

Рассмотрены на заседании педагогического совета Протокол №2 от 28.01.2020г.	Согласовано Управляющим советом, протокол №1 от 29.01.2020	Согласовано Советом обучающихся, протокол №8 от 21.01.2020г.	Утверждены приказом МБОУ «Новичихинская СОШ» №29-р от 29.01.2020 г.
--	--	--	--

## ПРАВИЛА

внутреннего распорядка обучающихся  
Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
«Новичихинская средняя общеобразовательная школа»  
Новичихинского района Алтайского края

### 1. Общие положения

1.1. Настоящие Правила внутреннего распорядка учащихся (далее по тексту - Правила) разработаны в соответствии с Конвенцией ООН о правах ребёнка, Конституцией Российской Федерации, Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства образования и науки от 15.03.2013 №185 «Об утверждении порядка применения к обучающимся и снятия с обучающихся мер дисциплинарного взыскания», Уставом МБОУ «Новичихинская СОШ» (далее по тексту - Учреждение), Санитарными правилами.

1.2. Правила регламентируют права и обязанности учащихся, их ответственность, определяют принципы совместной деятельности учащихся и других участников образовательных отношений.

1.3. Правила определяют основные нормы и правила поведения учащихся в период обучения в Учреждении: во время школьных занятий, перемен, внеклассных и внешкольных мероприятий в пределах Учреждения и на его территории, а также в других местах при проведении мероприятий, связанных с ведением образовательной, досуговой деятельности, спортивных состязаний, устанавливают порядок поощрения учащихся и применения мер дисциплинарного взыскания.

1.4. Правила способствуют поддержанию порядка в Учреждении, основанного на сознательной дисциплине, уважении человеческого достоинства учащихся, педагогических работников.

1.5. Настоящие Правила являются обязательными для всех учащихся Учреждения.

1.6. Настоящие Правила вступают в силу с момента их утверждения Учреждением и действуют до замены их новыми Правилами.

### 2. Режим образовательной деятельности

2.1. Первый и последний день учебного года в Учреждении для учащихся 1–11 классов определяется календарным учебным графиком,

который утверждается приказом Учреждения с учётом мнения Управляющего совета Учреждения.

2.2 Учебный год в школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.3. Учебный год в Школе составляют учебные периоды:

- учебные четверти для обучающихся 2-9 классов.

Количество четвертей в учебном году – 4. Четверти чередуются с каникулами.

- учебные полугодия для обучающихся 10-11 классов. Количество полугодий в году – 2.

После окончания учебного периода следуют каникулы. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти.

2.4. Обучение в школе ведется:

- по пятидневной учебной неделе в 1 – 4 классах, 10-11 классах;

- по шестидневной учебной неделе в 5-9 классах.

2.5. Продолжительность урока (академический час) во 2-11-х классах составляет 40 мин. Продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет:

– 35 мин в сентябре – декабре;

– 40 мин в январе – мае.

2.6. Учебные занятия в школе организованы в две смены. Начало уроков 8 ч 00 мин, во вторую – 14 ч 00 мин.

2.7. В учебное время первая половина дня для учащихся отводится непосредственно образовательной деятельности, требующей повышенной умственной нагрузки.

2.8. Вторая половина дня отводится внеклассной и внеурочной деятельности, направленной на спортивно-оздоровительное, художественно-эстетическое, общеинтеллектуальное, духовно-нравственное, общекультурное развитие учащихся.

2.9. Обучение в 1 классе организуется только по 5-дневной рабочей неделе и только в первую смену. Обучение в первом полугодии в течение сентября-октября- по 3 урока в день по 35 минут, в ноябре-декабре – по 4 урока в день по 35 минут, в январе- мае – по 4 урока в день по 40 минут. В середине учебного дня динамическая пауза 40 минут.

2.10. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

2.11. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, после второго и третьего урока – по 20 мин. каждая.

Допускается наличие одной большой перемены до 30 минут после 2го или после 3го уроков. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 40 минут.

### 3. Права и обязанности учащихся

3.1. Права и обязанности учащегося, предусмотренные законодательством об образовании и настоящими Правилами, возникают у лица, принятого на обучение в Учреждение, с даты, указанной в приказе о приёме лица на обучение.

3.2. Учащимся предоставляются академические права на:

1) выбор организации, осуществляющей образовательную деятельность, формы получения образования и формы обучения после получения основного общего образования или после достижения восемнадцати лет;

2) предоставление условий для обучения с учетом особенностей их психофизического развития и состояния здоровья, в том числе получение социально-педагогической и психологической помощи, бесплатной психолого-медико-педагогической коррекции;

3) обучение по индивидуальному учебному плану, в том числе ускоренное обучение, в пределах осваиваемой образовательной программы в порядке, установленном локальными нормативными актами;

4) выбор факультативных (необязательных для данного уровня образования, профессии, специальности или направления подготовки) и элективных (избираемых в обязательном порядке) учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) из перечня, предлагаемого организацией, осуществляющей образовательную деятельность (после получения основного общего образования);

5) освоение наряду с учебными предметами, курсами, дисциплинами (модулями) по осваиваемой образовательной программе любых других учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), преподаваемых в организации, осуществляющей образовательную деятельность, в установленном ею порядке, а также преподаваемых в других организациях, осуществляющих образовательную деятельность, учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), одновременное освоение нескольких основных профессиональных образовательных программ;

6) зачет организацией, осуществляющей образовательную деятельность, результатов освоения обучающимися учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, дополнительных образовательных программ в других организациях, осуществляющих образовательную деятельность;

7) отсрочку от призыва на военную службу, предоставляемую в соответствии с Федеральным законом от 28 марта 1998 года N 53-ФЗ "О воинской обязанности и военной службе";

8) уважение человеческого достоинства, защиту от всех форм физического и психического насилия, оскорбления личности, охрану жизни и здоровья;

9) свободу совести, информации, свободное выражение собственных взглядов и убеждений;

10) каникулы - плановые перерывы при получении образования для отдыха и иных социальных целей в соответствии с законодательством об образовании и календарным учебным графиком;

11) академический отпуск в порядке и по основаниям, которые установлены федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере высшего образования, по согласованию с федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере общего образования, а также отпуск по беременности и родам, отпуск по уходу за ребенком до достижения им возраста трех лет в порядке, установленном федеральными законами;

12) перевод для получения образования по другой профессии, специальности и (или) направлению подготовки, по другой форме обучения в порядке, установленном законодательством об образовании;

13) перевод в другую образовательную организацию, реализующую образовательную программу соответствующего уровня, в порядке, предусмотренном в зависимости от уровня образовательных программ федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере общего образования;

14) участие в управлении образовательной организацией в порядке, установленном ее уставом;

15) ознакомление со свидетельством о государственной регистрации, с уставом, со сведениями о дате предоставления и регистрационном номере лицензии на осуществление образовательной деятельности, свидетельством о государственной аккредитации, с учебной документацией, другими документами, регламентирующими организацию и осуществление образовательной деятельности в образовательной организации;

16) обжалование актов образовательной организации в установленном законодательством Российской Федерации порядке;

17) бесплатное пользование библиотечно-информационными ресурсами, учебной, производственной, научной базой образовательной организации;

18) пользование в порядке, установленном локальными нормативными актами, лечебно-оздоровительной инфраструктурой, объектами культуры и объектами спорта образовательной организации;

19) развитие своих творческих способностей и интересов, включая участие в конкурсах, олимпиадах, выставках, смотрах, физкультурных мероприятиях, спортивных мероприятиях, в том числе в официальных спортивных соревнованиях, и других массовых мероприятиях;

20) участие в соответствии с законодательством Российской Федерации в научно-исследовательской, научно-технической, экспериментальной и инновационной деятельности, осуществляемой образовательной организацией, под руководством научно-педагогических работников образовательных организаций высшего образования и (или) научных работников научных организаций;

21) направление для обучения и проведения научных исследований по избранным темам, прохождения стажировок, в том числе в рамках академического обмена, в другие образовательные организации и научные организации, включая образовательные организации высшего образования и научные организации иностранных государств;

22) опубликование своих работ в изданиях образовательной организации на бесплатной основе;

23) поощрение за успехи в учебной, физкультурной, спортивной, общественной, научной, научно-технической, творческой, экспериментальной и инновационной деятельности;

24) совмещение получения образования с работой без ущерба для освоения образовательной программы, выполнения индивидуального учебного плана;

25) иные академические права, предусмотренные настоящим Федеральным законом, иными нормативными правовыми актами Российской Федерации, локальными нормативными актами.

### 3.3. Учащиеся обязаны:

1) добросовестно осваивать образовательную программу, выполнять индивидуальный учебный план, в том числе посещать предусмотренные учебным планом или индивидуальным учебным планом учебные занятия, осуществлять самостоятельную подготовку к занятиям, выполнять задания, данные педагогическими работниками в рамках образовательной программы;

2) выполнять требования устава организации, осуществляющей образовательную деятельность, правил внутреннего распорядка, иных локальных нормативных актов по вопросам организации и осуществления образовательной деятельности;

3) заботиться о сохранении и об укреплении своего здоровья, стремиться к нравственному, духовному и физическому развитию и самосовершенствованию;

4) уважать честь и достоинство других обучающихся и работников организации, осуществляющей образовательную деятельность, не создавать препятствий для получения образования другими обучающимися;

5) бережно относиться к имуществу организации, осуществляющей образовательную деятельность.

6) находиться в МБОУ «Новичихинская СОШ» только в сменной обуви, иметь опрятный и ухоженный вид. На учебных занятиях (кроме занятий, требующих специальной формы одежды) присутствовать только в одежде, соответствующей деловому стилю.

7) не осуществлять действия, влекущие за собой нарушение прав других граждан на благоприятную среду жизнедеятельности без окружающего табачного дыма и охрану здоровья от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака.

8) соблюдать нормы законодательства в сфере охраны здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака.

3.4. При неявке учащегося на занятия по болезни или другим уважительным причинам, учащийся обязан в течение первого дня болезни поставить об этом в известность классного руководителя. В случае болезни учащийся предоставляет врачебную справку или справку лечебного учреждения по установленной форме.

#### 4. Права и обязанности родителей

Родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся имеют право:

1) выбирать до завершения получения ребенком основного общего образования с учетом мнения ребенка, а также с учетом рекомендаций психолого-медико-педагогической комиссии (при их наличии) формы получения образования и формы обучения, организации, осуществляющие образовательную деятельность, язык, языки образования, факультативные и элективные учебные предметы, курсы, дисциплины (модули) из перечня, предлагаемого организацией, осуществляющей образовательную деятельность;

2) дать ребенку начальное общее, основное общее, среднее общее образование в семье. Ребенок, получающий образование в семье, по решению его родителей (законных представителей) с учетом его мнения на любом этапе обучения вправе продолжить образование в образовательной организации;

3) знакомиться с уставом организации, осуществляющей образовательную деятельность, со сведениями о дате предоставления и регистрационном номере лицензии на осуществление образовательной деятельности, свидетельством о государственной аккредитации, с учебно-программной документацией и другими документами, регламентирующими организацию и осуществление образовательной деятельности;

4) знакомиться с содержанием образования, используемыми методами обучения и воспитания, образовательными технологиями, а также с оценками успеваемости своих детей;

5) защищать права и законные интересы обучающихся;

6) получать информацию о всех видах планируемых обследований (психологических, психолого-педагогических) обучающихся, давать согласие на проведение таких обследований или участие в таких обследованиях, отказаться от их проведения или участия в них, получать информацию о результатах проведенных обследований обучающихся;

7) принимать участие в управлении организацией, осуществляющей образовательную деятельность, в форме, определяемой уставом этой организации;

8) присутствовать при обследовании детей психолого-медико-педагогической комиссией, обсуждении результатов обследования и рекомендаций, полученных по результатам обследования, высказывать свое мнение относительно предлагаемых условий для организации обучения и воспитания детей.

Родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся обязаны:

1) обеспечить получение детьми общего образования;

2) соблюдать правила внутреннего распорядка организации, осуществляющей образовательную деятельность, требования локальных нормативных актов, которые устанавливают режим занятий обучающихся, порядок регламентации образовательных отношений между образовательной организацией и обучающимися и (или) их родителями (законными представителями) и оформления возникновения, приостановления и прекращения этих отношений;

3) уважать честь и достоинство обучающихся и работников организации, осуществляющей образовательную деятельность.

#### 5. Академические права и свободы педагогических работников

Педагогические работники пользуются следующими академическими правами и свободами:

1) свобода преподавания, свободное выражение своего мнения, свобода от вмешательства в профессиональную деятельность;

2) свобода выбора и использования педагогически обоснованных форм, средств, методов обучения и воспитания;

3) право на творческую инициативу, разработку и применение авторских программ и методов обучения и воспитания в пределах реализуемой образовательной программы, отдельного учебного предмета, курса, дисциплины (модуля);

4) право на выбор учебников, учебных пособий, материалов и иных средств обучения и воспитания в соответствии с образовательной программой и в порядке, установленном законодательством об образовании;

5) право на участие в разработке образовательных программ, в том числе учебных планов, календарных учебных графиков, рабочих учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), методических материалов и иных компонентов образовательных программ;

6) право на осуществление научной, научно-технической, творческой, исследовательской деятельности, участие в экспериментальной и международной деятельности, разработках и во внедрении инноваций;

7) право на бесплатное пользование библиотеками и информационными ресурсами, а также доступ в порядке, установленном локальными нормативными актами организации, осуществляющей образовательную

деятельность, к информационно-телекоммуникационным сетям и базам данных, учебным и методическим материалам, музейным фондам, материально-техническим средствам обеспечения образовательной деятельности, необходимым для качественного осуществления педагогической, научной или исследовательской деятельности в организациях, осуществляющих образовательную деятельность;

8) право на бесплатное пользование образовательными, методическими и научными услугами организации, осуществляющей образовательную деятельность, в порядке, установленном законодательством Российской Федерации или локальными нормативными актами;

9) право на участие в управлении образовательной организацией, в том числе в коллегиальных органах управления, в порядке, установленном уставом этой организации;

10) право на участие в обсуждении вопросов, относящихся к деятельности образовательной организации, в том числе через органы управления и общественные организации;

11) право на объединение в общественные профессиональные организации в формах и в порядке, которые установлены законодательством Российской Федерации;

12) право на обращение в комиссию по урегулированию споров между участниками образовательных отношений;

13) право на защиту профессиональной чести и достоинства, на справедливое и объективное расследование нарушения норм профессиональной этики педагогических работников.

## 6. Общие правила поведения

5.1. Учащиеся приходят в Учреждение за 10 – 15 минут до начала уроков, оставляют в гардеробе верхнюю одежду, надевают сменную обувь.

5.2. Учащиеся заходят в учебные кабинеты за 5 минут до начала урока, готовят все необходимые учебные принадлежности (книги, тетради, дневник, ручку) к предстоящему уроку.

5.3. Учащиеся занимают свои места в кабинете в соответствии с установленным классным руководителем или учителем-предметником планом, составленным с учетом психофизических особенностей учащихся.

5.4. Учащиеся приходят в Учреждение с подготовленными домашними заданиями по предметам согласно расписанию уроков.

5.5. Учащиеся приходят в Учреждения в школьной одежде, поддерживают опрятным внешний вид.

5.6. На уроках технологии учащиеся должны иметь халат и головной убор.

5.7. Не разрешается нахождение в помещениях Учреждения учащихся в верхней одежде.

5.8. Учащиеся проявляют уважение к старшим, заботятся о младших.

5.9. Учащиеся берегут имущество Учреждения, аккуратно относятся как к своему, так и к чужому имуществу. Учащимся запрещается делать



надписи на стенах и мебели; неправильно использовать, царапать, ломать школьную мебель, оборудование кабинетов и другое школьное имущество, т.е совершать действия, которые могут привести к порче имущества Учреждения.

5.10. Учащиеся ведут себя в Учреждении дисциплинированно, не совершают противоправных действий. К противоправным действиям относятся:

- рукоприкладство, нанесение побоев, избиение;
- угроза, запугивание, шантаж;
- моральное издевательство: употребление оскорбительных кличек, дискриминация по национальностям и социальным признакам, подчеркивание физических недостатков;
- нецензурная брань;
- вымогательство, воровство;
- распространение заведомо ложных сведений, порочащих честь и достоинство личности.

5.11. Нельзя приносить в Учреждение и на её территорию с любой целью и использовать любым способом оружие, взрывчатые, огнеопасные вещества, спиртные напитки, табачные изделия, спички, зажигалки, колющие и режущие предметы, газовые баллончики, оружие (в т.ч. газовое, пневматическое или имитационное), игральные карты, наркотики, другие одурманивающие средства, а также токсичные вещества и яды, спиртные напитки.

Совершать действия, опасные для жизни и здоровья самого себя и окружающих.

5.12. В Учреждение нельзя приносить и распространять печатную продукцию, не имеющую отношения к образовательной деятельности, без согласования с администрацией учреждения.

5.13. В Учреждение нельзя приносить ценные предметы, сохранность которых учащихся не может обеспечить самостоятельно.

5.14. Учащиеся не могут самовольно покидать Учреждение до окончания уроков. Если учащемуся необходимо уйти домой раньше окончания обязательных занятий по причине недомогания или семейным обстоятельствам, ему необходимо разрешение классного руководителя (лица, заменяющего его) или администрации школы.

5.15. В случае пропуска занятий по уважительной причине учащийся предъявляет классному руководителю медицинскую справку или объяснительную записку от родителей (законных представителей) о причине отсутствия на занятиях.

## 7. Правила поведения на уроках

7.1. При входе учителя в класс, учащиеся встают в знак приветствия и садятся после того, как учитель ответит на приветствие и разрешит сесть.

Подобным образом учащиеся приветствуют любого взрослого, вошедшего в класс во время урока.

7.2. Во время урока нельзя шуметь, отвлекаться самому и отвлекать учащихся от занятий посторонними разговорами, играми и другими, не относящимися к уроку, делами. Урочное время должно использоваться учащимися только для учебных целей.

7.3. Если учащийся хочет задать учителю вопрос или ответить на вопрос учителя, он поднимает руку.

7.4. Выходить из класса на уроке без разрешения учителя запрещается. В случае крайней необходимости учащийся должен поднять руку и попросить разрешения у учителя.

7.5. По окончании урока учащийся, получивший отметку, подает дневник на подпись учителю. Учащиеся Учреждения при ведении дневника руководствуются правилами, записанными в нём. Учащиеся должны аккуратно вести дневник. Дневник сдаётся на проверку классному руководителю и даётся на подпись родителям. Расписание в дневнике записывается на неделю вперёд.

