.
3.17. 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.
3.18. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів після закінчення спортивно-масових заходів на базі навчального закладу та інших закладів освіти.
3.19. Вишикуватися для остаточної перевірки наявності учнів після завершення спортивно-масового заходу.
3.20. Кожному учневі після спортивно-масового заходу необхідно ретельно вимити руки та обличчя з милом.
3.21. Заборонено без дозволу вчителя фізкультури, керівника залишати команду, добираючись додому.
3.22. Рух додому здійснювати за обговореним маршрутом, дотримуючись правил дорожнього руху.

4. ***Вимоги безпеки життєдіяльності учнів в аварійних ситуаціях.***

4.1. У разі появи в учня больових відчуттів, при поганому самопочутті слід припинити заняття і сповістити про це вчителя фізкультури, керівника.
4.2. 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.
4.3. 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.
4.4. 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.
4.5. Уникати під час евакуації натовпу, не захаращувати проходи, у жодному разі не ховатися у кутки, під сходи, у шафи тощо – це може заважати рятівникам надати вам допомогу.

Затверджено
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126 від 29.08.2023 р.

ІНСТРУКЦІЯ № 16
з безпеки життєдіяльності учнів під час навчальних екскурсій, походів, туристично-краєзнавчих заходів, організованого відпочинку в лісі, прибережній зоні тощо

1. ***Загальні положення.***

1.1. Інструкція з безпеки життєдіяльності учнів під час навчально-тематичної екскурсії, походів, туристично-краєзнавчих заходів, організованого відпочинку в лісі, прибережній зоні тощо поширюється на всіх учасників освітнього процесу.

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

1.3. Всі учасники освітнього процесу повинні знати правила надання першої медичної допомоги.

2. ***Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час навчально-тематичної екскурсії, походів, туристично-краєзнавчих заходів, організованого відпочинку в лісі, прибережній зоні тощо.***

2.1. Визначити час, дату, місце збору перед виїздом на навчально-виховну екскурсію, похід, захід, відпочинок. Визначити перед навчально-виховною екскурсією, походом, заходом, відпочинком також час, дату повернення, місце, у якому батьки повинні зустріти учасника екскурсії, походу, заходу, відпочинку.

2.2. Якщо ви не встигаєте на призначений час виїзду чи за поважних причин не будете учасником поїздки, слід завчасно повідомити керівника групи про свою відсутність,

запізнення. На учня, який буде відсутній, повинна бути надана заява від батьків на ім’я директора з указаною причиною відсутності.
2.3. Перед навчальною екскурсією, походом, туристично-краєзнавчим заходом, організованим відпочинком, учнів слід ознайомити із загальною характеристикою об’єкта відвідування, маршрутом, правилами безпеки, яких необхідно.
2.4. Дотримуватися під час проведення екскурсії, походу, заходу, відпочинку.
2.5. Вирушаючи на екскурсію, похід, туристично-краєзнавчий захід, організований відпочинок, керівник групи повинен мати при собі дорожню аптечку першої допомоги.
2.6. Допускаються до екскурсії, походу, туристично-краєзнавчого заходу, організованого відпочинку учні, які не мають медичних протипоказань. Під час виїзду за межі області, міста список учнів повинен бути завірений лікарем про допуск до поїздки. Якщо учні виїжджають на організований відпочинок, до списку учасників поїздки додатково додається довідка із санепідемстанції на визначення захворювання учнів інфекційними хворобами, педикульозу. Обов’язкова наявність ксерокопій карт щеплення кожного учасника.
2.7. Категорично заборонено учням, виїжджаючи на екскурсію, похід, туристично-краєзнавчий захід, брати з собою гострі й ріжучі предмети, що можуть призвести до травмування, а також вогненебезпечні предмети, що можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, бенгальські вогні, вогнезаймисту рідину тощо).
2.8. Допущені до екскурсії, походу, туристично-краєзнавчого заходу, організованого відпочинку учні повинні бути відповідно одягнені, взуття має бути зручним, без високих підборів. У весняно-літній період усі учасники повинні мати головні убори.
2.9. Якщо поїздка на екскурсію, похід, туристично-краєзнавчий захід буде довготривала, всі учасники повинні мати запас води (мінеральна, негазована) та запас харчових продуктів (овочі, фрукти – вимиті й ошпарені, сухе печиво, зварені на круто яйця, копчена ковбаса). Категорично заборонено вживати зафарбовані напої, варену ковбасу, молочнокислі продукти, салати з майонезом, смажене м’ясо тощо, що може призвести до отруєння.
2.10. Категорично заборонено учасникам екскурсії, походу, туристично-краєзнавчого заходу, організованого відпочинку брати з собою і вживати будь-які медичні препарати. За потребою, вживати ліки можна тільки з дозволу супроводжуючого медичного працівника, вихователя, керівника групи.
2.11. Не рекомендовано брати з собою на екскурсію, похід, туристично-краєзнавчий захід, відпочинок дорогоцінні речі: апаратуру, золоті прикраси, мобільні телефони, фотоапарати, відеокамери тощо, щоб запобігти втраті, попередити правопорушення.
2.12. Всі учасники екскурсії, походу, туристично-краєзнавчого заходу, організованого відпочинку повинні мати при собі засоби гігієни (мило, серветки, туалетний папір, рушник, за потребою – шампунь тощо); дотримуватися санітарно-гігієнічних норм.
3. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час навчально-тематичної екскурсії, походів, туристично-краєзнавчих заходів, організованого відпочинку в лісі, прибережній зоні тощо.
3.1. Під час навчально-тематичної екскурсії, походів, туристично-краєзнавчих заходів, організованого відпочинку в лісі, прибережній зоні тощо чітко дотримуватися вимог безпеки життєдіяльності.
3.2. Постійно бути в полі зору вихователя, керівника групи, без дозволу не відлучатися від групи.
3.3. Упродовж навчально-тематичної екскурсії, походу, туристично-краєзнавчих заходів, організованого відпочинку в лісі, прибережній зоні уважно слухати матеріал, поданий екскурсоводом, тренером, керівником, щоб виконати групову, або індивідуальну форму роботи та звітувати після закінчення екскурсії, походу, туристично-краєзнавчого заходу, організованого відпочинку практично здобутим матеріалом.
3.4. Чітко дотримуватися вимог питного й харчового режиму. Заборонено пити воду з відкритих водойм, з-під кранів у приміщенні, з однієї пляшки; вживати в їжу чіпси, консерви, нарізки, їжу швидкого приготування (бюргери, хот-доги, чебуреки, лаваші, хачапурі тощо), варену ковбасу д ля запобігання отруєння.

3.5. Не можна знімати взуття й ходити босоніж, окрім розчищеного пляжу під час відпочинку на прибережній зоні та з дозволу керівника групи.
3.6. Дотримуватися санітарно-гігієнічних норм: мити руки перед уживанням їжі, до й після відвідування туалетної кімнати для запобігання кишкових захворювань.
3.7. Під час навчально-тематичної екскурсії, походу, туристично-краєзнавчого заходу, організованого відпочинку поводитися пристойно, не кричати, не свистіти, не бігати, не метушитися, не штовхатися. Заборонено провокувати інших словами, жестами, діями агресивною поведінкою, що може призвести до бійки та правопорушень.
3.8. У разі відвідування атракціонів, дитячих, спортивних майданчиків переконатися, що прилади справні. Приступати до виконання вправ або катання на атракціоні тільки після інструктажу, проведеного керівником групи.
3.9. Категорично заборонено підходити до обірваних проводів, проводки, яка іскрить, щитових, що може призвести до удару електрострумом. У разі виявлення даних фактів негайно повідомити керівника групи.
3.10. Проходячи маршрут навчальної екскурсії, походу, туристично-краєзнавчого заходу, під час організованого відпочинку, бути обережним: не підходити до люків, ям, огороджень; обходити будівельні майданчики, напівзруйновані будівлі, скляні перекриття, висохлі дерева, щоб уникнути падіння, обвалу, травмування.
3.11. Категорично заборонено контактувати з незнайомцями, передавати їм свої речі, щоб уникнути насилля над дітьми, скоєння злочину. Слід одразу звертатися до керівника групи.
3.12. Заборонено контактувати з тваринами, комахами, землеводними, щоб уникнути укусів та попередити захворювання на сказ, лишай, отруєння.
3.13. Під час туристично-краєзнавчих заходів, походів, відпочинку в лісі, прибережній зоні не можна вживати рослини, гриби, ягоди для запобігання отруєння.
3.14. Під час туристично-краєзнавчих заходів розпалювати багаття слід тільки під наглядом керівника і після проведеного з учнем інструктажу щодо розпалювання багаття та його гасіння. Категорично заборонено залишати не загашене багаття. В інших випадках розпалювати багаття забо, щоб уникнути пожеж та опіків учнів.
3.15. Під час організованого відпочинку в прибережній зоні чітко дотримуватися правил безпеки життєдіяльності: купатися в воді, огородженій сигнальними позначками в кількості до 8 осіб і не більш ніж 10 хв. Під час купання учнів у воді повинен бути керівник, інструктор із плавання. Купання розпочинати тільки за командою і після прослуханого інструктажу та роз'яснювальної бесіди. Категорично заборонене неорганізоване купання і плавання, самовільні стрибки у воду і пірнання; штовхати один одного у воду, сидіння один на одному, хапання за руки й ноги, влаштовування хаотичних ігор, крик «на допомогу» тощо. Всі прагнення самостійного плавання дітьми слід виконувати в сторону берега (тобто з їлибокого місця на мілке). Не зловживати сонцем. Тривале перебування під прямим сонячним промінням із непокритою головою може спричинити сонячний удар. У спеку, після виходу з води слід відпочити в затінку. Дотримуватися правил щодо попередження застудних захворювань: не заходити у воду після довгого перебування на сонці, перебувати у воді без активних рухів. Місця для купання в річках слід вибирати вище від місця спуску викидів, ділянок, що використовуються для прання та полоскання білизни, стійбищ і водопою худоби, купання тварин. Категорично заборонене купання у водоймах поблизу гідротехнічних споруд, запруд, шлюзів і дамб, у межах першого поясу зони санітарної охорони, джерел господарчо-життєвого водопостачання. Глибина місця для купання при швидкості течії до 0,3 м/с не повинна перевищувати 1-2 м.
3.16. При поганому самопочутті, пошкодженнях, запамороченнях, болях у ділянці серця, печінки, шлунково-кишкових розладах слід негайно звернутися до керівника.
3.17. Під час участі учнів у походах, туристично-краєзнавчих заходах, організованого відпочинку слід виконувати вправи та завдання, приступати до виконання конкурсних випробувань тільки після прослуханого інструктажу, роз'яснювальної бесіди.

4. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів після навчальної екскурсії, походів, туристично-краєзнавчих заходів, організованого відпочинку в лісі, прибережній зоні тощо.

4.1. Після завершення навчальної екскурсії, походів, туристично-краєзнавчих заходів, організованого відпочинку в лісі, прибережній зоні вишикуватися для остаточного обліку.

4.2. Звітувати керівнику групи про те, що ви йдете за наявності батьків.

4.3. Після добирання додому слід повідомити за телефонним зв'язком керівника групи, що з вами все гаразд.

5. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів в аварійних ситуаціях.

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

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

5.3. У разі надзвичайної ситуації в лісі (якщо ви заблукали), на воді, використовуйте знання, отримані на уроках основ здоров'я, географії, біології тощо, правила першої долікарської допомоги при ушкодженнях, проведенні вентиляції легенів, штучного дихання.

5.4. Якщо ситуація вийшла з-під контролю дорослих, зателефонуйте в служби екстреної допомоги за номерами:

101 – пожежна охорона;

102 – міліція;

103 – швидка медична допомога;

104 – газова служба;

коротко опишіть ситуацію, назвіть адресу, місце, де відбулася надзвичайна ситуація, своє прізвище, ім'я, номер свого телефону. За змогою залиште територію аварійної небезпеки.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126 від 29.08.2023 р.

ІНСТРУКЦІЯ № 17
з безпеки життєдіяльності учнів 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 освітнього 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.

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

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

2.1. 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 вихователя класу, наставника за телефонним зв'язком про своє запізнення або відсутність. Відсутність на трудовому заході має бути підкріплена заявою від батьків на ім'я директора.

2.2. 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.

2.3. До виконання трудового заходу допускаються учні, які не мають протипоказань щодо стану здоров'я. Якщо ви погано почуваєтеся, слід негайно звернутися до класного керівника й не приступати до заданих видів роботи.
2.4. 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 – поліетиленовий пакет для сміття.
2.5. У класного керівника має бути аптечка з набором медикаментів, перев'язувальних засобів для надання першої долікарської допомоги у разі травм або пошкоджень.
2.6. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час виконання трудових заходів на території навчального закладу та поза нею.
2.7. Чітко дотримуватися вимог безпеки життєдіяльності учнів під час виконання трудового заходу, бути постійно в полі зору вихователя, наставника класу. Без дозволу нікуди не йти.
2.8. Виконувати тільки призначений класним керівником фронт робіт.
2.9. Приступати до виконання роботи тільки після прослуханого інструктажу, проведеного класним керівником.
2.10. При поганому самопочутті, потертостях, пошкодженнях, запамороченнях, болях у ділянці серця, печінки, шлунково-кишкових розладах терміново звертатися до класного керівника.
2.11. 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.
2.12. Бути уважним при виконанні робіт. При собі категорично заборонено мати гострі, колючо-ріжучі предмети, що можуть призвести до травм.
2.13. 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.
2.14. Переносити воду для миття меблів, підлоги у відрі, наповненому не більш ніж на три чверті об'єму.
2.15. При митті підлоги остерігатися скалок, цвяхів на підлозі. Вилучити їх, загорнути у пакет або папір і викинути у відро для сміття.
2.16. Бути обережним при прибиранні біля люків, спусків, драбин і дверей. Виконувати цю роботу тільки під наглядом вихователя, наставника класу, попередньо прослухавши інструктаж.
2.17. Перш ніж пересувати столи, шафи та інший інвентар і меблі, перевірити і прибрати з їх поверхні предмети, що можуть упасти.
2.18. Категорично заборонено учням проводити роботу на висоті (мити вікна, витирати стіни, вішати штори, витирати пил на меблях).
2.19. Не класти ганчірки або інші предмети на обладнання, електроприлади, апарати.
2.20. Категорично заборонене 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 вихователя, наставника класу, адміністрацію. Під час прибирання в кабінетах, приміщеннях навчального закладу, побутові електроприлади, світильники, комп'ютери, апаратура повинні бути вимкненні від живлення електрострумом.
2.21. 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.
2.22. Працювати спокійно. Не провокувати інших словами, діями, агресивною поведінкою, що можуть призвести до бійки, правопорушень.

2.23. Якщо учні працюють із шкільним інвентарем, або інвентарем іншої установи, вони повинні його здати після трудового заходу класному керівнику неушкодженим. У разі пошкодження інвентарю батьки учня повинні будуть придбати новий інвентар.
2.24. При прибиранні території навчального закладу або поза нею, під час прибирання проїжджої частини, не виходити на дорогу самостійно. Класний керівник повинен виставити на дорозі попереджувальні знаки, чергових із червоними прапорцями, а діти мати в спецодязі спеціалізовані червоно-помаранчеві жилети.
2.25. Категорично заборонено під час трудового заходу кидатися сміттям, ганчірками, камінням тощо – це може призвести до травмування й правопорушень.
2.26. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів після виконання трудових заходів на території навчального закладу та поза нею.
2.27. Вишикуватися для останньої перевірки учнів для обліку після завершення трудового заходу.
2.28. Здати отриманий інвентар классному керівнику.
2.29. Категорично заборонено йти додому без дозволу класного керівника.
2.30. Повернення додому здійснювати за попередньо оговореним маршрутом, дотримуючись правил дорожнього руху.
2.31. Кожному учневі після закінчення трудового заходу необхідно ретельно вимити руки та обличчя з милом.

3. ***Вимоги безпеки життєдіяльності учнів в аварійних ситуаціях.***

3.1. У разі виникнення аварійної ситуації негайно повідомити класного керівника.
3.2. Не панікувати, не метушитися, чітко виконувати вказівки дорослих, рухаючись до аварійних виходів, місця евакуації, нікуди не йти від класного керівника.
3.3. Після евакуації зазначити свою присутність для обліку, не залишати місце роботи без дозволу класного керівника.
3.4. 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,
вказуючи своє прізвище, ім’я, номер свого телефону та коротко описавши ситуацію, що склалася.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126 від 29.08.2023 р.

ІНСТРУКЦІЯ № 18 з безпеки життєдіяльності учнів під час тривалих святкових днів

1. ***Загальні положення.***

1.1. Інструкція з безпеки учнів під час святкових днів (Великдень, травневі свята тощо) поширюється на всіх учасників освітнього 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», 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.

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

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

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

3.1. 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 проблисковим маячком червоного або синього кольору, або спеціальним звуковим сигналом треба утриматися від переходу проїжджої частини або негайно залишити її;
· не можна вибігати на проїжджу частину, влаштовувати на ній або поблизу неї ігри, переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом або встанов місцями;
· по проїжджій дорозі на велосипеді можна рухатися тільки дітям, які досягай 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;
· не можна 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.

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

· не можна брати з собою вогненебезпечні 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;
· не можна 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), використовувати хлопушки, 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 захаращувати 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 надзвичайїюї ситуації;
· не наближатися до електроприладів, музичної апаратури, що живиться струмом. Користуватись електроприладами можна тільки в присутності батьків, сухими руками. У разі виявлення обірваних проводів, неізольованої 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;
· 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; назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описати ситуацію і залишити свій номер телефону.

4. 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;
· не 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 високовольтними 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.

5. ***Під час тривалих вихідних учні повинні виконувати правила безпеки життєдіяльності піц 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;

· 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 незнайомець 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, 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, відповідною статтею Карного 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);

· під час перебування в громадських місцях 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.

6. ***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 іі шшм 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.

7. 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: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.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126 від 29.08.2023 р.

ІНСТРУКЦІЯ № 19
з безпечної поведінки під час відпочинку біля водоймищ

1. Небезпека, що виникають під час відпочинку біля води

1.1. Під час відпочинку біля води та купання у водоймищах людина знаходиться у незвичному становищі, що може призвести до травмування чи загибелі людини.
1.2. Травмування чи загибель людини під час відпочинку біля води та купання у водоймищах настає у разі:
не виконання елементарних правил безпеки;
· порушень правил поводження при купанні;
· харчових отруєнь неякісними чи зіпсованими харчами;
· незнання правил першої медичної допомоги у разі утоплення;
· отримання теплових чи сонячних ударів.
1.3. До невиконань елементарних правил безпеки відносяться:
· необережність при відпочинку біля води на не обладнаних пляжах, що призводить до падінь з обривів ,у хащі, заглибини, ями і отриманні переломів, забиття тощо;
· ходіння по берегу водоймища без взуття, що призводить до порізів, ніг кореневищами тощо;
· не вміння користуватися ріжучими та колючими предметами, що призводить до отримання ріжучих та колючих травм кінцівок та тулуба;

· необачливого ставлення до різного природного роду загроз (блискавка, сильний вітер тощо).
1.4. До порушень правил поводження при купанні відноситься:
· стрибки з обривистих берегів;
· занурювання під воду у незнайомих водоймищах;
· купання у заростих травою водоймищах тощо.
1.5. До харчових отруєнь відносяться випадки, коли людина приймає їжу, яка довго пролежала на сонці і зіпсувалась.
1.6. Незнання правил надання першої допомоги потерпілому при утопленні призводить до втрати часу і загибелі людини.
1.7. Отримання теплових чи сонячних ударів (перегрівання) настає при ненормованому знаходженні людини на відкритому просторі під сонцем.

