

## ИНСТРУКТАЖ

### ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МАОУ МО ДИНСКОЙ РАЙОН СОШ №4

### ИМЕНИ Г.К. ЖУКОВА ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ В ПЕРИОД ЗИМНИХ КАНИКУЛ 2023-2024 уч. год

#### Правила безопасного поведения во время зимних каникул

1. ЗАПРЕЩАЕТСЯ находиться, играть вблизи водоемов и на воде без сопровождения взрослых!
2. ЗАПРЕЩАЕТСЯ употреблять токсические и наркотические вещества, алкогольную, спиртосодержащую и табачную продукцию.
3. ЗАПРЕЩАЕТСЯ находиться на строительных площадках, в заброшенных и неэксплуатируемых зданиях и сооружениях.
4. ЗАПРЕЩАЕТСЯ применение газораспылительных емкостей, пиротехнических изделий и других горючих веществ.
5. Обнаружив подозрительный предмет, похожий на снаряд, мину, гранату или оставленную кем-то сумку, пакет, не приближайтесь к нему и не бросайте в него камнями. Снаряд (пакет) может взорваться. Место расположения подозрительного предмета оградите и сообщите о находке в полицию по телефону 112 или 102.
6. Если тебе плохо, одиноко и нужна поддержка - звоните по Телефону доверия **8-800-2000-122**
7. Помни, ты не одинок! Когда тебе тяжело ты можешь обратиться к родителям, классному руководителю, школьному психологу.

#### 1. Памятка по безопасному поведению на железной дороге и объектах железнодорожного транспорта:

- 1.1. ЗАПРЕЩАЕТСЯ ходить по железнодорожным путям на станциях и перегонах. Гулять и отдыхать на них или рядом.
- 1.2. Никогда не переходите через железнодорожные пути в неустановленных местах, не оборудованных для этого местами, не перебегайте перед проходящим поездом. Помните, что поезд сразу остановить нельзя.
- 1.3. Во избежание поражения электрическим током не влезайте на крыши вагонов. В контактной сети высокое напряжение. Не поднимайтесь на опоры и специальные конструкции контактной сети, воздушных линий и искусственных сооружений, не прикасайтесь к токоведущему оборудованию под вагонами пассажирских и электропоездов.
- 1.4. Находиться на междупутье вблизи проходящего поезда нельзя, потому что воздушный поток от его движения может толкнуть тебя под колеса

#### 2. Памятка по предупреждению телефонного терроризма:

- 2.1. Необходимо помнить, что сообщив заведомо ложную информацию, кто-то не получит действительно нужную помощь, так как сотрудники различных ведомств будут задействованы на ложном вызове.
- 2.2. Согласно ст.207 УК заведомо ложное сообщение о готовящемся взрыве, поджоге или иных действиях, создающих опасность гибели людей, причинение значительного имущественного ущерба либо наступления иных общественно опасных последствий, - наказывается:
  - Штрафом - от 200 до 500 минимальных размеров оплаты труда
  - Штрафом в размере заработной платы за период от 2 до 5 месяцев
  - Исправительными работами на срок от 1года до 2 лет

- Арестом от 3 до 6 месяцев
  - Лишением свободы на срок до 3 лет
- 2.3. **Не зависимо от возраста** учащегося, на его родителей (в связи с отсутствием у него собственного имущества и доходов) возлагается ответственность за материальный ущерб, связанный с организацией и проведением специальных мероприятий по проверке поступивших угроз (ст. 1073, 1074 Гражданского кодекса РФ), который по оценкам специалистов составляет около 50000 рублей в час.

