



Инструктаж по технике безопасности обучающихся во время каникул

Меры безопасности в период коронавируса: как себя вести, чтобы не заразиться

1. Соблюдайте режим самоизоляции: как можно реже бывайте в людных местах (торговые центры, кинотеатры, гипермаркеты, транспорт, общепит). Посещая их, держите безопасную дистанцию — не меньше 1 метра до соседа, а лучше 1,5 – 2 м.
2. Избегайте контактов с людьми, имеющими признаки простуды и ОРВИ (кашель, чихание).
3. Как можно чаще мойте руки с мылом. Делайте это не менее 20 секунд. Если нет в доступе воды и мыла, используйте антисептики.
4. Прикасайтесь к лицу и глазам только помытыми руками или одноразовой салфеткой.
5. Старайтесь не прикасаться руками к ручкам, перилам, кнопкам лифта и другим предметам и поверхностям в общественных местах.
6. Откажитесь от приветственных рукопожатий, объятий.
7. Надевайте одноразовую медицинскую маску в людных местах и транспорте – это не даст вам произвольно трогать лицо нечистыми руками.
8. Регулярно проветривайте помещение, в котором находитесь.
9. Почаще делайте влажную уборку.
10. Ведите здоровый образ жизни: высыпайтесь, регулярно занимайтесь физическими упражнениями.

При подозрении на коронавирус нужно вызывать врача на дом.

Соблюдай правила безопасности поведения на дорогах и на улице.

- Переходите улицу только в специально отведенных местах: по пешеходному переходу или на зеленый сигнал светофора;
- Если нет оборудованного пешеходного перехода дорогу следует переходить под прямым углом предварительно убедившись в отсутствии транспорта с левой и правой стороны.
- Если нет пешеходного тротуара, идите по обочине дороги навстречу движению транспорта, так вы сможете видеть приближающиеся машины;
- Кататься на велосипеде можно только во дворах и парках.
В ПДД четко сказано, что управление велосипедом на проезжей части разрешается с 14 лет.
- Находясь на ж/д путях и при переходе через железнодорожные пути, будьте особо внимательны, осмотритесь, не идут ли поезда по соседним путям;
- Играть на проезжей части строго запрещено

- При движении вдоль проезжей дороги в вечернее время и при плохой видимости необходимо сделать себя заметным. Носите светлую одежду оборудованную светоотражателями, либо включите фонарик, телефон.

Соблюдай правила личной безопасности на улице:

- Планируйте безопасный маршрут до места назначения и используйте его.
- Выбирайте хорошо освещенные улицы и избегайте прохождения мимо пустынных участков земли, аллей и строительных площадок. Идите длинным путем, если он безопасный;
- Не щеголяйте дорогими украшениями или одеждой, сотовыми телефонами, крепче держите сумки;
- не забывайте сообщать родителям с кем и куда вы пошли, когда вернетесь, если задерживаетесь, то позвоните и предупредите.
- Если на улице кто-то подозрительный идёт и бежит за тобой, а до дома далеко, беги в ближайшее людное место: к магазину, автобусной остановке.
- Если незнакомые взрослые пытаются увести тебя силой, сопротивляйся, кричи, зови на помощь: "Помогите! Меня уводит незнакомый человек!"
- Не соглашайся ни на какие предложения незнакомых взрослых.
- Никуда не ходи с незнакомыми взрослыми и не садись с ними в машину.
- Никогда не хвастайся тем, что у тебя есть дома.
- Не приглашай домой незнакомых ребят, если дома нет никого из взрослых.
- Не играй на улице с наступлением темноты.

Соблюдай правила поведения, когда ты один дома:

- Не пользуйся электроприборами, не играй с острыми, колющими и режущими, легковоспламеняющимися и взрывоопасными предметами, огнестрельным и холодным оружием, боеприпасами.
- Не употребляй лекарственные препараты без назначения врача.
- Открывать дверь можно только хорошо знакомому человеку.
- Не оставляй ключ от квартиры в "надежном месте".
- Не вешай ключ на шнурке себе на шею.
- Если ты потерял ключ - немедленно сообщи об этом родителям
- Будь осторожным при контакте с электрическими приборами, соблюдать технику безопасности при включении и выключении телевизора, электрического утюга, чайника и т. д.
- Выключая электроприбор, не вытаскивай вилку из розетки за шнур.
- Не касайся мокрыми руками электроприборов, которые находятся под напряжением.
- Не пользуйся неисправными электроприборами, розетками.
- Не играй спичками и зажигалками: игры с огнем могут привести к пожару.
- Не оставляй включенными без присмотра электроприборы и газовые плиты: это тоже может вызвать пожар.
- Уходя на прогулку проверьте закрыты ли вода, газ, выключен ли свет.

Соблюдай правила поведения на водоёмах.

