

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЧЕРВОНОГРАДСЬКИЙ ГІРНИЧО-ЕКОНОМІЧНИЙ  
ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ**

**Інструкція  
з безпеки життєдіяльності № 4 БЖД  
під час дистанційного навчання студентів  
в умовах карантину**

**ЧЕРВОНОГРАД 2021р.**

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**ЧЕРВОНОГРАДСЬКИЙ ГІРНИЧО-ЕКОНОМІЧНИЙ**  
**ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ**

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Директор Червоноградського  
гірничо – економічного  
фахового коледжу

*Л.М.Сольвар*

Наказ від 24.05.2021р. № 66

**ІНСТРУКЦІЯ**  
**З БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ № 4 БЖД**  
**ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ**  
**В УМОВАХ КАРАНТИНУ**

**1. Загальні положення**

Інструкцію розроблено відповідно до «Положення про організацію роботи з охорони праці учасників навчально-виховного процесу в установах і навчальних закладах», затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 01.08.2001р. № 563, постанови Кабінету Міністрів України від 11.03.2020 № 211 «Про запобігання поширенню на території України коронавірусу COVID-19», листа Міністерства освіти і науки України від 11.03.2020 №1/9-154, класифікаційних ознак надзвичайних ситуацій, затверджених наказом МВС України від 06.08.2018 №658, з урахуванням пункту 7 Порядку класифікації надзвичайних ситуацій техногенного та природного характеру за їх рівнями, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 24.03.2004 № 368, Державного класифікатора надзвичайних ситуацій (ДК 019:2010), затвердженого наказом Держстандарту України від 09.10.2010 №417, «Правил дорожнього руху України», затверджених постановою Кабінету Міністрів України від 10.10.2001 № 1306, «Правил пожежної безпеки для навчальних закладів та установ системи освіти України», затверджених наказом Міністерства освіти і науки України від 15.08.2016 №974, рекомендацій Міністерства охорони здоров'я України.

1.2 Дана інструкція поширюється на усіх студентів Червоноградського гірничо – економічного фахового коледжу, її виконання є обов'язковим.

**2. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів під час карантину (дистанційного навчання)**

- 2.1. Коронавіруси – це велика родина респіраторних вірусів, що можуть спричинити захворювання: від звичайної застуди до тяжкого гострого респіраторного синдрому.
- 2.2. Основними клінічними ознаками та симптомами коронавірусу є підвищення температури тіла та утруднене дихання.
- 2.3. У разі появи симптомів, що свідчать про гострі респіраторні захворювання під час подорожі або після неї, мандрівникам рекомендується звернутися до лікаря та надати відомості про історію подорожей.
- 2.4. У закладах торгівлі застосовувати маски чи респіратори та захисні рукавички, дотримуватися дистанції щонайменше 1 м.
- 2.5. Студентам потрібно пам'ятати, що небезпечний чинник на час карантину – коронавірус SARS-CoV-2. Він передається переважно контактним шляхом – потрапляє

на слизові оболонки носа, очей та рота через руки чи інші предмети. У повітрі вірус може жити до 3 годин, на резинових рукавичках та алюмінієвій поверхні – до 8 годин, на сталевій – до 48 годин, дерев'яній і скляній – до 4 діб, паперовій і пластиковій поверхнях – до 5 діб.

2.6. Уникати контакту з особами, які мають симптоми респіраторного захворювання.

2.7. Повернувшись додому, продезінфікувати мобільні засоби зв'язку, вимити руки з милом протягом не менше ніж 20 с або обробити їх антисептиком.

2.8. Під час карантину, перебуваючи вдома:

- часто мийте руки або обробляйте дезінфікуючими засобами;
- під час кашлю та чхання прикривайте рот і ніс паперовою хустинкою. Використану хустинку варто негайно викинути та помити руки;
- уникайте тісного контакту з усіма, хто має підвищену температуру та кашель;
- не споживайте сирих чи недостатньо термічно оброблених продуктів тваринного походження. Із сирих м'ясом, молоком тощо слід поводитися обережно;
- категорично уникайте будь-яких контактів з тваринами (бродячими котами та собаками, гризунами).

2.9. Уникайте скупчення людей

2.10. Дотримуйтесь дистанції у громадських місцях: тримайтеся від людей на відстані мінімум одного метра (приблизно три кроки).

2.11. У разі виявлення симптомів захворювання інфекцією, спричиненою коронавірусом COVID-19, необхідно своєчасно звернутися до сімейного лікаря.

2.12. Перебуваючи у місцях масового скупчення людей обов'язково одягайте захисну маску.

2.13. Карантин передбачає заборону студентам відвідувати коледж та обмежує їх перебування в громадських місцях (магазинах, розважальних клубах, барах, ресторанах, на вулиці...)

