

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 21»

СОГЛАСОВАНО  
Общим собранием  
работников учреждения  
протокол « » 2020 года №

УТВЕРЖДЕНО  
приказом МБОУ «СОШ № 21»  
« » 2020 года №

**Инструкция  
по правилам безопасного поведения  
в МБОУ «СОШ № 21»**

**1. Поведение в школе**

1. Учащиеся приходят в школу за 15-20 минут до начала занятий, чистые и опрятные, снимают в гардеробе верхнюю одежду, занимают свое рабочее место и готовят все необходимые учебные принадлежности к предстоящему уроку.
2. Нельзя приносить в школу и на ее территорию с любой целью и использовать любым способом оружие, взрывчатые, взрыво- или огнеопасные вещества; спиртные напитки, наркотики, другие одурманивающие средства, а также токсичные вещества и яды.
3. Нельзя без разрешения педагогов уходить из школы и с ее территории в урочное время. В случае пропуска занятий учащийся должен предъявить классному руководителю справку от врача или записку от родителей (лиц, их заменяющих) о причине отсутствия на занятиях. Пропускать занятия без уважительных причин не разрешается.
4. Учащийся школы проявляет уважение к старшим, заботится о младших. Школьники уступают дорогу взрослым, мальчики (юноши) - девочкам (девушкам).
5. Вне школы учащиеся ведут себя везде и всюду так, чтобы не уронить свою честь и достоинство, не запятнать имя школы.
6. Учащиеся берегут имущество школы, аккуратно относятся как к своему, так и к чужому имуществу.
7. Учащиеся не имеют права во время нахождения на территории школы и при проведении школьных мероприятий совершать действия, опасные для жизни и здоровья самих себя и окружающих.
8. Учащимся не разрешается находиться на территории школы (двор, спортивная площадка, подсобные помещения) во внеурочное время.
9. Настоящие правила распространяются на территорию школы и на все мероприятия, проводимые школой.

**2. Поведение на уроке**

1. При входе педагога в класс учащиеся встают в знак приветствия и садятся после того, как педагог, ответив на приветствие, разрешит сесть. Подобным образом учащиеся приветствуют любого взрослого, вошедшего в класс во время занятий.
2. Во время урока нельзя шуметь, отвлекаться самому и отвлекать товарищей от занятий посторонними разговорами, играми и другими не относящимися к уроку делами. Урочное время должно использоваться учащимися только для учебных целей.
3. Если во время занятий учащемуся необходимо выйти из класса, то он должен поднять руку и попросить разрешения педагога.
4. Если учащийся хочет задать вопрос учителю или ответить на вопрос учителя, он поднимает руку.

5. Звонок (сигнал) об окончании урока дается для учителя. Только когда учитель объявит об окончании занятий, учащийся вправе покинуть класс.

### **3. Поведение на перемене**

1. Во время перерывов (перемен) учащийся обязан:

- навести чистоту и порядок на своем рабочем месте;
- выйти из класса;
- подчиняться требованиям педагога и работников школы;
- помочь подготовить класс по просьбе педагога к следующему уроку.

2. Учащимся запрещается:

- бегать по лестницам, вблизи оконных проемов и в других местах, не приспособленных для игр;

- толкать друг друга, бросаться предметами и применять физическую силу;
- употреблять непристойные выражения и жесты, шуметь, мешать отдыхать

другим.

3. Дежурный по классу:

- находится в классе во время перемены;
- обеспечивает порядок в классе;
- помогает педагогу подготовить класс к следующему уроку;
- после окончания занятий производит усиленную уборку класса.

4. Учащиеся, находясь в столовой:

- подчиняются требованиям педагога и работников столовой;
- соблюдают очередь при получении еды;
- проявляют внимание и осторожность при получении и употреблении горячих

и жидких блюд;

- употребляют еду и напитки, приобретенные в столовой и принесенные с собой, только в столовой;

- убирают за собой посуду после принятия пищи.

5. Учащиеся, находясь в гардеробе:

- подчиняться требованиям педагога и работников школы;
- соблюдают очередь при получении своей одежды;
- проявляют внимание и осторожность при получении своей одежды;
- запрещается толкать друг друга, бросаться предметами одежды;

## **Инструкция и правила антитеррористической защищенности**

**Если вас взяли в заложники или похитили, рекомендуем придерживаться следующих правил поведения:**

- самое главное не поддавайтесь панике;
- не допускайте действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам;
- переносите лишения, оскорбления и унижения, не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе;
- при необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной, старайтесь не допускать истерик и паники;
- на совершение любых действий (сесть, встать, попить, сходить в туалет) спрашивайте разрешение;
- если вы ранены, постарайтесь не двигаться, этим вы сократите потерю крови. Помните: ваша цель – остаться в живых.

Помните, что получив сообщение о вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимое для вашего освобождения.

Во время проведения спецслужбами операции по вашему освобождению неукоснительно соблюдайте такие правила:

- лежите на полу лицом вниз, голову закройте руками и не двигайтесь;
- ни в коем случае не бегите навстречу сотрудникам спецслужб, это опасно;
- если есть возможность, держитесь подальше от проемов дверей и окон.

### **Если вы обнаружили подозрительный предмет, который может оказаться взрывным устройством**

Если обнаруженный предмет не должен, как вам кажется, находиться «в этом месте и в это время», не оставляйте этот факт без внимания.

Если вы обнаружили забытую или бесхозную вещь в общественном транспорте, сообщите об этом взрослым или опросите окружающих людей. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю, кондуктору.

Если вы обнаружили подозрительный предмет в подъезде своего дома, опросите соседей, возможно, он принадлежит им. Если владелец не установлен, немедленно сообщите о находке в полицию по телефону «02» или в службу спасения «01», номер мобильной связи «112».

Если вы обнаружили подозрительный предмет в школе, больнице или в любом другом учреждении, немедленно сообщите о находке в администрацию.

Во всех перечисленных случаях:

- не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте находку;
- зафиксируйте время обнаружения находки;
- отойдите как можно дальше от опасной находки;
- обязательно дождитесь прибытия оперативно-следственной группы;
- не забывайте, что вы являетесь самым важным очевидцем.

Помните: внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве маскировки для взрывных устройств используют обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, коробки, игрушки и т.п. Поэтому любой предмет, найденный на улице или в подъезде, может представлять опасность.

Не предпринимайте самостоятельно никаких действий с находками или подозрительными предметами, которые могут оказаться взрывными устройствами. Это может привести к их взрыву, многочисленным жертвам и разрушениям!

## **Инструкция и правила поведения во время массовых мероприятий**

1. Учащиеся приходят на мероприятие и уходят с него в заранее оговоренное время. Уход учащегося с мероприятия разрешается в исключительных случаях, При проведении общешкольных дискотек учащийся может уйти раньше с письменного разрешения классного руководителя.
2. Открытые мероприятия, праздники, торжественные линейки, и т.д. заканчиваются не позднее 19.00.
3. Не разрешается открывать окна в помещении, где проходит мероприятие, вовсе и во время его проведения.
4. Не разрешается ставить столы в кабинетах один на другой. При необходимости столы и стулья должны быть вынесены в коридор и аккуратно поставлены там.
5. Во время проведения мероприятия не разрешается хождение учащихся по школе.
6. Не разрешается курение учащихся .
7. При проведении мероприятий в классах назначаются дежурные, ответственные за подготовку и уборку помещения.
8. Присутствие и участие посторонних не разрешается.
9. При проведении мероприятий не разрешается устраивать световые эффекты с применением химических и других веществ, могущих вызвать пожар.
10. Запрещается использование бенгальских огней, хлопушек, петард т.д. в помещениях школы.

### **Помните!**

В случае возникновения **ЧС** незамедлительно покиньте это место.

Если вы оказались в людской толпе, то необходимо выполнять следующие основные правила.

1. Никогда не идите против толпы.
2. Старайтесь избегать центра и краев толпы.
3. Уклоняйтесь от неподвижно стоящих на пути предметов: урн, столбов, деревьев, стен, забора, машин оцепления, углов зданий.
4. Не цепляйтесь руками за предметы.
5. Застегните одежду, бросьте сумку, зонтик, сбросьте туфли на высоком каблуке.
6. В плотной толпе возрастает вероятность сдавливания и удушья, поэтому следует сцепить руки в замок, сложить их на груди, защитить диафрагму или согнуть руки в локтях и прижать их к корпусу.
7. Толчки переносите терпеливо, не отвечайте на них.
8. Перед лицом должно быть пространство для обеспечения свободного дыхания.
9. Избегайте стеклянных витрин, оградительных сеток, набережных, мостов, транспортных средств, узких проходов.
10. Постоянно соблюдайте самообладание, контролируйте свое положение, старайтесь выбраться из толпы в безопасное место.
11. Имейте варианты отхода через проходные подъезды и дворы, переулки, примыкающие улицы.
12. Держитесь подальше от милиции, не вступайте в переговоры и стычки с ней.

13. Старайтесь держаться подальше от высоких и полных людей, от людей с колясками, объемными предметами в руках, с рюкзаками, животными, от инвалидов, пьяных, агрессивных.
14. Не пытайтесь поднять с земли упавшую вещь, даже если она очень дорогая, жизнь дороже.

## **Инструкция и правила поведения в общественных местах**

### 1. Обучающиеся обязаны:

- в общественных местах - на улицах, бульварах, во дворах, в парках, театрах, кинотеатрах, домах культуры, клубах, на стадионах, катках, спортплощадках, во всех видах транспорта строго соблюдать общественный порядок, правила уличного движения и пользования разными видами транспорта;
- быть вежливыми со старшими, внимательными к лицам преклонного возраста, инвалидам и маленьким детям;
- бережно относиться к государственному и общественному имуществу;
- соблюдать чистоту на улицах и в общественных местах;
- удерживать товарищей от недостойных поступков.

### 2. Детям и подросткам запрещается:

- участвовать в несанкционированных уличных шествиях, нарушающих общественный порядок;
- играть в карты и другие азартные игры, распивать спиртные напитки, торговать на улицах, бульварах, в скверах, на пляжах и в других общественных местах; заниматься перепродажей по завышенным ценам билетов в кинотеатры, видеосалоны, на публичные выступления рок-ансамблей, тиражированием, скупкой перепродажей товаров;
- загрязнять улицы, дворы, подъезды и другие общественные места;
- ломать зеленые насаждения, портить газоны и клумбы, стены домов и подъездов, а также другое государственное и общественное имущество, собираться группами в подъездах, на крышах домов и в подвалах.

## **Инструкция и правила безопасного поведения при предложении ПАВ**

### **Умей сказать «НЕТ!»**

1. Уверенным и настойчивым голосом дай чёткий и аргументированный отказ-отпор.
2. Откажись, не вступая в переговоры, и молча уйди.
3. Если наркотики, алкоголь тебе предложил друг, то он тебе не друг!
4. Если наркотики, алкоголь предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

### **10 причин, по которым ты должен отказаться:**

1. Наркотики, алкоголь не дают человеку мыслить самому за себя.
2. Наркотики, алкоголь толкают людей на преступления.
3. Наркотики, алкоголь дают фальшивое представление о счастье и удовольствии.
4. Наркотики, алкоголь часто приводят к несчастным случаям и страшной смерти.
5. Наркотики, алкоголь разрушают семьи, лишая самого дорогого.
6. Наркотики, алкоголь уничтожают дружбу.

7. Наркотики, алкоголь приводят к уродству детей.
8. Наркотики, алкоголь являются источником многих заболеваний.
9. Наркотики, алкоголь являются препятствием к духовному развитию и успешному будущему.
10. Наркотики, алкоголь делают человека слабым и безвольным, превращая в примитивное существо.

### **20 фраз отказа:**

1. Не похоже, чтобы мне стало от этого хорошо.
2. Я не собираюсь травить организм.
3. НЕТ, не хочу неприятностей.
4. Когда мне понадобится это, я дам тебе знать.
5. Мои родители меня убьют.
6. Я таких вещей боюсь.
7. Когда-нибудь в другой раз.
8. Эта «дрянь» не для меня.
9. НЕТ, спасибо, у меня и так хватает неприятностей с родителями.
10. Я за витамины!
11. Я и без этого превосходно себя чувствую.
12. НЕТ, спасибо, у меня на это аллергическая реакция.
13. НЕТ, мне понадобятся все мозги, какие есть.
14. НЕТ, спасибо. Это опасно для жизни.
15. Ты с ума сошел? Я даже не курю сигареты.
16. НЕТ. Я это пробовал, и мне не понравилось.
17. Мне не хочется умереть молодым.
18. НЕТ, я планирую иметь здоровую семью.
19. Я хочу быть долгожителем.
20. Это мне ничего не дает.

## **Инструкция и правила поведения на каникулах**

### **Общие правила поведения**

1. В общественных местах быть вежливым и внимательным к детям и взрослым, соблюдать нормы морали и этики.
2. Быть внимательным и осторожным на проезжей части дороги, соблюдать правила дорожного движения.
3. В общественном транспорте быть внимательным и осторожным при посадке и выходе, на остановках.
4. Во время игр соблюдать правила игры, быть вежливым.
5. Бережно относиться к государственному и общественному имуществу; соблюдать чистоту на улицах и в общественных местах.
6. Удерживать товарищей от недостойных поступков.

7. Находиться на улицах детям и подросткам до 16 лет без сопровождения взрослых разрешается в течение учебного года до 21 часа, а во время школьных каникул — до 22 часов.
8. Разрешается посещение спектаклей в театрах, киносеансов, дискотек, выступлений рок групп и других зрелищных мероприятий детям и подросткам до 16 лет до 20 часов 30 минут в течение учебного года и не позднее 21 часа 30 минут во время школьных каникул.
9. Не разговаривать с посторонними (незнакомыми) людьми. Не реагировать на знаки внимания и приказы незнакомца. Никуда не ходить с посторонними.
10. Не играть в темных местах, на свалках, стройплощадках, пустырях и в заброшенных зданиях, рядом с железной дорогой и автомагистралью.
11. Всегда сообщать родителям, куда идешь гулять.
12. Без сопровождения взрослых и разрешения родителей не ходить к водоемам (рекам, озерам, водохранилищам) и в лес, не уезжать в другой населенный пункт.
13. Одеваться в соответствии с погодой.
14. Не дразнить и не гладить беспризорных собак и других животных.
15. Находясь дома, быть внимательным при обращении с острыми, режущими, колющими предметами и электронагревательными приборами; не играть со спичками, зажигалками, не открывать незнакомым людям входную дверь.

**Обучающимся запрещается:**

1. Участвовать в несанкционированных уличных шествиях, нарушающих общественный порядок;
2. Играть в карты и другие азартные игры, распивать спиртные напитки, торговать на улицах, бульварах, в скверах, на пляжах и в других общественных местах;
3. Ломать зеленые насаждения, портить газоны и клумбы, стены домов и подъездов, а также другое государственное и общественное имущество, собираться группами в подъездах, на крышах домов и в подвалах;
4. Играть, кататься на коньках, лыжах, санках, самокатах на проезжей части дороги;
5. Ездить на подножках и буферах троллейбусов, автобусов, автомашин, железнодорожных вагонов;
6. Лицам моложе 14 лет управлять велосипедом при движении по дорогам, и моложе 16 лет — велосипедом с подвесным мотором, мопедом, скутером, мотоциклом.

**Инструкция и правила поведения на осенних каникулах**

1. Соблюдать общие правила поведения на каникулах
2. Находясь вблизи водоемов, не входить в воду, не ходить по краю обрыва.
3. При походе на природу не поджигать сухую траву, не лазить по деревьям, внимательно смотреть под ноги.
4. При использовании скутеров, велосипедов соблюдать правила дорожного движения.

5. При использовании роликовых коньков, скейтов и самокатов, помнить, что проезжая часть не предназначена для их использования, кататься по тротуару.
6. Во время походов на природу обязательно надеть головной убор и одежду с длинными рукавами во избежание укусов клещей и других насекомых.

## **Инструкция и правила поведения на зимних каникулах**

1. Соблюдать общие правила поведения на каникулах.
2. В случае гололеда не спешить при ходьбе, не обгонять прохожих. При падении стараться упасть на бок, не хвататься за окружающих.
3. Во время катания на горках и катках, быть предельно внимательным, не толкаться, соблюдать правила техники безопасности:
  - 3.1. Соблюдать интервал при движении на лыжах по дистанции 3-4 м при спусках с горы - не менее 30 м; при спуске с горы не выставлять вперед лыжные палки; после спуска с горы не останавливаться у подножия горы во избежание столкновений с другими лыжниками; немедленно сообщить взрослым (родителям, знакомым) о первых же признаках обморожения; во избежание потертостей ног не ходить на лыжах в тесной слишком свободной обуви.
  - 3.2. Во время катания на коньках надо стараться обходить тех, кто плохо катается. При падении держать руки ближе к телу и пытаться как можно быстрее подняться на ноги. Надо считаться с конькобежцами, которые «выписывают» дуги и пируэты спиной вперед столкновения с ними не исключены. По неписаному правилу крытых катков, двигаться следует вдоль борта в одном направлении.
4. Находясь у водоемов, не ходить по льду (лед может оказаться тонким).
5. Использовать бенгальские огни и т.п. только в присутствии и с разрешения взрослых в специально отведенных для этого местах, соблюдая правила пожарной безопасности и инструкцию по применению.
6. Играя в снежки, не метить в лицо и в голову.
7. Не ходить вдоль зданий — возможно падение снега и сосулек.
8. Носи малоскользкую обувь.
9. Передвигайся осторожно, наступая на всю подошву.
10. Освободи руки – лучше ходить с рюкзаком, чем с сумкой, тогда будет проще на льду удерживать равновесие.
11. Прежде чем перейти проезжую часть даже по регулируемому переходу, дождись полной остановки транспортных средств.

## **Инструкция и правила поведения на весенних каникулах**

1. Соблюдать общие правила поведения на каникулах.
2. Не ходить вдоль зданий возможно падение снега и сосулек.
3. При использовании скутеров, велосипедов соблюдать правила дорожного движения.
4. При использовании роликовых коньков, скейтов и самокатов, помнить, что проезжая часть не предназначена для их использования, кататься по тротуару.
5. Находясь вблизи водоемов следует помнить:
  - на весеннем льду легко провалиться;
  - перед выходом на лед проверить его прочность – достаточно легкого удара, чтобы убедиться в этом;
  - быстрее всего процесс распада льда происходит у берегов;
  - весенний лед, покрытый снегом, быстро превращается в рыхлую массу.

### **Запрещается:**

- выходить в весенний период на водоемы;
- переправляться через реку в период ледохода;
- подходить близко к реке в местах затора льда, стоять на обрывистом берегу, подвергнутому разливу и, следовательно, обвалу;
- собираться на мостиках, плотинах и запрудах;
- приближаться к ледяным заторам, отталкивать льдины от берегов, измерять глубину реки или любого водоема, ходить по льдинам и кататься на них (не редко дети используют всевозможные плавающие средства и бесхозные лодки, чтобы покататься по первой воде).

## **Инструкция и правила поведения на летних каникулах**

1. Соблюдать общие правила поведения на каникулах
2. Находясь на улице, надеть головной убор во избежание солнечного удара. При повышенном температурном режиме стараться находиться в помещении или в тени, чтобы не получить тепловой удар.
3. При использовании скутеров, велосипедов соблюдай правила дорожного движения.
4. При использовании роликовых коньков, скейтов и самокатов, помни, что проезжая часть не предназначена для их использования, ты должен кататься по тротуару.
5. Находясь вблизи водоемов, соблюдать правила поведения на воде. Не купаться в местах с неизвестным дном.
6. Входить в воду только с разрешения родителей и во время купания не стоять без движений. Не прыгать в воду головой вниз при недостаточной глубине воды, при необследованном дне водоема и при нахождении вблизи других пловцов. Не оставаться при нырянии долго под водой.
7. Не купаться более 30 мин., если же вода холодная, то не более 5-6 мин.
8. Не заплывать за установленные знаки ограждения водного бассейна (буйки), не купаться при

большой волне, не подплывать близко к моторным лодкам, пароходам, баржам и пр. плаватель-ным средствам.

9. Почувствовав озноб, быстро выйти из воды и растереться сухим полотенцем. При судорогах не

теряться, стараться держаться на воде и позвать на помощь.

10. Во время походов на природу обязательно надеть головной убор и одежду с длинными рукавами во избежание укусов клещей и других насекомых; не поджигать сухую траву, не лазить по деревьям, внимательно смотреть под ноги.

## **Инструкция и правила дорожного движения**

1. Ходите только по тротуару!

2. Переходите улицу в местах, обозначенных разметкой или знаками «пешеходный переход», а где их нет – на перекрестках по линии тротуаров.

3. Переходя дорогу, посмотрите налево, а дойдя до середины – направо!

4. На улицах и дорогах, где движение регулируется, переходите проезжую часть только при зеленом сигнале светофора или разрешающем жесте регулировщика.

5. Не перебегайте дорогу перед близко идущим транспортом!

6. При отсутствии в зоне видимости перехода или перекрестка разрешается переходить дорогу под прямым углом к краю проезжей части и там, где она хорошо просматривается в обе стороны.

7. Пешеходы, не успевшие закончить переход, должны остановиться на линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений. Продолжить переход можно, лишь убедившись в безопасности дальнейшего движения и с учетом сигнала светофора (регулирующего).

8. Стоящий на остановке автобус или троллейбус обходите только в разрешенных для перехода местах, соблюдайте при этом осторожность. Обходить этот транспорт спереди или сзади опасно!

9. Не устраивайте игры вблизи дорог и не катайтесь на коньках, лыжах и санках на проезжей части улицы.

10. Не цепляйтесь за проходящие автомобили – это опасно для жизни!

11. При приближении транспортных средств с включенным проблесковым маячком синего цвета или маячками синего и красного цветов и специальным звуковым сигналом не начинайте переходить улицу, а если находитесь на дороге, уступите дорогу этим транспортным средствам и незамедлительно освободите проезжую часть.

12. Ездить на велосипедах по улицам и дорогам детям разрешается детям не моложе 14 лет.

13. Управлять транспортными средствами можно только при наличии водительского удостоверения!

## **Инструкция и правила поведения вблизи железнодорожных путей**

Помните, что опасно для жизни – оставлять детей без присмотра и позволять им играть вблизи железной дороги.

**Запомните:**

- Проезд и переход граждан через железнодорожные пути допускается только в установленных и оборудованных для этого местах;

- При проезде и переходе через железнодорожные пути гражданам необходимо пользоваться специально оборудованными для этого пешеходными переходами, тоннелями, мостами, железнодорожными переездами.

#### **Запрещается:**

- Подлезать под железнодорожным подвижным составом;
- Перелезать через автосцепные устройства между вагонами;
- Заходить за ограничительную линию у края пассажирской платформы;
- Бежать по пассажирской платформе рядом с прибывающим или отправляющимся поездом;
- Устраивать различные подвижные игры;
- Оставлять детей без присмотра (гражданам с детьми);
- Прыгать с пассажирской платформы на железнодорожные пути;
- Осуществлять посадку и (или) высадку во время движения.

