Рассмотрено
На общем собрании
работников

Протокол № 1 от 29.03.2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО
«УГДДТ им. В.М. Комарова»
_____ Г.Р. Зайнуллина
Приказ № 101 от 30.03.2022г.

ИНСТРУКЦИЯ № 060-2022

по правилам безопасного поведения для обучающихся

Перечень инструкций:

Инструкция № 060-1-2022 по правилам внутреннего распорядка для обучающихся.

Инструкция № 060-2-2022 по правилам и мерам по правилам и мерам безопасного поведения учащихся в общественных местах и быту.

Инструкция № 60-3-2022 по правилам и мерам пожарной безопасности для учащихся.

Инструкция № 60-4-2022 по правилам и мерам безопасного поведения на дорогах для учащихся.

Инструкция № 60-5-2022 по правилам и мерам безопасного поведения на железнодорожном транспорте и вблизи железнодорожных путей для учащихся.

Инструкция № 60-6-2022 по правилам и мерам безопасного поведения на воде для учащихся.

Инструкция № 60-7-2022 по правилам и мерам безопасного поведения при проведении учебной экскурсии для учащихся.

Инструкция № 60-8-2022 по правилам безопасного поведения для обучающихся при проведении туристических походов.

Выписка из Устава - правила внутреннего распорядка

Учащиеся обязаны:

Выполнять требования учебных планов и учебных программ.

Быть дисциплинированными и заботиться о репутации образовательного учреждения.

Достойно вести себя МБОУ ДО «УГДДТ им. В.М. Комарова» и за ее пределами.

С уважением относится к национальной истории, культуре своего и других народов.

Охранять природную среду.

Не допускать причинения вреда своему здоровью и здоровью других лиц.

Выполнять требования педагогических и иных работников.

Соблюдать Устав и правила внутреннего распорядка МБОУ ДО «УГДДТ им. ВМ. Комарова».

Рассмотрено
На общем собрании
работников

Протокол № 1 от 29.03.2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО
«УГДДТ им. В.М. Комарова»
_____ Г.Р. Зайнуллина
Приказ № 101 от 30.03.2022г.

ИНСТРУКЦИЯ № 060-1-2022
по правилам внутреннего распорядка для обучающихся.

Учащиеся обязаны:

1. Приходить на занятия за 15 минут до начала занятий.
2. Входить в класс организованно, только с разрешения учителя.
3. Соблюдать порядок и чистоту в классе, на рабочих местах.
4. Строго выполнять правила безопасности, санитарно – гигиенические нормы.
5. Бережно относиться к оборудованию и мебели, экономно использовать электроэнергию.
6. Выполнять только те работы, которые поручены учителем, не разговаривая и не занимаясь посторонними делами.
7. Класть на рабочий стол, парту только то, что необходимо на данном уроке.
8. Следить за чистотой рабочего места в течение рабочего дня.
9. По окончании занятий привести класс в порядок (уборка рабочего места, вынос мусора).
10. По коридорам и лестничным пролётам двигаться спокойно, не толкаться, не кричать, внимательно относиться к малышам и уважительно к старшим.
11. Во избежание несчастных случаев не загромождать проходы между партами и аккуратно передвигаться возле окон.

Обучающимся запрещается:

1. Носить опасные предметы: оружие, боеприпасы и т. д., применять или угрожать их применением.
2. Развязывать и провоцировать драки, участвовать в их.
3. Не пропускать занятия без уважительных причин и без оправдательных документов.
4. Приносить спиртные напитки, употреблять их, находиться под их воздействием на мероприятиях.
5. Курить в образовательных помещениях и на территории.
6. Пользоваться мобильным телефоном во время занятий. Ученикам следует держать телефон в чехле или кармане, при этом аппарат должен быть выключен. При нарушении данного правила, учитель имеет право изъять мобильный телефон и передать его администрации.
7. Играть на занятиях и перерывах в азартные игры и карты.
8. Заниматься воровством, совершать акты вандализма, наносить умышленный ущерб школьному имуществу, собственности учащихся, самостоятельно открывать окна.
9. Игнорировать замечания, сделанные учителем или представителем администрации, проявляя при этом грубость и неуважение.
10. Приносить на занятия радиоприёмники и магнитофоны и пользоваться ими во время учебного процесса.
11. Навязчиво приставать к другим и грубо развлекаться.

Рассмотрено
На общем собрании
работников

Протокол № 1 от 29.03.2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО
«УГДДТ им. В.М. Комарова»
_____ Г.Р. Зайнуллина
Приказ № 101 от 30.03.2022г.

