УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ПРИМЕРНЫЙ ГРАФИК**

**проведения инструктажей по охране труда**

**для классных руководителей по работе с обучающимися**

**в МКОУ «Петровская СОШ № 2»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | | Название инструктажа | | Примерное время проведения инструктажа | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | | сентябрь | | октябрь | | ноябрь | декабрь | | | январь | | февраль | | март | | апрель | | май |
| 1. | | Вводный инструктаж | | + | |  | |  |  | | |  | |  | |  | |  | |  |
| 2. | | Инструктаж «Пиротехника» | |  | |  | |  | + | | |  | |  | |  | |  | |  |
| 3. | | Инструктаж учащихся о правилах поведения в общественном транспорте | | + | |  | | + |  | | | + | |  | |  | | + | |  |
| 4. | | При проведении школьных ме­роприятий | | Перед проведением | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5. | | Инструктаж учащихся «Первый лед» | |  | |  | | + |  | | |  | |  | |  | |  | |  |
| 6. | | Инструктаж учащихся «Гололед» | | При гололеде | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7. | | Инструктаж учащихся о правилах поведения на воде | |  | |  | |  |  | | |  | |  | |  | |  | | + |
| 8. | Инструктаж учащихся «Неожи­данный звонок или стук в дверь» | | | + | |  | |  |  | | |  | |  | |  | |  | |  |
| 9. | Инструктаж учащихся «Взрывобезопасность» | | |  | |  | | + |  | | |  | |  | |  | |  | |  |
| 10. | Инструктаж учащихся о правилах поведения в школе | | | + | |  | |  |  | | | + | |  | |  | |  | |  |
| 11. | Инструктаж учащихся о правилах поведения в лифте | | | + | | + | |  | + | | |  | |  | | + | |  | | + |
| 12. | Инструктаж учащихся о правилах поведения в лесу | | | Перед выходом в лес | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13. | Инструктаж учащихся о правилах поведения в походе | | | Перед походом | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14. | Инструктаж учащихся о правилах поведения в столовой | | | **+** | |  | |  |  | | | + | |  | |  | |  | |  |
| 15. | Инструктаж учащихся о правилах поведения при выезде за грани­цу | | | Перед выездом за границу | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16. | Инструктаж учащихся о правилах поведения при работе с ПК | | | + | |  | |  |  | | | + | |  | |  | |  | |  |
| 17. | Инструктаж учащихся о правилах поведения на учебных сборах и военно-спортивных играх. | | | Перед проведением сборов или военно-спортивных игр | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18. | Инструктаж учащихся «Пожар­ная безопасность дома» | | |  | | + | |  | + | | |  | |  | | + | |  | |  |
| 19. | Инструктаж учащихся «Мой безопасный путь в школу» | | | + | |  | |  |  | | | + | |  | |  | | + | |  |
| 20. | Инструктаж учащихся «Первая медицинская помощь» | | | + | |  | |  |  | | | + | |  | |  | |  | |  |
| 21. | Инструктаж учащихся «Индиви­дуальные средства защиты» | | |  | | + | |  |  | | |  | |  | | + | |  | |  |
| 22. | Инструктаж учащихся «Терро­ризм» | | |  | | + | |  |  | | |  | |  | |  | |  | |  |
| 23. | Инструктаж учащихся «Один до­ма» | | | + | |  | |  | + | | |  | |  | |  | |  | | + |
| 24. | Инструктаж учащихся «Злая со­бака» | | |  | | + | |  |  | | |  | |  | |  | |  | | + |
| 25. | Инструктаж учащихся «Незнако­мый человек» | | | + | |  | |  |  | | |  | | + | |  | |  | |  |
| 26. | | | Инструктаж учащихся «Нападе­ние в лифте» | **+** | |  | |  |  | | |  | |  | |  | |  | | **+** |
| 27. | | | Инструктаж учащихся «Нападе­ние в подъезде» | **+** | |  | |  |  | | |  | |  | |  | |  | | **+** |
| 28. | | | Инструктаж учащихся о правилах поведения в бассейне | Перед посещением бассейна | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 29. | | | Инструктаж учащихся о правилах поведения на стрельбах | Перед посещением | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 30. | | | Инструктаж учащихся о правилах поведения при эвакуации | Перед проведением эвакуации | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 31. | | | Инструктаж учащихся «Птичий грипп» | При вспышке эпидемии | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 32. | | | Инструктаж учащихся о правилах поведения на школьной спор­тивной площадке | + | |  | |  | **+** | | |  | |  | | **+** | |  | |  |
| 33. | | | Инструктаж учащихся о правилах поведения в автобусе | Перед выездом на автобусе | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 34. | | | Инструктаж учащихся о правилах поведения в музее | По мере выезда | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 35. | | | Инструктаж учащихся о правилах поведения в театре | По мере выезда | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 36. | | | Инструктаж учащихся о правилах поведения при пешеходных экс­курсиях | Перед проведением | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 37. | | | Инструктаж учащихся о правилах поведения на пришкольном уча­стке | **+** | | **+** | |  |  | | |  | |  | |  | | **+** | | **+** |
| 38. | | | Инструктаж учащихся о правилах поведения в библиотеке | **+** | |  | |  |  | | | **+** | |  | |  | |  | |  |
| 39. | | | Инструктаж учащихся о правилах поведения на экскурсиях | Перед экскурсией | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 40. | | | Инструктаж учащихся о правилах поведения при перевозке | Перед перевозкой детей | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 41. | | | Инструктаж учащихся о правилах поведения при проведении субботника | Перед проведением субботника | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 42. | | | Инструктаж учащихся «Пожарная безопасность в школе» | + |  | |  | | |  | + | |  | |  | |  | |  | |
| 43. | | | Инструктаж учащихся «Как избежать несчастных случаев» | + |  | |  | | |  | + | |  | |  | |  | |  | |
| 44. | | | Инструктаж учащихся по электробезопасности | По мере необходимости | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 45. | | | Инструктаж учащихся по правилам безопасного поведения на дорогах и на транспорте | Перед выездом | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 46. | | | Инструктаж учащихся по профилактике негативных ситуаций во дворе, на улице, дома и в общественных местах | + |  | | + | | | + |  | |  | | + | |  | | + | |
| 47. | | | Инструктаж учащихся по правилам безопасности при обнаружении неразорвавшихся снарядов, мин, гранат и неизвестных пакетов | По мере необходимости | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 48. | | | Инструктаж учащихся по правилам безопасного поведения на водоемах в летний, осеннее-зимний и весенний периоды |  |  | |  | | | + |  | |  | | + | |  | | + | |
| 49. | | | Инструктаж учащихся по безопасному поведению в общественном транспорте | Перед выездом | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 50. | | | Общий инструктаж учащихся | + |  | |  | | |  | + | |  | |  | |  | |  | |

**ИНСТРУКЦИЯ № 30.1**

**по охране труда обучающихся**

**МКОУ «Петровская СОШ № 2»**

**(вводный инструктаж)**

1. Учреждение расположено в микрорайоне, имеющем ряд опасных для жизни и здоровья факторов:

- вблизи школы проходит автотрасса, железнодорожное полотно, рас­положены несколько сложных перекрестков.

2. По дороге в школу и обратно необходимо:

- переходить дорогу только в установленных местах;

- осуществлять движение через перекресток только по пешеходной дорожке (зебре);

- предварительно убедиться, что движущегося транспорта в опасной близости нет;

- осуществлять переход через железнодорожные пути в установлен­ных для этого местах, при переходе убедиться в отсутствии близко идущего железнодорожного транспорта.

3. В школе имеются учебные кабинеты повышенной степени опасности: химический, физический, биологический, информатики и ВТ, мастерские технического и обслуживающего труда, спортивный зал. Во время занятий в этих кабинетах необходимо строго соблюдать инструкции по охране труда и требования учителя.

4. Во избежание травмоопасных ситуаций в школе нельзя:

- бегать и толкаться во время перемен;

- прыгать через ступеньки лестницы, кататься на перилах, перешаги­вать или опасно перегибаться через них;

- оставлять в коридорах разлитую на полу воду; качаться на трубах парового отопления.

5. В случае любых происшествий и травм необходимо немедленно со­общить об этом ближайшему учителю, классному руководителю, завучу, директору школы. Медицинский кабинет находится на II этаже. Аптечки имеются в кабинетах химии, физики, биологии, информатики, трудового обучения, начальных классов, в спортивном зале, кабинетах директора школы и заместителей директора.

6. В случае возникновения пожара, короткого замыкания в электросети, засорения канализации или подозрений на них необходимо немедленно сообщить об этом ближайшему учителю или администратору. При пожаре звонить по телефону 01, вызов милиции 02,вызов скорой помощи 03. Те­лефон находится в кабинете директора, в сторожке.

7. В случае возникновения чрезвычайной ситуации все сотрудники и учащиеся школы должны быть немедленно эвакуированы. Сигнал тревоги подается через систему громкой связи. Учащиеся покидают помещение класса и организованно выходят из школы вместе с учителем в соответствии с планом эвакуации. Во время эвакуации класс должен иметь при себе комплект, включающий ватно-марлевые повязки, бутыль с водой и два флажка для перехода улицы.

Переход перекрестка осуществляется только в колонне. В случае поступ­ления сигнала «химическая тревога» движение колонны происходит в на­правлении, перпендикулярном направлению ветра.

8. При появлении в школе посторонних людей, ведущих себя подозри­тельно или агрессивно, необходимо немедленно сообщить об этом ближайшему учителю.

9. Не допускается нахождение в школе бродячих кошек и собак.

10. Недопустимо курить в помещениях школы, бросать зажженные спич­ки в мусорные баки, засорять канализацию посторонними предметами, ос­тавлять открытыми водопроводные краны.

11. Находясь в школьной столовой, необходимо проявлять аккуратность, не оставлять продуктов питания на столах, не сорить на пол. Во время еды следует вести себя спокойно, не размахивать столовыми приборами, не кричать и не толкаться. Перед приемом пищи обязательно вымойте руки с мылом. Нельзя находиться в столовой в верхней одежде и головном уборе.

12. Участвуя в проведении санитарных часов, необходимо соблюдать меры безопасности; при мытье окон запрещается высовываться из них.

13. В школе не допускается применение психического и физического на­силия в отношении учащихся, все споры должны разрешаться только мир­ным путем.

14. Ученики школы должны выполнять требования дежурных учителей и учащихся.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-094-12**

**Пиротехника**

**Рекомендуется:**

Не приобретать пиротехнические изделия на рынках, где не соблюдают­ся условия хранения. Из-за несоблюдения температурных режимов, влаж­ности, приобретенная пиротехника может не сработать или сработать в ру­ках.

При покупке проверить сертификаты соответствия, а также подробные инструкции по применению, в которых должны быть обозначены:

а) наименование бытового пиротехнического изделия;

б) условия применения;

в) ограничения при обращении;

г) способы безопасной подготовки, пуска и утилизации (при необходимо­сти);

д) правила хранения в быту;

е) гарантийный срок и дату изготовления (или срок годности);

ж) предупреждение об опасности бытового пиротехнического изделия;

з) действия в случае отказа и возникновения нештатных ситуаций; и) действия в случае пожара;

к) реквизиты изготовителя;

л) информацию по сертификации и другие сведения, обусловленные спецификой бытового пиротехнического изделия.

Инструкция должна быть на русском языке, текст должен быть четким и хорошо различимым. Предупредительные надписи выделяют шрифтом или добавляют слово «ВНИМАНИЕ!».

На каждой упаковке и изделии должны быть указаны (текст хорошо раз­личим, на русском языке):

а) наименование бытового пиротехнического изделия и каталожный но­мер (артикул);

б) торговая марка;

в) дата изготовления, а также текст: «ВНИМАНИЕ! Изделие пожаро- и травмоопасно! Не применять до ознакомления с прилагаемой инструкцией! Беречь от детей! Не использовать бытовое пиротехническое изделие с ис­текшим сроком хранения. Хранить в сухом месте при температуре не более 30 °С, вдали от нагревательных приборов. Продажа детям до 14 лет за­прещена».

Если размеры пиротехнического изделия не позволяют поместить весь текст, допускается оставшуюся часть текста и инструкцию по применению вынести во вкладыш, прилагаемый к каждому изделию.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-095-12**

**Правила поведения в общественном транспорте**

***Автобус***

Если ваш автобус попал в аварию, посмотрите, где и в каком положении вы находитесь, и нет ли пожара. По возможности двигайтесь к выходу.

Для выхода воспользуйтесь дверьми, окнами, вентиляционными лю­ками.

В автобусе предусмотрены специальные окна, которые предназначены для аварийного выхода: надо вытянуть за специальную рукоятку шнур уп­лотнения и выдавить стекло, или просто выбить его твердым предметом («дипломатом» с металлическим ободом, огнетушителем, тормозным баш­маком).

При этом следите, чтобы рядом не оказалось людей, кого могли бы по­ранить осколки.

Не забудьте также отбить острые осколки по краям.

Ситуация, когда затоплен салон, достаточно редка, однако, если вы ока­зались в таком положении, не спешите покидать салон, подождите, пока он частично наполнится водой - легче станет выбираться.

***Троллейбус и трамвай***

Из-за сравнительно небольшой скорости и малой маневренности трол­лейбус и трамвай - наиболее безопасные виды транспорта. Вместе с тем надо помнить, что электропитание тяговых двигателей этих видов городско­го транспорта осуществляется от подвесной контактной сети высокого на­пряжения. Такое обстоятельство значительно повышает опасность пораже­ния электрическим током, когда токонесущие провода могут замкнуться на корпус машины.

Покидать вагон, находящийся под напряжением, надо прыжком, чтобы исключить удар током в положении, если пассажир, стоя одной ногой на ступеньке, другой касается земли.

Будьте осторожны! В троллейбусах и трамваях металлические части мо­гут быть под напряжением.

***Метро***

Транспортным средством повышенной опасности считается и метро. Вы рискуете своей жизнью и здоровьем, стоя на движущемся эскалаторе, ожи­дая поезд на платформе и во время движения в вагоне.

Зоны опасности в метрополитене - турникеты при входе в метро, эска­латор и перрон.

Еще одна зона опасности - вагон поезда. Каждый вагон оборудован экс­тренной связью с машинистом. В любой опасной ситуации нужно правильно пользоваться этой связью: нажать кнопку, не торопясь сказать, что про­изошло, и не забыть назвать номер вагона, указанный рядом с кнопкой.

Меры по обеспечению безопасности в метро:

• не пытаться пройти в метро бесплатно, удар створок турникета доста­точно сильный;

• не бегать по эскалатору, не ставить вещи на ступеньки, не садиться и не стоять по ходу движения спиной;

• не задерживаться на выходе с эскалатора, не создавать давки;

• не подходить к краю платформы;

Важно! Не пытайтесь остановить аварийным стопкраном поезд в тунне­ле - это затруднит тушение пожара и эвакуацию

• не подходить к вагону, пока поезд не остановился. Рюкзак или сумку заранее снять с плеча, иначе они помешают вам развернуться в вагоне;

• не стараться самому (ой) поднять упавший на рельсы какой-либо предмет - позвать для этого дежурного по станции;

• не нервничать, если поезд остановился в туннеле, сохранять спокой­ствие. Ждать объявлений и выполнять все распоряжения работников мет­рополитена;

• не торопиться заглянуть в бесхозный чемодан или сумку - сообщить о своей находке машинисту или дежурному по станции;

• не забывать: от вашей воспитанности зависит безопасность других пассажиров (брошенная на платформу банановая кожура - возможная травма, не придержанная за собой входная дверь вестибюля - и проходя­щий за вами пассажир получит удар в лицо).

***Движение в легковом автомобиле опасно по нескольким причи­нам:***

• автолюбители в отличие от профессионалов не имеют хорошей подго­товки;

• водители часто превышают установленную скорость движения;

• в потоке машин легковой автомобиль рискует столкнуться с тяжелым грузовиком, поэтому люди, находящиеся в «Жигулях» и «Волгах», подвер­гаются большей опасности, чем водители и пассажиры «КамАЗов».

Меры по обеспечению безопасности при движении в легковом автомо­биле:

• не садиться на переднее сиденье детям до 12 лет;

• не ездить без пристегнутых ремней безопасности;

* всегда иметь аптечку в машине.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-096-12**

**по безопасности жизни детей при проведении школьных мероприятий**

За жизнь и здоровье детей несет ответственность классный руководи­тель.

1. Дежурство во время мероприятия осуществляют родители (из расче­та на 10—12 детей -1 взрослый).

2. Мероприятие заканчивается в строго оговоренное время. Классные праздники заканчиваются не позднее 19.00, общешкольные праздники -не позднее 21.00.

