



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ВІДОКРЕМЛЕНИЙ СТРУКТУРНИЙ ПІДРОЗДІЛ
«КРИВОРІЗЬКИЙ ТЕХНІЧНИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ
ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ЕКОНОМІКИ І ТЕХНОЛОГІЙ»



ІНСТРУКЦІЯ № 4-С

з безпеки життєдіяльності для студентів коледжу під час літніх канікул

1. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів перед початком літніх канікул

1.1. Інструкцію розроблено відповідно до Положення про організацію з охорони праці та безпеки життєдіяльності учасників освітнього процесу в установах і закладах освіти, затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 26.12. 2017 р. № 1669, Правил пожежної безпеки для навчальних закладів та установ системи освіти України, затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 15.08.2016 № 974 та Правил дорожнього руху України.

1.2. Ця інструкція з безпеки життєдіяльності для студентів коледжу під час літніх канікул складена з метою проведення інструктажу зі студентами, з обов'язковою відміткою у відповідному журналі.

1.3. Виконання даного інструктажу з безпеки життєдіяльності поширюється на літні канікули і є обов'язковим для всіх студентів коледжу.

1.4. Основними небезпечними факторами, які можуть спричинити травми, є:

- порушення правил дорожнього руху;
- порушення правил електробезпеки;
- порушення правил протипожежної безпеки, в тому числі ігри з вогнем;
- порушення правил особистої безпеки;
- порушення правил особистої гігієни та охорони здоров'я (вживання неякісної води і т.п.);
- сонячні опіки і сонячні теплові удари;
- ігри з невідомими предметами, що довго лежали в землі;
- укуси кліща;
- катання на воді без супроводу дорослих;
- самостійні походи в ліс, гори;
- тривале перебування біля комп'ютера, комп'ютерна ігрова залежність;
- вживання лікарських препаратів без призначення лікаря;
- паління, вживання алкогольних напоїв.

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

1.6. Перед початком літніх канікул адміністрація коледжу чітко визначає терміни початку та закінчення канікул.

1.7. У разі продовження (скорочення) канікул, адміністрація коледжу повинна завчасно сповістити студентів про встановлення нового терміну канікул.

1.8. Студенти повинні бути завчасно ознайомлені з планом проведення канікул та брати активну участь у запланованих заходах.

1.9. У разі неможливості, з поважних причин або сімейних обставин, взяти участь у запланованих заходах під час канікул або вчасно приступити до навчальних занять після канікул, студенти або батьки повинні попередити про це адміністрацію коледжу, надавши заяву чи медичну довідку, що підтверджує причину.

2. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів під час літніх канікул

2.1. Правила безпечної поведінки на дорозі:

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

2.1.2. За межами населених пунктів, рухаючись узбіччям чи краєм проїжджої частини, слід іти назустріч руху транспортних засобів;

2.1.3. Переходити проїжджу частину можна тільки по пішохідних переходах, зокрема підземних і наземних, а у разі їх відсутності – на перехрестях по лініях тротуарів або узбіччя;

2.1.4. У місцях, де рух регулюється технічними засобами чи регулювальниками, треба керуватися тільки сигналами регулювальника чи світлофора;

2.1.5. Виходити на проїжджу частину із-за транспортних засобів можна, упевнившись, що не наближаються інші транспортні засоби;

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

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

2.1.8. 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;

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

2.1.10. Заборонено під час літніх канікул кататися на велосипедах, мопедах, роликах тощо, які не відповідають технічним умовам (несправне рульове управління, відсутні або несправні гальма, відсутні світлоповертачі, тощо) для запобігання ДТП;

2.1.11. Для запобігання ДТП, категорично заборонено кататися на велосипедах, мопедах, роликах тощо на проїжджій частині дороги, катання повинне здійснюватись у спеціально відведених для цього місцях;

2.1.12. Категорично заборонене катання на роликах, велосипедах, тощо з гірок із виїздом на проїжджу частину дороги;

2.1.13. У жодному разі не можна чіплятися за задню частину автомобіля, з метою покататися по проїжджій частині дороги – ці дії визначені найвищою категорією небезпеки, що може призвести до травмування й загибелі;

2.1.14. На велосипедах дозволено кататися на проїзdnій частині вулиці по велосипедних доріжках, позначених відповідними знаками та розміткою;

2.1.15. Пересуваючись громадським транспортним засобом, необхідно сидіти або стояти, тримаючись за поручень або інше пристосування;

2.1.16. Заборонено пересуватися (пішки, на велосипеді і т.і.) по залізничних коліях. Заборонено перебувати у вагонах, які знаходяться на відстої у депо, або тимчасово не використовуються, а також знаходитись зверху на вагонах;

2.1.17. Студенти повинні виконувати зазначені правила, Правила дорожнього руху України, а також застосовувати знання, які вони отримали на заняттях з БЖД, виховних годинах або у інших навчальних спеціалізованих установах.

