



Утверждаю

Директор МБУ «Школа № 43»

П.А. Гвоздев

«23» октября 2020 г.

ПЕРЕЧЕНЬ

инструктажей учащихся МБУ «Школа №43»

1. Инструкция №1 «Правила пожарной безопасности».
2. Инструкция №2 «Правила антитеррористической безопасности».
3. Инструкция №3 «Правила дорожного движения, профилактика дорожно-транспортных происшествий».
4. Инструкция №4 «Правила движения на велосипедах, мопедах, скутерах, мотоциклах».
5. Инструкция №5 «Инструктаж о запрете употребления алкоголя, табачных изделий, курительных смесей, ПАВ, снюса».
6. Инструкция №6 «Правилах поведения в общественных местах, во всех видах транспорта, на железной дороге и при поездке на железнодорожном транспорте».
7. Инструкция №7 «Правила поведения на природе: в лесу, на водоёме, во время купания. Запрет на купание в неотведенных для этого местах, запрет на одиночное купание».
8. Инструкция №8 «О безопасности несовершеннолетних в сети Интернет».
9. Инструкция №9 «Ознакомление со ст. 5 Закона Самарской области № 127-ГД от 02.12.2009 «О мерах по предупреждению вреда здоровью детей, их физическому, интеллектуальному, психологическому и нравственному развитию».
10. Инструкция №10 «Осторожно – открытое окно!».
11. Инструкция №11 «О мерах безопасности при использовании электрического тока».

Инструкция №1

ПРАВИЛА ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

Как вести себя при пожаре.

1. Ребёнок должен знать свой адрес, Ф.И.О. и номер телефона! Выучите эту информацию вместе с ним.
2. Огнеопасные приборы храните в недоступном от ребёнка месте.
3. Показывайте своим примером, что вы выключаете электроприборы, особенно мелкие приборы (утюг, фен, кофеварка, чайник и т.д.)
4. Расскажите, что в деревне или на даче без взрослых нельзя, подходить и включать обогревательные приборы (камины, батареи).
5. Не забывайте напомнить, что «спички – детям не игрушка»!

Что делать, если видишь пламя:

1. Не притрагиваться к огню, а звать на помощь взрослых!
2. Если взрослых нет дома, выйти из квартиры и обратиться за помощью к соседям!
3. Не искать укрытия в горящей квартире!
4. Не спускаться на лифте, а бежать вниз по лестнице!
5. Если квартира заперта, не поддаваться панике, а звонить 01 или 112 (101 с сотового телефона) и звать на помощь соседей!

Необходимо помнить, что опаснее огня может быть только дым. Чтобы не задохнуться при пожаре, следует дышать через мокрую марлю и ползти к выходу, не поднимаясь на ноги. Дым имеет свойство подниматься вверх.

Огонь – это очень большая опасность!

Как случаются пожары?

Существует много причин возникновения пожара, но часто именно неосторожность и детская шалость служат поводом для огня. Когда ребенок остается один, особенно проявляется его стремление к самостоятельности. Дети в своих разнообразных играх часто повторяют поступки и действия взрослых, имитируя их поведение. Детям хочется, как можно скорее, все узнать и испытать. Нельзя быть уверенным, что оставшись без присмотра, он не решит поиграть с опасными приборами.

Родители должны помнить, что оставлять детей одних очень опасно. В случае пожара малыш не сможет самостоятельно выбраться. Помните, что спасаясь от огня и дыма, дети обычно прячутся в укромном месте.

Что может послужить причиной пожара?

1. Ребёнок, увлечённый своей игрой, может положить игрушку в микроволновую печь. Включив её, микроволновая печь сразу же заискрится.
2. Оставленный на кухне ребёнок может включить конфорку плиты, даже не осознав это.
3. Включая, выключая лампочки, ребёнок может вызвать перенапряжение в сети. Лампочка может взорваться и стать причиной пожара.
4. Оставленные свечи после детского праздника или ухода гостей, могут сжечь весь этаж.
5. Пробегающий ребёнок может опрокинуть работающий утюг на ковёр, тот загорится моментально.
6. Дети любят играть с проводами. Если ребёнок перегрызёт провод - случится беда.
7. Любые электроприборы могут выйти из строя прямо у вас на глазах и воспламениться.

Родители, давайте следовать урокам пожарной безопасности и обучать наших детей быть внимательными и осторожными. Помните: подобные уроки должны начинаться с самого раннего детства. Не забывайте: гораздо легче предотвратить пожар, чем его потушить. Простые меры предосторожности помогут вам обезопасить себя и своих детей.

Ссылка: [Сайт МЧС России](#)

Инструкция №2

ПРАВИЛА АНТИТЕРОРРИСТИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

Это одно из самых страшных преступлений. Цель террористов – убить за один раз как можно больше людей или захватить побольше заложников, чтобы держать их в неволе и мучить. Они думают, что так они всех запугают и получают все, что им нужно – деньги, разрешение не подчиняться законам или что-то еще.

Террористы – это преступники, которые не могут победить армию и милицию и поэтому с оружием в руках нападают на простых людей, которые пришли в кино или едут на работу, или на детей, собравшихся на праздник в школе. За терроризм полагается более строгое наказание, чем за обычное похищение людей или убийство. Поэтому бандиты знают, что им не на что надеяться и очень жестоко обращаются с теми, на кого нападают.

Скорее всего, вам не придется столкнуться с террористами, но узнать заранее, где, когда и на кого они нападут, очень трудно. Поэтому каждому надо быть готовым к такому нападению и помнить простые правила, которые помогут вам и вашей семье не пострадать от действий преступников.

Это не игра! Главное: вы никогда не должны бояться. Но всегда должны быть настороже. Нужно быть внимательным к тому, что происходит вокруг, замечать, все ли нормально. Надо знать, где находятся выходы из здания, в котором вы находитесь – школе, кинотеатре, спортивном клубе. Надо знать, где находятся ближайшие травмпункт и поликлиника, на случай если вы или кто-то из ваших родных или знакомых получил ранение или травму.

Всегда относитесь серьезно к просьбам покинуть здание (эвакуироваться), даже если вам говорят, что это учения. Такие просьбы надо выполнять обязательно! Если объявили эвакуацию, помните, что надо держаться подальше от окон, стеклянных дверей и перегородок.

Нельзя принимать пакеты, сумки, коробки и **ДАЖЕ ПОДАРКИ!** от посторонних людей. Ни в коем случае нельзя трогать никаких предметов, оставленных на улице, в транспорте, в магазинах и общественных местах, даже если это игрушки, мобильные телефоны.

В чрезвычайных ситуациях следуйте указаниям родителей и старших. Если все же бедствие произошло, не мешайте работе спасателей, милиционеров, врачей, пожарных. Там, где много людей, не всегда безопаснее. Террористы чаще всего нападают на правительственные здания, аэропорты, крупные магазины, электростанции, школы, большие праздники и концерты, поезда, самолеты, автобусы. Поэтому, посещая такие места, нужно быть внимательным и обращать внимание на все подозрительное и сообщать об этом родителям.

Террористические акты бывают нескольких видов: захват заложников, угоны транспортных средств вместе с пассажирами, взрывы.

Особые вещи

В вашей семье должен быть особый набор предметов первой необходимости. В нем должна быть аптечка (набор лекарств, бинтов), запас свежей воды и долго хранящихся продуктов, радио, фонарик, новые батарейки. Все это должно быть компактно упаковано, лучше всего в сумку, которую будет удобно нести. Это поможет вам и вашим родителям, если будет нужно, быстро уехать или уйти в безопасное место, не теряя времени на сборы необходимых вещей.

Набор предметов, которые помогут вам пережить несколько дней вне вашего дома, скорее всего не понадобится, но лучше всегда держать его наготове. Помимо этого набора, который должны собирать взрослые, вы также можете собрать свой. Его можно положить в старый портфель или сумку. Главное, чтобы его было легко нести. Мы предлагаем поместить туда следующие вещи: • пару любимых книжек, • карандаши, ручки, бумагу, • ножницы и клей, • маленькую игрушку, головоломки, • фотографии семьи и любимых домашних животных.

Семейный план

Вашей семье следует разработать план на случай теракта, чрезвычайной ситуации или стихийного бедствия. Надо, чтобы каждый член семьи знал, что ему делать и где встречаться с остальными родственниками. Этот план надо запомнить, чтобы не потеряться, если вдруг что-то произойдет, когда вы будете далеко от дома. Ведь нередко бывает, что вы, например, находитесь в школе или в гостях у товарища, ваши родители на работе, а сестренка или брат в детском саду.

