

СОГЛАСОВАНА
с председателем первичной
профсоюзной организации
МБУДО ДДЮТ
Протокол от 25.06.2020 № 05

УТВЕРЖДЕНА
приказом МБУДО ДДЮТ
от 29.06.2020 № 51 - о

ИНСТРУКЦИЯ **по правилам безопасного поведения на водоемах**

1. Общие требования

1.1. Настоящая инструкция разработана на основе типовых инструкций, Правил охраны жизни людей на водных объектах (Постановление МЧС Российской Федерации от 30.06.2006 № 536), рекомендаций ВОСВОД.

1.2. Учащиеся до 14 лет, во исполнение правил безопасного поведения на водоемах должны находиться под присмотром родителей (законных представителей), ответственных лиц, соблюдать неукоснительно их требования.

1.3. Опасные факторы:

переохлаждение;

ранения, травмирование по неосторожности, при нарушении требований настоящей инструкции;

заражение инфекционными болезнями при употреблении воды из непроверенных открытых водоемов;

утопление.

1.4. Инструктаж с учащимися по настоящей инструкции проводится не реже двух раз в год с соответствующей отметкой в журнале инструктажа.

2. Требования безопасности при нахождении на водоемах

2.1. При посещении мест с водоемами в летнее время необходимо обращать внимание на температуру воздуха и воды. При низкой температуре рекомендуется надевать теплую одежду, запрещать купание в водоемах.

2.2. Перед купанием необходимо провести краткий инструктаж, напомнить о необходимости быть внимательным, осторожным.

2.3. Рекомендуется:

во время купания не стоять без движения, почувствовав озноб немедленно выйти из воды;

соблюдать перерыв между приемом пищи и купанием не менее 45 - 50 минут, между значительной физической нагрузкой и купанием не менее 10 - 15 минут;

произвести несколько легких физических упражнений перед купанием в прохладную погоду;

купаться не более 30 - 40 минут, выйдя из воды насухо вытереться, одеться; применять специальные средства защиты (шапочки, очки и пр.).

2.4. Требуется:

почувствовав усталость немедленно плыть к берегу;

при возникновении судорог стараться держаться на воде, незамедлительно звать на помощь.

2.5. Запрещается:

при оказании помощи хватать спасающего;

входить в воду потным, разгоряченным, при нырянии долго оставаться под водой;

заплывать за установленные знаки (буйки, ограждения и пр.), подплывать близко к моторным лодкам, баржам;

купаться в штормовую погоду, при высокой волне;

прыгать с вышки без разрешения, если вблизи нее находятся другие пловцы, сталкивать кого-либо с вышки.

3. Требования безопасности в экстренных ситуациях

3.1. В случае падения (провала) в прорубь, ледяной разлом, необходимо без паники, широко раскинув руки по кромкам льда удерживаться от погружения в воду с головой; без резких движений (стараясь не обломать кромку) поочередно вытащить ноги и откатиться (отползти) в сторону.

3.2. При оказании помощи утопающему необходимо помнить об опасности подходить близко к кромке льда, пострадавшему бросается (подается) веревка, связанные ремни (шарфы) и пр. и только затем пострадавший вытаскивается на лед.

3.3. Учащиеся в случае, если явились свидетелями происшествия, должны немедленно звать на помощь взрослых.

3.4. Во всех случаях извлеченного из воды человека необходимо немедленно доставить в теплое помещение, растереть, переодеть в сухую одежду и напоить горячим чаем.