2.2. Правила пожежної безпеки

2.2.1. Користуватися газовою плитою вдома можна лише після перевірки справності витяжної вентиляції та відсутність витоку газу. У разі виявлення витоку газу в кімнаті – негайно залишити її не вмикаючи і не вимикаючи електричного освітлення чи будь-яких електричних приладів та не використовуючи вогню. Зателефонувати за номером 104;

2.2.2. Під час участі у масових розважальних заходах студенти не повинні мати вогненебезпечні предмети, що можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, феєрверки, цигарки, легкозаймісті речовини, вогнезаймісту рідину тощо);

2.2.3. Під час організації святкових розважальних заходів забороняється:

- затемнювати вікна приміщень, застосовуючи горючі матеріали;
- зберігати бензин, газ та інші легкозаймісті горючі рідини, приносити їх до приміщення;
- застосовувати предмети оформлення приміщень, декорації та сценічне обладнання, виготовлене з горючих синтетичних матеріалів, штучних тканин і волокон (пінопласту, поролону, полівінілу тощо);
- застосовувати відкритий вогонь (факели, свічки, феєрверки, бенгальські вогні тощо) та 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;

- захаращувати предметами проходи, вікна та аварійні виходи;

2.2.4. Забороняється брати до рук знайдені на вулиці чи в іншому місці будь-які предмети, в т.ч. телефони та іншу побутову техніку – це може призвести до вибуху;

2.2.5. Необхідно дотримуватись безпечної відстані від працюючих електроприладів, музичної апаратури і т.і., які живляться електричним струмом. У разі виявлення обірваних проводів, неізолюваної проводки, іскріння проводки, слід негайно повідомити відповідальних осіб. Вмикати і вимикати живлення електроприладів можна тільки сухими руками;

2.2.6. Не дозволяється скупчуватися біля входів (виходів) та приміщеннях вестибюлю громадських установ де проводяться масові заходи;

2.2.7. Під час участі у масових заходах не заважати іншим учасникам та глядачам, не створювати травмонебезпечних ситуацій, дотримуватись правила пожежної безпеки;

2.2.8. У разі виникнення пожежної небезпеки: наявності вогню, іскріння, диму – негайно вийти з приміщення на повітря або відійти на безпечну відстань та викликати службу пожежної охорони (телефон 101) назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описавши ситуацію: наявність вогню, диму, кількість людей у приміщенні, свій номер телефону.

2.3. Попередження нещасних випадків, травмування, отруєння, тощо

2.3.1. Заборонено купатися у водоймищах (річках, озерах, ставках і т.і.) у неперевіренних відповідними службами місцях та без супроводу інших повнолітніх осіб. Студентам, які не вміють плавати не можна купатися на глибині понад 1,2 м.

2.3.2. Заборонено наближатися й перебувати біля будівельних майданчиків, кар'єрів, закинутих напівзруйнованих будівель для попередження обрушень будівельних конструкцій на людей;

2.3.3. Заборонено під час масових заходів курити, вживати алкоголь, наркотичні засоби, стимулятори;

2.3.4. Необхідно уникати вживання в їжу грибів у будь якому вигляді;

2.3.5. Заборонено брати в руки, нюхати, їсти незнайомі дикі рослини чи паростки квітів, кущів, дерев;

2.3.6. Беручи участь в іграх та розвагах не створювати хаотичного руху, не штовхатися, не кричати. На вулиці бути обережним, дивитися під ноги, щоб не впасти в яму чи відкритий каналізаційний люк;

2.3.7. Не підходити на вулиці до обірваних, обвислих проводів, або проводів, які стирчать з під землі – дані проводи можуть бути під електрострумом;