Составлять план нужно всей семьей. Обсудите, какие происшествия могут случиться, что нужно сделать, чтобы быть к ним готовым, что делать, если начнется эвакуация из вашего дома или из вашего района. Необходимо договориться всей семьей о том, где встречаться после эвакуации. Надо знать, куда звонить, чтобы проверить, где находятся ваши родственники. Например, стоит запомнить телефонный номер дяди, тети или бабушки, которые живут в другом конце города. Тогда, если что-то случится, вам следует позвонить им и сказать, где вы находитесь, чтобы родственники могли легко вас найти.

Будет неплохо, если вы договоритесь с соседями о том, как будете действовать в случае бедствия или теракта. Узнайте, нет ли среди них врачей, спасателей, милиционеров – это всегда может пригодиться.

Если вы попали в заложники

В этом случае надо помнить следующее: Обычно скрыться с места, где появились террористы, собравшиеся захватить заложников, можно только в течение первых нескольких минут.

Если рядом с вами нет террористов, если вас никто не видит, нельзя стоять на месте. Если вы можете убежать, следует сделать это как можно скорее. Не пытайтесь вырваться, пользуясь электрошокерами или газовыми баллончиками.

Террористы – вооруженные и очень агрессивные люди, которым ребенок и даже многие взрослые не смогут оказать сопротивления. Если скрыться нельзя, то верьте – вас обязательно спасут и освободят. Но сделают это не сразу. Поэтому надо настроиться на то, что какое-то время, возможно несколько дней, вы будете находиться вместе с террористами.

Ни в коем случае не нужно кричать, высказывать свое возмущение, громко плакать, потому что террористы все равно не откажутся от своих намерений. Плач и крики только еще больше раздражают и озлобляют террористов. Надо быть готовыми и к тому, что в течение довольно длительного времени вам могут не давать есть и пить. Поэтому надо экономить силы. Особенно если в помещении будет мало воздуха. Если же вам запретят ходить по помещению, то надо делать простые физические упражнения: напрягать мышцы ног и рук, шевелить пальцами. Не делайте резких движений – это тоже озлобляет террористов.

Если террорист угрожает вам оружием, надо выполнить все его требования, потому что ваша главная задача – спасти свою жизнь. Постарайтесь победить страх и испуг. Думайте о чем-нибудь хорошем, вспоминайте интересные книги, решайте в уме математические задачи, молитесь. Слушайте и запоминайте, о чем разговаривают террористы, как они выглядят, но делайте это как можно более незаметно.

И помните, что с террористами ведут переговоры и вас освободят!

Если у вас есть раны, старайтесь как можно меньше двигаться – это уменьшит потерю крови.

Если вы поняли, что начался штурм, надо держаться как можно дальше от окон и дверей. Старайтесь найти укрытие и быть как можно дальше от террористов. Если раздаются хлопки светошумовых гранат (когда яркий свет бьет в глаза, звук ударяет по ушам или вы чувствуете резкий запах), надо упасть на пол, закрыть глаза, ни в коем случае не тереть их, закрыть голову руками и ждать, пока спасатели не выведут вас из здания. Ни в коем случае не хватайтесь за брошенное террористами оружие!

После освобождения надо обязательно сказать спасателям свои имя, фамилию, адрес, где вы живете.

Если взорвалась бомба

Главное правило: никогда не трогайте подозрительные предметы или оставленные кем-то вещи. Если вы увидели оставленную кем-то сумку, портфель, игрушку, мобильный телефон или другой предмет – даже не приближайтесь к нему, а сообщите о находке взрослым.

Террористы стараются использовать как мины те вещи, которые очень хочется взять в руки и осмотреть. При взрыве обязательно надо упасть на пол. Если в здании или в помещении, где вы находитесь, произошел взрыв, главное – сохранять спокойствие. Будьте уверены, что сможете выбраться.

После того как взрыв произошел, надо как можно скорее покинуть это здание и помещение. Ни в коем случае не задерживайтесь для того, чтобы собрать свои книги, игрушки, другие вещи, или для того, чтобы позвонить. Если вокруг вас падают вещи, мебель, обломки, срочно спрячьтесь под партой или столом, пока не прекратится падение вещей, затем быстро выбегайте из помещения. Ни в коем случае не пользуйтесь лифтом!

Если после взрыва начался пожар, нужно пригнувшись или даже ползком как можно быстрее выбраться из здания. Обмотайте лицо влажными тряпками или одеждой, чтобы дышать через них. Если перед вами оказалась закрытая дверь, до того как открывать ее, потрогайте ручку тыльной стороной ладони. Если ручка не горячая, медленно откройте дверь и проверьте, есть ли в соседнем помещении дым или огонь. Если их нет, выбирайтесь, низко пригибаясь к полу. Если дым и огонь не дают вам пройти, обязательно закройте дверь и ищите другой выход из здания. Если ручка или сама дверь горячая, никогда не открывайте ее.

В крайнем случае выбираться из здания можно через окна. Если вы не можете выбраться из здания необходимо подать сигнал спасателям, что вам нужна помощь. Для этого нужно подойти к окну и размахивать каким-либо предметом или одеждой, чтобы вас заметили.

Если вас завалило

Не старайтесь самостоятельно выбраться. Осмотритесь, есть ли вокруг вас свободное место, в которое вы могли бы проползти. Если под рукой есть обломки стола или парты, надо постараться подпереть то, что над вами находится. Отодвиньте от себя острые предметы. Если у вас есть мобильный телефон – позвоните спасателям по телефону «112». После этого надо ждать.

Закройте нос и рот носовым платком и одеждой. Стучите по трубе или стене, чтобы спасатели могли услышать, где вы находитесь. Кричите только тогда, когда слышали рядом голоса спасателей. Помните, что, когда вы кричите, вы можете наглотаться пыли и даже задохнуться.

Если у вас есть вода – пейте как можно больше. Ни в коем случае не разжигайте огонь. Старайтесь сохранять спокойствие, думайте о чем-то хорошем и помните, что спасатели помогут вам.

Как быть с домашними животными?

Если случится бедствие или теракт, опасность будет угрожать не только вам, но и вашим домашним любимцам. Если вы должны срочно уехать или уйти в безопасное место (эвакуироваться), лучше всего взять вашего питомца с собой – не стоит оставлять его одного. Брать с собой животных нельзя только тогда, когда вы идете в специальное убежище. Там могут находиться только люди.

Если вы не можете взять животное с собой, оставьте его в наиболее безопасной точке квартиры, например, в ванной. Не привязывайте вашего питомца. Не забудьте – у него должен быть достаточный запас еды и воды.

Важные советы

Бедствие или теракт могут произойти в любой момент, без предупреждения. Вам и вашим родителям может стать страшно. Может быть, вам придется покинуть дом и перебраться в убежище или временное жилище. Вы какое-то время не будете встречаться со своими друзьями, спать в своей любимой постели.

Но, что бы ни случилось, не забывайте, что:

- Бедствие не будет длиться очень долго. Если вы очень сильно соскучились по дому, не печальтесь, лучше найдите себе какое-нибудь занятие. Думайте о том, что и на новом месте вы можете найти друзей, и скоро все будет хорошо.

- Если вам страшно, попросите родителей или других взрослых помочь. Они объяснят, что происходит, и обязательно помогут. Не бойтесь задавать такие вопросы, как «как долго мы будем находиться в убежище», «когда мы пойдем домой».

- Если вы будете запоминать или записывать, что вы видите, или рисовать картинки про то, что с вами происходит, это может вам помочь. Не беда, если хочется плакать. Плачьте, ничего плохого в этом нет. Но помните, что все обязательно наладится! Кстати, вы ведь уже достаточно повзрослели и можете помочь взрослым победить бедствие. Например, если вы находитесь в убежище, вы можете посидеть с другими детьми, мыть полы или готовить еду.

Ссылка: [Сайт МЧС России](#)

Инструкция №3

Правила дорожного движения, профилактика дорожно-транспортных происшествий.

Правила дорожного движения для пешеходов.

Пешеходы должны двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам, а при их отсутствии — по обочинам. При отсутствии тротуаров, пешеходных дорожек или обочин, а также в случае невозможности двигаться по ним пешеходы могут двигаться по велосипедной дорожке или идти в один ряд по краю проезжей части (на дорогах с разделительной полосой — по внешнему краю проезжей части). При движении по краю проезжей части пешеходы должны идти навстречу движению транспортных средств. При движении по обочинам или краю проезжей части в темное время суток или в условиях недостаточной видимости пешеходам рекомендуется иметь при себе предметы со световозвращающими элементами и обеспечивать видимость этих предметов водителями транспортных средств. Группы детей разрешается водить только по тротуарам и пешеходным дорожкам, а при их отсутствии — и по обочинам, но лишь в светлое время суток и только в сопровождении взрослых. Пешеходы должны пересекать проезжую часть по пешеходным переходам, в том числе по подземным и наземным переходам, а при их отсутствии — на перекрестках по линии тротуаров или обочин. При отсутствии в зоне видимости перехода или перекрестка разрешается переходить дорогу под прямым углом к краю проезжей части на участках без разделительной полосы и ограждений там, где она хорошо просматривается в обе стороны. В местах, где движение регулируется, пешеходы должны руководствоваться сигналами регулировщика или пешеходного светофора, а при его отсутствии — транспортного светофора. 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. При пересечении проезжей части вне пешеходного перехода пешеходы, кроме того, не должны создавать помех для движения транспортных средств и выходить из-за стоящего транспортного средства или иного препятствия, ограничивающего обзорность, не убедившись в отсутствии приближающихся транспортных средств. Выйдя на проезжую часть, пешеходы не должны задерживаться или останавливаться, если это не связано с обеспечением безопасности движения. 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 (регулировщика).