### **Инструкция и правила поведения во дворе, на улицах, дома**

1. Прежде чем выйти из квартиры (дома), посмотрите в глазок убедитесь, что на площадке (около двери) нет посторонних, в противном случае переждите.
2. Никогда не захотите в лифт с посторонними (незнакомыми), а также в подъезд или на лестничную площадку, если там стоят подозрительные люди, особенно группа людей.
3. Если на вас все же напали в лифте, постарайтесь нажать кнопку «Вызов диспетчера», но не кричите, особенно в тех случаях, когда не уверены, что поблизости есть люди, способные помочь.
4. Проводя время во дворе, держитесь подальше от компаний подростков, которые старше вас, находятся в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, играют в азартные игры и т. п.
5. Никогда не садитесь в машину, мотоцикл и т. п. с незнакомыми людьми.
6. Не выносите на улицу дорогие вещи (магнитофон и т. п.), если около дома нет старших.
7. Не носите с собой ценности, деньги (без особой на то необходимости).
8. Не лазайте по подвалам, чердакам, крышам.
9. Гуляя на улице, старайтесь держаться поближе к своему дому, находиться в знакомой компании. Последнее условие обязательно, если вы уходите далеко от дома, особенно в чужой район, на танцы (дискотеку), рынок, в магазин, на концерт и т. п. При этом желательно, чтобы взрослые знали, где вы находитесь.
10. Призыв о помощи – это не свидетельство трусости, а необходимое средство самозащиты, иногда – спасение.
11. Если вы попали в западню – нападающих больше, они явно сильнее, поблизости нет никого, кто мог бы прийти на помощь, то лучше отдайте деньги или вещь, которую они требуют. Помните, что ваша жизнь и здоровье дороже всего.
12. Если вас начинают преследовать, идите (бегите) туда, где много людей, больше света (ночью) и т. д.
13. Никогда не играйте в азартные игры, особенно на деньги со старшими ребятами или взрослыми, вообще с незнакомыми людьми.
14. В целях личной безопасности (профилактики похищений) необходимо:
  - стараться не оставаться в одиночестве, особенно улице, по пути в школу и обратно, с места досуга;
  - чаще менять маршруты своего движения в школу, магазин, к друзьям и т. д.;
  - никогда не заговаривать с незнакомыми, а тем более в чем – то подозрительными людьми;

- не садиться в чужие машины, не ездить с незнакомыми людьми;
- всегда ставить в известность родственников о том, куда и когда вы направляетесь, у кого, сколько и где собираетесь быть, когда каким путем собираетесь возвращаться (если есть возможность, сообщите номер телефона, иные координаты, по которым вас можно найти).

## **Инструкция и правила пожарной безопасности**

1. Запрещено приносить в школу и пользоваться любыми зажигательными и курительными принадлежностями (спички, зажигалки, сигареты и т.п.). В школе и на ее территории курить запрещено!
2. Запрещено приносить в школу взрывоопасные предметы (хлопушки, петарды, фейерверки) и играть с ними.
3. Запрещено приносить и пользоваться в школе легковоспламеняющимися, горючими материалами и жидкостями, газовыми баллончиками.
4. Запрещено разводить костры на территории школы.
5. Нельзя без разрешения учителя включать в кабинете электрические приборы.
6. Не нагревайте незнакомые приборы, упаковки для порошков и красок. Особенно аэрозольные упаковки (металлические баллончики).
7. Опыты проводятся только в кабинетах физики и химии.
8. Не поджигайте сами и не позволяйте младшим поджигать тополиный пух и сухую траву на территории школы. Это очень ОПАСНО!
9. Необходимо научиться пользоваться огнетушителем.
10. Все дети должны помнить, где расположен план эвакуации, и понимать, как им пользоваться.
11. При обнаружении пожара или задымления срочно сообщите учителям, техническому персоналу школы и вызовите пожарных.

### **Действия учащихся при возникновении пожара в школе**

1. При возникновении пожара (вид открытого пламени, запах гари, задымление) немедленно сообщить работнику школы, соблюдать правила поведения при пожаре в школе
2. При опасности пожара находится возле учителя. Строго выполнять его распоряжения.
3. Не поддаваться панике. Внимательно слушать оповещение по школе и действовать согласно указаниям сотрудников школы.
4. По команде учителя (преподавателя) школы эвакуироваться из здания в соответствии с определенным порядком и планом эвакуации. При этом не бежать, не мешать своим товарищам, помогать малышам и одноклассникам.
5. Нельзя ходить в задымленном помещении в полный рост: дым всегда скапливается в верхней части комнаты или здания, поэтому лучше пригнуться, закрыв нос и рот платком, и выбираться из помещения.
6. Нельзя прятаться во время пожара под парту, в шкаф: от огня и дыма спрятаться невозможно.
7. При выходе из здания школы находиться в месте, указанном учителем.
8. Учащимся не разрешается участвовать в пожаротушении здания и эвакуации его имущества.
9. Обо всех причиненных травмах (раны, порезы, ушибы, ожоги и т.д.) учащиеся и их одноклассники обязаны немедленно сообщить учителю

### **Что нельзя делать при пожаре в квартире**

1. Не начинайте тушить огонь до вызова пожарных, так как за это время может разгореться большой пожар;

2. Не пытайтесь выйти через задымленную лестничную клетку (горячий воздух обжигает легкие, а дым очень токсичен);
3. Не пользуйтесь лифтом;
4. Не спускайтесь по водосточным трубам и стоякам либо при помощи простыней и веревок, если в этом нет острой необходимости (падение при отсутствии особых навыков почти всегда неизбежно);
5. Не открывайте окна и двери (это увеличит приток кислорода); не выпрыгивайте из окон (статистика показывает, что каждый второй прыжок с 4 этажа и выше смертелен);
6. Не гасите водой включенные в сеть электроприборы (может произойти замыкание).
7. Звоните пожарным по тел. 01 , мобильный номер 112. Сообщите адрес, причину вызова и наиболее короткую дорогу к месту пожара.

### **Инструкция и правила поведения на воде**

Чтобы избежать несчастного случая, необходимо соблюдать следующие правила :

#### **Если вы не умеете плавать**

- **Если вы не умеете плавать**, необходимо иметь при себе спасательные средства (круг, спасательный жилет, надувные нарукавники).
- Купаться можно только при наличии рядом родителей, взрослых.

#### **На воде детям запрещено**

- употреблять спиртные напитки во время купания и жевать жвачку во время нахождения в воде.
- ходить к водоему одному.
- подплывать к идущим пароходам, катерам, вблизи которых возникают различные водовороты, 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 в 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. Если растеряться и перестать плыть, то можно утонуть. Часто вода попадает в дыхательное горло и мешает дышать. Чтобы избавиться от нее, необходимо немедленно остановиться, поднять голову как можно выше над водой и сильно откашляться.
- 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 и с такой силой, что даже опытный пловец не всегда в состоянии выплыть.
- 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 остановиться и 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 для этого достаточная глубина, прозрачная вода и ровное дно.

### **Инструкция и правила поведения на льду**

До наступления устойчивых морозов, водоемы покрываются льдом, который очень не прочен и легко ломается под ногами человека или под тяжестью техники. Скрепленный вечерним или ночным холодом, он ещё способен выдерживать небольшую нагрузку, но днем быстро нагреваясь от просачивающейся через него талой воды, становится пористым и очень слабым, хотя сохраняет достаточную толщину. Однако каждый год многие люди пренебрегают мерами предосторожности и выходят на тонкий осенний лед, тем самым, подвергая свою жизнь смертельной опасности.

#### **Становление льда:**

- Как правило, водоемы замерзают неравномерно, по частям: сначала у берега, на мелководье, в защищенных от ветра заливах, а затем уже на середине.
- На озерах, прудах (на всех водоемах со стоячей водой, особенно на тех, куда не впадает ни один ручеек, в которых нет русла придонной реки, подводных ключей) лед появляется раньше, чем на речках, где течение задерживает льдообразование.
- На одном и том же водоеме можно встретить чередование льдов, которые при одинаковой толщине обладают различной прочностью и грузоподъемностью.

#### **Это нужно знать:**

1. Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 см в пресной воде и 15 см в соленой.
2. В устьях рек и протоках прочность льда ослаблена.
3. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а так же в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов, камыша.
4. Если температура воздуха выше 0 градусов держится более трех дней, то прочность льда снижается на 25%.
5. Прочность льда можно определить визуально:
  - лед голубого цвета - прочный,
  - белого - прочность его в 2 раза меньше,
  - матово белый или с желтоватым оттенком - ненадежен.

#### **Правила поведения на льду:**

1. Не переходите водоем по льду в запрещенных местах.
2. Не выезжайте на лед на мотоциклах, автомобилях вне переправ.

3. Не выходите на тонкий лед в начале зимы (лед ломается со звонким хрустом, трещит) и в начале весны (лед ломается без треска, вода быстро просачивается и заполняет следы).
4. В начале зимы наиболее опасна середина водоема. В конце зимы опасны прибрежные участки, участки вблизи сливных труб, под мостами.
5. Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).
6. При переходе через реку пользуйтесь ледовыми переправами.
7. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Имейте в руках палку, прощупывайте перед собой путь. Если после первого сильного удара покажется хоть немного, или если лед начал трескаться - это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае следует осторожно лечь и ползти по своим следам обратно или отойти по своему же следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин.
8. При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне или по натоптанным следам и тропинкам. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.
9. Не собирайтесь группами на отдельных участках льда. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м). Вперед пропустите самого опытного.
10. 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.
11. Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалится.
12. На замерзший водоем необходимо брать с собой прочный шнур длиной 20 - 25 метров с большой глухой петлей на конце и грузом. Груз поможет забросить шнур к провалившемуся в воду товарищу, петля нужна для того, чтобы пострадавший мог надежнее держаться, продев ее подмышку.
13. Родители! Не отпускайте детей на лед (на рыбалку, катание на лыжах и коньках) без присмотра!
14. Одна из самых частых причин трагедий на водоёмах - алкогольное опьянение. Люди неадекватно реагируют на опасность и в случае чрезвычайной ситуации становятся беспомощными.

**Что делать, если вы провалились в холодную воду:**

1. Не паникуйте, не делайте резких движений, не нырять и не мочить голову, стабилизируйте дыхание.
2. Придерживайтесь за край льда.
3. Зовите на помощь: «Тону!»
4. Выбирайтесь на ту сторону льда, откуда пришли.
5. Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.
6. Выталкивайте свое тело на лед, помогая ногами, опираясь на согнутые в локтях руки.
7. Если лед ломается, все равно не оставляйте попыток выбраться.
8. Попробуйте осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лед. Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.

9. Ползите в ту сторону, откуда пришли - лед здесь уже проверен на прочность. Отползите на 2-3 метра, встаньте и идите к ближайшему жилью. Отдохнуть можно только в тёплом помещении.

**Если человек попал в полынью:**

1. Попросите кого-нибудь вызвать “скорую помощь” и спасателей или сами вызовите их по сотовому телефону «112».
2. Вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой или длинным шарфом. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
3. Завяжите на конце веревки узел.
4. Постарайтесь приблизиться к полынье по следам, последние 10-15 метров передвигайтесь ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.
5. Остановитесь от находящегося в воде человека в нескольких метрах, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест. (**Запомните!** Не наматывайте веревку на руку – пострадавший может утянуть и вас в полынью.)
6. Осторожно вытащите пострадавшего на лед, и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны. Ползите в ту сторону, откуда пришли.
7. Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему первую помощь до приезда врачей: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи) смоченной в спирте или водке суконкой или руками, напоите пострадавшего горячим чаем. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь – в подобных случаях это может привести к летальному исходу.
8. Вызовите скорую медицинскую помощь.

**Инструкция и правила поведения по электробезопасности**

Человек попадает под действие электрического тока и поражается им при соприкосновении с оборванными или провисшими проводами или даже при приближении к лежащему на земле проводу, а также при неправильном и неосторожном обращении с электроприборами.

Для предотвращения электротравм:

- Не прикасайтесь к проводам, провисшим или лежащим на земле;
- Не влезайте на опоры высоковольтных линий, крыши домов и строений, где поблизости проходят электрические провода;
- Не запускайте воздушные змеи и не играйте под линиями электропередачи;
- Не набрасывайте на провода проволоку и другие предметы;
- Не входите в распределительные пункты и трансформаторные подстанции.

**При обращении с электроприборами нужно строго выполнять правила безопасности** (нарушение этих правил может стать причиной несчастных случаев):

1. Ни в коем случае нельзя касаться оголенных проводов, по которым идет электрический ток.
2. Нельзя проверять наличие электрического тока в приборах или проводах пальцами. Чтобы не повредить изоляции и чтобы не было коротких замыканий (вспышек пламени), нельзя заземлять провода дверями, оконными рамами, закреплять провода на гвоздях. Нужно следить за тем, чтобы электрические провода не соприкасались с батареями отопления, трубами водопровода, с телефонными и радиотрансляционными проводами.
3. Нельзя играть у розеток, втыкать в них шпильки, булавки, дергать провода, так как это может привести к поражению током.

4. Нельзя вешать одежду и другие вещи на выключатели, ролики и провода, так как провода могут оборваться. Коснувшись один другого, они вызовут пожар.
5. Опасно включать и выключать электрические лампочки, а также бытовые приборы мокрыми руками. Заменять перегоревшие лампочки нужно при отключенном выключателе.
6. Категорически запрещается пользоваться бытовыми электроприборами, по корпусу которых проходит ток (прибор «кусается»). Штепсельную вилку при включении и выключении приборов нужно брать за пластмассовую колодку, а не за провод.
7. Приборы, в которых кипятят воду, готовят пищу (электрочайники, кастрюли), нельзя включать в сеть пустыми. Их нужно наполнить водой не меньше чем на одну треть. Когда наливают воду в чайник или кастрюлю, они должны быть обязательно выключены.
8. Нужно следить также и за тем, чтобы шнуры, снятые с приборов, не оставались присоединенными к штепсельной розетке, потому что при случайном прикосновении к ним возможно поражение током.
9. Включать и выключать любой электробытовой прибор нужно одной рукой, желательно правой, не касаясь при этом водопроводных, газовых и отопительных труб.
10. Чтобы избежать пожара, бытовые электроприборы нужно устанавливать на специальных подставках (керамических, металлических или из асбеста) и на безопасном расстоянии от легко загорающих предметов (занавесей, портьер, скатертей).
11. Нельзя оставлять включенные электроприборы без надзора или поручать наблюдать за ними детям. Это может привести к пожару.

## **Инструкция и правила поведения по газовой безопасности**

Утечка газа может привести к отравлению человека и взрыву помещения. Чтобы предотвратить это, необходимо соблюдать правила безопасности при пользовании бытовым газом. Перечислим основные из них:

1. Чтобы зажечь газовую горелку, сначала поднесите зажженную спичку, а затем плавно и осторожно откройте газовый кран.
2. Не оставляйте включенные газовые горелки без присмотра.
3. Следите за тем, чтобы нагреваемая на газовой плите жидкость не залила пламя горелки.
4. Заметив потухшую горелку, не пытайтесь ее зажечь вновь - это может привести к взрыву. Перекройте кран подачи газа, распахните окна и как следует проветрите кухню. Сообщите о случившемся взрослым.

Самая обыкновенная газовая плита на кухне может стать источником многих неприятностей, если не соблюдать некоторых мер предосторожности: ведь, сгорая, газ выделяет в воздух различные токсические вещества.

1. Поэтому пока горит газ, держите открытой форточку или фрамугу, а кухонную дверь обязательно закройте.
2. Следите, чтобы пламя над горелкой было голубым, без примеси желтого и красного цвета.

Газ удобен и безопасен только при умелом и правильном обращении с газовыми приборами.

Необходимо постоянно помнить и выполнять правила пользования им:

1. Не оставляйте без присмотра включенные газовые приборы;
2. Не допускайте к пользованию газовыми приборами детей дошкольного возраста, а также лиц, не знающих правил обращения с этими приборами.

3. Спускаясь в подвалы, не пользуйтесь открытым огнем и электровыключателями, не убедившись в отсутствии запаха газа.
4. При появлении запаха газа немедленно сообщайте об этом по телефону 04 и взрослым.

#### **Что делать при утечке газа?**

1. Выключите газовые конфорки. Перекройте газовый кран.
2. Избегайте всяких действий, вызывающих искрение и повышение температуры воздуха в помещении.
3. Не трогайте электровыключатели, это тоже может вызвать появление искры.
4. Обеспечьте интенсивное проветривание помещения, открыв все окна.

**Будьте внимательны и осторожны!**

### **Инструкция и правила пользования пиротехникой**

Фейерверки являются огнеопасными изделиями и требуют повышенного внимания при обращении с ними!

#### **Применение пиротехнических изделий категорически запрещается детям!**

А также:

- в помещениях, зданиях, сооружениях, а также на крышах, балконах и лоджиях;
- на территориях взрывоопасных и пожароопасных объектов, возле линий электропередач;
- на сценических площадках при проведении концертных и торжественных мероприятий;
- на территориях объектов культурного наследия, заповедников, заказников и национальных парков.
- не допускается применение изделий с истекшим сроком годности, следами порчи, без инструкции по эксплуатации и сертификата соответствия.

**Основные правила**, которые должны знать все:

1. Покупайте пиротехнику: салюты, фейерверки и другие пиротехнические изделия только в специализированных магазинах, а не с рук или на рынках, где вам могут подсунуть контрафакт.
2. Нельзя устраивать фейерверки или салюты ближе 20 метров от жилых помещений или легко воспламеняющихся предметов, под низкими навесами и кронами деревьев.
3. Запускайте фейерверк на заранее выбранной площадке, соблюдая безопасное расстояние
4. Нельзя держать фитиль во время поджигания около лица.
5. Поджигать фитиль нужно на расстоянии вытянутой руки. Горит он 6-8 сек. Отлетевшую от фейерверка искру трудно потушить, поэтому если она попадет на кожу - ожог обеспечен.
6. Поджигать пиротехническое изделие с расстояния вытянутой руки
7. Нельзя направлять ракеты и фейерверки на людей. Ракеты - это пиротехнические изделия повышенной опасности. Иногда, при установке в снег, ракета может накреститься, изменить направление и улететь в толпу. Поэтому при использовании таких пиротехнических изделий, как ракеты, необходимо следить за тем, чтобы их пусковые трубки были надежно зафиксированы на земле.
8. Нельзя применять салюты или фейерверки при сильном ветре.
9. Нельзя разрешать детям баловаться с пиротехникой. Пиротехнические изделия - это не игрушка для детей!
10. **Фейерверки запускать только взрослым и не направлять в людей**
11. Нельзя ронять пиротехнические изделия, а тем более специально бросать их под ноги.
12. Нельзя запускать фейерверк с рук (кроме хлопушек и бенгальских свечей).

13. Никогда не запускайте фейерверк с рук
14. Нельзя подходить к зажжённым салютам или фейерверкам ближе безопасного расстояния, указанного в инструкции по его применению.
15. Нельзя носить пиротехнические изделия в карманах.
16. Нельзя наклоняться над фейерверком.

Каждое пиротехническое изделие снабжено инструкцией по его применению. Найдите пару минут, чтобы внимательно ознакомиться с этой инструкцией. Это защитит Вас от ошибочных действий при применении пиротехники.

### **Помните!**

Большинство несчастных случаев при использовании пиротехнических изделий происходит из-за безответственности и по недомыслию. Берегите себя, здоровье и жизнь своих близких и окружающих Вас людей !

## **Инструкция и правила поведения во время новогодних мероприятий**

Новый год и Рождество – долгожданные праздники, любимые всеми. Но не стоит забывать, что именно в период праздничных дней дома, на прогулках и в гостях вас могут поджидать самые неожиданные опасные ситуации.

Чтобы избежать их или максимально сократить риск воспользуйтесь следующими правилами:

1. Если вы поехали на новогоднее представление с родителями, ни в коем случае не отходите от них далеко, т.к. при большом скоплении людей легко затеряться.
2. В местах проведения массовых новогодних гуляний старайтесь держаться подальше от толпы, во избежание получения травм.

### **Следует:**

3. Подчиняться законным предупреждениям и требованиям администрации, милиции и иных лиц, ответственных за поддержание порядка, пожарной безопасности.
4. Вести себя уважительно по отношению к участникам массовых мероприятий, обслуживающему персоналу, должностным лицам, ответственным за поддержание общественного порядка и безопасности при проведении массовых мероприятий.
5. Не допускать действий, способных создать опасность для окружающих и привести к созданию экстремальной ситуации.
6. Осуществлять организованный выход из помещений и сооружений по окончании мероприятий
7. При получении информации об эвакуации действовать согласно указаниям администрации и сотрудников правоохранительных органов, ответственных за обеспечение правопорядка, соблюдая спокойствие и не создавая панику.

Во время новогодних праздников, помимо обычных правил пожарной безопасности следует соблюдать ещё несколько простых норм, которые позволят вам получить от выходных дней только положительные эмоции:

1. Не украшайте ёлку матерчатыми и пластмассовыми игрушками.
2. Не обкладывайте подставку ёлки ватой.
3. Освещать ёлку следует только электрогирляндами промышленного производства.
4. В помещении не разрешается зажигать бенгальские огни, применять хлопушки и восковые свечи. **Помните, открытый огонь всегда опасен!**
5. Не следует использовать пиротехнику, если вы не понимаете как ею пользоваться, а инструкции не прилагается, или она написана на непонятном вам языке.
6. Нельзя ремонтировать и вторично использовать не сработавшую пиротехнику.
7. Категорически запрещается применять самодельные пиротехнические устройства.

### **Запрещено:**

- устраивать "салюты" ближе 30 метров от жилых домов и легковоспламеняющихся предметов, под низкими навесами и кронами деревьев.
- носить пиротехнику в карманах.
- держать фитиль во время зажигания около лица.
- использовать пиротехнику при сильном ветре.
- направлять ракеты и фейерверки на людей.
- бросать петарды под ноги.
- низко нагибаться над зажженными фейерверками.
- находиться ближе 15 метров от зажженных пиротехнических изделий.

### **Инструкция и правила поведения на спортивной площадке**

#### **При проведении занятий на открытой спортивной площадке возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:**

- физические (спортивные снаряды, различное оборудование, приспособления и инвентарь; наземное покрытие спортивных площадок; любые посторонние предметы, находящиеся на спортивной площадке и в песке прыжковой ямы; возможные статические и динамические перегрузки; метательные снаряды; скользкие поверхности; экстремальные погодные условия);
- химические (пыль, а также любые другие загрязнения воздуха).

