

Інструкції **первинного та цільового інструктажів для здобувачів освіти**

Інструкція 1. Правила безпечної поведінки вихованців в побуті

1. Дана інструкція розроблена з метою забезпечення безпечної поведінки здобувачів освіти в побуті.
2. Не можна підійматися на підвіконня і грати на ньому, це небезпечно. Можеш впасти вниз з вікна на вулицю або поранитися розбитим склом.
3. Не нахиляйтеся через балконну огорожу, через це можна випасти.
4. Не грайте з дверима, можна прищемити пальці.
5. Якщо ти один вдома, не відкривай двері незнайомим людям. Подивися в дверне вічко і переконайся, що там знайомі тобі люди, або родичі.
6. Не можна високо залазити, можеш впасти.
7. Працюючи з голкою, не бери її в рот. Нитку треба відмотувати довжиною до ліктя.
8. Працюй з ножицями обережно, тримаючи їх кінці вниз, щоб не поранитися і не поранити іншу дитину.
9. Не бери дрібні предмети в рот, їх можна ненавмисно проковтнути. Не засовуйте в ніс нічого дрібного, предмет може застрягти в носі.
10. Не чіпай ліки і таблетки в будинку, якщо вони навіть схожі на вітаміни.
11. Виходячи на прогулянку ні в якому разі не йди з незнайомими людьми.
12. Не можна сідати в проїжджаючу машину, навіть якщо тебе запрошують, пропонують купити солодощі, іграшку, відвезти до мами або рідних, не приймай нічого від сторонніх людей.
13. Не піднімай і не принось в будинок незнайомі згортки, сумки, це може виявитися небезпечним для твого життя предметом.
14. Не дражни собак, вони можуть вкусити.
16. Не залазь високо на дерево, гілка може зламатися, і ти впадеш вниз. Не лізь в чагарник, бережи очі і тіло від гілок.
17. Не їж нічого незнайомого на вулиці (трава, гриби, ягоди), вони можуть бути отруйними, отруїшся.

Інструкція 2. Правила пожежної безпеки будинку для дітей

1. Дані правила пожежної безпеки будинку розроблені для дітей при їх перебуванні вдома в житловому будинку або квартирі з метою запобігання виникнення пожежонебезпечних ситуацій. Дані правила пожежної безпеки в будинку (квартирі) для дітей визначають правила поведінки дітей та їх дії при пожежі вдома на кухні, в спальні (житловій кімнаті), в вітальні.

2. Причини виникнення пожежі в будинку або квартирі:

- необережне поводження з вогнем (сірники, газова плита);
- необережне поводження з електронагрівальними приладами (праска, електрочайник, кип'ятильник);
- необережне поводження з горючими речовинами (ацетон, газ, спирт, бензин, гас);
- при використанні одночасно великої кількості приладів високої потужності, або при несправній електропроводці;
- поломка побутової електротехніки.

3. Правила пожежної безпеки на кухні

Кухня є найбільш пожежонебезпечним місцем в будинку, тому що тут готується їжа і працюють електроприлади високої потужності. Дотримуватися правил пожежної безпеки на кухні вкрай важливо.

Основні правила пожежної безпеки на кухні:

3.1. Ставлячи сковороду або каструлю на вогонь, стежте за нею і за тим, щоб протяг не загасив вогонь.

3.2. Не забудьте погасити палаючий сірник.

3.3. Не вмикайте одночасно кілька потужних електричних приладів (мікрохвильова піч, холодильник, електрочайник, тостер, соковижималка і т. д.). Слідкуйте за їх роботою.

3.4. Слідкуйте за справністю проводів і електричних приладів.

3.5. Ні в якому разі не використовуйте плиту для сушіння білизни.

4. Правила пожежної безпеки в кімнаті (спальні)

У житловій кімнаті дотримуються таких правил пожежної безпеки:

4.1. Куріння - основна причина пожежі в кімнаті. Якщо ви бачите, що в кімнаті курять – зробіть зауваження, пояснивши, що це небезпечно.

4.2. Не використовуйте одночасно кілька потужних електричних приладів. Не перевантажуйте розетки і подовжувачі.

4.3. При пожежі ні в якому разі не ховайтеся від вогню в місцях, де вас складно виявити (під ліжком або в шафі), постарайтеся встати біля вікна і чекати приходу пожежників.

5. Правила пожежної безпеки у вітальні

Вітальня використовується для різних цілей. Наприклад, в ній можна прийняти гостей, а іноді навіть погладити білизну.

