

**Інструкція**  
**з безпеки життєдіяльності № \_\_\_\_\_**  
**для учнів перед початком літніх канікул**

**1. Загальні вимоги безпеки на літніх канікулах**

1.1. *Інструкція з безпеки життєдіяльності для учнів під час літніх канікул* розроблена у відповідності до Закону України "Про охорону праці" (Постанова ВР України від 14.10.1992 № 2694-ХІІ) в редакції від 20.01.2018р., на основі «Положення про розробку інструкцій з охорони праці», затвердженого Наказом Комітету по нагляду за охороною праці Міністерства праці та соціальної політики України від 29 січня 1998 року № 9 в редакції від 30 березня 2017 року, з урахуванням Постанови Кабінету Міністрів України від 10 жовтня 2001 р. № 1306 «Про Правила дорожнього руху» (із змінами, внесеними згідно з Постановами КМ № 553 від 11.07.2018).

1.2. Інструкція з охорони праці встановлює вимоги безпеки життєдіяльності для учнів 1-11 класів життєдіяльності учнів під час літніх канікул.

1.3. Ця інструкція з безпеки для учнів на літніх канікулах складена з метою проведення інструктажу з учнями 1-11 класів.

1.4. Виконання даного інструктажу з техніки безпеки поширюється на літні канікули і є обов'язковим для всіх учнів навчального закладу.

1.5. Основними небезпечними факторами, які можуть спричинити травми, є:

- порушення правил дорожнього руху;
- порушення правил електробезпеки;
- порушення правил протипожежної безпеки, в тому числі ігри з вогнем;
- порушення правил особистої безпеки;
- порушення правил особистої гігієни та охорони здоров'я (вживання неякісної води і т.п.);
- сонячні опіки і сонячні теплові удари;
- ігри з невідомими предметами, що довго лежали в землі;
- укуси кліща;
- катання на воді без супроводу дорослих;
- самостійні походи в ліс, гори;
- тривале перебування біля комп'ютера, комп'ютерна ігрова залежність;
- вживання лікарських препаратів без призначення лікаря;
- паління, вживання алкогольних напоїв.

1.6. Перебуваючи на вулиці, під час переходу проїзної частини дороги необхідно бути обережним і уважним, дотримуватись Правил дорожнього руху.

1.7. Слід дотримуватися правил техніки безпеки під час прогулянок в лісі і біля водоймища:

- заборонено розпалювати багаття на території села і території лісового масиву;
- купатися дозволяється тільки в спеціально відведених для цього місцях і в теплу погоду;
- категорично заборонено вживати в їжу незнайомі гриби і ягоди.

1.8. Необхідно дбати про своє здоров'я, дотримуватися часові обмеження при засмаганні і під час купання.

1.9. Перебуваючи на вулиці, слід надягати головний убір, щоб уникнути сонячного удару. У спекотні дні, коли температура повітря значно підвищена слід більшу частину часу знаходитися в приміщенні або в тіні, щоб не отримати тепловий удар.

1.10. Необхідно бути обережним під час контакту з електричними приладами, дотримуватися техніки безпеки при включенні і виключенні телевізора, електричної праски, чайника і інших побутових електроприладів.

1.11. Слід суворо дотримуватися техніки безпеки при використанні газових приладів.

- 1.12. Необхідно дотримуватися часових обмежень при перегляді телевізора і роботі за комп'ютером.
- 1.13. Суворо заборонено відвідувати тракторні бригади, гаражі, ферми без супроводу дорослих.
- 1.14. Слід бути уважним і обережним у поведженні з тваринами.
- 1.15. Суворо заборонено перебувати на вулиці без супроводу дорослих у вечірній час після 23.00 годин.
- 1.16. Необхідно вести активний відпочинок, що відповідає нормам здорового способу життя.
- 1.17. У разі отримання травми будь-ким з учнів свідок події зобов'язаний терміново доповісти про це дорослому і негайно викликати швидку допомогу.

