

ЗАТВЕРДЖЕНО:



КЗ «Кам'янська спеціальна
загальноосвітня школа-інтернат» ЗОР

Наказ від 29.12.2022 № 142

ІНСТРУКЦІЯ

З БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ № 6-БЖ

для учнів(вихованців) з безпечної поведінки вдома та на вулиці

1. Загальні положення

1.1. Ця інструкція діє під час перебування учня (вихованця) вдома і на вулиці.

1.2. У разі порушення інструкції можливі:

- нервово-емоційний стрес;
- психологічне травмування.

1.3. Учень (вихованець) повинен вивчати (лексику), яка використовується під час інструктажу з безпечної поведінки вдома та на вулиці.

1.4. Уважно слухай вчителя, вихователя під час інструктажу, не соромся ставити питання.

2. Правила безпечної поведінки

2.1. Вдома та на вулиці:

1) надворі поведься спокійно й уважно. Боязкі, полохливі люди надворі привертають до себе увагу зловмисників. Спокійний погляд, упевнена хода – своєрідний захист від зловмисників;

2) нахабна і самовпевнена поведінка надворі провокує хуліганів, які тільки й шукають приводу до когось причепитися;

3) перебуваючи на вулиці, в транспорті, не відволікайся на слухання музики в навушниках – це небезпечно для твого життя та ще й приваблює грабіжників;

4) якщо ти залишився вдома без дорослих, нікому чужому не відчиняй двері;

5) на питання незнайомих людей, чи є тато та мама, краще відповідай, що батьки зараз відпочивають;

6) на телефонні дзвінки з питанням, чи є батьки вдома або коли вони повернуться з роботи, відповідай, що вони зараз зайняті й запитай, коли й кому зателефонувати;

7) ніколи не запрошуй додому малознайомих хлопців і дівчат;

8) не хвались перед людьми тим, що у вашій квартирі є дорогі речі, такі як відеоапаратура тощо;

9) не носи із собою великі суми грошей, а якщо таке станеться - не хвались цим;

- 10) познайом своїх друзів із батьками;
- 11) не лякайся, коли, знаходячись у квартирі, почуєш, що хтось намагається відчинити входні двері, голосно запитай: «Хто там?». Якщо двері продовжуватимуть відчиняти, викликай міліцію за телефоном 102 та вкажи точно адресу. Потім з балкону чи вікна голосно клич на допомогу;
- 12) виходячи з дому, не забувай зачинити балкон, кватирки, особливо якщо живеш на нижніх поверхах. Не залишай у дверях записок, бо це привертає увагу сторонніх людей;
- 13) будь уважними із ключами від квартири, не залишай їх у поштовій скриньці та в інших місцях. У випадку пропажі ключів відразу сповісти батьків, щоб замінити дверні замки;
- 14) на вулиці будь уважним. Переходь проїзну частину тільки на зелений сигнал світлофора або по пішохідному переходу. Пам'ятай, що водій не завжди може попередити біду, якщо ти порушив правила вуличного руху;
- 15) не сідай до незнайомих в автомобіль, щоб покататися, якщо навіть дуже хочете або запізнюєшся;
- 16) якщо незнайомці запросили тебе послухати музику, подивитися фільм, погратися із собакою (може бути будь-яка інша пропозиція) - не поспішай погоджуватися, перш ніж це зробити, спитай у батьків або вчителів.
- 17) не заходь в ліфт з незнайомими людьми без батьків;
- 18) якщо у дворі або біля школи хлопці вимагають гроші, негайно звертайся до дорослих і по можливості до поліції;
- 19) не розмовляй на вулиці з п'яними, навіть знайомими людьми, бо п'яна людина сильно змінюється, її вчинки можуть бути непередбачуваними та жорстокими;
- 20) якщо відчуваєш, що тебе переслідують, зайди до магазину або іншої установи. Можна попросити працівника цієї установи провести тебе додому;
- 21) перебувай подалі від тих, хто влаштовує бійки, не бери участі в суперечках дорослих і не провокуй словами чи діями агресивну поведінку;
- 22) будь уважним, оглядай і перевіряй, чи не слідує за тобою хтось під час проходу провулків, підземних переходів, між домами й тунелями. Якщо за тобою хтось іде, зупинись й відійди в сторону, щоб переслідувач пройшов повз тебе;
- 23) повертайся додому завидна, а не ходи один в темний час доби та в малолюдних місцях;
- 24) рухайся освітленими вулицями, бажано в натовпі людей;
- 25) вибирай безпечний маршрут: уникай пустирів, парків, стадіонів, темних дворів, підворіть, тунелів;
- 26) не провокуй нападника: ввечері не гуляй в дорогих прикрасах, не носи із собою і не витягуй при сторонніх людях гроші;
- 27) не відчиняй двері незнайомим, навіть якщо вони назвалися представниками поліції, якщо говорять, що принесли телеграму, хочуть перевірити показники електролічильника, справність газових приладів чи водогону;

