ЛЬВІВСЬКА ГІМНАЗІЯ «ЄВШАН»

ЗАТВЕРДЖЕНО:
Директор
Львівської гімназії «Євшан»
Назар Б.В. _____
наказ № 48 від "31" 08 2021

Інструкція
з охорони праці № 3-ВР
Правила безпеки під час зимових канікул

1. Загальні правила безпечної поведінки на зимових канікулах

1.1. **Інструкція з правил безпеки для учнів під час зимових канікул** розроблена у відповідності до Закону України "Про охорону праці" (Постанова ВР України від 14.10.1992 № 2694-XII) в редакції від 20.01.2018р., на основі «Положення про розробку інструкцій з охорони праці», затвердженого Наказом Комітету по нагляду за охороною праці Міністерства праці та соціальної політики України від 29 січня 1998 року № 9 в редакції від 30 березня 2017 року.

1.2. *Інструкція з правил безпеки під час зимових канікул* встановлює вимоги безпеки життєдіяльності для учнів 1-11 класів під час зимових канікул, під час проведення новорічних свят, на водоймах, на ковзанці.

1.3. Дана інструкція розроблена з метою проведення інструктажу з учнями школи безпосередньо перед початком зимових канікул.

1.4. Дітям необхідно уважно прослухати інструктаж «Правила поведінки на зимових канікулах», який проводиться класним керівником, запам'ятати основні вимоги безпеки.

1.5. У період зимових канікул в разі ожеледі не поспішати при ходьбі, чи не обганяти перехожих. При падінні - намагатися впасти на бік, не потрібно хапатися за оточуючих.

1.6. Необхідно суворо дотримуватися цих правил безпечної поведінки під час зимових канікул, бути уважним і обережним на проїжджій частині дороги, дотримуватися правил дорожнього руху.

1.7. У громадському транспорті бути уважним і обережним при посадці і виході, на зупинках.

1.8. Не вести бесіду зі сторонніми (незнайомими) людьми. Не реагувати на знаки уваги і накази незнайомця. Не дозволяється виходити зі сторонніми особами.

1.9. Не потрібно грати в темних місцях, на звалищах, будівельних майданчиках, пустирях і в покинутих будівлях, поряд із залізницею і автомагістраллю.

1.10. Завжди доводити до відома батьків, куди йдеш гуляти.

1.11. Забороняється без супроводу дорослих і дозволу батьків йти до водойм (річок, озер, водосховищ) і в ліс, їхати в інший населений пункт.

1.12. На зимових канікулах необхідно тепло одягатися відповідно до погодних умов.

1.13. Граючи в сніжки, не кидати в обличчя і в голову.

1.14. Не дозволяється ходити вздовж будинків - можливе падіння снігу та бурульок.

1.15. Не дражнити і не гладити вуличних собак та інших тварин.

1.16. Перебуваючи вдома під час канікул, бути уважним при поводженні з гострими, ріжучими, колючими предметами і електронагрівальними приладами; забороняється грати з сірниками, запальничками і т.п. Суворо дотримуватися правил пожежної безпеки.

2. Правила поведінки дітей в громадських місцях під час проведення новорічних свят

2.1. При відвідуванні новорічних вистав з батьками, ні в якому разі не відходьте від них далеко, тому що при великому скупченні людей можна легко загубитися в натовпі.

2.2. У місцях проведення масових новорічних гулянь намагайтеся пам'ятати дані правила поведінки дітей на зимових канікулах, триматися подалі від натовпу людей, щоб уникнути

отримання травм.

2.3. У місцях масового скупчення людей необхідно:

- прислухатися до законних попереджень і вимог адміністрації, поліції та інших осіб, відповідальних за підтримання порядку, пожежної безпеки;
- вести себе шанобливо по відношенню до всіх учасників масових заходів, обслуговуючого персоналу, посадових осіб, відповідальних за підтримання громадського порядку і безпеки під час проведення масових заходів;
- не допускати дій, які здатні утворити небезпеку для оточуючих і привести до створення екстремальної ситуації;
- виконувати організований вихід з приміщень і споруд по закінченню заходів;
- при отриманні інформації про евакуацію потрібно слідувати згідно з вказівками адміністрації і співробітників правоохоронних органів, відповідальних за забезпечення правопорядку, дотримуючись спокою і не створюючи паніки.