1. На спортивной площадке заниматься только в спортивной одежде и обуви с нескользкой подошвой, при ветреной погоде одеть лёгкую куртку и шапочку.
2. Соблюдать личную гигиену ( следить за чистотой тела, коротко остригать ногти ).
3. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить учителю, который сообщает об этом администрации школы. При плохом самочувствии и внезапном заболевании прекратите занятия и сообщите об этом учителю.
4. Уходите со спортивной площадки по команде учителя спокойно, не торопясь. Вымойте с мылом руки, умойтесь.
5. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом учителю.
6. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.
7. При возникновении аварийных ситуаций (бури, ураганы, ливня, грозы ), по указанию учителя  
быстро, без паники, покиньте спортивную площадку или стадион.

#### **Учащимся запрещается организовывать спортивные игры и тренировки в отсутствие учителя.**

Соблюдение данной инструкции обязательно для всех учащихся, занимающихся на спортивной площадке или стадионе

## **Инструкция и правила поведения с животными**

### **Собаки**

1. Если вам уж очень хочется погладить домашнюю собаку, обязательно спросите разрешения у ее хозяина. Если он разрешит, гладьте ее осторожно и ласково, не делая резких движений, чтобы собака не подумала, что вы хотите ее ударить
2. Не надо считать, что помахивание хвостом говорит о выражении собакой своего дружелюбия. Иногда это говорит о ее недружелюбном настрое.
3. Не стоит пристально смотреть в глаза собаке и улыбаться. На собачьем языке это значит скалиться и показывать свое превосходство.
4. Ни в коем случае нельзя показывать свой страх перед собакой. Собака может почувствовать это и повести себя агрессивно. И уж тем более нельзя убегать от собаки. Этим вы изображаете из себя убегающую дичь и предлагаете собаке поохотиться...
5. Не кормите чужих собак и не трогайте их во время еды или сна.
6. Не подходите к собаке, сидящей на привязи.
7. Не приближайтесь к большим собакам охранных пород. Некоторые из них выучены бросаться на людей, приблизившихся на определенное расстояние.
8. Не делайте резких движений, общаясь с собакой или с ее хозяином. Собака может подумать, что вы ему угрожаете.
9. Не трогайте щенков и не пытайтесь отобрать предмет, с которым собака играет.
10. Всегда лучше отойти в сторону и пропустить идущих навстречу собаку с хозяином. Особенно если это происходит где-нибудь в узком месте.

### **Кошки**

1. Не тяните кота или кошку за хвост, а также не гладьте незнакомых кошек.
2. Если человек не нравится коту, он может прокусить ему руку или расцарапать до крови лицо. Известны случаи, когда кошка лишала человека глаз. Кошка может занести в рану инфекцию.

**Бешенство** – страшная болезнь, от которой у которой умирают и люди, и животные. Из диких животных ею особенно часто болеют лисы, а из домашних — собаки. Инфекция попадает со слюной животного в кровь человека. Если вас укусила собака (или кошка), поступайте следующим образом:

- Не пытайтесь сразу же остановить кровь. Кровотечение может помочь удалить слюну животного из раны.
- При возможности промойте рану чистой водой и смажьте кожу вокруг укуса йодом или спиртом. Расскажите о происшедшем родителям и немедленно обратитесь в ближайшую больницу.
- Если вам известен хозяин собаки, сообщите его адрес врачу, чтобы собаку проверили на бешенство. А как узнать — бешеная собака или нет? Заболевшие бешенством собаки обычно становятся капризными. Им трудно пить воду — они даже боятся к ней подходить. Походка у них неуверенная, лай — хриплый. Они прячутся в темном месте, сторонятся людей, а иногда наоборот — становятся вдруг агрессивными, нападают на других собак и людей.

### **Змеи**

Нападает змея в двух случаях: если ей преградили дорогу и если человек наступил на нее. У змеи плохое зрение и обоняние, поэтому наступить на нее легко.

Гадюка и уж различаются формой головы и рисунком на теле. Но со страха их можно перепутать.

Чтобы обезопасить себя от укуса змеи, запомните три правила:

- В незнакомой местности всегда спрашивайте местных жителей о «змеиных местах».
- Собираясь на природу за грибами и ягодами, обязательно надевайте сапоги.
- Увидев змею, не трогайте ее, а обойдите. Если гадюка свернулась кольцом, значит, она собирается броситься на человека.

Никогда не лезьте в гнезда ос и в ульи на пасеке. Никогда не подходите близко к незнакомой корове или быку, они могут нанести вам серьезную травму.

## **Инструкция и правила поведения при работе на пришкольном участке**

1. Учащиеся могут находиться на пришкольном участке только с разрешения учителя при выполнении работ на уроках труда, биологии, окружающего мира, географии, при прохождении летней практики.
2. К работе на участке допускаются учащиеся после прохождения инструктажа по технике безопасности, что подтверждается его росписью в журнале по технике безопасности.
3. Учащиеся должны иметь рабочую одежду, обувь, перчатки, головной убор.
4. Учащиеся должны соблюдать порядок и правила поведения на участке.
5. Запрещается самостоятельная смена работы учащимися.
6. Запрещается использование испорченного инвентаря, способного привести к травме.
7. Запрещается нахождение посторонних лиц на участке без разрешения учителя.
8. Учащиеся должны соблюдать осторожность при работе с некоторыми растениями.
9. При нарушении правил техники безопасности учащиеся удаляются с участка и не допускаются к работе.

### **Правила безопасного обращения с инвентарём**

1. Сельскохозяйственный инвентарь выдаётся учителем.
2. Сельскохозяйственный инвентарь нужно переносить рабочей поверхностью вниз, в вертикальном положении.
3. Нельзя размахивать по сторонам инвентарём.
4. Сельскохозяйственный инвентарь нельзя передавать броском друг другу.
5. Во время отдыха сельскохозяйственный инвентарь нужно укладывать на грунт рабочей острой поверхностью **вниз**.
6. Колющие и режущие инструменты (ножи, секаторы) необходимо держать рабочей частью в направлении от себя.
7. При прополке нужно работать в перчатках.
8. При поливе водой с использованием вёдер нужно соблюдать нормы переноса тяжести.
9. После окончания работы сельскохозяйственный инвентарь нужно очистить и сдать учителю.
10. Переноску тяжестей осуществлять только вдвоем с использованием специального инвентаря (ведра, носилки) с соблюдением предельно допустимой нормы переноски тяжестей для учащихся:  
12-14 лет - девушки - 3,0 кг, юноши - 6,0 кг.  
15 лет - девушки - 4,0 кг, юноши - 7,0 кг.  
16 лет - девушки - 5,0 кг, юноши - 11,0 кг.  
17 лет - девушки - 6,0 кг, юноши - 13,0 кг.
11. Не употреблять пищевые продукты во время работы.
12. Не пить воду из открытых непроверенных водоемов, нужно употреблять питьевую воду, приносимую с собой в пластиковых бутылках.
13. При плохом самочувствии сообщить об этом руководителю работ.

14. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом руководителю работ и администрации учреждения.
15. В случае резкого ухудшения погоды, по указанию руководителя немедленно прекратите занятие и вернитесь в учебный кабинет.
16. Проверить наличие всех учащихся по списку, провести перекличку.
17. Тщательно вымыть руки и лицо с мылом.

## **Инструкция и правила безопасного поведения в интернете**

1. Не входите на незнакомые сайты.
2. Если к вам по почте пришел файл Word или Excel, даже от знакомого лица, прежде чем открыть, обязательно проверьте его на вирусы.
3. Если пришло незнакомое вложение, ни в коем случае не запускайте его, а лучше сразу удалите и очистите корзину.
4. Никогда не посылайте никому свой пароль.
5. Старайтесь использовать для паролей трудно запоминаемый набор цифр и букв.
6. При общении в Интернет не указывайте свои личные данные, а используйте псевдоним (ник)
7. Без контроля взрослых ни в коем случае не встречайтесь с людьми, с которыми познакомились в сети Интернет.
8. Если в сети необходимо пройти регистрацию, то должны сделать ее так, чтобы в ней не было указано никакой личной информации.
9. Не всей информации, которая размещена в Интернете, можно верить.
10. Не оставляйте без присмотра компьютер с важными сведениям на экране
11. Не сохраняйте важные сведения на общедоступном компьютере.

Кибербуллинг — преследование сообщениями, содержащими оскорбления, агрессию, запугивание; хулиганство; социальное бойкотирование с помощью различных интернет-сервисов.

### **Основные советы по борьбе с кибербуллингом:**

1. Не бросайся в бой. Лучший способ: посоветоваться как себя вести и, если нет того, к кому можно обратиться, то вначале успокоиться. Если ты начнешь отвечать оскорблениями на оскорбления, то только еще больше разожжешь конфликт.
2. Управляй своей киберрепутацией.
3. Анонимность в сети мнимая. Существуют способы выяснить, кто стоит за анонимным аккаунтом.
4. Не стоит вести хулиганский образ виртуальной жизни. Интернет фиксирует все твои действия и сохраняет их. Удалить их будет крайне затруднительно.
5. Соблюдай свой виртуальную честь смолоду.
6. Игнорируй единичный негатив. Одноразовые оскорбительные сообщения лучше игнорировать. Обычно агрессия прекращается на начальной стадии.
7. Бан агрессора. В программах обмена мгновенными сообщениями, в социальных сетях есть возможность блокировки отправки сообщений с определенных адресов. Если ты свидетель кибербуллинга. Твои действия: выступить против преследователя, показать ему, что его действия оцениваются негативно, поддержать жертву, которой нужна психологическая помощь, сообщить взрослым о факте агрессивного поведения в сети.

## **Инструкция по комплексной безопасности**

**Для сохранения здоровья и жизни соблюдайте:**

1. Правила антитеррористической защищенности. Не предпринимайте самостоятельно никаких действий с находками или подозрительными предметами, которые могут оказаться взрывными устройствами. Это может привести к их взрыву, многочисленным жертвам и разрушениям!
2. Правила поведения во время массовых мероприятий и общественных местах. Если тебе угрожает опасность, не стесняйся звать на помощь и защищаться!
3. Правила дорожного движения на всех видах транспорта. Только строгое соблюдение ПДД защищает всех вас от опасностей на дороге.
4. Правила поведения во дворе, на улицах, дома, на спортивных площадках. Всегда предупреждай родителей куда идёшь, с кем и когда вернёшься. Это очень важно - только тогда тебе смогут помочь в случае опасности!
5. Правила пожарной безопасности и пользования газо- и электроприборами, соблюдая их вы никогда не попадете в беду.
6. Правила поведения у водоема (на льду) зимой и во время оттепели. Помните: своевременные принятые меры безопасности на льду предохраняют от беды!
7. Правила поведения с животными. Не дразни собак и не провоцируй их нападение.
8. Правила безопасности в сети Интернет. Интернет может быть прекрасным местом как для обучения, так и для отдыха и общения с друзьями. Но, как и весь реальный мир, Сеть тоже может быть опасна.

**ПОМНИТЕ** об опасности употребления ПАВ (химических веществ, курительных смесей, психотропных препаратов, алкоголя). Умирают при употреблении ПАВ по двум причинам: от острой сердечной недостаточности и от острого отека головного мозга. Спасти в таком состоянии невозможно...

# ИНСТРУКТАЖИ

## Инструктаж

### «Правила безопасного поведения в интернете»

1. Не входите на незнакомые сайты.
2. Если к вам по почте пришел файл Word или Excel, даже от знакомого лица, прежде чем открыть, обязательно проверьте его на вирусы.
3. Если пришло незнакомое вложение, ни в коем случае не запускайте его, а лучше сразу удалите и очистите корзину.
4. Никогда не посылайте никому свой пароль.
5. Старайтесь использовать для паролей трудно запоминаемый набор цифр и букв.
6. При общении в Интернет не указывайте свои личные данные, а используйте псевдоним (ник)
7. Без контроля взрослых ни в коем случае не встречайтесь с людьми, с которыми познакомились в сети Интернет.
8. Если в сети необходимо пройти регистрацию, то должны сделать ее так, чтобы в ней не было указано никакой личной информации.
9. Не всей информации, которая размещена в Интернете, можно верить.
10. Не оставляйте без присмотра компьютер с важными сведениям на экране
11. Не сохраняйте важные сведения на общедоступном компьютере.

Обучающиеся \_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ . \_\_\_\_\_ 2017.

ФИО  
обучающегося  
Подпись обучающегося  
№п/п  
ФИО  
обучающегося  
Подпись обучающегося

## **Инструктаж**

### **«Правила безопасного поведения в школе»**

#### **Поведение в школе**

1. Учащийся приходит в школу за 15-20 минут до начала занятий, чистый и опрятный, снимает в гардеробе верхнюю одежду, занимает свое рабочее место и готовит все необходимые учебные принадлежности к предстоящему уроку.
2. Нельзя приносить в школу и на ее территорию с любой целью и использовать любым способом оружие, взрывчатые, взрыво- или огнеопасные вещества; спиртные напитки, наркотики, другие одурманивающие средства, а также токсичные вещества и яды.
3. Нельзя без разрешения педагогов уходить из школы и с ее территории в урочное время. В случае пропуска занятий учащийся должен предъявить классному руководителю справку от врача или записку от родителей (лиц, их заменяющих) о причине отсутствия на занятиях. Пропускать занятия без уважительных причин не разрешается.
4. Учащийся школы проявляет уважение к старшим, заботится о младших. Школьники уступают дорогу взрослым, мальчики (юноши) - девочкам (девушкам).
5. Вне школы учащиеся ведут себя везде и всюду так, чтобы не уронить свою честь и достоинство, не запятнать имя школы.
6. Учащиеся берегут имущество школы, аккуратно относятся как к своему, так и к чужому имуществу.
7. Учащиеся не имеют права во время нахождения на территории школы и при проведении школьных мероприятий совершать действия, опасные для жизни и здоровья самих себя и окружающих.
8. Учащимся не разрешается находиться на территории школы (двор, спортивная площадка, подсобные помещения) во внеурочное время.
9. Настоящие правила распространяются на территорию школы и на все мероприятия, проводимые школой.

Обучающиеся \_\_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ 2017.

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

№п/п

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

## **Инструктаж**

### **«Правила безопасного поведения в школе»**

#### **Поведение на уроке**

1. При входе педагога в класс учащиеся встают в знак приветствия и садятся после того, как педагог, ответив на приветствие, разрешит сесть. Подобным образом учащиеся приветствуют любого взрослого, вошедшего в класс во время занятий.
2. Во время урока нельзя шуметь, отвлекаться самому и отвлекать товарищей от занятий посторонними разговорами, играми и другими не относящимися к уроку делами. Урочное время должно использоваться учащимися только для учебных целей.
3. Если во время занятий учащемуся необходимо выйти из класса, то он должен поднять руку и попросить разрешения педагога.
4. Если учащийся хочет задать вопрос учителю или ответить на вопрос учителя, он поднимает руку.
5. Звонок (сигнал) об окончании урока дается для учителя. Только когда учитель объявит об окончании занятий, учащийся вправе покинуть класс.

#### **Поведение на перемене**

1. Во время перерывов (перемен) учащийся обязан:

- навести чистоту и порядок на своем рабочем месте;
- выйти из класса;
- подчиняться требованиям педагога и работников школы;
- помочь подготовить класс по просьбе педагога к следующему уроку.

2. Учащимся запрещается:

- бегать по лестницам, вблизи оконных проемов и в других местах, не приспособленных для игр;
- толкать друг друга, бросаться предметами и применять физическую силу;
- употреблять непристойные выражения и жесты, шуметь, мешать отдыхать другим.

3. Дежурный по классу:

- находится в классе во время перемены;
- обеспечивает порядок в классе;
- помогает педагогу подготовить класс к следующему уроку;
- после окончания занятий производит усиленную уборку класса.

4. Учащиеся, находясь в столовой:

- подчиняются требованиям педагога и работников столовой;
- соблюдают очередь при получении еды;
- проявляют внимание и осторожность при получении и употреблении горячих и жидких блюд;
- употребляют еду и напитки, приобретенные в столовой и принесенные с собой, только в столовой;
- убирают за собой посуду после принятия пищи.

Обучающиеся \_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ . \_\_\_\_\_ 2017.

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

№п/п

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

## **Инструктаж «Правила антитеррористической защищенности»**

**Если вас взяли в заложники или похитили, рекомендуем придерживаться следующих правил поведения:**

- самое главное не поддавайтесь панике;
- не допускайте действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам;
- переносите лишения, оскорбления и унижения, не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе;
- при необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной, старайтесь не допускать истерик и паники;
- на совершение любых действий (сесть, встать, попить, сходить в туалет) спрашивайте разрешение;
- если вы ранены, постарайтесь не двигаться, этим вы сократите потерю крови. Помните: ваша цель – остаться в живых.

Помните, что получив сообщение о вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимое для вашего освобождения.

Во время проведения спецслужбами операции по вашему освобождению неукоснительно соблюдайте такие правила:

- лежите на полу лицом вниз, голову закройте руками и не двигайтесь;
- ни в коем случае не бегите навстречу сотрудникам спецслужб, это опасно;
- если есть возможность, держитесь подальше от проемов дверей и окон.

**Если вы обнаружили подозрительный предмет, который может оказаться взрывным устройством**

Если обнаруженный предмет не должен, как вам кажется, находиться «в этом месте и в это время», не оставляйте этот факт без внимания.

Если вы обнаружили забытую или бесхозную вещь в общественном транспорте, сообщите об этом взрослым или опросите окружающих людей. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю, кондуктору.

Если вы обнаружили подозрительный предмет в подъезде своего дома, опросите соседей, возможно, он принадлежит им. Если владелец не установлен, немедленно сообщите о находке в полицию по телефону «02» или в службу спасения «01», номер мобильной связи «112»

Если вы обнаружили подозрительный предмет в школе, больнице или в любом другом учреждении, немедленно сообщите о находке в администрацию.

Во всех перечисленных случаях:

- не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте находку;
- зафиксируйте время обнаружения находки;
- отойдите как можно дальше от опасной находки;
- обязательно дождитесь прибытия оперативно-следственной группы;
- не забывайте, что вы являетесь самым важным очевидцем.

Помните: внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве маскировки для взрывных устройств используют обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, коробки, игрушки и т.п. Поэтому любой предмет, найденный на улице или в подъезде, может представлять опасность.

Не предпринимайте самостоятельно никаких действий с находками или подозрительными предметами, которые могут оказаться взрывными устройствами. Это может привести к их взрыву, многочисленным жертвам и разрушениям!

Обучающиеся \_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ . \_\_\_\_\_ 2017.

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

№п/п

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

## Инструктаж

### «Правила поведения во время массовых мероприятий»

1. Учащиеся приходят на мероприятие и уходят с него в заранее оговоренное время. Уход учащегося с мероприятия разрешается в исключительных случаях, При проведении общешкольных дискотек учащийся может уйти раньше с письменного разрешения классного руководителя.
2. Открытые мероприятия, праздники, торжественные линейки, и т.д. заканчиваются не позднее 19.00.
3. Не разрешается открывать окна в помещении, где проходит мероприятие, вовсе и во время его проведения.
4. Не разрешается ставить столы в кабинетах один на другой. При необходимости столы и стулья должны быть вынесены в коридор и аккуратно поставлены там.
5. Во время проведения мероприятия не разрешается хождение учащихся по школе.
6. Не разрешается курение учащихся .
7. При проведении мероприятий в классах назначаются дежурные, ответственные за подготовку и уборку помещения.
8. Присутствие и участие посторонних не разрешается.
9. При проведении мероприятий не разрешается устраивать световые эффекты с применением химических и других веществ, могущих вызвать пожар.
10. Запрещается использование бенгальских огней, хлопушек, петард т.д. в помещениях школы.

#### **Помните!**

В случае возникновения **ЧС** незамедлительно покиньте это место.

Если вы оказались в людской толпе, то необходимо выполнять следующие основные правила.

1. Никогда не идите против толпы.
2. Старайтесь избегать центра и краев толпы.
3. Уклоняйтесь от неподвижно стоящих на пути предметов: урн, столбов, деревьев, стен, забора, машин оцепления, углов зданий.
4. Не цепляйтесь руками за предметы.
5. Застегните одежду, бросьте сумку, зонтик, сбросьте туфли на высоком каблуке.
6. В плотной толпе возрастает вероятность сдавливания и удушья, поэтому следует сцепить руки в замок, сложить их на груди, защитить диафрагму или согнуть руки в локтях и прижать их к корпусу.
7. Толчки переносите терпеливо, не отвечайте на них.
8. Перед лицом должно быть пространство для обеспечения свободного дыхания.
9. Избегайте стеклянных витрин, оградительных сеток, набережных, мостов, транспортных средств, узких проходов.
10. Постоянно соблюдайте самообладание, контролируйте свое положение, старайтесь выбраться из толпы в безопасное место.
11. Имейте варианты отхода через проходные подъезды и дворы, переулки, примыкающие улицы.
12. Держитесь подальше от милиции, не вступайте в переговоры и стычки с ней.
13. Старайтесь держаться подальше от высоких и полных людей, от людей с колясками, объемными предметами в руках, с рюкзаками, животными, от инвалидов, пьяных, агрессивных.
14. Не пытайтесь поднять с земли упавшую вещь, даже если она очень дорогая, жизнь дороже.

Обучающиеся \_\_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_.\_\_\_\_\_2017.

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

№п/п

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

## Инструктаж «Правила поведения в общественных местах»

1. Обучающиеся обязаны:

- в общественных местах - на улицах, бульварах, во дворах, в парках, театрах, кинотеатрах, домах культуры, клубах, на стадионах, катках, спортплощадках, во всех видах транспорта строго соблюдать общественный порядок, правила уличного движения и пользования разными видами транспорта;
- быть вежливыми со старшими, внимательными к лицам преклонного возраста, инвалидам и маленьким детям;
- бережно относиться к государственному и общественному имуществу;
- соблюдать чистоту на улицах и в общественных местах;
- удерживать товарищей от недостойных поступков.

2. Детям и подросткам запрещается:

- участвовать в несанкционированных уличных шествиях, нарушающих общественный порядок;
- играть в карты и другие азартные игры, распивать спиртные напитки, торговать на улицах, бульварах, в скверах, на пляжах и в других общественных местах; заниматься перепродажей по завышенным ценам билетов в кинотеатры, видеосалоны, на публичные выступления рок-ансамблей, тиражированием, скупкой перепродажей товаров;
- загрязнять улицы, дворы, подъезды и другие общественные места;
- ломать зеленые насаждения, портить газоны и клумбы, стены домов и подъездов, а также другое государственное и общественное имущество, собираться группами в подъездах, на крышах домов и в подвалах.

Обучающиеся \_\_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ . \_\_\_\_\_ 2017.

