



Утверждаю:

Директор МБОУ ДО ДЮСШ

О.А.Юнаковский

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Детско-юношеская спортивная школа с.Куйбышево**

ИНСТРУКЦИИ

ПО ОХРАНЕ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Инструкции по охране жизни и здоровья обучающихся

Инструкции по технике безопасности для обучающихся

ИНСТРУКЦИЯ 1

Если ты обнаружил подозрительный (взрывоопасный) предмет

Признаками взрывоопасных предметов могут быть:

1. Бесхозная сумка, портфель, коробка, свёрток, деталь, какой-либо предмет, обнаруженный в школе, в подъезде, у дверей квартиры, под лестницей, в машине и транспорте;
2. Натянутая проволока или шнур;
3. Провода или изолирующая лента, свисающая из-под машины. Знайте, что в качестве муляжа для взрывных устройств используются обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т.п.

Во всех перечисленных случаях необходимо: не трогать, не вскрывать, не перекладывать находку; отойти на безопасное расстояние; сообщить о находке учителю, родителям, сотруднику милиции, водителю, машинисту поезда.

ИНСТРУКЦИЯ 2

при пожаре и панике

1. Не паникуй, действуй обдуманно.
2. Опасайся толпы, рвущейся к выходу. Помни, что почти везде есть запасные и аварийные выходы.
3. Не пытайся спасти свои вещи — жизнь дороже их.
4. Помни, что в специальных местах есть огнетушители и другие средства борьбы с пожаром. Учитывая подобные ситуации, научись ими пользоваться заранее.

ИНСТРУКЦИЯ 3

о мерах безопасности дома и на улице во время каникул и выходных дней

1. Отлучаться из дома только с разрешения родителей.
2. Организуя подвижные игры с товарищами, помните о возможностях своего организма и мерах безопасности других.
3. Следите за своим поведением: будьте внимательны, вежливы с другими.
4. Не участвуйте в компаниях, где могут распивать горячительные напитки, игры в карты и др.
5. Не касайтесь незнакомых предметов, не трогайте взрывоопасные предметы.
6. Соблюдайте технику безопасности при выполнении поручений по дому.
7. Соблюдайте правила общежития: поздно не включайте громко музыку, не езьте на транспортных средствах без глушителя, не кричите громко.

ИНСТРУКЦИЯ 4

о безопасности на льду

1. Никогда не ходи по льду в одиночку.
2. Обходи участки, покрытые толстым слоем снега, под снегом лед тоньше, непрочен он и у зарослей камыша.
3. Особенно осторожно надо спускаться на лед с берега - здесь лед часто бывает более тонким.
4. Не проверяй прочность льда ударом ноги - можно сразу провалиться.
5. Наиболее прочный лед имеет синеватый или зеленоватый оттенки, а матово- белый или желтоватый лед - ненадежен.

6. Особенно опасен лед во время оттепели.

7. При переходе замерзших водоемов на лыжах предварительно расстегни крепления, высвободи кисти рук из петель лыжных палок, сними с одного плеча лямку рюкзака - это обеспечит свободу движений в случае неожиданного провала под лед.

ИНСТРУКЦИЯ 5

о безопасности при общении с животными

1. Не показывай, что ты боишься собаки.

2. Ни в коем случае не убегай от собаки. Она может принять тебя за дичь и поохотиться.

3. Помни, что помахивание хвостом не всегда говорит о дружелюбном настроении собаки.

4. Если тебе хочется погладить собаку - спроси разрешения у хозяина. Гладь ее осторожно, не делая резких движений.

5. Не корми чужих собак и не трогай их во время еды или сна.

6. Не подходи к собаке, сидящей на привязи.

7. Не приближайся к большим собакам охранных пород. Их часто учат бросаться на людей, подошедших близко.

8. Не трогай щенков и не пытайся отобрать предмет, с которым собака играет.

9. После того как ты погладил собаку или кошку, обязательно вымой руки с мылом.

10. Не подходи близко к чужим корове или быку. Встретив на пути стадо коров, обойди его.

12. Будь осторожен с телятами. У них чешутся рожки, и они могут нанести ими серьезную травму.

