

## **I. ОСНОВНЫЕ ИНСТРУКЦИИ**

### **ИНСТРУКЦИЯ № 1**

#### **«Техника безопасности для обучающихся спортивной школы» (Вводный инструктаж)**

1. Спортивная школа расположена в городе, вблизи школы расположен сложный регулируемый перекресток.
2. По дороге в спортзалы и обратно необходимо:
  - переходить дорогу только в установленных местах;
  - предварительно убедиться, что движущегося транспорта в опасной близости нет; осуществлять движение через перекресток только на зеленый свет.
3. Во время занятий необходимо строго соблюдать инструкции по охране труда и требования тренера-преподавателя.
4. Во избежание травмоопасных ситуаций в ДЮСШ нельзя:
  - бегать и толкаться; прыгать через ступеньки лестницы, кататься на перилах, перешагивать или опасно перегибаться через них; оставлять в коридорах разлитую на полу воду; качаться на трубах парового отопления.
5. В случае любых происшествий и травм необходимо немедленно сообщить об этом ближайшему преподавателю, методисту, завучу, директору спортсооружения.
6. В случае возникновения пожара, короткого замыкания в электросети, засорения канализации или подозрений на них необходимо немедленно сообщить об этом ближайшему работнику ДЮСШ или администратору. При пожаре звонить по телефону 01, вызов милиции 02, вызов скорой помощи 03. Телефон находится у администратора.
7. В случае возникновения чрезвычайной ситуации все сотрудники и обучающиеся должны быть немедленно эвакуированы. Сигнал тревоги подается продолжительной серией коротких звонков. Учащиеся покидают помещение для занятий и организованно выходят из школы вместе с преподавателем в соответствии с планом эвакуации. Во время эвакуации группа должна иметь при себе комплект, включающий ватно-марлевые повязки, бутылку с водой и два флажка для перехода улицы. Переход перекрестка осуществляется только в колонне. В случае поступления сигнала «химическая тревога» движение колонны происходит в направлении, перпендикулярном направлению ветра.
8. При появлении в спортзале посторонних людей, ведущих себя подозрительно или агрессивно, необходимо немедленно сообщить об этом вахтеру или ближайшему тренеру.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 2**

#### **«Правила безопасного поведения на дорогах и в транспорте»**

1. При выходе на улицу посмотри сначала налево, потом направо, чтобы не помешать прохожим.
2. Маршрут в школу выбирай самый безопасный, тот, где надо реже переходить улицу или дорогу.
3. Когда идешь по улицам города, будь осторожен. Не торопись. Иди только по тротуару или обочине. Меньше переходов – меньше опасностей.
5. Иди шагом по правой стороне тротуара или по обочине подальше от края дороги, не выходя на проезжую часть улицы или дороги.
6. Проходя мимо ворот, будь особенно осторожен. Из ворот может выехать автомобиль. Осторожно проходи мимо стоящего автомобиля. Пассажиры могут резко открыть дверь и ударить тебя.
7. Переходи улицу только по пешеходным переходам. Улицу, где нет пешеходного перехода, надо переходить от одного угла тротуара к другому. Так безопасней.
8. Прежде чем переходить улицу, посмотри налево. Если проезжая часть свободна, иди. Дойдя до середины улицы, остановись. Если движение транспорта началось, подождите на «остановке безопасности». Теперь посмотри направо. Если проезжая часть свободна, закончи переход.
9. Если на улице большое движение, попроси взрослого или сотрудника милиции помочь ее перейти.
10. Жди транспорт на посадочной площадке или тротуаре у указателя остановки.
11. В автобус, троллейбус, трамвай входи через задние двери. При посадке в транспорт соблюдай порядок. Не мешай другим пассажирам.
12. Выходи только через передние двери. Заранее готовься к выходу, пройдя вперед. Входя и выходя из транспорта, не спеши и не толкайся.
13. Трамвай обходи спереди. Автобус и троллейбус – сзади. Выходя из автобуса, трамвая нужно по тротуару дойти до пешеходного перехода и только по нему переходить на другую сторону.
14. Находясь в транспорте, не ходи по салону, держись за поручень, не выглядывай из окон, не

высовывай руки, не нажимай без надобности на аварийные кнопки.

15. Не устраивай игр на проезжей части или вблизи дороги. Не катайся на велосипедах, роликовых коньках и т.п. на проезжей части дороги.

16. Не перебегай улицу или дорогу перед близко идущим транспортом и не цепляйся за проходящий мимо транспорт.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 3**

#### **«Правила безопасности при обнаружении неразорвавшихся снарядов, мин, гранат и неизвестных предметов»**

1. Заметив оставленный в транспорте, подъезде дома и т. п. пакет (сумку, коробку и т. п.), ни в коем случае не трогайте его: возможно, в нем находится взрывное устройство. Сообщите о своей находке дежурному сотруднику милиции.

2. Если вы заметили пакет, сумку, коробку в городском транспорте, сообщите об этом водителю.

3. Если вы все-таки оказались невольным свидетелем террористического акта, не теряйте самообладания. Постарайтесь запомнить людей, убежавших с места события, возможно, это и есть преступники.