3. При проведении мероприятия строго соблюдаются правила пожарной безопасности.

4. Во время проведения мероприятия классный руководитель не должен оставлять учащихся одних.

5. Заявление на проведение мероприятия подается не позднее, чем за 3 дня до него.

6. Во время проведения мероприятия не разрешается открывать окна. Проветривание осуществляется через фрамуги.

7. Не разрешается ставить столы в кабинетах, где проводится меро­приятие, один на другой. При необходимости столы и стулья могут быть вынесены в коридор. Рядом с ними должен находиться дежурный родитель.

8. Во время проведения мероприятия не разрешается хождение уча­щихся по школе.

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

10. 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 администрации школы.

11. По завершении мероприятия необходимо убрать помещение, где проводилось мероприятие, классный руководитель и дежурные родители совершают обход школы, проверяя чистоту и порядок на ее территории.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-098а-12**

**«Осторожно, тонкий лёд!»**

Под весенними лучами солнца лед на водоемах становится рыхлым и непрочным. В это время выходить на его поверхность крайне опасно. Одна­ко каждый год многие люди пренебрегают мерами предосторожности и вы­ходят на тонкий лед, тем самым, подвергая свою жизнь смертельной опас­ности.

**Это нужно знать**

- Безопасным для человека считается лед, толщина которого не менее 10 сантиметров в пресной воде и 15 сантиметров в соленой.

- В устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также в рай­онах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов ка­мыша.

- Если температура воздуха выше 0 градусов держится более 3-х дней, то прочность льда снижается на 25%. Прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета - прочный, белого - прочность его в два раза меньше, серый, матово-белый или с желтоватым оттенком лед не на­дежен.

**Если случилась беда**

Что делать, если вы провалились в холодную воду

- Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.

- Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.

- Попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лед.

- Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.

- Ползите в ту сторону, откуда пришли, ведь лед здесь уже проверен на прочность.

**Если нужна ваша помощь:**

- Вооружитесь любой длинной палкой, доскою, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.

- Следует ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.

- Остановитесь от находившегося в воде человека в нескольких метрах, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест.

-Осторожно вытащите пострадавшего на лед, и вместе ползком выби­райтесь из опасной зоны.

- Ползите в ту сторону, откуда пришли.

- Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: сни­мите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи ) , смоченной в спирте или водке суконкой или руками, напоите постра­давшего горячим чаем. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алко­голь - в подобных случаях это может привести к летальному исходу.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-098б-12**

**«Гололед»**

Наступила зима. Для кого-то зима - это радость первого снега и удо­вольствие от лыжных прогулок и катания на коньках. А для других - холода оборачиваются переломами, болезнями...

**Запомните несколько полезных рекомендаций:**

- Если наледь невозможно обойти, то передвигайтесь по опасному уча­стку, имитируя движение при ходьбе на лыжах небольшими скользящими шажками. Двигаться нужно на полусогнутых ногах для большей устойчиво­сти. Старайтесь ступать на всю подошву и делать короткие шаги.

- В гололед лучше не брать с собой тяжелые вещи, а также хрупкие (особенно стеклянные!) - не хватало еще осколками пораниться.

- При падении не следует выставлять перед собой руки в качестве опо­ры на землю - запястья легко ломаются. Стоит заранее потренироваться «в падениях» дома. Падать лучше всего на бок, стараясь при этом не силь­но напрягать мускулы.

- Во время падения прижмите руки к груди, постарайтесь «завалиться» на бок с перекатом на спину. В этом смысле образец для подражания -кошки. Ни в коем случае нельзя при падении садиться - можно очень серь­езно травмировать крестец.

Пожилые люди страдают от гололеда гораздо больше молодых. Поэто­му врачи советуют тренировать вестибулярный аппарат, чтобы научиться балансировать. Также необходимо принимать специальные препараты для укрепления костей с содержанием йода и кальция.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-098в-12**

**Правила безопасного поведения на воде**

Умение хорошо плавать - одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде.

Лучше всего купаться в специально оборудованных местах: пляжах, бассейнах, купальнях; обязательно предварительно пройти медицинское освидетельствование и ознакомиться с правилами внутреннего распорядка мест для купания.

В походах место для купания нужно выбирать там, где чистая вода, ров­ное песчаное или гравийное дно, небольшая глубина (до 2 м), нет сильного течения (до 0,5 м/с). Начинать купаться рекомендуется в солнечную безветренную погоду при температуре воды 17-19 °С, воздуха 20-25 °С. В воде следует нахо­диться 10-15 минут, перед заплывом необходимо предварительно обте­реть тело водой.

При переохлаждении тела пловца в воде могут появиться судороги, ко­торые сводят руку, а чаще ногу или обе ноги. При судорогах надо немед­ленно выйти из воды. Если нет этой возможности, то необходимо действо­вать следующим образом:

1. Изменить стиль плавания - плыть на спине.

2. При ощущении стягивания пальцев руки, надо быстро, с силой сжать кисть руки в кулак, сделать резкое отбрасывающее движение рукой в на­ружную сторону, разжать кулак.

3. При судороге икроножной мышцы необходимо согнуться, двумя рука­ми обхватить стопу пострадавшей ноги и с силой подтянуть стопу к себе.

4. При судорогах мышц бедра необходимо обхватить рукой ногу с на­ружной стороны ниже голени у лодыжки (за подъем) и, согнув ее в колене, потянуть рукой с силой назад к спине.

5. Произвести укалывание любым острым подручным предметом (бу­лавкой, иголкой и т.п.)

6. Уставший пловец должен помнить, что лучшим способом для отдыха на воде является положение «лежа на спине».

Не заплывайте за буйки - там может оказаться резкий обрыв дна, хо­лодный ключ, заросли водорослей и т.п.

Не устраивайте в воде игр, связанных с захватами - в пылу азарта вы можете послужить причиной того, что партнер вместо воздуха вдохнет воду и потеряет сознание.

**Правила оказания помощи при утоплении:**

1) Перевернуть пострадавшего лицом вниз, опустить голову ниже таза

2) Очистить ротовую полость.

3) Резко надавить на корень языка.

4) При появлении рвотного и кашлевого рефлексов - добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка

5) Если нет рвотных движений и пульса - положить на спину и присту­пить к реанимации (искусственное дыхание, непрямой массаж сердца). При появлении признаков жизни - перевернуть лицом вниз, удалить воду из лег­ких и желудка.

6) Вызвать «Скорую помощь».

Если человек уже погрузился в воду, не оставляйте попыток найти его на глубине, а затем вернуть к жизни. Это можно сделать, если утонувший находился в воде не более 6 минут.

**НЕЛЬЗЯ**

ОСТАВЛЯТЬ ПОСТРАДАВШЕГО БЕЗ ВНИМАНИЯ (в любой момент может произойти остановка сердца)

САМОСТОЯТЕЛЬНО ПЕРЕВОЗИТЬ ПОСТРАДАВШЕГО, ЕСЛИ ЕСТЬ ВОЗМОЖНОСТЬ ВЫЗВАТЬ СПАСАТЕЛЬНУЮ СЛУЖБУ.

Чтобы избавиться от воды, попавшей в дыхательные пути и мешающей дышать, нужно немедленно остановиться, энергичными движениями рук и

ног удерживаться на поверхности воды и, подняв голову возможно выше, сильно откашляться. Чтобы избежать захлебывания в воде, пловец должен соблюдать правильный ритм дыхания. Плавая в волнах, нужно вниматель­но следить за тем, чтобы делать вдох, когда находишься между гребнями волн. Плавая против волн, следует спокойно подниматься на волну и ска­тываться с нее. Если идет волна с гребнем, то лучше всего подныривать под нее немного ниже гребня.

Попав в быстрое течение, не следует бороться против него, необходимо не нарушая дыхания плыть по течению к берегу.

Оказавшись в водовороте, не следует поддаваться страху, терять чув­ство самообладания. Необходимо набрать побольше воздуха в легкие, по­грузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность.

Запутавшись в водорослях, не делайте резких движений и рывков. Необходимо лечь на спину, стремясь мягкими, спокойными движениями выплыть в ту сторону, откуда приплыли. Если все-таки не удается освобо­диться от растений, то, освободив руки, нужно поднять ноги и постараться осторожно освободиться от растений при помощи рук.

Нельзя подплывать близко к идущим судам с целью покачаться на вол­нах. Вблизи идущего теплохода возникает течение, которое может затя­нуть под винт. Опасно прыгать (нырять) в воду в неизвестном месте - мож­но удариться головой о грунт, корягу, сваю и т.п., сломать шейные позвон­ки, потерять сознание и погибнуть.

Не менее опасно нырять с плотов катеров, лодок, пристаней и других плавучих сооружений. Под водой могут быть бревна - топляки, сваи, рель­сы, железобетон и пр. Нырять можно лишь в местах, специально для этого оборудованных. Нельзя купаться у крутых, обрывистых и заросших расти­тельностью берегов. Здесь склон дна может оказаться очень засоренным корнями и растительностью. Иногда песчаное дно бывает зыбучим, что опасно для не умеющих плавать.

Важным условием безопасности на воде является строгое соблюдение правил катания на лодке. Нельзя выходить в плавание на неисправной и полностью необорудованной лодке. Перед посадкой в лодку, надо осмот­реть ее и убедиться в наличии весел, руля, уключин, спасательного круга, спасательных жилетов по числу пассажиров, и черпака для отлива воды. Посадку в лодку производить, осторожно ступая посреди настила. Садиться на балки (скамейки) нужно равномерно. Ни в коем случае нельзя садиться на борт лодки, пересаживаться с одного места на другое, а также перехо­дить с одной лодки на другую, раскачивать лодку и нырять с нее.

Запрещается кататься на лодке детям до 16 лет без сопровождения взрослых, перегружать лодку сверх установленной нормы для этого типа лодки, пересекать курс моторных судов, близко находиться к ним и двигать­ся по судовому ходу. Опасно подставлять борт лодки параллельно идущей волне. Волну надо «резать» носом лодки поперек или под углом.

Если лодка опрокинется, в первую очередь нужно оказать помощь тому, кто в ней нуждается. Лучше держаться всем пассажирам за лодку и общими усилиями толкать ее к берегу или на мелководье.

Для не умеющих плавать и плохо плавающих, особую опасность пред­ставляют различные надувные плавсредства: камеры, пояса, резиновые матрацы и т.п.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-099-12**

**Неожиданный звонок в вашу квартиру или стук в дверь**

I. Не открывайте дверь, посмотрите в глазок или спросите: «Кто там?». Если это кто-то чужой, никогда не открывайте дверь, даже если вас просят воды запить лекарство, позвонить в милицию, скорую помощь и т.п.

Можно также, подойдя к двери, крикнуть в глубь квартиры: «Папа, я спрошу, кто там?», сделав вид, что вы не одни в квартире.

Свяжитесь по телефону с соседями, чтобы они знали, что кто-то чужой звонит в вашу квартиру, и сразу вызывайте милицию по телефону 01.

II. Слышны шаги на площадке, вы чувствуете, что за дверью кто-то при­таился (в глазок никого не видно)

Не открывайте дверь. Звоните соседям, чтобы они посмотрели в глазок своей квартиры, и если на площадке находится незнакомый человек или их глазок закрыт снаружи двери, сразу вызывайте милицию.

III. Дверь вашей квартиры открывают ключом или взламывают Постарайтесь завалить дверь любыми подручными предметами (стулья,

одежда и т.п.), чтобы выиграть время и задержать проникновение в кварти­ру злоумышленника.

Поднимите тревогу криками и шумом через окно, балкон, для привлече­ния прохожих, стучите любыми предметами по стенам и батареям, чтобы услышали соседи, и по возможности постарайтесь позвонить в милицию.

При прекращении попыток проникновения в квартиру, не выходите из нее до приезда милиции или соседей. Увидев в окно вышедшего из подъ­езда постороннего, запомните, во что он одет, цвет волос и в какую сторону пошел, и сообщите это все милиции.

IV. Если дверь вашей квартиры открыта или взломана

Не входите в квартиру. Зайдите к соседям и расскажите им о случив­шемся, попросите вызвать милицию.

*В каждой ситуации помните: страх и паника - плохие помощники!*

.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-100-12**

**Взрывобезопасность**

Если услышали взрывной шум на улице, не подходите к окну, зашторьте его с помощью палки или швабры, включите основное освещение, выйдите в комнату, где не слышно взрывов;

Не стойте у окна, даже если оно закрыто занавеской;

Не поднимайтесь выше уровня подоконника;

Если вы на момент взрыва находитесь на улице возле подъезда, немедленно бегите домой и не возвращайтесь за игрушками;

Если вас заставляют выйти из квартиры, говоря, что вы взяты в залож­ники, не сопротивляйтесь, возьмите необходимые вещи и подчинитесь;

Найдите в квартире безопасный угол и постарайтесь забаррикадиро­ваться от случайных осколков, обломков;

Не проявляйте не нужного героизма;

Если вы услышали громкий звук похожий на взрыв, входя в подъезд, выйдите на улицу и «погуляйте» там минут десять.

Если взрыв застал вас на улице, лягте на землю и постарайтесь отполз­ти за укрытие (угол дома, клумба, остановка), если такого поблизости нет, закройте голову руками и лежите смирно. Когда все утихнет, вы сможете подняться и, изменив маршрут, добраться до места назначения.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-104-12**

**Общие правила поведения для учащихся**

1.1. Учащийся приходит в школу за 10-15 минут до начала занятий, чис­тый и опрятный. При входе в школу соблюдает правила вежливости, сни­мает в гардеробе верхнюю одежду, меняет обувь и следует к месту прове­дения урока.

1.2. Запрещается приносить в школу и на её территорию с любой целью и использовать любым способом оружие, взрывчатые, взрыво- или огне­опасные предметы и вещества; спиртные напитки, наркотики, другие одур­манивающие вещества и яды, газовые баллончики.

1.3. Нельзя без разрешения педагогов уходить из школы и с её террито­рии в урочное время. В случае пропуска учебных занятий учащийся должен предъявить классному руководителю справку от врача или записку от роди­телей (лиц, их заменяющих) о причине отсутствия на занятиях. Пропускать занятия без уважительных причин запрещается.

1.4. Учащийся школы приносит необходимые учебные принадлежности, книги, тетради, дневник. Является в школу с подготовленными домашними заданиями по предметам согласно расписанию уроков.

1.5. Учащийся школы проявляет уважение к старшим, заботится о младших. Учащиеся и педагоги обращаются друг к другу уважительно. Школьники уступают дорогу взрослым, старшие школьники - младшим, мальчики - девочкам.

1.6. Вне школы учащееся ведут себя везде и всюду так, чтобы не уро­нить свою честь и достоинство, не запятнать доброе имя школы.

1.7. Учащиеся берегут имущество школы, оказывают посильную помощь в его ремонте, аккуратно относятся как к своему, так и к чужому имуществу.

**2. Поведение на занятиях.**

2.1. При входе педагога в класс, учащиеся встают в знак приветствия, садятся после того, как педагог ответит на приветствие и разрешит сесть. Подобным образом учащиеся приветствуют любого взрослого, вошедшего в класс во время занятий.

2.2. Каждый учитель определяет специфические правила при проведе­нии занятий по своему предмету, которые не должны противоречить зако­нам России, нормативным документам и правилам школы. Эти правила обязательны для исполнения всеми учащимися, обучающимся у данного учителя.

2.3. Во время урока нельзя шуметь, отвлекаться самому и отвлекать других посторонними разговорами, играми и другими, не относящимися к уроку, делами. Урочное время должно использоваться учащимися только для учебных целей. По первому требованию учителя (классного руководи­теля) должен предъявляться дневник. Любые записи в дневниках учащими­ся должны выполняться аккуратно. После каждой учебной недели родители ученика ставят свою подпись в дневнике.

2.4. Если во время занятий учащемуся необходимо выйти из класса, то он должен поднять руку и попросить разрешения педагога.

2.5. Если учащийся хочет задать вопрос учителю или ответить на во­прос учителя, он поднимает руку. Звонок (сигнал) об окончании урока даёт­ся для учителя. Только когда учитель объявит об окончании занятия, уча­щиеся вправе покинуть класс. При выходе учителя или другого взрослого из класса учащиеся встают.

**3. Поведение до начала, в перерывах и после окончания занятий**

3.1. До начала урока:

прибыть к кабинету до первого звонка;

после первого звонка с разрешения учителя войти в класс и подгото­виться к уроку.

