Утверждаю.

Директор школы:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.С.Харламова

**ИНСТРУКЦИЯ №44**

**Тема: Безопасное поведение при чрезвычайных погодных условиях (гроза, буря, ураган, землетрясение и т.д.).**

**ПОВЕДЕНИЕ ПРИ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИИ**

\* Признаки приближающегося землетрясения: покачивание здания, раскачивание све­тильников, звон стекла и посуды, звук бьющегося стекла, нарастающий гул. При по­явлении этих признаков постарайтесь незамедлительно покинуть здание, быстро вывести из него всех людей или занять безопасное место в комнате. Для проведения реальных практических действий по спасению при землетрясении у людей есть не более 15-20 секунд.

\* Несмотря на внезапность возникновения стихийного бедствия, следует сохранять спо­койствие, самообладание, действовать надо быстро, уверенно, безопасно. Все долж­но быть направлено на спасение собственной жизни и оказание помощи пострадавшим. Самым безопасным местом во время землетрясения является улица (площадь) вда­леке от строений. Если землетрясение застало вас в машине, следует остановить ее вдалеке от строений и высоких деревьев, дождаться окончания подземных толчков, не выходя из салона автомобиля. Дальнейшие действия должны быть направлены на оказание помощи пострадавшим.

\* Покидать здание нужно после окончания первого толчка быстро и самым коротким путем. Этот путь надо знать и уметь его отыскать даже в условиях ограниченной ви­димости. Тому, кто не может передвигаться самостоятельно, надо оказать помощь и вывести, вынести в безопасное место.

\* Нельзя тратить время на сборы, с собой следует взять только необходимые вещи, документы, деньги.

\* Передвигаться можно по уцелевшим лестничным маршам, а при их отсутствии можно воспользоваться запасными выходами или пожарными лестницами. В процессе передвижения необходимо постоянно контролировать состояние конструкций, избегать травмирования падающими предметами.

\* Если в доме заклинило дверь, ёе надо взломать.

\* Пользоваться лифтом во время землетрясения нельзя.

\* При отсутствии возможности покинуть здание обычным путем можно использовать для этих целей веревки, связанные простыни. Их следует надежно закрепить к батарее отопления, тяжелым предметам и спуститься по ним через окно. Этот способ может быть использован для эвакуации детей и пострадавших.

\* Прыгать на землю с верхних этажей здания чрезвычайно опасно. Этим способом можно воспользоваться при наличии на земле специальных надувных подушек или ловителей, установленных спасателями.

\* Подниматься на крышу здания, скапливаться на лестничных клетках и на лестницах во время землетрясения нельзя.

\* Покидая квартиру, дом следует отключить все электрические и газовые приборы. Тратить время на установку сигнализации, замыкание дверей нецелесообразно.

\* Одноэтажное здание или помещение первого этажа можно покинуть через окно, при этом необходимо избежать травмирования оконным стеклом.

\* Самым безопасным место в квартире, доме являются углы капитальных стен, проемы в этих стенах, пространство под несущими конструкциями. Занимать безопасные места нужно быстро, взяв с собой запас воды, продукты, медикаменты. Оптимальными позами являются: присев на корточки, туловище наклонено вперед, голова и лицо закрыты руками; стоя лицом к несущей стене; лежа на животе вдоль несущей конструкции.

\* Во время землетрясения все жильца квартиры должны быстро собраться в безопасном месте, плотно прижаться друг к другу, разместить детей в центре группы.

\* Над кроватью и рядом с ней нельзя устанавливать тяжелые предметы, которые могут упасть и травмировать человека.

\* В доме необходимо иметь резервный источник света: спички, свеча, лампа, фонарик, знать место его нахождения, уметь им пользоваться.

\* Желательно иметь в доме запас продуктов длительного хранения.

\* Аптечка первой медицинской помощи должна быть в каждом доме, квартире.

\* Необходимо иметь исправный радиоприемник с автономным питанием для прослушивания экстренных радиосообщений.

\* В доме всегда должен быть резервный запас питьевой воды в плотно закрывающейся ёмкости.

\* В доме, квартире не рекомендуется хранить легковоспламеняющиеся, отравляющие, взрывоопасные вещества, емкости с большим количеством горячей воды.

\* Во время землетрясения тяжелые вещи начинают «гулять» по комнате, падать. Для предотвращения травм следует надежно крепить их к стенам.

\* В частично разрушенных зданиях, при отсутствии возможности самостоятельно эвакуироваться необходимо дождаться помощи. Для ускорения и облегчения процесса поиска необходимо подавать сигналы голосом, размахивать тканью или рукой. В темное время суток можно воспользоваться светом фонарика, свечи, спички.

