

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГБОУ "Березовская школа"

В.В. Мирицкая

ИНСТРУКЦИЯ № 4

Один дома. Неожиданные звонок в вашу квартиру или стук в дверь

Основные причины возникновения опасных ситуаций в квартире:

- небрежность (незакрытый кран, не выключенный утюг, кипящий чайник, залитый газовую плиту);
- неправильное обращение с техникой и бытовыми приборами;
- неосторожное обращение с огнем и химическими препаратами;
- криминальные ситуации (взлом, ограбление).

Причины возникновения опасных ситуаций следует излагать с использованием примеров из жизни.

Какие опасные ситуации случаются дома (в квартире)?

Чаще всего - это:

- пожар (неисправная электропроводка и электротехника, неосторожное обращение с огнем);
- взрыв газа (утечка газа, не выключенная плита);
- затопление (неисправный водопровод или включенная в сеть и оставленная без присмотра стиральная машина);
- отравление (газом или химическими препаратами);
- поражение электрическим током (нарушение правил безопасности при пользовании электроприборами и электрооборудованием);
- разрушение строительных конструкций (в результате землетрясения, взрыва).

Неожиданный звонок в квартиру.

Не открывайте дверь, посмотрите в глазок или спросите: «Кто там?».

Если это кто-то чужой, никогда не открывайте дверь, даже если вас просят воды запить лекарство, позвонить в полицию, скорую помощь и т.п.

Можно также, подойдя к двери, крикнуть в глубь квартиры: «Папа, я спрошу, кто там?», сделав вид, что вы не одни в квартире.

Свяжитесь по телефону с соседями, чтобы они знали, что кто-то чужой звонит в вашу квартиру, и сразу вызывайте полицию по телефону 2-12-02.

Слышны шаги на площадке, вы чувствуете, что за дверью кто-то притаился (в глазок никого не видно)

Не открывайте дверь. Звоните соседям, чтобы они посмотрели в глазок своей квартиры, и если на площадке находится незнакомый человек или их глазок закрыт снаружи двери, сразу вызывайте полицию.

Дверь вашей квартиры открывают ключом или взламывают

Постарайтесь завалить дверь любыми подручными предметами (стулья, одежда и т.п.), чтобы выиграть время и задержать проникновение в квартиру злоумышленника.

Поднимите тревогу криками и шумом через окно, балкон, для привлечения прохожих, стучите любыми предметами по стенам и батареям, чтобы услышали соседи, и по возможности постарайтесь позвонить в полицию.

При прекращении попыток проникновения в квартиру, не выходите из нее до приезда полиции или соседей. Увидев в окно вышедшего из подъезда постороннего, запомните, во что он одет, цвет волос и в какую сторону пошел, и сообщите это все полиции.

Если дверь вашей квартиры открыта или взломана

Не входите в квартиру. Зайдите к соседям и расскажите им о случившемся, попросите вызвать полицию.

В каждой ситуации помните: страх и паника - плохие помощники.

ИНСТРУКЦИЯ № 30
Правила безопасного поведения детей на воде

Чтобы избежать несчастного случая, необходимо знать и соблюдать следующие меры предосторожности на воде:

Если вы не умеете плавать

- необходимо иметь при себе спасательные средства (круг, спасательный жилет, надувные жилеты).
- купаться можно только при наличии рядом родителей, взрослых.

На воде детям запрещено

- жевать жвачку во время нахождения в воде.
- ходить к водоему одному.
- подплывать к идущим пароходам, катерам, вблизи которых возникают волны и течения.
- нырять в местах с неизвестной глубиной, так как можно удариться головой о песок, глину, сломать себе шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть.
- прыгать головой в воду с плотов, пристани и других плавучих сооружений. Под водой могут находиться сваи, рельсы, камни и осколки стекла.
- выходить на озеро, реку на неисправной и полностью не оборудованной лодке, садиться на ее борта, пересаживаться с одного места на другое, а также переходить с одной лодки на другую, вставать во время движения. В лодке необходимо иметь спасательные средства.
- находиться на крутых берегах с сыпучим песком, чтобы не быть засыпанным.

На воде детям не следует

- доводить себя до озноба, это вредно для здоровья. От переохлаждения в воде могут появиться опасные для жизни судороги, свести руки и ноги. В таком случае необходимо плыть на спине.
- заходить в воду во время сильных волн.
- плыть против сильного течения, иначе можно легко выбиться из сил. Лучше всего плыть по течению, постепенно приближаясь к берегу.
- подплывать к водоворотам - это самая большая опасность на воде! Он способен затянуть человека на большую глубину с большой силой.
- запутавшись в водорослях, не следует делать резких движений и рывков, иначе петли растений еще туже затянутся.

