

**ВІДОКРЕМЛЕНИЙ СТРУКТУРНИЙ ПІДРОЗДІЛ
«ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ ТРАНСПОРТУ ТА КОМП'ЮТЕРНИХ
ТЕХНОЛОГІЙ»
НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ «ЧЕРНІГІВСЬКА ПОЛІТЕХНІКА»**

ІНСТРУКЦІЯ № 46

з безпеки життєдіяльності для здобувачів освіти під час літніх канікул

м. Чернігів

ІНСТРУКЦІЯ № 46

з безпеки життєдіяльності для здобувачів освіти під час літніх канікул

1. *Загальні положення.*

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

1.2. Інструкцію розроблено відповідно до «Положення про організацію роботи з охорони праці учасників навчально-виховного процесу», затвердженого Наказом Міністерства освіти і науки України від 01.08.2001 № 563, «Правил дорожнього руху України», затверджених Постановою Кабінету Міністрів України від 10.10.2001 № 1306, «Правил пожежної безпеки для закладів, установ і організацій системи освіти України», затверджених Наказом Міністерства освіти і науки України, Міністерства внутрішніх справ України, Головного управління державної пожежної охорони від 30.09.1998 № 348/70.

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

2. *Вимоги безпеки життєдіяльності студентів під час літніх канікул*

2.1. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів перед початком літніх канікул.

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

2.2. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів під час літніх канікул.

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

- рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, притримуючись правого боку;
- за межами населених пунктів, рухаючись узбіччям чи краєм проїжджої частини, йти назустріч руху транспортних засобів;
- переходити проїжджу частину тільки по пішохідних переходах, зокрема підземних і наземних, а у разі їх відсутності - на перехрестях по лініях тротуарів або узбіч;
- у місцях із регульованим рухом керуватися тільки сигналами регулювальника чи світлофора;
- виходити на проїжджу частину з-за транспортних засобів упевнившись, що не наближаються інші транспортні засоби;
- чекати на транспортний засіб тільки на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, узбіччях, не створюючи перешкод для дорожнього руху;
- на трамвайних зупинках, не обладнаних посадковими майданчиками, можна виходити на проїжджу частину лише з боку дверей і тільки після зупинки транспортного засобу;
- у разі наближення транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком червоного або синього кольору, чи спеціальним звуковим сигналом, треба утриматися від переходу проїжджої частини або негайно залишити її;
- категорично заборонено вибігати на проїжджу частину, влаштовувати на ній або поблизу неї ігри, переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом, або невстановлених місцями;
- по проїжджій дорозі рухатися на велосипеді можна тільки дітям, які досягають 16-ти років; мопеди й велосипеди повинні бути обладнанні звуковим сигналом та світлоповертачами: попереду - білого кольору, по боках - оранжевого, позаду -

червоного; на голові у водія має бути захисний шолом; слід чітко дотримуватися правил дорожнього руху;

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

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

- студенти повинні виконувати зазначені правила, а також інші Правила дорожнього руху України;

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

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

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

- користуватися газовою плитою вдома можна тільки із спеціалізованим електричним приладом для вмикання;

- заборонено використовувати віконниці на вікна для затемнення приміщень і застосовувати горючі матеріали; зберігати бензин, газ та інші легкозаймісті горючі рідини, приносити їх до приміщення; застосовувати предмети оформлення приміщень, декорації та сценічне обладнання, виготовлене з горючих синтетичних матеріалів, штучних тканин і волокон (пінопласту, поролону, полівінілу тощо); застосовувати відкритий вогонь (факели, свічки, феєрверки, бенгальські вогні тощо), хлопушки, дугові прожектори; влаштовувати світлові ефекти із

застосуванням хімічних та інших речовин, що можуть викликати загоряння; встановлювати стільці, крісла тощо, конструкції, виготовлені з пластмас і легкозаймистих матеріалів, а також захищувати предметами проходи та аварійні виходи;

- у жодному разі не брати на вулиці чи в іншому місці незнайомі, чужі предмети, зокрема побутову техніку, не вмикати їх у розетку вдома чи в інших установах - це може призвести до вибуху та надзвичайної ситуації;

- не наближатися до електроприладів, музичної апаратури, що живляться струмом. Користуватися електроприладами тільки сухими руками і в присутності батьків. У разі виявлення обірваних проводів, неізолюваної проводки, іскріння проводки, слід негайно повідомити дорослих;

- не скупчуватися біля проходів у громадських установах, біля входів та виходів, у приміщеннях вестибюлю;

- під час участі в масових заходах не кричати, не свистіти, не бігати, не стрибати, не створювати травмонебезпечних ситуацій у приміщенні, виконувати правила пожежної безпеки;

