

ИНСТРУКЦИЯ №1
по пожарной безопасности
для детей и подростков лагеря труда и отдыха

1. Запрещается:

1. Разводить костры, сжигать мусор на территории лагеря труда и отдыха (далее ЛТО).
2. Курить в помещениях ЛТО.
3. Приносить в ЛТО спички, легковоспламеняющиеся и горючие жидкости, другие легковоспламеняющиеся материалы.
4. Использовать в игровых комнатах ЛТО осветительные и нагревательные приборы с открытым пламенем или спиралями, а также оставлять без присмотра включенные в сеть электроприборы.
5. Использовать неисправные электрические приборы.

2. Действия при возникновении пожара.

1. Немедленно сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть по телефону 01.
2. Немедленно оповестить людей о пожаре и сообщить руководителю ЛТО или заменяющему его работнику.
3. Приступить к тушению пожара имеющимися средствами пожаротушения.
4. Покинуть помещение, если огонь не удалось погасить.

ИНСТРУКЦИЯ №2

**по электробезопасности
для детей и подростков лагеря труда и отдыха**

1. Запрещается

1. Включать электроприборы без разрешения взрослых.
2. Открывать электрические шкафы, включать или выключать электрические рубильники.
3. Открывать электрические розетки и выключатели для ремонта.
4. Выкручивать электрические лампочки включённой настольной лампы.
5. Касаться оголённых электропроводов руками.
6. Развешивать на проводах различные предметы.
7. Подходить к упавшему на землю электропроводу со столба ближе чем на 56 метр

ИНСТРУКЦИЯ №3
по правилам дорожно-транспортной безопасности
для детей и подростков лагеря труда и отдыха

1. 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 перебегать дорогу перед близко идущим транспортом – помните, что автомобиль мгновенно остановить невозможно, и вы рискуете попасть под колеса.
7. Не играть с мячом близко от дороги. Мяч может покатиться на проезжую часть, и вы в азарте не заметите опасности, выбежав за мячом.
8. Не кататься с горок около дороги, если возможен выезд санок на дорогу.

2. Правила безопасного катания на роликах, велосипеде, самокате

Помните, необходимо:

1. Надевать защитный шлем, перчатки, щитки на руки и голени, наколенники и налокотники. Асфальт и тротуарная плитка очень твердые, и падение на них может завершиться переломом или сильным ушибом, а падают поначалу все, и даже профи не всегда могут победить гравитацию. Кататься без защиты – признак не крутизны, как кажется многим новичкам и, в частности, подросткам, желающим похвастаться перед сверстниками, а банальной глупости и отсутствия чувства самосохранения.
2. Не ездить на неисправном транспорте – шанс, что важная деталь отвалится прямо во время движения, и «водитель» полетит вверх тормашками вместе с железным конем, резко возрастает.
3. Не кататься в непосредственной близости от других велосипедистов, роллеров, скейтеров и «самокатеров», особенно, если еще мало опыта – легко налететь друг на друга и упасть вместе.

4. Научиться правильно группироваться при падении. Такое умение позволит сделать ваши ролле- и велопрогулки менее травмоопасными, ведь, как уже было сказано, от встреч с твердыми поверхностями не застрахован никто.
5. Крепить на одежду светоотражающие элементы при езде в темное время суток или при плохой погоде: так одинокую фигуру лучше видно другим участникам движения, в частности, автомобилистам, что снижает вероятность столкновения.
6. Не баловаться во время движения: ездить вдвоем на одноместном велосипеде или самокате, не держаться за руль и т.п. Чем меньше опыт, тем аккуратнее следует вести себя на дороге. В противном случае падение или поломка транспорта вам практически обеспечены.
7. Выполнять «финты» только на предназначенной или подходящей для этого площадке, но никак не на проезжей части, тротуаре или детской площадке, где играют несмышленные малыши. Этим вы обезопасите и себя от незапланированных приземлений, и невольных свидетелей ваших «выкрутасов» от попадания под колеса.
8. Выучить правила дорожного движения. По закону, велосипедист – равноправный участник движения(с 14 лет), как и автомобилист, и должен подчиняться правилам ПДД. Например, важно знать, как правильно показывать рукой, что хотите повернуть, как надо пересекать регулируемые перекрестки, по какой стороне дороги ехать. А вот роллеры приравнены к пешеходам и не должны появляться на проезжей части.
9. Двигаясь по тротуару, ехать очень медленно, аккуратно объезжая пешеходов и предупреждая их о своем приближении. Для велосипедистов езда по тротуарам, вообще-то запрещена законом, но в большинстве случаев – это единственный способ безопасного передвижения в отсутствие специальных дорожек.
10. Быть предельно внимательным, чтобы ничто не застало врасплох и не заставило потерять равновесие, и отправиться на «свидание» с асфальтом. Таким фактором могут стать и машина, выезжающая из двора, и выскочивший под колеса ребенок или собака, и просто громкий звук.
11. Не катайтесь на велосипеде на дорогах с усиленным движением.
12. До 14 лет детям нельзя выезжать на проезжую часть на велосипеде.
13. Перед пешеходным переходом дороги сойдите с велосипеда и ведите его рядом.
14. Даже если вы переходите дорогу на зеленый свет светофора, следите за дорогой и будьте бдительны – может ехать нарушитель ПДД.