Правило первое. Выберите безопасное место для перехода. Если вблизи нет пешеходного перехода или перехода со светофором, выберите место, откуда хорошо видно дорогу во всех направлениях. Не пытайтесь пробраться на дорогу между стоящими машинами. Важно, чтобы не только вы хорошо видели дорогу, но и чтобы вас хорошо было видно любому водителю. Выбрав подходящее для перехода место, стойте, осмотритесь.

Правило второе. Перед переходом обязательно остановитесь, прежде чем ступить на проезжую часть, и внимательно осмотрите дорогу. Стоять нужно у края тротуара, немного отступив от бордюра — так, чтобы видеть приближение машин.

Правило третье. Осмотритесь и прислушайтесь. Машина может выехать неожиданно. Но если быть внимательным, «держать ушки на макушке», можно услышать приближение машины еще до того, как она станет видна.

Правило четвёртое. Если приближается машина, пропустите ее, затем снова осмотритесь и прислушайтесь, нет ли поблизости других автомобилей. Когда машина проедет, необходимо снова осмотреться. В первые секунды она может заслонить собой автомобиль, который едет ей навстречу. Не заметив его, можно попасть в «ловушку».

Правило пятое. Не выходите на проезжую часть, пока не убедитесь, что у вас достаточно времени для перехода. Только удостоверившись в полной безопасности, не спеша, переходите улицу. Пересекайте ее только под прямым углом.

Правило шестое. Переходя улицу, продолжайте наблюдение за дорогой, чтобы вовремя заметить изменение обстановки. Обстановка на дороге быстро меняется: стоявшие машины могут поехать, ехавшие прямо — повернуть; из переулка, из двора или из-за поворота могут вынырнуть новые машины.

Правило седьмое. Если во время перехода вдруг возникло препятствие для обзора (например, остановилась из-за неисправности машина), осторожно выглянув из-за нее, осмотрите остаток пути. При необходимости остановитесь, дайте водителю объехать вас.

Правила дорожного движения для велосипедистов

Управлять велосипедом, при движении по дорогам разрешается лицам не моложе 14 лет, а мопедом — не моложе 16 лет. Велосипеды, мопеды должны двигаться только по крайней правой полосе в один ряд возможно правее. Допускается движение по обочине, если это не создает помех пешеходам. Колонны велосипедистов должны быть разделены на группы по 10 велосипедистов. Для облегчения обгона расстояние между группами должно составлять 80 — 100 м. **Водителям велосипеда и мопеда запрещается: ездить, не держась за руль хотя бы одной рукой; перевозить пассажиров, кроме ребенка в возрасте до 7 лет на дополнительном сиденье, оборудованном надежными подножками; перевозить груз, который выступает более чем на 0,5 м по длине или ширине за габариты, или груз, мешающий управлению; двигаться по дороге при наличии рядом велосипедной дорожки; поворачивать налево или разворачиваться на дорогах с трамвайным движением и на дорогах, имеющих более одной полосы для движения в данном направлении.**

Запрещается буксировка велоприцепа, предназначенного для эксплуатации с велосипедом или мопедом. На нерегулируемом пересечении велосипедной дорожки с дорогой, расположенном вне перекрестка, водители велосипедов и мопедов должны уступить дорогу транспортным средствам, движущимся по этой дороге.

Следует учитывать то, что каждый третий ребёнок, ставший жертвой дорожно-транспортного происшествия, находился в автомобиле в качестве пассажира.

Это доказывает, как важно соблюдать следующие правила:

1. Пристёгивайтесь сами и пристегивайте ребенка ремнями безопасности всегда! В том числе и в чужом автомобиле, и при езде на короткие расстояния. Если это правило автоматически выполняется взрослыми, то оно легко войдёт у ребёнка в постоянную привычку.

2. Если это возможно, дети должны занимать самые безопасные места в автомобиле: середину или правую часть заднего сиденья, так как с него можно безопасно выйти прямо на тротуар.

3. Как водитель или пассажир вы тоже постоянно являетесь примером для подражания. Не будьте агрессивны по отношению к другим участникам движения, не ругайте их. Вместо объясните ребенку, в чём ошибка других участников дорожного движения. Спокойно признавайте и свои ошибки.

4. Во время длительных поездок почаще останавливайтесь. Детям необходимо двигаться.

Ссылка: [Фильм по ПДД](#)

Инструкция №4

Правила движения на велосипедах, мопедах, скутерах, мотоциклах

Общие требования безопасности при езде на велосипеде.

Управлять велосипедом при движении по дорогам разрешается только с 14 лет.

- Лица моложе 14 лет могут ездить на велосипеде в тех местах, где нет движения автомобильного транспорта - на закрытых площадках, во дворе, на стадионах, на территории оздоровительного лагеря, на загородных площадках и в других безопасных местах.
- Прежде чем выезжать на велосипеде, необходимо научиться управлять велосипедом: держать равновесие, ездить медленно, поворачивать влево и вправо, делать разворот, ездить по «восьмёрке», тормозить, управлять одной рукой (это необходимо, чтобы на повороте подавать одной рукой сигналы).
- Велосипед должен иметь исправный тормоз, руль и звуковой сигнал. Должен быть оборудован спереди световозвращателем или фонарём белого цвета (для движения в тёмное время суток и в условиях недостаточной видимости), сзади - световозвращателем или фонарём красного цвета, а с каждой боковой стороны - световозвращателем оранжевого или красного цвета.
- Велосипедист обязан знать и соблюдать правила дорожного движения. Велосипедист приравнивается к водителю других транспортных средств.
- Выучить устройство велосипеда, регулярно проводить техническое обслуживание, уметь производить ремонт велосипеда и устранять неисправности.

Требования безопасности перед началом езды на велосипеде.

- Прежде чем начать езду на велосипеде необходимо проверить:
давление воздуха в шинах, исправность руля;
работу тормозов, действие звонка, наличие зеркала заднего вида и правильность его регулировки;
правильность центровки колес (чтобы не было «восьмёрки»), натяжение цепи и спиц;
затяжку резьбовых соединений в осях передних и задних колёс, а также других соединений и необходимость смазки деталей;
наличие действующего фонаря или световозвращателя белого цвета спереди и отражателя света красного цвета, находящегося сзади велосипеда.
- Необходимо установить сидение по своему росту: при нижнем положении педали нога, опирающаяся на неё, должна быть слегка согнута в колене(но не вытянута); Приподнять переднюю часть сидения примерно на 5-10 мм, чтобы не сползать при езде.
- Только убедившись в том, что велосипед исправен, можно совершать поездку на нём.

Требования безопасности во время движения на велосипеде.

- При движении по проезжей части велосипедист должен двигаться только по правой крайней полосе в один ряд как можно правее (не более одного метра от бордюра). Выезд на большее расстояние разрешается лишь для объезда препятствий или обгона, в разрешённых случаях для поворота налево или разворота.
- При движении велосипедистов группой необходимо ехать один за другим, на некотором расстоянии друг от друга.
- Лицам до 14 лет категорически запрещается выезжать на дорогу, где движется автотранспорт, так как можно попасть в аварию.
- Если имеется велосипедная дорожка, по проезжей части ехать нельзя.
- Допускается движение по обочине дороги, если это не создаёт помех пешеходам
- Во время движения необходимо следить за движением транспортных средств, за движением пешеходов, сигналами светофоров, водителей и другой обстановкой на дороге.

- Использовать во время езды нужно только те сигналы, которые установлены правилами дорожного движения.
- Предупредительные сигналы рукой о манёврах необходимо подавать заблаговременно.
- Нельзя поворачивать налево или разворачиваться на дорогах с трамвайным движением и на дорогах, имеющих более одной полосы движения. Необходимо сойти с велосипеда и перейти дорогу по пешеходному переходу, ведя велосипед за руль.

Запрещается при езде на велосипеде.

- Ездить, не держась за руль хотя бы одной рукой, кроме подачи предупредительных сигналов рукой.
- Перевозить негабаритный груз, мешающий управлению или выступающий более чем на 0,5 метра по длине или ширине.
- Перевозить пассажиров.
- Цепляться за любое транспортное средство.
- Буксировать велосипедом, кроме буксировки прицепа, предназначенного для эксплуатации с велосипедом.
- Подъезжать близко к транспорту, движущемуся впереди.
- Двигаться по автомагистралям.
- Ездить в болезненном или усталом состоянии.
- Движение по пешеходному переходу на велосипеде.

