МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА "ЛЮБИМСКИЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС" C=RU, S=Ярославская область, STREET="152470, Ярославская область, город Любим, улица Даниловская, дом 66", L=город Любим, T=Директор, O="МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА "" ЛЮБИМСКИЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС"""", ОГРН=1027601459984, СНИЛС=04527902558, ИНН ЮЛ=7618002050, ИНН=761800404467, E=lyubssch@mail.ru, G=Надежда Николаевна, SN=Смирнова, CN="МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА "" ЛЮБИМСКИЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС""""
2026.05.04 13:10:15+03'00'

Утверждаю

Директор МОУ СОШ «Любимский

образовательный комплекс»

_____Н.Н. Смирнова.

Приказ №_____ от «04»мая_2026г.

Инструктажи по правилам поведения на территории организации отдыха детей и их оздоровления и их объектах, которые расположены на территории организации отдыха детей и их оздоровления.

Загородный оздоровительный лагерь
с круглосуточным пребыванием детей «Буратино»
МОУ СОШ «Любимский образовательный комплекс»

1. Инструкция по пожарной безопасности
2. Инструкция по правилам безопасности на пришкольном участке
3. Инструкция по правилам дорожно - транспортной безопасности
4. Инструкция по электробезопасности
5. Инструкция по профилактике негативных ситуаций во дворе, на улицах, дома, в общественных местах
6. Инструкция по охране труда при проведении прогулок, туристических походов, экскурсий
7. Инструкция по охране труда при проведении занятий спортом и подвижным играм
8. Инструкция по охране труда при проведении спортивных соревнований
9. Инструкция по правилам безопасного поведения на водоемах в летний, осеннее - зимний и весенний период.
10. Инструктаж для родителей о безопасности детей во время летних каникул.
11. Инструктаж для родителей по соблюдению правил поведения на воде в период летних каникул.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ.

Для обучающихся младшего школьного возраста

1. Нельзя трогать спички и играть с ними.
2. Опасно играть с игрушками и сушить одежду около печи, нагревательных приборов с открытой спиралью.
3. Недопустимо без разрешения взрослых включать электроприборы и газовую плиту.
4. Нельзя разводить костры и играть около них.
5. Если увидел пожар, необходимо сообщить об этом взрослым.

Для обучающихся старшего школьного возраста.

6. Следите, чтобы со спичками не играли маленькие дети, убирайте их в недоступные для малышей места.
7. Не нагревайте незнакомые предметы, упаковки из-под порошков и красок, особенно аэрозольные упаковки.
8. Не оставляйте электронагревательные приборы без присмотра. Запрещайте малышам самостоятельно включать телевизор. Уходя, выключайте электроприборы из сети.
9. Помните, что опасна не только бочка с бензином, но и пустая бочка из - под него или другой легковоспламеняющейся жидкости, и зажженная спичка может привести к тяжелым ожогам и травмам.
10. Не разжигайте печь или костер с помощью легковоспламеняющихся жидкостей (бензин, солярка).
11. Не оставляйте не затушенных костров.
12. Не поджигайте сами и не позволяйте младшим поджигать тополиный пух или сухую траву.
13. При обнаружении пожара сообщите взрослым и вызовите пожарных по телефону 01. На территории лагеря
14. Запрещается разводить костры, зажигать факелы, применять фейерверки и петарды, другие горючие составы.
15. Запрещается курить в здании лагеря и на его территории.
16. Запрещается приносить в лагерь спички, горючие жидкости (бензин и растворители), легковоспламеняющиеся вещества и материалы.
17. Запрещается пользоваться в комнатах осветительными и нагревательными приборами с открытым пламенем и спиралью.
18. Категорически не допускается бросать горящие спички в контейнеры - мусоросборники.
19. В случаях пожарной опасности производится эвакуация лагеря, сигналом к которой является длительная серия коротких звонков.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРАВИЛАМ БЕЗОПАСНОСТИ НА ПРИШКОЛЬНОМ УЧАСТКЕ

I. Общие требования безопасности Соблюдение данной инструкции обязательно для всех работающих на пришкольном участке воспитанников

1. Работать на пришкольном участке в халатах или перчатках
2. Пользоваться соответствующими возрасту сельскохозяйственными орудиями
3. Не переносить тяжести с помощью носилок, ведер до достижения 15 лет.
4. Пользоваться лейками вместимостью не более 4-х литров
5. Воспитанники, в возрасте 11-12 лет работают на участке 2 часа, через каждые 20 минут работы 10 минутный перерыв, 13 -14 лет работают 3-4 часа с 10 минутными перерывами через каждые 30 минут.
6. Нельзя работать с ядохимикатами, инсектицидами и гербицидами.
7. Все работы выполнять после указания педагога (воспитателя).
8. Не производить прополку руками, только рыхлителями, мотыгами и в перчатках.
9. Травмоопасность на пришкольном участке: - солнечный удар - порезы и ушибы при работе с инвентарем - отравление ядохимикатами и т.п. веществами.

