



## **Инструкция № 1**

### **по правилам дорожного движения**

#### Обязанности пешеходов:

1. Пешеходы должны двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам, а при их отсутствии – по обочинам. Пешеходы, перевозящие или переносящие громозкие предметы могут двигаться по краю проезжей части, если их движение по тротуарам или обочинам создаёт помехи для других пешеходов.

При отсутствии тротуаров, пешеходных дорожек или обочин, а также в случае невозможности двигаться по ним пешеходы могут двигаться по велосипедной дорожке или идти в один ряд по краю проезжей части ( на дорогах с разделительной полосой – по внешнему краю проезжей части ).

При движении по краю проезжей части пешеходы должны идти навстречу движению транспортных средств. Лица, ведущие мопед, велосипед, в этих случаях должны следовать по ходу движения транспортных средств.

2. Движение организованных пеших колонн по проезжей части разрешается только по направлению движения транспортных средств по правой стороне не более чем по четыре человека в ряд. Спереди и сзади колонны с левой стороны должны находиться сопровождающие с красными флажками. а в тёмное время суток и в условиях недостаточной видимости – с включёнными фонарями: спереди – белого цвета. сзади – красного.

Группы детей разрешается водить только по тротуарам и пешеходным дорожкам, а при их отсутствии – и по обочинам, но лишь в светлое время суток и только в сопровождении взрослых.

3. Пешеходы должны пересекать проезжую часть по пешеходным переходам, в том числе по подземным и надземным, а при их отсутствии – на перекрёстках по линии тротуаров или обочин.

При отсутствии в зоне видимости перехода или перекрёстка разрешается переходить дорогу под прямым углом к краю проезжей части на участках без разделительной полосы и ограждений там, где она хорошо просматривается в обе стороны.

4. В местах, где движение регулируется, пешеходы должны руководствоваться сигналами регулировщика или пешеходного светофора, а при его отсутствии – транспортного светофора.

5. На нерегулируемых пешеходных переходах пешеходы могут выходить на проезжую часть после того, как оценят расстояние до приближающихся транспортных средств, их скорость и убедятся, что переход будет для них безопасен. При пересечении проезжей части вне пешеходного перехода пешеходы, кроме того, не должны создавать помех для движения транспортных средств и выходить из – за стоящего транспортного средства или иного препятствия, ограничивающего обзорность, не убедившись в отсутствии приближающихся транспортных средств.

6. Выйдя на проезжую часть, пешеходы не должны задерживаться или останавливаться, если это не связано с обеспечением безопасности движения. Пешеходы, не успевшие закончить переход, должны остановиться на линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений. Продолжать переход можно лишь убедившись в безопасности дальнейшего движения и с учётом сигнала светофора.

7. При приближении транспортных средств с включенными синим проблесковым маячком и специальным звуковым сигналом пешеходы обязаны воздержаться от перехода проезжей части, а находящиеся на ней должны уступить дорогу этим транспортным средствам и незамедлительно освободить проезжую часть.

8. Ожидать маршрутное транспортное средство и такси разрешается только на приподнятых над проезжей частью посадочных площадках, а при их отсутствии – на тротуаре или обочине. В местах остановок маршрутных транспортных средств, не оборудованных приподнятыми посадочными площадками, разрешается выходить на проезжую часть для посадки в транспортное средство лишь после его остановки. После высадки необходимо, не задерживаясь, освободить проезжую часть.

## **Инструкция № 3 по правилам дорожного движения**

### Обязанности пассажиров:

#### 1. Пассажиры обязаны:

- при поездке на транспортном средстве, оборудованном ремнями безопасности, быть пристёгнутыми ими, а при поездке на мотоцикле – быть в застёгнутом мотошлеме;
- посадку и высадку производить со стороны тротуара или обочины и только после полной остановки транспортного средства.

Если посадка и высадка невозможна со стороны тротуара или обочины, она может осуществляться со стороны проезжей части при условии, что это будет безопасно и не создаёт помех другим участникам движения.

#### 2. Пассажирам запрещается:

- отвлекать водителя от управления транспортным средством во время его движения;
- при поездке на грузовом автомобиле с бортовой платформой стоять, сидеть на бортах или на грузе выше бортов;
- открывать двери транспортного средства во время его движения.

**Инструкция № 4**  
**по правилам поведения в общественных местах**

1. Правила поведения в театре и на концерте:

1. Приведи себя в порядок.
2. Рассчитай время: в кино – сними шапку, в театре – в гардеробе получи номерок.
3. Не сори, не бегай в фойе.
4. Займи своё место. По ряду проходи лицом к сидящим, извинись.
5. Не спеши выходить из зала до окончания спектакля, это неприлично.
6. Не разговаривай во время представления, не мешай зрителям.
7. Помни, что ты и другие пришли отдохнуть.

2. Правила поведения в музее:

1. Сдерживай свои эмоции ( восхищение, удивление, огорчение ), воздержись от высказываний, неодобрения.
2. Не перебивай рассказ экскурсовода, выслушай, а потом вежливо задай вопрос.
3. Не загромождай экспонаты и не трогай их руками.

**Инструкция № 5**  
**по правилам поведения на воде**  
**( в естественном водоёме)**

1. Правила поведения на воде:

1. Не забегайте в воду с разбега.

Перепад температур – от разницы между нагретым на солнце телом и относительно прохладной водой – может вызвать спазм сосудов. Известны случаи, когда в результате в воде у людей схватывало сердце. Особенно велик риск, если температура воды не выше 18 градусов.

2. Ни в коем случае нельзя нырять в незнакомых местах.

3. Нельзя заплывать за буйки ( даже если вы хотите перед кем-нибудь похвалиться своим умением плавать ).

4. Нельзя выплывать на фарватер, где ходят суда, и приближаться к ним. Если вы подплываете близко к судну, вас может затянуть под винты.

5. Игры в « морские бои » на лодках, как и раскачивание лодки, хождение по ней или перегибание через борт, опасны тем, что лодка может перевернуться.

6. Не пытайтесь плавать на самодельных плотках и других собственноручно изготовленных плавательных средствах.

8. Не следует плавать на надувных матрасах и камерах.

9. Не купайтесь, приняв алкогольные напитки.

10. Не купайтесь до озноба – это признак скорейшего появления судорог.

2. Что надо делать в первую очередь, если кто-нибудь тонет на ваших глазах?

1. Увидев тонущего человека, - привлечь внимание окружающих криком « Человек тонет!».

2. Посмотрите, нет ли рядом спасательного средства. Им может стать всё, что плавает на воде и что вы можете добросить до тонущего: спасательный круг, резиновая камера, надувной матрас, резиновый мяч, доска.

3. Попробуйте, если это возможно, дотянуться до тонущего рукой, палкой, толстой веткой или бросьте ему верёвку.

4. Если рядом никого нет, можно попытаться спасти утопающего, подплыв к нему и схватить за волосы или за ворот одежды, после чего вернуться с ним на безопасную глубину ( транспортировать спасаемого спиной вниз, поддерживая его голову над водой ). Но это возможно только в самом крайнем случае и если вы очень хорошо плаваете.

Если вы заметили утопающего, подплывите к нему и охватывайте сзади.

Если утопающий начал хвататься за вас и тянуть на дно, сами резко опуститесь под воду, утопающий отпустит вас чисто инстинктивно, и вы сможете повторить попытку спасения.

5. На берегу: если тонущий находится в сознании, у него сохранено дыхание и прощупывается пульс, нужно его согреть и успокоить. Хорошо

бы обтереть его тело, переодеть с сухое бельё, дать чай, кофе. Дополнительно можно произвести растирание тела и массаж.

Если на берегу у утопающего началась рвота – это хороший признак. Если же нет, придётся вызвать её искусственно. Хуже всего, если человек пробыл под водой уже несколько минут и его лёгкие заполнены водой. Тогда нужно положить его на колени так, чтобы голова утопленного свисала ниже его грудной клетки, и сильными надавливаниями на спину добиться того, чтобы вода пошла из лёгких.

После удаления воды положить пострадавшего на живот и приступить к вызову спасательных служб.

### 3. Спасение утопающих – дело рук самих утопающих!

Большинство людей тонут не из-за того, что плохо плавают, а потому, что, заплыв далеко или испугавшись, поддаются панике и не надеются на себя. Помните: если вы можете проплыть только пять метров, значит, сможете проплыть и все пятьдесят!

- не поддавайтесь панике, то есть, не молотите по воде руками и не вопите: « Спасите, тону! », а постарайтесь экономить силы и сохранять размеренное дыхание.

