

ИНСТРУКТАЖ
обучающихся МАОУ СОШ №57 на весенние каникулы
с 24.03.2024г по 31.03.2024 года

Наступила пора каникул, у вас появилось достаточно времени для отдыха, развлечений, общения с друзьями. Но чтобы не омрачать радость отдыха, не огорчать своих близких, хочу напомнить, что и во время каникул не стоит забывать правила личной безопасности.

- 1.Помните о соблюдении правил обеспечения личной безопасности, которые помогут сохранить жизнь.
2. Помните о правилах поведения в общественных местах.
3. Поздним вечером после 21.00 часов (до 14лет) и после 22.00 часов (14 лет до 18 лет) детям запрещено появляться на улице без сопровождения взрослых.
4. Детям запрещено находиться в кафе, в местах продажи спиртных напитков и табачных изделий.
- 5.Запрещается детям разговаривать с незнакомыми людьми, садиться в незнакомый транспорт; трогать незнакомые предметы (о подозрительных людях и предметах немедленно сообщать взрослым).
6. Запрещается пребывание детей вблизи водоёмов, выход на тонкий лёд.
- 7.Соблюдайте правила дорожного движения для пешеходов в весенний период. Необходимо быть осторожным, внимательным на улице, при переходе дороги.
8. Помните! Запрещено! Нанесение граффити на частную и государственную собственность.
9. Запрещается детям играть вблизи ж/д, высоковольтных линий, недостроенных и разрушенных зданий; употреблять лекарственные препараты без рекомендаций врача ; играть с колющими, режущими, взрывоопасными и легковоспламеняющимися предметами (петарды, фейерверки и т. д.).
10. Соблюдайте временной режим при просмотре телевизора и работе на компьютере.
11. Помните! Необходимо быть осторожным при контакте с электрическими приборами, соблюдать технику безопасности при включении и выключении телевизора, электрического утюга, чайника и т.д.
12. Соблюдайте технику безопасности при пользовании газовыми приборами и печкой.
13. Продолжайте соблюдать рекомендации санитарных врачей.
- 14.Продолжайте носить маски (в транспорте, общественных местах и помещениях при большом скоплении людей. Маска должна полностью закрывать органы дыхания!
- 15.Сократите время посещения ТЦ.

«Пожарная безопасность»

1. Нельзя трогать спички и играть с ними.

2. Опасно играть с игрушками и сушить одежду около печи, нагревательных приборов с открытой спиралью.
3. Нельзя разводить костры и играть около них.
4. При обнаружении пожара сообщите взрослым и вызовите пожарных по телефону 01.
5. Не нагревайте незнакомые предметы, упаковки из-под порошков и красок, особенно аэрозольные упаковки.
6. Не оставляйте электронагревательные приборы без присмотра. Уходя из дома, выключайте электроприборы из сети..
8. Категорически не допускается бросать горящие спички в контейнеры-мусоросборники.

Техника безопасности при работе с компьютером.

Длительная работа за компьютером может приводить к расстройствам состояния здоровья.

Располагайтесь перед компьютером так, чтобы экран монитора находился на расстоянии 50-70 см от глаз.

Каждые 5 минут старайтесь отводить взгляд от монитора и смотреть на что-нибудь находящиеся вдали.

Ноги ставьте на пол, одна возле другой, не вытягивайте их и не подгибайте.

Предплечья должны находиться на той же высоте, что и клавиатура.

В организации занятий важную роль играет их продолжительность, от которой зависят психофизиологические нагрузки. Для школьников младших классов продолжительность сеанса работы с компьютером не должна превышать 20 минут.

«Электробезопасность»

1. Уходя из дома или даже из комнаты, обязательно выключайте электроприборы (утюг, телевизор и т.п.)
2. Не вставляйте вилку в розетку мокрыми руками.
3. Никогда не тяните за электрический провод руками – может случиться короткое замыкание.
4. Ни в коем случае не подходите к оголённому проводу и не дотрагивайтесь до него - может ударить током.
5. Не пользуйтесь утюгом, чайником, плиткой без специальной подставки.
6. Не прикасайтесь к нагреваемой воде и сосуду (если он металлический) при включённом в сеть нагревателе.
7. Никогда не протирайте включённые электроприборы влажной тряпкой.
8. Не вешайте цветочные горшки над электрическими проводами.
9. Нельзя гасить загоревшиеся электроприборы водой.
10. В случае возгорания электроприборов, срочно выключите его из сети и оповестите родителей.
11. Не прикасайтесь к провисающим или лежащим на земле проводам.
12. Опасно влезать на крыши домов и строений, где вблизи проходят линии электропередач, а также на опоры (столбы) воздушных линий электропередачи.

