

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МАЛИНСЬКИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ



ІНСТРУКЦІЯ З ОХОРОНИ ПРАЦІ № 208
з безпеки життєдіяльності студентів під час літніх канікул

1. Загальні положення.

1.1. Інструкція з безпеки студентів під час літніх канікул поширюється на всіх учасників навчально-виховного процесу під час перебування студентів на літніх канікулах.

1.2. Інструкцію розроблено відповідно до «Положення про організацію роботи з охорони праці учасників навчально-виховного процесу», затвердженого Наказом Міністерства освіти і науки України від 01.08.2001 № 563, «Правил дорожнього руху України», затверджених Постановою Кабінету Міністрів України від 10.10.2001 № 1306, «Правил пожежної безпеки для закладів, установ і організацій системи освіти України», затверджених Наказом Міністерства освіти і науки України, Міністерства внутрішніх справ України, Головного управління державної пожежної охорони від 30.09.1998 № 348/70, «Про запобігання поширенню на території України гострої респіраторної хвороби COVID-19, спричиненої корона вірусом SARS-CoV-2», встановленого постановою Кабінету Міністрів України від 11 березня 2020 р. № 211.

1.3. Всі учасники навчально-виховного процесу повинні знати правила надання першої (долікарської) допомоги при характерних ушкодженнях, мати необхідні знання і навички користування медикаментами.

2. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів під час літніх канікул.

2.1. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів перед початком літніх канікул.

2.1.1. Перед початком чітко визначити терміни початку та закінчення канікул.

2.1.2. Уразі продовження канікул слід телефонувати в останній день визначених термінів до приймальної навчального закладу для визначення нового терміну канікул.

2.2. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів під час літніх канікул.

2.2.1. Під час канікул, перебуваючи на вулиці й ставши учасником дорожньо-транспортного руху, чітко виконувати правила дорожнього руху:

- рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, притримуючись правого боку;
- за межами населених пунктів, рухаючись узбіччям чи краєм проїжджої частини, йти назустріч руху транспортних засобів;
- переходити проїжджу частину тільки по пішохідних переходах, зокрема підземних і наземних, а у разі їх відсутності – на перехрестях по лініях тротуарів або узбіч;
- у місцях із регульованим рухом керуватися тільки сигналами регулювальника чи світлофора;
- виходити на проїжджу частину з-за транспортних засобів упевнившись, що не наближаються інші транспортні засоби;
- чекати на транспортний засіб тільки на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, узбіччях, не створюючи перешкод для дорожнього руху;
- на трамвайних зупинках, не обладнаних посадковими майданчиками, можна виходити на проїжджу частину лише з боку дверей і тільки після зупинки транспортного засобу;
- у разі наближення транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком червоного або синього кольору, чи спеціальним звуковим сигналом, треба утриматися від переходу проїжджої частини або негайно залишити її;

- категорично заборонено вибігати на проїжджу частину, влаштовувати на ній або поблизу неї ігри, переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом, або невстановлених місцями;

- по проїжджій дорозі рухатися на велосипеді можна тільки дітям, які досягають 16-ти років; мопеди й велосипеди повинні бути обладнані звуковим сигналом та світлоповертачами: попереду – білого кольору, по боках – оранжевого, позаду – червоного; на голові у водія має бути захисний шолом; слід чітко дотримуватися правил дорожнього руху;

- водіям мопедів і велосипедів заборонено: керувати транспортом із несправним гальмом, звуковим сигналом, у темну пору доби; рухатися по автомагістралях, якщо є поряд велосипедна доріжка; рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках; їздити не тримаючись за кермо та знімати ноги з педалей; перевозити пасажирів; буксирувати інші транспортні засоби;

- для катання на інших засобах (скейтборд, самокат, ролики тощо) слід обирати місце на дитячих майданчиках та ін., на проїжджу частину виїжджати заборонено;

- студенти повинні виконувати зазначені правила, а також інші Правила дорожнього руху України, знання про які були отримані на уроках основ здоров'я, виховних годинах, інших навчальних спеціалізованих установах, предметних уроках;

- перебувати поблизу залізничних колій дітям без супроводу дорослих заборонено;

- студенти, користуючись транспортним засобом, повинні сидіти або стояти тільки в призначених для цього місцях, тримаючись за поручень або інше пристосування.

