

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
«НИЖНЕТАГИЛЬСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ № 1»  
(ГАПОУ СО «НТПК № 1»)

«Согласовано»  
Председатель профсоюзного  
комитета первичной  
профсоюзной организации  
ГАПОУ СО «НТПК № 1»  
\_\_\_\_\_  
Т. М. Кудрявцева  
« 01 » марта 2022 г.

«Утверждаю»  
Директор  
ГАПОУ СО «НТПК № 1»  
\_\_\_\_\_  
Н. Г. Никокошева  
« 01 » марта 2022 г.  
Приказ от 01.03.2022г. № 71-од

**Инструктаж**  
**«Правила безопасного поведения**  
**во время летних каникул»**

ИОТ - № 27

2022 г.

Куратору группы перед летними каникулами необходимо обязательно провести инструктаж по технике безопасности на летних каникулах для студентов колледжа, при этом факт проведения инструктажа по правилам безопасного поведения студентов во время летних каникул должен быть отображен в журнале регистрации инструктажей. Студенты должны внимательно изучить данный инструктаж по правилам безопасного поведения на летних каникулах, задать интересующие вопросы куратору.

### **Основные правила безопасного поведения в летний период:**

1. Необходимо быть осторожным, внимательным на улице, при переходе дороги; соблюдать правила дорожного движения;
2. Соблюдать правила безопасности при прогулках в лесу, на реке:
  - Запрещается разжигать костры на территории населенных пунктов и территории лесного массива;
  - Купаться только в отведённых, специально оборудованных для этого местах и в теплое время.
  - Не употреблять в пищу незнакомые грибы и ягоды.
3. Необходимо заботиться о своем здоровье; соблюдать временные рамки при загаре, купании.
4. 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.
5. Быть осторожным при контакте с электрическими приборами, соблюдать технику безопасности при включении и выключении телевизора, электрического утюга, чайника и другой бытовой техники.
6. Соблюдать технику безопасности при пользовании газовыми приборами;
7. Соблюдать временной режим при просмотре телевизора и работе на компьютере;
8. Быть осторожным в обращении с домашними животными;
9. Лицам, не достигшим возраста 18 лет, запрещается находиться на улице без сопровождения взрослых после 22.00 часов.
10. Необходимо вести активный отдых соответствующий нормам ЗОЖ

### **Правила безопасного поведения при лесном пожаре**

**Причиной** лесных пожаров в большинстве случаев **является беспечность человека**. Низовой пожар выжигает лесную подстилку, валежник, подлесок. Его скорость может быть от 0,1 до 3 м/мин. Верховой пожар распространяется по кронам деревьев. Его скорость может достигать 100 м/мин по направлению ветра.

#### **В пожароопасный сезон в лесу запрещено:**

- Пользоваться открытым огнем (бросать горящие спички, окурки, вытряхивать горячую золу)
- Оставлять промасленный или пропитанный бензином, керосином и иными горючими веществами обтирочный материал;
- Заправлять топливные баки, использовать транспортные средства с неисправной системой питания;
- Курить или пользоваться открытым огнем вблизи машин;
- Оставлять на освещаемых солнцем местах бутылки или осколки стекла, которые могут стать зажигательными линзами;
- Выжигать траву;
- Разводить костры (при необходимости – только в мангалах).

#### **Как правильно выйти из горящего леса:**

- предупредите всех находящихся поблизости о необходимости покинуть опасную зону;

- определите направление ветра, направление распространения огня. Выберите маршрут входа из леса.

- выходите в наветренную сторону быстро, перпендикулярно направлению движения огня (параллельно фронту пожара), дышите через мокрый платок.

- если выход невозможен, то войдите в водоем или накройтесь мокрой одеждой.

- двигайтесь в сторону дороги, просеки, водоема, в поле.

- оказавшись на открытом пространстве или поляне, дышите воздухом возле земли – он менее задымлен.

- после выхода из зоны пожара сообщите о его месте, размерах и характере в администрацию населенного пункта или МЧС.

#### **Как правильно тушить небольшой низовой пожар:**

- если нет уверенности в своих силах, отойдите в безопасное место.

- приняв решение тушить пожар, сообщите о нем и попросите помощи в ближайшем населенном пункте.

- засыпайте огонь землей, заливайте водой;

- используйте для тушения пучок веток длиной 1,5-2 метра от деревьев лиственных пород, мокрую одежду, плотную ткань. Наносите скользящие удары, как бы сметая пламя, прижимайте ветки при следующем ударе по этому месту.

- небольшой огонь на земле затаптывайте;

- потушив пожар, не уходите, не убедившись, что огонь не разгорится снова.

#### **Если горит торфяное поле (болото):**

- Не пытайтесь сами тушить пожар;

- Двигайтесь против ветра, внимательно осматривая и ощупывая шестом дорогу.

- Горячая земля и дым из нее показывают, что торф выгорает, образуя пустоты, в которые можно провалиться и сгореть.

