

УТВЕРЖДАЮ:

Директор КГКОУ ДОД
«Хабаровская краевая детско-
юношеская
спортивно-адаптивная
школа»


В.П. Саржевский

« 03 »

2012г.



ИНСТРУКЦИЯ по охране труда

«Правила поведения учащихся на каникулах в летнее время»

1. Общие положения.

1.1. Инструктаж «Правила поведения учащихся на каникулах в летнее время» проводят тренеры-преподаватели с занимающимися один раз в год (перед каникулами).

2. Требование безопасности перед началом каникул.

2.1. Перед выходом на каникулы занимающиеся обязаны пройти инструктаж по правилам поведения в каникулярное время.

3. Общие правила поведения.

3.1. В общественных местах быть вежливым и внимательным к детям и взрослым, соблюдать нормы морали и этики.

3.2. Быть внимательным и осторожным на проезжей части дороги, соблюдать правила дорожного движения.

3.3. В общественном транспорте быть внимательным и осторожным при посадке и выходе, на остановках.

3.4. Во время игр соблюдать правила игры, быть вежливым.

3.5. Не разговаривать с посторонними (незнакомыми) людьми. Не реагировать на знаки внимания и приказы незнакомца. Никуда не ходить с посторонними.

3.6. Не играть в тёмных местах, на свалках, стройплощадках, пустырях и в заброшенных зданиях, рядом с железной дорогой и автомагистралью.

3.7. Всегда сообщать родителям, куда идёшь гулять.

3.8. Без сопровождения взрослых и разрешения родителей не ходить к водоемам (рекам, озерам, водохранилищам) и в лес, не уезжать в другой населенный пункт.

3.9. Одеваться в соответствии с погодой.

3.8. Без сопровождения взрослых и разрешения родителей не ходить к водоемам (рекам, озерам, водохранилищам) и в лес, не уезжать в другой населенный пункт.

3.9. Одеваться в соответствии с погодой.

3.10. Не дразнить и не гладить беспризорных собак и других животных.

3.11. Находясь дома, быть внимательным при обращении с острыми, режущими, колющими предметами и электронагревательными приборами; не играть со спичками, зажигалками и т.п.

4. Правила поведения на каникулах в летнее время.

4.1. Соблюдать правила п. 3 данной инструкции.

4.2. Находясь на улице, надеть головной убор во избежание солнечного удара. При повышенном температурном режиме стараться находиться в помещении или в тени, чтобы не получить тепловой удар.

4.3. При использовании скутеров, велосипедов соблюдай правила дорожного движения.

4.4. При использовании роликовых коньков, скейтов и самокатов, помни, что проезжая часть не предназначена для их использования, ты должен кататься по тротуару.

4.5. Находясь вблизи водоёмов, соблюдать правила поведения на воде. Не купаться в местах с неизвестным дном.

Входить в воду только с разрешения родителей и во время купания не стоять без движений. Не прыгать в воду головой вниз при недостаточной глубине воды, при необследованном дне водоема и при нахождении вблизи других пловцов. Не оставаться при нырянии долго под водой.

Не купаться более 30 мин., если же вода холодная, то не более 5-6 мин.

Не заплывать за установленные знаки ограждения водного бассейна (буйки), не купаться при большой волне, не подплывать близко к моторным лодкам, парходам, баржам и пр. плавательным средствам.

Почувствовав озноб, быстро выйти из воды и растереться сухим полотенцем. При судорогах не теряться, стараться держаться на воде и позвать на помощь.

4.6. Во время походов в лес обязательно надеть головной убор и одежду с длинными рукавами во избежание укусов клещей и других насекомых.

4.7. Во время похода в лес не поджигать сухую траву, не лазить по деревьям, внимательно смотреть под ноги.

5. Правила поведения в экстремальных ситуациях.

5.1 При пожаре в лесу: уходите быстро поперек ветра в направлении «из леса». Если Вы не можете определить направление «из леса», нужно влезть на высокое дерево, чтобы определить край леса.

5.2 При пожаре в здании: если выход отрезан огнём, а Вы на этаже выше второго, закройте плотно окно и дверь, промажьте хлебным мякишем

щели в двери, смочите простыню, обернитесь в мокрую простыню с головой. Дышать рекомендуется через смоченную и сложенную вчетверо марлю или майку. Так ожидайте помощи пожарных.

5.3 Если Вы потерялись в городе или заблудились в лесу и Вас ищут: оставайтесь на том месте, где Вы отстали от группы. Если в лесу, периодически (примерно через 1 мин.) громко кричите «ау» и прислушивайтесь к голосам.

5.4 Если Вы услышали вой электросирены (это сигнал «Внимание всем!») – включите радио, телевизор и прослушайте сообщение. Выполняйте рекомендации, услышанные по радио, телевидению. Если сигнал электросирены застал Вас далеко от дома выполняйте рекомендации милиционеров и взрослых.

5.5 Если Вы разбили медицинский термометр (градусник): не скрывайте этого от родителей. Пары ртути очень ядовиты и, если ртуть не собрать и место её разлива не дезактивировать, то через некоторое время люди получают серьёзное заболевание печени и почек. Ртуть нужно собрать (либо в банку с водой, либо с помощью свинцовой или медной палочки /провода, либо засыпать порошком серы, либо залить спиртовым раствором иода), а место её разлива многократно промыть треххлорным железом или 20%-ным раствором соды.

5.6 В случае возникновения чрезвычайной ситуации (если вы дома) свяжитесь по телефону 112 со службой спасения.

6. Правила поведения при возникновении негативных ситуаций во дворе, на улице, дома, в общественных местах.

6.1 Прежде чем выйти из квартиры, посмотрите в глазок и убедитесь, что на площадке около двери нет посторонних, в противном случае переждите.

6.2 Никогда не заходите в лифт с посторонними (незнакомыми), а также в подъезд или на лестничную площадку, если там стоят незнакомые люди, особенно группа людей.

6.3 Если на Вас всё же напали в лифте, постарайтесь нажать кнопку «вызов диспетчера», но не кричите, особенно в тех случаях, когда не уверены, что поблизости есть люди, способные помочь.

6.4 Проводя время во дворе, держитесь подальше от компаний подростков, которые старше Вас, находятся в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, играют в азартные игры и т.п.

6.5 Никогда не садитесь в транспорт (машину, мотоциклы и т.п.) с незнакомыми людьми.

6.6 Не выносите на улицу дорогие вещи (магнитофон и т.п.), если около дома нет старших.

6.7 Не носите с собой ценности, деньги без особой на то необходимости.

6.8 Не лазайте по подвалам, чердакам и крышам.

6.9 Гуляя на улице, старайтесь держаться поближе к своему дому, находиться в знакомой компании. Последнее условие обязательно, если Вы уходите далеко от дома, особенно в чужой район, на дискотеку, рынок, магазин, на концерт и т.п. При этом желательно, чтобы взрослые знали, где Вы находитесь.

6.10 Призыв о помощи – это не свидетельство трусости, а необходимое средство самозащиты, иногда – спасение.

6.11 Если Вы попали в западню – нападающих больше, они явно сильнее, поблизости нет никого, кто мог бы помочь, то лучше отдайте деньги или вещь, которую они требуют. Помните, что Ваша жизнь и здоровье дороже всего.

6.12 Если Вас начинают преследовать, идите (бегите) туда, где много людей, больше света (ночью) и т.п.

6.13 Никогда не играйте в азартные игры, особенно на деньги, со старшими ребятами или со взрослыми, вообще с незнакомыми людьми.