

СОДЕРЖАНИЕ

Инструкция №1. О правилах поведения в общественных местах и быту.

Инструкция №2. По правилам и мерам электробезопасности.

Инструкция №3. По правилам и мерам пожарной безопасности в местах проживания.

Инструкция №4. По правилам и мерам пожарной безопасности в помещениях и на территории учебного заведения.

Инструкция № 5. По правилам и мерам безопасного поведения на дорогах.

Инструкция №6. По правилам и мерам безопасного поведения на железнодорожном транспорте и вблизи железнодорожных путей.

Инструкция №7. По правилам и мерам безопасного поведения на воде.

Инструкция №8. По правилам и мерам безопасного поведения при проведении учебной экскурсии.

Инструкция №9. По правилам и мерам безопасного поведения при проведении туристических походов.

Инструкция №10. Памятка о правилах поведения в криминогенной ситуации.

Инструкция №11. О правилах безопасного поведения в местах массового скопления людей.

Инструкция №12. Памятка о правилах поведения при захвате в заложники.

Инструкция №13. Памятка о правилах поведения при нахождении в положении заложника.

Инструкция №14. Памятка о правилах поведения при проведении спецслужбами операции по освобождению заложника.

Инструкция №15. Памятка о порядке действий при обнаружении подозрительного предмета.

Инструкция №16. Памятка о подозрительных сигналах, указывающих на возможного террориста.

ИНСТРУКЦИЯ № 1

по правилам и мерам безопасного поведения в общественных местах и быту

Обучающиеся при нахождении в учебных заведениях, на предприятии, в кинотеатрах, парках, скверах, на стадионах, пляжах, во дворах, на улицах, в городском и загородном транспорте и в других общественных местах обязаны строго соблюдать законы Республики Беларусь, правила поведения и правопорядок, с достоинством и честью нести высокое звание гражданина Республики Беларусь.

Обучающиеся **ОБЯЗАНЫ:**

- быть вежливыми, внимательными и предупредительными друг к другу, старшим, инвалидам, женщинам, девушкам, детям, показывать достойный пример культуры поведения;
- выполнять законные требования должностных лиц, работников милиции, дружинников и других представителей общественности. Быть нетерпимыми к сквернословию, аморальным и антиобщественным поступкам;
- бережно относиться к государственной, общественной собственности и личному имуществу граждан, поддерживать чистоту и порядок в общественных местах, не допускать порчи зеленых насаждений, газонов, загрязнения лесов, рек и водоемов, беречь природу и охранять ее богатства;
- заботиться о сохранности исторических памятников и других культурных ценностей нашей Родины;
- знать и строго выполнять правила дорожного движения и противопожарной безопасности;

- оказывать всевозможную помощь, информировать по телефону или любым другим образом органы милиции, МЧС, медицины при возникновении чрезвычайных ситуаций, связанных с угрозой жизни и безопасности людей, сохранении материально-технических ценностей.

Учащимся **ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- приобретать и употреблять спиртные напитки, наркотические и токсические вещества, курить (штраф, учет в ИДН, наркологическом диспансере);
- играть в азартные игры, а также с легковоспламеняющимися и взрывчатыми веществами, пиротехническими изделиями, приносить их в дома, общественные места, места отдыха;
- находиться в заброшенных зданиях, домах, представляющих опасность для жизни и здоровья учащихся, трансформаторных будках, влезать в канализационные люки, находиться вблизи теплотрасс, газо-, водо-, электро-коммуникаций и т.д.;
- изготавливать, хранить, носить огнестрельное и холодное оружие, боеприпасы, другие опасные вещества и предметы;
- портить стены и оборудование в подъездах домов, лифтах и других общественных местах;
- находиться на крышах, чердаках, в подвалах жилых домов и зданий, расположенных на территориях предприятий и учреждений;
- находясь в общественных местах и по месту жительства не создавать опасность окружающим своим поведением, толкать друг друга, громко разговаривать, ругаться нецензурной бранью, нарушать правила проживания (громкая музыка, выбрасывание предметов из окон, неосторожное обращение с водо-, электро-, газоприборами).

ИНСТРУКЦИЯ №2

по правилам и мерам электробезопасности

Электрические провода и электрооборудование окружают нас повсюду. При этом у человека нет органов чувств, которые могли бы помочь ему определить, под напряжением находится оборудование или нет. А ведь напряжение 220 Вольт, которое используется в наших квартирах, уже в несколько раз превышает смертельный порог!

Чтобы не попасть под напряжение, **ПОМНИТЕ:**

- никогда не подходите близко к территории огороженных трансформаторных подстанций и ТП-10/0,4 киловольт. Оборудование на этих объектах находится под напряжением 10 киловольт (10 000 Вольт) и выше. По той же причине старайтесь не касаться железобетонных опор линий электропередачи;
- смертельно опасно прикасаться к любым провисшим или оборванным проводам. Если провод оборван и лежит на земле, к нему нельзя приближаться ближе, чем на 8 метров. Если же вы заметили этот провод слишком поздно, постарайтесь отойти от него на расстояние 8-10 метров, не отрывая ступни от земли и не создавая разрыва между стопами (пятка шагающей ноги, не отрываясь от земли, приставляется к носку другой ноги);
- большую опасность представляют провода воздушных линий, расположенные в кроне деревьев или кустарников. Не прикасайтесь к таким деревьям и не раскачивайте их, особенно в сырую погоду! Они служат проводником электрического тока;
- разведение костров может привести к серьезным последствиям, если производить его под линией электропередачи. Кроме того, ни в коем случае нельзя запускать вблизи воздушных линий электропередач «воздушных змеев», играть в спортивные игры, забрасывать удочки и т.д.;

