

ВІДОКРЕМЛЕНИЙ СТРУКТУРНИЙ ПІДРОЗДІЛ
«НІЖИНСЬКИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ НАЦІОНАЛЬНОГО
УНІВЕРСИТЕТУ БІОРЕСУРСІВ І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ»



ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор ВСП «Ніжинський фаховий
коледж НУБіП України»

О.В. Литовченко

2025 р.

ІНСТРУКЦІЯ № ____
з безпеки життєдіяльності
для здобувачів освіти під час зимових канікул

І. Загальні положення

1.1. Інструкція з безпеки життєдіяльності під час зимових канікул поширюється на всіх учасників освітнього процесу під час їх перебування на канікулах у зимовий період.

1.2. Інструкцію розроблено відповідно до Положення про організацію роботи з охорони праці та безпеки життєдіяльності учасників освітнього процесу в установах і закладах освіти, затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 26.12.2017 № 1669, Правил дорожнього руху України, затверджених постановою Кабінету Міністрів України від 10.10.2001 № 1306 (із змінами), Правил пожежної безпеки для навчальних закладів та установ системи освіти України, затверджених наказом Міністерства освіти і науки України від 15.08.2016 року № 974.

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

ІІ. Вимоги безпеки життєдіяльності перед початком зимових канікул

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

2.1.2. У разі продовження канікул класному керівнику повідомити здобувачів освіти завчасно про останній день визначеного термінів нового терміну канікул.

2.1.3. Класному керівнику до початку канікул провести інструктаж із БЖД із записом у журналі інструктажів.

2.1.4. У разі неможливості за поважних причин вчасно приступити до навчальних занять після канікул, здобувачам освіти потрібно завчасно попередити класного керівника, надавши заяву чи медичну довідку, що підтверджує обґрунтованість причини.

III. Вимоги безпеки життєдіяльності під час зимових канікул

3.1. Під час канікул, перебуваючи на вулиці й ставши учасником дорожньо-транспортного руху, слід чітко виконувати ПДР:

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

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

- переходити проїжджу частину можна тільки по пішохідних переходах, а у разі їх відсутності – на перехрестях по лініях тротуарів або узбіч;

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

- виходити на проїжджу частину позаду транспортних засобів можна лише, упевнившись, що не наближаються інші транспортні засоби;

- чекати на транспортний засіб потрібно тільки на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, узбіччях на віддалі не менше 50 см від проїзної частини, не створюючи перешкод для дорожнього руху;

- у разі наближення транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком червоного або синього кольору, або спеціальним звуковим сигналом треба утриматися від переходу проїжджої частини або негайно залишити її;

- категорично заборонено вибігати на проїжджу частину, розмовляти по мобільному телефону при переході вулиці, переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом або встановленими місцями;

- заборонено під час зимових канікул кататися на велосипедах, мопедах, роликах тощо, що не відповідає погодним умовам та сезону, а також кататися на санчатах, ковзанах, лижах на проїжджій частині дороги для запобігання ДТП;

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

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

- для запобігання травмування можна кататися на ковзанах тільки у відведених для цього спеціальних місцях;

- студенти повинні виконувати зазначені правила, а також інші Правила дорожнього руху України, знання про які вони отримали на заняттях, виховних годинах, предметних заняттях;

- перебувати поблизу залізничних колій, переходити їх у невстановлених місцях категорично заборонено;

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

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

- не брати з собою вогнебезпечні предмети, що можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, бенгальські вогні, феєрверки, цигарки, легкозаймисті речовини, вогнезаймисту рідину тощо);

- користуватися газовою плитою вдома тільки із спеціалізованим електричним приладом для вмикання;

- заборонено застосовувати горючі матеріали, зберігати бензин, газ та інші легкозаймисті горючі рідини у приміщеннях; застосовувати предмети оформлення приміщень, декорації та сценічне обладнання, виготовлене з горючих синтетичних матеріалів, штучних тканин і волокон (пінопласту, поролону, полівінілу тощо); застосовувати відкритий вогонь (факели, свічки, феєрверки, бенгальські вогні тощо), хлопавки, дугові прожектори; влаштовувати світлові ефекти із застосуванням хімічних та інших речовин, які можуть викликати загоряння; встановлювати стільці, крісла тощо, конструкції з пластмас і легкозаймистих матеріалів, а також захищати предметами проходи та аварійні виходи;

- користуючись електроприладами, музичною апаратурою, які живляться струмом включати їх уважно, сухими руками. У разі виявлення обірваних проводів, неізольованої проводки, іскріння проводки, слід негайно відключити прилад;

