

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Черкаський державний бізнес-коледж

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ директора Черкаського
державного бізнес-коледжу

від «26» 12 2016 р. № 365

ІНСТРУКЦІЯ - 2С

з безпеки життєдіяльності для студентів Черкаського державного
бізнес-коледжу в канікулярний період

Черкаси, 2016

1. Загальні положення.

1.1. Інструкція з безпеки життєдіяльності для студентів Черкаського державного бізнес-коледжу в канікулярний період поширюється на всіх учасників навчально-виховного процесу Коледжу під час перебування студентів на канікулах.

1.2. Інструкцію розроблено відповідно до «Положення про організацію роботи з охорони праці учасників навчально-виховного процесу», затвердженого Наказом Міністерства освіти і науки України від 01.08.2001 № 563, «Правил дорожнього руху України», затверджених Постановою Кабінету Міністрів України від 10.10.2001 № 1306, «Правил пожежної безпеки для навчальних закладів та установ системи освіти України», затверджених Наказом Міністерства освіти і науки України, від 15.08.2016 № 974.

Всі учасники навчально-виховного процесу повинні знати правила надання першої (долікарської) допомоги при характерних ушкодженнях, мати необхідні знання і навички користування медикаментами.

2. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів в канікулярний період

2.1. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів під час канікул.

2.1.1. Під час канікул, перебуваючи на вулиці й ставши учасником дорожньо-транспортного руху, чітко виконувати правила дорожнього руху, зокрема:

рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, притримуючись правого боку;

за межами населених пунктів, рухаючись узбіччям чи краєм проїжджої частини, йти назустріч руху транспортних засобів;

переходити проїжджу частину тільки по пішохідних переходах, зокрема підземних і наземних, а у разі їх відсутності – на перехрестях по лініях тротуарів або узбіч;

у місцях із регульованим рухом керуватися тільки сигналами світлофора;

виходити на проїжджу частину з-за транспортних засобів упевнившись, що не наближаються інші транспортні засоби;

чекати на транспортний засіб тільки на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, узбіччях, не створюючи перешкод для дорожнього руху;

на трамвайних зупинках, не обладнаних посадковими майданчиками, можна виходити на проїжджу частину лише з боку дверей і тільки після зупинки транспортного засобу;

у разі наближення транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком червоного або синього кольору, чи спеціальним звуковим сигналом,

треба утриматися від переходу проїжджої частини або негайно залишити її;

категорично заборонено вибігати на проїжджу частину, влаштовувати на ній або поблизу неї ігри, переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом, або невстановлених місцях;

водіям мопедів і велосипедів заборонено: керувати транспортом із несправним гальмом, звуковим сигналом, у темну пору доби; рухатися по автомагістралях, якщо є поряд велосипедна доріжка; рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках; їздити не тримаючись за кермо та знімати ноги з педалей; перевозити пасажирів; буксирувати інші транспортні засоби;

для катання на інших засобах (скейтборд, самокат, ролики тощо) слід обирати місце на дитячих майданчиках та ін., на проїжджу частину виїжджати заборонено.

2.1.2. Під час зимових канікул:

рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, притримуючись правого боку, обережно по слизькій дорозі, особливо під час ожеледиці. Взуття має бути зручним, підбори - низькими;

заборонено кататися на велосипедах, мопедах, роликах тощо;

заборонено кататися на санчатах, ковзанах, лижах (інших зимових приладах для розваг) на проїжджій дорозі, катання на даних предметах повинні здійснювати у спеціально відведених для цього місцях;

заборонене катання з гірок із виїздом на проїжджу частину дороги;

кататися на ковзанах, лижах, санчатах тільки у відведених для цього спеціальних місцях й на міцному льоду без розщелин.

2.1.3. Під час канікул, перебуваючи вдома, на вулиці, в спеціалізованих установах, транспорті, необхідно чітко виконувати правила пожежної безпеки:

заборонено брати з собою вогнебезпечні предмети, що можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, бенгальські вогні, феєрверки, цигарки, легкозаймисті речовини, вогнезаймисту рідину тощо);

користуватися газовою плитою вдома можна тільки із спеціалізованим електричним приладом для вмикання та відповідно до інструкції з її експлуатації;

заборонено використовувати віконниці на вікна для затемнення приміщень і застосовувати горючі матеріали; зберігати бензин, газ та інші легкозаймисті горючі рідини, приносити їх до приміщення; застосовувати предмети оформлення приміщень, декорації та сценічне обладнання, виготовлене з горючих синтетичних матеріалів, штучних тканин і волокон (пінопласту, поролону, полівінілу тощо); застосовувати відкритий вогонь (факели, свічки, феєрверки, бенгальські вогні тощо), хлопушки, дугові прожектори;

влаштувати світлові ефекти із застосуванням хімічних та інших речовин, що можуть викликати загоряння; встановлювати стільці, крісла, конструкції, виготовлені з пластмас і легкозаймистих матеріалів, а також захищати предмети проходи та аварійні виходи;