7.6. При выходе учителя или другого взрослого из класса учащиеся встают.

## 8. Правила поведения на переменах, до и после уроков

Учащиеся обязаны использовать время перерыва для отдыха.

7.1. Во время перерывов (перемен) учащийся обязан:

- Подчиняться требованиям педагога и работников Учреждения.

7.2. Учащимся запрещается во время перемен:

- бегать;
- бегать по коридору вблизи оконных проёмов и в других местах, не приспособленных для игр;
- сидеть на подоконниках, открывать окна и стоять у открытых окон;
- открывать двери пожарных и электрических щитов, касаться электропроводов и ламп;
- нарушать целостность и нормальную работу дверных замков;
- употреблять непристойные выражения и жесты, кричать, шуметь, мешать отдыхать другим;
- толкать друг друга, применять физическую силу, бросать различные предметы;
- играть в игры, опасные для жизни и здоровья;
- курить в помещении Учреждения и на его территории;
- употреблять алкогольные напитки, наркотические средства.

## 9. Правила поведения в гардеробе.

9.1. Учащиеся самостоятельно снимают и оставляют верхнюю одежду и уличную обувь в гардеробе. Верхняя одежда вешается на специальные крючки за петельку. Обувь помещается на полку для обуви.

9.2. В карманах верхней одежды нельзя оставлять деньги, ключи и иные ценности; шапки, шарфы, перчатки и варежки необходимо оставлять в пакетах.

9.3. В гардеробе нельзя бегать, толкаться, прыгать.

## 10. Правила поведения в обеденном зале.

10.1. Учащиеся получают пищу в обеденном зале в отведённое графиком время.

10.2. В обеденном зале нельзя бегать, толкаться. Запрещается садиться за стол с рюкзаком за спиной.

10.3. Оставляют посуду и столовые приборы после принятия пищи на специально отведенном столе.

10.4. Учащиеся соблюдают нормы гигиены и санитарии: перед едой тщательно моют руки с мылом, собирают волосы в пучок.

## 11. Порядок применения к обучающимся и снятия мер дисциплинарного взыскания

11.1. Меры дисциплинарного взыскания применяются за неисполнение или нарушение устава организации, осуществляющей образовательную деятельность, правил внутреннего распорядка, иных локальных нормативных актов по вопросам организации и осуществления образовательной деятельности.

11.2. За совершение дисциплинарного проступка к обучающемуся могут быть применены следующие меры дисциплинарного взыскания:

замечание;

выговор;

отчисление из организации, осуществляющей образовательную деятельность.

11.3. Меры дисциплинарного взыскания не применяются к обучающимся по образовательным программам начального общего образования, с ограниченными возможностями здоровья (с задержкой психического развития и различными формами умственной отсталости).

11.4. За каждый дисциплинарный проступок может быть применена одна мера дисциплинарного взыскания.

При выборе меры дисциплинарного взыскания организация, осуществляющая образовательную деятельность, должна учитывать тяжесть дисциплинарного проступка, причины и обстоятельства, при которых он совершен, предшествующее поведение обучающегося, его психофизическое и эмоциональное состояние, а также мнение Совета обучающихся, Совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся.

11.5. Не допускается применение мер дисциплинарного взыскания к обучающимся во время их болезни, каникул, отпуска по беременности и родам или отпуска по уходу за ребенком.

11.6. До применения меры дисциплинарного взыскания организация, осуществляющая образовательную деятельность, должна затребовать от обучающегося письменное объяснение. Если по истечении трех учебных дней указанное объяснение обучающимся не представлено, то составляется соответствующий акт.

Отказ или уклонение обучающегося от предоставления им письменного объяснения не является препятствием для применения меры дисциплинарного взыскания.

11.7. Мера дисциплинарного взыскания применяется не позднее одного месяца со дня обнаружения проступка и не позднее шести месяцев со дня его совершения, не считая времени отсутствия обучающегося, указанного в п.11.5., а также времени, необходимого на учет мнения Совета обучающихся, Совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся Учреждения, но не более семи учебных дней со дня представления директору Учреждения, мотивированного мнения указанных советов и органов в письменной форме.

11.8. Отчисление несовершеннолетнего обучающегося, достигшего возраста пятнадцати лет, из Учреждения как мера дисциплинарного взыскания допускается за неоднократное совершение дисциплинарных проступков. Указанная мера дисциплинарного взыскания применяется, если иные меры дисциплинарного взыскания и меры педагогического воздействия не дали результата и дальнейшее пребывание обучающегося в Учреждении, оказывает отрицательное влияние на других обучающихся, нарушает их права и права работников, а также нормальное функционирование Учреждения.

Отчисление несовершеннолетнего обучающегося как мера дисциплинарного взыскания не применяется, если сроки ранее примененных к обучающемуся мер дисциплинарного взыскания истекли и (или) меры дисциплинарного взыскания сняты в установленном порядке.

11.9. Решение об отчислении несовершеннолетнего обучающегося, достигшего возраста пятнадцати лет и не получившего основного общего образования, как мера дисциплинарного взыскания принимается с учетом мнения его родителей (законных представителей) и с согласия комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав. Решение об отчислении обучающихся - детей-сирот, детей, оставшихся без попечения родителей, принимается с согласия комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав и органа опеки и попечительства.

11.10. Об отчислении несовершеннолетнего обучающегося в качестве меры дисциплинарного взыскания Учреждение незамедлительно обязано проинформировать Комитет Администрации Новичихинского района по образованию.

Комитет Администрации Новичихинского района по образованию и родители (законные представители) несовершеннолетнего обучающегося,

отчисленного из организации, осуществляющей образовательную деятельность, не позднее чем в месячный срок принимают меры, обеспечивающие получение несовершеннолетним общего образования.

11.11. Применение к обучающемуся меры дисциплинарного взыскания оформляется приказом директора Учреждения, который доводится до обучающегося, родителей (законных представителей) несовершеннолетнего обучающегося под роспись в течение трех учебных дней со дня его издания, не считая времени отсутствия обучающегося Учреждении. Отказ обучающегося, родителей (законных представителей) несовершеннолетнего обучающегося ознакомиться с указанным приказом (распоряжением) под роспись оформляется соответствующим актом.

11.12. Обучающийся, родители (законные представители) несовершеннолетнего обучающегося вправе обжаловать в комиссию по урегулированию споров между участниками образовательных отношений меры дисциплинарного взыскания и их применение к обучающемуся.

11.3. Если в течение года со дня применения меры дисциплинарного взыскания к обучающемуся не будет применена новая мера дисциплинарного взыскания, то он считается не имеющим меры дисциплинарного взыскания.

11.4. Директор до истечения года со дня применения меры дисциплинарного взыскания имеет право снять ее с обучающегося по собственной инициативе, просьбе самого обучающегося, родителей (законных представителей) несовершеннолетнего обучающегося, ходатайству Совета обучающихся, Совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся.

## 12. Защита прав учащихся

В целях защиты своих прав учащиеся, родители (законные представители) несовершеннолетних учащихся вправе самостоятельно или через своих представителей:

- направлять в коллегиальные органы управления Учреждением обращения о нарушении и (или) ущемлении ее работниками прав, свобод и социальных гарантий учащихся;
- обращаться в комиссию по урегулированию споров между участниками образовательных отношений;
- использовать не запрещенные законодательством Российской Федерации иные способы защиты своих прав и законных интересов.

## 13. Заключительные положения

Действие настоящих Правил распространяется на всех учащихся Учреждения.

Данные Правила доводятся до сведения учащихся на классных часах в начале учебного года, родителей (законных представителей) несовершеннолетних учащихся, размещаются на официальном сайте Учреждения.

**Инструкция №2**  
**по правилам поведения, пожарной безопасности, сохранению**  
**материально – технической базы школы при проведении массовых**  
**мероприятий.**

1. За жизнь и здоровье детей несет ответственность классный руководитель

2. Заявление на проведение мероприятия подаются не позднее, чем за 3 дня до него.

3. Учащиеся приходят на мероприятие и уходят с него в заранее оговоренное время. Уход учащегося с мероприятия разрешается в исключительных случаях. При проведении общешкольных дискотек учащийся может уйти раньше после постановки в известность или оповещения родителей либо законных представителей.

4. Общешкольные дискотеки, праздники и т.д. заканчиваются не позднее 21.00.

5. Не разрешается открывать окна в помещении, где проходит мероприятие, во все время его проведения.

6. Не разрешается ставить столы в кабинетах один на другой. При необходимости столы и стулья должны быть вынесены в коридор и аккуратно поставлены там.

7. Во время проведения мероприятий не разрешается хождение учащихся по школе.

8. Запрещается курение учащихся.

9. При проведении дискотек в классах назначаются дежурные, ответственные за подготовку помещения к дискотеке и уборку помещения после проведения

10. Если при проведении мероприятий предусмотрено угощение для учащихся, то классный руководитель следит за соблюдением санитарных норм.

11. Присутствие и участие в дискотеках посторонних не разрешается.

12. Во время проведения мероприятия строго соблюдается правила пожарной безопасности.

13. При проведении мероприятий не разрешается устраивать световые эффекты с применением химических веществ, которые могут вызвать пожар.

14. Запрещается использование бенгальских огней, хлопушек, петард и т.д. в школьных помещениях.

15. Если с учащимся произошел несчастный случай, то мероприятие приостанавливается, пострадавшему оказывается помощь, при необходимости вызывается «скорая помощь». Классный руководитель сообщает о несчастном случае или травме в администрацию школы.

16. По завершению мероприятия необходимо убрать помещение, где проводилось мероприятие. Классный руководитель совершает обход школы, проверяя чистоту и порядок на ее территории.

## Инструкция №3

### ЗАКОН АЛТАЙСКОГО КРАЯ от 07 декабря 2009 года N 99-ЗС

#### ОБ ОГРАНИЧЕНИИ ПРЕБЫВАНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ НА ТЕРРИТОРИИ АЛТАЙСКОГО КРАЯ (в ред. Законов Алтайского края от 11.07.2011 N 91-ЗС, от 04.05.2012 N 30-ЗС, от 31.12.2013 N 97-ЗС, от 01.10.2015 N 93-ЗС, от 03.02.2016 N 2-ЗС, от 31.05.2017 N 37-ЗС)

Принят  
Постановлением Алтайского краевого  
Законодательного Собрания  
от 02.12.2009 N 661

Настоящий Закон в соответствии с Федеральным законом от 24 июля 1998 года N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" устанавливает меры по недопущению негативного воздействия на здоровье и физическое, интеллектуальное, психическое, духовное и нравственное развитие детей.

#### Статья 1. Основные понятия

Для целей настоящего Закона применяются следующие основные понятия:

- 1) лица, заменяющие родителей, - законные представители, близкие совершеннолетние родственники несовершеннолетних (братья, сестры, дедушки, бабушки, тети, дяди), а также доверенные лица родителей на основании простой письменной доверенности; (п. 1 в ред. Закона Алтайского края от 04.05.2012 N 30-ЗС)
- 2) лица, осуществляющие мероприятия с участием детей, - лица, осуществляющие мероприятия по образованию, воспитанию, развитию, охране здоровья, социальной защите и социальному обслуживанию детей, содействию их социальной адаптации, социальной реабилитации и подобные мероприятия с участием детей;
- 3) общественные места - места общего пользования, в том числе улицы, парки, скверы; транспортные средства общего пользования; места общего пользования в жилых домах - межквартирные лестничные площадки, лестницы, лифты, коридоры; территории образовательных и дошкольных образовательных организаций; территории, прилегающие к жилым домам, в том числе детские площадки, спортивные сооружения; территории вокзалов, аэропортов; места для обеспечения доступа к сети Интернет, а также для реализации услуг в сфере торговли и общественного питания (организации или пункты), для развлечений, досуга;

(в ред. Закона Алтайского края от 31.12.2013 N 97-ЗС)

4) общественные места, нахождение в которых может причинить вред здоровью детей, их физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию, - магазины (салоны), дискотеки, салоны, клубы, сауны, бани, гостиницы и иные помещения (места) временного пребывания граждан, в которых распространяются товары и иная продукция сексуального характера, используется реклама сексуального характера, проводятся зрелищные мероприятия сексуального характера, а также осуществляется показ или демонстрация сцен насилия; игорные и иные заведения, места и помещения, в которых проводятся азартные игры, в том числе и с использованием Интернет-технологий; пивные рестораны, винные бары, пивные бары, рюмочные, другие места, которые предназначены для реализации только алкогольной продукции; территории, на которых осуществляется строительство; коллекторы; теплотрассы; канализационные колодцы; лифтовые и иные шахты, технические этажи, чердаки, подвалы, крыши зданий; определенные органами местного самоуправления иные места, нахождение в которых может причинить вред здоровью детей, их физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию.

(в ред. Закона Алтайского края от 01.10.2015 N 93-ЗС)

Статья 2. Ограничения пребывания несовершеннолетних в общественных местах

1. Не допускается нахождение несовершеннолетних:

- 1) в общественных местах, нахождение в которых может причинить вред здоровью детей, их физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию;
- 2) в общественных местах в ночное время без сопровождения родителей, лиц, их заменяющих, или лиц, осуществляющих мероприятия с участием детей:
  - а) в возрасте до шестнадцати лет - с 22 часов до 6 часов местного времени;
  - б) в возрасте от шестнадцати до восемнадцати лет - с 23 часов до 6 часов местного времени.

2. Положения части 1 настоящей статьи не распространяются на несовершеннолетних, признанных в соответствии с законодательством полностью дееспособными.

3. В исключительных случаях при возникновении непосредственной угрозы для жизни и здоровья ребенка, других лиц (стихийное бедствие, противоправные действия третьих лиц и иные аналогичные случаи) несовершеннолетние могут находиться в общественных местах, указанных в пунктах 3 - 4 статьи 1 настоящего Закона.

Статья 3. Меры по недопущению нахождения несовершеннолетних в общественных местах

1. Родители, лица, их заменяющие, или лица, осуществляющие мероприятия с участием детей, обязаны принять меры:

- 1) по недопущению нахождения несовершеннолетних в общественных местах, нахождение в которых может причинить вред здоровью детей, их



физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию;

2) по недопущению нахождения несовершеннолетних в ночное время в общественных местах без сопровождения родителей, лиц, их заменяющих, или лиц, осуществляющих мероприятия с участием детей.

2. Юридические лица и лица, осуществляющие предпринимательскую деятельность без образования юридического лица, обязаны:

1) информировать об ограничении пребывания несовершеннолетних в общественных местах, указанных в пункте 4 статьи 1 настоящего Закона, путем размещения предупреждающих надписей и знаков и оповещения посетителей;

2) не допускать несовершеннолетних на принадлежащие им объекты (территории, помещения), нахождение в которых может причинить вред здоровью детей, их физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию, а также в общественные места в ночное время;

3) при наличии сомнения в факте достижения гражданином совершеннолетнего возраста вправе потребовать от него предъявления паспорта или иного документа, удостоверяющего личность;

4) незамедлительно уведомить любым доступным для них способом о факте обнаружения ребенка родителей, лиц, их заменяющих, либо лиц, осуществляющих мероприятия с участием детей, или органы внутренних дел, или органы и учреждения системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, или органы местного самоуправления;

5) в случае нахождения несовершеннолетнего совместно с родителями, лицами, их заменяющими, или лицами, осуществляющими мероприятия с участием детей, в общественных местах, указанных в пункте 4 статьи 1 настоящего Закона, принять меры по их выдворению;

6) обеспечить до прибытия на место обнаружения несовершеннолетнего его родителей, лиц, их заменяющих, либо лиц, осуществляющих мероприятия с участием детей, или должностных лиц органов внутренних дел, или органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, или органов местного самоуправления реализацию необходимых исходя из обстоятельств обнаружения ребенка мер, направленных на недопущение причинения вреда его здоровью, физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию.

3. Должностные лица органов внутренних дел в случае обнаружения ребенка в общественных местах, указанных в пунктах 3 - 4 статьи 1 настоящего Закона, в пределах своих полномочий:

(в ред. Закона Алтайского края от 11.07.2011 N 91-ЗС)

1) незамедлительно устанавливает личность ребенка, его место жительства, родителей, лиц, их заменяющих, или лиц, осуществляющих мероприятия с участием детей; уведомляет указанных лиц; в случае необходимости

доставляет ребенка, личность которого установлена, родителям, лицам, их заменяющим, или лицам, осуществляющим мероприятия с участием детей. Ребенок не подлежит передаче таким лицам, если имеются объективные признаки того, что пребывание ребенка с ними или в определенной обстановке может нанести вред его жизни и здоровью, физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию;

2) составляет акт о выявлении ребенка в общественных местах, в котором указывается место и время обнаружения ребенка, время его передачи, объяснения родителей, лиц, их заменяющих, или лиц, осуществляющих мероприятия с участием детей, о причинах нахождения ребенка в общественных местах, указанных в пунктах 3 и 4 части статьи 1 настоящего Закона. Акт удостоверяется подписью сотрудника органов внутренних дел и родителя, лица, его заменяющего, или лица, осуществляющего мероприятия с участием детей. Акты о выявлении ребенка в общественных местах и материалы к ним направляются в подразделения по делам несовершеннолетних органов внутренних дел;

3) доставляет в места временного нахождения детей, установленные органами местного самоуправления, или специализированные учреждения для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, в случае невозможности установления личности ребенка, его места жительства, родителей, лиц, их заменяющих, или лиц, осуществляющих мероприятия с участием детей, либо отсутствия указанных лиц, либо невозможности передачи им ребенка. Несовершеннолетние, совершившие правонарушение или антиобщественные действия либо находящиеся в состоянии опьянения, доставляются в органы внутренних дел в порядке, установленном законодательством Российской Федерации;

4) информирует комиссию по делам несовершеннолетних по месту регистрации или пребывания ребенка о фактах нахождения несовершеннолетних в общественных местах, указанных в пунктах 3 - 4 статьи 1 настоящего Закона.