## **2. Вимоги безпеки перед початком літніх канікул**

- 2.1. Всім учням школи необхідно записати в щоденник дату початку і закінчення літніх канікул.
- 2.2. Всі учні навчального закладу повинні пройти інструктаж і розписатися про його проходження у відповідному журналі.
- 2.3. Протягом літніх канікул кожен учень повинен дотримуватися Правил Дорожнього Руху, правила протипожежної та електробезпеки, правила особистої санітарії та гігієни.
- 2.4. Проведення інструктажу з безпеки під час літніх канікул обов'язково реєструється в журналі інструктажу і зберігається у класного керівника кожного класу.

## **3. Вимоги безпеки під час літніх канікул**

- 3.1. Вимоги безпеки на вулиці під час літніх канікул:
  - 3.1.1. Необхідно заздалегідь планувати безпечний маршрут до місця призначення і завжди використовувати його. Слід вибирати добре освітлені вулиці і уникати проходження повз пустельних ділянок землі, алей і будівельних майданчиків. Завжди краще йти довгим шляхом, якщо він більш безпечний.
  - 3.1.2. Необхідно добре знати свій район: обов'язково слід дізнатися, які магазини, кафе, ресторани та інші заклади відкриті до пізнього часу, де знаходиться найближче відділення міліції, опорний пункт правопорядку, кімната прийому дільничного інспектора, пост охорони і т.д.
  - 3.1.3. Не слід хвалитися і виставляти напоказ дорогі прикраси або одяг, мобільний телефон, необхідно міцно тримати свої сумки.
  - 3.1.4. Якщо біля проїжджої частини дороги немає пішохідного тротуару, слід йти назустріч руху транспорту, в цьому випадку ви зможете бачити машини, які наближаються.
  - 3.1.5. Якщо у вас виникла підозра, що хтось цілеспрямовано переслідує вас, слід перейти вулицю і попрямувати в найближчий добре освітлений район. Необхідно швидко дійти або добігти до будь-якого будинку, магазину або зупинки. При можливості необхідно негайно викликати поліцію.
  - 3.1.6. Якщо незнайомі люди намагаються відвести вас силою, слід опиратися будь-якими доступними способами, голосно кричати і кликати на допомогу: "Допоможіть! Мене веде незнайома людина!".
  - 3.1.7. Суворо заборонено погоджуватися на будь-які пропозиції незнайомих дорослих.
  - 3.1.8. Категорично заборонено будь-куди йти з незнайомими дорослими і сідати з ними в машину.
  - 3.1.9. Не слід запрошувати до себе додому незнайомих дітей, якщо вдома немає нікого з дорослих.
  - 3.1.10. Не дозволяється грати на вулиці в темний час доби.

3.1.11. Суворо заборонено подорожувати, користуючись попутним транспортом, необхідно відходити подалі від будь-якого транспорту, котрий зупинився біля вас.

3.1.12. Завжди слід повідомляти батькам з ким і куди ви пішли, коли повернетесь, якщо затримуетесь, то необхідно зателефонувати і попередити про це своїх батьків.

3.1.13. Слід завжди дотримуватися правил безпечної поведінки на дорогах, вивчені вами в школі.

3.2. Правила безпечної поведінки на дорозі:

3.2.1. Переходити проїзну частину дороги слід тільки в спеціально відведених для цього місцях: по пішохідному переходу або на зелений сигнал світлофора.

3.2.2. Переходити вулицю можна тільки у встановлених місцях, користуючись сигналами світлофора або по пішохідному переходу.

3.2.3. Якщо на вулиці немає світлофора, необхідно оцінити ситуацію на дорозі: подивитися ліворуч, потім - праворуч.

3.2.4. Почавши переходити проїжджу частину, не слід затримуватися і відволікатися, якщо не встигли закінчити перехід, то необхідно затриматися на лінії, що розділяє потоки транспортних засобів.

