

ИНСТРУКТАЖ

по правилам поведения обучающихся во время летних каникул

Общие правила поведения

1. В общественных местах быть вежливым и внимательным к детям и взрослым, соблюдать нормы морали и этики.
2. Быть внимательным и осторожным на проезжей части дороги, соблюдать правила дорожного движения.
3. В общественном транспорте быть внимательным и осторожным при посадке и выходе, на остановках.
4. Во время игр соблюдать правила игры, быть вежливым.
5. Не разговаривать с посторонними (незнакомыми) людьми. Не реагировать на знаки внимания и приказы незнакомца. Никуда не ходить с посторонними.
6. Не играть в тёмных местах, на свалках, стройплощадках, пустырях и в заброшенных зданиях, рядом с железной дорогой и автомагистралью.
7. Всегда сообщать родителям, куда идёшь гулять.
8. Без сопровождения взрослых и разрешения родителей не ходить к водоемам (рекам, озерам, водохранилищам) и в лес, не уезжать в другой населенный пункт.
9. Одеваться в соответствии с погодой.
10. Не дразнить и не гладить беспризорных собак и других животных.
11. Не употреблять в пищу незнакомые грибы и ягоды.
12. Находясь дома, быть внимательным при обращении с острыми, режущими, колющими предметами и электронагревательными приборами; не играть со спичками, зажигалками и т.п. Соблюдать технику безопасности при пользовании газовыми приборами.
13. Соблюдать временной режим при просмотре телевизора и работе на компьютере.
14. Строго соблюдать правила пожарной безопасности в квартире. В случае пожара дома использовать правила поведения при пожаре в квартире.

Правила поведения на летних каникулах

1. 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.
2. При использовании скутеров, велосипедов соблюдай правила дорожного движения.
3. При использовании роликовых коньков, скейтов и самокатов, помни, что проезжая часть не предназначена для их использования, ты должен кататься по тротуару.
4. Находясь вблизи водоёмов, соблюдать правила поведения на воде:
 - Не купаться в местах с неизвестным дном;
 - входить в воду только с разрешения родителей и во время купания не стоять без движений;
 - не прыгать в воду головой вниз при недостаточной глубине воды, при необследованном дне водоема и при нахождении вблизи других пловцов;
 - не оставаться при нырянии долго под водой;
 - не купаться более 30 мин., если же вода холодная, то не более 5-6 мин.;
 - не заплывать за установленные знаки ограждения водного бассейна (буйки), не купаться при большой волне, не подплывать близко к моторным лодкам, пароходам, баржам и пр. плавательным средствам;
 - почувствовав озноб, быстро выйти из воды и растереться сухим полотенцем;
 - при судорогах не теряться, стараться держаться на воде и позвать на помощь.
5. Во время походов в лес обязательно надеть головной убор и одежду с длинными рукавами во избежание укусов клещей и других насекомых.
6. Во время похода в лес не поджигать сухую траву, не лазить по деревьям, внимательно смотреть под ноги.
7. Запрещается посещать подвалы, гаражи, чердаки, крыши домов, территории детских садов, строительные площадки.
8. Быть осторожным в обращении с домашними и, особенно с бездомными животными.

9. Запрещается находиться на улице без сопровождения взрослых после 22.00 без сопровождения взрослых (законных представителей).

10. Необходимо вести активный отдых соответствующий нормам ЗОЖ.

Правила безопасного поведения на дорогах и на транспорте

1. При выходе на улицу посмотри сначала налево, потом направо, чтобы не помешать прохожим.

2. Когда идешь по улицам города, будь осторожен. Не торопись. Иди только по тротуару или обочине.

3. Иди не спеша по правой стороне тротуара.

4. Если идешь по обочине, держись подальше от края дороги.

5. Не выходи на проезжую часть улицы или дороги.

6. Не выбегай на проезжую часть из-за стоящего транспорта. Неожиданное появление человека перед быстро идущим автомобилем не позволяет водителю избежать наезда на пешехода или может привести к иной аварии с тяжкими последствиями.

7. Осторожно проходи мимо стоящего автомобиля: пассажиры могут резко открыть дверь и ударить тебя.

8. Переходи улицу только по пешеходным переходам.

9. Прежде чем переходить улицу, посмотри налево, посмотри направо - убедись, что движущегося транспорта в опасной близости нет. Если проезжая часть свободна, - иди. Улицу, где нет пешеходного перехода, надо переходить от одного угла тротуара к другому: под углом 90 градусов.