### **3. Памятка по правилам дорожно-транспортной безопасности:**

- 3.1. Пересекать проезжую часть разрешается только по пешеходным переходам;
- 3.2. При использовании роликовых коньков, скейтов и самокатов, помни, что проезжая часть не предназначена для их использования, ты должен кататься по тротуару;
- 3.3. Проходи по тротуару только с правой стороны. Если нет тротуара, иди по левому краю дороги, навстречу движению транспорта;
- 3.4. Не выбегай на проезжую часть из-за стоящего транспорта. Неожиданное появление человека перед быстро движущимся автомобилем не позволяет водителю избежать наезда на пешехода или может привести к иной аварии с тяжкими последствиями;
- 3.5. При переходе дороги сначала посмотри налево, а после перехода половины ширины дороги – направо;
- 3.6. Не перебегай дорогу перед близко идущим транспортом – помните, что автомобиль мгновенно остановить невозможно и вы рискуете попасть под колеса;
- 3.7. Всегда во время поездок в автомобиле пристегивайся ремнями безопасности;
- 3.8. Управлять велосипедом по дорогам разрешается лицам не моложе 14 лет, а мопедом – не моложе 16 лет.

### **4. Памятка по правилам безопасности в сети Интернет:**

- 4.1. При регистрации на сайтах, старайтесь не указывать личную информацию, т.к. она может быть доступна незнакомым людям. Так же, не рекомендуется размещать свою фотографию, давая, тем самым, представление о том, как вы выглядите, посторонним людям.
- 4.2. Используйте веб-камеру только при общении с друзьями. Проследите, чтобы посторонние люди не имели возможности видеть ваш разговор, т.к. он может быть записан.
- 4.3. Нежелательные письма от незнакомых людей называются «Спам». Если вы получили такое письмо, не отвечайте на него. В случае, если Вы ответите на подобное письмо, отправитель будет знать, что вы пользуетесь своим электронным почтовым ящиком и будет продолжать посылать вам спам.
- 4.4. Если вам приходят письма с неприятным и оскорбляющим вас содержанием, если кто-то ведет себя в вашем отношении неподобающим образом, сообщите об этом взрослому.

### **5. Памятка по правилам пожарной безопасности:**

- 5.1. Не балуйся дома со спичками и зажигалками. Это одна из причин пожаров.
- 5.2. Не оставляй без присмотра включенные электроприборы, особенно утюги, обогреватели, телевизор, светильники и др. Уходя из дома, не забудь их выключить.
- 5.3. **В жилом помещении запрещается:**
- 5.4. Не суши белье над плитой. Она может загореться.
- 5.5. Не забывай выключить газовую плиту. Если почувствовал запах газа, не зажигай спичек и не включай свет. Срочно проветри жилье.

- 5.6. Если пожар все-таки произошел, вы должны знать, что необходимо сделать в первую очередь:
- немедленно вызывайте пожарных по телефону «112» или «01», не забудьте назвать свою фамилию и точный адрес пожара, позовите на помощь взрослых;
  - срочно покиньте задымленное помещение;
  - если помещение, в котором вы находитесь сильно задымлено, то намочите платок или полотенце водой и дышите через него, пригнитесь к полу, и двигайтесь по направлению к выходу вдоль стены;
  - самое главное: как бы вы ни были напуганы, никогда не прячьтесь в укромные места.

#### **6. Памятка по электробезопасности:**

**ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- 6.1. Пользоваться электропроводами и шнурами с поврежденной изоляцией, завязывать провода, подвешивать на них абажуры и люстры;
- 6.2. Смертельно опасно прикасаться к любым провисшим или оборванным проводам. Если провод оборван и лежит на земле, к нему нельзя приближаться ближе, чем на 8 метров.
- 6.3. Смертельно опасно делать набросы на провода и влезать на опоры линий электропередач, открывать лестничные электрощитки и вводные силовые щиты в зданиях и т.п.