У вітальні потрібно дотримуватися тих самих правил пожежної безпеки:

1. Запалена сигарета – це дуже серйозне джерело пожежі. Однак запобігти загоряння не складно. Досить просто стежити за тим, щоб ніхто не курил в приміщенні.

2. Будьте уважні при використанні електричних приладів!

3. Будинок не місце для петард, святкових салютів і бенгальських вогнів на новорічній ялинці.

Всі діти повинні знати і дотримуватися правил пожежної безпеки!!!

Інструкція 3. Правила поведінки в екстремальних ситуаціях.

1. При пожежі в лісі: йдіть швидко поперек вітру в напрямку "з лісу".

2. При пожежі в будівлі: якщо вихід відрізаний вогнем, а ви на поверсі вище другого, закрийте щільно вікно і двері, промажте хлібним м'якушем щілини в двері, змочіть простирадло, оберніться в мокре простирадло з головою. Дихати рекомендується через змочену і складену вчетверо марлю або майку. Так чекайте допомоги пожежників.

3. Якщо Ви загубилися в місті або заблукали в лісі і Вас шукають: залишайтеся на тому місці, де Ви відстали від групи. Якщо в лісі, періодично (приблизно через 1 хв.) голосно кричіть «ау» і прислухайтеся до голосів.

4. Якщо Ви почули звук електросирени (це сигнал «Увага всім!»)- Увімкніть радіо, телевізор і прослухайте повідомлення. Виконуйте рекомендації, почуті по радіо,

телебаченню. Якщо сигнал електросирени застав Вас далеко від дому виконуйте рекомендації поліцейських і дорослих.

5. Якщо Ви розбили медичний термометр (градусник): не приховуйте цього від батьків. Пари ртуті дуже отруйні і, якщо ртуть не зібрати і місце її розливу не дезактивувати, то через деякий час люди отримають серйозне захворювання печінки і нирок.

Інструкція 4. Правила безпечної поведінки вихованців у громадському транспорті.

1. Чекати громадський транспорт дозволено тільки на зупинці або на тротуарі/узбіччі.
2. Потрібно стояти на безпечній відстані від проїжджої частини дороги.
3. Ніколи не підходьте близько до краю зупинки, платформи. Не виходьте на проїжджу частину, підходьте до дверей транспортного засобу тільки після його повної зупинки.
4. При вході і виході з транспорту не поспішайте, не штовхайтесь, входите і виходите спокійно.
5. Не стійте на сходинках під час руху транспорту і не притуляйтеся до дверей, тримайтеся міцно за поручні під час руху і зупинки транспорту.
6. Не відволікайтеся під час руху автобуса.
7. Не визируйте з вікон транспорту і не висовуйте з вікон руки.
8. Під час руху транспорту не рекомендується пити воду та інші напої. Попити можна в той час, коли транспорт повністю зупинився.
9. Не вставайте з місця і не рухайтесь по салону під час руху транспорту, різка зупинка може бути небезпечна, ви можете впасти.
10. Якщо в автобусі, тролейбусі або трамваї почалася пожежа, прикрийте шарфом, хусткою або іншою тканиною рот і ніс, не вдихайте дим, так як отруйний газ в транспорті при пожежі дуже небезпечний.
11. Не панікуйте в небезпечній, надзвичайній ситуації, строго виконуйте вказівки дорослих.

Інструкція 5. Правила безпечної поведінки вихованців на воді

1. Дана інструкція з правил безпечної поведінки на воді розроблена з метою дотримання правил належного поводження, поведінки та безпеки під час перебування на воді, водоймищах та біля них.
2. Дозволяється купатися тільки в спеціально відведених місцях, там дно перевірено і очищено від небезпечних предметів.
3. Забороняється ходити до водойми без супроводу дорослих.
4. Не рекомендується перебувати у воді без руху. Якщо ви відчували озноб, негайно вийдіть з води.
5. Якщо під час перебування у воді ви використовуєте допоміжні плавальні предмети (надувні матраци або кола), обов'язково поруч з вами повинні знаходитись дорослі. Рятувальний засіб може порватися, і ви раптово опинитесь під водою.
6. Не можна плавати в брудній воді, так як є ймовірність попадання в ротову і носову порожнину мікробів, які провокують серйозні захворювання.
7. Не рекомендується купатися відразу після прийому їжі і великого фізичного навантаження (гра в футбол, біг і т.д.). Між прийомом їжі і купанням необхідно витримати часовий інтервал в 45-50 хвилин.
8. Перебувати у воді можна не більше 30 хвилин; якщо вода холодна, достатньо 5-6 хвилин.

