

# *Инструктаж по технике безопасности в летний период*

## **Инструкция по правилам безопасного поведения на водоемах и реках в летний период.**

1. Входите в воду быстро, и во время купания не стойте без движения. Почувствовав озноб, быстро выходите из воды.
2. Не купайтесь сразу после приема пищи и большой физической нагрузки (игры в футбол, бег и т. д.). Перерыв между приемом пищи и купанием должен быть не менее 45–50 минут.
3. В холодную погоду, чтобы согреться, сделайте несколько легких физических упражнений.
4. Не купайтесь больше 30 минут, если вода холодная, достаточно 5–6 минут.
5. При ушных заболеваниях, не прыгайте в воду головой вниз.
6. Не оставайтесь при нырянии долго под водой.
7. Выйдя из воды, вытрите насухо и сразу оденьтесь.
8. Почувствовав усталость, сразу плывите к берегу.
9. При судорогах не теряйтесь, старайтесь держаться на воде и зовите на помощь.

## **ЗАПРЕЩАЕТСЯ**

1. Входить в воду разгоряченным (потным).
2. Заплывать за установленные знаки (ограждения участка отведенного для купания).
3. Подплывать близко к моторным лодкам, баржам.
4. Купаться при высокой волне.
5. Прыгать с вышки, если вблизи от нее находится другие пловцы.
6. Толкать товарища с вышки или с берега.

# ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД



Запрещено плавание  
в судоходных местах!



Нырять с лодки  
нельзя!



За буйки  
не заплывать!



Не ныряйте  
в незнакомом месте.

## ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ ВОДНЫМИ ОБЪЕКТАМИ ДЛЯ КУПАНИЯ



Не перегружайте  
лодку.



Не пересекайте  
курс.



Запрещается  
употребление  
спиртных напитков.



Пройдите  
техосмотр.

## ОСНОВНЫЕ ДЕЙСТВИЯ ПО ОКАЗАНИЮ ПОМОЩИ



Транспортировка  
потерпевшего  
с поддержкой  
за волосы



Транспортировка  
пострадавшего  
за разноимённую руку



Выполнение  
непрямого  
массажа сердца



Выполнение  
одновременно  
массажа сердца  
и искусственного  
дыхания

## Безопасность на улице

1. Младшие школьники должны хорошо знать свой домашний адрес, номер телефона как домашнего, так и рабочих родителей.
2. Отправляясь на прогулку, вы должны сообщить своим родителям куда идёте, обговорить конкретное время возвращения домой.
3. Гулять или играть можно только там, где разрешили родители. Избегайте слабоосвещённых и безлюдных мест.
4. Никогда не принимайте от незнакомых людей сладости, подарки, деньги, приглашение покататься на машине.
5. Крайне опасно соглашаться с незнакомыми людьми куда-либо пойти или поехать, просить их что-нибудь сделать (например, найти потерявшуюся кошку или собаку, поднести вещи, вместе поиграть или сфотографироваться).
6. Не вступайте в разговор с незнакомыми людьми. Особенно, когда они пытаются узнать, где и с кем вы живёте, где работают ваши родители и т.д.
7. Если вы увидели на улице дерущихся - не вступайте в драку. Обойдите это опасное место стороной и сообщите взрослым, чтобы они вызвали полицию.
8. Если группа людей останавливает вас с вопросами, продолжайте движение. Таким образом, вы помешаете им вас окружить и дадите понять, что не напугались.
9. Если вас схватили на улице и пытаются завести в подъезд или заталкивают в машину, или просто куда-то пытаются тащить - кричите, упирайтесь, зовите милицию, любыми способами привлекайте к себе внимание. Если это случилось в помещении - кричите «Пожар!». Обычно на этот крик откликаются все, кто вас услышал, потому что пожар несёт в себе опасность для всех.

## **ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ** **ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ ВЕЛОСИПЕДОМ**

Основными профилактическими мероприятиями по снижению велосипедного травматизма школьников являются:

- Знание и соблюдение Правил дорожного движения.
- Наличие исправного велосипеда, знание его устройства.
- Создание специальных велосипедных дорожек.
- Умение прогнозировать развитие дорожно-транспортной ситуации.
- Умение оказывать первую помощь пострадавшим.
- При покупке велосипед необходимо подобрать по росту.
- Перед выездом нужно проверить работоспособность всех узлов, особенно тормозов, подтянуть резьбовые соединения, установить средства безопасности: зеркало, фонарь, звонок, отражатели.