- вы можете позвать на помощь раз или два, но если вам некому помочь, надейтесь только на себя. Проплывите в сторону берега сколько сможете, а после этого отдохните.

### 4. Научитесь отдыхать на воде!

Первый способ: перевернитесь в воде на спину, раскиньте руки и ноги в стороны, закройте глаза, лягте головой на воду и расслабьтесь, слегка помогая себе ногами удерживаться в горизонтальном положении. Дышите глубоко, слегка задерживая воздух в лёгких.

Второй способ: сжавшись поплавком, вдохните воздух, погрузите лицо в воду, обнимите руками колени и прижмите их к телу, сдерживая выдох. Затем медленно выдохните воздух в воду, сделайте новый быстрый вдох над водой – и повторите всё снова.

## **Инструкция № 6** **по правилам поведения на льду**

### 1. Правила поведения на льду:

1. Лёд можно считать прочным, если его толщина не менее семи сантиметров – он может выдержать человека. Для группы людей, а также для устройства катка безопасен лёд толщиной не менее двенадцати сантиметров.

Наиболее прочный лёд имеет синеватый или зеленоватый оттенок, а матово-белый или с желтоватым оттенком – ненадёжен.

Хрупкий и тонкий лёд обычно бывает в тех местах, где в него вмерзают ветки, доски и другие предметы, а также вблизи кустов, деревьев и камыша.

Непрочен лёд около стоков вод у заводов и фабрик, а также в местах впадения ручьёв или там, где бьют ключи.

2. Следует обходить участки, запорошенные снегом или покрытые сугробами. Лёд под снегом всегда тоньше.

3. Очень осторожным следует быть в местах, где лёд примыкает к берегу. Здесь лёд, как правило, менее прочен, и в нём могут быть трещины.

4. Особенно опасен лёд во время оттепели.

5. Прежде, чем ступить на лёд, посмотрите, нет ли поблизости тропы или свежих следов – лучше двигаться по ним, так как этот путь проверен.

6. Если следов нет, надо внимательно осмотреться и наметить свой маршрут так, чтобы избежать мест, где может быть слабый лёд.

7. Следует взять с собой крепкую палку и с её помощью проверять прочность льда. Если после удара палкой о лёд появится вода, нужно сразу же возвращаться к берегу. Причём старайтесь скользить ногами, не отрывая подошв ото льда.

### 2. Замёрзшую реку или озеро лучше пересекать на лыжах

При этом рекомендуется:

1. Крепление лыж расстегните, чтобы при необходимости быстро их сбросить.

2. Лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.

3. Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо. Не займёт много места в рюкзаке и верёвка длиной около двадцати метров.

4. При передвижении по льду группой необходимо соблюдать дистанцию не менее пяти метров друг от друга.

### 3. Что надо делать в первую очередь, если кто-нибудь провалился под лёд, а помощи ждать неоткуда?

1. Ни в коем случае не поддавайтесь панике и не теряйте самообладания.

2. Выбирайтесь на лёд в ту сторону, откуда вы шли, а не плывите вперёд.



3. Беспорядочно не барахтайтесь и не наваливайтесь всей тяжестью тела на кромку льда. На лёд надо выползть, широко раскинув руки, чтобы увеличить площадь опоры.

4. Чтобы выбраться на лёд, надо попытаться, не совершая резких движений, как можно дальше выползти грудью на лёд, затем осторожно вытащить на лёд сначала одну ногу, а потом другую.

5. Выбравшись из воды, ни в коем случае нельзя сразу вставать на ноги. Нужно сначала откатиться от полыньи и ползти в ту сторону, откуда вы пришли и где прочность льда уже проверена.

6. Лишь ступив на берег, надо бежать, чтобы согреться и быстрее попасть в тёплое место.

4. Что надо делать в первую очередь, если кто-то другой на ваших глазах провалился под лёд?

1. Если на ваших глазах тонет человек, сразу крикните ему, что идёте на помощь.

2. Приближаться к полынье нужно крайне осторожно, лучше – ползком, широко раскинув руки. Если есть возможность, подложите под себя лыжи или доску и ползите на них.

3. Подползть к краю полыньи ни в коем случае нельзя!

4. Лёд обязательно обломится, если вы попытаетесь подать тонущему руку и вытянуть его. Лёд выдерживает человека на расстоянии трёх – четырёх метров от края полыньи. Поэтому постарайтесь протянуть тонущему лыжу, лыжную палку, доску, верёвку. Можно использовать крепко связанные шарфы.

5. Лучше, если спасающих несколько. Они могут, взяв один другого за ноги, лечь на лёд цепочкой и подползти к полынье.

6. Действовать надо решительно и быстро, так как человек, попавший в полынью, быстро замёрзнет, а намокшая одежда не даёт ему долго держаться на воде.

7. Вытащив товарища на лёд, следует отползти с ним из опасной зоны и как можно быстрее добраться до тёплого места, чтобы растереть его, напоить горячим чаем и переодеть в сухое.

**Инструкция №7**  
**по правилам поведения на воде**  
**( в бассейне, в аквапарке)**

1. Общие требования безопасности:

1. К занятиям по плаванию допускаются учащиеся с 1-го класса, прошедшие инструктаж по правилам поведения на воде, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

2. При проведении занятий по плаванию соблюдать правила поведения, установленные режимы занятий и отдыха.

3. При проведении занятий по плаванию возможны воздействие на учащихся следующих опасных факторов:

- травмы и утопление при прыжках в воду вниз при недостаточной глубине воды;

- купание сразу после приёма пищи или большой физической нагрузки.

4. В процессе занятий учащиеся должны соблюдать порядок проведения занятий.

2. Требования безопасности перед началом занятий:

1. Надеть купальный костюм ( плавки ) и на голову плавательную шапочку.

2. Убедиться в том, что температура воды не ниже установленной нормы.

3. Сделать перерыв между приёмом пищи и купанием не менее 45-50 мин.

4. Сделать разминку, выполнив несколько лёгких упражнений.

3. Требования безопасности во время занятий:

1. Входить в воду только с разрешения учителя (воспитателя, родителя) и во время купания не стоять без движений.

2. Внимательно слушать и выполнять все команды и сигналы учителя (воспитателя, родителя).

3. Не прыгать в воду головой вниз при недостаточной глубине воды, при необследованном дне и при нахождении вблизи других пловцов.

4. Не оставаться при нырянии долго под водой.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях:

1. Почувствовать озноб, быстро выйти из воды и растереться сухим полотенцем.

2. При судорогах не теряться, стараться держаться на воде и позвать на помощь.

3. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

5. Требования безопасности по окончании занятий:

1. Выйдя из воды, вытереться полотенцем насухо и сразу одеться.

2. При низкой температуре после купания, чтобы согреться, сделать несколько лёгких гимнастических упражнений.

3. Проверить по списку наличие всех учащихся.

**Инструкция № 8**  
**по правилам поведения при проведении массовых мероприятий**  
**(утренников, концертов, конкурсов и др.)**

1. Общие требования безопасности:

1. К участию в массовых мероприятиях допускаются учащиеся, прошедшие инструктаж по ТБ.

2. При проведении массовых мероприятий возможно воздействие на них следующих опасных факторов:

- возникновение пожара при неисправности электропроводки, использовании открытого огня ( факелы, свечи, фейерверки, бенгальские огни, хлопушки, петарды и т. п.), при воспламенении новогодней ёлки, использовании световых эффектов с применением химических и других веществ, могущих вызвать загорание;

- травмы при возникновении паники в случае пожара и других чрезвычайных ситуаций.

3. Помещения, где проводятся массовые мероприятия, должны быть обеспечены медаптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами, для оказания первой помощи при травмах.

4. Участники массового мероприятия обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

5. О каждом несчастном случае с участниками массового мероприятия немедленно сообщить руководителю мероприятия и администрации учреждения, принять меры по оказанию первой помощи пострадавшему.

7. На время проведения массового мероприятия должно быть обеспечено дежурство работников в составе не менее двух человек.

2. Требования безопасности перед проведением массового мероприятия:

1. Приказом руководителя назначить ответственных лиц за проведение массового мероприятия. Приказ довести до ответственных лиц под роспись.

2. Провести инструктаж по ТБ участников массового мероприятия с записью в журнале установленной формы.

3. Проветрить помещения, где будут проводиться массовые мероприятия, и провести влажную уборку.

3. Требования безопасности во время проведения массового мероприятия:

1. В помещении, где проводится массовое мероприятие, должны неотлучно находиться назначенные ответственные лица.

