

# Інструкція з безпеки життєдіяльності учнів під час літніх канікул

## 1. Загальні положення

1.1. Інструкція з безпеки життєдіяльності під час літніх канікул поширюється на всіх здобувачів освіти.

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

1.3. Всі учасники навчально-виховного процесу повинні знати правила надання першої (домедичної) допомоги при характерних ушкодженнях, мати необхідні знання і навички користування медикаментами (Інструкція № 3 з надання першої медичної допомоги потерпілим).

1.4. Рекомендовано підтримку:

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

## 2. Відповідальність неповнолітніх та їх батьків за скоєні правопорушення та злочини:

- неповнолітніми у кримінальному праві вважаються особи віком до 18-ти років. За злочини, вчинені після досягнення 14-річного віку неповнолітні підлягають кримінальній відповідальності: позбавлення волі строком до 10-ти років. Найбільш суворим заходом виховного характеру може бути направлення до спеціальних навчально-виховних установ, що здійснюється примусово, незалежно від бажання неповнолітнього чи його батьків;
- батьки неповнолітніх, які не займаються вихованням своїх дітей, підлягають адміністративному штрафу в розмірах, передбачених відповідною статтею Карного кодексу України.

## 3. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час літніх канікул.

3.1. Дотримуватись правил дорожнього руху:

- рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, притримуючись правого боку; за межами

населених пунктів рухатись узбіччям чи краєм проїжджої частини, назустріч руху транспортних засобів;

- переходити проїжджу частину тільки по пішохідних переходах, зокрема підземних і наземних, а у разі їх відсутності - на перехрестях по лініях тротуарів або узбіч;
- у місцях із регульованим рухом керуватися тільки сигналами світлофора;
- виходити на проїжджу частину за транспортним засобом, упевнившись, що не наближаються інші транспортні засоби;
- чекати на транспортний засіб тільки на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, узбіччях, не створюючи перешкод для дорожнього руху;
- у разі наближення транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком червоного або синього кольору чи спеціальним звуковим сигналом, треба утриматися від переходу проїжджої частини або негайно залишити її;
- категорично заборонено вибігати на проїжджу частину, влаштовувати на ній або поблизу неї ігри, переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом, або в невстановлених місцях;
- по проїжджій частині дороги рухатися на велосипеді можна тільки дітям, які досягли 16-ти років, мопеди й велосипеди повинні бути обладнані звуковими та світловими сигналами, водій повинен бути у захисному шоломі;
- водіям мопедів і велосипедів забороняється керувати транспортом із несправними гальмами, звуковим сигналом, рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, їздити не тримаючись за кермо та знімати ноги з педалей, перевозити пасажирів, буксирувати інші транспортні засоби;
- для катання (скейтборд, самокат, ролики тощо) слід обирати місце на дитячих майданчиках, на проїжджу частину виїжджати заборонено.

### **3.2. Вимоги щодо дотримання правил пожежної безпеки, перебуваючи вдома, на вулиці, в спеціалізованих установах:**

- заборонено брати з собою вогненебезпечні предмети, що можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, бенгальські вогні, феєрверки, цигарки, легкозаймисті речовини тощо);
- користуватися газовою плитою вдома можна тільки із спеціалізованим електричним приладом для вмикання;
- забороняється в місцях перебування застосовувати чи зберігати легкозаймисті горючі матеріали та рідини (бензин, газ, штучні тканини, волокна та інші), застосовувати відкритий вогонь (факели, свічки, феєрверки, бенгальські вогні тощо), влаштовувати світлові ефекти із застосуванням хімічних та інших речовин, що можуть викликати загоряння, встановлювати, конструкції, виготовлені з пластмас і легкозаймистих матеріалів, а також захаращувати предметами проходи та аварійні виходи;
- у жодному разі не брати на вулиці чи в іншому місці незнайомі, чужі предмети, зокрема побутову техніку, не вмикати їх у розетку вдома чи в інших установах, що може призвести до вибуху та надзвичайної ситуації;
- у разі виявлення обірваних проводів, неізольованої проводки, іскріння проводки, слід негайно повідомити дорослих;
- не скупчуватися біля проходів у громадських установах, біля входів та виходів, у приміщеннях вестибюлю;
- під час участі в масових заходах вести себе коректно (не кричати, не свистіти, не бігати, не стрибати), не створювати травмонебезпечних ситуацій;

- у разі пожежної небезпеки (наявності вогню, іскріння, диму) слід негайно покинути приміщення та викликати службу пожежної охорони за номером 101, назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описавши ситуацію, залишити номер свого телефону
- при появі запаху газу в квартирі, приміщенні у жодному разі не вмикати електроприлади, не користуватися стаціонарним чи мобільним телефоном, відчинити вікна, двері, вимкнути газову плиту, якщо вона була ввімкнена, й вийти з приміщення; покликати на допомогу дорослих, негайно повідомити в газову службу за номером 104 чи пожежну охорону - 101, назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описавши ситуацію й залишивши номер свого телефону.

