

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
Свердловской области  
«Нижнетагильский строительный колледж»

СОГЛАСОВАНО:

Председатель профкома  
ГАПОУ СО «НТСК»

 Н.В.Пермякова

« 01 » 09 2016 год

УТВЕРЖДАЮ:

И.о. директора  
ГАПОУ СО «НТСК»

 О.И.Трубина

« 01 » 09 2016 год



**ИНСТРУКЦИЯ**  
**по правилам безопасности студентов во время каникул**  
**ПБ-094-2016**

## Инструкция по правилам безопасности студентов во время каникул

---

### **Во время прогулки в период каникул возможны следующие опасные факторы:**

- падение с транспортных средств и попадание под машины;
- переломы, ушибы, вывихи и т.д.;
- ожоги, полученные при пожарах;
- утопление, попадание на воде под скутера, моторные лодки, катера и пр.

### **Во время прогулки по городу и другим населенным пунктам соблюдайте следующие требования безопасности:**

- планируйте безопасный маршрут до места назначения и используйте его. Выбирайте хорошо освещенные улицы и избегайте прохождения мимо пустынных участков земли, алей и строительных площадок. Идите длинным путем, если он безопасный;
- знайте свой район: узнайте, какие магазины, кафе, рестораны и другие учреждения открыты до позднего времени и где находится милиция, опорный пункт правопорядка, комнат приема участкового инспектора, пост охраны и т.д.;
- не щеголяйте дорогими украшениями или одеждой, сотовыми телефонами, крепче держите сумки;
- идите навстречу движению транспорта, если нет пешеходного тротуара, так вы сможете видеть приближающиеся машины;
- если вы подозреваете, что кто-то преследует вас, перейдите улицу и направьтесь в ближайший хорошо освещенный район. Быстро дойдите или добегите до какого-нибудь дома или магазина, чтобы вызвать милицию. Если вы напуганы, кричите о помощи;
- никогда не путешествуйте, пользуясь попутными автомобилями, отходите дальше от остановившегося около вас транспорта;
- не забывайте сообщать родителям, с кем и куда вы пошли, когда вернетесь, если задерживаетесь, то позвоните и предупредите;
- всегда соблюдайте правила поведения на дорогах.

### **При пользовании велосипедом:**

При езде на велосипеде по дорогам и улице с автомобильным движением необходимо соблюдать следующие правила:

- пользуйтесь велосипедом, подходящем вашему росту;
- не перевозите предметы, мешающие управлять велосипедом;
- нельзя ездить на велосипеде вдвоем, без звонка и с неисправным тормозом;
- не отпускайте руль из рук;
- не делайте на дороге левый поворот;
- нельзя ехать с близко идущим транспортом, цепляться за проходящий транспорт.

### **При пользовании железнодорожным транспортом будьте бдительны и соблюдайте правила личной безопасности:**

- находясь на путях и при переходе через железнодорожные пути, будьте особо внимательны, осмотритесь, не идут ли поезда по соседним путям;
- будьте осторожны, контактные сети находятся под напряжением 3300 вольт и прикосновение к проводам и деталям контактной сети и электрооборудованию электропоездов является опасным для жизни и вызывает поражения электрическим током с тяжелыми последствиями.

### **Запрещается:**

- цепляться за проходящий транспорт. Ездить на подножках;
- выходить из транспорта на ходу.

### **При пользовании автобусом, трамваем и метро:**

- старайтесь пользоваться хорошо освещенными и часто используемыми остановками;
- старайтесь сидеть рядом с кабиной водителя в автобусе, троллейбусе или трамвае;
- не засыпайте, будьте бдительны;
- в метро и на остановках электропоезда стойте за разметкой от края платформы;
- во время ожидания стойте с другими людьми или рядом с информационной будкой;
- будьте бдительны насчет тех, кто выходит из троллейбуса, автобуса, трамвая, метро вместе с вами или подсаживает вас в транспорт, следите за своими карманами, сумки держите перед собой. Если чувствуете себя неудобно, то идите прямо к людному месту.

### **Правила поведения в местах массового отдыха:**

- в местах массового отдыха распитие спиртных напитков, выражение нецензурными словами, курение запрещено. Соблюдайте вежливость с ровесниками и взрослыми. Не вступайте в конфликтные ситуации;
- отправляясь в кинотеатр, на стадион, не берите с собой объемных сумок, портфелей, они могут помешать вам в толпе. Ваша одежда должна быть удобной и недорогой. Стремление уберечь дорогую одежду может пойти в разрез с требованиями безопасности;
- приходите заранее, чтобы избежать толпы при входе;
- старайтесь приобрести билеты с местами, расположенными недалеко от выходов, но не на проходах;
- во время входа в зал не приближайтесь к дверям и ограждениям, особенно на лестницах вас могут сильно прижать к ним;
- на концертах избегайте нахождения в первых рядах: здесь самое громкое звучание, утомляющее и притупляющее реакцию, именно здесь обычно скапливаются поклонники артистов, отсюда начинаются беспорядки;
- заняв место, сразу оцените возможность добраться до выхода. Подумайте, сможете ли вы сделать это в темноте;
- если в зале начались беспорядки, уйдите, не дожидаясь окончания концерта. Контроль массовых беспорядков – дело неподдающееся прогнозу, не кричите, не конфликтуйте;
- если вы оказались в толпе, ни в коем случае не давайте сбить себя с ног, не позволяйте себе споткнуться – подняться вы уже не сможете;
- старайтесь держаться в середине людского потока, не ищите защиты у стен и ограждений – вас могут сильно прижать и покалечить;
- не предпринимайте активных действий, держите руки согнутыми в локтях, оберегая грудную клетку от сдавливания, пусть толпа сама несет вас;
- если вы упали, сгруппируйтесь, защищая голову руками;
- выбравшись из здания, постарайтесь двигаться домой по обходному пути, чтобы избежать повторной давки при входе в метро или посадке в другой транспорт.