Инструкция № 60-2-2022
по правилам и мерам безопасного поведения обучающихся в общественных местах и быту

1. Несовершеннолетние при нахождении в учебных заведениях, в кинотеатрах, парках, скверах, на стадионах, пляжах, во дворах, на улицах, в городском и загородном транспорте и в других общественных местах обязаны строго соблюдать законы РФ и Республики Башкортостан, правила поведения и правопорядок, с достоинством и честью нести высокое звание гражданина.
2. Несовершеннолетние **ОБЯЗАНЫ:**

- быть вежливыми, внимательными и предупредительными друг к другу, старшим, инвалидам, женщинам, девушкам, детям, показывать достойный пример культуры поведения;
- выполнять законные требования должностных лиц, работников полиции, дружинников и других представителей общественности. Быть нетерпимыми к сквернословию, аморальным и антиобщественным поступкам;
- бережно относиться к государственной, общественной собственности и личному имуществу граждан, поддерживать чистоту и порядок в общественных местах, не допускать порчи зеленых насаждений, газонов, загрязнения лесов, рек и водоемов, беречь природу и охранять ее богатства;
- заботиться о сохранности исторических памятников и других культурных ценностей нашей Родины;
- знать и строго выполнять правила дорожного движения и противопожарной безопасности;
- оказывать всевозможную помощь, информировать по телефону или любым другим образом органы милиции, МЧС, медицины при возникновении чрезвычайных ситуаций, связанных с угрозой жизни и безопасности людей, сохранении материально-технических ценностей.

3. Несовершеннолетним **ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- с 22 часов до 6 часов утра в течение учебного года (сентябрь-май), а в период каникул (июнь-август) и в выходные дни с 23 часов до 6 часов утра находиться в общественных местах без сопровождения родителей или иных лиц, их заменяющих;
- приобретать и употреблять спиртные напитки, наркотические и токсические вещества, курить; (штраф, учет в ИДН, наркологическом кабинете райполиклиники)
- играть в азартные игры, а также с легковоспламеняющимися и взрывчатыми веществами, пиротехническими изделиями, приносить их в дома, общественные места, места отдыха;
- находиться в заброшенных зданиях, домах, представляющих опасность для жизни и здоровья учащихся, трансформатных будках, влезать в канализационные люки, находиться вблизи теплотрасс, газо-, водо-, электрокоммуникаций и т.д.;
- изготовлять, хранить, носить огнестрельное и холодное оружие, боеприпасы, другие опасные вещества и предметы;
- портить стены и оборудование в подъездах домов, лифтах и других общественных местах;
- находиться на крышах, чердаках, в подвалах жилых домов и зданий, расположенных на территориях предприятий и учреждений;
- находясь в общественных местах и по месту жительства не создавать опасность окружающим своим поведением, толкать друг друга, громко разговаривать, ругаться нецензурной бранью, нарушать правила проживания (громкая музыка, выбрасывание предметов из окон, неосторожное обращение с водо-, электро-, газоприборами)

4. Ответственность несовершеннолетних за участие в терактах (телефонный терроризм: уголовная ответственность с 14 лет, штрафные санкции родителям + счета всех служб, поднятых по тревоге) «Заведомо ложное сообщение об опасности»

Рассмотрено
На общем собрании
работников

Протокол № 1 от 29.03.2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО
«УГДДТ им. В.М. Комарова»
_____ Г.Р. Зайнуллина
Приказ № 101 от 30.03.2022г.

Инструкция № 60-3-2022
по правилам и мерам пожарной безопасности для обучающихся

Пожарная безопасность в помещении:

1. Не балуйся дома со спичками и зажигалками. Это одна из причин пожаров.
2. Не оставляй без присмотра включенные электроприборы, особенно утюги, обогреватели, телевизор, светильники и др. Уходя из дома, не забудь их выключить.
3. Не суши белье над плитой. Оно может загореться.
4. Не забывай выключить газовую плиту. Если почувствовал запах газа, не зажигай спичек и не включай свет. Срочно проветри квартиру.
5. Ни в коем случае не зажигай фейерверки, свечи или бенгальские огни дома без взрослых.

Пожарная безопасность в деревне:

6. В деревне или на даче без взрослых не подходи к печи и не открывай печную дверцу. Оттуда могут выскочить раскаленный уголек или искра и стать причиной пожара.
7. Никогда не прикасайся голыми руками к металлическим частям печки. Ты можешь получить серьезный ожог.
8. Не трогай без разрешения взрослых печную заслонку. Если ее закрыть раньше времени, в доме скопится угарный газ, и можно задохнуться.

Пожарная безопасность в лесу

1. Пожар - самая большая опасность в лесу. Поэтому не разводи костер без взрослых.
2. Не балуйся с огнем. В сухую жаркую погоду достаточно одной спички или искры от фейерверка, чтобы лес загорелся.
3. Выжигание растительности является административным правонарушением, налагается штраф.
4. Если пожар все-таки начался, немедленно выбегай из леса. Старайся бежать в ту сторону, откуда дует ветер.
5. Выйдя из леса, обязательно сообщи о пожаре взрослым.