- смертельно опасно производить всякого рода противоправные действия, которые могут нарушить нормальную работу электрических сетей и травмировать Вас: нельзя набрасывать на провода ВЛ проволоку и другие предметы, разбивать изоляторы, влезать на опоры линий электропередач, открывать лестничные электрощиты в подъездах домов, проникать за двери трансформаторных подстанций;
- как правило, на электроустановках нанесены предупреждающие знаки по электробезопасности или установлены соответствующие плакаты. Они предупреждают человека об опасности поражения электрическим током. Пренебрегать ими, а тем более снимать и срывать их – недопустимо;
- при обнаружении обрыва проводов, искрения, повреждения опор, изоляторов, незакрытых или повреждённых дверей трансформаторных подстанций или электрических щитов, обнаружении сорванных знаков и плакатов по электробезопасности во избежание несчастных случаев необходимо незамедлительно сообщить в электросети или органы МЧС, МВД.

Порой кажется, что беда может произойти с кем угодно, только не с нами. Это обманчивое впечатление! Будьте осторожны! Берегите свою жизнь и жизнь своих друзей!

ИНСТРУКЦИЯ №3

по правилам и мерам пожарной безопасности в местах проживания

Пожары чаще всего происходят от беспечного отношения к огню самих людей.

Правила противопожарной безопасности:

- не оставляйте маленьких детей без присмотра, не позволяйте им баловаться спичками и другими воспламеняющимися предметами;
- не перегружайте электросеть и не оставляйте включенные электроприборы без присмотра;
- не обертывайте электролампы бумагой и материей;
- не забывайте выключить газовую плиту. Если почувствовали запах газа, не зажигайте спичек и не включайте свет. Срочно проветрите квартиру (комнату);
- пользуйтесь только исправными электроприборами, розетками и выключателями;
- не устанавливайте нагревательные приборы вблизи горючих, легковоспламеняющихся и взрывоопасных предметов и материалов;
- не используйте мастики, краски, лаки, аэрозольные баллончики вблизи открытого огня;
- не оставляйте топящиеся печи без надзора;
- не преграждайте доступ к средствам пожаротушения и не храните на чердаках, лестничных клетках и в коридорах горючие и взрывоопасные материалы и имущество.

При возникновении пожара необходимо:

- сохранять самообладание, не впадать в панику;
- не открывать окна и двери в целях уменьшения притока воздуха, способствующего усилению огня;
- отключить электроэнергию, перекрыть газ;
- для тушения пожара использовать все доступные средства;
- если огонь невозможно самостоятельно ликвидировать, то необходимо покинуть помещение, предупредив соседей и вызвав пожарную команду охрану по телефону `101` или попросить об этом соседей;
- если в помещение проник дым, надо смочить водой одежду, покрыть голову мокрой салфеткой и выходить, пригнувшись или ползком;

- при пожаре в подъезде никогда не садитесь в лифт. Он может отключиться и Вы задохнетесь.

ИНСТРУКЦИЯ № 4

по правилам и мерам пожарной безопасности в помещениях и на территории учебного заведения

При проведении занятий и в свободное время обучающиеся должны знать и соблюдать требования пожарной безопасности, установленные Законом Республики Беларусь «О пожарной безопасности» и настоящей инструкцией, разработанной на ее основании.

Обучающиеся ОБЯЗАНЫ:

- знать места расположения первичных средств пожаротушения и правила пользования ими;
- знать план и способы эвакуации (выхода из здания) на случай возникновения пожара, утвержденный руководителем учреждения;
- при возникновении возгорания или при запахе дыма немедленно сообщить об этом преподавателю или работнику учреждения;
- обучающиеся обязаны сообщить преподавателю или работнику учреждения о любых пожароопасных ситуациях.

Учащимся ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- приносить и пользоваться в учреждении легковоспламеняющимися, взрывоопасными, горючими материалами;
- оставлять без присмотра включенные в сеть электроприборы;
- разводить костры на территории учреждения;
- использовать пиротехнические средства;
- курить на территории учреждения.

Действия учащихся в случае возникновения пожара:

- при опасности пожара находится возле преподавателя, строго выполнять его распоряжения; не поддаваться панике;
- внимательно слушать оповещение по учреждению и действовать согласно указаниям работников учебного заведения;
- по команде преподавателя учреждения эвакуироваться из здания в соответствии с определенным порядком. При этом не бежать, не мешать своим товарищам;
- при выходе из здания находиться в месте, указанном преподавателем.

ВНИМАНИЕ! Без разрешения администрации и педагогических работников учреждения учащимся 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 образовательного учреждения.

ИНСТРУКЦИЯ № 5

по правилам и мерам безопасного поведения на дорогах

Обязанности пешеходов:

- пешеходы должны двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам, а при их отсутствии – по обочинам. Пешеходы, перевозящие или переносящие громоздкие предметы, могут двигаться по краю проезжей части, если их движение по тротуарам или обочинам создаёт помехи для других пешеходов.