- у разі пожежної небезпеки (наявності вогню, іскріння, диму) слід негайно вийти на повітря (за двері, балкон) та кликати на допомогу. Викликати службу пожежної охорони за номером 101, назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описавши ситуацію: наявність вогню, диму, кількість людей у приміщенні, залишити номер свого телефону;

- при появі запаху газу в квартирі, приміщенні у жодному разі не вмикати електроприлади, не користуватися стаціонарним чи мобільним телефоном, відчинити вікна, двері, перевірити приміщення, вимкнути газову плиту, якщо вона була ввімкнена, й вийти з приміщення; покликати на допомогу дорослих, негайно повідомити в газову службу за номером 104 чи 101 пожежну охорону - 1 01; назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описавши ситуацію й залишивши номер свого телефону.

2.2.3. Під час канікул, перебуваючи вдома, на вулиці, біля водоймищ в спеціалізованих установах, громадських місцях, приміщеннях, громадському

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

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

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

- категорично заборонено вживати алкоголь, наркотичні засоби, тютюнові вироби, стимулятори;
- уникати вживання в їжу грибів;
- категорично заборонено брати в руки, нюхати, їсти незнайомі дикі рослини чи паростки квітів, кущів, дерев, що може призвести до отруєння;
- пересуватися слід обережно, спокійно. Беручи участь в іграх, не створювати хаотичного руху, не штовхатися, не кричати. На вулиці бути обережним, дивитися під ноги, щоб не впасти в яму чи відкритий каналізаційний люк;
- не підходити на вулиці до обірваних, обвислих проводів, або проводів, які стирчать, а особливо, якщо від них іде гудіння - дані проводи можуть бути ще підживлені електрострумом;
- не підходити до щитових, не залазити на «стовпи»(опори повітряних ліній електропередач) з високовольтними проводами - можна отримати удар електрострумом від високовольтних живлень на відстані 5 м;
- бути обережним на дитячих майданчиках, у парках відпочинку: спочатку переконатися, що гойдалки, атракціони, турніки та інші прилади справні, сильно не розгойдуватися й не розгойдувати інших, щоб не призвести до падіння чи іншого травмування;
- не виходити на дах багатоповерхівки для попередження падіння дітей із висоти;
- не підходити до відчинених вікон, мити вікна тільки в присутності дорослих, не нахилятися на перила, парапети сходинок для запобігання падіння дітей із висоти;
- не спускатися у підвали будинків чи інші підземні ходи, катакомби, бомбосховища - там може бути отруйний газ;
- не вступати в контакт із незнайомими тваринами для запобігання отримання укусів від хворих на сказ тварин;
- застосовувати всі знання й правила, отримані на заняттях та виховних годинах.

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

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

- не підходити до автомобілів із незнайомцями, навіть якщо вони запитують дорогу. Скажіть, що не знаєте, і швидко йдіть геть;

- перебувати без супроводу дорослих на вулиці дітям до 18-ти років - до 22 год. У темну пору сезону - до настання темряви;

- діти мають право не відчиняти двері дому навіть представникам правоохоронних органів. Якщо незнайомець запитує, чи скоро прийдуть батьки, повідомте, що скоро - вони у сусідів, а в цей час зателефонуйте батькам і двері незнайомцям не відчиняйте;

- бути подалі від тих, хто влаштовує бійки, не брати участі в суперечках дорослих і не провокувати словами чи діями агресивну поведінку, що може призвести до бійки або травми; у стосунках із оточуючими керуйтеся толерантними відносинами;

- не заходити в під'їзд, ліфт із незнайомими людьми; одразу кликати на допомогу, якщо незнайомець провокує якісь дії щодо вас. Бути уважнішими, оглядатися й перевіряти, чи не слідує за вами хтось під час проходу провулків, підземних переходів між домами й тунелями. Якщо за вами хтось іде, зупинитися й відійти у сторону, щоб потенційний переслідувач пройшов повз вас;

- під час перебування на дискотеці, треба завчасно попередити батьків, щоб зустріли вас після заходу; слід керуватися загальними правилами етикету й нормами поведінки, не провокувати оточуючих на агресивну поведінку діями і словами. У разі небезпечної ситуації звертатися до служби охорони закладу, викликати міліцію за номером 102, зателефонувати батькам;

- не вчиняти дії, що можуть призвести до правопорушень. Неповнолітніми у кримінальному праві вважаються особи віком до 18-ти років. За злочини, вчинені після настання 14-річного віку, неповнолітні підлягають кримінальній відповідальності; позбавлення волі неповнолітньому може бути призначення строком до 10-ти років; найбільш суворим примусовим заходом виховного характеру є направлення до спеціальних навчально-виховних установ, що здійснюється примусово, незалежно від бажання неповнолітнього чи його батьків;

- батьки неповнолітніх, які не займаються вихованням своїх дітей, підлягають адміністративному штрафу в розмірах, передбачених відповідною статтею Кримінального кодексу України;

- всеукраїнські гарячі лінії підтримки дітей та молоді України: Всеукраїнська лінія «Телефон довіри» - 800-500-21-80; національна гаряча лінія з питань попередження насильства над дітьми та захисту прав дітей - 500-500-33-50 (у межах України дзвінки безкоштовні).

