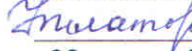


Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества им. Н.М. Аввакумова»
Асбестовского городского округа

СОГЛАСОВАНО:

Председатель профсоюзного
комитета МБУ ДО ЦДТ

 В.А. Филатова
«22» июня 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ:

И.о. директора МБУ ДО ЦДТ

Г.Д. Маратканова

Приказ от 22.06.2021г. № 116-О/Д



ИНСТРУКЦИЯ № 26

по безопасному поведению на водоемах в летний период

1. Общие требования безопасности.

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

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

1.3. Опасные факторы:

- переохлаждение;
- ранения, травмирование по неосторожности посторонними предметами (сваи, пни, коряги, камни, мусор), находящимися в воде;
- заражение инфекционными болезнями при употреблении воды из непроверенных открытых водоемов;
- утопление.
- водоросли, сети;
- волны, водовороты.

1.4. Участок для купания детей (пляж) должен выбираться по возможности у пологого песчаного берега без обрывов до глубины 2-х метров. Если нет поблизости оборудованного пляжа, надо выбрать безопасное место для купания с твёрдым песчаным, не засоренным дном, с постепенным уклоном. В местах глубиной до 2 метров разрешается купаться хорошо умеющим плавать детям в возрасте 12 лет и старше.

1.5. Купание детей разрешается проводить группами не более 10 человек и продолжительностью не более 10 минут. Дети, не умеющие плавать, должны купаться отдельно. Купание малолетних детей проводится под непрерывным контролем взрослых.

1.6. Взрослые обязаны не допускать купания детей в непроверенных и неустановленных местах, плавания на непригодных для этого средствах, игр и шалостей в воде и других нарушений правил безопасности на воде.

1.7. Ответственность за безопасность детей возлагается на педагогического работника, отвечающего в данный момент за жизнь и здоровье детей по приказу.

2. Требования безопасности во время купания.

2.1. Купаться можно только в разрешённых и хорошо известных местах. При посещении мест с водоемами в летнее время необходимо обращать внимание на температуру воздуха и воды. При низкой температуре рекомендуется запрещать купание в

водоемах.

2.2. Перед купанием необходимо провести краткий инструктаж, напомнить детям о необходимости быть внимательными, осторожными.

2.3. Рекомендуются:

- применять специальные средства защиты (шапочки, очки и пр.);
- соблюдать перерыв между приемом пищи и купанием не менее 45 - 50 минут, между значительной физической нагрузкой и купанием не менее 10 - 15 минут;
- входить в воду быстро, во время купания не стоять без движения, перед купанием в прохладную погоду произвести несколько легких физических упражнений;
- купаться не более 30 - 40 минут, если вода холодная, достаточно 5-6 минут.
- почувствовав озноб, немедленно выйти из воды, насухо вытереться, одеться.

2.4. Запрещается:

- входить в воду потным, разгоряченным;
- заплывать за установленные знаки (буйки, ограждения и пр.);
- подплывать близко к моторным лодкам, баржам;
- купаться в штормовую погоду, при высокой волне;
- купаться в местах, где выставлены щиты (аншлаги) с предупреждающими и запрещающими знаками и надписями,
 - купаться вблизи водосбросов, шлюзов, мостов, водоворотов, шлюзов, плотин, пристаней, причалов и других гидротехнических сооружений
 - прыгать в воду с катеров, лодок, причалов, а также сооружений, не приспособленных для этих целей;
 - прыгать с вышки без разрешения, если вблизи нее находятся другие пловцы, сталкивать кого-либо с вышки;
 - нырять после долгого пребывания на солнце (опасно тем, что резко рефлекторно сокращаются мышцы, что ведёт к остановке дыхания);
 - при ушных заболеваниях прыгать в воду головой вниз;
 - при нырянии не допускать действия, связанные с захватом других купающихся, и не оставаться долго под водой;
 - загрязнять и засорять водоемы и берега;
 - приводить и купать собак и других животных в места отдыха людей на водных объектах;
 - подавать сигналы ложной тревоги;
 - проводить игры и спортивные мероприятия в не отведенных для этой цели местах.
- плавать на не приспособленных для этого средствах (досках, бревнах, лежаках, автомобильных камерах, надувных матрасах и других);
- ловить рыбу в местах купания;
- заезжать на территорию отдыха людей на водных объектах на всех видах автотранспорта;
- использовать в зонах купания маломерные суда (в том числе, лодки, катера, водные мотоциклы).

