


**Краевое государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Комсомольский-на-Амуре колледж технологий и сервиса»
(КГБ ПОУ ККТиС)**

СОГЛАСОВАНО

Представитель работников

 / Т.Ю. Зворыгина

«04» июня 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор колледжа

 / Г.А. Горбунова

«04» июня 2026 г.



ИНСТРУКЦИЯ

**для обучающихся о мерах безопасности в летний период
(по предупреждению рисков дорожно-транспортного травматизма, выпадения
из окон, поведения на водных объектах, объектах железнодорожного
транспорта, недостроенных/заброшенных/бесхозных объектах)**

ИМБ-46 -2026

(обозначение)

**1. Меры безопасности по предупреждению рисков
дорожно-транспортного травматизма**

1.1. Меры безопасности при езде на велосипеде.

Движение на велосипеде требует осторожности и внимательности:

- надевайте шлем, наколенники, налокотники, солнцезащитные очки (в зависимости от погодных условий);
- при движении не спускайте руки с руля и будьте готовы к экстренному торможению;
- контролируйте скорость вождения;
- грамотно подавайте сигналы рукой: вытянутая влево рука – поворот налево, согнутая в лотке левая – поворот направо, опущенная левая – остановка;
- для вас предназначена правая сторона дороги;
- следите за состоянием дороги, потому что даже небольшие обочины, решетки могут стать причиной травм;
- если двигаетесь в условиях ограниченной видимости, не забывайте, что светоотражающие элементы велосипеда должны быть чистыми и грамотно установленными. Надевайте одежду со светоотражающими полосками;
- сохраняйте нужную дистанцию для остановки (для подвижного / неподвижного объекта);
- несколько транспортных средств должны двигаться в колонне по одному;
- во время дождя снижайте скорость при повороте;
- на пешеходном переходе водители велосипедов должны спешиться и вести их рядом с собой.

Запрещается:

- вешать на руль тяжелые пакеты, предметы, которые могут попасть в спицы или затруднить движение;
- во время езды пользоваться телефоном, слушать через наушники музыку. Это отвлекает вас от происходящего на дороге.

1.2. Меры безопасности при езде на средствах индивидуальной мобильности.

Средство индивидуальной мобильности (далее – СИМ) – транспортное средство, имеющее одно или несколько колес (роликов), предназначенное для индивидуального

передвижения человека посредством использования двигателя (двигателей) (электросамокаты, электроскейтборды, гироскутеры, сигвеи, моноколеса и иные аналогичные средства).

Передвигаться на СИМ можно:

- в местах, закрытых для движения транспорта (парках, дворах);
- на специальных спортивных площадках (ролледромах, скейт-парках);
- по тротуарам и пешеходным дорожкам;
- в пределах пешеходных и велосипедных зон;
- по велосипедным и велопешеходным дорожкам.

Рекомендуется использовать защитную экипировку – шлем, наколенники, налокотники. Они защитят от травм при падении.

Старайтесь не мешать движению пешеходов. В случае создания помех для движения пешеходов, вам необходимо спешиться или снизить скорость до скорости, не превышающей скорость движения пешеходов.

Соблюдайте безопасную дистанцию с пешеходами и велосипедистами, чтобы избежать столкновения.

Во всех случаях совмещенного с пешеходами движения велосипедистов и лиц, использующих для передвижения средства индивидуальной мобильности, пешеходы имеют приоритет.

Чтобы перейти дорогу, нужно сойти с СИМ и перейти дорогу по пешеходному переходу, держа устройство в руках или ведя его рядом с собой.

Запрещается:

- выезжать на проезжую часть дороги на этих устройствах;
- на СИМ перевозить пассажиров. Помните один самокат – один человек;
- во время езды пользоваться телефоном, слушать через наушники музыку.

1.3. Меры безопасности при езде на питбайке.

Питбайк – это спортивный мотоцикл, не предназначенный для дорог общего пользования. Ездить на них по проезжей части запрещено. Используйте специальные трассы, тренировочные площадки или частные территории.

Основные правила безопасности при езде на питбайке:

Экипировка: всегда используйте шлем, защитные очки, перчатки, наколенники, налокотники и мотоботы.

Обучение: начинайте с простых упражнений на ровной поверхности, постепенно увеличивая сложность и скорость.

Безопасное место: катайтесь на питбайке вдали от дорог общего пользования, на специальных трассах, площадках или в лесу. Запрещено ездить на питбайке на любой оборудованной дороге - не только по асфальту, но и по грунту.

