

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
«ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ ИМЕНИ А.П. ГАЙДАРА»

109263, г. Москва, ул. Шкулёва, д. 2, стр. 1;

тел./факс: (499) 179-65-11 http://www.dpgaidar.mskobr.ru e-mail: dpgaidar@edu.mos.ru

ОКПО/ОКТМО – 17697784/4539500000 ОГРН – 1157746073407 ИНН/КПП – 7723374949/772301001

Согласовано  
Председатель первичного  
профсоюзного комитета ГБОУДО  
ДТДиМ имени А.П. Гайдара  
И.И. Осипова  
« 2020 года



Утверждаю  
Директор ГБОУДО ДТДиМ  
имени А.П. Гайдара  
Н.М. Куранина  
« 2020 года



## ПРОГРАММА

первичного инструктажа по охране труда с обучающимися  
посещающими детские объединения по хореографии  
(классическому, народному, эстрадному, современному, спортивному и другим  
видам танца).

### ППИ-ОБ10

#### 1. Введение

1.1. Настоящая программа первичного инструктажа по охране труда разработана для обучающихся ГБОУДО ДТДиМ имени А.П. Гайдара (далее Дворец), занимающихся в детских объединениях по хореографии (классическому, народному, эстрадному, современному, спортивному и другим видам танца), (далее Танцевальные кружки).

1.2. Данная программа разработана в соответствии с ГОСТ 12.0.004-2015 «Система стандартов безопасности труда. Организация обучения безопасности труда. Общие положения», постановлением Минтруда России Минобрнауки России № 1/29 от 13.01.2003 «Об утверждении порядка обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций» с изменениями от 30.11.2016 г; иными нормативно-правовыми актами, Уставом и Правилами внутреннего трудового распорядка Дворца.

1.3. Программа составлена для проведения первичного инструктажа по охране труда, со всеми обучающимися занимающимися в детских объединениях

по хореографии (классическому, народному, эстраднему, современному, спортивному и другим видам танца).

1.4. Повторный инструктаж по охране труда с обучающимися, проводится не реже 1 раза в 6 месяцев.

1.5. Повторный инструктаж по охране труда с обучающимися, проводится педагогом дополнительного образования, (далее педагог) проводящим занятие в детских объединениях по хореографии (классическому, народному, эстраднему, современному, спортивному и другим видам танца).

1.6. Сведения об условиях обучения:

1.6.1. Занятия по хореографии (классическому, народному, эстраднему, современному, спортивному и другим видам танца) проводятся в помещениях Учреждения, соответствующих требованиям к танцевальным залам.

1.6.2. Высота потолков залов не менее 3 метров.

1.6.3. Напольное покрытие – паркет, износостойкий ламинат, допускаются модульные покрытия, изготовленные из ПВХ или вспененного каучука. Пол танцевального зала не имеет неровностей.

1.6.4. Зал хорошо освещен. Используются естественное освещение и искусственное освещение, которое обеспечено потолочными светильниками.

1.6.5. Танцевальный зал оборудован акустической системой. Вентиляцией.

## **2. Организация охраны труда при организации занятий в танцевальных кружках**

2.1. Танцевальные залы, приняты комиссией по приемке Учреждения к новому учебному году, имеется акт.

2.2. Оборудование и инвентарь танцевальных залов проверены на безопасность.

2.3. Танцевальные залы, раздевалки оснащены пожарной сигнализацией, которая находится в рабочем состоянии.

2.4. Эвакуационные выходы не загромождены. Из раздевалок имеются выходы в коридор.

2.5. Для танцевального зала, раздевалок предусмотрены огнетушители, имеется аптечка первой помощи с описью медикаментов.

2.6. Танцевальный зал и раздевалки оснащены приточно-вытяжной вентиляцией. Батареи закрыты съемными панелями, которые обеспечивают циркуляцию воздуха.

2.7. Освещение двустороннее искусственное и одностороннее естественное. Светильники защищены от механических повреждений.