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

№п/п

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

## **Инструктаж «Правила безопасного поведения при предложении ПАВ»**

### **Умей сказать «НЕТ!»**

1. Уверенным и настойчивым голосом дай чёткий и аргументированный отказ-отпор.
2. Откажись, не вступая в переговоры, и молча уйди.
3. Если наркотик, алкоголь тебе предложил друг, то он тебе не друг!
4. Если наркотик, алкоголь предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

### **10 причин, по которым ты должен отказаться:**

1. Наркотики, алкоголь не дают человеку мыслить самому за себя.
2. Наркотики, алкоголь толкают людей на преступления.
3. Наркотики, алкоголь дают фальшивое представление о счастье и удовольствии.
4. Наркотики, алкоголь часто приводят к несчастным случаям и страшной смерти.
5. Наркотики, алкоголь разрушают семьи, лишая самого дорогого.
6. Наркотики, алкоголь уничтожают дружбу.
7. Наркотики, алкоголь приводят к уродству детей.
8. Наркотики, алкоголь являются источником многих заболеваний.
9. Наркотики, алкоголь являются препятствием к духовному развитию и успешному будущему.
10. Наркотики, алкоголь делают человека слабым и безвольным, превращая в примитивное существо.

### **20 фраз отказа:**

1. Не похоже, чтобы мне стало от этого хорошо.
2. Я не собираюсь травить организм.
3. НЕТ, не хочу неприятностей.
4. Когда мне понадобится это, я дам тебе знать.
5. Мои родители меня убьют.
6. Я таких вещей боюсь.
7. Когда-нибудь в другой раз.
8. Эта «дрянь» не для меня.
9. НЕТ, спасибо, у меня и так хватает неприятностей с родителями.
10. Я за витамины!
11. Я и без этого превосходно себя чувствую.
12. НЕТ, спасибо, у меня на это аллергическая реакция.
13. НЕТ, мне понадобятся все мозги, какие есть.
14. НЕТ, спасибо. Это опасно для жизни.
15. Ты с ума сошел? Я даже не курю сигареты.
16. НЕТ. Я это пробовал, и мне не понравилось.
17. Мне не хочется умереть молодым.
18. НЕТ, я планирую иметь здоровую семью.
19. Я хочу быть долгожителем.
20. Это мне ничего не дает.

Обучающиеся \_\_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ . \_\_\_\_\_ 2017.

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

№п/п

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

## **Инструктаж «Правила поведения на каникулах»**

### **Общие правила поведения**

1. В общественных местах быть вежливым и внимательным к детям и взрослым, соблюдать нормы морали и этики.
2. Быть внимательным и осторожным на проезжей части дороги, соблюдать правила дорожного движения.
3. В общественном транспорте быть внимательным и осторожным при посадке и выходе, на остановках.
4. Во время игр соблюдать правила игры, быть вежливым.
5. Бережно относиться к государственному и общественному имуществу; соблюдать чистоту на улицах и в общественных местах.
6. Удерживать товарищей от недостойных поступков.
7. Находиться на улицах детям и подросткам до 16 лет без сопровождения взрослых разрешается в течение учебного года до 21 часа, а во время школьных каникул — до 22 часов.
8. Разрешается посещение спектаклей в театрах, киносеансов, дискотек, выступлений рок групп и других зрелищных мероприятий детям и подросткам до 16 лет до 20 часов 30 минут в течение учебного года и не позднее 21 часа 30 минут во время школьных каникул.
9. Не разговаривать с посторонними (незнакомыми) людьми. Не реагировать на знаки внимания и приказы незнакомца. Никуда не ходить с посторонними.
10. Не играть в темных местах, на свалках, стройплощадках, пустырях и в заброшенных зданиях, рядом с железной дорогой и автомагистралью.
11. Всегда сообщать родителям, куда идешь гулять.
12. Без сопровождения взрослых и разрешения родителей не ходить к водоемам (рекам, озерам, водохранилищам) и в лес, не уезжать в другой населенный пункт.
13. Одеваться в соответствии с погодой.
14. Не дразнить и не гладить беспризорных собак и других животных.
15. Находясь дома, быть внимательным при обращении с острыми, режущими, колющими предметами и электронагревательными приборами; не играть со спичками, зажигалками, не открывать незнакомым людям входную дверь.

### **Обучающимся запрещается:**

1. Участвовать в несанкционированных уличных шествиях, нарушающих общественный порядок;
2. Играть в карты и другие азартные игры, распивать спиртные напитки, торговать на улицах, бульварах, в скверах, на пляжах и в других общественных местах;
3. Ломать зеленые насаждения, портить газоны и клумбы, стены домов и подъездов, а также

другое государственное и общественное имущество, собираться группами в подъездах, на крышах

домов и в подвалах;

4. Играть, кататься на коньках, лыжах, санках, самокатах на проезжей части дороги;

5. Ездить на подножках и буферах троллейбусов, автобусов, автомашин, железнодорожных

вагонов;

6. Лицам моложе 14 лет управлять велосипедом при движении по дорогам, и моложе 16 лет — велосипедом с подвесным мотором, мопедом, скутером, мотоциклом;

Обучающиеся \_\_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ . \_\_\_\_\_ 2017.

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

№п/п

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

## Инструктаж

### «Правила поведения на осенних каникулах»

1. Соблюдать общие правила поведения на каникулах
2. Находясь вблизи водоемов, не входить в воду, не ходить по краю обрыва.
3. При походе на природу не поджигать сухую траву, не лазить по деревьям, внимательно смотреть под ноги.
4. При использовании скутеров, велосипедов соблюдать правила дорожного движения.
5. При использовании роликовых коньков, скейтов и самокатов, помнить, что проезжая часть не предназначена для их использования, кататься по тротуару.
6. Во время походов на природу обязательно надеть головной убор и одежду с длинными рукавами во избежание укусов клещей и других насекомых.

Обучающиеся \_\_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ . \_\_\_\_\_ 2017.

ФИО  
обучающегося  
Подпись обучающегося  
№п/п  
ФИО  
обучающегося  
Подпись обучающегося

## Инструктаж

### «Правила поведения на зимних каникулах»

1. Соблюдать общие правила поведения на каникулах.
2. В случае гололеда не спешить при ходьбе, не обгонять прохожих. При падении стараться упасть на бок, не хвататься за окружающих.
3. Во время катания на горках и катках, быть предельно внимательным, не толкаться, соблюдать правила техники безопасности:
  - 3.1. Соблюдать интервал при движении на лыжах по дистанции 3-4 м при спусках с горы - не менее 30 м; при спуске с горы не выставлять вперед лыжные палки; после спуска с горы не останавливаться у подножия горы во избежание столкновений с другими лыжниками; немедленно сообщить взрослым (родителям, знакомым) о первых же признаках обморожения; во избежание потертостей ног не ходить на лыжах в тесной слишком свободной обуви.
  - 3.2. Во время катания на коньках надо стараться обходить тех, кто плохо катается. При падении держать руки ближе к телу и пытаться как можно быстрее подняться на ноги. Надо считаться с конькобежцами, которые «выписывают» дуги и пируэты спиной вперед столкновения с ними не исключены. По неписаному правилу крытых катков, двигаться следует вдоль борта в одном направлении.
4. Находясь у водоемов, не ходить по льду (лед может оказаться тонким).
5. Использовать бенгальские огни и т.п. только в присутствии и с разрешения взрослых в специально отведенных для этого местах, соблюдая правила пожарной безопасности и инструкцию по применению.
6. Играя в снежки, не метить в лицо и в голову.
7. Не ходить вдоль зданий — возможно падение снега и сосулек.
8. Носи малоскользкую обувь.
9. Передвигайся осторожно, наступая на всю подошву.
10. Освободи руки – лучше ходить с рюкзаком, чем с сумкой, тогда будет проще на льду удерживать равновесие.
11. Прежде чем перейти проезжую часть даже по регулируемому переходу, дождись полной остановки транспортных средств.

Обучающиеся \_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ 2017.

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

№п/п

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

## Инструктаж

### «Правила поведения на весенних каникулах»

1. Соблюдать общие правила поведения на каникулах.
2. Не ходить вдоль зданий возможно падение снега и сосулек.
3. При использовании скутеров, велосипедов соблюдать правила дорожного движения.
4. При использовании роликовых коньков, скейтов и самокатов, помнить, что проезжая часть не предназначена для их использования, кататься по тротуару.
5. Находясь вблизи водоемов следует помнить:
  - на весеннем льду легко провалиться;
  - перед выходом на лед проверить его прочность – достаточно легкого удара, чтобы убедиться в этом;
  - быстрее всего процесс распада льда происходит у берегов;
  - весенний лед, покрытый снегом, быстро превращается в рыхлую массу.

#### Запрещается:

- выходить в весенний период на водоемы;
- переправляться через реку в период ледохода;
- подходить близко к реке в местах затора льда, стоять на обрывистом берегу, подвергнутому разливу и, следовательно, обвалу;
- собираться на мостиках, плотинах и запрудах;
- приближаться к ледяным заторам, отталкивать льдины от берегов, измерять глубину реки или любого водоема, ходить по льдинам и кататься на них (не редко дети используют всевозможные плавающие средства и бесхозные лодки, чтобы покататься по первой воде).

Обучающиеся \_\_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ . \_\_\_\_\_ 2017.

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

№п/п

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

## **Инструктаж «Правила поведения на летних каникулах»**

1. Соблюдать общие правила поведения на каникулах
2. Находясь на улице, надеть головной убор во избежание солнечного удара. При повышенном температурном режиме стараться находиться в помещении или в тени, чтобы не получить тепловой удар.
3. При использовании скутеров, велосипедов соблюдай правила дорожного движения.
4. При использовании роликовых коньков, скейтов и самокатов, помни, что проезжая часть не предназначена для их использования, ты должен кататься по тротуару.
5. Находясь вблизи водоемов, соблюдать правила поведения на воде. Не купаться в местах с неизвестным дном.
6. Входить в воду только с разрешения родителей и во время купания не стоять без движений. Не прыгать в воду головой вниз при недостаточной глубине воды, при необследованном дне водоема и при нахождении вблизи других пловцов. Не оставаться при нырянии долго под водой.
7. Не купаться более 30 мин., если же вода холодная, то не более 5-6 мин.
8. Не заплывать за установленные знаки ограждения водного бассейна (буйки), не купаться при большой волне, не подплывать близко к моторным лодкам, пароходам, баржам и пр. плаватель-ным средствам.
9. Почувствовав озноб, быстро выйти из воды и растереться сухим полотенцем. При судорогах не теряться, стараться держаться на воде и позвать на помощь.
10. Во время походов на природу обязательно надеть головной убор и одежду с длинными рукавами во избежание укусов клещей и других насекомых; не поджигать сухую траву, не лазить по деревьям, внимательно смотреть под ноги.

Обучающиеся \_\_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ 2017.

ФИО  
обучающегося  
Подпись обучающегося  
№п/п  
ФИО  
обучающегося  
Подпись обучающегося

## **Инструктаж «Правила дорожного движения»**

- 1.** Ходите только по тротуару!
- 2.** Переходите улицу в местах, обозначенных разметкой или знаками «пешеходный переход», а где их нет – на перекрестках по линии тротуаров.
- 3.** Переходя дорогу, посмотрите налево, а дойдя до середины – направо!
- 4.** На улицах и дорогах, где движение регулируется, переходите проезжую часть только при зеленом сигнале светофора или разрешающем жесте регулировщика.
- 5.** Не перебегайте дорогу перед близко идущим транспортом!
- 6.** При отсутствии в зоне видимости перехода или перекрестка разрешается переходить дорогу под прямым углом к краю проезжей части и там, где она хорошо просматривается в обе стороны.
- 7.** Пешеходы, не успевшие закончить переход, должны остановиться на линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений. Продолжить переход можно, лишь убедившись в безопасности дальнейшего движения и с учетом сигнала светофора (регулировщика).
- 8.** Стоящий на остановке автобус или троллейбус обходите только в разрешенных для перехода местах, соблюдайте при этом осторожность. Обходить этот транспорт спереди или сзади опасно!
- 9.** Не устраивайте игры вблизи дорог и не катайтесь на коньках, лыжах и санках на проезжей части улицы.
- 10.** Не цепляйтесь за проходящие автомобили – это опасно для жизни!
- 11.** При приближении транспортных средств с включенным проблесковым маячком синего цвета или маячками синего и красного цветов и специальным звуковым сигналом не начинайте переходить улицу, а если находитесь на дороге, уступите дорогу этим транспортным средствам и незамедлительно освободите проезжую часть.
- 12.** Ездить на велосипедах по улицам и дорогам детям разрешается детям не моложе 14 лет.
- 13.** Управлять транспортными средствами можно только при наличии водительского удостоверения!

Обучающиеся \_\_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ . \_\_\_\_\_ 2017.

ФИО  
обучающегося  
Подпись обучающегося  
№п/п  
ФИО  
обучающегося  
Подпись обучающегося

## Инструктаж

### «Правила поведения вблизи железнодорожных путей»

Помните, что опасно для жизни – оставлять детей без присмотра и позволять им играть вблизи железной дороги.

#### **Запомните:**

- Проезд и переход граждан через железнодорожные пути допускается только в установленных и оборудованных для этого местах;
- При проезде и переходе через железнодорожные пути гражданам необходимо пользоваться специально оборудованными для этого пешеходными переходами, тоннелями, мостами, железнодорожными переездами.

#### **Запрещается:**

- Подлезать под железнодорожным подвижным составом;
- Перелезать через автосцепные устройства между вагонами;
- Заходить за ограничительную линию у края пассажирской платформы;
- Бежать по пассажирской платформе рядом с прибывающим или отправляющимся поездом;
- Устраивать различные подвижные игры;
- Оставлять детей без присмотра (гражданам с детьми);
- Прыгать с пассажирской платформы на железнодорожные пути;
- Осуществлять посадку и (или) высадку во время движения.

Обучающиеся \_\_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ 2017.

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

№п/п

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

## Инструктаж «Правила поведения во дворе, на улицах, дома»

1. Прежде чем выйти из квартиры (дома), посмотрите в глазок убедитесь, что на площадке (около двери) нет посторонних, в противном случае переждите.
2. Никогда не заходите в лифт с посторонними (незнакомыми), а также в подъезд или на лестничную площадку, если там стоят подозрительные люди, особенно группа людей.
3. Если на вас все же напали в лифте, постарайтесь нажать кнопку «Вызов диспетчера», но не кричите, особенно в тех случаях, когда не уверены, что поблизости есть люди, способные помочь.
4. Проводя время во дворе, держитесь подальше от компаний подростков, которые старше вас, находятся в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, играют в азартные игры и т. п.
5. Никогда не садитесь в машину, мотоцикл и т. п. с незнакомыми людьми.
6. Не выносите на улицу дорогие вещи (магнитофон и т. п.), если около дома нет старших.
7. Не носите с собой ценности, деньги (без особой на то необходимости).
8. Не лазайте по подвалам, чердакам, крышам.
9. Гуляя на улице, старайтесь держаться поближе к своему дому, находиться в знакомой компании. Последнее условие обязательно, если вы уходите далеко от дома, особенно в чужой район, на танцы (дискотеку), рынок, в магазин, на концерт и т. п. При этом желательно, чтобы взрослые знали, где вы находитесь.
10. Призыв о помощи – это не свидетельство трусости, а необходимое средство самозащиты, иногда – спасение.
11. Если вы попали в западню – нападающих больше, они явно сильнее, поблизости нет никого, кто мог бы прийти на помощь, то лучше отдайте деньги или вещь, которую они требуют. Помните, что ваша жизнь и здоровье дороже всего.
12. Если вас начинают преследовать, идите (бегите) туда, где много людей, больше света (ночью) и т. д.
13. Никогда не играйте в азартные игры, особенно на деньги со старшими ребятами или взрослыми, вообще с незнакомыми людьми.
14. В целях личной безопасности (профилактики похищений) необходимо:
  - стараться не оставаться в одиночестве, особенно улице, по пути в школу и обратно, с места досуга;
  - чаще менять маршруты своего движения в школу, магазин, к друзьям и т. д.;
  - никогда не заговаривать с незнакомыми, а тем более в чем – то подозрительными людьми;
  - не садиться в чужие машины, не ездить с незнакомыми людьми;
  - всегда ставить в известность родственников о том, куда и когда вы направляетесь, у кого, сколько и где собираетесь быть, когда каким путем собираетесь возвращаться (если есть возможность, сообщите номер телефона, иные координаты, по которым вас можно найти).

Обучающиеся \_\_\_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ . \_\_\_\_\_ 2017.

ФИО  
обучающегося  
Подпись обучающегося  
№п/п  
ФИО  
обучающегося  
Подпись обучающегося

## **Инструктаж «Правила пожарной безопасности»**

1. Запрещено приносить в школу и пользоваться любыми зажигательными и курительными принадлежностями (спички, зажигалки, сигареты и т.п.). В школе и на ее территории курить запрещено!
2. Запрещено приносить в школу взрывоопасные предметы (хлопушки, петарды, фейерверки) и играть с ними.
3. Запрещено приносить и пользоваться в школе легковоспламеняющимися, горючими материалами и жидкостями, газовыми баллончиками.
4. Запрещено разводить костры на территории школы.
5. Нельзя без разрешения учителя включать в кабинете электрические приборы.
6. Не нагревайте незнакомые приборы, упаковки для порошков и красок. Особенно аэрозольные упаковки (металлические баллончики).
7. Опыты проводятся только в кабинетах физики и химии.
8. Не поджигайте сами и не позволяйте младшим поджигать тополиный пух и сухую траву на территории школы. Это очень ОПАСНО!
9. Необходимо научиться пользоваться огнетушителем.
10. Все дети должны помнить, где расположен план эвакуации, и понимать, как им пользоваться.
11. При обнаружении пожара или задымления срочно сообщите учителям, техническому персоналу школы и вызовите пожарных.

### **Действия учащихся при возникновении пожара в школе**

1. При возникновении пожара (вид открытого пламени, запах гари, задымление) немедленно сообщить работнику школы, соблюдать правила поведения при пожаре в школе
2. При опасности пожара находится возле учителя. Строго выполнять его распоряжения.
3. Не поддаваться панике. Внимательно слушать оповещение по школе и действовать согласно указаниям сотрудников школы.
4. По команде учителя (преподавателя) школы эвакуироваться из здания в соответствии с определенным порядком и планом эвакуации. При этом не бежать, не мешать своим товарищам, помогать малышам и одноклассникам.
5. Нельзя ходить в задымленном помещении в полный рост: дым всегда скапливается в верхней части комнаты или здания, поэтому лучше пригнуться, закрыв нос и рот платком, и выбираться из помещения.
6. Нельзя прятаться во время пожара под парту, в шкаф: от огня и дыма спрятаться невозможно.
7. При выходе из здания школы находиться в месте, указанном учителем.
8. Учащимся не разрешается участвовать в пожаротушении здания и эвакуации его имущества.
9. Обо всех причиненных травмах (раны, порезы, ушибы, ожоги и т.д.) учащиеся и их одноклассники обязаны немедленно сообщить учителю

### **Что нельзя делать при пожаре в квартире**

1. Не начинайте тушить огонь до вызова пожарных, так как за это время может разгореться большой пожар;
2. Не пытайтесь выйти через задымленную лестничную клетку (горячий воздух обжигает легкие, а дым очень токсичен);
3. Не пользуйтесь лифтом;

4. Не спускайтесь по водосточным трубам и стоякам либо при помощи простыней и веревок, если в этом нет острой необходимости (падение при отсутствии особых навыков почти всегда неизбежно);
5. Не открывайте окна и двери (это увеличит приток кислорода); не выпрыгивайте из окон (статистика показывает, что каждый второй прыжок с 4 этажа и выше смертелен);
6. Не гасите водой включенные в сеть электроприборы (может произойти замыкание).
7. Звоните пожарным по тел. **01** , мобильный номер **112**. Сообщите адрес, причину вызова и наиболее короткую дорогу к месту пожара.

Обучающиеся \_\_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_.\_\_\_\_\_2017.

ФИО  
обучающегося  
Подпись обучающегося  
№п/п  
ФИО  
обучающегося  
Подпись обучающегося

## **Инструктаж «Правила поведения на воде»**

Чтобы избежать несчастного случая, необходимо соблюдать следующие правила :

### **Если вы не умеете плавать**

- **Если вы не умеете плавать**, необходимо иметь при себе спасательные средства (круг, спасательный жилет, надувные нарукавники).
- Купаться можно только при наличии рядом родителей, взрослых.

### **На воде детям запрещено**

- употреблять спиртные напитки во время купания и жевать жвачку во время нахождения в воде.
- ходить к водоему одному.
- подплывать к идущим пароходам, катерам, вблизи которых возникают различные водовороты, 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 в 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. Если растеряться и перестать плыть, то можно утонуть. Часто вода попадает в дыхательное горло и мешает дышать. Чтобы избавиться от нее, необходимо немедленно остановиться, поднять голову как можно выше над водой и сильно откашляться.
- 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 и с такой силой, что даже опытный пловец не всегда в состоянии выплыть.
- 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 остановиться и 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 для этого достаточная глубина, прозрачная вода и ровное дно.

Обучающиеся \_\_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ . \_\_\_\_\_ 2017.

ФИО  
обучающегося  
Подпись обучающегося  
№п/п  
ФИО  
обучающегося  
Подпись обучающегося

## **Инструктаж «Правила поведения на льду»**

До наступления устойчивых морозов, водоемы покрываются льдом, который очень не прочен и легко ломается под ногами человека или под тяжестью техники. Скрепленный вечерним или ночным холодом, он ещё способен выдерживать небольшую нагрузку, но днем быстро нагреваясь от просачивающейся через него талой воды, становится пористым и очень слабым, хотя сохраняет достаточную толщину. Однако каждый год многие люди пренебрегают мерами предосторожности и выходят на тонкий осенний лед, тем самым, подвергая свою жизнь смертельной опасности.

### **Становление льда:**

- Как правило, водоемы замерзают неравномерно, по частям: сначала у берега, на мелководье, в защищенных от ветра заливах, а затем уже на середине.
- На озерах, прудах (на всех водоемах со стоячей водой, особенно на тех, куда не впадает ни один ручеек, в которых нет русла придонной реки, подводных ключей) лед появляется раньше, чем на речках, где течение задерживает льдообразование.
- На одном и том же водоеме можно встретить чередование льдов, которые при одинаковой толщине обладают различной прочностью и грузоподъемностью.

### **Это нужно знать:**

1. Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 см в пресной воде и 15 см в соленой.
2. В устьях рек и протоках прочность льда ослаблена.
3. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а так же в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов, камыша.
4. Если температура воздуха выше 0 градусов держится более трех дней, то прочность льда снижается на 25%.
5. Прочность льда можно определить визуально:
  - лед голубого цвета - прочный,
  - белого - прочность его в 2 раза меньше,
  - матово белый или с желтоватым оттенком - ненадежен.

