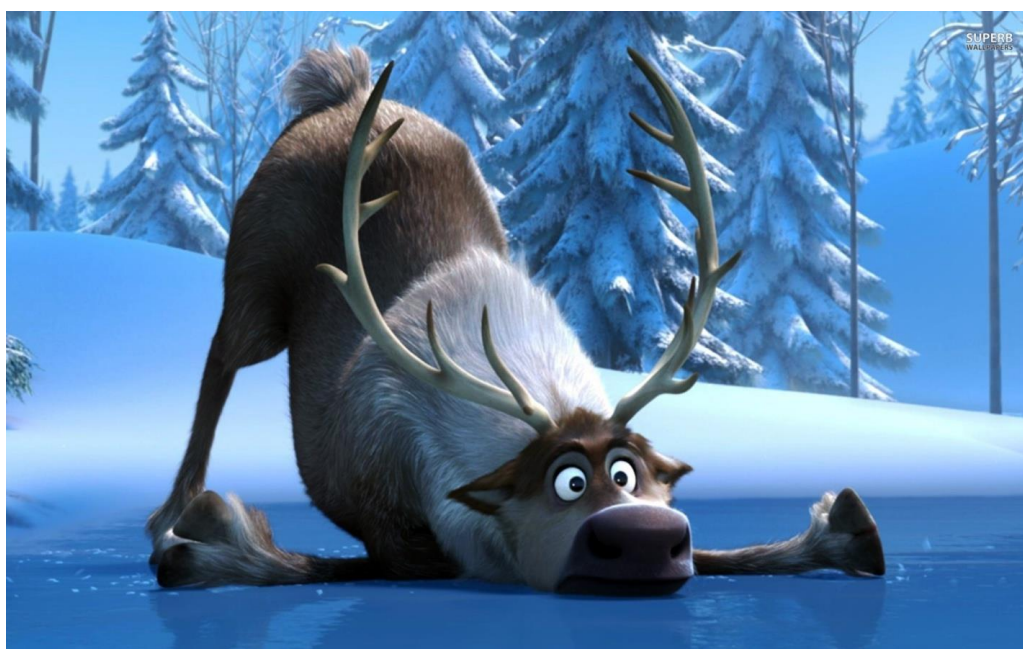




МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ № 12

щодо організації роботи з питань формування у кожної дитини активної життєвої позиції стосовно власного життя та власної безпеки, накопичення знань і навичок безпечної поведінки вдома, на вулиці, в освітньому закладі, тощо

«ОБЕРЕЖНО ! ОЖЕЛЕДИЦЯ!»



На виконання п.17, розділу V
річного плану роботи Центру
підготувала методист
Автуніч Валентина Петрівна

м. Чернігів
грудень 2018

***Зимові розваги завжди веселі та захопливі!
Але, розважаючись, не можна забувати й про небезпеку. Звісно,
в запалі діти, та й дорослі, про жодні загрози не думають,
а часом їх і помітити важко.
Тому варто поговорити про можливі небезпеки задалегідь,
сидячи у затишній кімнаті.***

Обережно! Ожеледиця!

Ожеледиця – це шар щільного льоду, що утворюється на поверхні землі і на предметах, що оточують людину, при замерзанні переохолоджених крапель дощу або туману при невеликій мінусовій температурі навколишнього повітря.

Ожеледиця представляє безпосередню небезпеку життя і здоров'ю людей, безпечному руху транспортних засобів по дорогах. Щоб уникнути надзвичайних ситуацій від ожеледиці необхідно:

- виходити з будинку у взутті в найменшій мірі схильного до ковзання по льоду (неслизька підшва);
- посипати піском або сіллю доріжки, сходинок під'їздів житлових будинків;
- особливу увагу звертати на правила переходу проїжджої частини доріг, по можливості користуватися підземними переходами. Потрібно пам'ятати, що на слизькій дорозі гальмівний шлях транспортних засобів подовжується у декілька разів;
- надавати допомогу в пересуванні жінкам і літнім людям;
- надавати першу допомогу постраждалим при падінні на слизькій дорозі (допомогти звестися на ноги, при необхідності допомогти в доставці до лікувальної установи).

Користуючись цими нехитрими правилами людина зможе забезпечити себе в зимовий період часу, коли на дорогах ожеледиця.