Если начался пожар, а взрослых дома нет, поступай так:

1. Если огонь небольшой, можно попробовать сразу же затушить его, набросив на него плотную ткань или одеяло, заливая водой или засыпая песком.
2. Если огонь сразу не погас, немедленно убегай из дома в безопасное место. И только после этого позвони в пожарную охрану по телефону `101` или попроси об этом соседей.
3. Если не можешь убежать из горящей квартиры, сразу же позвони по телефону «101» и сообщи пожарным точный адрес и номер своей квартиры. После этого зови из окна на помощь соседей и прохожих.
4. При пожаре дым гораздо опаснее огня. Большинство людей при пожаре гибнут от дыма. Если чувствуешь, что задыхаешься, опустись на корточки или продвигайся к выходу ползком - внизу дыма меньше.
5. Если в помещение проник дым, надо смочить водой одежду, покрыть голову мокрой салфеткой и выходить, пригнувшись или ползком.
6. Обязательно закрой форточку и дверь в комнате, где начался пожар. Закрытая дверь может не только задержать проникновение дыма, но иногда и погасить огонь.
7. Наполни водой ванну, ведра, тазы. Можешь облить водой двери и пол.
8. При пожаре в подъезде никогда не садись в лифт. Он может отключиться, и ты задохнешься.
9. Когда приедут пожарные, во всем их слушайся и не бойся. Они лучше знают, как тебя спасти.

Запомните самое главное правило не только при пожаре, но и при любой другой опасности:

Не поддавайтесь панике и не теряйте самообладания!

Рассмотрено
На общем собрании
работников

Протокол № 1 от 29.03.2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО
«УГДДТ им. В.М. Комарова»
_____ Г.Р. Зайнуллина
Приказ № 101 от 30.03.2022г.

Инструкция № 60-4-2022
по правилам безопасного поведения на дорогах для обучающихся

Безопасность пешехода на дороге

1. Пешеходы должны двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам, а при их отсутствии - по обочинам, велосипедной дорожке или в один ряд по краю проезжей части дороги на встречу движущемуся транспорту.
2. Вне населенных пунктов при движении по краю
проезжей части дороги пешеходы должны идти навстречу транспортным средствам.
3. В случае если пешеход ведет велосипед, мотоцикл или мопед, он должен следовать по ходу движения транспортных средств.
4. При следовании по улице пешеход должен стараться обходить стороной выезды из гаражей, с автостоянок и других подобных мест, чтобы не попасть под выезжающий автомобиль.
5.Пешеход не должен останавливаться в непосредственной близости от проходящего автомобиля.

Движение пешехода по улице в сильный гололед:

1. Перед выходом из дома следует подготовить обувь, чтобы повысить устойчивость при ходьбе в гололед (натереть подошву наждачной бумагой, приклеить на подошву изоляционную ленту, чтобы увеличить сцепление обуви с дорогой);
2. Из дома рекомендуется выходить с запасом времени, чтобы не спешить в пути при передвижении группами запрещено бегать, толкаться.
3. При ходьбе наступать на всю подошву, расслабив ноги в коленях, быть готовым к падению. Желательно, чтобы руки были свободны от сумок и прочих предметов.
4. При падении напрячь мускулы рук и ног, при касании земли перекатиться на бок. Помните! Самое опасное падение - это падение на прямую спину и на расслабленные прямые руки.

Переход проезжей части дороги:

1. Переходить проезжую часть дороги нужно по пешеходным переходам. Самый безопасный переход — подземный или надземный. При их отсутствии переходить проезжую часть можно на перекрестках по линии тротуаров или обочин.
2. В местах, где движение регулируется, для перехода проезжей части необходимо руководствоваться сигналами регулировщика либо пешеходного светофора или транспортного светофора.
3. При отсутствии в зоне видимости перехода или перекрестка разрешается переходить дорогу под прямым углом к краю проезжей части на участках с разделительной полосой там, где дорога хорошо просматривается в обе стороны.
4. На нерегулируемых пешеходных переходах можно выходить на проезжую часть дороги, убедившись, что переход будет безопасен. Для этого необходимо внимательно посмотреть сначала налево, потом направо, чтобы убедиться, что поблизости нет машин.
5. Нельзя выбегать на дорогу.
6. Перед переходом дороги надо замедлить шаг и оценить обстановку; даже при переходе дороги на зеленый сигнал светофора необходимо осмотреться.
7. Не следует переходить проезжую часть дороги перед медленно идущей машиной, так как можно не заметить за ней другую машину, идущую с большей скоростью.
8. Нельзя выходить на проезжую часть из-за стоящего транспортного средства или другого препятствия, ограничивающего видимость проезжей части дороги, не убедившись в отсутствии приближающихся транспортных средств.
9. При приближении транспортных средств, с включенным синим проблесковым маячком и звуковым сигналом даже при зеленом сигнале светофора для пешеходов необходимо воздержаться от перехода проезжей части дороги и уступить этим транспортным средствам проезжую часть.

При движении туристской и экскурсионной группы по тротуарам, пешеходным и велосипедным дорожкам, переходам и обочинам дорог:

обучающиеся обязаны:

- быть внимательными;
- выполнять все указания руководителя группы;
- двигаться компактной группой (в колонне);

обучающимся запрещается:

- толкаться, драться, подставлять друг другу подножки;
- бросать друг в друга какими-либо предметами;
- отставать от основной группы;
- самовольно выходить из колонны на проезжую часть дороги, в том числе для того, чтобы поднять оброненное личное или коллективное имущество;
- отлучаться от основной группы без разрешения руководителя группы. Не следует устанавливать лагерь вблизи жилья, лагерь не должен быть виден ни со стороны человечьего жилья, ни со стороны дорог и троп.

