**КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД «НОВОВОДОЛАЗЬКИЙ САНАТОРНИЙ НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНИЙ КОМПЛЕКС» ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ**

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

ЩОДО ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ПРОВЕДЕННЯ ІНСТРУКТАЖІВ З БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ УЧНІВ 1-11-х КЛАСІВ

 **Розроблено заступником директора з**

 **виховної роботи Черниш І.В.**

 Методичні рекомендації розроблені на допомогу класним керівникам, вихователям, керівникам гуртків у проведенні інструктажів з питань безпеки життєдіяльності учнів (вихованців) загальноосвітніх навчальних закладів.

 **Метою проведення інструктажів з безпеки життєдіяльності є :**

• формування в учнів (вихованців) уяви про можливі загрози особистій безпеці, свідоме розуміння необхідності захисту та збереження свого власного життя та здоров’я ;

• дотримання правил безпечної поведінки в умовах виникнення загрози життю та здоров’ю, у тому числі в умовах екстремальних ситуацій ;

• навчання надавати посильну допомогу і самодопомогу у разі нещасного випадку.

 Інструктажі рекомендовано проводити у вигляді інформацій про небезпеки, лекцій, бесід з наступною перевіркою навичок, тренінгів тощо. У кожному конкретному випадку вихователь, класний керівник, вчитель або особа, яка проводить інструктаж з безпеки життєдіяльності, обирає свій шлях і засоби проведення таких інструктажів.

 Інструктажі з безпеки життєдіяльності проводяться з учнями і містять питання охорони здоров'я, пожежної, радіаційної безпеки, безпеки дорожнього руху, дії у випадку надзвичайних ситуацій, безпеки побуту тощо.

 Учні, які інструктуються, розписуються в спеціальному журналі, починаючи з 9-го класу.

 За характером і часом проведення інструктажі з безпеки життєдіяльності поділяються на вступний, первинний, позаплановий, цільовий.

 Вступний Інструктаж — проводиться на початку занять один раз на рік з усіма учнями (при зарахуванні учня до школи, у разі переходу учня з однієї школи до іншої). Вступний інструктаж проводить класний керівник.
Запис про проведення вступного інструктажу робиться на окремій сторінці журналу обліку навчальних занять.

 Первинний Інструктаж — проводиться з учнями класу на початку заняття у кожному кабінеті, майстерні, спортзалі тощо (вересень), наприкінці навчального року перед початком канікул, а також за межами школи, де навчально-виховний процес пов'язаний з використанням небезпечних або шкідливих для здоров'я факторів (хімічних, фізичних, біологічних), у гуртках, перед уроками трудового навчання, фізкультури, перед спортивними змагання-ми, вправами на спортивних снарядах. Цей інструктаж проводиться з учнями, а також з батьками, які беруть участь у позанавчальних заходах. Первинний інструктаж проводиться перед виконанням кожного навчального завдання, пов'язаного з використанням різних матеріалів, інструментів, приладів, механізмів на початку уроку, заняття, практичної роботи тощо;
на початку вивчення кожного нового предмета (розділу, теми) навчального плану (програми) -із загальних вимог безпеки, пов'язаних з тематикою і особливостями проведення цих занять. Первинний інструктаж, який проводиться перед початком кожного практичного заняття (практичної, лабораторної роботи тощо), реєструється в журналі обліку навчальних занять виробничого навчання на сторінці предмета в розділі про запис змісту уроку, заняття.

 Позаплановий інструктаж - проводиться у разі:

- порушення учнями вимог нормативно-правових актів з охорони праці, що може призвести чи призвело до травм, аварій, пожеж тощо;
- зміни умов виконання навчальних завдань (лабораторних робіт, виробничої практики, професійної підготовки тощо);

-нещасних випадків за межами школи.

 Цільовий інструктаж — проводиться з учнями під час організації масових заходів (екскурсій, походів, спортивних заходів, змагань), під час проведення громадських, позанавчальних робіт (прибирання території, приміщень, дослідницької роботи на навчально-дослідній ділянці тощо). Первинний, позаплановий, цільовий інструктажі проводять відповідні вчителі, вихователі, керівники гуртків тощо за відповідними інструкціями чи програмами. Відмітка про проведення первинного, позапланового та цільового інструктажів робиться в журналі реєстрації первинного, позапланового, цільового інструктажів з безпеки життєдіяльності учнів, який зберігається в кожному кабінет і, майстерні, спортивному залі та іншому робочому місці.

**Вашій увазі пропонується збірка інструкцій для проведення інструктажів з безпеки життєдіяльності учнів (вихованців)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ з/п** | **Назва інструкції** | **Стор.** |
| 1. | Програма вступного інструктажу з безпеки життєдіяльності для учнів початкової школи | 6 |
| 2. | Програма вступного інструктажу з безпеки життєдіяльності для учнів середньої та старшої школи | 8 |
| 3. | Програма первинного інструктажу з безпеки життєдіяльності для учнів початкової школи | 24 |
| 4. | Програма первинного інструктажу з безпеки життєдіяльності для учнів середньої та старшої школи | 32 |
| 5. | Безпечне перебування вихованців в кімнатах гуртожитку | 48 |
| 6. | Безпека життєдіяльності під час виконання вихованцями (учнями) господарських, позанавчальних робіт |  51 |
| 7. | Безпечна поведінка вихованців під час занять настільним тенісом | 55 |
| 8. | Безпечна поведінка вихованців під час занять волейболом |  56 |
| 9. | Безпечна поведінка вихованців під час занять баскетболом | 57 |
| 10. | Безпека життєдіяльності вихованців при організованому користуванні громадським транспортом  | 58 |
| 11. | Безпека життєдіяльності вихованців (профілактика отруєнь грибами , ягодами, рослинами) | 63 |
| 12. | Безпека життєдіяльності вихованців (попередження дорожньо-транспортних пригод) | 64 |
| 13. | Безпека життєдіяльності вихованців при користуванні побутовими електричними приладами  | 66 |
| 14. | Безпека життєдіяльності вихованців при виявленні вибухонебезпечних предметів  | 67 |
| 15. | Безпека життєдіяльності вихованців щодо попередження побутових отруєнь  | 70 |
| 16. | Безпечна поведінка вихованців у період ожеледиці та біля водоймищ взимку | 71 |
| 17. | Надання першої допомоги потопаючому | 74 |
| 18. | Безпека життєдіяльності вихованців під час відпочинку в лісі |  76 |
| 19. | Безпека життєдіяльності вихованців під час відпочинку біля водоймищ |  82 |
| 20. | Безпечна поведінка вихованців в обідній залі |  85 |
| 21. | Безпечна поведінка вихованців під час занять лижною підготовкою | 86 |
| 22. | Безпечна поведінка вихованців під час занять футболом | 88 |
| 23. | Попередження випадків вживання алкогольних , наркотичних , токсичних речовин вихованцями  | 89 |
| 24. | Попередження випадків виникнення пожежі  | 92 |
| 25. | Безпечна поведінка вихованців в душових кімнатах, санітарних блоках та кімнатах гігієни | 97 |
| 26. | Безпечне використання учнями випалювача по дереву  | 98 |
| 27. |  Безпека життєдіяльності учнів під час тривалих святкових днів(Великдень, травневі , Новорічні та інші свята) | 101 |
| 28. | Безпека життєдіяльності учнів у приміщенні та на території навчального закладу під час навчально-виховного процесу | 106 |
| 29. | Безпека життєдіяльності учнів під час осінніх канікул |  110 |
| 30. | Безпека життєдіяльності учнів під час зимових канікул | 116 |
| 31. | Безпека життєдіяльності учнів під час весняних канікул | 122 |
| 32. | Безпека життєдіяльності учнів під час літніх канікул | 128 |
| 33. | Безпека життєдіяльності учнів під час групових поїздок, пішохідних екскурсій, пішохідного та дорожньо-транспортного руху учнів | 134 |
| 34. | Безпека життєдіяльності учнів під час перебування у громадських місцях, проведення масових заходів на базі інших навчальних закладів та установ | 137 |
| 35. | Безпека життєдіяльності учнів під час туристично-екскурсійних, групових перевезень на автомобільному транспорті | 139 |
| 36. | Безпека життєдіяльності учнів під час туристично-екскурсійних, групових перевезень на залізничному транспорті | 143 |
| 37. | Безпека життєдіяльності учнів під час спортивно-масових заходів на базі навчального закладу та інших закладів освіти (кроси, змагання тощо) | 145 |
| 38. | Безпека життєдіяльності учнів під час виконання трудових заходів на території навчального закладу та поза ним | 148 |
| 39. | Безпека життєдіяльності учнів під час навчальних екскурсій, походів, туристично-краєзнавчих заходів, організованого відпочинку в лісі, біля водоймища тощо | 151 |

**Програма вступного інструктажу з безпеки життєдіяльності**

 **для учнів початкової школи**

1. ***Загальні положення***

1.1. Головною метою КЗ «Нововодолазький СНВК *(далі – заклад*) є створення умов для медико-психолого-педагогічної реабілітації дітей , якісна загальноосвітня підготовка учнів, збереження їх життя та здоров’я.

 1.2. Заклад знаходиться в приміщеннях, розташованих за адресою: смт.Нова Водолага, вул. 40 років Перемоги № 79. Приміщення закладу складається з гуртожитку, навчального корпусу, їдальні, які з’єднані між собою переходами . На території КЗ «Нововодолазький СНВК» розташовані господарчі об’єкти - пральня, котельня, склади для зберігання матеріалів, гаражі, льох, сарай.

*Навчальний корпус* – 2-х поверхова будова, в якій розташовані класні кімнати, бібліотека, спортивний зал, актовий зал, столярна майстерня, слюсарна майстерня., кабінети: директора , заступників директора, бухгалтерія.

*Гуртожиток* – 3-х поверхова будова. Спальні кімнати розміщені на другому та третьому поверсі. Гуртожиток ділиться на два крила – молодше та старше. На молодшому розміщуються кімнати вихованців 1-4 класів, дошкільних груп; на старшому крилі – кімнати вихованців 5-11 класів. Є в наявності 3 ігрові кімнати, санітарні блоки, кімнати гігієни. На першому поверсі гуртожитку розмішені медпункт, кабінет лікаря, ізолятор для хворих дітей, кабінет зубного лікаря, зал лікувальної фізкультури. Крім цього, на першому поверсі знаходяться кабінет соціального педагога, кабінет психолога, педагога організатора, заступника директора з виховної роботи. На 1 поверсі молодшого крила розташовані кабінет з обслуговуючої праці, кабінет швачки та перукаря.

*Підсобні приміщення*  знаходяться на господарчому дворі. Вихованцям закладу вхід туди категорично заборонений.

1.3. Джерелами небезпеки під час проведенні навчально-виховного процесу є:

* прилади і устаткування в кабінетах та інших навчальних приміщеннях напругою живлення

 220V;

* засклені прорізи вікон, дверей та меблів;
* сходові марші;
* гострі кути меблів;
* обладнання, що встановлено у спортивній залі, інших приміщеннях;

1.4. Під час знаходження на території закладу учні повинні дотримуватися:

 - правил поведінки для загальних приміщень закладу;

 - правила поведінки в кабінетах, спортивних залах, майстернях, харчоблоці та інших приміщень закладу;

 - розпоряджень працівників закладу.

**2. *Загальні правила поведінки учнів***

2.1. Учні закладу приходять на заняття маючи: шкільні приладдя (ручки, олівці, альбоми зошити та інше навчальне приладдя.), спортивну форму, форму для занять з предмету «Захист Вітчизни» та спецодяг для занять в майстернях.

2.2. Під час занять і самопідготовки учні закладу повинні:

* виконувати всі розпорядження учителів, викладачів, вихователів ;
* уважно слухати учителів, викладачів на уроках і не заважати іншим учням;
* пересуватись під час занять тільки за розпорядженням вчителя;
* входити в клас і виходити з класу (кабінету, спортивної зали, іншого навчального

 приміщення) можна тільки з дозволу учителя.

 2.3. Під час перерви між навчальними годинами учні закладу повинні:

* пересуватись по коридорах спокійно – не бігати;
* виконувати розпорядження вчителів, інших працівників закладу та старших

 чергових учнів;

* виходити за межі закладу тільки з дозволу учителя, вихователя

***3. Вимоги безпеки під час проведення позакласних заходів***

3.1. При проведенні позакласних заходів, спортивних змагань, проведенні уроків за межами класу учні закладу повинні:

* бути відповідно одягнені, не мати при собі предметів, що створюють небезпеку під час

 виховних заходів;

 - не використовувати джерел вогню, щоб уникнути пожеж та опіків;

* виконувати правила пересування;
* не залишати самостійно групу;
* виконувати вимоги вчителя, викладача, вихователя іншої супроводжуючої особи.

 **4*. Вимоги пожежної безпеки***

4.1. Учням закладу забороняється користуватися відкритим вогнем в приміщеннях закладу.

 4.2. Забороняється приносити до закладу та користуватись:

 - сірниками;

 - запальничками;

 - бенгальськими вогнями;

 - петардами.

 - цигарками та іншими предметами, що можуть викликати пожежу.

 4.3. Учням забороняється розпалювати багаття на території закладу.

 4.4. Забороняється привозити з дому та користуватися електропобутовими приладами.

***5. Вимоги безпеки у аварійних ситуаціях***

 5.1. У випадку аварійної ситуації: пожежі, виявленні отруйних, шкідливих речовин та вибухонебезпечних предметів учні під керівництвом учителів, викладачів, вихователів інших працівників закладу організовано виходять у безпечне місце згідно плану евакуації.

 5.2. При нещасному випадку з учнем закладу очевидці випадку повідомляють про це вчителя, викладача , вихователя або директора, чи одного з його заступників;

**Програма вступного інструктажу з безпеки життєдіяльності**

 **для учнів середньої та старшої школи**

1. ***Загальні положення***

 1.1. Головною метою КЗ «Нововодолазький СНВК» *(далі – заклад*) є створення умов для медико-психолого-педагогічної реабілітації дітей , якісна загальноосвітня підготовка учнів, збереження їх життя та здоров’я.

 1.2. Заклад знаходиться в приміщеннях, розташованих за адресою: смт.Нова Водолага, вул. 40 років Перемоги № 79. Приміщення КЗ «Нововодолазький СНВК» складається з гуртожитку, навчального корпусу, їдальні, які з’єднані між собою переходами . На території навчального закладу розташовані господарчі об’єкти - пральня, котельня, склади для зберігання матеріалів, гаражі, льох, сарай.

 *Навчальний корпус* – 2-х поверхова будова, в якій розташовані класні кімнати, бібліотека, спортивний зал, актовий зал, столярна майстерня, слюсарна майстерня., кабінети: директора школи, заступників директора, бухгалтерія.

 *Гуртожиток* – 3-х поверхова будова. Спальні кімнати розміщені на другому та третьому поверсі. Гуртожиток ділиться на два крила – молодше та старше. На молодшому розміщуються кімнати вихованців 1-4 класів, дошкільних груп; на старшому крилі – кімнати вихованців 5-11 класів. Є в наявності 4 ігрові кімнати, санітарні блоки, кімнати гігієни. На першому поверсі гуртожитку розмішені медпункт, кабінет лікаря, ізолятор для хворих дітей, кабінет зубного лікаря, зал лікувальної фізкультури. Крім цього, на першому поверсі знаходяться кабінет соціального педагога, кабінет психолога, педагога організатора, заступника директора з виховної роботи. На 1 поверсі молодшого крила розташовані кабінет з обслуговуючої праці, кабінет швачки та перукаря.

*Підсобні приміщення*  знаходяться на господарчому дворі. Вихованцям навчального закладу вхід туди категорично заборонений.

1.3. Джерелами небезпеки під час проведення навчально-виховного процесу є:

* прилади і устаткування в кабінетах, лабораторіях, інших учбових приміщеннях напругою живлення 220V та 380V ;
* засклені прорізи вікон і дверей та меблів;
* сходові марші;
* гострі кути меблів;
* обладнання, що встановлено у спортивній залі.

1.4. Під час знаходження на території закладу,учні повинні дотримуватися:

 - правил поведінки для загальних приміщень закладів освіти України;

 - правила поведінки в кабінетах загальноосвітніх навчальних дисциплін, кабінетах фізики, хімії, біології, інформатики, спортивних залів, лабораторій та інших навчальних приміщеннях;

 - розпоряджень працівників закладу.

**1.5. Об’єкти підвищеної небезпеки на території навчального закладу та біля нього.**

1.5.1. Об’єкти поблизу школи: автомобільна дорога, господарчі будівлі установ і організацій біля школи.

1.5.2.         Об’єкти на території навчального закладу: дах, вікна і фасад шкільного корпусу, гуртожитку, електрощитова, колодязі підземних комунікацій та каналізації, автомобільний проїзд до гаражів, газова котельня, спортивні споруди.

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

2.1.2. У КЗ «Нововодолазький СНВК» для учасників навчально-виховного процесу встановлено п’ятиденний робочий тиждень із двома вихідними.

2.1.3. Час початку і завершення занять встановлює директор. Початок навчально-виховного процесу починається о 8 год 10 хв. ( лінійка, хвилини вихователя) Усі учні повинні приходити за 10 хв до початку навчально-виховного процессу ( о 8.00).

2.1. 4Учні закладу приходять на заняття маючи комплект шкільного приладдя (ручки, олівці, альбоми зошити та інші навчальні засоби), спортивну форму, а в разі необхідності і спецодяг для навчання в кабінетах чи лабораторіях, де цього вимагають правила техніки безпеки.

2.2. Під час навчальних занять, факультативів, занять в гуртках, участі спортивних змаганнях, звітних концертах, при самопідготовці в межах закладу та при приймання участі в інших заходах за межами закладу учні повинні:

* виконувати всі розпорядження учителів, вихователів чи інших працівників закладу;
* уважно слухати вчителів, викладачів, лаборантів, класних керівників, керівників гуртків, тренерів, вихователів інших працівників закладу і не заважати іншим учням;
* пересуватись під час занять по кабінетах (лабораторіях), в спортивній залі, чи інших навчальних приміщеннях тільки з дозволу вчителя, вихователя чи іншого працівника, що проводить навчання;

 - входити в клас, чи інше навчальне приміщення, виходити з класу (іншого навчального приміщення) з дозволу вчителя, вихователя чи іншого працівника, який проводить навчання;

 - дбайливо ставитись до обладнання класів, кабінетів, навчальних приміщень закладу, спальних , ігрових кімнат, душової, санітарних блоків.

 2.3. В приміщеннях і на території закладу забороняється палити та вживати спиртні напої;

 2.5. Під час проведення виховних заходів слід перебувати у полі зору вчителя чи вихователя, чітко виконувати їх вказівки та інструкції, не займатися сторонніми справами та не відволікатись. Під час спортивних змагань та ігор дотримуватись відповідних правил.

 2.6. Під час перерв вести себе спокійно, не бігати, не заважати іншим, не сідати на підвіконня, перила східців чи елементи системи опалення, не користуватись спортінвентарем чи іншим навчальним обладнанням. Забороняється застосовувати образи, силу проти товаришів, вступати у бійку.

 2.7. Перебувати в класних приміщеннях, кабінетах, спортзалі, майстернях тільки під час уроку з дозволу учителя. До господарських, технічних шкільних приміщень вхід учням заборонено.

 2.8. Забороняється приносити до школи небезпечні предмети ( ріжучі, колючі, вибухові, вогненебезпечні)

 2.9. Вікна дозволяється відчиняти тільки вчителю, вихователю або техпрацівникові

 2.10.Носити одяг, взуття слід відповідно пори року та особливостей навчальних занять. Взуття має відповідати віку учня, бути справним, на неслизькій підошві та без високих підборів.

 2.11. На території навчального закладу пересуватися по пішохідних доріжках спокійно без поспіху. Бути завжди уважним, вчасно помічати перешкоди. Під час пересування по території навчального закладу тримати безпечну дистанцію. Категорично забороняється знаходитись близько до зовнішніх стін будівель, під дахами будівель ( особливо взимку із-за загрози падаючих бурульок)

 2.12. Забороняється їздити по пішохідних доріжках навчального закладу на велосипедах, мопедах, скутерах чи іншому транспорті.

 2.13. При знаходженні на території навчального закладу небезпечних чи підозрілих предметів, обривів електомереж, відкритих колодязів без люків – не наближатися та не чіпати їх, по можливості забезпечити їх огородження, терміново повідомити про це чергового вчителя, вихователя чи директора.

 2.14. У разі поламки будь-якого шкільного обладнання, меблів, негайно припинити користування ними, повідомити про це вчителя, вихователя чи інших працівників школи.

2.15. Під час перебування на масових заходах ( у актовому залі, спортзалі) слід знати місцезнаходження основного та запасного виходу. Під час виходу слід дотримуватись спокою, не штовхатись, не панікувати, не затримуватись біля дверей.

2.16. Недотримання правил безпеки учасниками навчально-виховного процессу може призвести до їх травмувань, або загибелі.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

2.2.3. Учні зобов’язані сумлінно дотримуватися правил особистої гігієни і санітарних норм на місці праці.

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

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

2.2.6. Не підходити до вікон.

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

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

2.2.9. Не підходити до перил, не перехилятися через них, не спускатися перилами сходів.

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

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

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

2.2.13. Не виносити з навчального закладу цінності.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

* невиконання учнями вимог інструкції безпеки життєдяльності під час перебування на території навчального закладу ( неуважність під час руху по території)

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

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

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

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

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

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

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

2.3.7. У разі виникнення пожежі або аварійної ситуації:

· негайно повідомити про це вчителя, вихователя, наставника класу, адміністрацію, чергових;

· після евакуації вишикуватися в зазначеному місці і під час переклички зазначити свою присутність для обліку евакуйованих дітей. Нікуди після евакуації без дозволу вихователя, наставника класу, вчителя не йти;

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

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

Пожежа у класі, приміщенні навчального закладу:

· якщо можна вийти з класу через двері – слід рятуватися самому і допомогти іншим людям;

· якщо вихід перекрито вогнем, а учень перебуває не вище другого поверху або поряд є дерево чи пожежна дробина, слід вибиратися з класу через вікно;

· під час пожежі не можна ховатися в глухі кути, під парту, в шафи, у комору тощо;

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

· подавати сигнали рятувальникам.

· Пожежа в коридорі навчального закладу:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

2.4.8. Під час виникнення загрози затоплення чітко виконувати розпорядження й вказівки вихователя, наставника, вчителя, адміністрації: перебувати у зазначеному місці й слідкувати за тим, щоб була відключена електрика й вода в приміщенні, у якому ви перебуваєте. У разі визначення даних порушень, слід одразу повідомити дорослих.

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

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

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

· покликати на допомогу;

· якщо хтось відгукнувся, повідомити про місце перебування і що сталося;

· спокійно чекати, поки розберуть завал;

· якщо ніхто не чує, спробувати вивільнити руки й ноги;

· роздивитися, якими предметами завалено;

· якщо вони не надто важкі, обережно розбирати завал. Намагатися не зачепити те, на чому все тримається;

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

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

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

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

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

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

2.5.1. Учні-вихованці зобов’язані:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Зобов’язаний:

· використовувати технічно справний та належним чином обладнаний велосипед;

· не перевозити вантажів, що заважають керувати;

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

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

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

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

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

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

2.6.5. Виконувати дані правила з безпеки життєдіяльності:

Правила для тих, хто опинився в небезпечній ситуації:

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

· якщо загрози життю немає, спочатку потрібно заспокоїтися;

· якщо не впораєтеся з ситуацією, слід скласти план дій і виконувати його;

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

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

Правила безпечної поведінки під час грози:

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

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

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

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

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

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

Правила безпечної поведінки в місцях скупчення людей:

· збираючись у місця скупчення людей, потрібно відповідно одягтися;

· на концерти, вистави, змагання краще приходити раніше;

· треба сідати на місця поблизу виходу;

· після завершення краще зачекати, поки люди вийдуть;

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

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

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

Правила для тих, хто залишається вдома сам :

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

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

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

Правила безпечної поведінки на вулиці:

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

· надворі треба поводитися спокійно та впевнено;

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

· не виносити з дому дорогі речі;

· пізньої пори не йти самим далеко від дому.

Дії у разі нещасних випадків у побуті:

· заспокоїтися та заспокоїти оточуючих;

· викликати швидку допомогу за телефоном 103;

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

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

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

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

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

2.7.4. Надання першої допомоги при ураженні електричним струмом:

· вимкнути рубильник або викрутити запобіжник;

· вимкнути мережу живлення;

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

· примочки, місце удару змастити йодом і накласти пов’язку.

2.7.6. Перша допомога при опіках, теплових ударах:

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

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

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

2.7.7. Перша допомога при обмороженні, переохолодженні:

· обмороження виникає при місцевій дії холоду на тіло;

· при обмороженні І ступеня слід розтерти обморожені місця тіла сухою теплою тканиною до почервоніння;

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

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

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

2.7.8. Надання першої допомоги при пораненні й кровотечі:

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

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

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

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

2.7.9. Перша допомога при отруєнні:

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

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

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

· Дії при харчовому отруєнні:

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

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

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

2.7.10. Перша допомога при ураженні хімічними речовинами:

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

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

· якщо речовина суха, її треба струсити чи зняти сухою ганчіркою (не можна здувати, щоб порошинка не потрапила в очі);

· тільки після цього уражене місце потрібно промити водою;

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

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

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

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

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

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

**101 – пожежна охорона, МНС;**

**102 – міліція;**

**103 – швидка медична допомога;**

**104 – газова служба.**

3.Безпека на дорогах та транспорті.

3.1. Йти до школи, або додому необхідно тільки тротуарами, а за їх відсутності в один ряд по узбіччю дороги назустріч транспортих засобів.

3.2. Переходити проїжджу частину дозволяється тільки по пішохідним переходам, які обладнані відповідними знаками та дорожньою розміткою. Перед переходом слід впевнитись у відсутності транспортих засобів. Перебігати, переїжджати на велосипеді проїжджу частину забороняється.

3.3.Чекати громадський транспорт слід у відведених місцях: на зупинках, узбіччі – подалі від транспорту, що рухається. Під час чеканя слід дотримуватись правил поведінки.

3.4.Здійснювати посадку і висадку у громадському транспорті дозволяється після повної його зупинки. Під час виходу з автобуса слід триматись за поручні, впевнитись у відсутності біля виходу сторонніх предметів, слизького місця чи вибоїн.

3.5.Під час перебування у громадському транспорті забороняється голосно розмовляти, бігати по салону, порушувати поведінку.

3.6.Після виходу не затримуйтесь біля дороги, ідіть разом з усіма. Обходити автобус слід тільки ззаду.

3.7. У разі виникнення аварії чи ДТП слід негайно покинути транспортий засіб, надати першу допомогу потерпілим та чекати прибуття працівників ДАІ.

3.8. Недотримання правил безпеки на дорогах та користування транспортом може призвести до травмування, або загибелі людей.

***4. Вимоги безпеки під час проведення позакласних позашкільних заходів***

4.1. При проведенні екскурсій, спортивних змагань, проведенні уроків за межами закладу та інших поза шкільних заходів учні повинні:

* бути відповідно одягнені відповідно до сезону, не мати при собі предметів, що створюють небезпеку під час виховних заходів;
* не розпалювати багаття, щоб уникнути пожеж та опіків;
* виконувати правила дорожнього руху;
* виконувати правила поведінки к громадському транспорті та громадських місцях;
* не залишати самостійно групу;
* виконувати вимоги керівника заходу.

 ***5. Вимоги пожежної безпеки***

5.1. Учням закладу забороняється користуватися відкритим вогнем в приміщеннях закладу *(за винятком випадків, де це передбачено темою навчальних занять)*

 5.2. Для попередження випадків виникнення пожежі вихованцям КЗ «Нововодолазький СНВК» необхідно дотримуватися слідуючих правил:

* заборонено палити, вживати алкогольні напої, користуватися в приміщенні відкритим вогнем.,
* вибухові і легкозаймисті речовини і суміші вносити в приміщення категорично забороняється.,
* при виявленні іскріння, нагрівання ізоляції електроприладів терміново вимкнути електроенергію на розподільному щиті і повідомити про це керівника.,
* заборонено користуватися електронагрівальними приладами, кип’ятильниками , електроплитками, електричними чайниками.
* забороняється використовувати електроприлади з пошкодженими вмикачами, штепсельними розетками, ламповими патронами тощо.,
* учням заборонено самостійно ремонтувати електричні розетки , вимикачі, побутові електроприлади, знімати світильники, змінювати електролампочки, застосовувати саморобні подовжувачі, які не відповідають вимогам техніки безпеки.,
* не використовувати бенгальські вогні, петарди, феєрверки.

5.3. Учням закладу забороняється розпалювати багаття на території закладу та вулицях скверах селища.

 5.4. Учням закладу забороняється привозити з дому та користуватися електропобутовими приладами.

***6. Вимоги безпеки у аварійних ситуаціях***

6.1. У випадку аварійної ситуації: пожежі, виявленні отруйних, шкідливих речовин і вибухонебезпечних предметів учні під керівництвом вчителів, вихователів, викладача, інших працівників закладу організовано виходять у безпечне місце згідно плану евакуації.

 6.2. При нещасному випадку з учнем закладу, очевидці нещасного випадку повідомляють про це вчителя, вихователя директора, чи одного з його заступників, батьків доправляють постраждалого до медичної частини ( 1-й поверх гуртожитку), чи надають першу (долікарську) медичну допомогу.

 ***7.Перша допомога потерпілим. Дії у разі нещасного випадку.***

**Перша допомога при ураженні електричним струмом.**

При ураженні людини електричним струмом необхідно негайно відключити електричний струм рубильником, відтягнути потерпілого від місця ураження струмом і за необхідності привести його до тями, надати першу медичну допомогу, викликати лікаря. Медпункт знаходиться на 1 поверсі шкільного гуртожитку ( медпрацівники працюють цілодобово).

***Штучне дихання (ШД).***

Штучне дихання робиться постраждалому у випадку відсутності самостійного дихання.

Найефективнішим способом штучного дихання є дихання «з легень в легені», яке проводиться «з рота в рот» або « з рота в ніс». Для цього відводять голову потерпілого максимально назад і пальцями затискають ніс (або губи). Роблять глибокий вдих, притискають свої губи до губ потерпілого і швидко роблять глибокий видих йому в рот. Вдування повторюють кілька разів з частотою 15-20 раз на хвилину.

 З гігієнічною метою рекомендується рот потерпілого прикрити шматком тонкої тканини ( бинт, косинка, носова хустка тощо).

 Якщо пошкоджене обличчя і проводити штучне дихання « з легень в легені» неможливо, треба застосовувати метод стиснення і розширення грудної клітини шляхом складання і притискання рук потерпілого до грудної клітини з їх наступним розведенням у боки.

***Зовнішній масаж серця.***

Зовнішній масаж серця проводиться у разі його зупинення.

При цьому робиться його ритмічне стискання між грудиною та хребтом.

 На нижню частину грудини кладуть внутрішньою стороною зап’ястя одну руку, на яку з силою натискують ( з частотою 1 раз на секунду ) покладеною зверху другою рукою.

 Сила натискання має бути такою, щоб грудина вдавлювалася на глибину 4-5 см.

 Масаж серця доцільно робити паралельно з штучним диханням для чого після 2-3 штучних вдихів роблять 4-6 натискань на грудну клітину.

 При правильному масажі серця під час натискання на грудину відчуватиметься легкий поштовх сонної артерії і протягом кількох секунд звузяться зіниці, а також порозовіють шкіра обличчя і губи, з’явиться самостійне дихання.

 Під час надання першої допомоги треба бути готовим до раптового другого приступу. Щоб його не пропустити , потрібно стежити за зіницями, кольором шкіри і дихання, регулярно перевіряти частоту і ритмічність пульсу.

**Перша допомога при переломах, вивихах, ударах.**

При переломах і вивихах кінцівок необхідно пошкоджену кінцівку укріпити шиною, фанерною пластикою, палицею, картоном або іншим подібним предметом.

 Пошкоджену руку можна також підвісити за допомогою перев'язки або хустки до шиї і прибинтувати до тулуба.

При переломі черепа (несвідомий стан після удару голови, кровотеча з вух або роту) необхідно прикласти до голови холодний предмет (грілку з льодом або снігом, чи холодною водою) або зробити холодну примочку.

 При підозрінні перелому хребта необхідно потерпілого покласти на дошку, не підіймаючи його, чи повернути потерпілого на живіт обличчям униз, наглядаючи при цьому, щоб тулуб не перегинався, з метою уникнення ушкодження спинного мозку.

При переломі ребер, ознакою якого є біль при диханні, кашлю, чханні, рухах, необхідно туго забинтувати груди чи стягнути їх рушником під час видиху.

**Перша допомога при кровотечі.**

Кровотеча - це вихід крові з кровоносних судин. Кровотеча - наслідок порушення цілісності судин внаслідок травмування (укол, розріз, удар, розтяг) тощо.

Через небезпеку інфекції рятівник не повинен доторкатися до рани руками, промивати її водою чи ліками, присипати порошками.

 При пораненні виникненні кровотечі необхідно надати потерпілому першу медичну допомогу, викликати лікаря. Медпункт знаходиться на 1 поверсі шкільного гуртожитку ( медпрацівники працюють цілодобово).

 Для того, щоб зупинити кровотечу, необхідно:

 - підняти поранену кінцівку вверх;

 - кровоточиву рану закрити перев'язочним матеріалом (із пакета), складеним у клубочок, придавити зверху, не торкаючись самої рани, потримати на протязі 4-5 хвилин; якщо кровотеча зупинилася, то не знімаючи накладеного матеріалу, поверх нього покласти ще одну подушечку з іншого пакета чи кусок вати і забинтувати поранене місце (з деяким натиском);

 - при сильній кровотечі, яку не можна зупинити пов'язкою, застосовується здавлювання кровоносних судин, які живлять поранену область, при допомозі згинання кінцівок в суглобах, а також пальцями, джгутом або закруткою; при великій кровотечі необхідно терміново викликати лікаря.



Рис.1. Тимчасова зупинка сильної кровотечі накладанням закрутки..

*Кровотеча з носа.* Потерпілого треба посадити, дещо нахилити його голову, розстебнути комір. На перенісся, чоло і потилицю кладуть мокру зволожену водою хустку, можна вставити в ніс тампон з вати чи марлі, змочений 3% розчином перекису водню і затиснути ніс пальцями.

*Кровотеча з рота.* Потерпілого кладуть горизонтально і швидко викликають лікаря, також це роблять при кровотечі з вух, що є ознакою порушення внутрішньочерепного тиску при травмі черепа.

*Внутрішні кровотечі* (капіляротоксикоз) - дуже небезпечні; різко блідне обличчя, частішає пульс, настає загальна слабість, запаморочення, задуха, спрага, утворюються чорні крапки на стегнах та животі у формі висипки. Потерпілий повинен перебувати у напівсидячому стані (підкладають подушку під спину) із зігнутими в колінах ногами. Потерпілому суворо заборонено давати пити.

**ПРОГРАМА**

**первинного інструктажу з безпеки життєдіяльності**

**для учнів початкової школи**

 **1. Загальні положення.**

1. Головною метою КЗ «Нововодолазький СНВК» *(далі – заклад*) є створення умов для медико-психолого-педагогічної реабілітації дітей , якісна загальноосвітня підготовка учнів, збереження їх життя та здоров’я.

2. Заклад знаходиться в приміщеннях, розташованих за адресою: смт. Нова Водолага, вул. 40 років Перемоги № 79. Приміщення закладу складається з гуртожитку, навчального корпусу, їдальні, які з’єднані між собою переходами. На прилеглій території розташовані господарчі об’єкти - пральня, котельня, склади для зберігання матеріалів, гаражі, льох, сарай.

*Навчальний корпус* – 2-х поверхова будова, в якій розташовані класні кімнати, бібліотека, спортивний зал, актовий зал, столярна майстерня, слюсарна майстерня., кабінети: директора, заступників директора, бухгалтерія.

*Гуртожиток* – 3-х поверхова будова. Спальні кімнати розміщені на другому та третьому поверсі. Гуртожиток ділиться на два крила – молодше та старше. На молодшому розміщуються кімнати вихованців дошкільних груп та вихованців 1-4-х класів, на старшому крилі – кімнати вихованців 5-11-х класів. Є в наявності 4 ігрові кімнати, музична зала, зал лікувальної фізкультури, санітарні блоки, кімнати гігієни. На першому поверсі гуртожитку розмішені медпункт, кабінет лікаря, ізолятор для хворих дітей, кабінет зубного лікаря. Крім цього, на першому поверсі знаходяться кабінет соціального педагога, кабінет психолога, педагога організатора, заступника директора з виховної роботи. На І поверсі молодшого крила розташовані кабінет з обслуговуючої праці, медичні кабінети, кабінет швачки та перукаря.

*Підсобні приміщення*  знаходяться на господарчому дворі. Вихованцям закладу вхід туди категорично заборонений.

3. В закладі працюють педагогічні працівники (вчителі, вихователі, психолог, соціальний педагог, керівники гуртків та спортивних секцій), медичні працівники (лікар-гастроентеролог, лікар-педіатр, лікар-стоматолог, медичні сестри, інструктор лікувальної фізкультури), обслуговуючий персонал (бухгалтери, соціальний педагог, працівники кухні, працівники пральні, перукар, швачка, працівники котельні, водії, прибиральниці )

4. Зарахування вихованців до закладу проходить при наявності путівки Департаменту науки і освіти Харківської обласної державної адміністрації.

5. Управління закладом здійснюється адміністрацією, яку очолює директор закладу.

***2*. Загальні правила поведінки**.

2.1. Всі учні повинні дотримуватися дисципліни та порядку в приміщеннях закладу, зберігати меблі та інше обладнання.

2.2. В приміщеннях закладу учням заборонено ходити у головних уборах та розмовляти у підвищеному тоні.

2.3. Учні закладу повинні виконувати вимоги працівників.

2.4. При знаходженні у закладі необхідно виконувати наступні вимоги безпеки:

- не наглядати, за використанням відкритого полум’я;

- не користуватися сірниками та приладами отримання полум’я;

- бути уважним по відношенню переміщення інших учнів закладу.

2.5. В ожеледь необхідно ходити переважно по доріжкам, що посипані піском.

**3. Види та джерела небезпеки**

3.1. В навчальних кабінетах, лабораторіях, інших навчальних приміщеннях закладу, де розташовані комп’ютери та інші прилади, які знаходяться під напругою; в кабінетах біології та інформатики, де проводяться лабораторні роботи з використанням електрообладнання та хімічних речовин; в спортивній залі, де встановлений і використовується різний спортивний інвентар можуть виникнути умови травмування.

3.2. Джерелами небезпеки під час занять є:

* прилади кабінетах і приміщеннях школи підключені до електричного живлення;
* засклені вікна і двері та меблі;
* сходові марші;
* спортивне обладнання;
* хімічні реактиви;
* інструмент;
* гострі кути меблів та обладнання.