3.2.5. Якщо вздовж проїжджої частини дороги відсутній пішохідний тротуар, необхідно йти по узбіччю дороги назустріч руху транспорту, в цьому випадку ви зможете бачити машини, що наближаються.

3.2.6. Чекаючи транспортний засіб потрібно тільки на посадкових майданчиках або на тротуарі.

3.2.7. Категорично заборонено кидати пляшки, каміння і будь-які інші предмети на проїжджу частину в проїжджаючий транспорт.

3.2.8. Суворо заборонено грати, кататися на велосипедах, скутерах поблизу проїжджої частини і залізничного полотна.

3.2.9. Згідно з Правилами Дорожнього Руху, управління велосипедом на проїзній частині дозволено особам, які досягли 14 років, а управління мопедом - особам, які досягли 16 років.

3.2.10. Під час перебування на залізничних коліях і при переході через них, слід бути особливо уважним, необхідно добре роздивитися, чи не йдуть поїзди по сусідніх коліях.

3.2.11. Суворо заборонено:

- гукати людину, що переходить дорогу;
- перебігати дорогу перед транспортом;
- грати біля транспортної магістралі;
- користуватися мобільним телефоном під час переходу проїжджої частини.

3.3. Вирушаючи в кінотеатр, на стадіон, не слід брати з собою об'ємних сумок, портфелів, вони можуть перешкодити вам в натовпі. Ваш одяг повинен бути зручним і недорогим. Прагнення вберегти дорогий одяг може піти в розріз з вимогами безпеки.

3.4. Правила безпеки на концерті, стадіоні, в кінотеатрі:

- найкраще купувати квитки з місцями, розташованими недалеко від виходів, але не на проходах;
- приходити в місця масового відпочинку людей необхідно заздалегідь, щоб уникнути натовпу при вході;
- під час входу в зал не дозволяється наближатися до дверей і огорож, особливо на сходах - вас можуть сильно притиснути до них;
- на концертах слід уникати перебування в перших рядах: тут найгучніше звучання, стомлююче і притуплює реакцію, саме тут зазвичай скупчуються шанувальники артистів, звідси починаються заворушення;

- зайнявши своє місце, необхідно відразу оцінити можливість дістатися до виходу. Слід подумати, чи зможете ви зробити це в темряві;
- якщо в залі почалися заворушення, слід негайно покинути приміщення, не чекаючи закінчення концерту. Контроль масових заворушень - справа не піддається прогнозу, не слід кричати і вступати в конфлікти;
- якщо ви опинилися в натовпі, ні в якому разі не допускайте того, щоб вас збили з ніг, стежте за тим, щоб не спіткнулися - піднятися ви вже не зможете;
- необхідно триматися в середині людського потоку, не слід шукати захисту у стін і огорож - вас можуть сильно притиснути і покалічити;
- не слід робити активних дій, необхідно тримати руки зігнутими в ліктях, оберігаючи грудну клітку від здавлювання, дозвольте натовпу самому нести вас;
- якщо ви все-таки впали, слід максимально згрупуватися, захищаючи голову руками;
- після виходу з будівлі, слід прямувати додому по обхідному шляху, щоб уникнути повторної тисняви при вході в метро або посадці в інший транспорт.

### 3.5. Правила особистої безпеки:

3.5.1. Суворо заборонено відкривати двері своєї квартири незнайомим людям, вступати з ними в розмову і погоджуватися на їх пропозиції.

3.5.2. Відкриваючи вхідні двері своєї квартири, слід переконатися, що на сходовому майданчику немає невідомих вам людей.

3.5.3. Не допускається залишати записки в двері своєї квартири, в яких йдеться про те, хто з ваших близьких куди пішов.

3.5.4. Суворо заборонено входити в неосвітлений під'їзд будинку або ліфт без супроводу дорослих з незнайомими або малознайомими людьми.

3.5.5. Під час ігор на вулиці не можна залазити в підвали будинків і покинуті, зламані машини.

3.5.6. Не допускається грати в безлюдних і неосвітлених місцях (лісі, парку).

