ИНСТРУКЦИЯ

«Безопасность и правила поведения обучающихся на зимних каникулах»

1. Общие положения.

1.1. Инструктаж «Безопасность и правила поведения обучающихся на зимних каникулах» проводят классные руководители (перед каждыми зимними каникулами).

1.2. В журнале по «Охране труда» делается отметка о проведении инструктажа, ставятся подписи классного руководителя и обучающихся.

2. Общие правила поведения.

2.1. В общественных местах необходимо быть вежливым и внимательным к детям, взрослым, соблюдать нормы морали и этики.

2.2. Быть внимательным и осторожным на проезжей части дороги, соблюдать правила дорожного движения.

2.3. В общественном транспорте необходимо быть внимательным и осторожным при посадке и выходе, на остановках.

2.4. Не разговаривайте с посторонними (незнакомыми) людьми.

Не реагируйте на знаки внимания и приказы незнакомца. Никуда не ходите с посторонними, незнакомыми людьми.

Не заходите в лифт с незнакомыми людьми, а также в подъезд или на лестничную площадку, если там стоят подозрительные люди, особенно группа людей.

Не выставляйте на показ дорогие украшения, телефон, не носите вызывающую одежду, не провоцируйте незнакомых или пьяных людей громкими и подстрекающими высказываниями в их адрес.

2.5. Не находитесь в тёмных местах, на свалках, стройплощадках, пустырях и в заброшенных зданиях, рядом с железной дорогой и автомагистралью.

2.6. Всегда сообщайте родителям, взрослым куда пошли и уточняйте время возвращения, в случае задержки позвоните и предупредите.

2.7. Одевайтесь в соответствии с погодой.

2.8. Находясь дома, будьте внимательными при обращении с острыми, режущими, колющими предметами и электронагревательными приборами.

2.9. Не применяйте физического и морального насилия над сверстниками.

2.10. Ни в коем случае не трогайте оставленные в подъезде домов, у скамеек и т. п. пакеты (сумки, коробки и т. п.).

Возможно, в них может находиться взрывное устройство, при обнаружении сообщите об этом взрослым и позвоните в отделение полиции.

2.11. Ни в коем случае не пользуйтесь попутными автомобилями и предложением незнакомых лиц прокатиться.

3. Правила поведения на зимних каникулах.

- Соблюдать правила п. 2 данной инструкции.
- В случае гололёда не спешить при ходьбе, не обгоняйте прохожих. При падении стараться упасть на бок, не выставляйте вперед руки.
- Старайтесь не гулять в тёмное время суток и во время снегопадов.

Во время катания на горках и катках, быть предельно внимательным, не толкаться, соблюдать правила техники безопасности:

3.1 Во время катания на лыжах

- соблюдать интервал при движении на лыжах по дистанции 3-4 м. при спусках с горы - не менее 30 м.;
- при спуске с горы не выставлять вперед лыжные палки;
- после спуска с горы не останавливаться у подножия горы во избежание столкновений с другими лыжниками;
- немедленно сообщить взрослым (родителям, знакомым) о первых же признаках обморожения;
- во избежание потертостей ног не ходить на лыжах в тесной или слишком свободной обуви.

3.2. Во время катания на коньках

- коньки нужно подбирать строго по ноге;
- надевать коньки на шерстяной носок;
- тщательно шнуровать шнурки;
- стараться обходить тех, кто плохо катается;
- при падении держать руки ближе к телу и пытаться как можно быстрее подняться на ноги;
- по неписаному правилу крытых катков, двигаться следует вдоль борта в одном направлении.

Быть внимательным и аккуратным.

3.3. Правила поведения в горах в зимний период на случай возникновения лавин

Во время передвижения по горам необходимо:
- двигаться по возвышенным местам, наветренным склонам или хребтам;
- выбирать маршрут подальше от лавиноопасных склонов;
- избегать подветренных склонов, особенно на которых есть снежные карнизы;
- пересекать лавиноопасный склон по одному, как можно выше по склону и в длинной связке;
- передвигаться строго след в след, соблюдая тишину;
- при возвращении, использовать туже тропу, идя след в след;
- перед переходом через опасную зону подготовить рюкзак и палки к быстрому сбрасыванию при возможном сходе лавины;
- пересекать лавинные коридоры надо на большой скорости, и лучше всего поочередно;
- прислушиваться к потрескиваниям, хлопкам и другим шумам, которые могут предупредить о начале схода лавины;
- находясь на дне долины или рядом с лавиносбором, держаться подальше от лавиноопасных участков;
- избегать перегруженных снегом подветренных склонов;
- изучить ландшафт и его особенности для выделения безопасных территорий;
- избегать лавиноопасных склонов, которые заканчиваются обрывами, где есть вероятность схода «прыгающих» лавин.

