

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Астраханский государственный университет имени В.Н. Татищева»
(Астраханский государственный университет им. В.Н. Татищева)

УТВЕРЖДАЮ
Ректор
АГУ им. В.Н.Татищева
/И.А.Алексеев
«09» 2025 г.



ИНСТРУКЦИЯ
по технике безопасности для обучающихся, проживающих в общежитиях
ФГБОУ ВО «Астраханский государственный университет имени
В.Н.Татищева»

**ПЕРЕЧЕНЬ ИНСТРУКЦИЙ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ, ПРОЖИВАЮЩИХ В ОБЩЕЖИТИЯХ
ФГБОУ ВО «АСТРАХАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ.
В.Н. ТАТИЩЕВА»**

Техника безопасности обучающихся это комплекс мероприятий организационного и технического характера, направленных на создание безопасных условий и предотвращение несчастных случаев в ходе образовательного процесса и нахождения на территории или помещениях общежитий.

Инструктаж по технике безопасности с обучающимися проводится при размещении в общежитии и повторно в начале каждого семестра по темам и материалам нижеперечисленных инструкций с записью в журнале «Регистрация инструктажа по технике безопасности с обучающимися, проживающих в общежитиях».

Инструктаж проводит комендант общежития. В каждом общежитии ведется свой журнал. Копии инструкций находятся у комендантов. С материалами инструкций можно ознакомиться в электронном виде на сайте университета в разделе «Комплексная безопасность – охрана труда и техника безопасности – инструкции» (<https://asu-edu.ru/universitet/9558-ohrana-truda-i-tehnika-bezopasnosti.html>)

1. Инструкция по правилам поведения обучающихся, проживающих в общежитиях ФГБОУ ВО «Астраханский государственный университет им. В.Н. Татищева».
2. Инструкция по противодействию терроризму для работников и обучающихся.
3. Инструкция по правилам дорожного движения.
4. Инструкция по безопасности на воде.
5. Инструкция по технике безопасности при общении с животными.
6. Инструкция по профилактике инфекционных и кишечных заболеваний.
7. Инструкция по правилам поведения на природе в весенне-летний период во время активизации клещей.
8. Инструкция по электробезопасности для обучающихся.
9. Инструкция по профилактике негативных ситуаций на территории и в помещениях общежития, во дворе, на улицах и в общественных местах.
10. Инструкция по основным навыкам оказания первой помощи.
11. Инструкция по технике безопасности в сети Интернет.

ИНСТРУКЦИЯ № 1

Инструкция по правилам поведения обучающихся, проживающих в общежитиях ФГБОУ ВО «Астраханский государственный университет им. В.Н. Татищева»

1. Общие положения инструкции

1.1. Инструктаж проводят с обучающимися, проживающими в общежитиях ФГБОУ ВО «Астраханский государственный университет им. В.Н. Татищева» (далее – университет), с последующей записью о проведении данного инструктажа в журнале регистрации инструктажей с обучающимися, проживающими в общежитиях.

2. Общие правила поведения в общежитиях

2.1. На объектах (территориях) университета (общежитиях) необходимо строго соблюдать настоящие правила (инструкцию), а также другие инструкции и инструктажи, с которыми их знакомит комендант общежития.

2.2. Обучающимся, проживающим в общежитиях, необходимо соблюдать правила распорядка, установленные в Положении об общежитии ФГБОУ ВО «Астраханский государственный университет имени В.Н. Татищева», включая санитарно-гигиенические нормы (умываться, причесываться, одеваться по погоде и т.д.).

2.3. Каждый обучающийся, проживающий в общежитии, обязан соблюдать все установленные правила, в том числе правила техники безопасности, противопожарной безопасности, антитеррористической безопасности и пр.

2.4. Вход/выход за территорию объекта (территорию) общежития университета осуществляется согласно утвержденному приказом ректора Положения о пропускном и внутриобъектовом режимах в ФГБОУ ВО «Астраханский государственный университет имени В.Н. Татищева», обеспечение которых осуществляется охранной организацией и об усилении пропускного режима.

2.5. В случае ухудшения самочувствия необходимо сообщить коменданту, старосте, сотруднику охранной организации, осуществляющему физическую охрану объекта.

2.6. Необходимо соблюдать правила поведения в общественных местах – словами, действиями и поведением не мешать окружающим, не оскорблять их этические и эстетические чувства.

2.7. Запрещается курить табачные изделия (в т.ч. электронные) и употреблять спиртные и слабоалкогольные напитки, энергетики.

2.8. Обучающиеся, проживающие в общежитии, обязаны бережно относиться к имуществу университета, быть аккуратными как со своим, так и с чужим имуществом.

2.9. Обучающиеся, проживающие в общежитии, должны вести себя честно и достойно, придерживаться норм морали и этики в отношениях между собой и работниками университета всех категорий

2.10. Обучающиеся, проживающие в общежитии, должны обращаться по имени, отчеству и на «Вы» к работникам университета и другим взрослым.

2.11. Обучающиеся университета обязаны уступать дорогу взрослым лицам (старшим по возрасту и статусу).

2.12. Физическая конфронтация, запугивание и издевательства, попытки унижения личности, дискриминация по национальному или расовому признакам относятся к недопустимым формам поведения.

2.13. Категорически запрещено применять непристойные выражения и жесты.

2.14. Категорически запрещено приносить и применять в общежитии и на его территории оружие, взрывоопасные и огнеопасные вещества, горючие жидкости, пиротехнические изделия, газовые баллончики, алкогольные напитки, наркотики, одурманивающие средства, а также ядовитые и отравляющие вещества.

2.15. Обучающимся, проживающим в общежитии, нашедшим, как они считают, потерянные или забытые вещи, следует передать коменданту общежития.

2.16. Перемещаясь с одного этажа на другой, необходимо быть предельно осторожными.

На лестнице нельзя перегибаться через перила, необходимо смотреть себе под ноги и придерживаться правой стороны.