## **3. Общие правила поведения обучающегося**

3.1. Обучающийся обязан соблюдать Устав Учреждения, нормы, правила и

инструкции по охране труда и пожарной безопасности.

3.2. Обучающиеся приходят за 15-20 минут до начала занятий, снимают верхнюю одежду, переодевают специальную тренировочную форму и обувь для занятий, ждут педагога, проводящего занятие в танцевальном кружке.

3.3. Педагог сопровождает обучающихся к месту проведения занятия. Без педагога, обучающимся не разрешается проходить в танцевальный (спортивный) зал.

3.4. Во время занятия, без разрешения педагога, проводящего занятие, запрещается выходить из танцевального (спортивного) зала, а также покидать здание и территорию Учреждения.

3.5. Обучающиеся Дворца проявляют уважение к друг другу, старшим, заботятся о младших.

3.6. Обучающиеся к педагогу и взрослым обращаются на «Вы», уступают дорогу, старшие – младшим, мальчики – девочкам.

3.7. Обучающиеся должны незамедлительно сообщать сотрудникам Учреждения о любом несчастном случае, происшедшем в кабинете, иных помещениях и на территории Дворца, о признаках заболевания, а также о ситуации, которая создает угрозу жизни и здоровью людей.

3.8. В случае если обучающийся заболел или травмировался, сообщить о случившемся педагогу Дворца.

3.9. При обнаружении неисправности оборудования, приспособлений, сообщить об этом педагогу, проводящему занятие. Пользоваться и применять их в неисправном состоянии запрещается.

3.10. Не допускается находиться, во время перерыва в танцевальном (спортивном) зале без педагога.

3.11. Не допускается загромождать собственными вещами (сумками, рюкзаками и т.п.) проходы и эвакуационные выходы из помещения.

3.12. Не допускается оставлять мусор на месте проведения занятия.

3.13. После занятий, вне Дворца обучающиеся ведут себя везде и всюду так, чтобы не уронить свою честь и достоинство, не запятнать доброе имя «Дворца».

#### **4. Опасные зоны. Вредные и опасные факторы**

4.1. Обучающиеся, воспитанники находясь во Дворце и на его территории обязаны соблюдать нормы, правила и инструкции по охране труда и пожарной безопасности, Правила поведения на территории Учреждения.

4.2. Незамедлительно сообщать педагогу о любом несчастном случае, происшедшем в танцевальном (спортивном) зале, в раздевалках и иных помещениях Учреждения, о ситуации, которая создает угрозу жизни и здоровью людей.

4.3. Запрещается употребление спиртных напитков, а также курение на территории Учреждения.

4.4. При проведении занятий возможно воздействие на занимающихся следующих опасных факторов:

- травмы при выполнении упражнений на неисправных танцевальных станках, спортивных снарядах, а также при выполнении упражнений без страховки;
- травмы при выполнении гимнастических упражнений без использования гимнастических матов;
- травмы при столкновениях, нарушении правил проведения занятия, при падении на мокром, скользком полу.

4.6. Опасными зонами на территории образовательного учреждения являются:

- системы коммуникаций: тепло-, водоотведения, в т.ч. на прилегающей территории;
- электрооборудование, электроустановки, электрощитовые;
- лестницы, при использовании обуви на высоком каблуке, высокой платформе, скользкой подошве;
- прилегающие к зданиям Дворца территории, находящиеся в зоне схода с крыш снега и падения сосулек;
- территории подъезда специального транспорта.

4.7. В целях создания безопасных условий во Дворце размещены знаки безопасности и предупреждающие плакаты: на электрощитовых и электроустановках.