4. Органы и учреждения системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних в пределах своих полномочий:

1) незамедлительно устанавливают личность ребенка, его место жительства, родителей, лиц, их заменяющих, или лиц, осуществляющих мероприятия с участием детей; уведомляют указанных лиц; в случае необходимости доставляют ребенка, личность которого установлена, родителям, лицам, их заменяющим, или лицам, осуществляющим мероприятия с участием детей. Ребенок не подлежит передаче таким лицам, если имеются объективные признаки того, что пребывание ребенка с ними или в определенной обстановке может нанести вред его жизни и здоровью, физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию;

2) составляют акт о выявлении ребенка в общественных местах в порядке, предусмотренном пунктом 2 части 3 статьи 3 настоящего Закона;

3) доставляют в места временного нахождения детей, установленные

органами местного самоуправления, или в специализированные учреждения для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, в случае невозможности установления личности ребенка, его места жительства, родителей, лиц, их заменяющих, или лиц, осуществляющих мероприятия с участием детей, либо отсутствия указанных лиц, либо невозможности передачи им ребенка, о чем незамедлительно сообщают в органы внутренних дел по месту обнаружения несовершеннолетнего;

4) информируют комиссию по делам несовершеннолетних по месту регистрации или пребывания ребенка о фактах нахождения несовершеннолетних в общественных местах, указанных в пунктах 3 - 4 статьи 1 настоящего Закона.

5. Органы местного самоуправления в пределах своих полномочий:

- 1) создают экспертные комиссии для оценки предложений об определении мест, нахождение в которых может причинить вред здоровью детей, их физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию, общественных мест, в которых в ночное время не допускается нахождение детей без сопровождения родителей, лиц, их заменяющих, а также лиц, осуществляющих мероприятия с участием детей;
- 2) с учетом мнения экспертной комиссии утверждают перечень мест, нахождение в которых может причинить вред здоровью детей, их физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию, и общественные места, в которых в ночное время не допускается нахождение детей без сопровождения родителей, лиц, их заменяющих, а также лиц, осуществляющих мероприятия с участием детей;
- 3) определяют места временного нахождения детей до установления личности доставляемого ребенка, его места жительства и родителей, лиц, их заменяющих, лиц, осуществляющих мероприятия с участием детей, или наличия реальной возможности передачи ребенка указанным лицам, или направления в специализированные учреждения для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации;
- 4) незамедлительно устанавливают личность ребенка, его место жительства, родителей, лиц, их заменяющих, или лиц, осуществляющих мероприятия с участием детей; уведомляют указанных лиц; в случае необходимости доставляют ребенка, личность которого установлена, родителям, лицам, их заменяющим, или лицам, осуществляющим мероприятия с участием детей. Ребенок не подлежит передаче таким лицам, если имеются объективные признаки того, что пребывание ребенка с ними или в определенной обстановке может нанести вред его жизни и здоровью, физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию;
- 5) составляют акт о выявлении ребенка в общественных местах в порядке, предусмотренном пунктом 2 части 3 статьи 3 настоящего Закона;
- 6) доставляют в места временного нахождения детей, установленные органами местного самоуправления, или в специализированные учреждения для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, в случае невозможности установления личности ребенка, его места

жительства, родителей, лиц, их заменяющих, или лиц, осуществляющих мероприятия с участием детей, либо отсутствия указанных лиц, либо невозможности передачи им ребенка, о чем незамедлительно сообщают в органы внутренних дел по месту обнаружения несовершеннолетнего; 7) информируют комиссию по делам несовершеннолетних по месту регистрации или пребывания ребенка о фактах нахождения несовершеннолетних в общественных местах, указанных в пунктах 3 - 4 статьи 1 настоящего Закона.

6. Общественные организации правоохранительной направленности в случаях, предусмотренных их учредительными документами, оказывают содействие органам внутренних дел, органам и учреждениям системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, органам местного самоуправления по обнаружению и доставлению ребенка по месту регистрации или жительства, а также в места временного нахождения детей, установленные органами местного самоуправления, или в специализированные учреждения для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации.

(в ред. Закона Алтайского края от 11.07.2011 N 91-ЗС)

## 2. Статья 4. Экспертные комиссии

1. Для оценки предложений органов местного самоуправления, органов учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, общественных организаций и граждан об определении общественных мест, нахождение в которых может причинить вред здоровью детей, их физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию, общественных мест, в которых в ночное время не допускается нахождение детей без сопровождения родителей, лиц, их заменяющих, а также лиц, осуществляющих мероприятия с участием детей, в муниципальных районах и городских округах создаются экспертные комиссии.

2. Экспертные комиссии образуются решениями представительных органов муниципальных образований по представлению местных администраций.

3. Положение о порядке формирования и деятельности экспертной комиссии утверждается решениями представительных органов муниципальных образований.

4. Состав экспертных комиссий формируется из представителей органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, а также депутатов представительных органов местного самоуправления, представителей общественных объединений. Состав экспертных комиссий не может быть менее семи человек.

5. Заседание правомочно при наличии большинства членов экспертной комиссии.

6. Решения экспертной комиссии принимаются большинством голосов от числа присутствующих членов и направляются на рассмотрение органу местного самоуправления соответствующего муниципального образования.

7. Решение представительного органа местного самоуправления об

утверждении перечня общественных мест, нахождение в которых может причинить вред здоровью детей, их физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию, и общественных мест, в которых в ночное время не допускается нахождение детей без сопровождения родителей, лиц, их заменяющих, а также лиц, осуществляющих мероприятия с участием детей, подлежит обязательному опубликованию в средствах массовой информации.

Статья 5. Соглашения о порядке применения мер по недопущению нахождения детей в ночное время

Правительство Алтайского края заключает с другими субъектами Российской Федерации соглашения о порядке применения мер по недопущению нахождения детей в ночное время без сопровождения родителей, лиц, их заменяющих, или лиц, осуществляющих мероприятия с участием детей, в транспортных средствах общего пользования, проходящих по территориям двух и более субъектов Российской Федерации. (в ред. Закона Алтайского края от 31.05.2017 N 37-ЗС)

Статья 6. Ответственность за нарушение требований, установленных настоящим Законом Лица, виновные в нарушении требований, установленных настоящим Законом, несут административную ответственность в соответствии с законодательством Российской Федерации. (в ред. Закона Алтайского края от 03.02.2016 N 2-ЗС)

Статья 7. Вступление в силу настоящего Закона

1. Настоящий Закон вступает в силу с 1 апреля 2010 года, за исключением пунктов 1 - 3 части 5 статьи 3 и статьи 4 настоящего Закона.  
2. Пункты 1 - 3 части 5 статьи 3 и статья 4 настоящего Закона вступают в силу по истечении 10 дней со дня его официального опубликования.

Губернатор  
Алтайского края  
А.Б.КАРЛИН

г. Барнаул  
7 декабря 2009 года N 99-ЗС

**ИНСТРУКЦИЯ №4**  
**по технике безопасности для учащихся**  
**в коридорах и рекреациях школы**

**1. Общие требования безопасности**

1.1. При нахождении в коридоре (рекреации) и на лестницах учащиеся обязаны соблюдать Правила поведения для учащихся.

**Опасными факторами в коридорах (рекреациях) и на лестницах являются:**

- физические (система вентиляции; отсутствие ограждений на лестницах и в местах перепада высот; пороги, дефекты покрытия полов);

- химические (пыль).

1.2. Учащиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать

места расположения первичных средств пожаротушения.

1.3. Учащиеся должны знать место нахождения аптечки и уметь оказывать

первую доврачебную помощь.

1.4. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить дежурному учителю или администратору.

Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение настоящей Инструкции, привлекаются к ответственности в соответствии с Положением

о поощрениях и взысканиях для учащихся.

**2. Требования безопасности перед выходом в коридор (рекреацию), входе**

**на лестницу**

2.1. Дверь в коридор (рекреацию), на лестницу открывать осторожно, чтобы не нанести ей травму другим людям.

2.2. Убедиться в том, что при этом не произойдет столкновения с другими

учащимися (взрослыми).

2.3. Обо всех замеченных нарушениях, неисправностях и поломках немедленно доложить дежурному учителю или администратору.

**3. Требования безопасности при нахождении в коридоре (рекреации), на лестнице**

3.1. Во время нахождения в коридоре (рекреации), на лестнице учащийся обязан:

- при прохождении мимо дверей соблюдать осторожность во избежание получения травмы открывающейся дверью;
- при ходьбе по лестницам придерживать правой стороны;
- неукоснительно выполнять все указания дежурного учителя и администратора;

- постоянно поддерживать порядок и чистоту в коридорах (рекреациях), на лестницах.

### 3.2. Учащимся запрещается:

- бегать по коридорам (рекреациям), лестницам;
- толкаться, устраивать потасовки;
- оставлять в проходах и на лестницах портфели, сумки и другие предметы;
- собираться в группы в узких местах коридоров и на лестницах;
- пользоваться лестницами без ограждений;
- находиться рядом с перепадом высот при отсутствии ограждений;
- выносить в коридор (рекреацию), на лестницу и из коридора (рекреации) любые предметы (мебель, оборудование и т.д.).

## 4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При возникновении чрезвычайной ситуации (появлении посторонних

запахов, задымлении, возгорании) немедленно сообщить об этом дежурному

учителю или администратору и действовать в соответствии с его указаниями.

4.2. При получении травмы сообщить об этом дежурному учителю или администратору.

4.3. При необходимости помочь дежурному учителю или администратору оказать пострадавшему первую помощь и оказать содействие в отправке пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

## 5. Требования безопасности при выходе из коридора (рекреации), сходе с лестницы

5.1. Выходить из коридора (рекреации), сходить с лестницы необходимо, соблюдая очередность, пропуская вперед младших, взрослых и не создавая сутолоки.

5.2. При обнаружении неисправности мебели, оборудования, ограждений проинформировать об этом дежурного учителя или администратора.

## **Инструкция №5 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 разводить 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.

### **На территории школы**

1. На территории школы запрещается разводить костры, зажигать факелы, применять фейерверки и петарды, другие горючие составы.
2. Запрещается курить в здании школы и на ее территории.
3. Запрещается приносить в школу спички, горючие жидкости (бензин и растворители), легковоспламеняющиеся вещества и материалы.
4. Запрещается пользоваться в классах и кабинетах осветительными и нагревательными приборами с открытым пламенем и спиралью.
5. Категорически не допускается бросать горящие спички в контейнеры-мусоросборники.
6. В случаях пожарной опасности производится эвакуация школы, сигналом к которой является длительная серия коротких звонков.
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!

**Инструкция №6**  
**по правилам безопасности при обнаружении**  
**неизвестных пакетов и других вещей**

1. Заметив оставленный в транспорте, подъезде дома и т. п. пакет (сумку, коробку и т. п.), ни в коем случае не трогайте его: возможно, в нем находится взрывное устройство.
2. Сообщите о своей находке дежурному сотруднику милиции.
3. Если вы заметили пакет, сумку, коробку в городском транспорте, сообщите об этом водителю.
4. Если вы все-таки оказались невольным свидетелем террористического акта, не теряйте самообладания. Постарайтесь запомнить людей, убежавших с места события, возможно, это и есть преступники.
5. Постарайтесь оказать посильную помощь пострадавшим от взрыва или от выстрелов до прибытия машин скорой помощи. Передайте свои сведения сотрудникам спецслужб, прибывшим на место происшествия.
6. Не играйте со взрывпакетом, если каким-то образом он оказался у вас: можно получить тяжелые ожоги.
7. Не бросайте в костер патроны - они могут выстрелить и ранить вас.
8. Опасайтесь взрыва: кислородных баллонов, сосудов под давлением, пустых бочек из-под бензина и растворителей, газоздушных смесей.
9. Обнаружив подозрительный предмет, похожий на снаряд, мину, гранату, не приближайтесь к нему и не бросайте камни: снаряд может взорваться. Место расположения подозрительного предмета оградите и сообщите о находке в милицию.
10. Сообщите о находке ближайшим людям и дождитесь прибытия милиции.

**Запрещается:**

1. Сдвигать с места, бросать, поднимать взрывоопасные предметы.
2. Собирать и хранить боеприпасы; пытаться их разбирать, нагревать и ударять.
3. Изготавливать из снарядов предметы быта.
4. Использовать снаряды для разведения костров, приносить в помещение.
5. Собирать и сдавать в металлолом боеприпасы.

## **Инструкция №7**

### **о запрете пользования мобильным телефоном во время учебного процесса**

#### **1. Общие положения**

1.1 Настоящие Правила устанавливаются для учащихся и работников школы и имеют своей целью способствовать улучшению организации режима работы в организации образования, защите гражданских прав всех субъектов образовательного процесса: школьников, родителей, учителей.

1.2 Соблюдение Правил содействует повышению качества и эффективности получаемых образовательных услуг, гарантирует психологически комфортные условия учебного процесса.

#### **2. Условия применения сотовых телефонов в школе.**

2.1 Любой Пользователь обязан знать и соблюдать следующие условия и правила пользования сотовыми телефонами в школе:

1. В здании школы обязательно ставить телефон в режим вибровызова.
2. Во время уроков и учебных занятий телефон необходимо выключать и убирать в портфель.
3. Помнить, что ответственность за сохранность телефона лежит только на его владельце (родителях, законных представителях владельца).

#### **3. Пользователи имеют право:**

ВНЕ уроков применять мобильный телефон в здании школы как современное средство коммуникации: осуществлять звонки; посылать смс-сообщения; играть; обмениваться информацией; делать фото и видео съемку; слушать радио и музыку через наушники.

#### **4. Пользователям запрещается:**

- Использовать телефон НА УРОКЕ в любом режиме (в том числе как калькулятор, записную книжку).
- Использовать полифонию во все время пребывания в школе.
- Прослушивать радио и музыку без наушников.

#### **5. Ответственность за нарушение Правил.**

За нарушение настоящих Правил предусматривается следующая ответственность:

- ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ПРОПАЖУ, ПОРЧУ ТЕЛЕФОНОВ ШКОЛА НЕ НЕСЁТ.
- За однократное нарушение, учитель-предметник делает замечание.
- При повторных фактах нарушения - несоблюдении требований администрации школы, провести разъяснительную воспитательную беседу с учащимися.

## **Инструкция №8**

### **по технике безопасности на дорогах и в транспорте**

1. При выходе на улицу посмотри сначала налево, потом направо, чтобы не помешать прохожим.
2. Маршрут в школу выбирай самый безопасный, тот, где надо реже переходить улицу или дорогу. Меньше переходов - меньше опасностей.
3. Когда идешь по улицам города, будь осторожен. Не торопись. Иди только по тротуару или обочине.
4. Иди не спеша по правой стороне тротуара. По обочине иди подальше от края дороги. Не выходи на проезжую часть улицы или дороги.
5. Проходя мимо ворот, будь особенно осторожен: из ворот может выехать автомобиль.
6. Осторожно проходи мимо стоящего автомобиля: пассажиры могут резко открыть дверь и ударить тебя.
7. Переходи улицу только по пешеходным переходам.
8. Прежде чем переходить улицу, посмотри налево. Если проезжая часть свободна, - иди. Дойдя до середины дороги, остановись. Если движение транспорта началось, подожди на «остановке безопасности». Теперь посмотри направо. Если проезжая часть свободна, закончи переход.
9. Улицу, где нет пешеходного перехода, надо переходить от одного угла тротуара к другому: так безопасней.
10. Если на улице большое движение, попроси взрослого или сотрудника милиции помочь ее перейти.
11. Ожидай 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 только через передние двери. Заранее готовься к выходу, пройдя вперед.
14. Когда переходишь улицу, следи за сигналом светофора: Красный - СТОП - все должны остановиться; желтый -ВНИМАНИЕ - жди следующего сигнала; зеленый - ИДИТЕ -можно переходить улицу.
15. Находясь в транспорте, не ходи по салону, держись за поручень, не выглядывай из окон, не высовывай руки, не нажимай без надобности на аварийные кнопки.
16. Не устраивай игр на проезжей части или вблизи дороги. Не питайся на велосипедах, роликовых коньках и т. п. на проезжей части дороги.
17. Не перебегай улицу или дорогу перед близко идущим транспортом.
18. Не цепляйся за проходящий мимо транспорт.
19. Категорически запрещено бросать бутылки, камни и любые другие предметы на проезжую часть в проезжающий транспорт.
20. Строго запрещено играть, кататься на велосипедах, скутерах вблизи проезжей части.

21. Как следует из Правил Дорожного Движения, управление велосипедом на проезжей части разрешено лицам, достигшим 14 лет, а управление мопедом - лицам, достигшим 16 лет. Управлять автомобилем разрешается людям с 18 лет. Помните об этом!

## **ИНСТРУКЦИЯ №9**

### **по правилам безопасности для учащихся при поездках**

#### **I. Общие требования безопасности**

1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех учащихся, охваченных автобусными перевозками.
2. К перевозкам допускаются дети, прошедшие инструктаж по технике безопасности при поездках.
3. Поездки детей возможны только в сопровождении воспитателя, учителя либо прошедшего инструктаж взрослого из числа родителей.
4. Автобус для перевозки детей должен быть оборудован табличками «ДЕТИ», огнетушителями и медицинскими аптечками.
5. Травмоопасность при поездках:
  - отравления СО<sub>2</sub>
  - при несоблюдении правил поведения в автобусе ( травмы рук, суставов, ушибы )
  - при несоблюдении правил посадки в автобус и высадки
  - в случае возгорания , ожоги.
6. Количество пассажиров не должно превышать число мест для сидения.
7. Запрещается перевозка детей на технически неисправном транспорте
8. В салоне автобуса запрещается перевозка бензина, спирта и других взрывоопасных и легковоспламеняющихся жидкостей и веществ.

#### **II. Требования безопасности перед началом поездки**

1. Пройти инструктаж по технике безопасности при поездках
2. Ожидать подхода автобуса в определённом месте сбора
3. Спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, собраться у места посадки
4. Произвести перекличку участников поездки
5. Не выходить навстречу приближающемуся автобусу.

#### **III. Требования безопасности во время посадки и поездки**

1. После полной остановки автобуса, по команде сопровождающего, спокойно, не торопясь и не толкаясь войти в салон , занять место для сидения, первыми входят старшие дети, занимающие места в дальней от водителя части салона.
2. Не открывать окна, форточки и вентиляционные люки могут открываться только с разрешения водителя.
3. Не загромождать проходы в пассажирском салоне сумками, портфелями и т.п.
4. Во время движения не вскакивайте со своего места, не отвлекайте водителя разговорами, криком
5. Не создавайте ложную панику, соблюдайте дисциплину и порядок.

#### **IV. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

1. При плохом самочувствии и внезапном заболевании сообщите об этом сопровождающему.

2. В случае травматизма сообщите учителю, он окажет вам первую помощь.