2.17. Запрещено:

— бегать по коридорам, лестницам, недалеко от оконных проёмов, стеклянных витражей и в прочих местах;

— толкаться, бросать друг в друга предметы и применять физическую силу, шуметь и мешать другим обучающимся проживающим в общежитии.

2.18. Необходимо быть предельно внимательным и осторожным на проезжей части дороги, строго соблюдать правила дорожного движения.

3. Правила поведения в местах общественного питания

3.1. Обучающиеся, проживающие в общежитии, могут посещать места общественного питания.

3.2. Категорически запрещено входить в места общественного питания университета (столовую) и иные места общественного питания в головных уборах, а также с сумками.

3.3. Во время еды в местах общественного питания обучающиеся обязаны придерживаться хороших манер и вести себя прилично. Следует мыть руки перед едой, есть аккуратно, сидя за столом, не раскидывать еду, косточки, огрызки, не выносить еду из столовой, не качаться на стульях.

3.4. Обучающиеся обязаны уважительно относиться к работникам мест общественного питания.

3.5. Разговаривать во время еды следует тихо, чтобы не мешать тем, кто ест по соседству.

3.6. Каждый обучающийся должен убрать за собой посуду после приёма пищи и поставить на место стулья.

3.7. Обучающиеся обязаны аккуратно обращаться с имуществом мест общественного питания, обязаны убирать за собой грязную посуду в специально отведенные места мест общественного питания.

4. Правила поведения на объектах (территориях) университета

4.1. На объектах (территориях) университета обучающиеся, проживающие в общежитии, должны: находиться в пределах территории, придерживаться общих правил поведения.

4.2. Играя на спортивных площадках объектов (территорий) университета соблюдать правила игры, быть вежливым.

4.3. Не разговаривать с посторонними (незнакомыми) людьми. Не реагировать на знаки внимания и требования незнакомца. Никуда не ходить с посторонними.

4.4. Нельзя есть незнакомые ягоды и плоды, пить воду с неизвестных источников.

4.5. Не злить, не гладить, не кормить бродячих собак и других животных.

5. Правила поведения во время культурно-массовых мероприятий различного характера

5.1. При проведении культурно-массовых мероприятий следует находиться вместе проведения мероприятия. Отойти можно только в сопровождении куратора.

5.2. Мероприятия следует посещать в соответствующей одежде и обуви. Если это не предполагается сценарием, нельзя появляться на мероприятиях в шлепанцах.

5.3. При проведении массовых мероприятий на открытых площадках в солнечную погоду наличие головного убора обязательно.

5.4. Обучающимся, проживающим в общежитии, следует соблюдать правила этикета в общественных местах (не шуметь, не толкаться, не свистеть, не топтать ногами).

6. Правила поведения обучающихся во время пешеходных прогулок, экскурсий, походов при их организации университетом

6.1. К пешеходным экскурсиям допускаются обучающиеся, проживающие в общежитии, в соответствующей форме одежды: закрытая удобная обувь, головной убор, при необходимости длинные брюки и рубашки (кофты) с длинными рукавами.

6.2. Старший назначается организатором проведения экскурсии (похода) являются куратор и экскурсовод. Необходимо строго выполнять указания старшего, куратора,

экскурсовода, а также иных сопровождающих.

6.3. Во время прогулки, экскурсии, похода следует находиться с группой, не расходиться. Не разрешается отходить от маршрута (тропы, дорожки), подходить к электропроводам, не огороженным краям оврагов, ущелий, обрывов.

6.4. Необходимо своевременно сообщить организатору мероприятия об ухудшении состояния здоровья или травмах.

6.5. Обучающимся, проживающим в общежитии, следует уважительно относиться к местным традициям и обычаям, бережно относиться к природе, памятникам истории и культуры.

6.6. Фотографирование разрешено в специально отведенных местах при общей остановке отряда по разрешению экскурсовода, организатора мероприятия.

6.7. По окончании экскурсии (прогулки, похода) собраться в указанном месте и после объявления окончания экскурсии следовать указаниям организатора мероприятия.

6.8. При переходе через проезжую часть соблюдать правила дорожного движения.

7. Правила поведения во время автобусных экскурсий

7.1. Посадка в автобус проводится по команде организатора мероприятия (иного лица, куратора, экскурсовода).

7.2. Во время движения автобуса необходимо пристегиваться ремнем безопасности, а также не разрешается стоять и ходить по салону. Нельзя высовываться из окна и выставлять руки в окно.

7.3. При резком торможении необходимо держаться за поручни.

7.4. В случае появления признаков укачивания или тошноты надо сразу сообщить организатору мероприятия (иному ответственному лицу; куратору; экскурсоводу).

7.5. Вставать можно только после полной остановки автобуса по команде организатора мероприятия (иного ответственного лица; куратора; экскурсовода).

7.6. Выход из автобуса производится через переднюю дверь. После выхода из автобуса не расходиться, собраться в указанном месте и следовать указаниям организатора мероприятия (иного ответственного лица; куратора; экскурсовода).

7.7. Нельзя самостоятельно выходить на проезжую часть и перебегать улицу.

8. Правила пожарной безопасности

8.1. В случае обнаружения признаков возгорания на объектах (территориях) университета (общежитиях) незамедлительно покинуть здание и сообщить любому взрослому.

8.2. Запрещается разводить огонь в помещениях (комнатах общежитий) на объектах (территориях) университета.

8.3. Не разрешается пользоваться электроприборами без разрешения коменданта общежития.

8.4. Не разрешается трогать провисающие, торчащие провода. О наличии таких проводов следует сообщить коменданту общежития.

8.5. При нахождении вблизи водоемов строго соблюдать правила поведения на воде

— не купаться в местах с неизвестным дном;

— купаться разрешается только в специально отведенных местах водоёма;

— не прыгать в воду головой вниз при недостаточной глубине воды, при не обследованном дне водоема и при нахождении вблизи других пловцов;

— не задерживаться при нырянии под водой;

— не находиться в воде более 30 мин., а если вода холодная, то не более 5-6 мин.;

— не заплывать за установленные знаки ограждения водного бассейна (буйки);

— не купаться во время большой волны;

— не плавать рядом с моторными лодками, парходами, баржами и др. плавательными средствами;

— чувствуя озноб, немедленно выйти из воды и растереться сухим полотенцем;

— при судорогах не паниковать, постараться держаться на воде и позвать на помощь.