## **5. Обучающиеся «Дворца» обязаны**

- Соблюдать требования программы первичного инструктажа по охране труда для обучающихся, воспитанников ГБОУДО ДТДиМ имени А.П. Гайдара, занимающихся в танцевальных кружках.
- Подчиняться требованиям дежурного администратора, педагога проводящего занятие.
- Поддерживать чистоту, бережно относиться к имуществу Дворца.
- Уважительно относиться к окружающим людям.
- Заботиться о младших.
- Не пропускать занятий без уважительных причин, не опаздывать на занятия.
- Иметь специальную тренировочную форму и обувь, соответствующую санитарно-гигиеническим требованиям и техники безопасности проведения занятий.

## **6. Поведение на занятиях в танцевальных кружках**

6.1. Каждый педагог определяет для своих занятий правила поведения обучающихся, руководствуясь при этом Законом об образовании, Уставом Дворца.

6.2. Обучающиеся могут находиться в танцевальном (спортивном) зале только в присутствии педагога.

### 6.3. К занятиям допускаются обучающиеся:

- не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья;
- прошедшие инструктаж по мерам безопасности;
- имеющие специальную, рекомендуемую педагогом тренировочную форму и обувь.

6.4. Обучающиеся, воспитанники должны соблюдать расписание занятий, установленные режимы отдыха.

6.5. При подготовке к занятию необходимо снять с себя часы, цепочки, кольца, браслеты, большие сережки, другие жесткие, острые и мешающие предметы.

6.6. Надеть специальную тренировочную одежду и обувь, соответствующую специфике поведения занятий.

6.7. Обучающиеся должны приходить в танцевальный зал опрятными, в чистой форме, с аккуратной прической (девочки- с гладко убранными волосами, пучком).

6.8. Обучающимся не рекомендуется использовать туалетную воду, духи с резким запахом, пачкающую косметику.

6.9. Бережно относиться к оборудованию зала, поддерживать чистоту и порядок в раздевалках.

6.10. Без разрешения педагога не включать аудиоаппаратуру. О неисправностях аппаратуры сообщать педагогу. Запрещается самостоятельно устранять неполадки.

6.11. Бережно и аккуратно обращаться с реквизитом и сценическими костюмами.

6.12. В случае недомогания или травмы обучающийся должен обратиться к педагогу, проводящему занятие.

6.13. При проведении занятия соблюдать правила поведения, дисциплину, вести себя так, чтобы в зале царил благоприятная и гармоничная атмосфера взаимного уважения.

6.14. Обучающиеся обязаны добросовестно и качественно выполнять разминочную часть занятия, а также элементы и движения, разогревающие костно-мышечный аппарат, подготавливающие тело к последующему не травмированному исполнению танцевальных движений и комбинаций.

6.15. При исполнении движений одновременно несколькими обучающимися (или друг за другом) необходимо соблюдать достаточные интервалы, избегать столкновений, толчков и ударов.

6.16. Не выполнять без страховки и без разрешения педагога сложные элементы и движения.

6.17. Не стоять близко к станку, зеркалам и друг к другу при выполнении движений.

6.18. Сидеть во время занятий нельзя, только с разрешения педагога.

6.19. Во время объяснения и показа педагогом техники выполнения танцевальных движений (упражнений) обучающимся необходимо внимательно смотреть и слушать.

6.20. Обучающиеся обязаны соблюдать правила гигиены, бережно относиться к своему здоровью и здоровью окружающих.

***Запрещается во время занятия:***

- употреблять пищу и жевать жевательные резинки;
- отвлекаться и отвлекать других во время выполнения упражнения;
- передвигаться в танцевальном зале от одного места к другому без разрешения педагога;
- садиться и виснуть на балетных станках;
- опираться, облокачиваться, ударять: зеркала, оконные стекла и другие травмоопасные предметы;
- трогать музыкальную аппаратуру без разрешения преподавателя;
- трогать музыкальные инструменты (фортепиано, баян), играть на них;
- сидеть на подоконниках, самостоятельно открывать и закрывать окна;
- кричать и громко разговаривать.