\* Подходить к краю частично разрушенного строения нельзя по причине возможного внезапного обрушения конструкции.

\* В случае возникновения пожара необходимо принять меры к его ликвидации.

\* В случае повреждения газопровода и образования взрывоопасной смеси в помещении его следует проветрить и исключить возможность использования открытого огня до момента ликвидации опасности.

\* Если толчки землетрясения застали вас на улице, немедленно отойдите на безопасное расстояние от строений, заборов, столбов. Во время землетрясения происходит обрушение зданий и сооружений, при этом реальную угрозу для человека представляют падающие стены, перекрытия, конструкции, разлетающиеся кирпичи, стекла, падающие балконы, карнизы, кровля, рекламные щиты, вывески.

**ПОВЕДЕНИЕ ВО ВРЕМЯ СИЛЬНОГО ВЕТРА**

\* Оставаться в доме, укрытии. Следить за состоянием отопительной и осветительной систем, в случае отключения освещения или подачи газа необходимо выключить все газовые и электрические приборы.

\* Располагаться в зоне «ветровой тени».

\* Дополнительно закрепить временное жилье: палатку, шалаш, навес.

\* Внимательно наблюдать за окружающей обстановкой.

\* Держаться подальше от строений, деревьев, высотных объектов.

\* Использовать ветрозащитную одежду.

\* Не располагаться во время сильного ветра у окна, поскольку стекло может разбиться и травмировать человека.

**ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ВО ВРЕМЯ АТМОСФЕРНЫХ ОСАДКОВ**

**(дождь, град)**

**Дождь**

\* По возможности оставаться дома или в укрытии.

\* Использовать средства индивидуальной защиты: зонт, плащ, сапоги.

\* В случае намокания одежды и обуви незамедлительно сменить их и согреться.

\* Предпринять меры по предупреждению намокания запасов продуктов питания, медикаментов, одежды, обуви, кормов для животных и птицы.

\* Обеспечить безопасность домашних животных.

\* Постоянно слушать сообщения служб ГО ЧС и выполнять их рекомендации.

\* Перед выходом в поход или на природу узнайте прогноз погоды на ближайшие дни; если синоптики обещают проливные дожди, поход лучше перенести на более поздний срок или вообще отменить.

\* Если вы попали в ливень, постарайтесь быстро разбить лагерь в безопасном месте, надежно закрепите палатки, накройте их непромокаемой тканью, обустройте водосточные канавки вокруг палаток.

\* Для предотвращения намокания продуктов питания, медикаментов, документов, сменной одежды и обуви, спичек используйте влагонепроницаемые мешки.

\* Во время ливня оставайтесь в палатке, выходите на дождь только в случае крайней необходимости, используйте при этом средства индивидуальной защиты.

\* При разведении костра используйте специальный навес.

\* В дождливую погоду не разбивайте лагерь в русле или на берегу горной реки.

\* Мокрую одежду и обувь снимите и высушите, наденьте сухие вещи.

\* После прекращения дождя оцените реальную обстановку и с учетом конкретной ситуации определите план дальнейших действий.

**Град**

\* Защита от града в надежном укрытии: дом, квартира, навес, пещера, автомобиль.

\* Укрытие животных и птиц в специальных помещениях.

\* Укрытие легковых автомобилей в гараже или под кроной деревьев.

**ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ГРОЗЕ**

\* Для уменьшения вероятности поражения молнией тело человека должно иметь как можно меньший контакт с землей. Наиболее безопасной позой считается следую­щая: присесть, ступни поставить вместе, опустить голову и грудь на колени и пред­плечья, руками обхватить колени.

\* Можно сесть или встать на изоляционный материал: бревно, доску, камень, палат­ку, спальный мешок, веревку, рюкзак.

\* Не располагайтесь во время грозы рядом с железнодорожным полотном, у водоема, у высотного объекта без молниеотвода.

\* Не касайтесь головой, спиной или другими частями тела поверхности скал, стволов деревьев, металлических конструкций.

\* В зоне относительной безопасности займите сухое место на расстоянии 1,5 - 2 метра от высоких объектов: дерево, скала, опора ЛЭП.

\* Не находитесь рядом с включенными электроприборами, проводкой, металличес­кими предметами, не касайтесь их руками, не располагайтесь вблизи молниезащитного заземления.

\* Обойдите участок земли, куда попала молния, или переждите несколько минут, ког­да электричество рассеется.

\* Во время грозы постарайтесь сохранить одежду и тело сухим.

\* Незамедлительно вызовите пожарных и спасателей в случае возникновения пожа­ра от удара молнии, постарайтесь ликвидировать его своими силами.

\* Окажите помощь пострадавшим.