8.6. При походах обязательно одеть головной убор и одежду с длинным рукавом, чтобы избежать укусов клещей и других насекомых.

8.7. При походах в лес не жечь сухую траву, не взбираться на деревья, внимательно смотреть под ноги, помнить настоящие правила (инструкцию).

9. Заключительные положения

9.1. За нарушение настоящих Правил поведения (инструкции), Устава университета к обучающимся применяются меры дисциплинарного и воспитательного воздействия.

ИНСТРУКЦИЯ № 2

Инструкция по противодействию терроризму для работников и обучающихся проживающих в общежитиях ФГБОУ ВО «Астраханский государственный университет им. В.Н. Татищева»

1. Общие положения инструктажа по противодействию терроризму

1.1. Настоящая инструкция по противодействию терроризму разработана для работников университета всех категорий, осуществляющих трудовые функции в общежитиях и обучающихся, проживающих в общежитиях, определяет главные задачи, организацию и порядок действий по противодействию терроризму.

1.2. С данной инструкцией должны быть ознакомлены все работники университета осуществляющие трудовые функции в общежитиях университета и обучающиеся, проживающие в общежитиях. Комендант, соблюдая инструкцию по технике безопасности, непосредственно контролирует данный процесс ознакомления с инструкцией по противодействию терроризму.

2. Действия в случае обнаружении предмета, похожего на взрывное устройство

2.1. К признакам, которые могут указывать на наличие взрывного устройства, относятся: наличие на обнаруженном предмете проводов, веревок, изолирующей ленты; подозрительные звуки, издаваемые предметом - щелчки, тиканье часов; исходящий от предмета характерный запах миндаля или другой странный запах.

2.2. Не притрагиваться, не приближаться, не двигать найденный сомнительный предмет. Не курить, воздержаться от применения средств радиосвязи, в том числе и мобильных телефонов, рядом с этим предметом.

2.3. Срочно доложить о найденном подозрительном предмете дежурному полиции (тел. 102).

2.4. Зафиксировать время и место обнаружения подозрительного предмета.

2.5. Дождаться прибытия представителей правоохранительных органов, показать место нахождения сомнительного предмета, время и обстоятельства его обнаружения.

2.6. Далее следовать указаниям представителей правоохранительных органов.

3. Действия в случае поступления угрозы террористического акта по телефону

3.1. Получив сообщения по телефону об угрозе взрыва, о наличии взрывного устройства не паниковать. Во время разговора постараться определить пол, возраст звонившего и особенности его речи, обязательно определить звуковой фон (шум автомашин или железнодорожного транспорта, звуки теле- или радиоаппаратуры, голоса и др.).

3.2. Постараться дословно запомнить разговор и записать его на бумаге.

3.3. Обязательно зафиксировать точное время начала разговора и его длительность.

3.4. Окончив разговор не класть трубку на рычаг телефонного аппарата и незамедлительно позвонить с другого телефона дежурному полиции (тел. 102) и сообщить, какая поступила информация и по какому телефону.

3.5. О полученном сообщении и принятых мерах сообщить коменданту, сотруднику охраны или должностному лицу службы охраны труда и безопасности университета.

4. Порядок действий при поступлении угрозы террористического акта в письменной форме

4.1. Угрозы о террористическом акте в письменной форме могут поступить по почте и в анонимных записках, информации на дискете, диске и т.д. После получения такого рода документа обращайтесь с ним с максимальной осторожностью.

4.2. Постарайтесь не оставлять на информационном носителе отпечатков своих пальцев.

4.3. Не мните документ, не делайте на нем каких-либо пометок. Рекомендуются убрать документ в чистый и плотно закрываемый полиэтиленовый пакет, после чего поместить в отдельную жесткую папку.

4.4. Если документ поступил к вам в конверте, его вскрытие производите только с левой или правой стороны, при этом аккуратно отрезая кромки ножницами.

4.5. Сохраняйте все содержимое: сам присланный документ с текстом, любые вложения, конверт и упаковку, ничего не выбрасывайте и не уничтожайте.

4.6. Не расширяйте круг лиц, знакомых с содержанием документа, информацией в нем.

4.7. Все это в итоге поможет правоохранительным органам при проведении последующих криминалистических исследований присланного документа.

5. Основные правила поведения при захвате в заложники

5.1. Постараться взять себя в руки, успокоиться, не паниковать, разговаривать спокойным голосом.

5.2. Подготовиться физически и морально к возможному жестокому испытанию.

5.3. Сначала, особенно в первый час выполнять все указания террористов.

5.4. Не привлекать внимание террористов своим поведением, не оказывать активного сопротивления, это может только ухудшить ваше положение.

5.5. Не пытаться бежать, если нет полной уверенности в успехе побега.

5.6. Заявить о своем плохом самочувствии.

5.7. Запомнить, как можно больше информации о террористах (количество, вооружение, как выглядят, особенности внешности, телосложение, акцент, тематика разговора, темперамент, манера поведения).

5.8. Постараться определить место своего нахождения.

5.9. Не пренебрегать пищей, это может вам сохранить силы и здоровье.

5.10. Расположиться как можно дальше от окон, дверей и самих террористов, если есть возможность. Это нужно для обеспечения вашей безопасности в случае штурма помещения, стрельбы снайперов на поражение террористов.

5.11. Во время штурма здания необходимо лечь на пол лицом вниз, сложив руки на затылке, не вставайте и не бегите навстречу.

Телефоны экстренной связи:

- Экстренная оперативная служба 112 (единный номер вызова);
- Управление Росгвардии по АО (ДЧ) - 8 (8512) 21-05-40;
- УМВД России по АО - 8 (8512) 40-01-16 (ДЧ);
- УМВД России по г. Астрахань - 8 (8512) 40-01-79 (ДЧ);
- УФСБ России по АО - 8(8512) 40-36-26;
- УФСБ России - 8(8512) 44-36-88 (ДЧ);
- Главное управление МЧС России по АО - 8 (8512) 39-99-99;

ИНСТРУКЦИЯ № 3

Инструкция по правилам дорожного движения

1. Общие положения инструкции

1.1. Инструктаж «Правила дорожного движения» проводят с обучающимися, проживающими в общежитии.