Внимание к другим: следите за другими участниками движения, избегайте резких маневров.

Техника управления: изучите правила управления питбайком, в том числе торможение, повороты и преодоление препятствий.

Техническое состояние: перед каждой поездкой проверяйте исправность питбайка, включая тормоза, рулевое управление и шины.

Соблюдайте скорость: не превышайте допустимую скорость, особенно на сложных участках трассы.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ управлять транспортными средствами в состоянии опьянения (алкогольного, наркотического или иного), под воздействием лекарственных препаратов, ухудшающих реакцию и внимание, в болезненном или утомленном состоянии, ставящем под угрозу безопасность движения.

2. Меры безопасности по предупреждению рисков на объектах железнодорожного транспорта

2.1. Железнодорожные пути являются объектами повышенной опасности. Находясь на них, вы подвергаете свою жизнь риску.

2.2. Для перехода через железнодорожные пути пользуйтесь переходными мостами, пешеходными настилами и переездами, обращайте внимание на указатели «Переход через пути», прислушивайтесь к подаваемым звуковым сигналам.

2.3. В ожидании поезда, находясь на платформе, не устраивайте игр и других развлечений (фото, видеосъемка) с выходом на железнодорожный путь.

2.4. Входите в вагон и выходите из вагона при полной остановке поезда и только на сторону, имеющую посадочную платформу.

2.5. При пользовании железнодорожным транспортом соблюдайте правила поведения на вокзалах, проезда в поездах.

2.6. Находиться на объектах железнодорожного транспорта в состоянии алкогольного опьянения опасно для жизни.

2.7. Запрещается:

- проезд на крышах и подножках вагонов, переходных площадках и в тамбурах вагонов, а также на грузовых поездах;
- выходить на междупутье сразу после проследования поезда, убедитесь в отсутствии поезда встречного направления;
- переходить через железнодорожные пути в неустановленных местах, не оборудованных для этого местами;
- проходить по железнодорожному переезду при запрещающем сигнале светофора, переездной сигнализации независимо от положения и наличия шлагбаума;
- перебегать перед проходящим поездом (помните, что поезд сразу остановить нельзя);
- подлезать под пассажирские платформы и подвижной состав;
- прыгать с пассажирской платформы на пути;
- бежать по платформе рядом с вагоном прибывающего или уходящего поезда, а также находиться в непосредственной близости от края платформы во время прохождения поезда;
- гулять по железнодорожным путям.

3. Меры безопасности поведения на водных объектах

3.1. Меры безопасности поведения на водных объектах:

- купайтесь только в специально отведённых местах и не заплывайте за буйки;
- если вы оказались в водовороте, не теряйтесь, наберите больше воздуха в легкие и погрузитесь на глубину, сделав сильный рывок в сторону, всплывите на поверхность воды;
- если вы не умеете плавать, не следует заходить в воду выше пояса;
- находиться в воде не более 15-20 минут, при переохлаждении могут возникнуть судороги;
- если вы почувствовали усталость, не стремитесь как можно быстрее доплыть до берега, «отдохните» на воде, лежа на спине или спокойно расправив руки и ноги;
- если вас захватило сильное течение, не стоит пытаться бороться с ним, надо плыть вниз по течению под углом, приближаясь к берегу;
- очень осторожно плавайте на надувных матрасах и надувных игрушках. Ветром или течением их может отнести далеко от берега, а волной - захлестнуть, из них может выйти воздух, что может привести к истерке плаучести;
- после купания необходимо насухо вытереть лицо и тело.

Если вы увидели, что человек тонет:

- громко зовите на помощь;
- попросите окружающих вызвать спасателей и скорую помощь;
- бросьте тонущему спасательный круг или длинную веревку с узлом на конце.

3.2. Запрещается:

- купаться в состоянии алкогольного опьянения;
- нырять с мостов, пристаней, даже в тех местах, где ныряли прошлым летом, так как за год мог понизиться уровень воды или было что-то брошено в воду;
- прыгать с берега в незнакомых местах;
- заплывать за буйки;
- подплывать к движущимся судам, лодкам, катерам, катамаранам, гидроциклам;
- подныривать друг под друга, хватать за ноги, пугать, сталкивать в воду и заводить на глубину не умеющих плавать;
- подавать крики ложной тревоги;
- купаться на водных объектах, оборудованных предупреждающими знаками - «КУПАНИЕ ЗАПРЕЩЕНО!»;
- оставлять детей у воды без присмотра. Оставление детей без присмотра у воды влечет за собой административную ответственность.