Добре кататися взимку з гір на санках. Гори слизькі і санки швидко мчать по снігу, який вже перетворився на крижану гору. Діти спеціально готували таку гору, спеціально для катання готували з снігової гори – крижану.

Погано лише те, що такі ж крижані доріжки вони розкочують і в місцях, де ходять перехожі. Потрапляє на слизьку доріжку стара людина, маленька дитина або чиясь мама, сестра і падають. Пройти по таких місцях буває дуже складно. Нерідко такі падіння закінчуються тяжким травматизмом. Боляче і важко тоді цим людям в період лікування. І добре, якщо людина не залишиться інвалідом на все життя. Адже діти, які готують такі доріжки, абсолютно не замислюються про людей, що знаходяться поруч.

Якщо ти хочеш приготувати таку доріжку, щоб з друзями покататися, то роби її, будь ласка, не в місцях руху людей, не для перехожих!

Увага під час ожеледиці завжди має бути направлена і на проїжджу частину дороги. В цей час особливо небезпечно переходити дорогу в будь-якому місці. Обов'язково необхідно користуватися підземними переходами: саме там найбезпечніше для тебе. Якщо ж немає підземного переходу в тому місці, де необхідно перейти дорогу, то треба пройти до світлофора і скористатися правилами переходу вулиці по світлофору, пам'ятаючи що гальмівний шлях машин набагато подовжується при ожеледиці.

Будь уважний! Пам'ятай, водієві важко відразу зупинити свою машину. І навіть якщо він вчасно натиснув на гальма і колеса зупинилися, і вже не крутяться то в ожеледицю вона продовжує ковзати з такою ж високою швидкістю за інерцією і не скоро ще зупиниться.

Переходячи дорогу треба бути гранично уважним і не розмовляти. Уважно спостерігати за дорогою і транспортом, що йде. Про це треба пам'ятати самим і нагадувати тим, хто забуває про небезпеку крижаної траси.

При переохолодженні

Ознаками переохолодження є озноб, тремтіння, збліднення, а потім посиніння шкіри, губ, біль постраждалого достатньо тепло одягнути, дати гаряче пиття, змусити виконати декілька фізичних вправ.

При тривалому переохолодженні розвивається відмороження. Відмороженням називається пошкодження тканин в результаті дії низької температури. При дії низьких температур відбувається пригнічення життєвих процесів в тканинах, а не загибель їх.

Загибель переохолоджених тканин у пальцях рук і ніг. При легкому переохолодженні настає при нерівномірному їх зігріванні. Більш схильні до обмороження пальці, кисті, стопи, вуха, ніс. У постраждалого спостерігаються сонливість, в'ялі рухи. При подальшому зниженні температури тіла – незв'язна мова, галюцинації, плутаність свідомості, втрата чуттєвості.

Схема надання першої допомоги:

- постраждалого треба зігріти;
- при зупинці дихання і відсутності пульсу – приступіть до реанімації;
- забезпечте нерухомість відморожених ділянок тіла (через крихкість судин і можливість крововиливу);
- якщо постраждалий в свідомості - дайте гаряче пиття;
- при відмороженні I ступеню – розтирайте відморожену частину сухою тканиною, в інших випадках - помістіть під воду (20 C) повільно піднімаючи її температуру;
- при відновленні чутливості та кровообігу кінцівку витріть насухо, накладіть стерильну або чисту пов'язку;
- можна надіти на постраждалого панчохи, рукавички.

Слід пам'ятати, що гальмівний шлях машини під час снігопаду та в ожеледицю збільшується, тому перебігання проїжджої частини дороги під час руху автомобілів може призвести до каліцтва, а можливо, і до загибелі.



Затверджено:
наказом директора ЧОЦНТТУМ
від 12 грудня 2017 № 88
_____ О.О.Мисюра

Інструкція № 67 – 2017
з безпеки життєдіяльності вихованців (учнів, слухачів) Центру
під час зимових канікул

1. Загальні положення.

1.1. Інструкція з безпеки учнів під час зимових канікул поширюється на всіх учасників освітнього процесу Центру під час перебування їх на зимових 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 (із змінами та доповненнями), Правил дорожнього руху України, затверджених постановою Кабінету Міністрів України від 10.10.2001 № 1306 (із змінами), Правил пожежної безпеки для закладів, установ і організацій системи освіти України, затверджених наказом Міністерства освіти і науки України, Міністерства внутрішніх справ України, Головного управління державної пожежної охорони від 30.09.1998 № 348/70.