**4. Загальні правила поведінки учнів**

 4.1. Поведінка учнів повинна відповідати «Правилам поведінки ( єдиним вимогам до вихованців)», нормам моралі та етики, враховуючи конкретні ситуації та місце знаходження.

 4.2..Вихованець повинен дотримуватися режиму школи, єдиних вимог до учнів.

 4.3. З метою уникнення нещасних випадків та травматизму, знати і виконувати правила з техніки безпеки.

 4.4. Учні закладу приходять на заняття маючи: шкільні приладдя (ручки, олівці, альбоми зошити та інші прилади), спортивну форму.

 4.5. Під час занять, самопідготовки, занять в позаурочних час вихованці закладу повинні:

* виконувати всі розпорядження вчителів, вихователів, інших працівників;
* уважно слухати вчителів, викладачів, класних керівників, завідуючих кабінетами, вихователів, керівників гуртків, керівників факультативу, тренерів та інших працівників закладу і не заважати іншим учням;
* ходити під час занять по кабінету, спортивній залі, інших приміщеннях тільки з дозволу вчителя, викладача, вихователя;
* входити в клас, кабінет, спортивну залу і виходити, з класу, кабінету тощо можна тільки з дозволу вчителя, вихователя, викладача;
* зберігати обладнання та меблі закладу.

 4.6. Під час перерви між навчальними годинами учні закладу повинні:

* ходити по коридорах спокійно – не бігати;
* виконувати розпорядження учителів, викладачів та чергових учнів;
* виходити за межі закладу тільки можна з дозволу вчителя, класного керівника вдягненими відповідно до сезону;

 4.7.Не дозволяється без дозволу педагогів залишати приміщення та територію школи в урочний час. У випадку пропуску занять учень повинен надати класному керівникові довідку від лікаря , записку від батьків або опікунів відносно причини відсутності на заняттях. Пропускати заняття без поважної причини не дозволяється.

 4.8.Категорично заборонено в позаурочний час виходити за територію школи без дозволу вихователя.

4.9.Обов’язково повідомляти вихователя про своє місце перебування під час занять за інтересами.

**5. Вимоги безпеки під час проведення позакласних,**

**позашкільних заходів**

5.1. При проведенні екскурсій, спортивних змагань, проведенні уроків за межами закладу та інших заходів за територією учні повинні:

* бути відповідно одягнені, не мати при собі предметів, що створюють небезпеку;
* не розпалювати багаття, не користуватися сірниками і запальничками;
* виконувати правила дорожнього руху;
* виконувати правила поведінки в транспорті;
* не залишати самостійно групу;
* виконувати вимоги вчителя, викладача, вихователя, класного керівника, іншої супроводжуючої особи.

**6. Вимоги пожежної безпеки**

6.1. Основними причинами пожеж є:

- не обережне поводження з вогнем;

- порушення правил користування електричними та нагрівальними приладами;

- куріння ;

 6.2. Учням закладу заборонено користуватися відкритим полум’ям.

 6.3.Заборонено палити, вживати алкогольні напої, користуватися в приміщенні відкритим вогнем.,

 6.4.Вибухові і легкозаймисті речовини і суміші вносити в приміщення категорично забороняється.,

 6.5.При виявленні іскріння, нагрівання ізоляції електроприладів терміново вимкнути електроенергію на розподільному щиті і повідомити про це керівника.,

 6.6.Заборонено користуватися електронагрівальними приладами, кип’ятильниками , електроплитками, електричними чайниками.

 6.7.Забороняється використовувати електроприлади з пошкодженими вмикачами, штепсельними розетками, ламповими патронами тощо.,

 6.8.Учням заборонено самостійно ремонтувати електричні розетки , вимикачі, побутові електроприлади, знімати світильники, змінювати електролампочки, застосовувати саморобні подовжувачі, які не відповідають вимогам техніки безпеки.,

 6.9.Не приносити до закладу і не використовувати бенгальські вогні, петарди, феєрверки.

 6.10. Учням закладу не дозволяється розпалювати багаття на території закладу та вулицях і у скверах міста.

6.11. Учням закладу забороняється приносити з дому електропобутові прилади.

**6.12. Якщо пожежа застала вас у приміщенні:**

* + 1. Коли ви прокинулися від шуму пожежі і запаху диму, не сідайте в ліжку, а скотіться з нього на підлогу та повзіть під хмарою диму до дверей.,
		2. Не відчиняйте дверей відразу. Обережно доторкніться до них тильною стороною долоні. Якщо двері не гарячі, то обережно відчиніть їх та швидко виходьте, а якщо гарячі – не відчиняйте : дим та полум’я не дозволять вам вийти.,
		3. Щільно зачиніть двері, а всі щілини й отвори заткніть якою-небудь тканиною, щоб уникнути подальшого проникнення диму, повертайтесь поповзом углиб приміщення і вживайте заходів для порятунку.,
		4. Присядьте, глибоке вдихніть повітря, розчиніть вікно, висуньтеся та кричіть :»Допоможіть, пожежа!». Якщо ви не в змозі відкрити вікно, розбийте шибку твердим предметом та приверніть увагу людей, які можуть викликати пожежну команду.,
		5. Якщо ви вибралися через двері, зачиніть їх і поповзом пересувайтесь до виходу із приміщення ( обов’язково зачиняйте за собою всі двері).,
		6. Якщо ви знаходитесь у висотному будинку, не біжіть вниз крізь вогнище, а користуйтеся можливістю врятуватися на даху будівлі. Використовуйте пожежні сходи – під час пожежі заборонено користуватися ліфтом.

**7. Вимоги безпеки у аварійних ситуаціях**

7.1. У випадку аварійної ситуації: пожежі, виявленні отруйних, шкідливих речовин і вибухонебезпечних предметів учні під керівництвом вчителів, інших працівників закладу організовано виходять у безпечне місце.

7.2. При нещасному випадку з учнем школи , очевидці повідомляють про це вчителя, чи іншого працівника закладу.

**8. Побутовий травматизм, попередження і дії**

**при нещасних випадках в побуті.**

8.1. В Україні в побуті щорічно травмуються велика кількість дорослих та дітей.

8.2. В жилих будинках є: водо-забезпечення, водовідведення, газо-забезпечення, видалення диму, опалення, вентиляції, електрика й радіо та телебачення, різні ліфти та інше. (балкони, карнизи, архітектурні нашарування та виступаючі художні прикраси). Все це створює загрозу і може призвести до травмування чи загибелі.

8.3. Аварії виникають при обрушенні покрівель, балконів, сходових маршів, архітектурних нашарувань та виступаючих художніх прикрас будівель. Це залежить від дощів, снігопадів, великих переміщень повітряних мас, недоліків при конструюванні чи будівництві. Бувають випадки коли аварії виникають через необережність чи неправильне поводження людей.

8.4. Знаходячись у будівлях необхідно дотримуватися елементарної обережності.

8.5. Не виконання правил безпеки в будинках призводить до пожеж, вибухів газу, випадків отруєння побутовим газом, ураження електрикою випадки опіків через необережне користування гарячою водою та хімічних опіків через необережне користування хімічними побутовими речовинами. Люди випадають під час миття вікон, з драбин і на мокрій підлозі і через це травмуються.

8.6. Не обережне поводження на повітрі веде до падіння під час ожеледиці, падіння з дерев, утоплення травмування транспортом.

8.7. Порушення правил користуванні ріжучим та колючим інструментом та кухонним і садовим інвентарем призводить до отримання порізів або уражень очей.

**8.8. Для попередження побутового травматизму** необхідно знати і виконувати:

- де знаходяться і як виключаються вентиляція, крани систем води, та газу;

- правила користування електроприладами, газовими приладами;

- не чистити одяг бензином та розчинниками;

- при наявності запаху газу в приміщенні необхідно його провітрити та подзвонити (не користуючись мобільним (сотовим) телефоном за тел. 104;

- не користуватися електроприладами, у ванній кімнаті;

- перехід автомобільних доріг дозволяється тільки в установлених місцях (світлофор чи пішохідний перехід ( «зебра») або спеціальні знаки)

**8.9. Вимоги безпеки під час відпочинку біля води:**

- купатися необхідно тільки в спеціально відведених місцях ( не знайомих місцях під водою можуть знаходитися коряги, госте каміння, побутові відходи, ями тощо);

- не бажано купатися наодинці;

 - при відчуванні німоти в пальцях рук, необхідно з силою стиснути пальці рук в кулак, зробити різкий рух на зовнішню сторону, розтиснути кулак;

 - при судорогах литок м’язів, необхідно зігнувшись двома руками обхопити стопу ноги і з силою піджати ногу в коліні до себе.

**8.10. Отруєння грибами, дикоростучими ягодами і зеленню. Надання першої допомоги при отруєнні.**

8.10.1. На території України росте велика кількість грибів (до 2000 видів). Більша кількість з них є їстівними. Але виявлено 80 видів потенційно отруйних грибів.

8.10.2. Збирати гриби слід тільки ті, які ви знаєте, що вони їстівні.

8.10.3.Не збирайте гриби:

- поблизу транспортних магістралей, на промислових пустирях, колишніх смітниках, у хімічно та радіаційно небезпечних зонах,

- невідомі, особливо з циліндричною ніжкою, в основі яких є потовщення – «бульба», покрите оболонкою.,

- з ушкодженою ніжкою, старі, в’ялі, червиві або ослизлі.,

- пластинчасті – отруйні гриби маскуються під них.,

- «шампіньйони» , у яких пластинки нижньої поверхні шапки гриба білого кольору.,

8.10.4. Не куштуйте сирі гриби на смак.

8.10.5. Значна кількість грибів, які досі вважались їстівними , містять мікродози отруйних речовин. Якщо вживати їх декілька днів підряд, також може статись отруєння.

8.10.6.Первинні ознаки отруєння ( нудота, блювота, біль у животі, пронос) з’являються через 1-4 год. після вживання грибів, залежно від виду грибів, кількості з’їдених грибів, віку та стану здоров’я потерпілого. Біль та напади нудоти повторюються декілька разів через 6-48 год., а смерть настає через 5-10 днів після отруєння.

8.10.7. Збираючи ягоди і лікарські рослини , слід пам’ятати , що серед них можуть зустрічатись і отруйні екземпляри. До отруйних рослин належить вовче лико, конвалія, блекота, дурман, вороняче око, беладонна. З метою попередження отруєння плоди цих рослин і самі рослини заборонено вживати в їжу .

8.10.8.Перша допомога при отруєнні грибами, дикоростучими ягодами і зеленню:

- викликати швидку медичну допомогу.

- ще до її прибуття необхідно негайно промити шлунок: випити 5-6 склянок кип’яченої води або блідо-рожевого розчину марганцівки, натиснути пальцями на корінь язика, щоб викликати блювоту., прийняти активоване вугілля ( 4-5 таблеток), коли промивні води стануть чистими.,

- після надання первинної допомоги дати постраждалому випити міцний чай, каву або злегка підсолену воду , покласти на живіт і до ніг потерпілого грілки .

 **8.11.Попередження харчових отруєнь, та отруєнь медичними препаратами**

8.11.1.Найбільш часті причини харчових отруєнь бувають тоді коли людина споживає недоброякісні харчові продукти , гриби дикоростучі ягоди і зелень, медичні препарати.

8.11.2.Щоб уникнути отруєнь, вихованцям КЗ «Нововодолазький СНВК» необхідно пам’ятати слідуюче:

* недопустимо купувати, привозити з дому і зберігати будь-які медичні препарати.,
* недопустимо займатися самолікуванням. Призначає курс лікування і необхідні медичні препарати шкільний лікар, або спеціаліст лікувального закладу ( районного, обласного). Рекомендації виконуються шкільним медперсоналом через шкільний медпункт, де вихованці отримують необхідні для лікування медичні препарати.
* Заборонено придбання і вживання в їжу продуктів, що швидко псуються ( майонез, ковбаса, м’ясні та рибні консерви, риба, кетчуп, «мівіна»). Категорично заборонено вживання грибів ( у будь-якому вигляді).
* Недопустимо зберігання в кімнатах гуртожитку продуктів домашнього консервування ( салати, варення тощо)

**8.12. Правила дорожнього руху.**

8.12.1. Учасниками дорожнього руху є люди, що використовують автомобільні дороги, вулиці, переїзди залізно дорожніх колій та інші місці, що використовуються пересування людей і перевезенню вантажів за допомогою транспортних засобів. Це водії й пасажири транспортних засобів, пішоходи, велосипедисти тощо.

8.12.2. В дорожньо-транспортних пригодах (далі – ДТП) гине багато людей, отримують травми, кожний десятий в ДТП зостається інвалідом.

8.12.3. Учасники дорожнього руху повинні:

- знати і неухильно виконувати вимоги Правил дорожнього руху;

- створювати і підтримувати у належному стані умови безпечного дорожнього руху, не причиняти своїми діями або бездіяльністю шкоди громадянам .,

- виконувати розпорядження органів міністерства внутрішніх справ та органів державного нагляду і контролю за виконанням законодавства про дорожній рух.

**8.13. Блискавковідведення** (блискавкозахист) (запобігання ураженням природною електрикою).

8.13.1. Блискавка – це електричний розряд великої напруги між хмарами чи між хмарою та землею. Вона має великий вражаючий фактор. Прямий удар блискавки призводить до руйнування будівель, споруд, скель, дерев, викликає пожежі і вибухи, є причиною смерті людей.

8.13.2. Для захисту від блискавки:

- не дозволяється ховатися під зонтом від грози;

- необхідно прикритися накидкою забезпечуючи сухість одежі та тіла;

- необхідно зняти з себе всі залізні предмети;

- потрібно триматися подалі від будівель та металевих споруд і конструкцій;

- не дозволяється ховатися під високими та одиноко стоячими деревами;

- не бажано зупинятися на краю лісу;

- при знаходженні в полі, не бажано маячити , слід присісти і прикритися накидкою;

- найбільшу силу, що притягає блискавку має глиниста земля;

- не бажано купатися чи зупинятися біля води під час грози;

- небезпечно бігати під час грози;

- необхідно вимкнути мобільний (сотовий) телефон;

- при знаходженні в машині необхідно зупинитися й закрити всі вікна.

**8.14.Заходи безпеки на льоду** Лід може підвести нас восени, взимку та навесні.

8.14.1. заходи, що дозволяють знизити ризик від небезпеки на льоду

* + Не пробивайте поруч багато лунок.,
	+ Не збирайтеся великими групами на одному місці.,
	+ Не пробивайте лунки на переправах.,
	+ Не ловіть рибу поблизу промивин та занадто далеко від берега, яке б клювання там не було.,
	+ Завжди майте під рукою міцну мотузку довжиною не менше 12- 15 м.
	+ Тримайте поруч із лункою дошку або велику гілку.

**8.15. Заходи безпеки при виявленні вибухонебезпечних предметів.**

8.15.1. На території України продовжують мати місце випадки виявлення вибухонебезпечних предметів - боєприпасів часів Великої Вітчизняної війни, а також сучасних засобів ураження, що випадково стали доступними в результаті злочинної халатності осіб, які відповідають за їх збереження.

8.15.2.Треба пам’ятати, що виявлення вибухонебезпечних предметів представляють собою велику небезпеку.( особливо, якщо предмет довгий час перебував у землі або в воді)

8.15.3. При виявленні вибухонебезпечних , або невідомих предметів забороняється:

* перекладати, перекочувати з одного місця на інше.,
* збирати і зберігати, нагрівати і бити по предмету.,
* кидати у вогнище.,
* намагатися розряджати і розбирати.,
* виготовляти різні предмети.,
* використовувати заряди для розведення вогню та освітлення.,
* приносити до приміщення, закопувати в землю, кидати в колодязь або в річку.,
* збирати і здавати в металобрухт.

 8.15.4. При виявленні вибухонебезпечних предметів необхідно:

 - зупинити будь-які роботи в районі небезпечного місця.  Ні в якому разі не чіпайте

 підозрілий предмет.,

 - терміново повідомте про знахідку дорослих, представників міліції, районного

 військкомату, органи місцевої влади.

 - організуйте охорону небезпечного місця.

 - не допускайте сторонніх о сіб до небезпечного предмету, доки не прибули

 спеціалісти.

* зустрічаючи подібні "об’єкти", **перш ніж чіпати його, подумайте** –

 ЧИ ПОТРІБНІ ВАМ ЦІ ПРОБЛЕМИ??

***Найважливіші прийоми першої допомоги:***

6.1. Непритомність.

Непритомного покласти так, щоб кров приливала до голови. Забезпечити доступ свіжого повітря і викликати лікаря.

6.2. Кровотечі.

 При пораненні виникненні кровотечі необхідно надати потерпілому першу медичну допомогу, викликати лікаря. Медпункт знаходиться на 1 поверсі шкільного гуртожитку ( медпрацівники працюють цілодобово).

 Для того, щоб зупинити кровотечу, необхідно:

 - підняти поранену кінцівку вверх;

 - кровоточиву рану закрити перев'язочним матеріалом (із пакета), складеним у клубочок, придавити зверху, не торкаючись самої рани, потримати на протязі 4-5 хвилин

6.З. Опіки.

Обробити обпечене місце розчином марганцевокислого калію тим більшої концентрації, чим сильніший опік.

6.4. Ураження електричним струмом

Врятування потерпілого від електричного струму залежить від швидкості звільнення його від струму. Зволікання й тривала підготовка можуть привести до загибелі потерпілого.

 6.5. Переломи і вивихи кінцівок

При переломах і вивихах кінцівок необхідно пошкоджену кінцівку укріпити шиною, фанерною пластикою, палицею, картоном або іншим подібним предметом.

 Пошкоджену руку можна також підвісити за допомогою перев'язки або хустки до шиї і прибинтувати до тулуба.

**ПРОГРАМА**

**первинного інструктажу з безпеки життєдіяльності**

**для учнів середньої та старшої школи**

***1. Загальні положення.***

1. Головною метою КЗ «Нововодолазький СНВК» *(далі – заклад*) є створення умов для медико-психолого-педагогічної реабілітації дітей , якісна загальноосвітня підготовка учнів, збереження їх життя та здоров’я.

2. Заклад знаходиться в приміщеннях, розташованих за адресою: смт. Нова Водолага, вул. 40 років Перемоги № 79. Приміщення КЗ «Нововодолазький СНВК» складається з гуртожитку, навчального корпусу, їдальні, які з’єднані між собою переходами. На прилеглій території розташовані господарчі об’єкти: пральня, котельня, склади для зберігання матеріалів, гаражі, льох, сарай.

*Навчальний корпус* – 2-х поверхова будова, в якій розташовані класні кімнати, бібліотека, спортивний зал, актовий зал, столярна майстерня, слюсарна майстерня., кабінети: директора школи, заступників директора, бухгалтерія.

*Гуртожиток* – 3-х поверхова будова. Спальні кімнати розміщені на другому та третьому поверсі. Гуртожиток ділиться на два крила – молодше та старше. На молодшому розміщуються кімнати вихованців дошкільних груп та вихованців 1-4 класів, на старшому крилі – кімнати вихованців 5-11 класів. Є в наявності 4 ігрові кімнати, музична зала, зал лікувальної фізкультури, санітарні блоки, кімнати гігієни. На першому поверсі гуртожитку розмішені медпункт, кабінет лікаря, ізолятор для хворих дітей, кабінет зубного лікаря. Крім цього, на першому поверсі знаходяться кабінет соціального педагога, кабінет психолога, педагога організатора, заступника директора з виховної роботи. На 1 поверсі молодшого крила розташовані кабінет з обслуговуючої праці, медичні кабінети, кабінет швачки та перукаря.

 *Підсобні приміщення*  знаходяться на господарчому дворі. Вихованцям КЗ «Нововодолазький СНВК» вхід туди категорично заборонений.

3. В закладі працюють педагогічні працівники ( вчителі, вихователі, психолог, соціальний педагог, керівники гуртків та спортивних секцій) , медичні працівники ( лікар-педіатр, лікар-стоматолог, медичні сестри), обслуговуючий персонал ( бухгалтери, працівники кухні, працівники пральні, перукар, швачка, працівники котельні, водії, прибиральниці )

4. Зарахування вихованців до школи – інтернату проходить при наявності путівки ГУОН Харківської облдержадміністрації.

5. Управління закладом здійснюється адміністрацією, яку очолює директор закладу.

***2. Загальні правила поведінки****.*

2.1. Всі учні повинні дотримуватися дисципліни та порядку в приміщеннях навчального закладу, шанобливо відноситися до майна закладу, зберігати меблі та інше обладнання.

2.2. В приміщеннях закладу учням заборонено ходити у головних уборах та розмовляти у підвищеному тоні, розпивати спиртні напої, вживати наркотичні речовини, палити.

2.3. Учні закладу повинні виконувати вимоги працівників закладу та позитивно ставитись до зауважень дорослих і виконувати їх.

2.4. При знаходженні у закладі необхідно виконувати наступні вимоги безпеки:

- не наглядати, за використанням відкритого полум’я;

- не користуватися сірниками та приладами отримання полум’я;

- бути уважним по відношенню переміщення інших учнів закладу.

2.5. В ожеледь необхідно ходити переважно по доріжкам, що посипані піском.

***3. Види та джерела небезпеки***

3.1. В загальноосвітніх навчальних кабінетах, лабораторіях, інших навчальних приміщеннях закладу, де розташовані комп’ютери та інші прилади, які знаходяться під напругою; в кабінетах біології та інформатики, де проводяться лабораторні роботи з використанням електрообладнання та хімічних речовин; в спортивній залі, де встановлений і використовується різний спортивний інвентар можуть виникнути умови травмування.

3.2. Джерелами небезпеки під час занять є:

* прилади кабінетах і приміщеннях школи підключені до електричного живлення;
* засклені вікна і двері та меблі;
* сходові марші;
* спортивне обладнання;
* хімічні реактиви;
* інструмент;
* гострі кути меблів та обладнання.

***4. Загальні правила поведінки учнів***

 4.1. Поведінка учнів повинна відповідати «Правилам поведінки ( єдиним вимогам до вихованців)», нормам моралі та етики, враховуючи конкретні ситуації та місце знаходження.

 4.2..Вихованець повинен дотримуватися режиму школи, єдиних вимог до учнів.

 4.3. З метою уникнення нещасних випадків та травматизму, знати і виконувати правила з техніки безпеки.

 4.4. Учні закладу приходять на заняття маючи: шкільні приладдя (ручки, олівці, альбоми зошити та інші прилади), спортивну форму.

 4.5. Під час занять , самопідготовки , занять в позаурочних час вихованці закладу повинні:

* виконувати всі розпорядження вчителів, вихователів, інших працівників;
* уважно слухати вчителів, викладачів, класних керівників, завідуючих кабінетами, вихователів, керівників гуртків, керівників факультативу, тренерів та інших працівників закладу і не заважати іншим учням;
* ходити під час занять по кабінету, спортивній залі, інших приміщеннях тільки з дозволу вчителя, викладача, вихователя;
* входити в клас, кабінет, спортивну залу і виходити, з класу, кабінету тощо можна тільки з дозволу вчителя, вихователя, викладача;
* зберігати обладнання та меблі закладу.

 4.6. Під час перерви між навчальними годинами учні закладу повинні:

* ходити по коридорах спокійно – не бігати;
* виконувати розпорядження учителів, викладачів та чергових учнів;
* виходити за межі закладу тільки можна з дозволу вчителя, класного керівника вдягненими відповідно до сезону;

 4.7.Не дозволяється без дозволу педагогів залишати приміщення та територію школи в урочний час. У випадку пропуску занять учень повинен надати класному керівникові довідку від лікаря або записку від батьків чи опікунів відносно причини відсутності на заняттях. Пропускати заняття без поважної причини не дозволяється.

 4.8.Категорично заборонено в позаурочний час виходити за територію школи без дозволу вихователя.

 4.9.Обов’язково повідомляти вихователя про своє місце перебування під час занять за інтересами.

***5. Вимоги безпеки під час проведення позакласних,***

***позашкільних заходів***

5.1. При проведенні екскурсій, спортивних змагань, проведенні уроків за межами закладу та інших заходів за територією учні повинні:

* бути відповідно одягнені, не мати при собі предметів, що створюють небезпеку;
* не розпалювати багаття, не користуватися сірниками і запальничками;
* виконувати правила дорожнього руху;
* виконувати правила поведінки в транспорті;
* не залишати самостійно групу;
* виконувати вимоги вчителя, викладача, вихователя, класного керівника, іншої супроводжуючої особи.

***6. Вимоги пожежної безпеки***

6.1. Основними причинами пожеж є:

- не обережне поводження з вогнем;

- порушення правил користування електричними та нагрівальними приладами;

- куріння ;

 6.2. Учням закладу заборонено користуватися відкритим полум’ям.

 6.3.Заборонено палити, вживати алкогольні напої, користуватися в приміщенні відкритим вогнем.,

 6.4.Вибухові і легкозаймисті речовини і суміші вносити в приміщення категорично забороняється.,

 6.5.При виявленні іскріння, нагрівання ізоляції електроприладів терміново вимкнути електроенергію на розподільному щиті і повідомити про це керівника.,

 6.6.Заборонено користуватися електронагрівальними приладами, кип’ятильниками , електроплитками, електричними чайниками.

 6.7.Забороняється використовувати електроприлади з пошкодженими вмикачами, штепсельними розетками, ламповими патронами тощо.,

 6.8.Учням заборонено самостійно ремонтувати електричні розетки , вимикачі, побутові електроприлади, знімати світильники, змінювати електролампочки, застосовувати саморобні подовжувачі, які не відповідають вимогам техніки безпеки.,

 6.9.Не приносити до закладу і не використовувати бенгальські вогні, петарди, феєрверки.

 6.10. Учням закладу не дозволяється розпалювати багаття на території закладу та вулицях і у скверах міста.

6.11. Учням закладу забороняється приносити з дому електропобутові прилади.

**6.12. Якщо пожежа застала вас у приміщенні:**

* + 1. Коли ви прокинулися від шуму пожежі і запаху диму, не сідайте в ліжку, а скотіться з нього на підлогу та повзіть під хмарою диму до дверей.,
		2. Не відчиняйте дверей відразу. Обережно доторкніться до них тильною стороною долоні. Якщо двері не гарячі, то обережно відчиніть їх та швидко виходьте, а якщо гарячі – не відчиняйте : дим та полум’я не дозволять вам вийти.,
		3. Щільно зачиніть двері, а всі щілини й отвори заткніть якою-небудь тканиною, щоб уникнути подальшого проникнення диму, повертайтесь поповзом углиб приміщення і вживайте заходів для порятунку.,
		4. Присядьте, глибоке вдихніть повітря, розчиніть вікно, висуньтеся та кричіть :»Допоможіть, пожежа!». Якщо ви не в змозі відкрити вікно, розбийте шибку твердим предметом та приверніть увагу людей, які можуть викликати пожежну команду.,
		5. Якщо ви вибралися через двері, зачиніть їх і поповзом пересувайтесь до виходу із приміщення ( обов’язково зачиняйте за собою всі двері).,
		6. Якщо ви знаходитесь у висотному будинку, не біжіть вниз крізь вогнище, а користуйтеся можливістю врятуватися на даху будівлі. Використовуйте пожежні сходи – під час пожежі заборонено користуватися ліфтом.

***7. Вимоги безпеки у аварійних ситуаціях***

7.1. У випадку аварійної ситуації: пожежі, виявленні отруйних, шкідливих речовин і вибухонебезпечних предметів учні під керівництвом вчителів, інших працівників закладу організовано виходять у безпечне місце.

7.2. При нещасному випадку з учнем школи , очевидці повідомляють про це вчителя, чи іншого працівника закладу.

***8. Побутовий травматизм, попередження і дії***

***при нещасних випадках в побуті.***

8.1. Статистичні данні свідчать , що в Україні щорічно травмуються в побуті

більше 2 млн. людей, більше 28 тис становляться інвалідами, гине приблизно 70 тис. людей, в тому числі до 3 тис дітей.

8.2. В сучасних жилих будівлях знаходиться різне інженерно-технічне обладнання: системи водо-забезпечення, і водовідведення, газо-забезпечення і видалення диму, опалення й вентиляції; електричні й радіо й телевізійні комунікації; різні електричні та механічні прилади; ліфти, бойлери тощо. На дома виведені димові й вентиляційні канали, на покрівлях встановлені телевізійні антени, на стінах розташовані балкони, карнизи, архітектурні нашарування та виступаючі художні прикраси. Порушення норм і правил експлуатації вищезазначеного, або його перебудова (переобладнання) – все це створює загрозу виникнення різних аварійних ситуацій, що можуть призвести до травмування чи загибелі.

8.3. Відомо, що часто аварійні ситуації виникають при обрушенні покрівель, балконів, маршів, архітектурних нашарувань та виступаючих художніх прикрас будівель через дощі, снігопади, великих переміщень повітряних мас чи недоліків при конструюванні чи будівництві. Бувають випадки коли аварії виникають через необережного чи неправильного поводження людей.

8.4. Стикаючись в жилих будівлях з різними технічними засобами, які є джерелом небезпеки (ліфти, електроприлади, комп’ютери, телевізори, пральні та миючі машини газові та електричні плити, газові та електричні водогрійні колонки, холодильники та пилососи, електробритви та мобільні (сотові) телефони, аудіо та відео магнітофони, хімічні речовини) і які стали невід’ємною частиною поведеного життя сучасної людини, яка знаходиться більшу частину свого життя в квартирі, люди повинні дотримуватися елементарної обережності.

8.5. Не виконання правил безпеки при експлуатації приладів в жилих будинках призводить до тяжких наслідків: в будинках виникають пожежі, виникають вибухи газу, настають випадки отруєння побутовим газом, виникають ураження електричним струмом через несправне або незаземлене електричне обладнання, виникають вибухи опалювальних грубок та нагрівальних газових колонок через відсутність тяги, виникають вибухи електричних та газових нагрівальних колонок через надмірне нагрівання, настають випадки опіків через необережне користування гарячою водою та хімічних опіків через необережне користування хімічними речовинами, випадають люди під час миття вікон, настають падіння з драбин і падінь на мокрій підлозі з важкими наслідками та інші випадки побутового травматизму в жилих будинках.

8.6. Не виконання елементарних правил безпеки на свіжому повітрі: падіння під час ожеледиці, падіння з дерев, утоплення в водоймищах, порушення правил дорожнього руху, порушення правил користування міським та особистим транспортом. Велика кількість таких травм та загибелі людей пов’язана з находженням постраждали чи винуватців нещасного випадку під дією алкоголю чи в стані наркотичного сп’яніння.

8.7. Не виконання елементарних правил при користуванні ріжучим та колючим інструментом та кухонним і садовим інвентарем призводить до отримання порізів, уражень ока тощо.

8.8. Для попередження побутового травматизму необхідно знати і виконувати:

- де знаходяться і як перекриваються відсікаючи вентилі і крани систем водо-забезпечення та газо-забезпечення;

- що не допускається зберігання в підвалах й на балконах горючих, вибухових та ядовитих речовин;

- про недопустимість користування не заземленими електроприладами та з ізоляцією, що має пошкодження;

- про недозволенність проводити чищення одягу бензином;

- при наявності запаху газу в приміщенні необхідно його провітрити та повідомити аварійну службу за тел. 104, а в разі наявності запаху в під’їзді повідомити аварійну службу, відключити електроприлади і не користуватися мобільним (сотовим) телефоном;

- заборону користування електроприладами, в тому числі і електробритвою та феном у ванній кімнаті;

- що перетинання автомобільних доріг дозволяється тільки в установлених місцях (світлофор чи зебра або спеціальні знаки);

- що при виконанні робіт різного напрямку попередньо оцінити небезпечні фактори при її виконанні та виконувати елементарні правила безпеки, які вказуються у паспортах і інструкціях до різних пристроїв та приборів.

* Категорично заборонено сидіти на підвіконниках, плигати з підвіконників , розкручувати і відкривати настіж вікна., висовуватися з кватирок., переходити з однієї кімнати в іншу через вікна., сушити взуття та одяг на зовнішньому боці вікон.,
* По східцях школи та гуртожитку пересуватися обережно, дотримуючись лівої сторони. Не можна бігти, перестрибувати через декілька сходинок, кататися на поручнях. Особливо бути обережним , якщо східці вологі після прибирання.
* В коридорах та переходах не бігати, не штовхати один одного.
* Одним із травмонебезпечних місць є кімнати гігієни та душові кімнати. При користуванні цими об’єктами необхідно дотримуватися слідуючих правил:
* Користуватися душовими кімнатами треба охайно, не допускати їх забруднення, засмічення сторонніми предметами.,
* Мило, шампунь класти на спеціально обладнані полички., ні в якому разі не залишайте мило на підлозі, бо можна послизнутися і отримати травму.,
* Після користування душем не залишати включеною воду.,
* Не можна скручувати крани, мильниці, полиці, інші деталі обладнання.

 ***Категорично забороняється:***

* користуватися душем, якщо він в несправному стані, або якщо відсутній належний стік води.,
* самостійно намагатися ремонтувати обладнання душової кімнати.,
* ремонтувати електровимикачі, електророзетки.,
* вкручувати чи викручувати електролампи, братися мокрими руками за вимикачі електроструму.

**8.9. Вимоги безпеки під час відпочинку біля води:**

- велика кількість потоплень людей під час відпочинку на водоймищах настає через притаманне людям проявлення самонавіяності, неоглядності та необережності, а дітям і пустощів;

- купатися необхідно тільки в спеціально відведених місцях (не знайомих місцях під водою можуть знаходитися коряги, госте каміння, побутові відходи, ями тощо);

- не бажано купатися наодинці біля крутих та обривистих й зарослих рослинами берегів;

- не бажано купатися в місцях де є водоверть, підводні течі, густі підводні зарослі, що сковують рухи людини;

 - при випадковому занурюванні д вир, наберіть велику кількість повітря в легенів, спуститись на глибину і зробив сильний рух в бік за течею випливайте на поверхню;

 - при судорогах, які настають через переохолодження і німіють м’язи рук та ніг, необхідно не панікувати а змінити стиль плаву (краще лягти на спину) та плисти до берега. В разі відсутності можливості вийти з води необхідно:

 - при відчуванні німоти в пальцях рук, необхідно з силою стиснути пальці рук в кулак, зробити різкий рух на зовнішню сторону, розтиснути кулак;

 - при судорогах литок м’язів, необхідно зігнувшись двома руками обхопити стопу ноги і з силою піджати ногу в коліні до себе;

 - при заплутуванні у водоростях не потрібно робити різки рухів, необхідно лягти на спину та легкими рухами випливати в бік з якого припливли, або підтягнути ноги і повільно вивільнитися від подорослів.

 - небезпечно підпливати до пливучих суден через можливість попасти під гвинт;

 - небезпечно купатися в сильний прибій через віднесення пливця від берега за рахунок виникнення течі;

 - небезпечно ниряти в незнайомих (мілких) місцях.

**8.10. Отруєння грибами, дикоростучими ягодами і зеленню. Надання першої допомоги при отруєнні.**

8.10.1. На території України росте велика кількість грибів (до 2000 видів). Більша кількість з них є їстівними. Але виявлено 80 видів потенційно отруйних грибів.

8.10.2. Збирати гриби слід тільки ті, які ви знаєте, що вони їстівні.

8.10.3.Не збирайте гриби:

- поблизу транспортних магістралей, на промислових пустирях, колишніх смітниках, у хімічно та радіаційно небезпечних зонах,

- невідомі, особливо з циліндричною ніжкою, в основі яких є потовщення – «бульба», покрите оболонкою.,

- з ушкодженою ніжкою, старі, в’ялі, червиві або ослизлі.,

- пластинчасті – отруйні гриби маскуються під них.,

- «шампіньйони» , у яких пластинки нижньої поверхні шапки гриба білого кольору.,

8.10.4. Не куштуйте сирі гриби на смак.

8.10.5. Значна кількість грибів, які досі вважались їстівними , містять мікродози отруйних речовин. Якщо вживати їх декілька днів підряд, також може статись отруєння.

8.10.6.Первинні ознаки отруєння ( нудота, блювота, біль у животі, пронос) з’являються через 1-4 год. після вживання грибів, залежно від виду грибів, кількості з’їдених грибів, віку та стану здоров’я потерпілого. Біль та напади нудоти повторюються декілька разів через 6-48 год., а смерть настає через 5-10 днів після отруєння.

8.10.7. Збираючи ягоди і лікарські рослини , слід пам’ятати , що серед них можуть зустрічатись і отруйні екземпляри. До отруйних рослин належить вовче лико, конвалія, блекота, дурман, вороняче око, беладонна. З метою попередження отруєння плоди цих рослин і самі рослини заборонено вживати в їжу .

8.10.8.Перша допомога при отруєнні грибами, дикоростучими ягодами і зеленню:

- викликати швидку медичну допомогу.

- ще до її прибуття необхідно негайно промити шлунок: випити 5-6 склянок кип’яченої води або блідо-рожевого розчину марганцівки, натиснути пальцями на корінь язика, щоб викликати блювоту., прийняти активоване вугілля ( 4-5 таблеток), коли промивні води стануть чистими.,

- після надання первинної допомоги дати постраждалому випити міцний чай, каву або злегка підсолену воду , покласти на живіт і до ніг потерпілого грілки .,

 **8.11.Попередження харчових отруєнь, та отруєнь медичними препаратами**

8.11.1.Найбільш часті причини харчових отруєнь бувають тоді коли людина споживає недоброякісні харчові продукти , гриби дикоростучі ягоди і зелень, медичні препарати.

8.11.2.Щоб уникнути отруєнь, вихованцям школи-інтернату необхідно пам’ятати слідуюче:

* недопустимо купувати, привозити з дому і зберігати будь-які медичні препарати.,
* недопустимо займатися самолікуванням. Призначає курс лікування і необхідні медичні препарати шкільний лікар, або спеціаліст лікувального закладу ( районного, обласного). Рекомендації виконуються шкільним медперсоналом через шкільний медпункт, де вихованці отримують необхідні для лікування медичні препарати.
* Заборонено придбання і вживання в їжу продуктів, що швидко псуються ( майонез, ковбаса, м’ясні та рибні консерви, риба, кетчуп, «мівіна»). Категорично заборонено вживання грибів ( у будь-якому вигляді).
* Недопустимо зберігання в кімнатах гуртожитку продуктів домашнього консервування ( салати, варення тощо)

**8.12. Правила поводження в товчії.**

8.12.1. Евакуація це рух подібний електричному струму, яки протікає в проводах, вона також має свої закони. Ці закони працюють не залежно від того знаємо ми їх чи ні, так як працюють без нашого втручання закони Ньютона. Порушення цих законів призводить до масової загибелі людей.

8.12.2. Як вціліти в натовпі?