3. Безопасность пассажира

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

ИНСТРУКЦИЯ №4

по охране труда при проведении прогулок, туристических походов, экскурсий для детей и подростков лагеря труда и отдыха

1. Общие требования безопасности.

1. К прогулкам, туристическим походам, экскурсиям допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.
2. Опасные факторы:
 - изменение установленного маршрута движения, самовольное оставление места расположения группы;
 - травмирование ног при неправильном подборе обуви, передвижение без обуви, а также без брюк, носков; укусы ядовитыми животными, пресмыкающимися, насекомыми;
 - отравление ядовитыми растениями, плодами и грибами;
 - заражение желудочно-кишечными болезнями при употреблении воды из непроверенных открытых водоемов.
3. При проведении прогулки, туристического похода, экскурсии группу воспитанников лагеря должны сопровождать не менее двух взрослых.
4. Для оказания первой медицинской помощи пострадавшим во время прогулки, туристического похода, экскурсии обязательно иметь аптечку с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств.

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

1. Воспитанникам необходимо пройти соответствующую подготовку, инструктаж.
2. Надеть удобную одежду и обувь, не стесняющую движений и соответствующую сезону и погоде, на голову – головной убор. Для предотвращения травм и укусов ног надеть брюки, носки.
3. Убедиться в наличии аптечки и ее укомплектованности необходимыми медикаментами и перевязочными материалами.
4. Проверить по списку наличие воспитанников лагеря.
5. Для безопасного перехода проезжей части необходимо проверить наличие флажков красного цвета.

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

1. Соблюдать дисциплину, выполнять все указания руководителя и его заместителя, самовольно не изменять установленный маршрут движения и место расположения группы.
2. Общая продолжительность прогулки составляет 1–4 ч.
3. Во время экскурсии запрещать детям снимать обувь и ходить босиком.
4. Во время привалов во избежание ожогов и лесных пожаров не разводить костры.
5. Запрещать детям пробовать на вкус какие-либо растения, плоды и ягоды.
6. Запрещать детям трогать руками различных животных, пресмыкающихся, насекомых, растения, грибы, а также колючие растения и кустарники.
7. Во избежание заражения желудочно-кишечными болезнями запрещать воспитанникам пить из открытых водоемов, использовать для этого только питьевую воду из фляжки, которую необходимо брать с собой, или кипяченую воду.
8. Взрослым и детям соблюдать правила личной гигиены, своевременно информировать руководителя группы или его заместителя об ухудшении состояния здоровья или травмах.
9. Уважать местные традиции и обычаи, бережно относиться к природе, памятникам культуры, к личному и групповому имуществу.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

1. При укусе ядовитыми животными, пресмыкающимися, насекомыми немедленно отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом руководству лагеря, а также родителям пострадавшего.
2. При получении воспитанником травмы оказать помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации лагеря и родителям пострадавшего, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

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

1. Проверить по списку наличие всех воспитанников лагеря.
2. Проверить наличие и сдать на хранение спортивный инвентарь, туристское снаряжение.

ИНСТРУКЦИЯ №5

по правилам безопасности при проведении спортивных мероприятий для детей и подростков лагеря труда и отдыха

1. При отсутствии воспитателя не влезать на спортивные снаряды и оборудование.
2. Перед выполнением упражнений провести разминку и разогрев мышц.
3. Перед прыжками проверить прыжковую яму на отсутствие камней, стекла и других опасных предметов.
4. Не толкать друг друга, не ставить подножки.
5. Обувь должна быть на нескользящей подошве (кроссовки, кеды).
6. Если при беге себя плохо почувствовали, перейдите на шаг, а потом сядьте.
7. При игре в футбол и хоккей применяйте спецодежду (защитные щитки, наплечники, налокотники и другие защитные средства).
8. При беге по пересеченной местности будьте внимательны, чтобы не оступиться или не попасть в яму.
9. Если очень устали и тяжело дышать, прекратите бег и пойдите спортивной ходьбой или обычным пешим ходом. При головокружении или тошноте сообщите об этом.

ИНСТРУКЦИЯ №6
по правилам поведения в экстремальных ситуациях
для детей и подростков лагеря труда и отдыха

1. При пожаре в лесу

Уходите быстро поперек ветра в направлении «из леса». Если Вы не можете определить направление «из леса», нужно влезть на высокое дерево, чтобы определить край леса.

2. При пожаре в здании

Если выход отрезан огнем, а вы на этаже выше второго, закройте плотно окно и дверь, промажьте скотчем щели в двери, смочите простыню, обернитесь в мокрую простыню с головой. Дышать рекомендуется через смоченную и сложенную вчетверо марлю или майку. Так ожидайте помощи пожарных.