4. Постарайтесь оказать посильную помощь пострадавшим от взрыва или от выстрелов до прибытия машин скорой помощи. Передайте свои сведения сотрудникам спецслужб, прибывшим на место происшествия.

5. Не играйте с взрывпакетом, если каким-то образом он оказался у вас. Можно получить тяжелые ожоги.

6. Не бросайте в костер патроны. Они могут выстрелить и ранить вас. Опасайтесь взрыва: кислородных баллонов, сосудов под давлением, пустых бочек из-под бензина и растворителей, газо-воздушных смесей

7. Обнаружив подозрительный предмет, похожий на снаряд, мину, гранату не приближайтесь к нему и не бросайте камни. Снаряд может взорваться. Место расположения подозрительного предмета оградите и сообщите о находке в милицию по телефону 02. Сообщите о находке ближайшим людям и дождитесь прибытия милиции.

#### *Запрещается:*

- ✓ Сдвигать с места, бросать, поднимать взрывоопасные предметы;
- ✓ Собирать и хранить боеприпасы. Пытаться их разбирать, нагревать и ударять;
- ✓ Изготавливать из снарядов предметы быта и использовать снаряды для разведения костров, приносить их в помещение;
- ✓ Собирать и сдавать в металлолом боеприпасы.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 5**

#### **«Пожарная безопасность»**

1. Недопустимо без разрешения взрослых включать электроприборы и газовую плиту.

2. Нельзя разводить костры и играть около них. Опасно играть с игрушками и сушить одежду около печи.

3. Если увидел пожар, необходимо сообщить об этом родителям или другим взрослым.

#### **Для старших школьников**

1. Следите, чтобы со спичками не играли маленькие дети, убирайте их в не доступные для малышей места.

2. Не нагревайте незнакомые предметы, упаковки из-под порошков и красок, особенно аэрозольные упаковки.

3. Не оставляйте электронагревательные приборы без присмотра. Запрещайте малышам самостоятельно включать телевизор. Уходя из дома, отключайте электроприборы от сети.

4. Помните, что опасна не только бочка с бензином, но и пустая бочка из-под него или другой легковоспламеняющейся жидкости; зажженная спичка может привести к тяжелым ожогам и травмам.

5. Не разжигайте печь и костер с помощью легковоспламеняющейся жидкости (бензин, солярка).

6. Не оставляйте не затушенных костров.

7. Не поджигайте сами и не позволяйте младшим поджигать тополиный пух и сухую траву.

8. При обнаружении пожара сообщите взрослым и вызовите пожарных.

#### **На территории школы**

1. На территории школы запрещается:

- ✓ разводить костры,
- ✓ зажигать факелы, применять фейерверки и петарды и другие горючие составы;

- ✓ курить в здании школы и на ее территории;
  - ✓ приносить в школу спички, горючие жидкости /бензин и растворители, легко воспламеняющиеся вещества и материалы;
  - ✓ пользоваться в классах и кабинетах осветительными и нагревательными приборами с открытым пламенем и спиралью.
2. Категорически не допускается бросать горящие спички в контейнеры-мусоросборники.
  3. В случаях пожарной опасности производится эвакуация школы, сигналом к которой является длительная серия коротких звонков.

## **ИНСТРУКЦИЯ № 6**

### **«Безопасное поведение учащихся на объектах железнодорожного транспорта»**

Чтобы уменьшить риск стать жертвой железнодорожного транспорта, необходимо соблюдать следующие **правила**:

1. При движении вдоль железнодорожного пути не подходите ближе 3-5м к крайнему рельсу.
2. На электрифицированных участках не поднимайтесь на опоры, а также не прикасайтесь к спускам, идущим от опоры к рельсам, и лежащим на земле электропроводам.
3. Переходите железнодорожные пути только в установленных местах, пользуйтесь при этом пешеходными мостами, тоннелями, переходами, а там, где их нет, - по настилам и в местах, где установлены указатели «Переход через пути».
4. Перед переходом путей по пешеходному настилу необходимо убедиться в отсутствии движущегося подвижного состава. При приближении поезда, локомотива или вагонов остановитесь, пропустите их и, убедившись в отсутствии движущегося подвижного состава по соседним путям, продолжайте переход.
5. При переходе через пути не подлезайте под вагоны и не перелезайте через автосцепки.
6. Подходя к железнодорожному переезду, внимательно следите за световой и звуковой сигнализацией, а также положением шлагбаума. Переходите через пути при открытом шлагбауме, а при его отсутствии - когда нет близко идущего подвижного состава.
7. При ожидании поезда не устраивайте на платформе подвижные игры. Не бегите по платформе рядом с вагоном прибывающего (уходящего) поезда и не стойте ближе 2 м от края платформы во время прохождения поезда без остановки.
8. Подходите непосредственно к вагону после полной остановки поезда. Посадку в вагон и выход из него производите только со стороны перрона или посадочной платформы, будьте внимательны: не оступитесь и не попадите в зазор между посадочной площадкой вагона и платформой.
9. На ходу поезда не открывайте наружные двери тамбуров, не стойте на подножках и переходных площадках, а также не высовывайтесь из окон вагонов. При остановке поезда на перегоне не выходите из вагона.
10. В случае экстренной эвакуации из вагона старайтесь сохранять спокойствие, берите с собой только самое необходимое. Окажите помощь при эвакуации пассажирам с детьми, престарелым и инвалидам. При выходе через боковые двери и аварийные выходы будьте внимательны, чтобы не попасть под встречный поезд.

