

СОГЛАСОВАНО
с председателем профкома
_____ Яковлева Н.И.
« ___ » _____ 2020г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ «ЦО № 2»
г. Чебоксары
_____ Максимова Е.С.
« ___ » _____ 2020г.

ИНСТРУКЦИЯ № 139

по охране труда «Правила безопасности на воде для обучающихся»

1. Общие требования.

Данный инструктаж по правилам безопасности для обучающихся на воде проводится классным руководителем перед летними каникулами.

Для пришкольного и детского лагеря:

Правила поведения обучающихся на воде.

Обучающиеся должны быть в обязательном порядке ознакомлены и твердо знать настоящие правила безопасности на воде для обучающихся, неукоснительно их соблюдать как на море, так и при посещении водоемов и рек. Правила объясняют обучающимся что делать, если не умеешь плавать, что запрещено детям на воде и что не следует делать, как вести себя на водоеме.

При строгом соблюдении обучающимися охраны труда, правил безопасного поведения на воде летом, в период долгожданных летних каникул, дети не только отдохнут, но и сохранят и укрепят свое здоровье.

2. Правила безопасного поведения обучающихся на воде

Чтобы избежать несчастного случая, необходимо соблюдать меры предосторожности на вода:

2.1 . Если вы не умеете плавать, необходимо иметь при себе спасательные средства (круг, спасательный жилет, надувные нарукавники).

2.2. Купаться можно только при наличии рядом родителей, взрослых.

2.3. На воде детям запрещено:

- употреблять спиртные напитки во время купания и жевать жвачку во время нахождения в воде;
- ходить к водоему одному;
- подплывать к идущим парходам, катерам, вблизи которых возникают различные водовороты, волны и течения;
- нырять в местах с неизвестной глубиной, так как можно удариться головой о песок, глину, сломать себе шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть;
- прыгать головой в воду с плотов, пристани и других плавучих сооружений. Под водой могут находиться сваи, рельсы, камни и осколки стекла;
- выходить на озеро, реку на неисправной и полностью не оборудованной лодке, садиться на ее борта, пересаживаться с одного места на другое, а также переходить с одной лодки в другую, вставать во время движения. В лодке необходимо иметь спасательные средства;

- находиться на крутых берегах с сыпучим песком, чтобы не быть засыпанным.

2.4. На воде детям не следует:

- доводить себя до озноба, это вредно для здоровья. От переохлаждения в воде могут появиться опасные для жизни судороги, свести руки и ноги. В таком случае необходимо плыть на спине. Если растеряться и перестать плыть, то можно утонуть. Часто вода попадает в дыхательное горло и мешает дышать. Чтобы избавиться от нее необходимо немедленно остановиться, поднять голову как можно выше над водой и сильно откашляться;
- заходить в воду во время сильных волн;
- плыть против сильного течения, иначе можно легко выбиться из сил. Лучше всего плыть по течению, постепенно приближаясь к берегу;
- подплывать к водоворотам - это самая большая опасность на воде! Он способен затянуть человека на большую глубину и с такой силой, что даже опытный пловец не всегда в состоянии выплыть;
- запутавшись в водорослях, не следует делать резких движений и рывков, иначе петли растений еще туже затянутся.

2.5. На воде детям следует:

- сидя на берегу, прикрывать голову от солнца во избежание перегрева и солнечных ударов, выбирать для купания места, где чистая вода, ровное песчаное дно. небольшая глубина, нет сильного течения и водоворотов, нет проезжающего по воде моторного транспорта;
- начинать купание в водоеме следует при температуре воздуха + 20-25⁰С воды + 17-19⁰ С. Входить в воду осторожно, на неглубоком месте необходимо остановиться и окунуться в воду с головой;
- находиться в воде не более 10-15 минут;
- плавая во время волнения поверхности воды, внимательно следить за тем, чтобы вдох происходил в промежутках между волнами;
- плавая против волн, спокойно подниматься на крутую волну и скатываться с нее,
- попав в водоворот, следует набрать как можно больше воздуха в легкие, погрузиться в воду и сделать сильный рывок в сторону по течению, затем всплыть на поверхность воды.
- запутавшись в водорослях, лечь на спину и постараться мягкими, спокойными движениями выплыть в ту сторону, откуда приплыли. Если и это не помогает, то следует, подтянув ноги, осторожно освободиться от растений руками;
- нырять только в тех местах, где имеется для этого достаточная глубина, прозрачная вода и ровное дно.