

ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ

1. Вимоги безпеки дорожнього руху, правила поведінки на автодорогах, залізниці, у транспортних засобах

Безпека учнів під час перебування на вулиці починається з безпеки дорожнього руху, оскільки вони є учасниками дорожнього руху:

рух тротуарами та пішохідними доріжками та рух за відсутності пішохідних доріжок чи тротуарів або за межами населеного пункту;

перехід проїжджої частини вулиць;

правила руху дорогою (вулицею) на велосипеді, мопеді.

правила поведінки у залізничному транспорті та поблизу залізничних колій;

правила безпеки під час перебування в транспортних засобах (річковий, автомобільний, міський електротранспорт, метро).

2. Правила пожежної безпеки під час канікул:

використання електроприладів у побуті;

пожежі в приміщенні, лісі, правила поведінки під час пожежі.

4. Правила поведінки в громадських місцях:

перебування в громадських місцях, участь у масових заходах;

перебування на дитячих майданчиках.

5. Вимоги безпеки у побуті:

під час роботи на присадибній ділянці;

користування газовими приладами;

правила електробезпеки та безпечного користування електроспоживачами;

поведінка при виявленні незнайомих предметів та небезпечних речовин;

правила поведінки з незнайомими людьми;

толерантність у стосунках.

6. Правила поведінки під час екскурсій до лісу:

одяг і взуття для проведення прогулянки (екскурсії) до лісу;

правила поводження у природному середовищі;

поведінка під час дощу, грози, у надзвичайних ситуаціях.

7. Правила поведінки на водних об'єктах:

правила купання дітей, які не вміють плавати;

правила безпеки під час плавання;

небезпечність ігор, пов'язаних з обмеженням руху;

тривалість купання та перебування на сонці;

користування надувними матрацами та кругами;

правила надання допомоги потопаючому.

8. Вимоги безпеки у разі виникнення екстремальних ситуацій, стихійних лих тощо:

у разі виникнення аварійних ситуацій; при виникненні пожеж;

у разі виникнення надзвичайних ситуацій природного характеру (землетруси, повені, зсуви ґрунту, урагани тощо).

Про всі випадки аварійних ситуацій, аварій, нещасних випадків природного чи техногенного характеру необхідно повідомити органи місцевого самоврядування, поліцію, місцевий штаб цивільного захисту.

9. Профілактика шкідливих звичок (тютюнопаління, алкоголізм, наркоманія, токсикоманія, ігроманія):

шкідливість для здоров'я вживання алкоголю, тютюнопаління;

вплив постійного перебування за комп'ютером на здоров'я дітей.

10. Правила надання першої допомоги у разі настання нещасного випадку

У разі нещасного випадку, що трапився за відсутності дорослих:

повідомити батьків телефоном; викликати швидку допомогу при необхідності;

вжити заходів надання першої медичної допомоги, з якими необхідно ознайомити під час проведення інструктажу перед початком канікул.

ІНСТРУКЦІЯ

з безпеки життєдіяльності під час літніх канікул

1. Загальні положення.

1.1. Інструкція з безпеки учнів під час літніх канікул поширюється на всіх учасників освітнього процесу під час перебування учнів на літніх канікулах. Відповідальність за життя та безпеку дітей під час канікул несуть батьки.

2. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час літніх канікул.

Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час літніх канікул.