2. Строго выполнять все указания руководителя при проведении массового мероприятия, самостоятельно не предпринимать никаких действий.

3. Новогодняя ёлка должна быть установлена на устойчивом основании с таким расчётом, чтобы не затруднялся выход из помещения. Ветки ёлки должны находиться на расстоянии не менее 1 м от стен и потолков. Запрещается применять для украшения ёлки самодельные электрические гирлянды, игрушки из легковоспламеняющихся материалов, вату.

4. При проведении массового мероприятия запрещается применять открытый огонь ( факел, свечи, фейерверки, бенгальские огни, хлопушки, петарды и т.п. ), устраивать световые эффекты с применением химических и других веществ, могущих вызвать загорание.

#### 4. Требования безопасности в аварийных ситуациях:

1. При возникновении пожара немедленно без паники эвакуировать учащихся из здания, используя все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению пожара с помощью первичных средств пожаротушения.

2. При получении участником массового мероприятия травмы немедленно сообщить об этом руководителю мероприятия и администрации учреждения, оказать пострадавшему первую помощь, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

#### 5. Требования безопасности по окончании массового мероприятия:

1. Убрать в отведённое место инвентарь и оборудование.

2. Тщательно проветрить помещение и провести влажную уборку.

3. Проветрить противопожарное состояние помещений, закрыть окна, форточки, фрамуги и выключить свет.

## **Инструкция № 9**

### **по правилам поведения при проведении прогулок, туристических походов, экскурсий**

#### 1. Общие требования безопасности:

1. К прогулкам, туристическим походам, экскурсиям допускаются учащиеся с 1-го класса, прошедшие инструктаж по ТБ, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

2. При проведении прогулок, туристических походов и экскурсий соблюдать правила поведения, установленные режимы передвижения и отдыха.

3. При проведении прогулок, туристических походов и экскурсий возможно воздействие на их участников, следующих опасных факторов:

- изменение установленного маршрута движения, самовольное оставление места расположения группы;

- потёртости ног при неправильном подборе обуви;

- травмирование ног при передвижении без обуви, а также без брюк или чулок;

- укусы ядовитыми животными, пресмыкающимися и насекомыми;

- отравления ядовитыми растениями, плодами и грибами;

- заражение желудочно – кишечными болезнями при употреблении воды из непроверенных открытых водоёмов.

4. При проведении прогулок, туристических походов и экскурсий группу учащихся должны сопровождать двое взрослых.

5. Для оказания первой медицинской помощи при травмах обязательно иметь медаптечку с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств.

6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить об этом руководителю прогулки, туристического похода и экскурсии.

7. Учащиеся должны соблюдать установленный порядок проведения прогулки, туристического похода или экскурсии и правила личной гигиены.

#### 2. Требования безопасности перед проведением прогулки, туристического похода, экскурсии:

1. Пройти соответствующую подготовку, инструктаж, медицинский осмотр и представить справку о состоянии здоровья.

2. Надеть удобную одежду и обувь, не стесняющую движений и соответствующую сезону и погоде. Для предотвращения травм и укусов ног надеть брюки или чулки.

#### 3. Требования безопасности во время проведения прогулок, туристических походов, экскурсий:

1. Соблюдать дисциплину, выполнять все указания руководителя и его заместителя, самостоятельно не изменять установленный маршрут движения и не покидать место расположения группы.

2. Общая продолжительность прогулки составляет 1- 4 часа, а туристического похода, экскурсии не должна превышать: для учащихся 1-

2 классов -1 дня, 3-4 классов -3 дня, 5-6 классов-18 дней, 7-9 классов-24 дня.

3. Во время привалов во избежание ожогов и лесных пожаров не разводить костры.

4. Не пробовать на вкус какие-либо растения, плоды и грибы.

5. Не трогать руками ядовитых и опасных животных, пресмыкающихся, насекомых, растений и грибов, а также колючих растений и кустарников.

6. При передвижении не снимать обувь и не ходить босиком.

7. Во избежание заражения желудочно-кишечных заболеваний не пить воду из открытых непроверенных водоёмов, использовать для этого питьевую воду из фляжки, которую необходимо брать с собой или кипячёную воду.

8. Соблюдать правила личной гигиены, своевременно информировать руководителей прогулки, туристического похода, экскурсии об ухудшении состояния здоровья или травмах.

9. Уважать местные традиции и обычаи, бережно относиться к природе, памятникам истории и культуры, к личному и групповому имуществу.

#### 4. Требования безопасности в аварийных ситуациях:

1. При укусе ядовитыми животными, пресмыкающимися, насекомыми немедленно оказать первую медицинскую помощь, отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

2. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

#### 5. Требования безопасности по окончании прогулок, туристических походов, экскурсий:

1. Проверить по списку наличие учащихся в группе.

2. Проверить наличие и сдать на хранение туристское снаряжение.

3. Принять душ или вымыть лицо и руки с мылом.

**Инструкция № 10**  
**по правилам поведения при перевозке учащихся**  
**автомобильным транспортом**

1. Общие требования безопасности:

1. Учащихся при перевозке должны сопровождать двое взрослых.
2. При перевозке автомобильным транспортом возможно воздействие на их участников, следующих опасных факторов:
  - травмирование проходящим транспортом при выходе на проезжую часть при посадке или высадке из автобуса;
  - травмы при резком торможении автобуса;
  - травмы в дорожно – транспортных происшествиях при нарушении ПДД или при эксплуатации технически неисправных транспортных средств.

3. Автобус, предназначенный для перевозки учащихся должен быть оборудован спереди и сзади предупреждающим знаком « Дети », а также огнетушителем и аптечкой с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств.

4. В случае дорожно – транспортного происшествия с травмированием детей ответственный за перевозку сообщает с ближайшего пункта связи или с помощью проезжающих водителей о происшествии администрации учреждения, в органы ГИБДД и медицинское учреждение.

5. При перевозке учащихся соблюдать установленный порядок перевозки и правила личной гигиены.

2. Требования безопасности перед началом перевозки:

1. Перевозка учащихся разрешается только по письменному приказу руководителя учреждения.

2. Провести инструктаж учащихся по правилам поведения во время перевозки с записью в журнале регистрации инструктажа.

3. Убедиться в технической исправности автобуса путём внешнего осмотра.

4. Проверить наличие на автобусе спереди и сзади предупреждающего знака

« Дети », а также огнетушителя и аптечки.

5. Посадку учащихся в автобус производить со стороны тротуара или обочины дороги строго по количеству посадочных мест. Стоять в проходах между сидениями не разрешается.

3. Требования безопасности во время перевозки:

1. При перевозке учащимся соблюдать дисциплину и выполнять все указания старших.

2. Во время движения не разрешается стоять и ходить по салону автобуса, не высовываться из окна и не выставлять в окно руки.

3. Во избежание травм при резком торможении автобуса необходимо упираться ногами в пол кузова автобуса и руками держаться за поручень впереди расположенного сидения.

4. Не разрешается перевозить учащихся в тёмное время суток, в гололёд.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях:

1. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

5. Требования безопасности по окончании перевозки:

1. Учащимся выходить из автобуса только с разрешения старшего в сторону тротуара или обочины дороги. Запрещается выходить на проезжую часть и перебегать дорогу.

2. Проверить по списку наличие учащихся.



**Инструкция № 11**  
**по правилам поведения в природе в весенне-летний период**  
**( во время активизации иксодового клеща )**

Укус иксодового клеща может привести к заражению клещевым энцефалитом - болезни, поражающей нервную систему, - или менее тяжкому, но более распространенному заболеванию - клещевому боррелиозу, болезни, поражающей мышечные ткани.

Наиболее любимые места обитания иксодовых клещей - места, где много лиственных насаждений.

Самыми опасными месяцами являются май - июнь, когда активизируются голодные после зимней спячки клещи.

Как же уберечься от возможного укуса иксодового клеща?

1. Без серьёзной необходимости не посещайте леса смешанного типа в мае - июне.
2. При нахождении в лесу, как бы ни было жарко, необходимо носить закрытую одежду, плотно прилегающую к телу и хорошо заправленную, чтобы затруднить заползание клеща.
3. Хорошо опрыскивать одежду и открытые части тела специальными репел-лентами, продающимися в аптеках и парфюмерных отделах магазинов.
4. Периодически, каждые 10-15 минут, следует проводить само- и взаимно-осмотры для обнаружения прицепившихся клещей (клещи присасываются не сразу, и 10-15 минут вполне хватает, чтобы обнаружить и снять еще не присосавшегося клеща).
5. Если же клещ уже присосался, следует покрыть клеща каким-нибудь жиром-вазелином, маслом (дыхательные поры, расположенные на брюшке, перестанут пропускать воздух, и минут через 40 клещ отпадёт).
6. Снятых с одежды и тела клещей надо обязательно сжигать.
7. При укусе клещом надо немедленно прервать прогулку и обратиться в ближайший медпункт для проведения профилактических мероприятий.

