



СОГЛАСОВАНО:

Председатель ППО

 О.А. Мирошникова
«09» 01 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

 А.В. Брикман
«09» 01 2019 г.

Инструкция

по охране труда «Правила поведения обучающихся на летних каникулах»

дата введения 09.01.2019 г.

1 Область применения

1.1 Настоящая инструкция является локальным документом колледжа, устанавливающим требования по охране труда для всех обучающихся.

1.2 Настоящая инструкция распространяется на всех обучающихся, прошедших инструктаж по охране труда и медицинский осмотр.

2 Общие положения

2.1 Целевой инструктаж «Правила поведения обучающихся на летних каникулах» проводят кураторы групп или ответственный по приказу руководителя колледжа с обучающимися перед каникулами.

2.2 В специальном журнале делается отметка о проведении инструктажа и ставятся подписи куратора и обучающихся.

3 Общие правила поведения

3.1 В общественных местах быть вежливым и внимательным к окружающим, соблюдать нормы морали и этики.

3.2 Быть внимательным и осторожным на проезжей части дороги, соблюдать правила дорожного движения.

3.3 В общественном транспорте быть внимательным и осторожным при посадке и выходе, на остановках.

3.4 Во время игр соблюдать правила игры, быть вежливым.

3.5 Не разговаривать с посторонними (незнакомыми) людьми. Не реагировать на знаки внимания и приказы незнакомца. Никуда не ходить с посторонними.

3.6 Не играть в тёмных местах, на свалках, стройплощадках, пустырях и в заброшенных зданиях, рядом с железной дорогой и автомагистралью.

3.7 Всегда сообщать родителям, куда идёшь гулять.

3.8 Лицам до 16-ти лет разрешается находиться в общественных местах и на улице без сопровождения взрослыми до 22-00 часов, а лицам с 16 до 18-ти лет до 23-00 часов.

3.9 Невершеннолетним без сопровождения взрослых и разрешения родителей не ходить к водоемам (рекам, озерам, водохранилищам) и в лес, не уезжать в другой населенный пункт.

3.10 Одеваться в соответствии с погодой.

3.11 Не дразнить и не гладить беспризорных собак и других животных.

3.12 Находясь дома, быть внимательным при обращении с острыми, режущими, колющими предметами и электронагревательными приборами; не играть со спичками, зажигалками и т.п.

4 Правила поведения на летних каникулах

4.1 Находясь на улице, надеть головной убор во избежание солнечного удара. При повышенном температурном режиме стараться находиться в помещении или в тени, чтобы не получить тепловой удар.

4.2 При использовании скутеров, велосипедов соблюдай правила дорожного движения.

4.3 При использовании роликовых коньков, скейтов и самокатов, помни, что проезжая часть не предназначена для их использования, ты должен кататься по тротуару.

4.4 Во время походов в лес обязательно надеть головной убор и одежду с длинными рукавами во избежание укусов клещей и других насекомых.

4.5 Во время похода в лес не поджигать сухую траву, не лазить по деревьям, внимательно смотреть под ноги.

5 Правила поведения на воде

5.1 Купайтесь только в специально отведенных местах на оборудованных пляжах.

5.2 Находясь вблизи водоёмов, соблюдать правила поведения на воде. Не купаться в местах с неизвестным дном. Непроверенный водоем – водовороты, глубокие ямы, густые водоросли, холодные ключи, коряги, сильное течение, захламленное дно – может привести к травме, ныряние – к гибели.

5.3 Входить в воду только с разрешения родителей и во время купания не стоять без движений.

5.4 Не прыгать в воду головой вниз при недостаточной глубине воды, при необследованном дне водоема и при нахождении вблизи других пловцов. Не оставаться при нырянии долго под водой.

5.5 Купаться рекомендуется при температуре воды не ниже +18 градусов, а воздуха +20 градусов. Не купаться более 30 мин., если же вода холодная, то по 5-6 мин 3-5 раз.

5.6 Не рекомендуется купаться после еды раньше, чем 1,5-2 часа.

5.7 Не заплывать за установленные знаки ограждения водного бассейна (буйки), не купаться при большой волне, не подплывать близко к моторным лодкам, пароходам, баржам и пр. плавательным средствам. Не ныряйте под них – вас может затянуть под днище, винты, ударить бортом, захлестнуть волной.

5.8 Соблюдайте правила пользования лодками и другими плавательными средствами: не перегружайте их, не раскачивайте, не прыгайте с них в воду. Залазить в лодку можно со стороны носа или кармы, чтобы не опрокинуть ее.

5.9 Не пользуйтесь надувными матрацами, камерами, досками. Даже слабый ветер способен отнести их далеко от берега.