2.2.2. Під час канікул, перебуваючи вдома, на вулиці, в спеціалізованих установах, транспорті, студенти повинні чітко виконувати правила пожежної безпеки:

- заборонено брати з собою вогнебезпечні предмети, що можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, бенгальські вогні, феєрверки, цигарки, легкозаймисті речовини, вогнезаймисту рідину тощо);

- користуватися газовою плитою вдома можна тільки із спеціалізованим електричним приладом для вмикання і під наглядом дорослих;

- заборонено використовувати віконниці на вікна для затемнення приміщень і застосовувати горючі матеріали; зберігати бензин, газ та інші легкозаймисті горючі рідини, приносити їх до приміщення; застосовувати предмети оформлення приміщень, декорації та сценічне обладнання, виготовлене з горючих синтетичних матеріалів, штучних тканин і волокон (пінопласту, поролону, полівінілу тощо); застосовувати відкритий вогонь (факели, свічки, феєрверки, бенгальські вогні тощо), хлопушки, дугові прожектори; влаштовувати світлові ефекти із застосуванням хімічних та інших речовин, що можуть викликати загоряння; встановлювати стільці, крісла тощо, конструкції, виготовлені з пластмас і легкозаймистих матеріалів, а також захищати предметами проходи та аварійні виходи;
- у жодному разі не брати на вулиці чи в іншому місці незнайомі, чужі предмети, зокрема побутову техніку, не вмикати їх у розетку вдома чи в інших установах – це може призвести до вибуху та надзвичайної ситуації;
- не наближатися до електроприладів, музичної апаратури, що живляться струмом. Користуватися електроприладами тільки сухими руками і в присутності батьків. У разі виявлення обірваних проводів, неізолюваної проводки, іскріння проводки, слід негайно повідомити дорослих;
- не скупчуватися біля проходів у громадських установах, біля входів та виходів, у приміщеннях вестибюлю;
- під час участі в масових заходах не кричати, не свистіти, не бігати, не стрибати, не створювати травмонебезпечних ситуацій у приміщенні, виконувати правила пожежної безпеки;
- у разі пожежної небезпеки (наявності вогню, іскріння, диму) слід негайно вийти на повітря (за двері, балкон) та кликати на допомогу. Викликати службу пожежної охорони за номером 101, назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описавши ситуацію: наявність вогню, диму, кількість людей у приміщенні, залишити номер свого телефону;
- при появі запаху газу в квартирі, приміщенні у жодному разі не вмикати та не вимикати електроприлади та освітлення щоб запобігти утворенню іскор, не користуватися стаціонарним чи мобільним телефоном, відчинити вікна, двері, перевірити приміщення, вимкнути газову плиту, якщо вона була ввімкнена, й вийти з приміщення; покликати на допомогу дорослих, негайно повідомити в газову службу за номером 104 чи 101 пожежну охорону – 101; назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описавши ситуацію й залишивши номер свого телефону.

2.2.3. Під час канікул, перебуваючи вдома, на вулиці, в спеціалізованих установах, громадських місцях, приміщеннях, транспорті тощо

студенти повинні чітко виконувати правила з попередження нещасних випадків, травмування, отруєння тощо:

- під час канікул заборонено перебувати біля водойм без супроводу дорослих для запобігання утоплення дітей. Відпочиваючи у прибережній зоні, слід виконувати правила безпечної поведінки на воді: не запливати за огорожу вальні буї, не підпливати до моторних човнів, вітрильників, веслових човнів та інших плавзасобів; не залізати на технічні та попереджувальні знаки, буї та інші предмети;