ИНСТРУКЦИЯ 6

о мерах безопасности при передвижении на транспорте

1. Запрещается перемещаться на необорудованном транспорте для перевозки людей.
2. При перемещении всем классом запрещается пользоваться личными передвижными средствами (велосипед, мотоцикл и др.).
3. При переезде в транспорте будьте спокойны, внимательны, строго соблюдайте дисциплину.
4. Беспрекословно выполняйте замечания старшего.
5. Не спешите сходить, не создавайте толкучки.
6. Одевайтесь соответственно времени года, следите за своими вещами, за рядом сидящим товарищем.
7. Не отлучайся без разрешения старших.

ИНСТРУКЦИЯ 7

по соблюдению правил пожарной безопасности при проведении новогодних ёлок

1. Елку на устойчивом основании устанавливают в середине помещения. Проходы вокруг елки должны быть шириной не менее одного метра.
2. Устанавливать елку необходимо подальше от походов и выходов, чтобы она не препятствовала выходу детей из помещения в случае необходимости немедленной эвакуации.
3. Категорически запрещается применять вату, не пропитанную огнезащитным составом, а также вешать на елку легковоспламеняющиеся игрушки и свечи.
4. Освещение елки должно быть электрическим, а оборудование его следует поручать только опытным электромантерам. Электролампочки устанавливать низковольтные - не выше 12 вольт. Использование для иллюминации звонкового, телефонного или голых проводов запрещается.

5. Все выходы, проходы, коридоры, лестницы должны быть свободны. У выходов из помещения устанавливать дежурство ответственных лиц.

6. Помещение, в котором проводится новогодняя елка, должно быть обеспечено средствами пожаротушения (не менее 2 огнетушителей или ведер с водой и покрывало из шерстяной ткани).

7. Ответственность за пожарную безопасность при проведении елки возлагается на руководителя учреждения

8. У телефона должна быть вывешена табличка с номером телефона ближайшей пожарной части.

ИНСТРУКЦИЯ 8

о мерах предосторожности во время весеннего паводка

1. Будьте осторожны во время весеннего паводка и ледохода.

2. Выходить на весенний лед нельзя ни в коем случае.

3. Нельзя становиться близко к обрывистым берегам.

4. Не сходите на плотины и запруды. Они могут быть неожиданно сорваны напором льда или размывы сильным течением воды.

5. Нельзя кататься на плывущих льдинах, прыгать с одной на другую - это опасно для жизни.

6. В случае пролома льда ногами, не надо терять самообладания. Следует широко расставить руки, осторожно приподнять на поверхность льда ногу, затем другую и откатиться или отползти в безопасное место.

7. При оказании помощи терпящему бедствие необходимо приблизиться к пострадавшему только лежа и на расстоянии 3-4 метров, подать спасательный предмет (например, доску, шест, веревку, ремень, шарф). При отсутствии подручных средств несколько человек могут лечь на лед один за другим, и, придерживая впереди лежащих за ноги, цепочкой подползти к пострадавшему.

ИНСТРУКЦИЯ

о безопасности на воде

1. Не стой и не играй в тех местах, откуда можно свалиться в воду.
2. Не заходи на глубокое место, если не умеешь плавать или плаваешь плохо.
3. Ни в коем случае не ныряй в незнакомых местах. Неизвестно, что там может оказаться на дне.
4. Никогда не играй в игры с удержанием «противника» под водой - он может захлебнуться.
5. Не пытайся плавать на самодельных плотках или других плавательных средствах. Они могут не выдержать твоего веса или перевернуться.
6. Раскачивание лодки, хождение по ней или перегибание через борт очень опасны, так как лодка от этого может перевернуться.
7. Не отплывай далеко от берега и не переплывай водоем на спор.
8. Если в воде у тебя начало сводить ногу - не паникуй, постарайся посильней потянуть рукой на себя за большой палец ступню сведенной ноги.
9. Увидев тонущего человека - зови на помощь взрослых, не стесняйся громко кричать, привлекая внимание окружающих. Осмотрись – нет ли под рукой спасательных средств. Или может стать все, что плавает на воде и что ты сможешь добросить до тонущего. Если это возможно, попробуй дотянуться до тонущего рукой, толстой веревкой.

ИНСТРУКЦИЯ 10 для пешехода

1. Наиболее опасные на дороге перекрестки, скоростные участки движения, зоны ограниченной видимости, гололед.
- 2 Не переходи улицу на красный свет, даже если не видно машин. Переходи дорогу, предварительно посмотрев в обе стороны - сначала налево, потом направо.