### **Правила поведения на льду:**

1. Не переходите водоем по льду в запрещенных местах.
2. Не выезжайте на лед на мотоциклах, автомобилях вне переправ.
3. Не выходите на тонкий лед в начале зимы (лед ломается со звонким хрустом, трещит) и в начале весны (лед ломается без треска, вода быстро просачивается и заполняет следы).
4. В начале зимы наиболее опасна середина водоема. В конце зимы опасны прибрежные участки, участки вблизи сливных труб, под мостами.
5. Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).
6. При переходе через реку пользуйтесь ледовыми переправами.
7. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Имейте в руках палку, прощупывайте перед собой путь. Если после первого сильного удара покажется хоть немного, или если лед начал трескаться - это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае следует осторожно лечь и ползти по своим следам обратно или отойти по своему же следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин.

8. При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне или по натоптаным следам и тропинкам. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.
9. Не собирайтесь группами на отдельных участках льда. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м). Вперед пропустите самого опытного.
10. 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.
11. Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалится.
12. На замерзший водоем необходимо брать с собой прочный шнур длиной 20 - 25 метров с большой глухой петлей на конце и грузом. Груз поможет забросить шнур к провалившемуся в воду товарищу, петля нужна для того, чтобы пострадавший мог надежнее держаться, продев ее подмышку.
13. Родители! Не отпускайте детей на лед (на рыбалку, катание на лыжах и коньках) без присмотра!
14. Одна из самых частых причин трагедий на водоёмах - алкогольное опьянение. Люди неадекватно реагируют на опасность и в случае чрезвычайной ситуации становятся беспомощными.

#### **Что делать, если вы провалились в холодную воду:**

1. Не паникуйте, не делайте резких движений, не нырять и не мочить голову, стабилизируйте дыхание.
2. Придерживайтесь за край льда.
3. Зовите на помощь: «Тону!»
4. Выбирайтесь на ту сторону льда, откуда пришли.
5. Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.
6. Выталкивайте свое тело на лед, помогая ногами, опираясь на согнутые в локтях руки.
7. Если лед ломается, все равно не оставляйте попыток выбраться.
8. Попробуйте осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лед. Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.
9. Ползите в ту сторону, откуда пришли - лед здесь уже проверен на прочность. Отползите на 2-3 метра, встаньте и идите к ближайшему жилью. Отдохнуть можно только в тёплом помещении.

#### **Если человек попал в полынью:**

1. Попросите кого-нибудь вызвать “скорую помощь” и спасателей или сами вызовите их по сотовому телефону «112».
2. Вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой или длинным шарфом. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
3. Завяжите на конце веревки узел.
4. Постарайтесь приблизиться к полынье по следам, последние 10-15 метров передвигайтесь ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.

5. Остановитесь от находящегося в воде человека в нескольких метрах, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест. (**Запомните!** Не наматывайте веревку на руку – пострадавший может утянуть и вас в полынью.)
6. Осторожно вытащите пострадавшего на лед, и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны. Ползите в ту сторону, откуда пришли.
7. Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему первую помощь до приезда врачей: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи) смоченной в спирте или водке суконкой или руками, напоите пострадавшего горячим чаем. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь – в подобных случаях это может привести к летальному исходу.
8. Вызовите скорую медицинскую помощь.

Обучающиеся \_\_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_ 2017.

ФИО  
обучающегося  
Подпись обучающегося  
№п/п  
ФИО  
обучающегося  
Подпись обучающегося

## **Инструктаж**

### **«Правила поведения по электробезопасности»**

Человек попадает под действие электрического тока и поражается им при соприкосновении с оборванными или провисшими проводами или даже при приближении к лежащему на земле проводу, а также при неправильном и неосторожном обращении с электроприборами.

Для предотвращения электротравм:

- Не прикасайтесь к проводам, провисшим или лежащим на земле;
- Не влезайте на опоры высоковольтных линий, крыши домов и строений, где поблизости проходят электрические провода;
- Не запускайте воздушные змеи и не играйте под линиями электропередачи;
- Не набрасывайте на провода проволоку и другие предметы;
- Не входите в распределительные пункты и трансформаторные подстанции.

**При обращении с электроприборами нужно строго выполнять правила безопасности** (нарушение этих правил может стать причиной несчастных случаев):

1. Ни в коем случае нельзя касаться оголенных проводов, по которым идет электрический ток.
2. Нельзя проверять наличие электрического тока в приборах или проводах пальцами. Чтобы не повредить изоляции и чтобы не было коротких замыканий (вспышек пламени), нельзя заземлять провода дверями, оконными рамами, закреплять провода на гвоздях. Нужно следить за тем, чтобы электрические провода не соприкасались с батареями отопления, трубами водопровода, с телефонными и радиотрансляционными проводами.
3. Нельзя играть у розеток, втыкать в них шпильки, булавки, дергать провода, так как это может привести к поражению током.
4. Нельзя вешать одежду и другие вещи на выключатели, ролики и провода, так как провода могут оборваться. Коснувшись один другого, они вызовут пожар.
5. Опасно включать и выключать электрические лампочки, а также бытовые приборы мокрыми руками. Заменять перегоревшие лампочки нужно при отключенном выключателе.
6. Категорически запрещается пользоваться бытовыми электроприборами, по корпусу которых проходит ток (прибор «кусается»). Штепсельную вилку при включении и выключении приборов нужно брать за пластмассовую колодку, а не за провод.
7. Приборы, в которых кипятят воду, готовят пищу (электрочайники, кастрюли), нельзя включать в сеть пустыми. Их нужно наполнить водой не меньше чем на одну треть. Когда наливают воду в чайник или кастрюлю, они должны быть обязательно выключены.
8. Нужно следить также и за тем, чтобы шнуры, снятые с приборов, не оставались присоединенными к штепсельной розетке, потому что при случайном прикосновении к ним возможно поражение током.
9. Включать и выключать любой электробытовой прибор нужно одной рукой, желательно правой, не касаясь при этом водопроводных, газовых и отопительных труб.
10. Чтобы избежать пожара, бытовые электроприборы нужно устанавливать на специальных подставках (керамических, металлических или из асбеста) и на безопасном расстоянии от легко загорающих предметов (занавесей, портьер, скатертей).
11. Нельзя оставлять включенные электроприборы без надзора или поручать наблюдать за ними детям. Это может привести к пожару.

Обучающиеся \_\_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_.\_\_\_\_\_2017.

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

№п/п

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

## Инструктаж

### «Правила поведения по газовой безопасности»

Утечка газа может привести к отравлению человека и взрыву помещения. Чтобы предотвратить это, необходимо соблюдать правила безопасности при использовании бытового газа. Перечислим основные из них:

1. Чтобы зажечь газовую горелку, сначала поднесите зажженную спичку, а затем плавно и осторожно откройте газовый кран.
2. Не оставляйте включенные газовые горелки без присмотра.
3. Следите за тем, чтобы нагреваемая на газовой плите жидкость не залила пламя горелки.
4. Заметив потухшую горелку, не пытайтесь ее зажечь вновь - это может привести к взрыву. Перекройте кран подачи газа, распахните окна и как следует проветрите кухню. Сообщите о случившемся взрослым.

Самая обыкновенная газовая плита на кухне может стать источником многих неприятностей, если не соблюдать некоторых мер предосторожности: ведь, сгорая, газ выделяет в воздух различные токсические вещества.

1. Поэтому пока горит газ, держите открытой форточку или фрамугу, а кухонную дверь обязательно закройте.
2. Следите, чтобы пламя над горелкой было голубым, без примеси желтого и красного цвета.

Необходимо постоянно помнить и выполнять правила пользования газом:

1. Не оставляйте без присмотра включенные газовые приборы;
2. Не допускайте к использованию газовыми приборами детей дошкольного возраста, а также лиц, не знающих правил обращения с этими приборами.
3. Спускаясь в подвалы, не пользуйтесь открытым огнем и электровыключателями, не убедившись в отсутствии запаха газа. При появлении запаха газа сообщайте об этом по телефону **04** и взрослым.

#### Что делать при утечке газа?

1. Выключите газовые конфорки. Перекройте газовый кран.
2. Избегайте всяких действий, вызывающих искрение и повышение температуры воздуха в помещении.
3. Не трогайте электровыключатели, это тоже может вызвать появление искры.
4. Обеспечьте интенсивное проветривание помещения, открыв все окна.

Обучающиеся \_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем

\_\_\_\_\_ 2017.

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

№п/п

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

## **Инструктаж «Правила пользования пиротехникой»**

Фейерверки являются огнеопасными изделиями и требуют повышенного внимания при обращении с ними!

**Применение пиротехнических изделий категорически запрещается детям!**

А также:

- в помещениях, зданиях, сооружениях, а также на крышах, балконах и лоджиях;
- на территориях взрывоопасных и пожароопасных объектов, возле линий электропередач;
- на сценических площадках при проведении концертных и торжественных мероприятий;
- на территориях объектов культурного наследия, заповедников, заказников и национальных парков.
- не допускается применение изделий с истекшим сроком годности, следами порчи, без инструкции по эксплуатации и сертификата соответствия.

**Основные правила**, которые должны знать все:

1. Покупайте пиротехнику: салюты, фейерверки и другие пиротехнические изделия только в специализированных магазинах, а не с рук или на рынках, где вам могут подсунуть контрафакт.
2. Нельзя устраивать фейерверки или салюты ближе 20 метров от жилых помещений или легко воспламеняющихся предметов, под низкими навесами и кронами деревьев.
3. Запускайте фейерверк на заранее выбранной площадке, соблюдая безопасное расстояние
4. Нельзя держать фитиль во время поджигания около лица.
5. Поджигать фитиль нужно на расстоянии вытянутой руки. Горит он 6-8 сек. Отлетевшую от фейерверка искру трудно потушить, поэтому если она попадет на кожу - ожог обеспечен.
6. Поджигать пиротехническое изделие с расстояния вытянутой руки
7. Нельзя направлять ракеты и фейерверки на людей. Ракеты - это пиротехнические изделия повышенной опасности. Иногда, при установке в снег, ракета может накрениться, изменить направление и улететь в толпу. Поэтому при использовании таких пиротехнических изделий, как ракеты, необходимо следить за тем, чтобы их пусковые трубки были надежно зафиксированы на земле.
8. Нельзя применять салюты или фейерверки при сильном ветре.
9. Нельзя разрешать детям баловаться с пиротехникой. Пиротехнические изделия - это не игрушка для детей!
10. **Фейерверки запускать только взрослым и не направлять в людей**
11. Нельзя ронять пиротехнические изделия, а тем более специально бросать их под ноги.
12. Нельзя запускать фейерверк с рук (кроме хлопушек и бенгальских свечей).
13. Никогда не запускайте фейерверк с рук
14. Нельзя подходить к зажжённым салютам или фейерверкам ближе безопасного расстояния, указанного в инструкции по его применению.
15. Нельзя носить пиротехнические изделия в карманах.
16. Нельзя наклоняться над фейерверком.

Каждое пиротехническое изделие снабжено инструкцией по его применению. Найдите пару минут, чтобы внимательно ознакомиться с этой инструкцией. Это защитит Вас от ошибочных действий при применении пиротехники.

**Помните!**

Большинство несчастных случаев при использовании пиротехнических изделий происходит из-за безответственности и по недомыслию. Берегите себя, здоровье и жизнь своих близких и окружающих Вас людей !

Обучающиеся \_\_\_\_класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ . \_\_\_\_\_ 2017.

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

№п/п

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

## Инструктаж

### «Правила поведения во время новогодних мероприятий»

Новый год и Рождество – долгожданные праздники, любимые всеми. Но не стоит забывать, что именно в период праздничных дней дома, на прогулках и в гостях вас могут поджидать самые неожиданные опасные ситуации.

Чтобы избежать их или максимально сократить риск воспользуйтесь следующими правилами:

1. Если вы поехали на новогоднее представление с родителями, ни в коем случае не отходите от них далеко, т.к. при большом скоплении людей легко затеряться.
2. В местах проведения массовых новогодних гуляний старайтесь держаться подальше от толпы, во избежание получения травм.

#### **Следует:**

3. Подчиняться законным предупреждениям и требованиям администрации, милиции и иных лиц, ответственных за поддержание порядка, пожарной безопасности.
  4. Вести себя уважительно по отношению к участникам массовых мероприятий, обслуживающему персоналу, должностным лицам, ответственным за поддержание общественного порядка и безопасности при проведении массовых мероприятий.
  5. Не допускать действий, способных создать опасность для окружающих и привести к созданию экстремальной ситуации.
  6. Осуществлять организованный выход из помещений и сооружений по окончании мероприятий
  7. При получении информации об эвакуации действовать согласно указаниям администрации и сотрудников правоохранительных органов, ответственных за обеспечение правопорядка, соблюдая спокойствие и не создавая панику.
- Во время новогодних праздников, помимо обычных правил пожарной безопасности следует соблюдать ещё несколько простых норм, которые позволят вам получить от выходных дней только положительные эмоции:

1. Не украшайте ёлку матерчатыми и пластмассовыми игрушками.
2. Не обкладываете подставку ёлки ватой.
3. Освещать ёлку следует только электрогирляндами промышленного производства.
4. В помещении не разрешается зажигать бенгальские огни, применять хлопушки и восковые свечи.

#### **Помните, открытый огонь всегда опасен!**

5. Не следует использовать пиротехнику, если вы не понимаете как ею пользоваться, а инструкции не прилагается, или она написана на непонятном вам языке.
6. Нельзя ремонтировать и вторично использовать не сработавшую пиротехнику.
7. Категорически запрещается применять самодельные пиротехнические устройства.

#### **Запрещено:**

- устраивать "салюты" ближе 30 метров от жилых домов и легковоспламеняющихся предметов, под низкими навесами и кронами деревьев.
- носить пиротехнику в карманах.
- держать фитиль во время зажигания около лица.
- использовать пиротехнику при сильном ветре.
- направлять ракеты и фейерверки на людей.
- бросать петарды под ноги.
- низко нагибаться над зажженными фейерверками.
- находиться ближе 15 метров от зажженных пиротехнических изделий.

Обучающиеся \_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ . \_\_\_\_\_ 2017.

ФИО  
обучающегося  
Подпись обучающегося  
№п/п  
ФИО  
обучающегося  
Подпись обучающегося

## Инструктаж

### «Правила поведения на спортивной площадке»

**При проведении занятий на открытой спортивной площадке возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:**

-физические (спортивные снаряды, различное оборудование, приспособления и инвентарь; наземное покрытие спортивных площадок; любые посторонние предметы, находящиеся на спортивной площадке и в песке прыжковой ямы; возможные статические и динамические перегрузки; метательные снаряды; скользкие поверхности; экстремальные погодные условия);

-химические (пыль, а также любые другие загрязнения воздуха).

1. На спортивной площадке заниматься только в спортивной одежде и обуви с нескользкой

подошвой, при ветреной погоде одеть лёгкую куртку и шапочку.

2. Соблюдать личную гигиену ( следить за чистотой тела, коротко остригать ногти ).

3. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить учителю, который сообщает об этом администрации школы. При плохом самочувствии и внезапном заболевании прекратите занятия и сообщите об этом учителю.

4. Уходите со спортивной площадки по команде учителя спокойно, не торопясь. Вымойте с мылом руки, умойтесь.

5. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом учителю.

6. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

7. При возникновении аварийных ситуаций (бури, ураганы, ливня, грозы ), по указанию учителя

быстро, без паники, покиньте спортивную площадку или стадион.

**Учащимся запрещается организовывать спортивные игры и тренировки в отсутствие учителя.**

Соблюдение данной инструкции обязательно для всех учащихся, занимающихся на спортивной площадке или стадионе

Обучающиеся \_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ 2017.

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

№п/п

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

## Инструктаж

### «Правила поведения при работе на пришкольном участке»

1. Учащиеся могут находиться на пришкольном участке только с разрешения учителя при выполнении работ на уроках труда, биологии, окружающего мира, географии, при прохождении летней практики.
2. К работе на участке допускаются учащиеся после прохождения инструктажа по технике безопасности, что подтверждается его росписью в журнале по технике безопасности.
3. Учащиеся должны иметь рабочую одежду, обувь, перчатки, головной убор.
4. Учащиеся должны соблюдать порядок и правила поведения на участке.
5. Запрещается самостоятельная смена работы учащимися.
6. Запрещается использование испорченного инвентаря, способного привести к травме.
7. Запрещается нахождение посторонних лиц на участке без разрешения учителя.
8. Учащиеся должны соблюдать осторожность при работе с некоторыми растениями.
9. При нарушении правил техники безопасности учащиеся удаляются с участка и не допускаются к работе.

### Правила безопасного обращения с инвентарём

1. Сельскохозяйственный инвентарь выдаётся учителем.
2. Сельскохозяйственный инвентарь нужно переносить рабочей поверхностью вниз, в вертикальном положении.
3. Нельзя размахивать по сторонам инвентарём.
4. Сельскохозяйственный инвентарь нельзя передавать броском друг другу.
5. Во время отдыха сельскохозяйственный инвентарь нужно укладывать на грунт рабочей острой поверхностью **вниз**.
6. Колющие и режущие инструменты (ножи, секаторы) необходимо держать рабочей частью в направлении от себя.
7. При прополке нужно работать в перчатках.
8. При поливе водой с использованием вёдер нужно соблюдать нормы переноса тяжести.
9. После окончания работы сельскохозяйственный инвентарь нужно очистить и сдать учителю.
10. Переноску тяжестей осуществлять только вдвоем с использованием специального инвентаря (ведра, носилки) с соблюдением предельно допустимой нормы переноски тяжестей для учащихся:  
12-14 лет - девушки - 3,0 кг, юноши - 6,0 кг.  
15 лет - девушки - 4,0 кг, юноши - 7,0 кг.  
16 лет - девушки - 5,0 кг, юноши - 11,0 кг.  
17 лет - девушки - 6,0 кг, юноши - 13,0 кг.
11. Не употреблять пищевые продукты во время работы.
12. Не пить воду из открытых непроверенных водоемов, нужно употреблять питьевую воду, приносимую с собой в пластиковых бутылках.
13. При плохом самочувствии сообщить об этом руководителю работ.
14. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом руководителю работ и администрации учреждения.
15. В случае резкого ухудшения погоды, по указанию руководителя немедленно прекратите занятие и вернитесь в учебный кабинет.
16. Проверить наличие всех учащихся по списку, провести переключку.
17. Тщательно вымыть руки и лицо с мылом.

Обучающиеся \_\_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ . \_\_\_\_\_ 2017.

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

№п/п

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

## **Инструктаж «Правила поведения с животными»**

### **Собаки**

1. Если вам уж очень хочется погладить домашнюю собаку, обязательно спросите разрешения у ее хозяина. Если он разрешит, гладьте ее осторожно и ласково, не делая резких движений, чтобы собака не подумала, что вы хотите ее ударить
2. Не надо считать, что помахивание хвостом говорит о выражении собакой своего дружелюбия. Иногда это говорит о ее недружелюбном настрое.
3. Не стоит пристально смотреть в глаза собаке и улыбаться. На собачьем языке это значит скалиться и показывать свое превосходство.
4. Ни в коем случае нельзя показывать свой страх перед собакой. Собака может почувствовать это и повести себя агрессивно. И уж тем более нельзя убегать от собаки. Этим вы изображаете из себя убегающую дичь и предлагаете собаке поохотиться...
5. Не кормите чужих собак и не трогайте их во время еды или сна.
6. Не подходите к собаке, сидящей на привязи.
7. Не приближайтесь к большим собакам охранных пород. Некоторые из них выучены бросаться на людей, приблизившихся на определенное расстояние.
8. Не делайте резких движений, общаясь с собакой или с ее хозяином. Собака может подумать, что вы ему угрожаете.
9. Не трогайте щенков и не пытайтесь отобрать предмет, с которым собака играет.
10. Всегда лучше отойти в сторону и пропустить идущих навстречу собаку с хозяином. Особенно если это происходит где-нибудь в узком месте.

### **Кошки**

1. Не тяните кота или кошку за хвост, а также не гладьте незнакомых кошек.
2. Если человек не нравится коту, он может прокусить ему руку или расцарапать до крови лицо. Известны случаи, когда кошка лишала человека глаз. Кошка может занести в рану инфекцию.

**Бешенство** – страшная болезнь, от которой у которой умирают и люди, и животные. Из диких животных ею особенно часто болеют лисы, а из домашних — собаки. Инфекция попадает со слюной животного в кровь человека. Если вас укусила собака (или кошка), поступайте следующим образом:

- Не пытайтесь сразу же остановить кровь. Кровотечение может помочь удалить слюну животного из раны.
- При возможности промойте рану чистой водой и смажьте кожу вокруг укуса йодом или спиртом. Расскажите о происшедшем родителям и немедленно обратитесь в ближайшую больницу.
- Если вам известен хозяин собаки, сообщите его адрес врачу, чтобы собаку проверили на бешенство. А как узнать — бешеная собака или нет? Заболевшие бешенством собаки обычно становятся капризными. Им трудно пить воду — они даже боятся к ней подходить. Походка у них неуверенная, лай — хриплый. Они прячутся в темном месте, сторонятся людей, а иногда наоборот — становятся вдруг агрессивными, нападают на других собак и людей.

### **Змеи**

Нападает змея в двух случаях: если ей преградили дорогу и если человек наступил на нее. У змеи плохое зрение и обоняние, поэтому наступить на нее легко.

Гадюка и уж различаются формой головы и рисунком на теле. Но со страха их можно перепутать.

Чтобы обезопасить себя от укуса змеи, запомните три правила:

- В незнакомой местности всегда спрашивайте местных жителей о «змеиных местах».
- Собираясь на природу за грибами и ягодами, обязательно надевайте сапоги.
- Увидев змею, не трогайте ее, а обойдите. Если гадюка свернулась кольцом, значит, она собирается броситься на человека.

Никогда не лезьте в гнезда ос и в ульи на пасеке. Никогда не подходите близко к незнакомой корове или быку, они могут нанести вам серьезную травму.

Обучающиеся \_\_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_.\_\_\_\_\_2017.

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

№п/п

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

## **Инструктаж «Комплексная безопасность»**

**Для сохранения здоровья и жизни соблюдайте:**

1. Правила антитеррористической защищенности. Не предпринимайте самостоятельно никаких действий с находками или подозрительными предметами, которые могут оказаться взрывными устройствами. Это может привести к их взрыву, многочисленным жертвам и разрушениям!
2. Правила поведения во время массовых мероприятий и общественных местах. Если тебе угрожает опасность, не стесняйся звать на помощь и защищаться!
3. Правила дорожного движения на всех видах транспорта. Только строгое соблюдение ПДД защищает всех вас от опасностей на дороге.
4. Правила поведения во дворе, на улицах, дома, на спортивных площадках. Всегда предупреждай родителей куда идёшь, с кем и когда вернёшься. Это очень важно - только тогда тебе смогут помочь в случае опасности!
5. Правила пожарной безопасности и пользования газо- и электроприборами, соблюдая их вы никогда не попадете в беду.
6. Правила поведения у водоема (на льду) зимой и во время оттепели. Помните: своевременно принятые меры безопасности на льду предохраняют от беды!
7. Правила поведения с животными. Не дразни собак и не провоцируй их нападение.
8. Правила безопасности в сети Интернет. Интернет может быть прекрасным местом как для обучения, так и для отдыха и общения с друзьями. Но, как и весь реальный мир, Сеть тоже может быть опасна.