- не використовувати рятувальні засоби і спорядження не за призначенням; не стрибати у воду зі споруд, не пристосованих для цього, й у місцях, де невідомі глибина та стан дна; не організовувати у воді ігри, пов'язані з пірнанням і захопленням тих, хто купається; не стрибати у воду з човнів, катерів, вітрильників та інших плавзасобів; не використовувати для плавання дошки, камери від волейбольних м'ячів, рятувальні круги, надувні матраци (особливо у штормову погоду); не купатися біля причалів та у вечірній час, особливо після заходу сонця; не стрибати у воду в незнайомих місцях; не купатися біля обривів, зарослих рослинністю берегів; не засмічувати воду та узбережжя, не залишати та не кидати сміття. Заборонене купання у затоплених кар'єрах, каналах, озерах, пожежних водоймах, ставках, морських акваторіях та інших водоймах, що не мають обладнаних пляжів сезонними рятувальними постами, не зареєстровані місцевою владою як місця масового відпочинку. Під час купання не слід робити зайвих рухів, не пірнати, не треба тримати свої м'язи в постійній напрузі, не порушувати ритму дихання, не перевтомлювати себе, не брати участі у великих запливах без необхідних тренувань та дозволу лікаря. Не можна заходити у воду спітнілим або після прийому сонячних ванн, жвавих ігор. Як тільки ви починаєте замерзати, треба негайно вийти з води, енергійно розтертися рушником і швидко одягтися. Категорично заборонено заходити у воду, якщо ви погано почуваєтеся;

- категорично заборонено перебувати біля будівельних майданчиків, кар'єрів, закинутих будівель для запобігання обрушень будівельних матеріалів й попередження травм та загибелі дітей;

- категорично заборонено вживати алкоголь, наркотичні засоби, тютюнові вироби, стимулятори;

- уникати вживання в їжу грибів;

- категорично заборонено брати в руки, нюхати, їсти незнайомі дикі рослини чи паростки квітів, кущів, дерев, що може призвести до отруєння;

- пересуватися слід обережно, спокійно. Беручи участь в іграх, не створювати хаотичного руху, не штовхатися, не кричати. На вулиці бути обережним, дивитися під ноги, щоб не впасти в яму чи відкритий каналізаційний люк;
- не підходити на вулиці до обірваних, обвислих проводів, або проводів, які стирчать, а особливо, якщо від них іде гудіння – дані проводи можуть бути ще підживлені електрострумом;
- не підходити до щитових, не залазити на стовпи з високовольтними проводами – можна отримати удар електрострумом від високовольтних живлень на відстані 5 м;
- бути обережним на дитячих майданчиках, у парках відпочинку: спочатку переконатися, що гойдалки, атракціони, турніки та інші прилади справні, сильно не розгойдуватися й не розгойдувати інших, щоб не призвести до падіння чи іншого травмування;
- не виходити на дах багатоповерхівки для попередження падіння дітей із висоти;
- не підходити до відчинених вікон, мити вікна тільки в присутності дорослих, не нахилятися на перила, парапети сходинок для запобігання падіння дітей із висоти;
- не спускатися у підвали будинків чи інші підземні ходи, катакомби, бомбосховища – там може бути отруйний газ;
- не вступати в контакт із незнайомими тваринами для запобігання отримання укусів від хворих на сказ тварин;
- застосовувати всі знання й правила, отримані на уроках основ здоров'я, виховних годинах, навчальних уроках.

2.2.4. Під час канікул студенти повинні виконувати правила безпеки життєдіяльності під час грози:

- під час грози, якщо ви перебуваєте вдома, зачиніть всі вікна та двері, у приміщенні не повинно бути протягу. Протяг може привернути кулеподібну блискавку;
- найкраще ховатись у автомобілі або в будинку із громовідводом. Автомобіль ні в якому разі не можна паркувати під деревами або високими конструкціями, потрібно зачинити вікна авто, бажано опустити/зняти антену, зупинитися і перечекати негоду;

