

КОМИТЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ, СПОРТУ И ОХРАНЕ ЗДОРОВЬЯ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА МУРМАНСКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 6» (МАУ ДО СШ № 6)

ПРИКАЗ

«06» февраля 2024 г.

№ 34-од

В целях соблюдения требований охраны труда, правил безопасного поведения в весенне-зимний период, в том числе на территории Учреждения, а также целью сохранности жизни и здоровья обучающихся и сотрудников **приказываю:**

1. Утвердить Инструкцию по охране труда, мерам безопасности и правилам поведения в весенне-зимний период, в том числе на территории учреждения (Приложение 1).

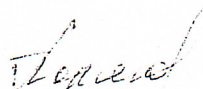
2. Утвердить Инструкцию по охране жизни и здоровья, правилам поведения и правилам техники безопасности в весенне-зимний период, в том числе на территории учреждения (Приложение 2).

3. Заместителю директора по общим вопросам Мартьяновой Н. А. – провести внеплановый инструктаж по охране труда и правилам техники безопасности в весенне-зимний период с сотрудниками МАУ ДО СШ № 6 в срок до 16.02.2024 г.

4. Тренерско-преподавательскому составу провести инструктаж с обучающимися, в соответствии с утвержденной Инструкцией, с внесением записи в журналы учета спортивной подготовки в срок до 29.02.2024 г.

5. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Директор



Г. Н. Полякова

**ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ, ПРАВИЛАМ
ПОВЕДЕНИЯ И ПРАВИЛАМ ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ В ВЕСЕННЕ-
ЗИМНИЙ ПЕРИОД, В ТОМ ЧИСЛЕ НА ТЕРРИТОРИИ УЧРЕЖДЕНИЯ**

1. Безопасное поведение на дороге в зимнее время

1.1. Зимой день короче. В сумерках и в темноте значительно ухудшается видимость. В темноте легко ошибиться в определении расстояния как до движущегося автомобиля, так и до неподвижных предметов. Часто близкие предметы кажутся далекими, а далекие близкими.

Случаются зрительные обманы: неподвижный предмет можно принять за движущийся, и наоборот. Поэтому в сумерках надо быть особенно внимательными. Одежда должна быть со световозвращающими элементами, что позволит быть более приметными для водителей.

1.2. В снегопады заметно ухудшается видимость, появляются заносы, ограничивается и затрудняется движение пешеходов и транспорта. Снег залепляет глаза пешеходам и мешает обзору дороги. Для водителя видимость на дороге тоже ухудшается.

1.3. Яркое солнце и белый снег создают эффект бликов. Поэтому надо быть крайне внимательными на дороге в такие дни.

1.4. В снежный накат или гололед повышается вероятность заноса автомобиля, и самое главное - непредсказуемо удлиняется тормозной путь. Поэтому обычное безопасное расстояние для пешехода до машины надо увеличить в несколько раз.

1.5. Количество мест закрытого обзора зимой становится больше. Приближающийся транспорт мешают увидеть сугробы на обочине, стоящая заснеженная машина.

1.6. Теплая зимняя одежда мешает свободно двигаться, сковывает движения. Поскользнувшись, в такой одежде сложнее удержать равновесие. Верхняя одежда с капюшоном ограничивает поле зрения. По возможности одевайтесь удобно, тепло, но безопасно.

1.7. Не стоит стоять рядом с буксующей машиной. Из под колес могут вылететь куски льда и камни, а главное - машина может неожиданно вырваться из снежного плена и рвануть в любую сторону.

1.8. Переходя через дорогу, соблюдайте правила дорожного движения, не переходите улицу и не перебегайте перед близко идущим транспортом.

1.9. В случае падения на проезжей части дороги, постарайтесь быстрее подняться и отойти на безопасное место, если не можете подняться - попросите прохожих оказать вам помощь, если их нет то постарайтесь отползти на край дороги в безопасное место.

1.10. В зимнее и весеннее время года с осторожностью надо пользоваться общественным транспортом. Скользкие подходы к остановкам общественного транспорта - источник повышенной опасности.

1.11. Никогда не спешите на проезжей части.

1.12. Выйдя из общественного транспорта, подождите, когда он отъедет от остановки, и только после этого переходите проезжую часть дороги.

2. Правила поведения во время схода снега с крыш зданий

2.1 Чтобы избежать травматизма в весенне-зимний период необходимо соблюдать правила безопасности вблизи домов и зданий.

2.2 Снегопады и потепление могут вызвать образование сосулек и сход снега с крыш зданий и сооружений.

2.3 Соблюдайте осторожность, когда проходите рядом со зданиями, сооружениями, домами, особенно, если на их крышах есть снежные карнизы, сосульки.

2.4 Сход скопившейся на крыше снежной массы очень опасен! Как правило, такая масса неоднородна по своему составу и содержит как рыхлые массы подтаявшего снега, так и куски слежавшегося льда, зачастую значительного объёма и массы.

2.5 Чаще всего сосульки образуются над водостоками, поэтому эти места фасадов зданий и домов бывают особенно опасны, их необходимо обходить стороной.

2.6 Если во время движения по тротуару вы услышали наверху подозрительный шум – нельзя останавливаться, поднимать голову и рассматривать, что там случилось. Возможно, это сход снега или ледяной глыбы. Если есть возможность, необходимо быстро прижаться к стене, козырёк крыши может послужить укрытием.

2.7 При больших снегопадах и оттепели, выходя из зданий, нельзя задерживаться на крыльце, а необходимо быстро отходить на безопасное расстояние от здания (5 метров).

2.8 Входя в здания, необходимо поднять голову вверх, и убедиться в отсутствии свисающих глыб снега, наледи и сосулек.

