

ИБ-02-17

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение «Школа № 508»

СОГЛАСОВАНО
Председатель ППО
Протокол № _____ от _____


Т.А. Ивченкова

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ Школа №508
Приказ № 133 от 22.11.2017г.


Л.И. Чепелкина

**ИНСТРУКЦИЯ ПО БЕЗОПАСНОСТИ
для обучающихся
при передвижении по лестницам**

1. Причины падения на лестницах:

- проскальзывание ноги на ступени,
- проступь мимо ступени,
- опора пяткой или носком на край ступени,
- зацеп одной ноги за другую,
- зашнуровывание ног в одежде,
- зацеп за слетевшую с ноги обувь,
- зацеп за посторонние предметы, оставленные на лестничном марше.

2. Поведенческие факторы падений на лестницах.

Правило, способное предупредить падение на лестнице, гласит: «Передвигаясь по лестнице, думайте только о передвижении по лестнице». Большинство поведенческих причин падений на лестницах связаны со спешкой, отвлечением внимания и одновременными занятиями другими делами. Идя по лестнице, необходимо смотреть под ноги и держаться руками за поручень. В крайнем случае – держать руку возле поручня, чтобы успеть схватиться за него при необходимости.

Люди чаще всего падают на лестницах, перепрыгивая через ступени, невнимательно ставя ноги на ступени, на край ступени, одновременно разговаривая с собеседником, говоря по мобильному телефону или работая с мобильным устройством.

Падениям способствует слетающая с ног обувь, обувь на высоких каблуках, на скользкой подошве.

Переноска больших или тяжелых предметов также способствует падениям как из-за потери равновесия, так и из-за ограничения поля зрения. Помните, что

при движении по лестнице одна рука около поручня всегда должна быть свободна.

3. Как предотвратить падение и травмирование на лестнице.

3.1. Не отвлекайтесь. Некоторые люди так часто спускаются по лестнице, что совершенно не смотрят под ноги, и это становится причиной множества несчастных случаев. Согласно проведенным исследованиям, люди обычно смотрят только на первые три ступеньки лестницы и не обращают внимание на все остальные. Спускаясь вниз по незнакомой лестнице, ступайте на каждую ступеньку осторожно. Не ставьте ногу на край ступеньки. Нога должна прочно стоять на ступеньке.

3.2. Не торопитесь. Не неситесь и не сбегайте вниз по лестнице. Никогда не переступайте ступеньки. Внимательно смотрите, куда ступаете, особенно у основания лестницы. Многие несчастные случаи происходят в тот момент, когда человек считает, что уже спустился, и делает шаг в пустоту.

3.3. Важно держаться за поручень. Поручни являются эффективным средством для предотвращения падения с лестницы. Поручень должен беспрепятственно тянуться от начала и до конца лестницы без каких-либо пробелов.

3.4. Ходите по лестнице в соответствующей обуви. Обувь с хорошей подошвой повысит вашу устойчивость при спуске вниз по лестнице. Хождение в обуви на высоком каблуке, с мягкой подошвой приведёт к соскальзыванию вниз по лестнице.

3.6. Не ходите в одежде, которая тянется по полу. Спускаясь вниз или поднимаясь вверх по лестнице, очень легко наступить на длинную, стелящуюся юбку или брюки. Тогда вы вряд ли сможете избежать падения.

Ношение чрезмерно длинной одежды мешает увидеть ноги, а отсутствие зрительного подтверждения положения ног на лестнице повышает риск падения.

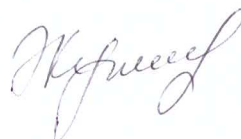
3.7. Двигайтесь по лестнице спокойно, не бегите. Неукоснительно выполняйте все указания педагогов и администрации.

3.8. Не допускайте столкновения с другими людьми, идущими по лестнице.

4.0 Запрещается оставлять на лестницах портфели, сумки и другие предметы.

Разработал

Специалист по охране труда



Э.К. Журина