2.3.8. Не підходити до електрощитових, не заходити в них, не залазити на стовпи з високовольтними проводами – отримати ураження електрострумом від високовольтних ліній можна на відстані 5 м від них;

2.3.9. Обережно поводитись на спортивних майданчиках, у парках відпочинку: спочатку необхідно переконатися, що атракціони, турніки та інші прилади справні;

2.3.10. Не виходити на дах багатоповерхових житлових будинків або інших споруд;

2.3.11. У висотних будинках не підходити до відчинених вікон, не нахилитися на перила, парапети сходинок для запобігання падіння з висоти;

2.3.12. Не спускатися у незнайомі підвали будинків чи інші підземні ходи, катакомби, бомбосховища – там може бути отруйний газ та вибухові речовини;

2.3.13. Не вступати в контакт із незнайомими тваринами для запобігання отримання укусів від хворих на сказ тварин;

2.3.14. Застосовувати всі знання та дотримуватися правил, отриманих на заняттях з БЖД, виховних годинах.

2.4. Правила попередження правопорушень та насильства

2.4.1. Не розмовляти й не вступати в контакт із незнайомцями, зокрема, не передавати їм цінні речі, ключі від дому, навіть якщо вони назвалися представниками поліції чи інших правоохоронних органів;

2.4.2. Не сідати в автомобілі із незнайомцями, навіть якщо вони пропонують вас підвезти;

2.4.3. Не перебувати на вулиці після 22 год. без супроводу повнолітніх громадян;

2.4.4. Не відчиняти двері дому незнайомим людям, навіть якщо вони назвалися представниками комунальних служб чи правоохоронних органів і показали відповідне посвідчення.

Потрібно негайно зателефонувати черговому поліції (телефон 102) та повідомити про даний факт;

2.4.5. Не брати участі в суперечках і не провокувати словами чи діями агресивної поведінки оточуючих - це може призвести до бійки або травми; у стосунках із оточуючими слід поводитись толерантно;

2.4.6. Не заходити в під'їзд або ліфт разом із незнайомими людьми та негайно кликати на допомогу, якщо незнайомиць провокує якісь дії щодо вас. Бути уважними, оглядатися й перевіряти, чи не слідує за вами хтось під час проходження темних провулків, підземних переходів між будинками й тунелями. Якщо за вами хтось іде, необхідно зупинитися й відійти у сторону, щоб потенційний переслідувач пройшов повз вас та звернутися по допомогу;

2.4.7. Під час перебування на масовому заході, потрібно завчасно попередити батьків, у крайньому разі інших родичів чи знайомих, про ваше місце перебування та час ймовірного повернення додому. Керуватися загальними правилами етикету й нормами

поведінки, не провокувати оточуючих на агресивну поведінку рухами й словами. У разі небезпечної ситуації потрібно звертатися до служби охорони закладу, викликати поліцію (телефон 102), зателефонувати батькам;

2.4.8. Не вчиняти дії, що можуть призвести до кримінальних правопорушень. За злочини, вчинені після 14-річного віку, громадяни підпадають під кримінальну відповідальність.

2.5. Правила запобігання інфекційних та інших захворювань

2.5.1. При нездужанні не виходити з дому, щоб не заражати інших людей, викликати лікаря;

2.5.2. Хворий повинен бути максимально ізольований від оточуючих, мати окреме ліжко, посуд, білизну;

2.5.3. Приміщення необхідно постійно провітрювати;

2.5.4. У разі необхідності контакту із хворим обов'язково одягати марлеву маску;

2.5.5. Хворому потрібно дотримуватися постільного режиму;

2.5.6. Необхідно вживати заходів профілактики: їсти мед, малину, цибулю, часник; чітко виконувати рекомендації лікаря;

2.5.7. Перед їжею мити руки з милом;

2.5.8. Не їсти брудних овочів та фруктів, ретельно їх мити й ошпарювати;

2.5.9. 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;

2.5.10. Не вживати самостійно медичних медикаментів і препаратів, не рекомендованих лікарем;

2.5.11. Якщо ви погано почуваетесь, слід викликати швидку медичну допомогу (телефон 103), описавши свій стан, назвавши номер свого телефону, домашню адресу, прізвище, ім'я, а також зателефонувати батькам.