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 учнів під час канікул

2.1. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів 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 потрібно телефонувати в останній день визначених термінів до приймальної навчального закладу або керівнику гуртка для визначення нового терміну канікул.

2.1.3. Потрібно ознайомитися з планом проведення канікул у гуртках Центру, тимчасовою зміною розкладу роботи, брати активну участь у запланованих заходах.

2.1.4. У разі неможливості за поважних причин або сімейними обставинами взяти участь у запланованих заходах під час канікул або вчасно приступити до навчальних занять після канікул, учні, батьки повинні попередити керівника гуртка .

2.1. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів під час зимових канікул.

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

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

2.1.3. за межами населених пунктів, рухаючись узбіччям чи краєм проїжджої частини, слід іти назустріч руху транспортних засобів;

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

2.1.5. у місцях, де рух регулюється, треба керуватися тільки сигналами регулювальника чи світлофора;

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

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

2.1.8. у разі наближення транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком червоного або синього кольору, або спеціальним звуковим сигналом треба утриматися

від переходу проїжджої частини або негайно залишити її;

2.1.9. категорично заборонено вибігати на проїжджу частину, влаштовувати на ній або поблизу неї ігри, переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом або встановленими місцями;

2.1.10. заборонено під час зимових канікул учням кататися на велосипедах, мопедах, роликах тощо, що не відповідає погодним умовам та сезону для запобігання ДТП за участю дітей;

2.1.11. для запобігання ДТП за участю дітей категорично заборонено кататися на санчатах, ковзанах, лижах (інших зимових приладах для розваг) на проїжджій дорозі, катання наданих предметах діти повинні здійснювати у спеціально відведених для цього місцях і під наглядом дорослих, батьків;

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

2.1.13. 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;

2.1.14. для запобігання травмування можна кататися на ковзанах тільки у відведених для цього спеціальних місцях й на міцному льоду без розщелин;

2.1.15. учні повинні виконувати зазначені правила, а також інші Правила дорожнього руху України, знання про які вони отримали на уроках основ здоров'я, виховних годинах, інших навчальних спеціалізованих установах, предметних уроках;

2.1.16. перебувати поблизу залізничних колій дітям без супроводу дорослих заборонено;

2.1.17. учні, користуючись транспортним засобом, повинні сидіти або стояти тільки в призначених для цього місцях, тримаючись за поручень або інше пристосування.

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

2.2.1. не брати з собою вогнебезпечні предмети, що можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, бенгальські вогні, феєрверки, цигарки, легкозаймісті речовини, вогнезаймісту рідину тощо);

2.2.2. користуватися газовою плитою вдома тільки із спеціалізованим електричним приладом для вмикання і під наглядом дорослих;

2.2.3. заборонено використовувати віконниці на вікна для затемнення приміщень і застосовувати горючі матеріали;

2.2.4. заборонено зберігати бензин, газ та інші легкозаймісті горючі рідини, приносити їх до приміщення;

2.2.5. заборонено застосовувати предмети оформлення приміщень, декорації та сценічне обладнання, виготовлене з горючих синтетичних матеріалів, штучних тканин і волокон (пінопласту, поролону, полівінілу тощо);

2.2.6. **під час святкування Нового року** вдома або інших закладах чітко дотримуватися вимог протипожежної безпеки;

2.2.7. не приходити на свято в одязі з легкозаймістого матеріалу, не просоченого вогнезахисною сумішшю;

2.2.8. під час святкування не наближатися до новорічної ялинки, в її сторону категорично заборонено кидати будь-які предмети;

2.2.9. не можна прикрашати ялинку іграшками, гірляндами не фабричного, або низької якості виробництва;

2.2.10. заборонено використовувати відкритий вогонь під час новорічних свят (факели, свічки, феєрверки, бенгальські вогні, хлопавки тощо);

2.2.11. застосовувати дугові прожектори, влаштовувати світлові ефекти із застосуванням хімічних та інших речовин, що можуть спричинити загоряння;

2.2.12. встановлювати стільці, крісла, різні конструкції, виконані з пластмас і легкозаймістих матеріалів, а також захищувати предмети проходи та аварійні

виходи;