3.5.7. Не слід вступати в конфлікт з галасливою компанією, з людьми, що випили.

3.5.8. Суворо заборонено сідати в незнайомі вам транспортні засоби.

3.5.9. Необхідно завжди попереджати батьків, бабусь, знайомих про місце свого перебування і час повернення.

3.5.10. Слід з'ясувати номери телефонів батьків, бабусь, знайомих, за якими ви зможете екстрено зв'язатися з ними.

3.5.11. Не слід переохолоджуватися, необхідно пам'ятати про те, що якщо у вас є симптоми грипу, краще кілька днів побути вдома, ніж потім лікувати ускладнення ОРВІ та грипу тривалий час.

3.5.12. Не слід перегріватися, необхідно пам'ятати про те, що, перебуваючи без головного убору на відкритому сонці, можна отримати тепловий чи сонячний удар.

3.5.13. Категорично заборонено приймати самостійно будь-які таблетки або лікарські засоби.

3.5.14. Суворо заборонено користуватися електроприладами, грати з гострими, колючими і ріжучими, легкозаймистими та вибухонебезпечними предметами, вогнепальною та холодною зброєю, боєприпасами.

### 3.6. Правила безпеки на воді під час літніх канікул:

Щоб уникнути нещасного випадку, необхідно дотримуватися запобіжних заходів на воді:

3.6.1. Не слід приходити на водойми (озеро, річка, море) одним без супроводу дорослих.

3.6.2. Купатися можна тільки в спеціально відведених для цього місцях.

3.6.3. Не допускається заходити в воду, не знаючи глибини дна.

3.6.4. Під час прогулянки по березі водойми, необхідно уважно дивитися під ноги, щоб випадково не наступити на скляні осколки і інші гострі предмети.

3.6.5. Не дозволяється заходити в воду з настанням сутінків або при поганій видимості.

3.6.6. Суворо заборонено кататися на катерах і другом водному транспорті самим без супроводу дорослих.

- 3.6.7. Необхідно вміти надати першу невідкладну долікарську допомогу.
- 3.6.8. У разі виникнення надзвичайної ситуації слід негайно сповістити про це дорослих.
- 3.6.9. Під час тривалого перебування на сонці, слід збільшити кількість споживаної питної води.
- 3.7. Правила безпеки в лісі:
- 3.7.1. Категорично заборонено ходити в ліс одному без супроводу дорослих.
- 3.7.2. Слід мати при собі і вміти користуватися компасом, не дозволяється ходити в ліс в дощову або похмуру погоду.
- 3.7.3. Вирушаючи до лісу, необхідно надягати гумові чоботи, штани або спортивні штани, заправивши їх у чоботи, це захистить вас від укусів змій і комах.
- 3.7.4. Перебуваючи в лісі, слід надягати головний убір, закривати шию і руки, від попадання кліщів.
- 3.7.5. Пробиратися через кущі і зарості слід обережно, плавно розсуваючи гілки і плавно опускаючи їх.
- 3.7.6. Суворо заборонено курити і розпалювати багаття в лісі, щоб уникнути пожежі, не допускається залишати після себе сміття, так як порожні пляшки і осколки можуть призвести до виникнення пожежі.
- 3.7.7. Під час лісової пожежі необхідно побоюватися високої температури, задимленості, падіння підгорілих дерев і провалів в прогорілому ґрунті.
- 3.8. Правила безпеки при поводженні з тваринами:
- 3.8.1. Не дозволяється годувати і чіпати чужих собак, особливо під час споживання їжі або сну. Не слід вважати будь-який помах хвостом проявом дружелюбності. Іноді це може говорити про абсолютно недружній настрої тварини.
- 3.8.2. Слід уникати наближення до великих собак охоронних порід. Деякі з них вивчені кидатися на людей, що наближаються на певну відстань.
- 3.8.3. Категорично заборонено тікати від собаки.
- 3.8.4. Не слід робити різких рухів, звертаючись до собаки чи господаря собаки. Тварина може вирішити, що ви погрожуєте його господареві і напасти на вас.
- 3.8.5. Не дозволяється чіпати цуценят, якщо поруч знаходиться їх мати, не слід відбирати те, з чим собака грає.
- 3.8.6. Якщо у вузькому місці (наприклад, в під'їзді) собака йде вам назустріч на повідку, необхідно зупинитися і пропустити її господаря.
- 3.8.7. Слід пам'ятати про те, що тварини можуть бути переносниками таких хвороб, як сказ, лишай, чума, і ін.
- 3.9. Правила електробезпеки:
- 3.9.1. Категорично заборонено торкатися до електропроводів, електроприладів мокрими руками.
- 3.9.2. Виходячи з дому, завжди слід перевіряти, чи всі електроприлади відключені від електромережі.
- 3.9.3. Не допускається виймати вилку з електричної розетки, смикаючи за шнур.
- 3.9.4. Категорично заборонено підходити до обірваних електричних проводів ближче, ніж на 30 кроків.
- 3.9.5. Суворо заборонено торкатися опор електроліній.
- 3.9.6. Суворо заборонено користуватися несправними електроприладами, електричними розетками.
- 3.10. Правила пожежної безпеки:

