

Ізюмський ліцей № 3 Ізюмської міської ради

**Інструкція**  
**з безпеки життєдіяльності здобувачів освіти № БЖД-9**  
**під час канікул**

**ІЗЮМ-2021**

З А Т В Е Р Д Ж Е Н О :  
Наказ директора Ізюмського ліцею  
№3 Ізюмської міської ради  
(посада керівника підписки ради)  
Юлія ОЛЬХОВСЬКА  
(підпис ПІП) № 22664386  
30.08.2021р. №140 \*  
(число, місяць, рік)

**Інструкція  
з безпеки життєдіяльності здобувачів освіти № БЖД-9  
під час канікул**

**1. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ**

1.1.Інструкція з безпеки життєдіяльності здобувачів освіти під час канікул (далі – інструкція) поширюється на здобувачів освіти 1-11 класів Ізюмського ліцею № 3 (далі – заклад освіти).

1.2.Виконання даної інструкції є обов'язковим для всіх здобувачів освіти 1-11 класів під час канікул.

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

1.5.Всі учасники освітнього процесу під час канікул зобов'язані неухильно дотримуватися правил пожежної безпеки, електробезпеки, дорожнього руху, поведінки у громадських місцях, особистої гігієни.

1.6.Основними небезпечними факторами, які можуть спричинити травмування є:

- порушення правил дорожнього руху;
- порушення правил електробезпеки;
- порушення правил протипожежної безпеки;
- порушення правил особистої безпеки;
- порушення правил поведінки на водних об'єктах;
- порушення правил особистої гігієни;
- сонячні опіки і сонячні теплові удари;
- користування вибухонебезпечними предметами;
- укуси тварин, комах;
- тривале перебування біля комп'ютера,
- вживання лікарських препаратів без призначення лікаря;
- паління, вживання алкогольних напоїв.

**2. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПЕРЕД  
ПОЧАТКОМ КАНІКУЛ**

2.1.Перед початком канікул слід визначити терміни початку та закінчення канікул.

2.2.У разі продовження канікул зателефонувати в останній день визначених термінів до класного керівника, для визначення нового терміну канікул.

2.3.Ознайомитися з планом проведення канікул у закладі освіти, брати активну участь у запланованих заходах.

2.4.У разі неможливості (за поважних причин або сімейних обставин) взяти участь у запланованих заходах під час канікул або вчасно приступити до навчальних занять після канікул, слід завчасно попередити класного керівника, надавши заяву чи медичну довідку, що підтверджує обґрунтованість причини.

**3. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ  
ПІД ЧАС КАНІКУЛ**

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

- рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, притримуючись правого боку, обережно по слизькій дорозі, особливо під час ожеледиці. Взуття має бути зручним, підбори – низькими;

- за межами населених пунктів, рухаючись узбіччям чи краєм проїжджої частини, слід іти назустріч руху транспортних засобів;

- переходити проїжджу частину можна тільки по пішохідних переходах, зокрема підземних і наземних, а у разі їх відсутності – на перехрестях по лініях тротуарів або узбіч;

- у місцях, де рух регулюється, треба керуватися тільки сигналами регулювальника чи світлофора;

- виходити на проїжджу частину з-за транспортних засобів, упевнившись, що не наближаються інші транспортні засоби;

- чекати на транспортний засіб потрібно тільки на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, узбіччях, не створюючи перешкод для дорожнього руху;

- на трамвайних зупинках, не обладнаних посадковими майданчиками, можна виходити на проїжджу частину лише з боку дверей і тільки після зупинки трамвая;

- у разі наближення транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком червоного або синього кольору, або спеціальним звуковим сигналом треба утриматися від переходу проїжджої частини або негайно залишити її;

- заборонено вибігати на проїжджу частину, влаштовувати на ній або поблизу неї ігри, переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом або встановленими місцями;

- кататися на велосипедах, мопедах, роликах тощо відповідно до погодних умов та сезону для запобігання ДТП за участю дітей;