Требования безопасности в аварийной ситуации при езде на велосипеде.

- В случае поломки велосипеда необходимо сойти с него и идти, ведя велосипед за руль.
- При получении ссадины или ушиба нужно оказать себе первую доврачебную помощь.
- В случае получения более серьёзной травмы, необходимо обратиться за помощью к взрослым прохожим для отправки в травмпункт, сообщить родителям.

Ссылка: [ПДД для велосипедистов](#)

Ссылка: [Правила для скутеров и мопедов](#)

Инструкция №5

Инструктаж о запрете употребления алкоголя, табачных изделий, курительных смесей, ПАВ, снюса.

В последние годы в обществе растет тенденция к здоровому образу жизни и уменьшению потребления алкоголя. Но не для всей молодежи отдых ассоциируется со спортивными, культурными мероприятиями и здоровыми увлечениями. Часть воспринимает досуг как веселье в сопровождении спиртного.

Если алкоголь разрешают себе несовершеннолетние лица, налицо нарушение закона. Отвечать за это должны не только подростки, но и взрослые.

Нарушение закона влечет за собой административную ответственность в соответствии с Кодексом Российской Федерации об административных правонарушениях. Протокол выписывают сотрудники правоохранительных органов.

Законодательство запрещает употреблять алкоголь, включая слабоалкогольные напитки, лицам моложе восемнадцати лет, вовлекать их в распитие, и продавать им спиртное. Об этом говорит Федеральный закон №171 (ст.16), в котором прописаны ограничения на потребление спиртных напитков для взрослых людей и полный запрет для несовершеннолетних лиц.

Кто несет ответственность?

Если подросток 16 лет и старше обнаружен в состоянии алкогольного опьянения, наказание понесет и он сам и взрослые, на которых возложена ответственность за его воспитание. За малолетних правонарушителей, которым не исполнилось 16 лет, отвечают родители или опекуны, сами они наказаны быть не могут.

Закон предусматривает наказание для тех, кто продал детям или подросткам спиртные напитки. Взрослые, которые пьют вместе с детьми, привлекаются за привлечение лиц несовершеннолетнего возраста к употреблению алкоголя.

Меры пресечения и штраф за употребление алкоголя несовершеннолетними лицами. Спаивание лиц подросткового возраста подлежит ответственности. **КоАП (ст.6.10) устанавливает взыскание для тех, кто склоняет несовершеннолетних распивать алкогольные напитки. На взрослых, выпивающих вместе с детьми, налагается штраф 1500-4000 рублей.**

Знакомый взрослый человек или случайный прохожий, который помог подросткам приобрести алкоголь в магазине, тоже попадает под эту статью и подвергается административному наказанию. Не стоит идти на поводу у несовершеннолетних, если они просят о такой услуге.

Если родители, опекуны, лица, которые отвечают за воспитание подрастающего поколения, разрешают выпивать малолетнему ребенку в своем присутствии или склоняют к этому, их наказывают строже. **Для них предусмотрен штраф 4000-5000 рублей. Данное правонарушение рассматривается на комиссии по делам несовершеннолетних. Если оно зафиксировано неоднократно, возникает вопрос о лишении родительских прав. Если взрослые люди вовлекают подростка в пьянство систематически, применяют силу или угрозы, возникают признаки уголовного преступления (ст.151 УК РФ).**

Если несовершеннолетние задержаны в нетрезвом состоянии, сотрудники правоохранительных органов устанавливают факт продажи напитка, где и кем продан алкоголь. КоАП (ст.14.16) квалифицирует виновность тех, кто продал спиртные напитки лицам моложе 18 лет.

Если спиртное было продано физическим лицом, на него передается в суд протокол об административном правонарушении, за которое предусмотрен штраф 50 000 рублей. В случае, когда напитки проданы в торговой точке, к ответственности привлекают продавца, руководителя и организацию. Штрафы составят в общей сложности более 500 тысяч рублей. Фирма может быть лишена лицензии на продажу алкоголя.

За неоднократное нарушение человек, продающий спиртное детям, понесет уголовное наказание в виде штрафа или лишения свободы на срок от 1 до 4 лет. Торговым организациям разрешается для подтверждения возраста покупателя спрашивать документ, удостоверяющий личность, и отказывать в продаже в случае его отсутствия.

Общественные места и квартира

В ситуации, когда распитие спиртного произошло в образовательном учреждении, на улице, в зоне отдыха или на придомовой территории, применяется статья о распитии спиртных напитков несовершеннолетними в общественных местах (КоАП 20.20-20.22).

Точный перечень мест, которые считаются общественными, прописан законодательством.

Закон устанавливает запрет на выпивку в общественном месте для всех граждан и штраф в размере 500-1500 руб. Но для подростка и его родителей применяется более суровое взыскание, они заплатят штраф в размере 1500-2000 рублей. Как дополнительное наказание в случае асоциального поведения, оскорбляющего достоинство окружающих, может последовать арест на 15 суток.

Выпивать подростку нельзя нигде, в том числе дома, согласно ФЗ №171. Если юная компания распивает спиртное на квартире, в случае составления протокола на них налагается штраф за употребление алкогольных напитков несовершеннолетними (1500-2000 руб., КоАП 20.20-20.22).

Влияние алкоголя на неокрепший подростковый организм чревато необратимыми последствиями, что юное поколение часто не осознает. Помогать в этом должны все, кто их окружает. Нельзя оставаться равнодушными к этой проблеме.

Курение несовершеннолетними табачной продукции

Здоровье всей страны во многом зависит от правильных привычек подрастающего поколения. Вот, почему так важно, чтобы несовершеннолетние дети и подростки были проинформированы о том, что отказ от курения поможет в дальнейшем сохранить работоспособность, активность и хорошее здоровье.

Что будет, если несовершеннолетнего задержат за курением?

Несмотря на то, что в России табакокурение запрещено законодательством, по статистике оно продолжает оставаться одной из самых распространенных вредных привычек. При этом практически 47% опрошенных ответили, что начали курить до наступления совершеннолетнего возраста.

Согласно Административному кодексу Российской Федерации и соответствующей статье, до наступления возраста 16 лет, за курение несовершеннолетних полностью несут ответственность родители или опекуны. Поэтому, если подростка поймут в момент потребления табака или табачной продукции, то придется заплатить штраф от 1500-2000.

При соучастии взрослого, угостившего сигаретой, штраф может увеличиться до 3000 рублей.

После 16 лет наложение административного штрафа за курение несовершеннолетних приходится на нарушителя. Он обязан выплатить от 2 до 3 тыс. рублей. При курении в общественных местах, правонарушителя могут задержать и поставить на учет.

Если человека ставят на учет, то в дальнейшем это может привести к следующим последствиям:

Подросток попадает под подозрение при возникновении ЧП в школе, районе, в котором учится и живет несовершеннолетний. Он будет в числе подозреваемых.

Данные о ребенке при постановке на учет отправляются в школу, в которой учится ребенок. Это может повлиять на отношение учителей и сверстников, а также попасть в личное дело ученика;

Информация также направляется в Военкомат, что в дальнейшем может привести к отсутствию возможности пройти службу в армии и получить военный билет; При подаче документов в Высшее Учебное заведение запрашивается справка о том, что человек не состоит на учете в полиции, что может стать настоящей проблемой при поступлении в престижный институт или университет.

На учет в полицию обычно ставят при многократном нарушении закона. Единично ограничиваются предупреждением.

Продажа сигарет несовершеннолетним

Продажа табачных изделий допустима только при предъявлении документов, подтверждающих совершеннолетний возраст. Если магазин не соблюдает данный закон, и происходит продажа несовершеннолетним сигарет, то это влечет за собой наложение административного штрафа.

Размер санкции, возлагаемой на организацию, зависит от ее статуса:

Физ. лицо – до 5 тыс. рублей;

Юр. лицо – от 100 до 150 тыс. рублей;

Должностные лица – от 30 тыс. до 50 тыс. рублей;

Индивидуальные предприниматели – от 30 тыс. до 50 тыс. рублей.

Расположение места для торговли сигаретами должно быть не ближе, чем в 100 метрах от образовательных учреждений.

Курение подростками кальяна, электронной сигареты, вэйпа

Достаточно спорным вопросом является употребление несовершеннолетними таких табачных изделий, как кальян, эл. сигареты, VAPE и IQOS. Вне зависимости от того заправлен ли он без никотиновым сырьем или никотиновым, курение невозможно.

