

Бюджетное учреждение профессионального образования  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры  
«РАДУЖНИНСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

УТВЕРЖДАЮ

Директор  
БУ «Радужнинский  
политехнический колледж»

М.Н.Волков  
«01» \_\_\_\_\_ 2015 г.

**ИНСТРУКТАЖ  
ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ  
ИТБ 04**

обучающихся во время летних каникул  
(ЦЕЛЕВОЙ)

Данный инструктаж предназначен для проведения беседы с обучающимися БУ «Радужнинский политехнический колледж» перед летними каникулами.

Летние каникулы отличаются большим количеством свободного времени у обучающихся. Они подолгу гуляют на улице, купаются в водоемах. Как следствие во время летних каникул значительно увеличивает количество несчастных случаев и различных заболеваний.

**1. ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ**

- 1.1. На улице громко разговаривать, кричать, смеяться неприлично.
- 1.2. Нельзя сорить на улице: грызть семечки, бросать бумажки, конфетные обёртки, огрызки от яблок.
- 1.3. Во время посещения кинотеатра не надо шуметь, бегать, затевать игры.
- 1.4. Во время просмотра кинофильма неприлично мешать зрителям, хлопать стульями, свистеть, топтать.
- 1.5. При входе в зал и при выходе не надо спешить, толкаться.

**2. ОБЯЗАННОСТИ ПЕШЕХОДА, ПРАВИЛА ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ**

- 2.1. Когда идете по улицам, будьте осторожны, не торопитесь. Идите только по тротуару или обочине подальше от края дороги. Не выходите на проезжую часть улицы или дороги.
- 2.2. Переходите дорогу только в установленных местах. На регулируемых перекрестках – на зеленый свет светофора. На нерегулируемых светофором установленных и обозначенных разметкой местах соблюдать максимальную осторожность и внимательность. Даже если вы переходите дорогу на зеленый свет светофора, следите за дорогой и будьте бдительны – может ехать нарушитель ПДД.
- 2.3. Не выбегайте на проезжую часть из-за стоящего транспорта. Неожиданное появление человека перед быстро движущимся автомобилем не позволяет водителю избежать наезда на пешехода или может привести к иной аварии с тяжкими последствиями.
- 2.4. Переходите улицу только по пешеходным переходам.
- 2.5. Когда переходите улицу, следите за сигналом светофора: красный – СТОП – все должны остановиться; желтый – ВНИМАНИЕ – ждите следующего сигнала; зеленый – ИДИТЕ – можно переходить улицу.

- 2.6. Если не успели закончить переход и загорелся красный свет светофора, остановитесь на островке безопасности.
- 2.7. Не перебегайте дорогу перед близко идущим транспортом – помните, что автомобиль мгновенно остановить невозможно, и вы рискуете попасть под колеса.

### **3. ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ (ОТКРЫТЫЕ ВОДОЕМЫ И БАССЕЙН)**

- 3.1. Входите в воду быстро и во время купания не стойте без движения. Почувствовав озноб, быстро выходите из воды.
- 3.2. Не купайтесь сразу после приема пищи и большой физической нагрузки (игра в футбол, бег и т. д.). Перерыв между приемами пищи и купанием должен быть не менее 45-50 минут.
- 3.3. В холодную погоду, чтобы согреться, сделайте несколько легких физических упражнений.
- 3.4. Не купайтесь больше 30 минут; если вода прохладная, достаточно 5-6 минут.
- 3.5. Не ныряйте в неизвестном месте и на мели, так как можно удариться головой о дно или какой-либо предмет. При ушных заболеваниях не прыгайте в воду головой вниз.
- 3.6. Не оставайтесь при нырянии долго под водой
- 3.7. Почувствовав усталость, сразу плывите к берегу. Выйдя из воды, вытрите насухо и сразу оденьтесь.
- 3.8. При судорогах не теряйтесь, старайтесь держаться на воде, зовите на помощь.
- 3.9. При оказании вам помощи не хватайте спасающего, а помогите ему буксировать вас к берегу.

#### **Запрещается:**

- 1) Входить в воду разгоряченным, сразу после перехода или физических упражнений с большой мышечной нагрузкой.
  - 2) Заплывать за установленные знаки (ограждения участка, отведенного для купания).
  - 3) Подплывать близко к моторным лодкам, баржам.
  - 4) Купаться при высокой волне, в сумерки и ночное время.
  - 5) Нырять в воду с мостиков, лодок, отрывистого берега; толкать товарища с вышки или с берега.
  - 6) Плавать в лодке без спасательных средств (спасательного жилета или круга).
- 3.10. Не купайтесь в бассейне босиком. Надевайте резиновые тапочки, чтобы не поранить ноги о возможные сколы бетона, плиточной облицовки и чтобы не было скользко.
- 3.11. Не ныряйте в не установленных местах, там может быть мелко и можно удариться головой о дно и получить тяжелую травму.
- 3.12. Не прыгайте с вышек без специальной подготовки инструктором по плаванию. Можно повредить позвоночник или получить шок при попадании сильной струи воды через нос в дыхательные пути.