- для запобігання ДТП за участю дітей заборонено кататися на санчатах, ковзанах, лижах (інших зимових приладах для розваг) на проїжджій дорозі, катання на даних предметах діти повинні здійснювати у спеціально відведених для цього місцях і під наглядом дорослих, батьків;

- заборонене катання з гірок із виїздом на проїжджу частину дороги;

- не можна чіплятися за задній бампер машин для того, щоб покататися по проїжджій частині дороги – ці дії визначені вищою категорією небезпеки, що може призвести до ДТП, травмування й загибелі;

- здобувачі освіти повинні виконувати зазначені правила, а також інші Правила дорожнього руху України, знання про які вони отримали на заняттях з основ здоров'я, виховних годинах, предметних заняттях;

- перебувати поблизу залізничних колій дітям без супроводу дорослих заборонено;

- здобувачі освіти, користуючись транспортним засобом, повинні сидіти або стояти тільки в призначених для цього місцях, тримаючись за поручень або інше пристосування. Забороняється відчиняти двері транспортного засобу, не переконавшись, що він зупинився біля тротуару, посадочного майданчика, краю проїжджої частини або узбіччя; перешкоджати зачиненню дверей та використовувати для їзди підніжки й виступи транспортних засобів.

3.2. Під час канікул, перебуваючи вдома, на вулиці, в спеціалізованих установах, приміщеннях, транспорті здобувачі освіти повинні виконувати правила пожежної безпеки:

- не користуватися вогнебезпечними предметами, що можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, бенгальські вогні, феєрверки, цигарки, легкозаймісті речовини, вогнезаймісту рідину тощо);

- користуватися газовою плитою вдома тільки із спеціалізованим електричним приладом для вмикання і під наглядом дорослих;

- заборонено застосовувати горючі матеріали; зберігати бензин, газ та інші легкозаймісті горючі рідини, приносити їх до приміщення; застосовувати в оформлені приміщень, декорацій та сценічного обладнання предмети, виготовлені з горючих синтетичних матеріалів, штучних тканин і волокон (пінопласту, поролону, полівінілу тощо); застосовувати відкритий вогонь (факели, свічки, феєрверки, бенгальські вогні тощо), хлопавки, дугові прожектори;

влаштувати світлові ефекти із застосуванням хімічних та інших речовин, які можуть викликати загоряння; встановлювати стільці, крісла тощо, конструкції з пластмас і легкозаймистих матеріалів, а також захищати предметами проходи та аварійні виходи;

- не брати на вулиці чи в іншому місці незнайому чи чужу побутову техніку, не вмикати її у розетку вдома чи в інших установах – це може призвести до вибуху та надзвичайної ситуації;

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

- не збиратися біля проходів у громадських установах, входах та виходах, у приміщеннях вестибюлю;

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

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

- під час святкування Нового року вдома або інших закладах дотримуватися вимог протипожежної безпеки; не приходити на свято в одязі з легкозаймистого матеріалу, не просоченого вогнезахисною сумішшю; під час святкування не наближатися до новорічної ялинки, в її сторону категорично заборонено кидати будь-які предмети; не можна прикрашати ялинку іграшками, гірляндами не фабричного, або низької якості виробництва; заборонено використовувати відкритий вогонь під час новорічних свят (факели, свічки, феєрверки, бенгальські вогні, хлопаки тощо); не можна застосовувати для оформлення приміщень декорації та обладнання, виготовлені з горючих синтетичних матеріалів, штучних тканин і волокон (пінопласту, поролону, полівінілу тощо).

3.3. Під час канікул, перебуваючи вдома, на вулиці, в спеціалізованих установах, громадських місцях, приміщеннях, транспорті та ін. здобувачі освіти повинні виконувати правила з попередження нещасних випадків, травмування, отруєння тощо:

3.3.1. Дотримуватися правил поведінки на водних об'єктах влітку:

- здобувачам освіти заборонено наближатися й перебувати біля водоймищ без супроводу дорослих для запобігання утоплення дітей;

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

3.3.2. Дотримуватися правил поведінки на водних об'єктах взимку:

- заборонено виходити на льодову поверхню замерзлого водоймища;

*Якщо ви провалилися на льоду річки або озера:*

- широко розкиньте руки по крайкам льодового пролому та утримуйтеся від занурення з головою.