2. Надання першої (долікарської) допомоги

2.1. Перша (долікарська) допомога при падіннях з висоти,що переломів кінцівок та вивихів:
· фіксування кінцівок в місці перелому із застосуванням підручних матеріалів для накладання шини;
· надання протишокових заходів, вразі отриманні постраждалим шоку від болю;
· не допускання спроб вправляння зламаної кінцівок та спроб промивання ран;
· доставка потерпілого до медичної частини при отриманні вивихів:
· забезпечення нерухомості кісток в урадженому суглобі;
· накладання шини із підручних матеріалів чи фіксуючої пов'язки;
· доставка потерпілого до медичної частини при отриманні забиття;
· прикладання до місця забиття холоду (лід, сніг, проточна вода, холодна ванночка чи компрес);
· накладання тугої пов'язки;
в особливо важких випадках, доставка потерпілого до медичної частини при втраті свідомості від струсу мозку:
· прикладання до голови холоду (лід, сніг, проточна вода, холодна ванночка чи компрес);
· створення постраждалому абсолютного спокою;
· доставка потерпілого до медичної частини.

3. Перша допомога при отриманні ріжучих та колючих травм:

· вимити руки (по можливості з милом); провести дезінфекцію використовуючи спирт, горілку тощо;
· зупинити кровотечу обробити шкіру навкруги рани йодним чи спиртовим розчином;
· накласти на рану стерильну пов'язку та забинтувати.

4. Перша допомога при ураженні блискавкою:

· при втраті свідомості, зняти дію електричного струму на потерпілого, прикопуванням його землею для зняття залишкової електрики;
· при стані потерпілого в свідомості, дати йому спокій.

5. Перша допомога при отриманні рваних ран:

· вимити руки (по можливості з милом);
· провести дезінфекцію використовуючи спирт, горілку тощо;
· зупинити кровотечу;
· обробити шкіру навкруги рани йодним чи спиртовим розчином;
· накласти на рану стерильну пов'язку та забинтувати.
· не дозволяється:
· поверхні ран торкатися руками і одягом (одяг не знімають а розрізають);
· промивати рану водою і змащувати мазями;
· промивати розчинами йоду, брильянтовою зеленкою і спирту;
· виймати з рани згустки крові і сторонні тіла.

6. Перша допомога при харчових отруєннях

· покласти постраждалого і промити йому шлунок:

· дати випити 4-5 склянок кип’яченої води кімнатної температури або содового розчину (1 чайна ложка на склянку води) чи слабкого розчину перманганат калію (блідого-рожевого кольору);
· викликати блювоту, введенням до роту пальця, процедуру продовжують до настання чистих промивань;
· напоїти постраждалого прохолодним кріпким чаєм.

7. Перша допомога при утопленні:

· перша (долікарська) допомога здійснюється на місці протягом 1-5 хвилин оточуючими при виявлені постраждалого;
· найбільш результативною допомогою постраждали від путоплення є штучне дихання (з рота до рота) (з рота до носу) і закритий масаж серця, які проводяться в наступній послідовності:
· швидко вивільнити дихальні шляхи постраждалого від води;
· очистити рот та ніс від піску та сторонніх частин, використовуючи палець своєї руки, який попередньо обертають носовим платком чи чистою тканиною;
· голову постраждалого повертають в бік;
· для видалення води з верхніх дихальних шляхів постраждалого перевертають на живіт і піднявши роблять удар між лопатками;
· для видалення води із легенів та шлунку, постраждалого необхідно покласти грудною клітиною на зігнуте коліно людини, що надає допомогу і підтримуючи лоб постраждалого надавлюють між лопатками. У (блідих) путонувших вода з легенів не видаляється;
· після цього необхідно приступити до вентиляції легенів:
· постраждалого кладуть на тверду поверхню і закинути голову та розкрити щелипи;
· швидко вивільнити від одежі, що здавлює грудну клітину, шию та тулуб;
· впевнитись, що язик постраждалого не заважає диханню;
· зробивши глибоке вдихання, роблять видих до легенів постраждалого через його рот, закриваючи ніс постраждалого пальцями;
· далі надавлюють на грудну клітину постраждалого.
· такі дії виконують послідовно через кожні 2-3 секунди;

Помилки при вентиляції легенів постраждалого:

· не розігнуте положення голови постраждалого (повітря, що вдувається постраждалому надходить не до легенів, а до шлунку);
· мала кількість повітря, що вдувається (для постраждалих дітей може бути велика);
· великий час витрачений на підготовку до штучного дихання;
· не своєчасна зупинку операції по вдуванню повітря;
· недостатня сила надавлювання при закритому масажі серця.

8. Перша допомога при опіках та теплових ударах:

· створити тінь для потерпілого чи відвести (віднести) його в тінь;
· розстібнути йому одяг;
· збризнути обличчя і голову холодною водою;
· на голову та серце покласти мокру тканину;
· напоїти його холодною водою;
· забезпечити притік свіжого повітря;
- забезпечити спокій.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126 від 29.08.2023 р.

ІНСТРУКЦІЯ № 20
з безпеки життєдіяльності (правила поводження з вибухонебезпечними знахідками)

При виявленні вибухонебезпечних та вогненебезпечних предметів категорично забороняється :

1. Торкатися снарядів, мін та інших вибухонебезпечних предметів і засобів імітації, які не розірвалися.
2. Про кожен снаряд, гранату, імітаційний заряд, що не розірвався, слід доповісти у військовий комісаріат в установленому порядку.

3. Заходити (заїжджати) на території де є снаряди, міни, бомби, запали та інші вибухонебезпечні предмети. Ці ділянки мають бути позначені покажчиками і знаками з відповідними попереджувальними написами.

4. Проводити стрільбу різного виду патронами з навчальної і саморобної зброї.

5. Використовувати петарди без відповідної інструкції. Необхідно бути особливо обережним в роботі з бензином, антифризом та іншими речовинами, які легко займаються чи є отруйними речовинами.

6. Не допускати миття рук, деталей та одягу вогненебезпечними рідинами. У разі нещасного випадку слід обов'язково звернутися до медичної служби (за телефоном 103) або до дорослих.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126 від 29.08.2023 р.

ІНСТРУКЦІЯ № 21
з техніки безпеки при поводженні з газом

1. З метою попередження виникнення пожежонебезпечної ситуації необхідно правильно користуватися побутовими газовими приладами.
1.1. Користуватися газовими приладами можна тільки після того, як дорослі детально пояснять правила поводження з ними і деякий час наглядатимуть, чи правильно ви все виконуєте.
1.2. Заборонено користуватися несправними газовими приладами або використовувати їх не за призначенням.
1.3. Не можна залишати без нагляду газові прилади, що працюють, бо на випадок затухання одного з пальників в приміщення починає надходити газ, він накопичується та, змішуючись із повітрям, утворює вибухонебезпечну суміш.
1.4. Необхідно стежити, щоб рідина, що кипить, не залила вогонь пальника, а також щоб протяг не загасив полум'я.

1.5. Якщо газ потрапив у повітря приміщення, негайно слід закрутити кран подачі газу і провітрити приміщення.
1.6. Категорично заборонено сушити білизну чи волосся над плитою із запаленими пальниками.
1.7. Не можна розміщувати біля газової плити речовини, що можуть легко займатися: папір, тканини тощо.
2. Правила поведінки у разі виявлення запаху газу:
2.1. У жодному разі не використовувати сірники, запальнички та інші джерела відкритого вогню; не вмикати світло та будь-які електроприлади; не користуватися електродзвінками квартир; не використовувати телефони з дисковими номеронабирачами;
2.2. Негайно перекрити вентилі на газовому приладді й крани на плиті;
2.3. Відчинити вікно і двері, створивши протяг для провітрювання приміщення;
2.4. Викликати аварійну службу газу за телефоном —104 і залишити приміщення.
3. Порядок дій у разі вибуху газу та пожежі в приміщенні:
3.1. Негайно перекрити вентилі на газовому приладді й крани подавання газу перед ними;
3.2. Терміново повідомити аварійну службу газу за телефоном — 104;
3.3. Негайно повідомити пожежну охорону за телефоном — 101;
3.4. Якщо є постраждалі — викликати швидку медичну допомогу за телефоном — 103.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126 від 29.08.2023 р.

Інструкція № 22
Правила електробезпеки та заходи попередження електротравматизму серед дітей
Загальні положення

Електрична енергія знайшла широке використання в промисловості, сільському господарстві, транспорті, в медицині, зв'язку, мистецтві та побуті.

В домашньому господарстві все більше використовуються прилади, апарати та механізми, котрі значно полегшують працю і створюють зручності для населення. В кожному домі є освітлення, а також побутові прилади – холодильники, телевізори, радіоприймачі, магнітофони, пилососи, праски, електроплитки та інші.

В кожній школі є майстерні, лабораторії, класи та кабінети, в яких встановлюється електрообладнання.

Без електроенергії не уявляється культурне життя людини, але поряд з безцінною послугою, яку вона надає людині – електроенергія є дуже небезпечною для життя людини, якщо з нею неправильно і розважливо поводитись.

Небезпека підвищується ще тому, що на загрозу нещасного випадку на електромеханічному обладнанні органи чуття людини не реагують.