28) якщо незнайомі люди просять тебе про термінову допомогу (викликати «швидку допомогу», поліцію, перекрити гарячу воду) попроси прийти з сусідами, яких ти знаєш та подзвони батькам;

29) не спокушайся на заклик по мобільному телефону «проголосуйте за улюбленого артиста», такий дзвінок або SMS будуть дуже дорого тобі коштувати;

30) не реагуй на інформацію про перемогу в якомусь конкурсі номерів телефонів, автомобілів чи ще чогось; не відправляй SMS, не дзвони на різні; «секретні номери», не пересилай невелику суму, щоб підтвердити свій номер телефону як номер переможця – це все вимагання коштів;

31) не замовляй нічого за пропозиціями реклами на телевізорі за коротким номером – це теж вимагання грошей;

32) не повідомляй інформацію про себе та своїх рідних; якщо прийшло підозріле SMS, викликає незнайомий номер, одразу повідомляй дорослих;

33) не телефонуй за домашнім телефоном, якщо з телевізора тобі пропонують подзвонити і дати відповідь на просте питання – може в кінці місяця прийти великий рахунок;

34) не заходь на підозрілі сайти, якщо про це попереджає захист комп'ютера;

35) не повідомляй логіни чи паролі до поштової скриньки – це як ключі від квартири;

36) не зустрічайся ніколи з інтернет-знайомими наодинці, без попередження дорослих, у безлюдних місцях;

37) про випадки надходження на твою адресу неприємної інформації обов'язково повідомляй дорослих;

38) не занурюйся у віртуальний світ Інтернету надовго – це шкодить здоров'ю: болять очі, перестаєш рухатися, пропадає «живе» спілкування, з'являються психічні розлади.

2.2.Правила поведінки в натовпі:

1) одягайся на концерти, свята так, щоб речі не заважали тобі почуватися вільно: довгі шарфи, хустки, намисто, ланцюги можуть затягнутися і зачепитися; вузькі штани, високі підбори заважають легко рухатися; сумка з довгою ручкою може затиснути в натовпі і ти впадеш;

2) під час участі в масовому заході не кричи, не свисти, не бігай, не стрибай, створюй небезпечну ситуацію для здоров'я;

3) якщо побачив збуджених глядачів (під впливом алкоголю, наркотиків) відійди від них надалі або покинь захід, щоб не стати жертвою насильства;

4) не провокуй оточуючих на агресивну поведінку рухами та словами.