При передвижении обучающимся необходимо:

- обходить люки колодцев (канализационных, электросвязи и т.п.), не закрытых крышками;
- обходить крышки люков колодцев (канализационных, электросвязи и т.п.);
- обходить места, где над асфальтом или грунтом поднимается пар: в этом месте могут быть промыты водой подземные полости, провалившись в которые можно погибнуть от ожогов;
- обходить участки, на которых установлены: предупреждающие знаки «Дорожные работы», сигнальная лента (красного цвета, с надписью «Запретная зона»);
- ранней весной или во время оттепели зимой двигаться на максимально возможном расстоянии от домов и строений, чтобы исключить случаи падения на обучающихся с крыш зданий сосулек и кусков льда;
- по скользкому покрытию ступать на всю подошву, не торопясь, ноги слегка расслабить в коленях, руки должны быть свободны;
- обращать внимание на:
- указатели «Берегись автомобиля», «Берегись троллейбуса». Там, где они вывешены, нужно быть внимательными и при первой возможности уступить дорогу вышеуказанным транспортным средствам;
- запрещающие знаки «Движение пешеходов запрещено». При наличии этих знаков движение пешеходов в данном направлении запрещено.

При движении по тротуарам, пешеходным и велосипедным дорожкам необходимо обращать внимание на:

- предписывающий знак «Конец пешеходной дорожки». При наличии этого знака необходимо перейти на тротуар или обочину дороги.
- предписывающий знак «Конец велосипедной дорожки». При наличии этого знака необходимо перейти на тротуар или обочину дороги.

Для перехода проезжих частей дорог движущейся экскурсионной группой в населённых и вне населенных пунктах необходимо использовать подземные пешеходные переходы, обозначенные информационно-указательным знаком «Подземный пешеходный переход» и надземные пешеходные переходы, обозначенные информационно-указательным знаком «Надземный пешеходный переход», встречающиеся по пути следования группы и находящиеся в зоне их видимости.

При движении по подземному и надземному пешеходным переходам экскурсионная группа обязана соблюдать следующие требования:

- двигаться в сопровождении взрослых сопровождающих лиц;
- соблюдать правостороннее движение;
- занимать не более половины ширины перехода;
- учащиеся обязаны смотреть себе под ноги и там, где есть поручни, держаться за них.

При переходе наземного регулируемого пешеходного перехода, расположенного на перекрестке

или вне его, ***обучающиеся обязаны:***

- не допускать случаев самовольного, без команды руководителя группы, совершения перехода;
- дождаться у пешеходного перехода подхода всей группы;
- построиться справа от пешеходного перехода, но не ближе 1 м от бордюра или края проезжей части дороги, плотно в колонну с таким числом рядов в ней, чтобы при переходе не занимать более половины ширины пешеходного перехода;
- дождаться команды руководителя группы о переходе пешеходного перехода;
- перейти через пешеходный переход всем одновременно, ускоренным шагом, занимая правую половину пешеходного перехода, не растягиваясь, не задерживаясь, не останавливаясь, без образования разрывов в колонне, за один приём в течение времени, когда горит зелёный сигнал пешеходного светофора (регулировщик подаёт разрешённый к переходу сигнал).

При пересечении регулируемых пешеходных переходов на разрешенный сигнал светофора (регулировщика), а также при завершении пересечения регулируемых пешеходных переходов независимо от сигнала светофора (регулировщика) обучающиеся имеют преимущественное право перед движущимися транспортными средствами, выражающееся в том, что они не обязаны останавливаться и пропускать подъезжающие к переходу транспортные средства (за исключением транспортных средств с включенными маячками синего и(или) синего и красного цветов и (или) специальным звуковым сигналом) и в то же время ***обучающимся запрещается:***

- выходить на регулируемый пешеходный переход, на разрешенный сигнал светофора (регулировщика) не убедившись, что это будет безопасно для них (перед близко идущими транспортными средствами);
- задерживаться, останавливаться, растягиваться и образовывать разрывы в колонне при движении через пешеходный переход.

В населённых и вне населённых пунктах обучающимся разрешается двигаться по обочинам дорог только в случае отсутствия тротуаров, пешеходных и велосипедных дорожек на этих дорогах и при ***выполнении следующих требований:***

- двигаться отдельными самостоятельными организованными группами;
- двигаться в сопровождении взрослых сопровождающих лиц;
- количество рядов в колонне должно быть не более двух;
- двигаться навстречу движению транспортных средств. При наличии на проезжей части дороги линии горизонтальной дорожной разметки, обозначающей её край (сплошная белая), эта линия должна располагаться справа от обучающихся; в светлое время суток.