3. При возникновении аварийных ситуаций (технической поломки, пожара и т.д.), по указанию водителя и сопровождающего быстро, без паники, покиньте автобус.

4. В случае террористического захвата автобуса соблюдайте спокойствие, выполняйте все указания без паники и истерики - этим вы сохраните себе жизнь и здоровье.

#### **V. Требования безопасности по окончании поездки**

1. Выходите из автобуса спокойно, не торопясь, после полной его остановки и с разрешения сопровождающего.

2. Первыми выходят дети, занимающие места у выхода из салона.

3. Проведите повторную перекличку.

4. Не уходите с места высадки до отъезда автобуса.

5. О всех недостатках, отмеченных вами во время поездки, сообщите сопровождающему.

## **Инструкция №10 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 №11 по безопасному поведению при теракте.**

### ***Основные правила:***

Любой человек по стечению обстоятельств может оказаться заложником преступников. При этом захватчики могут добиваться достижения политических целей, получения выкупа и т.п. Во всех случаях ваша жизнь становится предметом торга для террористов. Специалисты рекомендуют в такой ситуации придерживаться определенных правил поведения. Итак...

К террористическому акту невозможно заранее подготовиться, поэтому надо быть готовым к нему всегда.

Террористы обычно выбирают для своих атак известные и заметные цели, например, крупные города, международные аэропорты, места проведения крупных международных мероприятий, международные курорты и т.д. Обязательным условием совершения атаки является возможность избежать пристального внимания правоохранительных структур, например, досмотра до и после совершения теракта. Будьте внимательны, находясь в подобных местах. Террористы действуют внезапно и, как правило, без предварительных предупреждений.

Всегда уточняйте, где находятся резервные выходы из помещения. Заранее продумайте, как вы будете покидать здание, если в нем произойдет ЧП. Никогда не пытайтесь выбраться из горящего здания на лифте. Во-первых, механизм лифта может быть поврежден. Во-вторых, обычно испуганные люди бегут именно к лифтам. Лифты не рассчитаны на перевозку столь большого количества пассажиров, поэтому драгоценные минуты, необходимые для спасения, могут быть потеряны.

### **Если вы оказались заложником:**

- По возможности скорее возьмите себя в руки, успокойтесь и не паникуйте.
- Подготовьтесь физически, морально и эмоционально к возможному трудному испытанию.
- Говорите спокойным голосом. Избегайте вызывающего, враждебного тона.
- Не допускайте действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам (не бегите, не бросайтесь на террориста, не боритесь, не выхватывайте у него оружие; не пытайтесь помириться с террористом, уговорить его, не умоляйте, не взывайте слезами к его доброте).
- Переносите лишения, оскорбления и унижения, не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе.
- Для поддержания сил ешьте все, что вам дают, даже если пища вам не нравится.
- При необходимости выполняйте требования преступников (особенно первые полчаса), не противоречьте им, не рискуйте жизнью

окружающих и своей собственной, старайтесь не допускать истерик и паники.

- На совершение любых действий (сесть, встать, попить, сходить в туалет), спрашивайте разрешения.
- Если вы ранены, постарайтесь не двигаться, этим вы уменьшите потерю крови. Постарайтесь перевязать рану платком, разорванной майкой или рубашкой.
- Помните: ваша цель - остаться в живых. Будьте внимательны, постарайтесь запомнить приметы преступников, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения, тематику разговоров и т.д.
- Помните, что, получив сообщение о вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимое для вашего освобождения.
- Непосредственно во время проведения операции по вашему освобождению соблюдайте следующие требования:
- Лежите на полу лицом вниз, голову закройте руками и не двигайтесь.

Ни в коем случае не бегите навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как они могут принять вас за преступника.

Если есть возможность, держитесь подальше от проемов дверей и окон.

Не возмущайтесь, если при штурме с вами обойдутся жестко, причинят вам моральную или даже физическую травму - действия штурмующих в данной ситуации оправданы.

## **Инструкция №12**

### **по оказанию первой помощи пострадавшему**

Первая помощь при различных травмах оказывается с использованием перевязочных материалов и лекарственных препаратов, которые находятся в аптечке первой помощи. Аптечки первой помощи находятся:

- в кабинетах физики, химии, информатики, домоводства;
- в слесарной и столярной мастерских;
- в спортивном зале;
- в учительской и приемной.

#### **1. В случае поражения электрическим током необходимо:**

##### **1.1 Освободить пострадавшего от действия тока:**

- отключить электроэнергию с помощью рубильника или другого выключателя;
- перерубить или перерезать провода (каждый в отдельности) инструментом с сухой ручкой из изолирующего материала;
- отбросить сухой палкой или доской оборвавшийся конец провода от пострадавшего;
- при невозможности выполнить вышеперечисленные пункты необходимо оттянуть пострадавшего от токоведущей части, взявшись за его одежду, если она сухая и отстает от тела. При этом располагаться надо так, чтобы самому не оказаться под напряжением.

##### **1.2 Вызвать скорую медицинскую помощь.**

##### **1.3 Оказать первую медицинскую помощь:**

- уложить пострадавшего на подстилку;
- распуścić пояс, расстегнуть одежду, создать приток свежего воздуха;
- дать нюхать нашатырный спирт;
- обрызгать лицо и шею холодной водой;
- растереть грудь и конечности спиртом;
- при необходимости сделать искусственное дыхание и массаж I сердца.

#### **2. При отравлении угарным газом необходимо:**

- вынести пострадавшего на свежий воздух;
- поднести к носу ватку, смоченную нашатырным спиртом;
- при необходимости применить искусственное дыхание;
- после восстановления дыхания дать валериановых капель.

#### **3. При порезах необходимо:**

- при порезах стеклом: тщательно осмотреть рану, очистить ее;
- промыть рану дезинфицирующим раствором (например, фурацилином);
- обработать рану йодом;
- наложить повязку;
- при сильном кровотечении перевязать жгутом выше места пореза, на рану положить давящую повязку.

#### **4. При ушибах:**

- положить на место ушиба холодный компресс;

- забинтовать ушибленное место.

#### **5. При термическом ожоге:**

- смочить обожженное место спиртом или раствором соды;
- наложить марлю, смоченную в растворе марганцового калия;
- забинтовать.

#### **6. При ожоге едкими щелочами:**

- обильно смочить обожженное место нейтрализующим раствором соляной или лимонной кислоты;
- смазать борным вазелином;
- наложить марлю или вату;
- забинтовать.

#### **7. При ожоге кислотами:**

- обильно смочить обожженное место раствором соды;
- наложить повязку, смоченную известковой эмульсией;
- покрыть ватой;
- забинтовать.

## **Инструкция №13**

### **по охране труда при проведении прогулок, туристских походов, экскурсий, экспедиций**

#### **1 Общие требования безопасности:**

1.1 К прогулкам, туристическим походам, экскурсиям и экспедициям допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

##### **1.2 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.

1.3 При проведении прогулки, туристского похода, экскурсии, экспедиции группу учащихся, воспитанников должны сопровождать двое взрослых.

1.4 Для оказания первой медицинской помощи пострадавшим во время прогулки, туристского похода, экскурсии, экспедиции обязательно иметь аптечку с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств.

#### **2 Требования безопасности перед проведением прогулки, туристского похода, экскурсии, экспедиции:**

2.1 Пройти соответствующую подготовку, инструктаж, медицинский осмотр и представить справку о состоянии здоровья.

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

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

#### **3 Требования безопасности во время прогулки, туристского похода, экскурсии, экспедиции:**

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

3.2 Общая продолжительность прогулки составляет 1-4 часа, и туристского похода, экскурсии, экспедиции не должна превышать: для учащихся 1-2 классов - 1 дня, 3-4 классов - 3 дней, 5-6 классов - 18 дней, 7-9 классов - 24 дней, 10-11 классов - 30 дней.

3.3 Отправляясь на экскурсию, в поход, надевайте одежду, соответствующую сезону и погоде, на ноги надевайте прочную обувь, носки, на голову - головной убор. Во время экскурсии не снимайте обувь и не ходите босиком.

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

3.5 Не пробовать на вкус какие-либо растения, плоды и грибы.

3.6 Не трогать руками ядовитых и опасных животных, пресмыкающихся, насекомых, растения, грибы, а также колючие растения и кустарники.

3.7 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.

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

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

#### **4 Требования безопасности в аварийных ситуациях:**

4.1 При укусе ядовитыми животными, пресмыкающимися немедленно отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения и родителям пострадавшего.

4.2 При получении учащимся, воспитанником травмы оказать помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения и родителям пострадавшего, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

#### **5 Требования безопасности по окончании прогулки, туристического похода, экскурсии, экспедиции:**

5.1 Проверить по списку наличие всех учащихся.

5.2 Проверить наличие и сдать на хранение туристское снаряжение.

**Инструкция №14**  
**по профилактике негативных ситуаций**  
**во дворе, на улицах, дома и в общественных местах**

1. Проводя время во дворе, держитесь подальше от компаний подростков, которые старше вас, находятся в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, играют в азартные игры и т.

2. Никогда не садитесь в машину, мотоцикл и т. п. с незнакомыми людьми.

3. Не выносите на улицу дорогие вещи (магнитофон и т. п.), ли около дома нет старших.

4. Не носите с собой ценности, деньги (без особой на то необходимости).

5. Не лазайте по подвалам, чердакам, крышам.

6. Гуляя на улице, старайтесь держаться поближе к своему дому, находиться в знакомой компании. Последнее условие обязательно, если вы уходите далеко от дома, особенно в чужой район на танцы (дискотеку), рынок, в магазин, на концерт и т. п. при этом желательно, чтобы взрослые знали, где вы находитесь.

7. Призыв о помощи - это не свидетельство трусости, а необходимое средство самозащиты, иногда - спасение.

8. Если вы попали в западню - нападающих больше, они явно сильнее, поблизости нет никого, кто мог бы прийти на помощь, то лучше отдайте деньги или вещь, которую они требуют. Помните, что ваша жизнь и здоровье дороже всего.

9. Если вас начинают преследовать, идите (бегите) туда, много людей, больше света (ночью) и т. д.

10. Никогда не играйте в азартные игры, особенно на деньги старшими ребятами или взрослыми, вообще с незнакомыми людьми.

11. В целях личной безопасности (профилактики похищения необходимо:

- стараться не оставаться в одиночестве, особенно на улице, пути в школу и обратно, с места досуга;
- никогда не заговаривать с незнакомыми, а тем более в чем-то подозрительными людьми;
- не садиться в чужие машины, не ездить с незнакомыми людьми;

всегда ставить в известность родственников о том, куда и когда вы направляетесь, у кого, сколько и где собираетесь быть, когда и каким путем собираетесь возвращаться (если есть возможность, сообщите номер телефона, иные координаты, по которым вас можно найти).

## **Инструкция №15**

### **по правилам поведения детей и подростков в общественных местах**

#### **1. Дети и подростки обязаны:**

в общественных местах - на улицах, бульварах, во дворах, в парках, театрах, кинотеатрах, домах культуры, клубах, на стадионах, катках, спортплощадках, в городском и других видах транспорта строго соблюдать общественный порядок, правила уличного движения и пользования городским и другими видами транспорта;

- быть вежливыми со старшими, внимательными к лицам преклонного возраста, инвалидам и маленьким детям;
- бережно относиться к государственному и общественному имуществу;
- соблюдать чистоту на улицах и в общественных местах;
- удерживать товарищей от недостойных поступков.

#### **2. Детям и подросткам запрещается:**

- участвовать в несанкционированных уличных шествиях, нарушающих общественный порядок;
- играть в карты и другие азартные игры, распивать спиртные напитки, торговать на улицах, бульварах, в скверах, на пляжах и в других общественных местах;
- заниматься перепродажей по завышенным ценам билетов в кинотеатры, видеосалоны, на публичные выступления рок-ансамблей, тиражированием, скупкой перепродажей видеокассет;
- загрязнять улицы, дворы, подъезды и другие общественные места;
- ломать зеленые насаждения, портить газоны и клумбы, стены домов и подъездов, а также другое государственное и общественное имущество, собираться группами в подъездах, на крышах домов и в подвалах;
- играть, кататься на коньках, лыжах, санках, самокатах на проезжей части дороги;
- ездить на подножках и буферах троллейбусов, автобусов, автомашин, железнодорожных вагонов;
- лицам моложе 14 лет управлять велосипедом при движении по дорогам, а моложе 16 лет - велосипедом с подвесным мотором, мопедом или мотоциклом;
- купаться в реках, озерах, прудах в неустановленных для купания местах;
- накладывать на железнодорожные рельсы посторонние предметы.



## **ИНСТРУКЦИЯ №16**

### **по использованию светоотражающих элементов**

1. Световозвращающую ленту необходимо пришить на рукава верхней одежды детей, либо на нарукавные повязки так, чтобы они не были закрыты при движении и способствовали зрительному восприятию. Рекомендуется наносить их в виде горизонтальных и вертикальных полос на внешнюю часть рукавов. Кроме того, можно прикрепить световозвращающую ленту на спинку верхней одежды, нижнюю наружную часть брюк, а также на головные уборы, рукавицы, перчатки, обувь и другие предметы одежды.

2. Световозвращающие элементы в виде наклеек могут располагаться на одежде в любом месте, а также на школьных принадлежностях, сумках, портфелях или рюкзаках.

3. Для несовершеннолетних велосипедистов эффективно использовать нашивки из световозвращающей ленты на жилетах и поясах, наклейки - на касках, элементах велосипеда.

#### **О преимуществах использования световозвращающих элементов**

В вечернее время суток, когда улицы и дворы плохо освещены, водители обнаруживают пешехода, имеющего светоотражающие элементы, со значительно большего расстояния по сравнению с пешеходами, их не имеющих: если машина движется с ближним светом фар, обзор водителя увеличивается с 25-40 метров до 130-140 метров, а если с дальним - увеличивается до 400 метров.

По результатам исследований расстояние, с которого «обозначенный пешеход» становится более заметен водителю проезжающего автомобиля, увеличивается в 1,5-3 раза, что дает водителю дополнительное время на принятие правильного решения во избежание возможного наезда на пешего участника дорожного движения, в связи с чем снижается риск наезда транспортного средства на пешехода на 85%.

Кроме этого, светоотражатели имеют свойство отражать свет в том же направлении, откуда он падает, поэтому светоотражающий элемент будет виден всегда, даже в ненастье (дождь, туман)

#### **светоотражатели — НЕОБХОДИМОЕ СРЕДСТВО БЕЗОПАСНОСТИ НА ДОРОГЕ**

Сегодня у взрослых пешеходов появилась возможность позаботиться о собственной безопасности, а у родителей — о безопасности своих детей.

Решением проблемы являются светоотражающий элемент — **светоотражатель, световозвращатель**, который может быть исполнен либо в виде аксессуара (браслета, брелока — светоотражающей подвески), либо наклеиваться в виде светящегося круга на рюкзак, сумку и верхнюю одежду. Теперь водитель сможет увидеть неосторожного пешехода на расстоянии **свыше 150 метров** и обязательно успеет избежать столкновения.

***Светоотражатели (световозвращатели, наклейки) — это не только модно, стильно и современно, но еще и безопасно. Подумайте о себе и своих близких!***

## **Инструкция №17**

### **по профилактике коронавирусной инфекции для учащихся школы**

1. Регулярно мой руки мылом или антисептиком в течении всего дня и после каждого посещения туалета. Если на поверхности рук есть коронавирус, мытьё рук с мылом или спиртовым раствором его убьёт.
2. Соблюдай личную гигиену. Закрывай нос и рот салфеткой или сгибом локтя, когда чихаешь или кашляешь, сразу после выкидывай салфетку и тщательно мой руки. Так ты предотвратишь распространение вируса.
3. Соблюдай дистанцию в школе. Коронавирус распространяется по воздуху. Им можно заразиться, вдыхая воздух рядом с больным. Поэтому держись на расстоянии минимум 1 метра.
4. Чистите и дезинфицируйте поверхности гаджетов, личных канцелярских принадлежностей, чтобы удалить вирусы.
5. Ежедневно измеряйте температуру тела при входе в школу и после школы дома.
6. Исключить при приветствии тесные объятия и рукопожатия.
7. Исключи общение с ребятами из других классов во время перемен и уроков.
8. Пей воду только из своего стаканчика.
9. Если используешь одноразовую медицинскую маску в школе, менять её нужно каждые 2-3 часа. Утилизировать маску в дезинфицирующем растворе в комнате технического персонала.
10. Если тебе стало плохо, сразу сообщи об этом учителю или родителям. Чем раньше ты обратишься за медицинской помощью, тем выше шанс быстро выздороветь и никого не заразить.

## ИНСТРУКЦИЯ №18

### по охране труда обучающихся, учителей, выполняющих общественно-полезные работы

#### Опасности в работе:

1. Различные заболевания при переноске тяжестей сверх допустимой нормы.
2. Травмы при небрежном обращении с орудиями труда.
3. Травмирование рук при очистке почвы от посторонних предметов.
4. Порезы рук при прополке клумб.

#### До начала работы:

1. Надеть спецодежду (халат, перчатки).
2. Подготовить к работе необходимый инвентарь, проверить его исправность.

#### Во время работы:

1. Соблюдать осторожность при работе с использованием орудий труда (лопаты, грабли, вилы, тяпки и т.д.), не передавать их друг другу броском, не класть на землю заостренной частью вверх, переносить их только в вертикальном положении заостренной частью вниз.
2. При переноске тяжестей соблюдать установленную норму переноски тяжестей:  
Для учащихся начальных классов – не более 3 кг

	девушки	юноши
до 15 лет	5,0 кг	8,2 кг
до 16 лет	8,0 кг	12,0 кг
до 17 лет	9,0 кг	16,4 кг
до 18 лет	10,2 кг	16,4 кг

3. Очистку почвы от посторонних предметов производить только с помощью лопат, грабель и
4. Во избежание порезов рук работать только в перчатках.
5. Запрещается какая-либо работа учащихся с ядохимикатами.
6. При получении травмы или плохом самочувствии сообщить учителю.

#### После окончания работы:

1. Очистить и сдать на хранение рабочий инвентарь.
2. Снять спецодежду и тщательно вымыть руки с мылом.

**Инструкция №19**  
**Поведения на водоемах в зимнее время**  
**ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НА ЛЬДУ**

1.1. Необходимо помнить, что безопасным является лед зеленоватого оттенка, толщиной не менее 7 см. он выдерживает одного человека; непрочный лед находится около стока вод (с фабрик, заводов), тонкий и рыхлый лёд вблизи камыша, кустов, под снегом, сугробами, в местах, где бьют ключи, быстрое течение, там, где имеются вмерзшие в лед доски, бревна.