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

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

- у разі пожежної небезпеки: наявності вогню, іскріння, диму — негайно вийти на повітря (за двері, на балкон) та кликати на допомогу. Викликати службу пожежної охорони за номером 101) назвавши своє ім'я, прізвище, адресу, коротко описавши ситуацію: наявність вогню, диму, кількість людей у приміщенні, свій номер телефону;

- під час святкування Нового року вдома або інших закладах чітко дотримуватися вимог протипожежної безпеки; не приходити на свято в одязі з легкозаймистого матеріалу, не просоченого вогнезахисною сумішшю; під час святкування не наближатися до новорічної ялинки, в її сторону категорично заборонено кидати будь-які предмети; не можна прикрашати ялинку іграшками, гірляндами не фабричного, або низької якості виробництва; заборонено використовувати відкритий вогонь під час новорічних свят (факели, свічки, феєрверки, бенгальські вогні, хлопавки тощо); не можна застосовувати для оформлення приміщень декорації та обладнання, виготовлені з горючих синтетичних матеріалів, штучних тканин і волокон (пінопласту, поролону, полівінілу тощо).

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

Якщо ви не почули сигнал та у вас немає можливості швидко перейти у сховище, перейдіть до більш безпечного місця в квартирі: подалі від вікон, у коридор – під несучі стіни, або ванну (закрийте рушником дзеркало).

Ні в якому разі не можна після сигналу «Повітряна тривога» залишатися в будинках, особливо на верхніх поверхах.

У хвилини небезпеки кожному необхідно мобілізувати себе, бути зосередженим та уважним, діяти максимально швидко.

5.2. Під час воєнного стану зростає небезпека вибухових речовин через поширення боеприпасів у цивільному середовищі, їхню неконтрольовану втрату та залишені, нерозірвані снаряди, що становлять смертельну загрозу — головне правило: НЕ чіпати, ПОВІДОМЛЯТИ рятувальників (101, 102) та негайно відходити на безпечну відстань, пам'ятаючи про мінну небезпеку у полях, лісах та покинутих будівлях.

Правила безпеки під час виявлення вибухонебезпечного предмета (ВНП):

- Зберігати спокій: не панікувати і не намагатися самостійно знешкодити.

- НЕ ЧІПАТИ: категорично заборонено торкатися, пересувати чи розбирати підозрілий предмет.

- Позначити місце: зупинитися, запам'ятати орієнтири або позначити місце підручними предметами.

- Відійти: повернутися тим самим шляхом на безпечну відстань.

- Повідомити: негайно телефонувати 101 (ДСНС) або 102 (Поліція) і чітко повідомити про знахідку.

Дії в умовах обстрілу:

- Перейти в укриття: негайно сховатися в найближче укриття, підвал чи безпечне місце (не ліфт).

- Слухати сирени: перебувати в укритті до сигналу "відбій".

- Уникати небезпечних місць: не ходити на узбіччя доріг, у лісосмуги та покинуті будівлі, де можуть бути міни.

РОЗРОБЛЕНО

Заступник директора
з навчально-виховної роботи

Тетяна ШЕЇН

ПОГОДЖЕНО

Провідний інженер з охорони праці

Альона ШКОДИН

Не можна розтирати постраждалі ділянки спиртом, снігом чи олією, це у кілька разів підвищує ризик занесення інфекції!

Якщо обмороженим виявилось обличчя й вуха, їх потрібно розтерти чистою теплою рукою або м'якою тканиною до того, як вони стануть рожевого кольору. Щоб покращити притік крові, можна прикласти до лица і вух теплий рушник.

Після зігрівання в місцях обмороження можуть з'явитися червоні плями й набряклість, шкіра може стати щільною. Також через 2 дні може з'явитися синюшний відтінок, який стане з часом зеленкуватим, а потім жовтим.

На сильно уражені ділянки шкіри необхідно накласти стерильні пов'язки. При сильному обмороженні й занепокоєнні краще викликати «швидку допомогу».

Дії з попередження обмороження :

Перед виходом на вулицю у морозяну чи вітряну холодну погоду за 30 хвилин до виходу змастіть щоки жирним дитячим кремом або спеціальним кремом «від холоду». Не слід використовувати з цією метою зволожуючий крем.

Також необхідно застосовувати гігієнічну помаду, яку можна придбати в аптеці. Адже шкіра губ теж є дуже чутливою.

Одяг і взуття повинні бути із натуральних або спеціальних матеріалів. Особливо ретельно треба стежити за тим, щоб одяг або окремі його частини не промокали. Адже мокрий одяг — одна з найчастіших причин переохолодження і обмороження навіть при несильному морозі.

V. Порядок дій у разі отримання сигналу «повітряна тривога»

5.1. Після отримання сигналу оповіщення (сирени) швидко, без паніки пройти до захисної споруди, зайняти місце в укритті.