Движение обучающихся по дороге в сумерки и темное время суток запрещается. Как исключение, в случае чрезвычайной ситуации (опаздывание на автовокзал, на железнодорожный вокзал, а также при задержках в пути и движении до ближайшего места отдыха (ночлега) допускается двигаться туристской и экскурсионной группе в сумерки и темное время суток только по обочине дороги навстречу движению транспортных средств, а также пересекать проезжую часть дороги вне подземного, надземного, наземного пешеходных переходов и перекрестки при условии, что они будут обозначены световозвращающими элементами и обеспечивать видимость этих элементов водителями транспортных средств;

при отсутствии ледяного покрытия на дороге, тумана, дождя, снегопада, бури;

Обучающимся запрещается:

- двигаться по проезжей части дороги, в том числе и по её краю;
- двигаться по автомагистралям, обозначенным дорожным информационно-указательным знаком «Автомагистраль» и по дорогам для автомобилей, обозначенным дорожным информационно-указательным знаком «Дорога для автомобилей»;
- переходить проезжую часть дороги в неразрешенных для этих целей местах.

При движении групп обучающихся в жилых и пешеходных зонах по проезжей части дорог они имеют преимущество перед транспортными средствами, но не должны необоснованно препятствовать их движению.

При движении групп обучающихся в жилых и пешеходных зонах по проезжей части дорог и при наличии информационно-указательных знаков «Конец жилой зоны», «Конец пешеходной зоны» обучающиеся обязаны зайти на тротуар или обочину дороги.

Рассмотрено
На общем собрании
работников

Протокол № 1 от 29.03.2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО
«УГДДТ им. В.М. Комарова»
_____Г.Р. Зайнуллина
Приказ № 101 от 30.03.2022г.

Инструкция № 60-5-2022
по правилам и мерам безопасного поведения на железнодорожном транспорте и вблизи железнодорожных путей для обучающихся

1. При движении на железнодорожном транспорте ***запрещается:***
- открывать окна вагонов и высовываться из них;
- выбрасывать из окон пищевые отходы и иные предметы;
- прислоняться к дверям вагона, пытаться самостоятельно их открыть;
- прикасаться к электрооборудованию вагона;
- срывать стоп-кран.

2. Переходить железнодорожные пути необходимо только в установленных местах, пользуясь при этом пешеходными мостами, тоннелями, переездами, настилами, а также в местах, где установлены специальные указатели. Перед переходом пути по пешеходному настилу необходимо убедиться в отсутствии движущегося поезда. При приближении поезда следует остановиться, пропустить его, и лишь убедившись в отсутствии движущегося состава на соседних путях, продолжить переход.

3. **На железнодорожных путях запрещается:**
- ходить по железнодорожным путям;
- переходить и перебегать через железнодорожные пути перед близко идущим поездом, если расстояние до него менее 400 метров;
- переходить через пути сразу же после прохода поезда одного направления, не убедившись в отсутствии следования поезда встречного направления;
- переходить железнодорожные переезды при закрытом шлагбауме или показаний красного сигнала светофора переездной сигнализации;
- на станциях и перегонах подлезать под вагоны и перелезать через автосцепки для прохода через путь;
- проходить вдоль железнодорожного пути ближе 5 метров от крайнего рельса.

Рассмотрено
На общем собрании
работников

Протокол № 1 от 29.03.2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО
«УГДДТ им. В.М. Комарова»
_____ Г.Р. Зайнуллина
Приказ № 101 от 30.03.2022г.

Инструкция № 60-6-2022
по правилам и мерам безопасного поведения на воде для обучающихся

1. Купайся только в специально оборудованных местах.
2. Не нырять в незнакомых местах.
3. Не заплывать за буйки.
4. Не приближаться к судам.
5. Не хватать друг друга за руки и ноги во время игр на воде.
6. Не умеющим плавать купаться только в специально оборудованных местах глубиной не более 1,2 метра.

При пользовании лодкой, катамараном, скутером запрещается:
оправляться в путь без спасательного жилета;
отплывать далеко от берега;
вставать, переходить и раскачиваться в лодке;
нырять с лодки;
залезать в лодку через борт.

Если тонет человек:

сразу громко зовите на помощь: «Человек тонет!»;
попросите вызвать спасателей и «скорую помощь»;
бросьте тонущему спасательный круг, длинную веревку с узлом на конце.

Если хорошо плаваете, снимите одежду и обувь и вплавь доберитесь до тонущего. Заговорите с ним. Если услышите адекватный ответ, смело подставляйте ему плечо в качестве опоры и помогите доплыть до берега. Если же утопающий находится в панике, схватил вас и тащит за собой в воду, применяйте силу. Если освободиться от захвата вам не удается, сделайте глубокий вдох и нырните под воду, увлекая за собой спасаемого. Он обязательно отпустит вас. Если утопающий находится без сознания, можно транспортировать его до берега, держа за волосы.

Если тонешь сам:

не паникуйте;
снимите с себя лишнюю одежду, обувь, кричите, зовите на помощь;
перевернитесь на спину, широко раскиньте руки, расслабьтесь, сделайте несколько глубоких вдохов.

Прежде, чем пойти купаться, не забудьте взять с собой английскую булавку. Она поможет вам, если в воде начнутся судороги. Если же у вас свело ногу, а булавки при себе нет, ущипните несколько раз икроножную мышцу. Если это не помогает, крепко возьмитесь за большой палец ноги и резко выпрямите его. Плывите к берегу.

