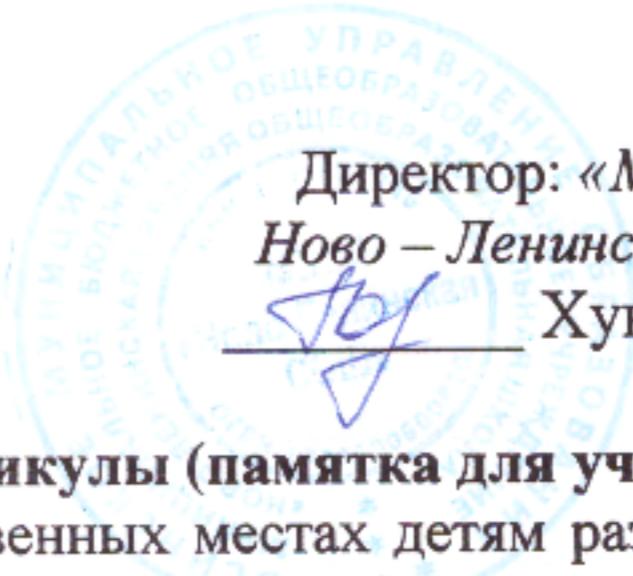




Председатель профкома:
Спасов С.А.
«2021» г.



Директор: «МБОУ
Ново – Ленинская СОШ»
Хунданов А.П.

Инструктаж № 7 на осенние каникулы (памятка для учащихся).

1. На период ограничительных мер в общественных местах детям разрешено находиться только в сопровождении взрослых.
2. Будь внимательным и осторожным на проезжей части дороги, соблюдай правила дорожного движения.
3. При использовании велосипедов соблюдай правила дорожного движения. Кататься на велосипеде можно только во дворе, на спортивной площадке или в парке - только там ты будешь в безопасности.
4. При использовании роликовых коньков, скейтов помни, что проезжая часть не предназначена для их использования, катайся на специально отведённых местах.
5. Не разговаривай с посторонними (незнакомыми) людьми. Не открывай дверь незнакомым людям, когда остаешься дома один.
6. Не приводи в дом новых друзей или знакомых без разрешения родителей и в их отсутствие.
7. Не играй на свалках, стройплощадках и в заброшенных зданиях, рядом с железной дорогой и автомагистралью.
8. Всегда сообщай родителям, куда идёшь гулять.
9. Без сопровождения взрослых и разрешения родителей не ходи к водоёмам (рекам, озёрам, водохранилищам) и в лес, не уезжай в другой населённый пункт.
10. Не дразни и не гладь беспризорных животных
11. Находясь дома, соблюдай правила пожарной безопасности и правила техники безопасности в быту.
12. Находясь вблизи водоёмов, не входи в воду, не ходи по краю берега.
13. Не подходи, не трогай руками подозрительные предметы. В случае обнаружения сообщи взрослым, в полицию
14. Не используй незнакомые сайты. Никогда не посыпай никому свой пароль, личные данные и др. информацию. Не выставляй в социальных сетях фото на фоне дома или квартиры.
15. В плане укрепления здоровья и профилактики гриппа, ОРВИ, в целях предотвращения распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19): - не посещай места скопления людей без сопровождения родителей, используй средства индивидуальной защиты маски, перчатки
16. Не разрешается пребывание детей на улице после 22.00 часов без сопровождения взрослых.

Инструктаж по предупреждению коронавирусной инфекции (COVID-19) на осенних каникулах с обучающимися

1. В связи с распространением новой коронавирусной инфекции (COVID-19)" запрещено несовершеннолетним без сопровождения родителей или лиц, их заменяющих, посещать торгово-развлекательные центры;
2. Используйте одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя ее каждые 2-3 часа.
3. Используйте перчатки в общественных местах.
4. Избегайте близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).
5. Мойте руки с мылом и водой тщательно после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми.
6. Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.
7. Ограничьте при приветствии тесные объятия и рукопожатия.
8. Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка).
9. Перед выходом из дома проверь наличие антисептических салфеток.
Антисептические салфетки используй для обработки рук по мере необходимости (после того как высморкал нос, покашлял или чихнул).
10. Обрати особое внимание на подбор одежды.

Помни про значимость комфортного теплоощущения, не перегревайся и не переохлаждайся.

11. Ежедневно измеряй температуру тела.
12. Учись правильно прикрывать нос при чихании.

При чихании, кашле прикрывай нос и рот одноразовыми салфетками или локтевым сгибом руки.

Береги здоровье окружающих людей.

13. Регулярно проветривай помещения.

Помни, что недостаток кислорода во вдыхаемом воздухе ухудшает самочувствие и снижает устойчивость организма к вирусам и бактериям.

14. Питайся правильно.

Помни, что горячее и здоровое питание – залог хорошего самочувствия, гармоничного роста и развития, стойкого иммунитета и отличного настроения.

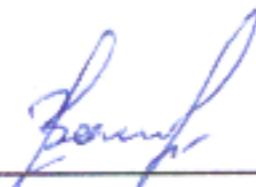
Перед едой не забывай мыть руки.

Съедай все, не оставляй в тарелке столь нужные для организма витамины и микроэлементы.

- 15.Правильно и регулярно мой руки.

Руки намыливай и мой под теплой проточной водой - ладони, пальцы, межпальцевые промежутки, тыльные поверхности кистей. Ополаскивай руки. Суммарно время мытья рук должно составлять не менее 30 секунд.

Руки мой после каждого посещения туалета, перед и после еды, после прогулки.

Специалист по ТБ /В.П. Иванов/