Если лавина все же Вас захватила, необходимо защитить органы дыхания от снежной пыли: закрыть нос и рот ладонями, шарфом, шапочкой, рукавицами, попытаться расположить тело вдоль снежного потока и удержаться на поверхности снежной массы.

3.4. Правила поведения у водоёмов

- не ходить по льду (лед может оказаться тонким);
- не приближаться к прорубям и полыньям на льду;
- избегать одиночных прогулок вблизи опасных водоемов;
- категорически запрещается скатываться на санках, ледянках, лыжах с берега на тонкий, еще не окрепший лед;
- не кататься на льдинах, обходить перекаты, полыньи, проруби, края льдин;
- выходить на лед допускается только на официально открытых переправах.

Правила поведения при ЧС на льду

Помните, время критического переохлаждения организма в воде зимой наступает в течение 10 минут.

Если Вы провалились, действуйте быстро и решительно:

- широко расставив руки, старайтесь не соскользнуть в полынью окончательно;
- не делайте резких движений;
- не паникуйте, попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда, забросьте сначала одну, потом другую ноги на лёд и медленно ползите к берегу.

Если Вы стали очевидцем ЧС:

Попытайтесь втащить пострадавшего, используя шарф, веревку, ремни и другие подручные средства.

- не подходить близко к провалившемуся;
- срочно сообщить о ЧС (место, время, причины ЧС) и позвать взрослых;
- дать провалившемуся опору (лыжа, палка, перекладина и т. п.).

После извлечения человека из воды необходимо оказать первую помощь: снять мокрую одежду, по возможности переодеть в сухую одежду, выполнять упражнения на разогрев, переместить в теплое место, доставить в ближайшее медицинское учреждение.

Запрещается близко подходить к краю, подавать руку пострадавшему.

3.5. Правила поведения во время прогулок

- необходимо одевать одежду, приспособленную и удобную для прогулок на улице в зимнее время: тёплую куртку или пальто, сапоги или ботинки на меху, тёплые носки, варежки, шапку и т.д.;
- при пониженной температуре воздуха как можно меньше время находиться на улице;
- при температуре воздуха ниже - 40°С следует предусматривать защиту лица и верхних дыхательных путей;
- при долгом нахождении на улице в морозные дни периодически осматривайте своё лицо, нет ли обморожения;
- при пониженной температуре воздуха избегайте передвижение на автотранспорте на дальние расстояния.

4. Правила дорожного движения и безопасного поведения на дороге

- при переходе улицы пользуйтесь подземным переходом или переходом, оборудованным светофором. Переходить улицу можно только по пешеходным переходам, обозначенным специальным знаком «Пешеходный переход» и только на зеленый свет светофора. Нельзя переходить улицу на красный свет, даже если на проезжей части нет машин.
- не выходить на проезжую часть улицы или дороги.

- маршрут движения выбирайте самый безопасный, тот, где надо реже переходить улицу или дорогу.

- когда идете по улицам, будьте осторожны: не торопись. Идите шагом по правой стороне тротуара или по обочине подальше от края дороги.

- ожидайте транспорт на посадочной площадке остановки или тротуаре у указателя остановки.

- при посадке в автобус троллейбус, трамвай соблюдай порядок. Не мешай другим пассажирам.

- в автобус, троллейбус, трамвай входи через задние двери.

- выходи только через передние двери. Заранее приготовься к выходу, пройдя вперед.

- входя и выходя из транспорта, не спеши и не толкайся.

- трамвай обходи спереди. Автобус и троллейбус - сзади. Выйдя из автобуса, трамвая НУЖНО по тротуару дойти до пешеходного перехода и только по нему переходить на другую сторону.