1.2. С появлением первого льда запрещается катание на коньках, лыжах и переход. Переход и катание допускаются при толщине льда 10-12 см., массовое катание при толщине льда не менее 25 см.

1.3. Рекомендуется перед выходом на лед наметить маршрут, прочность льда проверять ударом палки, пешни (проверять прочность ударом ноги запрещено), при наличии рюкзака размещать его на одном плече.

1.4. Не рекомендуется выходить на лед в позднее время, в незнакомых местах.

1.5. Площадки под снегом следует обойти.

3.6. При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.

3.7. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5–6 метров).

3.8. Замерзшую реку (озеро) лучше переехать на лыжах, при этом: крепление лыж расстегните, чтобы при необходимости быстро их сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.

3.9. Запрещается появление на льду детей до 14 лет без сопровождения старших.

## **Инструктаж №20**

### **по технике безопасности для обучающихся во время осенних каникул**

### **Общие требования безопасности на осенних каникулах**

1.1. Настоящая инструкция по безопасности для учащихся на осенних каникулах составлена с целью проведения инструктажа с учащимися 1-11 классов.

1.2. Выполнение данного инструктажа по технике безопасности распространяется на осенние каникулы и является обязательным для всех учеников образовательного учреждения.

1.3. Основными опасными факторами, которые могут привести к травмам, являются:

- нарушение правил дорожного движения;
- нарушение правил электробезопасности;
- нарушение правил противопожарной безопасности, в том числе игры с огнем;
- нарушение правил личной безопасности;
- нарушение правил личной гигиены и охраны здоровья в связи с санитарно-эпидемиологическими требованиями по предупреждению распространения коронавирусной инфекции;
- установление тонкого льда на водных объектах;
- самостоятельные походы в лес, горы;
- долгое пребывание возле компьютера, компьютерная игровая зависимость;
- употребление лекарственных препаратов без назначения врача;
- табакокурение, употребление алкогольных напитков.

1.4. Находясь на улице, при переходе проезжей части дороги необходимо быть осторожным и внимательным, соблюдать Правила дорожного движения, помнить инструктаж по ТБ на период осенних каникул для школьников.

1.5. Следует соблюдать правила техники безопасности во время прогулок в лесу и возле водоемов:

Строго запрещено разжигать костры на территории села и территории лесного массива;

Категорически запрещено употреблять в пищу незнакомы грибы и ягоды.

1.6. Находясь на улице, следует надевать головной убор во избежание переохлаждения.

1.7. Необходимо быть осторожным во время контакта с электрическими приборами, соблюдать технику безопасности при включении и выключении телевизора, электрического утюга, чайника и других бытовых электроприборов.

1.8. Следует строго соблюдать технику безопасности при использовании газовых приборов.

1.9. Необходимо соблюдать временные ограничения при просмотре телевизора и работе на компьютере.

1.10. Строго запрещено посещать тракторные бригады, гаражи, фермы без сопровождения взрослых.

1.11. Следует быть внимательным и осторожным в обращении с домашними животными.

1.12. Строго запрещено находиться на улице без сопровождения взрослых в вечернее время после 22.00 или 23.00 часов ( в зависимости от возраста).

1.13. Необходимо вести активный отдых, соответствующий нормам здорового образа жизни.

1.14. В случае получения травмы кем-либо из учащихся свидетель происшествия обязан срочно доложить об этом взрослому и немедленно вызвать скорую помощь.

1.15. Необходимо соблюдать положения настоящего *инструктажа по технике безопасности на осенние каникулы для учащихся*, выполнять в случае необходимости его правила и требования.

## **2. Требования безопасности во время осенних каникул.**

### **2.1. Требования безопасности на улице во время осенних каникул.**

3.1.1. Необходимо заранее планировать безопасный маршрут до места назначения и всегда использовать его. Следует выбирать хорошо освещенные улицы и избегать прохода мимо пустынных участков земли, аллей и строительных площадок. Всегда лучше идти длинным путем, если он более безопасный.

2.1.2. Необходимо хорошо знать свой район: обязательно следует узнать, какие магазины, кафе, рестораны и другие учреждения открыты до позднего времени, где находится ближайшее отделение милиции, опорный пункт правопорядка, комната приема участкового инспектора, пост охраны и т.д.

2.1.3. Не следует хвастаться и выставлять напоказ дорогие украшения или одежду, сотовый телефон, необходимо крепко держать свои сумки.

2.1.4. Если возле проезжей части дороги нет пешеходного тротуара, следует идти навстречу движению транспорта, в этом случае вы сможете видеть приближающиеся машины.

2.1.5. Если у вас возникло подозрение, что кто-то целенаправленно преследует вас, следует перейти улицу и направиться в ближайший хорошо освещенный район. Необходимо быстро дойти или добежать до любого дома, магазина или остановки. При возможности необходимо немедленно вызвать полицию.

2.1.6. Если незнакомые люди пытаются увести вас силой, следует сопротивляться любыми доступными способами, громко кричать и звать на помощь: "Помогите! Меня уводит незнакомый человек!".

2.1.7. Строго запрещено соглашаться на какие-либо предложения незнакомых взрослых.

2.1.8. Категорически запрещено куда-либо идти с незнакомыми взрослыми и садиться с ними в машину.

2.1.9. Не следует приглашать к себе домой незнакомых детей, если дома нет никого из взрослых.

2.1.10. Не разрешается играть на улице в темное время суток.

2.1.11. Строго запрещено путешествовать, пользуясь попутным транспортом, необходимо отходить подальше от любого остановившегося около вас транспорта.

2.1.12. Всегда следует сообщать родителям с кем и куда Вы пошли, когда вернетесь, если задерживаетесь, то необходимо позвонить и предупредить об этом своих родителей.

2.1.13. Следует всегда соблюдать правила безопасного поведения на дорогах, изученные Вами в школе, данные правила *инструктажа по технике безопасности для детей во время осенних каникул*.

## 2.2. Правила безопасного поведения на дороге

2.2.1. Переходить проезжую часть дороги следует только в специально отведенных для этого местах: по пешеходному переходу или на зеленый сигнал светофора.

2.2.2. Переходить улицу можно только в установленных местах, пользуясь сигналами светофора или по пешеходному переходу.

2.2.3. Если на улице нет светофора, необходимо оценить ситуацию на дороге: посмотреть налево, затем - направо.

2.2.4. Начав переходить проезжую часть, не следует задерживаться и отвлекаться, если не успели закончить переход, то необходимо задержаться на линии, разделяющей потоки транспортных средств.

2.2.5. Если вдоль проезжей части дороги отсутствует пешеходный тротуар, необходимо идти по обочине дороги навстречу движению транспорта, в этом случае вы сможете видеть приближающиеся машины.

2.2.6. Ожидать транспортное средство нужно только на посадочных площадках или на тротуаре.

2.2.7. Категорически запрещено бросать бутылки, камни и любые другие предметы на проезжую часть в проезжающий транспорт.

2.2.8. Строго запрещено играть, кататься на велосипедах, скутерах вблизи проезжей части.

2.2.9. Как следует из Правил Дорожного Движения, управление велосипедом на проезжей части разрешено лицам, достигшим 14 лет, а управление мопедом - лицам, достигшим 16 лет. Управлять автомобилем разрешается людям с 18 лет. Помните об этом!

2.2.10. Во время нахождения на железнодорожных путях и при переходе через них, следует быть особо внимательным, необходимо хорошо осмотреться, не идут ли поезда по соседним путям.

2.2.11. Строго запрещено:

окликать человека, переходящего дорогу;

перепрыгивать дорогу перед близко идущим транспортом;

играть возле транспортной магистрали;

пользоваться мобильным телефоном во время перехода проезжей части.

2.2.12. Соблюдайте и помните правила поведения на дороге, требования данного инструктажа перед осенними каникулами.

### 2.3. Правила безопасности во время езды на велосипеде

2.3.1. Управлять велосипедом на дороге разрешено лицам, достигшим возраста 14 лет;

2.3.2. Движение по проезжей части на велосипеде разрешается только по крайней правой полосе в один ряд;

2.3.3. Велосипедисты обязаны уступать дорогу другому транспорту, движущемуся по проезжей части.

2.3.4. Во время езды на велосипеде по дорогам и улицам с автомобильным движением необходимо соблюдать следующие правила:

следует пользоваться только таким велосипедом, который подходит вам по росту;

не разрешается перевозить предметы, которые мешают управлять велосипедом;

строго запрещено ездить на велосипеде вдвоем, без звонка и с неисправным тормозом;

не допускается отпускать руль велосипеда из рук;

не разрешается делать на дороге поворот налево;

категорически запрещено двигаться на велосипеде близко к движущемуся транспорту, цепляться за проходящий транспорт.

2.3.5. Велосипедистам строго запрещено:

ездить, не держась руками за руль;

перевозить пассажира на дополнительном сидении.

### 2.4. Правила безопасности при пользовании железнодорожным транспортом.

2.4.1. Во время нахождения на железнодорожных путях и при переходе через них, следует быть особенно внимательным, необходимо осмотреться, не идут ли поезда по соседним путям;

2.4.2. Следует быть осторожным, контактные сети находятся под напряжением 3300 вольт и прикосновение к проводам и деталям контактной сети и электрооборудованию электропоездов является опасным для жизни и вызывает поражения электрическим током с тяжелыми последствиями

2.4.3. Строго запрещено:

пролезать под железнодорожным подвижным составом;

перелезть через автосцепные устройства между вагонами;

бежать по пассажирской платформе рядом с прибывающим или отправляющимся поездом;

устраивать различные подвижные игры на железнодорожных путях или возле них;

осуществлять посадку и (или) высадку во время движения поезда;



цепляться за проходящий железнодорожный транспорт, ездить на подножках.

## 2.5. Правила безопасности при пользовании автобусом, трамваем и метро.

2.5.1. Следует пользоваться только хорошо освещенными и часто используемыми остановками.

2.5.2. Лучше всего сидеть рядом с кабиной водителя в автобусе, троллейбусе или трамвае.

2.5.3. Во время нахождения в транспорте не разрешается засыпать, необходимо быть всегда бдительным.

2.5.4. В метро и на остановках электропоезда следует стоять за разметкой от края платформы.

2.5.5. Во время ожидания транспорта необходимо стоять с другими людьми или рядом с информационной будкой.

2.5.6. Следует всегда быть бдительным относительно тех людей, которые выходят из троллейбуса, автобуса, трамвая, метро вместе с вами или высаживают вас в транспорт, необходимо внимательно следить за своими карманами, сумку следует держать перед собой. Если чувствуете себя неудобно, то следует идти прямо к людному месту.

## 2.6. Правила безопасности в местах массового отдыха людей.

2.6.1. В местах массового отдыха людей распитие спиртных напитков, выражение нецензурными словами и курение категорически запрещено! Необходимо всегда быть вежливым с ровесниками и взрослыми. Не следует вступать в конфликтные ситуации.

2.6.2. Отправляясь в кинотеатр, на стадион, не следует брать с собой объемных сумок, портфелей, они могут помешать вам в толпе. Ваша одежда должна быть удобной и недорогой. Стремление уберечь дорогую одежду может пойти в разрез с требованиями безопасности.

2.6.3. Правила безопасности на концерте, стадионе, в кинотеатре:  
лучше всего приобретать билеты с местами, расположенными недалеко от выходов, но не на проходах;

приходить в места массового отдыха людей необходимо заранее, чтобы избежать толпы при входе;

во время входа в зал не разрешается приближаться к дверям и ограждениям, особенно на лестницах - вас могут сильно прижать к ним;

на концертах следует избегать нахождения в первых рядах: здесь самое громкое звучание, утомляющее и притупляющее реакцию, именно здесь обычно скапливаются поклонники артистов, отсюда начинаются беспорядки;

заяв свое место, необходимо сразу оценить возможность добраться до выхода. Следует подумать, сможете ли вы сделать это в темноте;

если в зале начались беспорядки, следует немедленно покинуть помещение, не дожидаясь окончания концерта. Контроль массовых

беспорядков - дело неподдающееся прогнозу, не следует кричать и вступать в конфликты;

если вы оказались в толпе, ни в коем случае не допускайте того, чтобы вас сбили с ног, следите за тем, чтобы не споткнуться - подняться вы уже не сможете;

необходимо держаться в середине людского потока, не следует искать защиты у стен и ограждений - вас могут сильно прижать и покалечить;

не следует предпринимать активных действий, необходимо держать руки согнутыми в локтях, оберегая грудную клетку от сдавливания, позвольте толпе самой нести вас;

если вы все-таки упали, следует максимально сгруппироваться, защищая голову руками;

после выхода из здания, следует направляться домой по обходному пути, чтобы избежать повторной давки при входе в метро или посадке в другой транспорт.

## 2.7. Правила личной безопасности.

2.7.1. Строго запрещено открывать двери своей квартиры незнакомым людям, вступать с ними в разговор и соглашаться на их предложения.

2.7.2. Открывая входные двери своей квартиры, следует убедиться, что по близости нет неизвестных вам людей.

2.7.3. Не допускается оставлять записки в двери своей квартиры, в которых говорится о том, кто из ваших близких куда ушел.

2.7.4. Строго запрещено входить в неосвещенный подъезд дома или лифт без сопровождения взрослых с незнакомыми или малознакомыми людьми.

2.7.5. Во время игр на улице нельзя залезать в подвалы зданий и бесхозные машины.

2.7.6. Не допускается играть в безлюдных и неосвещенных местах (лесу, парке).

2.7.7. Не следует вступать в конфликт с шумной компанией, с выпившими людьми.

2.7.8. Строго запрещено садиться в незнакомые вам транспортные средства.

2.7.9. Необходимо всегда предупреждать родителей, бабушек, знакомых о месте своего нахождения и времени возвращения.

2.7.10. Следует выяснить номера телефонов родителей, бабушек, знакомых, по которым вы сможете экстренно связаться с ними.

2.7.11. Не следует переохлаждаться, необходимо помнить о том, что если у вас имеются симптомы гриппа, лучше несколько дней побыть дома, чем потом лечить осложнения ОРВИ и гриппа длительное время.

2.7.12. Категорически запрещено принимать самостоятельно какие-либо таблетки или лекарственные средства.

2.7.13. Строго запрещено пользоваться электроприборами, играть с острыми, колющими и режущими, легковоспламеняющимися и

взрывоопасными предметами, огнестрельным и холодным оружием, боеприпасами.

2.8. Под влиянием осенних заморозков на водоемах может образовываться тонкий лёд. В это время выходить на его поверхность крайне опасно. Однако каждый год многие люди пренебрегают мерами предосторожности и выходят на тонкий осенний лед, тем самым, подвергая свою жизнь смертельной опасности.

2.8.1. Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 сантиметров в пресной воде и 15 сантиметров в соленой.

2.8.2. При чрезвычайных ситуациях звонить: – 01; пользователям сотовых телефонов – 112

## 2.9. Правила безопасности в лесу.

2.9.1. Категорически запрещено ходить в лес одному без сопровождения взрослых.

2.9.2. Следует иметь при себе и уметь пользоваться компасом, не разрешается ходить в лес в дождливую или пасмурную погоду.

2.9.3. Отправляясь в лес, необходимо надевать резиновые сапоги, брюки или спортивные штаны, заправив их в сапоги, это защитит вас от укусов змей и насекомых.

2.9.4. Пробираясь через кусты и заросли следует осторожно, плавно раздвигая ветки и плавно опуская их.

2.9.5. Строго запрещено курить и разжигать костры в лесу, во избежание пожара, не допускается оставлять после себя мусор, так как пустые бутылки и осколки могут привести к возникновению пожара.

## 2.10. Правила безопасности при обращении с животными.

2.10.1. Не разрешается кормить и трогать чужих собак, особенно во время еды или сна. Не следует считать любое помахивание хвостом проявлением дружелюбия. Иногда это может говорить о совершенно недружелюбном настрое животного.

2.10.2. Следует избегать приближаться к большим собакам охранных пород. Некоторые из них выучены бросаться на людей, приближающихся на определённое расстояние.

2.10.3. Категорически запрещено убегать от собаки.

2.10.4. Не следует делать резких движений, обращаясь с собакой или хозяином собаки. Животное может решить, что вы угрожаете его хозяину и напасть на вас.

2.10.5. Не разрешается трогать щенков, если рядом находится их мать, не следует отбирать то, с чем собака играет.

2.10.6. Следует помнить о том, что животные могут являться переносчиками таких болезней, как бешенство, лишай, чума, и др.

2.10.8. Правила обращения с животными в обязательном порядке включены в инструктаж для детей во время летних каникул с целью

обеспечения их безопасности, сбережения здоровья детей при контакте с животными.

#### 2.11. Правила электробезопасности.

2.11.1. Категорически запрещено прикасаться к электропроводам, электроприборам мокрыми руками.

2.11.2. Выходя из дома, всегда следует проверять, все ли электроприборы отключены от электросети.

2.11.3. Не допускается вынимать вилку из электрической розетки, дергая за шнур.

2.11.4. Категорически запрещено подходить к оборванным электрическим проводам ближе, чем на 30 шагов.

2.11.5. Строго запрещено касаться опор электролиний.

2.11.6. Строго запрещено пользоваться неисправными электроприборами, электрическими розетками.

#### 2.12. Правила пожарной безопасности.

2.12.1. Необходимо строго соблюдать правила пользования газовыми плитами, не допускается оставлять включенный газ без присмотра.

2.12.2. Строго запрещено детям пользоваться спичками, зажигалками, разводить дома огонь.

2.12.3. Категорически запрещено пользоваться спичками и включать газ самостоятельно без взрослых (для учеников 1-4 классов).

#### 2.13. Санитарно-эпидемиологические требования, направленные на предупреждения распространения COVID-19.

2.13.1. Используйте одноразовую медицинскую маску в школе в общественных местах, менять её нужно каждые 2-3 часа.

2.13.2. Придерживайтесь расстояния между людьми 1.5-2 м.

2.13.3. После возвращения домой необходимо обработать руки дезинфицирующим средством, снять одежду, тщательно с мылом помыть руки и другие открытые участки кожи, особо обратив внимание на лицо, прополоскать рот, аккуратно промыть нос.

2.13.4. Гулять, желательно на собственных приусадебных участках и площадках, находящихся в индивидуальном пользовании.