**6.7. В аварийных ситуациях обучающийся должен:**

- при получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и немедленно сообщить педагогу;
- при возникновении пожара в танцевальном зале прекратить занятие, организованно, без паники, под руководством педагога покинуть место проведения занятия через запасные выходы, согласно плану эвакуации.

**7. Поведение в перерывах и после окончания занятий.**

7.1. Обучающиеся должны привести в порядок свое рабочее место, сдать педагогу инвентарь, реквизит, используемый во время занятия.

7.2. Необходимо тщательно вымыть руки с мылом.

7.3 В перерывах рекомендуется спокойно отдыхать, восстанавливать дыхание и костно-мышечный аппарат после нагрузки.

7.4. После окончания занятий, обучающиеся под руководством педагога следуют в раздевалки, где переодевают одежду для дальнейшего возвращения домой в сопровождении родителей (или самостоятельно, с письменного согласия родителей или законных представителей).

**8. Обучающимся Дворца запрещается**

8.1. Приносить, передавать или использовать во Дворце оружие, спиртные напитки, табачные изделия, токсичные и наркотические вещества.

8.2. Использовать любые предметы и вещества, могущие привести к взрывам

и возгораниям.

8.3. Применять физическую силу для выяснения отношений (участие в драках, провокация драк), запугивание, вымогательство.

8.4. Любые преднамеренные действия, очевидно влекущие за собой опасные последствия для окружающих, такие как толкание, удары предметами, бросание чем-либо.

8.5. Употреблять непристойные выражения и жесты, курить, шуметь, мешать работать или отдыхать другим.

## **9. Основные требования по предупреждению электротравматизма**

9.1. Неукоснительно соблюдайте порядок включения электроприборов в сеть: шнур сначала подключайте к прибору, а затем к сети. Отключение прибора производится в обратной последовательности.

9.2. Уходя из дома или даже из комнаты, обязательно выключайте электроприборы (утюг, телевизор и т.п.)

9.3 Не вставляйте вилку в штепсельную розетку мокрыми руками.

9.4. Никогда не тяните за электрический провод руками, может случиться короткое замыкание.

9.5. Ни в коем случае не подходите к оголенному проводу, и не дотрагивайтесь до него. Может ударить током.

9.6. Не пользуйтесь утюгом, чайником, плиткой без специальной подставки.

9.7. Не прикасайтесь к нагреваемой воде и сосуду (если он металлический), при включенном в сеть нагревателе.

9.8. Никогда не протирайте включенные электроприборы влажной тряпкой.

9.9. Не вешайте цветочные горшки над электрическими проводами.

9.10. Нельзя гасить загоревшиеся электроприборы водой.

9.11. Не прикасайтесь к провисшим или лежащим на земле проводам.

9.12. Опасно влезать на крыши домов и строений, где вблизи проходят линии электропередач, а также на опоры (столбы) воздушных линий электропередач.

9.13. Не пытайтесь проникнуть в распределительные устройства, трансформаторные подстанции, силовые щитки – это грозит смертью!

9.14. Не используйте бумагу или ткань в качестве абажура электролампочек.

9.15. Не пытайтесь проводить ремонт электроприборов при их включенном состоянии (в электросети).

9.16. В случае возгорания электроприборов, если вы не можете с этим справиться, вызывайте по телефону пожарную службу.

## **10. Пожарная безопасность для обучающихся**

10.1. При проведении занятий и в свободное время обучающиеся должны знать и соблюдать требования пожарной безопасности установленные «Правилами пожарной безопасности в Российской Федерации».

10.2. Обучающиеся относящиеся по возрасту к старшеклассникам обязаны знать места расположения первичных средств пожаротушения и правила пользования ими.

10.3. Обучающиеся обязаны знать план и способы эвакуации (выхода из здания) на случай возникновения пожара.

10.3. При возникновении возгорания или при запахе дыма немедленно сообщить об этом педагогу или работнику Дворца.

10.4. Обучающиеся обязаны сообщить педагогу или работнику Дворца о любых пожароопасных ситуациях.

