



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Департамент освіти і науки Житомирської обласної державної адміністрації

Звягельський ліцей з посиленою військово-фізичною

підготовкою Житомирської обласної ради

вул. Шевченка, 72, м. Звягель, Житомирська область, 11700

Телефони: код (04141) 3-50-19, 3-50-22, 3-50-23, факс 3-50-19, 3-50-22;

електронна адреса: licey_pvfp_nv@ukr.net, код ЄДРПОУ 13553798



ЗАТВЕРДЖУЮ:

В.о. начальника

Звягельського ліцею з ПВФП

В.Л.Онищук

Наказ № 1 від 09.01.2023 р.

Інструкція № 105

З ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ ДЛЯ ЛІЦЕЇСТІВ В МІСЦЯХ З ВЕЛИКИМ СКУПЧЕННЯМ ЛЮДЕЙ

Не приєднуйтеся до натовпу, як би не хотілось подивитися на події, що відбуваються.

Якщо опинилися в натовпі, дозвольте йому нести Вас, але спробуйте вибратися з його.

Глибоко вдихніть і розведіть зігнуті в ліктях руки трохи в сторони, щоб грудна клітка не була здавлена.

Прагніть опинитися подалі від високих і крупних людей, людей з громіздкими предметами і великими сумками.

Будь-якими способами прагніть утриматися на ногах.

Не тримаєте руки в кишенях.

Рухаючись, піднімайте ноги якомога вище, ставте ногу на повну стопу, не дрібочіть, не піднімайтеся на ципокчи.

Якщо тиснява прийняла загрозливий характер, негайно, не роздумуючи, звільніться від будь-якої ноші, перш за все від сумки на довгому ремені і шарфа.

Якщо щось упустили, у жодному випадку не нахиляйтеся, щоб підняти.

Якщо Ви впали, постарайтеся щонайшвидше звестися на ноги. При цьому не спирайтеся на руки (їх віддавлять або зламують). Прагніть хоч на мить встати на підшви або на шкарпетки. Знайшовши опору, «випірняйте», різко відштовхнувшись від землі ногами.

Якщо встати не вдається, згорніться клубком, захистите голову предпліччями, а долонями прикривайте потилицю.

Потрапивши в переповнене людьми приміщення, заздалегідь визначить, які місця при виникненні екстремальної ситуації найбільш небезпечні (проходи між секторами на стадіоні, скляні двері і перегородки в концертних залах і тому подібне), звернете увагу на запасні і аварійні виходи, в думках пройдіть шлях до них.

Найлегше сховатися від натовпу в кутах залу або поблизу стін, але складніше звідти добиратися до виходу.

При виникненні паніки прагніть зберегти спокій і здатність тверезо оцінювати ситуацію.

Під час масових безладів постарайтеся не потрапити в натовп, як учасників, так і глядачів. Ви можете потрапити під дію бійців спецпідрозділів.

Розробив:

Інженер з ОП



Б.В.Онищук