- не в якому разі не намагатися рухатися супротив руху загальної маси людей;

- рухаючись в товчії не занурюватися до центру товчії, сторонитися близькості вітрин, воріт, огороджень, стовбурів, тумб, стін тощо;

- не чіплятися за будь які сторонні предмети, ворота, огородження, стовбури, тумби, стіни тощо руками (вони можуть бути зламані);

- не намагатися застебнути одяг і пам’ятати , що взуття на високих каблуках, розв’язаний шнурок, галстук або довгий шарф можуть призвести до травмуванню чи загибелі;

- не намагатися підіймати впавши сумки чи зонти або інші речі – життя дорожче;

- для запобігання здавлювання і отримання ударів необхідно зігнути руки в ліктях й притиснути їх до тулуба;

- якщо ви впали, прикрийте голову руками й намагайтеся піднятися, але не з колін. Краще опираючись однією ногою на землю, різко випрямитися, використовуючи напрямок руху натовпу.

**8.13. Безпека на дорогах та транспорті**

 8.13.1. Закон України «Про дорожній рух» визначає, що учасниками дорожнього руху є особи, що використовують автомобільні дороги, вулиці, переїзди залізно дорожніх колій та інші місці, що використовуються пересування людей і перевезенню вантажів за допомогою транспортних засобів. До учасників дорожнього руху відносяться водії й пасажири транспортних засобів, пішоходи, велосипедисти тощо.

8.13.2. За статистикою найбільш розповсюдженим порушенням правил дорожнього руху є перевищення водіями встановлених обмежень швидкості руху. З цієї причини виникає кожна сьома ДТП. Велика кількість ДТП припадає на проїзд перехрестя доріг, залізничних переїздів, маневрування, обгону, проїзду на сигнал світлофору, що забороняє проїзд чи не виконання розпоряджень регулювальника.

8.13.3. Найбільш чисельна категорія порушників правил дорожнього руху – пішоходи. Кожне четверте ДТП в Україні становиться з вини пішоходів.

8.13.4. Учасники дорожнього руху повинні:

- знати і неухильно виконувати вимоги Правил дорожнього руху;

- створювати і підтримувати у належному стані умови безпечного дорожнього руху, не причиняти своїми діями або бездіяльністю шкоди громадянам;

- виконувати розпорядження органів Міністерства внутрішніх справ та органів державного нагляду і контролю за виконанням законодавства про дорожній рух.

8.13.5. Йти до школи, або додому необхідно тільки тротуарами, а за їх відсутності в один ряд по узбіччю дороги назустріч транспортих засобів.

8.13.6. Переходити проїжджу частину дозволяється тільки по пішохідним переходам, які обладнані відповідними знаками та дорожньою розміткою. Перед переходом слід впевнитись у відсутності транспортих засобів. Перебігати, переїжджати на велосипеді проїжджу частину забороняється.

8.13.7.Чекати громадський транспорт слід у відведених місцях: на зупинках, узбіччі – подалі від транспорту, що рухається. Під час чеканя слід дотримуватись правил поведінки.

8.13.8.Здійснювати посадку і висадку у громадському транспорті дозволяється після повної його зупинки. Під час виходу з автобуса слід триматись за поручні, впевнитись у відсутності біля виходу сторонніх предметів, слизького місця чи вибоїн.

8.13.9.Під час перебування у громадському транспорті забороняється голосно розмовляти, бігати по салону, порушувати поведінку.

8.13.10.Після виходу не затримуйтесь біля дороги, ідіть разом з усіма. Обходити автобус слід тільки ззаду.

8.13.11. У разі виникнення аварії чи ДТП слід негайно покинути транспортий засіб, надати першу допомогу потерпілим та чекати прибуття працівників ДАІ.

8.13.12. Недотримання правил безпеки на дорогах та користування транспортом може призвести до травмування, або загибелі людей.

**8.14.** **Вимоги безпеки при використанні приладів, які в своїх частинах мають ртуть.**

8.14.1. Ртуть є отруйною речовиною з сильною дією І класу небезпеки. Особливо небезпечні її пари. У відповідності до санітарно-гігієнічних вимог максимально допустима кількість ртуті у повітрі становить 0,017 мг. В куб м повітря. Тільки в медичному термометрі ртуті є 3 гр.

8.14.2 Отруєння може викликати короткочасний контакт зі ртуттю. При отруєннях великими дозами з’являються наступні симптоми:

- присмак у роті;

- нудота; блювота.

Небезпека отруєннях ртуттю є в тому, що вона не виводиться з організму, а накопичується, тобто переходить в хронічне отруєння.

8.14.3. В разі коли сталось розливання ртуті (наприклад розбився термометр) необхідно:

- терміново відкрити вікна;

- місце знаходження ртуті підсвітити фона рем або лампою. Ртуть буде добре видно.

8.14.4. Забороняється збирання ртуті виконувати пилосос та великі щітки або віники. Забороняється викиду вати зібрану ртуть до унітазу. Збирання виконуються наступним чином:

- приготувати скляну посуду з водою (роботу слід виконувати в резинових печатках) не допускаючи контакту ртуті з шкірою;

- в першу чергу зібрати в посуд частки приладу з частинами ртуті;

 - далі зібрати шарики ртуті на лист паперу за допомогою картонки чи совку з резиновим кінцем й скинути їх до посуду з водою;

 - для виймання маленьких ртутних шариків із щілин, посипати їх піском, а потім зібрати за допомогою зволоженого тампону;

 - після видалення шариків, що було видно на місце розливу нанести крем для бриття й зібрати піну та обробити поверхню перманганатом калію;

 - дати провітритися кімнаті на протязі доби;

 - після чого дбайливо перевірити наявність шариків ртуті та вимити підлогу з водою і ще раз провітрити приміщення.

8.14.5. В разі, коли в приміщенні розлита велика кількість ртуті (більш одного термометру) :

- збирання ртуті не виконувати;

- забезпечити не доступність приміщення;

- визвати відповідні служби за тел. 101.

**8.15.** **Блискавковідведення (блискавкозахист) (запобігання ураженням природною електрикою).**

8.15.1. Блискавка – це електричний розряд великої напруги між хмарами чи між хмарою та землею. Вона має великий вражаючий фактор. Прямий удар блискавки призводить до механічного руйнування будівель, споруд, скель, дерев, викликає пожежі і вибухи, є прямою чи косиною причиною смерті людей.

8.15.2. Для захисту від блискавки:

- не дозволяється ховатися під зонтом від грози;

- необхідно прикритися накидкою забезпечуючи сухість одежі та тіла;

- необхідно зняти з себе всі залізні предмети;

- потрібно триматися подалі від будівель та металевих споруд і конструкцій;

- не дозволяється ховатися під високими та одиноко стоячими деревами;

- не бажано зупинятися на краю лісу;

- при знаходженні в полі, не бажано маячити , слід присісти і прикритися накидкою;

- найбільшу силу, що притягає блискавку має глиниста земля;

- не бажано кутатися чи зупинятися біля води під час грози;

- небезпечно бігати під час грози;

- необхідно вимкнути мобільний (сотовий) телефон;

- при знаходженні в машині необхідно зупинитися й закрити всі вікна.

**8.16.Заходи безпеки на льоду** Лід може підвести нас восени, взимку та навесні.

8.16.1. заходи, що дозволяють знизити ризик від небезпеки на льоду

* + Не пробивайте поруч багато лунок.,
	+ Не збирайтеся великими групами на одному місці.,
	+ Не пробивайте лунки на переправах.,
	+ Не ловіть рибу поблизу промивин та занадто далеко від берега, яке б клювання там не було.,
	+ Завжди майте під рукою міцну мотузку довжиною не менше 12- 15 м.
	+ Тримайте поруч із лункою дошку або велику гілку.

8.16.2.Якщо ви провалилися на льоду річки або озера:

* .Широко розкиньте руки по краях льодового пролому та утримуйтеся від занурення з головою. Дійте рішуче і не лякайтеся, тисячі людей провалювалися до вас і врятувалися.
* Намагайтеся не обламувати край льоду. Без різких рухів вибирайтеся на лід, наповзаючи грудьми і по черзі витягаючи на поверхню ноги. Головне – пристосовувати своє тіло для того, щоб воно займало найбільшу площу опори.
* Вибравшись із льодового пролому, відкотіться, а потім повзіть у той бік, звідки ви прийшли, і де міцність льоду таким чином перевірена. Незважаючи на те , що вогкість і холод штовхають вас побігти та зігрітися, будьте обережні до самого берега, а там не зупиняйтеся, поки не опинитеся в теплі.
* Якщо на ваших очах під лід провалилася людина, негайно сповістіть , що йдете на допомогу.

 Покладіть під себе лижі, дошку, фанеру ( це збільшить площу опори) і повзіть на них. Наближайтесь до ополонки тільки поповзом, широко розкидаючи при цьому руки. До самого краю ополонки не підповзайте, інакше у воді опиняться вже двоє. Ремені, шарфи, дошка, жердина, санки або лижі допоможуть урятувати людину. Кидати зв’язані ремені, шарфи або дошки треба за 3-4 м.

* Якщо ви не один, то , тримаючись один за одного, лягайте на лід ланцюжком і рухайтеся до пролому. Дійте рішуче і якомога швидше – постраждалий швидко мерзне в крижаній воді, мокрий одяг тягне його донизу.
* Подавши постраждалому підручний засіб порятунку, витягайте його на лід і повзіть із небезпечної зони. Потім укрийте його від вітру та якнайшвидше доставте в тепле місце, розітріть, переодягніть у сухий одяг і напоїть чаєм.

**8.17. Заходи безпеки при виявленні вибухонебезпечних предметів.**

8.17.1. На території України продовжують мати місце випадки виявлення вибухонебезпечних предметів - боєприпасів часів Великої Вітчизняної війни, а також сучасних засобів ураження, що випадково стали доступними в результаті злочинної халатності осіб, які відповідають за їх збереження.

8.17.2.Треба пам’ятати, що виявлення вибухонебезпечних предметів представляють собою велику небезпеку.( особливо, якщо предмет довгий час перебував у землі або в воді)

8.17.3. При виявленні вибухонебезпечних , або невідомих предметів забороняється:

* перекладати, перекочувати з одного місця на інше.,
* збирати і зберігати, нагрівати і бити по предмету.,
* кидати у вогнище.,
* намагатися розряджати і розбирати.,
* виготовляти різні предмети.,
* використовувати заряди для розведення вогню та освітлення.,
* приносити до приміщення, закопувати в землю, кидати в колодязь або в річку.,
* збирати і здавати в металобрухт.

 8.17.4. При виявленні вибухонебезпечних предметів необхідно:

 - зупинити будь-які роботи в районі небезпечного місця.  Ні в якому разі не чіпайте

 підозрілий предмет.,

 - терміново повідомте про знахідку дорослих, представників міліції, районного

 військкомату, органи місцевої влади.

 - організуйте охорону небезпечного місця.

 - не допускайте сторонніх осіб до небезпечного предмету, доки не прибули

 спеціалісти.

* зустрічаючи подібні "об’єкти", **перш ніж чіпати його, подумайте** –

 ЧИ ПОТРІБНІ ВАМ ПРОБЛЕМИ??

8.18**. Перша допомога постраждалим.**

***8.18.1. Перша допомога при опіках***

8.18.1.1. Термічні опіки. На невеликі опіки накладають стерильну пов’язку та закріпляють бинтом. При тяжких опіках постраждалого завернути у чисте простирадло або тканину, не роздягаючи його, накрити тепліше, напоїти чаєм, дати знеболювальне. Не можна наносити на опіки олії, вазелін, жири.

8.18.1.2. Хімічні опіки. Рану одразу промивають проточною холодною водою протягом 15-20 хвилин. Після промивання уражене місце необхідно обробити нейтралізуючими розчинами (примочки, пов’язки). Лужні опіки обробляють 1-2% розчином кислоти (борною, лимонною), а кислотні – мильним або содовим розчином.

*Допомога потерпілим така ж як і при термічних опіках*.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Глибина* | *Причини* | *Проявлення* | *Що робити ?* |
| Зовнішній шарепідермісу | Короткочасний контакт з гарячою водою або розжареним предметом | Почервоніння шкіри, свербіж, сильний біль | Охолодити, перев’язати бинтом. Можна використати обезболюючий розчин меновизину |
| Увесь епідерміс | Більш довший контакт з гарячою водою, маслом, предметом або з роз’їдаючою хімічною речовиною, електричним струмом. | Почервоніння, м’яка шкура, водянки. | Визвати швидку допомогу. Охолодити. Не туго перев’язати (бинт, бандаж), дати обезболюючий засіб (парацетамол). |
| Епідерміс і шкіра | Досить довгий контакт з гарячою рідиною, маслом, розжареними предметами або з роз’їдаючою хімічною речовиною, електричним струмом. | Шкіра червона або бліда, шорстка або пересушена, іноді така, що не відчуває (пошкоджені нерви) | Обов’язково охолодити. Пам’ятати, що через опечену поверхню тимчасово попадає інфекція. Тому необхідно якомога найшвидше показати хворого лікарю. |
| Епідерміс, шкіра, інші тканини під шкірою (кістки, м’язи). | Дуже висока температура повітря, струм високої напруги | Глибока рана. бувають випадки, коли тканина обвуглюється. | Терміново визвати швидку допомогу! Потерпілого необхідно терміново відвезти до лікарні! Постійно говорити з потерпілим та заспокоювати його. |

***8.18.2. Перша допомога при обмороженні.***

8.18.2.1. Негайно зігріти потерпілого, особливо відморожені частини тіла. Для цього перевести потерпілого у тепле приміщення, найбільш ефективно і безпечно це досягається, якщо відморожену кінцівку (частину тіла) помістити у теплу ванну з температурою 20 градусів. За 20-30 хвилин температуру води поступово збільшують до 40 градусів. Після зігрівання ушкоджені частини тіла закривають стерильною пов’язкою і тепло накривають. Не можна змазувати їх жиром і мазями, розтирати снігом, рукавичкою.

8.18.2.2. Постраждалим необхідно дати чай, каву, аспірин, знеболювальне.

***8.18.3. Перша допомога при ураженні електричним струмом***

8.18.3.1.Припинити доступ електричного струму до постраждалого – відкинути від нього провід. Для цього використовується будь-який сухий неметалічний предмет, що не є провідником електричного струму.,

8.18.3.2..Якщо постраждалий у стані коми, перевернути його на живіт.,

8.18.3.3.При раптовій зупинці серця приступити до реанімації ( непрямого масажу серця та штучного дихання) ***Штучне дихання (ШД).***

*Штучне дихання робиться постраждалому у випадку відсутності самостійного дихання.*

*Найефективнішим способом штучного дихання є дихання «з легень в легені», яке проводиться «з рота в рот» або « з рота в ніс». Для цього відводять голову потерпілого максимально назад і пальцями затискають ніс (або губи). Роблять глибокий вдих, притискають свої губи до губ потерпілого і швидко роблять глибокий видих йому в рот. Вдування повторюють кілька разів з частотою 15-20 раз на хвилину. З гігієнічною метою рекомендується рот потерпілого прикрити шматком тонкої тканини ( бинт, косинка, носова хустка тощо).*

*Якщо пошкоджене обличчя і проводити штучне дихання « з легень в легені» неможливо, треба застосовувати метод стиснення і розширення грудної клітини шляхом складання і притискання рук потерпілого до грудної клітини з їх наступним розведенням у боки.*

***Непрямий масаж серця.***

 *Непрямий масаж серця проводиться у разі його зупинення. При цьому робиться його ритмічне стискання між грудиною та хребтом. На нижню частину грудини кладуть внутрішньою стороною зап’ястя одну руку, на яку з силою натискують ( з частотою 1 раз на секунду ) покладеною зверху другою рукою. Сила натискання має бути такою, щоб грудина вдавлювалася на глибину 4-5 см.*

*Масаж серця доцільно робити паралельно з штучним диханням для чого після 2-3 штучних вдихів роблять 4-6 натискань на грудну клітину. При правильному масажі серця під час натискання на грудину відчуватиметься легкий поштовх сонної артерії і протягом кількох секунд звузяться зіниці, а також порозовіють шкіра обличчя і губи, з’явиться самостійне дихання.*

*Під час надання першої допомоги треба бути готовим до раптового другого приступу. Щоб його не пропустити , потрібно стежити за зіницями, кольором шкіри і дихання, регулярно перевіряти частоту і ритмічність пульсу.*

8.18.3.4.Надати допомогу у такому порядку: зупинити кровотечу, накласти стерильні пов’язки на рани й опіки, накласти шини на кінцівки при переломах.

8.18.4**.Неприпустимо:**

8.18.4.1.**Доторкатися до постраждалого без його попереднього знеструмлення з тим, щоб уникнути ураження електричним струмом.,**

8.18.4.2..**Шукати вимикач або рубильник, якщо можна відкинути провід від постраждалого за допомогою підручних засобів.,**

8.18.4.3**.Доторкатися до проводів руками або іншими частинами тіла.,**

8.18.4.4**.Припиняти реанімаційні заходи до появи трупних плям.,**

8.18.4.5.**Наближатися до проводу, що лежить на землі, бігцем або швидким кроком.**

8.18.5.При попаданні на землю оголеного проводу, що знаходиться під високою напругою, навколо нього створюється електричне поле, що сильніше поблизу проводу і слабкіше на відстані від нього. При наближенні до проводу ( а якщо постраждалий знаходиться поруч, то і до постраждалого) між двома ногами людини виникає крокова напруга, що тим сильніша, чим ширший крок у зоні дії так званого «електричного кратера».

8.18.6.Наближатися до постраждалого в зоні електричного кратера необхідно або стрибаючи на одній нозі, або «гусячим кроком», коли п’ятка однієї ноги обов’язково торкається носка іншої ноги.

8.18.7.Звільнити постраждалого від дії електричного струму. Якщо постраждалий не втратив свідомість, його слід покласти на підстилку, наприклад з одежі, застібнути одежу, створити прилив свіжого повітря, зігріти тіло, якщо холодно; забезпечити прохолоду, якщо жарко; створити повний спокій безперервну слідкуючи за пульсом і диханням; відсторонити зайвих людей.

8.18.8 Не можна дозволяти постраждалому рухатись, продовжувати працювати.

8.18.9. При ураженні блискавкою допомога надається так само, як і при ураженні електричним струмом. Якщо у постраждалого дихання рідке та судорожне, необхідно зробити штучне дихання, з одночасним непрямим масажем серця.

***8.18.4. Перша допомога при переломах, вивихах, ударах, розтягненнях***

8.18.4.1. Якщо перелом відкритий, то необхідно зупинити кровотечу та накласти стерильну пов’язку, а після цього накласти на пошкоджену кінцівку шину. Якщо готової шини немає, то замість неї можна використати дошки, лінійки, куски фанери і т.п.

8.18.4.2. При закритому переломі не слід знімати з постраждалого одежу – шину необхідно накладати поверх неї.

8.18.4.3. Для зменшення болю до травмованого місця треба прикладати “холод” (лід, сніг, холодну воду, холодні примочки).

8.18.4.4. При пораненні слід знати, що рана може забруднитися мікробами, тому не можна промивати рану водою або якими-небудь лікарськими речовинами, засипати порошком, змазувати мазями, не можна видаляти з рани пісок, землю, камінці і т.п., а зняти бруд навколо рани, очищуючи шкіру від її країв назовні, щоб не забруднити рану, після цього навколо рани змазати йодом і накласти пов’язку.

8.18.4.5. Не видаляти з рани згустки крові, сторонні тіла, тому що це може викликати кровотечу.

8.18.4.6. Не можна замотувати рану ізоляційною стрічкою, класти на рану вату.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Пошкодження та причини* | *Симптоми* | *Самодопомога* |
| Розтягнення зв’язок, сухожиль, м’язів. Забій, кровотеча у тканинах під шкірою | 1-й ступінь – легке пошкодження від невеличкого удару, розтягнення або надрив тканини. Діапазон рухливості не порушений. Набряк відсутній.2-й ступінь – пошкодження викликало частковий надрив або кровотечу в тканинах. Функція обмежена. Можливий м’язовий спазм. Рух спричиняє біль. Можливий набряк.3-й ступінь – важкий або повний розірвання тканини, кровотеча під шкірою. Різкий біль. Втрата функції. Набряк із зміною кольору шкіри. Можлива деформація | Дотримуйтесь спокою. Прикладайтелід. Накладіть тугу пов’язку. Підвищення травмованої ділянки. Довготривале прикладання льоду: кожну годину або при відчутті болю. Продовжуйте прикладати лід протягом 24-72 години після пошкодження. При легких і помірних розтягненнях або забитті робіть вправи на розтягнення. При порушенні функціонування зверніться до лікаря.  |
| Рвані рани, надрив шкіри з нерівними краями | Кровотеча; почервоніння, набряк. Збільшення температури шкіри. Набряк і біль в лімфатичних вузлах. Невелика лихоманка. Головний біль. | Перекисом водню промийте рану для зняття бруду. Промийте місце пошкодження антисептичним милом з водою. Накладіть стерильну пов’язку. Зверніться за медичною допомогою у разі інфекції, можлива необхідність у протиправцевій ін’єкції |
| Порізи і відкриті рани з рваними краями, з оголенням внутрішніх тканин під шкірою | Те саме, що й при рваних ранах | Промийте шкіру навколо рани водою з милом, направляючи воду в бік від пошкодження. Перекисом водню промийте рану. Накладіть стерильну пов’язку. Зверніться до лікаря у разі необхідності накладання швів. |
| Проколи: пряме сильне проникнення гострим предметом у тканини | Те саме, що й при рваних ранах | Очистіть місце навколо рани. З метою зменшення ризику інфекції дайте крові трошки витекти. Накладіть стерильну пов’язку. Є необхідність у протиправцевій ін’єкції. Якщо проти рідне тіло заглибилося у тканини, захистіть місце ушкодження і зверніться до лікаря. |
| Подряпини: здирання верхніх шарів шкіри | Те саме, що й при рваних ранах | Видаліть з рани всі сторонні частки, промийте антисептиком (перекис водню). Накладіть антисептичний крем на вазеліновій основі, щоб тримати рану зволоженою. Накрийте марлею, яка не прилипає до рани. |
| Сильна кровотеча | З артерії: колір – яскраво-червоний. Витікання крові – поштовхами. З вени: колір – темно червоний. Витікання крові – постійне. З капілярів витікання крові – повільне просочування | Підніміть місце травми вище від серця. Накладіть на рану стерильну стискаючу пов’язку. Затисніть артерію вище від рани, накладіть стискуючий джгут. Вжити заходи щодо шоку. Зверніться до лікаря. |
| Шок, викликаний кровотечею | Стурбованість, тривога. Пульс – слабкий, швидкий. Шкіра – холодна, волога, сильна пітливість. Колір шкіри – блідий, пізніше з синім відтінком. Нудота. Кров’яний тиск нижчий за норму | Зупиніть кровотечу. Підтримуйте доступ повітря. Підніміть нижні кінцівки на 30 см. Розташуйтеся у зручній позі, якщо це не пошкодження спини. Не рухайтесь. Підтримуйте нормальну температуру тіла. Не пийте рідини. |
| Тендиніт: запалення сухожилків (волокнисті тканини, які з’єднують м’язи з кістками)Чинники ризику – неправильно підібрана спортивна амуніція, помилка тренера | Початок симптому – біль, набряк, підвищення температури ушкодженої ділянки | Спокій і холод протягом 24-72 год. Тепло до тренування і холод після нього. |
| Бурсит: запалення слизистої сумки (мішечок заповнений рідиною між кісткою та м’язом, яка поліпшує рухи, забезпечує захист і зменшує тертя)Чинники ризику – помилки в тренуванні (різке підвищення інтенсивності, частоти, тривалості, низька загальна тренованість, недостатній розвиток гнучкості, неправильна техніка) | Висока чутливість. Блокування в суглобі. Відчуття потріскування суглобу. Почервоніння. Блокування суглобу. Оніміння. | Масаж. Додаткова програма тренування сили і гнучкості. Зникнення чинників ризику. |
| Механічний біль у попереку: біль, викликаний неправильною механікою руху, відсутність гнучкості в окремих групах м’язів, або м’язова слабкість.Тугі, нееластичні м’язи у нижній частині спини і на задній поверхні стегна. Погана поза під час виконання вправ. Слабкі м’язи черевного пресу. Структурні аномалії. | М’язовий спазм. Больові відчуття в м’язах. Туга рухливість м’язів на задній поверхні стегна, у нижній частині спини | Сильні болі у спині, які супроводжуються защемленням нерва. Необхідно зробити рентгенівський знімок, щоб виключити перелом диску, перелом. |

**ІНСТРУКЦІЯ**

**безпечного перебування вихованців в кімнатах гуртожитку**

***1. Загальні вимоги безпеки.***

 1.1.Дотримання даної інструкції є обов'язковою для всіх учнів КЗ «Нововодолазький СНВК»

 смт.Нова Водолага  під час перебування в кімнатах гуртожитку

 1.2.Вихованець повинен дбайливо ставитись до меблів , м’якого інвентаря, обладнання

кімнат, ігрових кімнат, кімнат гігієни , санітарних блоків.

 1.3.Кімнати гуртожитку необхідно тримати в чистоті. Здійснювати щоденні прибирання (

ранкове та вечірнє) . Раз на тиждень проводити генеральне прибирання. ( щосереди)

 1.4. Забороняється знаходитися в гуртожитку під час навчального процесу ( час, коли йдуть уроки)

1.5. Після відбою забороняється займатися пранням , ходити по гуртожитку.

1.6.Забороняється зачинятися на замок, знаходячись у кімнаті.

1.7 .Учням заборонено тримати в кімнатах котів, лабораторних мишей, пацюків,

 хом’ячків та інших тварин;

1.8. Сторонні люди( ті, що не являються учнями та працівниками КЗ «Нововодолазький СНВК»

) до гуртожитку не пропускаються. Перебування сторонніх в спальних кімнатах категорично

 забороняється.

***2. Вимоги безпеки користування житлом***

 2.1.По східцях гуртожитку та школи необхідно пересуватися обережно, дотримуючись лівої сторони. Не можна бігти, перестрибувати через декілька сходинок, кататися на поручнях .Особливо бути обережним , якщо східці вологі після прибирання.

2.2.В коридорах та переходах не бігати, не штовхати один одного.

2.3. Категорично заборонено сидіти на підвіконниках, плигати з підвіконників ,

 розкручувати і відкривати настіж вікна., висовуватися з кватирок., переходити з однієї

 кімнати в іншу через вікна., сушити взуття та одяг на зовнішньому боці вікон.,

2.4.Заборонено тримати в кімнатах продукти харчування, колото ріжучі, легкозаймисті речовини, медичні препарати;

2.5.Заборонено палити, вживати алкогольні напої, наркотичні та токсичні речовини, ( зберігати їх в кімнатах), користуватися в приміщенні відкритим вогнем;

2.6. Заборонено вносити в приміщення гуртожитку вибухові і легкозаймисті речовини і суміші

2.7..Заборонено користуватися електронагрівальними приладами, кип’ятильниками, електроплитками;

2.8.Учням заборонено самостійно ремонтувати електророзетки, вимикачі, побутові електроприлади, знімати світильники, змінювати електролампочки, застосувати саморобні подовжувачі, які не відповідають вимогам техніки безпеки;

2.9. Щоб уникнути харчових отруєнь та отруєнь медичними препаратами, категорично заборонено :

2.9.1. придбання і вживання в їжу продуктів, що швидко псуються ( майонез, ковбаса, м’ясні та рибні консерви, кетчуп, «мівіна»). Категорично заборонено вживання грибів ( у будь-якому вигляді).

2.9.2 .зберігання в кімнатах гуртожитку продуктів домашнього консервування ( тушонка, салати, варення тощо)

* + 1. придбання і зберігання будь-яких медичних препаратів.
		2. недопустимо займатися самолікуванням. Призначає курс лікування і необхідні медичні препарати шкільний лікар, або спеціаліст лікувального закладу ( районного, обласного). Рекомендації виконуються шкільним медперсоналом через шкільний медпункт, де вихованці отримують необхідні для лікування медичні препарати.

***3. Вимоги безпеки після залишення спального корпусу***

 3.1.Залишаючи кімнату , необхідно вимкнути освітлення, електроприлади.

Обов’язково необхідно перевірити чи закручені всі вентилі на кранах з водою.

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

4.1.У випадку виникнення аварійних ситуацій *( пожежі, різкого стороннього запаху)*, залишити гуртожиток за вказівкою вихователя або чергового вчителя.

4.2.При травмуванні ( або при погіршенні самопочуття) слід звернутись до вихователя , чергового вчителя або медичного працівника для отримання допомоги.

4.3.У випадку різкого погіршення самопочуття сповістити про це вихователя або вчителя.

*Як правильно діяти у разі пожежі*

**Запам'ятайте:** якщо пожежа виникла у вашому житлі, відлік часу йде на секунди. Ні за яких обставин не панікуйте, розгубленість і паніка - союзники вогню. Насамперед, сповістіть про це вихователя, або будь-якого працівника навчального закладу .

Повідомте про надзвичайну подію сусідів, що мешкають з вами на одному поверсі чи поверхами вище. Задійте пожежну сигналізацію шляхом натискання ручних датчиків, що знаходяться на стінах коридорів гуртожитку.

Вибігаючи зі своєї кімнати обов’язково вимкніть всі електричні прилади.

Якщо пожежа виникла у коридорі або на сходових маршах, кличте на допомогу дорослих. У разі сильного задимлення сходових клітин, зволожуйте цупкі тканини ( ковдри) в умивальній кімнаті, переконайтеся у відсутності інших вихованців та дорослих в задимлених приміщеннях, зачиняйте міцно ( не на замок) двері, змоченою ковдрою замостіть щілини, щоб не потрапляв дим, та зачиніть кватирки. Кличте на допомогу. Озивайтеся у вікно, можливо вас шукають.

Надаючи допомогу під час пожежі не забувайте про такі правила:
- перед тим, як увійти до палаючого приміщення, треба накритися з головою мокрим простирадлом, пальтом, цупкою тканиною;
- двері у задимлене приміщення слід прочиняти обережно, поволі, залишаючись під надійним захистом стіни, інакше полум'я від різкого припливу повітря розгориться ще дужче завдасть вам опіків та травм;
- у сильно задимленому приміщенні пересуватися треба поповзом чи низько схилившись;
- для захисту від чадного газу повітря слід вдихати крізь зволожену тканину;
- якщо сталося займання одягу, треба лягти на підлогу (землю) та перекачуватися для збиття вогню. Ні в якому разі не можна бігти - полум'я роздмухає ще більше;
- побачивши людину у палаючому одязі, треба накинути на неї пальто, плащ чи будь-яку цупку тканину та щільно притиснути;
- при гасінні пожежі слід використовувати вогнегасники, пожежні крани, а також воду, пісок, землю, простирадла тощо;
- для ефективного гасіння речовини слід спрямовувати в осередок горіння, на поверхню, що горить;
- якщо горить вертикальна поверхня, воду треба лити на її верхню частину;
- перша допомога має бути спрямована на припинення впливу на потерпілого високої температури. Пам'ятайте, що при вертикальному положенні тіла опіків більше.

Малі діти у разі виникнення пожежі часто від страху ховаються під ліжка, у шафах, забиваються у куток. Тому у їх пошуках варто оглянути насамперед ці місця.

Під час пожежі небезпечно:
- боротися з вогнем самотужки, не покликавши на допомогу пожежних та дорослих;
- намагатися залишити приміщення через задимлений довгий коридор чи сходами (продукти горіння надзвичайно токсичні, кількох хвилин перебування у зоні задимлення досить, щоб отримати смертельну дозу. До того ж можна отримати опіки легенів);
- спускатися по водостічних трубах або з вікон за допомогою простирадл та мотузок - падіння неминуче;
- стрибати з вікон: кожен другий стрибок із висоти 4-го поверху закінчився загибеллю людини;
- забувати, що перший ворог - не вогонь, а дим, який сліпить та ускладнює (перекриває) дихання;
- гасити водою легкозаймисті рідини;
- відчиняти вікна чи двері, це призводить до поширення вогню;
І останнє. Гасінням пожежі, як і будь-якою іншою справою, повинні займатися фахівці. Тож варто-таки покластися на них. Не нехтуйте небезпекою, не геройствуйте марно. Намагайтеся якнайшвидше сповістити про пожежу та покинути приміщення , що горить.

# І Н С Т Р У К Ц І Я

**з безпеки життєдіяльності під час виконання вихованцями ( учнями ) господарських, позанавчальних робіт**

І. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

1.1.Кожен учень ( вихованець) повинен бути проінструктований по даній інструкції цільовим інструктажем під час виконання ним позанавчальних, господарських робіт ( екскурсія, прибирання території, турпохід тощо).

1.2.Вихователь повинен свою роботу сконцентрувати на забезпечення безпеки життєдіяльності учня ( вихованця), далі – учня.

1.3. Учень повинен неухильно дотримуватися вимог вчителя (вихователя), далі – вчителя.

ІІ. ПРАВИЛА БЕЗПЕКИ ПЕРЕД ВИКОНАННЯМ РОБОТИ.

2.1. Учитель повинен:

- погодити план проведення роботи з адміністрацією, оформити необхідні документи;

- при дорученні будь-якої роботи учню враховувати стан його самопочуття, здоров’я, настрою тощо;

- створити безпечні умови для виконання дорученої роботи учнем;

- перевірити візуально на надійність та безпечність інструмент, інвентар, запропонований учню;

- стежити за етичними нормами поведінки учня, своєчасно йому робити зауваження;

- для виконання робіт на подвір’ї забезпечити одягання учня у відповідності до пори року.

2.2. Учень повинен:

- дотримуватися вимог вчителя щодо належної поведінки;

- обережно користуватися інструментом, інвентарем;

- не залишати без дозволу територію, вказану вчителем;

- не сваритися між собою, не штовхатися, не бавитися,

- всю увагу сконцентрувати на хід виконуваної роботи;

- за потребою одягти спецодяг ( печатки, окуляри, халат тощо).

2.3. Учню забороняється виконувати важку чи шкідливу роботу ( користуватися дезинфікуючими засобами, проводити вогняні роботи, роботи з використанням електрообладнання, роботи на висоті ( 1,3 м і вище над рівнем підлоги), фарбувати віконні рами на 2 поверсі і вище тощо.)

2.4. Вчитель повинен при організації позанавчальних, господарських масових заходів мати при собі медичну аптечку або забезпечити наявність медичного персоналу для надання першої невідкладної допомоги потерпілим у нещасних випадках.

ІІІ. ПРАВИЛА БЕЗПЕКИ ПІД ЧАС ВИКОНАННЯ РОБОТИ

3.1. Під час виконання роботи вчитель повинен слідкувати за вагою переміщуваних вантажів учнями. Гранично допустимі норми переміщення вантажів підлітками під час короткочасної та тривалої роботи зведені в таблиці № 1.

 Таблиця № 1.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| календарний вік / років | короткочасна робота (кг) | тривала робота (кг) |
| юнаки | дівчата | юнаки | дівчата |
| 14151617 | 5121416 | 2,5678 | -8,411,212,6 | -4,25,66,3 |

3.2.Вчитель особисто несе відповідальність за доручену учню роботу.

3.3. Учню забороняється:

- покидати вказану вчителем територію без дозволу;

- палити, вживати алкогольні, наркотичні напої, препарати;

- будь-що їсти під час виконання господарської роботи;

- чіпати незнайомі речі;

- залишати інвентар, спецодяг без нагляду;

- бавитися сірниками, піротехнічними виробами тощо.

3.4. Переходити проїжджу частину дороги необхідно по пішохідним переходам, зосередивши при цьому увагу на транспортні засоби, що рухаються. При цьому спочатку необхідно озирнутися на ліву сторону дороги, а потім на праву.

3.5. Забороняється затримуватися та вибігати на проїжджу частину ,(навіть на пішохідний перехід) не переконавшись у відсутності транспортних засобів.

3.6. Організовані групи дітей дозволяється водити по тротуарам або пішохідних доріжках в світлий час доби. Попереду і вкінці колони з лівої сторони при цьому повинні бути супроводжуючі ( дорослі) з червоними прапорцями.

3.7. Перш ніж вчитель виведе учнів на дану територію для проведення на ній позанавчальної роботи, він повинен впевнитися у відсутності сторонніх, небезпечних речей.

3.8. Перевезення організованих груп дітей повинно здійснюватися із забезпеченням високого рівня безпеки надійності і якості транспортного засобу у відповідності до Правил надання послуг пасажирського автомобільного транспорту від 18 лютого 97р № 176. та Правил проведення туристичних подорожей з учнівською та студентською молоддю України від 24.03.2006р. № 237. Максимальна кількість дітей для перевезення автобусом не повинна перевищувати кількість місць для сидіння у ньому згідно з паспортом завода-виготовлювача.

І V.ПРАВИЛА БЕЗПЕКИ ПІСЛЯ ВИКОНАННЯ РОБОТИ.

4.1.Учень після виконання роботи повинен:

- здати вчителю інструмент, спецодяг, засоби захисту тощо;

- про всі виявлені небезпечні предмети терміново доповісти вчителю;

- отримати від вчителя інформацію про наступні дії.

4.2.Вчитель повинен:

- доставити всіх учнів до школи;

- перевірити їх стан самопочуття, переконатися, що позанавчальна робота не відобразилася на їх здоров’ї, самопочутті. В протилежному випадку направити їх в медичний пункт за допомогою;

- про кожний нещасний випадок терміново доповісти медичний персонал школи, адміністрацію, службу охорони праці, потерпілому надати першу медичну допомогу.

V. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ В АВАРІЙНІЙ СИТУАЦІЇ

5.1. Під час кожної аварійної ситуації слід виконувати вказівки супроводжуючого дорослого ( вчителя, вихователя).

5.2.Потерпілому у нещасному випадку слід терміново надати першу медичну допомогу за допомогою мед аптечки, що знаходиться у супроводжуючого дорослого або підручними предметами

5.3. Перша допомога при нещасних випадках.

 5.3.1. Перша допомога при пораненні.

 Для надання першої допомоги при пораненні необхідно розкрити індивідуальний пакет, накласти стерильний перев'язний матеріал, що міститься в ньому, на рану і зав'язати її бинтом.

 Якщо індивідуального пакета якимсь образом не виявилося, то для перев'язки необхідно використовувати чисту носова хустку, чисту полотняну ганчірку і т.д. На ганчірку, що

 накладається безпосередньо на рану, бажано накапати трохи крапель настойки йоду, щоб одержати плями розміром більше рани, після чого накласти ганчірку на рану. Особливо важливо застосовувати настойку йоду зазначеним способом при забруднених ранах.

 5.3.2. Перша допомога при переломах, вивихах, ударах.

 При переломах і вивихах кінцівок необхідно пошкоджену кінцівку зміцнити шиною, фанерною пластинкою, ціпком, картоном або іншим подібним предметом. Пошкоджену руку можна також підвісити за допомогою перев'язки чи хустки до шиї і прибинтувати до тулуба.

 При переломі черепа (несвідомий стан після удару по голові, кровотеча з ушей або із рота) необхідно прикласти до голови холодний предмет (грілку зі льодом, снігом або холодною водою) чи зробити холодну примочку.

