

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВІДОКРЕМЛЕНИЙ СТРУКТУРНИЙ ПІДРОЗДІЛ «ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ
ВИМІРЮВАНЬ ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИХ
ТЕХНОЛОГІЙ І ЗВ'ЯЗКУ»

ІНСТРУКЦІЯ З БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ № 26
ДЛЯ СТУДЕНТІВ ЩОДО ПОВЕДІНКИ
ПІД ЧАС ЗИМОВИХ КАНІКУЛ



ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ директора ВСП «Фаховий коледж вимірювань ДУІТЗ»

І.К. Радулова

від 22.12.2021р. № 64

Інструкція з безпеки життєдіяльності № 26

ДЛЯ СТУДЕНТІВ ЩОДО ПОВЕДІНКИ ПІД ЧАС ЗИМОВИХ КАНІКУЛ

1. Загальні положення

1.1. Інструкція з безпеки життєдіяльності студентів під час зимових канікул поширюється на всіх учасників освітнього процесу коледжу під час їх перебування на зимових канікулах.

1.2. Інструкцію розроблено відповідно до «Положення про організацію роботи з охорони праці учасників освітнього процесу», затвердженого Наказом Міністерства освіти і науки України від 26.12.017 № 1669, «Правил дорожнього руху України», затверджених Постановою Кабінету Міністрів України від 10.10.2001 № 1306 (із змінами від 13.05.2020 р. № 370), «Правил пожежної безпеки для навчальних закладів та установ системи освіти України», затверджених Наказом Міністерства освіти і науки України від 15.08.2016 р. № 974 і зареєстрованих в Міністерстві юстиції України 08.09.2016 р. № 1229/29359.

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

2. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів під час зимових канікул

2.1. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів перед початком зимових канікул.

2.1.1. Перед початком зимових канікул слід чітко визначити терміни початку та закінчення канікул.

2.1.2. У разі продовження канікул телефонувати в останній день визначених термінів куратору для визначення нового терміну канікул.

2.1.3. Потрібно ознайомитися з планом проведення заходів під час канікул в коледжі, брати активну участь у запланованих заходах.

2.1.4. У разі неможливості за поважних причин або сімейних обставин взяти участь у запланованих заходах під час канікул або вчасно приступити до навчальних занять після канікул, студенти, або їх батьки повинні завчасно попередити куратора, надавши заяву чи медичну довідку, що підтверджує причину.

2.2. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів під час зимових канікул.

2.2.1. Пожежна безпека

Під час канікул, перебуваючи вдома, на вулиці, в спеціалізованих установах, приміщеннях, транспорті, студенти повинні чітко виконувати правила пожежної безпеки:

- бути уважними та обережними під час користування вогнебезпечними предметами, що можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, бенгальські вогні, феєрверки, цигарки, легкозаймисті речовини, вогнебезпечну рідину тощо);

- вмикати газову плиту вдома тільки спеціалізованим електричним приладом;

- 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, полівинилу тощо); застосовувати відкритий вогонь (факели, свічки, феєрверки, бенгальські вогні тощо), хлопавки, дугові прожектори, влаштовувати світлові ефекти із застосуванням хімічних та інших речовин, що можуть викликати загоряння; встановлювати стільці, крісла тощо, конструкції, виконані з пластмас і легкозаймистих матеріалів, а також захищати предметами проходи та аварійні виходи;

- у жодному разі не брати на вулиці чи в іншому місці ніяку незнайому чи чужу побутову техніку, не вмикати її у розетку вдома чи в інших установах - це може призвести до вибуху та надзвичайної ситуації;

- не можна наближатися до електроприладів, музичної апаратури, які живляться струмом. Користуватися електроприладами тільки сухими руками. У разі виявлення обірваних проводів, неізолюваної проводки, іскріння проводки, негайно вимкнути електроприлад;

