«УТВЕРЖДАЮ»

и.о. Директор МБОУ

«Семиозерская ООШ»:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Купченко Е.А.

«\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017 г.

**ИНСТРУКЦИЯ № 23**

**по технике безопасности для учащихся**

**в период летних каникул**

**(правила поведения)**

1. Во время прогулки в период летних каникул возможны:

- падение с транспортных средств и попадание под машины;

- переломы, ушибы, вывихи и т.д.;

- завалы песком;

- ожоги при пожарах;

- утопление, попадание на воде под скутеры, моторные лодки, катера и т. п.

2. Во время прогулки по городу и другим населенным пунктам соблюдайтеследующиетребования безопасности:

- не играйте с мячом на проезжей части дороги;

- планируйте безопасный маршрут до места назначения и используйте его.

Выбирайте хорошо освещенные улицы и избегайте прохождения мимо пустынныхучастков земли, аллей и строительных площадок. Идите длинным путем, если онбезопасный;

- изучите свой район: узнайте, какие магазиныи другиеучреждения открыты до позднего времени и где находятся комната приема участкового инспектора, пост охраны и т.д.;

- не щеголяйте дорогими украшениями или одеждой, сотовыми телефонами,крепче держите сумки;

- идите навстречу движению транспорта, если нет пешеходного тротуара, так высможете видеть приближающиеся машины;

- если вы подозреваете, что кто-то преследует вас, перейдите улицу и направьтесьв ближайший хорошо освещенный район. Быстро дойдите или добегите до какого-нибудь дома или магазина, чтобы вызвать милицию. Если вы напуганы, кричите опомощи;

- никогда не путешествуйте, пользуясь попутными автомобилями, отходитедальше от остановившегося около вас транспорта;

- докладывайте родителям, с кем пошли, куда пошли и когда вернетесь, еслизадерживаетесь, то позвоните и предупредите.

3. При пользовании велосипедом, автобусом, тролейбусом, электропоездом.

3.1. При езде на велосипеде по дорогам и улице с автомобильным движениемнеобходимо соблюдать следующие правила:

- пользуйтесь велосипедом, соответствующим вашему росту;

- не перевозите предметы, мешающие управлять велосипедом;

- нельзя ездить на велосипеде вдвоем, без звонка и с неисправным тормозом;

- не выпускайте руль из рук;

- не делайте на дороге левый поворот;

- не ездите рядом с близко идущим транспортом, не цепляйтесь за него;

- не ездите по тротуарам и дорожкам бульваров, парков и садов.

3.2. При пользовании железнодорожным транспортом будьте бдительны исоблюдайте правила личной безопасности:

- находясь на путях и при переходе через железнодорожные пути, будьте особовнимательны, осмотритесь, не идут ли поезда по соседним путям;

- будьте осторожны, контактные сети находятся под напряжением 3300 В,прикосновение к проводам и деталям контактной сети и электрооборудованиюэлектропоездов является опасным для жизни и вызывает поражения электрическимтоком с тяжелыми последствиями.

**Запрещается:**

- цепляться за проходящий транспорт, ездить на подножках;

- выходить из транспорта на ходу.

3.3. При пользовании автобусом, тролейбусом:

- старайтесь пользоваться хорошо освещенными и часто используемымиостановками;

- старайтесь сидеть рядом с кабиной водителя в автобусе, троллейбусе;

- не засыпайте, будьте бдительны;

- во время ожидания стойте рядом с другими людьми;

- будьте бдительны к тем, кто выходит из троллейбуса, автобуса, вместе с вамиили подсаживает вас в транспорт, следите за своими карманами, сумку держите передсобой. Если чувствуете себя неуютно, то идите прямо к людному месту;

- в местах массового отдыха распитие спиртных напитков, выражениенецензурными словами и курение запрещено. Будьте вежливы с ровесниками ивзрослыми. Не вступайте в конфликтные ситуации;

- отправляясь в кинотеатр, на стадион, не берите с собой объемных сумок,портфелей, они могут помешать вам в толпе. Ваша одежда должна быть удобной инедорогой. Стремление уберечь дорогую одежду может пойти вразрез стребованиями безопасности;

- приходите заранее, чтобы избежать толпы при входе;

- старайтесь приобрести билеты на месте, расположенными недалеко от выходов,но не в проходах;

- во время входа в зал не приближайтесь к дверям и ограждениям, особенно налестницах – вас могут сильно прижать к ним;

- на концертах избегайте нахождения в первых рядах: здесь самое громкоезвучание, утомляющее и притупляющее реакцию, именно здесь обычно скапливаютсяпоклонники артистов, отсюда начинаются беспорядки;

- заняв место, сразу оцените возможность добраться до выхода. Подумайте,сможете ли вы сделать это в темноте;

- если в зале начались беспорядки, уйдите, не дожидаясь окончания концерта.Контроль массовых беспорядков – дело, не поддающееся прогнозу, не кричите, неконфликтуйте;

- если вы оказались в толпе, ни в коем случае не давайте сбить себя с ног, непозволяйте себе споткнуться – подняться вы уже не сможете;

- старайтесь держаться в середине людского потока, не ищите защиты у стен иограждений – вас могут сильно прижать и покалечить;

- не предпринимайте активных действий, держите руки согнутыми в локтях,оберегая грудную клетку от сдавливания, пусть толпа сама несет вас;

- если вы упали, сгруппируйтесь, защищая голову руками;

- оказавшись в свалке, выбирайтесь из нее любой ценой;

- выбравшись из здания, постарайтесь двигаться домой по обходному пути, чтобыизбежать повторной давки при входе в метро или посадке в другой транспорт.