3.2. Во время перерывов (перемен) учащиеся обязаны:

навести чистоту и порядок на своём рабочем месте; выйти из класса; при движении по коридорам, лестницам, проходам придерживаться правой стороны; подчиняться требованиям работников школы, дежурным учащим­ся; помочь подготовить класс по просьбе педагога к следующему уроку; в случае опоздания на урок постучаться в дверь кабинета, зайти, поздоро­ваться с учителем, извиниться за опоздание и попросить разрешения сесть на место.

3.3. Во время перерывов (перемен) учащимся запрещается:

бегать по лестницам, вблизи оконных проёмов и в других местах, не приспособленных для игр; толкать друг друга, бросаться предметами и применять физическую силу для решения любого рода проблем; употреб­лять непристойные выражения и жесты в адрес любых лиц, шуметь, ме­шать отдыхать другим; курить в здании и на территории школы.

3.4. После окончания занятий:

получить одежду из гардероба, аккуратно одеться и покинуть школу, со­блюдая правила вежливости.

3.5. Дежурный по классу:

находится в классе во время перемены; обеспечивает порядок в классе, проветривает помещение; помогает педагогу подготовить класс к следую­щему уроку; следит и поддерживает соответствующие санитарные условия.

3.6. Учащиеся, находясь в столовой:

подчиняются требованиям педагогов и работников столовой; соблюдают очередь при покупке пищи; проявляют внимание и осторожность при полу­чении и употреблении горячих и жидких блюд; употребляют еду и напитки, приобретённые в столовой и принесённые с собой, только в столовой; уби­рают за собой столовые принадлежности и посуду после принятия пищи.

**4. Заключительные положения**

4.1. Учащиеся не имеют права пропускать занятия без уважительных причин.

4.2. Учащиеся не имеют права во время нахождения на территории школы и при проведении школьных мероприятий совершать действия, опасные для собственных жизни и здоровья, а также окружающих.

4.3. Учащиеся не имеют права находиться в здании школы после окон­чания учебных занятий или внеурочных мероприятий без разрешения ра­ботников школы.

4.4. Настоящие Правила распространяются на территории школы и на все мероприятия, проводимые школой.

4.5. За нарушение настоящих Правил и Устава школы учащиеся привле­каются к ответственности по правилам наложения взысканий.

4.6. Настоящие Правила вывешиваются в школе на видном месте для всеобщего ознакомления.

**ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ НОРМЫ ПОВЕДЕНИЯ**

**На территории школы и в школьном здании учащимся следует:**

- Здороваться со всеми взрослыми, знакомыми и незнакомыми, педаго­гами, работниками, посетителями школы, родителями, а также со всеми детьми, которых встречаешь в этот день в первый раз. Таким же образом следует прощаться, уходя из школы.

- Максимально точно выполнять распорядок дня, не опаздывать на уро­ки, обед, факультативные занятия. Опоздание на урок является грубым на­рушением школьной дисциплины.

- Ученик, испытывающий трудности в освоении того или иного предме­та, должен посещать соответствующие консультации по приглашению учи­теля или по собственной инициативе.

- К педагогам и всем взрослым, находящимся в школе, необходимо об­ращаться на «вы», по имени и отчеству. Не следует перебивать, вмеши­ваться в разговор взрослых, за исключением экстренных ситуаций, когда следует предварительно извиниться, а затем кратко изложить суть дела.

- Все устные или письменные сообщения педагогов родителям необхо­димо передавать в тот же день.

-Каждый должен строго выполнять правила техники безопасности и предписания школьного врача.

- В случае недомогания или травмы, необходимо немедленно сообщить об этом школьному врачу или любому работнику школы.

- Каждый должен следить за чистотой в школе и в своем классе, выти­рать ноги при входе в школу. В помещении школы разрешается находиться только в сменной обуви.

- В личном шкафчике, парте и портфеле должен поддерживаться по­стоянный порядок.

- К началу урока каждый ученик должен иметь на парте все необходи­мое для того, чтобы сразу же включиться в учебный процесс.

- В начале урока следует встать и поздороваться с учителем.

- Если в класс входит взрослый человек, необходимо встать и привет­ствовать его.

- В конце урока необходимо встать и попрощаться с учителем.

- Перед посещением столовой необходимо вымыть руки с мылом. -Во время еды надо правильно пользоваться столовыми приборами,

следовать этикету.

- После еды необходимо убрать за собой посуду и вытереть стол.

- Выходя из туалета, следует вымыть руки, высушить их, привести в по­рядок прическу и одежду.

**На территории школы и в школьном здании учащимся:**

-Запрещается самовольно отлучаться из школы в течение учебного дня по любой причине и под любым предлогом. Ученик может выйти за пределы школьной территории только с разрешения классного наставника или администрации школы.

- Запрещается покидать школу в течение учебного дня, не поставив об этом в известность классного наставника или педагога продленной группы.

- Запрещается заниматься в тренажерном зале в отсутствие учителя. -Запрещается находиться в физкультурном зале в отсутствии взрос­лых.

- Запрещается разговаривать с педагогом или любым взрослым, нахо­дящимся в школе, неуважительно, держать руки в карманах, удаляться, не окончив разговора.

- На перемене запрещается бегать или кататься на роликах по школь­ным коридорам, кричать, толкаться, предпринимать любые действия, кото­рые могут привести к травме других людей или самого ученика.

- Запрещается приносить в школу оружие и любые острые предметы, за исключением тех, которые требуются для факультативных занятий во вто­рой половине дня. Последние должны находиться в портфеле и извлекать­ся только для работы.

- Запрещается разбрасывать бумажки, писать на партах, стенах, и по­доконниках, оставлять на стенах и полах следы от обуви.

- Запрещается без разрешения владельца интересоваться содержимым личного шкафчика, парты, портфеля и карманов одежды других детей. Это же касается вещей, находящихся на столе и в столе учителя, а также в учи­тельской, кабинете администрации, библиотеке, физкультурном зале, ла­борантской, кухне, столовой.

- Запрещается приходить на урок без выполненного домашнего зада­ния, за исключением тех случаев, когда это выполнение было затруднено по уважительным причинам.

- На уроке нельзя заниматься тем, что не связано с учебным процессом.

- Во время урока запрещается шуметь, громко разговаривать, ходить по классу без разрешения учителя, а также мешать другим ученикам и учите­лю любым другим способом.

- Нельзя покидать класс без разрешения учителя.

-Туалет является местом личной гигиены; запрещается находиться в туалете с другими целями, за исключением случаев, когда требуется на­брать воды для учебных или студийных занятий.

**Наставления и советы**

- Знай, что основные положения данного Правила поведения написаны вовсе не для того, чтобы затруднить тебе жизнь или лишить тебя удоволь­ствия пребывания в школе. И придуманы они вовсе не нашими педагогами и не специально для нашей школы. Их содержание - это опыт всего пред­шествующего существования людей. Это выводы, сделанные людьми, ис­ходя из этого опыта. Ни за что другое люди не заплатили так дорого, как за пренебрежение этим опытом. Было бы поэтому очень неумно и опрометчи­во с твоей стороны отнестись к ним пренебрежительно. Постарайся понять и принять их. Выполняй их не из боязни осуждения или наказания, но по внутреннему желанию и убеждению, даже тогда, когда тебя никто не видит и не может осудить. Этим ты не только облегчишь себе жизнь и завоюешь симпатии, дружбу и уважение со стороны других людей, но поднимешься в собственных глазах, обретешь внутреннее равновесие, спокойствие и уве­ренность, очень необходимые в жизни.

- Помни, что не только ты, но и все люди имеют желания, потребности и интересы. Старайся в любых ситуациях мысленно поставить себя на место человека, с которым общаешься, и представить, как бы ты хотел, чтобы от­неслись к тебе. Уже в древности люди очень разных, не связанных друг с другом, культур пришли к одному и тому же выводу: не делай другому того, чего не хочешь, чтобы делали тебе.

- Заботься о своей репутации уже сейчас. Нет ничего, на что ее имело бы смысл променять. Время летит быстро, и твои одноклассники, которые сегодня видят и оценивают каждый твой шаг, в будущем могут стать твоей опорой в жизни и работе. Помни, что нет ничего надежнее доверия, осно­ванного на долголетней школьной дружбе. Не жертвуй этим ради сиюми­нутных прихотей.

-Удовольствия и развлечения не могут быть главными целями жизни. Люди, которые живут ради этого, никогда не достигают ничего серьезного. Развлекайся только для того, чтобы отдохнуть от своих основных занятий.

- Гордись своими родителями, но помни, что их достижения не являют­ся твоими достижениями. Не ссылайся на их общественное и материальное положение для того, чтобы самому подняться в глазах окружающих. Собст­венный авторитет зарабатывается только собственным трудом.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-105-12**

**Правила поведения в метро**

Прежде всего, по возможности - избегать дальних поездок. Найдите ме­сто учебы поближе к дому, не далее 5-6 остановок с минимумом переса­док. Если на вашей линии есть открытые участки, где поезд идет поверху, то считайте - вам повезло. На таких ветках метро вредных факторов значи­тельно меньше.

Остальным же лучше часть пути проезжать на менее вредном наземном транспорте или идти пешком. Если вы каждый день пересекаете город из конца в конец под землей, то хотя бы воздерживайтесь от поездок в выход­ные дни. Проводите их на природе, желательно без алкогольных возлияний и хаотической, не очень здоровой еды.

Из всех видов отдыха выбирайте активные, но не домашний велотренажер, а велосипед, волейбол, лыжи. Чем больше времени вы проводите в метро, тем регулярнее и длительнее должны быть ваши занятия на свежем воздухе. Старайтесь садиться в середину состава. Там меньше вибраций и раскачивания.

Полезно во время движения выполнять несложную дыхательную гимна­стику или простейший комплекс аутогенной тренировки. Если при спуске в подземку возникает волнение, чувство тревоги, можно принять валериану, пустырник, пассифлору. Можно поддержать организм и приемом адаптогенов и витаминов.

Но помните о главном - чем лучше вы будете закалены и тренированы, тем выше будет ваша устойчивость к любым факторам риска, включая и транспорт.

А вот использование метро в качестве средства борьбы со стрессом аб­солютно неоправданно. Хотя некоторые женщины любят лечить поездками свое тоскливое и подавленное настроение. Под землей любоваться нечем. С точки зрения антидепрессивного мероприятия замкнутое пространство неполезно.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-106-12**

**Правила поведения в лифте**

Если у вас есть недоброжелатели, то лучше ходите по лестницам.

Если вы застряли в лифте, не пытайтесь из него вылезти самостоятель­но (лучше дождаться лифтера).

Если трос оборвался, - не кричите (все равно не поможет).

Не пытайтесь догнать уходящий лифт, практичнее дождаться следую­щего.

Если вы или ваш друг страдаете клаустрофобией, то не стоит ездить в лифте, в противном случае - обязательно застрянете.

Если перед закрывающейся дверью возникнет какой-нибудь непонятный тип и попытается остановить лифт, то не помогайте ему, лучше ехать своей дорогой и не обращать внимания (да, да пускай подумают, что вы хам.)

Если вы выбрались из застрявшего лифта, то не пытайтесь вернуться за забытыми там вещами (сумочкой, спичками, шляпой, мобильным телефо­ном - поверьте, дешевле будет купить новые).

Если вы убегаете, не забывайте, что на каждом этаже есть индикаторы движения по этажам, на лифте.

Если вы преследуете человека, который пытается убежать на лифте, и тем более у него есть огнестрельное оружие, лучше не стойте напротив лифта «руки в боки», спрячьтесь по правую или левую сторону от лифта.

Если в лифте вдруг погас свет, и на вас сверху начала капать какая-то липкая жидкость, не пытайтесь определить на вкус что это, лучше сразу от­скочите в сторону и закройте голову руками (представляю, что подумают люди, когда вас увидят в таком виде, но лучше показаться сумасшедшим, чем им оказаться.)

Не стройте глазки девушкам в лифте, лучше это сделать после того как вы выйдите.

Прежде чем зайти в лифт с незнакомцем, присмотритесь, к нему повнимательней.

А вообще дельный вам совет, ходите пешком, полезней для здоровья и жизни, а у лифтов неприятные свойства... обрываться в самый не подхо­дящий момент, в такой ситуации обстоятельства по сценарию всегда про­тив вас.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-107-12**

**Правила поведения в лесу**

**Основные правила:**

1. Умей вести себя в лесу, на прогулке, за городом: не кричи, не пугай диких животных. Они любят добрых детей.

2. Не рви цветы, за тобой пройдут сотни людей, и им тоже будет приятно видеть цветы.

3. Не ломай зря деревьев, не делай на них вырезки - от этого они со­хнут и погибают.

4. Не лови ради забавы бабочек, стрекоз и других животных.

5. Не сори в лесу. Убирай за собой мусор и стеклянную посуду. Пожар в лесу может возникнуть от брошенной стекляшки.

6. Нельзя разорять муравейники, так как муравьи - санитары леса.

7. Запрещается разорять гнезда птиц и бросать в них камни.

**Как разводить костер:**

• Дети не должны разводить костер без старших.

• Костер нужен для того, чтобы приготовить еду или обогреться. Нель­зя разводить костер без надобности!

• Нужно тщательно выбирать место для костра. Вблизи не должно быть ничего, что может загореться.

• Лучше разводить костер на старом кострище. Если же его нет, надо лопатой снять дерн (верхний слой почвы вместе с растениями) и разводить костер в образовавшейся ямке.

• Уходя, надо обязательно погасить костер: залить водой или засы­пать песком. А дерн положить на место.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-108-12**

**Обязанности и права участников похода**

**1.** **Участник похода обязан:**

активно участвовать в подготовке, проведении похода, экскурсии и со­ставлении отчета;

строжайше соблюдать дисциплину, а также выполнять возложенные на него поручения;

своевременно и качественно выполнять указания руководителя и его заместителя (помощника);

знать и неукоснительно соблюдать правила пожарной безопасности, правила безопасности на воде, обращения с взрывоопасными и легковос­пламеняющимися предметами, уметь оказывать первую доврачебную по­мощь; бережно относиться к природе, памятникам истории и культуры; своевременно информировать руководителя и его заместителя (помощни­ка) об ухудшении состояния здоровья или травмировании.

**2.** **Участник похода имеет право с разрешения администрации уч­реждения:**

- пользоваться туристским снаряжением и спортивными сооружениями учреждения, проводящего путешествие;

- участвовать в выборе и разработке маршрута.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-109-12**

**Правила безопасности для учащихся в столовой**

**Общие требования безопасности**

1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех учащихся во время приёма пищи.

2. Спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, входить и выходить из помещения.

3. Не вносить в столовую сумки и портфели.

4. Не входить в пищеблок (на кухню).

5. Бережно относиться к мебели и посуде.

6. Не включать и не выключать электроосвещение.

7. Не открывать самостоятельно форточки, окна.

8. Травмоопасность в обеденном зале:

- при включении и выключении электроосвещения (поражение электро­током);

- при переноске посуды с горячей пищей, чаем и т.п. (термические ожоги);

- порезы в случае разбившейся стеклянной, фаянсовой посуды.

**Требования безопасности перед приёмом пищи**

1. Вымыть с мылом руки перед обедом.

2. Входить в обеденный зал, соблюдая дисциплину и график приёма пищи.

3. При получении обеда соблюдать порядок, пропустить младших.

4. Занять своё место за обеденным столом.

**Требования безопасности во время приёма пищи**

1. Соблюдать правила культуры поведения за обеденным столом.

2. Не мешать приёму пищи товарищей.

3. Не разговаривать во время обеда, не толкать соседей.

4. Осторожно, не торопясь, принимать горячую пищу.

5. Пустую посуду складывать возле себя слева, не допуская её падения.

**Требования безопасности в аварийных ситуациях**

1. В случае возникновения аварийных ситуаций (пожара, резкого посто­роннего запаха), покинуть столовую по указанию дежурного учителя, повара или воспитателя.

2. При травматизме сообщить дежурному учителю, воспитателю для оказания помощи.

3. В случае резкого ухудшения самочувствия, сообщить об этом дежур­ному учителю или воспитателю.

**Требования безопасности по окончании приёма пищи**

1. Убрать своё место за обеденным столом (посуду сдать в мойку, от­дельно тарелки, отдельно стаканы и ложки).

2. Вымыть тщательно с мылом руки.

3. Выходить из столовой спокойно, не толкаясь, соблюдая дисциплину и порядок.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-110-12**

**Правила поведения за границей**

**Общие рекомендации**

Перед отъездом за рубеж следует проверить, все ли необходимые до­кументы подготовлены надлежащим образом.