Помните!

1. Если клещ присосался, его ни в коем случае нельзя вытаскивать из кожи. Соединение головогруды клеща с брюшком весьма хрупкое и при попытке вытащить клеща оно разрывается.
2. Ни в коем случае нельзя сбрасывать клещей на землю и раздавливать ногой, а тем более рукой, так как вирус заражённого клеща разбрызгивается с его внутриполостной жидкостью и может попасть в организм человека через поры кожи и слизистую оболочку глаз, носа, рта.

## **Инструкция № 12**

### **по правилам поведения в экстремальных ситуациях ( если вы оказались заложниками террористов)**

1. По возможности скорее возьмите себя в руки, успокойтесь и не паникуйте.

2. Надо забыть весь « опыт », приобретённый после просмотра приключенческого кинофильма.

3. Постарайтесь понять, чего хотят террористы, определите для себя, кто из них наиболее опасен (нервный, решительный, агрессивный).

4. С самого начала ( особенно первые полчаса) выполняйте все приказы и распоряжения террористов.

5. Избегайте смотреть террористам прямо в глаза.

6. Не стоит апеллировать к совести террористов. Это почти бесполезно. Они стремятся выполнить задуманное и, чтобы перекричать голос совести, могут пойти на жестокие и неадекватные действия.

7. Говорите спокойным голосом. Избегайте вызывающего, враждебного тона.

8. Не делайте резких и угрожающих движений, не провоцируйте террористов на необдуманные действия.

9. Старайтесь избегать контактов с террористами, если они требуют от вас « соучастия» в тех или иных действиях, например, связать кого-то, подвергнуть пытке и т.п. Никто и ничто не мешает вам в этом случае потерять сознание, продемонстрировать свой испуг и бессилие, сослаться на слабость. Все остальные требования надо выполнять неукоснительно и точно.

10. Если кто-то ранен и ему требуется помощь, а вы можете её оказать, попросите подойти старшего из террористов и обратитесь к нему примерно со следующими словами: « Вы можете сберечь одну жизнь. Это когда-нибудь вам зачтётся. Я могу оказать помощь человеку и всегда замолвлю за вас слово. Будьте благоразумны! Позвольте мне помочь несчастному, иначе мы его потеряем ». При этом говорите спокойно и ничего не предпринимайте, пока не получите разрешение. Не настаивайте на своём.

11. Никого не торопите и не подталкивайте к необдуманным действиям. Ведите себя послушно, спокойно и миролюбиво.

12. Если вам придёт в голову, что террорист блефует и в руках у него муляж, не проверяйте этого. Ошибка может стоить вам жизни.

13. Старайтесь запомнить всё, что видите и слышите: имена, клички, особенности поведения террористов, их внешний вид. Ваши показания будут важны для следствия.

14. По возможности расположитесь подальше от окон и от самих террористов.

15. Для поддержания сил ешьте всё, что вам дают, даже если пища вам не нравится.

16. Не пытайтесь бежать, если нет полной уверенности в успехе побега.

17. Не возмущайтесь, если при штурме с вами обойдутся жестоко, причинят вам моральную или даже физическую травму – действия штурмующих в данной ситуации оправданны.

18. Если поблизости произошёл взрыв, не торопитесь покидать помещение. Вас могут принять за преступника, и вы невольно окажитесь мишенью для группы захвата.

Помните – нет безвыходных положений. Надо только запастись терпением и опереться на своё благоразумие.

### **Инструкция № 13** **по правилам поведения в экстремальных ситуациях** **( как вести себя в случае нападения)**

Если есть возможность бежать – бегите немедленно. Чтобы быстрее и надёжнее оторваться от преследователей, учитывайте следующие правила:

1. выбирайте путь с лёгкими для вас и неприятными для преследователей препятствиями: грязь, лужи, кусты, забор;
2. если перед вами невысокий обрывчик, крутой склон, высокое крыльцо, можно и нужно прыгать;
3. если перед вами оказались река, пруд, смело вбегайте (прыгайте) в воду ( разумеется, если вы умеете плавать и на дворе не декабрь месяц).

Если встречи с преступниками избежать не удалось, то безопаснее:

1. по первому требованию уличного грабителя отдать деньги,
2. не тянуть к себе сумку, если её вырывают;
3. не вступать в пререкания;
4. не отвечать на вызывающее поведение;
5. говорить спокойно и медленно, уверенно в себе.

Помните!

Жизнь и здоровье дороже любой вещи.

Ваша цель:

выпутаться из неприятностей, а не победить в схватке.

## **Памятка по действиям при опасности отравления АХОВ**

Признаки отравления хлором - наблюдается резкая боль в груди, резь в глазах, слезотечение, одышка, сухой кашель, рвота, нарушение координации движений и появление пузырей на коже. Признаки отравления аммиаком – учащение сердцебиения и пульса, возбуждение, возможны судороги, удушье, резь в глазах, слезотечение, насморк, кашель, покраснение и зуд кожи. В определенных условиях при отравлении возможен смертельный исход.

При опасности отравления необходимо:

1. Быстро выйти из района заражения, укрыться в защищенном сооружении (аммиак).
2. Подняться на верхние этажи зданий (хлор).
3. Герметизировать помещения.
4. Использовать противогазы всех типов, при отсутствии – ватно-марлевые повязки, смоченные водой или лучше 2-5% растворами питьевой соды (хлор), уксусной или лимонной кислоты (аммиак).
5. При опасности отравления на улице необходимо быстро выйти из района заражения, используя смоченные водой материалы, а при возможности – укрыться в защитных сооружениях.
6. Если Вы находитесь дома, то нужно плотно закрыть окна и двери, выключить нагревательные приборы, газ.
7. Кусками материи, смоченными содовым раствором, провести герметизацию окон и дверей, отойти и ждать сообщений о дальнейших действиях.
8. Если сообщение об аварии застало Вас в общественном месте, то необходимо выслушать указания администрации о порядке поведения. Если таких указаний не последовало – смочить водой любой материал (платок, шарф и т.д.), защитить органы дыхания, выйти на улицу, определить направление ветра и идти перпендикулярно направлению ветра.

Оказание первой медицинской помощи при отравлении хлором:

- пострадавшего необходимо немедленно вывести на свежий воздух, плотнее укрыть и дать подышать парами воды или аэрозолем 0,5% раствора питьевой соды в течение 15 минут;
- не позволяйте пострадавшему передвигаться самостоятельно.

Транспортировать можно только в лежачем положении. При возникновении необходимости – сделать искусственное дыхание способом «рот в рот»;

- Основным средством для борьбы с хлором является вод.

Оказание первой медицинской помощи при отравлении аммиаком:

- пострадавшего необходимо немедленно вынести на свежий воздух;
- транспортировать необходимо в лежачем положении. Обеспечит тепло и покой, дать увлажненный кислород.
- при отеке легких искусственное дыхание делать нельзя.

## **Инструкция №15**

### **по правилам пользования пиротехническими изделиями**

Пиротехника: помни о безопасности

С приближением Новогодних праздников резко увеличивается спрос на пиротехническую продукцию. Чего только не увидишь в эти дни на торговых прилавках: ракеты, хлопушки, петарды, свечи, бенгальские огни. Но зачастую эти на вид безобидные игрушки становятся причиной настоящей беды.

Объект торговли пиротехнической продукции обязан иметь:

- обязательные сертификаты соответствия на продаваемые изделия с указанием срока действия, класса потенциальной опасности;
- товарно-сопроводительные документы;
- документы с указанием веса на каждое наименование пиротехнических изделий;
- инструкции о порядке распространения пиротехнической продукции бытового назначения;
- разрешительные документы на право распространения пиротехнических изделий технического назначения.

Запрещается реализация пиротехнических изделий:

- лицам, не достигшим 15-летнего возраста;
- поштучно, вне заводской потребительской упаковки;
- не имеющих обязательного сертификата качества либо знака соответствия;
- не имеющих (утративших) идентификационных признаков, с просроченным сроком годности, следами порчи и без руководства по эксплуатации (применению).