- не можна ховатися від зливи під деревом: воно притягує блискавки. Крім того, є небезпека падіння важких гілок, які можуть зламатись під натиском вітру;
- уникайте металевих парканів, стін, біля яких ростуть дерева, вуличних ліхтарів, металевих веж, опор електропередач;
- якщо ви опинилися в лісі, не ховайтеся від грози на підвищенні. Тримайтеся місця, де низькі дерева. Не в якому разі не бігайте. Дуб, тополя, сосна та ялина найбільш проводять розряд електрики, найменше – верба, клен та кущі;
- якщо ви опинилися в полі, знайдіть заглиблення в землі. Бажано, щоб місце було сухим, адже волога земля сильніше проводить електрику. Не лягайте, краще присісти, щоб мати якомога менше площі прилягання до землі;
- якщо у вас із собою є парасолька, ні в якому разі не відкривайте її, адже металеві прутки притягують розряди;
- всі електричні прилади є своєрідними приймачами для блискавок. Тому ні в якому разі не користуйтеся ними під час грози, краще їх вимкнути з мережі;
- не можна купатися у водоймах під час грози. Якщо ви на човні і бачите, що наближається негода, намагайтеся якнайшвидше дістатись до берега.
- не телефонуйте з мобільного телефону, навіть якщо страшно і хочеться підтримки близьких. Пам'ятайте, що єдиний правильний вчинок – негайно вимкнути телефон, адже є велика загроза влучання блискавки.

2.2.5. Під час канікул студенти повинні виконувати правила безпеки життєдіяльності під час самостійного перебування вдома, на вулиці, у громадських місцях, у друзів, на молодіжних дискотеках, у замкнутому просторі з чужими людьми, правила попередження правопорушень та насильства над дітьми:

- не розмовляти й не вступати в контакт із незнайомцями, зокрема не передавати їм цінні речі, ключі від дому, навіть якщо вони назвалися представниками міліції. Слід одразу кликати на допомогу й швидко йти до людей;
- не підходити до автомобілів із незнайомцями, навіть якщо вони

- запитують дорогу. Скажіть, що не знаєте, і швидко йдіть геть;
- перебувати без супроводу дорослих на вулиці дітям до 10-ти років можна до 20 год, до 14-ти років – до 21 год, до 18-ти років – до 22 год. У темну пору сезону – до настання темряви;
- діти мають право не відчиняти двері дому навіть представникам правоохоронних органів. Якщо незнайомиць запитує, чи скоро прийдуть батьки, повідомте, що скоро – вони у сусідів, а в цей час зателефонуйте батькам і двері незнайомцям не відчиняйте;
- бути подалі від тих, хто влаштовує бійки, не брати участі в суперечках дорослих і не провокувати словами чи діями агресивну поведінку, що може призвести до бійки або травми; у стосунках із оточуючими керуйтеся толерантними відносинами;
- не заходити в під'їзд, ліфт із незнайомими людьми; одразу кликати на допомогу, якщо незнайомиць провокує якісь дії щодо вас. Бути уважнішими, оглядатися й перевіряти, чи не слідує за вами хтось під час проходу провулків, підземних переходів між домами й тунелями. Якщо за вами хтось іде, зупинитися й відійти у сторону, щоб потенційний переслідувач пройшов повз вас;
- під час перебування на дискотеці, треба завчасно попередити батьків, щоб зустріли вас після заходу; слід керуватися загальними правилами етикету й нормами поведінки, не провокувати оточуючих на агресивну поведінку діями і словами.
- У разі небезпечної ситуації звертатися до служби охорони закладу, викликати міліцію за номером 102, зателефонувати батькам;
- не вчиняти дії, що можуть призвести до правопорушень. Неповнолітніми у кримінальному праві вважаються особи віком до 18-ти років. За злочини, вчинені після настання 14-річного віку, неповнолітні підлягають кримінальній відповідальності; позбавлення волі неповнолітньому може бути призначення строком до 10-ти років; найбільш суворим примусовим заходом виховного характеру є направлення до спеціальних навчально-виховних установ, що здійснюється примусово, незалежно від бажання неповнолітнього чи його батьків;
- батьки неповнолітніх, які не займаються вихованням своїх дітей, підлягають адміністративному штрафу в розмірах, передбачених відповідною статтею Карного кодексу України;
- всеукраїнські гарячі лінії підтримки дітей та молоді України: Всеукраїнська лінія «Телефон довіри» – 800-500-21-80; національна

гаряча лінія з питань попередження насильства над дітьми та захисту прав дітей – 500-500-33-50 (у межах України дзвінки безкоштовні).