При отсутствии тротуаров, пешеходных дорожек или обочин, а также в случае невозможности двигаться по ним пешеходы могут двигаться по велосипедной дорожке или идти в один ряд по краю проезжей части (на дорогах с разделительной полосой – по внешнему краю проезжей части).

При движении по краю проезжей части пешеходы должны идти навстречу движению транспортных средств. Лица, ведущие мопед, велосипед, в этих случаях должны следовать по ходу движения транспортных средств;

- движение организованных пеших колонн по проезжей части разрешается только по направлению движения транспортных средств по правой стороне не более чем по четыре человека в ряд. Спереди и сзади колонны с левой стороны должны находиться сопровождающие с красными флажками. а в тёмное время суток и в условиях недостаточной видимости – с включёнными фонарями: спереди – белого цвета. сзади – красного.
- пешеходы должны пересекать проезжую часть по пешеходным переходам, в том числе по подземным и надземным, а при их отсутствии – на перекрёстках по линии тротуаров или обочин.

При отсутствии в зоне видимости перехода или перекрёстка разрешается переходить дорогу под прямым углом к краю проезжей части на участках без разделительной полосы и ограждений там, где она хорошо просматривается в обе стороны;

- в местах, где движение регулируется, пешеходы должны руководствоваться сигналами регулировщика или пешеходного светофора, а при его отсутствии – транспортного светофора;
- на нерегулируемых пешеходных переходах пешеходы могут выходить на проезжую часть после того, как оценят расстояние до приближающихся транспортных средств, их скорость и убедятся, что переход будет для них безопасен.

При пересечении проезжей части вне пешеходного перехода пешеходы, кроме того, не должны создавать помех для движения транспортных средств и выходить из-за стоящего транспортного средства или иного препятствия, ограничивающего обзорность, не убедившись в отсутствии приближающихся транспортных средств;

- выйдя на проезжую часть, пешеходы не должны задерживаться или останавливаться, если это не связано с обеспечением безопасности движения.

Пешеходы, не успевшие закончить переход, должны остановиться на линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений. Продолжать переход можно лишь убедившись в безопасности дальнейшего движения и с учётом сигнала светофора;

- при приближении транспортных средств с включенными синим проблесковым маячком и специальным звуковым сигналом пешеходы обязаны воздержаться от перехода проезжей части, а находящиеся на ней должны уступить дорогу этим транспортным средствам и незамедлительно освободить проезжую часть;
- ожидать маршрутное транспортное средство и такси разрешается только на приподнятых над проезжей частью посадочных площадках, а при их отсутствии – на тротуаре или обочине.

В местах остановок маршрутных транспортных средств, не оборудованных приподнятыми посадочными площадками, разрешается выходить на проезжую часть для посадки в транспортное средство лишь после его остановки.

После высадки необходимо, не задерживаясь, освободить проезжую часть.

ИНСТРУКЦИЯ №6

по правилам и мерам безопасного поведения на железнодорожном транспорте и вблизи железнодорожных путей

Требования безопасности:

- переходить железнодорожные пути в не установленных местах запрещается, переход разрешен в местах специально для того отведенных, оборудованных пешеходным

настилом, тоннелями и пр. В целях безопасности необходимо ориентироваться на световую и звуковую сигнализацию, положение шлагбаума;

- при переходе пути необходимо убедиться в отсутствии поблизости поезда с одной либо с другой стороны; перемещаться под вагонами, через автосцепки, а также перебегать пути перед приближающимся поездом запрещено;
- размещать на рельсах какие-либо предметы запрещается. Запрещается играть вблизи железнодорожного полотна, подниматься по металлическим фермам мостов и опор контактной сети, находящихся под напряжением, касаться лежащих на земле электропроводов;
- не рекомендуется стоять близко (ближе двух метров) к краю платформы, размещать личные вещи, багаж; при движении вдоль железнодорожного пути подходить к крайнему рельсу ближе 3 – 5 метров;
- посадку в вагон осуществлять рекомендуется заблаговременно, запрещается выходить из вагона до полной остановки поезда. Выход из вагона разрешен только на платформу;
- при движении поезда запрещается открывать двери вагонов, использовать рычаг стоп-крана не по назначению.

Лица, замеченные в нарушении настоящих положений, привлекаются к уголовной (административной) ответственности в соответствии с действующим законодательством.

Требования безопасности в экстренных ситуациях:

- в случае если вы оказались между двумя движущимися по соседним путям поездами, необходимо немедленно сесть или лечь на землю и дожидаться пока не пройдут поезда, затем отойти в безопасное место;
- в случае экстренной эвакуации необходимо без паники, внимательно и осторожно, с самыми необходимыми вещами покинуть вагон, оказывая при этом посильную помощь пассажирам с детьми, пожилым людям, инвалидам;
- при получении пассажиром ранения, травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

ИНСТРУКЦИЯ №7

по правилам и мерам безопасного поведения на воде

Правила поведения на воде:

- не забегайте в воду с разбега. Перепад температур – от разницы между нагретым на солнце телом и относительно прохладной водой – может вызвать спазм сосудов. Известны случаи, когда в результате в воде у людей схватывало сердце. Особенно велик риск, если температура воды не выше 18 градусов;
- ни в коем случае нельзя нырять в незнакомых местах;
- нельзя заплывать за буйки (даже если вы хотите перед кем-нибудь похвалиться своим умением плавать);
- нельзя выплывать на фарватер, где ходят суда, и приближаться к ним. Если вы подплываете близко к судну, вас может затянуть под винты;
- игры в «морские бои» на лодках, как и раскачивание лодки, хождение по ней или перегибание через борт, опасны тем, что лодка может перевернуться;
- не пытайтесь плавать на самодельных плотках и других собственноручно изготовленных плавательных средствах;
- не следует плавать на надувных матрасах и камерах;
- не купайтесь, приняв алкогольные напитки;

- не купайтесь до озноба – это признак скорейшего появления судорог.