1.2. В специальном журнале регистрации инструктажей регистрируется запись о проведении данного инструктажа обучающимся, проживающим в общежитии.

2. Правила безопасности при движении колонной

2.1. При движении по дороге будьте внимательны и осторожны, соблюдайте указания. При движении группой необходимо построиться в ряд по два человека, идти по тротуару шагом, придерживаясь правой стороны, из строя не выходить, на левую сторону не забегать, не мешать другим пешеходам.

2.2. Пешеходы должны двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам, а при их отсутствии по обочине.

2.3. 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).

2.4. Вне населенных пунктов при движении по проезжей части пешеходы должны идти навстречу движению транспортных средств.

3. Правила безопасности при переходе через проезжую часть

3.1. Пересекать проезжую часть разрешается только по пешеходным переходам, в том числе по подземным и надземным, а при их отсутствии – на перекрестках, по линии тротуаров или обочин.

3.2. При отсутствии в зоне видимости перехода или перекрестка 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.

3.3. В местах, где движение регулируется, пешеходы должны руководствоваться сигналами регулировщика или пешеходного светофора, а при его отсутствии – транспортного светофора.

3.4. Переходить проезжую часть можно только на зеленый сигнал светофора. При красном и желтом сигнале, а также при мигающих сигналах светофора переход запрещается.

3.5. На нерегулируемых пешеходных переходах пешеходы могут выходить на проезжую часть после того, как оценят расстояние до приближающегося транспорта, его скорость и убедятся, что переход будет безопасен.

3.6. При пересечении проезжей части вне пешеходного перехода пешеходы не должны создавать помех для движения транспортных средств, не выходить из-за стоящего транспорта, не убедившись в отсутствии приближающихся транспортных средств.

3.7. Выйдя на проезжую часть, не задерживайтесь и не останавливайтесь: если это не связано с обеспечением безопасности. При переходе улицы оцените ситуацию на дороге в целом, затем посмотрите налево в сторону приближающихся транспортных средств, а дойдя до середины, остановитесь и посмотрите направо, и если путь свободен, закончите переход.

3.8. Пешеходы, не успевшие закончить переход, должны останавливаться на линии, разделяющей транспортные потоки, противоположных направлений. Продолжать переход можно, лишь убедившись в безопасности дальнейшего движения и с учетом сигнала светофора (регулирующего).

3.9. Если улица имеет одностороннее движение, то при ее переходе надо все время смотреть в ту сторону, откуда движутся транспортные средства.

3.10. При приближении транспортных средств с включенными синими маяками или специальными звуковыми сигналами пешеходы обязаны воздержаться от перехода и уступить дорогу этим транспортным средствам.

3.11. Ожидать транспортные средства разрешается только на специальных посадочных площадках, а при их отсутствии на тротуаре или обочине.

3.12. Во время ожидания транспортного средства не играйте, не катайтесь на роликах, велосипеде, не выбегайте на дорогу.

4. Периодичность проведения инструктажа.

4.1. Очередной инструктаж проводится в начале смены. Проведение инструктажа фиксируется в журнале.

4.2. Внеочередной инструктаж проводится перед каждым мероприятием с обучающимися, проживающими в общежитии, вне здания (объекта (территории)).

ИНСТРУКЦИЯ № 4

Инструкция по правилам безопасности на воде

1. Общие положения инструкции

- 1.1. Техника безопасности, если не умеете плавать.
- 1.2. Если вы не умеете плавать, необходимо иметь при себе спасательные средства (круг, спасательный жилет, надувные нарукавники).
- 1.3. Купаться можно только при наличии рядом родителей/взрослых, если обучающийся является несовершеннолетним.

2. На воде запрещено:

- 2.1. Употреблять спиртные напитки во время купания и жевать жвачку во время нахождения в воде.
- 2.2. Ходить к водоему одному.
- 2.3. Подплывать к идущим парходам, катерам, вблизи которых возникают различные водовороты, волны и течения.
- 2.4. Нырять в местах с неизвестной глубиной, так как можно удариться головой о песок, глину, сломать себе шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть.
- 2.5. Прыгать головой в воду с плотов, пристани и других плавучих сооружений. Под водой могут находиться сваи, рельсы, камни и осколки стекла.
- 2.6. Выходить на озеро, реку на неисправной и полностью не оборудованной лодке, садиться на ее борта, пересаживаться с одного места на другое, а также переходить с одной лодки в другую, вставать во время движения. В лодке необходимо иметь спасательные средства.
- 2.7. Находиться на крутых берегах с сыпучим песком, чтобы не быть засыпанным.
- 2.8. Входить в воду разгоряченным (потным).
- 2.9. Заплывать за установленные знаки (ограждения участка, отведенного для купания).
- 2.10. Купаться при высокой волне.
- 2.11. Прыгать с вышки, если вблизи от нее находятся другие пловцы. Толкать товарища с вышки или с берега.

3. На воде НЕ следует:

- 3.1. Доводить себя до озноба, это вредно для здоровья. От переохлаждения в воде могут появиться опасные для жизни судороги, свести руки и ноги. В таком случае необходимо плыть на спине. Если растеряться и перестать плыть, то можно утонуть. Часто вода попадает в дыхательные пути и мешает дышать. Чтобы избавиться от нее, необходимо немедленно остановиться, поднять голову как можно выше над водой и сильно откашляться.
- 3.2. Заходить в воду во время сильных волн.
- 3.3. Плыть против сильного течения, иначе можно легко выбиться из сил. Лучше всего плыть по течению, постепенно приближаясь к берегу.
- 3.4. Подплывать к водоворотам - это самая большая опасность на воде! Он способен затянуть человека на большую глубину и с такой силой, что даже опытный пловец не всегда в состоянии выплыть.
- 3.5. Запутавшись в водорослях, не следует делать резких движений и рывков, иначе петли растений еще туже затянутся.