2.9 При перемещении на улице, по территории учреждения нельзя ходить вдоль стен зданий, необходимо перемещаться по пешеходным дорожкам, подходя к зданию необходимо поднять голову вверх, и только убедившись в отсутствии наледи, сосулек и свисающих глыб проходить в этом месте.

2.10 Если участок пешеходной дороги огорожен, и идет сбрасывание снега с крыш, необходимо обязательно обходить это место на безопасном расстоянии, а также выполнять требования указателей или словесных объяснений работников МАУ ДО СШ № 6, работников коммунальных служб и других организаций.

2.11 Если из-за падения с крыши сосульки или снега пострадал человек, надо вызвать скорую помощь.

3. Правила поведения во время гололеда на дорогах

3.1. Гололед - это слой плотного льда, образовавшийся на поверхности земли, тротуарах, проезжей части улицы и на предметах (деревьях, проводах и т.д.) при намерзании переохлажденного дождя и мороси (тумана). Обычно гололед наблюдается при температуре воздуха от 0 С до минус 30 С. Корка намерзшего льда может достигать нескольких сантиметров.

3.2. Гололедица - это тонкий слой льда на поверхности земли, образующийся после оттепели или дождя в результате похолодания, а также замерзания мокрого снега и капель дождя.

3.3. Во время гололеда необходимо принять все необходимые меры для снижения вероятности получения травмы:

- обувь должна быть удобной, малоскользкой;
- необходимо смотреть под ноги, обходить замерзшие лужи, склоны, лестницы;
- передвигайтесь осторожно, не торопясь, наступая на всю подошву, при этом ноги должны быть слегка расслаблены, руки свободны;
- выходите из дома заблаговременно, выбирайте более безопасный маршрут;
- если вы поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения;
- в момент падения постарайтесь сгруппироваться, и, перекатившись, смягчить удар о землю;

- в момент падения постарайтесь сгруппироваться, и, перекатившись, смягчить удар о землю;
- поднимаясь или спускаясь по ступенькам необходимо держаться за поручни, перила, ноги на скользкие ступеньки необходимо ставить немного под углом.

4. Правила поведения на льду

4.1. С приходом зимы и наступлением холодов на водоемах наблюдается становление ледового покрова. В это время выходить на его поверхность крайне опасно.

4.2. Толщина льда на водоеме не везде одинакова, в устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей, вблизи произрастания водной растительности. Чрезвычайно ненадежен лёд под снегом и сугробами. Прочность льда можно определить визуально: лёд голубого цвета – прочный; белого – прочность его в 2 раза меньше; серый, матово-белый или с желтоватым оттенком – лед ненадёжен.

4.3. Кататься на коньках нужно только на специально оборудованных ледовых площадках!

4.4. Во избежание трагических случаев необходимо:

- соблюдать элементарные правила безопасности на льду, безопасным считается лед при толщине не менее 12 см;
- запрещается ходить по льду под мостами, рядом с любыми водными сооружениями, в местах впадения в водоем ручьев и рек;
- ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь);
- безопаснее всего выходить на берег и спускаться в местах, где лед виден и не покрыт снегом;
- при вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне, или пользоваться ледовыми переправами, если их нет, надо очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут;
- замерзший водоем лучше перейти на лыжах, при этом крепления лыж должны быть расстегнуты, чтобы при необходимости их можно было сбросить, лыжные палки необходимо держать в руках, не накидывая петли на кисти рук;
- если есть рюкзак или ранец, повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалился;
- нельзя выходить на лед в одиночку;
- при передвижении группой двигаться нужно друг за другом, сохраняя интервал не менее 5 - 6 метров, также необходимо быть готовым оказать помощь товарищу.
- внимательно слушайте и следите за тем, как ведет себя лед;
- не приближайтесь к тем местам, где растут деревья, кусты, торчат коряги, где ручьи впадают в реки, в этих местах возможен сброс теплых вод с промышленных предприятий, здесь наиболее высока вероятность провалиться под лед;
- не следует ходить рядом с трещинами или по участку льда, отделенному от основного массива несколькими трещинами;
- необходимо быстро покинуть опасное место, если из пробитой лунки начинает бить фонтаном вода;
- нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой покажется хоть немного воды – это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае немедленно 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 необходимо поступить при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин;

- выходя на лед, необходимо одеть легкую и теплую одежду, не стесняющую движение, а также обувь, без особых усилий снимающуюся с ног;
- если Вы провалились, постарайтесь не впасть в панику: необходимо широко раскинуть руки по кромкам льда, чтобы не погрузиться с головой под воду и постараться без резких движений выбираться на лед, наползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги, выбравшись из пролома, попытайтесь откатиться, а затем ползите в ту сторону, откуда пришли;
- если на ваших глазах под лед провалился человек, в первую очередь вызовите спасателей, далее, если Вы уверены в своих силах, постарайтесь приблизиться к нему ползком, широко раскинув руки и ноги, это увеличит площадь опоры. Помните, к краю полыньи подползать нельзя, иначе можно оказаться в воде. Бросьте пострадавшему связанные ремни или шарфы, любую доску, жердь или лыжи. Действовать нужно быстро и решительно;
- если вам удалось вытащить пострадавшего на лед, от опасной зоны удаляйтесь только ползком.

5. Первая помощь при обморожении

- 5.1. При получении обморожения или переохлаждения необходимо сделать следующее:
- немедленно внесите его в теплое помещение;
 - снимите обувь и одежду;
 - укутайте теплым пледом, либо одеялом;
 - напоите теплым или горячим напитком;
 - при обморожении наложите теплоизолирующие повязки из марли и ваты, не пережимая обмороженные части тела;
 - вызовите скорую помощь.