1. Паспорт. Тщательно сверьте правильность записи всех основных сведений (Ф.И.О., дата рождения, пол, срок действия паспорта), особенно, если паспорт новый. По законодательству целого ряда стран - срок дейст­вия паспорта должен заканчиваться не ранее чем через шесть месяце после въезда в страну. Если в общегражданский заграничный паспорт (ОЗП) вписаны дети, необходимо проверить верность указанных о них све­дений и наличие фотографий для детей старше 6 лет. Паспорт не должен иметь повреждений, пятен и посторонних записей. Находясь за границей, паспорт держите при себе, не отдавайте его никому на хранение или в ка­честве залога.

2. Наличие виз в страны, с которыми установлен визовой порядок въез­да. Следует иметь в виду, что по «шенгенской визе» вам необходимо сна­чала въехать в страну, которая оформила визу, и только после этого можно передвигаться по «шенгенскому пространству». В ряде государств (напри­мер, в Турции) визы для владельцев общегражданских заграничных пас­портов оформляются непосредственно в аэропортах.

3. Если поездка в страну назначения осуществляется транзитом через территорию других государств, вам следует заранее проконсультироваться в турагентстве или консульских учреждениях государств, которые вы наме­реваетесь посетить проездом, относительно необходимости оформления транзитных виз, а также сроков действия таких виз с учетом даты возвра­щения.

4. Проездные документы на все виды транспорта должны быть выписа­ны на ту же фамилию, которая указана в паспорте. Проверьте, чтобы ваш маршрут следования и даты въезда-выезда полностью соответствовали тому, что записано в билетах.

5. Не забудьте взять с собой в поездку оригиналы туристических вауче­ров, официальных приглашений.

6. Особое внимание уделите оформлению медицинской страховки. Вы­бирайте проверенные агентства, четко выяснив при получении страхового полиса, какие медуслуги вам по страховке обязаны предоставить в стране пребывания, и как они оплачиваются. Небрежное отношение к оформлению медицинской страховки может обернуться крупными расходами в случае болезни, несчастного случая или транспортировки умерших.

Рекомендуется сделать ксерокопию билетов, страниц паспорта (как за­граничного, так и внутреннего) с биографическими данными, визами, штам­пом о регистрационном учете, водительского удостоверения (если имеет­ся), кредитных карт, турваучера, приглашений. Обязательно возьмите с со­бой запасные паспортные фото, в том числе на детей. Они пригодятся в случае утери ОЗП, а также в иных ситуациях, которые могут возникнуть в стране пребывания. Хранить копии следует отдельно от оригиналов.

При заключении договора с турфирмой, рекомендуем выяснить у ее со­трудников все нюансы пребывания в иностранном государстве. Запишите телефоны и адрес представительства турагентства в стране назначения. Оно обязано оказывать вам содействие во время отдыха, особенно в том, что касается вопросов размещения, условий пребывания, уровня услуг и питания. В функции консульской службы данные вопросы не входят.

Советуем, по возможности, изучить информацию о государстве пребы­вания: политическую обстановку, климатические условия, законы и обычаи, особенности поведения в общественных и иных местах. Эти сведения мож­но почерпнуть в Интернете. Если вы собрались в страны Южной, Юго-Восточной Азии или Африки, от вас потребуется строгое соблюдение дисциплины, норм адекватного общественного поведения и правил гигиены.

Следует иметь в виду, что во многих мусульманских странах нормы по­ведения определяются законами шариата, которые строго регламентируют взаимоотношения мужчин и женщин, запрещают употребление алкоголя и т.п. Если вы оказались в мусульманской стране во время Рамазана (ме­сяц поста), воздерживайтесь от приема пищи и курения в светлое время суток в общественных местах.

В целях недопущения возникновения нежелательных инцидентов рос­сийским гражданам рекомендуется:

- проявлять дружелюбие к местному населению, считаться с образом

его жизни;

- быть терпеливым, не грубить, не повышать голоса, не унижать досто­инства местного населения;

-уважать местные обычаи и традиции, не проявлять высокомерия и пренебрежения к местной культуре, а также не допускать оскорбительных высказываний по отношению к руководителям страны пребывания;

- не появляться в общественных местах или на улице в нетрезвом виде, равно как употреблять алкогольные напитки в местах, не отведенных для

этих целей.

Российским гражданам, прибывающим за рубеж на срок более трех ме­сяцев, в некоторых странах необходимо зарегистрироваться в бюро регист­рации иностранцев (например, в Индии).

При планировании путешествия следует иметь в виду, что в ряде стран существуют районы, въезд в которые для иностранцев ограничен или за­прещен. Поэтому не лишним будет детально обсудить с туристической фирмой предполагаемые места посещения.

Чтобы сохранить в памяти только приятные воспоминания после поезд­ки в экзотические страны, следует самым серьезным образом позаботиться о своем здоровье. В условиях жаркого климата и наличия опасных инфек­ционных заболеваний (гепатит, холера, оспа, малярия, чума, брюшной тиф и др.) в ряде азиатских, африканских и латиноамериканских стран необхо­димо соблюдать санитарно-гигиенические меры предосторожности. На­стоятельно рекомендуется мыть фрукты и овощи мылом-антисептиком, употреблять воду, молоко и сок из фабрично закупоренных бутылок.

В целях профилактики следует воздержаться от употребления в обще­ственных местах:

- некипяченой воды и свежевыжатых соков;

- свежих овощных и фруктовых салатов (даже в пятизвездочных гости­ницах);

- фруктов, неочищенных перед употреблением;

- мороженого;

- кондитерских изделий с фруктовой начинкой;

- пищевого льда.

Желательно чистить зубы, также используя воду из фабрично закупо­ренных бутылок.

В зависимости от посещаемой страны подбирайте также соответствую­щую одежду для поездки. Если это мусульманская страна, придется взять с собой «строгий» гардероб. Скажем, в Иране, женщины должны появляться во всех общественных местах в платке. Во многих мусульманских странах женщинам в открытых одеждах появляться запрещается. Строгие туалеты в таких странах позволят вам избежать повышенного внимания местного населения и конфликтов.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-111-12**

**Правила безопасности при работе с ПК**

**Общие требования безопасности**

1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех учащихся, ра­ботающих с ПК.

2. Бережно относиться к компьютерной технике.

3. Быть дисциплинированными и внимательными при работе.

4. Не двигать аппаратуру без разрешения взрослых.

5. Травмоопасность в комнате, где установлен ПК:

- при включении аппаратуры в электросеть;

- электромагнитное излучение.

6. Освещённость экрана дисплея должна иметь уровень 200-500 лк.

7. В комнате должны быть шторы светлых тонов.

**Требования безопасности перед началом работы**

1. Не включать аппаратуру без указания разрешения взрослых.

2. При слабом зрении одеть очки.

**Требования безопасности во время работы**

1. При работе на ПК соблюдать правильную посадку: сидеть прямо, не сутулясь, опираясь областью лопаток на спинку стула, с небольшим на­клоном головы вперёд; предплечья должны опираться на поверхность сто­ла; уровень глаз должен приходиться на центр экрана.

2. Соблюдать расстояние от глаз до экрана (50-70 см)

3. Соблюдать длительность работы на ПЭВМ (в течение урока не более 20-25 минут).

4. Делать гимнастику для глаз через каждые 15 минут работы с дисплеем.

5. Не рассматривать информацию на экране видеотерминала ближе 50 см.

6. На экран не должны попадать прямые солнечные лучи.

7. Не работать во влажной одежде и влажными руками.

8. Не регулировать самостоятельно освещённость экрана дисплея.

**Требования безопасности в аварийных ситуациях**

1. При появлении запаха гари немедленно прекратить работу, выклю­чить аппаратуру и сообщить взрослому

2. Не пытайтесь самостоятельно устранить неисправность, сообщите о ней взрослому.

3. В случае пожара, без паники, организованно покиньте комнату.

4. В случае травматизма обратитесь за помощью к учителю.

**Требования безопасности по окончании работы**

1. По окончании работы отключите аппаратуру от электропитания.

2. Приведете в порядок рабочее место.

3.0 всех недостатках, обнаруженных во время работы, сообщить взрослому.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-112-12**

**Правила безопасности при проведении учебных сборов**

**и военно-спортивных игр**

1. При проведении учебных сборов и военно-спортивных игр могут при­меняться различные имитационные средства (взрывпакеты, дымовые шаш­ки, сигнальные патроны, очаги пожаров, учебные гранаты и др.).

Использование имитационных средств на занятиях разрешается только преподавателю, осуществляющему подготовку по основам военной служ­бы, и военнослужащим, привлекаемым к занятиям.

При этом соблюдаются установленные меры безопасности.

Во время проведения военно-спортивных игр, кроме того, может ис­пользоваться различная военная техника, стрельба холостыми патронами и снарядами; для этого привлекаются специально подготовленные военно­служащие.

2. Преподаватели, осуществляющие подготовку по основам военной службы, отвечают за соблюдение обучаемыми установленных правил и по­рядка, за организованную посадку на средства передвижения (бронетранс­портеры, автомашины, плавсредства и др.) во время следования колонны на рубеж развертывания, передвижения на тактическом поле в составе подразделений и четкое выполнение ими подаваемых команд.

3. Стрельба холостыми патронами разрешается только военнослужа­щим из боевого оружия.

4. Запрещается использовать боевые патроны на тактических занятиях, а также производить стрельбу всякого рода патронами из учебного и само­дельного оружия.

5. Метание учебных гранат (болванок) на тактических и других занятиях разрешается на расстоянии не менее 70-100 м до места (рубежа), где рас­полагаются участники занятий.

6. Разжигание костров в поле (лесу) на всех занятиях и играх произво­дится только с разрешения руководителя занятия (игры).

7. При выборе места проведения занятий (игры), прежде всего, учиты­ваются условия, позволяющие обеспечить их успешное и безопасное про­ведение.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-113-12**

**Пожар в квартире**

• Сообщите в пожарную охрану

• Выведите на улицу детей и престарелых.

• Попробуйте водой (из водопровода, от внутренних пожарных кра­нов), стиральным порошком, плотной тканью и т.п. потушить пожар.

• Отключите электроавтоматы (на щитке на лестничной площадке).

• Закройте окна и форточки. При сильном задымлении немедленно покиньте квартиру, прикрыв за собой дверь.

• При выходе из квартиры защитите глаза и органы дыхания от дыма респиратором, ватно-марлевой повязкой, смоченными водой куском ткани или полотенцем.

• Двигайтесь пригнувшись или ползком (внизу меньше дыма).

• Накройте голову и тело мокрой тканью.

• При невозможности выбежать по лестничным маршам, используйте балконную лестницу; если ее нет, выйдите на балкон, закрыв плотно за со­бой дверь, и кричите: «Пожар!».

• По возможности укажите пожарным место пожара.

**Горит подвал**

• Звоните в пожарную охрану.

• Ни в коем случае не пытайтесь сами проникнуть в подвал, это может закончиться для вас трагично.

**Рекомендуем**

• Заблаговременно застрахуйте себя и свое имущество на случай по­жара.

• Храните документы и деньги в месте, известном всем членам семьи, на случай внезапной эвакуации при пожаре.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-114-12**

**Мой безопасный путь в школу**

Многократное наблюдение ситуаций и тренировка движения помогут привить детям необходимые навыки безопасного поведения на улице. Весьма удобно для этих целей использовать путь в школу и обратно.

**Общие рекомендации**

Выходить из дома следует заблаговременно - так, чтобы остался ре­зерв времени. Ребенок должен привыкнуть ходить по дороге не спеша.

Увидев автобус на остановке на противоположной стороне улицы, не спешите, не бегите к нему через дорогу. Объясните ребенку, что это опасно. Можно попасть под колеса движущегося автомобиля.

Покажите ребенку, где переход. Следите за тем, как переходите проез­жую часть: не наискосок, а строго перпендикулярно. Ребенок должен осоз­нать, что это делается для лучшего наблюдения за дорогой.

Выходя на проезжую часть дороги, прекращайте посторонние разговоры с ребенком. Он должен привыкнуть, что при переходе дороги надо сосредо­точить внимание на наблюдении за дорожной ситуацией.

Там, где есть светофор, переходите улицу строго по зеленому сигналу.

Переходите улицу только по пешеходным переходам, а у перекрестка -по линии тротуаров.

**Выход из подъезда дома**

Если у подъезда дома возможно движение транспорта, сразу обратите внимание ребенка и посмотрите вместе - нет ли машин.

Если у подъезда стоит машина или растет дерево, закрывающие обзор, приостановитесь и «выгляните» - нет ли за препятствием скрытой опасно­сти.

**Движение по тротуару**

Периодически обращайте внимание ребенка на появляющиеся вдали и проезжающие мимо автомобили, особенно на те из них, которые едут с большой скоростью. Научите ребенка замечать транспорт издали, прово­жать его глазами и оценивать скорость.

Остановитесь у стоящего транспорта и обратите внимание ребенка на то, как он закрывает обзор улицы. Можно подумать, что опасности нет, и выйти на проезжую часть дороги, а в это время из-за стоящего автомобиля выедет другая машина.

Такое наблюдение во время прогулки полезно проделать с различными предметами, закрывающими обзор улицы - кустами, деревьями, заборами

и др.

В результате такого наблюдения у детей вырабатывается важнейший для безопасности на улице рефлекс предвидения скрытой опасности.

**Переход через проезжую часть, где нет светофора**

Во время прогулок и по дороге в детский сад, школу и обратно приучай­те ребенка останавливаться, приблизившись к проезжей части дороги. Ос­тановка позволит ему переключиться и оценить ситуацию. Это главное пра­вило пешехода.

На перекрестке научите детей замечать транспорт, готовящийся к пово­роту направо (прежде всего) и налево. Как правило, транспорт, поворачи­вающий направо, занимает крайнее правое положение и включает правый указатель поворота, а поворачивающий налево - крайнее левое положение и включает левый указатель поворота.

Наблюдая за проезжающим через переход крупным транспортом, об­ращайте внимание ребенка на то, что пока этот автомобиль не отъехал да­леко, он может скрывать другой, который едет за ним. Поэтому лучше по­дождать, пока крупный автомобиль отъедет подальше.

**Посадка в автобус, поездка и выход из него.**

Подходите к двери только при полной остановке автобуса. Приучите ребенка держаться в автобусе за поручни и уступать место пожилым людям.

К выходу надо готовиться заранее. Объясните ребенку, как водитель с помощью зеркала видит пассажиров на остановке и в салоне автобуса. Научите, что иногда, если народу очень много, водитель может не заметить пассажира и пешехода.

Выходите из автобуса, взяв ребенка на руки или впереди него. Если ре­бенок будет выходить первым, он может выбежать на проезжую часть доро­ги. Или он может упасть, потому что ступеньки в автобусе довольно высокие.

Особенно полезно показывать с тротуара ребенку моменты выезда по­путного или встречного транспорта. При этом у ребенка развивается услов­ный рефлекс предвидения скрытой опасности.

Выйдя из автобуса, на другую сторону улицы переходите только по пе­шеходному переходу.

**Запоминание дороги в школу и домой**

Во время движения по улице показывайте ребенку дорожные знаки, объясняйте их название и назначение. Покажите все виды пешеходных переходов. Обратите внимание на сигналы светофора, объясните значение каждого из них. Покажите наличие магазинов, аптек, остановок маршрутно­го транспорта, названия улиц.

Нарисуйте вместе с ребенком маршрут движения в школу. Покажите на этом маршруте самые опасные участки. Прорисуйте наиболее безопасный путь по этому маршруту. Затем несколько раз пройдите по нарисованному маршруту, как на схеме, так и на улице.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-115-12**

**Правила оказания первой доврачебной помощи при травмах**

**1.** **Ушибы, растяжения**

При ударе о твердый предмет или при падении может произойти повре­ждение мягких тканей, растяжение связок. Проявляется это в виде припух­лости в месте ушиба, синяка.

Для оказания первой помощи необходимо создать покой поврежденно­му участку и положить на него 3-4 раза холод (каждый раз на 1 ч с переры­вами на 15 мин).

При ушибе носа, сопровождающемся кровотечением, нельзя разрешать сморкаться. Голову наклонить вперед, зажав крылья носа пальцами на 10-15 мин. При ушибе головы необходимо обеспечить покой пострадавшему. При транспортировке уложить на спину, подложив под голову подушку. Нельзя разрешать учащемуся при этой травме идти в больницу самостоя­тельно.

**2.** **Переломы, вывихи**

Диагноз перелома костей может поставить только врач. Основными при­знаками перелома является резкая боль, усиливающаяся при попытке дви­жения, постепенно нарастающая припухлость в месте повреждения, де­формация.

При вывихе происходит смещение сочленяющихся костей.