Запрещается

- Приносить и пользоваться во Дворце легковоспламеняющимися, взрывоопасными, горючими материалами.
- Оставлять без присмотра включенные в сеть электроприборы.
- Разводить костры на территории Дворца.
- Использовать пиротехнические средства.
- Курить на территории учреждения.

## **11. Средства пожаротушения, места их расположения**

11.1. К основным средствам пожаротушения во Дворце относятся первичные средства огнетушения (огнетушители, внутренние пожарные краны, песок, огнеупорные покрывала).

11.2. Во Дворце используются следующие виды огнетушителей:

- углекислотные огнетушители, предназначенные для тушения загорания углекислотой в газо - или в снегообразном виде;
- порошковые огнетушители, предназначенные для тушения загорания легко воспламеняющих и горючих жидкостей, электроустановок, находящихся под напряжением, а также для тушения пожаров на объектах с материальными ценностями.

11.3. Пожарные краны внутреннего пожарного водопровода оборудованы рукавами и стволами и размещаются в специальных шкафах. Пожарные рукава должны быть сухими, хорошо скатанными и присоединены к кранам и стволам. На дверце пожарного крана указан буквенный индекс «ПК», порядковый номер каждого крана.

11.4. Огнетушители устанавливаются:

- навеской на вертикальные конструкции (на кронштейны);
- установкой в пожарные шкафы совместно с пожарными кранами, в специальные тумбы, подставки или на пожарные щиты и стенды.

11.5. Места расположения огнетушителей указаны на плане эвакуации.



## **12. Обязанности и действия обучающихся в случае пожара**

12.1. При возникновении пожара (вид открытого пламени, запах гари, задымление) немедленно сообщить работнику Дворца.

12.2. При опасности пожара находится возле педагога дополнительного образования. Строго выполнять его распоряжения.

12.3. Не поддаваться панике. Внимательно слушать оповещение по Дворцу и действовать согласно указаниям работников учебного заведения.

12.4. По команде педагога эвакуироваться из здания в соответствии с определенным порядком. При этом не бежать, не мешать своим товарищам, помогать малышам.

12.5. При выходе из здания находиться в месте, указанном педагогом.

**Внимание!** Без разрешения администрации и педагогических работников Дворца обучающимся не разрешается участвовать в пожаротушении здания и эвакуации его имущества.

Обо всех причиненных травмах (раны, порезы, ушибы, ожоги и т.д.) обучающиеся обязаны немедленно сообщить работникам Дворца.

### **Чего нельзя делать?**

- Открывать окна и двери: приток свежего воздуха поддерживает горение. Разбивать окно нужно только в том случае, если собираетесь из него выскочить (если этаж невысокий).

- Тушить водой электроприборы, включенные в сеть.

- Ходить в задымленном помещении в полный рост: дым всегда скапливается в верхней части комнаты или здания, поэтому лучше пригнуться или лечь на пол, закрыв нос и рот платком.

- В задымленном подъезде двигаться, держась за перила: они могут привести в тупик.

- Пытаться покинуть горящий подъезд на лифте (он может выключиться в любой момент, и вы окажетесь в ловушке).

- Прятаться во время пожара (под диван, в шкаф): от огня и дыма спрятаться невозможно.

- Смазывать ожоги маслом.

- Бороться с огнем самостоятельно, не вызывая пожарных.

## **13. Предупреждение дорожно-транспортного травматизма**

### **13.1. Правила безопасности для пешехода**

13.1.1. Когда идете по улицам, будьте осторожны, не торопитесь. Идите только по тротуару или обочине подальше от края дороги. Не выходите на проезжую часть улицы или дороги.

13.1.2. Переходите 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. Даже если вы переходите дорогу на зеленый свет светофора, следите за дорогой и будьте бдительны – может ехать нарушитель ПДД.

13.1.3. Не выбегайте на проезжую часть из-за стоящего транспорта. Неожиданное появление человека перед быстро движущимся автомобилем не позволяет водителю избежать наезда на пешехода.