2.13.5. При первых, даже слабых, признаках болезни (кашель, насморк, температура) оставайтесь дома или обратитесь в больницу. Так выше шанс перенести болезнь в лёгкой форме и не допустить распространения вируса.

### **3. Требования безопасности в аварийных ситуациях.**

3.1. В случае возникновения пожароопасной ситуации (появления дыма, запаха гари) необходимо немедленно вызвать пожарную бригаду по телефону 101.

3.2. В случае появления запаха газа категорически запрещено включать свет и зажигать спички. Следует немедленно проветрить помещение и вызвать аварийную службу газа по телефону 104.

3.3. В случае возникновения любой чрезвычайной ситуации, если вы находитесь дома один, следует немедленно связаться с МЧС по телефону 101 и рассказать оператору о своей проблеме.

3.4. Необходимо уметь оказывать первую неотложную медицинскую помощь:

при порезе:

прикрыть чистой салфеткой, смоченной йодом, не мыть под проточной водой;

при отравлении:

срочно промыть желудок большим количеством кипяченой воды;

при ушибах:

зафиксировать в неподвижном состоянии конечность и наложить холод.

Во всех перечисленных случаях необходимо немедленно обратиться к врачу.

## КОНФЛИКТ



**Конфликт** - это столкновение противоположно направленных целей, интересов, позиций, мнений или взглядов оппонентов или субъектов взаимодействия.



### Причины конфликтов:

1. Противоречия между интересами и взглядами.
2. Противоборство между лидерами и отдельными группами в коллективе.
3. Особенности темперамента, восприятия событий, убеждений.
4. Неумение правильно слушать, задавать вопросы, проявлять эмпатию, реагировать на критику.

### Варианты поведения в конфликте:

1. Избегание - нежелание вступать в конфронтацию, уход от конфликта.
2. Компромисс - «половинчатая» выгода каждой стороны.
3. Сотрудничество - учетывание интересов каждой стороны.
4. Приспособление одной стороны к интересам другой.
5. Соревнование - выигрыш одной из сторон конфликта.



### Правила эффективного поведения в конфликте.

- ⚡ Остановись, не торопись реагировать!
- ⚡ Дай себе немного времени, чтобы оценить ситуацию.
- ⚡ Откажись от установки «Победа любой ценой!»
- ⚡ Подумай о последствиях выбора!

### Ошибки конфликтующих сторон.

1. Отстаивание своей точки зрения, не думая о решении проблемы.
2. Неспособность изменить тактику, переключиться на другое поведение.
3. Проявление нетерпимости к другой позиции, несогласие на компромисс.
4. Стереотипное мышление, стремление втиснуть решение в рамки существующих норм, традиций, правил, не подходящих для данной ситуации.
5. Уход в сторону от главной проблемы.
6. Нежелание поиска альтернатив и вариантов решения проблемы.
7. Неспособность рефлексировать и выстраивать отношения с оппонентом.
8. Критика, продуцирование отрицательных эмоций у себя и оппонента и тем самым создание препятствие поиска оптимальных решений конфликта.
9. Без необходимости оглашение с мнением тех, кто уклоняется от решения проблемы.
10. Боязнь риска.
11. Неоправданный риск при выборе тактики решения (потеря отношений).

**Драки** являются следствием агрессии человека.

**Агрессия** - это физическое или словесное поведение, направленное на причинение вреда другим.

Агрессивные поступки и действия могут быть разной степени тяжести - от легких, случайных до тяжелых и умышленных. Выкрикивание обидного прозвища, драка. Все это агрессия, хотя и в различных формах. Под это определение не попадают случайные столкновения в коридоре, случайные удары в спортзале. Зато оно подходит для прямых оскорблений, в том числе и «невинных» - дергание девочек за косички, унижающие человека «дразнилки» и «обзывалки».



**Если тебя рассердили действия одноклассника и тебе захотелось его ударить, то можно сделать следующее:**

- Снять напряжение с помощью:
  - Счета до 10;
  - Умывания рук;
  - Направления агрессии на неодушевленный предмет (стена, подушка, боксерская груша)
- Пойти к психологу
- Поговорить с обидчиком
- Осознать последствия и постараться не допустить, чтобы они стали реаль-

**Если тебя втягивают в драку:**

- Отойди от этого человека в сторону, зайди в класс.
- Скажи обидчику о том, что ты чувствуешь в данный момент:
  - Я злюсь, но отказываюсь драться с тобой;
  - Отойди от меня, я не хочу с тобой разговаривать.
- Не нападать первым.
- Перевести конфликт в шутку



**Если ты стал свидетелем драки между одноклассниками, надо:**

- Предложить драчунам продолжить разбор отношений на следующей перемене (есть надежда, что ребята забудут обиду и помирятся).
- Выяснить причину ссоры, попытаться объяснить, что это не причина для драки.
- Рассказать о возможных последствиях (моральные и физические травмы).
- Развести драчунов в разные стороны, постараться их успокоить.
- Объяснить непродуктивность данных действий.
- Если вышеназванные способы не помогают, позвать учителя.

**Опасные способы выражения агрессии:**

- Критиковать, кипятиться
- Обижаться, огрызаться, оскорблять, обвинять
- Жаловаться
- Злиться, запугивать
- Грызть ногти, грубить, грозить
- Страдать
- Обманывать себя и других, что ты совсем не злишься

**Безопасные способы выражения агрессии:**

- Заниматься спортом, физическим трудом
- Смеяться
- Говорить, что чувствуешь
- Затопать
- Колотить подушку, боксерскую грушу
- Рвать бумагу
- Передвигать мебель
- Спокойно глубоко подышать, вдыхая через нос, выдыхая через рот

*Психологи не рекомендуют каждый раз сдерживать свой гнев, т. к. человек может стать своеобразной «копилкой гнева». Кроме того, загнав гнев внутрь, человек, скорее всего, рано или поздно все же почувствует необходимость выплеснуть его.. Но уже не на того, кто вызвал это чувство, а на «подвернувшегося под руку» или на того, кто слабее и не сможет дать отпор. Вырвавшиеся на свободу негативные чувства могут «осесть» внутри нас, что приведет к головным болям или желудочным заболеваниям, др.*

**Инструкция №22**  
**правила безопасности в сети Интернет**  
**Основные правила для школьников младших классов**

**Вы должны это знать:**

1. Всегда спрашивайте родителей о незнакомых вещах в Интернете. Они расскажут, что безопасно делать, а что нет.
2. Прежде чем начать дружить с кем-то в Интернете, спросите у родителей как безопасно общаться.
3. Никогда не рассказывайте о себе незнакомым людям. Где вы живете, в какой школе учитесь, номер телефона должны знать только ваши друзья и семья.
4. Не отправляйте фотографии людям, которых вы не знаете. Не надо чтобы незнакомые люди видели фотографии Вас, Ваших друзей или Вашей семьи.
5. Не встречайтесь без родителей с людьми из Интернета вживую. В Интернете многие люди рассказывают о себе неправду.
6. Общаясь в Интернете, будьте дружелюбны с другими. Не пишите грубых слов, читать грубости так же неприятно, как и слышать. Вы можете нечаянно обидеть человека.
7. Если вас кто-то расстроил или обидел, обязательно расскажите родителям.

**Основные правила для школьников средних классов**

**Вы должны это знать:**

1. При регистрации на сайтах, старайтесь не указывать личную информацию, т.к. она может быть доступна незнакомым людям. Так же, не рекомендуется размещать свою фотографию, давая, тем самым, представление о том, как вы выглядите, посторонним людям.
2. Используйте веб-камеру только при общении с друзьями. Проследите, чтобы посторонние люди не имели возможности видеть ваш разговор, т.к. он может быть записан.
3. Нежелательные письма от незнакомых людей называются «Спам». Если вы получили такое письмо, не отвечайте на него. В случае, если Вы ответите на подобное письмо, отправитель будет знать, что вы пользуетесь своим электронным почтовым ящиком и будет продолжать посылать вам спам.
4. Если вам пришло сообщение с незнакомого адреса, его лучше не открывать. Подобные письма могут содержать вирусы.
5. Если вам приходят письма с неприятным и оскорбляющим вас содержанием, если кто-то ведет себя в вашем отношении неподобающим образом, сообщите об этом.
6. Если вас кто-то расстроил или обидел, расскажите все взрослому.

**Основные правила для школьников старших классов**

**Вы должны это знать:**



1. Не желательно размещать персональную информацию в Интернете. Персональная информация — это номер вашего мобильного телефона, адрес электронной почты, домашний адрес и фотографии вас, вашей семьи или друзей. 2. Если вы публикуете фото или видео в интернете — каждый может посмотреть их. Не отвечайте на Спам (нежелательную электронную почту).

3. Не открывайте файлы, которые прислали неизвестные Вам людей. Вы не можете знать, что на самом деле содержат эти файлы – в них могут быть вирусы или фото/видео с «агрессивным» содержанием.

4. Не добавляйте незнакомых людей в свой контакт лист в IM (ICQ, MSN messenger и т.д.)

5. Помните, что виртуальные знакомые могут быть не теми, за кого себя выдают. 6. Если рядом с вами нет родственников, не встречайтесь в реальной жизни с людьми, с которыми вы познакомились в Интернете. Если ваш виртуальный друг действительно тот, за кого он себя выдает, он нормально отнесется к вашей заботе о собственной безопасности!

7. Никогда не поздно рассказать взрослым, если вас кто-то обидел.

## **Инструкция №23**

### **по правилам безопасности на снежной (ледяной) горке**

Зима прекрасное время для веселых подвижных игр на свежем морозном воздухе, к которым относится и катание со снежных (ледяных) горок. Можно получить большое удовольствие от этого развлекательного вида отдыха, необходимо лишь соблюдать определенные правила и требования.

#### **1. Требования безопасности к снежной (ледяной) горке**

1.1. Форма спуска (желоба) снежной (ледяной) горки должна быть вогнутой, с краями высотой не менее 10-и сантиметров.

1.2. Длина спуска (желоба) снежной (ледяной) горки должна быть в соотношении 1:6 (т.е. если при высоте снежной (ледяной) горки 1 метр длина спуска не менее 6 метров)

1.3. Сторона подъема не снежную (ледяную горку) должна быть некрутой, в ней должны быть вырублены ступени не более 20 сантиметров в высоту и не менее 20 сантиметров в глубину.

1.4. Вершина снежной (ледяной) горки должна быть оборудована защитными перилами (барьерами) высотой не менее 40 сантиметров, препятствующими падению.

1.5. Перед катанием внимательно осмотреть: на снежной (ледяной) горке вдоль спуска не должно быть острых кусков льда, травмоопасных и посторонних предметов.

#### **2. Правила безопасности перед катанием со снежной (ледяной) горки**

Зимние игры не обходятся без падений, поэтому, необходимо научить правильно падать.

2.1. Падать желательно на бок с перекатом на спину (падая на бок, на спину – подбородок нужно прижать к груди, чтобы сохранить голову).

2.2. При падении вперед, голову нужно, наоборот максимально откинуть назад, чтобы уберечь лицо от травм (руки можно выставлять вперед, но, не сильно напрягая, чтобы сохранить запястья).

2.3. Желательно «потренироваться в падениях» в неглубокий снег и дать домашнее задание потренироваться дома, на диванных подушках или мягких ковриках, чтобы на улицу выйти подготовленным.

#### **3. Правила безопасности во время катания со снежной (ледяной) горки**

3.1. Подниматься на снежную (ледяную) горку только в месте подъема, оборудованном ступенями, запрещается влезать на горку там, где на встречу скатываются другие, может произойти несчастный случай.

3.2. Во время нахождения детей на вершине снежной (ледяной) горки необходимо следить за дисциплиной, объяснить учащимся (воспитанникам), что толчки, подножки и т.п. действия в этом месте особенно травмоопасны и совершенно неприемлемы.

3.3. Во время катания, чтобы не произошло столкновение во время спуска со снежной (ледяной) горки учитель (воспитатель) должен

контролировать расстояние (интервал) между скатывающимися, оно должно быть не менее 1 метра.

3.4. Со снежной (ледяной) горки следует скатываться ногами вперед.

3.5. Чтобы лучше скользило и не намокала одежда - при катании с горки следует использовать небольшие куски картона, пластика (без острых краев, желательна круглой или овальной формы).

3.6. Всегда найдутся дети обгоняющие своих сверстников в физическом развитии которые будут кататься и с разбега и на ногах; с такими необходимо быть особенно внимательными, объяснять, что это опасно, в крайнем случае, можно разрешить кататься на корточках и страхуя момент скатывания, находясь около спуска (желоба) горки.

#### **4. Правила безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При получении учащимся (воспитанником) травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации, при необходимости отправить его в лечебное учреждение.

4.2. При нарушении или несоответствии снежной (ледяной) горки необходимым требованиям или неподходящим погодным условиям отменить или прекратить катание.

4.3. При первых признаках обморожения, а также при плохом самочувствии, немедленно прекратить занятие.

5. Правила безопасности после катания со снежной (ледяной) горки

5.1. Проверить по списку наличие всех учащихся (воспитанников).

5.2. Сменить намокшую одежду или полностью переодеться.

5.3. Тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

## **Инструкция №24**

### **по правилам безопасности при пользовании пиротехникой**

Каждому хочется сделать праздник красочным и красивым. Нет ничего проще! Фейерверки, петарды и другие пиротехнические изделия позволят реализовать ваши желания. Но в погоне за спецэффектами многие забывают, что у вас в руках весьма опасная вещь. Основу фейерверочных изделий составляют пиротехнические составы - смеси горючих веществ и окислителей. Эти составы должны легко воспламеняться и ярко гореть. Поэтому **фейерверки ЯВЛЯЮТСЯ ОГНЕОПАСНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ТРЕБУЮТ ПОВЫШЕННОГО ВНИМАНИЯ ПРИ ОБРАЩЕНИИ С НИМИ!**

Значительное количество пожаров происходит из-за нарушений правил использования пиротехники или использования некачественной продукции, не прошедшей сертификационные испытания. Пиротехника, по сути, те же взрывчатые вещества и способна натворить немало бед, если не уметь с ней обращаться. А правила безопасности очень просты и заключаются в следующем:

**применение пиротехнической продукции должно осуществляться исключительно в соответствии с требованиями инструкции по эксплуатации завода-изготовителя, которая содержит:**

- ограничения по условиям применения изделия;
- способы безопасного запуска;
- размеры опасной зоны;
- условия хранения, срок годности и способы утилизации.

**Применение пиротехнических изделий запрещается:**

- в помещениях, зданиях, сооружениях, а также на крышах, балконах и лоджиях;
- на территориях взрывоопасных и пожароопасных объектов, возле линий электропередач;
- на сценических площадках при проведении концертных и торжественных мероприятий;
- на территориях объектов культурного наследия, заповедников, заказников и национальных парков.
- не допускается применение изделий с истекшим сроком годности, следами порчи, без инструкции по эксплуатации и сертификата соответствия (декларации о соответствии либо знака соответствия).

**Правила безопасности при запуске петард и фейерверков:**

1. Тщательно изучите перед запуском инструкцию!
2. Перед тем как поджечь фитиль вы должны точно знать, где у изделия верх и откуда будут вылетать горящие элементы. Нельзя даже в шутку направлять фейерверки в сторону зрителей.
3. Площадка для запуска должна быть ровной, над ней не должно быть деревьев, линий электропередач и др. препятствий. Кроме того, она должна находиться на расстоянии не менее 50 метров от жилых домов. Ракеты часто

залетают на балконы или, пробивая оконные стекла, в квартиры, служат причиной пожара. Кроме того, фейерверки могут попасть в людей.

4. Не бросайте горящие петарды в людей и животных!
5. Запускать петарды детям запрещено!
6. Не задерживайте горящую петарду в руках!
7. Нельзя помещать петарду в замкнутый объем: банку, ведро, бутылку!
8. Используйте петарды только на открытом воздухе!
9. Приближаться к горящей петарде нельзя ближе, чем на 5-10 м!
10. Хранить и переносить петарды следует только в упаковке! Не носите петарды в карманах!
11. Разбирать петарду запрещается!
12. Категорически запрещается сжигать фейерверки на кострах.
13. Ни в коем случае не наклоняйтесь над пиротехникой.
14. Если петарда не сработала - не пытайтесь проверить или поджечь фитиль еще раз.
15. Не запускайте ракеты во дворах-колодцах, в квартирах, вблизи домов и на небольших огороженных территориях. Помните, что места для запуска каждого конкретного изделия должны быть указаны в инструкции.
16. Не держите изделие в руках после поджога. Отбросьте от себя на 5-6 метров или после того, как фитиль был подожжен, положите на землю и быстро удалитесь на расстояние 5-6 метров от изделия!
17. Уничтожают фейерверки, поместив их в воду на срок до двух суток. После этого их можно выбросить с бытовым мусором.



## Снюс и снафф – еще больше

### никотина!

Новые, незнакомы многим родителям названия «снюс» и «снафф» – это названия табачных продуктов, не предназначенных для курения. Если углубляться в терминологию, используемую экспертами, то снюсом в России называют традиционный для стран Скандинавии, особенно для Швеции, влажный сосательный табак, который закладывают между десной и губой. Снафф – это уже, скорее, американская традиция; это пудра из табачных листьев, которую нужно вдыхать (то есть это старый добрый нюхательный табак). Важный момент: снюс в России запрещен законодательно, как, впрочем, и в странах ЕС, кроме Скандинавии.

**” Несмотря на запрет, купить снюс в России – не проблема, поскольку наши законодатели, запретив табак сосательный, оставили легальным табак жевательный. Вот за последний экспортеры и выдают снюс, не говоря уж о совсем недобросовестных производителях, которые пропитывают чистым никотином пакетики с нейтральным носителем (а нет табака – нет и законодательного запрета!)**

Итак, снюс и снафф лишены недостатков сигарет, связанных с непосредственным воздействием на легкие: никаких канцерогенных смол, нет «легких курильщика», но это не значит, что такой табак безвреден. И причина – в высоком содержании никотина.

При курении около 10% никотина всасывается через слизистую оболочку

рта, если дым не втягивается в легкие (если втягивается – усваивается около 90%). У сигар и бездымного табака никотин проникает активнее, чем у сигарет без затяжки. Причем шведские бренды бездымного табака, при относительно невысоком содержании никотина, имеют большее содержание легко проникающего сквозь слизистые оболочки несвязанного никотина (его концентрация – 6 мг/г из 8-8.5 мг/г общего никотина).