При подозрении на перелом, вывих, подвывих, растяжение связок нель­зя делать попыток к вправлению, тянуть за поврежденное место. Необхо­димо создать максимальный покой, неподвижность поврежденной части те­ла с помощью транспортной шины - твердого материала, обернутого в мяг­кую ткань. Шину необходимо прибинтовать так, чтобы она захватывала суставы ниже и выше места повреждения. При переломе костей голени две шины укладывают по наружной и внутренней поверхностям ноги от стопы до верхней трети бедра.

При переломе бедра одну шину располагают по наружной стороне от подмышечной впадины поврежденной стороны до стопы, а вторую - по внутренней стороне от паха до стопы. Шины туго прибинтовывают к ноге бинтом или полотенцами в 3-4 местах. Стопу фиксируют тугой повязкой.

При переломе руки, ключицы или вывихе костей в плечевом или локте­вом суставе руку прижимают к туловищу, закрепляют повязкой. Пострадав­ший должен быть доставлен в лечебное учреждение.

**3.** **Ранения**

При ранении происходит повреждение кожи, слизистых оболочек, а ино­гда и глубоколежащих тканей.

Оказывая первую помощь при ранении, необходимо остановить крово­течение, наложить стерильную повязку и доставить пострадавшего к врачу.

При кровотечении в виде капель или ровной непрерывной струи доста­точно прикрыть рану стерильной салфеткой, положив сверху комок ваты, и туго забинтовать, а затем приподнять конечность.

При кровотечении толчками или выходе струи под давлением кровото­чащий сосуд следует прижать к кости выше места ранения, а если это кро­вотечение на руке или ноге, то после этого максимально согнуть конечность в суставе и забинтовать его в таком положении. Затем накладывается жгут на 5-10 см выше раны. При наложении жгута следует подложить под него ткань. Жгут нельзя оставлять на конечности на срок более 1 ч 30 мин.

Нельзя промывать рану водой, трогать ее руками.

Рану смазывают йодом по краям и накрывают стерильным материалом.

**4.** **Солнечный и тепловой удар**

При солнечном и тепловом ударе пострадавший ощущает жажду, чувст­вует усталость, лицо краснеет, а затем покрывается бледностью, повыша­ется температура, наступают судороги, потеря сознания.

Для оказания первой помощи при солнечном или тепловом ударе необ­ходимо перенести пострадавшего в прохладное место, снять с него одежду, облить водой, положить холод на голову и грудь, обтереть тело холодной водой. Если отсутствует дыхание, следует начать делать его искусственно.

**5.** **Обморожение**

Признаки обморожения - онемение поврежденной части тела, побледнение, а затем посинение кожи и отечность. Боль вначале не ощущается, но при отогревании обмороженного участка появляется резкая боль.

При оказании помощи необходимо внести пострадавшего в теплое по­мещение; водкой или разведенным спиртом необходимо растереть побе­левшие места до появления чувствительности кожи, а затем наложить по­вязку с вазелином. Пострадавшего нужно напоить горячим чаем.

Если кожа в месте обморожения отекла и приняла красно-синюшный от­тенок, растирать ее нельзя. Необходимо потереть теми же растворами и наложить сухую стерильную повязку.

Признаками замерзания являются сонливость, ослабление памяти, ис­чезновение сознания, расстройство дыхания и сердечной деятельности. Замерзшего следует внести в теплое помещение, растереть и поместить в ванну с температурой воды 30-32 °С, а после погружения довести до 37-38 °С. Если пострадавший в сознании, следует дать ему горячую пищу и питье; если он не дышит, следует делать искусственное дыхание.

**6.Утопление**

После извлечения пострадавшего из воды необходимо быстро очистить ему полость рта и вытащить язык, чтобы он не западал в гортань. Став на правое колено, положить пострадавшего вниз лицом на левое бедро, упи­раясь им в нижнюю часть грудной клетки. В области нижних ребер надавить на спину, чтобы освободить от проглоченной воды. Затем положить по­страдавшего на спину, чтобы голова была запрокинута, на твердую поверх­ность и начать искусственное дыхание «изо рта в рот». Вместе с искусст­венным дыханием осуществляется согревание, путем растирания тела.

**7.** **Искусственное дыхание**

Пострадавшего укладывают на спину и запрокидывают ему голову, от­крытый рот накрывают носовым платком и вдувают воздух. Важно сохра­нить ритм вдоха; вдувают воздух в рот 18-20 раз в минуту. Если челюсти пострадавшего сомкнуты, то вдувают воздух через зубы или нос. При вду­вании через рот зажимают нос пострадавшего, а при вдувании через нос зажимают рот. Искусственное дыхание делают до момента восстановления собственного дыхания пострадавшего.

**8.** **Непрямой массаж сердца.**

Необходимо занять место сбоку от пострадавшего и, сложив кисти рук одна на другую, положить их на область грудины так, чтобы основание ла­дони приходилось на мечевидный отросток. Ритмически надавливая на грудину, массировать сердце, делая 50-60 толчков (детям младшего школьного возраста) или 60-70 (детям старшего школьного возраста).

Даже если сердечная деятельность возобновилась, массаж продолжать до прибытия «скорой помощи». Непрямой массаж сердца и искусственное дыхание проводятся синхронно - 2 вдувания воздуха в легкие чередуются с 15 толчками на грудину (если помощь оказывает один человек); 3-4 вдува­ния на 15 толчков (если это делают двое).

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-116-12**

**Охрана репродуктивного здоровья подростков**

Все живое на Земле существует много миллионов лет, но ведь живые существа не живут вечно. На Земле нет никого, кто мог бы жить миллионы лет. Почему же тогда жизнь вечна? Потому что все живое: человек, живот­ные и растения - способно размножаться. Органы, отвечающие за размно­жение, объединены в одну общую систему. Такая система существует и у человека. В подготовке к процессу деторождения участвуют все системы человеческого организма. Так будет длиться примерно 10 лет, которые можно разбить условно на несколько периодов или стадий развития…вам уже 10-11 лет. Незаметно для себя вы прошли первую стадию и вступили во вторую. У вас интенсивно растут кости в длину и в ширину, тело посте­пенно изменяется. У мальчиков этот период начинается в 12-13, у дево­чек - в 10-12 лет. Сначала удлиняются конечности - ноги и руки. Если в младших классах ваше тело было сложено пропорционально, то сейчас большинство из вас длинноруки и длинноноги. Особенно девочки, так как они вступают в такой период развития на 2 года раньше мальчиков. Но мальчикам не надо огорчаться: они опередят своих одноклассниц в росте, но позднее, в старших классах, когда в год будут вырастать на 8-10 см. Увеличение длины тела всегда сопровождается увеличением его массы, причем за год вы можете поправиться на 4-6 кг, но толстыми не выглядеть. Хотя мальчики и девочки растут одинаково быстро, их фигуры различаются уже в 12-13-летнем возрасте. У мальчиков, как правило, ширина плеч пре­вышает ширину таза - это особенность мужской фигуры. У девочек ширина таза несколько превышает ширину плеч, и процесс жирового отложения в их организме идет более интенсивно, особенно в области бедер. Фигура девочек обычно более округла, что усиливается с ростом молочных желез.

Органы размножения у человека тоже изменяются в процессе роста ор­ганизма: увеличивается их размер, они приобретают присущие им репро­дуктивные функции. У девочек это происходит примерно на 2 года раньше, чем у мальчиков.

Подростковый возраст связан с созреванием в вашем организме систе­мы, отвечающей за рождение новой жизни, за продолжение человеческого рода. В этот период у мальчиков просыпается интерес к девочкам, а у де­вочек - к мальчикам. Первая влюбленность - чувство новое, сложное. Трудно описать его словами, а переживания, связанные с влюбленностью, порой еще сложнее передать, объяснить. Почему? Наверно, потому, что личные отношения между людьми всегда вызывают повышенный интерес у окружающих. Еще и потому, что каждый из вас испытывает некоторую не­ловкость перед существом противоположного пола. Возможно, природа да­рит нам такое замечательное чувство, как влюбленность, интерес к другому полу, чтобы легче было учиться строить отношения с представителем про­тивоположного пола, потому что это основа нашей жизни, а любовь, пони­мание, уважение друг к другу - неотъемлемая ее часть. Об этом следует помнить и стремиться уважать чужие чувства, даже если они проявляются в неловкой форме. Мы все учимся, а без проб и ошибок не бывает опыта. Как ухаживать за своим телом в период физиологического созревания организма?

В это время усиливается не только рост костей и мышц, увеличиваются также сальные и потовые железы, располагающиеся в коже.

Сальные железы расположены по всей поверхности кожи человека. Вы­деления из сальных желез обеспечивают эластичность кожи. В период по­лового созревания активность сальных желез может быть чрезмерной -особенно на лице, груди, спине. При этом выводные протоки этих желез часто закупориваются, в них начинают размножаться микробы, вызывая воспаления, и, как следствие, появляются прыщи (угри). В подростковом возрасте почти все мальчики и девочки страдают от прыщей, одни - боль­ше, другие - меньше. При небольших высыпаниях достаточно использовать для умывания бактерицидное (убивающее бактерии) мыло и противоугревые лосьоны. Если же угрей много, то лучше проконсультироваться с вра­чом.

Потовые железы регулируют теплообмен между организмом человека и внешней средой. Один из видов потовых желез выделяет пахучие вещест­ва, определяющие индивидуальный запах человека. Находясь на поверх­ности кожи, бактерии разлагают эти пахучие вещества. Если часто не мыться, то продукты разложения скапливаются на коже и издают резкий, неприятный запах. Поэтому необходимо ежедневно принимать душ или ванну утром и вечером перед сном. Это должно войти в привычку.

Во время приема ванны или душа нужно помнить следующее:

• не рекомендуется мыться хозяйственным мылом - оно не столько очищает кожу, сколько вредит ей;

• не слишком сильно трите кожу при мытье, чрезмерно энергичное воздействие может ее повредить;

• не следует подолгу сидеть в ванне, когда вода уже остыла, - это верный способ простудиться и заболеть;

• нестрашно, если мыло попадет в глаза: это не принесет вреда. После ванны необязательно пользоваться лосьонами и дезодорантами,

поскольку чистое тело пахнет приятнее, чем любая парфюмерия.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-117-12**

**Терроризм**

**Правило первое**

Если вы все-таки оказались в руках террористов, помните, что не следу­ет предпринимать каких-либо действий, способных вызвать у террористов раздражение. Не оказывайте сопротивления, не реагируйте на действия террористов в отношении других заложников. Чтобы ни происходило, со­блюдайте спокойствие. Попытки вступать с террористами в дискуссии на морально-этические темы не рекомендуются. Не задавайте лишних вопро­сов, выполняйте их требования и старайтесь не показывать им своего стра­ха. Терпите лишения без жалоб, стонов и оскорблений.

**Правило второе**

Не следует пытаться каким-либо образом дать о себе знать на волю. В случае провала террористы расценят это как оказание сопротивления, и в лучшем случае - это приведет к ухудшению условий содержания. Старай­тесь выказать террористам полную лояльность в соблюдении режима со­держания - это, в свою очередь, может привести к его смягчению. Находясь в заложниках, следует понимать, что заключение может продолжаться до­вольно долго (история знает примеры, когда заложники находились в плену в течение многих лет), и поэтому ваша основная задача - сохранить жизнь и здоровье. Плохо, если вас захватили для политического шантажа. В таких случаях правительства большинства стран отказываются от переговоров, чтобы не давать повода для повторения подобных акций. Но если вас за­хватили с целью получить выкуп, вам повезло.

**Правило третье**

Не скупитесь на обещания. Но при этом учитывайте, что если вас захва­тили ради выкупа, то террористы неплохо осведомлены о ваших делах, по­этому не давайте нереальных обязательств. Рано или поздно может насту­пить момент, когда все, в том числе и жизнь, окажется ненужным и бес­смысленным. Тогда необходимо сосредоточиться на своем физическом и психическом состоянии. Не позволяйте себе падать духом. Используйте любую возможность поговорить с самим собой о своих надеждах, о семье, которая ждет вас. Находясь в неволе, очень важно соблюдать личную ги­гиену и, если позволяет ситуация, делать зарядку, успокаиваться и рас­слабляться с помощью медитации, решать воображаемую проблему, ста­раться вспомнить стихотворения, которые учили в школе. Верующим помо­гает религия. Много значат также оптимизм и чувство юмора, которые помогают справиться с апатией и депрессией.

Пережитое может сильно повлиять на психику заложника: чувство вины и стыда за свое поведение у террористов, утрата самоуважения из-за нерационального поведения, ночные кошмары, критика со стороны тех, кто не испытал этого на себе, сложности в сексуальных и межличностных от­ношениях, падение работоспособности, боязнь всего. Знайте, что это - ти­пичная реакция и потребуется немало времени, чтобы вы пришли в норму.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-118-12**

**Один дома**

1. Причины возникновения опасных ситуаций в жилище.

2. Возможные аварийные и опасные ситуации в жилище и источники их возникновения.

Цель: учащиеся должны знать:

• об основных причинах возникновения опасных ситуаций в квартире;

• о том, какие опасные ситуации возможны в квартире и каковы их ис­точники

**Основные причины возникновения опасных ситуаций в квартире:**

• небрежность (незакрытый кран, не выключенный утюг, кипящий чай­ник, заливший газовую плиту);

• неправильное обращение с техникой и бытовыми приборами;

• неосторожное обращение с огнем и химическими препаратами;

• криминальные ситуации (взлом, ограбление).

Причины возникновения опасных ситуаций следует излагать с исполь­зованием примеров из жизни.

**Какие опасные ситуации случаются дома (в квартире)?**

Чаще всего - это:

• пожар (неисправная электропроводка и электротехника, неосторож­ное обращение с огнем);

• взрыв газа (утечка газа, невыключенная плита);

• затопление (неисправный водопровод или включенная в сеть и ос­тавленная без присмотра стиральная машина);

• отравление (газом или химическими препаратами);

• поражение электрическим током (нарушение правил безопасности при пользовании электроприборами и электрооборудованием);

• разрушение строительных конструкций (в результате землетрясения, взрыва).

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-119-12**

**Злая собака**

**На вас набросилась собака**

В первую очередь - подавите в себе страх. Собака очень хорошо чувст­вует, когда ее боятся.

Остановитесь и твердо отдайте команду «стоять!», «сидеть!», «лежать!» и т.д.; в некоторых случаях срабатывает серия команд, которая просто при­водит животное в растерянность.

Не пытайтесь бежать. Повернитесь к собаке лицом, старайтесь стоять так, чтобы она вас не свалила. Поднимите крик, зовите на помощь, чтобы привлечь внимание хозяина собаки.

Чтобы выиграть время, бросьте в сторону собаки любой предмет, не поднимая высоко руку, это может быть палка, шапка или шарф. Если есть конфетка, булочка или вообще что-нибудь съедобное - еще лучше.

При нападении собаки можно защищаться школьным рюкзаком, зонти­ком, палкой, камнями и т.п. Если вблизи есть укрытие, немедленно отсту­пайте к нему спиной, не выпуская собаку из виду.

Во время нападения старайтесь уклониться в сторону или встретить со­баку ударом палки или камня.

Оказавшись в безопасном месте, просите родителей или соседей вы­звать милицию.

При укусах обязательно вызывайте «Скорую помощь» по телефону 01.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-120-12**

**На улице к вам привязался незнакомый человек**

Никогда не соглашайтесь на предложение угостить вас чем-то вкусным, дать денег, пойти поиграть в увлекательную игру и т.п.

Не вступайте в разговор с незнакомыми. Делайте вид, что не слышите, и быстро уходите в сторону.

При нападении надо убежать, если это не получается, громко кричите, вырывайтесь, царапайтесь, кусайтесь, бейте напавшего руками и ногами и зовите на помощь.

**Запомните, что очень опасно:**

- ходить куда-либо с незнакомцем;

- садиться с кем-нибудь, кроме родителей, в чужую машину;

- принимать подарки от незнакомого человека;

- играть на улице допоздна;

- возвращаясь домой, заигрываться по дороге;

- держать в тайне любое знакомство со взрослыми.

**Помни всегда:**

- придя домой, должен обязательно рассказать родителям о человеке, предлагающем куда-то пойти, даже если этот человек твой сосед;

- играя в прятки не стоит прятаться за стоящей машиной, она может не­ожиданно поехать, не стоит и заходить в подвал, там могут поджидать свою жертву, или собралась пьяная компания, или просто подвал могут закрыть.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-121-12**

**Как избежать нападения в лифте**

Никогда не садитесь в лифт с незнакомыми людьми.

Входите в лифт, только убедившись, что на площадке нет постороннего, который может вслед за вами заскочить в кабину.