13.1.4. Переходите улицу только по пешеходным переходам. При переходе дороги сначала посмотрите налево, а после перехода половины ширины дороги – направо.

13.1.5. Когда переходите улицу, следите за сигналом светофора: красный – СТОП – все должны остановиться; желтый – ВНИМАНИЕ – ждите следующего сигнала; зеленый – ИДИТЕ – можно переходить улицу.

13.1.6. Если не успели закончить переход и загорелся красный свет светофора, остановитесь на островке безопасности.

13.1.7. Не перебегайте дорогу перед близко идущим транспортом – помните, что автомобиль мгновенно остановить невозможно, и вы рискуете попасть под колеса.

#### **14. Действия обучающихся при обнаружении взрывоопасных предметов, неразорвавшихся снарядов, мин и неизвестных пакетов**

14.1. Заметив оставленный в транспорте, подъезде дома и т. п. пакет (сумку, коробку и т. п.), ни в коем случае не трогайте его: возможно, в нем находится взрывное устройство.

14.2. Сообщите о своей находке дежурному сотруднику полиции.

14.3. Если вы заметили пакет, сумку, коробку в городском транспорте, сообщите об этом водителю.

14.4. Если вы все-таки оказались невольным свидетелем террористического акта, не теряйте самообладания. Постарайтесь запомнить людей, убежавших с места события, возможно, это и есть преступники.

14.5. Постарайтесь оказать посильную помощь пострадавшим от взрыва или от выстрелов до прибытия машин скорой помощи.

14.6. Не играйте со взрывпакетом, если каким-то образом он оказался у вас. Можно получить тяжелые ожоги.

14.7. Не бросайте в костер патроны. Они могут выстрелить и ранить вас.

14.8. Опасайтесь взрыва: кислородных баллонов, сосудов под давлением, пустых бочек из-под бензина и растворителей, газо-воздушных смесей.

14.9. Обнаружив подозрительный предмет, похожий на снаряд, мину, гранату не приближайтесь к нему и не бросайте камни. Снаряд может взорваться. Место расположения подозрительного предмета оградите и сообщите о находке в полицию по телефону 102, 112.

14.10. При обнаружении взрывоопасного предмета или предмета неизвестного происхождения запрещается брать его в руки, сдвигать с места, пытаться разрядить, бросать или ударять по нему, переносить в другое место. Недопустимо заливать жидкостями, засыпать порошками, накрывать каким либо материалом.

14.11. Категорически запрещено пользоваться радиотелефоном вблизи предмета, напоминающего взрывное устройство.

14.12. Обозначить место обнаружения шестом с опознавательным знаком (куском материи, бинта и др.).

14.13. Сообщить о находке педагогу – руководителю работы, который обратится в ближайший военный комиссариат, отдел внутренних дел.

***При обнаружении предмета, который может оказаться газовым баллончиком необходим:***

- Не играйте газовым баллончиком, если каким-то образом он оказался у вас. Можно получить тяжелые ожоги глаз, гортани, носоглотки.

- Не бросайте в костер газовый баллончик. Он может взорваться и ранить вас.

- Опасайтесь взрыва: газовых, пустых, перечных баллончиков, сосудов под давлением, и газо-воздушных смесей.

- Обнаружив подозрительный предмет, похожий на баллончик не приближайтесь к нему и не бросайте камни. Баллончик может взорваться. Сообщите о находке ближайшим людям и дождитесь прибытия полиции.

- При обнаружении неизвестного предмета запрещается брать его в руки, сдвигать с места, пытаться разрядить, бросать или ударять по нему, переносить в другое место. Недопустимо заливать жидкостями, засыпать порошками, накрывать каким либо материалом.

- Сообщить о находке педагогу – руководителю работы, который обратится в ближайший участковый пункт полиции, отдел внутренних дел.