Что надо делать в первую очередь, если кто-нибудь тонет на ваших глазах?:

- увидев тонущего человека, - привлечь внимание окружающих криком «Человек тонет!»;
- посмотрите, нет ли рядом спасательного средства. Им может стать всё, что плавает на воде и что вы можете добросить до тонущего: спасательный круг, резиновая камера, надувной матрас, резиновый мяч, доска;
- попробуйте, если это возможно, дотянуться до тонущего рукой, палкой, толстой веткой или бросьте ему верёвку;
- если рядом никого нет, можно попытаться спасти утопающего, подплыв к нему и схватить за волосы или за ворот одежды, после чего вернуться с ним на безопасную глубину (транспортировать спасаемого спиной вниз, поддерживая его голову над водой). Но это возможно только в самом крайнем случае и, если вы очень хорошо плаваете. Если вы заметили утопающего, подплывите к нему и охватывайте сзади. Если утопающий начал хвататься за вас и тянуть на дно, сами резко опуститесь под воду, утопающий отпустит вас чисто инстинктивно, и вы сможете повторить попытку спасения;
- на берегу: если тонущий находится в сознании, у него сохранено дыхание и прощупывается пульс, нужно его согреть и успокоить. Хорошо бы обтереть его тело, переодеть с сухое бельё, дать чай, кофе. Дополнительно можно произвести растирание тела и массаж. Если на берегу у утопающего началась рвота – это хороший признак. Если же нет, придётся вызвать её искусственно. Хуже всего, если человек пробыл под водой уже несколько минут и его лёгкие заполнены водой. Тогда нужно положить его на колени так, чтобы голова утопленного свисала ниже его грудной клетки, и сильными надавливаниями на спину добиться того, чтобы вода пошла из лёгких. После удаления воды положить пострадавшего на живот и приступить к вызову спасательных служб.

Если тонешь сам:

- не паникуйте;
- снимите с себя лишнюю одежду, обувь, кричи, зовите на помощь;
- перевернитесь на спину, широко раскиньте руки, расслабьтесь, сделайте несколько глубоких вдохов. Прежде, чем пойти купаться, не забудьте взять с собой английскую булавку. Она поможет вам, если в воде начнутся судороги. Если же у вас свело ногу, а булавки при себе нет, ущипните несколько раз икроножную мышцу. Если это не помогает, крепко возьмитесь за большой палец ноги и резко выпрямите его. Плывайте к берегу.

Вы захлебнулись водой:

- не паникуйте, постарайтесь развернуться спиной к волне;
- прижмите согнутые в локтях руки к нижней части груди и сделайте несколько резких выдохов, помогая себе руками;
- затем очистите от воды нос и сделайте несколько глотательных движений;
- восстановив дыхание, ложитесь на живот и двигайтесь к берегу;
- при необходимости позовите людей на помощь.

ПОМНИТЕ!

- *попав на сильное течение, не плывите против него, не тратьте силы, а используйте течение, чтобы приблизиться к берегу;*
- *оказавшись в водовороте, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и, сделав рывок в сторону по течению, всплывайте на поверхность;*

- при судорогах - измените способ плавания с целью уменьшения нагрузки на сведенные мышцы, ускоряя их расслабление, и плавно плывите к берегу. В случае судороги мышц голени - подтяните ногу, а затем пальцы стопы потяните на себя. Возможно, это придется сделать несколько раз. Но Вы должны помнить о том, что Вы умеете держаться на воде;
- если Вы заплыли далеко или почувствовали усталость – отдохните на воде. Сменив стиль плавания и, отдохнув, возвращайтесь к берегу;
- если Вы попали на участок с водорослями и запутались – не делайте резких движений, а лежа на спине, плавными движениями, с помощью рук освободитесь от них, и плывите обратно е тем же путем.

ИНСТРУКЦИЯ №8

по правилам и мерам безопасного поведения при проведении учебной экскурсии

Участникам экскурсии, по согласованию с руководителем группы, разрешается добираться до места проведения экскурсии самостоятельно.

Участники экскурсии обязаны строго выполнять указания руководителей экскурсии как со стороны учреждения образования, так и со стороны предприятия (организации).

Требования безопасности перед проведением экскурсии:

- надеть удобную одежду и обувь, не стесняющую движения и соответствующую сезону и погоде. При жаркой солнечной погоде надеть головной убор;
 - внимательно выслушать инструктаж по технике безопасности;
 - убедиться в наличии аптечки и ее укомплектованности необходимыми медикаментами и перевязочными материалами;
 - не начинать движение без указания педагога.