## **ИНСТРУКЦИЯ №7**

### **«Техника безопасности при перевозке обучающихся автомобильным транспортом»**

#### **1. Общие требования безопасности**

1.1. К перевозке обучающихся, воспитанников автомобильным транспортом допускаются лица в возрасте не моложе 20 лет, прошедшие инструктаж по охране труда, предрейсовый медицинский осмотр, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровью, имеющие непрерывный стаж работы в качестве водителя не менее трех последних лет.

1.2. Обучающихся, воспитанников при перевозке должны сопровождать двое взрослых. При перевозке автомобильным транспортом возможно воздействие на обучающихся, воспитанников следующих опасных факторов:

- травмирование проходящим транспортом при выходе на проезжую часть при посадке или высадке из автобуса; травмы при резком торможении автобуса; в дорожно-транспортных происшествиях при нарушении правил дорожного движения или при эксплуатации технически неисправных транспортных средств.

1.3. Автобус, предназначенный для перевозки обучающихся, воспитанников должен быть оборудован спереди и сзади предупреждающим! знаком «Дети», а также огнетушителем и медицинской аптечкой с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств.

1.4. В случае дорожно-транспортного происшествия с травмированием детей ответственный за перевозку сообщает с ближайшего пункта связи или с помощью проезжающих водителей о происшествии администрации учреждения, в органы ГИБДД и медицинское учреждение.

1.5. При перевозке обучающихся, воспитанников соблюдать установленный порядок перевозки и правила личной гигиены.

1.6. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

## **2. Требования безопасности перед началом перевозки**

2.1. Перевозка обучающихся, воспитанников разрешается только по письменному приказу руководителя учреждения.

2.2. Провести инструктаж обучающихся, воспитанников по правилам поведения во время перевозки с записью в журнале регистрации инструктажа.

2.3. Убедиться в технической исправности автобуса по путевому листку и путем внешнего осмотра.

2.4. Проверить наличие на автобусе спереди и сзади предупреждающего знака «Дети», а также огнетушителя и медаптечки.

2.5. Посадку обучающихся, воспитанников в автобус производить со стороны тротуара или обочины дороги строго по количеству посадочных мест. Стоять в проходах между сидениями не разрешается.

## **3. Требования безопасности во время перевозки**

3.1. При перевозке обучающимся, воспитанникам соблюдать дисциплину и выполнять все указания старших.

3.2. Во время движения не разрешается стоять и ходить по салону автобуса, не высовываться из окна и не выставлять в окно руки.

3.3. Скорость движения автобуса при перевозке обучающихся, воспитанников не должна превышать 60 км/ч.

3.4. Во избежание травм при резком торможении автобуса необходимо упираться ногами в пол кузова автобуса и руками держаться за поручень впереди расположенного сидения.

3.5. Не разрешается перевозить обучающихся, воспитанников в темное время суток, в гололед, в условиях ограниченной видимости.

3.6. Перед неохранным железнодорожным переездом остановить автобус, убедиться в безопасности проезда через железную дорогу и затем продолжить движение.

## **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При появлении неисправности в работе двигателя и систем автобуса, принять вправо, съехать на обочину дороги и остановить автобус. Движение продолжать только после устранения возникшей неисправности.

4.2. При получении обучающимся, воспитанником травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости доставить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

## **5. Требования безопасности по окончании перевозки**

5.1. Съехать на обочину дороги или подъехать к тротуару и остановить автобус. Обучающимся, воспитанникам выходить из автобуса только с разрешения старшего в сторону тротуара или обочины дороги. Запрещается выходить на проезжую часть и перебегать дорогу.

5.2. Проверить по списку наличие обучающихся, воспитанников.

# **ИНСТРУКЦИЯ № 8 «Электробезопасность»**

## **1. Общие требования по технике безопасности**

1.1. К работе с использованием переносного электрического оборудования допускаются лица, не моложе 18 лет, прошедшие: предварительный при поступлении на работу медицинский осмотр; вводный и первичный инструктажи (в частности по электрооборудованию).

1.2. Необходимо помнить, что нельзя:

- прикасаться к клеммам и электропроводам, к арматуре освещения, к розеткам, открывать электрощитки;

- оставлять без присмотра электронагревательные приборы, включенные в электросеть;

- пользоваться электрическим утюгом, плиткой, чайником без специальных несгораемых подставок;

- прикасаться к нагреваемой воде и сосуду (металлическому) при включенном в сети электронагревателе;

- использовать бумагу или ткань в качестве абажура электролампочек.

1.3. Обо всех случаях неисправности розеток, выключателей, отключения света срочно сообщать администрации образовательного учреждения.

## **2. Требования безопасности перед началом работы**

2.1. Перед включением проверьте исправность розетки сети, вилку и сетевой шнур, на отсутствие нарушения изоляции.