Якщо вигляд транспорту, що наближається, запах газу, частини машин, що обертаються, допомагають людині прийняти необхідні заходи обережності, то для виявлення на відстані електричного струму у людини немає спеціального органу чуття.

Електричний струм вражає раптово. Загроза дає про себе знати тільки після того, як людина попадає під вплив електричного струму.

Ігнорування правил безпеки при користуванні електричними приладами приводить до нещасних випадків.

В залежності від величини струму, часу його впливу, а також від ряду інших причин, електричний струм проходячи через тіло людини, може викликати опіки, запаморочення, втрату свідомості, судоми, припинення дихання і навіть смерть.

Пустощі дітей, незнання небезпеки від електроструму приводить до електротравмувань.

Випадки електротравматизму з дітьми бувають в основному з таких причин:

– неінформованість дітей про небезпечності електричного струму;
– незнання елементарних правил електробезпеки;
– відсутність належного нагляду за дітьми;
– пустощі дітей поблизу повітряних ліній;
– проникнення в підстанції;
– використання несправних електроприладів.

З метою запобігання нещасним випадкам від ураження електрострумом необхідно кожному учневі уявляти небезпеку дії електричного струму, твердо знати і виконувати в школі, вдома та на вулиці основні правила електробезпеки.

Основні правила електробезпеки для учнів:

1. Забороняється вилазити на опору повітряних ліній, на дахи вагонів, будівель, домів, де близько проходять електричні проводу.

2. Забороняється розбивати лампи, ізолятори, запускати паперового змія поблизу проводів, кидати проволоку та інші предмети на проводу.

3. Забороняється гратись під повітряними лініями, проникати в трансформаторні підстанції або за огорожу електричних підстанцій і трансформаторів.

4. Забороняється відкривати дверці розподільчих щитків, щитків освітлення та інших електричних пристроїв в коридорах, кабінетах, підвалах, горищах.

5. При виявленні обірваних або обвислих проводів повітряної лінії необхідно організовувати охорону місця пошкодження, попередити оточуючих про небезпеку наближення до проводів і негайно повідомити працівникам школи, ЖЕКу, підприємству або електромонтеру.

6. При виконанні робіт в лабораторіях фізики, майстернях, кабінетах інформатики, обслуговуючої праці необхідно дотримуватись вимог інструкцій з техніки безпеки та вказівок викладача, учителя.

7. Користуватись побутовими приладами і переносними світильниками напругою 220 В тільки в приміщеннях з сухими, дерев'яними струмопровідними підлогами, поодаль від металевих труб і конструкцій, що мають зв'язок із землею.

8. У ванних кімнатах, балконах, туалетах, приміщеннях з земляними залізобетонними підлогами небезпечно користуватись плитками, камінами, електрочайниками, торшерами.

9. Не можна одночасно торкатись електроприладів і яких-небудь трубопроводів, батарей опалення, металевих конструкцій, з'єднаних з землею, так як при пошкодженні ізоляції електроприладу через тіло людини пройде струм, небезпечний для життя.

10. Не можна вмикати в мережу і користуватись на відкритому повітрі пральних машин, радіоприймачів, магнітофонів, телевізорів.

11. Не дозволяється використовувати електричні проводи всіх видів, а також проволоку для сушіння білизни (особливо поряд з лінією електропередачі).

12. Не можна користуватись несправною електроарматурою (електричні розетки, вимикачі, штепсельні вилки).

13. Не можна користуватись електроприладами, світильниками без штепсельних вилок.

14. Забороняється влаштовувати освітлення, прикріплюючи електричну лампу розжарювання без електропатрона (накручувати провід на цоколь електричної лампи).

15. Не дозволяється прикріпляти електропровід до труб опалення, водопровідних, каналізаційних.

16. Не можна що-небудь вішати на електропроводку, зафарбовувати та забілювати шнури і проводу, заклеювати проводку папером, шпалерами, прикріпляти провід цвяхами.

17. Не можна користуватись електроприладом, якщо пошкоджена, оголена ізоляція електрошнура (особливо стосується праски).

18. Не допускається дотик електричних проводів з телефонними та радіопроводами, телеантенами, гілками дерев.

19. Не можна користуватись вимикачами, розетками, кнопками дзвінків з розбитими кришками.

20. Не залишайте без нагляду ввімкнені електронагрівальні прилади, не встановлюйте їх поблизу легкозаймистих рідин, речовин, предметів (штори, фіранки, столи).

21. Забороняється переставляти холодильники, пральні машини, торшери, телевізори без відключення їх від електромережі.

22. Не можна використовувати систему опалення, водопровід як заземлювач для металевих корпусів електрообладнання.

23. Не можна доторкатись до світильників, іншого електрообладнання мокрими руками.

24. Ці роботи можна проводити тільки після того, як ви впевнились, що електронапруга знята:

– заміна електроламп (вимкнути вимикач і необхідно стати на гумовий килимок або на табуретку);

– ремонт вимикачів, розеток (вимкнути рубильник, викрутити електропробки);

– ремонт, вияснення або пошук причин поломки побутового електрообладнання (холодильник, праска, світильники, магнітофони, фени, міксери та інші).

25. Смертельно небезпечно підходити ближче чим на 8-10 м до лежачого на землі обірваного проводу повітряної лінії електропередачі.

26. Якщо ви бачите порушення вимог цих правил дітьми молодшими за вас, негайно зупиніть їх, поясніть їм небезпечність їх пустощів, а при необхідності поставте до відома дорослих.

27. Забороняється замість встановлених запобіжників в лічильники електроенергії встановлювати «жучки».

Для попередження людей про небезпеку на зовнішніх частинах електроустановок прикріплюються або наносяться фарбою такі попереджуючі плакати:

“Висока напруга – небезпечно для життя” на дверях електричних підстанцій.

“Не вилазь – уб’є” – на опорах повітряних ліній електропередачі.

“Під напругою – небезпечно для життя” – на дверцятах щитків, шаф.

Ці плакати попереджують про реальну небезпеку для вашого життя.

ЗАПАМ’ЯТАЙТЕ, що не на всіх опорах, електроустановках є плакати, однак їх відсутність не означає, що електроустановки знаходяться без напруги.

З метою кращого засвоєння учнями правил з електробезпеки рекомендується в 7 та 10 класах щорічно, крім проведеного інструктажу (бесіди) проводити диктант. (Заклад

освіти може встановити інший порядок проведення диктанту). Диктант бажано проводити на уроці української мови в IV чверті.

Пам'ятка

Електричний струм НЕБЕЗПЕЧНИЙ !

Напруга, якщо ми користуємось в побуті та в навчально-виховному закладі при дії на людський організм – смертельна.

Пам'ятайте про це!

Виконуй сам і попередь рідних, близьких і знайомих про необхідність виконання правил безпеки при користуванні електроенергією.

Знай, що **ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ:**

– доторкатись проводів всякого призначення;

– прибирати обірвані проводи без захисних засобів;

– накидати на провід всякі предмети;

– робити переносні, тимчасові проводки із випадкових проводів;

– користуватися електроприладами з несправною вилкою, вимикачем або скрученим проводом з порушеною ізоляцією;

– самостійно ремонтувати електричні проводки, електроприлади;

– вставляти в електророзетки цвяхи, сірники та інші предмети;

– міняти електролампи без вимкнення вимикача;

– доторкатись одночасно до ввімкнутого електроприладу (праска, духовка, холодильник, торшер та інші) і заземлених частин (батареї опалення, водогін, каналізація та інше);

– користуватись в металічних гаражах напругою вище 36В;

– використовувати домашні електроприлади на вулиці, на східцях, балконі і сирих або таких, що мають струмопровідну підлогу приміщеннях;

– вмикати електрочайники, самовари без заповнення їх водою;

– вмикати електрокип'ятильник без занурення у воду;

– переставляти холодильники, пральні машини, телевізори без вимикання із електромережі;

– влаштовувати ігри біля трансформаторних підстанцій, електроопор, під лініями електропередач (ЛЕП) високої напруги, біля діючих насосних станцій;

– порушувати правила електробезпеки в навчально-виробничих майстернях, кабінетах фізики, інформатики.

Якщо ви будете про це пам'ятати – електрика буде вашим помічником.

Взнайте і запам'ятайте номер телефону чергового електромережі, ЖЕКу, куди потрібно звертатись у випадку всяких порушень та несправностей енергопостачання.

Надання першої допомоги потерпілому

У всіх випадках ураження людини електричним струмом необхідно викликати лікаря та повідомити керівника структурного підрозділу або дорослого працівника.

Людина, що попала під напругу через судоми, не може самостійно звільнитись від струмоведучих частин, що знаходяться під напругою. В цьому разі необхідно негайно звільнити потерпілого від дії на нього електроструму.

Для цього необхідно зняти напругу в струмопровідникових частинах до яких доторкується потерпілий.

Це роблять одним із можливих способів:

– вимикають рубильник;

– сокирою, лопатою перерубують електропровід, до якого доторкується потерпілий;

– штангою, сухою рейкою, дошкою, довгою сухою палицею відкидають електропровід;

– за сухий одяг потерпілого відтягують від місця ураження електрострумом.

Рятівник повинен в цьому разі сам дотримуватись правил техніки безпеки, які б виключали попадання під напругу: користуються індивідуальними засобами захисту (рукавиці, калоші); не допускає доторкування до тіла, взуття потерпілого. Рятівник

користується інструментом з ізольованими ручками. Якщо такого інструменту немає, або необхідно доторкнутись до тіла потерпілого, то рятівник повинен обмотати свою руку сухою ганчіркою, або використати для цього картуз, шапку, берет.

Після звільнення потерпілого від дії електроструму необхідно забезпечити йому повний покій, укласти в сухому, теплому місті і здійснити заходи для полегшення дихання: розстібнути пояс, воротник, забезпечити доступ свіжого повітря.

