



Утверждаю: директор Климова Л.В.
2014

Инструкция
по правилам безопасности учащихся ГБОУ ООШ с.Купино во время летних каникул.

1. Правила поведения при пользовании железнодорожным транспортом:

При переходе через железнодорожные пути будьте особо внимательны, осмотритесь, не идут ли поезда по соседним путям.

Запрещается:

- Подлезать под железнодорожным подвижным составом;
- Перелезать через сцепные устройства между вагонами;
- Бежать по пассажирской платформе рядом с прибывающим или отправляющимся поездом;
- Устраивать игры на железнодорожном полотне;
- Осуществлять посадку и (или) высадку во время движения поезда;
- Цепляться за проходящий транспорт, ездить на подножках.

2. Правила безопасного поведения на дороге:

- Пешеходы должны двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам.
- При движении в темное время суток пешеходам рекомендуется иметь при себе предметы со светоотражающими элементами.
- Пешеходы должны пересекать проезжую часть по пешеходным переходам, в том числе по подземным и надземным.
- В местах, где движение регулируется, пешеходы должны руководствоваться сигналами регулировщика или пешеходного светофора.
- Выйдя на проезжую часть, пешеходы не должны задерживаться или останавливаться. Пешеходы, не успевшие закончить переход, должны остановиться на линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений. Продолжать переход можно лишь убедившись в безопасности дальнейшего движения и с учетом сигнала светофора (регулирующего).
- На нерегулируемых пешеходных переходах пешеходы могут выходить на проезжую часть после того, как оценят расстояние до приближающихся транспортных средств, их скорость и убедятся, что переход будет для них безопасен;
- Детям до 18 лет запрещается использовать мотоцикл и скутер как средство передвижения.

3. Правила пользования 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.

4. Правила поведения на воде:

- Для купания лучше выбирать места, где чистая вода, ровное песчаное дно, небольшая глубина, нет сильного течения и водоворотов, нет проезжающего по воде моторного 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. Попав 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. Попав 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 сторону, откуда приплыли. Если и это не поможет, то нужно, подтянув ноги, осторожно освободиться от растений руками.

- Нельзя нырять в местах 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.

- При катании на лодке следует соблюдать следующие правила: 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.

5. Правила поведения при посещении леса:

- Не ходить в лес одному.

- 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 опуская их.

- Не курить и не разжигать костры, во избежание пожара, и не мусорить, пустые бутылки и

осколки могут привести к возникновению пожара.