Вы захлебнулись водой:

не паникуйте, постарайтесь развернуться спиной к волне;
прижмите согнутые в локтях руки к нижней части груди и сделайте несколько резких выдохов, помогая себе руками;
затем очистите от воды нос и сделайте несколько глотательных движений;
восстановив дыхание, ложитесь на живот и двигайтесь к берегу;
при необходимости позовите людей на помощь.

ПОМНИТЕ! Попав на сильное течение, не плывите против него, не тратьте силы, а используйте течение, чтобы приблизиться к берегу.

Оказавшись в водовороте, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и, сделав рывок в сторону по течению, всплывайте на поверхность.

При судорогах — измените способ плавания с целью уменьшения нагрузки на сведенные мышцы,

ускоряя их расслабление, и плавно плывите к берегу. В случае судороги мышц голеностопа - подтяните ногу, а затем пальцы стопы потяните на себя. Возможно, это придется сделать несколько раз. Но Вы должны помнить о том, что Вы умеете держаться на воде.

Если Вы заплыли далеко или почувствовали усталость – отдохните на воде. Сменив стиль плавания и, отдохнув, возвращайтесь к берегу.

Если Вы попали на участок с водорослями и запутались – не делайте резких движений, а лежа на спине, плавными движениями, с помощью рук освободитесь от них, и плывите обратно тем же путем.

Вода не прощает беспечности, тем более пренебрежения опасностью.

Помните, что **ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

1. заплывать за знаки ограждения и предупреждающие знаки;
2. купаться и нырять в запрещенных и неизвестных местах;
3. прыгать в воду с дамб, пристаней, катеров, лодок;
4. допускать шалости, связанные с нырянием и захватом конечностей купающихся, взбираться на буи и другие технические сооружения;
5. подавать ложные сигналы бедствия;
6. перемещаться в лодке с места на место при катании;
7. использовать для плавания доски, бревна, надувные матрасы, камеры автомашин и другие вспомогательные средства;
8. загрязнять и засорять водоемы;
9. не заставлять себя долго задерживать дыхание, в результате кислородного голодания мозг человек погиб...

Правила поведения на водоемах в зимний период

1. Ни в коем случае нельзя выходить на лед без сопровождения взрослых;
2. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги;
3. При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут;
4. Не приближайтесь к тем местам, где во льду имеются вмерзшие коряги, водоросли, воздушные пузыри;
5. Не ходите рядом с трещиной или по участку льда, отделенному от основного массива несколькими трещинами.

Рассмотрено
На общем собрании
работников

Протокол № 1 от 29.03.2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО
«УГДДТ им. В.М. Комарова»
_____ Г.Р. Зайнуллина
Приказ № 101 от 30.03.2022г.

Инструкция № 60-7-2022
по правилам и мерам безопасности для обучающихся при проведении экскурсии

Участники экскурсии должны быть одеты в удобную, не стесняющую движения одежду.
Участники экскурсии обязаны строго выполнять указания руководителей экскурсии, как со стороны образовательной организации, так и со стороны предприятия (организации).
Участники экскурсии, по согласованию с руководителем группы, разрешается добираться до места проведения экскурсии следующими способами:

- пешим способом;
- заказным автотранспортом;
- транспортом общественного пользования;
- личным автотранспортом родителей.

Правила движения экскурсионных групп в населенных пункта. В населенных пунктах экскурсионным группам разрешается двигаться:

- только по тротуару или пешеходным дорожкам;
- численностью не более 30 человек;
- организованными колоннами, но не более чем в колонну по два;
- занимая при этом не более половины тротуара или пешеходной дорожки;
- соблюдая правостороннее движение;
- в сопровождении руководителя колонны и двух взрослых сопровождающих лиц (один спереди, а второй сзади колонны);
- в светлое время суток.

При организации экскурсий для нескольких учебных классов необходимо, чтобы они выполняли требования, изложенные в п. 4 настоящей инструкции, и выдвигались к месту назначения с временным интервалом (10-15 минут) одной колонны от другой или при условии, что колонны будут идти к своему месту назначения различными маршрутами.
При движении экскурсионной группы по тротуарам, пешеходным дорожкам участники группы обязаны:

- быть внимательными;
- выполнять все указания руководителя группы (колонны) и его помощников;
- выполнять требования «Правил дорожного движения».

Участникам группы запрещается:

- толкаться, драться, подставлять друг другу подножки;
- бросать друг в друга какими-либо предметами;
- играть в подвижные игры;
- отставать от основной группы;
- отлучаться от основной группы без разрешения руководителя группы (колонны) (в магазин, киоски, позвонить и т.д.).