- намагайтеся не обламувати крайку льоду, без різких рухів вибирайтеся на лід, наповзаючи грудьми і по черзі витягаючи на поверхню ноги. Головне - пристосовувати своє тіло для того, щоб воно займало найбільшу площу опори.

- вибравшись із льодового пролому, відкотіться, а потім повзвіть в той бік, звідки ви прийшли і де міцність льоду, таким чином, перевірена. Незважаючи на те, що вогкість і холод штовхають вас побігти і зігрітися, будьте обережні до самого берега, а там не зупиняйтеся, поки не опинитеся в теплі.

*Якщо на ваших очах на льоду провалилася людина:*

- негайно сповістіть, що йдете на допомогу. Підкладіть під себе лижі, дошку, фанеру (це збільшить площу опори) і повзвіть на них. Наближайтесь до ополонки тільки повзком, широко розкидаючи при цьому руки. До самого краю ополонки не підповзайте, інакше у воді опиняться вже двоє. Ремені, шарфи, дошка, жердина, санки або лижі допоможуть врятувати людину. Кидати пов'язані ремені, шарфи або дошки треба за 3-4 метра.

- якщо ви не один, тоді узявши один одного за ноги, лягайте на лід ланцюжком і рухайтесь до пролому. Дійте рішуче і швидко - постраждалий швидко мерзне в крижаній воді, мокрий одяг тягне його донизу.

- подавши постраждалому підручний засіб порятунку, витягайте його на лід і повзвіть з небезпечної зони. Потім укрийте його від вітру і якнайшвидше доставте в тепле місце, розітріть, переодягніть в сухий одяг і напоїть чаєм.

3.3.3. Для того, щоб не потрапити в біду та уникнути травмування, необхідно дотримуватись основних правил безпеки:

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

- заборонено вживати алкоголь, наркотичні засоби, тютюнові вироби, стимулятори;

- заборонено брати в руки, нюхати, їсти незнайомі дикі рослини чи паростки квітів, кущів, дерев, що може призвести до отруєння;

- пересуватися по тротуарам взимку слід обережно, спокійно. Йти по розчищених доріжкам і там де посипано піском та ін., щоб уберегтись від падіння;

- проходячи повз будинки чи біля високих дерев, необхідно впевнитись у відсутності загрози падіння льодових наростів;

- не ходити під дахом будівель, а також під балконами;

- не слід заходити за межі встановлених попереджувальних огорож;

- не підходити на вулиці до обірваних, обвислих проводів, або проводів, які стирчать, а особливо, якщо від них іде гудіння – дані проводи можуть бути ще підживлені електрострумом;

- не підходити до щитових, не залазити на стовпи з високовольтними проводами – удар електрострумом від високовольтних живлень можна отримати на відстані 5 м;

- слід бути обережним на дитячих майданчиках, у парках відпочинку: спочатку переконавшись, що гойдалки, атракціони, турніки та інші прилади справні, сильно не розгойдуватися й не розгойдувати інших, щоб не призвести до падіння чи іншого травмування;

- не виходити на дах багатоповерхівки для попередження падіння із висоти;

- не підходити до відчинених вікон, не нахилятися на перила, парапети сходинок для запобігання падіння із висоти;

- не спускатися у підвали будинків чи інші підземні ходи, катакомби, бомбосховища – там може бути отруйний газ;

- не вступати в контакт із незнайомими тваринами для запобігання отримання укусів від хворих на сказ тварин;

- застосовувати всі знання й правила, отримані на заняттях з основ здоров'я, виховних годинах, уроках.