### **3.3. Правила поведінки на воді:**

- не запливати за 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 непристосованих для цього та у місцях, де невідомі глибина та стан дна, не організовувати у воді ігри, пов'язані з пірнанням і захопленням тих, хто купається, не стрибати у воду з човнів, катерів, вітрильників та інших плавзасобів, не використовувати для плавання дошки, камери від волейбольних м'ячів, рятувальні круги, надувні матраци (особливо у штормову погоду), не купатися у вечірній час, не стрибати у воду в незнайомих місцях, не купатися біля обривів, зарослих рослинністю берегів, не засмічувати воду та узбережжя, не залишати та не кидати сміття;
- забороняється 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 слід робити зайвих рухів, не пірнати, не 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. Категорично заборонено заходити у воду, якщо ви погано почуваетесь;

### **3.4. Вимоги правил поведінки під час самостійного перебування вдома на вулиці, у громадських місцях, у друзів, молодіжних дискотеках, у замкнутому просторі з чужими людьми:**

- уникати вживання в їжу отруйних грибів;
- категорично заборонено брати в руки, нюхати, їсти незнайомі дикі рослини чи паростки квітів, кущів, дерев, що може призвести до отруєння;
- на вулиці бути обережним, дивитися під ноги, щоб не впасти в яму чи відкритий каналізаційний люк;
- не підходити на вулиці до обірваних, обвислих проводів та проводів, що стирчать з-під ґрунту;
- не підходити до щитових на відстань 5м, не залазити на стовпи з високовольтними проводами;
- бути обережним на дитячих майданчиках, у парках відпочинку: спочатку переконатися, що гойдалки, атракціони, турніки та інші прилади справні, сильно не розгойдуватися і не

- розгойдувати інших, щоб не призвести до падіння чи іншого травмування;
- не виходити на дах багатоповерхівки, не перехилятися через перила;
  - не підходити до відчинених вікон, мити вікна тільки в присутності дорослих;
  - не спускатися у підвали будинків, підземні ходи - там може бути отруйний газ;
  - категорично заборонено перебувати біля будівельних майданчиків, кар'єрів, покинутих будівель через ризик обрушень будівельних матеріалів;
  - категорично заборонено вживати алкоголь, наркотичні засоби, тютюнові вироби, стимулятори;
  - не вступати в контакт із незнайомими тваринами для запобігання укусів від хворих на сказ тварин;
  - не розмовляти й не вступати в контакт із незнайомцями, зокрема не передавати їм цінні речі, ключі від дому, навіть якщо вони назвалися представниками поліції;
  - не підходити до автомобілів із незнайомцями, навіть якщо вони запитують дорогу. Скажіть, що не знаєте, і швидко йдіть геть;
  - не відчиняти незнайомцям двері дому чи квартири, навіть представникам правоохоронних органів, негайно зателефонуйте батькам;
  - бути подалі від тих, хто влаштовує бійки, не брати участі в суперечках дорослих і не провокувати словами чи діями агресивну поведінку, що може призвести до бійки або травм;
  - не заходити в під'їзд, ліфт із незнайомими людьми, одразу кликати на допомогу, якщо незнайомиць провокує якісь дії щодо вас. Бути уважнішими, оглядатися й перевіряти, чи не слідкує за вами хтось під час проходу провулків, між будинками. Якщо за вами хтось іде, зупинитися й відійти у сторону, щоб потенційний переслідувач пройшов мимо вас;
  - під час перебування на дискотеці, треба завчасно попередити батьків, щоб зустріли вас;
  - слід керуватися загальними правилами етикету й нормами поведінки, не провокувати оточуючих на агресивну поведінку діями і словами;
  - у разі небезпечної ситуації звертатися до служби охорони закладу, викликати поліцію за номером 102, зателефонувати батькам;