 При підозрі перелому хребта необхідно постраждалого покласти на дошку, не піднімаючи його, повернути постраждалого на живіт обличчям вниз, спостерігаючи при цьому, щоб тулуб не перегинався, з метою запобігання пошкодження спинного мозку.

 При переломі ребер, ознакою якого є біль при подиху, кашлі, чханні, рухах, необхідно туго забинтувати груди чи стягти їх рушником під час видиху.

 5.3.3. Перша допомога при теплових опіках.

 При опіках вогнем, парою, гарячими предметами ні в якому разі не можна розкривати міхури, що утворилися, і перев'язувати опіки бинтом.

 При опіках першого ступеня (почервоніння) обпалене місце обробляють ватою, змоченою етиловим спиртом.

 При опіках другого ступеня (міхурі) обпалене місце обробляють спиртом або 3%-ним марганцевим розчином.

 При опіках третього ступеня (руйнування шкіряної тканини) рани накривають стерильною пов'язкою і викликають лікаря.

 5.3.4. Перша допомога при кровотечі.

 Для того, щоб зупинити кровотечу, необхідно:

 5.3.4.1. Підняти поранену кінцівку вгору.

 5.3.4.2. Рану закрити перев'язним матеріалом (з пакета), складеним у клубок, придавити його зверху, не торкаючись самої рани, потримати протягом 4-5 хвилин. Якщо кровотеча зупинилася, не знімаючи накладеного матеріалу, поверх нього покласти ще одну подушечку з іншого пакета або шматок вати і забинтувати поранене місце (з деяким натиском).

 5.3.4.3. У випадку сильної кровотечі, яку не можна зупинити пов'язкою, застосовується здавлювання кровоносних судин, зв’язаних з пораненою областю, за допомогою згинання кінцівки в суглобах, а також пальцями, джгутом або затиском. У випадку сильної кровотечі необхідно терміново викликати лікаря.

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпечної поведінки вихованців під час занять настільним тенісом**

***І. Загальні положення***

 1. Уроки фізичної культури (настільний теніс) , змагання з настільного тенісу проводяться в приміщеннях навчального закладу.

2. До занять настільним тенісом допускають учні, які пройшли медичний огляд і отримали інструктаж з техніки.

3. Небезпека травмування настає: при падіннях, під час знаходженні в зоні удару; при наявності в ігровій зоні (поблизу тенісного столу) сторонніх предметів., під час використанні несправного спортивного інвентарю;під час використанні незадовільно укріпленого столу для тенісу.

4. Аптечка для надання першої (долікарської) допомоги знаходиться у вчителя або вихователя.

***II. Вимоги безпеки перед початком занять***

1.Учні повинні одягнути спеціальний одяг та взуття з не слизькою підошвою.

2.До початку занять:

- перевіряється відсутність на полі сторонніх предметів поблизу тенісного столу ( в зоні пересування граючого)

- проводиться фізична розминка;

 - учні проходять інструктаж з техніки безпеки;

 - учні, які носять окуляри повинні закріпити їх на резинці;

 - не дозволяється приймати участь у грі з довгими нігтями при наявності біжутерії. .

***III. Вимоги безпеки під час занять***

1. Учні, які спізнилися до гри не допускаються.
2. Присутність сторонніх осіб в зоні пересування граючого під час гри не дозволяється.
3. Учні повинні застосовувати вміння страхуватися під час зіткнень та падінь.
4. Забороняється порушувати правила гри та застосовувати до учасників гри грубі прийоми.
5. Не дозволяється сперечатися з особою, що проводить заняття (суддя).
6. Забороняється приймати участь у грі з вологими руками.
7. При порушенні вимог техніки безпеки вчитель повинен закінчити заняття.

***IV. Вимоги безпеки після закінчення занять***

1.Після занять ретельно вимийте руки з милом.

2.Якщо під час занять з'явиться біль, почервоніння шкіри або натерті місця (водяні пу­хирі), припиніть заняття і зверніться до вчителя.

3.Зібрати спортивний інвентар.

4.Учні уходять до роздягальні з дозволу вчителя.

***V. Вимоги безпеки в небезпечних ситуаціях***

1. При поганому самопочутті зупиніться, не приймайте подальшої участі у грі та зверніться до вчителя.

2. При отримання травми потерпілому необхідно надати першу (долікарську) медичну допомогу, звернутися до шкільного медпункту, в разі необхідності необхідно викликати швидку допомогу за тел. - 103

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпечної поведінки вихованців під час занять волейболом**

***І. Загальні положення***

1. Уроки фізичної культури (волейбол) , гра у волейбол, вчитель або вихователі проводять на відкритих волейбольних майданчиках, які повинні бути розміщені на відстані не менше 10 м від навчальних корпусів навчального закладу, або в спортивному залі школи.

3. До занять волейболом допускають учні, які пройшли медичний огляд і отримали інструктаж з техніки.

4. Небезпека травмування настає при падіннях, під час знаходженні в зоні удару; при наявності на майданчику сторонніх предметів; під час виходу для гри на майданчик без спеціальної форми.

5. Аптечка для надання першої (долікарської) допомоги знаходиться у вчителя, вихователя.

6. Виходити для участі в грі на ігрове поле без спеціального одягу заборонено.

***II. Вимоги безпеки перед початком занять***

1.Учні повинні одягнути спеціальний одяг та взуття з твердою підошвою.

2.До початку занять: - перевіряється відсутність на полі сторонніх предметів, ям, калюж тощо;

 - проводиться фізична розминка; - учні проходять інструктаж з техніки безпеки.

***III. Вимоги безпеки під час занять***

1. Учні, які спізнилися до початку гри на ігрове поле не допускаються.
2. Присутність сторонніх осіб на ігровому полі під час гри не дозволяється.
3. Учні повинні застосовувати вміння страхуватися під час зіткнень та падінь.
4. Забороняється порушувати правила гри та застосовувати до учасників гри грубі прийоми.
5. Не дозволяється сперечатися з особою, що проводить заняття на ігровому полі (суддя).
6. За воротами та в 10 метрах від поля не повинні знаходитися сторонні особи.
7. При порушенні вимог техніки безпеки вчитель повинен закінчити заняття на волейбольному полі.

***IV. Вимоги безпеки після закінчення занять***

1.Після занять на спортивній площадці ретельно вимийте руки з милом.

2.Якщо під час занять з'явиться біль, почервоніння шкіри або натерті місця (водяні пу­хирі), припиніть заняття і зверніться до вчителя.

3.Забрати із волейбольного поля спортивний інвентар.

4.Вимийте руки з милом, по можливості прийміть душ.

5.Учні уходять зі спортмайданчика до роздягальні з дозволу вчителя чи вихователя.

***V. Вимоги безпеки в небезпечних ситуаціях***

1. При поганому самопочутті зупиніться, не приймайте подальшої участі у грі та зверніться до вчителя.

2.При отриманні травм , звернутися до шкільного медпункту, викликати швидку допомогу.

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпеки життєдіяльності учнів (вихованців) під час занять баскетболом**

***І. Загальні положення***

 1. Уроки фізичної культури (баскетбол гра у баскетбол, вчитель або вихователі проводять на відкритих волейбольних майданчиках, які повинні бути розміщені на відстані не менше 10 м від навчального корпусу закладу, або в спортивному залі школи.

2. До занять баскетболом допускають учні, які пройшли медичний огляд і отримали інструктаж з техніки.

3. Небезпека травмування настає:

 - при падіннях;

 - під час знаходженні в зоні удару;

 - під час гри на не сухій поверхні;

 - при наявності на майданчику сторонніх предметів;

 - під час виходу для гри на майданчик без спеціальної форми.

4. Аптечка для надання першої (долікарської) допомоги знаходиться у вчителя або вихователя.

***II. Вимоги безпеки перед початком занять***

1.Учні повинні одягнути спеціальний одяг та взуття з не слизькою підошвою.

2.До початку занять:

 - перевіряється відсутність на полі сторонніх предметів, ям, калюж тощо;

 - проводиться фізична розминка;

 - учні отримують інструктаж з техніки безпеки;

 - учні, які носять окуляри повинні закріпити їх на резинці;

 - не дозволяється приймати участь у грі з довгими нігтями при наявності біжутерії. .

***III. Вимоги безпеки під час занять***

1. Учні, які спізнилися до початку гри на ігрове поле не допускаються.
2. Присутність сторонніх осіб на ігровому полі під час гри не дозволяється.
3. Учні повинні застосовувати вміння страхуватися під час зіткнень та падінь.
4. Забороняється порушувати правила гри та застосовувати до учасників гри грубі прийоми.
5. Не дозволяється сперечатися з особою, що проводить заняття на ігровому полі (суддя).
6. Біля ігрового поля не повинні знаходитися сторонні особи.
7. Забороняється приймати участь у грі з вологими руками.
8. Учні, в процесі гри, повинні носити захисні пристосування (наколінники, налокітники тощо), при температурі нижче (+10 град. С) необхідно надіти верхній спортивний одяг.
9. При порушенні вимог техніки безпеки вчитель повинен закінчити заняття на баскетбольному полі

***IV. Вимоги безпеки після закінчення занять***

1.Після занять на спортивній площадці ретельно вимийте руки з милом.

2.Якщо під час занять з'явиться біль, почервоніння шкіри або натерті місця (водяні пу­хирі), припиніть заняття і зверніться до вчителя.

 3.Забрати із баскетбольного поля спортивний інвентар.

 4.Зніміть спортивний одяг та взуття.

5.Учні уходять зі спортмайданчика до роздягальні з дозволу вчителя.

***V. Вимоги безпеки в небезпечних ситуаціях***

1. При поганому самопочутті зупиніться, не приймайте подальшої участі у грі та зверніться до вчителя.

2. При отримання травми потерпілому необхідно надати першу (долікарську) медичну допомогу, звернутися до шкільного медпункту, в разі необхідності - викликати швидку допомогу за тел. - 103

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпеки життєдіяльності вихованців**  **при організованому користуванні громадським транспортом**

І. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

1.1. Під час організованого користування громадським транспортом ( поїздки, екскурсії) вихованці зобов’язані:

- підтримувати належний порядок, і дотримуватися правил поводження під час руху транспортного засобу, а також під час посадки та висадки;

- посадку і висадку учнів дозволяється тільки після повної зупинки транспортного засобу на посадочному майданчику, а разі його відсутності – з боку тротуару або узбіччя;

- проходити з організованою групою тільки тротуарами чи пішохідними доріжками, а у випадку їх відсутності – краєм проїзної частини дороги і тільки у світлу пору доби.

1.2. При організованому перевезенні учнів в громадському транспорті, посадку і висадку необхідно здійснювати групами під керівництвом керівника перевезення через задні двері, спочатку учні, а потім керівник. В такому порядку здійснюється й висадка учнів через передні двері.

1.3. У період перебування у дорозі, при перевезенні залізничним транспортом, вихованцям забороняється виходити з вагонів на платформу під час стоянок, переходити з вагона у вагон без потреби, висуватися з вікон.,

 1.4. Приймання їжі проводиться в певний для всіх учнів час, встановлений розпорядком дня. Не рекомендується брати в дорогу продукти, що швидко псуються (варені ковбаси, січені м’ясні страви, плавлені сирки тощо).

1.5. Медичну допомогу учням під час їх перебування в дорозі надає медична сестра, керівник групи, в окремих випадках – за викликом відповідального за безпеку перевезень пересувні пункти швидкої медичної допомоги.

2. ***Основні правила безпечного користування громадським транспортом ( трамвай, тролейбус, автобус)***

2.1. Очікувати транспорт треба на призначеному для цього спеціальному посадковому майданчику. Місце зупинки позначається спеціальним знаком.

2.2.Якщо посадковий майданчик не позначений, очікувати транспорт слід на тротуарі або узліссі. Не можна стояти спиною до транспорту, що наближається.

2.3. Небезпечно ставати й у перший ряд: коли до зупинки підходить транспорт, юрба може виштовхнути під колеса. Особливо це небезпечно взимку та після дощу.

2.4. Не можна намагатися увійти в транспорт, що вже відходить.

2.5.Після виходу з транспорту не слід поспішати відразу переходити на інший бік вулиці. Краще зачекати, поки транспорт від’їде.

2.6. Для того щоб потрапити на трамвайну зупинку, що знаходиться посередині проїжджої частини вулиці, треба перейти проїжджу частину. Починати перехід на таку зупинку можне не раніше, ніж трамвай, що підійшов , зупиниться.

 2.7.Увіходити в транспорт можна тільки в тому випадку, якщо він остаточно зупинився, і тільки з боку тротуару або узбіччя краю проїжджої частини.

2.8.Протягом темного часу доби слід уникати порожніх зупинок. Очікувати транспорт краще в багатолюдних місцях, на добре освітленій зупинці.

2.9.На випадок надзвичайних ситуацій будь-який засіб громадського транспорту обладнується аварійним і запасним виходами або люками, вогнегасником, медичною аптечкою. Також усередині салону наносяться знаки безпеки й інформація ( «Медична аптечка знаходиться у водія», «При аварії розбий молотком», «Запасний вихід», «Аварійний люк»).

2.10. Під час їзди стоячи необхідно надійно триматися за поручні або спеціальні ручки. Це допоможе не впасти у випадку різкого повороту або гальмування. Стояти в салоні краще обличчям у бік руху – так легше утриматися на ногах у випадку, якщо пасажира хилить уперед.

3. ***Основні правила безпечного користування метрополітеном***

 3.1. Знаходячись у метро, учням необхідно уникати тисняви на сходинках, біля автоматичного контрольного пункту, ескалатора, під час посадки та висадки з вагону.

3.2. Під час руху на ескалаторі необхідно дотримуватися таких правил:

3.2.1. тримайтесь рукою за поручень.,

3.2.2. не сідайте на східці, не ставте на них речі.

3.2.3.не перестрибуйте через східці, не біжіть східцями.,

3.2.4. при виході з ескалатора, уважно дивіться під ноги.,

3.3.Якщо учень що-небудь упустив на колії, то йому забороняється спускатися і , тим більше, стрибати на колії, щоб підняти речі , що впали. У цьому випадку йому необхідно звернутися за допомогою до керівника групи або до чергового працівника метро

3.4.Якщо учень із яких-небудь причин упав, то йому необхідно бігти до місця зупинки першого вагону електропоїзда. Якщо не може бігти, то йому необхідно лягти між коліями в жолоб і щільно притиснутися, не піднімаючи голови та рук, пропустивши електропоїзд над собою.

3.5. Вихід з вагону електропоїзда здійснюється учнями після оголошення назви зупинки машиністом електропоїзда ( або за командою керівника групи), після повної зупинки вагону електропоїзда, по черзі, рівномірно через всі наявні двері у вагоні, без утворення тисняви і «пробок»

3.6.під час виходу з вагону учню необхідно дивитися під ноги, щоб ноги не потрапили в зазор між вагоном і платформою.

3.7.Під час висадки з вагону учням необхідно бути уважними, щоб не допускати випадків падіння на колії за останнім вагоном електропоїзда, а також у простір між вагонами.

3.8.Під час посадки , висадки з електропоїзда., та під час перебування у вагоні не можна штовхатися, битися , влаштовувати рухливі ігри.

3.9.Якщо учень відстав від основної групи, то йому необхідно виконати слідуючі дії :

3.9.1.звязатися з керівником групи по мобільному телефону ( за його наявності).,

3.9.2.звернутися за допомогою до чергового по ескалатору або чергового по автоматичному контрольному пункту ( турнікету),

3.9.3.звернутися за допомогою до чергового міліціонера станції.,

3.9.4.у разі, коли учень залишився у рухомому вагоні електропоїзда, а основна група вийшла з вагона, учню необхідно вийти на найближчій станції і виконати дії згідно п.3.9.1 – 3.9.3.

4. ***Основні правила безпечної поведінки на залізничному транспорті***

4.1. Не ходіть по коліях.

4.2. Переходьте залізничне полотно тільки в установлених місцях – по переходному мосту або пішохідному настилу.

4.3. Стійте на відстані не менше двох метрів від краю платформи.

4.4. Не намагайтеся перебратися на інший бік потяга під вагонами або через автозчеплення.

4.5. Не залазьте на опори ліній електропередачі, не чіпайте їх руками, тримайтеся ділі від електропроводів, що лежать на землі.

4.6. Не чіпайте стоп-кран без крайньої необхідності.

4.7.Не відчиняйте зовнішні двері під час руху поїзда, не стійте на підніжках.,

4.8.Виходити з вагону можна лише з дозволу керівника групи.

 3.8.1.не відходити далеко від потягу.,

 3.8.2.не перетинати колію.

4.9.На станціях не обходьте потяг, що стоїть , дуже близько від нього – він може раптово зрушити.

4.10.Не намагайтеся їздити у товарному потягу.

4.11.Під час поїздок пам’ятайте :

 4.11.1.Якщо ви невпевнено почуваєтеся на верхній полиці, спробуйте помінятися місцями з сусідами або попросіть керівника групи перевести вас на нижнє місце.,

 4.11.2. не можна бігати по вагону, влаштовувати рухливі ігри, голосно розмовляти.,

 4.11.3.пийте воду тільки із титана, що біля купе провідників, або воду у закритій упаковці.

V. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ В АВАРІЙНІЙ СИТУАЦІЇ

5.1. Під час кожної аварійної ситуації слід виконувати вказівки супроводжуючого дорослого ( вчителя, вихователя).

5.2. При автобусній аварії для виходу слід використовувати двері, аварійні виходи, вентиляційні люки.

 - Якщо двері не відкриваються – потрібно відкривати аварійні та запасні виходи.

 - З ущільнювача вікна треба витягнути спеціальний і гумовий шнури і після цього просто надавити

 на скло.

 - Якщо автобус перекинувся і лежить на боці, найпростіше буде вийти через аварійні люки,

 розташовані на стелі.

 - У ситуації, коли аварійні виходи не відкриваються або недоступні , треба, обернувши руку будь-

 якою тканиною, вибити найближче скло.

 - Якщо вибити скло рукою не вдається, потрібно підтягтися на поручні і вдарити обома ногами в кут

 скла.

5.3. Вистрибуючи із салону при аварії тролейбуса або трамвая, не слід торкатися поручня, оскільки вагон може перебувати під напругою.

5.4.Потерпілому у нещасному випадку слід терміново надати першу медичну допомогу за допомогою мед аптечки, що знаходиться у супроводжуючого дорослого або підручними предметами

5.5. Перша допомога при нещасних випадках.

 5.5.1. Перша допомога при пораненні.

 Для надання першої допомоги при пораненні необхідно розкрити індивідуальний пакет, накласти стерильний перев'язний матеріал, що міститься в ньому, на рану і зав'язати її бинтом.

 Якщо індивідуального пакета якимсь чином не виявилося, то для перев'язки необхідно використовувати чисту носову хустку, чисту полотняну ганчірку і т.д. На ганчірку, що накладається безпосередньо на рану, бажано накапати трохи крапель настойки йоду, щоб одержати плями розміром більше рани, після чого накласти ганчірку на рану. Особливо важливо застосовувати настойку йоду зазначеним способом при забруднених ранах.

 5.5.2. Перша допомога при переломах, вивихах, ударах.

 При переломах і вивихах кінцівок необхідно пошкоджену кінцівку зміцнити шиною, фанерною пластинкою, ціпком, картоном або іншим подібним предметом. Пошкоджену руку можна також підвісити за допомогою перев'язки чи хустки до шиї і прибинтувати до тулуба.

 При переломі черепа (несвідомий стан після удару по голові, кровотеча з ушей або із рота) необхідно прикласти до голови холодний предмет (грілку зі льодом, снігом або холодною водою) чи зробити холодну примочку.

 При підозрі перелому хребта необхідно постраждалого покласти на дошку, не піднімаючи його, повернути постраждалого на живіт обличчям вниз, спостерігаючи при цьому, щоб тулуб не перегинався, з метою запобігання пошкодження спинного мозку.

 При переломі ребер, ознакою якого є біль при подиху, кашлі, чханні, рухах, необхідно туго забинтувати груди чи стягти їх рушником під час видиху.

 5.5.3. Перша допомога при теплових опіках.

 При опіках вогнем, парою, гарячими предметами ні в якому разі не можна розкривати міхури, що утворилися, і перев'язувати опіки бинтом.

 При опіках першого ступеня (почервоніння) обпалене місце обробляють ватою, змоченою етиловим спиртом.

 При опіках другого ступеня (міхурі) обпалене місце обробляють спиртом або 3%-ним марганцевим розчином.

 При опіках третього ступеня (руйнування шкіряної тканини) рани накривають стерильною пов'язкою і викликають лікаря.

 5.5.4. Перша допомога при кровотечі.

 Для того, щоб зупинити кровотечу, необхідно:

 5.5.4.1. Підняти поранену кінцівку вгору.

 5.5.4.2. Рану закрити перев'язним матеріалом (з пакета), складеним у клубок, придавити його зверху, не торкаючись самої рани, потримати протягом 4-5 хвилин. Якщо кровотеча зупинилася, не знімаючи накладеного матеріалу, поверх нього покласти ще одну подушечку з іншого пакета або шматок вати і забинтувати поранене місце (з деяким натиском).

 5.5.4.3. при сильній кровотечі, яку не можна зупинити пов'язкою, застосовується здавлювання кровоносних судин, які живлять поранену область, при допомозі згинання кінцівок в суглобах, а також пальцями, джгутом або закруткою; при великій кровотечі необхідно терміново викликати лікаря.



Рис.1. Тимчасова зупинка сильної кровотечі накладанням закрутки..

*Кровотеча з носа.* Потерпілого треба посадити, дещо нахилити його голову, розстебнути комір. На перенісся, чоло і потилицю кладуть мокру зволожену водою хустку, можна вставити в ніс тампон з вати чи марлі, змочений 3% розчином перекису водню і затиснути ніс пальцями.

*Кровотеча з рота.* Потерпілого кладуть горизонтально і швидко викликають лікаря, також це роблять при кровотечі з вух, що є ознакою порушення внутрішньочерепного тиску при травмі черепа.

*Внутрішні кровотечі* (капіляротоксикоз) - дуже небезпечні; різко блідне обличчя, частішає пульс, настає загальна слабість, запаморочення, задуха, спрага, утворюються чорні крапки на стегнах та животі у формі висипки. Потерпілий повинен перебувати у напівсидячому стані (підкладають подушку під спину) із зігнутими в колінах ногами. Потерпілому суворо заборонено давати п

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпеки життєдіяльності вихованців**

**(профілактики отруєнь грибами , ягодами, рослинами)**

1. Збирати гриби слід тільки ті, які ви знаєте, що вони їстівні.

2.Не збирайте гриби:

- поблизу транспортних магістралей, на промислових пустирях, колишніх смітниках, у хімічно та радіаційно небезпечних зонах,

- невідомі, особливо з циліндричною ніжкою, в основі яких є потовщення – «бульба», покрите оболонкою.,

- з ушкодженою ніжкою, старі, в’ялі, червиві або ослизлі.,

- пластинчасті – отруйні гриби маскуються під них.,

- «шампіньйони» , у яких пластинки нижньої поверхні шапки гриба білого кольору.,

3. Не куштуйте сирі гриби на смак.

4. Значна кількість грибів, які досі вважались їстівними , містять мікродози отруйних речовин. Якщо вживати їх декілька днів підряд, також може статись отруєння.

5. Первинні ознаки отруєння ( нудота, блювота, біль у животі, пронос) з’являються через 1-4 год. після вживання грибів, залежно від виду грибів, кількості з’їдених грибів, віку та стану здоров’я потерпілого. Біль та напади нудоти повторюються декілька разів через 6-48 год., а смерть настає через 5-10 днів після отруєння

6. Збираючи ягоди і лікарські рослини , слід пам’ятати , що серед них можуть зустрічатись і отруйні екземпляри..

7. Отруєння рослинами , ягодами трапляється переважно навесні , влітку та восени. До отруйних рослин належить вовче лико, конвалія, блекота, дурман, вороняче око, беладонна. З метою попередження отруєння плоди цих рослин і самі рослини заборонено вживати в їжу Найбільшу небезпеку для життя людини являють собою ті рослини, які переважно впливають на нервову систему.

7.1***.Віха*** ( місцева назва : водяний болиголов, котяча петрушка) поширена на всій території України. Росте у болотистих місцях. Має гілчасте стебло, маленькі білі квіточки, зібрані у складний зонтик. Отруєння настає при вживанні в їжу кореневища віхи, яке путають із ріпою. Через 15-20 хвилин після жування коріння з’являється нездужання,слинотеча, блювота, біль у животі, понос, пізніше –судоми, на тлі яких можливе зупинення дихання та серцевої діяльності.

***Болиголов плямистий*** ( місцева назва : плямиста омега, голово лом, дігтярка) поширений на всій території України. У рослини гілчасте стебло із синюватим покриттям і темно-червоними плямами. При легкій формі отруєння ( отрута є в листі, стеблі, насінні) з’являється блювота, понос, нудота. У важких випадках – м’язова слабкість у ногах, яка переходить у параліч. Можливе настання смерті внаслідок зупинення дихання ( параліч м’язів грудної клітки).

7.2.***Беладонна ( красавка), дурман звичайний, белена чорна.*** Отрута міститься у насінні, листі , корінні. При легкому отруєнні відбувається розширення зіниць очей, сухість у роті, часте серцебиття, порушення зору. У важких випадках можуть виникнути галюцинації . Можлива втрата свідомості, судоми, порушення серцевої діяльності та дихання.

7.3.***Аконіт джунгарський*** – синій борець ( місцева назва : воскобій, простріл, блакитний жовтець). Дуже токсичні алкалоїди ( отрути) є в усіх частинах рослини , а особливо – у коренеплодах.

7.4. Рослини, які впливають своїми токсинами на діяльність серця: ***наперстянка, олеандр, конвалія трав’яниста , чемериця біла.*** Отрута міститься в їхніх ягодах, квітах, стеблах та листі. При отруєнні з’являються нудота, блювота, понос, сильний головний та шлунковий біль

7.5.***Бузина смердюча, вовче лико ( вовчі ягоди), вороняче око, жимолость звичайна, омела біла, паслін солодко-гіркий, паслін чорний***, своєю отрутою впливають на діяльність органів кишково-шлункового тракту. При отруєннях цими рослинами характерні біль у животі, блювота, понос, слинотеча.

7.6.Отруйним є і деякі декоративні квіти , які культивуються біля приватних будинків , в парках, скверах. До отруйних рослин відносяться ***рицина , датура*** ***біла.***

***Рицина*** – однорічна рослина. Має високе , деревовидне стебло, широке , лапате листя Забарвлення стебла і листя – зелено-рожеве. Насіння схоже на квасолю, знаходиться в схожих на їжачків сімінниках. Отруйними є всі частини рослини.

***Датура біла*** ( місцева назва : декоративний дурман) – садова рослина. Квіти великі , білі. Мають солодкуватий аромат. Насіння схоже на мак, знаходиться в колючих коробочках-сімінниках. Отрута міститься у насінні, листі , корінні. При легкому отруєнні відбувається розширення зіниць очей, сухість у роті, часте серцебиття, порушення зору. У важких випадках можуть виникнути галюцинації . Можлива втрата свідомості, судоми, порушення серцевої діяльності та дихання.

8. Перша допомога при отруєнні грибами, дикоростучими ягодами і зеленню:

- викликати швидку медичну допомогу.

- ще до її прибуття необхідно негайно промити шлунок: випити 5-6 склянок кип’яченої води або блідо-рожевого розчину марганцівки, натиснути пальцями на корінь язика, щоб викликати блювоту., прийняти активоване вугілля ( 4-5 таблеток), коли промивні води стануть чистими.,

- після надання первинної допомоги дати постраждалому випити міцний чай, каву або злегка підсолену воду , покласти на живіт і до ніг потерпілого грілки

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпеки життєдіяльності вихованців**

**(попередження дорожньо-транспортних пригод)**

1. Перед виходом з дому до школи ( з школи до дому) сплануйте маршрут, виберіть найбезпечніший та найкоротший, попередьте батьків, вихователів куди ви йдете і коли повернетесь.

2. При вході та виході з транспортного засобу будьте особливо обережні.

3. Не розмовляйте з водієм під час руху транспорту.

4. Під час пересування по населеному пункту завжди використовуйте доріжку для пішоходів ( тротуар). У разі відсутності тротуару, рухайтесь назустріч транспорту.

5. Ніколи не користуйтесь послугами попутних машин.
6. Не слухайте на вулиці переносні звукові програвачі, так як в навушниках важко розпізнати звуки, які попереджають про небезпеку.

7. Переходьте вулицю у відведених для цього місцях, пам'ятаючи про правила переходу проїжджої частини.

8. Автобус і тролейбус, які стоять, обходьте ззаду, а трамвай – спереду.

***Для того,щоб уникнути травмування при переході вулиць та доріг необхідно дотримуватися таких правил:***

**1**.Переходити проїжджу частину вулиці по пішохідних переходах.

**2**.Якщо в зоні видимості немає переходу або перехрестя, дозволяється переходити дорогу під прямим кутом до краю проїжджої частини в місцях, де дорогу добре видно в обидва боки , і тільки після того, як пішохід оцінить відстань до ТЗ, що наближається, його швидкість і переконається у відсутності небезпеки.

**3**.У місцях, де рух регулюється, пішоходи повинні керуватися сигналами регулювальника або світлофора.

**4**.Пішоходи, які не встигли закінчити перехід, повинні знаходитися на «острівці безпеки» або осьовій лінії. Вони можуть продовжити перехід, лише переконавшись у безпеці подальшого руху.

**5**.Особливо уважним треба бути, проходячи уздовж провулка або воріт, відкіля в будь-який момент може виїхати транспортний засіб.

**6**.Переходячи вулицю, потрібно подивитися ліворуч, а дійшовши до середини проїжджої частини – праворуч.

**7**.Якщо вулиця з однобічним рухом, треба подивитися ліворуч або праворуч, тому що по такій дорозі транспорт їде в одному напрямку.

**8**.У випадку наближення транспортного засобу із включеним проблисковим маячком і спеціальним звуковим сигналом пішоходи повинні утриматися від переходу проїжджої частини дороги або негайно залишити її.

*Опади, туман, ожеледь впливають на стан поверхні проїжджої частини дороги і на її видимість. Умови, що погіршують стан проїжджої частини та її видимість, називаються складними дорожніми умовами. Так , на слизькій чи мокрій дорозі значно збільшується гальмовий шлях ТЗ,*

*що може призвести до наїзду на пішоходів. Крім того, пішоходів може засліпити світло фар автомобілів, що рухаються назустріч.*

***Для того,щоб уникнути травмування пішоходів у складних дорожніх умовах, необхідно:***

1.Переходити дорогу, лише переконавшись в тому, що проїжджа частина вільна, а транспорт, що наближається , знаходиться на достатній відстані.

2.Не можна переходити дорогу в місцях, де вона має круті повороти або зигзаги.

3.У темний час доби та в умовах недостатньої видимості пішоходи повинні потурбуватися про те, щоб чітко виділити себе на проїжджій частині або узбіччі. При освітленні фарами добре помітні блискучі предмети і предмети білого кольору.

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпеки життєдіяльності вихованців при користуванні побутовими електричними приладами**

***Користуючись побутовим електрообладнанням слід:***1. Вивчити інструкції з правил користування тих чи інших електроприладів.

2. Суворо використовувати лише непошкоджене обладнання.

3. Правильно вмикати і вимикати побутові прилади.

4. 3 електроприладами забороняється працювати мокрими руками.

5. Не втручатися в роботу побутових лічильників без нагляду дорослих, ремонтувати техніку, яка знаходиться під напругою або використовувати саморобні прилади і пристрої.

6. Дотримуватися правил безпеки при користуванні побутовою електронно-обчислювальною технікою.

7. Не перевантажувати електромережу кількістю працюючих побутової електротехніки, для чого уважно ознайомитися з потужністю, яка вказана в технічних паспортах.

8. При загоранні електропроводки і побутової техніки необхідно відключати струм, а потім гасити пожежу.

9. При будь-яких ушкодженнях побутових електроприладів, негайно вимкнути мережу електропостачання.

 ***Для надання першої допомоги постраждалому при ураженні електричним струмом необхідно:***

**1.**Припинити доступ електричного струму до постраждалого – відкинути від нього провід. Для цього використовується будь-який сухий неметалічний предмет, що не є провідником електричного струму.,

**2**.Якщо постраждалий у стані коми, перевернути його на живіт.,

**3.**При раптовій зупинці серця приступити до реанімації ( непрямого масажу серця та штучного дихання)

**4**.Надати допомогу у такому порядку: зупинити кровотечу, накласти стерильні пов’язки на рани й опіки, накласти шини на кінцівки при переломах.

***Штучне дихання (ШД).***

*Штучне дихання робиться постраждалому у випадку відсутності самостійного дихання.*

*Найефективнішим способом штучного дихання є дихання «з легень в легені», яке проводиться «з рота в рот» або « з рота в ніс». Для цього відводять голову потерпілого максимально назад і пальцями затискають ніс (або губи). Роблять глибокий вдих, притискають свої губи до губ потерпілого і швидко роблять глибокий видих йому в рот. Вдування повторюють кілька разів з частотою 15-20 раз на хвилину. З гігієнічною метою рекомендується рот потерпілого прикрити шматком тонкої тканини ( бинт, косинка, носова хустка тощо).*

*Якщо пошкоджене обличчя і проводити штучне дихання « з легень в легені» неможливо, треба застосовувати метод стиснення і розширення грудної клітини шляхом складання і притискання рук потерпілого до грудної клітини з їх наступним розведенням у боки.*

***Непрямий масаж серця.***

 *Непрямий масаж серця проводиться у разі його зупинення. При цьому робиться його ритмічне стискання між грудиною та хребтом. На нижню частину грудини кладуть внутрішньою стороною зап’ястя одну руку, на яку з силою натискують ( з частотою 1 раз на секунду ) покладеною зверху другою рукою. Сила натискання має бути такою, щоб грудина вдавлювалася на глибину 4-5 см.*

*Масаж серця доцільно робити паралельно з штучним диханням для чого після 2-3 штучних вдихів роблять 4-6 натискань на грудну клітину. При правильному масажі серця під час натискання на грудину відчуватиметься легкий поштовх сонної артерії і протягом кількох секунд звузяться зіниці, а також порозовіють шкіра обличчя і губи, з’явиться самостійне дихання.*

*Під час надання першої допомоги треба бути готовим до раптового другого приступу. Щоб його не пропустити , потрібно стежити за зіницями, кольором шкіри і дихання, регулярно перевіряти частоту і ритмічність пульсу.*

**Неприпустимо:**

**1.Доторкатися до постраждалого без його попереднього знеструмлення з тим, щоб уникнути ураження електричним струмом.,**

**2.Шукати вимикач або рубильник, якщо можна відкинути провід від постраждалого за допомогою підручних засобів.,**

**3.Доторкатися до проводів руками або іншими частинами тіла.,**

**4.Припиняти реанімаційні заходи до появи трупних плям.,**

**5.Наближатися до проводу, що лежить на землі, бігцем або швидким кроком.**

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпеки життєдіяльності вихованців при виявленні вибухонебезпечних предметів**

***1.Загальні положення***

Багато років минуло з часів війни, але й дотепер на території України, в тому числі у нашому районі, трапляються випадки знаходження „неспрацьованих" боєприпасів.

Необхідно пам'ятати, що всі боєприпаси споряджаються вибуховими речовинами і можуть вибухнути від удару, тертя, струсу та при іншому механічному або тепловому впливі, тому вони є вкрай небезпечними.

Знайдені боєприпаси (або предмети, що схожі на них) повинні бути знешкоджені тільки спеціалістами.
Про знахідку вибухонебезпечного предмету необхідно терміново повідомити місцеві органи державної влади (міські та сільські ради, військкомати, відділення міліції, відділи з питань надзвичайних ситуацій та цивільного захисту населення).

**2. До вибухонебезпечних предметів відносяться:**• вибухові речовини – хімічні з'єднання або суміші, здатні під впливом певних зовнішніх дій (нагрівання, удар, тертя, вибух іншого вибухового пристрою) до швидкого хімічного перетворення, що само розповсюджується, з виділенням великої кількості енергії і утворенням газів.
• боєприпаси – вироби військової техніки одноразового вживання, призначені для поразки живої сили супротивника;
• піротехнічні засоби;
• ракети (освітлювальні, сигнальні);
• саморобні вибухові пристрої – це пристрої, в яких застосований хоча б один елемент конструкції саморобного виготовлення.
Саме тому необхідно жорстко дотримуватись правил поведінки при виявленні таких предметів.

***3. У разі знаходження вибухонебезпечного пристрою ЗАБОРОНЕНО:***- наближатися до предмету;
- пересувати його або брати в руки;
- розряджати, кидати, ударяти по ньому;
- розпалювати поряд багаття або кидати в нього предмет;
- приносити предмет до дому, у табір, школу.

***4. Під час прогулянок в лісі або в туристичному поході:***1. Ретельно вибирайте місце для багаття. Воно повинно бути на достатній відстані від траншей і окопів, що залишилися з війни.
2. Перед розведенням багаття в радіусі п'яти метрів перевірте ґрунт на наявність вибухонебезпечних предметів щупом (або лопатою обережно зніміть верхній шар ґрунту, перекопайте землю на глибину 40-50 см).
3. Користуватися старими багаттями не завжди безпечно. Там можуть виявитися підкинуті військові "трофеї” або такі, що не вибухнули.
4.У жодному випадку не підходьте до знайдених багать, що горять (особливо вночі). В цьому багатті може виявитися предмет, що може вибухнути.

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

***5. Загроза терористичних атак*** не є актуальною для України, але така загроза існує. Найбільш вірогідними цілями терористичних атак є місця масового перебування людей та об'єкти підвищеної небезпеки, які внаслідок підриву призводить до значної кількості людських жертв і можуть створити додаткову загрозу населенню та територіям, внаслідок викиду у навколишнє природне середовище небезпечних речовин (хімічних, біологічних, радіоактивних).

Типовою зброєю терористів є використання **замаскованих вибухових пристроїв**. Залежно від мети терористичного акту такі пристрої, споряджені годинниковим механізмом, можуть залишатись терористами у житлових будинках, навчальних закладах, установах і організаціях, підприємствах, громадському транспорті тощо.

Завдяки пильності громадян можна запобігти численним жертвам від спрацювання вибухового пристрою.

***5.1. Місця, де можуть бути розміщені вибухові пристрої.***

 автомобілі;

 входи, внутрішні двори, підсобні приміщення адміністративних і житлових будинків, складських приміщень;

 урни для сміття, інженерні комунікації в місцях масового перебування людей (фестивалі, ярмарки, базари, супермаркети, підземні переходи тощо);

 громадський транспорт (вагони тролейбусів, автобусів, трамваїв, поїздів тощо); об'єкти підвищеної небезпеки тощо.

В окремих випадках вибуховий пристрій може бути замаскований у поштових посиланнях (посилки, конверти), букетах квітів, подарунках тощо.