- Практически все газовые баллончики ядовиты, чувствительны к механическим воздействиям и нагреванию.

**15. Поведение обучающихся летом во время купания на реке и водоемах, а также в зимнее время на льду.**

15.1. Во время купания необходимо соблюдать правила безопасного поведения на воде:

- не забывайте, что детям разрешается купаться только в присутствии взрослых;

- начинать купание следует при температуре воды не ниже 18 градусов;

- не следует входить в воду уставшим, разгоряченным или вспотевшим;

- не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли или тина;

- ни в коем случае не отплывайте далеко от берега на надувных матрацах, автомобильных камерах, надувных игрушках - подручное средство может оказаться неисправным, порваться, и ты внезапно окажешься в воде, а это очень опасно даже для умеющих хорошо плавать;

#### Обучающимся запрещается:

- нырять в незнакомых местах - на дне могут оказаться притопленные бревна, камни, коряги;

- хватать друг друга за руки, ноги, голову и другие части тела во избежание несчастных случаев и травм;

- «топить» друг друга;

- цепляться за лодки, залезать на знаки навигационного оборудования - бакены, буйки и т.д.;

- купаться в штормовую погоду или в местах сильного прибоя;

- подплывать к проходящим судам, заплывать за буйки, ограничивающие зону заплыва, и выплывать на фарватер;

- пить воду из водоемов без соответствующей обработки;

- купаться во время грозы;

- подавать крики ложной тревоги.

#### 15.2. В летнее время при купании в реке или открытом водоеме

- Входите в воду быстро и во время купания не стойте без движения. Почувствовав озноб, быстро выходите из воды.

- Не купайтесь сразу после приема пищи и большой физической нагрузки (игра в футбол, бег и т. д.). Перерыв между приемами пищи и купанием должен быть не менее 45-50 минут.

- В холодную погоду, чтобы согреться, сделайте несколько легких физических упражнений.

- Не купайтесь больше 30 минут; если вода прохладная, достаточно 5-6 минут.

- Не ныряйте в неизвестном месте и на мели, так как можно удариться головой о дно или какой-либо предмет.

- Почувствовав усталость, сразу плывите к берегу.

- При судорогах не теряйтесь, старайтесь держаться на воде, зовите на помощь.

- При оказании вам помощи не хватайте спасающего, а помогите ему буксировать вас к берегу.

#### 15.3. Правила безопасного поведения на льду

15.3.1. Во время, игр, перехода водоёмов в осеннее-зимне-весенний период необходимо соблюдать правила безопасного поведения на льду:

- Переходить водоем по льду необходимо по оборудованным транспортным и пешеходным переправам или проложенным тропам, а при их отсутствии, прежде чем двигаться по льду, следует убедиться в прочности льда с помощью палки.

- При движении по замерзшему водоему палкой ударяют по льду впереди себя несколько раз в одно и то же место. если после 2-3 ударов вода не показалась, значит лед надежен. если лед непрочен, необходимо прекратить движение и возвращаться по своим следам.

- Во время оттепели на лед выходить опасно.

- При движении по льду следует быть осторожным, внимательно следить за поверхностью льда, обходить опасные и подозрительные места, остерегаться площадок, покрытых толстым слоем снега. Под снегом лед всегда тоньше, чем на открытом месте.

- Безопаснее всего переходить в морозную погоду по прозрачному, с зеленоватым оттенком льду толщиной не менее 7 см.

- При групповом переходе по льду следует двигаться друг за другом на расстоянии 5-6 метров, идущий впереди должен подвязаться веревкой, другой конец находится у идущего сзади, чтобы при необходимости оказать ему помощь;

- Кататься на коньках разрешается только на специально оборудованных катках. Катание разрешается лишь после тщательной проверки прочности льда при толщине его не менее 12 см, а при массовом катании - не менее 25 см.

- При переходе водоема на лыжах рекомендуется пользоваться проложенной лыжней. Если приходится идти по целине, то для обеспечения безопасности необходимо отстегнуть крепления лыж, чтобы можно было от них освободиться.