### **3. Вимоги безпеки життєдіяльності студентів під час дистанційного навчання в умовах карантину**

3.1 Під час карантину, перебуваючи на вулиці й ставши учасником дорожньо-транспортного руху, потрібно чітко виконувати правила дорожнього руху:

- рухатися по тротуарах і пішохідних доріжках, притримуючись правого боку, обережно по слизькій дорозі, особливо під час ожеледиці. Взуття має бути зручним, підбори – низькими;
- за межами населених пунктів, рухаючись узбіччям чи краєм проїжджої частини, йти назустріч руху транспортних засобів;
- переходити проїжджу частину тільки по пішохідних переходах, зокрема підземних і наземних, а за їх відсутності – на перехрестях по лініях тротуарів або узбіч;
- у місцях із регульованим рухом керуватися тільки сигналами регулювальника чи світлофора;
- виходячи на проїжджу частину з-за транспортних засобів упевнитись, що не наближаються інші транспортні засоби, бути особливо уважним і обережним при прослуховуванні плеєра через навушники та при використанні одягу з капюшоном;
- чекати на транспортний засіб тільки на посадкових майданчиках (зупинках), тротуарах, узбіччях, не створюючи перешкод для дорожнього руху;

- у разі наближення транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком червоного або синього кольору, чи спеціальним звуковим сигналом, треба утриматися від переходу проїжджої частини або негайно залишити її;
- категорично заборонено вибігати на проїжджу частину, влаштовувати на ній або поблизу неї ігри, переходити проїжджу частину поза пішохідним переходом або встановленими місцями;
- для запобігання ДТП за участю дітей категорично заборонено кататися на проїжджій дорозі, категорично заборонене катання з гірок із виїздом на проїжджу частину дороги;
- користуючись транспортним засобом, необхідно сидіти або стояти тільки в призначених для цього місцях, тримаючись за поручень або інше пристосування.

3.2. Під час карантину, перебуваючи вдома, на вулиці, в спеціалізованих установах, приміщеннях, транспорті, студенти повинні чітко виконувати **правила пожежної безпеки**:

- не брати з собою вогнєнебезпечні предмети, що можуть спричинити пожежу (петарди, бенгальські вогні, феєрверки, легкозаймісті речовини, зальнички, тощо);
- користуватися газовою плитою тільки зі спеціалізованим електричним приладом для вмикання;
- заборонено застосовувати горючі матеріали; зберігати бензин, газ та інші легкозаймісті горючі рідини, приносити їх додому;
- у жодному разі не брати на вулиці чи в іншому місці ніякі незнайому чи чужу побутову техніку, не вмикати їх у розетку вдома чи в інших установах – це може призвести до вибуху та надзвичайної ситуації;
- не збиратися біля проходів у громадських установах, входах та виходах;
- у разі пожежної небезпеки – наявності вогню, іскріння, диму – негайно вийти на свіже повітря (за двері, балкон) та кликати на допомогу. Викликати службу пожежної охорони за номером 101, назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описавши ситуацію: наявність вогню, диму, кількість людей у приміщенні, свій номер телефону;
- при появі запаху газу в квартирі у жодному разі не вмикати електроприлади, не користуватися стаціонарним чи мобільним телефоном, відчинити вікна, двері, перевірити приміщення, вимкнути газову плиту й вийти з приміщення;
- негайно повідомити в газову службу за номером 104 чи 101 пожежну службу, назвавши своє ім'я, прізвище, коротко описавши ситуацію й залишивши свій номер телефону.

3.3. Під час карантину, перебуваючи вдома, на вулиці, в громадських місцях, транспорті студенти повинні чітко виконувати **правила з попередження нещасних випадків, травмування, отруєння тощо**:

- категорично заборонено наближатися й перебувати біля будівельних майданчиків, кар'єрів, закинутих напівзруйнованих будівель для запобігання обрушень будівельних матеріалів і попередження травм;
- категорично заборонено вживати алкоголь, наркотичні засоби, енергетики, стимулятори і т.п.;
- заборонено брати в руки, нюхати, їсти незнайомі дикі рослини чи паростки квітів, кущів, дерев, що може призвести до отруєння;

- пересуватися обережно, спокійно. На вулиці бути обережним, дивитися під ноги, щоб не впасти в яму чи відкритий каналізаційний люк;
- не підходити на вулиці до обірваних, обвислих проводів, які стирчать, а особливо, якщо від них іде гудіння – такі проводи ще можуть бути підживлені електрострумом;
- не підходити до щитових, не залазити на стовпи з високовольтними проводами – можна отримати удар електрострумом від високовольтних живлень за 5 м;
- бути обережним на дитячих майданчиках, у парках відпочинку: спочатку переконатися, що гойдалки чи атракціони, турніки, прилади справні, сильно не розгойдуватися й не розгойдувати інших;
- не виходити на дах багатоповерхівки;
- не підходити до відчинених вікон, не спиратися на перила, парапети сходинок , щоб уникнути падіння; не спускатися в підвали будинків чи інші підземні ходи – там може бути отруйний газ;
- не вступати в контакт із незнайомими тваринами для запобігання укусів від хворих на сказ тварин.