3. Требования безопасности в чрезвычайных ситуациях

3.1. Требуется:

- если почувствовали усталость, находясь далеко от берега, не теряйтесь и не стремитесь быстрее доплыть до берега. Следует отдохнуть на воде, перевернувшись на спину и поддерживая себя на воде легкими движениями рук и ног.

- если попали в водоворот, наберите побольше воздуха в лёгкие, погрузитесь в воду и, сделав сильный рывок в сторону, всплытите.
- если захватило течением, не пытайтесь с ним бороться. Плывайте вниз по течению, постепенно, под небольшим углом приближайтесь к берегу.
- в водоёмах с большим количеством водорослей старайтесь плыть у самой поверхности воды, не задевая растений и не делая резких движений. Если же руки или ноги запутались в стеблях, сделайте остановку приняв положение «поплавок» и освободитесь от них.
- при возникновении судорог стараться держаться на воде и незамедлительно звать на помощь. Судорога - непроизвольное болезненное сокращение мышц во время плавания, движение сведённой мышцей ускоряет исчезновение судороги.

Способы самопомощи при судорогах:

- судорога ног - вы делаете глубокий вдох, ныряете, хватаете себя за большие пальцы ног и сильно тянете на себя;
- судорога мышц бедра - вы сгибаете ногу в колене и руками прижимаете её к задней поверхности бедра;
- судорога мышц живота - подтягиваете согнутые в коленях ноги к животу;
- судороги мышц рук - сжимаете и разжимаете кулаки, сгибаете и разгибаете руки в локтях.
- Если судорога закончилась, быстрее выбираетесь на берег, потому что судорога может повториться.
- При оказании вам помощи не хватайтесь за спасающего, а помогите ему буксировать вас к берегу.

3.2. Каждый гражданин обязан оказывать посильную помощь людям, терпящим бедствие на воде. Если вы явились свидетелями происшествия необходимо немедленно вызывать на помощь спасательные службы (телефон спасения 112).

3.3. Умейте пользоваться простейшими спасательными средствами.

3.3.1. Если человек в пределах досягаемости, опуститесь на колени или лягте у кромки воды и протяните ему руку или какой-нибудь предмет (шест, весло, полотенце)

3.3.2. Если человек далеко от берега, бросьте ему плавучий предмет (доску, спасательный круг). Спасательный круг нужно бросать плашмя в сторону утопающего. Круг должен упасть метр - полтора от утопающего, иначе вы ударите им пострадавшего.

3.3.3. Если тонет ребенок, то лучше всего бросить ребенку плавучий предмет на веревке: тогда вы сможете подтянуть ребенка к берегу. Если, оставаясь на берегу, помочь ребенку нельзя, войдите в воду и протяните ему какой-нибудь предмет и подтяните ребенка к берегу.

3.4. Если пострадавший вас захватил, то нырните вместе с ним. Он вас отпустит и поднимется вверх, чтобы сделать вдох.

3.5. Если утопающий в панике, подплывите к нему со спины, захватите и плывите к берегу. Голова пострадавшего должна находиться над водой.

3.6. Перенести пострадавшего на безопасное место, оказать первую помощь:

- повернуть утонувшего лицом вниз и опустить голову ниже таза;
- очистить рот от слизи.
- при появлении рвотного и кашлевого рефлексов — добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка.

3.7. Если человек не дышит, приступить к искусственному дыханию рот в рот. Проверить у него пульс и при отсутствии пульса на сонной артерии сделать наружный массаж сердца и искусственное дыхание.

3.8. Если человек дышит, перенести его в теплое место, снять с него мокрую одежду,

завернуть в одеяла (переодеть в сухую одежду), напоить горячим чаем, вызвать врача или доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

Инструкцию разработал
специалист по охране труда



Н.И. Власова