- Во время паводка и ледохода опасно также находиться на обрывистом берегу, так как быстрое течение воды подмывает и рушит его;

#### 15.3.2. Обучающимся запрещается:

- выход на лед при появлении первого ледяного покрова на водоемах, т.к. тонкий лед не прочен и не выдерживает тяжести человека;

- проверять прочность льда ударом ноги, рискуя провалиться под лед;

- спускаться на лыжах и санках в незнакомом месте, особенно с обрывов;

- переходить водоемы весной;

- прыгать с льдины на льдину, кататься на льдинах.

## **16. Профилактика негативных криминогенных ситуаций во дворе, на улице, в иных общественных местах**

16.1. Прежде чем выйти из квартиры (дома), убедитесь, что на площадке около двери нет посторонних, в противном случае переждите.

16.2. Никогда не заходите в лифт с посторонними (незнакомыми), в подъезд или на лестничную площадку, если там стоят подозрительные люди.

16.3. 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.д.

16.4. Не выносите на улицу дорогие вещи, если около дома нет старших членов вашей семьи.

16.5. Не носите с собой ценности, деньги, без особой на то необходимости.

16.6. Не лазайте по подвалам, чердакам, крышам.

16.7 Гуляя на улице, старайтесь держаться поближе к своему дому, находиться в знакомой компании. При этом необходимо, чтобы взрослые знали, где вы находитесь.

16.8. Призыв о помощи – это не свидетельство трусости, а необходимое средство самозащиты, иногда – спасение.

16.9. 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 и здоровье дороже всего.

16.10. Если вас начинают преследовать, идите (бегите) туда, где много людей, больше света.

16.11. Никогда не играйте в азартные игры, особенно на деньги со старшими ребятами или взрослыми, вообще с незнакомыми людьми.

16.12. В целях личной безопасности, профилактики преступлений против вашей личности необходимо:

- стараться не оставаться в одиночестве, особенно на улице, по пути в школу, в место досуга и обратно;

- никогда не заговаривать с незнакомыми, а тем более в чем-то подозрительными людьми;

- не садиться в чужие машины, не ездить с незнакомыми людьми;

- всегда ставить в известность родственников о том, куда и когда вы направляетесь, у кого, сколько и где собираетесь быть, когда и каким путем собираетесь возвращаться.

16.13. Избегайте в темное время суток пустынных остановок, ожидая автобус или троллейбус, стойте на хорошо освещенном отведенном месте рядом с другими людьми.

16.14. Избегайте пустых автобусов и троллейбусов. Если вам приходится ехать поздно, то садитесь около водителя и ближе к проходу.

### **17. Изучение инструкций по охране труда для обучающихся**

- Инструкция по охране труда и технике безопасности для обучающихся при проведении занятий по хореографии и ритмике (гимнастике);
- Инструкция по охране труда и технике безопасности для обучающихся при проведении занятий по спортивным танцам;
- Инструкция по охране труда для учащихся при обнаружении предмета, который может оказаться газовым баллончиком;
- Инструкция по охране труда и технике безопасности на занятиях по футболу;
- Инструкция по охране труда при проведении занятий по баскетболу;
- Инструкция по охране труда для учащихся по соблюдению правил дорожно-транспортной безопасности;
- Инструкция по охране труда для учащихся по профилактике негативных криминогенных ситуаций во дворе, на улице, в иных общественных местах;
- Инструкция по охране труда для учащихся при обнаружении взрывоопасных предметов, неразорвавшихся снарядов, мин, гранат и неизвестных пакетов;
- Инструкция по охране труда для учащихся по поведению на льду;
- Инструкция по охране труда для учащихся по поведению на реке и водоёмах.

Разработал  
педагог дополнительного  
образования

О.А. Рындина

Согласовано  
специалист по охране труда  
и технике безопасности

О.М. Ковтушенко