10. Если на улице большое движение, попроси взрослого или сотрудника милиции помочь ее перейти.

11. Ожидай общественный транспорт на посадочной площадке или тротуаре у указателя остановки.

12. При посадке в автобус, троллейбус, трамвай соблюдай порядок. Не мешай другим пассажирам.

13. В автобус, троллейбус, трамвай входи через задние двери. Выходи через передние двери. Заранее готовься к выходу, пройдя вперед.

14. Входя и выходя из транспорта, не спеши и не толкайся.

15. Выйдя из автобуса, трамвая, нужно по тротуару дойти до пешеходного перехода и только по нему переходить на другую сторону.

16. Когда переходишь улицу, следи за сигналом светофора:

красный - СТОП - все должны остановиться;

желтый - ВНИМАНИЕ - жди следующего сигнала;

зеленый - ИДИТЕ - можно переходить улицу.

17. Находясь в транспорте, не ходи по салону, держись за поручень, не выглядывай из окон, не высовывай руки, не нажимай без надобности на аварийные кнопки.

18. Не устраивай игр на проезжей части или вблизи дороги. Не катайся на велосипедах, роликовых коньках и т. п. на проезжей части дороги.

19. Не перебегай улицу или дорогу перед близко идущим транспортом.

20. Не цепляйся за проходящий мимо транспорт.

Инструкция по электробезопасности

1. Неукоснительно соблюдайте порядок включения электроприборов в сеть: шнур сначала подключайте к прибору, а затем к сети. Отключение прибора производится в обратной последовательности.

2. Уходя из дома или даже из комнаты, обязательно выключайте электроприборы (утюг, телевизор и т. п.).

3. Не вставляйте вилку в штепсельную розетку мокрыми руками.

4. Никогда не тяните за электрический провод руками - может случиться короткое замыкание.

5. Ни в коем случае не подходите к оголенному проводу и не дотрагивайтесь до него - может ударить током.
6. Не пользуйтесь утюгом, чайником, плиткой без специальной подставки.
7. Не прикасайтесь к нагреваемой воде и сосуду (если он металлический) при включенном в сеть нагревателе.
8. Никогда не протирайте включенные электроприборы влажной тряпкой.
9. Не вешайте цветочные горшки над электрическими проводами.
10. Нельзя гасить загоревшиеся электроприборы водой.
11. Не прикасайтесь к провисшим или лежащим на земле проводам.
12. Опасно влезать на крыши домов и строений, где вблизи проходят линии электропередачи, а также на опоры (столбы) воздушных линий электропередачи.
13. Не пытайтесь проникнуть в распределительные устройства, Трансформаторные подстанции, силовые щитки - это грозит смертью!
14. Не используйте бумагу или ткань в качестве абажура электролампочек.
15. Не пытайтесь проводить ремонт электроприборов при их включенном состоянии (в электросети).
16. В случае возгорания электроприборов, если вы не можете погасить вспышку пожара, вызывайте по телефону пожарную службу.

Инструкция по пожарной безопасности

Для младших школьников

1. Нельзя трогать спички и играть с ними.
2. Опасно играть с игрушками и сушить одежду около печи, нагревательных приборов с открытой спиралью.
3. Недопустимо без разрешения взрослых включать электроприборы и газовую плиту.
4. Нельзя разводиться костры и играть около них.
5. Если увидел пожар, необходимо сообщить об этом родителям или взрослым.

Для старших школьников

1. Следите, чтобы со спичками не играли маленькие дети, убирайте их в недоступные для малышей места.
2. Не нагревайте незнакомые предметы, упаковки из-под порошков и красок, особенно аэрозольные упаковки.
3. Не оставляйте электронагревательные приборы без присмотра. Запрещайте малышам самостоятельно включать телевизор. Уходя из дома, выключайте электроприборы из сети.
4. Помните, что опасна не только бочка с бензином, но и пустая бочка из-под него или другой легковоспламеняющейся жидкости, и зажженная спичка может привести к тяжелым ожогам и травмам.
5. Не разжигайте печь или костер с помощью легковоспламеняющихся жидкостей (бензин, солярка).
6. Не оставляйте незатушенных костров.
7. Не поджигайте сами и не позволяйте младшим поджигать тополиный пух или сухую траву.
8. При обнаружении пожара сообщите взрослым и вызовите пожарных по телефону 112.