**ПОМНИТЕ** об опасности употребления ПАВ (химических веществ, курительных смесей, психотропных препаратов, алкоголя). Умирают при употреблении ПАВ по двум причинам: от острой сердечной недостаточности и от острого отека головного мозга. Спасти в таком состоянии невозможно...

Обучающиеся \_\_\_\_ класса проинструктированы классным руководителем  
\_\_\_\_\_ . \_\_\_\_\_ 2017.

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

№п/п

ФИО

обучающегося

Подпись обучающегося

## Для родителей

### **Памятка по безопасному использованию пиротехнических изделий**

Основные покупатели пиротехники — дети. Поэтому, если ваш ребенок обожает запускать фейерверки и взрывать петарды, объясните ему правила безопасности при обращении с пиротехникой.

#### **Рекомендации для родителей:**

1. Прежде чем покупать какие-либо пиротехнические изделия, проведите с детьми беседу о правилах безопасности при использовании данных изделий. Особенно подчеркните, насколько важно держать их подальше от лица и тела, переносить с большой осторожностью и никогда не зажигать, если рядом нет взрослого.
2. Покупайте детям бенгальские свечи - самый простой и основной тип фейерверочных изделий. Бенгальские свечи разрешены законом почти везде, они излучают много света и интенсивно горят в течение нескольких секунд, даря захватывающее зрелище без риска нежелательных взрывов.
3. Держитесь подальше от фейерверков и других воздушных пиротехнических изделий. Они непредсказуемы и могут запускаться только взрослыми и только в открытых местах. Воздушные фейерверки обычно больше всего притягивают детей благодаря своим динамичным светящимся эффектам.
4. Покупайте новинки пиротехнической продукции, которые относятся к современному безопасному поколению фейерверков, ими могут использоваться почти все. Дымовые шары, ручные бластеры, механические хлопушки и снэпперы - все эти новые фейерверочные изделия издадут много шума, но не воспламеняются и не взрываются, поэтому не создают опасности возгорания.
5. Покупайте готовые к использованию фейерверки, а не наборы, которые нужно собирать самим. Даже самый простой комплект, который требует дополнительной сборки, может представлять сложность для детей и стать причиной травмы, если его зарядить неправильно.

#### **Несколько дополнительных рекомендаций:**

- Очень маленькие дети не должны иметь доступ к любым видам фейерверочных изделий, какими бы ответственными и взрослыми они ни казались. Дети старше 10 лет могут запускать безопасные виды фейерверков, если они находятся под присмотром взрослых.
- Большая часть травм из-за фейерверков происходит у детей 10-14 лет, поэтому следите за своими детьми, независимо от того, сколько им лет.
- Не позволяйте детям покупать фейерверки самостоятельно. Либо пойдите в магазин вместе с ними, либо купите для них наиболее безопасные экземпляры, которые можно запускать вместе со взрослыми.

**РОДИТЕЛИ !** Не допускайте детей к реке без надзора взрослых, особенно во время ледохода предупредите их об опасности нахождения на льду при вскрытии реки или озера. Помните, что в период паводка, даже при незначительном ледоходе, несчастные случаи чаще всего происходят с детьми. Разъясните детям правила поведения в период паводка, запрещайте им шалить у воды, пересекайте лихачество. Не разрешайте кататься на самодельных плотках, досках, бревнах или плавающих льдинах. Оторванная льдина, холодная вода, быстрое течение грозят гибелью. Разъясните детям меры предосторожности в период ледохода и весеннего паводка.

**Ребята!**

Не выходите на лед во время весеннего паводка.

Не катайтесь на самодельных плотках, досках, бревнах и плавающих льдинах не прыгайте с одной льдины на другую.

Не стойте на обрывистых и подмытых берегах - они могут обвалиться.

Когда вы наблюдаете за ледоходом с моста, набережной причала, нельзя перегибаться через перила и другие ограждения.

Если вы оказались свидетелем несчастного случая на реке или озере, то не теряйтесь, не убегайте домой, а громко зовите на помощь, взрослые услышат и могут выручить из беды.

Не подходите близко к ямам, котлованам, канализационным люкам и колодцам.

Школьники, будьте осторожны во время весеннего паводка и ледохода.

Не подвергайте свою жизнь опасности!

Соблюдайте правила поведения на водоемах во время таяния льда, разлива рек и озер.

Внимание - опасность на дорогах!

Весеннее солнышко манит на воздух. Но, к сожалению, не все дети правильно ведут себя на улице. Они играют на проезжей части, перебегают дорогу в запрещенных местах. Это кончается иногда трагически.

Нельзя забывать, что в весенние дни движение на улицах становится интенсивнее: выезжают и те водители, которые зимой обычно не ездят. Это владельцы индивидуальных транспортных средств, мотоциклов, мотороллеров, мопедов. Кроме того, в сухую солнечную погоду водители ведут свой транспорт быстрее, чем обычно. Поэтому, прежде чем перейти дорогу, внимательно посмотрите по сторонам. И если увидите приближающийся автомобиль, пропустите его. На велосипеде катайтесь только во дворах или на специальных площадках.

Запомните, что от несчастного случая вы уберёжете себя только безукоризненным соблюдением Правил дорожного движения.

Всегда помните, что знание и соблюдение Правил дорожного движения — гарантия безопасности вашей жизни.

- Ходить по обочине дороги, улицы навстречу движения транспорта.
- Не перебегайте дорогу перед близко идущим транспортом!
- Обходить автобус и троллейбус сзади, а трамвай спереди, особенно если вы выехали за пределы родного городка.
- Услышав шум приближающегося транспорта, оглянитесь и пропустите его.
- Не выходите на дорогу в зонах ограниченной видимости со стороны водителя и пешехода.
- Не отпускайте от себя детей младшего возраста в местах движения транспорта.
- Езда на велосипеде по дорогам и улицам допускается с 14 лет на расстоянии 1-го метра от обочины, а групповая езда в колонну по одному.
- Находясь дома, в квартире не открывайте дверь незнакомцам.

- Задержавшись вне дома, делайте контрольные звонки родителям.
  - Обходите стороной группы подростков особенно в вечернее время.
  - Отказывайтесь от любого приглашения незнакомых людей в машину и показать, например улицу или дом.
  - Не находитесь на улице позже 22 часов,
  - Не сокращайте путь по пустырям и глухим переулкам в вечернее время.
  - Избегайте случайных знакомств
  - Обходите места оборванных проводов, они могут быть под напряжением.
- Уважаемые родители!

Летом, с началом каникул, наших детей подстерегает повышенная опасность на дорогах, у водоемов, в лесу, на игровых площадках, в саду, во дворах. **Этому** способствует погода, летние поездки и любопытство детей, наличие свободного времени, а главное отсутствие должного контроля со стороны взрослых.

Чтобы дети были отдохнувшими, здоровыми и живыми надо помнить ряд правил и условий при организации их отдыха с родителями, родственниками, друзьями (на даче или в деревне у бабушки):

-формируйте у детей навыки обеспечения личной безопасности;

-проведите с детьми индивидуальные беседы, объяснив важные правила, соблюдение которых поможет сохранить жизнь;

-решите проблему свободного времени детей;

**Помните!** Поздним вечером и ночью (с 22 до 6 часов местного времени) детям и подросткам законодательно запрещено появляться на улице без сопровождения взрослых; постоянно будьте в курсе, где и с кем ваш ребенок, контролируйте место пребывания детей;

-не разрешайте разговаривать с незнакомыми людьми. Объясните ребенку, что он имеет полное право сказать «нет» всегда и кому угодно, если этот «кто-то» пытается причинить ему вред;

-объясните детям, что ни при каких обстоятельствах нельзя садиться в машину с незнакомыми людьми;

-убедите ребенка, что вне зависимости от того, что произошло, вы должны знать о происшествии, ни в коем случае не сердитесь, всегда примите его сторону. Объясните, что некоторые факты никогда нельзя держать в тайне, даже если они обещали хранить их в секрете;

-плавание и игры на воде кроме удовольствия несут угрозу жизни и здоровью детей.

Когда ребенок в воде, не спускайте с него глаз, не отвлекайтесь - подчас минута может обернуться трагедией;

-обязательно объясните детям, что они не должны купаться в одиночку, а также нырять в незнакомом месте;

-взрослый, который присматривает за купающимися детьми, должен сам уметь плавать, оказывать первую помощь, владеть приемами проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца;

-чтобы не стать жертвой или виновником дорожно-транспортного происшествия, обучите детей правилам дорожного движения, научите их быть предельно внимательными на дороге и в общественном транспорте;

-проявляйте осторожность и соблюдайте все требования безопасности, находясь с детьми на игровой или спортивной площадке, в походе;

-изучите с детьми правила езды на велосипедах, квадроциклах, скутерах, мопедах, мотоциклах.

**Помните!** Детям, не достигшим 14 лет, запрещено управлять велосипедом на автомагистралях и приравненных к ним дорогам, а детям, не достигшим 16 лет, скутером (мопедом, квадроциклом).

Будьте предельно осторожны с огнем. Обратите внимание детей на наиболее распространенные случаи пожаров из-за неосторожного обращения с огнем: детская шалость с огнем; непотушенные угли, шлак, зола, костры; незатушенные окурки, спички; сжигание мусора владельцами дач и садовых участков на опушках леса; поджог травы, короткое замыкание, эксплуатация электротехнических устройств, бытовых приборов, печей.

Помните, что от природы дети беспечны и доверчивы. Внимание у детей бывает рассеянным. Поэтому, чем чаще вы напоминаете ребенку несложные правила поведения, тем больше вероятность, что он их запомнит и будет применять. Вы должны регулярно их напоминать.

**Сохранение жизни и здоровья детей - главная обязанность взрослых!!!**

**Пожалуйста, сделайте все, чтобы каникулы Ваших детей прошли благополучно!**

Памятка для родителей "Компьютерная зависимость"

В наше время существует большое количество зависимостей. Есть как простые зависимости, так и пагубные. К простым зависимостям можно отнести, например финансовую - когда кто-то зависит от кого-то материально и любовную – когда один любящий человек не может долго находиться без другого. К пагубным зависимостям относиться, конечно же, алкогольная, никотиновая, наркотическая и прочие.

А к какому виду вы отнесли бы компьютерную зависимость? В понятие компьютерной зависимости мы вкладываем также зависимости от игр и интернета. С одной стороны компьютер оказывает не такое пагубное влияние на организм как алкоголь или наркомания, но с другой стороны постоянное времяпровождение за компьютером приводит к негативным последствиям, которые не такие безобидные как любовь. В любом случае, к какому бы виду зависимостей не относилась компьютерная, от неё необходимо избавляться.

Очень часто эта проблема касается наших мужей и детей. Как же понять есть ли у них компьютерная зависимость!?

**Признаки компьютерной зависимости у взрослых**

Признаками или симптомами компьютерной зависимости являются:

- Частое пребывание за компьютером

Если человек очень часто или постоянно проводит своё свободное время за компьютером и при первой же возможности стремиться к нему – это самый явный сигнал зависимости. Чуть что ему необходимо проверить свою почту, аккаунт в социальной сети, пройти сложный уровень в игре или ещё что-то, что связано с компьютером.

- Безотрывное пребывание за компьютером

При компьютерной зависимости человек не отвлекается практически ни на что, если его позовёшь, то он находит причину чтобы не идти или же постоянно оттягивает приход.

- Раздражительность

Если по каким-то причинам зависимому человеку приходится отвлечься от компьютера: просьба о помощи члена семьи, разрыв Интернет-соединения, зависание компьютера или отключение, и при этом зависимый становится раздражённым.

- Невозможность контроля своего время пребывания за компьютером

Из-за того что зависимый не может оторваться от компьютера, он постоянно опаздывает, засиживаясь за компьютером, хотя раньше всегда был пунктуальным. Это происходит в результате того что зависимый человек не может контролировать время потому что весь сосредоточен на компьютере.

- **Постоянное обновление компьютера**

Зависимый постоянно при первой же возможности обновляет свой компьютер, при том, что заменяемая вещь, по своим параметрам не требует замены.

Игромены постоянно покупают или скачивают новые версии игр. Что касается тех, кто играет в онлайн-игры, то они постоянно покупают дополнения для своего игрока в интернете, будь то особенный танк, оружие, защита и т.п.

- **Забывание**

В случае если человек постоянно забывает: что-то сделать, о назначенной ему встрече, о данном обещании и прочем, а в это время он просидел за компьютером.

- **Приём пищи**

Зависимый человек пренебрегает приёмом пищи, он может, как пропускать их, так и есть возле компьютера. Очень часто в качестве еды зависимый использует еду быстрого приготовления и питается перекусами.

- **Ограниченный круг интересов**

Когда ваш супруг, парень или ребёнок постоянно говорит на тему компьютеров, игр, интернета и его кроме этого ничего больше не интересует.

- **Пренебрежение сном**

На начальной стадии зависимости человек начинает дольше засиживаться за компьютером и позже ложиться спать. В самых сложных случаях зависимости, человек вовсе может не спать сутки или даже несколько дней.

В общем, это и все основные симптомы компьютерной, игровой и интернет зависимостей у взрослых. Давайте теперь рассмотрим признаки компьютерной зависимости у детей.

### **Как выявить компьютерную зависимость у детей**

Детям присущи все вышеперечисленные симптомы, но, а также есть и те, которые характерны исключительно подросткам:

- Снижение успеваемости в школе
- Пропуски занятий
- Перепады настроения
- Оппозиционность к родителям при запрете пользования компьютером
- Неадекватная реакция на замечания связанные с долгим пребыванием у компьютера
- Ограничение общения с друзьями и родственниками
- Отказ от гуляния на улице в пользу компьютера
- Готовность выполнить любое действие, чтобы вы ему разрешили пользоваться компьютером

Это не полный, но основной список признаков компьютерной зависимости у ребёнка.

Если хотя бы 2 пункта из этого перечня присуще вашему чаду, то это **призыв к действию**.

Хотим оговорить один очень важный момент в этой ситуации. Следует уметь отличать зависимость от увлечения. Компьютерному увлечению характерны все признаки зависимости, но их принципиальное отличие заключается в том, что увлечение быстро угасает и, как правило, не длится больше недели, после чего оно проходит и человек возвращается к обычному образу жизни. Примером такого увлечения может быть форум, в котором завязалась интересная дискуссия, знакомство с интересным человеком противоположного пола, новая игра и т.п. Если это в течение нескольких дней не проходит, то увлечение может перейти в зависимость – поэтому контролируйте это.

## **Как избавиться от компьютерной зависимости**

- Проанализируйте причину зависимости. Чтобы начать бороться с зависимостью человека то необходимо установить, что является объектом этой зависимости: игры, интернет или вообще все, что связано с компьютером.

Если это игры, то какой их жанр? Если это спорт, то причина зависимости может скрываться в собственной нереализованности в этом виде спорта. Если это стрельба – то возможно, что у зависимого человека есть скрытая злоба и таким образом он её выплёскивает наружу. Одним словом, жанр игр поможет вам более детально изучить корень проблемы.

Если же причиной зависимости является интернет, то чем именно затягивает он его. Очень часто причиной Интернет-зависимости становятся социальные сети. Возможно, что зависимому человеку не хватает общения в жизни и его он компенсирует с помощью социальных сетей. Иногда же в социальных сетях человек ведёт двойную жизнь, выдавая себя за совершенно другого человека. Как правило, в двойной жизни он воплощает все свои нереализованности и мечты.

Что касается именно компьютерной зависимости то в это понятие входит как зависимость от интернета и от игр, но иногда бывает так, что причиной зависимости может стать само пребывание за компьютером, а не интернет и не игры. В этом случае причину установить очень трудно, может быть, таким способом зависимый человек в компьютере видит свой мир и старается в нём скрыться от проблем.

В любом случае чтобы проанализировать ситуацию вам будет необходима помощь психолога, а в сложных ситуациях и помощь психиатра. Специалист поможет разобраться в причине и расскажет как необходимо лечить зависимого дальше.

- Признание и осознание проблемы

Первым шагом на пути лечения проблемы компьютерной зависимости является признание и осознание её. Конечно же, зависимый человек в большинстве случаев не признает своей зависимости и будет находить массу оправданий и говорить, что может вообще не пользоваться компьютером, но конкретных действий от него не поступит. Главное найти правильный подход и помочь ему всё-таки осознать, что проблема существует.

- Отвлеките зависимого от компьютера

Отметим, что запрещать или ограничивать зависимого человека пользоваться компьютером нельзя, так как это может привести к негативным последствиям. Найдите причину, чтобы как можно больше времени зависимый человек проводил не за компьютером. Для этого лучше всего чтобы зависимый находился вдали от компьютера. Найдите ему какое-нибудь занятие, сделать что-то по дому или же сходить куда-то и за чем-то. Также вы можете пойти на прогулку либо же в какое-нибудь развлекательное заведение. На выходные отправляйтесь за пределы города, где нет ни компьютера, ни интернета. Постарайтесь найти зависимому человеку другое увлечение, которое ему поможет избавиться от зависимости.

Если причиной зависимости является общение по интернету, то чаще организовывайте мероприятия, приглашая гостей, чтобы заменить зависимому виртуальное общение реальным.

## **Последствия компьютерной зависимости**

Компьютерную зависимость нельзя пускать на самотек, так как это может привести к очень негативным последствиям. В первую очередь это наносит серьёзный урон здоровью, особенно психике.

В результате недоедания и неправильного питания возникают проблемы с пищеварительной системой. В постоянном сидячем положении появляются проблемы со спиной и позвоночником. Компьютерная зависимость заставляет человека деградировать

и тем самым негативно сказывается на психическом состоянии, человек становится неадекватным и неуравновешенным. Особенно это касается детей.

## **Памятка родителям о ПАВ.**

### **Дорогие родители!**

Вы нередко "заблуждаетесь", когда думаете, что все в порядке. Наша практика и сведения, полученные при опросах самих наркоманов, показали, что значительная часть родителей ничего не ведала о проблемах своих детей, а правда открывалась часто лишь спустя несколько лет, когда их сын или дочь попадали в больницу. Не тешьте себя надеждой, присмотритесь к своим детям внимательнее.

Если:

- ваш ребенок становится скрытным, часто задерживается допоздна на прогулках, не отвечает на вопросы о том, где был, лжет без видимых на то причин, например, говорит, что был у приятеля, который давно живет в другом городе;
- увеличиваются финансовые запросы, которые он пытается удовлетворить любым способом, включая очистку родительских кошельков и вынос из дома вещей, не принадлежащих ему. Иногда, напротив, вы замечаете у ребенка наличие значительных сумм денег без постоянного источника;
- без очевидной причины резко меняется его настроение, то не в меру болтлив и весел, то выглядит измученным, апатичным, бледным. Наблюдаются нарушения памяти, неспособность логически мыслить, покраснение глазных яблок, коричневый налет на языке, следы укусов, расширенный или суженный и не реагирующий на свет зрачок, не по возрасту испорченные зубы, бледность, дряблость, землистый цвет кожи;
- вы замечаете резкие перепады аппетита у ребенка. То он целый день ничего не ест, а на ночь съедает все, что лежит в холодильнике, или если подросток отказывается от еды несколько дней подряд, а потом неожиданно начинает нормально питаться, хотя вроде бы не был болен;
- у ребенка, не отличавшегося раньше никакими дарованиями, периодически развивается неожиданная жажда творчества. Его вдруг начинает захватывать процесс рисования, писания или музицирования при очевидном отсутствии интереса к плодам своей деятельности («плоды» обычно больше похожи на мазню, графоманию и невнятный набор звуков);
- на одежде ребенка появляются необычные пятна, в том числе пятна крови; от вещей исходит странный запах;
- в доме появляются незнакомые предметы: шприцы, дешевые папиросы, марки, не похожие на почтовые, различного вида трубочки, скатанные в трубочку денежные купюры, аккуратной формы стеклянные пластинки, скатанные из фольги шарики, таблетки с рисунками непонятного назначения, различного вида порошки, измельченные растения, растворители, тюбики с клеем, неизвестные пузырьки бытовой химии (например, жидкости для чистки труб «Крот», растворитель, ацетон и т. п.);
- резко снижается успеваемость, теряется интерес к спортивным и другим внеклассным мероприятиям, ребенок часто говорит о бессмысленности жизни;
- ребенок часто похож на пьяного (говорит, растягивая слова, качается при ходьбе, избегает встреч со старшими), но при этом от него не пахнет спиртным, то настало время поинтересоваться его состоянием более серьезно.

**Если Вы нашли в перечисленном списке основания для констатации указанных признаков, существует необходимость Вашего обращения за консультацией.**

**ПАМЯТКА**

### **"Для родителей"**

Уважайте своего ребенка, не позволяйте другим и не заставляйте сами ребёнка делать что-то против своей воли.

Если вы знаете, что ребёнок соседей подвергается насилию, избиению со стороны родителей, немедленно сообщите об этом в милицию.

Если ваш ребёнок говорит о нездоровом интересе к нему какого-то человека, даже, если это близкий родственник, прислушайтесь к его словам, поговорите с этим человеком, не оставляйте ребёнка один на один с ним, и если отношения зашли слишком далеко, расстаньтесь с этим человеком, нет ничего дороже здоровья и жизни собственного ребёнка.

Отец должен разговаривать обо всех интересующих сына вопросах относительно половой жизни, объяснить, как предохраняться.

Мать должна объяснить девочке, как ей вести себя с противоположным полом, о средствах контрацепции.

Если вы заметили странность в поведении ребёнка, поговорите с ним, что его беспокоит. Разговаривайте спокойным, ласковым тоном. В разговоре с мальчиком лучше участвовать отцу, без присутствия матери.

Чаще всего дети не рассказывают сразу о том, что их тревожит, как правило, переживания связаны с ситуациями, которые ребёнку неприятны, в которых его унижали или оскорбляли. Об этом трудно говорить даже взрослому человеку, поэтому на дежурный вопрос «Как дела в школе?» Вы получите дежурный ответ «Нормально». Старайтесь знать имена друзей, имена учителей, искренне интересуйтесь отношениями ребёнка в школе, во дворе, постарайтесь лично познакомиться с друзьями, учителями ребёнка, познакомиться и наладить контакт с родителями других учеников класса.

Ваши дети должны быть уверены в Вас, в Вашей любви к ним, в том, что Вы всегда придёте на помощь. Чаще говорите им, что любите их, что нет ничего дороже их жизни и здоровья, что Вы не накажите их, если они что-то потеряют, если у них что-то украдут, если они попадут в неприятную ситуацию. Однако, важно не только говорить, но и следовать своим словам. Только в этом случае они будут доверять Вам и рассказывать о том, что их беспокоит.