3. Правила пожежної безпеки під час новорічних свят

3.1. Не використовуйте на новорічних святах одяг з вати і марлі.

3.2. У приміщенні забороняється запалювати бенгальські вогні, застосовувати хлопавки і воскові свічки. Пам'ятайте, відкритий вогонь завжди небезпечний!

3.3. Не дозволяється використовувати піротехніку, якщо ви не знаєте, як нею користуватися, інструкції не додається, або вона написана незрозумілою вам мовою.

3.4. Не прикрашайте ялинку м'якими та пластмасовими іграшками, так як вони дуже швидко займаються.

3.5. Не обкладайте підставку ялинки ватою.

3.6. Висвітлювати ялинку необхідно тільки електрогірляндами промислового виробництва.

3.7. Не можна ремонтувати і вдруге експлуатувати піротехніку, яка не спрацювала.

3.8. Категорично забороняється використовувати саморобні піротехнічні пристрої.

4. Правила поведінки на водоймах взимку для дітей

4.1. Ні в якому разі не виходьте на тонкий незміцнілий лід.

4.2. Місця, які з темним прозорим льодом більш надійні, ніж сусідні з ним – непрозорі.

4.3. Не катайтеся на ковзанах з появою першого льоду. На них дуже легко в'їхати на тонкий, незміцнілий лід або в ополонку.

4.4. У разі крайньої необхідності переходу небезпечного місця на льоду зав'яжіть навколо пояса шнур, залишивши за собою вільно волочиться кінець, якщо ззаду пересувається товариш.

4.5. Надаючи допомогу товаришеві, який провалився під лід , подавайте йому в руки пояс, шарф, палицю і т. п. За них можна вхопитися міцніше, ніж за простягнуту руку, до того ж при зближенні легше обламати кромку льоду і можна теж провалитися під лід.

4.6. Якщо випадково потрапили на тонкий лід, відходити назад легкими обережними кроками, не відриваючи ніг від льоду.

4.7. Не ходіть з вантажем за плечима по незміцнілому льоду. Якщо цього не можна уникнути, обов'язково знімайте одну з лямок заплічного мішка, щоб відразу звільнитися від нього в разі провалу.

4.8. При провалі під лід не панікуйте, не намагайтеся повзти вперед і підламувати його ліктями і грудьми. Спробуйте лягти на спину і виповзти на свій слід, а потім, не встаючи, відповзти від небезпечного місця.

4.9. При проламуванні льоду необхідно:

- звільнитися від важких, що сковують рухи, предметів;
- не втрачати часу на звільнення від одягу, так як в перші хвилини до повного намокання, він утримує людину на поверхні води;
- пробувати вибиратися на лід в місці, де сталося падіння;
- виповзати на лід методом «скручування», іншими словами перекочуючись зі спини на живіт;
- встромляти в лід будь-які гострі предмети, підтягуючись до них;
- віддалятися від ополонки поповзом по власних слідах.

4.10. Слід пам'ятати положення інструктажу з правил поведінки під час зимових канікул, не забувати, що найбільш продуктивні - це перші хвилини перебування в холодній воді, поки ще не намок одяг, що не замерзли руки, не розвинулися характерні для переохолодження слабкість і безпорадність. Надавати допомогу людині, яка провалилась під лід, слід тільки одному, в принаймні двом його товаришам. Накопичуватися на краю ополонки не тільки марно, але й дуже небезпечно.

4.11. Під час заміських піших або лижних прогулянок вас може підстерігати такі небезпеки як переохолодження та обмороження. Морози при сильному вітрі, тривалий вплив низьких температур викликають обмороження, і часто сильне. Обмороження можливо і при невеликій температурі, але це може статися при підвищеній вологості, а також, якщо на людині мокрий одяг. Найчастіше страждають пальці рук, ніг, вушні раковини, ніс і щоки.

4.12. Ознаки переохолодження:

- поява ознобу і тремтіння;
- порушення свідомості (загальмованість і апатія, марення і галюцинації, неадекватна поведінка);
- посиніння або збліднення губ;
- зниження температури тіла.

4.13. Ознаки обмороження кінцівок:

- втрата найменшої чутливості;
- шкіра бліда, тверда і холодна на дотик;
- немає пульсу у щиколоток;
- при постукуванні пальцем чути дерев'яний звук.