### **Правила безопасного поведения на воде**

- следует избегать купания в одиночку, так как в случае беды оказать помощь будет некому;

- после приема солнечной ванны нельзя бросаться в воду сразу; купание можно начинать только после некоторого отдыха в тени или сделать обтирание холодной водой в области сердца;

- не заходи на глубокое место, если не умеешь плавать или плаваешь плохо;

- не купайся в запрещенных местах, пользуйся пляжами и местами, специально отведенными для купания;

- не ныряй в незнакомых местах

- не заплывай за буйки

- не устраивай в воде игр, связанных с захватами;

- нельзя плавать на надувных матрацах и камерах (если плохо плаваешь);

- не пытайся плавать на бревнах, досках, самодельных плотках;

- очень опасно купаться в пьяном виде. «Пьяный в воде - наполовину утопленник» говорит народная пословица.

- нельзя подплывать к моторным, парусным судам, весельным лодкам и другим плавсредствам, прыгать в воду с непригодных для этих целей сооружений;

- нельзя загрязнять и засорять водоемы и берега;

- нельзя подавать крики ложной тревоги

**Важным условием безопасности на воде является строгое соблюдение правил катания на лодке:**

- нельзя выходить в плавание на неисправной и полностью необорудованной лодке;

- перед посадкой в лодку, надо осмотреть ее и убедиться в наличии весел, руля, уключин, спасательного круга, спасательных жилетов по числу пассажиров, и черпака для отлива воды;
- посадку в лодку производить, осторожно ступая посреди настила;
- садиться на балки (скамейки) нужно равномерно;
- ни в коем случае нельзя садиться на борт лодки, пересаживаться с одного места на другое, а также переходить с одной лодки на другую, раскачивать лодку и нырять с нее;
- **запрещается кататься на лодке детям до 16 лет без сопровождения взрослых, перегружать лодку сверх установленной нормы для этого типа лодки, пересекать курс моторных судов, близко находиться к ним и двигаться по судовому ходу;**
- опасно подставлять борт лодки параллельно идущей волне. Волну надо "резать" носом лодки поперек или под углом;
- если лодка опрокинется, в первую очередь нужно оказать помощь тому, кто в ней нуждается. Лучше держаться всем пассажирам за лодку и общими усилиями толкать ее к берегу или на мелководе.

### **Правила оказания первой помощи при тепловом, солнечном ударах и утоплении**

*Тепловой удар* - возникает в результате общего перегрева организма при длительном воздействии высокой температуры.

**Признаками теплового удара** являются сильная жажда, одышка, сердцебиение, головокружение. В дальнейшем температура тела повышается до 38-40°C, появляется рвота, может наступить потеря сознания. Если у пострадавшего прекратилось дыхание, до прибытия «скорой помощи» следует проводить искусственное дыхание.

**Первая медицинская помощь** при тепловом ударе включает комплекс мероприятий:

1. Перенести пострадавшего в прохладное место
2. Снять стесняющую одежду
3. Положить на голову, сердце, позвоночник холод
4. Дать понюхать нашатырный спирт
5. Дать подышать кислородом
6. Дать подсоленную воду, холодный чай (по 75 – 100 мл)
7. Вызвать «скорую помощь».

*Солнечный удар* наступает при прямом действии солнечных лучей на непокрытую голову. Его **симптомами** являются головокружение, головная боль, учащение или замедление пульса, временное нарушение ориентирования в окружающей обстановке. Затем может последовать помутнение и потеря сознания. **Помощь** пострадавшему осуществляется в том же порядке, что и при тепловом ударе.

Для того чтобы избежать теплового и солнечного ударов, необходимо соблюдать правила работы и поведения в помещениях с повышенной температурой и на солнце. Употребляя некрепкий чай и квас, следует поддерживать в организме водно-солевое равновесие. В жарком климате часы работы должны приходиться на наименее опасное время суток.

*Утопление* наступает в результате погружения человека в воду или иную жидкость, под влиянием которой развиваются острые нарушения функций жизненно важных систем организма. Среди **причин, ведущих к утоплению, главное место занимает** эмоциональный фактор - **страх**, часто связанный не с реальной, а с мнимой опасностью. Другими причинами утопления могут служить температура и большая скорость течения воды, водовороты, ключевые источники, штормы, неумение плавать, переутомление, болезненное состояние, травмы при прыжках в воду, нарушение сердечной деятельности при плавании под водой.