### **НЕЛЬЗЯ!**

- \* Эксплуатировать неисправный велосипед.
- \* Нарушать Правила дорожного движения.
- \* Перевозить пассажиров на раме или на багажнике. Дополнительный пассажир на велосипеде затрудняет маневренность, повышает вероятность травмирования. Велосипед - сугубо индивидуальное транспортное средство.
- \* Перевозить грузы, которые выступают более чем на 0,5 метра. Грузы должны быть надежно закреплены.
- \* Буксировать велосипедиста.
- \* Использовать плеер во время езды на велосипеде.
- \* Ездить в условиях ограниченной видимости без света.

Учиться ездить на велосипеде нужно в тех местах, где нет движения автотранспорта, пешеходов, других препятствий. Хорошо, когда в процессе обучения принимает участие взрослый опытный велосипедист.

### **ПОМНИТЕ!**

**Детям до 14 лет запрещается езда на велосипеде по дорогам.** Ездить можно внутри двора, на специальных площадках, по велодорожкам.

Наибольшая опасность связана с ездой на велосипеде по основным дорогам, где много транспортных средств и высока вероятность возникновения различных дорожных ситуаций, в том числе чрезвычайных.

Ехать нужно по правой стороне, на расстоянии 1 метра от края проезжей части дороги. При выезде на основную дорогу необходимо:

- снизить скорость, а при необходимости остановиться;

- пропустить пешеходов, идущих по тротуару или обочине;
- внимательно оценить дорожную ситуацию;
- уступить дорогу движущимся транспортным средствам;
- при отсутствии помех выехать на дорогу.

Безопасной дистанцией до ближайшего транспортного средства считается расстояние, равное половине скорости движения.

Скорость передвижения должна выбираться с учетом реальных условий и обеспечивать безопасность в случае возникновения ЧС. Чем выше скорость, тем вероятнее возникновение ДТП, тем тяжелее последствия.

При езде на велосипеде приходится постоянно выполнять различные маневры: обгоны, повороты, развороты, торможение.



## ПАМЯТКА о мерах пожарной безопасности в весенне-летний пожароопасный период

В связи с наступлением весенне-летнего периода, повышением температуры окружающей среды, ежегодно отмечается увеличение количества пожаров, погибших и травмированных при пожарах людей. Как правило, в этот период происходит несанкционированное сжигание сухой травы, мусора.

В целях недопущения трагедии следует обратить особое внимание на соблюдение следующих требований пожарной безопасности:



- не разводите костры вблизи зданий и сооружений, а также в лесопарковых зонах;



- не оставляйте брошенными на улице бутылки, битые стекла, которые превращаясь на солнце в линзу, концентрирует солнечные лучи до спонтанного возгорания находящейся под ней травы;
- не пользуйтесь мангалами и другими приспособлениями для приготовления пищи;
- не оставляйте промасленный или пропитанный бензином, керосином и иными горючими веществами обтирочный материал;
- не пользуйтесь пиротехническими изделиями;
- строго пресекайте шалость детей с огнем.

### **Что делать, если вы оказались в зоне пожара:**

1. Почувствовав запах дыма или обнаружив пожар, выясните, что горит, на какой площади, какова опасность распространения пожара. Если ли в зоне движения огня вы обнаружите пострадавших, то примите меры по их эвакуации в безопасное место. О случившемся сообщите в пожарную охрану по телефону 101 или 112. Оцените ситуацию, стоит ли пытаться потушить огонь самостоятельно или лучше поспешить за помощью. Это необходимо сделать даже в том случае, если пожар удалось потушить, так как возможно возобновление горения.

2. Выходите из опасной зоны быстро, перпендикулярно к направлению движения огня, используя открытые пространства. Вал низового огня лучше всего преодолевать против ветра, укрыв голову и лицо одеждой: при этом следует учесть ширину распространения низового огня и трезво оценить возможность преодоления вами этой полосы.

3. Выйдя на открытое пространство, дышите воздухом возле земли – там он менее задымлен, рот и нос прикройте ватно-марлевой повязкой или тряпкой.