При втраті свідомості необхідно попередити западання язика і попадання інородних тіл в дихальні шляхи. Для цього потерпілого укладають на спину з повернутою в сторону головою. Якщо свідомість потерпілий не втратив, йому дають таблетки болевгамовуючі (амідопірин, анальгін), заспокійливе і від серця (каплі Зеленіна, настойка валеріани та ін.).

При тяжких ураженнях електричним струмом, коли зупиняється дихання і сердечна діяльність, необхідно терміново проводити штучне дихання способом “рот в рот”, “рот в ніс” та масаж серця.

Надання долікарської допомоги, за будь яких обставин, необхідно проводити до прибуття медичної швидкої допомоги.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126 від 29.08.2023 р.

Інструкція № 23
Правила безпечної поведінки на залізничному транспорті

1. ***Загальні положення***

1.1. Правила безпеки громадян на залізничному транспорті визначають вимоги щодо безпеки громадян при користуванні послугами залізничного транспорту, знаходженні на території та об'єктах залізничного транспорту.

1.2. Громадяни, які порушують Правила, несуть відповідальність згідно з чинним законодавством України.

2. ***Правила безпеки для пішоходів***

2.1. Пішоходам дозволяється переходити залізничні колії тільки у встановлених місцях (пішохідні мости, переходи, тунелі, переїзди тощо). На станціях, де немає мостів

і тунелів, громадянам належить переходити залізничні колії у місцях, обладнаних спеціальними настилами, біля яких встановлені покажчики "Перехід через колії".

2.2. Перед тим, як увійти в небезпечну зону (ступити на колію), потрібно впевнитись у відсутності поїзда (або локомотива, вагона, дрезини тощо). При наближенні поїзда до перону або платформи громадяни повинні стежити за звуковими сигналами, що подаються з локомотива, моторвагонного рухомого складу та іншого спеціального самохідного рухомого складу, уважно слухати оповіщення, що передаються по гучномовному зв'язку.

2.3. При наближенні поїзда (або локомотива, вагона, дрезини тощо) треба зупинитись поза межами небезпечної зони, пропустити його і, впевнившись у відсутності рухомого складу, що пересувається по сусідніх коліях, почати перехід.

2.4. Наближаючись до залізничного переїзду, громадяни повинні уважно стежити за світловою і звуковою сигналізацією, а також положенням шлагбаумів. Переходити колії дозволяється тільки при відкритому шлагбаумі. При відсутності шлагбаума (коли переїзд не охороняється) перед переходом колії необхідно впевнитись, що до переїзду не наближається поїзд (або локомотив, вагон, дрезина тощо).

Пішоходам забороняється:

2.5. Ходити по залізничних коліях та наближатися до них на відстань менше п'яти метрів.

2.6. Переходити і перебігати через залізничні колії перед поїздом (або локомотивом, вагоном, дрезиною тощо), що наближається, якщо до нього залишилося менше ніж 400 метрів.

2.7. Переходити колію зразу після проходу поїзда (або локомотива, вагона, дрезини тощо), не впевнившись, що по сусідніх коліях не пересувається рухомий склад.

2.8. Переходити та переїжджати залізничні колії при закритому положенні шлагбаума або при червоному світлі світлофора та звуковому сигналі переїзної сигналізації.

2.9. На станціях і перегонах пролізати під вагонами і перелізати через автозчепи для переходу через колію.

2.10. Проходити по залізничних мостах і тунелях, не обладнаних спеціальними настилами для проходу пішоходів.

2.11. Пролізати під закритим шлагбаумом на залізничному переїзді, а також виходити на переїзд, коли шлагбаум починає закриватися.

2.12. На електрифікованих лініях підніматися на опори, а також торкатись до еталевих проводів заземлення, які ідуть від опори до рейки.

2.13. Наближатися до електропроводу, що лежить на землі, ближче ніж на 10 метрів.

2.14. Підніматися на дахи поїздів, локомотивів та вагонів, а також на конструкції мостів, освітлювальних вишок тощо.

2.15. Класти на рейки залізничної колії будь-які предмети.

2.16. Підходити ближче ніж на 0,5 метра до краю платформи після оголошення про подачу або прибуття поїзда до його повної зупинки.

2.17. Обходити вагони, що стоять на колії, на відстані менше п'яти метрів від крайнього вагона.

2.18. Проходити між розчепленими вагонами, що стоять на колії, якщо відстань між ними менше десяти метрів.

2.19. Сидіти на краю посадкової платформи, перону.

2.20. Знаходитись на об'єктах залізничного транспорту в стані алкогольного сп'яніння.

2.21. Ставити особисті речі на краю платформи, перону.

3. Правила безпеки пасажирів

3.1. Підніматися у вагон і виходити з вагона дозволяється тільки після повної зупинки поїзда.

3.2. Посадку пасажирів у вагон і вихід їх з вагона необхідно проводити тільки з боку перонів або посадочних платформ. Дітям під час посадки у вагон і висадки із вагона слід триматися за руку дорослих.

3.3. Виходити із вагона під час зупинки можна тільки з дозволу провідника.

Пасажирам забороняється:

3.4. Проїжджати на дахах, підніжках, перехідних площадках вагонів.

3.5. Заходити у вагон і виходити з вагона під час руху поїзда.

3.6. Висуватися з вікон вагонів і дверей тамбурів під час руху поїздів та викидати сторонні предмети (пляшки, пакети тощо) з вікон і дверей вагонів.

3.7. Стояти на підніжках і перехідних площадках вагонів, самостійно відчиняти двері вагонів під час руху та на стоянці поїзда, затримувати автоматичні двері вагонів під час їх зачинення та відчинення.

3.8. Проїжджати у вантажних поїздах без спеціального дозволу.

3.9. Знаходитись в потязі у нетверезому стані.

3.10. Залишати дітей без нагляду дорослих на вокзалах, пасажирських платформах та в поїздах.

3.11. Провозити у вагонах легкозаймисті, шкідливі і вибухові речовини.

3.12. Виходити із вагона на міжколійя і знаходитись там під час руху поїзда.

3.13. Стрибати з платформи на залізничні колії.

3.14. Проводити на пасажирських платформах рухомі ігри.

3.15. Палити у вагонах (в тому числі в тамбурах) приміських поїздів, а також у непередбачених для паління місцях вагонів пасажирських поїздів.

3.16. Бігти по платформі поруч із вагоном поїзда, що прибуває або відходить, а також перебувати ближче ніж 2 метри від краю платформи під час проходу поїзда без зупинки.

3.17. Підходити до вагона до повної зупинки поїзда.

3.18. Без потреби самовільно зупиняти поїзд.

3.19. Самостійно перевозити ручну поклажу засобами, які призначені для перевезення пошти або багажу працівниками пошти та залізниці.

3.20. Розміщувати ручну поклажу в тамбурах вагона, коридорі салону, проходах купе та в проході вагона приміського поїзда.

3.21. Забруднювати тамбури, засмічувати підлогу та сидіння вагонів.

3.22. Демонтувати обладнання вагонів, псувати оббивку диванів та сидінь.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом по ліцею № 8 м.Хмельницького
№126 від 29.08.2023 р.

Інструкція № 24

Правила безпечної поведінки учнів в ожеледь, під час морозів та снігопадів.

1. Правильно підбирайте одяг та взяття в перед виходом на вулицю в морозні та вітряні дні. Обмежете переходи на далеку відстаньІ Під час ускладнення погоднгих умов (снігопад, буревій, мороз..) слід бути надзвичайно обачними.
2. Виходячи на вулицю, цдіть спокійно, не споспішаючи, ноги злегка розслабте в колінах,ступайте на всю підошву.Руки бажано звільнити від речей.Поспіх збільшує ймовірність падіння, тому виходьте із будинку повільно. При порушенні рівноваги швидко присядьте. У момент падіння стисніться, напружте м’язи. Доторкнувшись до землі, перевернiться – це дозволить зменьшити силу удару. Не тримайте руки в кишеннях – це збільшить ймовірність не лише падіння, але й отримання важких травм, переломів.

3. Для пересування під час ожеледиці слід користуватися взуттяи із підошвою з мікропористої чи м'якої основи та без підборів.
4. Не прогулюйтеся край проїжджої частини дороги. Можна впасти та зісковзнути на дорогу або або автомобіль може виїхати на тротуар.
5. Не перебігайте проїжджу частину дороги під час снігопаду та ожеледиці. При переході дороги будьте пильні. Пенреходьте її лише на переході й уважно придивляйтеся, щоб не було поблизу машин, або тоді,коли транспортні засоби вже зупинилися.
6. Обережно спускайтеся по сходинках і тримайтеся за поручні.
7. Під час ожеледиці йдіть тільки тими доріжками, які посипані піском.
8. Під час руху в громадських місцях не штовхайтеся, не бігайте і дотримуйтесь дистанції. Ніколи не ковзайтеся, щоб не збити інших людей.
9. Під час прогулянки в ожеледицю та снігопад грайте в спокійні ігри і тільки в тих місцях, які безпечні.
10. Пересуваючись у період танення льоду та снігопаду, слід бути особливо уважними. Проходячи повз будіинків чи дерев, необхідно впевнитись у відсутності загрози падіння льодових наростів. Обирайте безпений маршрут руху. За спеціальні огорожі поблизу дерев та будинків не можна заходити.
11. Не ковзайте підошвою взяття по ожеледиці. Обходьте металеві кришки люків.
12. Не катайтеся на ковзанах по тротуару чи дорозі – це небезпечно. Не грайте в рухливі ігри поблизу проїжджої частини.
13. Коли чекаєте за зіпинці транспорт, не ставайте на край тротуару, тому що можете повсковзнутися або хтось ненароком може вас штовхнути на дорогу.
14. Ніколи не чіпляйтеся до транспортних засобіх, щоб прокататися на санчатах або лижай. Ніколи не спускайтеся з гірки, що веде на дорогу.