Необходимо помнить о безопасности и соблюдать все требования инструкций, которые написаны на каждом изделии: ракеты, «огненные осы», римские свечи рассчитаны на уличное применение, потому что высота у них как минимум 10 метров. Огненной искры «порхающей бабочки» достаточно, чтобы организовать пожар в помещении. Балкон тоже не стоит использовать в качестве полигона — ракета может залететь к соседям. А так как на балконе жильцы зачастую хранят домашние вещи, последствия могут оказаться самыми печальными.

Правила пользования пиротехническими изделиями:

При пользовании пиротехникой необходимо строго соблюдать прилагаемые к ним инструкции.

1. Необходимо правильно выбрать место для фейерверка. В идеальном случае это должна быть большая открытая площадка - двор, сквер или поляна - свободная от деревьев и построек. Необходимо внимательно осмотреть выбранное место, нет ли по соседству (в радиусе 50 метров) пожароопасных объектов, стоянок автомашин, деревянных сараев или гаражей и т.д. Если фейерверк

проводится за городом, поблизости не должно быть опавших листьев и хвой, сухой травы или сена, т.е. того, что может загореться от случайно попавших искр.

2. Зрители должны находиться на расстоянии 15-20 метров от пусковой площадки фейерверка, обязательно с наветренной стороны, чтобы ветер не сносил на них дым и несгоревшие части изделий.

3. Категорически запрещается использовать изделия, летящие вверх, рядом с жилыми домами и другими постройками: они могут попасть в окно или форточку, залететь на чердак или на крышу и стать причиной пожара.

4. Выбирая пиротехнические игрушки, обратите внимание на их внешний вид. Нельзя использовать изделия, имеющие явные дефекты: измятые, подмоченные, с трещинами и другими повреждениями корпуса или фитиля.

При эксплуатации пиротехнических изделий запрещается:

- использовать с нарушением требований руководства по эксплуатации и технических регламентов;

- применение внутри зданий (помещений), на открытых территориях в момент скопления людей; ближе, чем в 50 метрах от высоких деревьев, линий электропередач, при погодных условиях, не позволяющих обеспечить безопасности при её использовании;

- носить пиротехнические игрушки в карманах;

- сжигать их в костре;

- разбирать изделия и подвергать их механическим воздействиям;

- работать с пиротехническими изделиями в нетрезвом состоянии;

- курить, работая с пиротехникой;

- допускать разведения открытого огня в помещении, где хранятся изделия;

- использовать пиротехнические игрушки в отсыревшем виде и для озорства.

Необходимо хранить пиротехнические изделия в недоступном для детей месте, располагать их вдали от нагревательных приборов и применять только по назначению.

Обязательное согласование с органами государственного пожарного надзора требуется при применении пиротехнической продукции бытового назначения:

— в культурно-просветительских и зрелищных учреждениях;

— при проведении массовых мероприятий в помещениях зданий и сооружений;

— на крышах, балконах, лоджиях, выступающих частях фасадов зданий и сооружений.

К работам с пиротехническими изделиями допускаются лица не моложе 18 лет, которые имеют аттестацию и удостоверение пиротехника,

а также прошедшие противопожарных инструктаж. Все виды работ по подготовке фейерверка и его производству должны выполняться не менее чем двумя пиротехниками. Площадки для пусковых установок должны быть очищены от отработавших, не сработавших пиротехнических изделий и их опасных элементов, оснащены первичными средствами пожаротушения.



## **ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ № 16 В КОРИДОРАХ (РЕКРЕАЦИЯХ) И НА ЛЕСТНИЦЕ**

### **1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ**

При нахождении в коридоре (рекреации) и на лестницах учащиеся обязаны соблюдать Правила поведения для учащихся.

Опасными факторами в коридорах (рекреациях) и на лестницах являются:

1. физические (система вентиляции; пороги, дефекты покрытия полов);
2. химические (пыль).

Учащиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

Учащиеся должны знать место нахождения аптечки и уметь оказывать первую доврачебную помощь.

О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить дежурному учителю или администратору.

Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение настоящей Инструкции, привлекаются к ответственности в соответствии с Положением о поощрениях и взысканиях для учащихся.

### **2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД ВЫХОДОМ В КОРИДОР (РЕКРЕАЦИЮ), ВХОДЕ НА ЛЕСТНИЦУ**

Изучить содержание настоящей Инструкции.

Дверь в коридор (рекреацию), на лестницу открывать осторожно, чтобы не нанести ей травму другим людям.

Убедиться в том, что при этом не произойдет столкновения с другими учащимися (взрослыми).

Обо всех замеченных нарушениях, неисправностях и поломках немедленно доложить дежурному учителю или администратору.

Запрещается выходить в коридор (рекреацию), входить на лестницу в случае обнаружения их несоответствия установленным в данном разделе требованиям.

### **3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ НАХОЖДЕНИИ В КОРИДОРЕ (РЕКРЕАЦИИ), НА ЛЕСТНИЦЕ**

Во время нахождения в коридоре (рекреации), на лестнице учащийся обязан:

1. соблюдать настоящую инструкцию;
2. при прохождении мимо дверей соблюдать осторожность во избежание получения травмы открывающейся дверью;
3. при ходьбе по лестницам придерживать правой стороны;
4. неукоснительно выполнять все указания дежурного учителя и администратора;

1. постоянно поддерживать порядок и чистоту в коридорах (рекреациях), на лестницах.

Учащимся запрещается:

1. бегать по коридорам (рекреациям), лестницам;
2. толкаться, устраивать потасовки;

3. оставлять в проходах и на лестницах портфели, сумки и другие предметы;

4. собираться в группы в узких местах коридоров и на лестницах;

5. пользоваться лестницами без ограждений;

6. находиться рядом с перепадом высот при отсутствии ограждений;

7. выносить в коридор (рекреацию), на лестницу и из коридора (рекреации) любые предметы (мебель, оборудование и т.д.).

#### 4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

При возникновении чрезвычайной ситуации (появлении посторонних запахов, задымлении, возгорании) немедленно сообщить об этом дежурному учителю или администратору и действовать в соответствии с его указаниями.

При получении травмы сообщить об этом дежурному учителю или администратору.

При необходимости помочь дежурному учителю или администратору оказать пострадавшему первую помощь и оказать содействие в отправке пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

#### 5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ВЫХОДЕ ИЗ КОРИДОРА (РЕКРЕАЦИИ), СХОДЕ С ЛЕСТНИЦЫ

Выходить из коридора (рекреации), сходить с лестницы необходимо, соблюдая очередность, пропуская вперед младших, не создавая сутолоки.

При обнаружении неисправности мебели, оборудования, ограждений проинформировать об этом дежурного учителя или администратора.

## **Памятка безопасного поведения при гололёде №17.**

**ГОЛОЛЕД** – это слой плотного льда, образовавшийся на поверхности земли, тротуарах, проезжей части улицы и на предметах (деревьях, проводах и т.д.) при намерзании переохлажденного дождя и мороси (тумана). Обычно гололед наблюдается при температуре воздуха от 0 оС до минус 3 оС. Корка намерзшего льда может достигать нескольких сантиметров.

**ГОЛОЛЕДИЦА** – это тонкий слой льда на поверхности земли, образующийся после оттепели или дождя в результате похолодания, а также замерзания мокрого снега и капель дождя.

### **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ ГОЛОЛЕДА (ГОЛОЛЕДИЦЫ)**

Если в прогнозе погоды дается сообщение о гололеде или гололедице, примите меры для снижения вероятности получения травмы. Подготовьте малоскользкую обувь, прикрепите на каблуки металлические набойки или поролон, а на сухую подошву наклейте лейкопластырь или изоляционную ленту, можете натереть подошвы песком (наждачной бумагой).

Передвигайтесь осторожно, не торопясь, наступая на всю подошву. При этом ноги должны быть слегка расслаблены, руки свободны. Пожилым людям рекомендуется использовать трость с резиновым наконечником или специальную палку с заостренными шипами. Если Вы поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения. В момент падения постарайтесь сгруппироваться, и, перекатившись, смягчить удар о землю.

Гололед зачастую сопровождается обледенением. В этом случае особое внимание обращайте на провода линий электропередач, контактных сетей электротранспорта. Если Вы увидели оборванные провода, сообщите администрации населенного пункта о месте обрыва.

### **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ ПОЛУЧЕНИИ ТРАВМЫ**

Обратитесь в травматологический пункт или пункт неотложной медицинской помощи. Оформите бюллетень или справку о травме, которые могут быть использованы Вами при обращении в суд по месту жительства или по месту получения травмы с иском о возмещении ущерба.