9. Не можна пірнати вниз головою або стрибати у воду з берега.
10. Вийшовши з води, необхідно витертися насухо і відразу одягнутись.
11. Відчувши втому під час купання, необхідно відразу плисти до берега.
12. Не жартуйте, подаючи крики помилкової тривоги. Кличте на допомогу тільки тоді, коли вам загрожує небезпека або щось трапилось насправді.
14. При судомах намагайтеся триматися на воді і кличте на допомогу.
15. Під час купання заборонено:
 - входити у воду розпаленим (спітнілим);
 - запливати за встановлені знаки (огороження ділянки, відведеної для купання);
 - купатися при високій хвилі;
 - стрибати з висоти, якщо поблизу від неї знаходяться інші плавці, штовхати товариша з берега.

Інструкція 6. Правила безпечної поведінки при проведенні прогулянок в ожеледь.

1. Дана інструкція з правил безпечної поведінки при проведенні прогулянок в ожеледь розроблена з метою ознайомлення з правилами безпечної поведінки при проведенні прогулянок під час ожеледиці.
2. Виходячи на прогулянку, йдіть спокійно, не поспішаючи.
3. Обережно спускайтеся по сходинках і тримайтеся за поручні.
4. Під час ожеледиці йдіть тільки тими доріжками, які посипані піском.
5. Не штовхайтеся, не бігайте. Зберігайте увагу та концентрацію!
6. Під час прогулянки в ожеледицю грайте в спокійні ігри, при яких ймовірність травмування мінімальна.
7. Не ходіть під карнизами будинків, так як на них можуть утворюватися бурульки, які можуть впасти на вас, вдарити або поранити.
8. Не ковзайте підшоною взуття по ожеледиці і не розгортайте сніг.
9. Не заводьте розмову з незнайомими вам людьми.
10. Повертатися додому лише за безпечним маршрутом.
11. При отриманні травми не рухайтеся, покличте допомогу.

Інструкція 7. Правила безпечної поведінки з тваринами і комахами.

1. Правила безпечної поведінки з тваринами

- 1.1. Не підходьте на вулиці до безпритульних кішок і собак, не гладьте і не беріть їх на руки. Вони можуть бути хворими, а деякі тварини кусаються без попередження.
- 1.2. Не можна дражнити тварин, бити їх або кидати в них камені або палиці.
- 1.3. Не намагайтеся відібрати у тварин корм!
- 1.4. Не годуйте тварин з рук!
- 1.5. Не чіпайте дитинчат тварин, це може викликати агресію у дорослої тварини.
- 1.6. Не тікайте від собаки і не робіть різких рухів. Прийміть спокійне нерухоме положення.
- 1.7. Не можна цілувати тварин, навіть домашніх кішок і собак, тому що вони часто риються в землі і в них на морді багато мікробів, які при поцілунку передадуться вам.
- 1.8. Не можна заглядати і засовувати руку в нору.
- 1.9. Ніколи не чіпайте гніздо птахів, тим більше не ламайте його.
- 1.10. Якщо вас вкусила собака, негайно скажіть про це дорослим і зверніться до медичного робітника.
- 1.11. Після гри з тваринами обов'язково потрібно ретельно вимити руки з милом.

2. Правила безпечної поведінки з комахами

- 2.1. Не розмахуйте руками, якщо поруч з вами літає бджола або оса, не намагайтеся її зловити або вбити. Бджоли і оси дуже боляче жалять. Спокійно перейдіть на інше місце.
- 2.2. Не чіпайте мурашники і не наступайте на них. Мурахи боляче кусаються, захищаючи своє житло.
- 2.3. Якщо вас вкусила оса або бджола, негайно повідомте про це батьків або зверніться в медпункт.
- 2.4. Не чешіть місце укусу, від цього може утворитися рана.
- 2.5. Не ловіть метеликів, коників та інших комах, не відривайте їм лапки і крильця.
- 2.6. Якщо ви виявили на своєму тілі кліща, не намагайтеся його прибрати, так як його жало залишиться під шкірою. Негайно зверніться до вчителя або в медпункт!
- 2.7. Повертаючись з прогулянки, ретельно огляньте своє тіло і одяг, або попросіть про це вихователя, щоб переконатися у відсутності на них кліщів та інших комах.

Інструкція 8. Правила поведінки учнів на осінніх канікулах

- 3.1. Дотримуватися правил п. 2 даної інструкції.
- 3.2. Перебуваючи поблизу водойм, не входити в воду, не ходити по краю обриву.
- 3.3. При поході в ліс не підпалювати суху траву, не лазити по деревах, уважно дивитися під ноги.
- 3.4. При використанні скутерів, велосипедів дотримуватися правил дорожнього руху.
- 3.5. При використанні роликів ковзанів, скейтів та самокатів, пам'ятати, що проїжджа частина не призначена для їх використання, кататися по тротуару.
- 3.6. Під час походів у ліс обов'язково надіти головний убір і одяг з довгими рукавами, щоб уникнути укусів кліщів та інших комах.