### **3.5. Вимоги правил щодо запобігання захворювання на грип, інфекційні, кишкові та інші захворювання.**

- при нездужанні не виходити з дому, щоб не заражати інших людей, і викликати лікаря;
- хворому необхідно виділити окреме ліжко, посуд, білизну;
- приміщення часто провітрювати;
- у разі контакту із хворим, одягати марлеву маску;
- хворому слід дотримуватися постільного режиму, чітко виконувати рекомендації лікаря;
- мити руки з милом перед вживанням їжі;
- для запобігання захворювання на педикульоз, регулярно мити голову, не користуватися засобами особистої гігієни (гребінцем) інших осіб, а також не передавати свої засоби гігієни іншим. Не міряти й не носити чужого одягу, головних уборів, а також не передавати свого одягу іншим;
- не вживати самостійно медичні препарати без рекомендації лікаря;
- 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.

### **3.6. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів при виникненні надзвичайної або аварійної ситуації.**

- не панікувати, не кричати, не метушитися, а чітко і спокійно виконувати вказівки дорослих, які перебувають поряд;
- зателефонувати батькам, коротко описати ситуацію, повідомити про місце свого перебування;
- якщо ситуація вийшла з-під контролю дорослих, потрібно зателефонувати до служб екстреної допомоги за телефонами:
  - 101 - пожежна охорона;
  - 102 - міліція
  - 103 - швидка медична допомога;
  - 104 - газова служба;
- у разі можливості слід залишити територію аварійної небезпеки.

## **4. Правила поведінки в умовах хвороби COVID-19.**

### **4.1. Ознаки хвороби:**

- прояви застуди (сухий кашель, головний біль, підвищена температура лихоманка, ускладнене дихання);
- біль у м'язах та грудях;
- нудота, втрата смаку та нюху;
- аритмія, шок;
- прояви кон'юнктивіту;
- діарея;
- пневмонія.

### **4.2. Правила запобігання і розповсюдження хвороби (профілактика захворювання):**

- уникайте скупчення людей;
- дотримуйтеся дистанції(1,5-2 метра);
- ретельно мийте руки з милом чи обробляйте їх антисептиком;
- використовуйте захисну маску (згідно правил користування);
- використовуйте кулак, щоб торкнутися перемикача світла або кнопки ліфта;
- відкривайте двері кулаком або стегном (особливо це важливо для туалетів і публічних місць);
- кашляйте і чхайте в одноразову серветку і негайно її викидайте (лікоть використовуйте у крайніх випадках).

### **4.3. Ваші дії у разі виявлення симптомів:**

- залишайтеся вдома;
- подзвоніть своєму сімейному лікарю і опишіть йому симптоми, виконуйте інструкцію свого лікаря;
- у невідкладних станах (температура вище 38 градусів С, яка не збивається , та

- ускладнене дихання) терміново викликайте «швидку допомогу» за телефоном 103;
- у разі виникнення питань звертайтеся за телефонами:
    - Урядова гаряча лінія 15-45
    - Гаряча лінія МОЗ 0800 505 201
    - Гаряча лінія ЦГЗ 0800 505 840

## **5. Правила поведінки на природі.**

### **5.1. Правила запобігання сонячного удару:**

#### **5.1.1. Прояви теплового та сонячного ударів:**

- легке запаморочення;
- характерне почервоніння шкіри;
- загальне перегрівання організму;
- гаряча та суха шкіра;
- прискорене дихання;
- слабкість та блювота;
- головний біль, запаморочення;
- втрата свідомості.

#### **5.1.2. Як запобігти сонячному та тепловому ударам:**

- правильно підбирати одяг (він має бути світлим, із натуральних тканин, а не синтетичних та темних);
- вживати багато рідини (бажано несолодкі напої);
- одягати капелюха та темні окуляри;
- обмежувати перебування на сонці та у задушливих приміщеннях;
- не вживати спиртні напої та важку їжу.

#### **5.1.3. Перша допомога потерпілому при сонячному та тепловому ударах:**

- помістити потерпілого в прохолодне тінисте місце або приміщення;
- забезпечити доступ свіжого повітря (включити вентилятор тощо);
- зняти щільний одяг та послабити ремені;
- якщо потерпілий у свідомості, йому слід надати прохолодну негазовану воду, зробити компреси на шию, голову та під пахвами;
- викликати «швидку» допомогу.