3.3. ПОМНИТЕ:

- наиболее опасно пребывание на солнце с 11.00 ч. до 17.00 ч. дня. В это время риск перегрева максимален;
- в жаркое время суток старайтесь больше находиться в тени, избегайте прямых солнечных лучей;
- обязательно надевайте головной убор;
- пейте много жидкости;
- после длительного пребывания на солнце входить в воду следует постепенно, чтобы тело привыкло к прохладной воде.

4. Меры безопасности по предупреждению рисков выпадения из окон

Открытые окна в теплое время года представляют серьезную опасность. Падение из окна по неосторожности – одна из частых причин травм и гибели людей.

4.1. На окнах необходимо использовать специальные замки или блокираторы.

4.2. Запрещается:

- выглядывать в открытые форточки и окна.
- вставать на подоконник или сидеть на нем, особенно если окно открыто.
- опираться на москитную сетку. Москитная сетка предназначена только для защиты от насекомых. Она не предназначена для защиты от падений.

4.3. Если с Вами проживают маленькие дети:

- никогда не оставляйте ребенка без присмотра;
- не распахивайте окна и балконную дверь (используйте верхние форточки или вертикальный режим проветривания). Даже если Вам кажется, что Вы рядом, но секунда, на которую Вы отвлекетесь, может стать последней в жизни ребенка!
- не оставляйте возле окон предметы или мебель, которые могут послужить ребенку ступенькой для того, чтобы залезть на подоконник.
- старайтесь не держать на руках маленьких детей, находясь у открытого окна.

Если вы что-то показываете ребенку из окна - всегда крепко фиксируйте его, будьте готовы к резким движениям ребенка, держите ладони сухими, не держите ребенка за одежду.

Защитите окна, вставив оконные решетки снаружи окна.

Наличие в доме кондиционера - закономерно снижает риск выпадения из окна.

5. Меры безопасности по предупреждению рисков поведения на недостроенных/заброшенных/бесхозных объектах

5.1. Помните:

- недостроенные/заброшенные/бесхозные объекты (здания и стройки) аварийные и травмоопасные! Разрушенные крыши, проваленные полы, торчащие из пола, стен штыри, открытые лестничные пролеты и балконы, строительные конструкции, котлованы могут привести к серьезным травмам или гибели людей.

- ветхие здания и сооружения могут обрушиться в любой момент.

- подвалы заброшенных сооружений могут быть затоплены и там можно утонуть.

- конструкции зданий, где случился пожар, становятся более хрупкими, а значит и более опасными.

- перемещение одного объекта может повлечь за собой цепную реакцию и обрушить большие массы обломков на вас. Ничего не трогайте и не перемещайте обломки.

- недостроенные, заброшенные здания зачастую становятся приютом для бездомных, людей с неадекватным поведением и любителей различных наркотических средств или алкогольных напитков, что может привести к риску стать жертвой таких лиц (нападение, насилие, убийство).

- вы должны уметь сказать «НЕТ!» людям, которые хотят втянуть вас в опасную ситуацию. Например, зовут пойти посмотреть, что происходит в заброшенном здании или на стройке, разжечь костёр, забраться на чердак дома и вылезти на крышу, спуститься в подвал.

5.2. Запрещается:

- наступать на канализационные люки.

- подходить на близкое расстояние к опасному объекту. Существует вероятность обрушения элементов конструкции сооружения.

- подходить к краям опасного объекта. Любое дуновение ветра, смещение камня или кирпича может заставить вас потерять равновесие и упасть.

- фотографироваться на высоте. При фотографировании на высоте высок риск падения.

- выходить на крыши недостроенных/заброшенных/бесхозных объектов.

- проникать в ветхие домовладения, заброшенные дома и старые водонапорные башни, т.к. они представляют серьезную угрозу для жизни и здоровья людей.

- входить в затопленные помещения и проходить рядом с проводами. Сточные коллекторы и подземные реки опасны при вероятности любых осадков. Следует допускать возможность прорыва трубопроводов или аварийных сбросов. Объект может быть под напряжением, даже если кажется, что он абсолютно обесточен.

- пользоваться огнем на заброшенных объектах.

Если вы попали в чрезвычайную ситуацию, и вам нужна помощь - единый номер для вызова всех экстренных служб - 112

Разработал:

Специалист в области охраны труда

Т.В. Гладун