2.2. Прежде чем включить аппарат внимательно ознакомьтесь с руководством по эксплуатации, и помните о мерах предосторожности:

- избегайте перегрева, переохлаждения, а также попадания влаги и пыли внутрь аппарата;
- не ставьте тяжелые предметы на корпус;
- не загораживайте вентиляционные отверстия, они необходимы для предотвращения перегрева;
- во избежание несчастных случаев не включайте аппарат при снятом корпусе - это опасно для жизни.

2.3. Осмотрите рабочее место, уберите из-под ног все, что может помешать работе, освободите проходы к нему.

## **3. Требования безопасности во время работы**

3.1. Бережно относиться к электрооборудованию: не бросать его, класть осторожно на сухое и чистое место на виду, не допуская падения, не ударять по техническим средствам твердыми предметами, не допускать попадания аппарата под воздействие влаги.

3.2. При прекращении подачи тока во время работы с электрооборудованием или в перерыве работы, отсоединить его от электросети.

3.3. Лицам, пользующимся электрооборудованием, запрещается разбирать и производить самостоятельно ремонт (самого оборудования, проводов и т. д.), держаться за провод во время работы оборудования.

3.4. При попадании влаги на оборудование немедленно выключить от электросети аппарат, вынув вилку из розетки. Влагу собирайте мягкой салфеткой, затем дайте возможность влаге окончательно высохнуть. Только потом можно включать в сеть.

3.5. Если при работе с аппаратом возникла необходимость замены предохранителя, то необходимо вынуть вилку электрошнура из розетки электросети.

3.6. Нельзя применять самодельные предохранители, это может вывести аппаратуру из строя и привести к пожару.

3.7. Не оставляйте без присмотра работающую аппаратуру.

3.8. В процессе эксплуатации не допускайте возможности повреждения сетевого шнура и нарушения его контактов в вилке.

При появлении признаков ухудшения изоляции (пощипывании при касании к металлическим частям) немедленно отключить от электросети

## **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При возникновении пожара или его признаков необходимо немедленно сообщить в пожарную часть по телефону 01.

4.2. Тушение пожара проводится немедленно с момента его обнаружения. Для тушения использовать огнетушители и оборудование пожарных кранов.

4.3. Горящее электрооборудование, находящееся под напряжением; необходимо тушить углекислотными или порошковыми огнетушителями. **Использовать воду для тушения - запрещается.**

4.4. При обнаружении оборванного электрического провода, свисающего или касающегося пола (земли), не приближаться к нему, немедленно сообщить администрации, оставаться на месте и предупредить других.

4.5. В случае поражения электрическим током необходимо немедленно отключить напряжение, а при невозможности пострадавшего необходимо любым из безопасных способов освободить от действия тока.

4.6. При освобождении пострадавшего от воздействия тока запрещается прикасаться к нему оголенными руками.

4.7. Оказать пострадавшему первую медицинскую помощь.

4.8. О случившемся немедленно сообщить своему непосредственному руководителю.

## **5. Требования безопасности по окончании работы**

5.1. Выключить из сети оборудование.

5.2. Привести в порядок рабочее место.

5.3. Убрать на место средства индивидуальной защиты, тщательно вымыть руки с мылом.

## **ИНСТРУКЦИЯ № 15**

### **«Оказание первой помощи пострадавшему»**

Первая помощь при различных травмах оказывается с использованием перевязочных материалов и лекарственных препаратов, которые находятся в аптечке первой помощи. Аптечки первой помощи находятся: в медкомнате, в тренерской.

### **1. В случае поражения электрическим током необходимо:**

1.1. Освободить пострадавшего от действия тока:

- отключить электроэнергию с помощью рубильника или другого выключателя;
- перерубить или перерезать провода (каждый в отдельности) инструментом с сухой ручкой из изолирующего материала;
- отбросить сухой палкой или доской оборвавшийся конец провода от пострадавшего;
- при невозможности выполнить вышеперечисленные пункты необходимо оттянуть пострадавшего от токоведущей части, взявшись за его одежду, если она сухая и отстает от тела. При этом располагаться надо так, чтобы самому не оказаться под напряжением.

1.2. Вызвать скорую медицинскую помощь и оказать первую медицинскую помощь:

- уложить пострадавшего на подстилку; распуснуть пояс, расстегнуть одежду, создать приток свежего воздуха; дать понюхать нашатырный спирт;
- обрызгать лицо и шею холодной водой;
- растереть грудь и конечности спиртом; при необходимости сделать искусственное дыхание и массаж сердца.

### **2. При отравлении угарным газом необходимо:**

- вынести пострадавшего на свежий воздух; поднести к носу ватку, смоченную нашатырным спиртом; при необходимости применить искусственное дыхание;
- после восстановления дыхания дать валериановых капель.

### **3. При порезах необходимо:**

- тщательно осмотреть рану, очистить ее; промыть рану дезинфицирующим раствором (например, фурацилином); обработать рану йодом;
- наложить повязку, а при сильном кровотечении перевязать жгутом выше места пореза, на рану положить давящую повязку.

### **4. При ушибах:**

- положить на место ушиба холодный компресс; забинтовать ушибленное место.