II. Требования безопасности перед началом занятий

1. Пройти инструктаж по ТБ при выполнении любого вида работ.
2. Одеть рабочую одежду и защитные перчатки.
3. Получить, соответствующие своему росту лопату, мотыгу и др. орудия труда.
4. Получить конкретное задание на ближайшие 20 - 30 минут от педагога (воспитателя).
5. При наличии порезов кисти, пальцев рук воспитанник освобождается от работы с землей.

III. Требования безопасности во время занятий.

1. Приступить к работе после указания педагога (воспитателя).
2. Лопату, грабли, вилы, мотыгу переносить только рабочей частью вниз.
3. Работу по обработке земли производить в защитных перчатках.
4. Прополку вести только инвентарем, но не руками.
5. Очищать почву от камней, осколков стекла, обломков металла проводить граблями, лопатой и т.д.
6. Соблюдать порядок и дисциплину во время работы.
7. Защитить голову от солнечных лучей платком, косынкой, кепкой.
8. Проводить 10 минутный отдых в тени.

IV. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

1. В случае возникновения аварийных ситуаций (буря, ураган, пожар и т.п.) покинуть участок по указанию педагога (воспитателя).
2. При травматизме обратиться за помощью к педагогу (воспитателю).

3. При плохом самочувствии, внезапном заболевании сообщить педагогу (воспитателю).

У.Требования безопасности по окончании занятий

1. Сдать рабочий инструмент и инвентарь педагогу (воспитателю).
2. Снять рабочую одежду и защитные перчатки, сдать педагогу (воспитателю).
3. Вымыть тщательно с мылом руки, лицо.
4. Обо всех недостатках, замеченных во время работы на участке, сообщить педагогу (воспитателю).

ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРАВИЛАМ ДОРОЖНО-ТРАНСПОРТНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

I. Правила безопасности для пешехода.

1. Переходить дорогу только в установленных местах. На регулируемых перекрестках - на зеленый свет светофора. На нерегулируемых светофором установленных и обозначенных разметкой местах соблюдать максимальную осторожность и внимательность.
2. Не выбегать на проезжую часть из-за стоящего транспорта. Неожиданное появление человека перед быстро движущимся автомобилем не позволяет водителю избежать наезда на пешехода или может привести к иной аварии с тяжкими последствиями.
3. При выходе из транспорта, если необходимо перейти на другую сторону, нужно пропустить автобус, чтобы контролировать дорогу. Автобус обходить сзади, трамвай спереди.
4. При переходе дороги сначала посмотреть налево, а после перехода половины ширины дороги - направо.
5. Если не успели закончить переход и загорелся красный свет светофора, остановитесь на островке безопасности.
6. Не перебегайте дорогу перед близко идущим транспортом - помните, что автомобиль мгновенно остановить невозможно и Вы рискуете попасть под колеса.
7. Не играйте с мячом близко от дороги. Мяч может покатиться на проезжую часть, и Вы в азарте не заметите опасности, выбежав за мячом.
8. Не катайтесь с горок около дороги, если возможен выезд санок на дорогу.

II. Безопасность велосипедиста.

9. Не катайтесь на велосипеде на дорогах с усиленным движением.
10. Перед переходом дороги сойдите с велосипеда и ведите его рядом.
11. При езде на велосипеде в сумерки позаботьтесь о чистоте катафота на заднем крыле.
12. Даже если Вы переходите дорогу на зелёный свет светофора, следите за дорогой и будьте бдительны - может ехать нарушитель ПДД.