В населенных пунктах экскурсионным группам разрешается переходить проезжую часть дороги только по наземным и подземным пешеходным переходам.
При переходе экскурсионной группой пешеходного перехода на регулируемом перекрестке необходимо:

- дождаться у пешеходного перехода подхода всей группы, пересчитать членов группы;
- построиться плотно возле самого пешеходного перехода в колонну по два или в колонну по три, чтобы не занимать при переходе более половины ширины пешеходного перехода;
- дождаться очередного зеленого сигнала светофора или разрешенного сигнала регулировщика;
- перейти пешеходный переход ускоренным шагом, не растягиваясь, за один прием;

- в случае, когда группа не успела перейти пешеходный переход за один прием, необходимо со сменой сигнала светофора или регулировщика переход проезжей части прекратить. Не перешедшая пешеходный переход часть группы должна дождаться на тротуаре очередного разрешающего сигнала или регулировщика, а часть группы, которая перешла пешеходный переход, должна дождаться на противоположной стороне дороги оставшуюся часть группы;
- чтобы один взрослый сопровождающий возглавлял колонну, а второй замыкал при переходе пешеходного перехода, и оба контролировали переход колонны через пешеходный переход.

При переходе экскурсионной группой пешеходного перехода на регулируемом перекрестке, а также вне перекрестка на обозначенном пешеходном переходе необходимо:

- дождаться у пешеходного перехода подхода всей группы, пересчитать членов группы;
- построиться плотно возле самого пешеходного перекрестка в колонну по два или по три человека, чтобы не занимать при переходе более половины ширины пешеходного перехода;
- пропустить приближающийся к переходу автотранспорт;
- перейти пешеходный переход ускоренным шагом, не растягиваясь, за один прием;
- чтобы один взрослый сопровождающий возглавлял колонну, а второй замыкал колонну при переходе пешеходного перехода, и оба контролировали переход колонны через пешеходный переход.

При переходе экскурсионной группой пешеходного перехода на нерегулируемом перекрестке, а также вне перекрестка на обозначенном пешеходном переходе необходимо:

- Дождаться у пешеходного перехода подхода всей группы, пересчитать членов группы;
- построиться плотно возле самого пешеходного перехода в колонну по два или в колонну по три, чтобы занимать при переходе более половины ширины пешеходного перехода;
- пропустить приближающийся к пешеходному переходу автотранспорт;
- перейти пешеходный переход ускоренным шагом, не растягиваясь, за один прием;
- чтобы один взрослый сопровождающий возглавлял колонну, а второй замыкал колонну при переходе пешеходного перехода, и оба контролировали переход колонны через пешеходный переход.

В случае, когда экскурсионной группе в населенном пункте необходимо добираться до своего места назначения общественным городским транспортом, необходимо заблаговременно разделить всю группу на несколько подгрупп, и в каждой должно быть хотя бы по одному взрослому сопровождающему лицу. Когда общественный транспорт будет перегружен и не будет возможности всем членам группы одновременно воспользоваться им, необходимо добираться до своего места назначения отдельными самостоятельными группами.

При посадке и высадке из общественного транспорта необходимо осуществлять посадку и высадку только после полной остановки транспортного средства на специальной площадке, а в случае ее отсутствия – с тротуара или обочины.

При движении в транспортном средстве запрещается открывать двери транспортного средства, высовываться в оконные проемы во время его движения, препятствовать закрытию дверей транспортного средства.

Правила движения экскурсионных групп по дорогам вне населенных пунктов. Вне населенных пунктов экскурсионным группам при движении по дорогам разрешается двигаться только:

- по обочине дороги, самой крайней части дороги (движение по проезжей части запрещается);
- организованными колоннами, но не более чем в колонну по четыре;
- по правой обочине дороги, в попутном с автотранспортом направлении;
- в сопровождении;
- руководителя колонны;
- помощников руководителя колонны из состава взрослых сопровождающих лиц (один помощник на 30 человек колонны);
- двух взрослых сопровождающих лиц для обозначения движущейся колонны (один спереди, а второй сзади колонны);
- двух взрослых сопровождающих лиц для остановки автотранспорта при переходе колонной нерегулируемых перекрестков, при переходе пешеходных переходов вне перекрестков, при переходе проезжей части дороги вне пешеходных переходов;
- с обозначением движущейся колонны красными флажками (спереди и сзади колонны);

- в светлое время суток;
- при отсутствии снежного и ледяного покрытия на дороге, тумана, дождя, снегопада, бури.

В случае непредвиденной ситуации, происшедшей в темное время суток (поломка автобуса и т.п.), движение экскурсионной группы по обочине дороги в темное время суток запрещается. Участники группы обязаны находится в автотранспорте или за пределами догори, а руководитель группы обязан принять меры по скорейшему извещению о случившемся органов полиции, ГИБДД, местной власти.

При движении экскурсионных групп вне населенного пункта участники группы обязаны:

- быть внимательными;
- выполнять все указания руководителя группы (колонны) и его помощников;

Участникам группы запрещается:

- толкаться, драться, подставлять друг другу подножки;
- бросать друг в друга какими-либо предметами;
- играть в подвижные игры;
- отставать от основной группы;
- отлучаться от основной группы без разрешения руководителя группы (колонны) (собирать грибы, ягоды, пить воду и т.п.).

Вне населенных пунктов экскурсионным группам разрешается переходить проезжую часть дороги:

- по пешеходным переходам на регулируемых перекрестках согласно п.9 настоящей инструкции;
- по пешеходным переходам на нерегулируемых перекрестках, а также вне перекрестка на обозначенном пешеходном переходе согласно п.10 настоящей инструкции;
- при отсутствии в зоне видимости пешеходного перехода или перекрестка, под прямым углом к краю проезжей части и только в том месте, где она хорошо просматривается в обе стороны и отсутствует разделительная полоса и пешеходные, защитные ограждения.