Если в вызванный вами лифт попросится незнакомый человек, скажите ему, чтобы он ехал, так как папа еще запирает дверь. А затем вызовите лифт снова.

Если вы все-таки оказались в лифте с незнакомым человеком, и почув­ствовав что-то неладное, постарайтесь нажать сразу несколько кнопок: «Вызов диспетчера» и кнопки ближайших этажей и постарайтесь выйти. Диспетчер будет слышать, что происходит в лифте, и может при необходи­мости заблокировать лифт и вызвать милицию.

При нападении в лифте поднимите крик, стучите ногами по кабине лиф­та. Постарайтесь нажать кнопку «Вызов диспетчера» и любого этажа. При попытке нападающего остановить лифт между этажами, постарайтесь на­жать кнопку ближайшего этажа и помешать ему приблизиться к пульту.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-122-12**

**Как избежать нападения в подъезде**

Если дом оборудован домофоном и вы пользуетесь ключом, все равно перед входом в подъезд вызовите свою квартиру или соседей. Сообщите, что вы входите в подъезд (для подстраховки). Делайте то же самое, когда вы, наоборот, выходите из дома.

Возвращаясь домой, лучше позвонить родителям или соседям, чтобы они встретили вас у подъезда.

Если вы идете со знакомыми взрослыми, попросите их проводить вас до квартиры.

Выходя ненадолго из квартиры (за почтой, выбросить мусор и т.п.), за­крывайте дверь за собой на ключ.

Старайтесь не выходить на лестницу в позднее время.

При угрозе нападения старайтесь поднять шум, чтобы привлечь внима­ние соседей. Стучите, звоните в двери, разбейте стекло и т.п. И постарай­тесь выскочить на улицу. Часто даже шум заставляет злоумышленника прекратить нападение и отступить.

После нападения, оказавшись в безопасности, немедленно звоните в милицию и сообщите о случившемся родителям и соседям.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-123-12**

**Правила поведения в бассейне**

**Входите в воду быстро и во время купания не стойте без движе­ний. Почувствовав озноб, быстро выходите из воды и сообщите об этом учителю (руководителю).**

Не купайтесь сразу после приема пищи и большой физической нагрузки (игры в футбол, борьбы, бега и т. п.). Перерыв между приемами пищи и ку­панием должен быть не менее 45-50 минут.

В холодную погоду после купания, чтобы согреться, проделайте несколь­ко легких гимнастических упражнений.

Не купайтесь больше 30 минут; если вода холодная - достаточно 5-6 минут.

В жаркие солнечные дни купайтесь в плавательной шапочке или укры­вайте голову белым платком.

**Не прыгайте в воду головой вниз при ушных заболеваниях, осо­бенно при поражении барабанной перепонки.**

После перенесенного заболевания среднего уха вкладывайте в ушную раковину при купании и плавании шарик ваты, смазанной вазелином.

Не оставайтесь при нырянии долго под водой. Выйдя из воды, вытри­тесь насухо и сейчас же оденьтесь.

Почувствовав усталость, спокойно плывите к берегу. При судорогах не теряйтесь, старайтесь держаться на воде и зовите на помощь.

При оказании вам помощи не хватайте спасающего, а помогите ему бук­сировать вас к берегу.

Не купайтесь при недомогании и повышенной температуре. При слабости или недомогании после купания или плавания обратитесь к врачу.

**Запрещается:**

Входить в воду без разрешения дежурного и руководителя.

Входить в воду разгоряченным (потным).

Заплывать за установленные знаки ограждения водного бассейна, отве­денного для купания.

Подплывать близко к моторным лодкам, пароходам, баржам. Купаться при большой волне.

Прыгать с вышки, если вблизи от нее находятся другие пловцы.

Толкать товарища с берега, с вышки в воду.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-124-12**

**по технике безопасности для учащихся на занятиях по стрельбе**

**Общие требования безопасности**

1. К занятиям по стрельбе допускаются учащиеся, прошедшие меди­цинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.

2. Опасность возникновения травм:

- при стрельбе из неисправного оружия;

- при нарушении правил стрельбы.

3. В стрелковом тире должна быть аптечка, укомплектованная необхо­димыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

**Требования безопасности перед началом занятий**

1. Внимательно выслушать инструктаж по ТБ при стрельбе

2. Входить в стрелковый тир спокойно, не торопясь.

3. При слабом зрении надеть очки.

4. Положить гимнастические маты на огневом рубеже так, чтобы их по­верхность была ровной, удобной для стрельбы из позиции лёжа.

**Требования безопасности во время занятий**

1. Выполнять все действия только по указанию учителя (преподавате­ля).

2. Не брать на огневом рубеже оружие, не трогать его и не подходить к нему без команды учителя.

3. Не заряжать и не перезаряжать оружие без команды учителя.

4. Не выносить заряженное оружие с линии огня.

5. Не оставлять заряженное оружие на линии огня.

6. Не направлять оружие (заряженное, незаряженное, разобранное, учебное, неисправное) в тыл, на присутствующих и в стороны.

7. Получать патроны только на линии огня.

8. Заряжать оружие только на линии огня по команде учителя «Заря­жай!»

9. Держать оружие заряженным со спущенным курком или открытым затвором вне линии огня, а также на линии огня от начала стрельбы до окончания.

10. Держать оружие на линии огня стволом вниз или вверх под углом 60 градусов в направлении стрельбы.

11. Не прицеливаться в мишени из незаряженного оружия, если в их расположении находятся люди.

**Требования безопасности** в **аварийных ситуациях**

1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю.

2. При возникновении пожара в стрелковом тире, немедленно прекра­тить занятия,

По команде учителя организованно, без паники покинуть стрелковый тир.

3. При получении травмы немедленно сообщить о случившемся учите­лю.

4. В случае нарушения требований инструкции по правилам стрельбы, вы будете немедленно удалены со стрельбища или из стрелкового тира.

**Требования безопасности по окончании занятий**

1. После окончания стрельбы разрядите оружие, убедитесь, что в нём не осталось патронов.

2. Чистку оружия произвести по указанию учителя в специальном месте.

3. Осмотр мишеней производить только после полного окончания стрельб.

4. Тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

5. О всех недостатках, обнаруженных во время стрельбы, сообщите учителю.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-125-12**

**по технике безопасности для учащихся при работе в школьном уголке живой природы**

**Общие требования безопасности**

1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех учащихся, ра­ботающих в школьном уголке живой природы.

2. Опасность возникновения травм:

- при внесении подкормок растениям;

- при уходе за животными;

- при сборе ядовитых и опасных насекомых и животных;

- при уходе за аквариумными рыбками;

- при нарушении инструкции по ТБ.

3. В кабинете должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

4. Работать в халатах или передниках.

5. Необходимо знать местные ядовитые растения и опасных ядовитых животных.

6. Животные должны содержаться в клетках-террариумах.

7. Не пользоваться инсектицидами для борьбы с насекомыми-вреди­телями.

8. Растения следует обрабатывать мыльным или табачным раствором.

9. Животные должны находиться под постоянным ветнадзором.

**Требования безопасности перед началом занятий**

1. Надеть рабочую одежду.

2. Внимательно выслушать инструктаж по ТБ при работе в уголке живой природы.

3. Получить учебное задание у руководителя.

4. Входить в кабинет спокойно, не торопясь.

**Требования безопасности во время занятий**

1. Выполнять все действия только по указанию учителя.

2. Соблюдайте личную гигиену.

3. Выполнять следует только работу, определённую учебным заданием.

4. Не делать резких движений, не трогать посторонних предметов.

5. Соблюдать порядок и дисциплину.

6. Без разрешения учителя никуда не отлучаться.

7. Не пересаживайте растения незащищёнными руками, пользуйтесь лопаточками.

8. Набирайте удобрения только пластмассовой ложечкой.

9. Соблюдайте осторожность при уборке клеток-террариумов для жи­вотных, одевайте рукавицы.

10. При смене воды для аквариумных рыбок с помощью сифона, не от­сасывайте воду ртом, пользуйтесь резиновой грушей, подсоединённой к трубке сифона.

**Требования безопасности в аварийных ситуациях**

1. При плохом самочувствии сообщить об этом учителю.

2. При получении травмы немедленно сообщить о случившемся учите­лю, он окажет вам помощь.

3. В случае пожара, немедленно покиньте помещение.

**Требования безопасности по окончании занятий**

1. Проведите уборку помещения.

2. Отметьте свои наблюдения в дневниковых записях или журнале.

3. Проверьте безопасность рабочего места.

4. Вымойте лицо и руки с мылом.

5. О всех недостатках, обнаруженных во время работы, сообщите учи­телю.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-127-12**

**«Осторожно, птичий грипп!»**

Грипп птиц - остропротекающая высококонтагиозная вирусная болезнь птиц, сопровождающаяся поражением органов дыхания, желудочно-кишечного тракта, в ряде случаев, нервной системы, а также атипичным и скрытым течением болезни, без выраженных клинических признаков забо­леваний.

Заболевание регистрируется во многих странах мира и протекает чаще всего в форме эпизоотии и энзоотии, то есть в виде массовых вспышек, с более или менее широким охватом поголовья птицы и возникновением зна­чительного количества очагов инфекции.

Гриппом болеют все виды домашних, синантропных (голуби, воробьи, грачи и другие, обитающие вблизи человека, птицы) и диких птиц, но ог­ромное количество разновидностей вируса гриппа выделяют клинически здоровые перелетные птицы, особенно в местах их гнездования и сезонных миграций.

Источником инфекции служит больная, переболевшая и находящаяся в инкубационном (скрытом) периоде птица, которая со слюной, воздухом и пометом выделяет во внешнюю среду большое количество вируса.

Инкубационный период болезни (время от заражения до клинического проявления признаков заболевания) составляет от 20-30 часов до 2 суток.

Факторами передачи инфекции являются транспорт, обслуживающий персонал, мясо птицы, тара для продукции птицеводства и другие предме­ты, связанные с птицеводческой отраслью.

Доказана передача возбудителя кровососущими насекомыми, клещами и грызунами.

В период острого течения болезни у птиц-несушек инфекция может пе­редаваться через яйцо.

Болезнь проявляется резким снижением яйценоскости, потребления кормов, жаждой, угнетением, признаками поражения органов дыхания, диа­реей, а впоследствии полным отказом птицы от корма и воды.

У больной птицы перья взъерошены, наблюдаются конъюнктивиты и слезотечение, припухлости в области шеи, незадолго до гибели посинение, в некоторых случаях омертвление частей гребня и сережек, наблюдаются признаки поражения центральной нервной системы в виде дрожания, за­прокидывания головы, паралича крыльев и ног.

У водоплавающей птицы зачастую отмечается нервная картина заболе­вания, сопровождающаяся тортиколизом (искривлением шеи), шаткостью походки, манежными (круговыми) движениями, а у дикой водоплавающей птицы, также изменениями поведения в форме потери страха перед людь­ми, что приводит к проникновению больной птицы и вирусоносителей в на­селенные пункты и на объекты птицеводства.

Вирус гриппа длительное время сохраняется в различных органах и тканях птицы при низких температурах (замораживании), однако неустойчив к воздействию высоких температур и дезинфицирующих средств.

Человек может заразиться вирусом гриппа птиц только при прямом, от­крытом контакте с больной птицей. Передача болезни от человека к чело­веку не установлена.

Предотвратить заболевания птицы и риск заражения людей вирусом гриппа птиц можно, соблюдая следующие рекомендации ветеринарных специалистов:

1. Обеспечить изолированное содержание домашней птицы в личных подворьях, не допускать выгула птицы на открытые водоемы.

2. Избегать контакта с птицей лицам, не участвующим в уходе за ней.

3. Не купаться, не ловить рыбу в водоемах, где выявлена птица с при­знаками заболевания.

4. В случае обнаружения павшей или имеющей признаки заболевания птицы, немедленно информировать местную государственную ветеринар­ную службу.

5. Больную птицу необходимо изолировать.

6. Запрещается проведения самостоятельного убоя больной и вскрытия павшей птицы.

7. Тщательно соблюдайте правила личной гигиены при контакте с птицей.

8. Владельцам домашней птицы необходимо:

-предоставить государственному ветеринарному учреждению района сведения о видах и количестве птиц, содержащихся в личных подсобных хозяйствах для расчета необходимой потребности в вакцине для проведе­ния прививок птицы;

-провести страхование птицы, так как, в случае заболевания птицы гриппом, страховые выплаты в счет возмещения причиненного ущерба от гибели или вынужденного уничтожения птицы будет производиться только гражданам, застраховавшим птицу.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ (типовая) № ИОТ-126-12**

**Эвакуация**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | | Наименование действий | Порядок и последовательность действий | Ф.И.О., должность исполнителя |
| 1. | | Сообщение о по­жаре | При обнаружении пожара не­обходимо немедленно вызвать пожарную помощь по тел. 01 | Сотрудник, пер­вый обнаружив­ший пожар |
| 2. | | Извещение о по­жаре | Дать условный сигнал, изве­щающий о пожаре (серия длинных звонков). Открыть ос­новные и запасные выходы. | Дежурный по школе, директор, завуч, завхоз, вахтер |
| 3. | | Эвакуация детей из здания | После получения сообщения о пожаре немедленно и органи­зованно вывести детей через коридоры, лестничные клетки, выходы. | Преподаватели |
| 4. | Сверка списочно­го состава с фак­тическим нали­чием эвакуиро­ванных детей | | Построить детей на специаль­но предусмотренном месте (стадион). Все эвакуированные пересчитываются, и наличие их сверяется с поименными спи­сками. При обнаружении отсут­ствующих следует немедленно об этом доложить руководите­лю тушения пожара. | Преподаватели |
| 5. | Тушение возник­шего пожара до прибытия пожар­ной помощи | | Тушение пожара организуется немедленно с момента его об­наружения при помощи пожар­ных кранов, огнетушителей, а также подручных средств, в том числе водой. Эвакуируют­ся материальные ценности. | Персонал, не за­нятый эвакуаци­ей детей (по­именно) |
| 6. | Встретить при­бывшие пожар­ные подразделе­ния | | Встретить прибывшие пожар­ные машины, доложить руко­водителю тушения пожара об обстановке в здании, что и где горит, есть ли опасность лю­дям, о нахождении водоисточ­ников на территории, вручить поэтажные планы эвакуации. | Директор, завхоз |

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-128-12**

**по правилам безопасности для учащихся в комнате релаксации**

**Общие требования безопасности**

1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех учащихся, за­нимающихся в комнате.

2. Спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, входить и выходить из комнаты.

3. Не загромождать проходы сумками и портфелями.

4. Не включать электроосвещение и средства ТСО.

5. Не открывать форточки и окна.

6. Не передвигать учебные столы и стулья.

7. Не трогать руками электрические розетки.

8. Травмоопасность в кабинете:

- при включении электроосвещения;

- при включении приборов ТСО;

- при переноске оборудования и т.п.

9. Не приносить на занятия посторонние, ненужные предметы, чтобы не отвлекаться и не травмировать своих товарищей.

**Требования безопасности перед началом занятий**

1. Не открывать ключом дверь комнаты.

2. Входить в комнату спокойно, не торопясь.

3. Подготовить своё рабочее место, учебные принадлежности.

4. Не менять рабочее место без разрешения учителя.

**Требования безопасности во время занятий**

1. Внимательно слушать объяснения и указания вожатого.

2. Соблюдать порядок и дисциплину во время занятий.

3. Не включать самостоятельно приборы ТСО.

4. Не переносить оборудование и ТСО.

5. Всю работу выполнять после указания учителя.

6. Поддерживать чистоту и порядок на рабочем месте.

7. Соблюдать инструкции по ТБ при работе с ножницами, клеем.

**Требования безопасности в аварийных ситуациях**

1. При возникновении аварийных ситуаций (пожар и т.д.) покинуть ком­нату по указанию учителя в организованном порядке, без паники.

2. В случае травматизма обратитесь к учителю за помощью.

3. При плохом самочувствии или внезапном заболевании сообщите учи­телю.

**Требования безопасности по окончании занятий**

1. Приведите своё рабочее место в порядок.

2. Не покидайте рабочее место без разрешения учителя

3. О всех недостатках, обнаруженных во время занятий, сообщите учи­телю.

4. Выходите из комнаты спокойно, не толкаясь, соблюдая дисциплину.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-130-12**

**по технике безопасности для учащихся на спортивной площадке**

**Общие требования безопасности**

1. К занятиям допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.

2. Опасность возникновения травм:

- при падении на скользком грунте или твердом покрытии,

- при нахождении в зоне броска во время выполнения метаний,

- при выполнении упражнений без разминки.

3. У учителя должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

4. Занятия проводятся при сухой, тёплой погоде.