3.10.1. Необхідно суворо дотримуватися правил користування газовими плитами, не допускається залишати включений газ без нагляду.

3.10.2. Суворо заборонено дітям користуватися сірниками, запальничками, розводити у будинку вогонь.

3.10.3. Категорично заборонено користуватися сірниками і включати газ самостійно без дорослих (для учнів 1-4 класів).

#### **4. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях**

4.1. У разі виникнення пожежонебезпечної ситуації (появи диму, запаху гару) необхідно негайно викликати пожежну бригаду по телефону 101.

4.2. У разі появи запаху газу категорично заборонено включати світло і запалювати сірники. Слід негайно провітрити приміщення і викликати аварійну службу газу за телефоном 104.

4.3. У разі виникнення будь-якої надзвичайної ситуації, якщо ви знаходитесь вдома один, слід негайно зв'язатися з ДСНС за номером 101 і розповісти оператору про свою проблему.

#### **4.4. Необхідно вміти надавати першу долікарську допомогу:**

- при порізі: прикрити чистою серветкою, змоченою йодом, не мити під проточною водою;
- при отруєнні: терміново промити шлунок великою кількістю кип'яченої води;
- при обмороженні: розтерти обморожені місця сухою теплою тканиною, дати випити потерпілому кілька склянок теплої рідини;
- при ударах: зафіксувати в нерухомому стані кінцівку і накласти холод.

У всіх перерахованих випадках необхідно негайно звернутися до лікаря.

#### **5. Вимоги безпеки після закінчення літніх канікул**

5.1. Зібрати портфель відповідно до розкладу уроків на перший навчальний день.

5.2. Пройти повторний інструктаж з безпеки життєдіяльності в школі, з обов'язковою відміткою у відповідному журналі.

#### **6. Завершальні положення інструкції**

6.1. Перевірка і перегляд інструкції з охорони праці для учнів під час літніх канікул повинна здійснюватися не рідше одного разу на 5 років.

#### **6.2. Дана інструкція для учнів перед літніми канікулами повинна бути достроково переглянута в наступних випадках:**

- при перегляді міжгалузевих і галузевих правил і типових інструкцій з охорони праці та техніки безпеки;
- за результатами аналізу матеріалів розслідування аварій та нещасних випадків;
- на вимогу Державної служби України з питань праці.

6.3. Якщо протягом 5 років з дня затвердження (введення в дію) даної інструкції з техніки безпеки для учнів перед початком літніх канікул умови не змінюються, то її дія автоматично продовжується на наступні 5 років.

6.4. Відповідальність за своєчасне внесення змін і доповнень, а також перегляд даної інструкції покладається на відповідального за охорону праці співробітника.