Требования безопасности во время экскурсии:

- соблюдать дисциплину, выполнять все указания педагога, самовольно не изменять установленный маршрут движения и место расположения группы;
- при движении обучающиеся не должны нарушать построения группы: не перебегать, не обгонять товарищей, не кричать, не толкаться;
- при переходе улиц, перекрестков соблюдать правила дорожного движения;
- своевременно информировать педагога об ухудшении состояния здоровья или травмах.

Правила поведения во время экскурсии в музей, на выставку:

- вести себя спокойно, сдержанно;
- внимательно осматривать, слушать, не перебегать беспорядочно от одного экспоната к другому;
- без разрешения ничего не трогать;
- громко не разговаривать;
- не забыть поблагодарить экскурсовода.

Правила поведения во время экскурсии на природу:

- не трогать руками животных, пресмыкающихся, насекомых, посторонних предметов, не пробовать на вкус какие-либо растения;
- не пить сырую воду из открытых водоемов;
- употреблять питьевую воду из фляжки, которую необходимо взять с собой;
- сбор растений, листьев и т.п. производить только с разрешения педагога, ни в коем случае не пробовать их на вкус;
- не разжигать костер, не ломать деревья;
- бережно относиться к природе, памятникам истории и культуры.

Правила поведения при посещении производственных предприятий:

- двигаться компактной группой, не создавая помех персоналу;
- вести себя спокойно, сдержанно;
- внимательно осматривать, слушать, не перебегать беспорядочно от одного места к другому;
- без разрешения ничего не трогать;
- громко не разговаривать;
- не забыть поблагодарить экскурсовода.

Требования безопасности по окончании экскурсии:

- проверьте присутствие всех своих товарищей;
- проинформируйте педагога об ухудшении состояния здоровья или травмах;
- уходить по окончании экскурсии, дождавшись разрешения педагога.

Перечень содержания медицинской аптечки, используемой при проведении учебной экскурсии (сокращенный вариант)

При проведении учебной экскурсии на одну экскурсионную группу количеством не более 30 человек в медицинской аптечке должно быть:

Бинт стерильной – 2 уп.,
Настойка йода 5% – 10 мл.;
Спирт нашатырный 1% – 1 амп.;
Валидол 0,06 №10 – 1 уп.

ИНСТРУКЦИЯ №9

по правилам и мерам безопасного поведения при проведении туристических походов

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

К экскурсиям, туристским походам и экспедициям допускаются:

- обучающиеся прошедшие медицинский осмотр и не имеющие медицинских противопоказаний для участия в экскурсии;
- прошедшие инструктаж по технике безопасности.

Во время экскурсий, туристских походов и экспедиций обучающиеся обязаны соблюдать правила поведения во время экскурсий, походов, экспедиций; правила пользования транспортом; не нарушать обычаи, традиции и нормы поведения коренных жителей.

Обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности.

Обучающиеся должны знать место нахождения аптечки и уметь оказывать доврачебную медицинскую помощь.

Обо всех неисправностях оборудования и инвентаря, обнаруженных при подготовке к походу, экскурсии, экспедиции учащийся обязан немедленно проинформировать сопровождающего работника.

О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить сопровождающему работнику.

Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение настоящей Инструкции, привлекаются к ответственности в соответствии с Положением о поощрениях и взысканиях для учащихся, кроме того, вопрос об их участии в последующих экскурсиях, туристских походах, экспедициях решается в индивидуальном порядке.

Требования безопасности перед началом экскурсий, туристских походов:

- пройти соответствующую подготовку, инструктаж, медицинский осмотр и представить справку о состоянии здоровья;
- подобрать удобную одежду и обувь, не стесняющую движений и соответствующую сезону и погоде;
- подобрать и подогнать туристское снаряжение;
- при необходимости взять с собой запас питьевой воды и продуктов, для которых возможно обеспечить необходимые условия хранения;
- в случае обнаружения неисправности оборудования, снаряжения и инвентаря учащийся обязан немедленно поставить в известность сопровождающего работника.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЭКСКУРСИЙ, ТУРИСТСКИХ ПОХОДОВ, ЭКСПЕДИЦИЙ

Во время похода, экскурсии, экспедиции необходимо соблюдать правила эксплуатации оборудования, снаряжения и инвентаря.

Во время похода, экскурсии, экспедиции учащийся ОБЯЗАН:

- соблюдать настоящую инструкцию;
- соблюдать правила эксплуатации оборудования, снаряжения и инвентаря;
- соблюдать программу, маршрут, график проведения и установленный порядок проведения экскурсии, туристского похода, экспедиции;
- соблюдать правила личной гигиены;
- соблюдать установленную руководителем группы форму одежды;
- соблюдать правила безопасности в конкретных природных и погодных условиях;
- соблюдать правила дорожного движения и пользования транспортом;
- соблюдать местные традиции и обычаи;
- бережно относиться к природе, памятникам истории и культуры, к личному и групповому имуществу;
- разводить костры только в присутствии и с разрешения сопровождающих лиц с соблюдением всех необходимых мер предосторожности;
- соблюдать требования гигиены при приготовлении пищи и ее потреблении;
- соблюдать установленный питьевой режим;
- беспрекословно выполнять все требования и указания сопровождающих лиц.