4. Не выбегай на дорогу из-за препятствия.
5. На остановке, переходя дорогу, автобус и троллейбус обходи сзади, а трамвай впереди.
6. Ходи только по тротуару, если же тротуара не и тебе приходится идти по обочине дороги, выбирай ту ее сторону, по которой машины идут тебе НАВСТРЕЧУ.

ИНСТРУКЦИЯ 11

для учителей и обучающихся по проведению пешеходных экскурсий

1. Учитель строит детей у школы и проверяет их по списку, распределяет сопровождающих взрослых, дает сигнал
2. Учащиеся внимательно слушают учителя.
3. Учащиеся при движении не должны нарушать построения группы: не перебегать, не обгонять товарищей, не кричать, не толкаться.
4. При переходе улицы соблюдать правила дорожного движения.
5. Дети не должны брать с собой токсические и легковоспламеняющиеся вещества и предметы.
6. Группа должна идти по пешеходным дорожкам, по обочине дороги, не выходя на проезжую часть.
7. Учитель не должен разрешать учащимся выходить из строя с целью что-нибудь посмотреть или что-нибудь купить.
8. На конечном пункте пути проверить всех по списку, еще раз напомнить детям, как себя (если пришли в лес) вести.
9. При возвращении с экскурсии соблюдать те же правила: построить детей, проверить по списку, оставить чистым место привала.
10. Группа возвращается в полном составе к школе, запрещается отпускать кого-либо по дороге.

ИНСТРУКЦИЯ 12

о личной безопасности на улице

1. Никогда не ходи гулять без спросу. Родители всегда должны знать, где ты находишься.
2. Не играй на улице поздно. Происшествия чаще всего совершаются в темное время.
3. Не соглашайся идти с незнакомыми ребятами или взрослыми в чужой дом, двор, на пустырь...
4. Никогда не заговаривай на улице с незнакомыми людьми. Также никогда не разговаривай с пьяными. Не садись с ними в машину.
5. Не принимай от незнакомых людей угощения.
6. Если ты увидишь на улице какой-нибудь предмет: коробку, сумку, сверток не трогай его.
7. Если на улице кто-то идет или бежит за тобой, а до дома далеко, беги в ближайшее людное место.
8. Никогда не хвастай тем, что у твоих родителей много денег.
9. Не приглашай домой незнакомых ребят.
10. Не задерживайся по дороге из школы домой.

ИНСТРУКЦИЯ 13

по мерам безопасности во время гололеда

1. Без необходимости не выходи на улицу.
2. Ступать надо на всю подошву.
3. Не торопитесь: шаги должны быть короткими.
4. Ноги слегка расслабьте в коленях.
5. Руки должны быть свободными. Не держите их в карманах.
6. Если падение неизбежно, присядьте и сгруппируйтесь.

ИНСТРУКЦИЯ 14

по противопожарной безопасности

1. Не балуйся со спичками и зажигалками.
2. Уходя из комнаты или из дома, не забывай выключать электроприборы.
3. Не суши белье над плитой.
4. Ни в коем случае не зажигай фейерверки, свечи или бенгальские огни без взрослых.
5. Без взрослых не подходи к печке и не открывай печную дверцу.
ГЛАВНЫЙ СПОСОБ ЗАЩИТЫ ОТ ПОЖАРА - САМОМУ НЕ СТАТЬ ЕГО ПРИЧИНОЙ.

ПОМНИ:

1. Почувствовав запах дыма, выясни, откуда он идет.
2. Если произошло возгорание - позвони по 9-01, сообщи дежурному: что горит, точный адрес, свою фамилию, запиши фамилию дежурного.
3. Если огонь невелик, попробуй справиться с ним сам, используя подручные средства.
4. Не следует распахивать окна и двери в горящем помещении.
5. Нельзя тушить водой включенные в сеть электробытовые приборы или электрические провода.
6. При пожаре опасен не только огонь, но и дым.
7. Срочно покинь квартиру. Чтобы уберечься от огня, накинь на себя мокрое одеяло, пальто.

ИНСТРУКЦИЯ 15

Что делать, если вы оказались заложником террористов?

1. Постарайся понять, чего хотят террористы, определи для себя, кто из них наиболее опасен.
2. Нужно выполнять все указания главаря, не стоит апеллировать к

совести террористов.