4. На воде следует:

- 4.1. Сидя на берегу, прикрывать голову от солнца во избежание перегрева и солнечных ударов. Выбирать для купания места, где чистая вода, ровное песчаное дно, небольшая глубина, нет сильного течения и водоворотов, нет проезжающего по воде моторного транспорта.
- 4.2. Начинать купание в водоеме следует при температуре воздуха + 20-25*С, воды + 17- 19*С.
- 4.3. 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.
- 4.4. Входить в воду осторожно, на неглубоком месте необходимо остановиться и

окунуться в воду с головой.

- 4.5. Находиться в воде не более 10-15 минут.
- 4.6. Плавая во время волнения поверхности воды, внимательно следить за тем, чтобы вдох происходил в промежутках между волнами.
- 4.7. Плавая против волн, спокойно подниматься на крутую волну и скатываться с нее.
- 4.8. Попад в водоворот, следует набрать как можно больше воздуха в легкие, погрузиться в воду и сделать сильный рывок в сторону по течению, затем всплыть на поверхность воды.
- 4.9. Запутавшись в водорослях, лечь на спину и постараться мягкими, спокойными движениями выплыть в ту сторону, откуда приплыли. Если и это не помогает, то следует, подтянув ноги, осторожно освободиться от растений руками.
- 4.10. Нырять только в тех местах, где имеется для этого достаточная глубина, прозрачная вода и ровное дно.
- 4.11. В холодную погоду, чтобы согреться, сделайте несколько легких физических упражнений.
- 4.12. При ушных заболеваниях не прыгайте в воду головой вниз.
- 4.13. Не оставайтесь при нырянии долго под водой.
- 4.14. Выйдя из воды, вытритеь насухо и сразу оденьтесь.
- 4.15. Почувствовав усталость, сразу плывите к берегу.
- 4.16. При судорогах не теряйтесь, старайтесь держаться на воде, зовите на помощь.
- 4.17. При оказании вам помощи не хватайте спасающего, а помогите ему буксировать вас к берегу.

ИНСТРУКЦИЯ № 5

Инструкция по технике безопасности при общении с животными

1. Общие положения инструкции

- 1.1. Общие правила техники безопасности при общении с собаками.
- 1.2. Спросите разрешения у ее хозяина. Если он разрешит, гладьте ее осторожно и, если вам уж очень хочется погладить домашнюю собаку, обязательно ласково, не делая резких движений, чтобы собака не подумала, что вы хотите ее ударить.
- 1.3. Не надо считать, что помахивание хвостом говорит о выражении собакой своего дружелюбия. Иногда это говорит о ее недружелюбном настрое.
- 1.4. Не стоит пристально смотреть в глаза собаке и улыбаться. На собачьем языке это значит скалиться и показывать свое превосходство.
- 1.5. Ни в коем случае нельзя показывать свой страх перед собакой. Собака может почувствовать это и повести себя агрессивно. И уж тем более нельзя убегать от собаки. Этим вы изображаете из себя убегающую дичь и предлагаете собаке поохотиться.
- 1.6. Не кормите чужих собак и не трогайте их во время еды или сна.
- 1.7. Не подходите к собаке, сидящей на привязи.
- 1.8. Не приближайтесь к большим собакам охранных пород. Некоторые из них выучены бросаться на людей, приблизившихся на определенное расстояние.
- 1.9. Не делайте резких движений, общаясь с собакой или с ее хозяином. Собака может подумать, что вы ему угрожаете.
- 1.10. Не трогайте щенков и не пытайтесь отобрать предмет, с которым собака играет.
- 1.11. Всегда лучше отойти в сторону и пропустить идущих навстречу собаку с хозяином. Особенно если это происходит где-нибудь в узком месте.

Если собака нападет на вас

- 1.12. Если собака собирается напасть, иногда могут помочь твердо сказанные команды: «Фу!», «Стоять!», «Сидеть!».
- 1.13. Особенно следует опасаться приседающей собаки — это значит, что она готовится к прыжку. На всякий случай лучше сразу защитить горло — для этого надо прижать палки или портфель.
- 1.14. Самое чувствительное место у собаки — нос. Иногда достаточно чем-нибудь попасть в него, чтобы собака убежала.

2. Правила техники безопасности при общении с кошками

- 2.1. Коты — дальние родственники тигров.
- 2.2. Не тяните кота или кошку за хвост, а также не гладьте незнакомых кошек.
- 2.3. Если человек не нравится коту, он может прокусить ему руку или расцарапать до крови лицо. Известны случаи, когда кошка лишала человека глаз. Кошка может занести в рану инфекцию.

3. Если вас укусила собака (или кошка), поступайте следующим образом:

- 3.1. Не пытайтесь сразу же остановить кровь. Кровотечение может помочь удалить слону животного из раны.
- 3.2. При возможности промойте рану чистой водой и смажьте кожу вокруг укуса йодом или одеколоном.
- 3.3. Постарайтесь немедленно обратиться в ближайшую больницу.
- 3.4. Если вам известен хозяин собаки, сообщите его адрес врачу, чтобы собаку проверили на бешенство.

А как узнать — бешеная собака или нет?

- 3.5. Заболевшие бешенством собаки обычно становятся капризными.
- 3.6. Им трудно пить воду — они даже боятся к ней подходить.
- 3.7. Походка у них неуверенная, лай — хриплый.
- 3.8. Они прячутся в темном месте, сторонятся людей, а иногда наоборот — становятся вдруг агрессивными, нападают на других собак и людей.

4. Правила техники безопасности от укуса змеи

4.1. Змей в нашей стране, к счастью, немного. В основном можно встретить ядовитую гадюку или безобидного ужа. Но их укус не ядовит. Вообще-то ни змеи, ни ужи просто так не кусаются и не нападают на человека, напротив — при его появлении стараются ускользнуть в укрытие.