3.4. Студенти повинні виконувати правила безпеки життєдіяльності під час самотійного перебування вдома, на вулиці, у громадських місцях, у замкнутих приміщеннях:

- не розмовляти й не вступати в контакт із незнайомцями, у жодному разі не передавати їм цінні речі, ключі від дому, навіть якщо вони назвалися представниками поліції. Слід одразу кликати на допомогу та повідомити батьків.
- не підходити до автомобілів із незнайомцями, навіть якщо вони запитують дорогу. Краще відповісти, що не знаєте, і швидко йти геть;
- слід триматися подалі від тих, хто влаштовує бійки, не брати участі в суперечках дорослих і не провокувати словами чи діями агресивну поведінку, що може призвести до бійки або травм;
- не заходити в під'їзд, ліфт із незнайомими людьми; слід одразу кликати на допомогу, якщо незнайомиць провокує якісь дії щодо вас.
- не вчиняти дії, що можуть призвести до правопорушень.

3.5. Надзвичайно важливо під час карантину виконувати правила з запобігання захворювань на грип, інфекційні та кишкові захворювання тощо:

- при нездужанні не виходити з дому, щоб не заразити інших людей, по телефону зв'язатись із педіатром (або сімейним лікарем), дотримуватись його подальших рекомендацій;
- хворому виділити окреме ліжко, посуд, білизну;
- приміщення постійно провітрювати та проводити вологе прибирання;
- у разі контакту із хворим одягати маску, яку слід замінювати кожні 3 години;
- хворому слід дотримуватись постільного режиму;
- перед їжею мити руки з милом;
- не їсти брудних овочів та фруктів, ретельно їх мити перед вживанням;
- не вживати самотійно медичних медикаментів чи препаратів, не рекомендованих лікарем;
- Якщо ви захворіли, слід повідомити про це керівника групи.

Якщо ви погано почуваєтесь, а поряд нікого немає, слід викликати швидку медичну допомогу за номером 103, описавши свій стан, назвавши номер свого телефону, домашню адресу, прізвище, ім'я, а також зателефонувати батькам.

#### **4. Вимоги безпеки під час дистанційного навчання**

##### 4.1. Перед початком дистанційного навчання:

- Прибрати з робочого столу речі, що не стосуються навчання (виконуваної роботи);
- Очищати від пилу прилади з екранними пристроями;
- Проводити дезінфекцію робочих поверхонь.

##### 4.2. Під час дистанційного навчання:

- Виходити на зв'язок з викладачем згідно з розкладом занять, опрацьовувати завдання що задані на самостійне вивчення. Якщо заняття проходить у режимі відеозв'язку то потрібно уважно слухати викладача не відволікаючись самому та не відволікати інших студентів;
- Не торкатись немитими руками очей, носа, рота, за потреби використовувати стерильні серветки;
- Часто провітрюйте приміщення у якому працюєте (не менше 10 хв через кожні 2 години).
- Якщо у вас не має змоги вийти на зв'язок з викладачем згідно затвердженого розкладу занять, необхідно повідомити свою відсутність викладачу або керівнику групи.

##### 4.3. Після дистанційного навчання:

- Відключити від електромережі екранні пристрої (комп'ютер) та продезинфікувати клавіатуру;
- Дотримуйтесь усіх вказівок викладачів та керівника групи щодо дистанційного навчання.

#### **5. Вимоги безпеки життєдіяльності при виникненні надзвичайної або аварійної ситуації**

5.1. Не панікувати, не кричати, не метушитися, а чітко і спокійно виконувати вказівки дорослих, які перебувають поряд.

5.2. Слід зателефонувати батькам, коротко описати ситуацію, повідомити про місце свого перебування.

5.3. Якщо ситуація вийшла з-під контролю, потрібно зателефонувати до служб екстреної допомоги за телефонами:

101– ДСНС; 102 – поліція; 103 – екстрена медична допомога; 104– газова служба;

Коротко описати ситуацію, назвати адресу, де сталася надзвичайна ситуація, а також своє прізвище, ім'я, номер свого телефону.

5.4. У разі погіршення вашого здоров'я необхідно звернутись до лікуючого (сімейного) лікаря та обов'язково повідомити про це керівника групи.

Розроблено:

Інженер з охорони праці

Погоджено:

Заступник директора з НР

Заступник директора з ВР

Юрисконсульт

Голова профкому

Х.П.Гузар

С.С.Романчук

О.В.Косюк

К.Р.Кочайдовська

С.Л.Кулина