Інструкція 9. Правила поведінки учнів на зимових канікулах

- 4.1. Дотримуватися правил п. 2 даної інструкції.
- 4.2. У разі ожеледі не поспішати при ходьбі, не обганяти перехожих. При падінні намагатися впасти на бік, не хапатися за оточуючих.
- 4.3. Під час катання на гірках і ковзанках, бути дуже уважним, чи не штовхатися, дотримуватися правил техніки безпеки:
 - 4.3.1. Дотримуватися інтервалу при русі на лижах по дистанції 3-4 м при спусках з гори - не менше 30 м; при спуску з гори не виставляти вперед лижні палиці; після спуску з гори не зупинятися біля підніжжя гори, щоб уникнути зіткнень з іншими лижниками; негайно повідомити дорослим (батькам, знайомим) про перших же ознаках обмороження; щоб уникнути потертостей ніг, не ходити на лижах в тісному чи занадто вільному взутті.
 - 4.3.2. Під час катання на ковзанах треба намагатися обходити тих, хто погано катається. При падінні тримати руки ближче до тіла і намагатися якомога швидше піднятися на ноги.
- 4.4. Перебуваючи біля водоймищ, не ходити по льоду (лід може виявитися тонким).
- 4.5. Використовувати бенгальські вогні тощо тільки в присутності і з дозволу дорослих в спеціально відведених для цього місцях, дотримуючись правил пожежної безпеки та інструкції із застосування.
- 4.6. Граючи в сніжки, не мітити їх в обличчя і в голову.
- 4.7. Не ходити вздовж будинків - можливе падіння снігу та бурульок.

Інструкція 10. Правила поведінки учнів на весняних канікулах

- 5.1. Дотримуватися правил п. 2 даної інструкції.
- 5.2. Не ходити вздовж будинків - можливе падіння снігу та бурульок.
- 5.3. Не підходити до водойм з тонким льодом. Не кататися на крижинах.
- 5.4. При використанні скутерів, велосипедів дотримуватися правил дорожнього руху.
- 5.5. При використанні роликів ковзанів, скейтів та самокатів, пам'ятати, що проїжджа частина не призначена для їх використання, кататися по тротуару.
- 5.6. Під час походів у ліс обов'язково надіти головний убір і одяг з довгими рукавами, щоб уникнути укусів кліщів та інших комах.
- 5.7. Перебуваючи поблизу водойм, не входити в воду, не ходити по краю обриву.
- 5.8. При поході в ліс не підпалювати суху траву, не лазити по деревах, уважно дивитися під ноги.

Інструкція 11. Правила поведінки учнів на літніх канікулах

- 6.1. Дотримуватися правил п. 2 даної інструкції.
- 6.2. Перебуваючи на вулиці, надіти головний убір, щоб уникнути сонячного удару. При підвищеному температурному режимі намагатися перебувати в приміщенні або в тіні, щоб не отримати тепловий удар.
- 6.3. При використанні скутерів, велосипедів дотримуйся правил дорожнього руху.
- 6.4. При використанні роликів ковзанів, скейтів та самокатів, пам'ятай, що проїжджа частина не призначена для їх використання, ти повинен кататися по тротуару.
- 6.5. Перебуваючи поблизу водойм, дотримуватись правил поведінки на воді:
 - не купатися у місцях з невідомим дном;
 - входити в воду тільки з дозволу батьків і під час купання не стояти без рухів;
 - не стрибати в воду головою вниз при недостатній глибині води, при необстеженому дні водойми і при знаходженні поблизу інших плавців;
 - не залишатися при пірнанні довго під водою;
 - не запливати за встановлені знаки огорожі водного басейну (буйки), при великій хвилі, не підпливати близько до моторних човнів, пароплавів, барж тощо;
 - відчувши озноб, швидко вийти з води і розтертися сухим рушником;
 - при судомах не губитися, намагатися триматися на воді і покликати на допомогу.
- 6.6. Під час походів у ліс обов'язково надіти головний убір і одяг з довгими рукавами, щоб уникнути укусів кліщів та інших комах.
- 6.7. Під час походу в ліс не підпалювати суху траву, не лазити по деревах, уважно дивитися під ноги.

Інструкцію розробив

Інженер з охорони праці

С.Майструк