 ***5.2. Ознаки підозрілих предметів, що можуть бути вибуховими пристроями***

 електропроводи, що виходять з невідомого предмета, антени, лампочки на його поверхні, хід годинника, що прослуховується;

 залишені предмети побутового призначення (валізи, сумки, гаманці, дитячі іграшки, ручні ліхтарики тощо);

 предмети, що знаходиться в не призначених для цього місцях (наприклад, велика дитяча іграшка біля вхідних дверей);

 предмети з прикріпленими до них мобільними телефонами, радіостанціями, акумуляторами.

Слід пам'ятати, що вибухова речовина може бути різноманітного виду та мати різні властивості, що, у свою чергу, надає можливість замаскувати вибуховий пристрій навіть у поштовому конверті.

***5.3. З метою попередження вибуху та встановлення наявності вибухового пристрою необхідно:***

 бути уважними та звертати увагу на покинуті речі (валізи, сумки, пакунки, парасольки тощо);

 звернути увагу на ділянки свіжоскопаної землі, свіжопоштукатуреної або свіжопофарбованої стіни будівлі;

 не приймати від сторонніх осіб подарунків, квітів, поштових посилань;

 користуючись громадським транспортом, не погоджуватись на пропозиції супроводжувати речі невідомої особи (у тому числі провідників, стюардів, контролерів).

***5.4. При виявленні вибухового пристрою або підозрілої речі необхідно****:*

 зберігати спокій;

 негайно повідомити про знахідку представників міліції, охорони, аварійно-рятувальних служб або зателефонувати за номерами 101, 102;

 не курити;

 не користуватись запальничками, іншими джерелами відкритого, а також предметами, що можуть його утворювати;

 не торкатись до підозрілої речі руками або іншими речами;

 у жодному разі не намагатися переміщувати вибуховий пристрій (підозрілий предмет) або змінювати його положення;

 залишити місце, де виявлено підозрілий предмет, при можливості організувати охорону на безпечній відстані, як зазначено нижче.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № з/п | Тип вибухового пристрою (підозрілої речі) | Безпечна відстань |
| 1 | Ручна граната | Не менш ніж 200 метрів |
| 2 | Тротилова шашка | Не менш ніж 50 метрів |
| 3 | Банка ємністю 0,33 літра | Не менш ніж 60 метрів |
| 4 | Валіза (кейс) | Не менш ніж 230 метрів |
| 5 | Дорожня валіза | Не менш ніж 350 метрів |
| 6 | Автомобіль типу "Жигулі" | Не менш ніж 460 метрів |
| 7 | Автомобіль типу "Волга" | Не менш ніж 580 метрів |
| 8 | Мікроавтобус | Не менш ніж 920 метрів |

 ***5.5. Якщо Ваш будинок (квартира) опинилися поблизу епіцентру вибуху:***- обережно обійдіть всі приміщення, щоб перевірити чи немає витоків води, газу, спалахів і т.п. У темряві в жодному випадку не запалюйте сірника або свічки - користуйтеся ліхтариком;
- негайно вимкніть всі електроприлади, перекрийте газ, воду;
- з безпечного місця зателефонуйте рідним та близьким і стисло повідомите про своє місцезнаходження, самопочуття;
- перевірте, як йдуть справи у сусідів - їм може знадобитися допомога.
Якщо Ви опинилися поблизу вибуху, стримайте свою цікавість і не намагайтеся наблизитись до епіцентру, щоб подивитись або допомогти рятівникам.
**Найкраще, що Ви можете зробити – залишити небезпечне місце.**

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпеки життєдіяльності вихованців щодо**

 **попередження побутових отруєнь**

***1. Загальні положення***

 Асортимент хімії сьогодні надзвичайно багатий : косметичні та миючі засоби, лакофарбові матеріали , ядохімікати.

Косметичні засоби містять етиловий , бутиловий та інші спирти, токсичні для нервової системи. При прийомі усередину ці речовини можуть викликати важке алкогольне отруєння, що супроводжується порушенням дихання і серцевої діяльності, розладом функцій шлунково-кишкового тракту.

Лакофарбові препарати часто виготовляють на основі токсичних високо летких розчинників та епоксидних смол. При роботі з лакофарбовими матеріалами у не провітрюваних приміщеннях можуть виникати отруєння їхніми парами, що характеризуються запамороченням , головними болями, нудотою , блювотою.

Ядохімікати застосовуються як у побуті ( для знищення шкідливих комах і гризунів) , так і у сільському господарстві ( для захисту рослин). Ці препарати можуть викликати важкі отруєння, якщо їх помилково прийняти усередину, а також інгаляційне отруєння ( при застосуванні препаратів в аерозольній упаковці), якщо не дотримуватися інструкцій щодо їхнього застосування. Для інгаляційного отруєння характерні запаморочення, нудота, розлад зору, підвищене потовиділення, психічне порушення. При потраплянні препарату до шлунково-кишкового тракту з’являються блювота, виділення слизу з рота і носа, розлад шлунка, потовиділення , головний і загрудинний біль.

***2. При користуванні побутовими препаратами:***

2.1.уважно вивчи інструкцію.,

2.2.дотримуйся правил користування хімічними засобами.,

2.3.слідкуй за тим, щоб всі хімічні речовини мали необхідні підписи.,

2.4.зберігай хімічні засоби у спеціально відведених місцях., не допускай їх знаходження поряд з продуктами харчування.,

2.5. не використовуй хімічні засоби не за призначенням.

***3. При вживанні лікарських препаратів пам’ятай :***

 3.1. вживати ліки можна лише за призначенням лікаря.,

3.2.перед застосуванням треба уважно ознайомитися з інструкцією.,

3.3.зберігай лікарські препарати у місцях недоступних для малих дітей.,

3.4. не користуйся ліками, якщо термін їх використання закінчився.

***4. Долікарська допомога при отруєннях***

4.1. Якнайшвидше припинити подальше надходження отруйної речовини в організм. Якщо вона надходила з повітрям, слід вивести потерпілого з приміщення на свіже повітря або щонайшвидше провітрити приміщення. Розстібнути одяг, що утруднює дихання, зняти пояс., дати прополоскати рот і горло розчином питної соди ( 1 чайна ложка на склянку теплої води)

4.2. Якщо речовина потрапила на шкіру, необхідно якнайшвидше зняти її ватним або марлевим тампоном, добре обмити уражені місця теплою водою з милом. При появі на шкірі набряклості, почервоніння, пухирів або виразок закрити уражене місце чистим бинтом.

4.3. При попаданні речовини в очі слід промивати їх великою кількістю теплої води протягом 15-20 хв., після чого накласти суху пов’язку.

4.4.Якщо речовина потрапила в шлунок, то в першу чергу слід промити його –дати випити 5-6 склянок теплої води, потім, подразнюючи пальцями задню стінку глотки та корінь язика, викликати блювання. Таке промивання проводиться повторно доти, поки промивні води не стануть чистими. Рекомендується також дати постраждалому активоване вугілля ( 1 таблетка на 10 кг. ваги), покласти постраждалого без подушки, повернути голову набік, щоб запобігти попаданню до дихальних шляхів блювотних мас. При різкому утрудненні дихання зробити штучне дихання. При будь-якому отруєнні – навіть у легких випадках – слід викликати лікаря

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпечної поведінки вихованців у період ожеледиці та**

**біля водоймищ взимку**

*Вихованцям КЗ «Нововодолазький СНВК» знаходитися біля водоймищ, на сковзанках, катках , приймати участь у катаннях із снігових гірок без супроводу батьків, або вихователів категорично заборонено !!!*

**I . Ці заходи дозволять вам знизити ризик від небезпеки на льоду.**

1. Перш, ніж ступити на лід, знайдіть для початку стежку або сліди на льоду.
2. Якщо стежки немає, треба позначити на березі маршрут свого руху.
3. Подивіться заздалегідь, чи немає підозрілих місць:
	* Лід може бути неміцним біля стоку води ( наприклад із ферми або фабрики).,
	* Тонкий або крихкий лід поблизу кущів, очерету, під кучугурами , у місцях, де водорості вмерзли у лід.,
	* Обминайте ділянки , покриті товстим шаром снігу, - під снігом лід завжди тонший.
	* Тонкий лід там, де б’ють ключі, де швидкий плин або струмок впадає в річку.,
	* Особливо обережно спускайтеся з берега – лід може нещільно з’єднуватися із сушею, можливі тріщини, під льодом може бути повітря.
4. Візьміть із собою палицю, для того щоб перевіряти міцність льоду. Якщо після першого удару палицею на ньому з’являється вода, лід пробивається. Негайно повертайтеся назад. Причому перші кроки треба робити, не відриваючи підошви від льоду.
5. В жодному разі не перевіряйте міцність льоду ударом ноги.
6. Пошукайте, чи немає вже прокладеної лижні, якщо ви на лижах. Якщо немає і вам треба її прокладати, кріплення лиж відстебніть ( щоб у крайньому випадку, швидкої позбутися), палиці тримайте в руках, але петлі від них не кидайте на кисті рук. Рюкзак повісьте лише на одне плече, а краще волочіть на мотузці на 2-3 м. позаду. Якщо ви йдете групою, відстань між лижниками або пішоходами повинна бути не менша ніж 5 м.
7. Пробийте лунки по різні боки переправи, щоб виміряти товщину льоду ( рекомендована відстань між ними – 5 м.), і проміряйте їх. Майте на увазі, що лід складається з двох прошарків – верхнього ( каламутного ) та нижнього ( прозорого та міцного). Виміряти точно товщину можна лише знявши спочатку верхній ( каламутний) прошарок із снігового, зовсім уже неміцного льоду.
8. Безпечним вважається лід:

 - для одного пішохода – зеленкуватого відтінку, товщиною не менше 7 см.,

 - для обладнання ковзанки – не менше 10- 12 см.( масове катання – 25 см.)

 - масова переправа пішки може бути організована при товщині льоду не менше 15 см.

1. Катайтеся на ковзанах лише у перевірених та обладнаних місцях.
2. Якщо лід почав тріщати та з’явилися характерні тріщини – негайно повертайтеся. Не біжіть, а відходьте повільно, не відриваючи ступні ніг від льоду.
3. Твердо засвойте, що зимова підлідна ловля риби потребує особливо суворого дотримання правил поводження – це диктує багаторічний досвід рибалок:
	* Не пробивайте поруч багато лунок.,
	* Не збирайтеся великими групами на одному місці.,
	* Не пробивайте лунки на переправах.,
	* Не ловіть рибу поблизу промивин та занадто далеко від берега, яке б клювання там не було.,
	* Завжди майте під рукою міцну мотузку довжиною не менше 12- 15 м.
	* Тримайте поруч із лункою дошку або велику гілку.

**II. Якщо ви провалилися на льоду річки або озера:**

1.Широко розкиньте руки по краях льодового пролому та утримуйтеся від занурення з головою. Дійте рішуче і не лякайтеся, тисячі людей провалювалися до вас і врятувалися.

2. Намагайтеся не обламувати край льоду. Без різких рухів вибирайтеся на лід, наповзаючи грудьми і по черзі витягаючи на поверхню ноги. Головне – пристосовувати своє тіло для того, щоб воно займало найбільшу площу опори.

3. Вибравшись із льодового пролому, відкотіться, а потім повзіть у той бік, звідки ви прийшли, і де міцність льоду таким чином перевірена. Незважаючи на те , що вогкість і холод штовхають вас побігти та зігрітися, будьте обережні до самого берега, а там не зупиняйтеся, поки не опинитеся в теплі.

4.Якщо на ваших очах під лід провалилася людина, негайно сповістіть , що йдете на допомогу.

Покладіть під себе лижі, дошку, фанеру ( це збільшить площу опори) і повзіть на них. Наближайтесь до ополонки тільки поповзом, широко розкидаючи при цьому руки. До самого краю ополонки не підповзайте, інакше у воді опиняться вже двоє. Ремені, шарфи, дошка, жердина, санки або лижі допоможуть урятувати людину. Кидати зв’язані ремені, шарфи або дошки треба за 3-4 м.

5.Якщо ви не один, то , тримаючись один за одного, лягайте на лід ланцюжком і рухайтеся до пролому. Дійте рішуче і якомога швидше – постраждалий швидко мерзне в крижаній воді, мокрий одяг тягне його донизу.

6.Подавши постраждалому підручний засіб порятунку, витягайте його на лід і повзіть із небезпечної зони. Потім укрийте його від вітру та якнайшвидше доставте в тепле місце, розітріть, переодягніть у сухий одяг і напоїть чаєм.

**III. Зменшення ризику травмування в ожеледицю**

*Щорічно Міністерством охорони здоров’я України реєструється сумна статистика травмувань, пов’язаних з ожеледдю. Щоб зменшити ризик травмування в ожеледицю необхідно дотримуватися слідуючих правил :*

1.Ходити треба не поспішаючи, ноги злегка розслабте в колінах, ступайте на всю підошву.

2. Коли йдете групою, рухайтесь не поспішаючи, не штовхайте один одного.

3.Не тримайте руки в кишенях – це збільшує можливість не тільки падіння, але і тяжких травм, особливо переломів.

4. Для пересування під час ожеледиці краще користуватися взуттям з мікропористою чи іншою м’якою основою та без високих каблуків

5. Обходьте металеві кришки люків, як правило , вони покриті льодом. Крім того, вони можуть бути погано закріплені і перевертатися, що додає травмувань.

6. Не прогулюйтеся з самого краю проїжджої частини дороги. Це небезпечно завжди, а на слизьких дорогах – тим більше можна впасти та вилетіти на дорогу, автомобіль може виїхати на тротуар.

7. Не перебігайте проїжджу частину дороги під час снігопаду та ожеледиці. Пам’ятайте , що в таких умовах значно збільшується гальмівний шлях машини, і падіння перед автомобілем, що рухається, призводить як мінімум до каліцтв, а можливо і до загибелі.

8.При порушенні рівноваги швидко присядьте - це найбільш реальний шанс утриматися на ногах.

9. Падайте в ожеледицю з мінімальною шкодою для свого здоров’я . Відразу присядьте, що зменшити висоту. У момент падіння стисніться, напружте м’язи , а доторкнувшись до землі, обов’язково перекотіться – удар, спрямований на вас. , розтягнеться і втратить свою силу при обертанні.

10. Якщо ви впали і через деякий час відчули біль у голові, нудоту, біль у суглобах, утворилися пухлини – терміново зверніться до лікаря у медпункт.

11. Взимку дуже велику небезпеку являють собою бурульки, які в період танення льоду та снігу можуть відриватися від даху і травмувати перехожих. Тому необхідно триматися подалі від будинків ( ближче до середини тротуару), не пересуватися під стінами будівель.

12. **Пам’ятайте: ковзання на замерзлих калюжах, сковзанках, річках, слизьких ділянках дороги - травмонебезпечне!!!**

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з надання першої допомоги потопаючому**

***1. Потоплення й фактори, що призводять до цього***

 1.1. Потоплення частіш за все виникають при ігнорувань Правил поводження на водоймищах, переоцінювання своїх сил і можливостей. Нещасні випадки на воді виникають, як з людьми, що не вміють плавати, так і з людьми, що вміють плавати у разі не задовільного стану здоров’я (алкогольне чи наркотичне сп’яніння, пороки серця і інших захворювань серцево-судинної системи, захворювань легенів, епілепсії, перегріву чи переохолодження, навантажень, далеких запливань, інших небезпек (попадання у вир, удари головою в дно водоймища чи інші перепони, удари хвилею, страх, раптове падіння у воду, попадання води у верхні дихальні шляхи тощо).

1.2. Необхідно відрізняти правдиве потоплення, асфіксичне і сінкопалне смерть під водою:

1.2.1 Правдиве потоплення настає коли:

- постраждалий в силу різних причин (втома, судорог кінцівок тощо) не може довгий час протриматися на воді, робить різкі неузгоджені рухи, швидко втомлюється і занурюється у воду;

- через глибоке незалежне від постраждалого вдихання під водою до легенів проникає вода;

- настає втрата свідомості;

- вода заповнює дихальні шляхи і заповнює легені;

- зовнішню ознакою такого потоплення є різкий синюшний окрас шкіри потерпілого та виділення слизистої піни з рота та носу.

1.2.2. Асфіксична смерть під водою настає у людей з великою і швидкою втратою свідомості через алкогольне чи наркотичне сп’яніння, травм голови, ушкоджень шиї:

- постраждалий швидко занурюється у воду і лягає на дно;

- не велика кількість води через рефлекторні судороги гортані попадає до легенів;

- велика кількість води надходить до шлунку шляхом ковтання;

- зупинка дихання призводить до зупинки серця.

1.2.3. Син копальний вид смерті при потопленні наступає через одночасну зупинку дихання та серця. Найбільш часто він наступає у жінок та дітей через різке охолодження при занурюванні у холодну воду та через випадкове попадання холодної води через пошкоджену ушну раковину до середнього вуха, а також через сильне емоційне збудження. Зовнішньою ознакою таких потоплених є виражена блідість шкіри постраждалого.

Цей вид смерті найбільш сприятливий для відновлення життя в організмі постраждалого.

1.3. При потопленні в результаті зупинки кровообігу та дихання настає клінічна смерть.

1.4. Клінічна смерть - це час гибелі організму, коли протягом кількох хвилин після зупинки дихання і кровообігу зникають зовнішні прояви життєдіяльності організму і зникає активність кори головного мозку.

1.5. Час, який вважається клінічною смертю вимірюється часом протягом якого не настали пошкодження мозку, що не можливо повернути. Клінічна смерть при потопленні продовжується до 5-6 хвилин. Протягом цього часу можливо відновити діяльність кори головного мозку і повернути до життя постраждалого.

1.6. Слідом за клінічною смертю наступає біологічна смерть (остаточна), яка є характеризується не можливістю відновити діяльність кори головного мозку і повернути до життя постраждалого.

1.7. Практично потрібно знати що можливо повернути до життя :

- (синіх) – протягом 5 хвилин;

- блідих) – протягом 10-12 хвилин;

- при потопленні в льодовій воді – до 30 хвилин.

***2. Надання першої медичної допомоги при потопленні.***

2.1. Заходи по поверненню до життя постраждалих від потоплення носять комплексний характер:

- перша медична долікарська допомога;

- перша медична допомога;

- швидка медична допомога;

- спеціалізована медична допомога в лікарні.

2.2. Перша долікарська допомога здійснюється на місці протягом 1-5 хвилин оточуючими при виявлені постраждалого.

2.3. Перша медична допомога здійснюється на місці протягом 5 хвилин медичними працівниками спа сальних служб чи любим медичним працівником.

2.4. Швидка медична допомога здійснюється виїзною реанімаційною бригадою швидкої допомоги.

2.5. Спеціалізована медична допомога здійснюється в стаціонарі персоналом реанімаційного відділення лікарі.

2.6. Найбільш результативною допомогою постраждали від потоплення є штучне дихання (з рота до рота) (з рота до носу) і закритий масаж серця, які проводяться в наступній послідовності:

- швидко вивільнити дихальні шляхи постраждалого від води;

- очистити рот та ніс від піску та сторонніх частин, використовуючи палець своєї руки, який попередньо обертають носовим платком чи чистою тканиною;

- голову постраждалого повертають в бік;

- для видалення води з верхніх дихальних шляхів постраждалого перевертають на живіт і піднявши роблять удар між лопатками;

 - для видалення води із легенів та шлунку, постраждалого необхідно покласти грудною клітиною на зігнуте коліно людини, що надає допомогу і підтримуючи лоб постраждалого надавлюють між лопатками. У (блідих) потонувши вода з легенів не видаляється;

 - після цього необхідно приступити до вентиляції легенів:

- постраждалого кладуть на тверду поверхню і за прокинути голову та витягнути в перед і на верх нижню частину челюсті;

- швидко вивільнити від одежі, що здавлює грудну клітину і шию та тулуб;

- впевнитись, що язик постраждалого не заважає диханню;

- зробивши глибоке вдихання, роблять видих до легенів постраждалого через його рот;, закриваючи ніс постраждалого пальцями;

- далі надавлюють на грудну клітину постраждалого.

- такі дії виконують послідовно через коні 2-3 секунди;

- найбільш часті помилки при вентиляції легенів постраждалого:

- не розігнуте положення голови постраждалого (повітря, що вдувається постраждалому надходить не до легенів а до шлунку);

- мала кількість повітря, що вдувається (для постраждалих дітей може бути велика;

- великий час витрачений на підготовку до штучного дихання;

- не своєчасна зупинку операції по вдуванню повітря;

- недостатня сила надавлювання при закритому масажі серця.

2.7. Слід пам’ятати, що своєчасний виклик швидкої допомоги чи звернення до медичного працівника є запорукою життя постраждалого.

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпеки життєдіяльності вихованців під час відпочинку в лісі**

***1. Фактори небезпеки, що виникають у лісних масивах***

1.1. При знаходженні в лісних масивах людина (особливо жителі міст) попадають у не звичне становище, що може призвести до травмування чи загибелі людини, виникненню пожежі тощо.

1.2. Травмування чи загибель людини в лісних масивах настає в разі:

- не виконання елементарних правил безпеки;

- порушень правил поводження з дикими тваринами;

- отруєння грибами, ягодами, рослинами чи дикорослими плодами;

- не знання правил медичної допомоги в разі укусів комах та змій;

- розпалювання без потреби і знання навиків багаття;

- потопленні при спробах перепливти водні перепони;

- отримання теплових сонячних ударів;

- блукань через не вміння користуватися прикметами тощо.

1.2.1. До не виконань елементарних правил безпеки відносяться:

- необережність при лазінні по деревам, що призводить до падіння і отримання переломів, забиття та струсів мозку;

- потискання через кущі, що призводить до механічного травмувань ока;

- пересування не по стежинам, що призводить до падінь у ярки, заглибини та ями;

- не вміння користуватися ріжучими та колючими предметами, що призводить до отримання ріжучих та колючих травм кінцівок та тулуба;

- не обачливого ставлення до різного роду загроз ( блискавка, падіння сухих дерев та гілок тощо).

1.2.2 До порушень елементарних правил поводження з дикими тваринами слід віднести не знань їх повадок, що призводить до тримання травм (рвані рани), втрату кінцівок, та загибель.

1.2.3. Отруєння грибами, ягодами, рослинами та дикорослими плодами виникають через пустощі (вживання їх у їжу) чи необережність.

1.2.4. В разі укусів змій та комах можливе настання нерухомості та втрата свідомості.

1.2.3. розпалювання багаття в лісі без вміння і потреби є причиною багатьох пожеж. Такі пожежі призводять до великих матеріальних втрат та загибелі флори та фауни, які в окремих випадках не можливо відновити. Лісні пожежі призводять до знищення житла, загибелі домашньої худоби та в окремих випадках загибелі людей.

1.2.4. В окремих випадках людина , що блукає по лісу приймає рішення перепливти водну перепону (річка, озеро тощо), що призводить до потоплення. Найбільш небезпечними є випадки провалювання в ополонку чи під лід

1.2.5. У випадку, коли через перевтомлення після блукання лісом людина засинає на галявині у день, можливе отримання сонячного теплового удару (перегрівання).

1.2.6. Через не вміння орієнтуватися на місцевості за прикметами в лісі людина починає кружляти по лісу, не знаходить виходу із цього становища, впадає в паніку і робить не поправні помилки з не передбачуваними наслідками.

**Підготовка до подорожі у ліс:**

1. Повідомте про те, куди ви збираєтеся. Якщо поблизу нікого немає — залишіть записку з повідомленням (дата, час відправлення, кількість людей, що йдуть разом з вами, напрямок подорожі і приблизний час повернення).

2. Візьміть собі за правило — перед мандрівкою чи походом до лісу, подивитися карту або хоча б намальований від руки план місцевості та запам’ятати орієнтири.

3. Одягніть зручний одяг та взуття. Вони повинні підходити для місцевості та погодних умов. Запам’ятайте — погодні умови можуть змінитися дуже швидко.

4. Одягніть дітей в яскравий кольоровий одяг — він буде більш помітним у разі розшуку їх.

5. Переконайтеся, що все ваше спорядження — у доброму, робочому стані Якщо ви сумніваєтеся брати ту чи іншу річ, пам’ятайте — зайва вага буде вам заважати.

**У лісі:**

1. Встановіть між собою сигнали, щоб не загубити один одного у лісі, особливо на випадок несподіванок — свистом або голосом.

2. Запам’ятовуйте орієнтири під час руху у лісі. Щоб не заблукати — лишайте примітки. Без орієнтирів людина в лісі починає кружляти.

3. Виберіть місце для вогнища та обладнайте його. Ніколи не залишайте вогнище без догляду. Незагашене вогнище може бути причиною лісової пожежі.

4. Ніколи не пийте воду з річок та озер. Найбільш надійні джерела води — струмки. Поблизу місць, де ви побачите мертвих рибу чи тварин, взагалі не можна навіть мити руки.

5. Будьте обережні, у лісі може бути болотиста місцевість — обходьте її. Болотною водою також не можна користуватися. Поблизу болота, як правило, водиться багато гадюк.

6. Пам’ятайте — збирати можна тільки ті гриби та ягоди, які ви добре знаєте. Щоб уникнути отруєння ними, ніколи не куштуйте сирих грибів; ніколи не збирайте гриби та ягоди поблизу транспортних магістралей, навіть їстівні гриби в тих місцях — отруйні.

7. Уникайте диких тварин. Пам’ятайте, що небезпечними можуть бути і лось, і олень, і лисиця — у людей і тварин близько 150 спільних хвороб. Тварини нападають на людину — якщо вони поранені, перелякані несподіванкою або захищають своє потомство. При явно агресивному поводженні тварин можна використовувати як засіб захисту вогонь, або стукати палицею об дерево.

8. Уникайте додаткових неприємностей з тваринами, особливо у нічний час — ніколи не залишайте їжу у вашому наметі або поряд з місцем вашого відпочинку, краще покладіть її на дерево; недоїдки їжі закопайте подалі від місця відпочинку.

9. Будьте обережні при зустрічі зі зміями. У випадку зміїного укусу терміново видавіть з ранки краплі крові з отрутою та висмоктуйте впродовж півгодини, весь час спльовуючи. Цього не можна робити при наявності ранок на губах та у роті. Потім необхідно накласти щільну пов’язку вище місця укусу та негайно дістатися до лікарні.

10. В лісі, особливо навесні, багато кліщів, які можуть причепитися до тіла. Якщо вас укусив кліщ, треба не пробувати виколупати його, а якнайшвидше дістатися до лікарні.

11. Якщо ви опинилися біля поламаних дерев — не затримуйтесь. Вони спираються одне на одне і можуть впасти, особливо під час вітру.

12. Не ховайтеся під високими деревами та не залишайтеся на галявині під час зливи з блискавкою, бо блискавка може вдарити у найвище місце.

13. Ніколи не пірнайте у незнайомому місці у водойму. Спочатку обстежте і переконайтеся у відсутності схованих під водою перешкод (каміння, залізяки та гострі гілки або мілководдя). Уникайте води зі швидкою течією. Ніколи не плавайте наодинці.

14. Будьте обережні. Взимку водойма вкривається кригою — ходити по ній небезпечно. Навесні, коли крига темна, на неї ступати не можна — вона дуже ламка

**Якщо ви заблукали у лісі:**

1. Зберігайте спокій та уникайте паніки. Якщо ви панікуєте — думати логічно неможливо.

2. Негайно зупиніться і присядьте. І не робіть більше жодного кроку, не подумавши. Думати можна тільки про одне, як дістатися того місця, звідки починається знайомий шлях.

3. Пригадайте останню прикмету на знайомій частині шляху і постарайтеся простежити до неї дорогу. Якщо це не вдається, пригадайте знайомі орієнтири, найкраще — залізницю, судноплавну ріку, шосе. Прислухайтеся. При відсутності знайомих орієнтирів, стежок і доріг виходьте “на воду” — униз за течією. Струмок виведе до ріки, ріка — до людей. Якщо орієнтирів немає, залізьте на найвище дерево - погляд з висоти допомагає краще зорієнтуватися.

4. Правильно користуйтесь вогнем. Він є одним з основних засобів виживання в лісі. За допомогою вогню ви можете зберегти тепло, сушити одяг і подавати сигнали. Завжди тримайте сірники у водонепроникному пакеті.

5. Уникайте переохолодження. Воно трапляється, коли людина не звертає уваги на холод та не має відповідного одягу і захисту.

6. Використовуйте навички та вміння будування схованок (буда, навіс, намет і ін.) або користуйтесь природними печерами. Це допоможе виживанню у лісі, забезпечить вам захист і тепло.

7. Бережіть та економно використовуйте воду. Вона більш важлива для вашого виживання, ніж їжа.

**8. Запам’ятайте!** Діти повинні знати, що вони не будуть покарані за те, що заблукали. Були випадки, коли діти ховалися від шукачів через те, що боялися бути покараними.

9. Навчайте дітей, що необхідно вибрати велике дерево (або якийсь інший об’єкт) біля примітного місця і знаходитися там. Повідомте дітей про необхідність кричати на шуми, що лякають їх. Якщо це звірі, вони злякаються та підуть геть. Це також допоможе швидше знайти їх тим, хто буде їх шукати.

**Пам‘ятайте!**

Куди б ви не пішли і де б не перебували, ви можете опинитись у екстремальних умовах. Тому**:**

- знайте приблизно свій шлях мандрівки;

- майте при собі засоби визначення напрямків сторін горизонту;

- майте одяг, придатний для будь-яких погодних умов;

- майте достатньо їжі, води, сірників, речей та засобів для захисту свого життя.

***1.3. Надання першої (долікарської) допомоги***

**1.3.1** *Перша (долікарська) допомога при падіннях з висоти:*

- при отриманні переломів кінцівок та вивихах :

- фіксування кінцівок в місці перелому (іммобілізація) із застосуванням підсобних матеріалів для організації накладання шини;

- надання протишокових заходів, вразі отриманні постраждалим шоку від болю;

- не допускання спроб вправляння зламаної кінцівок та спроб промивання ран;

- доставка потерпілого до медичної частини.

- при отриманні вивихів:

- забезпечення нерухомості кісток в урадженому суглобі;

- накладання шини із підсобних матеріалів чи фіксуючої пов’язки;

- доставка потерпілого до медичної частини.

- при отриманні забиття:

- прикладання до місця забиття холоду (лід, сніг, проточна вода, холодна ванночка чи компрес)

- накладання тугої пов’язки;

- в особливо важких випадках, доставка потерпілого до медичної частини.

- при втраті свідомості від струсу мозку:

- прикладання до голови холоду (лід, сніг, проточна вода, холодна ванночка чи компрес);

- створення постраждалому абсолютного спокою;

- доставка потерпілого до медичної частини.

**1.3.2**. *Перша допомога при механічному травмуванні ока:*

- при потраплянні в око сторонніх предметів необхідно промити око чистою водою;

- при механічному ураженні ока накладають на нього пов’язку;

- постраждалого терміново доставляють до лікаря-офтальмолога.

**1.3.3.** *Перша допомога при отриманні ріжучих та колючих травм:*

- вимити руки (по можливості з милом);

- провести дезінфекцію використовуючи спирт, горілку тощо;

- зупинити кровотечу;

- обробити шкіру навкруги рани йодним чи спиртовим розчином;

- накласти на рану стерильну пов’язку та забинтувати.

**1.3.4.** *Перша допомога при отриманні рваних ран:*

- вимити руки (по можливості з милом);

- провести дезінфекцію використовуючи спирт, горілку тощо;

- зупинити кровотечу;

- обробити шкіру навкруги рани йодним чи спиртовим розчином;

- накласти на рану стерильну пов’язку та забинтувати.

- не дозволяється:

 - поверхні ран торкатися руками і одягом одяг не знімають а розрізають);

- промивати рану водою і змащувати мазями;

- промивати розчинами йоду, брильянтовою зеленкою і спирту;

- виймати з рани згустків крові і сторонніх тіл.

**1.3.5**. *Перша допомога при харчових отруєннях:*

- покласти постраждалого і промити йому шлунок:

- дати випити 4-5 склянок кип’яченої води кімнатної температури або содового розчину (1 чайна ложка на склянку води) чи слабкого розчину перманганат калію (блідого-рожевого кольору);

- викликати блювоту, введенням до роту пальця, процедуру продовжують до настання чистих промивань;

- напоїти постраждалого прохолодним кріпким чаєм.

**1.3.6*.*** *Перша допомога при укусах змій, комах:*

- при укусах змій та отруйних павуків:

- потерпілому відсмоктують з ранки перші краплини крові, постійно спльовуючи слину (при пошкодженнях слизової оболонки, губ або рота, цього робити не можна). Час відсмоктування не менше 15 хвилин;

- припікання ранки розжареним залізом або підпалювання в ній пороху, а також нанесення додаткових розрізів для випускання крові – не дають дієвого ефекту;

- накладання джгута вище ранки також є недоцільним;

- дійовим засобом є введення проти отруйної виворотки, для чого постраждалого треба терміново доправити у лікарню.

- при укусах отруйних комах:

- накласти холодний компрес на голову;

- дати випити 1-2 пігулки димедролу чи діазоліну;

- видалити жало;

- постраждалого треба терміново доправити у лікарню.

 **1.3.7.** *Перша допомога при потопленні:*

- перша (долікарська) допомога здійснюється на місці протягом 1-5 хвилин оточуючими при виявлені постраждалого;

- найбільш результативною допомогою постраждали від потоплення є штучне дихання (з рота до рота) (з рота до носу) і закритий масаж серця, які проводяться в наступній послідовності:

- швидко вивільнити дихальні шляхи постраждалого від води;

- очистити рот та ніс від піску та сторонніх частин, використовуючи палець своєї руки, який попередньо обертають носовим платком чи чистою тканиною;

- голову постраждалого повертають в бік;

- для видалення води з верхніх дихальних шляхів постраждалого перевертають на живіт і піднявши роблять удар між лопатками;

 - для видалення води із легенів та шлунку, постраждалого необхідно покласти грудною клітиною на зігнуте коліно людини, що надає допомогу і підтримуючи лоб постраждалого надавлюють між лопатками. У (блідих) потонувши вода з легенів не видаляється;

 - після цього необхідно приступити до вентиляції легенів:

- постраждалого кладуть на тверду поверхню і за прокинути голову та витягнути в перед і на верх нижню частину челюсті;

- швидко вивільнити від одежі, що здавлює грудну клітину і шию та тулуб;

- впевнитись, що язик постраждалого не заважає диханню;

- зробивши глибоке вдихання, роблять видих до легенів постраждалого через його рот;, закриваючи ніс постраждалого пальцями;

- далі надавлюють на грудну клітину постраждалого.

- такі дії виконують послідовно через коні 2-3 секунди;

- найбільш часті помилки при вентиляції легенів постраждалого:

- не розігнуте положення голови постраждалого (повітря, що вдувається постраждалому надходить не до легенів а до шлунку);

- мала кількість повітря, що вдувається (для постраждалих дітей може бути велика;

- великий час витрачений на підготовку до штучного дихання;

- не своєчасна зупинку операції по вдуванню повітря;

- недостатня сила надавлювання при закритому масажі серця.

**1.3.8.** *Перша допомога при опіках та теплових ударах:*

- створити тінь для потерпілого чи відвести (віднести ) його в тінь;

- розстібнути йому одяг;

- збризнути обличчя і голову холодною водою;

- на голову та серце покласти мокру тканину;

- напоїти його холодною водою;

- забезпечити приток свіжого повітря;

- забезпечити спокій.

###  ІНСТРУКЦІЯ

**з безпеки життєдіяльності вихованців під час відпочинку біля водоймищ**

***1. Фактори небезпеки, що виникають під час відпочинку біля води***

1.1. Під час відпочинку біля води й купання у водоймищах людина знаходиться у не звичному становищі, що може призвести до травмування чи загибелі людини.

1.2. Травмування чи загибель людини під час відпочинку біля води й купання у водоймищах настає в разі:

- не виконання елементарних правил безпеки;

- порушень правил поводження при купанні;

- харчових отруєнь неякісними чи зіпсованими харчами;

- не знання правил медичної допомоги при потопленні;

- отримання теплових сонячних ударів.

1.2.1. До не виконань елементарних правил безпеки відносяться:

- необережність при відпочинку біля води на не обладнаних пляжах що призводить до падінь з обривів ,у зарослі заглибини та ями і отриманні переломів, забиття тощо;

- ходіння по берегу водоймища без взуття, що призводить до порізів, ніг кореневищами тощо;

- не вміння користуватися ріжучими та колючими предметами, що призводить до отримання ріжучих та колючих травм кінцівок та тулуба;

- не обачливого ставлення до різного природного роду загроз ( блискавка, сильний вітер тощо).

1.2.2. До порушень правил поводження при купанні відноситься:

 - стрибки з обривистих берегів;

- занурювання під воду у не знайомих водоймищах;

- купання у зарослих травою водоймищах тощо.

 1.2.3 До харчових отруєнь відносяться випадки, коли людина приймає їжу, яка довго пролежала на сонці і

 зіпсувалась.

 1.2.4. Незнання правил надання першої допомоги потерпілому при потопленні призводить до втраті часу і загибелі

 людини.

 1.2.5. Отримання теплових (сонячних) ударів (перегрівання)\_ настає при ненормованому знаходженні людини на

 відкритому просторі під сонцем.

***1.3. Надання першої (долікарської) допомоги***

*1.3.1 Перша (долікарська) допомога при падіннях з висоти:*

- при отриманні переломів кінцівок та вивихах :

- фіксування кінцівок в місці перелому (іммобілізація) із застосуванням підсобних матеріалів для організації накладання шини;

- надання протишокових заходів, вразі отриманні постраждалим шоку від болю;

- не допускання спроб вправляння зламаної кінцівок та спроб промивання ран;

- доставка потерпілого до медичної частини.

- при отриманні вивихів:

- забезпечення нерухомості кісток в урадженому суглобі;

- накладання шини із підсобних матеріалів чи фіксуючої пов’язки;

- доставка потерпілого до медичної частини.

- при отриманні забиття:

- прикладання до місця забиття холоду (лід, сніг, проточна вода, холодна ванночка чи компрес)

- накладання тугої пов’язки;

- в особливо важких випадках, доставка потерпілого до медичної частини.

- при втраті свідомості від струсу мозку:

- прикладання до голови холоду (лід, сніг, проточна вода, холодна ванночка чи компрес);

- створення постраждалому абсолютного спокою;

- доставка потерпілого до медичної частини.

*1.3.2. Перша допомога при отриманні ріжучих та колючих травм:*

- вимити руки (по можливості з милом);

- провести дезінфекцію використовуючи спирт, горілку тощо;

- зупинити кровотечу;

- обробити шкіру навкруги рани йодним чи спиртовим розчином;

- накласти на рану стерильну пов’язку та забинтувати.

*1.3.3. Перша допомога при ураженні блискавкою:*

- при втраті свідомості, зняти дію електричного струму на потерпілого, прикопуванням його землею для зняття залишкової електрики;

- при стані потерпілого с свідомості дати йому спокій.