3. Вимоги безпеки життєдіяльності при виникненні надзвичайної або аварійної ситуації

3.1. Не панікувати, не кричати, не метушитися, чітко й спокійно виконувати вказівки дорослих або спеціалістів, які перебувають поряд.

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

3.3. Якщо ситуація вийшла з-під контролю дорослих, слід зателефонувати в служби екстреної допомоги за телефонами:

101 – пожежна охорона;

102 – міліція;

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.

3.4. За можливості слід залишити територію надзвичайної або аварійної ситуації.

3.5. Літні небезпеки:

- тепловий і сонячний удар;

- укуси кліща;

- вжалила бджола чи оса;

- допомога при утопленні.

Перебуваючи довгий час на сонці, людина може навіть втратити свідомість. У цьому випадку необхідно перевірити пульс і переконатися в наявності дихання. При відсутності їх ознак відразу зробіть штучне дихання. Потім перемістіть його в прохолодне приміщення, підніміть ноги і покладіть під коліна валик з одягу. На голову покладіть рушник змочений холодною водою. Якщо людина не приходить в

свідомість викликайте швидку, покладіть постраждалого на бік, щоб виключити потрапляння блювоти в дихальні шляхи. Якщо людина у свідомості напоїти його міцним холодним чаєм.

Якщо ви проводите багато часу на сонці, то у вас є високий ризик отримати теплове виснаження, які може миттєво перейти в тепловий удар. Уважно слухайте сигнали свого тіла, і при поганому самопочутті обов'язково прийміть негайні заходи для того, щоб знизити температуру тіла.

Не забувайте, що тепловий удар — серйозний стан, яке може загрожувати життю людини.

Навесні і на початку літа, в лісі, в чагарнику у високій траві, існує ймовірність укусу *кліщів*. Для видалення кліща бажано звернутися в медичний заклад, але можна видалити його самостійно або за допомогою дорослих. Захоплюєте кліща пінцетом якомога ближче до хоботка, а потім не поспішаючи, обертаючи його навколо осі витягають. Якщо головка відривається і залишається в ранці, то її треба продезинфікувати спиртом і витягти стерильною голкою, на подобию як це робиться при занозі.

Нерідкі влітку на природі укуси *бджіл і диких ос*. Насамперед необхідно витягнути жало. Потім по можливості дати потерпілому антигістамінний препарат і при необхідності знеболювальне. Уражену ділянку промити холодною водою і прикласти холодний компрес. Це зменшує набряклість і знімає біль. При підвищенні температури дати прийняти жарознижуюче. Корисно рясне пиття. У загальному випадку укуси бджіл і ос не смертельні. Але, якщо на них існує алергія, то наслідки можуть бути дуже серйозними. Аж до задухи, судом та втрати свідомості. У таких випадках виклик «швидкої» обов'язковий.

Вода не тільки друг людини, вона може бути і причиною трагедії. *Утоплення* - це один з видів механічної асфіксії, при якому механічним чинником є будь-яка рідина (вода, вино, нафта тощо), яка потрапляє в дихальні шляхи. Для того, щоб людина загинула від утоплення, необов'язковим є занурення тіла у велике водоймище. Людина може втопитися навіть у калюжі, тазу, діжці тощо. Це можливо у випадках, коли людина в стані сильного алкогольного сп'яніння або, наприклад, під час епілептичного нападу потрапляє обличчям у калюжу води.

Відразу ж після вилучення потонулого з води - перевернути його обличчям вниз і опустити голову нижче таза. Очистити рот від стороннього вмісту і слизу. Різко натиснути на корінь язика. При появі блювотного і кашльового рефлексів - домогтися повного видалення води з дихальних шляхів і шлунка. Якщо нема ні блювотних рухів і кашлю - покласти на спину і приступити до реанімації. При появі ознак життя - перевернути обличчям вниз і видалити воду з легенів і шлунка. Викликати "швидку допомогу".

4. Вимоги безпеки після закінчення літніх канікул

4.1.З'явитися на перший навчальний день в охайному вигляді.

4.2.Пройти вступний інструктаж з безпеки життєдіяльності в коледжі, з обов'язковою відміткою у журналі обліку навчальних занять (на окремій сторінці).

Інженер з охорони праці
та відповідальний за пожежну безпеку



Олена СУВОРОВА