Нарушение, связанное с курением несовершеннолетних, влечет за собой наказание согласно КоАП России. Это может быть предупреждение, исправительные работы или штраф. Размер санкционной выплаты от 500 до 3000 рублей.

Что касается современных устройств для курения и парения, это электронные сигареты и вейп, то Российское законодательство не создало законов, которые бы препятствовали использованию данных устройств.

Контроль за подростками в подобном случае должны осуществлять родители, так как правоохранительные органы не смогут повлиять на подростка, использующего электронную сигарету или вейп.

Употребление наркотических средств и психотропных веществ несовершеннолетними

Наркомания - болезнь, вызванная систематическим употреблением наркотиков и проявляющаяся психической и физической зависимостью от них. Это тяжелое заболевание, которое начинается со случайного (или под влиянием, давлением) приема наркотика с последующим формированием наркотической зависимости. Проблема наркомании уже давно стала всемирной.

Наркотики в состоянии за несколько дней поработить волю человека, за несколько лет «выжечь» человека дотла, превратить его в беспомощную машину, вся жизнь которой посвящена поиску новой «дозы» и страху перед очередной ломкой.

Кроме наркотиков серьезную угрозу представляют и отдельные психотропные средства, которые оказывают такое же сильное действие на центральную нервную систему, как и наркотики. Современные наркотические средства способны сформировать такую зависимость

всего в несколько приемов. Последствия этого заболевания чрезвычайно опасны, так как происходят необратимые нарушения функций внутренних органов, нервной системы и деградация личности. Наркоманы подвержены риску заражения и способствуют распространению ВИЧ-инфекции, вирусного гепатита, венерических болезней и других опасных инфекционных заболеваний. Наркомания представляет угрозу жизни и здоровью не только для отдельного человека. Она представляет опасность для всего общества.

«О наркотических средствах и психотропных веществах» на территории Российской Федерации запрещено употребление наркотических или психотропных веществ без назначения врача. Так, нарушение указанного запрета лицом, достигшим 16-летнего возраста, влечет административную ответственность по статье 6.9 Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях (далее – КоАП РФ) в виде административного штрафа в размере от 4 тысяч рублей до 5 тысяч рублей или административного ареста на срок до 15 суток. Кроме того, административная ответственность предусмотрена по части 2 статьи 20.20 КоАП РФ за потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача на улицах, стадионах, скверах, парках, в транспорте общего пользования, а также в других общественных местах. Если потребителем является лицо, не достигшее 16 лет – привлечению к административной ответственности по статье 20.22 КоАП РФ подлежат его родители или законные представители в виде административного штрафа в размере от 1,5 до 2 тысяч рублей. Кроме этого, несовершеннолетний, который замечен в употреблении алкогольных напитков, наркотических средств или психотропных веществ подлежит постановке на профилактический учет в подразделениях по делам несовершеннолетних органов внутренних дел.

Если у ваших близких возникли проблемы с наркотиками, алкоголем – срочно ищите помощь! Обращайтесь к врачам, специалистам районных, городских, наркологических кабинетов и диспансеров.

Ссылка: [Профилактика употребления психоактивных веществ, ответственность.](#)

Инструкция №6

Правилах поведения в общественных местах, во всех видах транспорта, на железной дороге и при поездке на железнодорожном транспорте

В общественных местах

Общественными местами считаются улицы, бульвары, парки, театры, кинотеатры, клубы, спортивные стадионы, общественный транспорт. Для каждого из них необходимо соблюдать правила пользования и всеми известные правила хорошего поведения.

- быть вежливыми со взрослыми, старшим поколением, инвалидами и маленькими детьми:

- бережно относиться к чужим предметам и предметам общего пользования:

- соблюдать чистоту не только у себя дома, но и на улицах, и других общественных местах

- не совершать нарушений как в одиночку так и в компании друзей.

Детям и подросткам запрещается:

- участвовать в митингах, шествиях, запрещенных для проведения и нарушающих общественный порядок

- играть в азартные игры

- распивать алкоголь и принимать запрещенные препараты

- заниматься торговлей, запрещенной продукцией в общественных местах

- бросать мусор в неположенном месте

- ломать деревья, портить газоны, клумбы, стены домов и подъездов

- собираться шумными компаниями в подъездах домов, на крышах домов и подвалах

- купаться в неположенных местах

- ездить на подножках и буферах троллейбусов, автобусов, автомашин, железнодорожных вагонов

- накладывать на железнодорожные рельсы посторонних предметов

Особенно стоит уделить внимание правилам поведения на улице

- каждый подросток должен знать свой точный адрес, телефон и контакты близких людей

- перед тем как отправиться на прогулку, сообщить об этом родителям

- гулять или играть можно только там, где разрешили родители. Избегайте слабоосвещенных и безлюдных мест

- при встрече с незнакомыми людьми старайтесь не вступать с ними в разговор

- никогда не принимайте от посторонних людей подарки, не садитесь к ним в машину

- не выносите с собой ценности, дорогие вещи, деньги

Правила поведения на железнодорожном транспорте:

• при приближении поезда не выходите за предупредительную полосу на платформе до полной остановки поезда;

• посадку (высадку) в вагоны производите только после полной остановки поезда, со стороны перрона или посадочной платформы;

• при приближении поезда детей держите за руки или на руках. Не оставляйте их без присмотра на посадочных платформах и в вагонах;

• не оставляйте без внимания случаи нарушения правил поведения несовершеннолетних детей на территории железнодорожного транспорта;

• переходите железнодорожные пути только в установленных местах, убедившись в отсутствии движущегося поезда, локомотива или вагонов;

• не подлезайте под вагонами.

Основными причинами несчастных случаев на железнодорожных путях является:

• грубое нарушение пострадавшими "Правил безопасности граждан на железнодорожном транспорте", в большинстве случаев усугубившееся алкогольным опьянением;

- хождение по железнодорожным путям и переход путей в не установленных местах;
- личная неосторожность пассажиров при посадке и высадке в поезда;
- проникновение граждан на объекты железнодорожного транспорта с целью хищения деталей, содержащих цветные металлы;
- переход ж. д. путей в непосредственной близости перед подающим сигналами большой громкости поездом на пешеходных переходах и переездах;
- бесцельное нахождение в парках станций и перегонах;
- шалость детей, слабый контроль со стороны их родителей.

Категорически запрещается:

- проезжать на крышах, подножках, переходных площадках вагонов;
- бежать по платформе рядом с вагоном прибывающего или уходящего поезда, а также находиться в непосредственной близости от края платформы во время прохождения поезда;
- находиться на территории железнодорожного транспорта в состоянии алкогольного опьянения;
- прыгать с поезда на ходу и с платформы на железнодорожные пути.

ОСНОВНЫЕ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ПРАВИЛА

Знайте, что с точки зрения безопасности самые лучшие места в поезде – центральные вагоны, купе с аварийным выходом-окном или расположенное ближе к выходу из вагона, нижние полки.

Как только Вы оказались в вагоне, узнайте, где расположены аварийные выходы и огнетушители.

Соблюдайте следующие правила:

- при движении поезда не открывайте наружные двери, не стойте на подножках и не высовывайтесь из окон;
- тщательно укладывайте багаж на верхних багажных полках;
- не срывайте без крайней необходимости стоп-кран;
- запомните, что даже при пожаре нельзя останавливать поезд на мосту, в тоннеле и в других местах, где осложниться эвакуация;
- курите только в установленных местах;
- не возите с собой горючие, химически- и взрывоопасные вещества;
- не включайте в электросеть вагона бытовые приборы;
- при запахе горелой резины или появлении дыма немедленно обращайтесь к проводнику.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОЙ АВАРИИ

При крушении или экстренном торможении закрепитесь, чтобы не упасть. Для этого схватитесь за поручни и упритесь в стену или сиденье ногами. Безопаснее всего опуститься на пол вагона. После первого удара не расслабляйтесь и держите все мышцы напряженными до тех пор, пока не станет окончательно ясно, что движения больше не будет.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПОСЛЕ ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОЙ АВАРИИ

Сразу после аварии быстро выбирайтесь из вагона через дверь или окна – аварийные выходы (в зависимости от обстановки), так как высока вероятность пожара. При необходимости разбивайте окно купе только тяжелыми подручными предметами. При покидании вагона через аварийный выход выбирайтесь только на полевую сторону железнодорожного пути, взяв с собой документы, деньги, одежду или одеяла. При пожаре в вагоне закройте окна, чтобы ветер не раздувал пламя, и уходите от пожара в передние вагоны. Если не возможно – идите в конец поезда, плотно закрывая за собой все двери. Прежде чем выйти в коридор, подготовьте защиту

для дыхания: шапки, шарфы, куски ткани, смоченные водой. Помните о том, что при пожаре материал, которым облицованы стены вагонов – малминит – выделяет токсичный газ, опасный для жизни.