Правила поведінки на водоймах взимку:

1. Не можна виходити грати на кригу ставка або річки.
2. Обходь місця, вкриті товстим шаром снігу, під снігом може бути тонкий лід.
3. На казанах кататися можна лише і перевірених та обладнаних для цього місцях.

Додаток 1
до листа Департаменту освіти та
науки Хмельницької міської ради
від 24.05.2018 № 01-23/1495

З ОХОРОНИ ПРАЦІ № 01
для відповідального за проведення І міського етапу Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»)

1. Загальні положення

1.1. Інструкція з охорони праці для відповідального за проведення І міського етапу Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура») (далі – Інструкція) встановлює вимоги безпечної організації роботи відповідального під час проведення І міського етапу Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура») (далі – гра).

1.2. Ця інструкція є нормативним актом з охорони праці, що містить обов'язкові для вивчення та дотримання вимог з охорони праці до початку таборування, безпосередньо на робочому місці, під час таборування і поширюється на відповідального за проведення І міського етапу Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура») (далі – відповідальний), робочим місцем якого є наметовий табір протягом трьох діб.

1.3. Відповідальний призначається за згодою із числа осіб, які досягли повноліття, мають спеціальну педагогічну освіту і за станом здоров’я можуть виконувати відповідний вид роботи.

1.4. Перед початком таборування, відповідальний повинен:

1.4.1. Мати сертифікат про проходження обов’язкового психіатричного огляду.

1.4.2. Пройти інструктаж з охорони праці враховуючи вміст цієї інструкції, а також з інструкцій:

- з надання домедичної допомоги;
- з питань охорони праці в умовах таборування;
- з пожежної безпеки.

1.5. В процесі роботи відповідальний повинен:

1.5.1. Створити здорові та безпечні умови під час організації:

- фізичного, соціального, розумового та духовного виховання української молоді на основі козацьких морально-світоглядних цінностей.
- вшанування геройського чину всіх борців за незалежність Української держави;
- формування серед молоді засад здорового способу життя засобами туризму, спорту, військово-патріотичного виховання;
- популяризації серед молоді військово-прикладних видів спорту, активних способів дозвілля, історії визвольних змагань та української військової традиції;

1.5.2. Брати участь у практичних тренуваннях з пожежної безпеки.

1.5.3. Мати практичні навички надання першої домедичної допомоги, знати місцезнаходження аптечки з медикаментами і перев’язочним матеріалом.

1.5.4. Особисто відповідати за безпеку кожного учасника табору віком до 18 років. Організувати постійний нагляд за станом безпеки учасників табору.

1.5.5.. Забезпечити постійний контроль чисельного стану табору.

1.5.6. В кожному конкретному випадку остаточно визначати конкретні вимоги до гарантування безпеки учасників під час табору.

1.5.7. Подбати про безпечність території таборування і усіх таборових занять.

1.5.8. Чітко визначати просторові і часові межі усіх таборових занять.

1.5.9. Забезпечити наявність і контролювати безпечність всього таборового спільного та індивідуального спорядження. Провести перевірку загального та індивідуального виряду.

1.5.10. Забезпечити відповідність програми табору фізичним та психологічним можливостям учасників, характерним для їхнього віку.

1.5.11. Забезпечити (через відбір) відповідність учасників фізичним, інтелектуальним та психологічним вимогам програми табору. Забезпечити поступовість навантаження в усіх таборових заняттях.

1.5.12. Провести перед табором для учасників базовий інструктаж з техніки безпеки на таборі та їхні обов’язки у забезпеченні таборової безпеки. Зібрати підписи учасників табору про проходження базового інструктажу.

1.5.13. Провести для учасників і проводу табору інструктаж з основ першої медичної допомоги та користування таборовою аптечкою.

1.5.14. Забезпечити належне інформування батьків про табір: час і місце, програму табору та зміни у ній.

1.5.15. Забезпечити належне інформування учасників табору з усіх питань таборової програми.

1.6. Під час виконання своїх обов’язків відповідальний піддається діям наступних небезпечних і шкідливих факторів:

– надмірна дія сонячного тепла, що може викликати сонячний удар;

– можливий дощ, блискавиця, град;

– є небезпека бути атакованим зміями, комахами, тваринами, обпектися рослинами, порізатися травою або гілками;

– отруйні ягоди та гриби;

- підвищена чи знижена температура повітря;

– небезпека виникнення загорянь та пожеж.

1.7. Працівники, які не виконують вимоги даної інструкції, несуть передбачену чинним законодавством відповідальність.

1.8. Працівник має право відмовитись від дорученої роботи, якщо створилась небезпечна ситуація для його життя чи здоров'я людей, які його оточують.

2. Вимоги безпеки перед початком таборування

2.1. Оглянути робоче місце, прибрати всі предмети, що заважають роботі.

2.2. Перевірити на справність таборове спорядження. При виявленні несправностей доповісти представникам штабу гри.

2.3. До початку виконання роботи, що не пов’язана з прямими обов’язками необхідно пройти інструктаж з охорони праці та ознайомитися з інструкцію з охорони праці для цього виду робіт.

2.4. Перед початком таборування відповідальна особа за проведення І міського етапу Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура») повинна:

- переконатися, що табір захищений від нещасних випадків;

- переконатися, що всі учасники здорові і можуть брати участь у таборових заняттях;

- перевірити терен для «Теренової гри», переконатися у його безпечності;

- визначити точно початок і кінець усіх таборових занять та перевірити, скільки учасників бере у них участь.

3. Вимоги безпеки під час таборування

3.1. Під час таборування Зробити докладний перелік спорядження кожного учасника;

- переконатися, що фізичні навантаження не заважкі для віку учасників;

- ніколи не доручати учасникам ніяких небезпечних завдань;

- ніколи не залишати без опіки і нагляду учасників табору;

- завжди мати на таборі аптечку для першої допомоги;

- забороняється давати учасникам у руки гострого знаряддя, не навчивши їх ним користуватися;

- бути обережним з вогнем і вимагати цього ж від інших учасників табору;

- перевірити чи всі учасники повернулися з таборових занять;

- забороняється робити нічні «теренові ігри» на небезпечному терені;

- забороняється кидати ножами, камінням та іншими подібними речами;

- забороняється виконувати будь-які дії, які можуть зашкодити своєму життю і здоров'ю та життю і здоров'ю оточуючих;

- провести з учасниками бесіду на тему таборової безпеки;

- дбати про власну безпеку та безпеку учасників гри.

3.2. В разі погіршення стану здоров'я або нещасного випадку повідомити керівника штабу або особу, яка його заміщає, та звернутися за медичною допомогою.

4. Вимоги безпеки після закінчення таборування

4.1. Покидаючи табір переконатися, що є усі учасники за списком.

4.2. Перед тим як покинути табір переконатися, щоб вогнище повністю потушилося.

5. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях

5.1. В разі виникнення аварійної ситуації необхідно:

- негайно припинити змагання;

- при загорянні повідомити до штабу або представників пожежної охорони;

- ужити заходів з евакуації людей у безпечне місце і надання домедичної допомоги постраждалим;

- доповісти про те що трапилося, керівнику.

- за необхідності викликати швидку медичну допомогу «103», пожежну охорону «101».

5.2. В разі нещасного випадку необхідно:

- швидко вжити заходів щодо запобігання впливу небезпечних чи шкідливих факторів, що призвели до настання нещасного випадку, надати потерпілому домедичну допомогу, викликати на місце події швидку медичну допомогу «103» або доставити потерпілого до закладу охорони здоров’я;

- повідомити про подію керівника чи іншого представника штабу гри, забезпечити до початку розслідування збереження обстановки, якщо це не становить небезпеки життю і здоров'ю людей.

5.3. У разі протиправних дій сторонніх осіб повідомити керівника та викликати правоохоронні органи за тел. «102».

5.4. У разі виявлення пожежі (ознак горіння) кожен зобов'язаний здійснити оповіщення людей про пожежу - вголос, телефоном повідомити про це пожежну охорону за тел. «101».

Додаток 2
до листа Департаменту освіти та
науки Хмельницької міської ради
від 24.05.2018 № 01-23/1495

ІНСТРУКЦІЯ
З ОХОРОНИ ПРАЦІ № 02
з надання домедичної допомоги

1. Загальні положення

1.1. Наслідки нещасних випадків залежать від того, наскільки швидко і кваліфіковано надано потерпілому першу медичну допомогу. Затримка долікарської допомоги або неправильне її надання може призвести до серйозних ускладнень у лікуванні, інвалідності, навіть до смерті потерпілого. Не можна відмовлятися від надання допомоги потерпілому та вважати його мертвим тільки через відсутність таких ознак життя, як дихання та пульс.

1.2. Учасник табору зобов'язаний дотримуватися норми, правила та інструкції з охорони праці, пожежної та техногенної безпеки.

1.3. Негайно повідомити до штабу табору про будь-який нещасний випадок, що відбувся, про ознаки професійного захворювання, а також про ситуацію, яка створює загрозу життю і здоров'ю людей.

1.4. Забороняється вживання спиртних напоїв, а також приступати до таборування у стані алкогольного сп'яніння. Палити дозволяється тільки в спеціально відведених місцях.

1.5. При захворюванні або травмуванні необхідно повідомити про це до штабу табору і звернутися до лікувального закладу.

1.6. При нещасному випадку слід надати допомогу потерпілому згідно з цією інструкцією, викликати швидку. Зберегти до розслідування обстановку такою, якою вона була в момент події, якщо це не загрожує життю і здоров'ю оточуючих і не призведе до аварії.