### **5. При термическом ожоге:**

- смочить обожженное место спиртом или раствором соды;
- наложить марлю, смоченную в растворе марганцовокислого калия; забинтовать.

## **ИНСТРУКЦИЯ № 12**

### **«Обеспечение антитеррористической безопасности»**

1. Обращайте внимание на подозрительных людей, предметы, на любые подозрительные мелочи. Сообщайте обо всем подозрительном сотрудникам правоохранительных органов.

2. Особенно остерегайтесь людей, одетых явно не по сезону (если вы видите летом человека, одетого в плащ или толстую куртку - будьте внимательны - под такой одеждой террористы чаще всего прячут бомбы, лучше всего держаться от него подальше и обратить на него внимание сотрудников правоохранительных органов).

3. Остерегайтесь людей с большими сумками и чемоданами, особенно, если они находятся в месте, не подходящем для такой поклажи.

4. Будьте внимательны, постарайтесь запомнить приметы подозрительных людей, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения и т.д., не пытайтесь их останавливать сами – вы можете стать их первой жертвой.

5. Старайтесь удалиться на максимальное расстояние от тех, кто ведет себя неадекватно, нервозно, испуганно, оглядываясь, проверяя что-то в одежде или в багаже.

6. Если вы не можете удалиться от подозрительного человека, следите за мимикой его лица (специалисты утверждают, что преступник, готовящийся к теракту, обычно выглядит чрезвычайно сосредоточено, губы плотно сжаты, либо медленно двигаются, как будто читая молитву).

7. Никогда не принимайте от незнакомцев пакеты и сумки, не оставляйте свои сумки без присмотра.

8. Ознакомьтесь с планом эвакуации, узнайте, где находятся резервные выходы из здания.

9. Если произошел взрыв, пожар, вы слышите сильный шум и крики – немедленно приступайте к эвакуации. Предупредите об этом соседей, возьмите с собой документы и деньги. Помещение покидайте организованно.

10. Возвращайтесь в покинутое помещение только после разрешения ответственных лиц.

11. Получив сообщение от руководства или правоохранительных органов о начале эвакуации, соблюдайте спокойствие и четко выполняйте их команды.

12. Старайтесь не поддаваться панике, что бы ни произошло.

Действия работников учреждения при угрозах и последствиях террористического акта

**1. Действия при поступлении угрозы по телефону:**

- не оставлять без внимания ни одного подобного звонка; передать полученную информацию в правоохранительные органы;

- запомнить пол, возможный возраст звонившего и особенности его речи: голос - громкий (тихий), высокий (низкий); темп речи - быстрая (медленная); произношение - отчетливое, искаженное, с заиканием, шепелявое, с акцентом или диалектом; манера речи - развязная, с издевкой, с нецензурными выражениями;

- обязательно постараться отметить звуковой фон (шум автомашин или железнодорожного транспорта, звук теле-радиоаппаратуры, голоса и т.п.; отметить характер звонка: городской или междугородный, зафиксировать точное время начала разговора и его продолжительность.

В ходе разговора постараться получить ответ на следующие вопросы:

- куда, кому, по какому телефону звонит этот человек; какие конкретные требования выдвигает; выдвигает требования лично, выступает в роли посредника или представляет какую-то группу лиц; как и когда с ним можно связаться; кому вы можете или должны сообщить об этом звонке.

- постараться добиться от звонящего максимального промежутка времени доведения его требований до должностных лиц или для принятия руководством соответствующего решения; еще в процессе разговора постараться сообщить о звонке руководству. Если этого не удалось сделать, то сообщить немедленно по окончании разговора.

Не распространять сведения о факте разговора и его содержании.

При наличии АОН записать определившийся номер, что позволит избежать его случайную утрату.

При использовании звукозаписывающей аппаратуры сразу после разговора извлечь кассету с записью разговора, принять меры к ее сохранности. Установить на ее место другую кассету.

**2. Действия при поступлении угрозы в письменной форме:**

- принять меры к сохранности и быстрой передаче письма (записки, дискеты и т.д.) в правоохранительные органы; по возможности, письмо (записку, дискету и т.д.) положить в чистый полиэтиленовый пакет; постараться не оставлять на документе отпечатки своих пальцев;

- если документ в конверте, то его вскрытие производится только с левой или правой стороны путем отрезки кромки ножницами;

- сохранить все: сам документ, конверт, упаковку, любые вложения; ничего не выбрасывать; не позволять знакомиться с содержанием письма (записки) посторонним лицам; запомнить обстоятельства получения или обнаружения письма (записки и т.д.);

- на анонимных материалах не делать надписи, подчеркивать, обводить отдельные места в тексте, писать резолюции и указания. Запрещается их сгибать, мять, сшивать, склеивать;

- анонимные материалы направлять в правоохранительные органы с сопроводительным письмом, в котором указать конкретные признаки анонимных материалов (вид, количества, каким способом и на чем исполнены, с каких слов начинается и каким заканчивается текст, наличие подписи и т.д.), а также обстоятельства, связанные с их обнаружением или получением.