### **4. ДЕЙСТВИЯ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ И ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ**

- 4.1. В случае возникновения экстремальных и чрезвычайных ситуаций вести себя сдержанно, не впадать в панику, взять себя в руки, оценить степень полученных повреждений и их опасность для жизни.
- 4.2. Быть очень внимательным и осторожным. Начать оказывать самопомощь с наиболее угрожающих для вашей жизни клинических проявлений (артериальное кровотечение, шок, открытый перелом и др.).
- 4.3. При наличии сотового телефона вызвать скорую помощь.

### **5. ПРАВИЛА ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И ОБРАЩЕНИЯ С ЭЛЕКТРОПРИБОРАМИ**

- 5.1. Запрещается бросать горящие спички в помещениях, небрежно, беспечно обращаться огнём.
- 5.2. Включать в одну розетку большое количество потребителей тока, использовать неисправную аппаратуру и приборы. Пользоваться электрошнуром и проводами с нарушенной изоляцией
- 5.3. Пользоваться повреждёнными розетками. Пользоваться электрическими утюгами, плитками, чайниками без подставок из несгораемых материалов.

5.4. Самим чинить и разбирать электроприборы.

5.5. В случае возникновения пожара вызвать пожарную охрану. Использовать все имеющиеся средства для тушения пожара.

5.6. Встречать пожарных и сообщать им об очаге пожара. Знать план эвакуации на случай пожара.

## **6. МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЭКСКУРСИЙ, ПОХОДОВ И ДРУГИХ МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ**

### ***ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ***

6.1. При проведении прогулки, туристского похода, экскурсии, экспедиции группу должен сопровождать взрослый человек.

6.2. Опасные факторы:

- изменения установленного маршрута движения, самовольное оставление места расположения группы;

- травмирование ног при неправильном подборе обуви, передвижение без обуви, а также без брюк или чулок, укусы ядовитыми животными, пресмыкающимися и насекомыми;

- отравление ядовитыми растениями, плодами и грибами;

- заражение желудочно-кишечными болезнями при употреблении воды из непроверенных открытых водоемов.

### ***ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ПРОГУЛКИ, ЭКСКУРСИИ***

6.3. Пройти соответствующую подготовку, инструктаж, медицинский осмотр.

6.4. Надеть удобную одежду и обувь, не стесняющую движения и соответствующую сезону и погоде.

6.5. Убедиться в наличии аптечки и ее укомплектованности необходимыми медикаментами и перевязочными материалами.

### ***ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ПРОГУЛКИ, ЭКСКУРСИИ***

6.6. Соблюдать дисциплину, выполнять все указания руководителя и его заместителя, самовольно не изменять установленный маршрут движения и место расположения группы.

6.7. Отправляясь на экскурсию, в поход, надевать одежду, соответствующую сезону и погоде, на ноги надевать прочную обувь, носки, на голову – головной убор. Во время экскурсии не снимать обувь и не ходить босиком.

6.8. Во время привалов во избежание ожогов и лесных пожаров не разводить костры.

6.9. Не пробовать на вкус какие-либо растения, плоды и грибы. Не трогать руками ядовитых и опасных животных, пресмыкающихся, насекомых, растения, грибы, а также колючие растения и кустарники.

6.10. Во избежание заражения желудочно-кишечными болезнями не пить воду из открытых водоемов, использовать для этого питьевую воду из фляжки, которую необходимо брать с собой, или кипяченую воду.

6.11. Соблюдать правила личной гигиены, своевременно информировать руководителя группы об ухудшении состояния здоровья или травмах.

6.12. Уважать местные традиции и обычаи, бережно относиться к природе, памятникам истории и культуры, к личному и групповому имуществу.

## **7. МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПОСЕЩЕНИИ ОБЪЕКТОВ ТРАНСПОРТА, ПРИ ПОЛЬЗОВАНИИ ЭЛЕКТРО- И ПАССАЖИРСКИМИ ПОЕЗДАМИ**

***Внимание! Поезд мгновенно остановить нельзя!!!***

### ***Поэтому:***

7.1. Никогда не переходите и не перебегайте через железнодорожные пути, если видите приближающийся поезд. Сэкономите минуту - потеряете жизнь!

7.2. Переходить железнодорожные пути можно только в установленных местах, пользуясь пешеходными мостами, тоннелями, переездами, а также по настилам и в местах, где установлены указатели

**«Переход через пути».**

- 7.3. Не рискуйте своей жизнью! Не ходите по путям на станциях и перегонах! Железнодорожная колея - не место для прогулок!
- 7.4. В ожидании поезда, находясь на платформе, не устраивайте игр и развлечений с выходом на железнодорожный путь!
- 7.5. Входить в вагон и выходить из вагона можно только при полной остановке поезда, на ту сторону, где имеется посадочная платформа. Выходя из вагона на междупутье, вы рискуете попасть под проходящий по соседнему пути поезд.
- 7.6. Не запрыгивайте на подножки вагонов - это не геройство!
- 7.7. Не катайтесь с откосов насыпей на пьжах и санках!
- 7.8. Не подлезайте под вагоны стоящего состава. Поезд в любой момент может тронуться!
- 7.9. Не влезайте на крыши вагонов. В контактной сети высокое напряжение. Не прикасайтесь к токоведущему оборудованию под вагонами пассажирских и электропоездов.

Составил:  
Специалист по охране труда



Д.Ш.Давлетова