#### **7. Памятка для учащихся по соблюдению требований безопасности в период зимних каникул.**

В период зимних каникул:

- 7.1. Соблюдай правила дорожного движения. Знай, что зимняя дорога опасна. Не играй на проезжей части дорог, ж/д полотна, водоёмах; не выходи на лёд.
- 7.2. Помогай младшим и старшим. Без разрешения родителей не уходи далеко от дома, если нужно уйти – предупреди родителей.
- 7.3. Осторожно пользуйся газовой плитой, электроприборами, не оставляй их без присмотра.
- 7.4. Не используй петарды, колющие, режущие взрывоопасные предметы - это опасно для твоего здоровья.
- 7.5. Не засиживайся перед телевизором и компьютером. Читай книги, посещай кружки, занимайся дополнительно по школьным предметам.
- 7.6. Больше гуляй на свежем воздухе, встречайся с друзьями.
- 7.7. Не общайся с незнакомыми людьми, не приглашай их в дом. Не трогай бесхозные сумки, пакеты или коробки.
- 7.8. Соблюдай правила поведения в общественных местах. Не находишься на улице, в общественных местах после 22 часов.
- 7.9. Не употребляй спиртные напитки, табачные изделия, другие психотропные вещества.

**Помни! Тебя всегда ждут дома и в школе!**

#### **Правила безопасного поведения во время зимних каникул.**

Необходимо быть осторожным, внимательным на улице, при переходе дороги;

- соблюдать правила дорожного движения;
- соблюдать правила техники безопасности при прогулках в лесу, на реке:

- Запрещается разжигать костры на территории села и территории лесного массива;
- Быть осторожным на льду. При недостаточной толщине до 15 см. не выходить на лёд. Необходимо осторожно обращаться с лыжами, коньками, санками. При очень низкой температуре воздуха не выходить на прогулку во избежание обморожения кожи.
- Необходимо заботиться о своем здоровье; проводить профилактические мероприятия против гриппа и простуды;
- Быть осторожным при контакте с электрическими приборами, соблюдать технику безопасности при включении и выключении телевизора, электрического утюга, чайника и т.д.
- Соблюдать технику безопасности при пользовании газовыми приборами; - Соблюдать временной режим при просмотре телевизора и работе на компьютере;
- Запрещается посещать тракторные бригады, гаражи, фермы без сопровождения взрослых;
- Быть осторожным в обращении с домашними животными;
- Запрещается находиться на улице без сопровождения взрослых после 22.00 часов. Безопасность во время зимних каникул Зимние каникулы – чудесное время! Так много интересных и захватывающих дел, которыми можно заняться! Тут и катание на санках, снежокатах, лыжах, коньках, и простые игры в снежки и многое, многое другое. Однако, нельзя забывать о правилах безопасности. Если следовать им, вы убережете себя и своих близких от несчастия. Простые и понятные правила помогут вам сохранить жизнь и здоровье и получить от зимы только лишь положительные эмоции. Правила безопасности при нахождении на льду водоемов Лед на водоемах коварен и таит в себе огромную опасность. Дело в том, что водоемы замерзают неравномерно, а значит и толщина льда может изменяться. Лед на водоемах - это зона повышенного риска для детей, которые решили поиграть на льду или покататься по нему на коньках, да и просто те, кто решил срезать путь и пройти по льду. Запомните – не зная определенных правил, выходить на лёд нельзя!

#### **Итак, давайте перечислим правила поведения на льду:**

- Ни в коем случае не выходите на тонкий, неокрепший лед водоема, если он рыхлый, а коегде проступает вода. Безопасный лед - прозрачный, толщиной не менее 10-12 см. Молочнобелого цвета лед вдвое слабее прозрачного. Самый опасный - ноздреватый лед, образовавшийся из смерзшегося снега.
  - Не выходите на лед, если Вы один и в пределах видимости нет никого, кто смог бы прийти Вам на помощь.
  - Если Вы случайно попали на тонкую ледяную поверхность водоема, и лед начинает трескаться, главное, сохраняйте спокойствие. Не поддаваясь панике, по возможности, вернитесь в более безопасное место следующими способами: осторожно и быстро лягте на лед и отползите на безопасное место или медленно отходите назад осторожными скользящими шагами, не отрывая ног ото льда.
  - Ни в коем случае не прыгайте по льду, также не стоит бегать по нему.
- Если все же случилась беда, и Вы оказались в воде:
- не паникуйте, дышите как можно глубже и медленнее, не пытайтесь выбраться на лед только с помощью рук, делайте ногами непрерывные движения так, словно вы крутите педали велосипеда;