Осторожно доносите до детей, что, к сожалению, бывают очень опасные ситуации, в которых страдают дети. Объясняйте, как нужно их избегать и, что делать, если все-таки попал в беду.

### **Памятка родителям по обеспечению безопасности детей во время каникул**

С началом каникул, наших детей подстерегает повышенная опасность на дорогах, у водоёмов, в лесу, на игровых площадках, в садах, во дворах.

Этому способствует погода, поездки и любопытство детей, наличие свободного времени, а главное отсутствие должного контроля со стороны взрослых.

Чтобы дети были отдохнувшими, здоровыми и живыми надо помнить ряд правил и условий при организации их отдыха с родителями, родственниками, друзьями (на даче ли в деревне у бабушки):

- формируйте у детей навыки обеспечения личной безопасности;
- проведите с детьми индивидуальные беседы, объяснив важные правила, соблюдение которых поможет сохранить жизнь;
- решите проблему свободного времени детей;
- помните! Поздним вечером и ночью (с 21.00 до 7.00 часов) детям и подросткам законодательно запрещено появляться на улице без сопровождения взрослых;
- постоянно будьте в курсе, где и с кем ваш ребёнок, контролируйте место пребывания детей;

-не разрешайте разговаривать с незнакомыми людьми. Объясните ребёнку, что он имеет полное право сказать «нет» всегда и кому угодно, если этот «кто-то» пытается причинить ему вред;

-чтобы не стать жертвой или виновником дорожно-транспортного происшествия, обучите детей правилам дорожного движения, научите их быть предельно внимательными на дороге и в общественном транспорте;

-проявляйте осторожность и соблюдайте все требования безопасности, находясь с детьми на игровой или спортивной площадке, в походе;

-изучите с детьми правила езды на велосипедах, квадроциклах, скутерах, мопедах, мотоциклах.

Помните! Детям, не достигшим 14 лет, запрещено управлять велосипедом на автомагистралях и приравненных к ним дорогам, а детям, не достигшим 16 лет, скутером (мопедом, квадроциклом).

Помните, что от природы дети беспечны и доверчивы. Внимание у детей бывает рассеянным. Поэтому, чем чаще вы напоминаете ребёнку несложные правила поведения, тем больше вероятность, что он их запомнит, и будет применять.

Вы должны регулярно их напоминать.

1. Необходимо учить детей не только соблюдать Правила движения, но и с самого раннего возраста учить их наблюдать и ориентироваться. Нужно учитывать, что основной способ формирования навыков поведения - наблюдение, подражание взрослым, прежде всего родителям. Многие родители, не понимая этого, личным примером обучают детей неправильному поведению на дороге.

2. Находясь с ребенком на проезжей части, не спешите, переходите дорогу размеренным шагом. Иначе вы научите спешить там, где надо наблюдать и соблюдать правила безопасности.

3. Не посылайте ребенка переходить или перебегать дорогу впереди вас - этим вы обучаете его переходить через дорогу, не глядя по сторонам. Маленького ребенка надо крепко держать за руку, быть готовым удержать при попытке вырваться - это типичная причина несчастных случаев.

4. Учите ребенка смотреть. У ребенка должен быть выработан твердый навык: прежде, чем сделать первый шаг с тротуара, он поворачивает голову и осматривает дорогу во всех направлениях. Это должно быть доведено до автоматизма.

5. Учите ребенка замечать машину. Иногда ребенок не замечает машину или мотоцикл, находящиеся вдалеке. Научите его всматриваться вдалеку.

6. Учите ребенка оценивать скорость и направление будущего движения машины. Научите ребенка определять, какая машина едет прямо, а какая готовится к повороту.

7. Твердо усвойте сами и научите ребенка, что входить в любой вид транспорта и выходить из него можно только тогда, когда он стоит. Объясните ребенку, почему нельзя прыгать на ходу.

**Сохранение жизни и здоровья детей – главная обязанность взрослых.**

**Пожалуйста, сделайте всё, чтобы каникулы Ваших детей прошли благополучно, отдых не был омрачён.**

Памятка для родителей «Несколько правил позволяющих предотвратить потребление ПАВ вашим ребенком»

### Уважаемые родители!

Здоровье ребенка – самое большое счастье для родителей. Но, к сожалению, все больше и больше подростков начинают употреблять: **табак, алкоголь и наркотики** (далее - **ПАВ** - психоактивные вещества).

### **Причины:**

-любопытство (благодаря известному высказыванию не очень умных людей: «Все надо попробовать!»);

-желание быть похожим на «крутого парня», на старшего авторитетного товарища, часто личный пример родителей и т. д.;

-желание быть «плохим» в ответ на постоянное давление со стороны родителей: «Делай так, будь хорошим». Это может быть и способом привлечения внимания;

-безделье, отсутствие каких-либо занятий либо обязанностей, в результате - эксперименты от скуки.

**ЗАДУМАЙТЕСЬ:** · ухоженный, вовремя накормленный, заботливо одетый ребенок может быть внутренне одиноким, психологически безнадзорным, поскольку до его настроения, переживаний и интересов никому нет дела.

· мы так боимся, чтобы наши дети не наделали ошибок в жизни, что не замечаем, что, по сути дела, не даем им жить. Мы попираем и нарушаем их права, данные им от рождения, а потом удивляемся их инфантильности, несамостоятельности, тому, что страх жизни преобладает у них над страхом смерти.

· ограничиваемый в своей активности ребенок не приобретает собственного жизненного опыта;

· не убеждается лично в том, какие действия разумны, а какие - нет; что можно делать, а чего следует избегать.

Как при любой болезни, при соблюдении определенных профилактических мер можно уберечь ребенка от потребления табака, алкоголя и наркотиков. Конечно, не все представленные ниже способы легко воплощаются, но в совокупности они дают реальный положительный результат.

Несколько правил, позволяющих **предотвратить потребление ПАВ** вашим ребенком:

### **1. Общайтесь друг с другом**

Общение – основная человеческая потребность, особенно для родителей и детей.

Отсутствие общения с вами заставляет его обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить. **Но кто они и что посоветуют Вашему ребенку?** Помните об этом, старайтесь быть инициатором откровенного, открытого общения со своим ребенком.

### **2. Выслушивайте друг друга**

Умение слушать – основа эффективного общения, но делать это не так легко, как может показаться со стороны. Умение слушать означает:

· быть внимательным к ребенку;

· выслушивать его точку зрения;

· уделять внимание взглядам и чувствам ребенка, не споря с ним;

не надо настаивать, чтобы ребенок выслушивал и принимал ваши представления о чем-либо. Важно знать, чем именно занят ваш ребенок. Иногда внешнее отсутствие каких-либо нежелательных действий скрывает за собой вредное занятие. Например, подросток ведет себя тихо, не грубит, не пропускает уроков. Ну, а чем он занимается? Ведь употребляющие наркотические вещества и являются "тихими" в отличие от тех, кто употребляет алкоголь. Следите за тем, каким тоном вы отвечаете на вопросы ребенка.

Ваш тон "говорит" не менее ясно, чем ваши слова. Он не должен быть насмешливым или снисходительным.

Поощряя ребенка, поддерживайте разговор, демонстрируйте вашу заинтересованность в том, что он вам рассказывает. Например, спросите: "А что было дальше?" или "Расскажи мне об этом..." или «Что ты об этом думаешь?»

### **3. Ставьте себя на его место**

Подростку часто кажется, что его проблемы никто и никогда не переживал. Было бы неплохо показать, что вы осознаете, насколько ему сложно. Договоритесь, что он может обратиться к вам в любой момент, когда ему это действительно необходимо. Главное, чтобы ребенок чувствовал, что вам всегда интересно, что с ним происходит. Если Вам удастся стать своему ребенку **другом**, вы будете самым счастливым родителем!

### **4. Проводите время вместе**

Очень важно, когда родители умеют вместе заниматься спортом, музыкой, рисованием или иным способом устраивать с ребенком совместный досуг или вашу совместную деятельность. Это необязательно должно быть нечто особенное. Пусть это будет поход в кино, на стадион, на рыбалку, за грибами или просто совместный просмотр телевизионных передач. Для ребенка важно иметь интересы, которые будут самым действенным средством защиты от табака, алкоголя и наркотиков. Поддерживая его увлечения, вы делаете очень важный шаг в предупреждении от их употребления.

### **5. Дружите с его друзьями**

Очень часто ребенок впервые пробует ПАВ в кругу друзей. Порой друзья оказывают огромное влияние на поступки вашего ребенка. Он может испытывать очень сильное давление со стороны друзей и поддаваться чувству единения с толпой. Именно от окружения во многом зависит поведение детей, их отношение к старшим, к своим обязанностям, к школе и так далее. Кроме того: в этом возрасте весьма велика тяга к разного рода экспериментам. Дети пробуют курить, пить. У многих в будущем это может стать привычкой.

Поэтому важно в этот период – постараться принять участие в организации досуга друзей своего ребенка, то есть их тоже привлечь к занятиям спортом либо творчеством, даже путем внесения денежной платы за таких ребят, если они из неблагополучных семей. Таким образом, вы окажете помощь не только другим детям, но в первую очередь своему ребенку.

### **6. Помните, что ваш ребенок уникален**

Любой ребенок хочет чувствовать себя значимым, особенным и нужным. Вы можете помочь своему ребенку развить положительные качества и в дальнейшем опираться на них. Когда ребенок чувствует, что достиг чего-то, и вы радуетесь его достижениям, повышается уровень его самооценки. А это, в свою очередь, заставляет ребенка заниматься более полезными и важными делами, чем употребление наркотиков.

Представьте, что будет с вами, если 37 раз в сутки к вам будут обращаться в повелительном тоне, 42 раза – в увещательном, 50 – в обвинительном?

Цифры не преувеличены: таковы они в среднем у родителей, дети которых имеют наибольшие шансы стать невротиками и психопатами. Ребенку нужен отдых от приказаний, распоряжений, уговоров, похвал, порицаний. Нужен отдых и от каких бы то ни было воздействий и обращений!

Нужно время от времени распоряжаться собой полностью, т. е. нужна своя доля свободы. Без неё задохнется дух.

### **7. Подавайте пример**

Алкоголь, табак и медицинские препараты используются многими людьми. Конечно, употребление любого из вышеуказанных веществ законно, но здесь очень важен родительский пример. Родительское пристрастие к алкоголю и декларируемый запрет на него для детей дает повод обвинить вас в неискренности, в "двойной морали". Помните, что ваше употребление, так называемых, "разрешенных" психоактивных веществ открывает дверь детям и для "запрещенных". Несовершенные, мы не можем вырастить

совершенных детей. Ну не можем, не можем, не бывает этого – и с вами не будет, если вы стремитесь к идеалу в ребенке, а не в себе!

### **СОВЕТЫ:**

Когда человеку не подходит климат, он начинает болеть. Психологический климат в семье для ребенка еще важнее. Если такой климат становится непереносимым для ребенка, деваться ему некуда: не уедешь, родителей не сменишь... Хрупкая неустойчивая психика ребенка не выдерживает: он срывается в депрессию, уличную тусовку, алкоголь, наркотики. Поэтому, даже ребенок далек от идеала и совсем не похож на Вас, **БУДЬТЕ МУДРЫ:**

- когда скандал уже разгорелся, сумейте остановиться, заставьте себя замолчать, даже если Вы тысячу раз правы;
- опасайтесь! В состоянии аффекта ребенок крайне импульсивен. Та агрессия, которую он проявлял по отношению к Вам, обернется против него самого. Любой попавший под руку острый предмет, лекарство в Вашей аптечке, всё станет реально опасным, угрожающим его жизни;
- не кричите, не распускайтесь. Ведь ребенок действительно может подумать, **ЧТО ВЫ ЕГО НЕНАВИДИТЕ**. Он будет в отчаянии, а Вы, оглохнув от собственного крика, **его крика о помощи не услышите;**
- похвалите своего ребенка с утра, и как можно раньше, и как можно доходчивее, теплее! Не бойтесь и не скупитесь, даже если собственное настроение никуда... (кстати, это и средство его улучшить!) Ваше доброе слово, объятие, поцелуй, ласковый взгляд – подпитка душевная на весь долгий и трудный день, не забудьте!... И на ночь не отпускайте во тьму без живого знака живой любви...

### **Симптомы употребления подростками наркотических веществ**

Определить, употребляет ваш ребенок наркотики или нет, сложно, особенно если ребенок сделал это в первый раз или употребляет наркотики периодически. Важно сделать правильные выводы и учитывать, что некоторые признаки могут появляться совершенно по другой причине. И все же стоит насторожиться, если проявляются:

#### **Физиологические признаки:**

- бледность или покраснение кожи;
- расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза;
- несвязная, замедленная или ускоренная речь;
- потеря аппетита, похудение или чрезмерное употребление пищи;
- хронический кашель;
- плохая координация движений (пошатывание или спотыкание);
- резкие скачки артериального давления;
- расстройство желудочно-кишечного тракта.

#### **Поведенческие признаки:**

1. беспричинное возбуждение, вялость;
2. нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти и внимания;
3. уходы из дома, прогулы в школе по непонятным причинам;
4. трудности в сосредоточении на чем-то конкретном;
5. бессонница или сонливость;
6. болезненная реакция на критику, частая и резкая смена настроения;
7. избегание общения с людьми, с которыми раньше были близки;
8. снижение успеваемости в школе;
9. постоянные просьбы дать денег;
10. пропажа из дома ценностей;
11. частые телефонные звонки, использование жаргона, секретные разговоры;
12. самоизоляция, уход от участия в делах, которые раньше были интересны;
13. частое вранье, изворотливость, лживость;

14. уход от ответов на прямые вопросы, склонность сочинять небылицы;

15. неопрятность внешнего вида.

#### **Очевидные признаки:**

- следы от уколов (особенно на венах), порезы, синяки;
- бумажки и денежные купюры, свернутые в трубочки;
- закопченные ложки, фольга;
- капсулы, пузырьки, жестяные банки;
- пачки лекарств снотворного или успокоительного действия;
- папиросы в пачках из-под сигарет.

#### **Что делать, если это произошло – ваш ребенок употребляет наркотики?**

Соберите максимум информации. Вот три направления, по которым вам нужно выяснить всё как можно точнее, полнее:

· всё о приеме наркотиков вашим ребёнком: что принимал, сколько, как часто, с какими последствиями,

-степень тяги, осознание или неосознание опасности;

-всё о том обществе или компании, где ребенок оказался втянутым в наркотики;

-всё о том, где можно получить совет, консультацию, помощь, поддержку.

Ни в каком случае не ругайте, не угрожайте, не бейте.

Беда, которая стала горем для вас и всей семьи, поправима. Но, исправить ситуацию можно, только если вы отнесетесь к ней спокойно и обдуманно, так же, как вы раньше относились к другим неприятностям.

Меньше говорите – больше делайте. Беседы, которые имеют нравоучительный характер, содержат угрозы, обещания "посадить" ребенка, "сдать" его в больницу, быстро становятся для него привычными, вырабатывают безразличие к своему поведению.

Не допускайте самолечения. Категорически сопротивляйтесь, если подросток захочет заниматься самолечением, используя для этого медикаменты, рекомендованные кем-то из его окружения.

Если вы предполагаете, что ребенок систематически употребляет алкоголь, наркотики, нужно, не теряя времени, обратиться к психиатру-наркологу.

Не усугубляйте ситуацию криком и угрозами. Берегите собственные силы, они вам еще пригодятся. Тем более, что выплеском эмоций добиться чего-то будет сложно.

Представьте себе, как вы бы себя вели, заболел ваш ребенок другой тяжелой болезнью. В такой ситуации ведь никому не придет в голову унижать и оскорблять его только за то, что он болен. Не считайте, что сын или дочь стали наркоманами только из-за собственной распушенности, корни болезни могут находиться намного глубже. Если состояние здоровья или поведение ребенка доказывают, что он принимает наркотики регулярно, значит, пришло время решительных действий.

**Не пытайтесь бороться в одиночку,**

**не делайте из этой болезни семейной тайны, обратитесь за помощью к специалистам!**

#### **Спасем наших детей!**

Памятка для родителей по безопасности работы детей в интернет-пространстве на разных возрастных этапах.

Все большее количество детей получает возможность работать в Интернете. На сегодняшний день он предоставляет огромное количество неконтролируемой информации. В связи с тем, что возраст, в котором человек начинает работать с Интернетом, становится все моложе, возникает проблема обеспечения безопасности детей. А кто им может в этом помочь, если не их родители и взрослые? Следует понимать, что подключаясь к сети Интернет, ваш ребенок встречается с целым рядом угроз, о которых он может даже и не подозревать

Какие угрозы встречаются наиболее часто?

Прежде всего, следующие:

— доступ к нежелательному содержимому. Ведь сегодня дела обстоят таким образом, что любой ребенок, выходящий в Интернет, может просматривать любые материалы. А это насилие, наркотики, порнография, страницы, подталкивающие молодежь к самоубийствам, анорексии (отказ от приема пищи), убийствам, страницы с националистической или откровенно фашистской идеологией и многое-многое другое. Ведь все это доступно в Интернете без ограничений. Часто бывает так, что просмотр этих страниц даже не зависит от ребенка, ведь на многих сайтах отображаются всплывающие окна, содержащие любую информацию, чаще всего порнографического характера;

— контакты с незнакомыми людьми с помощью чатов или электронной почты. Все чаще и чаще злоумышленники используют эти каналы для того, чтобы заставить детей выдать личную информацию. В других случаях это могут быть педофилы, которые ищут новые жертвы. Выдавая себя за сверстника жертвы, они могут выведывать личную информацию и искать личной встречи.

Рекомендации по безопасности использования сети Интернет детьми

1. Посещайте Интернет вместе с детьми. Поощряйте ваших детей делиться с вами их успехами и неудачами в деле освоения Интернета.
  2. Объясните детям, что если в Интернете что-либо беспокоит их, то им следует не скрывать этого, а поделиться с вами своим беспокойством.
  3. Объясните ребенку, что при общении в чатах, использовании программ мгновенного обмена сообщениями (типа ICQ, Microsoft Messenger и т. д.), использования Online-игр и других ситуациях, требующих регистрации, нельзя использовать реальное имя, помогите вашему ребенку выбрать регистрационное имя, не содержащее никакой личной информации.
  4. Объясните ребенку, что нельзя выдавать свои личные данные, такие как домашний адрес, номер телефона и любую другую личную информацию, например, номер школы, класс, любимое место прогулки, время возвращения домой, место работы отца или матери и т. д.
  5. Объясните своему ребенку, что в реальной жизни и в Интернете нет разницы между неправильными и правильными поступками.
  6. Научите ваших детей уважать собеседников в Интернете. Убедитесь, что они понимают, что правила хорошего тона действуют одинаково в Интернете и в реальной жизни.
  7. Скажите им, что никогда не стоит встречаться с друзьями из Интернета. Ведь люди могут оказаться совсем не теми, за кого себя выдают.
  8. Объясните детям, что далеко не все, что они могут прочесть или увидеть в интернет-пространстве — правда. Приучите их спрашивать о том, в чем они не уверены.
  9. Не забывайте контролировать детей в Интернете с помощью специального программного обеспечения. Это поможет вам отфильтровывать вредоносное содержание, выяснить, какие сайты на самом деле посещает ваш ребенок и что он там делает.
- Как научить детей отличать правду ото лжи в интернет-пространстве?
- Начните, когда ваш ребенок еще достаточно мал. Ведь сегодня даже дошкольники уже успешно используют сеть Интернет, а значит нужно как можно раньше научить их отделять правду ото лжи.
- Никто не будет контролировать, насколько правдива размещенная там информация. Научите ребенка проверять все то, что он видит в Интернете.

Как это объяснить?

- Не забывайте спрашивать ребенка об увиденном в Интернете. Например, начните с расспросов, для чего служит тот или иной сайт.
- Убедитесь, что ваш ребенок может самостоятельно проверить прочитанную в Интернете информацию по другим источникам (по другим сайтам, газетам или журналам). Приучите вашего ребенка советоваться с вами. Не отмахивайтесь от их детских проблем.
- Поощряйте ваших детей использовать различные источники, такие как библиотеки или подарите им энциклопедию на диске, например, «Энциклопедию Кирилла и Мефодия» или Microsoft Encarta. Это поможет научить вашего ребенка использовать сторонние источники информации.
- Научите ребенка пользоваться поиском в Интернете. Покажите, как использовать различные поисковые машины для осуществления поиска.
- Объясните вашим детям, что такое расизм, фашизм, межнациональная и религиозная вражда. Несмотря на то, что некоторые подобные материалы можно заблокировать с помощью специальных программных фильтров, не стоит надеяться на то, что вам удастся отфильтровать все подобные сайты.

#### Семейное соглашение о работе в Интернете.

Если ваши дети хотят посещать Интернет, вам следует выработать вместе с ними соглашение по использованию Интернета. Учтите, что в нем вы должны однозначно описать права и обязанности каждого члена вашей семьи. Не забудьте четко сформулировать ответы на следующие вопросы:

- Какие сайты могут посещать ваши дети и что они могут там делать?
- Сколько времени дети могут проводить в Интернете?
- Что делать, если ваших детей что-то беспокоит при посещении Интернета?
- Как защитить личные данные?
- Как следить за безопасностью?
- Как вести себя вежливо?
- Как пользоваться чатами, группами новостей и службами мгновенных сообщений?

Не забудьте, что формально составленное соглашение не будет выполняться! Регулярно, по мере необходимости, вносите изменения в данное соглашение. Не забывайте, что вы должны проверять выполнение соглашения вашими детьми.

Научите вашего ребенка использовать службу мгновенных сообщений.

При использовании службы мгновенных сообщений напомните вашему ребенку некоторые несложные правила безопасности:

- никогда не заполняйте графы, относящиеся к личным данным, ведь просмотреть их может каждый;
- никогда не общайтесь в Интернете с незнакомыми людьми;
- регулярно проверяйте список контактов своих детей, чтобы убедиться, что они знают всех, с кем они общаются;
- внимательно проверяйте запросы на включение в список новых друзей. Помните, что в Интернете человек может оказаться не тем, за кого он себя выдает;

— не следует использовать системы мгновенных сообщений для распространения слухов или сплетен.

Родителям не стоит надеяться на тайную слежку за службами мгновенных сообщений, которыми пользуются дети. Гораздо проще использовать доброжелательные отношения с вашими детьми.

Может ли ваш ребенок стать интернет-зависимым?

Не забывайте, что Интернет это замечательное средство общения, особенно для стеснительных, испытывающих сложности в общении детей. Ведь ни возраст, ни внешность, ни физические данные здесь не имеют ни малейшего значения. Однако этот путь ведет к формированию интернет-зависимости. Осознать данную проблему весьма сложно до тех пор, пока она не становится очень серьезной. Да и, кроме того, факт наличия такой болезни как интернет-зависимость не всегда признается. Что же делать?