4. Наиболее простые способы тушения: залить огонь водой из ближайшего водоема, засыпать песком либо нанести резкие скользящие удары по кромке огня зелеными ветками с отбрасыванием углей на выгоревшую площадь.

**ПОМНИТЕ**, что неумелое обращение с огнем приводит к человеческим жертвам и материальному ущербу. Лица, виновные в нарушении правил пожарной безопасности, в зависимости от характера нарушений и их последствий, несут административную или уголовную ответственность.

## В СЛУЧАЕ ПОЖАРА ИЛИ ПОЯВЛЕНИЯ ДЫМА НЕМЕДЛЕННО СООБЩИТЕ ПО ТЕЛЕФОНУ:

ПОЖАРНАЯ ОХРАНА – «101»,

ПОЛИЦИЯ – «102»,

СКОРАЯ ПОМОЩЬ – «103»,

С МОБИЛЬНОГО ТЕЛЕФОНА – «112»,

УКАЗАВ ТОЧНЫЙ АДРЕС.

### ЭЛЕКТРОБЕЗОПАСНОСТЬ — ВАЖНАЯ ЧАСТЬ ВАШЕЙ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ! СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ при использовании бытовыми электроприборами!

Не пользуйтесь неисправными и электронагревательными приборами! Не ставьте включенные электроприборы близко к деревянным конструкциям, занавескам и другим предметам из горючих материалов.



Не допускайте одновременного включения в электросеть нескольких мощных потребителей электроэнергии. Они могут вызвать перегрузку сети и стать причиной короткого замыкания.

### НЕ ЗАБЫВАЙТЕ! КОРОТКОЕ ЗАМЫКАНИЕ ЭЛЕКТРОПРОВОДКИ ПРИВОДИТ К ПОЖАРУ.



Вода и электропровода несовместимы! Это очень важное правило! Нельзя клеить проводку обоями, подвешивать на гвозди (они металлические!), вытягивать проводку из стен, завязывать в узлы, использовать в качестве бельевой веревки. Все это приводит к нарушению изоляции и короткому замыканию электропроводов.

**ОПАСНО** применять ветхие соединительные шнуры и удлинители, тем более с видимыми нарушениями изоляции.



**Пожар — это всегда беда.** И чтобы ее избежать, надо знать самые основные правила поведения в случае возникновения пожара.

**Помните!**

**Строгое соблюдение правил поведения в случае пожара — ЭТО АЗБУКА ВАШЕЙ БЕЗОПАСНОСТИ!**



При пожаре - трудно быть спокойным! И даже знакомое с детства наставление - **“звоните 01”** - в панике можно и забыть. Вот несколько самых простых советов, которые помогут Вам в сложной ситуации справиться с возгоранием.

**Главное правило — никогда не паниковать!**

**Надо быть собранным!**

Быть внимательным! Стараться думать и принимать правильные решения быстро!

Большинство пожаров происходит в жилых домах. Причина всегда одинакова - это нарушение правил обращения с огнем. Причиной пожара может быть и неисправность электропроводки, и брошенные на пол непогашенные спички, или оставленные без присмотра включенные электроприборы. Всем понятно - не выключенная вовремя электроплитка может так сильно нагреться, что от нее может загореться стол и случится пожар.

**ПОМНИТЕ!** Шалости со спичками и новогодними петардами тоже могут привести к пожару!

## Инструктаж – беседа с детьми и их родителями

### «Осторожно, клещи!»

Началась весна, появились первые листики на деревьях и нежная молодая травка. Но если мы собираемся поехать на природу, не стоит забывать и о том, что весенние месяцы и начало лета — это сезон активности клещей и клещевого энцефалита.

Это ни в коем случае не означает, что прогулки по весеннему лесу надо отменять — просто надо, заботясь о **здоровье**, соблюдать необходимые меры предосторожности и точно знать что делать, когда вас укусит клещ. **Клещевой энцефалит** — вещь достаточно неприятная, но далеко не все клещи являются разносчиками этой инфекции. Так что, как говорил Карлсон, «спокойствие и только спокойствие!». И, конечно, правильные действия.

