

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Московской области «Физико-технический колледж»
(ГБПОУ МО «Физтех-колледж»)

СОГЛАСОВАНО:

на заседании Совета Учреждения
Протокол № 1 от 28.08.2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:

И.о. директора ГБПОУ МО
«Физтех-колледж»

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат 00F036FEE3DEA4D9E49B2CD12A12A55C9E
Действителен с 12.05.2026 по 05.08.2027
Владелец ПЧЕЛЬНИКОВ АЛЕКСЕЙ НИКОЛАЕВИЧ

28.08.2026 г.

Инструкция № ИОТ-016-2026
по охране труда по правилам поведения
обучающихся на улице в период зимних каникул

Настоящая инструкция разработана с учетом Основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда (утв. Приказом Минтруда России от 29.10.2021 №772н); Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ (ред. от 04.08.2026) «Об образовании в Российской Федерации»; Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

1. Общие требования безопасности

1.1. Настоящая инструкция обязательна для исполнения всеми обучающимися в период зимних каникул с целью предупреждения травматизма и сохранения здоровья.

1.2. В случае гололеда передвигаться следует медленно, мелкими шагами, наступая на всю подошву. При падении необходимо сгруппироваться и постараться упасть на бок, чтобы избежать переломов. Запрещается хвататься за прохожих или натянутые провода.

1.3. Переходить проезжую часть разрешается только по пешеходным переходам и на разрешающий сигнал светофора. В период снегопадов и гололеда тормозной путь автомобиля увеличивается — будьте предельно внимательны.

1.4. В общественном транспорте: не прислоняйтесь к дверям, не высовывайте руки и голову в окна, держитесь за поручни. Посадку и высадку производите только после полной остановки транспортного средства.

1.5. Запрещается вступать в диалог с незнакомыми людьми, садиться к ним в автомобиль, принимать от них подарки, угощения или просьбы о помощи (передать вещь, проводить до дома). О любых подозрительных предложениях немедленно сообщайте родителям или в полицию (102).

1.6. Обязательно ставьте родителей в известность о маршруте прогулки, месте нахождения и времени возвращения. Держите мобильный телефон заряженным.

1.7. Категорически запрещается без сопровождения взрослых выходить на замерзшие водоемы (реки, озера, пруды), а также уезжать в другой населенный пункт или в лесную зону.

1.8. Одевайтесь многослойно, в соответствии с погодными условиями, обязательно надевайте головной убор, варежки (перчатки) и водонепроницаемую обувь на нескользящей подошве.

1.9. В целях безопасности обходите стороной здания, с карнизов которых свисают сосульки или снежные навесы. Не стойте под козырьками крыш.

1.10. Не подходите к безнадзорным животным (собакам, кошкам). Не дразните их и не пытайтесь погладить. В случае укуса немедленно сообщите взрослому и обратитесь в травмпункт.

1.11. Находясь дома, соблюдайте правила пользования газовыми и электроприборами. Не оставляйте включенные обогреватели, плиты и утюги без присмотра. Не трогайте мокрыми руками электроприборы. Осторожно обращайтесь с колющими и режущими предметами.

1.12. Помните о цифровой безопасности: не публикуйте в социальных сетях информацию о своем отсутствии дома, не сообщайте незнакомцам свой адрес и расписание дня.

2. Правила поведения в местах массового скопления людей

2.1. Во время проведения праздничных мероприятий (елки, ярмарки, салюты) необходимо:

- Строго выполнять законные требования администрации, полиции, волонтеров безопасности и организаторов мероприятия.
- Вести себя уважительно, избегать конфликтов и агрессивного поведения.
- Не создавать давку, не толкаться, не бегать. При большом скоплении людей держать руки согнутыми в локтях перед грудью, чтобы защитить грудную клетку от сдавливания.
- При объявлении эвакуации сохранять спокойствие, не паниковать, следовать указаниям сотрудников экстренных служб, двигаться организованно к запасным выходам.
- В случае потери родителей или группы обратитесь к сотруднику полиции или к администратору мероприятия (не ищите родителей самостоятельно в толпе).

3. Правила пожарной безопасности в период новогодних праздников

3.1. Для участия в костюмированных мероприятиях используйте одежду из негорючих материалов. Откажитесь от костюмов с ватой, марлей и легковоспламеняющимся декором.

3.2. В помещении категорически запрещается зажигать бенгальские огни, хлопушки, свечи и петарды. Это разрешено делать только на открытом воздухе под контролем взрослых.

3.3. Запрещается использовать пиротехнику (фейерверки, ракеты, петарды) лицам младше 18 лет. Использование допускается только в присутствии родителей и при наличии инструкции на русском языке.

3.4. При установке елки не используйте легковоспламеняющиеся игрушки (ватные, бумажные, пластиковые с низкой температурой плавления). Подставка под елкой не должна быть обложена ватой или бумагой.

3.5. Для освещения елки используйте только сертифицированные электрические гирлянды заводского изготовления. При обнаружении мигания, нагрева проводов или искрения, гирлянду следует немедленно отключить.