Учащимся ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- покидать место расположения группы;
- ходить босиком;
- трогать руками колючие, режущие и незнакомые растения;
- пробовать на вкус незнакомые растения, грибы, ягоды, рыбу и другие «дары природы»;
- трогать ядовитых, жалящих и незнакомых насекомых рыб и животных;
- пить воду из водоемов без соответствующей обработки;
- без разрешения сопровождающих удаляться от группы на расстояние, превышающее пределы прямой видимости;
- без разрешения сопровождающих трогать руками и приближаться к каким-либо птицам и животным;
- выполнять любые действия без разрешения сопровождающего работника.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

При укусе ядовитыми животными, пресмыкающимися, насекомыми, при получении травмы в результате воздействия экстремальных природных явлений, или при движении в условиях экстремального рельефа немедленно (если имеется такая возможность) сообщить о случившемся сопровождающим или другим участникам, при возможности оказать себе первую медицинскую помощь.

При появлении признаков плохого самочувствия или недомогания немедленно сообщить об этом сопровождающему работнику.

При возникновении чрезвычайной ситуации (экстремальных природных явлениях; появлении посторонних запахов, задымлении, возгорании и т.п.) немедленно сообщить об этом сопровождающему работнику и действовать в соответствии с его указаниями.

При необходимости и возможности помочь сопровождающему работнику оказать пострадавшему первую помощь и транспортировать пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЭКСКУРСИЙ, ТУРИСТСКИХ ПОХОДОВ, ЭКСПЕДИЦИЙ

Сдать полученное туристское снаряжение руководителю группы.

При обнаружении неисправности оборудования, приспособлений, снаряжения проинформировать об этом сопровождающего работника.

С разрешения руководителя группы уйти домой.

ИНСТРУКЦИЯ №10

о правилах поведения в криминогенной ситуации

Криминогенная ситуация – такая ситуация, когда человек оказывается в условиях возникновения преступления или которая ведет к возникновению преступления. Самое важное в таких условиях – не стать источником или жертвой опасности!

Чтобы не стать жертвой хулиганов, грабителей и маньяков, необходимо соблюдать ряд правил.

1. Не находиться одному на улице в темное время суток. Если вы вынуждены возвращаться поздним вечером, позвоните домой, и пусть кто-то из взрослых встретит вас.

2. Выбирайте безопасный маршрут, не искушая себя желанием «проскочить» проходными дворами или безлюдными улицами.

3. Безопаснее всего идти ближе к краю тротуара навстречу движению транспорта и видеть подъезжающие машины. Если автомобиль начинает двигаться рядом, разумнее перейти на другую сторону улицы.

4. Если в транспорте, куда вы вошли находится пьяная компания, выйдете и подождите следующий автобус. Не отвечайте на вызывающие реплики, не встречайтесь глазами с развязными пассажирами, будьте внешне равнодушны.

5. Никогда и ни при каких обстоятельствах не садитесь в машину к незнакомым и малознакомым людям.

6. Никогда не заходите в чужие дома и квартиры, если вас даже будут убедительно просить о помощи. В такой ситуации вы можете предложить вызвать милицию, службу спасения или «скорую помощь».

7. Подходя к подъезду дома, будьте максимально внимательны, особенно поздно вечером или ночью. Убедитесь, что за вами никто не идет.

8. Не входите в лифт с незнакомыми людьми. Не стойте прямо перед дверью лифта, отойдите чуть в сторону, чтобы вас не могли туда втолкнуть.

9. Если заметили, что кто-то преследует вас, звоните в двери соседей и зовите на помощь.

10. Если, кроме вас, никого нет дома, никогда не открывайте дверь незнакомым.

11. Если же вы оказались в чрезвычайной ситуации — столкнулись лицом к лицу с преступником, нужно постараться запомнить его приметы, по которым его можно задержать.

12. В целях безопасности рекомендуем вам: по первому требованию уличного грабителя отдать деньги; не тянуть к себе сумку, если ее вырывают, не вступать в

пререкания. Говорить спокойно и медленно и быть уверенным в себе. Если возможно, то изменить свой маршрут и постараться уйти в безопасное место.

ИНСТРУКЦИЯ №11

о правилах безопасного поведения в местах массового скопления людей

Опасность толпы заключается в её спонтанности и силе воздействия на каждого человека в отдельности. Чтобы вернуться с очередного мероприятия без ушибов или переломов, необходимо знать и соблюдать следующие правила:

- Избегайте больших скоплений людей.
- Не присоединяйтесь к толпе, как бы ни хотелось посмотреть на происходящие события.
- Если оказались в толпе, позвольте ей нести Вас, но попытайтесь выбраться из неё.
- Глубоко вдохните и разведите согнутые в локтях руки чуть в стороны, чтобы грудная клетка не была сдавлена.
- Стремитесь оказаться подальше от высоких и крупных людей, людей с громоздкими предметами и большими сумками.
- Любыми способами старайтесь удержаться на ногах.
- Не держите руки в карманах.
- Двигаясь, поднимайте ноги как можно выше, ставьте ногу на полную стопу, не семените, не поднимайтесь на цыпочки.
- Если давка приняла угрожающий характер, немедленно, не раздумывая, освободитесь от любой ноши, прежде всего от сумки на длинном ремне и шарфа.
- Если что-то уронили, ни в коем случае не наклоняйтесь, чтобы поднять.
- Если Вы упали, постарайтесь как можно быстрее подняться на ноги. При этом не опирайтесь на руки (их отдают либо ломают). Старайтесь хоть на мгновение встать на подошвы или на носки. Обретя опору, «выныривайте», резко оттолкнувшись от земли ногами.