4.14. Надання першої медичної допомоги при переохолодженні та обмороженні:

- доставити потерпілого в приміщення і постаратися швидше його зігріти;
- найкраще зігрівати за допомогою ванни, температура води в якій повинна бути від 30 до 40 градусів (в разі обмороження кінцівок, спочатку опускають їх у воду з температурою 20 градусів і за 20-30 хвилин поступово доводять температуру води до 40 градусів);
- після зігрівання, слід добре висушити тіло, одягнути людину в сухий теплий одяг і покласти його в ліжко, укривши теплою ковдрою;
- зробити тепле солодке питво або їжу з великим вмістом цукру.

4.15. При обмороженні не можна:

- розтирати обморожені ділянки тіла снігом;
- поміщати обморожені кінцівки відразу в теплу воду або ж обкладати теплими грілками;
- наносити на шкіру масла.

5. Правила безпечної поведінки на ковзанці при катанні на ковзанах

5.1. Ковзани повинні зручно розташовуватися на нозі і ніде не повинні тиснути. Нога в черевику не повинна бути затиснута, але і не повинна сильно бовтатися, інакше ви будете падати. Шнурувати потрібно якомога міцніше, щоб ви відчували себе стоячи на них впевнено.

5.2. Одяг повинен бути теплим і не створювати відчуття тяжкості. Ви повинні себе відчувати комфортно в ньому. Волосся краще зібрати в хвостик, щоб воно не заважало і не лізло вам в очі. Також бажано, якщо ви катаєтеся на вулиці, мати на голові легку шапку.

5.3. При падінні на льоді потрібно слідувати особливим запобіжним заходам. Не бажано падати назад, так є можливість собі що-небудь пошкодити або відбити. Якщо відчуваєте, що зараз впадете, то намагайтеся падати на бік або вперед рибкою, при цьому голова має завжди бути спрямована в протилежний бік від сторони падіння. Якщо поруч з вами катаються інші люди, намагайтеся падати так, щоб леза ваших ковзанів не були спрямовані в їхній бік. Інакше ви можете їх зачепити і сильно поранити. На швидкості леза ковзанів можуть заподіяти дуже глибоку рану через свою гостроту.

5.4. Коли виходите на лід дотримуйтеся бортика. Головне не поспішайте. Уникайте зіткнення з іншими учасниками.

5.5. Перш ніж почати кататися, упевніться, що стан льодового покриття нормальний. Не повинно бути ніяких ямок і горбків. Це теж може привести до падінь і отримання

серйозних травм.

5.6. Під час перебування на ковзанці забороняється:

- бігати, стрибати, штовхатися, балуватися, кататися на високій швидкості, здійснювати будь-які дії, які можуть заважати іншим відвідувачам;
- кидати на лід сміття або будь-які інші предмети;
- пошкоджувати інвентар та льодове покриття;
- виходити на лід з будь-якими тваринами;
- використовувати вибухові і легкозаймисті речовини (в тому числі піротехнічні вироби).

5.7. У разі отримання травми негайно повідомте про це працівникам катка. Вам нададуть необхідну допомогу.

6. Правила безпеки при катанні на санках

6.1. Одягатися для катання з гірки на санчатах буде найкраще в «дутій» синтепонові куртці і штанях, оскільки цей легкий одяг не дозволить сильно спітніти, а при падінні зможе максимально пом'якшити удар. Взуття для катання на санках краще підбирати зручне і міцне, зі спеціальною прогумованою підошвою. Руки повинні захищати товсті рукавички, а голову - шапка, на крутих схилах можуть знадобитися вітрозахисні окуляри і шолом. На посадочне місце санок рекомендується постелити щось тепле і м'яке.

6.2. Перш ніж почати спуск з гірки, уважно огляньте її на предмет наявності ям, горбів, що стирчать кущів і каменів.

6.3. Категорично забороняється порушувати інструкцію з правил безпечної поведінки на зимових канікулах, спускатися з гірки, яка закінчується проїжджою частиною дороги, водоймою, забором.

6.4.Не прив'язуйте санки до автотранспортних засобів, а також кілька санок між собою, створюючи паровозик.

6.5. Не можна кататися з гірок з трамплінами, так як при приземленні можна травмуватися.