- не збиратися біля проходів у громадських установах, входах та виходах, у приміщеннях вестибюлю;

- під час участі в масових заходах не створювати травмонебезпечних ситуацій у приміщенні, дотримуватися правил пожежної безпеки;

- у разі пожежної небезпеки - наявності вогню, іскріння, диму - 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, свій номер телефону;

- при появі запаху газу в квартирі, приміщенні у жодному разі не вмикати електроприлади, не користуватися стаціонарним чи мобільним телефоном, відчинити вікна, двері, провітрити приміщення, вимкнути газову плиту й вийти з приміщення; покликати на допомогу, негайно повідомити в газову службу за номером «104» чи «101» пожежну охорону; назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описавши ситуацію й залишивши свій номер телефону.

- під час святкування Нового року вдома або інших закладах чітко дотримуватися вимог протипожежної безпеки; під час святкування бути обережними поруч новорічної ялинки, не можна прикрашати ялинку іграшками, гірляндами не фабричного або низької якості виробництва; заборонено використовувати відкритий вогонь під час новорічних свят

(факели, свічки, феєрверки, бенгальські вогні, хлопавки тощо); застосовувати дугові прожектори, влаштовувати світлові ефекти із застосуванням хімічних та інших речовин, що можуть спричинити загорання; встановлювати стільці, крісла, різні конструкції, виконані з пластмас і легкозаймистих матеріалів, а також захарашувати предметами проходи та аварійні виходи; не можна застосовувати для оформлення приміщень декорації та обладнання, виготовлені з горючих синтетичних матеріалів, штучних тканин і волокон (пінопласту, поролону, полівинилу тощо).

2.2.2. Електробезпека

Під час канікул, перебуваючи вдома, студенти повинні чітко виконувати правила електробезпеки:

- при пошкодженні електромережі або коли обірвався чи оголився електричний провід, зламався електровимикач або розетка - не торкайтеся оголених місць, це може призвести до травми;

- використання електричних приладів не за призначенням або невміле користування ними, може призвести до пожежі;

- щоб не допустити пожежі, не залишайте без нагляду і не забувайте своєчасно вимкати електроприлади;

- якщо перегляду телепередач екран телевізора згас або став миготіти, у жодному разі не можна по ньому стукати. Телевізор може загорітися або навіть вибухнути. Його треба негайно вимкнути;

- якщо щось потрапило до телевізора, радіоприймача та інших електроприладів у процесі їх роботи, треба їх негайно вимкнути, а вже потім діставати сторонній предмет. У жодному разі не можна намагатися дістати його, коли електроприлад увімкнений;

- небезпечно наближатися до обірваного електричного проводу. Якщо провід не покрито ізоляцією, то він становить загрозу для життя людини. Доторкнувшись до нього, можна отримати ураження внутрішніх органів. *Відкинути провід можна лише за допомогою сухої деревини чи гуми.*

2.2.3. Безпека дорожнього руху

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

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

- 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 в разі їх відсутності – на перехрестях по лініях тротуарів або узбіч;

- у місцях із регульованим рухом керуватися тільки сигналами регулювальника чи світлофора;

- виходячи на проїжджу частину з-за транспортних засобів упевнившись, що не наближається 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 трамвая;

- 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 встановленими місцями;

- заборонено під час зимових канікул кататися на велосипедах, мопедах, роликах тощо, що не відповідає погоднім умовами та сезону для запобігання ДТП;

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

- категорично заборонене катання з гірок із виїздом на проїжджу частину дороги;

- у жодному разі не можна чіплятися за задній бампер машин для того, щоб покататися по проїжджій частині дороги - ці дії визначені вищою категорією небезпеки, що може призвести до ДТП, травмування й загибелі;

- для запобігання травмування можна кататися на ковзанах тільки у відведених для цього спеціальних місцях та на міцному льоду без розщелин;

- студенти повинні виконувати зазначені правила, а також інші Правила дорожнього руху України, знання про які отримані на заняттях з теми «Безпека життєдіяльності»;

- бути уважними під час перебування поблизу залізничної колії;

- користуючись транспортним засобом, треба сидіти або стояти тільки в призначених для цього місцях, тримаючись за поручень або інше пристосування.