Если встать не удастся, свернитесь клубком, защитите голову предплечьями, а ладонями прикройте затылок.

- Попав в переполненное людьми помещение, заранее определите, какие места при возникновении экстремальной ситуации наиболее опасны (проходы между секторами на стадионе, стеклянные двери и перегородки в концертных залах и т.п.), обратите внимание на запасные и аварийные выходы, мысленно проделайте путь к ним.
- Легче всего укрыться от толпы в углах зала или вблизи стен, но сложнее оттуда добираться до выхода.
- При возникновении паники старайтесь сохранить спокойствие и способность трезво оценивать ситуацию.
- Во время массовых беспорядков постарайтесь не попасть в толпу, как участников, так и зрителей. Вы можете попасть под действия бойцов спецподразделений.

ИНСТРУКЦИЯ №12

о правилах поведения при захвате в заложники

Когда происходит захват заложников следует помнить, что:

- Только в момент захвата заложников есть реальная возможность скрыться с места происшествия.
- Настройтесь психологически, что моментально Вас не освободят, но помните, что освободят Вас обязательно.
- Ни в коем случае нельзя кричать, высказывать свое возмущение.
- Запомните как можно больше информации о террористах. Целесообразно установить их количество, степень вооруженности, составить максимально полный словесный

портрет, обратив внимание на характерные особенности внешности, телосложения, акцента и тематики разговоров, темперамента, манер поведения и др. Подробная информация поможет правоохранительным органам в установлении личности террористов.

- По возможности расположитесь подальше от окон, дверей и самих похитителей, т.е. местах большей безопасности в случае, если спецподразделения предпримут активные меры (штурм помещения, огонь снайперов на поражение преступников и др.).
- Не оказывайте агрессивного сопротивления, не делайте резких и угрожающих движений, не провоцируйте террористов на необдуманные действия. Не допускайте действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам.
- По возможности избегайте прямого зрительного контакта с похитителями.
- С самого начала (особенно первые полчаса) выполняйте все приказы и распоряжения похитителей. На совершение любых действий (сесть, встать, попить, сходить в туалет спрашивайте разрешение).
- Займите позицию пассивного сотрудничества. Разговаривайте спокойным голосом! Избегайте выражений презрения, вызывающего враждебного тона и поведения, которые могут вызвать гнев захватчиков. При необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной, старайтесь не допускать истерик и паники.
- Ведите себя спокойно, сохраняйте при этом чувство собственного достоинства. Не высказывайте категоричных отказов, но не бойтесь обращаться со спокойными просьбами о том, в чем остро нуждаетесь.
- При наличии у Вас проблем со здоровьем, которые в данной ситуации сильного стрессового состояния могут проявиться, заявите об этом в спокойной форме захватившими Вас людям.
- Постепенно, с учетом складывающейся обстановки, можно повышать уровень просьб, связанных с улучшением вашего комфорта.

ИНСТРУКЦИЯ №13

о правилах поведения при нахождении в положении заложника

При длительном нахождении в положении заложника:

- Не допускайте возникновения чувства жалости, смятения и замешательства. Мысленно подготовьте себя к будущим испытаниям. Сохраняйте умственную активность.
- Избегайте возникновения чувства отчаяния, используйте для этого внутренние ресурсы самоуверенности.
- Думайте и вспоминайте о приятных вещах. Помните, что шансы на освобождение со временем возрастают. Будьте уверены, что сейчас делается все возможное для Вашего скорейшего освобождения.
- Постоянно находите себе какое-либо занятие (физические упражнения, чтение, жизненные воспоминания и т. д.). Установите суточный график физической и интеллектуальной деятельности, выполняйте дела, в строгом методическом порядке.
- Для поддержания сил ешьте все, что дают, даже если пища не нравится и не вызывает аппетита. Отдайте себе отчет в том, что потеря аппетита, и веса являются нормальными явлениями в подобной экстремальной ситуации.
- Если Вы получили ранение, главное - постараться остановить кровотечение, перевязав рану. Окажите помощь тому, кто рядом, но в более тяжелом положении.

- Не следует брать в руки оружие, чтобы Вас не перепутали с террористами. Не старайтесь самостоятельно оказать сопротивление террористам.
- Если на Вас повесили бомбу, нужно без паники голосом или движением руки дать понять об этом сотрудникам спецслужб.

Поведение на допросе:

- Переносите лишения, оскорбления и унижения, не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе.
- На вопросы отвечайте кратко. Более свободно и пространно разговаривайте на несущественные общие темы, но будьте осторожны, когда, затрагиваются важные государственные или личные вопросы.
- Внимательно контролируйте свое поведение и ответы. Не допускайте заявлений, которые сейчас или в последующем могут повредить Вам или другим людям.
- Оставайтесь вежливым, тактичным при любых обстоятельствах. Контролируйте свое настроение.
- Будьте осторожны в отношении разыгрывания "синдрома. Стокгольма"; не принимайте сторону похитителей, не выражайте активно им свои симпатии и приверженность их идеалам.
- В случае принуждения выразить поддержку требованиям террористов (письменно, в звуко- или видеозаписи) укажите, что они исходят от похитителей. Избегайте призывов и заявлений от своего имени. Будьте внимательны, постарайтесь запомнить приметы преступников, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения, тематику разговоров и т.д.
- Помните, что получив сообщение о Вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимое для вашего освобождения.