2.2.13. не можна застосовувати для оформлення приміщень декорації та обладнання, виготовлені з горючих синтетичних матеріалів, штучних тканин і волокон (пінопласту, поролону, полівінілу тощо);

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

2.2.15. не можна наближатися до електроприладів, музичної апаратури, які живляться струмом. Користуватися електроприладами тільки в присутності батьків, сухими руками. У разі виявлення обірваних проводів, неізолюваної проводки, іскріння проводки, слід негайно повідомити дорослих;

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

2.2.17. під час участі в масових заходах не кричати, не свистіти, не бігати, не стрибати, не створювати травмонебезпечних ситуацій у приміщенні, виконувати правила пожежної безпеки;

2.2.18. 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.

2.3. Під час канікул, перебуваючи вдома, на вулиці, в спеціалізованих установах, громадських місцях, приміщеннях, транспорті та ін. учні повинні чітко виконувати правила з попередження нещасних випадків, травмування, отруєння тощо:

2.3.1. під час канікул заборонено наближатися й перебувати біля водоймищ без супроводу дорослих для запобігання утоплення дітей; категорично заборонено виходити на льодову поверхню замерзлого водоймища. Особі, яка провалилася під лід, необхідно подати мотузку, дошку, одяг, але не підходити до неї близько. Якщо лід крихкий, треба лягти на нього й проводити операцію рятування в той бік, із якого прийшла людина – в інших місцях лід може бути більш крихким. Не поспішаючи, слід допомогти людині вибратися з води, зняти мокрий одяг, зігріти, покликати на допомогу, відвести постраждалого у тепле приміщення, вжити заходів щодо недопущення обмороження;

2.3.2. категорично заборонено наближатися й перебувати біля будівельних майданчиків, кар'єрів, закинутих напівзруйнованих будівель для запобігання обрушень будівельних матеріалів й попередження травм та загибелі дітей;

2.3.3. категорично заборонено вживати алкоголь, наркотичні засоби, тютюнові вироби, стимулятори;

2.3.4. уникати вживання в їжу грибів;

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

2.3.6. пересуватися слід обережно, спокійно. Беручи участь в іграх, не створювати хаотичного руху, не штовхатися, не кричати. На вулиці бути обережним, дивитися під ноги, щоб не впасти в яму чи відкритий каналізаційний люк, не травмуватися через ожеледь;

2.3.7. не підходити на вулиці до обірваних, обвислих проводів, або проводів, які стирчать, а особливо, якщо від них іде гудіння – дані проводи можуть бути ще підживлені електрострумом;

2.3.8. не підходити до щитових, не залазити на стовпи з високовольтними проводами – удар електрострумом від високовольтних живлень можна отримати на відстані 5 м;

2.3.9. слід бути обережним на дитячих майданчиках, у парках відпочинку: спочатку переконатися, що гойдалки, атракціони, турніки та інші прилади справні, сильно не розгойдуватися й не розгойдувати інших, щоб не призвести до падіння чи іншого травмування;

2.3.10. не виходити на дах багатоповерхівки для попередження падіння дітей із

висоти;

2.3.11. не підходити до відчинених вікон, мити вікна тільки в присутності дорослих, не нахилятися на перила, парапети сходинок для запобігання падіння дітей із висоти;

2.3.12. не спускатися у підвали будинків чи інші підземні ходи, катакомби, бомбосховища – там може бути отруйний газ;

2.3.13. не вступати в контакт із незнайомими тваринами для запобігання отримання укусів від хворих на сказ тварин;

2.3.14. застосовувати всі знання й правила, отримані на уроках основ здоров'я, виховних годинах, навчальних уроках.

3. Під час канікул учні повинні дотримуватися правил безпеки життєдіяльності під час самотійного перебування вдома, на вулиці, громадських місцях, у друзів, на молодіжних дискотеках, у замкнутому просторі із чужими людьми. Правила попередження правопорушень та насильства над дітьми:

3.1. не розмовляти й не вступати в контакт із незнайомцями, зокрема, не передавати їм цінні речі, ключі від дому, навіть якщо вони назвалися представниками міліції. Слід одразу кликати на допомогу і швидко йти до людей;

3.2. не підходити до автомобілів із незнайомцями, навіть якщо вони запитують дорогу. Краще сказати, що не знаєте, і швидко йти геть;