**” Именно поэтому отравиться снюсом гораздо проще, чем сигаретой (особенно если курить, как школьники, без глубоких затяжек).**

Симптомы тяжелого отравления никотином включают тахикардию (пульс выше 90 ударов минуту), повышение артериального давления, гиперсаливацию (очень много слюны), тошноту, рвоту, диарею, расширение зрачков.

Критическая доза никотина – 0.5-1 мг на кг массы тела – угнетает дыхательный центр и нарушает работу центральной нервной системы: появление расстройства зрения, слуха, судорог указывают на неотложное состояние. Смерть при отравлении никотином наступает от паралича дыхательного центра.

**” Смертельная доза снюса для школьника младших классов – три грамма. В одном пакетике снюса – 1 или 2 грамма, в зависимости от фасовки компании-производителя.**

Спасти человека может только искусственная вентиляция легких. От момента употребления высокой дозы никотинсодержащих продуктов до комы проходит от одного до четырех часов.



### Первая помощь человеку без сознания при подозрении на отравление никотином

- Вызвать специализированную помощь.
- Проверить признаки жизни: пульс на боковой поверхности шеи, внешнее дыхание, с помощью

фонарика мобильного телефона проверить реакцию зрачков на свет (должны хоть как-то реагировать – даже если ни пульса, ни дыхания обнаружить не удастся).

- Уложить пострадавшего на жесткую поверхность, голову повернуть набок, пальцами аккуратно проверить полость рта – ничто не должно затруднять дыхание.
- Если есть рвотные массы – удалить их, запавший язык потянуть вперед и вывести наружу, завернуть в салфетку и удерживать руками.
- Начать искусственное дыхание, если вы умеете это делать.

### **Как проверить, употребляет ли ребенок снюс?**

Самое простое – экспресс-тест на содержание никотина в моче, современная тест-система выглядит как тест на определение беременности. Обладает высокой чувствительностью, 200 нг/мл – это след от одной выкуренной сигареты, метаболиты никотина в организме сохраняются до 40 часов.

*”Пик концентрации никотина наступает примерно через час после употребления любого вида никотинсодержащих продуктов.*

## Инструктаж № 26

### Памятка по ПДД "Ремень безопасности"



Уважаемые родители (законные представители)!

Пожалуйста, помните, что личный пример - лучший метод воспитания детей. Именно поэтому специалисты убедительно просят Вас соблюдать нижеприведенные правила.

Правилами дорожного движения установлено, что: «Перевозка детей допускается при условии обеспечения их безопасности с учетом особенностей конструкции транспортного средства. Перевозка детей до 12-летнего возраста в транспортных средствах, оборудованных ремнями безопасности, должна осуществляться с использованием детских удерживающих устройств, соответствующих весу и росту ребенка, или иных средств, позволяющих пристегнуть ребенка с помощью ремней безопасности, предусмотренных конструкцией транспортного средства, а на переднем сиденье легкового автомобиля — только с использованием детских удерживающих устройств» (пункт. 22.9 Правил дорожного движения).

#### Обязательно пристегнитесь.

- ✓ Если человек не пристегнут, столкновение на скорости всего 50 км/ч равносильно для него падению с третьего этажа. Ремень снижает эту скорость до 7 км/ч.
- ✓ Водитель обязан настаивать, чтобы все пассажиры пристегивались: и сидящий на переднем месте,

и сидящие на задних сидениях. Потому что не пристегнутый пассажир на заднем сидении подвергает опасности не только себя, но и других пассажиров.

- ✓ Дети до 12 лет должны сидеть на заднем сиденье. Центральное заднее сиденье - самое безопасное место при боковом столкновении.

#### Ремень должен быть пристегнут правильно.

- ✓ Правильно — это так: ремень располагается вдоль груди, ближе к шее. Это важно, поскольку плечевая и грудная часть туловища принимает на себя основную силу удара. Нижняя часть ремня удерживает таз, а ни в коем случае не живот, поэтому ремень должен опоясывать бедра.
- ✓ Ремни безопасности и специальное сиденье для детей должны соответствовать росту и весу ребенка

#### Опасности

- ✓ При столкновении на большой скорости не пристегнутого водителя сначала бросает грудью на руль, а в следующие доли секунды — головой в лобовое стекло. При ударе о руль обычные последствия — травма грудной клетки, нередко с переломами ребер и грудины, не говоря уже об обширных гематомах.
- ✓ Есть немалый риск получить ушиб легких, хуже того — ушиб сердца, который приравнивается медиками к инфаркту миокарда. Он может привести к смертельному исходу, и не сразу, а спустя несколько месяцев после аварии. Кроме того, не исключено, что удар о нижнюю часть руля, пришедшийся в солнечное сплетение, вызовет мгновенную рефлекторную остановку сердца.



- ✓ При ударе в лобовое стекло, как минимум — сотрясение мозга и гематомы, но чаще всего такие аварии оборачиваются открытыми или закрытыми черепно-мозговыми травмами, повреждениями глаз и органов слуха, сильными порезами лица. Еще серьезнее последствия, когда сидящих в машине при ДТП выбрасывает через лобовое стекло на капот.

**Достаточно пристегнуться — и во многих случаях можно избежать тяжелого вреда своему здоровью.**

## Инструктаж № 27 ПАМЯТКА "ЗИМНИЕ ОПАСНОСТИ"

### *Особенности безопасного поведения в зимний период*

**Главное правило поведения на дороге зимой — удвоенное внимание и повышенная осторожность!**

Зимой день короче. Темнеет рано и очень быстро. В сумерках и в темноте значительно ухудшается видимость. В темноте легко ошибиться в определении расстояния, как до едущего автомобиля, так и до неподвижных предметов. Часто близкие предметы кажутся далекими, а далекие — близкими. Случаются зрительные обманы: неподвижный предмет можно принять за движущийся, и наоборот. **Поэтому в сумерках и темноте будьте особенно внимательны. Переходите только по подземным, надземным или регулируемым переходам.** А в случае их отсутствия — при переходе увеличьте безопасное расстояние до автомобиля. **В снегопады** заметно ухудшается видимость, появляются заносы, ограничивается и затрудняется движение пешеходов и транспорта. Снег залепляет глаза пешеходам и мешает обзору дороги. Для водителя видимость на дороге тоже ухудшается.

В городах улицы посыпают специальными химикатами, чтобы не образовывался снежный накат. В результате даже в умеренный мороз проезжая часть может быть покрыта снежно-водяной кашей, которую в виде взвеси поднимают в воздух колеса проезжающего транспорта. Взвесь оседает на ветровых стеклах автомобилей, мешая водителям следить за дорожной обстановкой. В такой ситуации **водителю еще сложнее заметить пешехода!**

**Яркое солнце**, как ни странно, тоже помеха. Яркое солнце и белый снег создают эффект бликов, человек как бы

«ослепляется». Поэтому нужно быть крайне внимательным.

**В снежный накат или гололед** повышается вероятность «юза», заноса автомобиля, и, самое главное — непредсказуемо удлиняется тормозной путь. Поэтому обычное (летнее) безопасное для перехода расстояние до машины нужно увеличить в несколько раз. **В оттепель на улице появляются коварные лужи, под которыми скрывается лед.** Дорога становится очень скользкой! Поэтому при переходе через проезжую часть лучше подождать, пока не будет проезжающих машин. Ни в коем случае не бежать через проезжую часть, даже на переходе! Переходить только шагом и быть внимательным. **Количество мест закрытого обзора зимой становится больше.** Мешают увидеть приближающийся транспорт: сугробы на обочине; сужение дороги из-за неубранного снега; стоящая заснеженная машина. Значит, **нужно быть крайне внимательным, вначале обязательно остановиться и, только убедившись в том, что поблизости нет транспорта, переходить проезжую часть.**

**Теплая зимняя одежда мешает свободно двигаться,** сковывает движения. Поскользнувшись, в такой одежде сложнее удержать равновесие. Кроме того, капюшоны, мохнатые воротники и зимние шапки также мешают обзору.

**Не стойте рядом с буксующей машиной!** Не пытайтесь ее толкать! Из-под колес могут вылететь куски льда и камни. А главное — машина может неожиданно вырваться из снежного плена и рвануть в любую сторону.

**БУДЬ ОСТОРОЖЕН! ЧИСТЫХ,  
ТЕБЕ, ДОРОГ**

## Инструкция №28

### ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМАХ В ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД

Ввиду особых погодных условий зимой повышен риск пребывания на покрытых льдом водоемах. Конец осени - начало зимы. Первый неустойчивый морозец. Он едва сковал хрупким льдом речки, озера, водоемы, а рыбаки и дети, забыв о мерах безопасности, начинают поспешно осваивать тонкую, зыбкую поверхность. В результате пренебрежительного отношения ко льду многие становятся его жертвами.

Безопасность движения по льду зависит от целого набора факторов и связаны они с характером эволюции ледового покрытия, типом водоема, климатическими условиями, сложившимися данной зимой. Сегодня мы поговорим о том, каковы глобальные предпосылки образования льда того или иного типа, поскольку именно они и определяют тактику безопасного поведения на нем.

Прежде всего, период ледостава можно условно разделить на три основные стадии: перволедье, матерый лед и последний лед. Часто бывает так, что наблюдается несколько коротких периодов образования временного ледового покрытия, которое, не достигнув достаточной прочности, размывается затем дождями, ослабляется сырими туманами и разбивается ветром. В такие моменты наиболее часты трагические случаи. В подобной ситуации лучше не спешить и поумерить душевный пыл.

#### ПЕРВОЛЕДЬЕ

Этот период может быть и очень коротким (одна - две морозные ночи), и достаточно продолжительным и, как сказано выше, временами прерывающимся. Перволедье также условно разделяется на фазы: перволедок (тонкий, но уже разрушающийся ледок), крепкий хотя бы местами лед и надежный лед (сплошь покрывший некоторые водоемы и везде пригодный для рыбака). Ясно, что не только на разных водоемах, но даже на одном и том же эти фазы разнятся по времени и по акватории, причем порой значительно, поэтому, планируя первые ледовые походы, вы должны хорошо представлять, что происходит на том или ином водоеме. Хорошее знание водоема необходимо хотя бы для того, чтобы помнить, где на нем глубина не выше роста человека или где с глубокого места соискатель звания "моржа" может быстро выйти на отмель, идущую к берегу...

Как же возникает такое явление природы - образование на поверхности воды льда? Если кратко, то благодаря конвективному теплообмену между двумя средами, водой и воздухом, происходящему на границе раздела. Если ледостав происходит в тихую морозную погоду, то лед практически равномерно покрывает весь водоем,

нарастая от берегов, и прежде всего в местах мелководий. Когда процесс становления льда сопровождается сильным ветром, то образование ледяного покрова на открытых пространствах больших водоемов задерживается надолго - крутые волны ломают и уносят непрочный, тонкий перволедок и сбивают его к подветренному берегу, где при достаточно сильном морозе, быстро схватывающем этот хрупкий строительный материал, может образоваться весьма толстая, но менее прочная, чем сплошной лед, широкая закраина. Другая закраина из монолитного льда будет расти от наветренного берега, и чем круче, выше этот берег, тем шире прозрачный отмосток ляжет на воду. При стихании ветра, если не случится внезапной оттепели, эти две закраины быстро соединятся, как как хорошо перемешанная и охлажденная вода будет готова к замерзанию. Понято, что над большими глубинами, где масса воды велика, охлаждаться она будет дольше, и образование льда наступит позже, чем на мелких местах. Такая же закономерность существует при ледоставе на обширных или небольших водоемах.

На реках свои особенности ледообразования: из-за течения вода постоянно перемешивается по всему объему и переохлаждение наступает для всей движущейся массы, на что нужно дополнительное время, поэтому лед на реке встает несколько позже, чем на водоемах со стоячей водой. Однако, вода в реках подо льдом в целом холоднее, чем на озерах и водохранилищах, и как это ни парадоксально, дальнейший приrost льда на реке идет быстрее.

Разумеется, на сильном течении лед встает позже, чем на слабом. К тому же в начале зимы на реках бывают ощутимые и достаточно резкие колебания уровня воды. Обычно наблюдается его падение, связанное с уменьшением стока притоков из-за замерзания поверхностных грунтовых вод.

Важнейшей характеристикой льда является его прочность, которую в реальных условиях нельзя считать постоянной, поскольку этот показатель сильно зависит от вида и структуры льда, его температуры и толщины. Бывает, начало зимы сопровождается частым прохождением циклонов, выпадают осадки в виде дождя или мокрого снега, и лед намерзает в несколько этапов в короткие морозные просветы между погодными фронтами. При этом его толщина нарастает как снизу, так и сверху за счет смерзания выпавшего снега или находящейся на его поверхности воды. Такой лед получается мутным, многослойным и следует иметь в виду, что он примерно в два раза слабее прозрачного льда, потому выходить на него надо тогда, когда он достигнет толщины 10-15 см. Как уже отмечалось, наиболее прочен чистый прозрачный лед, безопасным он будет при достижении толщины не менее 10 см.

Важно научиться понимать по виду первого, еще не прочного льда, как он реагирует на нагрузку. Знающие рыбаки говорят, что первый лед не обманет, не предаст, а вовремя подскажет об опасности звуком и рисунком трещин, надо только уметь видеть и слышать. Приложенная к тонкому льду точечная нагрузка вызывает его деформацию в форме чаши, объем которой гипотетически соответствует объему воды, по весу равному массе, вызвавшей прогиб нагрузки. При малом грузе происходит упругая деформация льда и чаша прогиба расширяется по периметру. Если нагрузка будет выше предела упругости, то начнется пластическая деформация

Лучше по последнему льду передвигаться по старым зимним тропкам и рыбачить на насиженных местах, здесь лед толще и лучше проморожен за зиму.

Ни в коем случае нельзя собираться большими группами, коллективные купели, как правило, заканчиваются трагически.

Спасать провалившегося на весеннем льду надо осмысленно, ни в коем случае не подходя близко к образовавшейся майне: следует подбираться к нему ползком, выдвигая впереди себя длинный шест или доску, или бросить утопающему с безопасного расстояния конец толстой веревки с широкой петлей, которую тот набросит на себя.

Физически сильному человеку, попавшему в неприятную ситуацию, помогают специальные "спасалки" - устройства, похожие на толстое шило, и висащие на шнурах на рыболовной одежде. Воткнув их в край льда, можно подтянуться и выбраться из воды. Однако эти хорошие средства спасения мало пригодны на слишком рыхлом весеннем и на молодом тонком льду.

Чтобы неприятность не случилась, надо всегда трезво оценивать, когда рыбалку со льда лучше оставить до следующего сезона. На реках, еще скованных ледовым панцирем, на лед не следует выходить, когда обозначилась заметная прибыль воды.

Любой человек может попасть в чрезвычайную ситуацию, связанную со льдом: на рыбалке, охоте, в походе, на прогулке, при переходе водоема и т.д. В зимнюю пору природа не бывает милосердна к людям. Она жестоко накажет за легкомыслие, незнание и неумение, безволие. Гибель и увечья в "ледяной зоне" наиболее вероятны от утопления подо льдом, общего переохлаждения, простудных заболеваний, травм.

Факторы самоспасения "в ледовой обстановке": постоянная готовность к действию в экстремальных ситуациях, воля к жизни, знание правил самоспасения, отработанность навыков фактического выживания, правильная организация само- и взаимоспасения.

Таким образом, при выходе на лед необходимо соблюдать ряд правил.

Избегая подробной их характеристики, ниже приводится лишь перечень самых необходимых мер безопасности, соблюдение которых оградит человека, ступившего на лед, от крупных неприятностей даже в опасных ситуациях.

1. На тонкий, неокрепший лед выходить нельзя. Случайно попав на тонкий лед, отходите назад скользящими осторожными шагами, не отрывая ног ото льда.

2. Прочный, безопасный лед - это лед прозрачный, толщиной не менее 10 сантиметров. Молочный, белого цвета лед - вдвое слабее прозрачного. Самый опасный - ноздреватый лед, образовавшийся из смерзшегося снега.

3. Лед всегда слабее вблизи топляков, свай, тростника и на течении.

4. В оттепель, после первых морозов, лед становится тонким. Особенно опасен тонкий лед, припорошенный снегом.

5. Над большими глубинами лед образуется позднее и поэтому он менее прочен, значит и опасен, тогда как кругом на средних глубинах он достаточно надежен.

6. В озерах родниковые ключи иногда встречаются на больших глубинах, лед над ними опасен.

7. В устьях рек и ручьев лед часто бывает ненадежен в течение всей зимы.

8. Под мостами, в узких протоках между широкими плесами и между островами лед часто бывает опасным даже в середине зимы. Весной по льду в этих местах ходить нельзя.

9. При сомнительной прочности льда следует идти по нему осторожно, скользящим шагом, мягко ставя ногу на всю ступню, и быть готовым к мгновенной реакции на изменение ситуации. В местах повышенной опасности при ходьбе на лыжах надо расстегивать крепления, чтобы можно было быстро освободиться от лыж. Не следует полностью снимать лыжи, так как они существенно снижают давление человека на лед и снег. Также следует освободиться от одной лямки рюкзака и вытащить обе руки из темляков лыжных палок. Группе людей следует идти цепочкой с интервалом 5 - 6 метров. Первым должен идти более подготовленный, опытный участник группы. Он обязательно должен страховаться длинной веревкой или шестом, спасательным жилетом. При медленной ходьбе лед редко проламывается мгновенно. Пролому льда предшествует треск, проседание, изменение его внешнего вида, выступление воды. При этих тревожных признаках лучше сразу вернуться назад и притом только по собственным следам, скользя по льду.

10. Если все же случилась беда и вы оказались в воде, старайтесь держаться за любые плавающие предметы. Голову и шею старайтесь держать над водой, чтобы уменьшить теплопотерю организма. Если в воду упали несколько человек и до берега далеко, постарайтесь собраться вместе. Парадокс: в воде надо сохранять возможную неподвижность, так как при двигательной активности усиливается тепловыделение и происходит ускоренное переохлаждение всего организма. Помните: сильный озноб, ощущение боли в конечностях и их онемение - имеют локальный характер и не угрожают жизни человека. К смерти приводит общее переохлаждение организма. Неподвижность в воде увеличивает срок выживаемости. Активное движение в холодной воде - только для оказания помощи товарищам и достижения крепкого льда, берега. При необходимости нужно плыть спокойно, с короткими гребками под водой, без резких размахов руками и ногами, движений корпусом. Не пугайтесь судорог. Они очень болезненны, но не смертельны. Чтобы их избежать, надо энергично массировать уставшую, переохлажденную мышцу, двигать пальцами рук и ног, менять позу. При судороге надо несколько раз ущипнуть или уколоть пораженную мышцу. Сведенную ногу стараться выпрямить руками. В любом случае не паниковать: человек даже без спасательного жилета может удержаться на воде с помощью действующих рук и ног.