Перебуваючи у громадському місці, потрібно слухати вказівки адміністрації громадського місця та діяти відповідно до них (йти в зазначені сховища або укриття).

Здобувачі освіти повинні бути ознайомлені з місцем розташування захисних споруд, а також «Порядком дій у разі отримання сигналу «Повітряна тривога» за місцем проживання, або відпочинку;

5.1. Якщо почули сигнал оповіщення (сирени), перебуваючи вдома:

1. Увімкнувши телевізор (місцеві канали за наявності) чи радіоприймач, уважно прослухати інформацію про характер тривоги.

2. За можливості попередити сусідів і самотніх людей, що мешкають поруч.

3. Закрити вікна, вимкнути всі електричні та нагрівальні прилади, перекрити газ, загасити печі, вимкнути світло (автоматичну коробку, рубильник тощо).

4. Взяти «тривожну валізу» (індивідуальні засоби захисту, запас продуктів і води, особисті документи, кишеньковий ліхтар) та найкоротшим шляхом прямувати до найближчої захисної споруди чи укриття.

У разі відсутності в радіусі 500 м від вашого будинку захисної споруди використовуйте для укриття підвальне приміщення під будинком.

- перед їжею мити руки з милом;
- не їсти брудних овочів та фруктів, ретельно їх мити й ошпарювати;
- для запобігання захворювань на педикульоз, регулярно мити голову; довге волосся у дівчат має бути зібране у зачіску, не слід користуватися засобами особистої гігієни (гребінцем) інших осіб, а також не передавати свої засоби гігієни іншим. Не міряти й не носити чужого одягу, головних уборів, а також не передавати свого одягу іншим;
- не вживати самостійно медичних медикаментів і препаратів, не рекомендованих лікарем;
- якщо ви погано почуваєтеся, а батьків чи друзів немає поряд, слід викликати швидку медичну допомогу за номером 103, описавши свій стан, назвавши номер свого телефону, домашню адресу, прізвище, ім'я, а також зателефонувати батькам, друзям.

IV. Вимоги безпеки життєдіяльності при виникненні надзвичайної або аварійної ситуації

4.1. Не панікувати, не кричати, не метушитися, чітко й спокійно виконувати вказівки дорослих, які перебувають поряд.

4.2. Зателефонувати батькам чи друзям, коротко описати ситуацію, повідомити про місце свого перебування.

4.3. Якщо ситуація вийшла з-під контролю, слід зателефонувати в служби екстреної допомоги за телефонами:

101 - підрозділ ДСНС;

102 - поліція;

103 - швидка медична допомога,

104 - газова служба,

коротко описати ситуацію, назвати адресу, де відбулася надзвичайна ситуація, а також своє прізвище, ім'я, номер свого телефону.

4.4. За можливості слід залишити територію надзвичайної або аварійної ситуації.

4.5. Взимку, навіть при не дуже низькій температурі, можна обморозити щоки, руки, ніс чи вуха. Пришвидшує процес обмороження вітряна погода, занадто легкий одяг і тісне взуття, а також промоклі елементи одягу — рукавиці, шапка, взуття тощо.

Ознаки обмороження:

бліда, холодна блідо-синюшна шкіра, вкрита білими плямами складно вимовляти слова, мова стає уривчастою шкіра втрачає чутливість і стає ніби твердою на дотик у теплі обморожені ділянки шкіри і частини тіла починають боліти й червоніють, згодом лущаться, а у важчих ступенях навіть з'являються пухирці схожі на опікові.

Дії при отриманні обмороження:

При перших симптомах обмороження слід завершити прогулянку і повернутися додому або зайти у будь-яке інше приміщення погрітися. Вдома, потрібно негайно зігрітися – закутатись у щось тепле і випити гарячий чай або молоко.

громадських місцях, у друзів, на молодіжних дискотеках, у замкнутому просторі із чужими людьми, правил попередження правопорушень та насильства:

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

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

- не відчиняти двері дому незнайомцям, навіть представникам правоохоронних органів;

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

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

- під час перебування на розважальних заходах, потрібно завчасно попередити батьків, щоб зустріли вас після закінчення; керуватися загальними правилами етикету й нормами поведінки, не провокувати оточуючих на агресивну поведінку рухами й словами. У разі небезпечної ситуації потрібно звертатися до служби охорони закладу, викликати поліцію за номером 102, зателефонувати батькам;

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

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

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

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

- хворому виділити окреме ліжко, посуд, білизну;

- приміщення постійно провітрювати;

- у разі контакту із хворим одягати марлеву маску;

- хворому дотримуватися постільного режиму;

- вживати заходів профілактики: їсти мед, малину, цибулю, часник; чітко виконувати рекомендації лікаря;