

**Комунальний заклад вищої освіти
«Кам'янський медичний коледж»
Дніпропетровської обласної ради»**

**Витяг
з «Інструкції з охорони праці №3»
з безпеки життєдіяльності перед літніми канікулами
для студентів**

**ЗАТВЕРДЖЕНО:
Наказом директора
від „27” грудня 2018 р. № 226-0**

Кожна людина зобов'язана дбати про особисту безпеку і здоров'я, а також про безпеку і здоров'я оточуючих людей в процесі виконання будь-яких робіт чи під час перебування в будь-якому місці.

Для більшості людей слово «літо» пов'язане з розвагами на воді: плаванням, купанням, пірнанням тощо. При цьому незнання правил безпеки життєдіяльності часто приводить до трагічних наслідків, особливо гостро постає питання безпеки життєдіяльності молоді та дітей.

Загальні правила безпеки у літній період:

- намагайтеся не знаходитися на вулиці у період підвищеної сонячної активності (із 11.00 до 16.00);
- відпочиваючи на пляжі, чергуйте час перебування на сонці з відпочинком у тіні та купанням;
- завжди майте при собі достатню кількість питної води;
- надягайте просторий одяг, який не ускладнює дихання, бажано, світлих кольорів.

1.Заходи безпеки на воді:

- починати купатися треба з 3-5 хвилин, поступово збільшуючи цей час, але не більше 20 хвилин;
- купатися краще вранці або ввечері, коли сонце гріє, але немає небезпеки перегрівання;
- не можна пірнати у воду після тривалого перебування на сонці, адже при різкому охолодженні у воді може виникнути рефлекторне скорочення м'язів, що спричиняє судоми, і навіть припинення дихання;
- забороняється входити у воду у стані алкогольного сп'яніння;
- купатися можна лише на спеціально обладнаному пляжі;
- у воду заходьте обережно, ніколи не пірнайте в незнайомих місцях;
- не запливайте далеко, особливо за буї, адже можна не розрахувати свої сили;
- у водоймах із великою кількістю водоростей потрібно намагатися плисти поблизу самої поверхні води, не робити різких рухів, щоб не заплутатись. Якщо ж руки або ноги заплуталися в стеблах, необхідно зупинитися, набути положення «поплавка» і звільнитися від них;
- дуже обережно плавайте на надувних матрацах і надувних іграшках, не відпливайте далеко від берега і слідкуйте за їхньою неушкодженістю.

2.Правила пожежної безпеки на відкритій території:

- не можна спалювати сміття в лісових та паркових зонах, випалювати пожовклу траву та інші рослинні рештки, розкладати багаття, залишати без нагляду;
- категорично заборонено заїжджати на територію лісового фонду в автомобілі;
- забороняється палити, кидати у лісі, на відкритих територіях, на узбіччях автодоріг непогашені сірники та недопалки;
- помітивши найменше розповсюдження вогню, негайно телефонуйте до служби порятунку за номером 101!

3. Правила користування побутовими електроприладами

Щоб запобігти ураженню електричним струмом, не можна:

- залишати електроприлади ввімкненими без нагляду;

- користуватися несправними приладами, саморобними побутовими приладами, особливо великої напруги;
- вмикати в одну розетку одночасно декілька приладів;
- торкатися оголених ділянок у місцях з'єднання приладів з клемами, вилкою, між собою;
- використовувати електричні прилади не за призначенням та не ознайомившись попередньо з інструкцією.

4 Правила поведінки при виявленні обірваного електричного дроту:

- небезпечно наближатися до обірваного електричного дроту;
- якщо дріт не покрито ізоляцією, то він становить загрозу для життя людини;
- доторкнувшись до дроту, можна отримати ураження внутрішніх органів;
- відкинути дріт можна лише за допомогою сухої деревини чи гуми;
- якщо ви побачили обірваний електричний дріт, не торкайтеся його та не намагайтеся прибрати;
- негайно повідомте дорослим про місцезнаходження обриву.

5. Правила безпеки при експлуатації газу

- небезпека може статися у випадках виходу газу з газової конфорки (полум'я залило водою з чайника, загасило протягом);
- не можна допускати запалювання газової плити маленькими дітьми;
- при виявленні неприємного запаху газу в приміщенні не можна:
 - а) вмикати світла та користуватися електроприладами;
 - б) запалювати сірники;
 - в) залишатися в приміщенні;
 - г) залишати вікна та двері замкненими – їх необхідно якомога швидше відчинити;
 - г) приховувати факт виходу газу – треба негайно повідомити дорослих.

6. Правила безпечної поведінки на дорозі:

- 6.1.1 Рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, притримуючись правого боку.
- 6.1.2. За межами населених пунктів, рухаючись узбіччям чи краєм проїжджої частини, слід іти назустріч руху транспортних засобів;
- 6.1.3. Переходити проїжджу частину можна тільки по пішохідних переходах, зокрема підземних і наземних, а у разі їх відсутності – на перехрестях по лініях тротуарів або узбіч;
- 6.1.4. У місцях, де рух регулюється технічними засобами чи регулювальниками, треба керуватися тільки сигналами регулювальника чи світлофора;
- 6.1.5. Виходити на проїжджу частину із-за транспортних засобів можна, упевнившись, що не наближаються інші транспортні засоби;
- 6.1.6. Чекати на транспортний засіб потрібно тільки на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, узбіччях, не створюючи перешкоду для дорожнього руху;
- 6.1.7. На трамвайних зупинках, не обладнаних посадковими майданчиками, можна виходити на проїжджу частину лише з боку дверей і тільки після зупинки трамвая;
- 6.1.8. У разі наближення транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком червоного або синього кольору, або спеціальним звуковим сигналом треба утриматися від переходу проїжджої частини або негайно залишити її;
- 6.1.9. Категорично заборонено вибігати на проїжджу частину, влаштовувати на ній або поблизу неї ігри, переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом або встановленими місцями;
- 6.1.10. Для запобігання ДТП, категорично заборонено кататися на велосипедах, мопедах, роликах тощо на проїжджій частині дороги, катання повинне здійснюватись у спеціально відведених для цього місцях;
- 6.1.11. Категорично заборонене катання на роликах, велосипедах, тощо з гірок із виїздом на проїжджу частину дороги;
- 6.1.12. У жодному разі не можна чіплятися за задню частину автомобіля, з метою покататися по проїжджій частині дороги – ці дії визначені найвищою категорією безпеки, що може призвести до травмування й загибелі;
- 2.1.13. На велосипедах дозволено кататися на проїзній частині вулиці по велосипедних доріжках, позначених відповідними знаками та розміткою;
- 2.1.14. Пересуваючись громадським транспортним засобом, необхідно сидіти або стояти, тримаючись за поручень або інше пристосування;

- 2.1.15. Заборонено пересуватися (пішки, на велосипеді і т.і.) по залізничних коліях. Заборонено перебувати у вагонах, які знаходяться на відстої у депо, або тимчасово не використовуються, а також знаходитись зверху на вагонах;
- 2.1.16. Студенти повинні виконувати зазначені правила, Правила дорожнього руху України, а також застосовувати знання, які вони отримали на заняттях з БЖД, виховних годинах або у інших навчальних спеціалізованих установах

Інженер з охорони праці

Тюріна А.О.