### **5.2. Правила поведінки під час грози (на відкритій місцевості та вдома):**

- якщо ви перебуваєте вдома, зачинити всі вікна та двері, у приміщенні не повинно бути протягу (щоб уникнути в приміщенні кульової блискавки);
- не користуватися електричними приладами (краще їх вимкнути з мережі);

- найкраще сховатися у будинку з громовідводом, в автомобілі;
- не можна ховатися під деревом (до того ж є небезпека падіння важких гілок);
- уникати металевих парканів, стін біля яких ростуть дерева, вуличних тиж і арів, металевих веж, опор електромереж;
- якщо ви опинились в лісі, не ховатись від грози на підвищенні, триматись місць, де низькі дерева, галявини, ні в якому разі не бігати;
- якщо ви опинилися у полі, знайти заглиблення у землі (низини);
- не лягати на землю (краще присядьте);
- не користуватися парасолькою;
- не користуватися мобільним телефоном;
- не купатися у водоймах під час грози.

Якщо Ви на човні і бачите, що наближається непогода, намагайтеся якнайшвидше дістатися берега.

### **5.3. Правила поведінки в лісі (лісовий етикет):**

- не розводити вогнище;
- не підпалювати суху траву на полях або галявинах;
- не кидати непогашені сірники або недопалки;
- не користуватися різними піротехнічними виробами (петардами, фейєрверками, бенгальськими вогнями, повітряними ліхтарями тощо);
- у незнайомому лісі не слід далеко відходити від гурту;
- бережіться укусів кліщів та змії.

### **5.4. Як уберегтись від укусів змії.**

#### **5.4.1. Основні правила безпеки:**

- одягати відповідний одяг і взуття, які можуть захистити від укусів;
- бути обережним біля зарослих озер і ставків, у заболочених місцях, на узліссі, галявинах, біля старих пнів, копиць сіна, біля стовбурів повалених дерев, біля куп каміння та сміття, на схилах гір, печерах, зарослях;
- не торкатись руками неперевіраних предметів;
- ретельно перевіряти місце відпочинку;
- якщо ви побачили змію, не робіть різких рухів, краще відійдіть у бік (безпечна відстань 1,5-2 метра);
- при збиранні грибів та ягід перевіряйте довгою палицею зарослі;
- при пересуванні вночі необхідно освітити дорогу ліхтарем;
- щільно закривати вхід у намет.

#### **5.4.2. Домедична допомога потерпілим при укусах змії:**

- зберігати спокій і стежити, щоб постраждалий менше рухався;
- звільнити уражену частину тіла від одягу, взуття, прикрас тощо;
- на місце укусу накласти чисту пов'язку з антисептиком;
- дати постраждалому воду (при укусі змії важливо багато пити);

- якщо є аптечка, дати постраждалому 1-2 таблетки ліків від алергії;
- при транспортуванні покласти уражену кінцівку на підвищення;
- якщо є така можливість, прикласти лід, обгорнутий у тканину;
- при укусах не варто обробляти рану додатково (припікати її, накладати джгут і вживати алкоголь);
- відсмоктувати отруту забороняється;
- терміново транспортувати потерпілого до лікарні.

## **5.5. Як уникнути укусів кліщів.**

### **5.5.1. Основні правила безпеки:**

- подбати про відповідний одяг, бажано одягти світлий з довгими рукавами, кепку, панаму, косинку тощо;
- кожні дві години прогулянки оглядати себе та інших товаришів, аби виявити кліща;
- місце для відпочинку на природі звільнити від сухої трави, гілок, хмизу;
- при поверненні додому, відразу знімати і ретельно перевіряти одяг, випрати та випрасувати його;
- перевірити речі, які принесли з прогулянки;
- перевірити на предмет наявності кліща домашніх тварин, які були з вами;
- використовувати для захисту від кліщів спеціальні засоби, найчастіше це аерозолі, які відлякують кліщів.

### **5.5.2. При виявленні кліща на шкірі:**

- негайно звернутися до найближчого травмпункту, якщо це неможливо, спробувати видалити його самостійно, а перед цим ретельно вимити руки, повільно витягнути разом із хоботком, розхитуючи його пальцями, пінцетом чи петлею з нитки, яку слід закріпити ближче до шкіри людини (за хоботок);
- після видалення кліща змастити ранку антисептичним розчином, якщо залишилась частинка кліща, її видалити стерильною голкою;
- протягом двох тижнів щоденно вимірювати температуру тіла, а в разі її підвищення чи виникнення почервоніння на шкірі звернутися до лікаря.