- не подтягивайтесь за кромку льда и не пытайтесь сразу выбраться на лед. Вокруг полыньи лед очень хрупкий и не выдержит тяжести Вашего тела. Продвигайтесь в ту сторону, откуда пришли или до ближайшего берега, кроша на своем пути хрупкую ледяную кромку руками;
- как только лед перестанет ломаться под вашими ударами, положите руки на лед, протянув их как можно дальше, и изо всех сил толкайтесь ногами, стараясь придать туловищу горизонтальное положение;
- не опирайтесь на лед всей тяжестью тела: он может снова провалиться, и вы с головой окунетесь в воду;
- постарайтесь добиться того, чтобы Ваше тело оказалось вровень со льдом. После этого наползайте на лед, продолжая отталкиваться ногами и помогая себе руками, или, держась за прочную ледяную кромку руками, с осторожностью вынести на лед сначала одну, потом вторую ногу;
- выбравшись на лед, распластайтесь на нем и ползите вперед, не пытаясь подняться на ноги;
- ближе к берегу, где лед крепче, повернитесь на бок и перекатывайтесь в сторону берега;
- выбравшись на берег, не останавливайтесь, чтобы не замерзнуть. Бегом добирайтесь до ближайшего теплого помещения.

Если Вы спасаете человека, который провалился под лед, не допускайте паники: помогая провалившемуся под лед товарищу, подайте ему в руки пояс, шарф, палку и т. п. За них можно ухватиться крепче, чем за протянутую руку. К тому же при сближении на расстоянии руки легче обломить кромку льда. Осторожно - низкая температура! Опасен и прочный, но очень скользкий лед. При падении на нем случаются тяжелые ушибы различных частей тела, растяжения суставных связок, а иногда и сотрясения мозга. В течение первых часов после ушиба рекомендуется к месту повреждения прикладывать холод - смоченное в холодной воде полотенце, кусочки снега или льда. Точно такую же первую помощь надо оказывать пострадавшему и при растяжении связок. Оно возникает при резком повороте в суставе, превышающем нормальный объем движений, сопровождается растяжением болью и припухлостью сустава. При ушибе головы иногда бывает сотрясение мозга, т.е. нарушение циркуляции крови в мозговых сосудах. В легких случаях оно сопровождается кратковременной потерей сознания головокружением, шумом в ушах, мельканием мушек в глазах. В тяжелых случаях происходит длительная потеря сознания, тело становится неподвижным, мускулатура расслабляется, пульс замедляется до 50-60 ударов в минуту, возможны рвота. Даже легкие формы сотрясения мозга требуют постельного режима в течение 15-20 дней. Пострадавший в это время должен быть под наблюдением врача. Таит опасность и низкая температура. Наиболее чувствительны к ее действию нос, уши, кисти и стопы, особенно пальцы, которые слабее защищены от холода одеждой и находятся в самых неблагоприятных условиях кровообращения, как наиболее отдаленные от сердца. В результате длительного действия низкой температуры может возникать обморожение. При первой степени обморожения помощь пострадавшему состоит в следующем. Побледневший участок тела следует обтереть спиртом или водкой, а затем пальцами медленно и осторожно растереть до покраснения кожи. Обмороженный участок можно также согреть в воде, температуру которой следует медленно повышать от 18 до 37 градусов в течение 20-30 минут и одновременно (в воде) производить легкое растирание. После восстановления

кровообращения обмороженную часть тела надо тепло укутать, а пострадавшего напоить горячим чаем или кофе. В дальнейшем на обмороженное место накладываются мазевые повязки. Помощь пострадавшим от обморожения второй, третьей и четвертой степени оказывается в лечебном учреждении.