5.10 Не заплывайте за буйки и другие ограждения, установленные в местах для купания. Они предупреждают: дальний заплыв – это переохлаждение, мышечное переутомление, судороги, гибель.

5.11 Не допускайте шалости на воде, связанных с нырянием и захватом купающихся, не балуйте на воде, не пугайте других.

5.12 Не подавайте ложных сигналов бедствия.

5.13 Если не умеешь плавать – заходи в воду только по пояс.

5.14 Не купайтесь в состоянии алкогольного опьянения – это основная причина гибели людей на воде.

5.15 Не купайтесь в одиночку в вечернее и ночное время суток.

5.16 Почувствовав озноб, быстро выйти из воды и растереться сухим полотенцем. При судорогах не теряться, стараться держаться на воде и позвать на помощь.

6 Требования безопасности в экстремальных ситуациях

6.1 Самоспасение

6.1.1 В воде появились судороги: свело ноги или руки. Не теряйтесь, старайтесь удержаться на поверхности воды, плывя на спине. На берегу энергично разотри сведенную мышцу.

6.1.2 Если случайно хлебнул воды – остановись, приподнимая голову над водой и откашляйся. Энергичные движения рук и ног помогут держаться вертикально в воде, а потом приплыть к берегу.

6.1.3 Попад в водоворот набери побольше воздуха в легкие. Погрузись в воду и сделай сильный рывок в сторону по течению, всплывай на поверхность.

6.1.4 Запутавшись в водорослях, не делай резких движений и рывков. Ляг на спину и постарайся мягкими, спокойными движениями выплыть в ту сторону, откуда приплыл. Если это не поможет, нужно подтянуть ноги к животу и осторожно освободиться от водорослей руками.

6.1.5 Попад в сильное течение – не теряйся, не плыви против потока. Плыви по течению, постепенно смещаясь к берегу.

6.1.6 Основное при самоспасении – не впасть в панику, владеть собой, спокойно предпринимай меры для выхода из создавшегося положения.

6.2 Помощь утопающему

6.2.1 Если вы заметили тонущего человека или услышали крики о помощи, немедленно сообщите о происшествии в службу спасения 112.

6.2.2 Посмотрите, нет ли рядом спасательного круга, палки, доски. Если есть – бросьте на максимальное расстояние в сторону тонущего. Подплывите к нему не вплотную, постарайтесь успокоить. Если он не потерял самообладание, то помогите ему держаться на воде и добраться до берега (при этом он может держаться за ваши плечи).

6.2.3 Если тонущий потерял самообладание, подплыв, надо нырнуть под него и взяв за ноги, вытолкнуть вверх одновременно разворачивая его к себе спиной. Оказавшись сзади, захватите своей рукой обе руки тонущего под локти, приподнимите и разверните его лицом вверх над поверхностью воды, чтобы он мог дышать. Ваша вторая рука при этом остается свободной, и вы можете плыть и транспортировать тонущего к берегу.

6.2.4 Если человек уже погрузился под воду, не оставляйте попыток найти его на глубине, а затем вернуть его к жизни. Это можно сделать, если утонувший находился в воде не более 6 минут. Подняв потерпевшего из воды и доставив его на берег, вызовете скорую помощь и немедленно начинайте его оживление.

6.3 Оживление требуется при наступлении клинической смерти. Причиной смерти при утоплении является наполнение легких водой, прекращение из-за этого дыхания и остановка сердца. Для их восстановления надо выполнять следующие действия:

6.3.1 Очистить рот и нос пострадавшего платком или краем рубашки от грязи и ила, повернуть голову набок.

6.3.2 Положите его животом на согнутое колено, голова должна свешиваться вниз, резко нажимая раскрытыми ладонями между лопаток, удалите воду из дыхательных путей, желудка.

6.3.3 После удаления воды немедленно начинайте делать искусственное дыхание «рот в рот» и непрямой массаж сердца.



6.3.4 Искусственное дыхание: уложите пострадавшего на спину, запрокиньте голову назад, встаньте на колени слева от него, зажмите ему ноздри. Сделайте глубокий вдох, приложите губы через платок к губам пострадавшего и с силой выдохните в него воздух 12-16 раз в минуту.

Непрямой массаж сердца: одну ладонь положите поперек нижней части грудины, другую ладонь – поверх первой накрест. Надавите на грудину запястьями так, чтобы она прогнулась на 5-6 см и отпустите. Массаж осуществляется только прямыми руками. Ритм 100-120 надавливаний в минуту. Желательно участие двух человек. Через каждое вдувание 4-5 ритмичных надавливаний. Если оживление проводит человек, то рекомендуют проводить 2 последовательных вдувания и 30 надавливаний на грудную клетку.

РАЗРАБОТАНО:

Заведующий отделом воспитательной работы

Специалист по ОТ

 И.А. Щеглова
 С.В. Решетова