4.2. Нападает змея в двух случаях: если ей преградили дорогу и если человек наступил на нее. У змеи плохое зрение и обоняние, поэтому наступить на нее легко.

4.3. Гадюка и уж различаются формой головы и рисунком на теле. Но со страха их можно перепутать.

Чтобы обезопасить себя от укуса змеи, запомните три правила:

4.4. В незнакомой местности всегда спрашивайте местных жителей о «змеиных местах».

4.5. Собираясь в лес за грибами и ягодами, обязательно надевайте сапоги.

4.6. Увидев змею, не трогайте ее, а обойдите. Если гадюка свернулась кольцом, значит, она собирается броситься на человека.

ИНСТРУКЦИЯ № 6

Инструкция по профилактике инфекционных и кишечных заболеваний

1. Общие положения инструкции

1.2. Профилактика инфекционных заболеваний.

Воздушно-капельные инфекции (ВКИ) - это инфекции, которые передаются при чихании и кашле. К ним относятся: острые респираторные вирусные заболевания, грипп, ветряная оспа, корь, краснуха, коклюш, менингококковая инфекция.

Мы хотим дать вам некоторые рекомендации как уберечься от ВКИ, особенно во время эпидемических вспышек этих заболеваний.

1.3. Неоценимое значение в профилактике заболеваний имеет **закаливание организма**. Обучающиеся, занимающиеся спортом, гимнастикой, водными процедурами, значительно меньше подвержены заболеваниям и воздействию вируса, и даже если заболеют, то заболевание протекает значительно легче.

1.4. Необходимо строгое **соблюдение санитарного минимума**, как в домашней обстановке, так и в общественных местах. Убирать помещение нужно влажным способом.

1.5. **Нужно соблюдать личную гигиену:** мыть руки с мылом, пользоваться личным полотенцем; следить за чистотой воздуха в помещениях, которые нужно проветривать 3-4 раза в день, не менее 30-40 минут каждый раз, так как свежий воздух губительно действует на вирусы.

1.6. Своевременное **лечение кариозных зубов и хронического воспаления миндалин также важно для профилактики.**

1.7. При появлении первых признаков заболевания **нельзя посещать университет/колледж.**

1.8. При эпидемии **не следует посещать общественные заведения.**

1.9. Любая инфекция - это большая нагрузка для организма, перенося инфекцию на ногах, вы можете причинить себе большой вред - **болезнь может дать тяжелые осложнения.**

1.10. Больной не должен сам идти в поликлинику, необходимо вызвать врача на дом! **Без назначения врача принимать какие-либо лекарства нельзя.**

1.11. Пытаться с помощью ацетилсалициловой кислоты или анальгина «сбить» температуру **не рекомендуется.** Повышенная температура - нормальная защитная реакция организма.

1.12. Больной должен **иметь отдельную посуду**, которую необходимо тщательно мыть с хозяйственным мылом.

1.13. Немаловажное значение во время эпидемии и до нее приобретают **правильный режим питания, калорийность пищи**, ее насыщенность витаминами.

1.14. Необходимо понимать, что воздушно-капельная инфекция может передаваться на расстоянии 1,5-3 метра. Больному **при чихании и кашле нужно прикрывать рот носовым платком.**

1.15. При появлении больного в доме рекомендуется **надевать четырехслойную марлевую повязку**, которая должна закрывать рот и нос.

1.16. **Не следует долго разговаривать с больным**, садиться на его кровать, целовать и т.д. после соприкосновения с больным или его вещами **необходимо тщательно вымыть руки с мылом.**

Выполнение всех мер, предупреждающих распространение и развитие инфекционного заболевания - лучшее средство в борьбе с вирусом.

2. Профилактика кишечных заболеваний.

Дизентерия и сальмонеллезы, брюшной тиф, холера, иерсиниозы и пищевые токсикоинфекции, возникающие при попадании в организм различных кишечных бактерий и токсинов очень опасны для здоровья. Как минимум, они вызывают дисбактериоз желудочно-кишечного тракта, брюшной тиф и холера при отсутствии своевременной медицинской помощи могут привести к смерти. Вполне возможно защититься от кишечных инфекций при соблюдении достаточно простых санитарных правил:

2.1. Конечно же, необходимо тщательно мыть руки после посещения туалета, возвращения с улицы, а также перед тем как готовить или употреблять еду.

2.2. Необходимо употреблять только кипяченую воду, где бы вы не находились.

2.3. Молоко и молочные продукты также могут нести заразу. Именно по этой причине рекомендуется (особенно в жаркое время года) употреблять их только после термической обработки. Молоко прокипятите, творог используйте для приготовления сырников и запеканок.

2.4. Мясо, мясные продукты, кур, куриные яйца тоже подвергайте длительной термообработке. Хуже они не станут, но зато вреда здоровью не принесут.

2.5. Овощи и фрукты очень нужны организму. Они содержат необходимые витамины и микроэлементы. Но они часто бывают загрязнены различными кишечными бактериями. Не поддавайтесь соблазну съесть их, не отходя от прилавка магазина или рынка. Побалуйте себя только после того, как Вы хорошо вымоете приобретенные овощи фрукты чистой проточной водой.

2.6. Защищайте продукты от мух - разносчиков заразы.

2.7. Если все же заболете - значит где-то нарушили достаточно простые правила защиты от болезни. Здесь уже ничего не остается, как срочно обратиться за помощью врача. И не нужно заниматься самолечением. Это ни к чему не приведет, кроме вреда для здоровья.