### **Памятка безопасного поведения при снежных заносах, метелях**

**ЗАНОС СНЕЖНЫЙ** - это гидрометеорологическое бедствие, связанное с обильным выпадением снега, при скорости ветра свыше 15 м/с и продолжительности снегопада более 12 часов.

**МЕТЕЛЬ** – перенос снега ветром в приземном слое воздуха. Различают поземок, низовую и общую метель. При поземке и низовой метели происходит перераспределение ранее выпавшего снега, при общей метели, наряду с перераспределением, происходит выпадение снега из облаков.

### **КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К МЕТЕЛЯМ И ЗАНОСАМ**

Если Вы получили предупреждение о сильной метели, плотно закройте окна, двери, чердачные люки и вентиляционные отверстия. Стекла окон

оклейте бумажными лентами, закройте ставнями или щитами. Подготовьте двухсуточный запас воды и пищи, запасы медикаментов, средств автономного освещения (фонари, керосиновые лампы, свечи), походную плитку, радиоприемник на батарейках. Уберите с балконов и подоконников вещи, которые могут быть захвачены воздушным потоком. Включите радиоприемники и телевизоры – по ним может поступить новая важная информация. Подготовьтесь к возможному отключению электроэнергии.

Перейдите из легких построек в более прочные здания. Подготовьте инструмент для уборки снега.

### КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ СИЛЬНОЙ МЕТЕЛИ

Лишь в исключительных случаях выходите из зданий. Запрещается выходить в одиночку. Сообщите членам семьи или соседям, куда Вы идете и когда вернетесь. В автомобиле можно двигаться только по большим дорогам и шоссе. При выходе из машины не отходите от нее за пределы видимости. Остановившись на дороге, подайте сигнал тревоги прерывистыми гудками, поднимите капот или повесьте яркую ткань на антенну, ждите помощи в автомобиле. При этом можно оставить мотор включенным, приоткрыв стекло для обеспечения вентиляции и предотвращения отравления угарным газом. Если Вы потеряли ориентацию, передвигаясь пешком вне населенного пункта, зайдите в первый попавшийся дом, уточните место Вашего нахождения и, по возможности, дождитесь окончания метели. Если Вас покидают силы, ищите укрытие и оставайтесь в нем. Будьте внимательны и осторожны при контактах с незнакомыми Вам людьми, так как во время стихийных бедствий резко возрастает число краж из автомобилей, квартир и служебных помещений.

### КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПОСЛЕ СИЛЬНОЙ МЕТЕЛИ

Если в условиях сильных заносов Вы оказались заблокированным в помещении, осторожно, без паники выясните, нет ли возможности выбраться из-под заносов самостоятельно (используя имеющийся инструмент и подручные средства). Сообщите в управление по делам ГО и ЧС или в администрацию населенного пункта о характере заносов и возможности их самостоятельной разборки. Если самостоятельно разобрать снежный занос не удастся, попытайтесь установить связь со спасательными подразделениями. Включите радиотрансляционный приемник (телевизор) и выполняйте указания местных властей. Примите меры к сохранению тепла и экономному расходованию продовольственных запасов.

### ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОБМОРОЖЕНИИ

В отапливаемом помещении согрейте обмороженную часть тела, растерев сухой мягкой тканью, затем поместите ее в теплую воду и постепенно доведите температуру воды до 40-45 градусов. Если боль проходит и чувствительность восстанавливается, то вытрите руку (ногу) насухо, наденьте носки (перчатки) и, по возможности, обратитесь к хирургу.

Памятка безопасного поведения при сходе снежных лавин.

ЛАВИНА СНЕЖНАЯ – это масса снега, падающая или движущаяся со скоростью 20 – 30 м/с. Падение лавины сопровождается образованием воздушной предлавиной волны, производящей наибольшие разрушения. Лавиноопасными районами России являются: Кольский полуостров, Урал, Северный Кавказ, Восточная и Западная Сибирь, Дальний Восток.

Причинами схода снежной лавины являются: длительный снегопад, интенсивное таяние снега, землетрясение, взрывы и другие виды деятельности людей, вызывающие сотрясение горных склонов и колебания воздушной среды. «Сходящие» лавины снега могут вызывать разрушения зданий, инженерных сооружений, засыпать уплотнившимся снегом дороги и горные тропы. Жители горных селений, туристы, альпинисты, геологоразведчики, пограничники и другие категории населения, захваченные лавиной, могут получить травмы и оказаться под толщей снега.

### КАК ДЕЙСТВОВАТЬ, ЕСЛИ ВЫ НАХОДИТЕСЬ В ЗОНЕ ОПАСНОСТИ

Соблюдайте основные правила поведения в районах схода лавин:

1. не выходите в горы в снегопад и непогоду;
2. находясь в горах, следите за изменением погоды;
3. выходя в горы, знайте в районе своего пути или прогулки места возможного схода снежных лавин.

Избегайте мест возможного схода лавин. Они чаще всего сходят со склонов крутизной более 30°, если склон без кустарника и деревьев – при крутизне более 20°. При крутизне более 45° лавины сходят практически при каждом снегопаде. Помните, что в лавиноопасный период в горах создаются спасательные отряды.

**ПРЕДУПРЕДИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ** В условиях угрозы схода лавин организуется контроль за накоплением снега на лавиноопасных направлениях, вызывается искусственный сход формирующихся лавин, строятся защитные сооружения на лавиноопасных направлениях, подготавливаются спасательные средства и планируются спасательные работы.

В любую погоду не следует переходить (пересекать) лоцины со склонами более 30°, а после снегопада переходить лоцины с крутизной склонов более 20° можно лишь через 2 – 3 дня. Помните, что наиболее опасный период схода лавин – весна и лето, с 10 часов утра до захода солнца.

### КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ СХОДЕ ЛАВИНЫ

Если лавина срывается достаточно высоко, ускоренным шагом или бегом уйдите с пути лавины в безопасное место или укройтесь за выступом скалы, в выемке (нельзя прятаться за молодыми деревьями). Если от лавины невозможно уйти, освободитесь от вещей, примите горизонтальное положение, поджав колени к животу и сориентировав тело по направлению движения лавины.

### КАК ДЕЙСТВОВАТЬ, ЕСЛИ ВАС НАСТИГЛА ЛАВИНА

Закройте нос и рот рукавицей, шарфом, воротником; двигаясь в лавине, плавательными движениями рук старайтесь держаться на поверхности лавины, перемещаясь к краю, где скорость ниже. Когда

лалина остановилась, попробуйте создать пространство около лица и груди, оно поможет дышать. Если представится возможность, двигайтесь в сторону верха (верх можно определить с помощью слюны, дав ей вытечь из рта). Оказавшись в лавине не кричите – снег полностью поглощает звуки, а крики и бессмысленные движения только лишают Вас сил, кислорода и тепла. Не теряйте самообладания, не давайте себе уснуть, помните, что Вас ищут (известны случаи, когда из-под лавины спасали людей на пятые и даже тринадцатые сутки).

#### КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПОСЛЕ СХОДА ЛАВИНЫ

Если Вы оказались вне зоны схода лавины, сообщите любыми способами о происшедшем в администрацию ближайшего населенного пункта и приступайте к поиску и спасению пострадавших. Выбравшись из-под снега самостоятельно или с помощью спасателей, осмотрите свое тело и, при необходимости, окажите себе помощь. Добравшись до ближайшего населенного пункта, сообщите о происшедшем в местную администрацию. Обратитесь в медпункт или к врачу, даже если считаете, что здоровы. Далее действуйте по указанию врача или руководителя спасательного отряда. Сообщите своим родным и близким о своем состоянии и местонахождении.

## **ИНСТРУКЦИЯ № 20**

### **по правилам безопасного поведения на водоемах в летний, осенне-зимний и весенний периоды**

#### **1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ**

1. Настоящая инструкция разработана на основе типовых инструкций, Правил охраны жизни людей на водных объектах в Краснодарском крае (Постановление № 536 от 30.06.2006), рекомендаций ВОСВОД.

2. Учащиеся до 14 лет, во исполнение правил безопасного поведения на водоемах должны находиться под присмотром родителей, ответственных лиц, соблюдать неукоснительно их требования.

3. Опасные факторы:

1. переохлаждение;

2. ранения, травмирование по неосторожности, при нарушении требований настоящей инструкции;

3. заражение инфекционными болезнями при употреблении воды из непроверенных открытых водоемов;

4. утопление.

4. Инструктаж с учащимися по настоящей инструкции проводится не реже двух раз в год с соответствующей отметкой в журнале инструктажа.