5. При температуре воздуха ниже +10 °С заниматься в спортивных кос­тюмах.

6. Соблюдать правила дорожного движения при переходе через улицу.

**Требования безопасности перед началом занятий**

1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подош­вой.

2. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме (место приземления), проверить отсутствие в нем посторонних предметов.

3. Протереть сухой тряпкой снаряды для метания (диск, ядро, гранату и т.д.).

4. Провести разминку.

**Требования безопасности во время занятий**

1. При групповом старте на короткие дистанции бежать только по своей дорожке, дорожка должна выходить не менее чем на 15 м за финишную от­метку.

2. Во избежание столкновений исключить резкие остановки во время бега.

3. Не выполнять прыжки на неровном, рыхлом и скользком грунте, не приземляться при прыжках на руки.

4. Перед выполнением метаний посмотреть, нет ли людей в секторе для метания.

5. Не производить метания без разрешения учителя (преподавателя); не оставлять без присмотра снаряды для метания.

6. Не стоять справа от метающего (при метании левой рукой — слева); не находиться в зоне броска; не подбирать снаряды для метания без раз­решения учителя (преподавателя).

7. Не подавать друг другу снаряд для метания броском.

8. Не снимать спортивную обувь, не бегать босиком.

9. Бег по кругу выполнять только в направлении против часовой стрелки.

10. Не покидать спортплощадку без разрешения учителя.

**Требования безопасности в аварийных ситуациях**

1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю (преподавателю).

2. При получении травмы, немедленно сообщить учителю, он окажет помощь.

3. При резком ухудшении погоды прекратить занятия, вернуться в спор­тивный зал.

**Требования безопасности по окончании занятий**

1. Убрать спортивный инвентарь в места для его хранения.

2. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-051а, б-12**

**о правилах поведения учащихся в театре, музее**

1. Все организованно входят в фойе театра.

2. Раздеваются, собирают свои вещи: шарфы и шапочки кладут в рукав одежды, обувь - в пакет.

3. Вся группа сдает свою одежду в одном отделении гардероба.

4. Вещи сдавать культурно, перекинув через барьер, чтобы гардеробщику было удобно взять. Получив номерок, отойти в сторону, куда укажет учитель.

5. Сдав вещи, все собираются вместе, учитель делит группу на части, и идут в туалет.

6. Опять все собираются организованно, посещают буфет, культурно пообедав за столиками, вытирают руки салфеткой или платком.

7. При покупке сувениров вежливо благодарят продавца.

8. В зрительный зал входят своевременно, спокойно садятся на свои места, не мешая другим зрителям.

9. Во время просмотра спектакля не кричат, не отвлекают внимания зри­телей, не шуршат бумагой и не рассматривают сувениры.

10. После окончания спектакля не покидают зрительный зал до тех пор, пока окончательно не закроется занавес.

11. Выходить из зала организованно, посетить туалет, спокойно постро­иться вдоль барьера, получить одежду, поблагодарить гардеробщика за обслуживание.

12. Спокойно одеться, отойти в назначенное учителем место, постро­иться к выходу, не толкаясь. Во всем следовать указаниям учителя.

При посещении музея соблюдать те же правила поведения, что и в те­атре.

Во время просмотра экспозиции ничего не трогать руками. Слушая лек­цию, стоять полукругом, пропуская вперед маленьких ростом, в то же вре­мя, не стесняя экскурсовода, не перебегать от одной экспозиции к другой, не разговаривать;

- не перелезать через ограждения;

- если экспонаты находятся на витрине, при осмотре не ложиться на нее;

- после окончания просмотра поблагодарить экскурсовода, организо­ванно выйти, посетить туалет;

- если пользовались услугами раздевалки, получить одежду, построить­ся на выход.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-038-12**

**Для учителей и учащихся**

**по проведению пешеходных экскурсий в городе**

Учитель строит детей у школы и проверяет их по списку, распределяет сопровождающих взрослых.

Учащиеся внимательно слушают учителя.

Учащиеся при движении не должны нарушать построение группы: не перебегать, не обгонять товарищей, не кричать, не толкаться.

При переходе улицы соблюдать правила дорожного движения.

Дети не должны брать с собой токсические и легковоспламеняющиеся вещества и предметы.

Группа должна идти по тротуару или пешеходным дорожкам, по обочине дороги, не выходя на проезжую часть.

Переходить дорогу по пешеходным переходам (наземному или подзем­ному).

При переходе дороги с односторонним движением необходимо опреде­лить, в какую сторону движутся машины, чтобы знать, с какой стороны ожи­дать появления опасности.

Учитель не должен разрешать учащимся выходить из строя с целью что-нибудь посмотреть или что-то купить. На конечном пункте пути прове­рить всех по списку, еще раз напомнить детям, как себя вести, без разре­шения не отлучаться от группы.

При возвращении с экскурсии соблюдать те же правила: построить де­тей, проверить по списку. Оставить чистым место привала. Сопровождаю­щим занять свои места.

Группа возвращается в полном составе к школе, запрещается отпускать кого-либо по дороге.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-012-12**

**по охране труда при работе на учебно-опытном участке**

**1. Общие требования безопасности**

1.1. К работе на учебно-опытном участке допускаются учащиеся с 1-го класса, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. Учащиеся при работе на учебно-опытном участке должны соблю­дать правила поведения, установленные режимы труда и отдыха.

1.3. При работе на учебно-опытном участке возможно воздействие на учащихся следующих опасных и вредных производственных факторов:

- переноска тяжестей сверх допустимой нормы;

- травмы при небрежном обращении с сельскохозяйственным инвента­рем;

- травмирование рук при очистке почвы от посторонних предметов и при прополке делянок без использования перчаток;

- заражение желудочно-кишечными болезнями при употреблении немы­тых овощей, ягод и фруктов.

1.4. При работе учащихся на учебно-опытном участке обязательно на­личие аптечки с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств.

1.5. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец несчаст­ного случая обязан немедленно сообщить руководителю работ, который сообщает администрации учреждения. При неисправности сельскохозяйст­венного инвентаря прекратить работу и сообщить об этом руководителю работ.

1.6. В процессе работы учащиеся должны соблюдать порядок выполне­ния работ, правильно применять рабочий инвентарь, соблюдать правила личной гигиены.

1.7. Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, и со всеми учащимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

**2.** **Требования безопасности перед началом работы**

2.1. Надеть одежду и обувь, соответствующую конкретным погодным условиям и не затрудняющую движений. В жаркие солнечные дни надеть светлый головной убор. При работе по прополке делянок надеть перчатки.

2.2. Проверить исправность и заточку сельскохозяйственного инвентаря.

2.3. Убедиться в наличии и укомплектованности медицинской аптечкой.

**3.** **Требования безопасности во время работы**

3.1. Соблюдать осторожность при работе с использованием сельскохо­зяйственного инвентаря, переносить его только в вертикальном положении заостренной частью вниз, не передавать его друг другу броском, не класть на землю заостренной частью вверх, не направлять заостренной частью на себя и на своих товарищей.

3.2. Не использовать сельскохозяйственный инвентарь, предназначен­ный для работы взрослым. Масса любого рабочего инструмента, исполь­зуемого учащимися до 10 лет, не должна превышать 400-600 г. Ручки ра­бочего инвентаря должны быть округлыми, гладкими, без заусенцев и тре­щин, прочно насаженными, немного короче и на 2-3 см в диаметре меньше, чем для взрослых.

3.3. При переноске земли, воды, удобрений и пр. не превышать пре­дельно допустимую норму переноски тяжестей для учащихся:

- для учащихся начальных классов - не более 3 кг;

- для учащихся 14 лет - девушки - 3,0 кг, юноши - 6,0 кг.

15 лет - девушки - 4,0 кг, юноши - 7,0 кг.

16 лет - девушки - 5,0 кг, юноши - 11,0 кг.

17 лет - девушки - 6,0 кг, юноши - 13,0 кг.

3.4. Для предотвращения быстрого переутомления необходимо чередо­вать виды работ, а также после каждых 45 минут работы делать перерыв на 15 мин. для активного отдыха.

3.5. Общая продолжительность ежедневной работы учащихся в период каникул не должна превышать:

для учащихся 1-4 классов - 2 часов, для учащихся 5-7 классов - 3 часов, для учащихся 8-9 классов - 4 часов, для учащихся 10 классов - 6 часов.

В свободное от учебы время в течение учебного года продолжитель­ность ежедневной работы учащихся уменьшается в 2 раза.

3.6. Очистку почвы от посторонних предметов (камней, осколков стекол, кусков металла и пр.) производить только с помощью лопат, граблей и дру­гого инвентаря, не собирать их незащищенными руками.

3.7. При прополке делянок во избежание порезов рук работать только в перчатках.

3.8. Во избежание заражения желудочно-кишечными болезнями не употреблять немытые корнеплоды, овощи, фрукты и ягоды.

3.9. Запрещается какая-либо работа учащихся с ядохимикатами, инсек­тицидами и гербицидами.

**4.** **Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При выходе из строя сельскохозяйственного инвентаря или его за­туплении прекратить работу и сообщить об этом руководителю работ.

4.2. При получении травмы сообщить об этом руководителю работ, ока­зать первую помощь пострадавшему, сообщить администрации учрежде­ния, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

**5.** **Требования безопасности по окончании работы**

5.1. Очистить и сдать на хранение сельскохозяйственный инвентарь.

5.2. Тщательно вымыть руки с мылом и принять душ.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-068-12**

**по охране труда при перевозке обучающихся (воспитанников) автомобильным транспортом**

**1. Общие требования безопасности**

К перевозке обучающихся, воспитанников автомобильным транспортом допускаются лица в возрасте не моложе 20 лет, прошедшие инструктаж по охране труда, предрейсовый медицинский осмотр, не имеющие противопо­казаний по состоянию здоровья, имеющие непрерывный стаж работы в ка­честве водителя не менее трех последних лет.

Обучающихся, воспитанников при перевозке должны сопровождать двое

взрослых.

При перевозке автомобильным транспортом возможно воздействие на обучающихся, воспитанников следующих опасных факторов:

-травмирование проходящим транспортом при выходе на проезжую часть при посадке или высадке из автобуса;

- травмы при резком торможении автобуса;

- травмы в дорожно-транспортных происшествиях при нарушении пра­вил дорожного движения или при эксплуатации технически неисправных транспортных средств.

Автобус, предназначенный для перевозки обучающихся, воспитанников должен быть оборудован спереди и сзади предупреждающим знаком «Дети», **а** также огнетушителем и аптечкой с набором необходимых медика­ментов и перевязочных средств.

В случае дорожно-транспортного происшествия с травмированием де­тей ответственный за перевозку сообщает с ближайшего пункта связи или при помощи проезжающих водителей о происшествии администрации уч­реждения, в органы ГИБДД и медицинское учреждение.

При перевозке обучающихся, воспитанников соблюдать установленный порядок перевозки и правила личной гигиены.

Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, под­вергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

**2.** **Требования безопасности перед началом перевозки**

2.1. Перевозка обучающихся, воспитанников разрешается только по письменному приказу руководителя учреждения.

2.2. Провести инструктаж обучающихся, воспитанников по правилам поведения во время перевозки с записью в журнале регистрации инструк­тажа.

2.3. Убедиться в технической исправности автобуса по путевому листку и путем внешнего осмотра.

2.4. Проверить наличие на автобусе спереди и сзади предупреждающе­го знака «Дети», а также огнетушителя и аптечки.

2.5. Посадку обучающихся, воспитанников в автобус производить со стороны тротуара или обочины дороги строго по количеству посадочных мест. Стоять в проходах между сидениями не разрешается.

**3.** **Требования безопасности во время перевозки**

3.1. При перевозке обучающимся, воспитанникам соблюдать дисципли­ну и выполнять все указания старших.

3.2. Во время движения не разрешается стоять и ходить по салону ав­тобуса, не высовываться из окна и не выставлять в окно руки.

3.3. Скорость движения автобуса при перевозке обучающихся, воспи­танников не должна превышать 60 км/ч.

3.4. Во избежание травм при резком торможении автобуса необходимо упираться ногами в пол кузова автобуса и руками держаться за поручень впереди расположенного сидения.

3.5. Не разрешается перевозить обучающихся, воспитанников в темное время суток, в гололед, в условиях ограниченной видимости.

3.6. Перед неохраняемым железнодорожным переездом остановить автобус, убедиться в безопасности проезда через железную дорогу и затем продолжить движение.

**4.** **Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При возникновении неисправности в работе двигателя и систем ав­тобуса, принять вправо, съехать на обочину дороги и остановить автобус. Движение продолжать только после устранения возникшей неисправности.

4.2. При получении обучающимся, воспитанником травмы оказать пер­вую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учрежде­ния, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

**5. Требования безопасности по окончании перевозки**

5.1. Съехать на обочину дороги или подъехать к тротуару и остановить автобус.

5.2. Обучающимся, воспитанникам выходить из автобуса только с раз­решения старшего в сторону тротуара или обочины дороги. Запрещается выходить на проезжую часть и перебегать дорогу.

5.3. Проверить по списку наличие обучающихся, воспитанников.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-069-12**

**Правила поведения при проведении субботника**

**1. Общие требования охраны труда**

1.1. Настоящая инструкция составлена в соответствии с «Методически­ми рекомендациями по разработке государственных нормативных требова­ний охраны труда», утвержденными постановлением Минтруда и социаль­ного развития РФ № 80 от 17.12.2002 г. и «Правилами техники безопасно­сти при изучении биологии в общеобразовательных школах системы Министерства просвещения СССР» (утв. Минпросвещения СССР от 22.12.1980 г.).

1.2. К работе на пришкольном участке допускаются учащиеся школы под руководством ответственных лиц (классных руководителей), назначенных приказом, прошедшие инструктаж по охране труда и не имеющие противо­показаний по состоянию здоровья.

1.3. Учащиеся при работе на пришкольном участке должны соблюдать правила поведения, установленные режимы труда и отдыха.

1.4. При работе на пришкольном участке возможно воздействие на уча­щихся следующих опасных и вредных производственных факторов:

- переноска тяжестей сверх допустимой нормы;

- травмы при небрежном обращении с сельскохозяйственным инвента­рем;

- травмирование рук при очистке почвы от посторонних предметов без использования перчаток.

1.5. При работе учащихся на пришкольном участке необходимо иметь в наличии аптечку с набором медикаментов и перевязочных средств.

1.6. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец несчаст­ного случая должен немедленно сообщить руководителю работ, который сообщает администрации образовательного учреждения, оказывает первую помощь пострадавшему и при необходимости отправляет в ближайшее ле­чебное учреждение.

1.7. При неисправности сельскохозяйственного инвентаря прекратить работу и сообщить об этом руководителю работ.

1.8. В процессе работы учащиеся должны соблюдать порядок выполне­ния работ, правильно применять рабочий инвентарь, соблюдать правила личной гигиены.

1.9. Учащиеся обязаны выполнять требования настоящей Инструкции.

**2. Требования охраны труда перед началом работы**

2.1. Надеть халат и перчатки.

2.2. Руководитель группы должен проверить исправность и заточку сельскохозяйственного инвентаря.

2.3. Перед началом работ руководитель группы должен провести инст­руктаж учащихся с обязательным показом приемов работы, позволяющих обеспечить правильную позу во время трудового процесса.

**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.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-089-12**

**по пожарной безопасности для обучающихся, воспитанников**

***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 по телефону *01.*

**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.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ- 093-12**

**Общий инструктаж учащихся**

Каждый учащийся средней общеобразовательной школы должен со­блюдать:

**1**. **Общие правила поведения:**

1.1. Регулярно посещать уроки и обязательные внеурочные мероприя­тия (классные часы, предметные экскурсии и др.).

1.2. Приходить в школу заблаговременно; до звонка на урок пройти к кабинету, в котором будет проходить очередное занятие.

1.3. В обязательном порядке иметь при себе все необходимые на дан­ный день учебники, тетради, дневник, ручку и другие принадлежности.

1.4. Регулярно готовить домашние задания.

1.5. Соблюдать в школе чистоту и порядок.

1.6. В осенне-весенний период, а также в ненастную погоду иметь при себе сменную обувь, переобуваться перед началом первого урока на I эта­же школы.

1.7. Не курить в помещениях и на территории школы.

1.8. Беречь школьное имущество. Не рисовать на стенах и партах.

1.9. Не засорять туалеты посторонними предметами, а после пользова­ния питьевой водой закрывать водопроводные краны.

1.10. Быть аккуратным, носить опрятную одежду.

1.11. Иметь спортивную форму для уроков физкультуры и спецодежду для уроков труда.