*1.3.4. Перша допомога при отриманні рваних ран:*

- вимити руки (по можливості з милом);

- провести дезінфекцію використовуючи спирт, горілку тощо;

- зупинити кровотечу;

- обробити шкіру навкруги рани йодним чи спиртовим розчином;

- накласти на рану стерильну пов’язку та забинтувати.

- не дозволяється:

- поверхні ран торкатися руками і одягом одяг не знімають а розрізають);

- промивати рану водою і змащувати мазями;

- промивати розчинами йоду, брильянтовою зеленкою і спирту;

- виймати з рани згустків крові і сторонніх тіл.

*1.3.5. Перша допомога при харчових отруєннях:*

- покласти постраждалого і промити йому шлунок:

- дати випити 4-5 склянок кип’яченої води кімнатної температури або содового розчину (1 чайна ложка на склянку води) чи слабкого розчину перманганат калію (блідого-рожевого кольору);

- викликати блювоту, введенням до роту пальця, процедуру продовжують до настання чистих промивань;

- напоїти постраждалого прохолодним кріпким чаєм.

*1.3.6. Перша допомога при потопленні:*

- перша (долікарська) допомога здійснюється на місці протягом 1-5 хвилин оточуючими при виявлені постраждалого;

- найбільш результативною допомогою постраждали від потоплення є штучне дихання (з рота до рота) (з рота до носу) і закритий масаж серця, які проводяться в наступній послідовності:

- швидко вивільнити дихальні шляхи постраждалого від води;

- очистити рот та ніс від піску та сторонніх частин, використовуючи палець своєї руки, який попередньо обертають носовим платком чи чистою тканиною;

- голову постраждалого повертають в бік;

- для видалення води з верхніх дихальних шляхів постраждалого перевертають на живіт і піднявши роблять удар між лопатками;

 - для видалення води із легенів та шлунку, постраждалого необхідно покласти грудною клітиною на зігнуте коліно людини, що надає допомогу і підтримуючи лоб постраждалого надавлюють між лопатками. У (блідих) потонувши вода з легенів не видаляється;

- після цього необхідно приступити до вентиляції легенів:

- постраждалого кладуть на тверду поверхню і за прокинути голову та витягнути в перед і на верх нижню частину челюсті;

- швидко вивільнити від одежі, що здавлює грудну клітину і шию та тулуб;

- впевнитись, що язик постраждалого не заважає диханню;

- зробивши глибоке вдихання, роблять видих до легенів постраждалого через його рот;, закриваючи ніс постраждалого пальцями;

- далі надавлюють на грудну клітину постраждалого.

- такі дії виконують послідовно через коні 2-3 секунди;

- найбільш часті помилки при вентиляції легенів постраждалого:

- не розігнуте положення голови постраждалого (повітря, що вдувається постраждалому надходить не до легенів а до шлунку);

- мала кількість повітря, що вдувається (для постраждалих дітей може бути велика;

- великий час витрачений на підготовку до штучного дихання;

- не своєчасна зупинку операції по вдуванню повітря;

- недостатня сила надавлювання при закритому масажі серця.

1.3.7*. Перша допомога при опіках та теплових ударах:*

- створити тінь для потерпілого чи відвести (віднести ) його в тінь;

- розстібнути йому одяг;

- збризнути обличчя і голову холодною водою;

- на голову та серце покласти мокру тканину;

- напоїти його холодною водою;

- забезпечити приток свіжого повітря;

- забезпечити спокій.

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпечної поведінки вихованців в обідній залі**

***1. Загальні вимоги безпеки.***

1. Дотримання даної інструкції є обов'язковою для всіх учнів КЗ «Нововодолазький СНВК»

 *далі – заклад)* під час прийому їжі.

1. Спокійно, не кваплячись, дотримуючись дисципліни та порядку, входити та виходити з

 приміщення.

1. Забороняється знаходитись в обідній залі у верхньому, або спеціальному *(робочому*) одязі.
2. Не вносити до обідньої зали сумки та портфелі.
3. Не заходити до харчоблоку *( на кухню )*.
4. Дбайливо ставитись до меблів і посуду.
5. Не вмикати і не вимикати електроосвітлення.
6. Не відкривати самостійно кватирки, вікна.
7. Травмобезпека в обідній залі можлива:

- при включенні і вимиканні електроосвітлення *(враження електрострумом)*

- при перенесенні посуду з гарячою їжею, напоями і т.п. *( термічні опіки )*

* порізи у випадку биття скляного, фаянсового посуду

1.10. Дотримуватись призначеної дієти. Питання щодо призначення та зміни дієти вирішує лікар-педіатр, поставивши до відому вихователів, класного керівника.

***2. Вимоги безпеки перед прийомом їжі***

1. Вимити з милом руки перед прийомом їжі.
2. Входити до обідньої зали, тільки у супроводі вчителяабо вихователя дотримуючись дисципліни та графіку прийому їжі
3. При одержанні обіду дотримуватись порядку, пропустити молодших.
4. Зайняти своє місце за обіднім столом.

***3. Вимоги безпеки під час прийому їжі***

1. Дотримуватись правил культури поводження за обіднім столом.
2. Не заважати товаришам приймати їжу.
3. Не розмовляти під час обіду, не штовхати сусідів.
4. Обережно, не кваплячись, приймати гарячу їжу.
5. Порожній посуд складати біля себе ліворуч, не допускаючи його

 падіння.

***4. Вимоги безпеки в небезпечних ситуаціях***

1. У випадку виникнення аварійних ситуацій *( пожежі, різкого стороннього запаху)*, залишити обідній зал за вказівкою чергового вчителя, кухаря або вихователя.
2. При травматизмі звернутись до чергового вчителя, вихователя або медичного працівника для отримання допомоги.
3. У випадку різкого погіршення самопочуття сповістити про це вчителя або вихователя.

***5. Вимоги безпеки по закінченні прийому їжі***

1. Прибрати своє місце за обіднім столом *( посуд здати до мийки, окремо тарілки, окремо склянки і ложки ).*
2. Виходити з обідньої зали організовано, спокійно, не штовхаючись, дотримуючись дисципліни і порядку.
3. Вимити ретельно з милом руки

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпечної поведінки вихованців під час занять лижною підготовкою**

***1. Загальні положення***

1. Учні зобов’язані одягти одяг для занять на лижах, який повинен бути легким, теплим, не заважати рухам.

2. Лижний інвентар треба підбирати відповідно до ростово-масових даних учнів і підганяти індивідуально.

2. Палки повинні бути легкими, міцними й зручними, мати петлі для захвату руками, вістря для опору та обмежувальне кільце; поверхня лиж не повинна мати перекосів і бічних викривлень, тріщин, задирок і відколів, ковзна поверхня має бути просмоленою і змащеною спеціальною маззю відповідно до погодних умов.

3. Уроки можуть проводитися у тиху погоду або при слабкому вітрі, при температурі, не нижчій за -20 С.

4. Якщо великий мороз, необхідно учні повинні стежити один за одним і повідомляти вчителя про перші ознаки обмороження.

5.Місце проведення занять з лижної підготовки – профіль схилів, рельєф місцевості, дистанцію та умови проведення треба ретельно вибирати відповідно до вікових особливостей і фізичної підготовки учнів.

6. Навчальний майданчик для початкового навчання катання на лижах повинен бути захищеним від вітру, мати ухил не більш як 15 градусів.

7. Розмір майданчика обирається з таким розрахунком, щоб постійна дистанція між лижниками була не менш ніж 10м.

8. Навчальний і тренувальний схил повинен мати ущільнений сніг без будь-яких схованих під ним каменів, пеньків, дерев, глибокихям і вибоїн, що утворюють трампліни. Схил не повинен мати наледів та оголених ділянок землі.

***2. Вимоги безпеки перед початком занять***

1. Учні одержавши інвентар, перевіряють його справність і підганяють кріплення лиж до черевиків у приміщенні школи. Перед заняттям із лижної підготовки при морозі, нижчому -10 с, або сильному вітрі одягніть труси або плавки. Якщо їх немає, закладіть у брюки складений трикутником папір; дівчаткам необхідно одягти бюстгальтери або закрити груди папером; надягніть шерстяні шкарпетки; вуха закрийте шапкою чи навушниками, на руки обов'язково вдягніть рукавиці.

2. Учні підбирають взуття за розміром ноги і стежте, щоб воно було сухим. Одягають сухі шкарпетки, пальці ніг (під час сильних морозів) обгортають газетним папером.

3. Перед кожним уроком учитель перевіряє стан лижні або траси.

4. Кріплення лиж до взуття повинно бути зручним для користування, міцним та надійним.

5. Перед виходом зі школи до місця занять учитель пояснює правила переміщення з лижами в умовах, які можуть бути на шляху переміщення - рух у строю з лижами тощо. Під час переміщення до місця занять і назад спеціально призначені учні ведуть і замикають колону.

6. Учнів з лижами йдуть тільки по тротуару або лівому узбіччі дороги не більше ніж у два ряди. Попереду й позаду колони повинні бути супроводжувачі з червоними прапорцями.

***3. Вимоги безпеки під час занять***

1. Стежте за товаришами і в разі появи ознак обмороження ( побіління шкіри, втрати чутливості відкритих частин тіла, вух, носа, щік) негайно розтирайте поверхню тіла поруч із обмороженим місцем до порожовіння, після чого потрібно злегка розтирати обморожене місце.

2. Щоб уникнути потертостей, не ходіть на лижах, не катайтеся на ковзанах у тісному або вільному взутті. Відчувши біль, послабте лижні кріплення, розшнуруйте черевики і, діставши дозвіл учителя, спокійно повертайтесь до школи. Якщо під час занять ви з якихось причин зійшли з дистанції, обов'язково попередьте вчителя ( особисто або через товариша). Якщо учень втомився або в нього погіршилось самопочуття, його треба відправити до школи тільки у супроводі дорослого або старшого товариша.

3. Спускатися з гір треба тільки з дозволу, відповідно до черги та за сигналом учителя. Між лижниками, які спускаються, необхідно дотримуватись таких інтервалів часу, які виключають будь яку ймовірність наїзду лижників один на одного.

4. Учні повинні уважно слухати пояснення вчителя, витримувати інтервал під час руху на лижах на дистанції 3-4 **м,** під час спусків не менше як на ЗО м. Під час спусків не виставляйте лижні палки вперед, не зупиняйтесь біля підніжжя гори, пам'ятайте, що з вами йде товариш.

5. Стрибати з лижного трампліна можна тільки після спеціальної підготовки на стрибкових лижах.

6. Під час сильного морозу відкриті частини обличчя змазуйте жиром.

7. Не заходьте на лід природних водоймищ далеко від берега.

Забороняється;

- підходити до ополонок, кататися біля них на ковзанах;

- ходити одному по льоду, а також збиратися на льоду великими групами;

- з’їжджати на лижах із крутих берегів прямо на лід.

Вимоги безпеки після закінчення занять

Перевірити самопочуття учнів. Очистити лижі (ковзани) від снігу, льоду і задати вчителю. Очистити одяг і взуття, вимити руки та обличчя з милом.

***4. Вимоги безпеки в небезпечних ситуаціях***

Якщо учень втомився, погіршилось самопочуття, вийшло з ладу спорядження - відправити до школи у супроводі дорослого чи старшого товариша,

Якщо учень дістав травм, надати йому першу медичну допомогу. У разі тяжкої травми викликати швидку медичну допомогу за номером 03.

У разі, коли тріснув лід і учень попав у воду, потрібно;

- зосередитись і кликати на допомогу;

- спробувати обпертись грудьми на лід і просуватись до берега, поки не досягнете безпечного місця.

Надання допомоги здійснювати за допомогою підручних засобів (лиж, лижних палиць, ременів, шарфів, дошок, мотузок).

До місця пролому не підходьте, а наближайтеся до нього лежачи, повзком, інакше ризикуєте самі провалитися під кригу.

Підручні засоби штовхайте поперед себе і подавайте потерпілому за три-п'ять метрів від провалу. Потім тягніть потерпілого на березі чи на міцну кригу.

Доставити потерпілого у приміщення (школу) зігріти, дати гарячого чаю, показати лікарю.

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпечної поведінки вихованців під час**

**занять футболом**

***І. Загальні положення***

 1. Уроки фізичної культури (футбол) в КЗ «Нововодолазький СНВК» *(далі – заклад)* проводяться на відкритих футбольних майданчиках, які повинні бути розміщені на відстані не менше 10 м від навчальних корпусів закладу.

2. До занять футболом допускають учні, які пройшли медичний огляд і отримали інструктаж з техніки.

3. Небезпека травмування настає:- при падіннях., - під час знаходженні в зоні удару; при наявності на майданчику сторонніх предметів., - в разі не закріплення воріт; - під час виходу для гри на майданчик без спеціальної форми.

4. Аптечка для надання першої (долікарської) допомоги знаходиться у вчителя.

5. Виходити для участі в грі на ігрове поле без спеціального одягу заборонено.

***II. Вимоги безпеки перед початком занять***

Учні повинні одягнути спеціальний одяг та взуття з підошвою, що має шипи.

1. До початку занять:

 - перевіряється відсутність на полі сторонніх предметів, ям, луж тощо;

 - проводиться фізична розминка;

 - учні отримують інструктаж з техніки безпеки.

***III. Вимоги безпеки під час занять***

1. Учні, які спізнилися до початку гри на ігрове поле не допускаються.
2. Присутність сторонніх осіб на ігровому полі під час гри не дозволяється.
3. Учні повинні застосовувати вміння страхуватися під час зіткнень та падінь.
4. Забороняється порушувати правила гри та застосовувати до учасників гри грубі прийоми.
5. Не дозволяється сперечатися з особою, що проводить заняття на ігровому полі (суддя).
6. За воротами та в 10 метрах від поля не повинні знаходитися сторонні особи.
7. При порушенні вимог техніки безпеки вчитель повинен закінчити заняття на футбольному полі.

***IV. Вимоги безпеки після закінчення занять***

1. Після занять на спортивній площадці ретельно вимийте руки з милом.
2. Якщо під час занять з'явиться біль, почервоніння шкіри або натерті місця (водяні пу­хирі), припиніть заняття і зверніться до вчителя.
3. Забрати із футбольного поля спортивний інвентар.
4. Зніміть спортивний одяг та взуття.
5. Вимийте руки з милом, по можливості прийміть душ.

6. Учні залишають спортмайданчик та йдуть до роздягальні лише з дозволу вчителя.

***V. Вимоги безпеки в небезпечних ситуаціях***

1. При поганому самопочутті зупиніться, не приймайте подальшої участі у грі та зверніться до вчителя.

2. При отримання травми потерпілому необхідно надати першу (долікарську) медичну допомогу, звернутися до шкільного медпункту., в разі необхідності - викликати швидку допомогу за тел. - 103

**ІНСТРУКЦІЯ**

 **Попередження випадків вживання алкогольних , наркотичних ,**

**токсичних речовин вихованцями**

1. ***Алкоголь*** – це етиловий або винний спирт та виготовлені на їх основі напої .

 ***Алкоголізм***– захворювання , зумовлене систематичним вживанням спиртних напоїв.

***Алкоголь з руйнівною силою впливає на всі системи і органи людини***. Він дуже добре розчиняється в жирах і жироподібних речовинах. Тканина головного мозку складається саме із жироподібної речовини, тому спирт діє головним чином на нервову систему, руйнуючи її основу – клітини головного мозку. Загиблі клітини мозку не відновлюються. Вживання 100г. горілки приводить до знищення приблизно 7,5 тис. клітин головного мозку. Коли кількість загиблих клітин перевищує кількість вцілілих, головний мозок не зможе виконувати призначені йому функції.

***Особливо шкідливо впливає алкоголь на печінку***. Печінка захищає людину від багатьох хвороб бо знешкоджує введені в організм отруйні речовини. Уражена алкоголем печінка знижує свої захисні функції, і розвивається цироз печінки.

***Алкоголь негативно впливає на підшлункову залозу***, порушує її роботу, що викликає розвиток у людини цукрового діабету.

***У 30-40% чоловіків, які зловживають алкоголем розвивається імпотенція.***

***Реакція судинорухового центру мозку на алкоголь*** виражається в тому, що відбувається розширення кровоносних судин шкіри. Шкірні покриви набувають червоного , а іноді багряного кольору.

Систематичне вживання алкоголю призводить до пришвидшення біологічного старіння. Тривалість життя алкоголіка на 15 років менше за середньостатистичну.

Систематичне вживання алкоголю призводить до соціальної деградації особистості. Знижується

інтелектуальний потенціал і моральний рівень людини, а всі інтереси формуються навколо однієї проблеми –

 дістати спиртне. Наслідком алкогольної залежності є антисоціальна поведінка людини у суспільстві, яка тягне

 за собою правопорушення, нещасні випадки і аварії.

Найбільш небезпечний ризик хворобливого призвичаювання до алкогольних напоїв у віці від 13 до 18 років.

1. **Наркоманія і токсикоманія** – хвороби, які виникають у результаті зловживання речовинами , що викликають короткочасне відчуття приємного психічного стану. Вони характеризуються отруєнням нервової системи і патологічним звиканням до цього отруєння. Уражається нервова система, руйнується головний мозок, розвивається серцева та печінкова недостатність, зростає повна деградація особистості, руйнуються сімейні відносини. Життя перетворюється в сурогат людських відносин. Рідко , коли наркоман доживає до 30-35 років.

 ***2.1.Найчастіші причини смерті наркоманів:***

 – передозування наркотиків.,

 – гостра серцево-судинна недостатність.,

 – загальна дистрофія.,

 – самогубство ( суїцид).,

 – бійки і кримінальні розбирання.

2.2.**Ознаки наркотичного сп’яніння людини**

- Різко звужені (іноді дуже розширені) зіниці.

- Рухи уповільнені, порушення координації.

- Уповільнена реакція у сприйнятті і відповіді на поставлені питання, важко, з паузами називає своє ім’я і прізвище, говорить не чітко , мову важко розібрати.

- Поведінка, як правило, розв’язна , «під дурника»,продиктована надмірною веселістю або, навпаки, пригніченістю.

- Неадекватна оцінка того, що відбувається.

**Токсикоманія**. Препарати побутової хімії, які часто використовуються токсикоманами ( клей, ацетон) не викликають ейфорії . Вони лише пригнічують свідомість . Відомо, що тривала дія парів токсичних речовин, може спричинити сильні галюцинації, блювання , порушення координації рухів, головний біль, втрату свідомості. Токсикоманія призводить до психічної та фізичної деградації людини.

2.3.**Щоб не стати наркоманом або токсикоманом:**

2.3.1.Якщо ви не спробували наркотики, то не пробуйте їх ніколи – цілішими будете.

2.3.2.Кожному, хто вживає наркотики, здається , що цим займаються всі. Але переважно більшість людей ставиться до наркотиків різко негативно.

2.3.3.Тримайтеся від наркотиків якомога далі і не намагайтеся самостійно допомагати знайомим наркоманам – не встигнете помітити, як самі опинитеся серед них.

2.3.4.Перш ніж придбати порцію наркотичних речовини, гарненько подумайте – а навіщо це вам треба?

2.3.5.Якщо ж ви все-таки придбали цю речовину, не полінуйтесь донести і викинути її до унітазу. Саме там її місце.

2.3.6.Ні в якому разі не погоджуйтеся передати пакетик із сумнівним вмістом навіть своєму другу. Це саме той шлях, яким ви ув’яжетеся у брудну історію.

2.3.7.Якою б принадною не видалася пропозиція спробувати наркотик – відмовтеся.

2.3.8.Якщо , спробувавши наркотик або його замінник, ви хочете повторити, не забувайте – за все треба платити, а ціна – ваше здоров’я і життя.

2.3.9.Якщо вам необхідно допомога, то ви можете звернутися до психолога школи або психолога районної клініки, в анонімні служби при поліклініках району.

 **3. Надання першої долікарської допомоги**

***Отруєння алкоголем***

*Ознаки :* стан сп’яніння , нудота, блювання, порушення координації рухів, незв’язна мова, збудження, що переходить у пригнічення, почервоніння обличчя, яке переходить у блідість, утрата свідомості, специфічний запах із рота.

*Перша допомога:* Дати понюхати нашатирний спирт, промити шлунок, давати пити воду, в яку додано 3-5 крапель нашатирного спирту, напоїти гарячою кавою.

***Наркотичне отруєння***

*Ознаки:* сонливість, запаморочення, шум у вуха, нудота, блювання, затьмарення або втрата свідомості, судоми, слабкий, сповільнений пульс.

*Перша допомога:*  промити шлунок, дати проносне, гарячі ванни чергувати з холодними обливаннями, не давати спати, стежити за диханням. При його зупинці провести штучну вентиляцію легенів, розтерти та зігріти тіло.

 ***Отруєння токсичними речовинами***

*Ознаки:* затьмарення свідомості, запаморочення, головний біль, галюцинації, нудота, блювання , порушення координації рухів, блідість шкіри, у тяжких випадках – втрата свідомості.

*Перша допомога:*  промити шлунок, дати понюхати нашатирний спирт на ваті, дати випити багато рідини.

**4.Кримінальна відповідальність**.

Особлива частина Карного кодексу України ( виписка)

**Глава X. Злочини проти цивільної безпеки, громадського порядку в здоров’я населення.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Стаття**  | **Вид злочину** | **Строк позбавлення волі ( років)** |
| 208-1 | Доведення повнолітнього до стану сп’яніння  | До 2 |
| 208-2 | Втягування неповнолітніх у немедичне вживання лікарських та інших засобів, які спричиняють одурманювання | До5 |
| 229-1 | Незаконне вироблення, виготовлення, придбання, зберігання, перевезення, пересилання або збування наркотичних засобів або психотропних речовин | 3-12 |
| 229-1, частина2 | Незаконне вироблення, виготовлення, придбання, зберігання, перевезення, пересилання або збування наркотичних засобів або психотропних речовин із залученням неповнолітніх  | 5-12 |
| 229-1, частина 3 | Незаконне вироблення, виготовлення, придбання, зберігання, перевезення, пересилання або збування наркотичних засобів або психотропних речовин організованою групою або в особливо великих розмірах | 8-15 |
| 229-2 | Розкрадання наркотичних засобів | 3-15 |
| 229-3 | Сіяння або вирощування коноплі або маку | 5-12 |
| 229-4 | Організація виготовлення, утримання, вживання вдома цих речовин. | 5-12 |

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпеки життєдіяльності вихованців. Попередження випадків**

 **виникнення пожежі**

 **1.**Пожежа – найпоширеніше та найнебезпечніше стихійне лихо. Це неконтрольований процес горіння, що тягне за собою загибель людей, знищення матеріальних цінностей.

***2. Причини виникнення пожеж:***

\* необережне поводження з вогнем і пожежонебезпечними предметами.,

\* невміле користування електрикою і несправними електроприладами.,

\* користування саморобними електропобутовими приладами.,

\* невміле поводження дітей з легкозаймистими предметами, а також дитячі ігри з вогнем.,

\* неконтрольована поведінка людей, що знаходяться в нетверезому стані.,

\* підпал.

**3.Для попередження випадків виникнення пожежі вихованцям необхідно дотримуватися слідуючих правил:**

3.1.Заборонено палити, вживати алкогольні напої, користуватися в приміщенні відкритим вогнем.,

3.2.Вибухові і легкозаймисті речовини і суміші вносити в приміщення категорично забороняється.,

3.3.При виявленні іскріння, нагрівання ізоляції електроприладів терміново вимкнути електроенергію на розподільному щиті і повідомити про це керівника.,

3.4.Заборонено користуватися електронагрівальними приладами, кип’ятильниками , електроплитками, електричними чайниками.

3.5.Забороняється використовувати електроприлади з пошкодженими вмикачами, штепсельними розетками, ламповими патронами тощо.,

3.6.Учням заборонено самостійно ремонтувати електричні розетки , вимикачі, побутові електроприлади, знімати світильники, змінювати електролампочки, застосовувати саморобні подовжувачі, які не відповідають вимогам техніки безпеки.,

3.7. Не обгортати електричні лампи підручними матеріалами ( папір, тканина);

3.8. Не виконувати прибирання приміщень і обладнання за допомогою легкозаймистих і горючих рідин;

3.9.Не використовувати бенгальські вогні, петарди, феєрверки.

3.10. Користуватися прасками дозволяється лише в спеціально відведених приміщеннях . Прасування виконувати лише прасками зі справним терморегуляторами та світловими індикаторами ввімкнення. Праски повинні встановлюватися на підставках з вогнетривких матеріалів.

**4.Якщо пожежа застала вас у кімнаті**

4.1.Вийдіть з небезпечної зони і дійте за вказівками вихователя або пожежної охорони.

4.2. Негайно повідомте про це вихователя, пожежну охорону за телефоном 101.

4.3.Якщо зупинити розповсюдження вогню своїми силами немає змоги, то вийдіть з кімнати і зачиніть двері, не замикаючи їх на замок.

4.4.Коли ви прокинулися від шуму пожежі і запаху диму, не сідайте в ліжку, а скотіться з нього на підлогу та повзіть під хмарою диму до дверей.,

4.5.Не відчиняйте дверей відразу. Обережно доторкніться до них тильною стороною долоні. Якщо двері не гарячі, то обережно відчиніть їх та швидко виходьте, а якщо гарячі – не відчиняйте : дим та полум’я не дозволять вам вийти.,

4.6.Щільно зачиніть двері, а всі щілини й отвори заткніть якою-небудь тканиною, щоб уникнути подальшого проникнення диму, повертайтесь поповзом углиб приміщення і вживайте заходів для порятунку.,

4.7.Присядьте, глибоке вдихніть повітря, розчиніть вікно, висуньтеся та кричіть :»Допоможіть, пожежа!». Якщо ви не в змозі відкрити вікно, розбийте шибку твердим предметом та приверніть увагу людей, які можуть викликати пожежну команду.,

4.8.Якщо ви вибралися через двері, зачиніть їх і поповзом пересувайтесь до виходу із приміщення ( обов’язково зачиняйте за собою всі двері).,

4.9.Якщо пожежа застала вас у висотному будинку, не біжіть вниз крізь вогнище, а користуйтеся можливістю врятуватися на даху будівлі. Використовуйте пожежні сходи – під час пожежі заборонено користуватися ліфтом.

***5.У разі виникнення пожежі ззовні вашої кімнати:***

5.1.Негайно повідомте про це вихователя, пожежну охорону за телефоном 101.

5.2.Закрийте вікна, двері і залиште кімнату, після чого вийдіть з приміщення гуртожитку.

5.3.Евакуацію з гуртожитку та школи здійснюють згідно «Плану евакуації»

5.4.Якщо залишити приміщення неможливо, то залишайтесь у своїй кімнаті, відчинивши при цьому всі вікна. Зачинені, але не на замок, двері можуть надовго захистити вас від небезпечної температури. Для того, щоб не отруїтися димом, закрийте щілини і вентиляційні отвори змоченими водою рушниками чи простирадлами

.5.5.По прибутті на місце пожежних підрозділів підійдіть до вікна і подайте знак про своє місцезнаходження.

5.6.Ні в якому разі не ховайтеся під ліжка, у шафу та інші місця.

**6. Загальні правила евакуації в разі виникнення пожежі.**

6.1.Визначити найбільш безпечні евакуаційні шляхи та виходи в безпечну зону в найкоротший час. Ніколи не можна бігти навмання і затримуватися на виході.

6.2.Не панікувати.

6.3.Щільно зачинити усі вікна й двері в приміщенні, де виникла пожежа.

6.4.Евакуюватися необхідно по не задимлених сходах і коридорах.

6.5.Пробиратися до виходу через задимлене приміщення потрібно обережно, поповзом, бо внизу менше диму. По змозі йти всім разом, орієнтуючись за стінами, органи дихання захищати мокрою тканиною, щоб уникнути отруєння чадним газом.( більшість людей гинуть на пожежі не від полум’я , а від отруєння чадним газом або продуктами горіння синтетичних матеріалів).

6.6.Двері відчиняти обережно – вогонь може вирватися назовні. По дорозі зачиняти за собою всі двері – кожні зачинені двері затримують пожежу на 15 хвилин.

6.7. Усі евакуйовані з гуртожитку вихованці перевіряються за наявними в групах поіменними списками.

6.8. Евакуйовані вихованці збираються на спортивному полі навчального закладу.

**7.Заходи щодо рятування потерпілих та гасіння пожеж у будівлях:**

7.1.Перед тим, як увійти до приміщення, що горить, накрийтеся мокрою ковдрою, будь-яким одягом чи щільною тканиною.,

7.2.Двері до задимленого приміщення відчиняйте обережно, щоб уникнути посилення пожежі від великого притоку свіжого повітря.,

7.3.У сильно задимленому приміщенні рухайтеся поповзом або пригинаючись.

7.4.Для захисту від чадного газу необхідно дихати через зволожену тканину.,

7.5.У першу чергу рятуйте дітей, інвалідів та старих людей., пам’ятайте, що маленькі діти від страху часто ховаються під ліжко, до шафи або забиваються у куток.,

7.6.Виходити із осередку пожежі необхідно в той бік , звідки віє вітер.,

7.7.Побачивши людину, на якій горить одяг, поваліть її на землю , швидко накиньте будь-яку ковдру чи покривало ( бажано зволожені) і щільно притисніть їх до тіла. При необхідності викличте медичну допомогу.,

7.8.Якщо загорівся ваш одяг, падайте на землю і перевертайтесь, щоб збити полум’я , в жодному разі не біжіть – це ще більше роздуває вогонь.,

7.9.Бензин, гас, органічні масла та розчинники, що загорілися , гасіть тільки за допомогою спеціальних видів вогнегасників, засипайте піском або землею, а якщо осередок пожежі невеликий, накрийте його зволоженою тканиною чи одягом.,

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

***8.Основні засоби гасіння пожежі:***

До первинних засобів пожежогасіння належать: вогнегасники, пожежний інвентар ( бочки з водою, пожежні відра, ящики з піском, протипожежні покривала) та пожежний інструмент (гаки, ломи, сокири тощо).В гуртожитку на кожному поверсі знаходяться вогнегасники, (в ігрових кімнатах, на східцях). Діє протипожежна сигналізація.

ПРАВИЛА КОРИСТУВАННЯ ВОГНЕГАСНИКАМИ

***Вуглекислотні:***

Газові вогнегасники призначені для гасіння рідких і твердих речовин (за винятком тих, що можуть горіти без доступу повітря), електроустановок під напругою, транспортних засобів. *Після використання газових вогнегасників у закритих приміщеннях ці приміщення слід провітрити*.

Зберігати вогнегасники слід на спеціальному кронштейні в легкодоступному місці, захищеному від прямих сонячних променів і отоплюючи приладів. Вуглекислотні вогнегасники заряджені рідкою вуглекислотою під тиском 6 МПа.

**У разі потреби вогнегасник наближають до джерела пожежі, розтруб-снігоутворювач спрямовують на об’єкт, що горить і відкривають вентиль до упору ( стискують рукоятку). Струмінь вуглекислотного газу і снігу, що виходить із розтруба, спрямовують у нижню частину полум’я, починаючи з нижнього краю. Вогнегасник при цьому тримають вертикально. Аби уникнути обмороження ,не слід торкатися розтруба-снігоутворювача незахищеними руками.**

Вогнегасна дія вуглекислоти полягає в зниженні концентрації кисню в зоні горіння та охолодженні об’єкта, що горить.

***Порошкові:***

Порошкові вогнегасники призначені для гасіння загорянь рідин, що легко спалахуються ( нафтопродукти тощо), матеріалів які тліють, лужних і лужноземельних матеріалів, електроустановок до 380 В, транспортних засобів, а також пожеж на об’єктах із великими матеріальними цінностями.

Зберігати вогнегасники слід вертикально в легкодоступному місці, захищеному від прямих сонячних променів і отоплюючи приладів.

**Під час гасіння загорань вогнегасник треба взяти за корпус біля днища, приблизити до вогню на відстань 1-2 м, і відкрити вентиль до упору ( стиснути рукоятку). Струмінь порошку спрямовують так, щоб хмара порошку повністю накрила джерело горіння.**

***9. Надання першої медичної допомоги при термічних опіках***

9.1.Ушкодження шкіри і тканин внаслідок впливу високої температури називається термічним опіком. Опіки дуже болючі і небезпечні, тому що при опіках ушкоджується один з головних органів людини – шкіра, що виконує захисну функцію.

9.2.Надання допомоги потерпілому при опіках:

9.2.1.Якщо на людині горить одяг або волосся і вона біжить – зупиніть її.,

9.2.2.Поваліть її на землю ,облийте водою.,(якщо під руками немає води, накиньте на потерпілого щільну тканину,( мокру), пальто або ковдру).

9.2.3.Як тільки вогонь згасне, зніміть одяг, який горів, щоб гаряча тканина не була довго притиснута до обгорілої шкіри.,

9.2.4.Не вкутуйте палаючу людину з головою – гази, що виділяються під час горіння можуть викликати серйозні ушкодження дихальних шляхів.,

9.2.5.Не зривайте одяг з обпаленого тіла. Акуратно розріжте ножицями і зніміть те, що знімається.,

9.2.6.На опік до приїзду «швидкої допомоги» накладіть суху стерильну пов’язку або пропрасовану тканину. Не можна промивати опікову рану, торкатися місця опіку руками, проколювати пухирі, обривати прилиплі шматки одягу, змазувати поверхню опіку будь-чим, особливо олією, або засипати порошками, оскільки це сприяє потраплянню інфекції й утруднює хірургічну обробку рани., якщо людина притомна – дайте їй знеболювальний засіб – анальгін, баралгін.

9.2.7.Якщо довго не приїжджає «швидка допомога», давайте потерпілому багато пиття. Пам’ятайте, що в разі великих опіків потерпілий у лічені години втратить до 3-4 літрів рідини і може статися зневоднення організму, судоми і подальша смерть.,

98.2.8.Перед госпіталізацією дуже важливо надати потерпілому положення , за якого шкіра обпалених ділянок буде максимально розтягнута.,

9.2.9.Забезпечте повний спокій потерпілому.

9.2.10.Усю подальшу допомогу при опіках нададуть у лікувальному закладі.

 ***10. Надання першої медичної допомоги при отруєнні чадним газом***

10.1 Винести потерпілого на свіже повітря.

10.2.Викликати лікаря.

10.3.Звільнити дихальні шляхи потерпілого від блювотних мас за допомогою пальців і рушника або носової хустки.

10.4.у разі непритомності піднести до носа потерпілого ватку, змочену нашатирним спиртом, не притуляючи до слизових оболонок носа. Стежити за тим, щоб язик потерпілого не западав у горло.

10.5.якщо дихання зупинилося або дуже різке і поверхневе, необхідно зробити штучне дихання методом «рот у рот».

10.6. У разі зупинки серця – зробити непрямий масаж серця.

10.7. Допускається змочування губ і обличчя потерпілого водою, натомість давати воду пити забороняється до приїзду лікаря. Забороняється також давати ліки і робити промивання шлунка.

**Штучне дихання.**

Найефективнішим способом штучного дихання є дихання «з легень в легені», яке проводиться «з рота в рот» або « з рота в ніс». Для цього відводять голову потерпілого максимально назад і пальцями затискають ніс (або губи). Роблять глибокий вдих, притискають свої губи до губ потерпілого і швидко роблять глибокий видих йому в рот. Вдування повторюють кілька разів з частотою 15-20 раз на хвилину.

 З гігієнічною метою рекомендується рот потерпілого прикрити шматком тонкої тканини ( бинт, косинка, носова хустка тощо).

Якщо пошкоджене обличчя і проводити штучне дихання « з легень в легені» неможливо, треба застосовувати метод стиснення і розширення грудної клітини шляхом складання і притискання рук потерпілого до грудної клітини з їх наступним розведенням у боки.

**Непрямий масаж серця.**

Непрямий масаж серця проводиться у разі його зупинення.

При цьому робиться його ритмічне стискання між грудиною та хребтом.

На нижню частину грудини кладуть внутрішньою стороною зап’ястя одну руку, на яку з силою натискують ( з частотою 1 раз на секунду ) покладеною зверху другою рукою.

Сила натискання має бути такою, щоб грудина вдавлювалася на глибину 4-5 см. Масаж серця доцільно робити паралельно з штучним диханням для чого після 2-3 штучних вдихів роблять 4-6 натискань на грудну клітину. При правильному масажі серця, під час натискання на грудину відчуватиметься легкий поштовх сонної артерії і протягом кількох секунд звузяться зіниці, а також порозовіють шкіра обличчя і губи, з’явиться самостійне дихання.

Під час надання першої допомоги треба бути готовим до раптового другого приступу. Щоб його не пропустити , потрібно стежити за зіницями, кольором шкіри і дихання, регулярно перевіряти частоту і ритмічність пульсу

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпечної поведінки вихованців в душових кімнатах, санітарних блоках та кімнатах гігієни**

 І. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

1.Одним із травмонебезпечних місць школи є кімнати гігієни, санітарні блоки та душові кімнати.

1.1. . Купання дітей здійснюють вихователі чи підмінні вихователі у відведені дні та години , згідно графіка.

1.2. Купання проводиться після попереднього запису у спеціальному журналі. Ключі від душової кімнати та кімнати гігієни може отримати лише вихователь.

1.3. Вихованцям забороняється користуватися душовими кімнатами без відому вихователя,

2. ОСНОВНІ ПРАВИЛА БЕЗПЕЧНОГО КОРИСТУВАННЯ ДУШОВИМИ КІМНАТАМИ , САНІТАРНИМИ БЛОКАМИ, КІМНАТАМИ ГІГІЄНИ.

2.1. Користуватися душовими кімнатами, кімнатами гігієни, санітарними блоками треба охайно, не допускати їх забруднення, засмічення сторонніми предметами.,

2.2. Мило, шампунь класти на спеціально обладнані полички., ні в якому разі не залишайте мило на підлозі, бо можна послизнутися і отримати травму.,

2.3. Не можна бігати, ковзатися по мокрій підлозі, штовхати один одного.

2.3.Не можна скручувати крани, мильниці, полиці, інші деталі обладнання.

2.4. Після користування душем не залишати включеною воду.,

3. КАТЕГОРИЧНО ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ:

3.1.користуватися душем, якщо він в несправному стані, або якщо відсутній належний стік води.,

3.2.самостійно намагатися ремонтувати обладнання душової кімнати.,

3.3.ремонтувати електровимикачі, електророзетки.,

3.4.вкручувати чи викручувати електролампи, братися мокрими руками за вимикачі електроструму.

**ІНСТРУКЦІЯ**

з безпечного використання учнями випалювача по дереву

**1. Загальні відомості про випалювач по дереву.**

 Випалювач – один з видів декоративного озоблення поверхні деревини. Найкращим матеріалом для випалювання є деревина і фанера. Краще всього використовувати деревину мяких порід ( липи, тополі, вільхи). Деревина не повинна мати сучків та інших дефектів на своїй поверхні.

Перед випалюванням необхідно заготовку відшліфувати наждачним папером. Потім переводять малюнок на заготовку з допомогою копіювального паперу. Або ж малюють самостійно. При випалюванні можна використовувати шаблони і трафаретки з фанери ч из щільного паперу. Їх кладуть на заготовку і обводять олівцем. Виріб при випалюванні слід встоновити під невеликми кутом над поверньою столу на відстані 30-35 ст. від очей. Щоразу під час виконання робіт випалювачем учню має бути проведений інструктаж по заходам безпеки.