Оказавшись снаружи, немедленно включайтесь в спасательные работы: при необходимости помогите пассажирам других купе разбить окна, вытаскивайте пострадавших и т.д.

Если при аварии разлилось топливо, отойдите от поезда на безопасное расстояние, т.к. возможен пожар и взрыв.

Если токонесущий провод оборван и касается земли, удаляйтесь от него прыжками или короткими шажками, чтобы обезопасить себя от шагового напряжения. Расстояние, на которое растекается электроток по земле, может быть от двух (сухая земля) до 30 м (влажная).

Ссылка: [Правила поведения на ЖД транспорте](#)

Инструкция №7

Правила поведения на природе: в лесу, на водоёме, во время купания. Запрет на купание в неотведенных для этого местах, запрет на одиночное купание

Правила поведения на отдыхе на природе

Окружающая растительность гармонично сливается в единую картину. Деревья из года в год выполняют функцию очищения воздуха. Грибы разлагают органические остатки в почве. Лес живет своей размеренной жизнью, своим ритмом. Белка стремительно взбирается по ветвям, чуя постороннее движение. Птицы вторят любому шуму, оповещая лесных обитателей об опасности.

Сохранить всю красоту такого места призваны основные правила поведения на природе в лесу. Достаточно будет даже собрать после себя мусор, и слегка прибраться вокруг за другими. Любой пластик разлагается от 100 до 500 лет в естественных условиях.

Основной источник правил поведения на природе – ОБЖ в школе. Довольно простые инструкции повторяли поколениями, лишь добавляя некоторые детали.

Правила поведения на природе:

Постарайтесь не рвать цветы и траву вокруг себя. Они играют весьма важную роль в формировании локальной экосистемы. Лечебные травы могут банально исчезнуть, если продолжать их неконтролируемую добычу. Некоторые кустарники, как ягодные, так и нет, оказывают влияние на окружение. Основная связь состоит в цепи растение-животное-растение. Если, к примеру, исключить из локального рациона определенные цветы, то это вызовет миграцию всех, кто их поедает, и наоборот. Баланс – это норма экосистемы, и его нельзя нарушать.

Придя на место, оставьте его после себя лучше, чем до вас. Это не только порадует каждого кто придёт сюда, но и сделает окружающую среду лучше.

Избегайте рубки лесных угодий, по возможности используя лишь старые и сохшиеся ветки. В случае надобности валите старые стволы, на которых отсутствуют свежие побеги.

Не повреждайте корней. Они являются важной составляющей питающей инфраструктуры леса. Без корней не будет деревьев, без них же – пригодного для дыхания воздуха.

Соблюдая правила безопасного поведения на природе, старайтесь не забредать на территорию обитания опасных зверей: волков, кабанов, лосей и медведей. Спровоцировать животное может посягательство на его потомство, пищу или же территорию. Т.е. не стоит справлять нужду в волчьем уделе, поскольку это будет расценено, как вторжение. Кроме того, многие животные являются носителями болезней, например, бешенства.

Как уже говорилось, оставлять еду для животных – это плохая затея. Они привыкают к легкому пути получения пропитания, и теряют навыки его добычи самостоятельно. Также, для некоторых видов человеческая еда вредна.

Всегда берите с собой в поход антидоты от яда известных в регионе змей и насекомых. Это может спасти вашу жизнь.

Не шумите. Лес раздражает излишнее шумовое загрязнение. Наверное, каждому знакома ситуация, когда, открывая окно, вы слышите шум с улицы. Примерно так для лесной экосистемы выглядит шумная компания туристов.

Иногда встречаются знаки правил поведения в природе картинки, доносящие тот или иной тип сообщения, преимущественно сигнализирующие об опасности. Иногда к ним прикрепляют текст. Внимательно приглядывайтесь к ним, пока не поймете, что они означают.

Купайтесь только в проверенных водоемах. Табличка «Купаться запрещено» не придает окружающему пейзажу красоты. Но на то, чтобы её поставить, была весома причина. Возможно, в воде обнаружили опасный вирус или рыбу. Вполне вероятно, что вода сама по себе вредна для человека, или же в ней есть коварные водовороты, скользкие прибрежные камни.

Разводя костер, оградите его, в целях избегания распространения огня. Потушите после себя все угли, залив водой или засыпав грунтом.

Когда вы внезапно оказались отрезанными от основной группы, или же затерялись в лесу, станут полезными правила поведения в вынужденной автономии в природе:

1. Не паникуйте. Весьма важный пункт. Поймите – вы находитесь на небольшом клочке лесопосадки. В любую сторону света от вас, скорее всего, цивилизация. Найти людей будет просто. Достаточно не падать духом.
2. Постарайтесь вспомнить все детали, которые могут вам помочь. Ориентиры, направления, слухи от местных жителей. Любая незначительная деталь будет важна.
3. Осмотрите, что у вас в запасе. Есть ли аптечка, нож, кремь или спички. Паковали ли вы провиант? Если вы отрезаны от снаряжения – заполучите его обратно любым путем.
4. Как вы себя чувствуете? Хочется спать? Чувствуете усталость? Позаботьтесь о себе и товарищах, окажите медпомощь, если необходимо. Но не позволяйте впадать друг другу в отчаянье.
5. Составьте план с учетом всех имеющихся ресурсов. Реализуйте их, экономно расходуя силы.
6. Попробуйте подать сигнал бедствия. Советуют делать костер каждый час пути.
7. Во время сна, ложитесь ногами в направлении желаемого пути на следующий день. Это поможет не сбиться.
8. Подсчитайте спички, если они есть: важно знать, сколько раз вы можете зажечь костер.
9. Продумайте, каким образом вы соорудите временное укрытие. Обычно для этого подойдет укромное место, куда не достанет стихия. Ищите незанятую пещеру или укройтесь в сени массивного дерева.
10. Как вы будете добывать пропитание? Пассивная охота и силки помогут вам выжить. Но для этого необходимо проследить пути движения мелких животных.

Зачем соблюдать правила поведения на природе – ради собственной безопасности и сохранения окружающей среды. После вас будут еще тысячи человек, желающих посетить красивое место. Данный свод установок направлен на обеспечение как можно более комфортного отдыха.

Правила поведения на природе возле водоемов

Водоемы прекрасно подойдут для отдыха всей семьей. И соблюдение правил поведения на отдыхе на природе возле озера или реки помогут вам безопасно провести время.

ПОМНИТЕ: КУПАНИЕ В НЕЗНАКОМЫХ МЕСТАХ И ОДИНОЧНОЕ КУПАНИЕ СТРОЖАЙШЕ ЗАПРЕЩЕНЫ!

Существуют следующие предписания:

1. Не заплывайте далеко. Если вы не обладаете навыками хорошего пловца, воздержитесь от бросков на дальние дистанции. Это может плохо закончиться.
2. Не входите в воду быстро, особенно в жару. Низкая температура воды, и высокий градус воздуха вызовут температурный шок. Подобное чревато последствиями.
3. Обратите внимание на специальные знаки и указатели, описывающие правила поведения в природе, картинки, изображенные на них, помогут вам сориентироваться.
4. Если имеется знак, обозначающий запрет на плавание – не рискуйте.
5. Обнаружив ранее незнакомый водоем, постарайтесь проанализировать, подходит ли он для плавания. Мутная вода, странные коряги, отсутствие протоки и застоявшаяся вода – плохие признаки. Хорошие – отсутствие поблизости зарослей, проточная вода приемлемой температуры.

На водоёмах запрещено:

-Нельзя кататься на водном транспорте (лодки, водные мотоциклы, лыжи и т.д.) без взрослых и вблизи места купания людей т.к. это может привести к травматизму;

-Не купайтесь в опасных, запрещенных местах;

-Запрещается прыгать в воду в незнакомых местах, проводить игры в воде, связанные с захватом, заплывать за буйки и ограждения;

-Опасно 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, пристаней и других плавучих сооружений, под водой могут быть сваи, рельсы, камни и т.п., нырять можно только там, где имеется достаточная глубина, прозрачная вода, ровное дно;

-Не оставляйте детей на берегу водоёма без присмотра взрослых, умеющих плавать и оказывать первую помощь;

-Не разрешайте детям самовольно уходить к водоёмам и купаться;

-Не умея плавать, нельзя находиться в воде на надувном матрасе или камере. Плавание на надувных предметах крайне опасно, а для человека, не умеющего плавать, часто заканчивается трагически,

-Если заплыли слишком далеко и устали, расправьте руки и ноги, лягте головой на воду, закройте глаза и расслабьтесь. Чтобы удерживаться в горизонтальном состоянии, наберите в легкие воздуха, задержите его, и медленно выдыхайте.

-Если во время ныряния вы потеряли координацию, немного выдохните: пузырьки воздуха укажут путь наверх.

-Если во время плавания свело ногу, на секунду погрузитесь с головой в воду и, распрямив ногу, сильно потяните на себя ступню за большой палец.