#### **2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В ЛЕТНЕЕ ВРЕМЯ**

1. При посещении мест с водоемами в летнее время необходимо обращать внимание на температуру воздуха и воды. При низкой температуре рекомендуется надевать теплую одежду, запрещать купание в водоемах.

2. Перед купанием необходимо провести краткий инструктаж, напомнить о необходимости быть внимательным, осторожным.

3. Рекомендуется:

1. во время купания не стоять без движения, почувствовав озноб немедленно выйти из воды;

2. соблюдать перерыв между приемом пищи и купанием не менее 45 – 50 минут, между значительной физической нагрузкой и купанием не менее 10 – 15 минут;

3. произвести несколько легких физических упражнений перед купанием в прохладную погоду;

4. купаться не более 30 – 40 минут, выйдя из воды насухо вытереться, одеться;

5. применять специальные средства защиты (шапочки, очки и пр.).

4. Требуется:

6. почувствовав усталость немедленно плыть к берегу;

7. при возникновении судорог стараться держаться на воде, незамедлительно звать на помощь.

5. Запрещается:

1. при оказании помощи хватать спасающего;
2. входить в воду потным, разгоряченным, при нырянии долго оставаться под водой;
3. заплывать за установленные знаки (буйки, ограждения и пр.), подплывать близко к моторным лодкам, баржам;
4. купаться в штормовую погоду, при высокой волне;
5. прыгать с вышки без разрешения, если вблизи нее находятся другие пловцы, сталкивать кого-либо с вышки.

### 3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НА ЛЬДУ

1. Необходимо помнить, что безопасным является лед зеленоватого оттенка, толщиной не менее 7 см.; непрочный лед находится около стока вод, вблизи камыша, кустов, под снегом, сугробами, в местах, где бьют ключи, быстрое течение, там, где имеются вмержшие в лед доски, бревна.

2. С появлением первого льда запрещается катание на коньках, лыжах и переход. Переход и катание допускаются при толщине льда 10-12 см., массовое катание при толщине льда не менее 25 см.

3. Рекомендуется перед выходом на лед наметить маршрут, прочность льда проверять ударом палки, пещни (проверять прочность ударом ноги запрещено), при наличии рюкзака размещать его на одном плече.

4. Не рекомендуется выходить на лед в позднее время, в незнакомых местах.

5. Запрещается появление на льду детей до 14 лет без сопровождения старших.

### 4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В ЭКСТРЕННЫХ СИТУАЦИЯХ

1. В случае падения (провала) в прорубь, ледяной разлом, необходимо без паники, широко раскинув руки по кромкам льда удерживаться от погружения в воду с головой; без резких движений (стараясь не обломать кромку) поочередно вытащить ноги и откатиться (отползти) в сторону.

2. При оказании помощи утопающему необходимо помнить об опасности подходить близко к кромке льда, пострадавшему бросается (подается) веревка, связанные ремни (шарфы) и пр. и только затем пострадавший вытаскивается на лед.

3. Учащиеся в случае, если явились свидетелями происшествия, должны немедленно звать на помощь взрослых.

4. Во всех случаях извлеченного из воды человека необходимо немедленно доставить в теплое помещение, растереть, переодеть в сухую одежду и напоить горячим чаем.



## **ИНСТРУКЦИЯ №21**

### **по правилам безопасного поведения учащихся на объектах железнодорожного транспорта**

#### **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1. Настоящая инструкция разработана на основе типовых инструкций, правил и рекомендаций по безопасному поведению.

#### **2. Опасные факторы:**

1. ранения, травмирование по неосторожности, при нарушении требований настоящей инструкции;

2. поражение электрическим током.

3. Инструктаж с учащимися по настоящей инструкции проводится ежегодно с соответствующей отметкой в журнале инструктажа.

#### **2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ**

1. Переходить железнодорожные пути в не установленных местах запрещается, переход разрешен в местах специально для того отведенных, оборудованных пешеходным настилом, тоннелями и пр. В целях безопасности необходимо ориентироваться на световую и звуковую сигнализацию, положение шлагбаума.

2. При переходе пути необходимо убедиться в отсутствии поблизости поезда с одной либо с другой стороны; перемещаться под вагонами, через автосцепки, а также перебежать пути перед приближающимся поездом запрещено.

3. Размещать на рельсах какие-либо предметы запрещается.

4. Запрещается играть вблизи железнодорожного полотна, подниматься по металлическим фермам мостов и опор контактной сети, находящихся под напряжением, касаться лежащих на земле электропроводов.

5. Не рекомендуется стоять близко (ближе двух метров) к краю платформы, размещать личные вещи, багаж; при движении вдоль железнодорожного пути подходить к крайнему рельсу ближе 3 – 5 метров.

6. Посадку в вагон осуществлять рекомендуется заблаговременно, запрещается выходить из вагона до полной остановки поезда. Выход из вагона разрешен только на платформу.

7. При движении поезда запрещается открывать двери вагонов, использовать рычаг стоп-крана не по назначению.

8. Лица, замеченные в нарушении настоящих положений, привлекаются к уголовной (административной) ответственности в соответствии с действующим законодательством.

#### **3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В ЭКСТРЕННЫХ СИТУАЦИЯХ**

1. В случае если вы оказались между двумя движущимися по соседним путям поездами, необходимо немедленно сесть или лечь на землю и дожидаться пока не пройдут поезда, затем отойти в безопасное место.

2. В случае экстренной эвакуации необходимо без паники, внимательно и осторожно, с самыми необходимыми вещами покинуть вагон, оказывая при этом посильную помощь пассажирам с детьми, пожилым людям, инвалидам.

3. При получении пассажиром ранения, травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение

## ИНСТРУКЦИЯ № 22

### о мерах пожарной безопасности для учащихся школы

#### 1. Общие требования безопасности

1. При проведении занятий и в свободное время учащиеся должны знать и соблюдать требования пожарной безопасности установленные «Правилами пожарной безопасности в Российской Федерации» и настоящей инструкцией разработанной на их основании.

2. Старшеклассники обязаны знать места расположения первичных средств пожаротушения и правила пользования ими

3. Учащиеся обязаны знать план и способы эвакуации (выхода из здания) на случай возникновения пожара, утвержденный руководителем учреждения

4. При возникновении возгорания или при запахе дыма немедленно сообщить об этом преподавателю или работнику учреждения

5. Учащиеся обязаны сообщить преподавателю или работнику учреждения о любых пожароопасных ситуациях

#### 2. Запрещается:

1. Приносить и пользоваться в учреждении легковоспламеняющимися, взрывоопасными, горючими материалами

2. Оставлять без присмотра включенные в сеть электроприборы

3. Разводить костры на территории учреждения

4. Использовать пиротехнические средства

5. Курить на территории учреждения

#### 3. Действия учащихся в случае возникновения пожара

1. При возникновении пожара (вид открытого пламени, запах гари, задымление) немедленно сообщить работнику учреждения

2. При опасности пожара находится возле учителя. Строго выполнять его распоряжения

3. Не поддаваться панике. Внимательно слушать оповещение по учреждению и действовать согласно указаниям работников учебного заведения

4. По команде учителя (преподавателя) учреждения эвакуироваться из здания в соответствии с определенным порядком. При этом не бежать, не мешать своим товарищам, помогать малышам и одноклассникам

5. При выходе из здания находиться в месте, указанном учителем (преподавателем)

6. Внимание! Без разрешения администрации и педагогических работников учреждения учащимся не разрешается участвовать в пожаротушении здания и эвакуации его имущества

7. Обо всех причиненных травмах (раны, порезы, ушибы, ожоги и т.д.) учащиеся и их одноклассники обязаны немедленно сообщить работникам образовательного учреждения

## **Памятка по действиям при приеме по телефону сообщений, содержащих угрозы террористического характера**

1. Постарайтесь дословно запомнить разговор и зафиксировать его на бумаге.
2. По ходу разговора отметьте пол, возраст звонившего и особенности его (ее) речи:
  - голос: громкий (тихий), низкий (высокий)
  - темп речи: быстрая (медленная)
  - произношение: отчетливое, искаженное, с заиканием, шипилявое, с акцентом или диалектом
  - манера речи: развязная, с издевкой, с нецензурными выражениями
3. Обязательно отметьте звуковой фон (шум автомашин или железнодорожного транспорта, звук теле- радиоаппаратуры, голоса, другое).
4. Отметьте характер звонка – городской или междугородный.
5. Обязательно зафиксируйте точное время начала разговора или его продолжительность.
6. В любом случае, постарайтесь в ходе разговора получить ответы на следующие вопросы:
  - куда, кому, по какому телефону звонит этот человек?
  - какие конкретные требования он (она) выдвигает?
  - выдвигает требования он (она) лично, выступает в роли посредника или представляет какую-то группу лиц?
  - на каких условиях он (она) или они согласны отказаться от задуманного?
  - как и когда с ним (с ней) можно связаться?
  - кому Вы можете или должны сообщить об этом звонке?
7. Постарайтесь добиться от звонящего максимально возможного промежутка времени для принятия Вами и руководством организации (дежурным администратором) решений или совершения каких-либо действий.
8. Если возможно, еще в процессе разговора, сообщите о нем руководству организации (руководителю своего структурного подразделения, дежурному администратору), если нет – немедленно по его окончанию.
9. Не распространяйтесь о факте разговора и его содержании. Максимально ограничьте число людей, владеющих информацией.