Для обозначения движения экскурсионной колонны необходим, чтобы один из сопровождающих взрослых лиц шел впереди колонны, держа в руке красный флажок (размер 30 х 30 см), а второй – в конце колонны, также держа в руке красный флажок того же размера.

Для перехода экскурсионной колонны вне пешеходного перехода необходимо, чтобы двое других взрослых сопровождающих группу лиц с красными флажками (размер 30 х 30 см.) вышли на середину дороги не менее чем на 30 метров в обе стороны от места планируемого перехода и начали энергично махать над головой красным флажком, чтобы водители приближающихся транспортных средств обратили внимание на эти сигналы и обязательно остановились. Когда автотранспорт будет остановлен, разрешается оперативно, ускоренным шагом провести колонну через проезжую часть дороги.

При приближении транспортных средств с включенным проблесковым маячком и специальным звуковым сигналом экскурсионная группа обязана воздерживаться от перехода проезжей части, а находящиеся на проезжей части члены группы должны уступить дорогу такому автотранспорту.

Участникам экскурсии во время проведения экскурсии на предприятии (организации) запрещается:

- брать с собой предметы, отвлекающие внимание, создающие неудобства и тем более опасность;
- дотрагиваться до приборов, оборудования и тем белее включать его;
- драться;
- толкаться;
- отлучаться без разрешения руководителя группы от основной группы

Рассмотрено
На общем собрании
работников

Протокол № 1 от 29.03.2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО
«УГДДТ им. В.М. Комарова»
_____Г.Р. Зайнуллина
Приказ № 101 от 30.03.2022г.

Инструкция № 60-8-2022
по правилам безопасного поведения для обучающихся при проведении туристических походов.

Все участники (учащиеся) похода должны получить допуск от медицинского работника учреждения образования к участию в походе.

Каждый участник туристского мероприятия (похода) обязан иметь следующее личное (индивидуальное) снаряжение:

рюкзак, объёмом 20 л - 1 шт.;
спальный мешок с индивидуальным воротником из хлопчатобумажной ткани - 1 шт.;
коврик пенополиуретановый многослойный - 1 шт.;
электрофонарь - 1 шт. с запасными элементами питания;
миска металлическая с высокими краями- 1 шт.;
кружка металлическая - 1 шт.;
ложка столовая - 1 шт.;
нож перочинный - 1 шт.

Личная посуда обучающихся (блюдце, чашка, ложка) должна храниться отдельно от других вещей в полиэтиленовом мешке;

Масса личного снаряжения не должна превышать: для обучающихся 12 лет - 2,5кг, 13-14 лет - 3,0-3,5кг, 15-17 лет - 4,0-4,5 кг. Масса рюкзака без снаряжения не должна превышать 1 кг.

Для организации сна используют спальные мешки, коврики и палатки в соответствии с инструкциями по их эксплуатации. Спать без спального мешка, коврика и вне палатки запрещается.

Каждый участник туристского мероприятия обязан иметь следующие предметы личной гигиены:

мыло (малого веса) — 1 шт.;
зубную щетку — 1 шт.;
зубную пасту (малого объема) — 1 шт.;
полотенце — 2 шт.;
бумага туалетная— 1 рул.;
одноразовые дезинфицирующие салфетки — не менее 20 шт.

Одноразовые дезинфицирующие салфетки необходимы для протирки пальцев рук, самих рук в случае, когда нет возможности помыть руки перед приемом пищи (в поезде, в автобусе, на марше и т.п.), а также при оказании медицинской само- и взаимопомощи.

В туристском мероприятии обучающиеся обязаны соблюдать следующие правила личной гигиены: умываться утром, мыть руки с мылом после сна, перед приемом пищи, после посещения туалета и во всех других случаях при их загрязнении; мыть ноги с мылом перед сном. Запрещается при проведении гигиенических процедур пользоваться общей зубной щеткой, полотенцем.

При проведении туристских мероприятий запрещается купаться, посещать участки леса, поля, торфяника, где установлены соответствующие запрещающие знаки.

Правила безопасного поведения при приготовлении и приёме пищи в походных условиях:

1. В туристское мероприятие для индивидуального питания, до организации коллективного приема пищи, учащимся допускается брать следующие продукты питания:

- первые, вторые и третьи блюда, приготовленные в домашних условиях и находящиеся в термосах, при следующих условиях: 19.термос должен быть помыт, ошпарен кипятком и высушен;

2. Пища должна заливаться (закладываться) в термос в свежеприготовленном и горячем виде (в виде кипятка, прямо с огня) и во весь объём термоса;
3. Пища должна быть употреблена в течение 3 часов со времени закладки её в термос;
4. Пища должна быть употреблена только, в индивидуальном порядке.
5. Запрещается организация «общих столов»;

-яйца куриные, сваренные вкрутую;
-бутерброды с маслом сливочным;