ИНСТРУКЦИЯ № 7

Инструкция по правилам поведения на природе в весенне-летний период во время активизации иксодового клеща

1. Общие положения инструкции

- 1.1. Основные правила безопасности.
- 1.2. Укус иксодового клеща может привести к заражению клещевым энцефалитом - болезни, поражающей нервную систему, - или менее тяжкому, но более распространённому заболеванию – клещевому боррелиозу, болезни, поражающей мышечные ткани. Наиболее любимые места обитания иксодовых клещей – места, где много лиственных насаждений.
- 1.3. Самыми опасными месяцами являются май – июнь, когда активизируется голодные после зимней спячки клещи.
- 1.4. Без серьёзной необходимости не посещайте леса смешанного типа в мае – июне.
- 1.5. При нахождении в лесу, как бы ни было жарко, необходимо носить закрытую одежду, плотно прилегающую к телу и хорошо заправленную, чтобы затруднить заползание клеща.
- 1.6. Хорошо опрыскивать одежду и открытые части тела специальными репеллентами, продающимися в аптеках и парфюмерных отделах магазинов.
- 1.7. Периодически, каждые 10-15 минут, следует проводить самоосмотры и взаимоосмотры для обнаружения прицепившихся клещей (клещи присасываются не сразу, и 10-15 минут вполне хватает, чтобы обнаружить и снять еще не присосавшегося клеща).
- 1.8. Если же клещ уже присосался, следует покрыть клеща каким-нибудь жиром, вазелином, маслом (дыхательные поры, расположенные на брюшке, перестанут пропускать воздух, и минут через 40 клещ отпадёт).
- 1.9. Снятых с одежды и тела клещей надо обязательно сжигать.
- 1.10. При укусе клещом надо немедленно прервать прогулку и обратиться в ближайший медпункт для проведения профилактических мероприятий.
- 1.11. Если клещ присосался, его ни в коем случае нельзя вытаскивать из кожи. Соединение головогрудки клеща с брюшком весьма хрупкое и при попытке вытащить клеща оно разрывается.
- 1.12. Ни в коем случае нельзя сбрасывать клещей на землю и раздавливать ногой, а тем более рукой, так как вирус заражённого клеща разбрызгивается с его внутриполостной жидкостью и может попасть в организм человека через поры кожи и слизистую оболочку глаз, носа, рта.

ИНСТРУКЦИЯ № 8

Инструкция по электробезопасности

- 1. Общие положения инструкции**
- 1.1. Основные правила безопасности.
- 1.2. Неукоснительно соблюдайте порядок включения электроприборов в сеть: шнур сначала подключайте к прибору, а затем к сети. Отключение прибора производится в обратной последовательности.
- 1.3. Уходя из помещения или комнаты, обязательно выключайте электроприборы (утюг, телевизор и т. п.).
- 1.4. Не вставляйте вилку в штепсельную розетку мокрыми руками.
- 1.5. Никогда не тяните за электрический провод руками — может случиться короткое замыкание.
- 1.6. Ни в коем случае не подходите к оголенному проводу и не дотрагивайтесь до него — может ударить током.
- 1.7. Не пользуйтесь утюгом, чайником, плиткой без специальной подставки.
- 1.8. Не прикасайтесь к нагреваемой воде и сосуду (если он металлический) при включенном в сеть нагревателе.
- 1.9. Никогда не протирайте включенные электроприборы влажной тряпкой.
- 1.10. Не вешайте цветочные горшки над электрическими проводами.
- 1.11. Нельзя гасить загоревшиеся электроприборы водой.
- 1.12. Не прикасайтесь к провисшим или лежащим на земле проводам.
- 1.13. Опасно влезать на крыши домов и строений, где вблизи проходят линии электропередачи, а также на опоры (столбы) воздушных линий электропередачи.
- 1.14. Не пытайтесь проникнуть в распределительные устройства, трансформаторные подстанции, силовые щитки — это грозит смертью!
- 1.15. Не используйте бумагу или ткань в качестве абажура электролампочек.
- 1.16. Не пытайтесь проводить ремонт электроприборов.
- 1.17. В случае возгорания электроприборов, если вы не можете погасить вспышку пожара, вызывайте по телефону пожарную службу.

ИНСТРУКЦИЯ № 9

Инструкция по профилактике негативных ситуаций на территории и в помещениях общежития, во дворе, на улице и в общественных местах

1. Общие положения инструкции

- 1.1. Общие правила безопасности.
- 1.2. Никогда не заходите в лифт с посторонними (незнакомыми), также в подъезд или на лестничную площадку, если там стоят подозрительные люди, особенно группа людей.
- 1.3. Если на вас все же напали в лифте, постарайтесь нажать кнопку «Вызов диспетчера», но не кричите, особенно в тех случаях, когда не уверены, что поблизости есть люди, способные помочь.
- 1.4. 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.
- 1.5. Никогда не садитесь в машину, мотоцикл и т. п. с незнакомыми людьми.
- 1.6. Не выносите на улицу дорогие вещи (магнитофон и т. п.), ли около дома нет старших.
- 1.7. Не носите с собой ценности, деньги (без особой на то необходимости).
- 1.8. Не лазайте по подвалам, чердакам, крышам.
- 1.9. Гуляя на улице, старайтесь держаться поближе к своему дому, находиться в знакомой компании. Последнее условие обязательно, если вы уходите далеко от дома, особенно в чужой район на танцы (дискотеку), рынок, в магазин, на концерт и т. п. При этом желательно, чтобы взрослые знали, где вы находитесь.
- 1.10. Призыв о помощи — это не свидетельство трусости, а необходимое средство самозащиты, иногда — спасение.
- 1.11. 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.
- 1.12. Если вас начинают преследовать, идите (бегите) туда, много людей, больше света (ночью) и т. д.
- 1.13. Никогда не играйте в азартные игры, особенно на деньги со старшими ребятами или взрослыми, вообще с незнакомыми людьми.
- 1.14. В целях личной безопасности (профилактики похищения) необходимо:
 - 1.14.1. Стараться не оставаться в одиночестве, особенно на улице, пути в университет/колледж и обратно, с места досуга;
 - 1.14.2. Чаше менять маршруты своего движения в университет/колледж, магазин, к друзьям и т. д.;
 - 1.14.3. Никогда не заговаривать с незнакомыми, а тем более в чем-то подозрительными людьми;
 - 1.14.4. Не садиться в чужие машины, не ездить с незнакомыми людьми;
 - 1.14.5. 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 (если есть возможность, сообщите номер телефона, иные координаты, по которым вас можно найти).

ИНСТРУКЦИЯ № 10

Инструкция основные навыки оказания первой помощи

1. Общие положения инструкции

1.2. Общие правила оказания первой помощи.