- **ЭТО НУЖНО ЗНАТЬ:**
- Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 см в пресной воде и 15 см в соленой. В устьях рек и протоках прочность льда ослаблена.

- Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а так же в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов, камыша.
- Если температура воздуха выше 0 градусов держится более трех дней, то прочность льда снижается на 25%. Прочность льда можно определить визуально:
 - - лед голубого цвета - прочный, - белого - прочность его в 2 раза меньше,
 - - матово белый или с желтоватым оттенком - ненадежен.
- Не переходите водоем по льду в запрещенных местах.
- Не выезжайте на лед на мотоциклах, автомобилях вне переправ.
- Не выходите на тонкий лед в начале зимы (лед ломается со звонким хрустом, трещит) и в начале весны (лед ломается без треска, вода быстро просачивается и заполняет следы).
- В начале зимы наиболее опасна середина водоема. В конце зимы опасны прибрежные участки, участки вблизи сливных труб, под мостами.
- Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).
- При переходе через реку пользуйтесь ледовыми переправами.
- Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Имейте в руках палку, прошупывайте перед собой путь. Если после первого сильного удара покажется хоть немного, или если лед начал трескаться - это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае следует осторожно лечь и ползти по своим следам обратно или отойти по своему же следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин.
- Не собирайтесь группами на отдельных участках льда. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м). Вперед пропустите самого опытного.
- Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалится.
- На замерзший водоем необходимо брать с собой прочный шнур длиной 20 - 25 метров с большой глухой петлей на конце и грузом. Груз поможет забросить шнур к провалившемуся в воду товарищу, петля нужна для того, чтобы пострадавший мог надежнее держаться, продев ее подмышки.
- **Если человек попал в полынью:**
- Попросите кого-нибудь вызвать "скорую помощь" и спасателей или сами вызовите их по сотовому телефону «112».
- Вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой или длинным шарфом. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
- Завяжите на конце веревки узел.
- Постарайтесь приблизиться к полынье по следам, последние 10-15 метров передвигайтесь ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.
- Остановитесь от находящегося в воде человека в нескольких метрах, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест. (**Запомните!** Не наматывайте веревку на руку – пострадавший может утянуть и вас в полынью.)
- Осторожно вытащите пострадавшего на лед, и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны. Ползите в ту сторону, откуда пришли.

- **Родители! Не отпускайте детей на лед (на рыбалку, катание на коньках) без присмотра!**

При посещении леса необходимо соблюдать следующие правила:

- Не ходи в лес один, а тем более 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 попадания клещей;
- Пробираться через кусты и заросли осторожно, плавно раздвигая ветки и плавно опуская их;
- Не разжигай костры, во избежание пожара, и не мусори. Помни, что лесные пожары являются чрезвычайно опасными.

Соблюдай правила безопасности при обращении с животными:

- Не кормите и не трогайте чужих собак, особенно во время еды или сна. Не надо считать любое помахивание хвостом проявлением дружелюбия. Иногда это может говорить о совершенно недружелюбном настрое.
 - Избегайте приближаться к большим собакам охранных пород. Некоторые из них выучены бросаться на людей, приближающихся на определенное расстояние.
 - Нельзя убегать от собаки. Этим вы приглашаете собаку поохотиться за убегающей дичью.
 - Не делайте резких движений, обращаясь с собакой или хозяином собаки. Она может подумать, что вы ему угрожаете.
 - Не трогайте щенков, если рядом их мать и не отбирайте то, с чем собака играет.
 - Если в узком месте (например, в подъезде) собака идет вам навстречу на поводке, лучше остановиться и пропустить её хозяина.
- Животные могут распространять такие болезни, как бешенство, лишай, чума, и др.

Правила поведения в общественных местах.

- Избегать мест массового скопления людей без сопровождения родителей. Ночное время, когда несовершеннолетним запрещено находиться в общественных местах без сопровождения родителей или лиц, их заменяющих:

- с 21.00 до 07.00 час. – с 1 ноября по 31 марта;

- с 22.00 до 07.00 час. – с 1 апреля по 31 октября

Ответственность за нарушение требований Закона возлагается на родителей или иных законных представителей несовершеннолетних, которая предусмотрена ст. 5.35 Кодекса об административных правонарушениях Российской Федерации (Неисполнение обязанностей по содержанию и воспитанию несовершеннолетнего), допускающих самостоятельное нахождение несовершеннолетних в ночное время в общественных местах, тем самым, не исполняющих обязанности по их воспитанию.

Уважаемые родители, не оставляйте детей без присмотра!

Помните: только внимательное отношение к детям со стороны родителей поможет избежать беды!

Помните, что во время каникул ответственность за жизнь и здоровье детей несут родители!

Берегите себя и своих близких, хороших каникул!

Желаем вам приятного и безопасного отдыха!!!