6.6. Не дозволяється кататися з гірки на ногах - це загрожує отриманням серйозної травми.

6.7. При спуску на санчатах з гірки потрібно міцно триматися руками.

6.8. Не з'їжджайте з гірки, якщо попередня дитина не відійшла в сторону.

6.9. Не затримуйтеся внизу після того, як з'їхали, а швидше відходьте з санками в сторону.

6.10. Не перебігайте крижану доріжку, по якій спускаються люди на санках, можна посковзнутися і впасти під ноги тих, хто з'їжджає з гірки, і отримати травму.

6.11. Не потрібно підніматися по крижаній доріжці для спуску на санках. Необхідно підніматися на гору досить далеко від неї, щоб не зачепити своїми санками людей, які з'їжджають, і самому не опинитися під їх санками.

6.12. Забороняється з'їжджати головою, спиною вперед, а також на животі. Завжди необхідно дивитися тільки вперед як при спуску, так і при підйомі.

6.13. Якщо уникнути зіткнення не виходить (на шляху людина, дерево і т.д.) необхідно постаратися завалитися набік на сніг або відкотитися убік від крижаної поверхні спуску.

7. Правила безпеки при катанні на лижах

При катанні на лижах:

7.1. Лижі повинні бути підібрані індивідуально по зростанню і перебувати в справному стані.

7.2. Кріплення повинні бути відрегульовані так, щоб можна було самостійно без сторонньої допомоги прикріплювати лижі до лижних черевиків.

7.3. Палиці, підібрані за зростом, повинні мати накінцівник, кільце і регульованої довжини ремінь для кисті руки.

7.4. Лижні черевики повинні бути підібрані виключно за розміром: тісне або дуже вільне взуття може призвести до потертості або травми.

7.5. Одяг повинен захищати від холоду і вітру, бути легким, зручним і теплим.

7.6. При пересуванні на лижах по дистанції необхідно дотримуватися інтервалу 3-4 метра, при спусках - не менше ніж 30 метрів.

7.7. При спусках не потрібно виставляти вперед лижні палиці.

7.8. Якщо виникає необхідність, присідаючи, падати на бік (обов'язково тримати при цьому палки позаду).
7.9. Не перетинати лижню, по якій пересуваються,спускаються зі схилу, інші лижники.
7.10. Не стрибати з трампліна: для цього потрібні хороша підготовка і спеціальні стрибкові лижі.
7.11. При довгому катанні на лижах можуть бути отримані обмороження. При втраті чутливості шкіри вух, носа, щік слід негайно виконати розтирання. Робити це потрібно сухою рукою, а не снігом, так як в останньому випадку можна пошкодити шкіру і занести різну інфекцію.
7.12. Не можна роздягатися під час пересування на лижах по дистанції (так як це призведе до застуди). Краще зняти зайвий одяг до початку лижної гонки, а після її завершення знову надіти.
7.13. Переносити лижі необхідно в вертикальному положенні, гострими кінцями вгору.
7.14. Перед тим, як вносити в приміщення, зчистити сніг з лиж.
7.15. Відразу після лижної прогулянки не потрібно пити холодну воду, щоб не захворіло горло.
7.16. Кататися на лижах неприпустимо при температурі нижче -14 і наявності сильного вітру.

8. Завершальні положення інструкції

8.1. Перевірка і перегляд інструкції з охорони праці для учнів під час зимових канікул повинна здійснюватися не рідше одного разу на 5 років.
8.2. Дана інструкція для учнів перед зимовими канікулами повинна бути достроково переглянута в наступних випадках:

- при перегляді міжгалузевих і галузевих правил і типових інструкцій з охорони праці та техніки безпеки;
- за результатами аналізу матеріалів розслідування аварій та нещасних випадків;
- на вимогу Державної служби України з питань праці.

8.3. Якщо протягом 5 років з дня затвердження (введення в дію) даної інструкції з техніки безпеки для учнів перед початком зимових канікул умови не змінюються, то її дія автоматично продовжується на наступні 5 років.
8.4. Відповідальність за своєчасне внесення змін і доповнень, а також перегляд даної інструкції покладається на відповідального за охорону праці співробітника загальноосвітнього навчального закладу.

З інструкцією ознайомлений (а)

«___»_____202__ р.

_____ (ПІП)

_____ (підпис)