5) не підходь близько до сцени, не залишайся у проходах, на входах і виходах;

6) прийди раніше, займи зручне та безпечне місце;

7) зверни увагу на запасний та аварійний вихід, уяви як до них дістатися з твого місця;

8) після заходу не поспішай до виходу;

- 9) якщо в натовпі у тебе щось упало, не піднімай;
- 10) у натовпі рухайся у тому ж напрямку і з такою ж швидкістю, як і всі;
- 11) якщо хтось намагається протиснутися вперед, краще пропусти, щоб під натиском не впасти;
- 12) тримайся подалі від стін, колон, скляних вітрин, щоб тебе не притиснули до них і ти не постраждав;
- 13) не тримай руки у кишенях, а зігни руки в ліктях і притисни їх до тулуба;
- 14) намагайся переміститися ближче до краю натовпу, де людей менше і рух повільніший;
- 15) якщо ти впав: спробуй якомога швидше піднятися, стань на п'яти або носки і різко випрямляйся; якщо не можеш встати, згорнися клубочком, захисти голову руками;
- 16) не ходи на мітинги протесту, там може бути дуже небезпечно.

2.3. Як захистити себе від нападника.

- 1) при загрозі нападу: здіймай галас, кричи, клич на допомогу, а також сміливо застосовуй засоби самозахисту;
- 2) якщо грабіжник погрожує і поруч нікого немає, спокійно віддай годинник, мобільний телефон, гаманець, коштовності, сумочку. Віддай все – життя цінніше! Роби це спокійно, без різких рухів;
- 3) при намаганні тебе задушити: хапай нападника за волосся, вуха, бий по очах, кусай, тягни за все, що зможеш вхопити, не шкодуючи сил;
- 4) якщо під рукою виявився якийсь предмет: олівець, кулькова ручка, викрутка, запальничка, ключі – пускай їх у хід, колючи ними у відкриті місця на тілі нападника.

Запам'ятай:

- у небезпечних ситуаціях перемагає не сильніший, а той, хто більше прагне зберегти своє життя;
- за будь-яких обставин не втрачай самоконтроль і не панікуй.

2.4. Відповідальність за правопорушення:

- 1) не вчиняй дії, що можуть призвести до правопорушень. Неповнолітніми у кримінальному праві вважаються особи до 18-ти років. За злочини, вчинені після настання 14-річного віку, неповнолітні підлягають кримінальній відповідальності: позбавлення волі неповнолітньому може бути призначене строком до 10-ти років ув'язнення. Найбільш суворим примусовим заходом виховного характеру є направлення до спеціальних навчально-виховних установ, що здійснюється примусово, незалежно від бажання неповнолітнього чи його батьків;
- 2) батьки неповнолітніх, які не займаються вихованням своїх дітей, підлягають адміністративному штрафу в розмірах, передбачених відповідною статтею Кримінального кодексу України;
- 3) всеукраїнські гарячі лінії підтримки дітей та молоді України:
 - Всеукраїнська лінія «Телефон довіри»: 800-500-21-80;

- Національна гаряча лінія з питань попередження насильства над дітьми та захисту прав дітей: 500-500-33-50 (у межах України дзвінки безкоштовні).

3. Вимоги безпеки в надзвичайних ситуаціях

3.1. У разі виникнення будь-якої надзвичайної ситуації (погіршення самопочуття, травма, страх, розгубленість, пожежа, відключення електроенергії та інше):

- скажи або зателефонуй батькам, дорослим;
- не панікуй, не кричи, не метушись;
- уважно дивись та слухай команди дорослих, чітко і спокійно їх виконуй;
- якщо можеш допомогти дорослим, запропонуй.

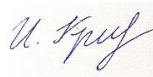
3.2. Запам'ятай та запиши номери телефонів служб екстреної допомоги:

- 101 - пожежна охорона;
- 102 - поліція;
- 103 - швидка медична допомога;
- 104 - газова служба;
- або, єдиний номер 112, на який можна телефонувати, щоб не набирати окремо 101, 102, 103 і 104.

Ця служба 112 пристосована для людей з порушенням слуху чи мови, адже щоденно там працюють перекладачі жестової мови.

ПОГОДЖЕНО

Заступник директора з навчальної роботи



Ірина КИТМАНОВА