***Сборник инструкций***

***по технике безопасности для учащихся***

***общеобразовательной средней школы***

***в воспитательном процессе.***

**ТБ для учащихся школы в воспитательном процессе.**

**ИНСТРУКЦИЯ № 12**  
**по правилам безопасного поведения на водоемах в осенне-зимний и весенний периоды**

Безопасность на льду  
1.Лед зеленоватого оттенка, толщиной 7 см – безопасный, он выдерживает одного человека.  
2.Непрочный лед – около стока вод (с фабрик, заводов).  
3. Тонкий или рыхлый лед – вблизи камыша, кустов, под сугробами.  
4. Площадки под снегом следует обойти.  
5. Ненадежный тонкий лед – в местах, где бьют ключи, быстрое течение или там, где впадают в реку ручьи.  
6. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги.  
7. При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.  
8. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).  
9. Замерзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом: крепления лыж расстегните, чтобы при необходимости быстро их сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.  
10. Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо.  
11. Если вы провалились, необходимо широко раскинуть руки по кромкам льда, удерживаться от погружения с головой.  
12. Не паникуйте, старайтесь без резких движений выбираться на лед, наползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги.  
13. Выбравшись из пролома, нужно откатиться и ползти в сторону, обратную направлению движения.  
14. Добравшись до берега, идите быстро домой, переодевайтесь в сухую одежду, выпейте горячий чай.

**Инструкция № 26**

**безопасного поведения во время весенних каникул.**

* Период весеннего половодья особенно опасен для тех, кто живет близ реки, пруда, водоема. Привыкая зимой пользоваться пешеходными переходами по льду, многие забывают об опасности, которую таит лед весной.
* Весенний лед резко отличается от осеннего и зимнего. Если осенний лед под тяжестью человека начинает трещать, предупреждая об опасности, то весенний лед не трещит, а проваливается, превращаясь в ледяную кашицу.
* Переходить реку, пруд, озеро по льду весной опасно. Нужно внимательно следить за знаками, обозначающими пешеходные переходы, пользоваться специальными настилами на льду. Сходить на необследованный лед - большой риск.
* Помните, течение реки сильно подмывает крутые берега. Возможны обвалы. Остерегайтесь любоваться весенним ледоходом с обрывистых берегов.
* Весной опасно сходить за плотины, запруды. Не забывайте - они могут быть неожиданно сорваны напором льда. Не приближайтесь к ледяным заторам…
* Помните, весенний паводок ответственный период! Больше всего несчастных случаев весной на реке происходит со школьниками. Дети часто позволяют себе шалости у реки, даже пробуют кататься на льдинах. Школьники! Ведите постоянно наблюдение за рекой. Разъясняйте товарищам правила поведения во время весеннего половодья.
* Ледоход очень опасен, особенно те места, где выходят на поверхность водоёма подземные ключи, стоки теплой воды от промышленных предприятий, возле выступающих изо льда кустов, камыша, коряг и пр.
* Во время половодья остерегайтесь любоваться ледоходом с крутых берегов, размываемых весенними потоками, из-за чего склоны берегов часто обваливаются. Нельзя выходить на водоемы при образовании ледяных заторов.

**Помните! Игры на льду в это время, плавание на лодках, плотах во время ледохода и половодья опасны для жизни!**

**Инструкция № 31**

**по правилам безопасного поведения на воде летом**

* Купаться можно только в разрешённых местах.
* Купаться можно только в присутствии взрослых.
* Входите в воду быстро и во время купания не стойте без движения. Почувствовав озноб, быстро выходите из воды.
* Не купайтесь сразу после приема пищи и большой физической нагрузки (игра в футбол, бег и т. д.). Перерыв между приемами пищи и купанием должен быть не менее 45-50 минут.
* В холодную погоду, чтобы согреться, проделайте несколько легких физических упражнений.
* Не купайтесь больше 30 минут; если вода холодная, достаточно 5-6 минут.
* При ушных заболеваниях не прыгайте в воду головой вниз.
* Не оставайтесь при нырянии долго под водой.
* Выйдя из воды, вытритесь насухо и сразу оденьтесь.
* Почувствовав усталость, сразу плывите к берегу.
* При судорогах не теряйтесь, старайтесь держаться на воде, зовите на помощь.
* При оказании вам помощи не хватайте спасающего, а помогите ему буксировать вас к берегу.

**Запрещается:**

1. Входить в воду разгоряченным (потным).

2. Заплывать за установленные знаки (ограждения участка, отведенного для купания).

3. Подплывать близко к моторным лодкам, баржам.

4. Купаться при высокой волне.

5. Прыгать с вышки, если вблизи от нее находятся другие пловцы.

6. Толкать товарища с вышки или с берега.

7.Нырять в незнакомых местах- на дне могут оказаться притопленные брёвна, камни, коряги.

8.Купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли и тина.

9.Не стоит затевать игру, где в шутку надо «топить» друг дуга.

10.Не поднимать ложной тревоги.

*Примерный журнал регистрации:*

Журнал регистрации инструктажа

по технике безопасности для учащихся \_\_\_\_\_ класса.

Начат: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Окончен: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Дата*** | №  ***п/п*** | ***ФИО***  ***инструктируемоего*** | ***Инструкция*** | ***ФИО, должность инструктора*** | ***Подпись***  ***учащегося*** |
|  | 1 |  | № 1  Инструкция по правилам поведения на каждый день | Классный руководитель |  |
|  | 2 |  |  |
|  | 3 |  |  |
|  | 4 |  |  |
|  | 5 |  |  |
|  | 6 |  |  |
|  | 7 |  |  |
|  | 8 |  |  |
|  | 9 |  |  |
|  | 10 |  |  |
|  | 11 |  |  |
|  | 12 |  |  |
|  | 13 |  |  |
|  | 14 |  |  |
|  | 15 |  |  |

Классный руководитель 7 А класса МБОУ СОШ №2 п. Добринка - Лопатина Ольга Анатольевна.