### **О мерах предосторожности на воде:**

Чтобы избежать несчастного случая, надо знать и соблюдать меры предосторожности на воде:

- не употреблять спиртные напитки во время купания и не жевать жвачку во время нахождения в воде;
- для купания лучше выбирать места, где чистая вода, ровное песчаное дно, небольшая глубина, нет сильного течения и водоворотов, нет проезжающего по воде транспорта;
- начинать купаться следует при температуре воздуха +20-25\*, воды +17-19\*С. Входить в воду надо осторожно, на неглубоком месте остановиться и окунуться с головой;
- в воде можно находиться 10-15 минут. Ни в коем случае не доводить себя до озноба, это вредно для здоровья. От переохлаждения в воде появляются опасные для жизни судороги, сводит руки и ноги. В таком случае нужно плыть на спине. Если растеряться и перестать плыть, то можно утонуть. Часто вода попадает в дыхательное горло и мешает дышать. Чтобы избавиться от нее, нужно немедленно

остановиться, поднять голову как можно выше над водой и сильно откашляться;

– плавая при волнении поверхности воды, нужно внимательно следить за тем, чтобы вдох происходил в промежутках между волнами. Плавая против волн, следует спокойно подниматься на крутую волну и скатываться с нее. Не заходить в воду при сильных волнах. Попад в сильное течение, не надо плыть против него, иначе можно легко выбиться из сил. Лучше плыть по течению, постепенно приближаясь к берегу;

– не ходить к водоему одному. Сидя на берегу закрывать голову от перегрева и солнечных ударов;

– никогда не следует подплывать к водоворотам – это самая большая опасность на воде. Она затягивает купающегося на большую глубину и с такой силой, что даже опытный пловец не всегда в состоянии выплыть. Попад в водоворот, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и сделайте сильный рывок в сторону по течению, всплывайте на поверхность. Запутавшись в водорослях, не делайте резких движений и рывков, иначе петли растений еще туже затянутся. Лучше лечь на спину и постараться мягкими, спокойными движениями выплыть в ту стороны, откуда приплыли. Если и это не поможет, то нужно, подтянув ноги, осторожно освободиться от растений руками;

– опасно подплывать к идущим пароходам, катерам, вблизи которых возникают различные водовороты, волны и течения;

– еще более опасно нырять в места неизвестной глубины, так как можно удариться головой о песок, глину, сломать себе шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть. Не менее опасно прыгать головой в воду с плотов, пристани и других плавучих сооружений. Под водой могут быть сваи, рельсы, камни и осколки стекла. Нырять можно лишь там, где имеется для этого достаточная глубина, прозрачная вода, ровное дно;

– важным условием безопасности является соблюдение правил при катании на лодке. Нельзя выходить на озеро, реку на неисправной и полностью не оборудованной лодке, садиться на ее борта, пересаживаться с одного места на другое, а также переходить с одной лодки на другую, вставать во время движения. Если не умеете плавать, необходимо иметь спасательные средства. Не находиться на крутых берегах с сыпучим песком, чтобы не быть засыпанным. Необходимо помнить, что соблюдение мер предосторожности – главное условие безопасности.

### **При посещении леса необходимо соблюдать следующие правила:**

– не ходить в лес одному;

– пользоваться компасом, не ходить в лес в пасмурную или дождливую погоду;

– надевать резиновую обувь, брюки или спортивные штаны, заправив их в сапоги, от укусов змей и насекомых;

– надевать головной убор, закрывать шею и руки от попадания клещей;

– пробираться через кусты и заросли осторожно, плавно раздвигая ветки и плавно отпуская их;

– не курить, не разжигать костры во избежание пожара, не мусорить, пустые бутылки и осколки могут привести к возникновению пожара;

– помните, что лесные пожары являются чрезвычайно опасными. Причинами их возникновения становится неосторожное обращение с огнем, нарушение правил пожарной безопасности, самовозгорание сухой растительности и торфа, а также разряд атмосферного электричества. Лесные пожары имеют сильное психологическое воздействие на людей. Паника является причиной значительного числа жертв. При лесном пожаре надо опасаться высокой температуры, задымленности, падения обгоревших деревьев и провалов в подгоревшем грунте.

**КОНТРОЛЬНЫЙ ЛИСТ № \_\_\_\_\_**  
**инструктажа по правилам безопасности студентов во время каникул**

Подразделение \_\_\_\_\_

Фамилия и должность проводившего инструктаж \_\_\_\_\_

Дата проведения инструктажа \_\_\_\_\_, инструкция № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

Инструктаж получен, усвоен, в чем расписываемся:

№ п/п	Фамилия, инициалы	Факультет, курс, группа	Подпись

Инструктаж по охране труда провел \_\_\_\_\_