13. Не пытайтесь проникнуть в распределительные устройства трансформаторные подстанции, силовые щитки – это грозит смертью!

Профилактика негативных ситуаций на улице и с незнакомыми людьми.

1. Проводя время на улице, держитесь подальше от компаний подростков, которые старше вас, находятся в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, играют в азартные игры и т.п.
2. Никогда не садитесь в машину, мотоцикл и т.п. с незнакомыми людьми.
3. Не носите с собой ценности, деньги (без особой надобности).
4. Не лазайте по подвалам, чердакам, крышам.
5. В целях личной безопасности (профилактики похищений) необходимо:
 - стараться не оставаться в одиночестве, особенно на улице, по пути в школу и обратно, с места досуга;
 - никогда не разговаривать с незнакомыми, а тем более подозрительным людьми;
 - никогда никуда не ходи с незнакомыми людьми. Если кто-то силой попытается увести тебя, вырывайся и громко зови на помощь;
 - всегда ставить родителей о том, куда и когда вы направляетесь, у кого и сколько времени вы собираетесь быть, когда собираетесь возвращаться (если есть возможность, возьмите с собой сотовый телефон);
 - если вы потерялись в незнакомом городе, лучше всего обратиться за помощью к полицейскому. Можно подойти к мамам и бабушкам, которые гуляют с такими же, как ты, детьми.

«Правила поведения на водоемах весной»

1. Помните, весенний паводок ответственный период! Больше всего несчастных случаев весной на реке происходит со школьниками. Дети часто позволяют себе шалости у реки, даже пробуют кататься на льдинах. Школьники! Ведите постоянно наблюдение за рекой. Разъясняйте товарищам правила поведения во время весеннего половодья.
2. Помните, течение реки сильно подмывает крутые берега. Возможны обвалы. Остерегайтесь любоваться весенним ледоходом с обрывистых берегов.
3. Весной опасно сходить за плотины, запруды. Не забывайте - они могут быть неожиданно сорваны напором льда. Не приближайтесь к ледяным заторам...
4. Во время половодья остерегайтесь любоваться ледоходом с крутых берегов, размываемых весенними потоками, из-за чего склоны берегов часто обваливаются. Нельзя выходить на водоемы при образовании ледяных заторов.

На инфраструктуре ж/д транспорта необходимо соблюдать следующие правила:

- Переходить железнодорожные пути только в установленных местах, пользуясь виадуком, переездами.
- Перед переходом через пути по пешеходному настилу необходимо убедиться в отсутствии движущегося поезда, локомотива или вагона (опасным расстоянием считается 500 метров).
- При приближении поезда, локомотива или вагона следует остановиться, пропустить их и, убедившись в отсутствии движущегося подвижного состава по соседним путям, продолжить переход.
- Подходя к железнодорожному переезду, граждане должны внимательно следить за световой и звуковой сигнализацией, а также положением шлагбаума. Переходить пути можно только при открытом шлагбауме, а при его отсутствии, прежде чем перейти через пути, необходимо убедиться, не приближаются ли к переезду поезд, локомотив или вагоны.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- Ходить по железнодорожным путям. Сидеть на рельсах.
- Переходить и перебегать через железнодорожные пути перед близко идущим поездом, если расстояние до него менее 500 метров.
- Переходить через пути сразу же после прохода поезда, не убедившись в отсутствии следования поезда встречного направления.
- Переходить железнодорожные переезды при закрытом шлагбауме или показании красного сигнала светофора переездной сигнализации.
- На станциях и перегонах подлезать под вагоны и перелезать через автосцепки для прохода через путь.
- Проходить вдоль железнодорожного пути ближе 5 метров от крайнего рельса.
- Проходить по железнодорожным мостам и тоннелям, не оборудованным дорожками для прохода пешеходов.
- Подлезать под закрытый шлагбаум на железнодорожном переезде, а также выходить на переезд, когда шлагбаум начинает закрываться.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- Проезжать на крышах, подножках, переходных площадках вагонов.
- посадка, высадка на ходу поезда.
- Высовываться из окон вагонов и дверей тамбуров на ходу поезда.
- Стоять на подножках и переходных площадках, открывать двери вагона на ходу поезда, задерживать открытие и закрытие дверей пригородных поездов.