3. Если кто-то ранен и ему требуется помощь, а вы можете ее оказать, попросите подойти старшего из террористов и обратитесь к нему: «Вы можете сберечь одну жизнь. Это когда-нибудь вам зачтется. Будьте благоразумны. Позвольте мне помочь несчастному». Говорите спокойно. Но не настаивайте на своем.

4. Не повышайте голоса и не жестикулируйте.

5. Старайтесь избегать контактов с террористами, если они требуют от вас «соучастия» в тех или иных действиях. Все остальные требования террористов надо выполнять неукоснительно и точно.

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

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

8. Если поблизости произошел взрыв, не торопитесь покидать помещение. Вы невольно окажитесь мишенью для группы захвата.

9. Старайтесь запоминать все, что видите и слышите: имена, клички и т. д. Ваши показания будут очень важны для следствия.

ПОМНИТЕ - НЕТ БЕЗВЫХОДНЫХ ПОЛОЖЕНИЙ. НАДО ТОЛЬКО ЗАПАСТИСЬ ТЕРПЕНИЕМ И ОПЕРЕТЬСЯ НА СВОЕ БЛАГОРАЗУМИЕ.

ИНСТРУКЦИЯ 16

по безопасности жизни детей при проведении школьных мероприятий

1. За жизнь и здоровье детей несет ответственность классный руководитель.

2. Дежурство во время проведения мероприятия осуществляют учителя и родители (из расчета на 10-12 детей - 1 взрослый).

3. Мероприятия заканчиваются в строго оговоренное время. Классные дискотеки, праздники и т. д. заканчиваются не позднее 20.00., общешкольные дискотеки не позднее 21.00.

4. При проведении мероприятия строго соблюдаются правила

пожарной безопасности.

5. Во время проведения мероприятия классный руководитель не должен оставлять учащихся одних.

6. Заявление на проведение мероприятия подается не позднее, чем за 3 дня до него.

7. Во время проведения мероприятия не разрешается открывать окна.

8. Не разрешается ставить столы в кабинетах, где проводится мероприятие, один на другой. При необходимости столы и стулья могут быть вынесены в коридор. Рядом с ними находится дежурный родитель.

9. Во время проведения мероприятия не разрешается хождение учащихся по школе.

10. Если при проведении мероприятия предусмотрено угощение для учащихся, то классный руководитель следит за соблюдением санитарных норм.

11. Если с учащимися произошел несчастный случай, то мероприятие приостанавливается, пострадавшему оказывается помощь, при необходимости вызывается «Скорая помощь». Кл. руководитель сообщает о несчастном случае или травме в администрацию школы.

12. По завершении мероприятия необходимо убрать помещение, где проводилось мероприятие. Кл. руководитель и дежурные родители совершают обход школы, проверяя чистоту и порядок на ее территории.

ИНСТРУКЦИЯ 17

Меры безопасности в транспорте

1. Если нет свободных мест, постарайся стоять в центре прохода. Держись рукой за поручень во время движения, иначе при толчке ты рискуешь потерять равновесие, а в случае резкой остановки - упасть или удариться.

2. Посмотри, где расположены запасные и аварийные выходы

(пригодится в случае аварии или пожара).

3. Не забывай про свою сумку.

4. Не стой возле выхода, в случае давки, тебя могут случайно вытолкнуть на проезжую часть, если двери будут неплотно закрыты.

5. Выходя из транспорта, старайся не толкаться, не наступать пассажирам на ноги и не попасть под колеса.

6. В автомобиле воспользуйся ремнями безопасности.

В СЛУЧАЕ АВАРИИ:

Если у выхода давка и паника, воспользуйся аварийным окном, выдернув специальный шнур и выдавив стекло (инструкция на окнах).

Если в автобусе вспыхнул пожар:

1. Немедленно сообщи о пожаре водителю.

2. Попытайся открыть двери с помощью аварийного открывания дверей. В крайнем случае, разбей окно.

3. Помни, что в салоне есть огнетушитель.

4. Защити рот и нос от дыма платком, шарфом, полкой платья. Пригнись, выбираясь из горящего салона.

5. Не прикасайся к металлическим частям в троллейбусе, трамвае - при пожаре они могут оказаться под электрическим напряжением.

ПОМНИ:

При аварии самое опасное место в автомобиле - рядом с водителем.
Детям до 12 лет сидеть там ЗАПРЕЩЕНО!

Постарайся как можно быстрее выбраться наружу, так как машина может загореться (особенно когда она перевернулась). Если дверь заклинило, выбирайся через окно.