- не перебегай улицу или дорогу перед близко идущим транспортом в неположенном месте.

- не цепляйся за проходящий мимо транспорт.

5. Правила противопожарной безопасности в новогодние праздники.

5.1 Не украшайте елку матерчатыми и пластмассовыми игрушками, не обкладывайте подставку елки ватой.

5.2. Освещать елку следует только электрическими гирляндами промышленного производства.

5.3. Не зажигайте в помещении бенгальские огни, восковые свечи не применяйте хлопушки.

5.4. Не следует использовать пиротехнику, если вы не понимаете, как ею пользоваться, а инструкции не прилагается, или она написана на непонятном вам языке. Категорически запрещается применять самодельные пиротехнические устройства.

Нельзя ремонтировать и вторично использовать не сработавшую пиротехнику.

5.5. Использовать бенгальские огни и т.п. только в специально отведенных для этого местах, соблюдая правила пожарной безопасности и инструкцию по применению.

5.6. Соблюдайте правила пожарной безопасности и обращения с электроприборами:

- при контакте с электрическими приборами, соблюдать технику безопасности при включении и выключении телевизора, электрического утюга, чайника и т.д.

- не используйте бумагу или ткань в качестве абажура электролампочек и настольных ламп;

- не прикасаться к оголенным проводам;

- включение электроприборов производить только исправной эл. вилкой в исправную эл. розетку для бытовых приборов;

- запрещается выключать электрические приборы за шнур;

- запрещается ставить на кабель (шнур) посторонние предметы;

- запрещается производить самостоятельно разборку или ремонт электроприборов;

- запрещается вставлять вилку в штепсельную розетку мокрыми руками;

- запрещается вешать что-либо на провода и т.д.

5.7. Соблюдайте временной режим при просмотре телевизора и работе на компьютере

5.8. Соблюдайте технику безопасности при пользовании газовыми приборами.

5.9. Не оставляйте без присмотра электроприборы, уходя из дома или даже из комнаты, обязательно выключайте электроприборы (утюг, телевизор и т. п.).

6. Правила безопасности при топке печей

6.1. Не разжигать топливо в печах бензином, керосином и другими легко воспламеняющимися жидкостями.

6.2. Не оставляйте без присмотра печи, в которых уголь еще не прогорел.

6.3. Топка печей должна быть закончена не позднее, чем за 1 час до ухода Вас из дома.

6.4. Во избежание отравлением угарным газом задвижки дымоходов и дымовые трубы не закрывайте.

6.5. Не допускается топить печи с неисправными и открытыми дверцами топок, а также использовать для топки дрова, превышающие по длине глубину топки.

6.6. Запрещается сушить одежду, обувь, дрова и другие горючие материалы на топящихся печах.

В случае возникновения пожара, позвоните:

1. с городского **телефона** по номерам 01, 101, 112;
2. с мобильного телефона (для всех операторов) по номерам 101 и 112.

Единый номер вызова экстренных оперативных служб 112.

Плата за вызов не взимается, по номеру 112 дозвониться можно при отсутствии денег на счету, заблокированной симкарте и даже если телефон не ловит сеть.

Первая помощь при переохлаждении и обморожении

1. Как можно быстрее перейти в теплое помещение.
2. Снимите промерзшую или промокшую одежду и обувь.
3. При обморожении пальцев рук и ног вначале разотрите их смоченной спиртом салфеткой, затем обмороженные участки тела можно опустить в едва теплую воду, лишь постепенно доводя ее в течение 20-30 минут до температуры тела (36-37 °С), после чего вновь произведите несильное растирание до появления чувствительности кожи.
4. На обмороженный участок кожи наложите сухую стерильную повязку, тепло укутать обмороженные части тела.
5. Обеспечь неподвижность обмороженных участков тела, так как кровеносные сосуды в них становятся очень хрупкими и могут возникнуть кровоизлияния.
6. Обратиться в медицинское учреждение.

При обморожении нельзя

1. Растирать обмороженные участки тела снегом;
2. Помещать обмороженные конечности сразу в теплую воду или обкладывать тёплыми грелками;
3.Смазывать кожу маслами.