Спасать тонущего человека обычно приходится в плыв. Если он еще держится на поверхности, следует подплывать к нему сзади, чтобы избежать захвата с его стороны. В случае захвата лучше погрузиться с тонущим в воду. Он, пытаясь остаться на поверхности, как правило, отпускает спасателя. Если тонущий погрузился в воду, надо нырнуть и стараться обнаружить его. Найдя тонущего, необходимо взять его за руку или за волосы и, оттолкнувшись от дна, всплыть на поверхность. Доставив пострадавшего на берег, приступают к оказанию **первой медицинской помощи**:

1. если пострадавший находится в сознании: уложить на жесткую поверхность; раздеть и растереть руками или сухим полотенцем; дать горячий чай или кофе; укутать одеялом и дать отдохнуть.
2. если сознание отсутствует, но сохранены дыхание и пульс: освободить рот от ила, тины, рвотных масс; насухо обтереть пострадавшего; дать вдохнуть нашатырный спирт.
3. если отсутствуют дыхание и сердечная деятельность: удалить воду из дыхательных путей пострадавшего; освободить рот от ила, тины, рвотных масс; уложить на спину, запрокинуть голову и вытянуть язык; делать искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.
4. вызвать «скорую помощь».

### **Правила поведения на дороге.**

1. Переходите дорогу только на зелёный сигнал светофора.
2. Переходить дорогу можно только на пешеходном переходе, обозначенном специальным знаком и «зеброй». При переходе через дорогу на пешеходном переходе, не оборудованном светофором, следует не забывать сначала посмотреть направо, а дойдя до середины дороги, налево.
3. Не следует перебегать дорогу перед близко едущей машиной. Лучше подождать, когда она проедет. Водитель может не успеть затормозить, а вы можете неожиданно упасть, создавая тем самым аварийно опасную ситуацию, а также ситуацию опасную для вашей жизни и жизни водителя.
4. Не забывайте, что при переходе через дорогу автобус следует обходить сзади.
5. При проезде в пригородных поездах соблюдайте правила поведения на железнодорожном транспорте; переходите железнодорожные пути в строго отведённых для этого местах.
6. При пользовании общественным транспортом соблюдайте правила поведения в общественном транспорте, будьте вежливы, уступайте места пожилым пассажирам, инвалидам, пассажирам с детьми и беременным женщинам.
7. В темное время суток на одежде необходимо иметь светоотражающие элементы (фликеры — наклейки или значки, полосы ткани).

### **Правила безопасного поведения в общественных местах.**

- Откажись от употребления напитков, содержащих алкоголь (ст.ст.20.20 , 20.21 и 20.22 КоАП)
- Если в кругу твоих друзей появились алкогольные напитки, то тебе пора покинуть эту компанию (ст.ст.20.20 и 20.22 КоАП)
- Знай, что использовать психотропные или наркотические вещества можно только по назначению врача. Храни их вместе с рецептом! (ст. ст. 6.8, 6.9 КоАП, ст 228 УК РФ, Ст 221 УК РФ)
- Русский язык так красив и богат, что любую мысль можно выразить без использования нецензурной лексики (ст. 20.1 КоАП РФ)
- Уважай окружающих – если куришь, то делай это в специально организованных местах или дома (ФЗ № 15).
- Наш город красив – много цветов, удобных скамеек, детских площадок. Берегите их, сохраняйте чистыми и целыми. (ст.ст. 7.17, 7.21 КоАП)
- Даже очень хороший автомобиль не остановится сразу: береги свою жизнь, переходи дорогу аккуратно (только там, где разрешено) (ст. 12.29 КоАП).
- Уважай своих и чужих соседей – после 22 часов соблюдай тишину!

### **Правила безопасного поведения в сети Интернет**

- Подумай, прежде чем выслать виртуальному другу информацию о себе и свои личные фотографии. Ты не можешь знать, как он их будет использовать. Фотографии, попав в

виртуальное пространство, остаются там надолго. Размещая свои не очень приличные фотографии, подумай о том, что их могут увидеть твои друзья, родители, знакомые.

- Ты не знаешь, кем твой виртуальный друг может оказаться в реальной жизни. Если ты решишь встретиться с человеком, которого знаешь только по общению в Интернете, сообщи об этом кому-то из взрослых и пригласи с собой на встречу друга из реального мира. Выбирай для встреч людные места и светлое время суток.

- В сети Интернет, как и в обычной жизни, встречаются злые и невоспитанные люди. Ради собственного развлечения они могут обидеть тебя, устроить травлю. Такие люди могут встретиться на форумах и чатах. Помни: ты не виноват, если получил оскорбительное сообщение! Ни в коем случае не стоит общаться с таким человеком и тем более пытаться ответить ему тем же. Просто прекрати общение.

- Если тебе угрожают по Интернету, обязательно расскажи об этом родителям, учителю или близкому человеку, которому ты доверяешь. Помни: то, о чем ты читаешь или что видишь в Интернете, не всегда является правдой.

- Будь культурным пользователем Интернета. Каким будет виртуальный мир - во многом зависит от тебя.

- Старайся быть дружелюбным с другими пользователями, ни в коем случае не пиши грубых слов, не провоцируй собеседника. Нельзя использовать сеть для хулиганства и угроз!

**При соблюдении всех этих несложных правил надеемся, что каникулы ваши пройдут весело, разнообразно и не принесут никаких неприятных ситуаций.**

**Единый телефон службы спасения – (112)**

Инструкцию разработал  
Специалист по охране труда



А.Д. Сисин