-Когда на ваших глазах тонет человек, оглянитесь, нет ли поблизости спасательных средств (ими может быть все, что увеличит плавучесть человека и что вы в состоянии до него добросить). Если решили добираться до тонущего вплавь, учитывайте течение воды, ветер, препятствия и расстояние. Приблизившись к человеку, постарайтесь успокоить и ободрить его. Если он может контролировать свои действия, то должен держаться за ваши плечи. В противном случае поднырните под тонущего, захватите (проще всего — за волосы) и буксируйте к берегу. Если человек уже погрузился в воду, не бросайте попыток найти его в глубине. Вернуть тонущего к жизни можно, если он был в воде до 6 минут.

-Вытащив пострадавшего, осмотрите его, освободите верхние дыхательные пути от воды и инородных тел. В случае отсутствия дыхания и сердечной деятельности немедленно приступите к реанимационным мероприятиям -делайте искусственное дыхание, при возможности переверните человека вниз головой.

Несоблюдение правил поведения на воде может привести к трагическому исходу! Безопасность каждого из вас зависит от вас! Хорошего вам и безопасного отдыха на пляжах и водоемах!

Ссылка: [Безопасность на водоёме](#)

Инструкция №8

О безопасности несовершеннолетних в сети Интернет

Интернет – это безграничный мир информации, в котором есть как развлекательные и игровые порталы, так и полезные сведения для учебы и расширения кругозора. Однако полицейские вынуждены предупреждать об опасностях виртуального мира. Неправильное поведение в интернете может принести вред не только тебе, но также твоим родным и близким. Чтобы обезопасить себя, достаточно соблюдать правила, которые ты прочитаешь дальше. В них нет ничего трудного. Отнесись к ним внимательно – и поделись ссылкой на эту страницу со своими друзьями!

Защити себя и свой смартфон

С помощью каких устройств ты выходишь в интернет? Наверняка это смартфон, планшет, ноутбук, а может быть даже умные часы! Нам удобно находить информацию в сети через эти устройства потому, что они небольшие, удобные и стильные. Для защиты своих гаджетов от киберпреступников запомни три простых правила:

1) Используй сложные пароли

Регулярно меняй пароли и никому их не сообщай. Пароль должен содержать сочетание цифр, прописных и строчных букв, а также специальных символов, и тогда тебя никто не взломает.

2) Пользуйся антивирусами

Любому гаджету могут причинить ущерб вредоносные программы. Они могут скопировать, повредить или уничтожить важную информацию!

Их называют «черви», «трояны», «шпионы», но суть одна – все это вирусы. Для защиты компьютера на нем устанавливаются специальные защитные программы. Используй только лицензионное программное обеспечение и не забывай регулярно устанавливать обновления.

3) Никому не передавай свои конфиденциальные данные

Это могут быть логины, пароли, данные банковских карт, свидетельство о рождении, паспортные данные и, конечно, личные фотографии. Такие «цифровые следы» тянутся за тобой всю жизнь, могут навредить на пути к достижению поставленной цели. Игнорируй в интернете подобные запросы. Важно запомнить правило: «Документы всегда хранятся в сейфе».

Не сообщай свой адрес или телефон незнакомым людям и никогда не выкладывай его в Интернете. Уж точно не надо никуда отправлять свои фотографии без разрешения родителей. Помни, что преступники могут использовать эту информацию против тебя или твоих родных..

Никогда не соглашайся прийти в гости к человеку, с которым ты познакомился в Интернете. Если назначается встреча, она должна проходить в людном месте и желательно с присутствием родителей. Помни, что под маской твоего ровесника может скрываться взрослый человек с преступными намерениями.

Грубяны и хулиганы в Интернете: как себя вести?

Существует такая категория интернет-вредителей – это граждане, имеющие преступные намерения в отношении тебя, или просто злые люди, выходящие сначала за грань воспитанности, а затем и за грань закона.

Ты можешь столкнуться с такими людьми на самых разных сайтах и форумах, в комментариях твоих любимых приложений, таких как Instagram и Twitter.

Самый распространенный вид хулиганства в сети – это троллинг. Запомни простое правило: не надо кормить троллей! Если ты заметил, что

кто-то в сети ведет себя таким образом, ты можешь легко победить его:

не спорь, не пытайся что-то объяснить, а просто не обращай внимания.

Ведь единственное, что нужно троллю – твоя реакция.

Но если тебя начинают атаковать – требовать фото, видео или персональные данные, против тебя организуется коллективное преследование, искажают твои фотографии – все это не безобидные шутки, **это буллинг**.

Обязательно сообщи взрослым (родителям, родственникам, учителям)

и вместе примите решение об обращении в полицию. Храни подтверждения фактов нападения в сети и не переживай в тайне от родителей такие ситуации. Если для травли используют твои прошлые ошибки или неправильное поведение – гораздо проще сразу признаться в этом перед старшими, чем загонять проблему внутрь. И никогда не принимай сам участие в травле кого-либо!

Мошенники в сети

Помимо общения, интернет дает очень много возможностей: совершение покупок, платежи за различные услуги, просмотр видео, да ты и сам все знаешь

Но в последние годы появились мошенники, которые могут выманить у тебя деньги, пользуясь твоей невнимательностью при работе в интернете.

Заведи себе несколько адресов электронной почты. Лучше всего иметь по крайней мере два. Личный адрес должен использоваться только для личных писем от тех людей, которых ты знаешь, а «публичный» электронный адрес используй для регистрации на форумах и в чатах, а также для подписки на почтовую рассылку и другие интернет-услуги.

Имей в виду, что игровое мошенничество – также очень развитый бизнес. Такие вещи, как купленный танк, игровое оружие, скин для героя в стратегии представляют собой ценность, которую можно украсть и потом перепродать за большие деньги.

Запомни – родители должны быть в курсе всех твоих действий в сети, связанных с онлайн-платежами. Они смогут быстро отменить ошибочный или неправильный платеж или обратиться в полицию в случае мошенничества.

Конечно же, никогда и ни при каких обстоятельствах не сообщай никому цифры на пластиковых картах, твоих или родительских.

Ссылка: [Безопасность в Интернете](#)

Инструкция №9

«Ознакомление со ст. 5 Закона Самарской области № 127-ГД от 02.12.2009 «О мерах по предупреждению вреда здоровью детей, их физическому, интеллектуальному, психологическому и нравственному развитию».

В ночное время суток детям до 16 лет запрещено находиться без сопровождения родителей или заменяющих их лиц в общественных местах: на улицах, набережных, парках, стадионах, в подъездах домов, общественном транспорте, на территории вокзалов, аэропортов, станций метро, в магазинах, кафе, ночных и игровых клубах, банях, развлекательных комплексах. На территории Самарской области. Начиная с последнего воскресенья марта и по последнее воскресенье октября, ночным считается время с 23 до 6 часов местного времени, также, начиная с последнего воскресенья октября и по последнее воскресенье марта, ночным считается время с 22 до 6 часов местного времени.

Ссылка: [Закон Самарской области №127-ГД от 02.12.2009 г.](#)

Инструкция №10

«Осторожно – открытое окно!».

Дети очень уязвимы перед раскрытым окном из-за естественной любознательности. Чтобы избежать несчастного случая, связанного с падением из окна, необходимо придерживаться следующих правил:

- Открывая окна в квартире и проветривая помещение, убедитесь, что маленький ребенок при этом находится под присмотром.

- Во время проветривания открывайте фрамуги и форточки. Если Вы все же открываете окно, то не открывайте его больше чем на 10 см, для этой цели поставьте ограничители.

- Запрещено выходить на балкон без сопровождения взрослых.

- Отодвиньте всю мебель, включая кровати, от окон. Это поможет предотвратить случайное попадание на подоконник.

- Не открывайте окно полностью, а только в режим проветривания.

- Не подставляйте под ноги стул или иное приспособление, чтобы выглянуть в окно или заглянуть на улицу с балкона. Действуя подобным образом, он может слишком сильно высунуться наружу и выпасть из окна (с балкона).

- **Большую опасность представляют москитные сетки: человек видит некое препятствие впереди, уверенно опирается на него, и в результате может выпасть вместе с сеткой, которая не рассчитана на вес даже самого крохотного малыша.**

- Если ребенок 5-7 лет боится оставаться в квартире один, не оставляйте его даже на короткое время. Зачастую, чувствуя страх, дети выглядывают в окно или с балкона, надеясь увидеть родителей, что может повлечь их падение с балкона. Помните! Сохранение жизни и здоровья детей - главная обязанность взрослых.

Ссылка: [Осторожно-открытое окно](#)

Инструкция №11

О мерах безопасности при использовании электрического тока.