III. Безопасность пассажира.

13. В автобусе при движении не ходите по салону, держитесь за поручни.
14. В легковой машине занимайте место на заднем сиденье.
15. Не садитесь в машину к неизвестным людям.
16. Отказывайтесь от поездки в машине, если водитель не совсем здоров или принимал алкогольные напитки.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭЛЕКТРОБЕЗОПАСНОСТИ

1. Неукоснительно соблюдайте порядок включения электроприборов в сеть: шнур сначала подключайте к прибору, а затем к сети. Отключение прибора производится в обратной последовательности.
2. Уходя из здания или даже из комнаты, обязательно выключайте электроприборы (утюг, телевизор и т. п.).
3. Не вставляйте вилку в штепсельную розетку мокрыми руками.
4. Никогда не тяните за электрический провод руками, может случиться короткое замыкание.
5. Ни в коем случае не подходите к оголенному проводу, и не дотрагивайтесь до него. Может ударить током.
6. Не пользуйтесь утюгом, чайником, плиткой без специальной подставки.
7. Не прикасайтесь к нагреваемой воде и сосуду (если он металлический) при включении в сеть нагревателем.
8. Никогда не протирайте включенные электроприборы влажной тряпкой.
9. Не вешайте цветочные горшки над электрическими проводами.
10. Нельзя гасить загоревшиеся электроприборы водой.
11. Не прикасайтесь к провисшим или лежащим на земле проводам.
12. Опасно влезать на крыши домов и строений, где вблизи проходят линии электропередач, а также на опоры (столбы) воздушных линий электропередач.
13. Не пытайтесь проникнуть в распределительные устройства, трансформаторные подстанции, силовые щитки - это грозит смертью.
14. Не используйте бумагу или ткань в качестве абажура электролампочек.
15. Не пытайтесь проводить ремонт электроприборов при их включенном состоянии (в электросети).
16. В случае возгорания электроприборов и вы не можете с этим справиться, вызывайте по телефону пожарную службу.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ НЕГАТИВНЫХ СИТУАЦИЙ ВО ДВОРЕ, НА УЛИЦАХ, ДОМА, В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ.

1. Прежде чем выйти из дома, убедитесь, что на площадке нет посторонних, в противном случае переждите.
2. Никогда не заходите в лифт с посторонними, а также в подъезд или на лестничную площадку, если там стоят подозрительные люди, особенно группа людей.
3. 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..
4. Никогда не садитесь в машину, мотоцикл, и т.п. с незнакомыми людьми.
5. Не выносите на улицу дорогие вещи (магнитофон и т.п.), если около дома нет старших.
6. Не носите с собой ценности, деньги (без особой на то необходимости).
7. Не лазайте по подвалам, чердакам, крышам.
8. 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, рынок, в магазин, на концерт и т.п. При этом желательно, чтобы взрослые знали, где вы находитесь.
9. Призыв о помощи - это не свидетельство трусости, а необходимое средство самозащиты, иногда - спасение.
10. 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 дороже всего.
11. Если вас начинают преследовать, бегите туда, где много людей, больше света (ночью) и т.д.
12. Никогда не играйте в азартные игры, особенно на деньги со старшими ребятами или взрослыми, вообще с незнакомыми людьми.
13. В целях личной безопасности (профилактики похищений) необходимо: - стараться не оставаться в одиночестве, особенно на 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 людьми, а тем более вместе с подозрительными; - не садиться в чужие машины, не ездить с незнакомыми людьми; - всегда ставить в известность воспитателей о том, куда и когда вы направляетесь, у кого, сколько и где собираетесь быть, когда и каким путем собираетесь возвращаться (если есть возможность, сообщите номер телефона, иные координаты, по которым вас можно найти).

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ПРОГУЛОК, ТУРИСТИЧЕСКИХ ПОХОДОВ, ЭКСКУРСИЙ.

1. Общие требования безопасности

1.1. К прогулкам, туристическим походам, экскурсиям допускаются воспитанники детского оздоровительного лагеря с дневным пребыванием «Лотос» (далее по тексту - лагеря), прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении прогулок, туристических походов, экскурсий соблюдать правила поведения, установленные режимы передвижения и отдыха.

1.3. При проведении прогулок, туристических походов, экскурсий возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов: - изменение установленного маршрута движения, самовольное оставление места расположения группы; - потертости ног при неправильном подборе обуви; - травмирование ног при передвижении без обуви, а также без брюк или чулок; - укусы ядовитыми животными, пресмыкающимися и насекомыми; - отравления ядовитыми растениями, плодами и грибами; - заражение желудочно-кишечными болезнями при употреблении воды из открытых непроверенных водоемов.

1.4. При проведении прогулок, туристических походов, экскурсий и экспедиций группу воспитанников должны сопровождать двое взрослых.

1.5. Для оказания первой медицинской помощи при травмах обязательно иметь медицинскую аптечку с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств.

1.6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить об этом руководителю прогулки, туристического похода, экскурсии или экспедиции, который должен оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить администрации лагеря.