Во-первых, начнем с того, как нужно одеться

### **Защита от клеща начинается с одежды**



**Во-вторых**, «героев надо знать в лицо» — давайте посмотрим, как выглядит клещ:

### Как выглядит клещ?



Вот так мило и симпатично:

**В-третьих**, когда вы находитесь в лесу (кстати, если рядом нет деревьев, то это не значит, что нет клещей), постоянно себя осматривайте и просите осмотреть вас других. Если с вами дети, то регулярно проводите их осмотр. Обратите особенное внимание на волосы, шею (в том месте, где начинаются волосы), осмотрите подмышки, спину, паховую область, ноги (чуть выше носков). Это любимые места клещей.

Теперь поговорим о средствах против клещей, хотя, если честно, я их никогда не применяю — считаю, что мое здоровье и здоровье детей дороже и травиться не стоит, а лучше чаще друг друга и самих себя осматривать. Но вы поступайте, как хотите.

### Средства против клещей

Средства, присутствующие в продаже делятся на **3 группы** в зависимости от действующего вещества:

- **Репеллентные** — отпугивают клещей.
- **Акарицидные** — убивают клещей.
- **Инсектицидно-репеллентные** — препараты комбинированного действия, то есть убивающие и отпугивающие клещей.

К первой группе относятся средства, содержащие диэтилтолуамид: «Офф! Экстрим» аэрозоль от клещей и комаров (Италия), «Дэта аэрозоль от клещей» (Россия), «Рефтамид таежный. Средство от клещей» (Россия).

Их наносят на одежду и открытые участки тела в виде круговых полос вокруг коленей, щиколоток и груди. Клещ избегает контакта с репеллентом и начинает ползти в противоположную сторону. Защитные свойства одежды сохраняются до пяти суток. Дождь, ветер, жара и пот сокращают время действия защитного средства. Не забывайте наносить препарат повторно. Преимущество отпугивающих средств в том, что их используют и для защиты от гнуса, нанося не только на одежду, но и на кожу. Более опасные для клещей препараты наносить на кожу нельзя!

**Для защиты детей допускается применение «Офф-фэмели».**

В «убойную» группу попали: «Гардекс аэрозоль экстрем» (Италия), «Гардекс-антиклещ». Это аэрозоли! Их применяют только для обработки одежды! Вещи нужно снять, чтобы средство случайно не попало на кожу. Затем, немного подсушив, можно надевать.

*Акарицидные препараты с отравляющим веществом альфаметрин оказывает нервно-паралитическое воздействие на клещей. Это проявляется через 5 минут — у насекомых наступает паралич конечностей, и они отпадают от одежды.*

Было замечено, что прежде чем губительно действовать на клещей, препараты с отравляющим веществом альфаметрин повышают активность клещей, и, хоть этот период небольшой, риск укуса в это время увеличивается, препараты с действующим веществом перметрин убивают клещей быстрее.

Что делать, если клещ уже укусил и присосался?

### **Как удалить клеща?**

При обнаружении присосавшегося клеща нужно обратиться в медицинское учреждение. Если же приходится удалять его самостоятельно, нужно не повредить его и стараться не оборвать хоботок. Вот, что говорит уважаемый Роспотребнадзор о том, как надо удалять клещей:

1. захватить клеща пинцетом или обернутыми чистой марлей пальцами как можно ближе к его ротовому аппарату и, держа строго перпендикулярно поверхности укуса, повернуть тело клеща вокруг оси, извлечь его из кожных покровов;
2. место укуса продезинфицировать любым пригодным для этих целей средством (70%-й раствор спирта, 5%-й йод, одеколон );
3. после извлечения клеща необходимо тщательно вымыть руки с мылом;
4. в случае отрыва головки или хоботка клеща (случайно или во время его удаления) на коже остается черная точка, которую необходимо обработать 5%-м раствором йода и оставить до естественной элиминации;
5. о клеща поместить в емкость с увлажненной **водой** салфеткой или просто травинкой и по возможности живым доставить в лабораторию для его идентификации и возможной инфицированности возбудителями природно-очаговых инфекций (клещевой энцефалит, клещевой иксодовый боррелиоз).

Хранение и доставка клещей с соблюдением вышеуказанных условий возможны только в течение двух суток. Управление Роспотребнадзора напоминает, что заражение клещевым энцефалитом может произойти при проникновении вируса на слизистые оболочки или в незаметные царапины. По этой причине клеща нельзя раздавливать. Лучше его осторожно сжечь.