3.3. перебувати без супроводу дорослих на вулиці дітям до 10-ти років можна до 20 год, до 14-ти років – до 21 год, до 18-ти років до 22 год. У темну пору сезону – до настання темряви;

3.4. діти мають право не відчиняти двері дому навіть представникам правоохоронних органів. Якщо незнайомиць запитує, чи скоро прийдуть батьки, повідомте, що скоро – вони у сусідів. Тим часом слід зателефонувати батькам, а незнайомцям двері не відчиняти;

3.5. слід триматися подалі від тих, хто влаштовує бійки, не брати участі в суперечках дорослих і не провокувати словами чи діями агресивної поведінки, що може призвести до бійки або травми; у стосунках із оточуючими слід керуватися толерантними стосунками;

3.6. не заходити в під'їзд, ліфт із незнайомими людьми; одразу кликати на допомогу, якщо незнайомиць провокує якісь дії щодо вас. Бути уважними, оглядатися й перевіряти, чи не слідує за вами хтось під час проходу провулків, підземних переходів між будинками й тунелями. Якщо за вами хтось іде, зупинитися й відійти у сторону, щоб потенційний переслідувач пройшов повз вас;

3.7. під час перебування на дискотеці, потрібно завчасно попередити батьків, щоб зустріли вас після закінчення заходу;

3.8. керуватися загальними правилами етикету й нормами поведінки, не провокувати оточуючих на агресивну поведінку рухами й словами. У разі небезпечної ситуації потрібно звертатися до служби охорони закладу, викликати міліцію за номером 102, зателефонувати батькам;

3.9. не вчиняти дії, що можуть призвести до правопорушень. Неповнолітніми у кримінальному праві вважаються особи віком до 18-ти років. За злочин, вчинений після 14-річного віку, неповнолітні підлягають кримінальній відповідальності;

3.10. всеукраїнські гарячі лінії підтримки дітей та молоді України: Всеукраїнська лінія «Телефон довіри» – 800-500-21-80; національна гаряча лінія з питань попередження насильства над дітьми та захисту прав дітей – 500-500-33-50 (у межах України дзвінки безкоштовні).

4. Під час канікул учні повинні виконувати правила із запобігання захворювань на грип, інфекційні, кишкові захворювання, педикульоз тощо:

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

4.2. хворому виділити окреме ліжко, посуд, білизну;

4.3. приміщення постійно провітрювати;

4.4. у разі контакту із хворим одягати марлеву маску;

- 4.5. хворому дотримуватися постільного режиму;
- 4.6. вживати заходів профілактики: їсти мед, малину, цибулю, часник; чітко виконувати рекомендації лікаря;
- 4.7. перед їжею мити руки з милом;
- 4.8. не їсти брудних овочів та фруктів, ретельно їх мити й ошпарювати;
- 4.9. для запобігання захворювань на педикульоз, регулярно мити голову; довге волосся у дівчат має бути зібране у зачіску, не слід користуватися засобами особистої гігієни (гребінцем) інших осіб, а також не передавати свої засоби гігієни іншим. Не міряти й не носити чужого одягу, головних уборів, а також не передавати свого одягу іншим;
- 4.10. не вживати самостійно медичних медикаментів і препаратів, не рекомендованих лікарем;
- 4.11. якщо ви погано почуваєтеся, 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.

5. Вимоги безпеки життєдіяльності учнів при виникненні надзвичайної або аварійної ситуації.

- 5.1. Не панікувати, не кричати, не метушитися, чітко й спокійно виконувати вказівки дорослих, які перебувають поряд.
- 5.2. Зателефонувати батькам, коротко описати ситуацію, повідомити про місце свого перебування.
- 5.3. Якщо ситуація вийшла з-під контролю дорослих, слід зателефонувати в служби 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, своє прізвище, ім'я, номер свого телефону.
- 5.4. У разі можливості покинути територію аварійної небезпеки.

Розроблено:

Методистом, відповідальним за охорону праці
і безпеку життєдіяльності

В.П.Автуніч

Використана література:

1. Журнали «Безпека життєдіяльності»

Інтернет ресурси, джерело:

- 1.<http://school35.dnepredu.com/uk/site/pravila-dotrimannya-bezpe.html>
- 2.<https://www.google.com/search?ei=VwgSXIScJoHIrgTyoJrgDw&q>