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

- рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, притримуючись правого боку;
- за межами населених пунктів, рухаючись узбіччям чи краєм проїжджої частини, йти назустріч руху транспортних засобів;
- переходити проїжджу частину тільки по пішохідних переходах, зокрема підземних і наземних, а у разі їх відсутності – на перехрестях по лініях тротуарів або узбіч;
- у місцях із регульованим рухом керуватися тільки сигналами 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;
- у разі наближення транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком червоного або синього кольору, чи спеціальним звуковим сигналом, треба утриматися від переходу проїжджої частини або негайно залишити її;
- категорично заборонено вибігати на проїжджу частину, влаштовувати на ній або поблизу неї ігри, переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом, або невстановлених місцями;
- по проїжджій дорозі рухатися на велосипеді можна тільки дітям, які досягають 16-ти років; мопеди й велосипеди повинні бути обладнані звуковим сигналом та світлоповертачами: попереду – білого кольору, по боках – оранжевого, позаду – червоного; на голові у водія має бути захисний шолом; слід чітко дотримуватися правил дорожнього руху;
- водіям мопедів і велосипедів заборонено: керувати транспортом із несправним гальмом, звуковим сигналом, у темну пору доби; рухатися по автомагістралях, якщо є поряд велосипедна доріжка; рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках; їздити не тримаючись за кермо та знімати ноги з педалей; перевозити пасажирів; буксирувати інші транспортні засоби;
- для катання на інших засобах (скейтборд, самокат, ролики тощо) слід обирати місце на дитячих майданчиках та ін., на проїжджу частину виїжджати заборонено;
- учні повинні виконувати зазначені правила, а також інші Правила дорожнього руху України;
- перебувати поблизу залізничних колій дітям заборонено;
- учні, користуючись транспортним засобом, повинні сидіти або стояти тільки в призначених для цього місцях, тримаючись за поручень або інше пристосування.

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

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

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

- заборонено застосовувати горючі матеріали; зберігати бензин, газ та інші легкозаймисті горючі рідини, приносити їх до приміщення; застосовувати предмети оформлення приміщень, виготовлені з горючих синтетичних матеріалів, штучних тканин і волокон (пінопласту, поролону, полівінілу тощо); застосовувати відкритий вогонь (факели, свічки, феєрверки, бенгальські вогні тощо), дугові прожектори; влаштовувати світлові ефекти із застосуванням хімічних та інших речовин, що можуть викликати загоряння;;

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

- не наближатися до електроприладів, музичної апаратури, що живляться струмом. Користуватися електроприладами тільки сухими руками і в присутності батьків. У разі виявлення обірваних проводів, неізольованої проводки, іскріння проводки, слід негайно повідомити дорослих;

- у разі пожежної небезпеки (наявності вогню, іскріння, диму) слід

негайно вийти на повітря (за двері, на 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, залишити номер свого телефону;

- при появі запаху газу в квартирі, приміщенні у жодному разі не вмикати електроприлади, 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 пожежну охорону – 101; назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описавши ситуацію й залишивши номер свого телефону.

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

- під час канікул заборонено перебувати біля водойм без супроводу дорослих для запобігання утоплення дітей. Відпочиваючи у прибережній зоні, слід виконувати правила безпечної поведінки на воді: не запливати за огорожувальні буї, не підпливати до моторних човнів, вітрильників, веслових човнів та інших плавзасобів; не залазити на технічні та попереджувальні знаки, буї та інші предмети; не використовувати рятувальні засоби і спорядження не за призначенням; не стрибати у воду зі споруд, не пристосованих для цього, й у місцях, де невідомі глибина та стан дна; не організовувати у воді ігри, пов'язані з пірнанням і захопленням тих, хто купається; не стрибати у воду з човнів, катерів, вітрильників та інших плавзасобів; не використовувати для плавання дошки, камери від волейбольних м'ячів, надувні матраци (особливо у штормову погоду); не купатися біля причалів та у вечірній час, особливо після заходу сонця; не стрибати у воду в незнайомих місцях; не купатися біля обривів, зарослих рослинністю берегів; не засмічувати воду та узбережжя, не залишати та не кидати сміття. Заборонене купання у затоплених кар'єрах, каналах, озерах, пожежних водоймах, ставках, морських акваторіях та інших водоймах, що не мають

обладнаних пляжів сезонними рятувальними постами, не зареєстровані місцевою владою як місця масового відпочинку. Під час купання не слід робити зайвих рухів, не пірнати, не треба тримати свої м'язи в постійній напрузі, не порушувати ритму дихання, не перевтомлювати себе, не брати участі у великих запливах без необхідних тренувань та дозволу лікаря. Не можна заходити у воду після прийому сонячних ванн, жвавих ігор. Як тільки ви починаєте замерзати, треба негайно вийти з води, енергійно розтертися рушником і швидко одягтися. Категорично заборонено заходити у воду, якщо ви погано почуваєтеся;

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

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

- уникати вживання в їжу грибів;

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

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

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

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

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

- не підходити до відчинених вікон, не нахилитися на перила, парапети сходинок для запобігання падіння 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 парах предмету «Захист Вітчизни», виховних годинах, у бесідах з безпеки життєдіяльності.