у жодному разі не брати на вулиці чи в іншому місці незнайомі, чужі предмети, зокрема побутову техніку, не вмикати їх у розетку вдома чи в інших установах – це може призвести до вибуху та надзвичайної ситуації. У разі виявлення таких предметів про слід повідомити поліцію телефон 102 і пожежну охорону телефон 101;

необхідно триматися на відстані від скупчень людей біля проходів у громадських установах, біля входів та виходів, у приміщеннях вестибюлю;

у разі пожежної небезпеки (наявності вогню, іскріння, диму) слід негайно вийти на повітря (за двері, балкон) та кликати на допомогу. Викликати службу пожежної охорони за номером 101, назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описавши ситуацію: наявність вогню, диму, кількість людей у приміщенні, залишити номер свого телефону;

при появі запаху газу в квартирі, приміщенні у жодному разі не вмикати електроприлади, не користуватися стаціонарним чи мобільним телефоном, відчинити вікна, двері, перевірити приміщення, вимкнути газову плиту, якщо вона була ввімкнена, й вийти з приміщення; покликати на допомогу дорослих, негайно повідомити в газову службу за номером 104, пожежну охорону - 101.

2.2. Під час канікул, перебуваючи вдома, на вулиці, в спеціалізованих установах, громадських місцях, приміщеннях, транспорті тощо студенти повинні чітко виконувати правила з попередження нещасних випадків, травмування, отруєння тощо **заборонено**:

перебувати біля будівельних майданчиків, кар'єрів, закинутих будівель для запобігання обрушень будівельних матеріалів й попередження травм та загибелі;

вживати алкоголь, наркотичні засоби, тютюнові вироби, стимулятори;

вживати в їжу дикорослі у свіжому та консервованому вигляді;

брати в руки, нюхати, їсти незнайомі дикі рослини чи паростки квітів, кущів, дерев, що може призвести до отруєння;

підходити на вулиці до обірваних, обвислих дротів, або дротів, які стирчать, а особливо, якщо від них іде гудіння – такі дроти можуть бути під напругою;

підходити до електрощитових, залазити на стовпи з високовольтними дротами – можна отримати удар електрострумом від високовольтних живлень на відстані 5 м.

2.3. У ТЕПЛУ ПОРУ року, відпочиваючи у прибережній зоні, слід

виконувати правила безпечної поведінки на воді **заборонено**:

запливати за огорожувальні буї, не підпливати до моторних човнів, вітрильників, веслових човнів та інших плавзасобів;

залізати за технічні та попереджувальні знаки, буї та інші предмети;

використовувати рятувальні засоби і спорядження не за призначенням;

стрибати у воду зі споруд, не пристосованих для цього, й у місцях, де невідомі глибина та стан дна;

організовувати у воді ігри, пов'язані з пірнанням і захопленням тих, хто купається;

стрибати у воду з човнів, катерів, вітрильників та інших плавзасобів; не використовувати для плавання дошки, камери від волейбольних м'ячів, рятувальні круги, надувні матраци (особливо у штормову погоду);

купатися біля причалів та у вечірній час, особливо після заходу сонця;

купатися біля урвищ, зарослих рослинністю берегів;

засмічувати воду та узбережжя, не залишати та не кидати сміття;

купатися у затоплених кар'єрах, каналах, озерах, пожежних водоймах, ставках, морських акваторіях та інших водоймах, що не мають обладнаних пляжів сезонними рятувальними постами, не зареєстровані місцевою владою як місця масового відпочинку.

Необхідно обмежувати перебування на сонці для уникнення опіків та теплових (сонячних) ударів та у воді, для уникнення переохолодження.

2.4. У ХОЛОДНУ ПОРУ року **заборонено**:

виходити на поверхню льоду замерзлого водоймища.

Особі, яка провалилася під лід, необхідно подати мотузку, ремінь, шарф, дошку, одяг, але не підходити до неї близько. Якщо лід крихкий, треба лягти на нього й витягувати людину той бік, із якого вона йшла до того як провалилася під лід.

У разі неможливості надати допомогу необхідно дзвонити за телефоном 101.

2.5. В канікулярний період необхідно виконувати правила запобігання захворювань на грип, інфекційні й кишкові захворювання:

при нездужанні не виходити з дому, щоб не заражати інших людей, і викликати лікаря;

хворому виділити окреме ліжко, посуд, білизну;

приміщення постійно провітрювати;

у разі контакту із хворим одягати марлеву маску;

хворому слід дотримуватися постільного режиму;

вживати заходів профілактики: їсти мед, малину, цибулю, часник; чітко виконувати рекомендації лікаря;

не вживати самостійно медичних препаратів, не рекомендованих лікарем;

у разі поганого самопочуття, а дорослих немає поряд, слід викликати швидку медичну допомогу за номером 103, описавши свій стан, назвавши номер свого телефону, домашню адресу, прізвище, ім'я, а також зателефонувати батькам.

2.6. Профілактика переохолодження та обмороження.