1.7. При виявленні несправності обладнання, пристосувань повідомити про це до штабу табору. Користуватися і застосовувати в роботі несправне спорядження забороняється.

2. Надання першої допомоги при ураженні електричним струмом

Головне при наданні першої допомоги - якнайшвидше звільнити потерпілого від дії струму.

Для звільнення потерпілого при ураженні електричним струмом необхідно:

- вимкнути рубильник або викрутити запобіжник;
- вимкнути струмоведучі, мережу живлення.
- сухою палкою відкинути від потерпілого провід, який знаходиться під напругою, відтягнути потерпілого від електричних проводів, від струмопровідних частин установки. При напрузі в установках до 1000 В можна взятися за сухий одяг потерпілого, не торкаючись відкритих частин тіла. Слід користуватися гумовими рукавичками або намотати на руку шарф, прогумований плащ і т.п. Рекомендується стати на ізольований предмет (на суху дошку, на згорток сухого спецодягу).

У випадку судорожного обхвату потерпілим електричного проводу, який знаходиться під напругою, розгорнути руки потерпілому, відриваючи його від проводу послідовним відгинанням окремих пальців. При цьому працівник, який надає допомогу, повинен бути у діелектричних рукавицях і знаходитись на ізолюючій від землі основі.

При напрузі в електричних установках понад 1000 В рятівник повинен вдягти діелектричні боти, рукавиці і діяти діелектричною штангою. Якщо потерпілий при свідомості, його кладуть у зручне положення, накривають теплим покривалом і залишають у стані спокою до прибуття лікаря.

Якщо після звільнення потерпілого від дії струму він не дихає, то потрібно негайно приступити до штучного дихання і непрямого (зовнішнього) масажу серця. Найбільш ефективним методом штучного дихання є "з рота в рот" або "з рота в ніс". Робиться це таким чином: стають з лівого боку від потерпілого, підкладають під його затилок ліву руку, а правою тиснуть на Його лоб. Це забезпечить вільну прохідність гортані. Під лопатки потерпілому кладуть валик із скрученого одягу, а рот витирають від слизу. Зробивши 2-3 глибоких вдихи, особа, яка надає допомогу, вдуває через марлю або хустку повітря із свого рота в рот або ніс потерпілого. При вдуванні повітря через рот особа, що надає допомогу, закриває пальцями ніс потерпілого; при вдуванні через ніс потерпілому закривають рот.

Після закінчення вдування повітря в рот чи ніс потерпілого звільняють, щоб дати можливість вільному видиху. Частота вдування повітря потерпілому повинна бути 12-13 разів за хвилину.

При відсутності у потерпілого дихання і пульсу йому потрібно разом зі штучним диханням робити масаж серця. Робиться це так: потерпілого кладуть на спину на підлозі, звільняють грудну клітку від одягу, який стискає потерпілого. Особа, що надає допомогу, знаходиться з лівого боку від потерпілого, долонями двох рук натискує на нижню частину грудної клітки потерпілого з силою, щоб змістити її на 3-4 см. Після кожного натискування потрібно швидко забирати руки з грудної клітки, щоб дати можливість їй випростатись. У такій ситуації операції чергуються. Після 2-3 вдувань повітря роблять 4-6 натискань на грудну клітку. Для перевірки появи пульсу масаж припиняють на 2-3 секунди. Перші ознаки того, що потерпілий приводить до свідомості, - поява самостійного дихання, зменшення синюватості шкіри та поява пульсу.

Констатувати смерть має право лише лікар.

3. Надання першої допомоги при пораненні й кровотечі

Перша допомога при пораненні та кровотечі зводиться до обережного накладання на рану індивідуального пакета. При цьому мити її водою, змивати кров з рани забороняється.

Якщо індивідуального пакета немає, для перев'язування використовуйте чисту носову хустинку. У цьому випадку приготовлену для перев'язування тканину змочіть настойкою йоду 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. Після цього рану треба забинтувати. Якщо кровотеча продовжується, слід вдатися до здавлювання кровоносних судин за допомогою згинання кінцівки у суглобах, притискування кровоносних судин пальцями, джгутом чи закруткою.

При накладанні джгута спочатку місце накладання обгортають м'яким матеріалом (тканиною, ватою тощо). Потім джгут розтягують і туго перетягують ним попередньо обгорнуту ділянку кінцівки доти, поки не припиниться кровотеча.

При відсутності гумової трубки або стрічки, що розтягується, для джгута застосовують інші матеріали (мотузку, ремінь, рушник тощо). У цьому випадку такий джгут зав'язують вузлом на зовнішньому боці кінцівки і використовують як закрутку. У вузол просувають важіль (паличку, металевий стержень), яким закручують закрутку до припинення кровотечі. Через 1 годину після накладання джгута його попускають на 5-10 хв., щоб не виникла небезпека омертвіння знекровленої кінцівки. При пораненні великих судин шиї і верхньої частини грудної клітки джгут не накладається. Кровотеча зупиняється при натисканні пальцем на поражену судину у самому місці поранення.

4. Перша допомога при переломах, вивихах, розтягу зв'язок суглобів, ударах

При переломах, вивихах необхідно надати потерпілому зручне положення, яке виключає рухи пошкодженої частини тіла. Це досягається шляхом накладання шини, а при її відсутності можна використати палки, дошки, фанеру і т.д. Шина повинна бути накладена так, щоб були надійно іммобілізовані два сусідні з місцем ушкодження суглоби (вище і нижче), а якщо. перелом плеча чи стегна, - то три суглоби. Накладають шину поверх одягу або кладуть під неї що-небудь м'яке – вату, шарф, рушник. Шина повиина бути накладена так, щоб центр її знаходився на рівні перелому, а кінці накладалися на сусідні суглоби по

обидва боки перелому. Фіксація відкритого перелому вимагає дотримання додаткових умов. З метою попередження забруднення рани, необхідно змастити поверхню шкіри навколо рани настойкою йоду, попередньо зупинивши кровотечу, і накласти стерильну пов'язку.

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 ушкодженні тазу необхідно обережно стягнути його широким рушником, покласти на тверді ноші, а під зігнуті і розведені колінні суглоби підкласти валик.

При переломах і вивихах ключиці у підм'язову западину кладуть вату або інший матеріал, згинають руку в лікті під прямим кутом і прибинтовують її до тулуба. Рука нижче ліктя повинна перебувати у косинці, яку підв'язують до шиї.

При переломах і вивихах кисті та пальців рук роблять таким чином:

кисть руки з вкладеним у долоню жмутом вати, бинта (пальці зігнуті) пригадають до шини, яка повинна починатися біля середини передпліччя і

закінчуватися біля кінців пальців, і перебинтовують.

При розтягу зв'язок суглобів – підняти хвору кінцівку догори, накласти холодний компрес та тісну пов'язку, створити 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 настойкою йоду і накласти пов'язку.

5. Перша допомога при опіках, теплових ударах

При наданні першої допомоги при опіках, теплових ударах слід швидко припинити дію високої температури. Це має особливо велике значення при займанні одягу і при опіках рідиною через одяг. У першому випадку необхідно загасити полум'я, негайно накинути на людину, що горить, будь-яку цупку тканину, щільно притиснути її до тіла. Знімають тліючий одяг або обливають його водою.

При промоканні одягу гарячою водою, його також необхідно облити холодною водою або зірвати. Швидке занурення обпеченого лиця у холодну воду зменшує біль і тяжкість опіку.

Місце опіків кислотами ретельно промивають струменем води протягом 10-15 хв. Обпечене місце промити 5% - ним розчином перманганату калію, або 10%- ним розчином питної соди (одна чайна ложка на склянку води). На місце опіку накладають бинт. Місце опіків їдкими лугами (каустичною содою, негашеним вапном) промивають проточною водою протягом 10-15 хв., потім слабким розчином оцтової кислоти. Місце опіків накривають марлею.

Опіки бувають трьох ступенів. При опіках першого ступеня з'являється почервоніння, припухлість шкіри. Уражені місця обробляють спиртом, прикладають примочки з розчину перманганату калію і забинтовують. При більш тяжких опіках (II і III ступенів) обпечені місця спочатку звільняють від одягу, накривають стерильним матеріалом, зверху накладають шар вати і забинтовують. Після перев'язування потерпілого направляють у лікувальний заклад. При опіках не слід розрізати пухирів, видаляти смолистих речовин, що прилипли до обпеченого місця, віддирати шматків одягу, які прилипли до рани.

При опіках очей електричною дугою роблять холодні примочки з розчину борної кислоти, потім потерпілого направляють у медичний заклад.

При появі різних ознак теплового або сонячного удару потерпілого негайно виводять на свіже повітря або в тінь, потім його кладуть, розстібають одяг, що стискує, на голову і на серце кладуть холодні компреси, дають пити у великій кількості холодну води, у тяжких випадках потерпілого обливають холодною водою.

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

6. Перша допомога при обмороженні, переохолодженні

Обмороження виникає при місцевій дії холоду на тіло. Холод, діючи на судини, спричиняє їх звуження, внаслідок цього відбувається недостатнє кровопостачання певної

ділянки тіла, що проявляється у побліднені шкіри Якщо вчасно не буде надано першу допомогу, то це може спричинити до відмирання тканини.

Розрізняють три ступені обмороження: I - побіління і втрата чутливості; II - почервоніння і поява "пухирів"; III - омертвіння тканин, які набувають буро-червоного кольору.

При обмороженні I ступеня слід розтерти обморожені місця тіла сухою теплою тканиною до почервоніння. При обмороженні II і III ступенів - накласти стерильні сухі пов'язки і забезпечити негайну доставку потерпілого у лікарню.