**3. Действия при захвате заложников:**

- незамедлительно сообщить в правоохранительные органы о сложившейся ситуации; не вступать в переговоры с террористами по своей инициативе;

- принять меры к беспрепятственному проходу (проезду) на объект сотрудников правоохранительных органов, автомашин скорой медицинской помощи, МЧС России; оказывать помощь сотрудникам МВД, ФСБ в получении интересующей их информации;

- при необходимости, выполнять требования преступников, если это не связано с причинением ущерба жизни и здоровью людей; не противоречить преступникам, не рисковать жизнью окружающих и своей собственной;

- не допускать действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам.

**4. Действия при захвате в заложники:**

- заранее наметьте себе место или укрытие, которое может дать вам определённую защиту при перестрелке во время штурма места содержания заложников;

- не допускайте действия, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам. Переносите лишения, оскорбления и унижения. Не смотрите в глаза

преступникам, не ведите себя вызывающе;

- при необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной; старайтесь не допускать истерик и паники;
- на совершение любых действий (сесть, встать, попить, сходить в туалет) спрашивайте разрешение, если вы ранены, постарайтесь не двигаться, этим вы сократите потерю крови.

#### 5. Действия заложников во время операции спецслужб по их освобождению (штурма):

- внимательно слушайте и выполняйте все указания группы захвата, не проявляйте никакой инициативы. Не пытайтесь разоружить преступников;
- займите положение лежа на полу лицом вниз, закройте голову руками и не двигайтесь до окончания операции. Во время работы группы захвата нельзя бежать, подбегать к освободителям или стоять в то время, когда прозвучала команда всем лечь на пол. Помните, что террористы, как правило, не отличаются от вас одеждой, а нервы у бойцов на пределе. Не вызывайте огонь на себя;
- если вы услышали хлопки разрывающихся свето-шумовых гранат, когда яркий свет бьет в глаза, звук ударяет по ушам или вы почувствовали резкий запах дыма, необходимо просто упасть на пол, закрыть глаза, ни в коем случае их не тереть, закрыть голову руками и ждать пока сотрудники специальных подразделений не выведут вас из здания;
- не покидайте то помещение (транспортное средство), где вас держали в заложниках до наступления приказа со стороны спецслужб, не суетитесь, при освобождении выходите как можно скорее, не тратьте время для поиска вещей - помещение (транспортное средство) ещё может взорваться или загореться;
- вам надо обязательно объявиться. Связаться с сотрудниками специальных служб, которые проводили операцию по освобождению. Они помогут вам передать имеющуюся у вас информацию по назначению и в дальнейшей пройти курс медицинской реабилитации. Люди, бывшие в заложниках, испытывают последствия посттравматического синдрома. Помощь специалистов для таких людей просто необходима.

#### 6. Действия в случае обнаружения взрывных устройств или подозрительных предметов:

- незамедлительно сообщить о случившемся в правоохранительные органы или органы МЧС по телефону;
- не трогать, не вскрывать и не перемещать находку. Запомнить время ее обнаружения. Помните - внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств могут использовать обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т.д.;
- не предпринимать самостоятельно никаких действий с предметами, подозрительными на взрывное устройство - это может привести к их взрыву, многочисленным жертвам и разрушениям;
- не подходить к взрывным устройствам и подозрительным предметам. Должностным лицам по возможности организовать их оцепление;
- возможными признаками подозрительных предметов, указывающие на возможность установки взрывного устройства может являться:

- наличие натянутой проволоки или шнура;
- остатки изолянтов, проводов, шнуров и других материалов и предметов, нетипичных для данного предмета или места; провода или изолянта, свисающие из-под машины; наличие радиоприемных антенн на таких предметах, где они явно не уместны;
- звуки работы часового механизма (тиканье) в таких местах, где часов быть не должно. Следует помнить, что вышеперечисленные признаки могут быть не заметны (скрыты под внешней поверхностью).

Наиболее опасными для обезвреживания являются самодельные взрывные устройства. Следует также учитывать, что злоумышленники весьма изощренно камуфлируют СВУ. В качестве камуфляжа могут использоваться различные предметы бытового назначения, не вызывающие никакого подозрения, например, жестяные банки и картонные пакеты от напитков или пачки от сигарет, коробки от видеокассет и т.п.

#### 7. Действия при взрыве в помещении:

- при взрыве обязательно надо упасть на пол. Если в здании или в помещении произошел взрыв, главное - сохраняйте спокойствие. Будьте уверены, что сможете выбраться;
- после того, как произошел взрыв, надо по возможности скорее покинуть это здание или помещение. Ни в коем случае не задерживаться для того, чтобы собрать свои вещи или для того, чтобы позвонить;
- если вокруг вас падают вещи, мебель, обломки, надо срочно спрятаться под столом, пока не прекратится падение вещей, затем как можно быстрее покинуть помещение, здание. Ни в коем случае не пользоваться лифтом!