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

- не розмовляти й не вступати в контакт із незнайомцями, зокрема не передавати їм цінні речі, ключі від дому, навіть якщо вони назвалися представниками поліції. 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 18-ти років можна 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, а в цей час зателефонуйте батькам і двері незнайомцям не відчиняйте;

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

- не заходити в під'їзд, ліфт із незнайомими людьми; одразу кликати на допомогу, якщо незнайомець провокує якісь дії щодо вас. Бути уважнішими, 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 слід керуватися загальними правилами етикету й нормами поведінки, не провокувати оточуючих на агресивну поведінку діями і словами.

У разі небезпечної ситуації звертатися до служби охорони закладу, викликати поліцію за номером 102, зателефонувати батькам;

- не вчиняти дії, що можуть призвести до правопорушень. Неповнолітніми у кримінальному праві вважаються особи віком до 18-ти років. За злочини, вчинені після настання 14-річного віку, неповнолітні підлягають кримінальній відповідальності; позбавлення волі неповнолітньому може бути призначення строком до 10-ти років; найбільш суворим примусовим заходом виховного характеру є направлення до спеціальних навчально-виховних установ, що здійснюється примусово, незалежно від бажання неповнолітнього чи його батьків;

- батьки неповнолітніх, які не займаються вихованням своїх дітей, підлягають адміністративному штрафу в розмірах, передбачених відповідною статтею 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).

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

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

- хворому виділити окреме ліжко, посуд, білизну;

- приміщення постійно провітрювати;

- у разі контакту із хворим одягати маску;

- хворому слід дотримуватися постільного режиму;

- вживати заходів профілактики, чітко виконувати рекомендації лікаря;

- постійно мити руки з милом перед їжею;

- не їсти брудних овочів та фруктів, ретельно їх мити й ошпарювати;

- для запобігання захворювання на педикульоз, регулярно мити голову; довге волосся у дівчат має бути зібране у зачіску, не користуватися засобами особистої гігієни (гребінцем) інших осіб, а також не передавати свої засоби гігієни іншим. Не міряти й не носити чужого одягу, головних уборів, а також не передавати свого одягу іншим;

- не вживати самостійно медичних препаратів, не рекомендованих лікарем;

· якщо ви погано почуваєтеся, а дорослих немає поряд, слід викликати швидку медичну допомогу за номером 103, описавши свій стан, назвавши номер свого телефону, домашню адресу, прізвище, ім'я, а також зателефонувати батькам.

2.6. Під час канікул спілкуючись в інтернеті пам'ятайте про те, що спілкування в чатах та на інших подібних сайтах поряд з користю може приховувати і суттєву небезпеку для вас. Тому, щоб уберегти себе від неприємностей ви повинні постійно пам'ятати нескладні правила безпечної поведінки під час бесіди з незнайомцями або новими друзями, з якими познайомились саме в Інтернеті.:

Спілкуючись в Інтернеті, заради своєї безпеки ніколи:

- не повідомляйте своє прізвище, домашню адресу, номер свого мобільного телефону, місце знаходження та інші дані;
- не розміщуйте фотокартки, на яких ви оголені або у нижній білизні чи піжамі, а також не відправляйте комусь свої фото електронною поштою;
- не повідомляйте пароль до своєї Інтернет-сторінки.
- не потрібно обговорювати теми, які тобі неприємні або яких ти соромишся;
- не потрібно показувати віртуальному другу перед Веб-камерою своє тіло або якісь його частини, робити те, що тобі не подобається.
- не потрібно відповідати на питання, які стосуються твого особистого життя або твого тіла;
- при реєстрації у Чаті ніколи не заповнюйте поля, де від вимагають прізвище, номер мобільного телефону, домашню адресу. Якщо ці поля обов'язкові, то краще вигадай для себе прізвище, адресу та номер телефону. Це потрібно для вашої безпеки. Взагалі, для реєстрації у Чаті, на інших подібних сайтах створи для себе окрему електронну поштову скриньку;
- обмежте доступ до своїх сторінок невідомих вам людей, додавайте до списку своїх друзів лише тих, кого ви добре знаєте у справжньому житті.