Існує декілька простих правил, виконання яких дозволить уникнути переохолодження та обмороження при сильному холоді:

не вживайте алкогольних напоїв - алкогольне сп'яніння сприяє високій втраті тепла, в той же час викликає ілюзію тепла. Додатковим негативним фактором є неможливість сконцентруватися на перших ознаках обмороження;

не паліть на морозі - паління зменшує периферійну циркуляцію крові і робить кінцівки більш уразливими до дії холоду;

носіть просторий одяг - це сприяє нормальній циркуляції крові. Одягайтеся так, щоб між шарами одягу залишався прошарок повітря, який утримує тепло. Верхній одяг бажано носити непромокаючий. Тісне взуття, відсутність устілки, брудні шкарпетки можуть створювати передумови обмороження. Особливу увагу до взуття необхідно приділяти особам, в яких сильно пітніють ноги. У взуття необхідно вкладати теплі устілки, а замість бавовняних шкарпеток одягати вовняні - вони поглинають вологу та залишають ноги сухими;

не виходьте на мороз без рукавичок та шарфу. Найкращий варіант - рукавички з водовідштовхуючої тканини, яка не пропускає повітря, з хутром всередині. Рукавички зі штучних матеріалів погано захищають від морозу;

у вітряну погоду відкриті ділянки тіла змащуйте спеціальним кремом. Не носіть на морозі металевих (у тому числі золотих та срібних) прикрас. По-перше: метал охолоджується до низьких температур швидше ніж тіло, внаслідок чого можливе „прилипання” цих предметів до шкіри з виникненням почуття болю та холодкових травм. По-друге, перстені на пальцях затрудняють циркуляцію крові та сприяють обмороженню кінцівок.

2.6. 1. Використовуйте допомогу друзів. Слідкуйте за обличчям друзів, особливо за носом, вухами та щоками, звертайте увагу на зміну їх кольору, а друзі повинні слідкувати за станом вашого обличчя те саме вони повинні робити і щодо Вас. Не дозволяйте обмороженому місцю знов замерзнути, це може призвести до більш значних пошкоджень.

Обморожена шкіра стає блідою із сіруватим відтінком. Її не можна розтирати снігом, оскільки при цьому може бути занесена інфекція.

Не знімайте на морозі взуття з обморожених ніг - вони розпухають і ви не в змозі будете знов взутися. Необхідно найшвидше потрапити до теплого приміщення. Якщо замерзли руки - спробуйте відігріти їх під пахвою.

Повернувшись додому після довготривалої прогулянки по морозу, обов'язково впевніться у відсутності обмороження кінцівок, спини, вух та носа.

У разі необхідності своєчасно розпочинайте лікування обмороження. Несвоєчасне надання допомоги може призвести до гангрени та втрати кінцівки. Якщо під час перебування на відкритому повітрі ви відчуваєте початок переохолодження, негайно зайдіть до теплого приміщення - магазину, кафе, під'їзду - для зігрівання та огляду місць потенційного обмороження. Ховайтеся від вітру. На вітрі вірогідність обмороження зростає. Не мочіть шкіру - вода проводить тепло швидше ніж повітря. Не виходьте на мороз із вологим волоссям. Вологий одяг і взуття (наприклад, людина впала у воду) необхідно зняти, витерти людину, при можливості переодягнути її в сухий одяг та якнайшвидше доставити до теплого приміщення. У лісі необхідно розпалити багаття, роздягнутися і висушити одяг. Під час сушіння одягу енергійно робіть фізичні вправи та обігрівайтесь біля вогню. Доцільно взяти з собою на довготривалу прогулянку змінні шкарпетки, рукавички та термос із гарячим чаєм.

Перед виходом на мороз бажано поїсти – вам необхідна додаткова енергія. Пам'ятайте, що перебування на морозі не повинно перевищувати 15-20 хвилин, потім потрібно зігрітися в теплому приміщенні.

Зрештою пам'ятайте, що найкращий спосіб вийти з неприємної ситуації – це до неї не потрапляти. Якщо ви не любите екстремальних відчуттів, то у великий мороз не виходьте з приміщення без потреби!

3. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів при виникненні надзвичайної або аварійної ситуації.

3.1. Не панікувати, не кричати, не метушитися, а чітко і спокійно виконувати вказівки дорослих, які перебувають поряд.

3.2. Слід зателефонувати батькам, коротко описати ситуацію, повідомити про місце свого перебування.

3.3. Якщо ситуація вийшла з-під контролю дорослих, потрібно зателефонувати до служб екстреної допомоги за телефонами:

101– пожежна охорона;

102 – міліція;

103 – швидка медична допомога;


104– газова служба;

коротко описати ситуацію, назвати адресу, де сталася надзвичайна ситуація, а також своє прізвище, ім'я, номер свого телефону.

3.4. У разі можливості слід залишити територію аварії.


РОЗРОБЛЕНО

Заступник директора з навчальної
роботи та перспективного розвитку


_____ О. Л. Проценко
"23" _____ 2016 р.

УЗГОДЖЕНО

Юрисконсульт


_____ В. В. Чустрак
"26" _____ 2016 р.