



**УТВЕРЖДАЮ:**  
Директор ГБПОУ  
«Краснохолмский колледж»  
А.В. Беляков  
Приказ № 28 от 18.03.2016 г.

## **Инструкция по правилам безопасного поведения при ожидании транспорта и в транспорте**

### **1. Правила поведения при ожидании транспорта и в транспорте:**

- 1.1. Ожидай транспорт на посадочной площадке или тротуаре у указателя остановки.
- 1.2. Избегайте в темное время суток пустынных остановок.
- 1.3. При посадке в автобус, троллейбус, трамвай соблюдай порядок. Не мешай другим пассажирам.
- 1.4. Входя и выходя из транспорта, не спеши и не толкайся.
- 1.5. Трамвай обходи спереди. Автобус и троллейбус - сзади. Выйдя из автобуса, трамвая, нужно по тротуару дойти до пешеходного перехода и только по нему переходить на другую сторону.
- 1.6. Находясь в транспорте, не ходи по салону, держись за поручень, не выглядывай из окон, не высовывай руки, не нажимай без надобности на аварийные кнопки.
- 1.7. Не прислоняйтесь к дверям, по возможности избегайте езды на ступенях и в переходе.
- 1.8. Если вам приходится ехать поздно, то садитесь около водителя и ближе к проходу.
- 1.9. Девушкам рекомендуется садиться рядом с женщинами.
- 1.10. Если в салон вошел пассажир, ведущий себя развязно, отвернитесь от него, не встречайтесь с ним глазами.
- 1.11. Держите на виду свои вещи.
- 1.12. Не высовывайте руки и предметы из окон.
- 1.13. Не ездите на попутном транспорте, если в нем нет знакомых вам людей.
- 1.14. Не отвлекайте водителя.
- 1.15. На мотоцикле можно ездить только в шлеме даже на маленькое расстояние.
- 1.16. Не ездите в необорудованном для перевозки пассажиров транспорте.
- 1.17. При поездке в любом виде транспорта помните, что середина салона - самое безопасное место.
- 1.18. Наиболее опасное место для пассажира - переднее сидение, поэтому ПДД запрещают находиться там детям до 14 лет.
- 1.19. В общественном транспорте лучше сидеть спиной вперед – это более безопасно при угрозе катастрофы.
- 1.20. Если вы передвигаетесь в общественном транспорте, то заранее выберите, куда будете падать в случае столкновения, а также кто и что упадет на Вас. Кладя груз на полку над головой, учитывайте, что он может упасть на голову.
- 1.21. Держаться за поручни обязательно -- даже если не качает. Когда качнет, будете хватать руками воздух.
- 1.22. Качания поперёк движения - чаще. Но резкое торможение опаснее резкого поворота.
- 1.23. Мотоциклист должен быть обязательно в каске даже при езде на маленькое расстояние.

### **2. Действие во время транспортной катастрофы**

Что делать, если авария неизбежна? Вот несколько советов:

- 2.1. Когда удар не отворотим, самое главное - препятствовать своему перемещению вперёд и защитить голову. Если сидите сзади, упритесь руками и ногами в переднее сиденье, прижмите голову к рукам. Если сидите спереди, упритесь в передний щиток, но не в стекло (!)
- 2.2. Если автомобиль вот-вот опрокинется - пригнитесь к сиденью и держитесь за него рукой. Не хватайтесь за ручку двери - дверь может быть сорвана.

- 2.3. Пассажир должен закрыть голову руками и завалиться на бок, распростершись на сиденье - это позволит избежать травм от удара о твердые предметы. Пассажиры, которые находятся на заднем сиденье, должны постараться упасть на пол.
- 2.4. После того, как удар произошел, первым делом надо определиться, где, в (каком месте автомобиля) и в каком положении вы находитесь. В зависимости от ситуации двигайтесь к выходу через дверь или окно. Если двери сразу не открылись, пытаться нажимать на них, скорее всего, бессмысленно, они заклинены, и надо, открывать или разбивать окна.
- 2.5. Мотоциклист при столкновении должен постараться сгруппироваться, чтобы защитить жизненно важные органы, при падении - расслабиться, не напрягая мускулы, но стараться смягчить удар о землю.

### **3. Если машина оказалась в воде.**

- 3.1. Происшествия на прибрежных дорогах, парковка под слишком большим углом, ошибки при маневре, превышение скорости, сильный порыв ветра при движении по набережной или по мосту могут стать причиной падения автомобиля в воду. Это влечет за собой последствия, которые особенно тяжелы в двух случаях: когда находившиеся в машине получили ранения или, когда страх перед возможными последствиями почти парализует реакцию на происходящее.
- 3.2. Если тот, кто находится внутри, не получил повреждений во время падения в воду и сохраняет спокойствие, он имеет достаточно времени, чтобы выбраться из автомобиля. Самое важное - сохранить способность контролировать свое поведение в самой тяжелой ситуации.
- 3.3. Оказавшись в воде, машина некоторое время может держаться на плаву. Бывает достаточно нескольких секунд, чтобы из неё выскочить. Но двери открывать не следует - вода тут же хлынет внутрь, и автомобиль начнёт резко погружаться. Выбираться нужно через открытое окно.
- 3.4. Когда вы поняли, что машина погружается, первое правило, которое нужно выполнить, это закрыть окна, чтобы замедлить процесс погружения. После этого включаются фары, которые могут послужить сигналом для потенциальных спасателей (электрооборудование обычно продолжает работать в течение некоторого времени). Автомобиль не покидается до момента его полного погружения в воду.
- 3.5. В затонувшей автомашине необходимо поискать подушки, свертки, какую-нибудь одежду, подложить их под себя и подняться головой до потолка. Снять с себя все то, что может сковывать движение или за что-нибудь зацепиться: пальто или тяжелую одежду, ботинки, шнурки и ремни. Когда вода заполнила салон и превысила уровень двери (принцип выравнивания давления выполнен) Вдохните остатки воздуха и выбирайтесь вплавь. Можно открыть дверь. Этот путь предпочтителен, если машина осталась целой. В противном случае открывается окно, высовывается рука и упирается в крышку, лицо при этом обращено внутрь, и далее головой вперед вы выбираетесь из машины. Операция облегчается максимальной расслабленностью и гибкостью тела.
- 3.6. В случае если окна не открываются, нужно разбить стекло. Обычно предпочтение отдается лобовому или заднему стеклам, которые больше других. Это, однако, зависит от положения, в котором находится машина после погружения и которое почти никогда не бывает горизонтальным, а также от положения пассажиров. Для того чтобы разбить стекло, необходимо выждать до последнего, далее бить тупым предметом, причем не в центр, а в угол стекла, где сопротивление меньше. Для этой цели может послужить огнетушитель, который всегда должен быть в салоне или радиоприемник, а иногда достаточно надавить ногами и выдавить стекло из резиновых прокладок, даже не разбив его.
- 3.7. Очутившись под водой вне машины, имейте в виду, что у вас не менее 30-40 секунд. Этого вполне достаточно, чтобы достичь поверхности.
- 3.8. Если Вы упали в воду как пассажир общественного транспорта, то главная опасность для Вас - не вода, а другие пассажиры. Они забьют все выходы своими телами. Оставайтесь на месте, пока салон не заполнится водой, потом выбирайтесь через форточку.
- 3.9. Если нет рядом открытой форточки, выберите позицию для выбивания окна ногой и хладнокровно ждите. Дышите чаще и глубже, чтобы насытить организм кислородом.