2.2.4. Вимоги поведінки при використанні громадського транспорту

При користуванні громадським транспортом треба виконувати правила:

- підходьте для посадки до дверей транспортного засобу лише після повної його зупинки;

- не сідайте в громадський транспорт (тролейбус, автобус) в останній момент при його відправленні - може притиснути дверима. Особливу небезпеку становлять передні двері, тому що можна потрапити під колеса транспортного засобу;

- намагайтеся бути уважними в зоні зупинки - це небезпечне місце: автобус, що стоїть, скорочує огляд дороги в цій зоні, крім того, пішоходи тут часто поспішають і можуть випадково виштовхнути вас на проїжджу частину;

- при очікуванні громадського транспорту стійте тільки на посадкових майданчиках, а при їх відсутності – на тротуарі або узбіччі;
- міцно триматися за поручні, щоб при гальмуванні не отримали травму від удару;
- входити в будь-який вид транспорту і виходити з нього можна тільки тоді, коли він стоїть.

2.2.5. Правила безпечної поведінки на об'єктах залізничного транспорту.

Залізничні колії є об'єктами підвищеної небезпеки, тому для збереження власного життя **забороняється:**

- підлізати під пасажирські платформи і рухомий склад, стрибати з пасажирської платформи на колії;
- проходити по залізничному переїзду при заборонному сигналі світлофора переїзної сигналізації незалежно від стану та наявності шлагбаума;
- знаходитись на об'єктах залізничного транспорту в стані алкогольного сп'яніння;
- підніматися на опори і спеціальні конструкції контактної мережі, повітряних ліній і штучних споруд.

На залізниці заборонено:

- ходити по залізничних коліях, переходити і перебігати через залізничні колії перед поїздом, що наближається, якщо відстань до нього не менше 400 метрів;
- переходити через колії відразу ж після проходу поїзда одного напрямку, не переконавшись у відсутності прямування поїзда зустрічного напрямку;
- на станціях і перегонах підлізати під вагони і перелазити через автозчеплення для проходу через колії;
- проходити вздовж залізничної колії ближче 5 метрів від крайньої рейки;
- проходити по залізничних мостах і тунелях, які не обладнанні доріжками для проходу пішоходів;
- стояти на підніжках і перехідних площадках, відчиняти двері вагонів на ходу поїзда, затримувати відкриття і закриття автоматичних дверей приміських поїздів;
- курити у вагонах (в т.ч. в тамбурах) приміських поїздів, у невстановленому для куріння місцях у поїздах місцевого і дальнього сполучення;
- бігти по платформі поруч з вагоном поїзда, що прибуває чи відправляється, а також знаходитись ближче 2 метрів від краю платформи під час проходження поїзда без зупинки.

2.2.6. Профілактика шлункове - кишкових захворювань

Незважаючи на те, що збудників кишкових інфекцій багато, шлях зараження ними один: тільки рот, якщо вода, продукти харчування або просто предмети були зріднені мікробами - збудниками цих захворювань. При всіх кишкових інфекціях мікроби, які визвали захворювання виділяються з організму хворого або бацилоносія з фекаліями і рідше, з сечею.