## **6. Дії здобувачів освіти у разі виявлення небезпечних речовин, вибухонебезпечних предметів та в разі авіаційних, ракетних, артилерійських ударів**

### **6.1. Дії здобувачів освіти при виявленні небезпечних речовин, вибухонебезпечних предметів:**

- негайно повідомити дорослих, а в разі їх відсутності поліцію (тел. 102) та не підходити близько до них;\
- не дозволяйте випадковим людям торкатися небезпечного предмету;
- здійснюючи поїзду у громадському транспорті або перебуваючи в громадських місцях

звертайте увагу на залишені сумки, портфелі, згортки, іграшки та інші предмети, в тому числі замаскованих під них речей (авторучки, міні-магнітофони, мобільні телефони, іграшки тощо), у яких можуть знаходитись вибухонебезпечні пристрої, терміново повідомте про це водія транспортного засобу.

## **6.2. Дії здобувачів освіти в разі оголошення повітряної тривоги чи артобстрілів:**

- не панікувати;
- при необхідності заспокоїти оточуючих;
- покинути приміщення чи подвір'я та прибути до укриття (заздалегідь знати де воно знаходиться);
- в разі неможливості покинути приміщення, не підходити до вікон, зайняти лежаче положення використовуючи правило двох стін (головні стіни будівель);
- не можна ховатися під деревом (до того ж є небезпека падіння важких гілок);
- уникати металевих парканів, стін біля яких ростуть дерева, вуличних ліхтарів, металевих веж, опор електромереж;
- якщо ви опинились в лісі, не ховатись від грози на підвищенні, триматись місць, де низькі дерева, галявини, ні в якому разі не бігати;
- якщо ви опинилися у полі, знайти заглиблення у землі (низини), не лягати на землю (краще присядьте);
- не користуватися парасолькою;
- не користуватися мобільним телефоном;
- не купатися у водоймах під час грози. Якщо Ви на човні і бачите, що наближається непогода, намагайтеся якнайшвидше дістатися берега.

## **6.3. Правила поведінки в лісі (лісовий етикет):**

- не розводити вогнище;
- не підпалювати суху траву на полях або галявинах;
- не кидати непогашені сірники або недопалки;
- не користуватися різними піротехнічними виробами (петардами, фейєрверками, бенгальськими вогнями, повітряними ліхтарями тощо);
- у незнайомому лісі не слід далеко відходити від гурту;
- бережіться укусів кліщів та змій.

## **6.4. Як уберегтись від укусів змій.**

### **6.4.1. Основні правила безпеки:**

- одягати відповідний одяг і взуття, які можуть захистити від укусів;
- бути обережним біля зарослих озер і ставків, у заболочених місцях, на узліссі, галявинах, біля старих пнів, копицях сіна, біля стовбурів повалених дерев, біля куп каміння та сміття, на схилах гір, печерах, зарослях;
- не торкатись руками неперевіраних предметів;
- ретельно перевіряти місце відпочинку;
- якщо ви побачили змію, не робіть різких рухів, краще відійдіть у бік (безпечна відстань 1,5-2 метра);

- при збиранні грибів та ягід перевіряйте довгою палицею зарослі;
- при пересуванні вночі необхідно освітити дорогу ліхтарем;
- щільно закривати вхід у намет.

#### 6.4.2. Домедична допомога потерпілим при укусах змій:

- зберігати спокій і стежити, щоб постраждалий менше рухався;
- звільнити уражену частину тіла від одягу, взуття, прикрас тощо;
- на місце укусу накласти чисту пов'язку з антисептиком;
- дати постраждалому воду (при укусі змії важливо багато пити);
- якщо є аптечка, дати постраждалому 1-2 таблетки ліків від алергії;
- при транспортуванні покласти уражену кінцівку на підвищення;
- якщо є така можливість, прикласти лід, обгорнутий у тканину;
- при укусах не варто обробляти рану додатково (припікати її, накладати джгут і вживати алкоголь);
- відсмоктувати отруту забороняється;
- терміново транспортувати потерпілого до лікарні;
- якщо обстріли застали Вас на території (подвір'ї, полі, лісі, лузі тощо) необхідно знайти укриття на поверхні землі (рів, канава, поглиблення тощо) та перебути деякий час (в лісі остерігатися падіння дерев та гілок);
- в усіх випадках чітко викопувати вказівки дорослих.

From: <https://library.vpuhluhiv.com.ua/> - Вікі Глухівського ВПУ

Permanent link: [https://library.vpuhluhiv.com.ua/educator:%D1%96nstruction\\_summer\\_vacation?rev=1718269530](https://library.vpuhluhiv.com.ua/educator:%D1%96nstruction_summer_vacation?rev=1718269530)

Last update: **13.06.2024 12:05**