#### 8. Действия в случае возникновения пожара после взрыва:

- обмотать лицо влажными тряпками или одеждой, чтобы дышать через них;
- пригнуться как можно ниже или даже ползти, при этом стараться выбраться из помещения, здания как можно быстрее;
- если в здании пожар, а перед вами закрытая дверь, прежде чем открыть ее, надо потрогать ручку



тыльной стороной ладони. Если ручка не горячая - медленно открыть дверь и проверить, есть ли в соседнем помещении дым или огонь, и не мешает ли вам что-либо выбраться;

в случае, если в соседней комнате нет серьезной задымленности или огня, надо выбираться, низко пригибаясь к полу;

если дым и огонь не дают возможности пройти, следует закрыть дверь и искать другой выход из здания.

Если ручка двери или сама дверь горячая - не следует ее открывать;

в крайнем случае, самостоятельно выбираясь из здания можно воспользоваться окнами, но только, если они находятся на небольшой высоте;

если невозможно самостоятельно выбраться из здания, необходимо любым возможным способом подать сигнал спасателям, что требуется помощь. Для этого можно размахивать из окна каким-либо предметом или одеждой, кричать, стучать, пользоваться мобильной и телефонной связью или другими способами.

#### 9. Действия, если самостоятельно нельзя выбраться из помещения:

постараться укрыться в том месте, где стены помещения могут быть более надежны;

не прятаться вблизи окон или других стеклянных предметов - вас может ранить осколками;

если получены травмы, надо постараться оказать себе посильную помощь, устроиться удобней, убрать подальше от себя острые, твердые и колющие предметы, успокоиться; если тяжелым предметом или строительными конструкциями придавило руку, ногу или другую часть тела - надо по возможности пытаться ее массировать для поддержания циркуляции крови; по возможности укрепить завал, постараться установить подпорки под конструкцию над собой; при наличии возможности - найти и надеть теплые вещи.

#### 10. Действия под обломками

даже если после взрыва помещение видимо не пострадало, не надо забираться в пространства (пустоты) между шкапами, плитами, столами и приборами. При остаточном обрушении их может завалить, и люди могут оказаться в собственной ловушке;

при наличии возможности отключить свет, газ, воду;

воздержаться на некоторое время от выхода из помещения - вероятность последующих обрушений может быть достаточно велика;

при взрывах и авариях средней тяжести в домах самым безопасными местами считаются проемы дверей в капитальных стенах или, наконец, места под большими письменными столами. Больше всего людей гибнет возле труб, лифтов, электроприборов;

при взрывах, пожарах и разрушениях нельзя спасать вещи до того момента пока не будут спасены люди!

#### 11. Действия под завалами

не падать духом, успокоиться, дышать глубоко и ровно, настроиться на то, что вас спасут;

не зажигать зажигалки - тем самым будет сберегаться кислород, и исключается возможность спровоцировать взрыв газа;

голосом или стуком надо привлекать внимание людей. Находясь глубоко под обломками здания, надо по возможности перемещать влево - вправо любой металлический предмет (кольцо, ключи и т.п.) для обнаружения вас с помощью эхолокатора. По возможности делать это при остановке работы спасательного оборудования во время «минуты тишины». Не стесняться звать на помощь;

если пространство рядом относительно свободно, постарайтесь осторожно не вызывая нового обвала продвигаться, ориентироваться по движению воздуха, поступающего снаружи;

если есть возможность, с помощью подручных предметов (доски, кирпичи и т.п.), укрепите потолок от обрушения и ждите помощи;

при сильной жажде положите в рот небольшой камешек и сосите его, дыша через нос.

разбор завалов спасателями ведется сверху вниз, а не с боков для исключения новых обрушений строительных конструкций;

при обнаружении места нахождения пострадавшего, первое, что сделают спасатели, это просунут шланг или трубку для обеспечения подачи воздуха;

при установлении контакта со спасателями, надо сообщить им свое имя (по возможности фамилию), описать ваши повреждения, состояние завала вокруг вас, место, где вы находились в здании при обвале;

обо всех ваших дальнейших инициативах консультируйтесь со спасателями, старайтесь говорить с людьми на поверхности.

#### 12. Действия при возникновении паники в толпе:

выбрать наиболее безопасное место. Оно должно быть как можно дальше от середины толпы, трибун, мусорных контейнеров, ящиков, оставленных пакетов и сумок, стеклянных витрин, заборов и оград;

ни в коем случае не идти навстречу (против) толпы. Если толпа все же увлекла, постараться избежать ее центра и краев, имеющих опасные соседства с стеклянными витринами, решетками заборов, парапетами набережных и мостов. Уклоняться от всего неподвижного на пути - столбов, тумб, стен, деревьев, иначе могут раздавить. Не хвататься за деревья, столбы, ограду;

обязательно снять с себя галстук, шарф, отбросить от себя сумку, зонтик и т.д.; если что-то упало, ни в коем случае не пытайтесь поднять;

при давке надо освободить руки от всех предметов, согнуть их в локтях, застегнуть одежду на все пуговицы. Не цепляться ни за что руками - их могут сломать; стараться всеми силами удержаться на ногах; в случае падения необходимо свернуться клубком на боку, резко подтянуть ноги, и постараться подняться по ходу движения толпы; не привлекайте к себе внимание провокационными высказываниями и выкрикиванием лозунгов; не приближайтесь к агрессивно настроенным лицам и группам лиц; не вмешивайтесь в происходящие стычки, по возможности постарайтесь как можно скорее покинуть толпу.