1.7. Воспитанники должны соблюдать установленный порядок проведения прогулки, туристического похода, экскурсии или экспедиции и правила личной гигиены.

1.8. Воспитанники, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, и со всеми воспитанниками проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

2. Требования безопасности перед проведением прогулки, туристического похода, экскурсии

2.1. Пройти соответствующую подготовку, инструктаж, медицинский осмотр и представить справку о состоянии здоровья.

2.2. Надеть соответствующую сезону и погоде одежду и обувь. Для предотвращения укусов ног надеть брюки или чулки. Чтобы избежать натирания ног, обувь должна быть подобрана по размеру.

2.3. Убедиться в наличии и укомплектованности медицинской аптечки.

3. Требования безопасности во время проведения прогулки, туристического похода, экскурсии

3.1. Соблюдать дисциплину, выполнять все указания руководителя и его заместителя, самостоятельно не изменять установленный маршрут движения и место расположения группы.

3.2. Общая продолжительность прогулки составляет 1 -4 часа, а туристического похода, экскурсии, экспедиции не должна превышать: для учащихся 1-2 классов - 1 дня; для учащихся 3-4 классов - 3 дней; для учащихся 5-6 классов - 18 дней; для учащихся 7-9 классов - 24 дней; для учащихся 10-11 классов - 30 дней. 3.3. Во время привалов во избежание лесных пожаров и ожогов не разводить костры.

3.4. Во избежание отравлений не пробовать на вкус какие-либо растения, плоды, грибы и ягоды.

3.5. Во избежание укусов и травм не трогать руками ядовитых и опасных пресмыкающихся, животных, насекомых, растений и грибов, а также колючих кустарников и растений.

3.6. При передвижении не снимать обувь и не ходить босиком.

3.7. Во избежание заражения желудочно-кишечными болезнями не пить воду из открытых непроверенных водоемов, для утоления жажды использовать взятый с собой запас воды.

3.8. Соблюдать правила личной гигиены, своевременно информировать руководителя прогулки, туристического похода, экскурсии или экспедиции об ухудшении состояния здоровья или травмах.

3.9. Уважать местные традиции и обычаи, бережно относится к природе, памятникам истории и культуры, к личному и групповому имуществу.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При укусе ядовитыми животными, пресмыкающимися, насекомыми немедленно оказать первую медицинскую помощь, отправить пострадавшего в ближайшее лечебное заведение и сообщить об этом администрации лагеря.

4.2. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное заведение, сообщить об этом администрации лагеря.

5. Требования безопасности по окончании прогулки, туристического похода, экскурсии

5.1. Проверить по списку наличие воспитанников в группе.

5.2. Проверить наличие и сдать на хранение туристское снаряжение.

5.3. Принять душ или вымыть лицо и руки с мылом.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ПО СПОРТИВНЫМ И ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ.

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям по спортивным и подвижным играм в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием «Лотос» (далее по тексту - лагере) допускаются воспитанники, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении занятий должно соблюдаться установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм возможно воздействие на воспитанников следующих опасных факторов: - травмы при столкновениях, нарушении правил проведения игры, при падениях на мокром, скользком полу или площадке.

1.4. Занятия по спортивным и подвижным играм должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

1.5. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм должна быть медицинская аптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

1.6. О каждом несчастном случае с воспитанниками руководитель занятия обязан немедленно сообщить администрации лагеря, оказать первую помощь пострадавшему.

1.7. Руководитель занятий и воспитанники обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.8. В процессе занятий руководитель и воспитанники должны соблюдать правила соблюдения спортивной игры, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.9. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с Правилами внутреннего трудового распорядка для работников детского оздоровительного лагеря и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.2. Проверить надежность установки и крепления стоек и перекладин футбольных ворот, баскетбольных щитов и другого спортивного оборудования.

2.3. Проверить состояние и отсутствие посторонних предметов на полу или спортивной площадке.

2.4. Провести разминку, тщательно проветрить спортивный зал.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде (сигналу) руководителя занятий.

3.2. Строго выполнять правила проведения подвижной игры.
3.3. Избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков.
3.4. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.
3.5. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя занятий.
4. Требования безопасности в аварийных ситуациях
4.1. При обнаружении неисправности спортивного оборудования и инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом администрации лагеря. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.
4.2. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно эвакуировать воспитанников из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации лагеря и в ближайшую пожарную часть, приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.
4.3. При получении воспитанником травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации лагеря.
5. Требования безопасности по окончании занятий
5.1. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и провести влажную уборку спортивного зала.
5.2. Тщательно проветрить спортивный зал.
5.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь и принять душ или вымыть лицо и руки с мылом.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПРИ ПРОВЕДЕНИИ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ

1. Общие требования безопасности

1.1. К спортивным соревнованиям в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием «Лотос» (далее по тексту - лагере) допускаются воспитанники, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Воспитанники подготовительной и специальной медицинских групп к спортивным соревнованиям не допускаются.