Электробезопасность

Электрические приборы, которыми вы пользуетесь дома и в школе, электрические сети и подстанции, мимо которых вы проходите во дворе, на улице и в поле, при нормальной работе безопасны. Все электроустановки имеют ограждение, предупреждающие знаки и плакаты безопасности и закрыты на замок. Однако, при различных повреждениях изоляции, обрыве проводов, подъеме на опоры, проникновении в подстанции и электрические щитки возникает угроза для жизни.

Действие электрического тока на организм человека

Опасность для жизни человека представляют электроустановки любого напряжения. Человек, коснувшись токоведущих частей электроустановок и неизолированных проводов, находящихся под напряжением, оказывается включенным в электрическую цепь.

Большое значение в исходе поражения имеет путь, проходимый током в теле человека. Поражение будет более тяжелым, если на пути тока оказываются сердце, грудная клетка, головной и спинной мозг.

Непосредственными причинами смерти человека, пораженного электрическим током, является прекращение работы сердца, остановка дыхания вследствие паралича мышц грудной клетки и электрический шок.

Поражение электричеством может иметь место в следующих формах:

- остановка сердца или дыхания при прохождении электрического тока через тело;
- электроожог;
- механическая травма из-за сокращения мышц под действием тока;
- ослепление электрической дугой.

Смерть обычно наступает из-за остановки сердца или дыхания, или того и другого. Под действием электрического тока сокращаются мышцы тела. Если человек взялся за находящуюся под напряжением часть оборудования, он возможно, не сумеет оторваться без посторонней помощи.

Повреждения от электрического тока определяются силой тока и длительностью его воздействия.

Больше всего от действия электрического тока страдает центральная нервная система. Из-за ее повреждения нарушается дыхание и сердечная деятельность.

Электроожоги излечиваются значительно труднее обычных термических. Некоторые последствия электротравмы могут проявиться через несколько часов, дней, месяцев. Пострадавший должен длительное время жить в "щадящем" режиме и находиться под наблюдением специалистов.

Правила поведения с электричеством в быту

Правила обращения с электрическими приборами не сложны, и их легко запомнить:

1 НЕЛЬЗЯ пользоваться электроприборами без разрешения взрослых.

2.ВЫ НЕ ДОЛЖНЫ самостоятельно заменять электролампы и предохранители, производить ремонт электропроводки и бытовых приборов, устанавливать звонки, выключатели и штепсельные розетки. Пусть это сделают взрослые или специалист- электрик!

3.НЕЛЬЗЯ пользоваться выключателями, штепсельными розетками, вилками, кнопками звонков с разбитыми крышками, а также бытовыми приборами с поврежденными, обуглившимися и перекрученными шнурами. **ЭТО ОЧЕНЬ ОПАСНО! ВЫ НЕ ДОЛЖНЫ** проходить мимо подобных фактов. Своевременно сообщайте взрослым о повреждениях! **ЗАПОМНИТЕ**, разбивая из озорства крышки выключателей, звонков, штепсельных розеток, повреждая электропроводку, вы, тем самым, совершаете проступок равный преступлению, так как это может привести к гибели людей.

4.**НЕЛЬЗЯ** пользоваться неисправными электроприборами (если из телевизора, холодильника или пылесоса пахнет горелой резиной, если видны искры - надо немедленно отключить прибор от сети и рассказать о неисправном приборе взрослым).

5.**НЕЛЬЗЯ** самим чинить и разбирать электроприборы.

6.Выключая электроприбор, **НЕЛЬЗЯ** тянуть за шнур. Надо взяться за штепсель и плавно вынуть его из розетки.

7.**НЕЛЬЗЯ** играть с электрическими розетками (если ты увидел неисправную розетку, выключатель, оголенный провод, ничего **НЕ** трогай и сразу расскажи об этом взрослым!).

8.**ПОМНИ**, электричество не терпит соседства с водой (чтобы не получить удар током, **НЕЛЬЗЯ** касаться включенных электроприборов мокрыми руками или протирать электроприборы влажной тряпкой).

Правила поведения вблизи энергообъектов

Энергообъекты – это воздушные и кабельные линии электропередачи, подстанции, трансформаторные подстанции, распределительные пункты. Воздушные и кабельные линии электропередачи отвечают за электроснабжение городов и поселков.

Трансформаторные подстанции расположены в каждом населенном пункте и в силу их повсеместности представляют особую опасность для населения!

Запомните простые правила:

1. Ни в коем случае **НЕЛЬЗЯ** касаться оборванных висящих или лежащих на земле проводов или даже приближаться к ним. Удар током можно получить и в нескольких метрах от провода за счет шагового напряжения. Любой провод или электроприбор может находиться под напряжением! Даже если до тебя его трогали два десятка человек. А вдруг именно в это же время, когда ты взял его в руки, кто-то за несколько метров от тебя включил рубильник!

Если все же человек попал в зону «шагового напряжения» нельзя отрывать подошвы от поверхности земли. Передвигаться следует в сторону удаления от провода «гусиным шагом» - пятка шагающей ноги, не отрываясь от земли, приставляется к носку другой ноги. Запомните, увидев оборванный провод, лежащий на земле, ни в коем случае не приближайтесь к нему на расстояние ближе 8 метров.

2.**СМЕРТЕЛЬНО ОПАСНО** влезать на опоры высоковольтных линий электропередачи, играть под ними, разводить костры, разбивать изоляторы на опорах, делать на провода набросы проволоки и других предметов, запускать под проводами воздушных змеев.

3.Если ты увидел оборванный провод, незакрытые или поврежденные двери трансформаторных будок или электрических щитов, **НИЧЕГО НЕ ТРОГАЙ** и незамедлительно сообщи взрослым.

4.Ни в коем случае **НЕЛЬЗЯ** открывать лестничные электрощиты, находящиеся в подъездах домов, влезать на крыши домов и строений, где поблизости проходят электрические провода, заходить в трансформаторные будки, электрощитовые и другие электротехнические помещения, трогать руками электрооборудование, провода.

5.Летом, находясь в походе, либо идя на рыбалку, **ОПАСНО** останавливаться на отдых вблизи воздушных линий электропередачи, либо подстанций и рыбачить под проводами линии электропередачи.

Помощь пострадавшему от электрического тока

Необходимо помнить, что человека, пораженного электрическим током, можно спасти, вернуть к жизни, если правильно и, главное, быстро оказать ему помощь. **ЗАПОМНИТЕ! Не следует предпринимать самостоятельно мероприятия по спасению пострадавшего. Лучше это сделают взрослые, либо специалисты- энергетика. Незамедлительно позови их на помощь!**

Оказать эффективную помощь пострадавшему может только человек, хорошо знающий Правила освобождения пострадавшего от электрического тока и оказания первой помощи.

Какие действия необходимо предпринять для оказания помощи?

-Необходимо вызвать бригаду скорой помощи;

-Оценить обстановку и по возможности освободить пострадавшего от действия электрического тока. Ни в коем случае нельзя прикасаться к пострадавшему. Возможно, он все еще находится под действием электрического тока. Дотронувшись до пострадавшего, можно попасть под напряжение. Необходимо отключить источник электроэнергии.

Если это невозможно, необходимо отодвинуть источник тока от себя и от пострадавшего сухим, непроводящим ток предметом. Если необходимо оттащить пострадавшего от провода электросети, при этом надо помнить, что тело человека так же проводит ток. Поэтому не следует дотрагиваться голыми руками до открытых частей тела пострадавшего.

После прекращения действия электрического тока необходимо обратить внимание на присутствие признаков жизни (дыхание и пульс). При отсутствии признаков жизни необходимо приступить к реанимационным мероприятиям: проведению закрытого массажа сердца и искусственному дыханию. Реанимационные мероприятия оказываются до приезда бригады скорой помощи.

Предупреждающие знаки и плакаты по электробезопасности

Для предотвращения случайного проникновения в электроустановки, и тем самым предотвращения поражения электрическим током людей, существуют специальные предупреждающие знаки и плакаты. Они вывешиваются или наносятся на опоры воздушных линий электропередачи любого напряжения, двери различных электрощитов, в которых находится электрооборудование, на ограждениях и заборах, огораживающих электроустановки. Наличие таких знаков подразумевает запрет проникновения со стороны населения в электроустановки или подъем на опору линий электропередачи.

Знаки предупреждают человека об опасности поражения электрическим током. Пренебрегать ими, а тем более снимать и срывать их – недопустимо!

Уважаемые ребята!

Не огорчайте родителей своими необдуманными действиями! Остановите, предостерегите товарища от опасной шалости вблизи энергообъектов! Этим вы спасете ему жизнь!

При обнаружении обрыва проводов, искрения, повреждения опор, изоляторов, незакрытых или повреждённых дверей трансформаторных подстанций или электрических щитов, обнаружении сорванных знаков и плакатов по электробезопасности во избежание несчастных случаев необходимо незамедлительно сообщить взрослым или позвонить по телефону 101 или 112.