На воде детям следует

- сидя на берегу, прикрывать голову от солнца во избежание перегрева и солнечных ударов
- выбирать для купания места, где чистая вода, ровное песчаное дно, небольшая глубина, нет сильного течения и водоворотов, нет проезжающего по воде моторного транспорта.
- начинать купание в водоеме следует при температуре воздуха + 20-25*, воды + 17-19*С.
- входить в воду осторожно, на неглубоком месте необходимо окунуться в воду с головой.
- находиться в воде не более 10-15 минут.
- плавая во время волнения поверхности воды, внимательно следить за тем, чтобы вдох происходил в промежутках между волнами.
- плавая против волн, спокойно подниматься на крутую волну и скатываться с нее.
- попав в водоворот, следует набрать как можно больше воздуха в легкие, погрузиться в воду и сделать сильный рывок в сторону по течению, затем всплыть на поверхность воды.
- запутавшись в водорослях, лечь на спину и постараться мягкими, спокойными движениями выплыть в ту сторону, откуда приплыли. Если и это не помогает, то следует, подтянув ноги, осторожно освободиться от растений руками.
- нырять только в тех местах, где имеется большая глубина, прозрачная вода и ровное дно.

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГБОУ "Березовская школа"

В.В. Мирицкая

Инструкция № 17А по правилам дорожного движения

Обязанности пешеходов:

1. Пешеходы должны двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам, а при их отсутствии - по обочинам. Пешеходы, перевозящие или переносящие громоздкие предметы могут двигаться по краю проезжей части, если их движение по тротуарам или обочинам создаёт помехи для других пешеходов.

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. Лица, ведущие мопед., велосипед, в этих случаях должны следовать по ходу движения транспортных средств.

2. Движение организованных пеших колонн по проезжей части разрешается только по направлению движения транспортных средств по правой стороне не более чем по четыре человека в ряд. Спереди и сзади колонны с левой стороны должны находиться сопровождающие с красными флажками, а в тёмное время суток и в условиях недостаточной видимости - с включёнными фонарями; спереди — белого цвета, сзади — красного.

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.

3. Пешеходы должны пересекать проезжую часть по пешеходным переходам, в том числе по подземным и надземным, а при их отсутствии - на перекрёстках по линии тротуаров или обочин.

При отсутствии в зоне видимости перехода или перекрёстка 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.

4. В местах, где движение регулируется, пешеходы должны руководствоваться сигналами регулировщика или пешеходного светофора, а при его отсутствии - транспортного светофора.

5. 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.

6. 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 учётом сигнала светофора.

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГБОУ "Березовская школа"

В.В. Мирицкая

Инструкция № 17

по безопасному поведению в общественном транспорте

Необходимо помнить, что общественный транспорт — средство передвижения повышенного риска, поэтому:

1. Избегайте в темное время суток пустынных остановок, а ожидая автобус, трамвай или троллейбус, стойте на хорошо освещенном месте рядом с другими людьми.
2. Когда подходит автобус, не старайтесь, стоять в первом ряду — могут толкнуть под колеса.
3. Нельзя спать во время движения, так как при резком торможении можно получить травму.
4. Не прислоняйтесь к дверям, по возможности избегайте езды на ступенях и в переходе.
5. Избегайте пустых автобусов, троллейбусов и трамваев, а также вагонов электропоездов.
6. Если вам приходится ехать поздно, то садитесь около водителя и ближе к проходу.
7. Девушкам рекомендуется садиться рядом с женщинами.
8. Если в салон вошел пассажир, ведущий себя развязно, отвернитесь от него, не встречайтесь с ним глазами.
9. Держите на виду свои вещи.
10. При поездке в электричке в вечернее и ночное время садитесь в первый вагон и вагон, где есть пассажиры.
11. Нельзя стоять в тамбуре и проходе вагона электропоезда; выходя из транспорта, будьте внимательны, так как можно попасть под колеса проезжающего мимо транспорта.
12. При выходе из вагона держитесь за поручни.

В общественном транспорте запрещается:

- ходить без необходимости в автобусах, троллейбусах и т. д.;
- открывать двери с обеих сторон (допускается только справа по движению);
- выглядывать из окон и высовывать руки;
- отвлекать водителя;
- включать или выключать какие-либо приборы (дергать стоп-кран);
- нажимать без надобности на аварийную кнопку.