3.6. Ни в коем случае не пытайтесь разобрать или повторно зажечь несработавшее пиротехническое изделие. Утилизируйте его в соответствии с инструкцией (обычно путем замачивания в воде на сутки).

4. Правила поведения на льду водоемов

4.1. Выход на лед разрешен только в сопровождении взрослых и только при толщине льда не менее 10-12 см (для пешей переправы) и 15 см (для массового катания). Безопасным считается прозрачный голубоватый лед. Ненадежный лед - матово-белый или желтоватый, пористый.

4.2. Не выходите на лед в темное время суток и при плохой видимости (снегопад, туман).

4.3. Запрещается кататься на коньках по первому льду. Держитесь подальше от мест, где растет камыш, где вмерзли коряги или видны промоины.

4.4. При переходе через опасный участок снимите рюкзак с одного плеча (для быстрого освобождения), расстегните лямки. Двигайтесь скользящими шагами, не отрывая ног ото льда. Имейте в руках палку для прощупывания пути.

4.5. При провале под лед: не паникуйте. Широко раскиньте руки в стороны, чтобы удержаться на кромке. Не наваливайтесь грудью на лед, наползайте грудью на край, затем поочередно вытаскивайте ноги. Передвигайтесь ползком в сторону, откуда пришли.

4.6. Строго запрещается выходить на лед в состоянии алкогольного опьянения.

5. Правила поведения во время прогулки (обморожения и переохлаждение)

5.1. Во время длительных прогулок избегайте факторов, вызывающих обморожение: тесная обувь, влажная одежда, голодное состояние, ослабленный организм.

5.2. Признаки переохлаждения: сильная дрожь, бледность кожи, заторможенность, сонливость, невнятная речь.

5.3. Признаки обморожения: потеря чувствительности, «деревянные» пальцы, побеление кожи (ушей, носа, щек).

5.4. Первая помощь при обморожении:

- Немедленно зайдите в теплое помещение.
- Снимите холодную обувь и одежду.
- Согревайте пострадавшую часть тела в теплой воде (не горячей!), начиная с температуры +20°C, постепенно повышая до +40°C в течение 20-30 минут.
- Дайте теплое сладкое питье (чай, какао).

Категорически запрещено:

- Растирать обмороженные места снегом (повреждает сосуды и кожу).
- Прикладывать к коже горячие грелки.
- Употреблять алкоголь для согревания (он расширяет сосуды и усиливает теплоотдачу, что ухудшает состояние).

- Смазывать кожу маслом или спиртом до осмотра врачом.

6. Правила поведения на катке (катание на коньках)

6.1. Коньки должны быть точно по размеру. Нога в ботинке не должна двигаться внутри, но и не должна быть пережата (нарушает кровообращение и ведет к быстрому замерзанию). Шнуровка плотная, фиксирующая голеностоп.

6.2. Одежда должна быть теплой, но не сковывающей движений. Обязателен головной убор, желательно защита для локтей и коленей (наколенники).

6.3. Техника безопасного падения: старайтесь падать на бок (на бедро), а не на спину и не выставляя прямые руки вперед. При падении группируйтесь. Чтобы никого не поранить, при падении лезвия коньков направляйте в сторону от других людей.

6.4. Выходите на лед только после разрешения инструктора. Двигайтесь по общей траектории (против часовой стрелки). Не выезжайте на высоких скоростях в гущу людей.

6.5. Перед выходом проверьте качество льда (отсутствие трещин, выбоин, луж).

6.6. На катке строго запрещается:

- Толкаться, бегать, ставить подножки, кататься «паровозиком» (вцепляясь друг в друга).
- Выбрасывать мусор на лед.
- Выходить на лед с едой, напитками, животными.
- Использовать пиротехнику.

6.7. При получении травмы (растяжение, ушиб, порез) прекратите катание и немедленно обратитесь к медперсоналу катка или вызовите скорую помощь (103).

7. Правила безопасности при катании на лыжах и санках

7.1. Лыжный инвентарь должен соответствовать росту ребенка. Проверьте крепления — они должны легко застегиваться и расстегиваться.

7.2. При спуске соблюдайте дистанцию до впереди идущего лыжника не менее 30 метров. Не пересекайте лыжню, по которой едут другие.

7.3. При потере равновесия и неизбежном падении присядьте и падайте на бок, палки держите сзади (не выставляйте вперед, чтобы не травмироваться о них).

7.4. Категорически запрещается кататься на санках с горок, выходящих на проезжую часть, на лед или к обрывам. Спускаться следует только ногами вперед, управляя с помощью веревки (вожжей).

7.4. При длительном катании следите за состоянием лица (нос, щеки, уши). При онемении прекратите катание и зайдите в помещение для согревания.

7.5. По окончании занятий тщательно просушите одежду и обувь. Не пейте ледяную воду, чтобы избежать ангины.

Инструкцию разработал:

Ведущий специалист по охране труда

/Рудая Г.В./