11. Помогая провалившемуся под лед товарищу, к месту пролома по льду не подходите стоя, а приближайтесь ползком на животе с раскинутыми в сторону руками и ногами, лучше опираться на лыжи, доску. Приблизившись к пострадавшему на достаточное расстояние, бросьте ему один конец веревки, троса, ремня, шарф, куртку. Деревянные предметы: жердь, доску, лыжи толкать по льду до места провала. Как только потерпевший схватился за поданный предмет, следует без резких движений тянуть его ползком. В группе людей помощь утопающему оказывается только одним, в крайнем случае, двумя людьми. Скапливание людей в одном месте на краю льда опасно. При отсутствии средств спасения можно

нескольким людям лечь на лед цепочкой, удерживая друг друга за ноги, ползком продвигаясь к полынье, помочь пострадавшему.

12. После метели остерегайтесь незамерзших лунок под снегом.

13. Не подходите близко к лункам, в которых ставят промысловые сети. Они всегда покрыты тонким льдом или снегом. Заметить их можно по холмикам рядом лежащего колотого льда.

14. Остерегайтесь промоин во льду над быстрым течением.

15. Не становитесь на льдины, отколовшиеся от ледяного поля: они могут внезапно перевернуться под ногами.

Помните, что весенний лед после ночного заморозка кажется крепким и надежным, а днем, особенно в конце ледостава, он крошится и проваливается. Спускаясь с берега на лед, осевший при спаде воды, остерегайтесь глубоких трещин, скрытых под снегом. В них можно повредить ногу. Находясь на льду, учитывайте, что под снегом он нарастает медленнее, чем на бесснежном пространстве. Не зная особенностей водоема или условий образования льда, не пытайтесь выезжать на лед на автомашине. Кроме знаний правил поведения на льду нужны также хладнокровие, выдержка, а главное - осторожность.

Однако рыболова-зимника подстерегает не только непрочный лед. Опасен и прочный, но очень скользкий лед. При падении на нем случаются тяжелые ушибы различных частей тела, растяжение суставных, а иногда и сотрясение мозга. Последствием падения может быть ушиб, т.е. повреждение мягких тканей без нарушения целостности кожных покровов. Ушиб сопровождается болью и внутренним кровоизлиянием. При легком ушибе под кожей появляется темно-багровое пятно. При повреждении более глубоких тканей и разрыве более крупных кровеносных сосудов излившаяся кровь скапливается и образует кровяную опухоль - гематому. В течение первых часов после ушиба рекомендуется к месту повреждения прикладывать холод - смоченное в холодной воде полотенце, кусочки снега или льда. Тепловые ванны можно принять лишь через 2-3 дня.

Точно такую же первую помощь надо оказывать пострадавшему и при растяжении связок. Оно возникает при резком повороте в суставе, превышающем нормальный объем движения, сопровождается растяжением болью и припухлостью в суставах. Если поврежден сустав на руке - ее нужно подвязать ремнем или подходящей материей. При растяжении связок на ноге пострадавшего следует на санках или волокуше доставить в ближайший населенный пункт и дать ему покой, уложив ногу так, чтобы она была приподнята.

При ушибе головы иногда бывает сотрясение мозга, т.е. нарушение циркуляции крови мозговых сосудов. В легких случаях оно сопровождается кратковременной потерей сознания, головокружением, шумом в ушах, мельканием "мушек" в глазах. В тяжелых случаях происходит длительная потеря сознания, тело становится неподвижным, мускулатура расслабляется, пульс замедляется до 50-60 ударов в минуту, возможна рвота. Без сознания человек может находиться несколько часов, а то и дней. В качестве первой помощи рекомендуется пострадавшего уложить в постель и прикладывать холод на голову. Даже легкие формы сотрясения мозга требуют постельного режима в течение 15-20 дней.

Таит опасность для рыболова и низкая температура. Наиболее чувствительны к ее воздействию нос, уши, кисти и стопы, особенно пальцы, которые слабее защищены от холода одеждой и находятся в самых неблагоприятных условиях кровообращения.

В результате длительного действия низкой температуры может возникать обморожение. Медицина различает четыре степени обморожения.

Первая. Когда сокращение кровеносных сосудов сопровождается побледнением кожи и потерей чувствительности на участке обморожения.

Вторая. На побледневшем участке после отогревания появляются пузыри с мутным кровянистым содержимым, а кожа становится сине-багровой.

Третья. В первые дни синеющая окраска кожи, пузыри; в последующие дни - участки омертвления кожи.

Четвертая. Омертвление кожи и более глубоких тканей.

При первой степени обморожения помощь пострадавшему состоит в следующем. Побледневший участок тела следует обтереть спиртом или водкой, а затем пальцами медленно и осторожно растереть до покраснения кожи. Обмороженный участок можно также согреть в воде, температуру которой следует медленно повышать от 18 до 37 градусов в течение 20-30 минут и одновременно производить легкое растирание. После восстановления кровообращения обмороженную часть тела надо тепло укутать, а пострадавшего напоить горячим чаем или кофе. В дальнейшем на обмороженное место накладываются мазовые повязки.

Помощь пострадавшим от обморожения второй, третьей и четвертой степени оказывается в лечебном учреждении.

Случаются на льду и более тяжелые последствия длительного воздействия низкой температуры - замерзание. Предрасполагают к замерзанию: алкогольное опьянение, переутомление при длительной ходьбе или долгое лежание на снегу или льду. Признаки замерзания: озноб, вялость, чувство усталости, тяга ко сну. Человек засыпает, во время сна постепенно ослабевают его дыхание и сердечная деятельность, коченеют конечности и может наступить смерть.

Первая помощь замерзающему состоит в следующем. Пострадавшего надо внести в прохладное помещение и чисто вымытыми руками осторожно растереть все его тело. Если после этого он не будет проявлять признаков жизни, сделать ему искусственное дыхание. Надо также как можно скорее обратиться за медицинской помощью. Когда пострадавший придет в сознание его следует тепло укутать, согреть и дать горячее питье.

Всегда нужно помнить: лед - все равно, что минное поле. И тонкий, и хорошо промерзший, потому что и на толстом льду попадают невидимые глазу и запорошенные снегом лунки, выбоины, теплые ямы.

льда и чаша станет быстрее увеличиваться в глубину, чем в ширину - это начало разрушения льда.

Об упругих свойствах льда говорят следующие количественные данные. Если рассматривать прозрачный, наиболее прочный лед, то при центральном прогибе его в 5 сантиметров, трещин на нем не образуется, прогиб в 9 сантиметром ведет к усиленному образованию трещин, прогиб в 12 сантиметров вызывает сквозное растрескивание, при 15 сантиметрах - лед проваливается.

Трещины под действием нагрузок возникают двух типов: радиальные и концентрические. При движении по непрочному льду необходимо обращать внимание вот на что: если возникают концентрические трещины, сопровождаемые характерным скрипящим звуком, нужно немедленно скользящим шагом покинуть опасный участок, в особо критической ситуации лучше лечь на лед и отползти в обратном направлении.

Также нелишне вспомнить и другие правила поведения на тонком льду:

ни в коем случае не ходить по нему «гуськом», иначе радиальные трещины быстро перерастут в концентрические;

не выходить на лед в одиночку;

проверять каждый шаг, на льду остроконечной пешней, но не бить ею лед перед собой - лучше сбоку;

не подходить к другим рыбакам ближе, чем на 3 метра;

не приближаться к тем местам, где во льду имеются вмерзшие коряги, водоросли, воздушные пузыри;

не следует ходить рядом с трещиной или по участку льда, отделенному от основного массива несколькими трещинами;

необходимо быстро покинуть опасное место, если с пробитой лунки начинает бить фонтаном вода;

не передвигаться по тонкому льду на коньках;

обязательно иметь с собой средства спасения: шнур с грузом на конце, длинную жердь, широкую доску;

ни в коем случае не совмещать рыбалку по первому льду с возлияниями.

## МАТЕРЫЙ ЛЕД

Зима берет свое и, несмотря на погодные перепады, вскоре все водоемы покроются льдом, толщина которого в малоснежные и морозные зимы в средней полосе России достигает 1 метра и более. Это самый спокойный период зимней рыбалки, хотя и здесь рыбаки могут подстергать весьма неприятные неожиданности.

Прежде всего ухо остро надо держать на реках, когда лед покроется толстым слоем снега, перекрыв доступ холода ко льду, а текущая вода медленно, но верно будет истачивать его снизу. Быстрее всего промоины образуются там, где струи, завихряясь над преградами, бьют вверх, над выходом родниковых вод или в местах впадения теплых бытовых стоков.

Обычно расположение подобных участков каждый год неизменно, их просто следует хорошо помнить. На незнакомой реке лучше ходить по торным тропкам, а нехоженые участки проверять частым сверлением пробных лунок.

При рыбалке на стоячих водоемах, особенно на водохранилищах, где идет постоянный сброс воды, следует помнить, что лед здесь время от времени обламывается около берегов. Если на мелководье он ложится на грунт, то у крутых берегов могут возникнуть участки незамерзшей воды, лишь прикрытой наметенным снегом, куда вы можете совсем неожиданно попасть.

Неприятна также ситуация, когда вы оказываетесь на просторах большого водоема в районе с водяной ванной, скрытой толстым слоем мокрого снега. Образуются такие ванны как раз в тех местах, где лед тонок: после затяжных снегопадов он не выдерживает массу снега, ломается с образованием сквозных трещин, в которые поступает вода в количестве, равном весу нагрузки. И без того тонкий и пропитанный теперь водой лед перестает намерзать и становится весьма опасным, особенно ближе к весне.

## ПОСЛЕДНИЙ ЛЕД

Этот период в эволюции льда наступает, когда весной среднесуточная температура воздуха становится близкой к нулю, то есть начинается таяние снега и появляются талые воды. В первое время лед становится опасным у берегов, где снег сходит быстрее, чем на льду. Ручейки талой воды стекают в водоем, подмывают край льда, а тепло, исходящее от нагретой земли, еще больше способствует процессу разрушению ледовой кромки.

Кажущаяся прочность прибрежного льда после утреннего заморозка обманчива. Солнечным обогревом он может не отпустить рыбаков обратно, поэтому выход на берег надо приготовить заранее, прихватив на лед длинные жерди или доски. Желательно, чтобы выход был на мелководье и лучше на той стороне, где лед во второй половине дня окажется в тени. Пройдет еще некоторое время, и у берега образуются широкие разводья, причиной которых будут разрушения припая и прибыль воды в водоеме. Хотя основной лед останется еще достаточно надежным, но выбираться на него без лодки неразумно.

Основной массив льда разрушается поэтапно: когда среднесуточная температура воздуха перевалит за плюсовую отметку, то на поверхности ледового покрытия начнет интенсивно таять снег и этот процесс будет ускоряться ветрами, сырыми туманами и дождями. Поверхностная вода впитывается в лед, нарушая его монолитную структуру, вызывая распадение льда на отдельные, стоящие вертикально кристаллы, и связь между этими элементами постепенно ослабевает. Одновременно лед подтаивает и снизу. По этим причинам весенний лед коварен: утратив упругие свойства монолита, он не затрещит предупреждающе, как в перволедье, а с предательским шипящим звуком вдруг неожиданно распадется под ногами.

Особенно опасен лед там, где всю зиму под снегом стояла вода, эти лужи видны и на последнем бесснежном льду, такие места надо обходить стороной.

## Инструктаж №29

для подростков (7-11 класс) по профилактике курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ

### ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ ЧЕЛОВЕКА

Вредные привычки являются одной из самых больших проблем современного общества. Курение и злоупотребление алкоголем являются самыми опасными вредными привычками и приносят огромный вред не только лицам, страдающим этими привычками-заболеваниями, но и окружающих их людям и всему обществу в целом.

#### Вредные привычки: КУРЕНИЕ

Курение – одна из самых распространенных вредных привычек. Специалисты все чаще относят эту привычку к наркомании. Курильщики вдыхают в легкие продукты горения и насыщают организм целым набором ядовитых веществ. Кроме этого все эти гадости вдыхают окружающие курильщика люди и очень часто это еще и дети.

#### Вредные привычки: АЛКОГОЛИЗМ

Алкоголизм давно уже вышел из понятия вредная привычка, алкоголизм – это болезнь. При алкоголизме нарушается работа не только организма человека, но и происходят психологические процессы, ведущие к необратимой деградации личности. Лечение алкоголизма требует участия врачей различных специализаций, в том числе и психологов.

#### Вредные привычки: НАРКОМАНИЯ

Самым ужасным проявлением наркомании является детская и подростковая наркомания. У детей и подростков зависимость от наркотических веществ возникает намного быстрее, чем у взрослых, а разрушительное действие выражается намного сильнее. У подростков, которые употребляют наркотики, возникает слабоумие, а риск психических заболеваний возрастает в несколько раз. При этом моральная деградация и разрушение личности происходит намного быстрее. Воздействие наркотических препаратов значительно замедляют физическое развитие организма подростка. Наркоманы-подростки явно отстают от своих сверстников по росту и весу.

### ВЛИЯНИЕ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

Очень часто люди, страдающие вредными привычками, не знают о влиянии этих привычек на здоровье или же не осознают всю опасность, которую таят в себе алкоголь и табак. И нередки случаи когда человек, просто поняв какой вред наносит себе и окружающим, расстается с вредными привычками.

Влияние курения на здоровье человека:

- Портится структура ногтей и волос, меняется цвет кожи.
- Желтеют и слабеют зубы, появляется неприятный запах изо рта.
- Сосуды курильщика становятся хрупкими и неэластичными.

- Табакокурение способствует гниению органов желудочно-кишечного тракта.
- Повышается риск возникновения язвы желудка.
- Нарушается кислородный обмен в организме и как следствие затрудняется очистка крови.
- Никотин способствует повышению давления.
- Увеличивается вероятность возникновения инсультов, инфарктов, стенокардии и других заболеваний сердечно-сосудистой системы.
- Нарушается защита дыхательных путей, в результате чего курильщики более подвержены заболеваниям горла, бронхов и легких, а также тяжелее переносят данные заболевания.
- Курение способствует развитию онкологических заболеваний.
- Курение беременных женщин очень негативно сказывается на здоровье ребенка. Очень часто такие дети отстают в развитии и чаще болеют.

Влияние алкоголя на здоровье человека.

В России ежегодно от алкоголя гибнет около 700 тысяч человек. Это население одного крупного города. Это страшная статистика... Алкоголизм поражает людей из всех социальных слоев населения вне зависимости от пола, возраста, образования и материального положения. Более всего риску алкогольной зависимости подвержены женщины и несовершеннолетние.

- Разрушается иммунная система организма.
- Нарушается деятельность печени, которая несет в организме главную очистительную функцию.
- Нарушается работа органов пищеварения, что приводит к тяжелым заболеваниям пищевода, желудка, поджелудочной железы.
- Нарушается регуляция уровня сахара в крови.
- Алкоголь неминуемо приводит к заболеваниям сердечно-сосудистой системы, т.к. алкоголь разрушает эритроциты (клетки крови), которые перестают правильно выполнять свои функции.
- Употребление алкоголя в период беременности ведет к тяжелейшим последствиям для ребенка, а также пагубно влияет на все следующие поколения.
- Алкоголь сокращает жизнь человека на 10-15 лет
- Алкоголь нарушает работу нервной системы и приводит к потере памяти и внимания, проблемам умственного развития, мышления, психики и очень часто к полной деградации личности.
- Главный «удар» алкогольных напитков приходится на головной мозг. Алкоголь приводит к разрушению коры головного мозга и отмиранию целых его участков.

Влияние наркотиков на здоровье человека:

- Больше всего разрушительное влияние наркотических препаратов сказывается на сердечно-сосудистой системе: Независимо от того, какой наркотический препарат принимает наркоман, он приводит к износу сердца. Если наркоман не скончается от пневмонии или передозировки, то спустя 3-4 года его сердце будет напоминать сердце восьмидесятилетнего старика. В



последствии у него возникает сердечная недостаточность, которая в дальнейшем приводит к летальному исходу.

Наркотики оказывают негативное влияние на легкие.

При курении наркотических веществ легкие курильщика попадают в четыре раза больше различных смол и сажи, чем при курении обычных сигарет. Возникает высокий риск заболевания раком легких. Также нарушение процесса дыхания приводит к кислородному голоданию всех органов. Передозировка вызывает паралич дыхательного центра, в результате чего наступает смерть из-за остановки дыхания.

Любые наркотические препараты вызывают у человека зависимость, и именно этот фактор губительно влияет на его психику. У человека возникают различные психозы, изменения характера, снижаются умственные способности, наблюдается моральная деградация и полный распад личности. Употребление наркотиков приводит к такому тяжелому заболеванию, как шизофрения.

Также у всех наркоманов сильно снижается иммунитет. Именно из-за этого такое заболевание как пневмония, стоит на втором месте среди причин смерти наркоманов. Вредное влияние наркотических веществ можно видеть на обмене кальция в организме. Кости у наркоманов начинают истончаться и становятся довольно хрупкими. В первую очередь страдают зубы, достаточно 3-4 лет регулярного употребления наркотиков, чтобы полностью лишиться их.

У наркоманов в первую очередь пропадает аппетит, затрудняются процессы переваривания пищи. В первую очередь нарушаются моторные функции кишечника, которые вызывают либо болезненные спазмы в животе, либо хронический запор;

Развивается цирроз печени;

Утрате сексуального влечения, а в последствии - импотенция. Употребление наркотических препаратов влияет на наследственность, что может вызвать необратимые изменения в человеческих хромосомах, навсегда обрекая свою жертву рожать мутантов;

Дети родителей-наркоманов в 3-4 раза чаще становятся наркоманами в подростковом возрасте.

### ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

Бороться со своими вредными привычками нелегко, ведь борьба с самим собой – дело сложное. Если вы осознали, что табак, алкоголь или наркотики вредят вашей жизни и жизни окружающих людей, то приложите все усилия чтобы справиться с этой пагубной зависимостью. Читайте литературу, смотрите передачи, обращайтесь к специалистам, и вы обязательно найдете метод и справитесь с этой задачей.

Курение и употребление алкоголя – это зло для каждого отдельного человека и для всего общества. Отказываясь от вредных привычек, вы делаете выбор в пользу здоровья, счастья и долголетия!