**2. Загальні вимоги безпеки.**

2.1.  Дотримання даної інструкції є обов’язковою для всіх учнів навчального закладу

2.2. Учень повинен дбайливо ставитися до отриманого від вчителя випалювача по дереву. Суворо виконувати всі вказівки отримані від вчителя ( керівника гуртка)

2.3. Забороняється відволікати увагу працюючих випалювачем сторонніми речами, розмовами.

2.4. Забороняється самостійно, без дозволу вчителя вмикати в мережу живлення випалювач

2.5. Важливо, щоб поверхня виробу була гарно освітлена.

2.6. Випалювання проводиться за допомогою електровипалювача: ( на даному малюнку зображені – випалювач, металевий тримач)



2.7. Робоча частина випалювача нагрівається до високої температури з допомогою електричного струму, тому слід обережно ставитися до кабелю електропроводки. Слід остерігатися необережного пропаювання кабелю випалювачем, для цього вільну частину кабелю необхідно прибрати з робочої зони. *Забороняється використання будь-якого електричного приладу ( в тому числі випалювача) з пошкодженим кабелем.*

2.8.Заготовку слід отримати у вчителя. У випадку, якщо ви прийшли випалювати зі своєю заготовкою – вчитель має оглянути її і дозволити подальше використання.

2.9. Випалювач повинен бути або в руці, або на тримачі. Забороняється класти його на стіл без тримача.

2.10. Під час використання випалювача необхідно одягнути спецодяг з бавовни ( з довгими рукавами). При цьому рукава повинні щільно прилягати до руки, не бовтатися, але й не стісню вати рухи.

2.11. Під кожним робочим місцем повинен бути гумовий діелектичний килимок.

**3.Вимоги безпеки під час випалювання**

3.1. Випалювання проводиться лише по сухій заготовці.

3.2. Кожні 10-15 хвилин необхідно робити перерву в роботі для відпочинку очей і провітрювання приміщення. При цьому слід відключати випалювач на 2-3 хвилини.

3.3. Забороняється залишати без нагляду електричний прилад.

3.4. Всю увагу потрібно зосереджувати на виріб і випалювач

3.5. Постійно слідкуйте за чистотою на столі.

3.6. не торкайтеся частинами тіла до залізної частини приладу. Не перевіряйте ступінь його нагрівання шляхом бризкання на нього води тощо.

3.7. Нагар на робочій частині випалювача слід видаляти мілким наждачним папером лише після остаточного його охолодження під наглядом вчителя.

3.8.Під час роботи не розмахуйте розігрітим приладом.

3.9.Для того, щоб рука не втомлювалася, робіть гімнастику для рук ( попередньо відключіть випалювач від мережі живлення)

3.10. За роботу з випалювачем слід братися лише в гарному настрої та доброму самопочутті.

**4. Вимоги безпеки після випалювання**

4.1. По закінченню роботи, або уроку слід :

- вимкнути електричний випалювач з мережі живлення;

- почекати доки він вихолоне;

- весь інструмент здати на зберігання вчителю;

- упорядкувати робоче місце;

- зняти спецодяг та вимити з милом руки;

- провітрити приміщення.

**Як правильно діяти у разі пожежі**

Запам’ятайте: якщо пожежа виникла у вашому кабінеті, відлік часу йде на секунди. Ні за яких обставин не панікуйте, розгубленість і паніка – союзники вогню. Насамперед, сповістіть про це керівника гуртка ( вчителя), або будь-якого працівника навчального закладу.

**Телефон пожежної частини 101**

Повідомте про надзвичайну подію сусідів, що перебувають з вами на одному поверсі чи поверхами вище. Задійте пожежну сигналізацію шляхом натискання ручних датчиків, що знаходяться на стінах коридорів гуртожитку та школи.

Вибігаючи з класу чи зі своєї кімнати обов’язково вимкніть всі електричні прилади.

 Якщо пожежа виникла у коридорі або на сходових маршах, кличте на допомогу дорослих. У разі сильного задимлення сходових клітин, зволожуйте цупкі тканини ( ковдри) в умивальній кімнаті, переконайтеся у відсутності інших вихованців та дорослих в задимлених приміщеннях, зачиняйте міцно ( не на замок) двері, змоченою ковдрою замостіть щілини, щоб не потрапляв дим, та зачиніть кватирки. Кличте на допомогу. Озирайтеся у вікно, можливо вас шукають.

 Надаючи допомогу під час пожежі не забувайте про такі правила:

* Перед тим, як увійти до палаючого приміщення, треба накритися з головою мокрим простирадлом, пальтом, цупкою тканиною;
* Двері у задимлене приміщення слід прочиняти обережно, поволі, залишаючись під надійним захистом стіни, інакше полум’я від різкого припливу повітря розгориться ще дуче і завдасть вам опіків та травм;
* У сильно задимленому приміщенні пересуватися треба поповзом чи низько схилившись;
* Для захисту від чадного газу повітря слід вдихати крізь зволожену тканину;
* Якщо сталося займання одягу, треба лягти на підлогу (землю) та перекачуватися для збиття вогню. Ні в якому разі не можна бігти – полум’я роздмухає ще більше;
* Побачивши людину у палаючому одязі, треба накинути на неї пальто, плащ чи будь-яку цупку тканину та щільно притиснути;
* При гасінні пожежі слід використовувати вогнегасники, пожежні крани, а також воду, пісок, землю, простирадла тощо;
* Для ефективного гасіння речовини слід спрямовувати в осередок горіння, на поверхню, що горить;
* Якщо горить вертикальна поверхня, воду треба лити на її верхню частину;
* Перша допомога має бути спрямована на припинення впливу на потерпілого високої температури. Пам’ятайте, що при вертикальному положенні тіла опіків більше.

 Малі діти у разі виникнення пожежі часто від страху ховаються під ліжка, у шафах, забиваються у куток. Тому у їх пошуках варто оглянути насамперед ці місця.

Під час пожежі **небезпечно**:

* боротися з вогнем самотужки, не покликавши на допомогу пожежних та дорослих;
* намагатися залишити приміщення через задимлений довгий коридор чи сходами (продукти горіння надзвичайно токсичні, кількох хвилин перебування у зоні задимлення досить, щоб отримати смертельну дозу. До того ж можна отримати опіки легенів);
* спускатися по водостічних трубах або з вікон за допомогою простирадл та мотузок – падіння неминуче;
* стрибати з вікон : кожен другий стрибок із висоти 3-го поверху закінчився загибеллю людини;
* забувати, що перший ворог – не вогонь, а дим, який сліпить та ускладнює ( перекриває дихання);
* гасити водою легкозаймисті рідини;
* відчиняти вікна чи двері, це призводить до поширення вогню.

Гасінням пожежі, як і будь-якою іншою справою, повинні займатися фахівці. Тож варто-таки покластися на них. Не нехтуйте небезпекою, не геройствуйте марно. Намагайтеся якнайшвидше сповістити про пожежу та покинути приміщення, що горить.

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпеки життєдіяльності учнів під час тривалих святкових днів**

**(Великдень, травневі , Новорічні та інші свята)**

**1. Загальні положення.**

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

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

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

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

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

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

2.2.  Вимоги безпеки життєдіяль­ності учнів під час тривалих святко­вих днів

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

•   рухатися по тротуарах і пішохід­них доріжках, притримуючись пра­вого боку;

•    за межами населених пунктів, рухаючись узбіччям чи краєм проїж­джої частини, йти назустріч руху транспортних засобів;

•   переходити проїжджу частину тільки по пішохідних переходах, зок­рема підземних і наземних, у разі їх відсутності — на перехрестях по лі­ніях тротуарів або узбіч;

•  у місцях із регульованим рухом керуватися тільки сигналами регу­лювальника чи світлофора;

•   виходити на проїжджу частину з-за транспортних засобів упевнив­шись, що не наближаються інші транспортні засоби;

•   чекати на транспортний засіб тільки на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, узбіччях, не створюючи перешкод для дорожньо­го руху;

•  на трамвайних зупинках, не об­ладнаних посадковими майданчика­ми, можна виходити на проїжджу частину лише з боку дверей і тільки після зупинки трамвая;

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

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

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

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

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

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

•   заборонено перебувати побли­зу залізничних колій дітям без супро­воду дорослих;

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

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

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

•  користуватися газовою плитою вдома тільки із спеціалізованим електричним приладом для вмикан­ня ( вмикати сухими руками і під наглядом до­рослих);

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

• заборонено захаращувати пред­метами проходи та аварійні виходи з будівель;

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

•    вмикати електроприлади можна тільки в присутності батьків, сухими руками. У разі виявлення обірваних прово­дів, неізольованої проводки, іскрін­ня проводки, негайно повідомити дорослих; не намагатися самостійно ремонтувати електроприлади, електропроводку, електричні дроти;

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

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

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

•   при появі запаху газу в кварти­рі, приміщенні, у жодному разі не вмикати електроприлади, не корис­туватися стаціонарним чи мобільним телефоном, відчинити вікна, двері, перевірити приміщення, вимкнути газову плиту, якщо вона була ввімк­нена, й вийти з приміщення; покли­кати на допомогу дорослих, негайно повідомити в газову службу за номе­ром 104 чи 101 пожежну охорону; на­звавши своє ім'я, прізвище, коротко описати ситуацію і залишити свій номер телефону.

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

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

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

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

•  уникати вживання в їжу грибів;

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

•      пересуватися слід обережно і спокійно. Беручи участь в іграх, не створювати хаотичного руху, не штовхатися, не кричати;

• на вулиці бути обережним, дивитися під ноги, щоб не впасти в яму чи у відкритий каналізаційний люк;

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

• не підходити до щитових, не за­лазити на стовпи з високовольтни­ми проводами (можна отримати удар електрострумом від високо­вольтних живлень навіть на відстані 5 м);

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

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

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

•   не спускатися у підвали будин­ків, каналізаційні люки чи інші підземні ходи — там може бути отруйний газ;

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

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

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

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

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

•    перебувати без супроводу до­рослих на вулиці дітям до 10-ти ро­ків можна до 20 год, до 14-ти років — до 21 год, до 18-ти років — до 22 год. У осінньо-зимовий період — до настання темряви;

• Нововодолазькою селищною радою введено обмеження перебування дітей у вечірній та нічний час у місцях масового відпочинку та закладах дозвілля в осінньо-зимовий період в будні дні до 20.00, у вихідні та святкові дні – до 22.00. У весняно-літній період в будні дні до 22.00, у вихідні та святкові дні – до 23.00.

•   діти мають право не відчиняти двері будинку 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;

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

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

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

•   не чинити дій, що можуть приз­вести до правопорушень. Неповно­літніми у кримінальному праві вва­жаються особи віком до 18-ти років. За злочини, 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);

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

2.2.5. Під час тривалих вихідних учні повинні виконувати правила з запобігання

захворювань на грип, інфекційні, кишкові захворювання, педикульоз тощо:

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

•    хворому виділити окреме ліж­ко, посуд, білизну;

•    приміщення постійно провіт­рювати;

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

•    хворому виділити окреме ліж­ко, посуд, білизну;

•    приміщення постійно провіт­рювати;

•   у разі контакту із хворим одяга­ти марлеву маску;

•     хворому слід дотримуватися постільного режиму;

вживати заходів профілактики: їсти мед, малину, цибулю, часник; чітко виконувати рекомендації лі­каря;

•   постійно мити руки з милом пе­ред їжею;

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

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

•   не вживати самостійно медич­них препаратів, не рекомендованих лікарем;

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

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

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

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпеки життєдіяльності учнів у приміщенні та на території навчального закладу під час навчально-виховного процесу**

**1. *Загальні положення.***

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

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

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

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

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

2.3. Мати змінне взуття на низькому стійкому підборі. У дівчат підбори мають бути до 5 см, стійкі, з квадратною основою. Ученицям категорично заборонено носити травмонебезпечне взуття на високих підборах, підборах-шпильках для попередження падіння та травмування. Обережно пересуватися щойно помитою або намастикованою підлогою, щоб не впасти та не травмуватися.

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

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

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

2.7. З метою попередження отруєнь заборонено вживати зафарбовані напої (фанту, колу тощо), продукти швидкого харчування (чіпси, сухарики, мівіна тощо). Чітко дотримуватися санітарно-гігієнічних норм: мати засоби особистої гігієни, регулярно мити руки перед уживанням їжі, до й після відвідування туалетних кімнат.

2.8. З метою попередження удавлення дітей та ушкоджень шкільного майна, особистих речей учнів не можна вживати жувальні гумки

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

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

*2.11. Вимоги безпеки життєдіяльності учня під час проведення перерв та прогулянки впродовж навчального дня, літньої навчальної практики.*

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

2.11.1.1. Чітко визначити місце перебування класу на перерві.

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

2.11.1.3. Виконувати всі розпорядження вчителя, класного керівника, вихователя

2.11.2. Вимоги безпеки під час проведення перерв та прогулянки впродовж навчального дня.

2.11.2.1. Під час перерви перебувати біля класоводу, вчителя у якого проходив урок.

2.11.2.2. Виконувати вимоги внутрішнього розпорядку та режиму навчального закладу.

2.11.2.3. Під час організації прогулянки на вулиці слід дотримуватися правил безпеки та вимог режиму навчального закладу:

· обов’язкове змінне взуття та одяг за погодними умовами;

· під час прогулянки в разі наявності калюж заборонено перебувати біля них;

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

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

· під час прогулянки учні повинні перебувати біля класного керівника або вихователя , не розмовляти з незнайомими людьми. У разі непередбачуваної ситуації відразу звернутися до вихователя або класного керівника, у жодному разі не підходити до тварин або незнайомих людей, не вступати з ними в контакт. Особисті речі залишати при собі, не передавати нікому – ні однокласникам, ні незнайомим людям

*2.11.3. Вимоги безпеки після закінчення перерв та прогулянки впродовж навчального дня.*

2.11.3.1. Вишикуватися для остаточної перевірки наявності учнів при поверненні з перерви та прогулянки впродовж

2.11.3.2. Заборонено без дозволу вихователя або наставника класу підійматися до навчального кабінету або спальних кімнат.

2.12. Під час навчальних занять у кабінетах підвищеного рівня небезпеки (комп’ютерному класі, фізики, хімії, залі ЛФК, спортивній залі, майстернях) приступати до занять тільки після проведеного інструктажу. Не можна заходити й виходити з кабінетів без дозволу вчителя.

2.13. Під час навчальних занять чітко виконувати вказівки вчителя. Без дозволу не підходити до спортивних предметів на спортивних майданчиках. Бути обережним – рухатися повільно та спокійно, щоб не поранитися камінням, битим склом, не впасти у відкритий люк. Самостійно йти із заняття заборонено.

*2.14. Вимоги до безпеки життєдіяльності учня під час проведення масових заходів із учнями на базі навчального закладу (актовій та спортивній залах і вестибюлі), а також на території санаторного навчально-виховного комплексу(спортивному майданчику, подвір’ї).*

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

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

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

2.14.1.3. Чітко виконувати вказівки вихователя, вчителя, або классного керівника. Без його дозволу не можна заходити або виходити з приміщення, у якому відбувається захід.

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

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

2.14.2.1. Під час проведення масових заходів у навчальному закладі слід перебувати у зазначеному вихователем або вчителем місці.

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

2.14.2.3. Після закінчення масового заходу залишати своє місце й виходити із приміщення слід тільки за вказівкою вихователя або вчителя, не створювати натовп.

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

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

2.14.3.1. Звітувати вихователю або наставнику класу про свій вихід.

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

2.14.3.3. Після добирання додому, обов’язково слід зателефонувати вихователю або наставнику класу й повідомити, що все гаразд.

2.14.4. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях.

2.14.4.1. У разі виникнення аварійної ситуації під час проведення масового заходу слід негайно повідомити вихователя або наставника класу.

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

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

**3. *Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час навчально-виховного процесу в приміщенні навчального закладу та на його території в разі, якщо аварійна ситуація виходить з-під контролю дорослих.***

3.1. Якщо аварійна ситуація вийшла з-під контролю дорослих, слід не панікувати і пам’ятати, що безпека твого життя залежить від тебе. Потрібно правильно оцінити ситуацію і діяти в руслі правил та вимог даної інструкції з безпеки життєдіяльності. Намагатися залишити аварійно-небезпечне місце.

3.2. Потрібно пам’ятати номери викликів екстрених служб, у разі потреби звертатися за номерами до спеціалістів, зазначеними у п. 2.14.4.3.

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпеки життєдіяльності учнів під час осінніх канікул**

**1. *Загальні положення.***

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

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

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

2.1. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів перед початком осінніх канікул.

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

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

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

2.1.4. У разі неможливості за поважних причин або сімейних обставин узяти участь у запланованих заходах під час канікул або вчасно приступити до навчальних занять після канікул, слід завчасно попередити вихователя або класного керівника, надавши заяву чи медичну довідку, що підтверджує обґрунтованість причини.

2.2. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час осінніх канікул.

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

· рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, притримуючись правого боку;

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

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

· у місцях із регульованим рухом керуватися тільки сигналами регулювальника чи світлофора;

· виходити на проїжджу частину з-за транспортних засобів упевнившись, що не наближаються інші транспортні засоби;

· чекати на транспортний засіб тільки на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, узбіччях, не створюючи перешкод для дорожнього руху;

· на трамвайних зупинках, не обладнаних посадковими майданчиками, можна виходити на проїжджу частину лише з боку дверей і тільки після зупинки трамвая;

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

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

· рухатися по дорозі велосипедом можна тільки дітям, які досягли 16 років; мопеди й велосипеди повинні бути обладнанні звуковим сигналом та світлоповертачами: спереду – білого кольору, по боках – оранжевого, позаду – червоного; на голові у водія має бути захисний шолом; чітко дотримуватися правил дорожнього руху;

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

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

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

· перебувати поблизу залізничних колій дітям без супроводу дорослих заборонено;

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

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

· користуватися газовою плитою вдома тільки із спеціалізованим електричним приладом для вмикання під наглядом дорослих;

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

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

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

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

· під час участі в масових заходах не кричати, не свистіти, не бігати, не стрибати, не створювати травмонебезпечних ситуацій у приміщенні, дотримуватися правил пожежної безпеки;

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

· при появі запаху газу в квартирі, приміщенні у жодному разі не вмикати електроприлади, не користуватися стаціонарним чи мобільним телефоном, відчинити вікна, двері,перевірити приміщення, вимкнути газову плиту й вийти з приміщення; покликати на допомогу дорослих, негайно повідомити в газову службу за номером 104 чи 101 пожежну охорону; назвавши своє ім’я, прізвище, коротко описавши ситуацію й залишивши свій номер телефону.

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

· під час канікул заборонено перебувати біля водоймищ без супроводу дорослих для запобігання утоплення дітей;

· категорично заборонено наближатися й перебувати біля будівельних майданчиків, кар’єрів, закинутих напівзруйнованих будівель для запобігання обрушень будівельних матеріалів і попередження травм та загибелі дітей;

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

· уникати вживання в їжу грибів;

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

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

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

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

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

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

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

· не спускатися в підвали будинків, каналізаційні люки, чи інші підземні ходи – там може бути отруйний газ;

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

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

2.2.4 Учні повинні чітко виконувати правил безпеки при виявленні вибухонебезпечних предметів.

* виявлення вибухонебезпечних предметів представляють собою велику небезпеку.( особливо, якщо предмет довгий час перебував у землі або в воді)
* при виявленні вибухонебезпечних , або невідомих предметів забороняється: перекладати, перекочувати з одного місця на інше.,
* збирати і зберігати, нагрівати і бити по предмету.,
* кидати у вогнище.,
* намагатися розряджати і розбирати.,
* виготовляти різні предмети.,
* використовувати заряди для розведення вогню та освітлення.,
* приносити до приміщення, закопувати в землю, кидати в колодязь або в річку.,
* збирати і здавати в металобрухт.
* При виявленні вибухонебезпечних предметів необхідно:
* зупинити будь-які роботи в районі небезпечного місця.  Ні в якому разі не чіпайте

 підозрілий предмет.,

* терміново повідомте про знахідку дорослих, представників міліції, районного

 військкомату, органи місцевої влади.

* організуйте охорону небезпечного місця.
* не допускайте сторонніх осіб до небезпечного предмету, доки не прибули

 спеціалісти.

* зустрічаючи подібні "об’єкти", **перш ніж чіпати його, подумайте** –

 ЧИ ПОТРІБНІ ВАМ ПРОБЛЕМИ??

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

· не розмовляти й не вступати в контакт із незнайомцями, у жодному разі не передавати їм цінні речі, ключ і від дому, навіть якщо вони назвалися представниками міліції. Слід одразу кликати на допомогу й швидко йти до людей;

· не підходити до автомобілів із незнайомцями, навіть якщо вони запитують дорогу. Краще відповісти, що не знаєте, і швидко йти геть;

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

· діти мають право не відчиняти дверей дому навіть представникам правоохоронних органів. Якщо незнайомець запитує, чи скоро прийдуть батьки, слід повідомити, що скоро – вони у сусідів, тим часом зателефонувати батькам, а двері незнайомцям не відчиняти;

· триматися подалі від тих, хто влаштовує бійки, не брати участі в суперечках дорослих і не провокувати словами чи діями агресивну поведінку, що може призвести до бійки або травми; у стосунках із оточуючими слід керуватися толерантними стосунками;

· не заходити в під’їзд, ліфт із незнайомими людьми; слід одразу кликати на допомогу, якщо незнайомець провокує якісь дії щодо вас. Бути уважними, оглядатися й перевіряти, чи не слідує за вами хтось під час проходу провулків, підземних переходів між домами й тунелями. Якщо за вами хтось іде, зупинитися й відійти у сторону, щоб потенційний переслідувач пройшов повз вас;

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

· не вчиняти дії, що можуть призвести до 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 строком не більш як на 10 років; найсуворішим примусовим виховним заходом 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).

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

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

· хворому виділити окреме ліжко, посуд, білизну;

· приміщення постійно провітрювати;

· у разі контакту із хворим одягати марлеву маску;

· хворому слід дотримуватися постільного режиму;

· вживати заходів профілактики: їсти мед, малину, цибулю, часник; чітко виконувати рекомендації лікаря;

· перед їжею мити руки з милом;

· не їсти брудних овочів та фруктів, ретельно їх мити;

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

· не вживати самостійно медичних медикаментів чи препаратів, не рекомендованих лікарем;

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

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

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

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

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

101 – пожежна охорона;

102 – міліція;

103 – швидка медична допомога,

104 – газова служба,

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

3.4. За можливості слід залишити територію аварійної небезпеки.

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпеки життєдіяльності учнів під час зимових канікул**

**1. *Загальні положення.***

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

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

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

2.1. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів перед початком зимових канікул.

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

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

2.1.3. Потрібно ознайомитися з планом проведення канікул у класі, навчальному закладі, брати активну участь у запланованих заходах.

2.1.4. У разі неможливості за поважних причин або сімейними обставинами взяти участь у запланованих заходах під час канікул або вчасно приступити до навчальних занять після канікул, учні, батьки повинні завчасно попередити вихователя, класного керівника, надавши заяву чи медичну довідку, що підтверджує причину.

2.2. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час зимових канікул.

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

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

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

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

· у місцях, де рух регулюється, треба керуватися тільки сигналами регулювальника чи світлофора;

· виходити на проїжджу частину з-за транспортних засобів, упевнившись, що не наближаються інші транспортні засоби;

· чекати на транспортний засіб потрібно тільки на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, узбіччях, не створюючи перешкод для дорожнього руху;

· па трамвайних зупинках, не обладнаних посадковими майданчиками, можна виходити на проїжджу частину лише з боку дверей і тільки після зупинки трамвая;

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

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

· учням заборонено під час зимових канікул кататися на велосипедах, мопедах, роликах тощо, так як такі дії не відповідають погодним умовам та сезону;

· для запобігання ДТП за участю дітей категорично заборонено кататися на санчатах, ковзанах, лижах (інших зимових приладах для розваг) на проїжджій дорозі, катання на даних предметах діти повинні здійснювати у спеціально відведених для цього місцях і під наглядом дорослих, батьків;

· категорично заборонене катання з гірок із виїздом на проїжджу частину дороги;

· у жодному разі не можна чіплятися за задній бампер машин для того, щоб покататися по проїжджій частині дороги – ці дії визначені вищою категорією небезпеки, що може призвести до ДТП, травмування й загибелі;

· для запобігання травмування можна кататися на ковзанах тільки у відведених для цього спеціальних місцях й на міцному льоду без розщелин;

· учні повинні виконувати зазначені правила, а також інші Правила дорожнього руху України, знання про які вони отримали на уроках основ здоров’я, виховних годинах, інших навчальних спеціалізованих установах, предметних уроках;

· перебувати поблизу залізничних колій дітям без супроводу дорослих заборонено;

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

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

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

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

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

· у жодному разі не брати на вулиці чи в іншому місці незнайому чи чужу побутову техніку, не вмикати її у розетку вдома чи в інших установах – це може призвести до вибуху та надзвичайної ситуації;

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

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

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

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

· при появі запаху газу в приміщенні у жодному разі не вмикати електроприлади, не користуватися стаціонарним чи мобільним телефоном, відчинити вікна, двері, вимкнути газову плиту, якщо вона була ввімкнена, й вийти з приміщення; покликати на допомогу дорослих, негайно повідомити в газову службу за номером 104 чи пожежну охорону – 101, назвавши своє ім’я, прізвище, коротко описати ситуацію, залишити свій номер телефону;

· під час святкування Нового року вдома або інших закладах чітко дотримуватися вимог протипожежної безпеки; не приходити на свято в одязі з легкозаймистого матеріалу, не просоченого вогнезахисною сумішшю; під час святкування не наближатися до новорічної ялинки, в її сторону категорично заборонено кидати будь-які предмети; не можна прикрашати ялинку іграшками, гірляндами не фабричного, або низької якості виробництва; заборонено використовувати відкритий вогонь під час новорічних свят (факели, свічки, феєрверки, бенгальські вогні, хлопавки тощо); застосовувати дугові прожектори, влаштовувати світлові ефекти із застосуванням хімічних та інших речовин, що можуть спричинити загоряння; встановлювати стільці, крісла, різні конструкції, виконані з пластмас і легкозаймистих матеріалів, а також захаращувати предметами проходи та аварійні виходи; не можна застосовувати для оформлення приміщень декорації та обладнання, виготовлені з горючих синтетичних матеріалів, штучних тканин і волокон (пінопласту, поролону, полівінілу тощо).

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

· під час канікул заборонено наближатися й перебувати біля водоймищ без супроводу дорослих для запобігання утоплення дітей; категорично заборонено виходити на льодову поверхню замерзлого водоймища. Особі, яка провалилася під лід, необхідно подати мотузку, дошку, одяг, але не підходити до неї близько. Якщо лід крихкий, треба лягти на нього й проводити операцію рятування в той бік, із якого прийшла людина – в інших місцях лід може бути більш крихким. Не поспішаючи, слід допомогти людині вибратися з води, зняти мокрий одяг, зігріти, покликати на допомогу, відвести постраждалого у тепле приміщення, вжити заходів щодо неприпущення обмороження;

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

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

· уникати вживання в їжу грибів;

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

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

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

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

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

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

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

· не спускатися у підвали будинків , каналізаційні люки чи інші підземні ходи – там може бути отруйний газ;

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

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

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

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

· не підходити до автомобілів із незнайомцями, навіть якщо вони запитують дорогу. Краще сказати, що не знаєте, і швидко йти геть;

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

· діти мають право не відчиняти двері дому навіть представникам правоохоронних органів. Якщо незнайомець запитує, чи скоро прийдуть батьки, повідомте, що скоро – вони у сусідів. Тим часом слід зателефонувати батькам, а незнайомцям двері не відчиняти;

· слід триматися подалі від тих, хто влаштовує бійки, не брати участі в суперечках дорослих і не провокувати словами чи діями агресивної поведінки, що може призвести до бійки або травми; у стосунках із оточуючими слід керуватися толерантними стосунками;

· не заходити в під’їзд, ліфт із незнайомими людьми; одразу кликати на допомогу, якщо незнайомець провокує якісь дії щодо вас. Бути уважними, оглядатися й перевіряти, чи не слідує за вами хтось під час проходу провулків, підземних переходів між будинками й тунелями. Якщо за вами хтось іде, зупинитися й відійти у сторону, щоб потенційний переслідувач пройшов повз вас;

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

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

· батьки неповнолітніх, які не займаються вихованням своїх дітей, підлягають адміністративному штрафу в розмірах, передбачених відповідною статтею Карного кодексу України;

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

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

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

· хворому виділити окреме ліжко; посуд, білизну;

· приміщення постійно провітрювати;

· у разі контакту із хворим одягати марлеву маску;

· хворому дотримуватися постільного режиму;

· вживати заходів профілактики: їсти мед, малину, цибулю, часник; чітко виконувати рекомендації лікаря;

· перед їжею мити руки з милом;

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

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

· не вживати самостійно медичних медикаментів і препаратів, не рекомендованих лікарем;

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

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

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

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

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

101 – пожежна охорона;

102 – міліція;

103 – швидка медична допомога;

104 – газова служба,

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

3.4. У разі можливості покинути територію аварійної небезпеки.

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпеки життєдіяльності учнів під час весняних канікул**

**1. *Загальні положення.***

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

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

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

2.1. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів перед початком весняних канікул.

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

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

2.1.3. Ознайомитись із планом проведення канікул у класі, навчальному закладі, брати активну участь у запланованих заходах.

2.1.4. У разі неможливості через поважні причини або сімейні обставини взяти участь у запланованих заходах або вчасно приступити до навчальних занять після канікул, слід завчасно попередити вихователя або наставника класу, надавши заяву чи медичну довідку, що підтверджує обґрунтованість причини.

2.2. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час весняних канікул.

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

· рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, притримуючись правого боку;

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

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

· у місцях із регулюваними рухами, слід керуватися тільки сигналами регулювальника чи світлофора;

· виходити на проїжджу частину з-за транспортних засобів, упевнившись, що не наближаються інші транспортні засоби;

· чекати на транспортний засіб тільки на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, узбіччях, не створюючи перешкод для дорожнього руху;

· на трамвайних зупинках, не обладнаних посадковими майданчиками, можна виходити на проїжджу частину лише з боку дверей і тільки після зупинки трамвая;

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

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

· по проїжджій дорозі на велосипеді рухатися можна тільки дітям, які досягли 16-ти років; мопеди й велосипеди мають бути обладнанні звуковим сигналом та світлоповертачами: попереду – білого кольору, по

· боках – оранжевого, позаду – червоного; на голові у водія має бути захисний шолом; слід чітко дотримуватися правил дорожнього руху;

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

· заборонено виїжджати на проїжджу частину на інших засобах для катання (скейтборд, самокат, ролики тощо), обирати місце для катання слід на дитячих майданчиках;

· учні повинні виконувати зазначені правила, а також інші Правила дорожнього руху України, із якими вони ознайомилися на уроках основ здоров’я, виховних годинах, інших навчальних спеціалізованих установах, предметних уроках;

· дітям заборонено перебувати поблизу залізничних колій без супроводу дорослих;

· учні, користуючись транспортним засобом, повинні сидіти або стояти тільки в призначених для цього місцях, тримаючись за поручні або інші пристосування.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

· при появі запаху газу в приміщенні у жодному разі не вмикати електроприлади, не користуватися стаціонарним чи мобільним телефоном, відчинити вікна, двері, перевірити приміщення, вимкнути газову плиту, якщо вона була ввімкнена, й вийти з приміщення; покликати на допомогу дорослих, негайно повідомити в газову службу за номером 104 чи 101 пожежну охорону; назвавши своє ім’я, прізвище, коротко описавши ситуацію й залишивши свій номер телефону.

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

· під час канікул заборонено перебувати біля водойм без супроводу дорослих для запобігання утоплення дітей. Коли вода покрита шаром льоду – категорично заборонено ступати на лід для попередження провалювання під нього;

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

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

· уникати вживання в їжу грибів;

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

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

· на вулиці не варто підходити до обірваних, обвислих проводів або проводів, що стирчать, а особливо, якщо від них іде гудіння – ці проводи можуть бути ще підживлені електрострум ом;

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

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

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

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

· не спускатися в підвали будинків . каналізаційні люки чи інші підземні ходи – там може бути отруйний газ;

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

· слід застосовувати всі знання й правила, отримані на уроках основ здоров’я, виховних годинах, навчальних уроках.

2.2.4 Учні повинні чітко виконувати правил безпеки при виявленні вибухонебезпечних предметів.

* виявлення вибухонебезпечних предметів представляють собою велику небезпеку.( особливо, якщо предмет довгий час перебував у землі або в воді)
* при виявленні вибухонебезпечних , або невідомих предметів забороняється: перекладати, перекочувати з одного місця на інше.,
* збирати і зберігати, нагрівати і бити по предмету.,
* кидати у вогнище.,
* намагатися розряджати і розбирати.,
* виготовляти різні предмети.,
* використовувати заряди для розведення вогню та освітлення.,
* приносити до приміщення, закопувати в землю, кидати в колодязь або в річку.,
* збирати і здавати в металобрухт.
* При виявленні вибухонебезпечних предметів необхідно:
* зупинити будь-які роботи в районі небезпечного місця.  Ні в якому разі не чіпайте

 підозрілий предмет.,

* терміново повідомте про знахідку дорослих, представників міліції, районного

 військкомату, органи місцевої влади.

* організуйте охорону небезпечного місця.
* не допускайте сторонніх осіб до небезпечного предмету, доки не прибули

 спеціалісти.

* зустрічаючи подібні "об’єкти", **перш ніж чіпати його, подумайте** –

 ЧИ ПОТРІБНІ ВАМ ПРОБЛЕМИ??

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

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

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

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

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

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

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

· під час перебування на дискотеці, слід завчасно попередити батьків, щоб зустріли вас після закінчення заходу; керуватися загальними правилами етикету й нормами поведінки, не провокувати оточуючих на агресивну поведінку діями чи словами. У разі небезпечної ситуації потрібно звертатися до служби охорони закладу, викликати міліцію за номером 102, зателефонувати батькам;

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

· батьки неповнолітніх, які не займаються вихованням своїх дітей, підлягають адміністративному штрафу в розмірах, передбачених відповідною статтею Карного кодексу України;

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

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

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

· хворому слід виділити окреме ліжко, посуд, білизну;

· приміщення потрібно постійно провітрювати;

· у разі контакту із хворим варто одягати марлеву маску;

· хворому слід дотримуватися постільного режиму;

· потрібно вживати заходів профілактики: їсти мед, малину, цибулю, часник; чітко виконувати рекомендації лікаря;

· перед їжею треба мити з милом руки;

· не їсти брудні овочі та фрукти, ретельно їх мити й ошпарювати;

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

· заборонено самостійно вживати медикаменти, не рекомендовані лікарем;

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

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

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

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

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

101 – пожежна охорона;

102 – міліція;

103 – швидка медична допомога;

104 – газова служба,

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

3.4. У разі можливості залиште аварійно небезпечну територію.

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпеки життєдіяльності учнів під час літніх канікул**

**1. *Загальні положення.***

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

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

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

2.1. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів перед початком літніх канікул.

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

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

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

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

2.2. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час літніх канікул

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

· рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, притримуючись правого боку;

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

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

· у місцях із регульованим рухом керуватися тільки сигналами регулювальника чи світлофора;

· виходити на проїжджу частину з-за транспортних засобів упевнившися, що не наближаються інші транспортні засоби;

· чекати на транспортний засіб тільки на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, узбіччях, не створюючи перешкод для дорожнього руху;

· на трамвайних зупинках, не обладнаних посадковими майданчиками, можна виходити на проїжджу частину лише з боку дверей і тільки після зупинки транспортного засобу;

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

· категорично заборонено вибігати на проїжджу частину, влашто на ній або поблизу неї ігри, переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом, або встанов місцями;

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

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

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

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

· перебувати поблизу залізничних колій дітям без супроводу дорослих заборонено;

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

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

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

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

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

· у жодному разі не брати на вулиці чи в іншому місці незнайомі, чужі предмети, зокрема побутову техніку, не вмикати їх у розетку вдома чи в інших установах – це може призвесги 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;

· не скупчуватися біля проходів у громадських установах, біля входів та виходів, у приміщеннях вестибюлю;

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

· у разі пожежної небезпеки (наявності вогню, іскріння, диму) слід негайно вийти на повітря (за двері, балкон) та кликати на допомогу. 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, не користуватися стаціонарним чи мобільним телефоном, відчинити вікна, двері, перевірити приміщення, вимкнути газову плиту, якщо вона була ввімкнена, й вийти з приміщення; покликати на допомогу дорослих, негайно повідомити в газову службу за номером 104 чи пожежну охорону – 101; назвавши своє ім’я, прізвище, коротко описавши ситуацію й залишивши номер свого телефону.

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

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

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

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

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

· уникати вживання в їжу грибів;

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

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

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

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

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

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

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

· не спускатися у підвали будинків, каналізаційні люки чи інші підземні ходи – там може бути отруйний газ;

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

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

2.2.4 Учні повинні чітко виконувати правил безпеки при виявленні вибухонебезпечних предметів.

* виявлення вибухонебезпечних предметів представляють собою велику небезпеку.( особливо, якщо предмет довгий час перебував у землі або в воді)
* при виявленні вибухонебезпечних , або невідомих предметів забороняється: перекладати, перекочувати з одного місця на інше.,
* збирати і зберігати, нагрівати і бити по предмету.,
* кидати у вогнище.,
* намагатися розряджати і розбирати.,
* виготовляти різні предмети.,
* використовувати заряди для розведення вогню та освітлення.,
* приносити до приміщення, закопувати в землю, кидати в колодязь або в річку.,
* збирати і здавати в металобрухт.
* При виявленні вибухонебезпечних предметів необхідно:
* зупинити будь-які роботи в районі небезпечного місця.  Ні в якому разі не чіпайте

 підозрілий предмет.,

* терміново повідомте про знахідку дорослих, представників міліції, районного

 військкомату, органи місцевої влади.

* організуйте охорону небезпечного місця.
* не допускайте сторонніх осіб до небезпечного предмету, доки не прибули

 спеціалісти.

* зустрічаючи подібні "об’єкти", **перш ніж чіпати його, подумайте** –

 ЧИ ПОТРІБНІ ВАМ ПРОБЛЕМИ??

2.2.5. Учні повинні чітко виконувати правила безпечної поведінки під час грози:

* якщо гроза застала вдома, слід зачинити вікна, вимкнути з розеток електроприлади, не виходити з дому;
* якщо гроза застала надворі, потрібно намагатися сховатися в найближчому приміщенні;
* якщо під час грози ви перебуваєте на відкритому місці, слід сховатися в яру, під кущами;
* не можна ховатися від грози під високим поодиноким деревом, високовольтною лінією електропередач, у річці;
* треба відкласти на 15-20 м від себе всі металеві речі;
* обов’язково вимкнути мобільний телефон;
* якщо гроза застала в автомобілі, слід залишатися в ньому.