Щоб уберегтись від зараження мікробами, необхідно:

- намагатися дотримуватись культурно - гігієнічних звичок з самого раннього віку;
- дуже важливо зберігати продукти харчування в закритій шафі або холодильнику. При цьому сирі і варені продукти не повинні торкатися. Слід пам'ятати, що і в холодильнику мікроби зберігають життєдіяльність;
- всі овочі, фрукти перед застосування мити під проточною водою і обдавати окропом;
- молоко і воду слід кип'ятити;
- для профілактики ШКЗ важливо слідкувати за чистотою приміщень;
- вологе прибирання із застосуванням дезінфікуючих засобів, добре провітрювання попереджає накопичення пилуки, а також мікробів;
- боротьба з мухами - можна використовувати механічні (решітки на вікнах, мухоловки, липкий папір) і хімічні засоби;
- під час купання не заковтувати воду, купатися тільки в відведених місцях;
- не пити воду із незнайомих місць;
- під час довготривалих переїздів по залізничній дорозі використовувати кип'ячену воду;
- зміцнювати свій організм, наприклад, загартуванням.

2.2.7. Поведінка студентів в громадських місцях та вдома у період поширення епідемії грипу

Віруси, які викликають грип просилаються у порожнині роту та у горлі хворого. Коли хворий говорить, кашляє чи чихає, з його роту чи носа вилітають найдрібніші крапельки слини та слизу. В них знаходяться віруси грипу. Якщо здорова людина разом з повітрям буде вдихати ці крапельки, то вона може заразитися та захворіти грипом. Що б цього не сталося, запам'ятайте:

- під час кашлю чи чихання прикривайте рот та ніс хусткою. Треба знати при одноразовому чиханні чи кашлю утворюється близько 40000 крапель слини з мікробами, які розповсюджуються на відстань 3-5 метрів. Носова хустина, складена в 4 шари, стримує майже 95% мікробів, які видихають хворі;
- користуйтеся тільки своєю носовою хустиною або одноразовим рушником;
- оберігайте себе від різкого охолодження;
- якщо ваша одежа або взуття промокли постарайтеся якомога скоріше переодягнутися;
- частіше провітрюйте приміщення чи кімнату;

- переконайтесь що посуд, яким ви будете користуватися добре вимитий, або використовуйте одноразовий посуд;
- частіше мийте руки з милом;
- намагайтеся не ходити в дім, де є хворі на грип;
- намагайтеся менш відвідувати громадські місця, місця скупчення людей у період епідемії грипу;
- намагайтеся не торкатися очей, носа чи рота немитими руками;
- уникайте обіймів, поцілунків і рукоштовнання.

2.2.8. Поводження з незнайомими людьми

Перебуваючи на вулиці, у громадському місці, треба пам'ятати про деякі правила безпечної поведінки з незнайомими людьми.

На вулиці:

- будьте ввічливими та привітними у спілкуванні з людьми. Така поведінка викликає позитивне відношення до вас серед оточуючих;
- тримайтеся подалі від незнайомих людей, які поводять себе не добре, уникайте будь-яких розмов із ними. Намагайтеся не відповідати на грубість і нахабство тим же. Краще промовчати або зробити влучне зауваження про невихованість грубіяна,
- не виходьте з дому не повідомивши близьких тобі людей про те, куди ти йдеш і з ким;
- якщо ви відчуваєте, що хтось переслідує вас, намагайтеся сховатися від нього, але не заходьте у безлюдні місця;
- ніколи не погоджуйся йти з незнайомими людьми до чужого під'їзду, підвалу або інших безлюдних місць;
- намагайтеся не показувати на вулиці серед великої кількості людей свої дорогі речі (мобільний телефон, гроші, інші коштовності);
- не приймайте від незнайомих людей ласощі, подарунки;
- якщо біля вас зупиняється авто і незнайома людина звертається з якимось проханням, головне - не підходьте надто близько до машини. Якщо запитання здаються сумнівними, то ввічливо скажіть незнайомцю, що ви поспішаєте; ні в якому разі не сідайте до машини, що б вам не пропонували;
- якщо ви бачите на вулиці, у транспорті коробку, сумку, згорток, пакет
- не чіпайте їх.