2.2.5. Під час канікул студенти повинні виконувати правила запобігання захворювань на гостру респіраторну хворобу (зокрема COVID-19), грип, інфекційні й кишкові захворювання, педикульоз тощо:

- триматися на відстані від людей, у яких кашель або підвищена температура;
- якщо у вас гарячка, кашель, утруднене дихання або інші симптоми нездужання необхідно не виходити з дому, щоб не заражати інших людей, і викликати лікаря;

- хворому виділити окреме ліжко, посуд, білизну;
- приміщення постійно провітрювати;
- у разі контакту із хворим одягати марлеву маску;
- хворому слід дотримуватися постільного режиму;
- вживати заходів профілактики: їсти мед, малину, цибулю, часник; чітко виконувати рекомендації лікаря;

- постійно мити руки з милом;

- не їсти брудних овочів та фруктів, ретельно їх мити й ошпарювати;

- для запобігання захворювання на педикульоз, регулярно мити голову; довге волосся у дівчат має бути зібране у зачіску, не користуватися засобами особистої гігієни (гребінцем) інших осіб, а також не передавати свої засоби гігієни іншим. Не міряти й не носити чужого одягу, головних уборів, а також не передавати свого одягу іншим;

- не вживати самостійно медичних препаратів, не рекомендованих лікарем;

- якщо ви погано почуваєтеся, а дорослих немає поряд, слід викликати швидку медичну допомогу за номером 103, описавши свій стан, назвавши номер свого телефону, домашню адресу, прізвище, ім'я, а також зателефонувати батькам.

2.2.6. Студенти повинні виконувати правила безпеки у лісі:

- домовтеся між собою про сигнали, щоб не загубити одне одному у лісі, особливо на випадок несподіванок, - свистом або голосом;

- запам'ятовуйте орієнтири під час руху у лісі. Щоб не заблукати залишайте мітки. Без зорових орієнтирів людина в лісі починає кружляти;

- виберіть місце для вогнища та обладнайте його. Ніколи не залишайте вогнище без догляду. Незагашене вогнище може стати причиною лісової пожежі;

- ніколи не пийте воду з річок та озер. Найбільш надійні джерела води - струмки. Поблизу місць, де ви побачите мертвих рибу чи тварин, взагалі не можна навіть руки мити;

- будьте обережні у лісі може бути болотиста місцевість - обходьте її. Болотною водою також не можна користуватися. Поблизу болота, як правило, водиться багато гадюк;

- збирати можна тільки ті гриби та ягоди, які ви добре знаєте. Щоб уникнути отруєння ними, ніколи не куштуйте незнайомих грибів; ніколи не збирайте гриби та ягоди поблизу транспортних магістралей, навіть їстівні гриби в тих місцях – отруйні;

- уникайте диких тварин. Небезпечними можуть бути і лось, і олень, і лисиця - у людей і тварин близько 150 спільних хвороб. Тварини нападають на людину, якщо вони поранені, перелякані несподіванкою або коли захищають своє

потомство. При явно агресивному поводженні тварин можна використовувати як засіб захисту вогонь або стукати палицею об дерево;

- уникайте додаткових неприємностей з тваринами, особливо у нічний час, - ніколи не залишайте їжу у вашому наметі або поряд з місцем вашого відпочинку покладіть її на дерево; недоїдки закопайте подалі від місця відпочинку;

- будьте обережні при зустрічі зі зміями. У випадку зміїного укусу терміново видушіть з ранки краплі крові з отрутою та висмоктуйте впродовж півгодини, весь час сльовуючи. Цього не слід робити при наявності ранок на губах та у роті. Потім необхідно накладати щільну пов'язку вище місця укусу та негайно дістатися до лікарні;

- якщо вас укусив кліщ, треба не пробувати виколупати його, а якнайшвидше дістатися до лікарні;

- якщо ви опинилися біля поламаних дерев - не затримуйтеся. Вони спираються одне на одне і можуть впасти, особливо під час вітру;

- не ховайтеся під високими деревами та не залишайтеся на відкритій галявині під час зливи з блискавкою, бо блискавка може вдарити у найвище місце.