Инструкция по правилам безопасного поведения на водоёмах в летний период

1. Купайтесь только в разрешённых и хорошо известных местах.
2. Умейте пользоваться простейшими спасательными средствами.
3. Купаться лучше утром или вечером, тогда вы сможете хорошо отдохнуть, не опасаясь получить ожоги.
4. Входите в воду быстро и во время купания не стойте без движения. Почувствовав озноб, быстро выходите из воды.
5. Не купайтесь сразу после приёма пищи и большой физической нагрузки (игра в футбол, бег и т.д.). Перерыв между приёмом пищи и купанием должен быть не менее 45 - 50 минут.
6. В холодную погоду, чтобы согреться, сделайте несколько лёгких физических упражнений.

7. Не купайтесь больше 30 минут; если вода холодная, достаточно 5-6 минут.
8. Не прыгайте в воду головой вниз.
9. Не оставайтесь при нырянии долго под водой.
10. Выйдя из воды, вытретесь насухо и сразу оденьтесь.
11. Почувствовав даже лёгкую усталость, сразу плывите к берегу.
12. При судорогах не теряйтесь, старайтесь держаться на воде и зовите на помощь.
13. **Запрещается:**
 - купаться вблизи водосбросов, шлюзов, мостов, водоворотов, шлюзов, плотин, пристаней, причалов и других гидротехнических сооружений;
 - входить в воду разгорячённым (потным);
 - заплывать за установленные знаки (ограждения участка, отведённого для купания);
 - подплывать близко к моторным лодкам, баржам;
 - купаться при высокой волне;
 - прыгать с вышки, если вблизи от неё находятся другие пловцы;
 - толкать товарища с вышки или с берега;
 - нырять после долгого пребывания на солнце (опасно тем, что резко рефлекторно сокращаются мышцы, что ведёт к остановке дыхания).

Правила безопасности в сети Интернет для обучающихся

1. Перед тем, как подружиться с кем-либо в сети Интернет, спросите у родителей как вести безопасное общение.
2. Ни при каких обстоятельствах не рассказывайте о себе незнакомцам (где и с кем вы живете, в какой школе обучаетесь, номер телефона должны знать исключительно Ваши друзья и родственники).
3. Не отсылай свои фотографии людям, совершенно не знакомым Вам. Нельзя чтобы совершенно незнакомые люди видели Ваши фотографии, фотографии Ваших друзей или Вашей семьи.
4. Никогда не соглашайтесь на личную встречу с людьми из Интернета без сопровождения родителей. В сети Интернет много людей рассказывающих о себе неправду.
5. Ведя общение в Интернет сети, всегда будьте дружелюбны к другим людям. Нельзя писать грубые слова, поскольку читать грубости так же неприятно, как и слышать.
6. Регистрируясь на различных сайтах, всегда старайтесь не указывать личную информацию, потому что она может быть доступна совершенно незнакомым людям. Так же, не желательно размещать своё фото, давая, тем самым, представление о Вашей внешности, совершенно посторонним людям.
7. Пользуйтесь веб-камерой исключительно для общения с друзьями. Следите, чтобы посторонние вам люди не могли видеть ваш разговор, т.к. его можно записать.
8. Нежелательные письма от незнакомцев называются «Спам». Если вы вдруг получили подобное письмо, никогда не отвечайте на него. Если Вы ответите на такое письмо, отправивший будет знать, что вы используете свой электронный почтовый ящик и будет продолжать слать вам спам.
9. В случае, если вы получили письмо с совершенно незнакомого адреса, его желательно не открывать. Такие письма зачастую содержат вирусы.
10. Если вы получаете письма с неприятным и оскорбительным для вас содержанием или кто-нибудь ведет себя по отношению к вам неподобающим образом, обязательно сообщите об этом.
11. Если вдруг вас кто-либо расстроил или обидел, расскажите обо всем взрослому.
12. Нельзя открывать файлы, полученные от неизвестных Вам людей. Вы ведь не знаете, что в действительности содержат эти файлы в них могут находиться вирусы или фото/видео с «агрессивным» содержанием.
13. Никогда не добавляйте незнакомых вам людей в свой список контактов. Не забывайте, что виртуальные друзья и знакомые могут быть не теми на самом деле, за кого себя выдают.