- Проезжать в грузовых поездах без специального разрешения.
- Проезжать в поездах в нетрезвом состоянии.
- оставлять детей без присмотра на посадочных платформах и в вагонах.
- Выходить из вагона на междупутье и стоять там при проходе встречного поезда. Прыгать с платформы на ж.д. пути.
- Устраивать на пассажирских платформах различные подвижные игры.
- Бежать по платформе рядом с вагоном прибывающего или уходящего поезда, а также находиться ближе двух метров от края платформы во время прохождения поезда без остановки.
- Подходить к вагону до полной остановки поезда.
- Самовольно, без надобности останавливать поезд.

Строящиеся и заброшенные строения

Запрещается нахождение несовершеннолетних на строящихся и заброшенных строениях т.к. это приводит к опасности для их жизни и здоровья.

- Недостроенные пролеты, разрушение кровель и фасадов могут привести к увечью и гибели детей, находящихся на строящихся и заброшенных строениях. В таких местах собираются бомжи, люди с неадекватным поведением, подростки из различных неформальных групп, которые употребляют спиртные напитки, психотропные и наркотические средства, а также вовлекают других в их употребление.

- Любые строящиеся и заброшенные здания, находящиеся в черте города, являются муниципальной собственностью города, следовательно, нахождение на их территории считается административным правонарушением.

-Вы должны уметь сказать «нет» ребятам, которые хотят втянуть вас в опасную ситуацию (например, зовут пойти посмотреть, что происходит на стройке, разжечь костёр, забраться на чердак дома и вылезти на крышу, спуститься в подвал).

Безопасное селфи

Селфи возле электрических проводов

Опасность: Получение сильного удара электрическим током.

Правила безопасности: Собираясь сфотографироваться — оглядитесь, нет ли поблизости линий электропередач. Даже подходить к объектам энергетики опасно, тем более пытаться там фотографироваться.

Селфи с трамваями, поездами и другим транспортом

Опасность: Попадание под любой вид транспорта.

Правила безопасности: Держитесь подальше от рельсов, видя приближающийся поезд. Не выходите на проезжую часть, пытайтесь

сфотографироваться. И, разумеется, фотографироваться, забравшись на любой вид транспорта - крайне опасно.

Селфи в горах и на природе

Опасность: Сорваться с обрыва.

Правила безопасности: Не подходите к краю обрыва и не взбирайтесь на неустойчивые поверхности, такие как скалы или камни.

Опасность: разбиться, сорвавшись с крыши.

Правила безопасности: Не приближайтесь к краю крыши и уж, тем более, не свешивайтесь с нее. Поверьте, фото, сделанное с середины, выйдет ничуть не хуже.

Помните: когда человек пытается сфотографировать сам себя - у него рассеяно внимание. Делайте селфи, лишь убедившись, что вы находитесь в безопасном месте и вашей жизни ничего не угрожает!

Правила безопасного поведения в общественном транспорте

1. Избегайте в темное время суток пустынных остановок, ожидая автобус, трамвай или троллейбус, стойте на хорошо освещенном отведенном месте рядом с другими людьми.
2. Когда подходит автобус, не старайтесь стоять в первом ряду - могут толкнуть под колеса.
3. Нельзя спать во время движения, так как при резком торможении можно получить травму.
4. Не прислоняйтесь к дверям, по возможности избегайте езды на ступенях и в переходе.
5. Избегайте пустых автобусов, троллейбусов и трамваев, а также вагонов электропоездов.
6. Если вам приходится ехать поздно, то садитесь около водителя и ближе к проходу.
7. Девушкам рекомендуется садиться рядом с женщинами.
8. Если в салон вошел пассажир, ведущий себя развязно, отвернитесь от него, не встречайтесь с ним глазами.
9. Держите на виду свои вещи.
10. При поездке в электричке в вечернее и ночное время садитесь в первый вагон и вагон, где есть пассажиры.
11. Нельзя стоять в тамбуре и проходе вагона электропоезда; выходя из транспорта, будьте внимательны, так как можно попасть под колеса проезжающего мимо транспорта.
12. При выходе из вагона держитесь за поручни.