При легкому ступені переохолодження тіло розігрівають розтиранням, дають випити кілька склянок теплої рідини. При середньому і тяжкому ступенях - тіло енергійно розтирають вовняною тканиною до почервоніння шкіри, дають багато пити.

7. Перша допомога при отруєнні

Причиною отруєння є проникнення в організм людини різних токсичних речовин. Захворювання починається через 2-3 години, інколи через 20-26 годин.

Причиною отруєння оксидом вуглецю (II) є вдихання чадного газу, продуктів горіння, диму. Потерпілому необхідно забезпечити приплив свіжого повітря. Якщо є можливість, - дати подихати киснем. Звільнити його від одягу, який утруднює дихання, дати понюхати нашатирний спирт. На голову і груди потерпілого покласти холодний компрес. У разі припинення дихання необхідно робити штучне дихання.

При отруєнні кислотою, якщо нема симптомів, що свідчать про прорив стравоходу або шлунка, потерпілого слід напоїти розчином питної соди, водою. Про отруєнні лугом потерпілого поять оцтовою водою, лимонним соком. При наявності підозри на прорив (нестерпний біль за грудною кліткою або в ділянці шлунка) потерпілому не слід нічого давати пити, а негайно транспортувати у лікувальний заклад.

При харчовому отруєнні потерпілому кілька разів промивають шлунок (примушують випити 1,5-2 л води, а потім викликають блювання подразненням кореня язика) до появи чистих промивних вод. Можна дати 8-Ю таблеток активованого вугілля. Потім дають багато чаю, але не їжу. Якщо після отруєння пройшло 1-2 год., і отрута надходить вже із шлунку до кишечника, то викликати блювання даремно. У такому випадку необхідно дати потерпілому проносне (2 столові ложки солі на 1 склянку води). Для зменшення всмоктування отрути слизовою оболонкою шлунково-кишкового тракту потерпілому можна дати розведені крохмаль або молоко.

Щоб запобігти зупинці дихання і кровообігу, необхідне постійне спостереження за потерпілим.

Додаток 3
до листа Департаменту освіти та
науки Хмельницької міської ради
від 24.05.2018 № 01-23/1495

ІНСТРУКЦІЯ
З ОХОРОНИ ПРАЦІ № 03
в умовах таборування

1. Загальні положення

1.1. Інструкція з питань охорони праці в умовах таборування встановлює вимоги безпечної організації табору та є обов'язковою для виконання учасниками таборування.

1.2. Ця інструкція є нормативним актом з охорони праці, що містить обов'язкові для вивчення та дотримання вимог з охорони праці до початку таборування, безпосередньо на робочому місці, під час таборування.

1.3. Кожен член проводу табору відповідає за безпеку та здоров'я довірених йому учасників.

1.4. Учасник табору зобов'язаний:

- Сумлінно виконувати всі обов'язки таборовика, визначені проводом табору.
- Мати знання, вміння і досвід потрібні для того, щоб бути учасником табору.
- Уважно прослухати базовий таборовий інструктаж з техніки безпеки та дотримуватися вимог даного інструктажу впродовж табору.
- Письмово посвідчити проходження даного інструктажу у встановленому порядку.
- Брати дозвіл на усі свої дії, які виходять за зміст наказу провідника, в часі табору.
- Уникати будь-яких дій, які можуть в будь-який спосіб зашкодити безпеці учасників і проводу табору.
- Негайно повідомити про будь-які загрози для безпеки учасників табору до проводу.
-. Негайно повідомити про будь-які загрози/погіршення свого здоров'я таборовому лікарю або безпосередньому провіднику із членів проводу.

2. Вимоги безпеки перед початком таборування

2.1. Оглянути робоче місце, прибрати всі предмети, що заважають роботі.

2.2. Перевірити на справність таборове спорядження. При виявленні несправностей доповісти представникам штабу гри.

2.3. До початку виконання роботи, що не пов'язана з прямими обов'язками необхідно пройти інструктаж з охорони праці та ознайомитися з інструкцію з охорони праці для цього виду робіт.

3. Вимоги безпеки під час таборування

3.1. Безпека користування таборовим спорядженням

- Використовувати таборове спорядження виключно за призначенням.
- Все гостре таборове спорядження має зберігатися у відповідних торбинках.
- Контролювати справність таборового спорядження.
- Передавати таборове спорядження іншому держаком вперед.

3.2. Безпека на прогулянці, мандрівці.

- Під час руху кожен учасник групи повинен бачити попереднього мандрівника. Рекомендована відстань між мандрівниками в одноряді – 1-2 м..
- Забороняється знаходитися без страхування на небезпечних місцях (скелях, деревах тощо).
- Не йти невідомим тереном без мапи.
- У сумерку або вночі перший і останній в групі несе ліхтар.
- Якщо йдеш нерівним тереном, дивитися під ноги.
- Провідник групи завжди йде першим, а його заступник останнім. Попереду і позаду групи повинні йти виховники.

- При важких переправах або в ночі всі йдуть одне за одним, тримаючись палиць чи линви.

- Перевіряти присутність дітей після перепочинків і перед вимаршем додому.

- Щоб запобігти тепловому удару, слід рухатися затіненою місцевістю і мати накриття на голову від сонця.

- Уникати перебування на сонці від 12 до 15 год.

- Звертати увагу на місце нічлігу, і перевірити, щоб діти не спали на вогкій землі. 27.

- Не дозволяйте дітям сидіти на сирій землі, каменях, плитах тощо.

3.3. Безпека харчування.

- Мити руки перед прийняттям їжі.

- Забороняється пити некип'ячену воду із сумнівних джерел.

- Не можна споживати невідомі фрукти, ягоди, рослини, запарювати чаї з невідомих трав.

- Дбати про збалансоване і роздільне харчування.

- Не можна збирати гриби, будь-які незнайомі рослини чи квіти.

- Не брати на прогулянку харчі, що швидко псуються.

3.4. Безпека використання вогню.

- Заборонено розкладати вогнища з ушкодженням живих дерев, кущів, у вогненебезпечних місцях (особливо біля сіна) або ближче ніж 7-10 м від шатер чи дерев'яних споруд.

- Рекомендується розпалювати вогонь на місці, де попередньо вже палилося. На місці розпалення вогню зняти дерен, місце обкласти каменями.

- Заборонено використовувати відкритий вогонь для освітлення в наметах чи колибах. - Не забудьте загасити вогонь перед тим, як покинути місце ватри.

- Рухливі ігри під час ватри дозволені на відстані понад 3 м від вогню.

- При складанні ватри, дбайте перш за все про її стійкість підчас горіння.

- При запаленні вогню не можна користуватися запальними і вибухаючими сумішами, спиртом.

- Не кладіть у вогонь матеріал, що дає багато іскор і диму або вистрілює (сирого і зеленого дерева, шишок).

- Визначте конкретних відповідальних за розпалення, підтримку і згортання вогнища.

3.5. Безпека підчас спортивних занять

- Перед кожним спортивним заняттям провести невелику руханку.

- Біг не можна здавати, якщо немає твердої, рівної площі. Для стрибків у довжину потрібна обов'язково яма з піском. Для стрибків у висоту потрібно застосовувати стояки з поперечкою, яка злітає при дотику (не натягувати ні в якому разі між стояками линви).

- Будьте особливо обережними з юнацтвом, що займається активно спортом лише під час пластових таборів. Фізичне навантаження, у такому випадку, потрібно збільшувати поступово.

- Під час змагань не можна пити холодної води. Відразу після змагань варто утриматись від холодного душу.

- Спортивні змагання можуть відбуватися не раніше як через 2 години після їжі. Після змагань вживати їжу можна через пів години.

- При всіх спортивних заняттях звернути увагу на правильне дихання учасників.

3.6. Безпека у стосунках з оточуючими

- Доброзичливо ставитися до оточуючих.

- Утримуватися від конфліктних ситуацій.

- Надавати перевагу пасивному захисту, уникати загострення конфлікту.

- Уникати дій, які можуть зашкодити іншим.

3.7. Безпека за інших обставин.

- Не торкатися зброї чи вибухонебезпечних предметів без відповідної вказівки керівника.

3.8. Безпека алярму

- Спершу пояснити учасникам завдання алярму, та як під час нього поводитись.
- Спершу проводити денний алярм, а потім нічний, без виряду, а потім з вирядом.

4. Вимоги безпеки після закінчення таборування

4.1. Покидаючи табір переконатися, що є усі учасники за списком.

4.2. Перед тим як покинути табір переконатися, щоб вогнище повністю потушилося.

5. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях

5.1. В разі виникнення аварійної ситуації необхідно:

- негайно припинити змагання;
- при загорянні повідомити до штабу або представників пожежної охорони;
- ужити заходів з евакуації людей у безпечне місце і надання домедичної допомоги постраждалим;
- доповісти про те що трапилося, керівнику.
- за необхідності викликати швидку медичну допомогу «103», пожежну охорону «101».

5.2. В разі нещасного випадку необхідно:

- швидко вжити заходів щодо запобігання впливу небезпечних чи шкідливих факторів, що призвели до настання нещасного випадку, надати потерпілому домедичну допомогу, викликати на місце події швидку медичну допомогу «103» або доставити потерпілого до закладу охорони здоров’я;
- повідомити про подію керівника чи іншого представника штабу гри, забезпечити до початку розслідування збереження обстановки, якщо це не становить небезпеки життю і здоров'ю людей.

5.3. У разі протиправних дій сторонніх осіб повідомити керівника та викликати правоохоронні органи за тел. «102».

5.4. У разі виявлення пожежі (ознак горіння) кожен зобов'язаний здійснити оповіщення людей про пожежу - вголос, телефоном повідомити про це пожежну охорону за тел. «101».