3. Если вы потерялись в городе или заблудились в лесу и вас ищут

Оставайтесь в том месте, где вы отстали от группы. Если в лесу, периодически (примерно через 1 мин) громко кричите «ау» и прислушивайтесь к голосам.

4. Если вы услышали вой электросирены – это сигнал «Внимание всем!»

Если вы услышали вой электросирены – то включите радио, телевизор и прослушайте сообщение.

Выполняйте рекомендации, услышанные по радио, телевидению.

Если сигнал электросирены застал вас далеко от дома, выполняйте рекомендации милиционеров и взрослых.

5. Если вы разбили медицинский термометр (градусник)

Не скрывайте этого от родителей. Пары ртути очень ядовиты и, если ртуть не собрать и место её разлива не дезактивировать, то через некоторое время люди получают серьезное заболевание печени и почек. Ртуть нужно собрать, а место ее разлива многократно промыть треххлорным железом или 2 %-ным раствором соды.

ИНСТРУКЦИЯ №7
по профилактике негативных ситуаций на улице, дома, в общественных местах
для детей и подростков лагеря труда и отдыха

1. Прежде чем выйти из квартиры (дома), посмотрите в глазок и 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 незнакомые 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 транспорт (машину, мотоциклы 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 и 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), базар, 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 помочь, 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. п.
13. Никогда не играйте в азартные игры, особенно на деньги со старшими ребятами или со взрослыми, вообще с незнакомыми людьми.
14. В целях личной безопасности (профилактики похищений) **НЕОБХОДИМО:**
 - стараться не оставаться в одиночестве, особенно на улице, по пути в лагерь и обратно, в место досуга;
 - чаще менять маршруты своего движения в лагерь, магазин, к друзьям и т. д.
 - никогда не заговаривать с незнакомыми, а тем более в чем-то подозрительными людьми;
 - не садиться в чужие машины; всегда ставить в известность родственников о том, куда и когда вы направляетесь и 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 №8 **по противодействию терроризму детей и подростков в ЛТО**

При обнаружении взрывного устройства или подозрительного бесхозного предмета

1. Лицу, обнаружившему подозрительный предмет, не трогать, не вскрывать и не перемещать находку, запомнить время её обнаружения.
2. Немедленно сообщить об этом своему педагогу или любому должностному лицу «ЦДОД»
3. Действовать в дальнейшем в соответствии с указаниями старших.

Основными признаками взрывоопасного предмета являются:

- наличие у предметов характерного вида штатных боеприпасов, сигнальных, осветительных, учебно-имитирующих средств, пиротехнических изделий или их элементов;
- наличие у обнаруженных предметов самодельных доработок и элементов, не соответствующих их прямому назначению или конструкции (антенн, проводов и т.д.);
- наличие звука работающего часового механизма;
- наличие связей предмета с объектами окружающей обстановки виде растяжек;
- резкий запах горюче-смазочных материалов или растворителей, исходящего дыма (что может быть связано с разложением химических элементов);
- наличие наклеек с надписями на поверхности крышек коробок (например, «Бомба», «Тротил», «Взрыв», «Заминировано» и т.п.).

Помните! Часто в качестве камуфляжа для взрывных устройств используются обычные предметы: коробки, сотовые телефоны, игрушки и т.п.

При захвате людей в заложники

Немедленно сообщить о происшествии любому должностному лицу «ЦДОД» и действовать в дальнейшем в соответствии с указаниями старших.

Если Вас захватили в заложники:

- По возможности возьмите себя в руки, успокойтесь и не паникуйте.
- Подготовьтесь физически, морально и эмоционально к возможному трудному испытанию.
- Не пытайтесь бежать, если нет полной уверенности в успешности побега. Если вас связали, постарайтесь незаметно расслабить верёвки;

- Расположитесь по возможности подальше от окон, дверей и самих похитителей.
- Если место вашего похищения неизвестно, постарайтесь определить его по различным признакам.
 - Запомните о террористах как можно больше информации: их количестве, степени вооружённости, особенности внешности, особенностях и темах разговоров. Избегайте смотреть похитителям прямо в глаза.
- Не делайте резких и угрожающих движений, не провоцируйте террористов на необдуманные действия. При взаимодействии с террористами выполняйте все их распоряжения, займите позицию пассивного сотрудничества. Не высказывайте категорических отказов. Но и не выражайте им своих симпатий и приверженности их идеям. Не принимайте их сторону. Если вас спрашивают, говорите спокойным голосом, избегайте вызывающего, враждебного поведения. На вопросы отвечайте кратко. Не допускайте заявлений, которые могут повредить тебе или другим людям. При наличии проблем со здоровьем заявляйте об этом спокойным голосом.
- Сохраняй умственную активность, найдите себе какое – либо занятие (жизненные воспоминания, небольшие физические упражнения, разминка). Для поддержания сил ешь и пей, что дают, даже если нет аппетита и пища не вкусная.
- В случае штурма помещения правоохранительными органами лягте на пол лицом вниз, сложив руки на затылке.