В общественном транспорте запрещается:

- ходить без необходимости в автобусах, троллейбусах и т.
- открывать двери с обеих сторон (допускается только справа по движению);
- выглядывать из окон и высовывать руки;
- отвлекать водителя;

- включать или выключать какие-либо приборы (дергать кран);
- нажимать без надобности на аварийную кнопку.

Памятка по предупреждению инфицирования COVID-19 и интеровирусных инфекций

1. Избегайте близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).
2. Закрывайте рот и нос при чихании и кашле. Используйте для этого платок или салфетку, а не собственную ладонь. После чихания / кашля обработайте руки дезинфицирующим средством либо помойте с мылом.
3. Тщательно мойте руки с мылом и водой после возвращения с улицы, из туалета, контактов с посторонними людьми, перед едой.
4. Постарайтесь не дотрагиваться до лица грязными руками. Если необходимо дотронуться до лица предварительно воспользуйтесь дезинфицирующим средством либо помойте руки с мылом.
5. Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.
6. Не пожимайте руки и не обнимайтесь в качестве приветствия и прощания.
7. Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка).
8. Старайтесь соблюдать дистанцию и держитесь от людей на расстоянии как минимум 1.5 метра, особенно если у них кашель, насморк или другие признаки заболевания
9. Не посещайте общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий.
10. Старайтесь избегать передвигаться на общественном транспорте в час пик.
11. Используйте одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя ее каждые 2–3 часа.
12. Не допускайте заниматься самолечением.
13. В случае отсутствия ребенка в школе по причине плохого самочувствия (даже в течение 1 дня), вы обязаны предоставить справку от врача, что учащийся здоров и может приступить к занятиям.

БОЛЕЙТЕ ДОМА

при первых, даже слабых, признаках болезни (кашель, насморк, температура) оставляйте ребенка дома. Так выше шанс перенести болезнь в легкой форме и не допустить распространения вируса.

Правила поведения при угрозе терроризма.

1. Постоянно проявляйте бдительность, держите окружающую обстановку под контролем. В случае возникновения подозрительной ситуации: неадекватное поведение отдельных граждан, подозрительный предмет, прямая угроза - незамедлительно сообщите об этом родителям, учителям, сотрудникам правоохранительных органов.

2. Никогда не берите в руки, не открывайте, не разворачивайте подозрительные бесхозные сумки, пакеты, кейсы, чемоданы, портфели. Не наносите по ним удары.
3. Не пользуйтесь радиоприборами вблизи подозрительного предмета.
4. Не предпринимайте попытку самостоятельно обезвредить подозрительный предмет или доставить его в отделение милиции.
5. Не пытайтесь проникнуть на оцепленную, огражденную, охраняемую зону.
6. Постарайтесь быстро покинуть опасную зону, вывести из нее сверстников.
7. В случае проведения операции специальными службами с применением огнестрельного оружия быстро лягте на землю, укройтесь за забором, стеной здания, деревом, бордюром.
8. Если у вас есть информация о готовящемся террористическом акте, незамедлительно сообщите об этом родителям, учителям, в милицию, спасателям.
9. Если у вас в руках оказался фотоаппарат, кино- и видеокамера, постарайтесь зафиксировать на пленке максимально возможное количество информации.
10. В случае возникновения террористического акта незамедлительно окажите доврачебную помощь пострадавшим, вызовите скорую помощь, милицию, спасателей.

На основании положений Закона Краснодарского края от 21.07.2008г. № 1539 «О мерах по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних в Краснодарском крае Дети должны:

- **ОБЯЗАТЕЛЬНО** соблюдать закон №1539:

Не допускать пребывания в общественных местах без их сопровождения детей и подростков в возрасте:

- до 7 лет – круглосуточно;
- от 7 до 14 лет – с 21 часа до 6 часов утра;
- от 14 до 18 лет – от 22 часов до 6 часов.

Детям запрещается:

Употребление наркотических средств и одурманивающих веществ, алкогольной и спиртосодержащей продукции, пива и напитков, изготавливаемых на его основе.

Курение, распитие спиртных напитков и энергетических напитков.

Пребывание без сопровождения родителей в организациях общественного питания, предназначенных для потребления (распития) алкогольной и спиртосодержащей продукции, пива и напитков, изготавливаемых на его основе

Пребывание в игорных заведениях