2.7 Літні небезпеки:

- тепловий і сонячний удар;
- укуси кліщів;
- вжалила бджола чи оса;
- допомога при утопленні.

Перебуваючи довгий час на сонці, людина може навіть втратити свідомість. У цьому випадку необхідно перевірити пульс і переконатися в наявності дихання. При відсутності їх ознак відразу зробіть штучне дихання. Потім перемістіть його в прохолодне приміщення, підніміть ноги і покладіть під коліна валик з одягу. На голову покладіть рушник змочений холодною водою. Якщо людина не приходить в свідомість викликайте швидку, а покладіть постраждалого на бік, щоб виключити потрапляння блювоти в дихальні шляхи. Якщо людина у свідомості напоїти його міцним холодним чаєм.

Якщо ви проводите багато часу на сонці, то у вас є високий ризик отримати теплове виснаження, які може миттєво перейти в тепловий удар. Уважно слухайте сигнали свого тіла, і при поганому самопочутті обов'язково прийміть негайні заходи для того, щоб знизити температуру тіла. Не забувайте, що тепловий удар — серйозний стан, яке може загрожувати життю людини.

Навесні і на початку літа, в лісі, в чагарнику у високій траві, існує ймовірність укусу кліщів. Для видалення кліща бажано звернутися в медичний заклад, але можна видалити його самостійно або за допомогою дорослих. Захоплюєте кліща пінцетом якомога ближче до хоботка, а потім не поспішаючи, обертаючи його навколо осі

витають. Якщо головка відривається і залишається в ранці, то її треба продезинфікувати спиртом і витягти стерильною голкою, на подібну як це робиться при занозі.

Нерідкі влітку на природі укуси бджіл і диких ос. Насамперед необхідно витягнути жало. Потім по можливості дати потерпілому антигістамінний препарат і при необхідності знеболювальне. Уражену ділянку промити холодною водою і прикласти холодний компрес. Це зменшує набряклість і знімає біль. При підвищенні температури дати прийняти жарознижуваче. Корисно рясне пиття. У загальному випадку укуси бджіл і ос не смертельні. Але, якщо на них існує алергія, то наслідки можуть бути дуже серйозними. Аж до задухи, судом та втрати свідомості. У таких випадках виклик «швидкої» обов'язковий.

Вода не тільки друг людини, вона може бути і причиною трагедії. Утоплення - це один з видів механічної асфіксії, при якому механічним чинником є будь-яка рідина (вода, вино, нафта тощо), яка потрапляє в дихальні шляхи. Для того, щоб людина загинула від утоплення, необов'язковим є занурення тіла у велике водоймище. Людина може втопитися навіть у калюжі, тазу, діжці тощо. Це можливо у випадках, коли людина в стані сильного алкогольного сп'яніння або, наприклад, під час епілептичного нападу потрапляє обличчям у калюжу води. Відразу ж після вилучення потонулого з води - перевернути його обличчям вниз і опустити голову нижче таза. Очистити рот від стороннього вмісту і слизу. Різко натиснути на корінь язика. При появі блювотного і кашльового рефлексів-домогтися повного видалення води з дихальних шляхів і шлунка. Якщо ні блювотних рухів і кашлю-покласти на спину і приступити до реанімації. При появі ознак життя-перевернути обличчям вниз і видалити воду з легенів і шлунка. Викликати «швидку допомогу».

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

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

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

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

- 101 – пожежна охорона;
- 102 – поліція;
- 103 – швидка медична допомога;
- 104 – газова служба;

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

3.4. У разі можливості слід залишити територію аварійної небезпеки.