2.2.6. Під час канікул учні повинні виконувати правила запобігання захворювань на грип, інфекційні й кишкові захворювання, педикульоз тощо:

- при нездужанні не виходити з дому, щоб не заражати інших людей, і викликати лікаря;
- хворому виділити окреме ліжко, посуд, білизну;
- приміщення постійно провітрювати;
- у разі контакту із хворим одягати марлеву маску;
- хворому слід дотримуватися постільного режиму;
- вживати заходів профілактики: їсти мед, малину, цибулю, часник; чітко виконувати рекомендації лікаря;
- постійно мити руки з милом перед їжею;
- не їсти брудних овочів та фруктів, ретельно їх мити й ошпарювати;
- для запобігання захворювання на педикульоз, регулярно мити голову; довге волосся у дівчат має бути зібране у зачіску, не користуватися засобами особистої гігієни (гребінцем) інших осіб, а також не передавати свої засоби гігієни іншим. Не міряти й не носити чужого одягу, головних уборів, а також не передавати свого одягу іншим;
- не вживати самостійно медичних препаратів, не рекомендованих лікарем;
- якщо ви погано почуваєтеся, а дорослих немає поряд, слід викликати швидку медичну допомогу за номером 103, описавши свій стан, назвавши номер свого телефону, домашню адресу, прізвище, ім'я, а також зателефонувати батькам.

2.2.7. Під час канікул учні повинні виконувати правила запобігання захворювань на коронавірус:

1) дотримуватися правил особистої гігієни:

- регулярне миття рук з милом або обробка спиртовмісними антисептиками якщо руки видимо забруднені, та після кожного контакту

з тваринами, після приходу з вулиці, використання туалету, прибирання, перед прийомом їжі тощо;

-прикриття роту та носа при кашлі та чханні зігнутою рукою в лікті або одноразовою серветкою, яку необхідно знешкодити відразу після використання;

2)не торкатися руками обличчя (носу, роту, очей, ін.);

3)ретельно готувати їжу, особливо м'ясо та яйця, оскільки коронавірус (як і багато інших інфекцій) може розповсюджуватися через недостатньо термічно оброблену їжу;

4)уникати скупчення людей;

5)дотримуватись безпечної відстані до людей 1,5-2 м;

6)уникати контактів з особами, які хворі на ГРВІ чи застуду;

7)уникати безпосереднього контакту з дикими чи свійськими тваринами;

8)використовувати захисну маску. Використовуйте маску правильно:

- вона має покривати ніс і рот;
- вона має щільно прилягати, без відступів по краях;
- заміняйте маску, щойно вона стала вологою;
- не чіпайте зовнішню частину маски руками, а якщо доторкнулися, помийте руки з милом чи обробіть спиртовмісним антисептиком;
- заміняйте маску щочотири години;
- не використовуйте маску повторно;

9)захворів – сиди вдома. Не варто ризикувати власним здоров'ям та здоров'ям інших. У разі наявності таких симптомів, як підвищена температура тіла, кашель і утруднене дихання, необхідно терміново звернутися до сімейного лікаря і повідомити йому про попередні історії подорожей, якщо така була; та можливі контакти з особами, хворими на гострі вірусні захворювання.

3. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів при виникненні надзвичайної або аварійної ситуації.

3.1. Не панікувати, не кричати, не метушитися, а чітко і спокійно виконувати вказівки дорослих, які перебувають поряд.

3.2. Слід зателефонувати батькам, коротко описати ситуацію, повідомити про місце свого перебування.

3.3. Якщо ситуація вийшла з-під контролю дорослих, потрібно зателефонувати до служб екстреної допомоги за телефонами:

101– пожежна охорона;

102 – міліція;

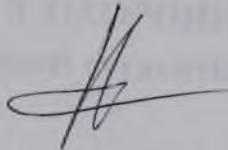
103 – швидка медична допомога;

104– газова служба;

коротко описати ситуацію, назвати адресу, де сталася надзвичайна ситуація, а також своє прізвище, ім'я, номер свого телефону.

3.4. У разі можливості слід залишити територію аварійної небезпеки.

Інженер з ОП



Олександр ПАВЛЮК