**13. Действия при применении террористами огнестрельного оружия на улице:**

сразу же лечь и осмотреться, выбрать ближайшее укрытие и пробраться к нему, не поднимаясь в полный рост. Укрытием могут служить выступы зданий, памятники, чугунное основание фонарного столба, бетонные столбы, даже бетонные урны, бордюры, канавы и т.д. Прячась за автомобилем, надо учитывать, что в баке есть горючее, которое может вспыхнуть от трассирующей пули;

не ложиться рядом со стеклянными витринами. Ранение можно получить уже не от пули, а от осколков; при первой возможности спрячьтесь в подьезде, в подземном переходе и дождитесь окончания перестрелки; во время перестрелки к подземному переходу и по его ступеням следует пробираться ползком;

при передвижении нужно учитывать опасность вызвать огонь на себя. Особенно опасно открыто бежать, так как стреляющие могут принять вас за противника; по возможности принять меры для спасения людей оказавшихся в перестрелке и особенно надо позаботиться о маленьких детях;

при первой возможности сообщить о происходящем в полицию или МЧС.

**14. Действия при применении террористами огнестрельного оружия в закрытом помещении:**

постарайтесь укрыться в комнате без окон, т.к. находиться в помещении с окнами опасно из-за возможного рикошета пули, влетевшей в окно, от бетонных стен или потолка; лечь на пол, прикрыв голову руками;

постарайтесь спрятаться за крепкими предметами - опрокинутым столом, тумбой и другими предметами в комнате; не высовывайтесь до окончания применения огнестрельного оружия;

не спешите высовываться после окончания перестрелки, это может оказаться пауза, после которой стрельба возобновится. Ожидайте команды об окончании перестрелки и возможности покинуть укрытие.

**15. Действия по возможной передаче подозрительных предметов:**

никогда не принимайте от незнакомых лиц пакеты и сумки, не оставляйте свой багаж без присмотра; не соглашайтесь на предложение неизвестных лиц выполнить за вознаграждение малозначимую работу (например, перенос пакета, передача посылки);

не перевозите сами и не передавайте другим чужие вещи для перевозки железнодорожным, автомобильным и другими видами транспорта;

не пропускайте в учреждения посторонних и подозрительных лиц, пользующихся любым надуманным предлогом для прохода и внесения в него каких либо сторонних предметов. Будьте внимательны к действиям лиц, выведывающих сведения о режиме работы и порядке доступа на объект.

Необходимо постоянно проводить разъяснительную работу с посетителями, направленную на повышение организованности и бдительности, готовности к действиям в чрезвычайных ситуациях, укрепления взаимодействия с правоохранительными органами.

Лица, прибывающие к директору учреждения (руководителю структурного подразделения (клуба, ДК)), пропускаются в установленные дни и часы, к другим должностным лицам по предварительной договоренности, к руководителям кружков по спискам участников клубных формирований.

Входные двери, где нет постоянной охраны, запасные выходы должны быть закрыты.

Работники охраны обязаны в вечернее и ночное время обходить здание с внешней стороны и проверять целостность стекол на окнах, решетки, входные двери, о чем делать запись в журнале.

Дежурные работники (администраторы, вахтеры или иные ответственные лица), в помещениях учреждения, где нет постов охраны, обязаны в утреннее и вечернее (и с другой периодичностью) время обходить здание с внешней стороны и проверять целостность стекол на окнах, решетки, входные двери, о чем делать запись в журнале.

При вынужденной эвакуации из помещения (здания) руководители кружков (администраторы и (или) иные работники учреждения) обязаны в безопасном месте проверить по списку наличие посетителей, находившихся в помещении (здании) и принять меры по розыску отсутствующих.

Иметь исправные, заряженные огнетушители в наиболее опасных местах (по схеме эвакуации) и обязательно у работников охраны (администраторов, вахтеров).

При обнаружении подозрительных пакетов, коробок, взрывчатых и радиоактивных веществ не подходить к ним, не трогать (только оградить их) и немедленно сообщить в соответствующие органы.

Не допускать стоянки постороннего транспорта у (возле) помещения (здания) учреждения. Обо всех случаях стоянки бесхозного транспорта сообщать в правоохранительные органы.

При появлении у (возле) помещения (здания) и нахождении длительное время посторонних лиц, сообщить в правоохранительные органы и усилить пропускной режим.

В порядке предупредительных мер необходимо постоянно выполнять следующее:

- осуществлять ежедневные обходы помещений и осмотр мест возможной закладки взрывных устройств: наземные устройства энергетических сетей, пути следования основного людского потока и традиционные места группового сосредоточения; периодически проводить комиссионные проверки складских, технических и подсобных помещений;
- организовывать и проводить совместно с сотрудниками правоохранительных органов инструктажи и практические занятия по действиям в чрезвычайных ситуациях, связанных с проявлениями терроризма;
- при обнаружении подозрительного предмета, незамедлительно сообщать о случившемся в правоохранительные органы по телефонам территориальных подразделений ФСБ и МВД России.

**Помните:**

**Ваша внимательность к происходящему на территории учреждения, бдительность и оперативность - главные гарантии предупреждения чрезвычайных ситуаций!**