1.2. Участники спортивных соревнований обязаны соблюдать правила их проведения.

1.3. При проведении спортивных соревнований возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов: - травмы при проведении спортивных соревнований с использованием неисправных спортивных снарядов и оборудования; - травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии; - травмы во время прыжков в длину или высоту при неподготовленной прыжковой яме; - травмы при нахождении в зоне броска во время спортивных соревнований по метанию; - травмы при столкновениях во время бега или спортивной игре, при падениях во время спуска с горы на лыжах или при прыжках с лыжного трамплина; - обморожения при проведении спортивных соревнований по лыжам при ветре более 1,5 -2,0 м/с и при температуре воздуха ниже -20 С; - травмы и утопления во время проведения спортивных соревнований по плаванию при прыжках в воду головой вниз на мелком месте или нахождении рядом других участников соревнований; - проведение соревнований без разминки.

1.4. Спортивные соревнования необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви, соответствующих виду соревнования, сезону и погоде.

1.5. При проведении спортивных соревнований должна быть медицинская аптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

1.6. О каждом несчастном случае с участниками спортивных соревнований немедленно сообщить руководителю соревнований и администрации лагеря, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение. При неисправности спортивного инвентаря и оборудования соревнования прекратить и сообщить об этом руководителю соревнований.

1.7. Во время спортивных соревнований участники должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.8. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности, и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования безопасности перед началом соревнований.

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой, соответствующую сезону и погоде.
2.2. Проверить исправность и надежность установки спортивного инвентаря и оборудования.
2.3. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме - месте приземления, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.
2.4. В местах соскоков со спортивных снарядов положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной.
2.5. Провести разминку.
3. Требования безопасности во время занятий
3.1. Начинать соревнования и заканчивать их только по сигналу (команде) судьи соревнований.
3.2. Не нарушать правила проведения соревнований, строго выполнять все команды (сигналы), подаваемые судьей соревнований.
3.3. Избегать столкновений с другими участниками соревнований, не допускать толчков и ударов по их рукам и ногам.
3.4. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.
3.5. Перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли людей в секторе метания.
3.6. Перед прыжками в воду убедиться в отсутствии вблизи других участников соревнований.
4. Требования безопасности в аварийных ситуациях
4.1. При возникновении неисправности спортивного инвентаря и оборудования прекратить соревнования и сообщить об этом судье соревнований. Соревнования продолжать только после устранения неисправности или замене спортивного инвентаря и оборудования.
4.2. При плохом самочувствии прекратить участие в спортивных соревнованиях и сообщить об этом судье соревнований.
4.3. При получении травмы участником соревнований немедленно сообщить об этом судье соревнований и администрации лагеря, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.
5. Требования безопасности по окончании соревнований
5.1. Проверить по списку наличие всех участников соревнований.
5.2. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование.
5.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь.
5.4. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРАВИЛАМ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМАХ В ЛЕТНИЙ, ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ И ВЕСЕННИЙ ПЕРИОДЫ

В летнее время

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

Запрещается:

1. Входить в воду разгоряченным (потным).
2. Заплывать за установленные знаки (ограждения участка, отведенного для купания).
3. Подплывать близко к моторным лодкам, баржам.
4. Купаться при высокой волне.
5. Прыгать с вышки, если вблизи от нее находятся другие пловцы.
6. Толкать товарища с вышки или с берега.

Безопасность на льду.

1. Лед зеленоватого оттенка, толщиной 7 см - безопасный, он выдерживает одного человека.
2. Непрочный лед - около стока вод (с фабрик, заводов).
3. Тонкий или рыхлый лед - вблизи камыша, кустов, под сугробами. 4. Площадки под снегом следует обойти.
5. Ненадежный тонкий лед - в местах, где бьют ключи, быстрое течение или там, где впадают в реку ручьи.
6. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги.
7. При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.
8. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6м).
9. Замерзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом: крепления

лыж расстегните, чтобы при необходимости быстро их сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.

10. Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо.

11. Если вы провалились, необходимо широко раскинуть руки по кромкам льда, удерживаться от погружения с головой.