**2.** **Правила поведения на уроке** и **перемене:**

2.1. Соблюдать дисциплину, как на уроках, так и на переменах.

2.2. По окончании уроков выходить из класса с целью проветривания кабинета.

2.3. Быть вежливым и предупредительным с другими учащимися и учи­телями, уважительно относиться к товарищам.

2.4. Не допускать в помещении школы нецензурную брань, выражения, унижающие достоинство человека.

2.5. Не допускать случаев психического и физического насилия над учащимися, все споры разрешать только мирным путем.

2.6. Выполнять требования дежурных учителей и учащихся.

2.7. Соблюдать инструкции по охране труда на уроках химии, физики, информатики, биологии, физкультуры, трудового обучения.

2.8. Во время перемен не бегать, не толкаться, не создавать опасных ситуаций.

2.9. Быть предельно внимательным на лестницах: не бегать по ним, не прыгать через ступеньки, не кататься на перилах, не перешагивать и не перегибаться через них. Останавливать нарушителей правил безопас­ности.

2.10. В случае любых происшествий или травм немедленно сообщить об этом ближайшему учителю, классному руководителю, завучу, директору школы.

**3. Правила поведения в столовой:**

3.1. Находясь в школьном буфете, проявлять аккуратность, не остав­лять продуктов питания и посуды на столах, не сорить на пол.

3.2. Соблюдать дисциплину и терпение, завтраки и обеды получать только в порядке очереди.

3.3. Во время еды вести себя спокойно, не размахивать столовыми приборами, не кричать, не толкаться.

3.4. Перед приемом пищи вымыть руки с мылом.

3.5. Не следует находиться в буфете в верхней одежде и головном уборе.

3.6. Заходить в посудомоечную и раздатку без разрешения буфетчицы не разрешается.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ**

**по электробезопасности для обучающихся, воспитанников**

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.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ**

**по правилам безопасного поведения на дорогах и на 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.

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

4. Меньше переходов - меньше опасностей.

5. Иди не спеша по правой стороне тротуара.

6. По обочине иди подальше от края дороги.

7. Не выходи на проезжую часть улицы или дороги.

8. Проходя мимо ворот, будь особенно осторожен: из ворот может вы­ехать автомобиль.

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

10. Переходи улицу только по пешеходным переходам.

11. 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.

12. Улицу, где нет пешеходного перехода, надо переходить от одного угла тротуара к другому: так безопасней.

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

14. Ожидай транспорт на посадочной площадке или тротуаре у указа­теля остановки.

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

16. В автобус, троллейбус, трамвай входи через задние двери.

17. Выходи только через передние двери. Заранее готовься к выходу, пройдя вперед.

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

19. Трамвай обходи спереди. Автобус и троллейбус - сзади. Выйдя из автобуса, трамвая, нужно по тротуару дойти до пешеходного перехода и только по нему переходить на другую сторону.

20. Когда переходишь улицу, следи за сигналом светофора: красный -СТОП - все должны остановиться; желтый - ВНИМАНИЕ - жди следующе­го сигнала; зеленый - ИДИТЕ - можно переходить улицу.

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

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

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

24. Не цепляйся за проходящий мимо транспорт.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ**

**по профилактике негативных ситуаций во дворе, на улицах, дома и в общественных местах**

1. Прежде чем выйти из квартиры (дома), посмотрите в глазок и убе­дитесь, что на площадке (около двери) нет посторонних, в противном слу­чае переждите.

2. Никогда не заходите в лифт с посторонними (незнакомыми), а также в подъезд или на лестничную площадку, если там стоят подозрительные люди, особенно группа людей.

3. Если на вас все же напали в лифте, постарайтесь нажать кнопку «Вызов диспетчера», но не кричите, особенно в тех случаях, когда не уве­рены, что поблизости есть люди, способные помочь.

4. 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. п.

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

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

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

8. Не лазайте по подвалам, чердакам, крышам.

9. 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.

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

11. 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.

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

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

14. В целях личной безопасности (профилактики похищений) необхо­димо:

- стараться не оставаться в одиночестве, особенно на улице, по пути в школу и обратно, с места досуга;

- чаще менять маршруты своего движения в школу, магазин, к друзьям и т.д.;

- 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).

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ**

**по правилам безопасности при обнаружении неразорвавшихся снарядов, мин, гранат и неизвестных пакетов**

1. Заметив оставленный в транспорте, подъезде дома 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, убегавших 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 с 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, газовоздушных 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 по телефону 02.

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. Изготовлять из снарядов предметы быта.

4. Использовать снаряды для разведения костров, приносить их в по­мещение.

5. Собирать и сдавать в металлолом боеприпасы.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ**

**по правилам безопасного поведения на водоемах в летний, осенне-зимний и весенний периоды**

***В летнее время***

1. Входите в воду быстро и во время купания не стойте без движения. Почувствовав озноб, быстро выходите из воды.

2. Не купайтесь сразу после приема пищи и большой физической на­грузки (игра в футбол, бег и т. д.). Перерыв между приемом пищи и купани­ем должен быть не менее 45-50 минут.

3. В холодную погоду, чтобы согреться, проделайте несколько легких физических упражнений.

4. Не купайтесь больше 30 минут; если вода холодная, достаточно 5-6 минут.

5. При ушных заболеваниях не прыгайте в воду головой вниз.

6. Не оставайтесь при нырянии долго под водой.

7. Выйдя из воды, вытритесь насухо и сразу оденьтесь.

8. Почувствовав усталость, сразу плывите к берегу.

9. При судорогах не теряйтесь, старайтесь держаться на воде и зовите на помощь.

10. При оказании вам помощи не хватайте спасающего, а помогите ему буксировать вас к берегу.

**Запрещается:**

1. Входить в воду разгоряченным (потным).

2. Заплывать за установленные знаки (ограждения участка, отведенно­го для купания).

3. Подплывать близко к моторным лодкам, баржам.

4. Купаться при высокой волне.

5. Прыгать с вышки, если вблизи от нее находятся другие пловцы.

6. Толкать товарища с вышки или с берега.

*Безопасность на льду*

1. Лед зеленоватого оттенка, толщиной 7 см - безопасный, он выдер­живает одного человека.

2. Непрочный лед - около стока вод (с фабрик, заводов).

3. Тонкий или рыхлый лед - вблизи камыша, кустов, под сугробами.

4. Площадки под снегом следует обойти.

5. Ненадежный тонкий лед - в местах, где бьют ключи, быстрое тече­ние или там, где впадают в реку ручьи.

6. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги.

7. 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.

8. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).

9. Замерзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом: креп­ления 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.

10. Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо.

11. Если вы провалились, необходимо широко раскинуть руки по кром­кам льда, удерживаться от погружения с головой.

12. Не паникуйте, старайтесь без резких движений выбираться на лед, наползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги.

13. Выбравшись из пролома, нужно откатиться и ползти в сторону, об­ратную направлению движения.

14. Добравшись до берега, идите быстро домой, переодевайтесь в сухую одежду, выпейте горячий чай.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ИНСТРУКЦИЯ**

**по безопасному поведению в общественном транспорте**

Необходимо помнить, что общественный транспорт - средство пере­движения повышенного риска, поэтому:

1. Избегайте в темное время суток пустынных остановок, а ожидая автобус, трамвай или троллейбус, стойте на хорошо освещенном месте ря­дом с другими людьми.

2. Когда подходит автобус, не старайтесь стоять в первом ряду - могут толкнуть под колеса.

3. Нельзя спать во время движения, так как при резком торможении можно получить травму.

4. Не прислоняйтесь к дверям, по возможности избегайте езды на сту­пенях и в переходе.

5. Избегайте пустых автобусов, троллейбусов и трамваев, а также ва­гонов электропоездов.

6. Если вам приходится ехать поздно, то садитесь около водителя и ближе к проходу.

7. Девушкам рекомендуется садиться рядом с женщинами.

8. Если в салон вошел пассажир, ведущий себя развязно, отвернитесь от него, не встречайтесь с ним глазами.

9. Держите на виду свои вещи.

10. При поездке в электричке в вечернее и ночное время садитесь в первый вагон и вагон, где есть пассажиры.

11. Нельзя стоять в тамбуре и проходе вагона электропоезда; выходя из транспорта, будьте внимательны, так как можно попасть под колеса про­езжающего мимо транспорта.

12. При выходе из вагона держитесь за поручни.

**В общественном транспорте запрещается:**

- ходить без необходимости в автобусах, троллейбусах и т. д.;

- открывать двери с обеих сторон (допускается только справа по дви­жению);

- выглядывать из окон и высовывать руки;

- отвлекать водителя;

- включать или выключать какие-либо приборы (дергать стоп-кран);

- нажимать без надобности на аварийную кнопку.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Сивирина

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2012г.

**ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ДОВРАЧЕБНОЙ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШЕМУ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ**

**ИНСТРУКЦИЯ № ИОТ-067-12**

**по оказанию первой помощи при несчастных случаях**

**ПРИ ПЕРЕЛОМАХ:**

- уменьшить подвижность конечности, в месте перелома наложить шину;

- при открытых переломах остановить кровотечение, положить стериль­ную повязку и шину;

- при переломах позвоночника - транспортировка на животе с подло­женным под грудь валиком.

**ПРИ ПОРАЖЕНИИ ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ:**

- немедленно прекратить действие электрического тока, выключив ру­бильник, сняв с пострадавшего провода сухой тряпкой или палкой. Оказы­вающий помощь должен обезопасить себя, обернув руки сухой тканью, встав на сухую доску или толстую резину;

- на место ожога наложить сухую повязку;

- дать пострадавшему теплое питье;

-при расстройстве или остановке дыхания, провести пострадавшему искусственное дыхание.

**ПРИ ВЫВИХАХ:**

- наложить холодный компресс;

- сделать тугую повязку.

**ПРИ ОБМОРОКЕ:**

- уложить пострадавшего на спину с несколько запрокинутой назад го­ловой и приподнятыми нижними конечностями;

- обеспечить доступ свежего воздуха;

- расстегнуть воротник, пояс, одежду;

- дать понюхать нашатырный спирт;

- когда больной придет в сознание - горячее питье.

**ТЕРМИЧЕСКИЕ ОЖОГИ:**

- потушить пламя, накинув на пострадавшего одеяло, ковер и т.д., плот­но прижав к его телу;

- разрезать одежду;

- поместить обожженную поверхность под струю холодной воды;

- провести обработку обожженной поверхности - компресс из салфеток, смоченных спиртом, водкой и т.д.;

- согреть пострадавшего, дать горячее питье.

**КРОВОТЕЧЕНИЕ ИЗ НОСА:**

- доступ свежего воздуха;

- запрокинуть голову.

*Приложение*

*к Инструкции по охране труда*

*№ ИОТ-067-12*

**ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШЕМУ**

**ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ**

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.******Оказание помощи при поражении электрическим током***

Первую помощь пораженным электрическим током надо оказывать на месте происшествия и одновременно вызвать «Скорую».

Как можно быстрее освободить пострадавшего от действия электриче­ского тока, отключив рубильник, выключатель, вывернуть предохранитель или перерубить провод, который можно оттянуть от пострадавшего палкой, доской, деревянной лопатой. Самого пострадавшего можно оттянуть от провода, взявшись за полу пальто, пиджака, край рубашки, если они сухие. Нельзя касаться обнаженной части тела пострадавшего. Если после осво­бождения от действия электрического тока признаки жизни у пострадавшего отсутствуют, надо немедленно начать искусственное дыхание и закрытый массаж сердца и продолжать, не прерывая, до прибытия «скорой». При этом надо согревать пострадавшего одеялом, одеждой, грелками.

В том случае, если до приезда «скорой» дыхание и сердечную деятель­ность удалось восстановить, надо наложить на пораженный участок сухую стерильную повязку. При небольшом ожоге используют обычный бинт, при распространенном - чистые простыни или ткань.

Не наносите на место ожога лекарственных средств! Не закапывайте пострадавшего от электрического тока в землю! Всех пораженных электро­током надо доставить в лечебное учреждение, причем обязательно на но­силках независимо от самочувствия.

***2.******Искусственное дыхание и*** *закрытый массаж сердца*

Искусственное дыхание делают, когда пострадавший не дышит, массаж сердца, если оно остановилось. Если не прощупывается пульс и дыхание, делают и искусственное дыхание и закрытый массаж сердца одновремен­но. Лучше, если помощь пострадавшему оказывают два человека. Искусст­венное дыхание «изо рта в рот» является наиболее эффективным. Оно де­лается так: пострадавшего укладывают на спину, лицом вверх. Под лопатки кладется валик из одежды, голова запрокидывается назад. Лицо покрывают марлей или платком, зажимают нос. Производящий искусственное дыхание делает глубокий вдох, затем сильно вдувает воздух непосредственно в рот пострадавшего. Губы должны быть сильно прижаты ко рту пострадавшего. В минуту надо делать 12-14 вдуваний.

***3.******Первая помощь при ожогах***

Прежде всего, необходимо погасить загоревшуюся на пострадавшем одежду. Для этого можно использовать воду или накинуть на пострадавше­го одеяло, пальто и т.п. и плотно прижать их к телу.

При ожогах I степени облить обожженные места большим количеством холодной воды, затем наложить стерильную повязку. При отсутствии сте­рильного материала можно наложить повязку, смоченную крепким раство­ром марганцовокислого калия или одеколоном, спиртом.

При ожогах II, III, IV степени необходимо осторожно очистить окружаю­щую поверхность поврежденного участка, не повреждая пузырей. Ткань ос­торожно обрезается по границе раны и накладывается сухая стерильная повязка. Чтобы избежать шока, пострадавшему дают горячее питье, обез­боливающие средства. После оказания первой помощи пострадавших немедленно отправляют в больницу.

Химические ожоги требуют долгого и обильного промывания водой. По­сле этого накладывается сухая повязка. Если причиной ожога является ки­слота, повязка смачивается слабым раствором соды, при ожоге щелочью -в растворе разведенного пополам с водой столового уксуса.

В случае солнечного ожога необходимо смочить салфетку спиртом или одеколоном и приложить к обожженному месту, а затем смазать кремом.

***4.******Оказание первой помощи при отморожении***

Первая помощь пострадавшему оказывается в теплом помещении. По­страдавшего надо переодеть в сухую теплую одежду, обувь целесообразно предварительно разрезать и только потом снимать. Охлажденную конечность нужно согреть в теплой воде, одновременно массировать ее от периферии к центру. После порозовения и потепления кожи ее вытирают насухо и тепло укутывают. Растирать обмороженные места снегом противопоказано. При отморожении лица его массируют теплой чистой рукой. При общем замерза­нии пострадавшего необходимо поместить в ванну с теплой водой.

***5.******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.

***6.******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.

***7.******При ушибах:***

- положить на место ушиба холодный компресс;

- забинтовать ушибленное место.

***8.******При термическом ожоге:***

- смочить обожженное место спиртом или раствором соды;

- наложить марлю, смоченную в растворе марганцовокислого калия;

- забинтовать.

***9.******При ожоге едкими щелочами:***

*-* обильно смочить обожженное место нейтрализующим раствором со­ляной или лимонной кислоты;

- смазать борным вазелином;

- наложить марлю или вату;

- забинтовать.

***10.******При ожоге кислотами:***

- обильно смочить обожженное место раствором соды;

- наложить повязку, смоченную известковой эмульсией;

- покрыть ватой;

- забинтовать.

**Содержимое аптечки и назначение лекарственных препаратов**

***В аптечке должны находиться***

1. Перевязочные материалы:

- бинты;

- вата;

- индивидуальные перевязочные пакеты;

- лейкопластырь;

- пакеты со стерильными медицинскими салфетками.

2. Жгут кровоостанавливающий.

3. Нашатырный спирт (в ампулах) (применяется для возбуждения дыха­ния, обработки кожи при ожогах кислотами, при укусах насекомых).

4. Настойка валерианы (успокаивающее средство).

5. Пятипроцентный спиртовой раствор йода (для обработки ран).

6. Перманганат калия, или марганцовка (для промывания желудка, об­работки ран).

*7.* Питьевая сода (для промывания желудка, обработки кожи при ожо­гах).

8. Борный вазелин (для смазывания медицинских салфеток при закры­тии проникающих ранений; для смазывания кожи).

9. Активированный уголь (для лечения различных острых отравлений)

10. Борная кислота (для промывания глаз, обработки кожи).

11. Нитроглицерин или валидол (при болях в сердце).

12. Анальгин, амидопирин (при различных болях, ранениях).

13. Папаверин (при гипертоническом кризе, болях в сердце).

Перевязочный материал и лекарственные препараты следует периоди­чески заменять и пополнять. Их количество должно соответствовать числу работающих в данном подразделении.