ИНСТРУКЦИЯ №14

о правилах поведения при проведении спецслужбами операции по освобождению заложника

Во время проведения спецслужбами операции по вашему освобождению неукоснительно соблюдайте следующие требования:

- Лежите на полу лицом вниз, голову закройте руками и не двигайтесь.
- Ни в коем случае не бегите навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как они могут принять вас за преступника.
- Если есть возможность, держитесь подальше от проёмов дверей и окон.
- Не возмущайтесь, если при штурме и захвате с Вами могут поначалу (до установления Вашей личности) поступить несколько некорректно, как с вероятным преступником. Вас могут обыскать, заковать в наручники, связать, нанести эмоциональную или физическую травму, подвергнуть допросу.
- Отнеситесь с пониманием к тому, что в подобных ситуациях такие действия штурмующих (до окончательной идентификации всех лиц и выявления истинных преступников) оправданы.
- Фиксируйте в памяти все события, которые сопровождают захват. Эта информация будет очень важна для правоохранительных органов.

Главное - не паникуйте, даже если бандиты перестали себя контролировать.

ИНСТРУКЦИЯ №15

о порядке действий при обнаружении подозрительного предмета

Признаки взрывного устройства:

— Присутствие проводов, небольших антенн, изолянты, шпагата, веревки, скотча в

пакете, либо торчащие из пакета.

— Шум из обнаруженных подозрительных предметов (пакетов, сумок и др.). Это может быть тиканье часов, щелчки и т.п.

— Наличие на найденном подозрительном предмете элементов питания (батареек).

— Растяжки из проволоки, веревок, шпагата, лески;

— Необычное размещение предмета;

— Наличие предмета, несвойственного для данной местности;

— Специфический запах, несвойственный для данной местности.

Порядок действий при обнаружении подозрительного предмета, который может оказаться взрывным устройством:

— Категорически запрещается трогать, вскрывать, передвигать или предпринимать какие-либо иные действия с обнаруженным предметом.

— Не рекомендуется использовать мобильные телефоны и другие средства радиосвязи вблизи такого предмета.

— Необходимо немедленно сообщить об обнаружении подозрительного предмета в милицию или иные компетентные органы.

В общественном транспорте:

Если вы обнаружили забытую или бесхозную вещь в общественном транспорте:

1. Опросите людей, находящихся рядом. Постарайтесь установить, чья она и кто ее мог оставить.

2. Если её хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю.

В подъезде жилого дома:

Если вы обнаружили неизвестный предмет в подъезде своего дома:

1. Спросите у соседей. Возможно, он принадлежит им.

2. Если владелец предмета не установлен – немедленно сообщите о находке в компетентные органы.

В учреждении:

Если вы обнаружили неизвестный предмет в учреждении, организации:

1. Немедленно сообщите о находке администрации или охране учреждения.

2. Зафиксируйте время и место обнаружения неизвестного предмета.

3. Предпримите меры к тому, чтобы люди отошли как можно дальше от подозрительного предмета и опасной зоны.

4. Дождитесь прибытия представителей компетентных органов, укажите место расположения подозрительного предмета, время и обстоятельства его обнаружения.

5. Не паникуйте. О возможной угрозе взрыва сообщите только тем, кому необходимо знать о случившемся.

ИНСТРУКЦИЯ №16

о подозрительных сигналах, указывающих на возможного террориста

Какие подозрительные сигналы указывают на то, что нужно бежать от террориста-самоубийцы?

1. Внешний вид.

1.1. Одежда, несоответствующая времени года под которой, как будто что-то находится.

2. Странное поведение.

2.1. Странное, неестественное поведение человека, в местах большого скопления людей, который пытается смешаться с толпой, проявляя нервозность, напряженное состояние, способствующее выделению пота.

2.2. Нерешительное, действующее на нервы бормотание.

2.3. Медленная походка, осматриваясь направо и налево, либо подозрительное перемещение бегом.

2.4. Попытки избежать встречи с сотрудниками службы безопасности.

3. Подозрительные предметы.

3.1. Чемодан, дамская сумочка через плечо, рюкзак, из которых торчат электрические провода,

переключатели, электронные приборы.

4. Подозрительное транспортное средство.

4.1. Номерные знаки кажутся "самодельными" или передние и задние знаки не совпадают.

4.2. Транспортное средство, подозрительно припаркованное на длительное время посередине площадки или на месте, не предназначенном для парковки.

Что нужно делать в случае, если вы что-то заподозрили?

1. Немедленно позвоните по телефону в милицию и сообщите оператору, как можно больше информации о подозреваемом или транспортном средстве.

2. Во время разговора с оператором попытайтесь следить за подозреваемым или транспортным средством на безопасном расстоянии.

3. Дождитесь приезда сотрудников правоохранительных органов.