12. Не паникуйте, старайтесь без резких движений выбираться на лед, наползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги.

13. Выбравшись из пролома, нужно откатиться и ползти в сторону, обратную направлению движения.

14. Добравшись до берега, идите быстро в помещение, переодевайтесь в сухую одежду, выпейте горячий чай.

Инструктаж для родителей о безопасности детей во время летних каникул.

ФИО родителя _____

Дата проведения инструктажа _____

ФИО инструктирующего:

Содержание инструктажа

Безопасность ребенка во время каникул

Во время каникул необходимо позаботиться о безопасности ребенка, особенно если он остается без присмотра взрослых. Помните, что в это время значительно увеличивается риск уличного и бытового травматизма. **Проверьте исправность имеющегося спортивного снаряжения:** самоката, велосипеда, роликовых коньков, бадминтона и др., - а также **бытовых приборов.** Нелишней будет и проверка экипировки для уличных развлечений и спортивных занятий. Повторите **Правила дорожного движения для пешеходов и велосипедистов,** проработайте с ребенком все возможные маршруты его передвижения во время самостоятельных прогулок. За жизнь ребёнка во время его пути до оздоровительного лагеря несут ответственность родители, за безопасность ребёнка во время его нахождения в лагере в течение смены (с 17.06.26 по 07.07.26; с 10.07.26 по 30.07.26) несут ответственность воспитатели лагерной смены, за возвращение ребёнка домой по окончании смены лагеря несут ответственность родители!

Роспись родителей _____ / _____ /

Инструктаж для родителей по соблюдению правил поведения на воде в период летних каникул.

ФИО родителя

Дата проведения инструктажа _____

ФИО инструктирующего:

Содержание инструктажа

Безопасность ребенка во время купания в открытых водоёмах

Во время купания ребёнка в открытых водоём необходимо позаботиться о его безопасности, особенно если он остается без присмотра взрослых. Помните, что в это время значительно увеличивается риск несчастных случаев.

купаться можно только в специально оборудованных местах отдыха; не нырять в незнакомых местах; не заплывать за буйки;

не устраивать игры в воде, связанные с захватами;

не использовать неисправные плавательные средства.

При судороге ног:

1. Позовите находящихся по близости людей на помощь.
2. Постарайтесь глубоко вдохнуть воздух, расслабиться и свободно погрузиться в воду лицом вниз.
3. Возьмитесь двумя руками под водой за голень сведённой ноги, с силой согните колено, а затем выпрямите ногу с помощью рук, делая это несколько раз, пока можете задерживать дыхание.
4. При продолжении судорог до боли щипайте пальцами мышцу.
5. После прекращения судорог, смените стиль плавания или некоторое время полежите на спине, массируя руками ногу, затем медленно плывите к берегу.

Если вы захлебнулись водой:

1. Главное не паникуйте, а постарайтесь развернутся спиной к волне.
2. Прижмите согнутые в локтях руки к груди и сделайте несколько резких выдохов, помогая себе руками.
3. Очистите от воды нос и сделайте несколько глотательных движений.
4. Восстановив дыхание, лягте на живот.
5. При необходимости позовите людей на помощь.

Если вы увидели тонущего человека:

1. Привлеките внимание окружающих и спасателей громким криком.
2. Бросьте спасательный круг, резиновую камеру или надувной матрас в воду по возможности ближе к утопающему.
3. Если человек лежит на спине, подплывите со стороны головы и взяв за волосы (либо просунув руку под подбородок) приподнимите ему голову, перевернув на спину, чтобы лицо находилось над водой.
4. Не давайте утопающему схватить вас за руку или за шею - поднырните

под него и разверните спиной к себе, плывите по направлению к берегу.

5. Если утонувший не дышит, прямо в воде сделайте ему несколько вздохов «изо рта в рот» и, подхватив его одной рукой за подбородок, плывите к берегу.

Оказание первой медицинской помощи:

1. Положите пострадавшего животом на согнутое колено.
2. Путем сдавливания грудной клетки удалите воду, попавшую вдыхательные пути.
3. Пострадавшего уложите на спину и при отсутствии дыхания, проведите искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

ПОМНИТЕ! Паралич дыхательного центра наступает через 4-6 минут после погружения под воду, а сердечная деятельность может сохраняться до 15 минут. Поэтому мероприятия первой помощи должны выполняться быстро! Если соблюдать все выше перечисленные рекомендации, то ваш отдых на воде будет приятным и безопасным.

Роспись родителей_____ / _____ /