4. О мерах предосторожности на воде.

Чтобы избежать несчастного случая, надо знать и соблюдать мерыпредосторожности на воде:

Не употреблять спиртные напитки во время купания и нежевать жвачку во время нахождения в воде.

Для купания лучше выбирать места, гдечистая вода, ровное песчаное дно, небольшая глубина, нет сильного течения иводоворотов, нет проезжающего по воде моторного транспорта.

Начинать купатьсяследует при температуре воздуха + 20 – 25С, воды + 17 – 19С.

Входить в воду надоосторожно, на неглубоком месте остановиться и окунуться с головой.

В воде можнонаходиться 10 – 15 минут. Ни в коем случае не доводить себя до озноба, это вреднодля здоровья. От переохлаждения в воде появляются опасные для жизни судороги,сводит руки и ноги. В таком случае нужно плыть на спине. Если растеряться иперестать плыть, то можно утонуть. Часто вода попадает в дыхательное горло имешает дышать. Чтобы избавиться от нее, нужно немедленно остановиться, поднятьголову как можно выше над водой и сильно откашляться. Плывя на волнах, нужновнимательно следить за тем, чтобы вдох происходил в промежутках между волнами.Плывя против волн, следует спокойно подниматься на крутую волну и скатываться снее.

Не заходить в воду при сильных волнах.Попав в сильное течение, не надо плытьпротив него, иначе можно легко выбиться из сил. Лучше плыть по течению,постепенно приближаясь к берегу.

Не ходить к водоему одному.

Сидя на берегу,закрывать голову от перегрева и солнечных ударов.

Никогда не следует подплывать кводоворотам – это самая большая опасность на воде. Купающегося затягивает набольшую глубину и с такой силой, что даже опытный пловец не всегда в состояниивыплыть. Попав в водоворот, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в водуи сделайте сильный рывок в сторону по течению, всплывайте на поверхность.

Запутавшись в водорослях, не делайте резких движений и рывков, иначе петлирастений затянутся еще туже. Лучше лечь на спину и постараться мягкими,спокойными движениями выплыть в ту сторону, откуда приплыли. Если и это непоможет, то нужно, подтянув ноги, осторожно освободиться от растений руками.Опасно подплывать к идущим пароходам, катерам, вблизи которых возникаютразличные водовороты, волны и течения.

Еще более опасно нырять в местахнеизвестной глубины, так как можно удариться головой о песок, глину, сломать себешейные позвонки, потерять сознание и погибнуть. Не менее опасно прыгать внизголовой с плотов, пристани и других плавучих сооружений. Под водой могут бытьсваи, рельсы, камни и осколки стекла. Нырять можно лишь там, где для этогоимеются достаточная глубина, прозрачная вода, ровное дно.

Важным условиембезопасности является соблюдение правил при катании на лодке. Нельзя выходить наозеро, реку на неисправной и полностью не оборудованной лодке, садиться на ееборта, пересаживаться с одного места на другое, а также переходить с одной лодки надругую, вставать во время движения. Если не умеете плавать, необходимо иметьспасательные средства. Не находиться на крутых берегах с сыпучим песком, чтобы не

быть засыпанным.

Необходимо помнить, что соблюдение мер предосторожности – главное условиебезопасности на воде.

5. При посещении леса необходимо соблюдать следующие правила:

- не ходить в лес одному;

- пользоваться компасом, не ходить в дождливую или пасмурную погоду;

- надевать резиновую обувь, брюки или спортивные штаны, заправив их в сапоги,от укусов змей и насекомых;

- надевать головной убор, закрывать шею и руки от нападения клещей;

- пробираться через кусты и заросли осторожно, плавно раздвигая ветки и плавноопуская их;

- не курить и не разжигать костры во избежание пожара и не мусорить: пустыебутылки и осколки могут привести к возникновению пожара.

Помните, что лесные пожары являются чрезвычайно опасными. Причинами ихвозгорания становятся: неосторожное обращение с огнем, нарушение правилпожарной безопасности, самовозгорание сухой растительности и торфа, а такжеразряд атмосферного электричества.

Лесные пожары воздействуют на людей своим сильным психологическимэффектом. Известно, что паника среди людей служит причиной значительного числажертв. Зная правила поведения, человек, застигнутый этим бедствием, в любойобстановке сможет не только выстоять, но и оказать помощь при спасении другихлюдей.

При лесном пожаре надо опасаться высокой температуры, задымленности, паденияподгоревших деревьев и провалов в прогоревшем грунте. Основными правиламикаждого, кто привлечен к тушению лесных пожаров, должны быть осторожность ипредусмотрительность.

6. С обучающимися, допустившими невыполнение или нарушение инструкции по

охране труда, а также со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж

по охране труда.

Заместитель директора по безопасности: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Никифорова И.Е.