СОДРАННЫЕ КОЛЕНКИ И ЛОКТИ

1.3. Промыть рану под струей воды, чтобы вымыть всю грязь. Под краном промывайте прохладной водой. Если нет крана - промывайте из бутылки. Желательно промыть с мылом, потом хорошо его смыть.

1.4. Удалить инородные тела из раны пинцетом, обработанным спиртом.

1.5. Обработать рану. Зеленка и йод только «сжигают» и повреждают ткани, поэтому не обрабатывайте ими раны (в крайнем случае - только края раны). Лучше приложить стерильный бинт (можно пропитать его 3% перекисью водорода).

1.6. Прикрыть рану бинтом или бактерицидным пластырем.

ЗАНОЗА

1.7. Подержите палец с занозой в теплой воде несколько минут.

1.8. Если заноза торчит из кожи, вытаскивайте ее пинцетом в том направлении, в каком она вошла в кожу (по ходу, а не против).

1.9. Если заноза сломалась и полностью вошла под кожу, возьмите иголку (предварительно обработайте ее спиртом или подержите над огнем), иголкой освободите край занозы, а потом вытаскивайте пинцетом.

1.10. Когда заноза извлечена, промойте рану водой с мылом, обработайте дезинфицирующим раствором и заклейте пластырем.

СИНЯКИ И ШИШКИ.

1.11. Синяки должны на 3-5 день становиться желтыми или зелеными. Если синяк только краснеет, горячет и опухает, срочно обращайтесь к врачу.

1.12. Шишка должна уменьшаться. Если она растет, становится горячей, кожа краснеет - к врачу!

ТРАВМА ГОЛОВЫ

1.13. Немедленно обращайтесь к врачу, если после удара головой появляется: сонливость, вялость, странное поведение, сильная головная боль в течение долгого времени после удара, рвота, кровотечение из носа и ушей, темные круги перед глазами, судороги, расстройство речи.

1.14. Пока не приедет врач, необходимо лечь в постель, приложите холод к ушибу.

УШИБ

1.15. Если после падения или удара боль усиливается от движения, место ушиба может покраснеть, посинеть или может появиться отек, нужно: ограничить движения; лечь и приподнять ушибленную руку или ногу; прикладывать к ушибу холод на 20 минут каждые 2 часа в течение суток.

1.16. **Внимание!** Не греть, не растирать место ушиба.

ВЫВИХ

1.17. Если в суставе резкая боль, особенно при движении, отек, необходимо: ограничить движение сустава; приложить холод и ехать в больницу как можно быстрее!

1.18. **Внимание!** Нельзя вправлять самостоятельно, «дергать», растирать, согревать, мазать.

ПЕРЕЛОМ

1.19. Если боль сильная, усиливающаяся при движении, и даже когда вы не затрагиваетесь.

Нога (рука) может изменить форму (сравните со здоровой конечностью), распухает и отек увеличивается очень быстро.

Вызывайте врача! Не двигать, не вправлять, не смещать, не греть. Приложите холод на 20 минут.

КРОВОТЕЧЕНИЕ

- 1.20. Помойте руки, прежде чем дотрагиваться до кровоточащей раны.
- 1.21. Примите такую позу, чтобы рана находилась выше уровня сердца.
- 1.22. Прижмите рану тканью, давящей повязкой или рукой.
- 1.23. Если не помогает, накладывайте жгут - выше места кровотечения (жгут накладывают только на бедро или руку выше локтя). Срочно вызывайте врача!

ИНСТРУКЦИЯ № 11

Инструкция по технике безопасности в сети Интернет

1. Общие положения инструкции

- 1.2. Классификация интернет-угроз. Во Всемирной паутине существует следующие виды опасности юных пользователей:
- 1.3. Суицид-сайты, сайты-форумы потенциальных самоубийц;
- 1.4. Наркосайты;
- 1.5. Сайты, разжигающие национальную рознь и расовое неприятие (экстремизм, национализм, фашизм);
- 1.6. Сайты порнографической направленности;
- 1.7. Сайты знакомств;
- 1.8. Сайты, пропагандирующих экстремизм, насилие и девиантные формы поведения, прямые угрозы жизни и здоровью обучающихся от незнакомцев, предлагающих личные встречи, а также различные виды мошенничества; (Виртуальный собеседник может повлиять на мировоззрение подростка).

2. Правила работы в сети Интернет

- 2.2. Не входите на незнакомые сайты.
- 2.3. Если к вам по почте пришел файл Word или Excel, даже от знакомого лица, прежде чем открыть, обязательно проверьте его на вирусы.
- 2.4. Если пришло незнакомое вложение, ни в коем случае не запускайте его, а лучше сразу удалите и очистите корзину.
- 2.5. Никогда не посылайте никому свой пароль.
- 2.6. Старайтесь использовать для паролей трудно запоминаемый набор цифр и букв.
- 2.7. При общении в Интернет не указывайте свои личные данные, а используйте псевдоним (ник)
- 2.8. Без контроля взрослых ни в коем случае не встречайтесь с людьми, с которыми познакомились в сети Интернет.
- 2.9. Если в сети необходимо пройти регистрацию, то должны сделать ее так, чтобы в ней не было указано никакой личной информации.
- 2.10. Не всей информации, которая размещена в Интернете, можно верить.
- 2.11. Не оставляйте без присмотра компьютер с важными сведениям на экране
- 2.12. Нельзя использовать сеть для хулиганства, распространения сплетен или угроз.

СОГЛАСОВАНО:

Проректор по молодежной политике
и воспитательной деятельности

 — Рекешева Ф.М.

Председатель Объединенной первичной
профсоюзной организации
ФГБОУ ВО «АГУ им. В.Н.Татищева»

 Касьянова Л.Ю.

И.о. начальника службы охраны труда
и безопасности

 Синицина С.В.

Начальник отдела гражданской обороны,
чрезвычайных ситуаций и
противопожарной безопасности

 Коновалов В.А.

Начальник отдела охраны труда

 Акмаев Р.А.