У під'їзді чи в ліфті:

- перед тим, як увійти до ліфту, під'їзду, добре роздивіться навколо;
- не заходьте у ліфт із незнайомими, краще почекайте чи йдіть пішки;
- якщо в ліфт сідає незнайома людина, то не повертайтеся до неї спиною, краще стежити за її діями;
- якщо незнайомець увійшов до ліфта після вас і ви боїтеся їхати з ним, натисніть кнопку «Стоп», і тоді двері кабіни не закриються;
- якщо ви відчуваєте небезпеку під час руху ліфта, натисніть кнопку «Виклик диспетчера» і розкажіть диспетчеру ситуацію. Це відверне увагу незнайомця, а може, і зовсім злякає його.
- якщо на вас напали у ліфті чи у під'їзді, голосно кричить про допомогу, дряпайтеся, кусайтеся й іншими діями відбивайтеся від нападника.

2.2.9. Поводження з незнайомими предметами

Час від часу в землі знаходять небезпечні знахідки - вибухові небезпечні предмети (далі - ВВП), що й до сьогодні являють велику загрозу життю і здоров'ю людей. Це різні види боєприпасів: артилерійські снаряди, артилерійські та реактивні міни, авіаційні бомби, інженерні міни, ручні гранати. Зовні небезпечні предмети нагадують безформні шматки металу. Роздивлятися їх та кидати у вогонь не можна, адже це може призвести до нещасного випадку.

Правила поведінки з невизначеними предметами та речовинами:

- знайшовши небезпечний предмет, сповістіть про це відповідні органи безпеки;
- щоб уникнути нещасних випадків, треба твердо запам'ятати, що доторкатися до вибухових або невизначених предметів неможна, бо це небезпечно для життя;
- виявивши вибухонебезпечні предмети далеко від населених пунктів, треба добре запам'ятати дорогу до того місця, де їх виявлено, поставити біля них пам'ятну вішку;
- про знайдені вибухонебезпечні предмети треба негайно сповістити працівників місцевого самоврядування, міліції, найближчого підприємства, школи або просто людей, які є поблизу. До жодних самостійних дій вдаватися не можна!

2.2.10. Про безпеку перебування на поверхнях річок і водоймищ взимку.

Катання на ковзанах - чудовий різновид зимового дозвілля, якщо, звичайно, дотримуватись простих правил поведінки на льоду. Зокрема, кататися на ковзанах слід лише в перевірених та спеціально обладнаних для цього місцях.

Не можна:

- заходити на лід далеко від берега, ходити самому по льоду, а також збиратися на льоду великими групами;
- підходити до ополонки, кататися біля них на ковзанах;
- з'їжджати на лижах чи санчатах з крутих берегів прямо на лід;
- розпалювати на льоду багаття;
- бігати і стрибати по тонкій кризі;
- ходити біля берегів, де найчастіше виникають промоїни, тріщини й розриви льоду.

Також слід обходити місця, вкриті товстим шаром снігу: під снігом лід завжди тонший; тонкий лід і там, де розливаються джерела, де швидка течія або струмок впадає в річку.

На льоду краще мати при собі знаряддя безпеки (лижі, мотузку, палицю), річку слід переходити тільки у встановлених місцях, товщина льоду має бути не менш 15 - 20 см.

Якщо лід почав тріщати та з'явилися характерні тріщини, треба негайно повертатися на берег. При цьому не можна бігти, відходити слід повільно, не відриваючи ніг від льоду.

- минайте стороною піротехніку з дефектами: якщо корпус тріснув, роздувся або видно, що виріб намок, навіть близько до нього не підходьте. Подивіться, чи немає на поверхні ракети або чорного нальоту. У будь-який момент вона може спалахнути від тертя;

- якщо запальний шнур коротший ніж два сантиметри або зламаний, то після запуску ви не встигнете відбігти на безпечну відстань.

Розробив:

Заступник директора з ВР



І.С. Сеніва

Узгоджено:

Інженер з охорони праці



Л.О. Коваленко

Юрисконсульт

Т.А. Балена