#### Советы по безопасности для детей разного возраста.

Как показали исследования, проводимые в сети Интернет, наиболее растущим сегментом пользователей Интернета являются дошкольники.

В этом возрасте взрослые будут играть определяющую роль в обучении детей безопасному использованию Интернета.

#### Что могут делать дети в возрасте 5-6 лет?

Для детей такого возраста характерен положительный взгляд на мир. Они гордятся своим умением читать и считать, а также любят делиться своими идеями.

Несмотря на то, что дети в этом возрасте очень способны в использовании игр и работе с мышью, все же они сильно зависят от вас при поиске детских сайтов. Как им помочь делать это безопасно?

- В таком возрасте желательно работать в Интернете только в присутствии родителей.
- Обязательно объясните вашему ребенку, что общение в Интернете — это не реальная жизнь, а своего рода игра. При этом постарайтесь направить его усилия на познание мира.
- Добавьте детские сайты в раздел Избранное. Создайте там папку для сайтов, которые посещают ваши дети.
- Используйте специальные детские поисковые машины, типа MSNKidsSearch (<http://search.msn.com/kids/default.aspx?FORM=YCHM>).
- Используйте средства блокирования нежелательного контента как дополнение к стандартному Родительскому контролю.
- Научите вашего ребенка никогда не выдавать в Интернете информацию о себе и своей семье.
- Приучите вашего ребенка сообщать вам о любых угрозах или тревогах, связанных с Интернетом.

Ваши дети растут, а, следовательно, меняются их интересы.

#### Возраст от 7 до 8 лет.

Как считают психологи, для детей этого возраста абсолютно естественно желание выяснить, что они могут себе позволить делать без разрешения родителей. В результате, находясь в Интернете ребенок будет пытаться посетить те или иные сайты, а возможно и чаты, разрешение на посещение которых он не получил бы от родителей.

Поэтому в данном возрасте особенно полезны будут те отчеты, которые вам предоставит Родительский контроль или то, что вы сможете увидеть во временных файлах интернет-папки: /Users/User/AppData/Local/Microsoft/Windows/TemporaryInternetFiles(в операционной системе Windows Vista).

В результате, у вашего ребенка не будет ощущения, что выглядите ему через плечо на экран, однако, вы будете по-прежнему знать, какие сайты посещает ваш ребенок.

Стоит понимать, что дети в данном возрасте обладают сильным чувством семьи, они доверчивы и не сомневаются в авторитетах. Дети этого возраста любят играть в сетевые игры и путешествовать по Интернету. Вполне возможно, что они используют электронную почту и могут заходить на сайты и чаты, не рекомендованные родителями.

По поводу использования электронной почты хотелось бы заметить, что в данном возрасте рекомендуется не разрешать иметь свой собственный электронный почтовый ящик, а пользоваться семейным, чтобы родители могли контролировать переписку.

Помочь вам запретить ребенку использовать внешние бесплатные ящики сможет такое программное обеспечение, как Kaspersky Internet Security версии 7.0 со встроенным родительским контролем.

Что можно посоветовать в плане безопасности в таком возрасте?

— Создайте список домашних правил посещения Интернета при участии детей и требуйте его выполнения.

— Требуйте от вашего ребенка соблюдения временных норм нахождения за компьютером.

— Покажите ребенку, что вы наблюдаете за ним не потому что вам это хочется, а потому что вы беспокоитесь о его безопасности и всегда готовы ему помочь.

— Приучите детей, что они должны посещать только те сайты, которые вы разрешили, т. е. создайте им так называемый «белый» список Интернета с помощью средств Родительского контроля. Как это сделать, мы поговорим позднее.

— Компьютер с подключением к Интернету должен находиться в общей комнате под присмотром родителей.

— Используйте специальные детские поисковые машины, типа MSN Kids Search (<http://search.msn.com/kids/default.aspx?FORM=YCHM>).

— Используйте средства блокирования нежелательного контента как дополнение к стандартному Родительскому контролю.

— Создайте семейный электронный ящик, чтобы не позволять детям иметь собственные адреса.

— Блокируйте доступ к сайтам с бесплатными почтовыми ящиками с помощью соответствующего ПО.

— Приучите детей советоваться с вами перед опубликованием какой-либо информации средствами электронной почты, чатов, регистрационных форм и профилей.

— Приучите детей не загружать файлы, программы или музыку без вашего согласия.

— Используйте фильтры электронной почты для блокирования сообщений от конкретных людей или содержащих определенные слова или фразы. Подробнее о таких фильтрах <http://www.microsoft.com/rus/athome/security/email/fightsпам.msp>.

— Не разрешайте детям использовать службы мгновенного обмена сообщениями.

— В «белый» список сайтов, разрешенных для посещения, вносите только сайты с хорошей репутацией.

— Не забывайте беседовать с детьми об их друзьях в Интернете, как если бы речь шла о друзьях в реальной жизни.

— Не делайте «табу» из вопросов половой жизни, так как в Интернете дети могут легко наткнуться на порнографию или сайты «для взрослых».

— Приучите вашего ребенка сообщать вам о любых угрозах или тревогах, связанных с Интернетом. Оставайтесь спокойными и напомните детям, что они в безопасности, если сами рассказали вам о своих угрозах или тревогах. Похвалите их и посоветуйте подойти еще раз в подобных случаях.

#### Возраст от 9-12 лет.

В данном возрасте дети, как правило, уже слышали о том, какая информация существует в Интернете. Совершенно нормально, что они хотят это увидеть, прочесть, услышать. При этом нужно помнить, что доступ к нежелательным материалам можно легко заблокировать при помощи средств Родительского контроля.

Советы по безопасности в этом возрасте.

— Создайте список домашних правил посещения Интернета при участии детей и требуйте его выполнения.

— Требуйте от вашего ребенка соблюдения временных норм нахождения за компьютером.

— Покажите ребенку, что вы наблюдаете за ним не потому, что вам это хочется, а потому что вы беспокоитесь о его безопасности и всегда готовы ему помочь.

— Компьютер с подключением к Интернету должен находиться в общей комнате под присмотром родителей.

— Используйте средства блокирования нежелательного контента как дополнение к стандартному Родительскому контролю.

— Не забывайте беседовать с детьми об их друзьях в Интернете.

— Настаивайте, чтобы дети никогда не соглашались на личные встречи с друзьями по Интернету.

— Позволяйте детям заходить только на сайты из «белого» списка, который создайте вместе с ними.

— Приучите детей никогда не выдавать личную информацию средствами электронной почты, чатов, систем мгновенного обмена сообщениями, регистрационных форм, личных профилей и при регистрации на конкурсы в Интернете.

— Приучите детей не загружать программы без вашего разрешения. Объясните им, что они могут случайно загрузить вирусы или другое нежелательное программное обеспечение.

— Создайте вашему ребенку ограниченную учетную запись для работы на компьютере.

— Приучите вашего ребенка сообщать вам о любых угрозах или тревогах, связанных с Интернетом. Оставайтесь спокойными и напомните детям, что они в безопасности, если сами рассказали вам о своих угрозах или тревогах. Похвалите их и посоветуйте подойти еще раз в подобных случаях.

— Расскажите детям о порнографии в Интернете.

— Настаивайте на том, чтобы дети предоставляли вам доступ к своей электронной почте, чтобы вы убедились, что они не общаются с незнакомцами.

— Объясните детям, что нельзя использовать сеть для хулиганства, распространения сплетен или угроз.

#### 13-17 лет.

В данном возрасте родителям часто уже весьма сложно контролировать своих детей, так как об Интернете они уже знают значительно больше своих родителей. Тем не менее, особенно важно строго соблюдать правила интернет-безопасности — соглашение между родителями и детьми. Кроме того, необходимо как можно чаще просматривать отчеты о деятельности детей в Интернете. Следует обратить внимание на необходимость

содержания родительских паролей (паролей администраторов) в строгом секрете и обратить внимание на строгость этих паролей.

В 13-17 лет подростки активно используют поисковые машины, пользуются электронной почтой, службами мгновенного обмена сообщениями, скачивают музыку и фильмы. Мальчикам больше по нраву сметать все ограничения, они жаждут грубого юмора, азартных игр, картинок «для взрослых». Девочки предпочитают общаться в чатах, при этом они гораздо более чувствительны к сексуальным домогательствам в Интернете.

Советы по безопасности в этом возрасте.

— Создайте список домашних правил посещения Интернета при участии подростков и требуйте безусловного его выполнения. Укажите список запрещенных сайтов («черный список»), часы работы в Интернете, руководство по общению в Интернете (в том числе в чатах).

— Компьютер с подключением к Интернету должен находиться в общей комнате, часы работы в Интернете могут быть легко настроены при помощи средств Родительского контроля.

— Не забывайте беседовать с детьми об их друзьях в Интернете, о том, чем они заняты таким образом, будто речь идет о друзьях в реальной жизни. Спрашивайте о людях, с которыми дети общаются посредством служб мгновенного обмена сообщениями, чтобы убедиться, что эти люди им знакомы.

— Используйте средства блокирования нежелательного контента как дополнение к стандартному Родительскому контролю.

— Необходимо знать, какими чатами пользуются ваши дети. Поощряйте использование модерлируемых чатов и настаивайте, чтобы дети не общались в приватном режиме.

— Настаивайте на том, чтобы дети никогда не встречались лично с друзьями из Интернета.

— Приучайте детей никогда не выдавать личную информацию средствами электронной почты, чатов, систем мгновенного обмена сообщениями, регистрационных форм, личных профилей и при регистрации на конкурсы в Интернете.

— Приучите детей не загружать программы без вашего разрешения. Объясните им, что они могут случайно загрузить вирусы или другое нежелательное программное обеспечение.

— Приучите вашего ребенка сообщать вам о любых угрозах или тревогах, связанных с Интернетом. Оставайтесь спокойными и напомните детям, что они в безопасности, если вами рассказали вам о своих угрозах или тревогах. Похвалите их и посоветуйте подойти еще раз в подобных случаях.

— Расскажите детям о порнографии в Интернете.

— Помогите им защититься от спама. Научите подростков не выдавать в Интернет своего электронного адреса, не отвечать на нежелательные письма и использовать специальные почтовые фильтры.

— Приучите себя знакомиться с сайтами, которые посещают подростки.

— Объясните детям, что ни в коем случае нельзя использовать сеть для хулиганства, распространения сплетен или угроз другим людям.

— Обсудите с подростками проблемы сетевых азартных игр и их возможный риск. Напомните, что дети не могут играть в эти игры согласно закону.

Как проводить Родительский контроль над поведением детей в Интернете?

Обеспечивать родительский контроль в Интернете можно с помощью различного программного обеспечения, например, Родительский контроль в Windows Vista, средства Родительского контроля, встроенные в Kaspersky Internet Security.

## МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ ПРИ РАБОТЕ В ИНТЕРНЕТЕ

Интернет дает вам возможность, не выходя из дома, быстро находить необходимую информацию, участвовать в обсуждениях интересующих вас проблем на различных форумах и в интернет-конференциях, приобретать товары и услуги, осуществлять платежи, обмениваться сообщениями по электронной почте. Однако, пользуясь Интернетом, нельзя забывать о безопасности. Помните:

- в ваш компьютер может попасть компьютерный вирус;
- ваш электронный адрес может оказаться в базе данных для рассылки рекламы;
- сведения, которые вы сообщаете о себе в Интернете, могут стать известны посторонним лицам;
- информация, которую вы находите в сети, может быть недостоверной;
- вы можете стать жертвой мошенников.

Все это ни в коем случае не значит, что нужно отказаться от использования Интернета. Просто необходимо знать о том, какие опасности вас подстерегают, и уметь их распознавать и предупреждать их последствия.

## Спам и кибермошенничество

Спам (англ. spam, сокращение от self-promotion and marketing) – это массовая, иногда сразу по нескольким миллионам адресов, рассылка рекламных сообщений. Тех, кто распространяет по электронной почте такие письма, называют спамерами.

Отличительные черты спама – отсутствие предварительного согласия адресата на получение сообщения, невозможность отказаться от получения аналогичных сообщений в будущем, фальсифицированный адрес отправителя.

Спамерские письма обычно бывает легко узнать по теме сообщения. Чаще всего в них рекламируются юридические, бухгалтерские, туристические, медицинские и косметические услуги, методы быстрого похудения, курсы иностранных языков, бизнес-семинары, порнографические интернет-сайты и издания, интимные услуги. Нередко также встречаются предложения баз данных с электронными адресами, т.н. «спам про спам»  
Обнаружив в поступившей почте сообщение с подобной темой, подумайте, может ли оно представлять для вас какой-то интерес, и если нет – смело его удаляйте.

## Виды спама

- **Реклама.** Это письма типа «сдаем в аренду офис» или «Верный способ повысить ваши доходы», а также предложения улучшить ваш персональный сайт, изменить пропорции тела, вывести волосы на ушах и тому подобное. Именно с помощью такого рода спама рекламируют продукцию, о которой нельзя сообщить потенциальным потребителям иным способом: порнографию, лекарственные препараты, оборот которых не лицензирован или ограничен законом, добытую незаконным путем информацию (различные базы данных), контрафактные компьютерные программы.
- **«Нигерийские письма».** Мошенники часто используют спам с целью выманить у легковверного получателя деньги. Наиболее распространенный способ такого рода жульничества известен как «нигерийские письма», поскольку вначале большинство подобных сообщений приходило из Нигерии. Содержание «нигерийского письма» сводится к следующему: вам сулят возможность без особого труда заработать много денег, но при этом отправитель просит перевести на указанный счет небольшую сумму,

необходимую для оформления документов или покрытия каких-то других расходов. Обещание легкого обогащения, естественно, всего лишь приманка, задача мошенника – получить ваши деньги.

- Фишинг (англ. phishing, по аналогии с fishing – «рыбалка») – еще один способ мошенничества с помощью спама, только в этом случае у вас пытаются выманить не деньги, а номер кредитной карты, банковского счета или пароль доступа к системе платежей через Интернет. Письмо обычно выглядит как официальное уведомление от банка, где говорится, что получатель должен подтвердить сведения о себе, иначе его счет будет заблокирован. Тут же приводится адрес принадлежащего спамерам сайта. Чтобы жертва не догадалась об обмане, оформление подставного сайта имитирует дизайн официального сайта банка. Среди данных, которые требуется указать в размещенной там онлайн-форме, присутствуют и те, что нужны преступникам, вознамерившимся вас обокрасть.
- Предложения принять участие в финансовых пирамидах. Такие послания тоже редко отличаются друг от друга. Обычно сначала вас заверяют в том, что «это не спам», а затем предлагают работу, за которую вы сможете получить баснословную сумму. Часто в поле «Тема» подобных сообщений пишут «Не удаляйте это письмо» или Please read It carefully («Пожалуйста, прочтите внимательно»).
- Предложения зайти на некий сайт. Цель таких писем – заставить вас щелкнуть по приведенной в тексте ссылке. Средства для этого выбираются самые разные. Например, в письме может быть сказано, что это рассылка, на которую вас подписали, но, если вы не хотите ее получать, подписку легко аннулировать, щелкнув по ссылке на соответствующий сайт, - разумеется, ни в какую онлайн-форму для отказа от рассылки вы при этом не попадете. Нередко подобные письма маскируются под личные и даже интимные послания, обращенные именно к вам: «Привет! У меня все нормально. Хочешь посмотреть мои новые фотки? Вот ссылка...». Главная отличительная особенность таких писем – наличие ссылки на неизвестный вам сайт. Кроме того, вместо вашего настоящего имени даже в приветствии стоит имя пользователя, т.е. часть вашего электронного адреса до знака @.
- Скам (англ. scam – «жульничество, обман») – еще один вариант письма с целью выманить у вас деньги. В разосланном мошенниками письме получателям предлагают купить дешевые ноутбуки или, скажем, товары, конфискованные на таможне. Как правило, часть платежа просят перевести авансом, после чего контактные телефоны и указанный в письме сайт перестают работать. Товар-приманку вы, разумеется, никогда не получите.

Среди других видов спама можно назвать массовые рассылки писем религиозного содержания; сообщений, цель которых – вывод из строя почтовой сисетмы (denial of service); электронных писем от чужого имени с целью вызвать негативное отношение к «отправителю» (т.н. черный пиар); писем, содержащих компьютерные вирусы (таким образом обеспечивается их быстрое распространение).

## Защита от спама

### Превентивные методы

Самый надежный способ защиты от спама – не позволить спамерам узнать ваш электронный адрес. Для этого рекомендуется соблюдать следующие правила.

- Заводите электронный почтовый ящик не на бесплатном почтовом сервере, а в корпоративной сети или у интернет-провайдера (солидные провайдеры обычно

предоставляют клиентам почтовый ящик на своем сервере). Как правило, такие электронные адреса к спамерам не попадают.

- При создании электронной почты выбирайте нестандартное имя пользователя. У спамеров имеются специальные словари, включающие простые слова английского языка, имена людей, названия географических объектов и некоторые наиболее распространенные выражения из сленга пользователей Интернета. Используя такой словарь и список доменных имен, которые открыто публикуются, несложно получить множество адресов для спамерских рассылок.
- Не сообщайте свой электронный адрес на интернет-сайтах, которые не дают гарантии неразглашения конфиденциальной информации. По возможности старайтесь не делать этого также на форумах, на собственном сайте и в электронных письмах.
- Если вам необходимо указать свой электронный адрес, например, в ответ на просьбу другого участника форума, пишите его с пробелами перед знаком @ и после него. В этом случае адрес не попадет в базы данных спамеров, так как используемые ими специальные поисковые программы не смогут опознать эту запись как электронный адрес.
- При регистрации на различных сайтах указывайте в онлайн-формах не ваш основной адрес электронной почты, а адрес специально заведенного для этих целей бесплатного почтового ящика.
- Никогда не отвечайте на письма спамеров и не переходите на интернет-сайты по содержащимся в них ссылкам. Такими действиями вы подтвердите, что активно пользуетесь своим электронным адресом, и станете получать еще больше спама. Безусловно, даже строго выполняя эти простые правила, полностью от спама вы не избавитесь, но ваш личный почтовый ящик, по крайней мере, не будет переполняться ненужными рекламными сообщениями.

#### Фильтрационные методы

Сегодня существуют программы для автоматического распознавания спама и его фильтрации. Подобные фильтры широко применяются на почтовых серверах, но некоторые из этих программ предназначены и для индивидуальных пользователей и могут быть установлены на персональном компьютере.

#### Компьютерные вирусы

##### Классификация вредоносных программ

Назойливая реклама, рассылаемая по электронной почте, раздражает и мешает работе, но чаще всего спам не несет опасности для вашего компьютера. Другое дело вирусы, программы-шпионы и сетевые атаки, которые представляют серьезную угрозу компьютеру, подсоединенному к Интернету.

По способу распространения вредоносные программы можно разделить на следующие виды:

- вирусы – программы, способные размножиться внедрять свои копии в другие файлы;
- сетевые «черви» – программы, которые не изменяют файлы на жестком диске компьютера, а проникают в его операционную систему и затем, находя на компьютере адреса других пользователей, рассылают по этим адресам свои копии;
- «троянские» программы – исполняемые файлы, обычно маскирующиеся под новую версию какой-нибудь популярной программы или игры с целью заставить пользователя установить их на свой компьютер.

Вирусы и другие вредоносные программы могут попасть в ваш компьютер различным путем: при копировании программ с чужого компьютера без проверки на наличие в них вирусов; при открытии зараженных файлов, полученных по электронной почте; при

посещении сомнительных сайтов, чаще всего порнографических или тех, с которых можно скачать пиратское программное обеспечение.

Как определить, что в ваш компьютер попал вирус

Запустив зараженную программу, вы, как правило, даже не заметите, что активировали вирус, и лишь позднее обнаружите, что с вашим компьютером что-то не так. Вот несколько признаков, свидетельствующих о том, что ваш компьютер, возможно, заражен вирусом:

- компьютер стал работать медленнее, чем раньше;
- компьютер не отвечает на запросы или часто зависает;
- компьютер каждые несколько минут дает сбой и сам перезагружается;
- компьютер перезагружается без вашей команды и после этого не может работать в нормальном режиме;
- программы на вашем компьютере работают неправильно;
- дисководы становятся недоступными;
- возникают проблемы при вводе текста с помощью клавиатуры;
- вам не удастся нормально распечатать текст на принтере;
- компьютер выдает необычные сообщения об ошибках.

Антивирусные программы

Самое эффективное средство борьбы с вредоносными программами – применение антивирусных программ. Ни одна из таких программ (их для краткости часто называют просто антивирусами) не обеспечивает стопроцентной защиты, поэтому при выборе антивируса необходимо учитывать ряд параметров: надежность программы, удобство ее использования, скорость работы, способность идентифицировать максимальное количество распространенных типов вирусов, возможность «лечения» зараженных объектов, наличие других полезных функций. Правильно настроенная антивирусная программа способна проверять компьютер в автоматическом режиме и информировать вас о наличии вирусов.

Наиболее известные антивирусные программы

1. Norton AntiVirus. Разработанная компанией Symantec Corporation ([www.symantec.ru](http://www.symantec.ru))
2. Антивирус NOD32. Разработанная компанией Eset Software ([www.esetnod32.ru](http://www.esetnod32.ru))
3. Doctor Web. ([www.drweb.ru](http://www.drweb.ru))
4. Антивирус Касперского. Лаборатория Касперского ([www.kaspersky.ru](http://www.kaspersky.ru))
5. Антивирус AVG Free Edition. Бесплатная. ([www.free.grisoft.com](http://www.free.grisoft.com))

## ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

- Никогда не нарушайте Закон.
- Осторожно ведите себя с чужими людьми, никогда не верьте самым красивым словесным обещаниям, рекламе о "золотых горах".
- Не вступайте в контакт и не передавайте свои деньги подозрительным людям, не играйте с ними в любые игры, лотереи, не верьте им. Старайтесь реже бывать в криминально опасных зонах.
- Не допускайте мысль о том, что можно быстро разбогатеть, кого-либо перехитрить, обыграть или обмануть. Рассматривайте быстрый успех, везение как сигнал опасности.
- Избегайте случайных знакомств и контактов, не поддерживайте разговоры с прохожими и попутчиками, не открывайте им свои планы и возможности, не давайте адреса и телефоны незнакомым людям.
- Немедленно обращайтесь в милицию в случае обнаружения обмана. Не устраивайте самосуд над пойманным мошенником, поскольку можно наделать много непоправимых ошибок.
- Если вы подверглись воздействию вора или мошенника, незамедлительно сообщите об этом в милицию. Вероятность того, что злоумышленников задержат сразу после совершения преступления, очень велика.

## СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методического совета

МБОУ Новотроицкая ООШ

от \_\_\_\_\_ 2017г. № \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_/В.В.Фоменко/

подпись руководителя МС ФИО

## СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

\_\_\_\_\_/В.В.Тепикина/

\_\_\_\_\_  
2017г