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

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

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

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

· діти мають право не відчиняти двері дому навіть представникам правоохоронних органів. Якщо 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 домами й тунелями. Якщо за вами хтось іде, зупинитися й відійти у сторону, щоб потенційний переслідувач пройшов повз вас;

· під час перебування на дискотеці, треба завчасно попередити батьків, щоб зустріли вас після заходу; слід керуватися загальними правилами етикету й нормами поведінки, не провокувати оточуючих на агресивну поведінку діями і словами.

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

· не вчиняти дії, що можуть призвести до правопорушень. Неповнолітніми у кримінальному праві вважаються особи віком до 18-ти років. За злочини, вчинені після настання 14-річного віку, неповнолітні підлягають кримінальній відповідальності; позбавлення волі неповнолітньому може бути призначення строком до 10-ти років; найбільш суворим примусовим заходом виховного характеру с 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).

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

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

· хворому виділити окреме ліжко, посуд, білизну;

· приміщення постійно провітрювати;

· у разі контакту із хворим одягати марлеву маску;

· хворому слід дотримуватися постільного режиму;

· вживати заходів профілактики: їсти мед, малину, цибулю, часник; чітко виконувати рекомендації лікаря;

· постійно мити руки з милом перед їжею;

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

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

· не вживати самостійно медичних препаратів, не рекомендованих лікарем;

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

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

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

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

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

101– пожежна охорона;

102 – міліція;

103 – швидка медична допомога;

104– газова служба;

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

3.4. У разі можливості слід зали територію аварійної небезпеки.

**ІНСТРУКЦІЯ**

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

**1. *Загальні положення.***

1.1. Інструкція з безпеки життєдіяльності учнів під час групових поїздок, пішохідних екскурсій, пішохідного та дорожньо-транспортного руху учнів поширюється на всіх учасників навчально-виховного процесу під час групових перевезень, навчальних екскурсій, пішохідного групового руху учнів.

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

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

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

2.1.1. Чітко визначити маршрут руху.

2.1.2. Повторити правила дорожнього руху та алгоритм руху в колоні.

2.1.3. Перевірити наявність червоних прапорців для перекриття руху автомобільного транспорту на дорозі.

2.1.4. Починати рух у колоні тільки за вказівкою вихователя або вчителя.

2.1.5. Виконувати рух тільки в тому напрямі, який зазначив вихователь або вчитель.

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

2.2.1. Розрахуватися по парах та вишикуватися в колону.

2.2.2. Рухатися тільки за вказівкою вихователя або вчителя.

2.2.3. Пересування по місту має відбуватися тільки по пішохідних тротуарах, пішохідних доріжках.

2.2.4. Під час перетину проїжджої частини дороги, слід дочекатися, поки вихователь або вчитель зупинить прапорцем рух автомобільного транспорту. Рух через дорогу можна здійснювати тільки на пішохідних переходах, зокрема підземних і наземних, за вказівкою дорослих за червоним прапорцем. Переходити дорогу перед прапорцем категорично заборонено.

2.2.5. Рух у колоні потрібно здійснювати середнім темпом, не поспішати, на відставати. Не можна виходити за зону видимості вихователя або вчителя.

2.2.6. Уразі потреби користування міським транспортом під час пішохідного руху навчальної екскурсії , поводитися в транспорті слід спокійно. Виходити та заходити в транспорт – за вказівкою дорослих. При перебуванні в транспорті сидіти або стояти в призначених для цього місцях, тримаючись за поручень.

2.2.7. Під час руху по тротуарах і пішохідних доріжках колона має рухатися, притримуючись правого боку.

2.2.8. Організована група дітей може пересуватися тільки по тротуарах і пішохідних доріжках, а коли їх немає – по узбіччю дороги у напрямку руху транспортних засобів колодною, але тільки в світлу пору доби і лише, в супроводі дорослих із сигнальними прапорцями.

2.2.9. Якщо в зоні видимості не видно переходу або перехрестя, а дорога має не більш, ніж три смуги руху для обох його напрямків, можна переходити її під прямим кутом до краю проїжджої частини в місцях, де дорогу добре видно в обидва боки і лише після того, як визначено відсутність небезпеки.

2.2.10. У місцях із регульованим рухом пішоходи повинні керуватися сигналами регулювальника або світлофора.

2.2.11. Чекати на транспортний засіб група учнів повинна на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, а якщо вони відсутні – на узбіччі, не створюючи перешкод для дорожнього руху.

2.2.12. На трамвайних зупинках, необладнаних посадковими майданчиками, пішоходам можна виходити на проїжджу частину лише з боку дверей і тільки після зупинки транспортного засобу. Вихователі., наставник класу перекриває дорожній автомобільний рух червоним прапорцем;

2.2.13. У разі наближення транспортного засобу з увімкненим проблисковим маячком червоного або синього кольору і спеціальним звуковим сигналом, усі повинні утримуватися від переходу проїжджої частини або негайно покинути її.

2.2.14. Категорично заборонено виходити на проїжджу частину без вказівки вихователя, наставника класу; раптово виходити, вибігати на поїжджу частину, зокрема й на пішохідний перехід; переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом, якщо є роздільна смуга або дорога має чотири і більше смуг для руху в обох напрямках, а також у місцях із огородженням; затримуватися та зупинятися на проїжджій частині, якщо це не пов’язано з забезпеченням безпеки дорожнього руху.

2.2.15. Перебуваючи в автомобільному транспорті, категорично заборонено під час руху відвертати увагу водія від керування транспортним засобом та заважати йому в цьому; відчиняти двері транспортного засобу, не переконавшись, що він зупинився біля тротуару, посадкового майданчика, краю проїжджої частини, на узбіччі; перешкоджати зачиненню дверей та використовувати для їзди підніжки, виступи транспортних засобів; пересуватися по салону автотранспорту під час його руху, висовуватись у вікна чи люки, викидати сміття у вікна, люки.

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

3.1. Вишикуватися для остаточної перевірки наявності учнів при по до зазначеного місця.

3.2. Заборонено без дозволу вихователя або вчителя залишати группу і йти додому.

3.3. 3.3. Рух додому здійснювати за обговореним маршрутом, дотримуючись правил дорожнього руху.

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

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

4.2. У разі скоєння ДТП на дорозі, свідком або учасником якої ви стали, потрібно:

· негайно повідомити вихователя або вчителя;

· за телефонним або мобільним зв’язком повідомити в службу екстреної допомоги, якщо цього не може зробити вихователь або вчитель (102 – міліція, 103 – швидка медична допомога);

· якщо ДТП трапилося на дорозі, слід переміститися в безпечне місце і чекати на вказівку вихователя або вчителя;

· якщо ДТП трапилося під час перебування у транспорті, потрібно залишатися на місці, не панікувати, не метушитися, а чітко виконувати вказівки дорослих.

**ІНСТРУКЦІЯ**

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

**1. *Загальні положення.***

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

2.2.3. Під час проведення масових заходів в інших установах та закладах потрібно перебувати в зазначеному вихователем або вчителем місці, пересуватися приміщенням, територією без дозволу вихователя (вчителя) заборонено.

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

2.2.5. Після завершення масового заходу залишити своє місце і вийти з приміщення тільки за вказівкою вихователя ( вчителя).

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

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

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

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

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

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

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

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

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

3.1. Повідомити вихователя ( вчителя)., якщо ви залишаєте захід.

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

3.3. Після добирання додому слід обов’язково зателефонувати вихователю ( вчителю) й повідомити, що з вами все гаразд.

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

4.1. У разі виникнення аварійної ситуації слід негайно повідомити вихователя ( вчителя).

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

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

Пам’ятайте номери телефонів:

101 – пожежна охорона;

102 – міліція;

103 – швидка медична допомога;

104 – газова служба.

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

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпеки життєдіяльності учнів під час туристично-екскурсійних,**

 **групових перевезень на автомобільному транспорті**

**1. *Загальні положення.***

1.1. Інструкція з безпеки життєдіяльності учнів під час туристично-екскурсійних, групових перевезень автомобільним транспортом поширюється на всіх учасників навчально-виховного процесу під час проведення туристично-екскурсійних, групових перевезень учнів автомобільним транспортом.

1.2. Безпечні умови перевезень учнів автомобільним та залізничним транспортом забезпечують транспортні організації, що несуть повну відповідальність за технічний стан транспорту, його експлуатацію та закріплення дисциплінованих та висококваліфікованих водіїв, які мають стаж керування транспортним засобом понад 3 роки.

1.3. Перевезення організованих груп дітей здійснюється на підставі договору разового перевезення (що укладається не пізніше ніж за 48 год до виконання перевезення) або довгострокового договору.

1.4. Перевезення організованих груп дітей виконується тільки у світлу пору доби і за сприятливих погодних умов.

1.5. Візуальна інформація на автобусі наноситься на попередньому трафареті надписом червоною фарбою «На замовлення», попереду і позаду автобуса – розпізнавальний знак «Діти».

1.6. Максимальна кількість дітей при перевезенні автобусом не повинна перевищувати кількості місць для сидіння.

1.7. У салоні автобуса повинна бути інформація, що містить позначення місць розташування аварійних виходів із зазначенням способу їх відкриття, вогнегасника, аптечки та кнопки екстреної зупинки.

1.8. Перевезення організованих груп дітей колоною з п’яти і більше автобусів узгоджується замовником з органами Державтоінспекції.

1.9 При отриманні дозволу на екскурсію відповідальний за організацію та проведення екскурсії повинен представити в обласне управління освіти такі документи:

· наказ по навчально-виховному закладу, в якому вказується термін, місце, маршрут-екскурсії, кількість дітей, у якому класі вони навчаються, супроводжуючі (з розрахунку 1 дорослий на 10 дітей, медсестра на 30 і більше дітей), визначено відповідальні за збереження життя і здоров’я дітей;

· списки дітей, завірені підписом директора і печаткою навчально-виховного закладу з відміткою про стан здоров’я кожного учня (з поміткою лікаря «за станом здоров’я всі учні групи допускаються до екскурсійної поїздки»), підписом кожної дитини про те, що вона ознайомлена з правилами поведінки і технікою безпеки під час поїздки;

· страховий поліс;

· програму маршруту з погодинним плануванням;

· договір про взаємні зобов’язання сторін навчально-виховного закладу і перевізника;

· подання навчально-виховного закладу з проханням дати дозвіл на екскурсію.

1.10. Допущені до екскурсії учні не повинні мати при собі предметів та речовин, що можуть створити небезпеку під час перевезення.

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

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

2.1. Вимоги безпеки перед початком туристично-екскурсійного групового перевезення учнів автомобільним транспортом.

2.1.1. Перед туристично-екскурсійними, груповими поїздками автомобільним транспортом чітко визначити маршрут поїздки, дату вибуття та прибуття, час посадки та висадки в автобусі, назви зазначених зупинок.

2.1.2. Повторити правила дорожнього руху та правила перебування дітей в автомобільному транспорті.

2.1.3. Чітко виконувати вимоги педагога-вихователя або вчителя, керівника екскурсійної групи.

2.1.4. Починати посадку, висадку в автомобільному транспорті тільки за вказівкою педагога-вихователя, вчителя, керівника групи. Самостійне пересування в автобусі без дозволу дорослих заборонене.

2.1.5. Перевірити наявність у водія аптечки, вогнегасника та перших засобів допомоги при створенні надзвичайної ситуації.

2.1.6. Керівник групи повинен мати із собою похідну аптечку.

2.1.7. Перевозити дітей на відкритих вантажних автомобілях заборонено.

2.1.8. Керівник групи, вихователь, вчитель повинен провести бесіду з дітьми, ознайомити їх із правилами поведінки та правилами безпеки життєдіяльності під час поїздки автобусом, із відповідним оформленням запису в «Журналі інструктажів».

2.1.9. Перед початком руху автобуса керівник групи, вихователь, вчитель повинен перевірити наявність дітей на місцях згідно зі списком.

2.1.10. Заборонено залишати ручну поклажу та власні речі без догляду. У разі виявлення пропажі речей слід негайно сповістити вихователя, вчителя чи керівника групи.

2.2. Вимоги безпеки під час проведення туристично-екскурсійних перевезень учнів автобусами.

2.2.1. Перед посадкою в автобус слід прибути на місце призначення за 15 хв і відмітити свою присутність у педагога-вихователя, вчителя чи керівника групи.

2.2.2. Якщо ви за певних причин не встигаєте на час призначення, зателефонуйте педагогу-вихователю, вчителю або керівнику групи і завчасно попередьте про своє запізнення (відсутність).

2.2.3. Попередньо визначте своє місце в автобусі і при посадці спокійно його займайте. При посадці та висадці заборонено штовхатися, стрибати на сходинках, бігти на вільні місця в салоні автобусу.

2.2.4. Якщо у вас завеликий багаж, перед посадкою в автобус його слід залишити у відведеному багажному відділенні автобусу.

2.2.5. Перед початком руху автобуса озвучте свою присутність під час переклички педагогу-вихователю або вчителю, керівнику групи.

2.2.6. Заборонено пересуватися під час руху по автобусу без дозволу педагога-вихователя або вчителя, керівника групи, виходити під час зупинки автобуса, висовуватися з вікон, викидати з них сміття та речі.

2.2.7. Якщо ви погано почуваєтеся, негайно повідомте про це педагога-вихователя або вчителя, керівника групи. У жодному разі не вживайте самостійно ніяких медичних препаратів. Усі медичні препарати повинні бути в керівника групи.

2.2.8. Підчас поїздки не можна голосно розмовляти, кричати, стрибати, бігати, вмикати радіо, музичні приймачі, мобільні телефони – це може ВІДВОЛІКАТИ водія.

2.2.9. Поводити себе під час поїздки слід чинно: не залишати після себе жодного сміття. Заборонено жувати жуйки та лускати насіння. Необхідно уникати травмонебезпечних ситуацій, не заважати іншим пасажирам.

2.2.10. Якщо під час поїздки відбулася організована зупинка, далеко від автобуса не відходити. Уважно слухати вказівки педагога-вихователя або вчителя, керівника групи. Після зупинки відмітити себе під час перевірки. Якщо ви побачили, що поряд відсутній ваш сусід за місцем, слід негайно повідомити про це педагога-вихователя або вчителя, керівника групи.

2.2.11. При використанні громадського транспорту посадки в нього здійснювати групами під керівництвом вихователя, вчителя, керівника групи через задні двері: спочатку заходять учні, а потім – керівник групи. В такому ж порядку здійснюється й висадка дітей (через передні двері.)

2.2.12. Здійснювати посадку і висадку в автобус тільки після зупинки транспортного засобу, на посадковому майданчику, а у разі його відсутності – з боку тротуару або узбіччя.

2.2.13. Проходити до і від транспортного засобу організованою групою тільки тротуарами чи пішохідними доріжками, а за їх відсутності – краєм проїжджої частини дороги і тільки у світлу пору доби.

2.2.14. Приймання їжі в дорозі організовується для всіх учнів у певний час, встановлений керівником групи за розпорядком дня. Заборонено брати в дорогу продукти, що швидко псуються (варені ковбаси, січені м’ясні страви, заправлені майонезом салати тощо).

2.2.15. Під час поїздки на автомобільному транспорті всі мають дотримуватися правил санітарно-гігієнічної, санітарно-протиепідемічної та пожежної безпеки. Всім учасникам екскурсійно-туристичної, групової поїздки на автомобільному транспорті заборонено мати при собі колючо-ріжучі, вогненебезпечні та інші предмети чи речовини, що можуть створити небезпеку під час перевезення.

2.2.16. Після приїзду на пункт призначення першими за вказівкою педагога-вихователя або вчителя, керівника групи залишають автобус ті, хто сиділи на задніх місцях. Потім виходять ті, хто сиділи на передніх місцях. Хлопці подають руку дівчатам, допомагаючи їм вийти. Не можна штовхатися чи поспішати. Також слід уважно оглянути своє місце – чи не забули ви якісь речі.

2.2.17. Після висадки потрібно вишикуватися біля автобуса. Без вказівки педагога-вихователя, вчителя, керівника групи дорогу не переходити, нікуди не відходити, зазначити свою присутність під час переклички

2.2.18. На місце призначення йти разом із педагогом-вихователем, вчителем або керівником групи, рух у колоні здійснювати чітко та організовано. При переході автодороги дочекатися, коли керівник групи або вчитель перекриють рух машин та подадуть команду.

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

3.1. Вишикуватися для остаточної перевірки наявності учнів при поверненні до зазначеного місця.

3.2. Заборонено без дозволу вихователя або керівника групи залишати групу, добираючись додому.

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

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

4.1. У разі виникнення аварійної ситуації слід негайно повідомити вихователя або вчителя, керівника групи.

4.2. У разі скоєння ДНІ на дорозі, свідком або учасником якого ви стали:

· слід негайно повідомити вихователя або вчителя, керівника групи;

· за телефонним (або мобільним зв’язком) повідомити в службу екстреної допомоги, якщо цього не може зробити вихователь , вчитель або керівник групи;

· якщо ДТП сталося на дорозі, переміститися в безпечне місце і чекати на вказівки вихователя, вчителя, керівника групи або дорослих;

· якщо ДТП сталося під час перебування у транспорті, слід залишатися на місці, не панікувати, не метушитися, а чітко виконувати вказівки дорослих.

4.3. У разі несприятливих погодних і дорожніх умов, виникнення технічних несправностей, що загрожують безпеці руху, а також при погіршенні здоров’я водіїв необхідно припинити рух і повідомити про це автопідприємство за місцем роботи водіїв. Підприємство вживає заходів щодо заміни автобуса чи водія, щоб забезпечити перевезення дітей до пункту призначення.

4.4. У разі отримання учнем травми, надати першу медичну допомогу, а при потребі – викликати швидку допомогу або самому доставити потерпілого у лікарню.

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпеки життєдіяльності учнів під час туристично-екскурсійних, групових перевезень на залізничному транспорті**

**1. *Загальні положення.***

1.1. Інструкція з безпеки життєдіяльності учнів під час туристично-екскурсійних перевезень на залізничному транспорті поширюється на всіх учасників навчально-виховного процесу під час проведення туристично-екскурсійних перевезень на залізничному транспорті.

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

**2. *Вимоги безпеки учнів під час туристично-екскурсійних перевезень залізничним транспорті.***

2.1. Вимоги безпеки перед початком туристично-екскурсійних перевезень учнів залізничним транспортом.

2.1.1. Перед туристично-екскурсійними поїздками залізничним транспортом чітко визначити маршрут поїздки, дату вибуття та прибуття, час поїздки та висадки в потязі.

2.1.2. Повторити правила дорожнього руху та правила перебування дітей на вокзалі, біля залізничної колії і в потязі.

2.1.3. Чітко виконувати вимоги вихователя ( вчителя), керівника екскурсії групи.

2.1.4. Починати посадку в вагон потягу тільки за вказівкою вихователя ( вчителя), керівника групи.

2.1.5. Самостійне пересування по платформі, вокзалу, вагону в потязі без дозволу дорослих заборонене.

2.1.6. Для проходу до поїзда або виходу до вокзалу користуватися тільки призначеними для цього пішохідними мостами, тунелями чи переходами.

2.1.7. Заборонено пошкоджувати колії, споруди та обладнання залізниці, а також вчиняти інші дії, що можуть порушити розклад чи безпеку руху на залізниці.

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

2.2.1. Перед посадкою в потяг слід прибути на місце призначання за 20 хв, відмітити свою присутність у вихователя ( вчителя), або керівника групи.

2.2.2. Якщо ви за певних причин не встигаєте на час призначення, зателефонуйте вихователю ( вчителю), або керівнику групи й завчасно повідомте про своє запізнення (відсутність).

2.2.3. Попередньо визначте своє місце в вагоні і при посадці спокійно його займайте.

2.2.4. На територїї вокзалу та в потязі всі повинні дотримуватися правил санітарно-гігієнічної, санітарно-протиепідемічної та пожежної безпеки.

2.2.5. На платформах та в приміщеннях вокзалу заборонено: смітити, пошкоджувати чи забруднювати майно залізниці, розпивати спиртні напої, курити; захаращувати зали, вестибюль вокзалу, проходити в залах чекання та платформах із власною ручною поклажею, залишати особисті речі без нагляду.

2.2.6. Заборонено підходити ближче ніж на 0,5 м до краю платформи після оголошення про подачу чи прибуття поїзда до його зупинки.

2.2.7. Перед початком руху поїзда слід визначити свою присутність під час переклички вихователю ( вчителю), або керівнику групи.

2.2.8. Заборонено пересування під час руху по вагону без дозволу вихователя ( вчителя), або керівника групи.

2.2.9. Ручна поклажа розміщується: у пасажирів, які займають нижні місця, – в скринях під сидінням; у пасажирів, які займають верхні місця, – на третіх полицях вагонів.

2.2.10. Заборонено перебувати на підніжках, перехідних майданчиках, у тамбурах потягу, заходити і виходити з вагону до зупинки поїзда; самовільно користуватися стоп-краном. У разі виникнення непередбачених аварійних обставин слід негайно повідомити вихователя ( вчителя), чи керівника групи. Заборонено використовувати стіл купе для підіймання на другу полицю.

2.2.11. Заборонено курити, застосовувати відкритий вогонь, розпивати спиртні напої; смітити в купе, коридорах вагона, викидати через вікно сміття та інші предмети; забруднювати вагон, пошкоджувати внутрішнє вагонне обладнання, постіль речі; залишати ручну поклажу та власні речі без нагляду. У разі виявлення пропажі речей слід негайно сповістити вихователя ( вчителя), чи керівника групи.

2.2.12. У разі погіршення здоров’я потрібно повідомити про це вихователя ( вчителя), чи керівника групи.

2.2.13. Під час поїздки слід поводитися чинно, голосно не розмовляти, не кричати, не стрибати, не бігати, уникати травмонебезпечних ситуацій, не заважати іншим пасажирам.

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

2.3.1. Після висадки вишикуватися біля вагону на платформі за 0,5 м від колії, без вказівки дорослих рух не починати.

2.3.2. Вишикуватися для остаточної перевірки наявності учнів при поверненні до зазначеного місця.

2.3.3. Заборонено без дозволу вихователя ( вчителя),, керівника групи залишати групу, добираючись додому.

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

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

3.1. У разі виникнення аварійної ситуації слід негайно повідомити дорослих керівників групи.

3.2. Якщо аварія сталася під час перебування в вагоні, слід залишатися на місці, не панікувати й не метушитися, а чітко виконувати вказівки дорослих.

3.3. За телефонним (мобільним) зв’язком повідомити про те, що сталося, якщо цього не можуть зробити дорослі.

**ІНСТРУКЦІЯ**

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

**1. *Загальні положення.***

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

2.2.4. Взуття має бути спортивне, з гумовою підошвою.

2.2.5. У місцях стрибків необхідно мати гімнастичні мати.

2.2.6. Не виконувати вправи на приладах без страхування.

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

2.2.8. При виконанні вправ поточним методом слідкувати за інтервалом.

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

2.2.10. Не виконувати вправи, маючи вологі долоні.

2.2.11. Після занять потрібно помити руки з милом.

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

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

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

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

2.2.16. Бути уважним до своїх особистих цінних речей (телефонів, грошей, годинників, прикрас тощо). Не залишати їх без нагляду, не передавати іншим для запобігання правопорушень.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

101 – пожежна охорона;

102 – міліція;

103 – швидка медична допомога;

104 – газова служба,

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

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

**ІНСТРУКЦІЯ**

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

**1. *Загальні положення.***

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

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

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

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

2.1.1. Визначити чітко дату, час і місце виконання трудових заходів. Якщо ви з поважних причин не встигаєте на призначений час або будете відсутні, слід завчасно повідомити вихователя класу, вчителя по телефону про своє запізнення або відсутність. Відсутність на трудовому заході має бути підкріплена заявою від батьків на ім’я директора.

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

2.1.3. До виконання трудового заходу допускаються учні, які не мають протипоказань щодо стану здоров’я. Якщо ви погано почуваєтеся, слід негайно звернутися до вихователя, вчителя й не приступати до заданих видів роботи.

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

2.1.5. У вихователя класу, вчителя має бути аптечка з набором медикаментів, перев’язувальних засобів для надання першої долікарської допомоги у разі травм або пошкоджень.

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

2.2.1. Чітко дотримуватися вимог безпеки життєдіяльності учнів під час виконання трудового заходу, бути постійно в полі зору вихователя, вчителя. Без дозволу нікуди не йти.

2.2.2. Виконувати тільки призначений вихователем або вчителем фронт робіт.

2.2.3. Приступати до виконання роботи тільки після прослуханого інструктажу, проведеного вихователем, вчителем.

2.2.4. При поганому самопочутті, потертостях, пошкодженнях, запамороченнях, болях у ділянці серця, печінки, шлунково-кишкових розладах терміново звертатися до вихователя, вчителя.

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

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

2.2.7. Для прибирання приміщень, території користуватися щіткою, совком, віником, ганчіркою. Не прибирати сміття і відходи безпосередньо руками – це може призвести до травмування. Категорично заборонено брати в руки скло, шприци, голки, каміння, медикаменти, консервні банки тощо, чим можна нанести ушкодження.

2.2.8. Переносити воду для миття меблів, підлоги у відрі, наповненому не більш ніж на три чверті об’єму.

2.2.9. При митті підлоги остерігатися скалок, цвяхів на підлозі. Вилучити їх, загорнути у пакет або папір і викинути у відро для сміття.

2.2.10. Бути обережним при прибиранні біля люків, спусків, драбин і дверей. Виконувати цю роботу тільки під наглядом вихователя, вчителя, попередньо прослухавши інструктаж.

2.2.11. Перш ніж пересувати столи, шафи та інший інвентар і меблі, перевірити і прибрати з їх поверхні предмети, що можуть упасти.

2.2.12. Категорично заборонено учням проводити роботу на висоті (мити вікна, витирати стіни, вішати штори, витирати пил на меблях).

2.2.13. Не класти ганчірки або інші предмети на обладнання, електроприлади, апарати.

2.2.14. Категорично заборонене прибирання електроприладів і світильників. Не можна торкатися відкритих і неохолоджених струмоведучих частин, а також оголених і погано ізольованих дротів. У разі виявлення неізольованої проводки, іскріння проводки, обірваних проводів, негайно повідомити про це вихователя, вчителя, адміністрацію. Під час прибирання в кабінетах, приміщеннях навчального закладу, побутові електроприлади, світильники, комп’ютери, апаратура повинні бути вимкненні від живлення електрострумом.

2.2.15. Категорично заборонено під час трудового заходу піднімати інвентар угору, перекидати його через плече, щоб запобігти травмуванню. Заборонено кидати інвентар (віники, совки, лопати тощо) для передачі іншій особі. Передавати інвентар слід обережно, із рук у руки, за ручку.

2.2.16. Працювати спокійно. Не провокувати інших словами, діями, агресивною поведінкою, що можуть призвести до бійки, правопорушень.

2.2.17. Якщо учні працюють із шкільним інвентарем, або інвентарем іншої установи, вони повинні його здати після трудового заходу вихователю, вчителю неушкодженим. У разі пошкодження інвентарю батьки учня повинні будуть придбати новий інвентар.

2.2.18. При прибиранні території навчального закладу або поза нею, під час прибирання проїжджої частини, не виходити на дорогу самостійно. Вихователь або вчитель повинен виставити на дорозі попереджувальні знаки, чергових із червоними прапорцями, а діти мати в спецодязі спеціалізовані червоно-помаранчеві жилети.

2.2.19. Категорично заборонено під час трудового заходу кидатися сміттям, ганчірками, камінням тощо – це може призвести до травмування й правопорушень.

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

2.3.1. Вишикуватися для останньої перевірки учнів для обліку після завершення трудового заходу.

2.3.2. Здати отриманий інвентар вихователю, вчителю.

2.3.3. Категорично заборонено йти додому без дозволу вихователя, вчителя.

2.3.4. Повернення додому здійснювати за попередньо оговореним маршрутом, дотримуючись правил дорожнього руху.

2.3.5. Кожному учневі після закінчення трудового заходу необхідно ретельно вимити руки та обличчя з милом.

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

3.1. У разі виникнення аварійної ситуації негайно повідомити вихователя, вчителя.

3.2. Не панікувати, не метушитися, чітко виконувати вказівки дорослих, рухаючись до аварійних виходів, місця евакуації, нікуди не йти від керівника.

3.3. Після евакуації зазначити свою присутність для обліку, не залишати місце роботи без дозволу вихователя, вчителя.

3.4. Якщо аварійна ситуація виходить з-під контролю дорослих, слід правильно оцінити ситуацію, залишаючи аварійно-небезпечне місце. Терміново зв’язатися зі службами екстреної допомоги або рідними за мобільним зв’язком:

101 – пожежна охорона;

102 – міліція;

103 – швидка медична допомога;

104 – газова служба,

вказуючи своє прізвище, ім’я, номер свого телефону та коротко описавши ситуацію, що склалася.

**ІНСТРУКЦІЯ**

**з безпеки життєдіяльності учнів під час навчальних екскурсій, походів,
туристично-краєзнавчих заходів, організованого відпочинку в лісі,
біля водоймища тощо**

**1. *Загальні положення.***

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

1.2. Всі учасники навчально-виховного процесу повинні знати правила надання першої медичної допомоги.

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

2.1. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів перед початком навчально-тематичної екскурсії, походів, туристично-краєзнавчих заходів, організованого відпочинку в лісі, біля водоймища тощо.

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

2.1.2. Якщо ви не встигаєте на призначений час виїзду чи за поважних причин не будете учасником поїздки, слід завчасно повідомити вихователя класу, керівника групи про свою відсутність, запізнення. На учня, який буде відсутній, повинна бути надана заява від батьків на ім’я директора з указаною причиною відсутності.

2.1.3. Перед навчальною екскурсією, походом, туристично-краєзнавчим заходом, організованим відпочинком, учнів слід ознайомити із загальною характеристикою об’єкта відвідування, маршрутом, правилами безпеки, яких необхідн дотримуватися під час проведення екскурсії, походу, заходу, відпочинку.

2.1.4. Вирушаючи на екскурсію, похід, туристично-краєзнавчий захід, організований відпочинок, вихователь, керівник екскурсії повинен мати при собі дорожню аптечку першої допомоги.

2.1.5. Допускаються до екскурсії, походу, туристично-краєзнавчого заходу, організованого відпочинку учні, які не мають медичних протипоказань. Під час виїзду за межі області, міста список учнів повинен бути завірений лікарем про допуск до поїздки. Якщо учні виїжджають на організований відпочинок, до списку учасників поїздки додатково додається довідка із санепідемстанції на визначення захворювання учнів інфекційними хворобами, педикульозу. Обов’язкова наявність ксерокопій карт щеплення кожного учасника.

2.1.6. Категорично заборонено учням, виїжджаючи на екскурсію, похід, туристично-краєзнавчий захід, брати з собою гострі й ріжучі предмети, що можуть призвести до травмування, а також вогненебезпечні предмети, що можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, бенгальські вогні, вогнезаймисту рідину тощо),

2.1.7. Допущені до екскурсії, походу, туристично-краєзнавчого заходу, організованого відпочинку учні повинні бути відповідно одягнені, взуття має бути зручним, без високих підборів. У весняно-літній період усі учасники повинні мати головні убори.

2.1.8. Якщо поїздка на екскурсію, похід, туристично-краєзнавчий захід буде довготривала, всі учасники повинні мати запас води (мінеральна, негазована) та запас харчових продуктів (овочі, фрукти – вимиті й ошпарені, сухе печиво, зварені на круто яйця, копчена ковбаса). Категорично заборонено вживати зафарбовані напої, варену ковбасу, молочнокислі продукти, салати з майонезом, смажене м’ясо тощо, що може призвести до отруєння.

2.1.9. Категорично заборонено учасникам екскурсії, походу, туристично-краєзнавчого заходу, організованого відпочинку брати з собою і вживати будь-які медичні препарати. За потребою, вживати ліки можна тільки з дозволу супроводжуючого медичного працівника, вихователя, керівника групи.

2.1.10. Не рекомендовано брати з собою на екскурсію, похід, туристично-краєзнавчий захід, відпочинок дорогоцінні речі: апаратуру, золоті прикраси, мобільні телефони, фотоапарати, відеокамери тощо, щоб запобігти втраті, попередити правопорушення.

2.1.11. Всі учасники екскурсії, походу, туристично-краєзнавчого заходу, організованого відпочинку повинні мати при собі засоби гігієни (мило, серветки, туалетний папір, рушник, за потребою – шампунь тощо); дотримуватися санітарно-гігієнічних норм.

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

2.2.1. Під час навчально-тематичної екскурсії, походів, туристично-краєзнавчих заходів, організованого відпочинку в лісі, прибережній зоні тощо чітко дотримуватися вимог безпеки життєдіяльності.

2.2.2. Постійно бути в полі зору вихователя, керівника групи, без дозволу не відлучатися від групи.

2.2.3. Упродовж навчально-тематичної екскурсії, походу, туристично-краєзнавчих заходів, організованого відпочинку в лісі, прибережній зоні уважно слухати матеріал, поданий екскурсоводом, тренером, керівником, щоб виконати групову, або індивідуальну форму роботи та звітувати після закінчення екскурсії, походу, туристично-краєзнавчого заходу, організованого відпочинку практично здобутим матеріалом.

2.2.4. Чітко дотримуватися вимог питного й харчового режиму. Заборонено пити воду з відкритих водойм, з-під кранів у приміщенні, з однієї пляшки; вживати в їжу чіпси, консерви, нарізки, їжу швидкого приготування (бюргери, хот-доги, чебуреки, лаваші, хачапурі тощо), варену ковбасу для запобігання отруєння.

2.2.5. Не можна знімати взуття й ходити босоніж, окрім розчищеного пляжу під час відпочинку на прибережній зоні та з дозволу вихователя, керівника групи.

2.2.6. Дотримуватися санітарно-гігієнічних норм: мити руки перед уживанням їжі, до й після відвідування туалетної кімнати для запобігання кишкових захворювань.

2.2.7. Під час навчально-тематичної екскурсії, походу, туристично-краєзнавчого заходу, організованого відпочинку поводитися пристойно, не кричати, не свистіти, не бігати, не метушитися, не штовхатися. Заборонено провокувати інших словами, жестами, діями агресивною поведінкою, що може призвести до бійки та правопорушень.

2.2.8. У разі відвідування атракціонів, дитячих, спортивних майданчиків переконатися, що прилади справні. Приступати до виконання вправ або катання на атракціоні тільки після інструктажу, проведеного вихователем, керівником групи.

2.2.9. Категорично заборонено підходити до обірваних проводів, проводки, яка іскрить, щитових, що може призвести до удару електрострумом. У разі виявлення даних фактів негайно повідомити вихователя, наставника класу.

2.2.10. Проходячи маршрут навчальної екскурсії, походу, туристично-краєзнавчого заходу, під час організованого відпочинку, бути обережним: не підходити до люків, ям, огороджень; обходити будівельні майданчики, напівзруйновані будівлі, скляні перекриття, висохлі дерева, щоб уникнути падіння, обвалу, травмування.

2.2.11. Категорично заборонено контактувати з незнайомцями, передавати їм свої речі, щоб уникнути насилля над дітьми, скоєння злочину. Слід одразу звертатися до вихователя, керівника групи.

2.2.12. Заборонено контактувати з тваринами, комахами, землеводними, щоб уникнути укусів та попередити захворювання на сказ, лишай, отруєння.

2.2.13. Під час туристично-краєзнавчих заходів, походів, відпочинку в лісі, біля водоймища не можна вживати рослини, гриби, ягоди для запобігання отруєння.

2.2.14. Під час туристично-краєзнавчих заходів розпалювати багаття слід тільки під наглядом керівника, тренера, вихователя і після проведеного з учнем інструктажу щодо розпалювання багаття та його гасіння. Категорично заборонено залишати не загашене багаття. В інших випадках розпалювати багаття заборонено, щоб уникнути пожеж та опіків учнів.

2.2.15. Під час організованого відпочинку біля водоймища чітко дотримуватися правил безпеки життєдіяльності: купатися в воді, огородженій сигнальними позначками в кількості до 8 осіб і не більш ніж 10 хв. Під час купання учнів у воді повинен бути вихователь, керівник, інструктор із плавання. Купання розпочинати тільки за командою і після прослуханого інструктажу та роз’яснювальної бесіди. Категорично заборонене неорганізоване купання і плавання, самовільні стрибки у воду і пірнання; штовхати один одного у воду, сидіння один на одному, хапання за руки й ноги, влаштовування хаотичних ігор, крик «на допомогу» тощо. Всі прагнення самостійного плавання дітьми слід виконувати в сторону берега (тобто з глибокого місця на мілке). Не зловживати сонцем. Тривале перебування під прямим сонячним промінням із непокритою головою може спричинити сонячний удар. У спеку, після виходу з води слід відпочити в затінку. Дотримуватися правил щодо попередження застудних захворювань: не заходити у воду після довгого перебування на сонці, перебувати у воді без активних рухів.

Місця для купання в річках слід вибирати вище від місця спуску викидів, ділянок, що використовуються для прання та полоскання білизни, стійбищ і водопою худоби, купання тварин.

Категорично заборонене купання у водоймах поблизу гідротехнічних споруд, запруд, шлюзів і дамб, у межах першого поясу зони санітарної охорони, джерел господарчо-життєвого водопостачання.

Глибина місця для купання при швидкості течії до 0,3 м/с не повинна перевищувати 1-2 м.

2.2.16. При поганому самопочутті, пошкодженнях, запамороченнях, болях у ділянці серця, печінки, шлунково-кишкових розладах слід негайно звернутися до вихователя, керівника, тренера, медичного працівника.

2.2.17. Під час участі учнів у походах, туристично-краєзнавчих заходах, організованого відпочинку слід виконувати вправи та завдання, приступати до виконання конкурсних випробувань тільки після прослуханого інструктажу, роз’яснювальної бесіди.

2.3. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів після навчальної екскурсії, походів, туристично-краєзнавчих заходів, організованого відпочинку в лісі біля водоймища тощо.

2.3.1. Після завершення навчальної екскурсії, походів, туристично-краєзнавчих заходів, організованого відпочинку в лісі, біля водоймища вишикуватися для остаточного обліку.

2.3.2. Звітувати вихователеві, керівнику групи про те, що ви йдете додому (за наявності батьків).

2.3.3. Після добирання додому слід у телефонному режимі повідомити вихователя, керівника групи, що з вами все гаразд.

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

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

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

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

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

101 – пожежна охорона;

102 – міліція;

103 – швидка медична допомога;

104 – газова служба,

коротко опишіть ситуацію, назвіть адресу, місце, де відбулася надзвичайна ситуація, своє прізвище, ім’я, номер свого телефону.

3.5. За змогою залиште територію аварійної небезпеки