Якщо ви заблукали у лісі:

- зберігайте спокій та уникайте паніки. Якщо ви панікуєте - думати логічно неможливо;

- негайно зупиніться і присядьте. І більше не робіть жодного кроку, не поміркувавши. Думати можна тільки про одне - як дістатися того місця, звідки починається знайомий шлях;

- пригадайте останню прикмету на знайомій частині шляху і постарайтеся подумки простежити до неї дорогу. Якщо це не вдасться, пригадайте знайомі орієнтири, найкраще - залізницю, судноплавну ріку, шосе. Прислухайтеся. При відсутності знайомих звукових орієнтирів, стежок і доріг виходьте "на воду" униз за течією. Струмок виведе до ріки, ріка - до людей. Якщо орієнтирів немає, залізьте на найвище дерево - погляд з висоти допомагає краще зорієнтуватися;

- правильно користуйтеся вогнем. Він є одним з основних засобів виживання в лісі. За допомогою вогню ви можете зберегти тепло, висушити одяг і подавати сигнали. Завжди тримайте сірники у водонепроникному пакеті;
- уникайте переохолодження. Воно трапляється, коли людина не звертає уваги на холод та не має відповідного одягу і захисту;
- використовуйте навички та вміння будівництва схованок. Це допоможе виживанню у лісі, забезпечить вам захист і тепло;
- бережіть та економно використовуйте воду. Вона важливіша для вашого виживання, аніж їжа.

2.2.7 Студенти повинні виконувати правила електробезпеки:

- категорично заборонено торкатися до електропроводів, електроприладів мокрими руками;
- виходячи з дому, завжди слід перевіряти, чи всі електроприлади відключені від електромережі;
- не допускається виймати вилку з електричної розетки, смикаючи за шнур;
- категорично заборонено підходити до обірваних електричних проводів ближче, ніж на 30 кроків;
- суворо заборонено торкатися опор електроліній;
- суворо заборонено користуватися несправними електроприладами, електричними розетками.

2.2.7 В умовах підвищення температури повітря необхідно дотримуватись таких правил та рекомендацій:

- на період спеки залишатися у прохолодних або кондиціонованих приміщеннях протягом того часу, коли сонце перебуває у своїй найбільш активній фазі (з 11.00 до 17.00 год.);
- при використанні у приміщеннях вентиляторів та кондиціонерів остерігайтеся протягів та переохолодження;
- рекомендується вживати більшу кількість рідини, близько 2,5 – 3 літрів. Під час спеки людина з потом витрачає велику кількість рідини та солей через шкіру і дихальні шляхи. Для компенсації втрат рідини та мікроелементів рекомендується

вживати: негазовану підсолену та мінеральну лужну воду, кисло-молочні напої (знежирене молоко, молочну сироватку), соки, несолодкі відвари з ягід та фруктів, зелений чай. Вживання газованих напоїв рекомендується обмежити. Люди похилого віку повинні часто вживати воду, не очікуючи на відчуття спраги. Більш швидко потрібно слідкувати за водним статусом людей, які не можуть обслуговувати себе самостійно, до них належать лежачі хворі, діти, пацієнти зі зниженою розумовою функцією. Не пийте холодного у розігрітому стані. Це може привести до захворювання ангіною;

- обмежте фізичні навантаження, особливо під відкритим сонцем та в години найбільшої спеки. Необхідно знати про підвищення ризику виникнення теплового удару при фізичній активності під час спекотної погоди;

- якщо ви приймаєте ліки, відкоригуйте у лікаря схему лікування;

- не виходьте засмагати на пляж у „годину пік” - з 11.00 до 17.00 год., тому що можна отримати сонячний удар. Важливо й інше: сонце серйозний онкогенний чинник, і в цей час його промені найшкідливіші, перед входом у воду необхідно охолонути в тіні. Не рекомендується пірнати у воду, перепад температур може спричинити спазм судин серця. У спеку краще приймати теплий душ;

- у житлових та службових приміщеннях рекомендується проведення щоденного вологого прибирання;

- уникайте задушливого громадського транспорту, особливо з 11.00 до 17.00 год;

- в період літньої спеки потрібно обирати одяг з легких та натуральних матеріалів, носити головні убори, а також слід уникати тісної одежі;

- щоденно приймайте душ. Адже, спека – це той період, коли можна не обмежувати проведення водних процедур;

- вживайте їжу, що легко засвоюється, з багатим вмістом вітамінів та мінеральних речовин, надавайте перевагу овочам та фруктам.

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

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

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

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

101- пожежна охорона;

102- міліція;

103- швидка медична допомога; 104- газова служба;

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

3.4. у разі можливості слід залишити територію аварійної небезпеки.

Розробив

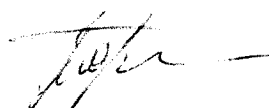
Інженер з ОП

Погоджено

**Заступник директора з
навчально-виробничої роботи**



В.М. Падалка



Ю.Ю.Моришев