3.4. Під час канікул здобувачі освіти повинні дотримуватися правил безпеки життєдіяльності під час самостійного перебування вдома, на вулиці, громадських місцях, у друзів, на молодіжних дискотеках, у замкнутому просторі із чужими людьми щодо попередження правопорушень та насильства над дітьми:

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

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

- перебувати без супроводу дорослих на вулиці дітям до 10-ти років можна до 20 год., до 14-ти років – до 21 год., до 18-ти років – до 22 год. У темну пору року – із настанням темряви;

- діти мають право не відчиняти дверей дому навіть представникам правоохоронних органів. Якщо незнайомиць запитує, чи скоро прийдуть батьки, слід повідомити, що скоро – вони у сусідів, тим часом зателефонувати батькам, а двері незнайомцям не відчиняти;

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

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

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

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

- всеукраїнські гарячі лінії підтримки дітей та молоді України: Національна дитяча «гаряча» лінія – 0-800-500-225, 11-61-11; Система з надання безоплатної правової допомоги – 0-800-213-103.

3.5. Під час канікул здобувачі освіти повинні виконувати правила із запобігання захворювань на грип, інфекційні, кишкові захворювання, педикульоз тощо:

- при нездужанні не виходити з дому, щоб не заражати інших людей, викликати лікаря;

- хворому виділити окреме ліжко; посуд, білизну;

- приміщення постійно провітрювати;

- у разі контакту із хворим одягати марлеву маску;

- хворому дотримуватися постільного режиму;

- вживати заходів профілактики: їсти мед, малину, цибулю, часник; чітко виконувати рекомендації лікаря;

- перед їжею мити руки з милом;

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

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

- не вживати самостійно медичних медикаментів і препаратів, не рекомендованих лікарем;

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

#### 4. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПІСЛЯ ЗАВЕРШЕННЯ КАНІКУЛ

4.1. Приступити до освітнього процесу, не порушуючи терміни завершення канікул.

4.2. У разі перебування учня вдома по завершенню терміну канікул батьки (або особи, які їх замінюють) надають класному керівнику письмове пояснення про причини відсутності або медичну довідку закладу охорони здоров'я.

#### 5. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ПРИ ВИНИКНЕННІ НАДЗВИЧАЙНОЇ АБО АВАРІЙНОЇ СИТУАЦІЇ

5.1. Якщо стався нещасний випадок, зателефонуйте батькам, коротко опишіть ситуацію, повідомте про місце свого перебування. За можливості слід звернутися до дорослих.

5.2. За змогою залиште територію аварійної небезпеки.

5.3. Якщо аварійна ситуація вийшла з-під контролю дорослих, не можна панікувати, пам'ятаючи, що безпека твого життя залежить від тебе. Слід правильно оцінити ситуацію і діяти в руслі правил та вимог даної інструкції з безпеки життєдіяльності, зателефонувати в служби екстреної допомоги за телефонами: 101 — пожежна охорона; 102 — поліція; 103 — швидка медична допомога; 104 — газова служба; коротко описати ситуацію, назвати адресу, де відбулася надзвичайна ситуація, а також своє прізвище, ім'я, номер свого телефону.

5.4. Якщо ви погано почуваєтеся, а дорослих поряд немає, слід викликати швидку медичну допомогу за номером 103, описати свій стан, назвати номер свого телефону, домашню адресу, прізвище, ім'я, а також зателефонувати батькам.

5.5. Якщо у вас сухий кашель, підвищена чи висока температура (тобто температура 37,3 °C і більше), проконсультуйтеся із сімейним лікарем щодо подальшого протоколу лікування. Залишайтеся вдома та самоізолюйтеся. Носіть маску й уникайте близького контакту (не ближче ніж 1,5 м) з членами сім'ї.

5.6. Якщо у вас температура понад 38 °C і ускладнене дихання — викличте швидку допомогу за телефоном «103».

**Керівник структурного підрозділу:  
Ознайомлений(а):**

**Н.МАЙБА**