Будьте здоровы!

## **ИНСТРУКЦИЯ ПО БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ НА ЖЕЛЕЗНЫХ ДОРОГАХ И ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОМ ТРАНСПОРТЕ**

### *1. Общие требования безопасности:*

- железная дорога является зоной повышенной опасности;
- бесцельное пребывание детей на ней и несоблюдение правил безопасного поведения нередко заканчивается трагически;
- движение по железнодорожным путям запрещено, даже при отсутствии на них подвижных составов;
- при движении вдоль железнодорожного пути не подходите ближе 5 метров к крайнему рельсу;
- на электрифицированных участках железной дороги не поднимайтесь на электрические опоры, не прикасайтесь к лежащим на земле

электропроводам, не влезайте на вагоны, цистерны и другие железнодорожные объекты в целях предотвращения контакта с проводами высокого напряжения;

- не цепляйтесь за движущийся железнодорожный состав, маневренные тепловозы и другие подвижные составы.

## *2. Требования безопасности при переходе железнодорожных путей:*

- переходите железнодорожные пути только в установленных местах, пользуйтесь при этом пешеходными мостками, тоннелями, переходами, а там где их нет - по настилам и в местах, где установлены указатели «Переход через пути»;

- перед переходом путей по пешеходному настилу необходимо убедиться в отсутствии движущегося подвижного состава. При приближении поезда, локомотива или вагонов остановитесь, пропустите их и, убедившись в отсутствии движущегося подвижного состава по соседним путям, продолжайте переход;

- при переходе через железнодорожные пути не подлезайте под вагоны и не перелезайте через автосцепки;

- подходя к железнодорожному переезду, внимательно следите за световой и звуковой сигнализацией, а также за положением шлагбаума. Переходите через пути при открытом шлагбауме, а при его отсутствии, когда нет близко идущего подвижного состава.

## *3. Требования безопасности при ожидании поезда:*

- при ожидании поезда не устраивайте на платформе подвижные игры;

- не бегите по платформе рядом с вагоном прибывающего (уходящего) поезда;

- не стойте ближе 2-х метров от края платформы во время прохождения поезда без остановки.

## *4. Требования безопасности при посадке в вагон и выходе из него:*

- подходите непосредственно к вагону только после полной остановки поезда;

- посадку в вагон и выход из него производите только со стороны перрона или посадочной платформы; будьте внимательны - не оступитесь и не попадите в промежуток между посадочной площадкой вагона и платформой.

### *5. Требования безопасности при движении поезда:*

- не открывайте на ходу поезда наружные двери тамбуров;
- не стойте на подножках в переходных площадках вагонов;
- не высовывайтесь на ходу из окон вагонов;
- не выходите из вагона при остановке поезда на перегоне.

### *6. Требования безопасности при экстренной эвакуации из вагона:*

- в случае экстренной эвакуации из вагона старайтесь сохранять спокойствие;
- берите с собой только самое необходимое;
- окажите помощь при эвакуации пассажирам с детьми, престарелым и инвалидам;
- при выходе через боковые двери и аварийные выходы будьте внимательны, чтобы не попасть под встречный поезд.

В связи с имеющимися место случаями смертельных травм обучающихся на объектах железнодорожного транспорта, а также фактами вандализма и хулиганских действий подростков в отношении объектов железнодорожного транспорта

### **Запомните:**

- При переходе железнодорожных путей **НЕОБХОДИМО ВЫКЛЮЧИТЬ НАУШНИКИ;**
- Переходить через пути нужно только по мосту или специальным настилам.
- Не подлезайте под вагоны! Нельзя перелезать через автосцепки!
- Не заскакивайте в вагон отходящего поезда.
- Не выходите из вагона до полной остановки поезда.
- Не играйте на платформах и путях!
- Не высовывайтесь из окон на ходу.
- Выходите из вагона только со стороны посадочной платформы.
- Не ходите на путях.

- На вокзале дети могут находиться только под наблюдением взрослых, маленьких детей нужно держать за руку.
- Не переходите пути перед близко идущим поездом, если расстояние до него менее 400 метров. Поезд не может остановиться сразу!
- Не подходите к рельсам ближе, чем на 5 метров.
- Не переходите пути, не убедившись в отсутствии поезда противоположного направления.