## **Памятка №24**

### **по действиям при обнаружении взрывоопасных устройств и предметов**

1. При получении сообщения о заложенном взрывном устройстве или обнаружении предметов, вызывающих такое подозрение:

- зафиксировать время обнаружения (сообщения);
- немедленно сообщите об этом руководителю организации или лицу, исполняющему его обязанности (руководителю структурным подразделением, дежурному администратору);
- не подходите близко к этому предмету;
- оставаясь на безопасном расстоянии, не позволяйте другим людям прикасаться к подозрительному предмету или пытаться его обезвредить.

2. При обнаружении взрывного устройства категорически запрещается:

- самостоятельно предпринимать действия, нарушающее состояние подозрительного предмета, трогать его или перемещать его на другое место;
- заливать жидкостями или накрывать предмет тканевыми и другими материалами;
- пользоваться электро-, радиоаппаратурой, переговорными устройствами вблизи обнаруженного предмета;
- оказывать температурное, звуковое, световое, механическое воздействие на взрывоопасный предмет;
- прикасаться к взрывоопасному предмету, находясь в одежде с синтетическими волокнами.

Демаскирующие признаки взрывного устройства

1. Наличие у предметов характерного вида штатных боеприпасов, сигнальных, осветительных, пиротехнических изделий.

2. Наличие у обнаруженных предметов самостоятельных доработок и элементов, не соответствующих их прямому назначению или конструкции (антенн, проводов и т.д.)

3. Наличие звука работающего часового механизма или электронного таймера.

4. Наличие связей предмета с объектами окружающей обстановки в виде растяжек.

5. Резкий запах горюче-смазочных материалов или растворителей, исходящего дыма (что может быть связано с разложением химических элементов).

6. Необычно большая масса предмета (например, коробки из-под конфет, банки из-под кофе, книги, блокноты).

Наличие наклеек с надписями на поверхности крышек коробок (например, «Бомба», «Тротил», «Взрыв» и т.п.)

Действия при взрыве

1. Постарайтесь успокоиться и уточнить обстановку.
2. Продвигайтесь осторожно, не трогайте поврежденные конструкции и оголившиеся провода.

3. В разрушенном или поврежденном здании (помещении) из-за опасности взрыва скопившихся газов нельзя пользоваться открытым пламенем (спичками, зажигалкой, свечами, факелами и т.п.)

4. При задымлении защитите органы дыхания смоченным платком (лоскутом ткани, полотенцем).

5. Если возможно, включите теле-, радиоаппаратуру.

6. При невозможности эвакуации подавайте сигналы о том, что Вы находитесь в данном помещении (здании).

7. Если Вы при взрыве не пострадали – помогите пострадавшим в освобождении из-под развалов, окажите им первую медицинскую помощь.

Действия при нахождении под обломками стен

1. Постарайтесь взять себя в руки, не падайте духом.

2. Дышите глубоко, ровно, не торопитесь.

3. Приготовьтесь терпеть голод и жажду.

4. Голосом и стуком привлекайте внимание людей.

5. Если Вы находитесь глубоко от поверхности земли, перемещайте влево вправо любой металлический предмет (кольцо, ключи и т.п.) для обнаружения Вас металлолокатором.

6. Если пространство около Вас относительно свободно, не зажигайте спички, свечи, зажигалки, берегите кислород.

7. Продвигайтесь осторожно, старайтесь не вызвать нового обвала.

8. Ориентируйтесь по движению воздуха, поступающему снаружи.

9. По возможности укрепите обвисающие балки и потолок.

10. При сильной жажде положите в рот лоскут ткани и сосите его, дыша носом.

11. При наличии мобильного телефона постарайтесь установить связь с родственниками (знакомыми).

## **Памятка**

### **Как не стать жертвой преступления**

Большой город таит в себе немало опасностей, здесь не место наивности, доверчивости и расслабленности. Соблюдение этих несложных рекомендаций поможет юным жителям оградить себя от возможности попасть в различные криминальные ситуации. Прочитай, запомни сам и расскажи друзьям!

Не вступай в ненужный разговор!

На все предложения подзаработать отвечай отказом или спрашивай, куда ты можешь прийти, чтобы ознакомиться с условиями труда и договора. Не принимай предложений незнакомцев, обещающих съемки в кино, участие в конкурсе красоты или поездку куда-либо, спроси адрес, куда бы ты мог прийти вместе с родителями.

- Ни под каким предлогом не ходи с посторонними, что бы те ни просили, обещая заплатить: проводить короткой дорогой, донести сумку и т.д. Никогда и ни при каких обстоятельствах не вступай в перебранку в общественном месте. Если с тобой в общественном транспорте едет подвыпивший человек, лучше уступи ему место и перейди в другой конец автобуса или вагона электрички, но ни в коем случае не вступай с ним в разговор.

- Не назначай встреч в безлюдных местах, скверах или в неосвещенных местах.

- Завидев компанию молодых людей или подростков, лучше перейди на другую сторону и ни в коем случае не вступай с ними в разговор. Старайся избавиться от навязчивого незнакомца. Не доверяй присматривать за своими вещами посторонним людям, даже если до этого они оставляли тебе для присмотра свои.

- Располагая деньгами, не соглашайся играть в азартные игры с незнакомцами, даже если ты имеешь хорошую реакцию и угадываешь, где находится спрятанный предмет.

Ты пошел в магазин

- Входя в магазин, не держи кошелек в руках.

- Не пересчитывай наличность в людном месте, даже если тебе кажется, что никто на тебя не смотрит.

- Не клади все деньги в одно место. Даже если твой кошелек вытащат или ты его потеряешь, то какая-то часть суммы у тебя сохранится.

- Девушкам при посещении магазинов лучше носить сумочку прижатой к телу.

- Не говори посторонним, что именно ты хочешь приобрести.

- Не делай покупки с рук.



## Один в квартире

- Ни в коем случае не открывай дверь посторонним, даже если эти люди представились сотрудниками милиции, работниками коммунальных услуг или почты, знакомыми или сослуживцами родителей.
- Не соглашайся подождать прихода родителей в квартире у соседа, ведь сосед для тебя посторонний.
- Если кто-то из пришедших к тебе домой одноклассников просит показать украшения твоих родителей, сошлись, что не знаешь, где они лежат.
- Прежде чем открыть дверь квартиры, дождись, когда на лестничной площадке никого не будет.
- Если в кабине лифта или возле нее стоят незнакомые люди, откажись от поездки.
- Не хвастайся перед товарищами драгоценностями и оружием своих родителей.

## Подросток и чужая машина

- Если ты видишь тормозящую машину, как можно дальше отойди от нее и ни в коем случае не садись, даже если улица, которую ищут, тебе по пути.
- Никогда не садись в чужую машину, даже если за рулем или в салоне сидит женщина.
- Не соглашайся на предложение подвезти тебя до дома, даже если ты очень устал и в машине никого, кроме водителя, нет.
- Если ты решил добираться «автостопом», попроси сопровождающих записать номер машины, марку, фамилию водителя и сообщить об этом родителям.
- Не соглашайся на предложение водителя взять попутчиков, а если он настаивает, попроси проехать чуть дальше и выйди из машины.
- Не соглашайся на предложение случайных знакомых или посторонних людей остановить машину и вместе добраться до дома.
- Не садись в машину, если в ней уже сидят пассажиры.
- Идя вдоль дороги, выбирай маршрут так, чтобы идти навстречу транспорту.
- Никогда не бери с капота чужой машины ни красивую коробку из-под сигарет, ни оставленную банку из-под «пепси». Известны случаи, когда в них было заложено взрывное устройство.