



СОГЛАСОВАНО
 Председатель профкома
 /Н.В. Котенко/

протокол от «2» апреля 2021 г. № 36

УТВЕРЖДЕНО

Директор
 МБОУ «Гимназия № 3»
 /Л.В. Грекова/

Приказ от «06» апреля 2021 г. № 180



**Инструкция № 5
 по технике безопасности на водоемах в летний, осенне-зимний и весенний периоды
 для обучающихся МБОУ «Гимназия № 3»**

1. Общие требования безопасности

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

1.2. Опасные факторы:

- переохлаждение;
- ранения, травмирование по неосторожности, при нарушении требований настоящей инструкции;
- заражение инфекционными болезнями при употреблении воды из непроверенных открытых водоемов;
- утопление.

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

2. Требования по технике безопасности в летнее время

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;

- не купайтесь сразу после приема пищи, соблюдайте перерыв между приемом пищи и купанием не менее 45–50 минут, между значительной физической нагрузкой (игры в футбол, бег и т.д.) 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 вам помощи не хватайте спасающего, а помогите ему буксировать вас к берегу;

- 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;

- не купаться более 30 минут, если вода холодная, достаточно 5–6 минут;

- не прыгать в воду головой вниз (при заболеваниях ушей);

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

3. Требования по технике безопасности на льду

3.1. Необходимо помнить, что безопасным является лед зеленоватого оттенка, толщиной не менее 7 см. (он выдерживает одного человека); непрочный лед находится около стока вод (с фабрик, заводов), тонкий и рыхлый лёд вблизи камыша, кустов, под снегом, сугробами, в местах, где бьют ключи, быстрое течение, там, где имеются вмёрзшие в лед доски, бревна.

3.2. С появлением первого льда запрещается катание на коньках, лыжах и переход водоема. Переход и катание допускаются при толщине льда 10-12 см., массовое катание при толщине льда не менее 25 см.

3.3. Рекомендуется перед выходом на лед наметить маршрут, прочность льда проверять ударом палки, пешни (проверять прочность ударом ноги запрещено), при наличии рюкзака размещать его на одном плече.

3.4. Не рекомендуется выходить на лед в позднее время, в незнакомых местах. Площадки под снегом следует обойти.

3.5. При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.

3.6. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5–6 метров).

3.7. Замерзшую реку (озеро) лучше пересечь на лыжах, при этом: крепление лыж расстегните, чтобы при необходимости быстро их сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.

3.8. Запрещается появление на льду детей до 14 лет без сопровождения старших.

4. Требования по технике безопасности в экстренных ситуациях

4.1. 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 вытаскивать ноги и откатиться (отползти) в сторону.

4.2. 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.

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

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

5. Заключительные положения инструкции

5.1. Проверка и пересмотр данной инструкции в гимназии осуществляется не реже одного раза в 5 лет.

5.2. Данная инструкция должна быть досрочно пересмотрена в следующих случаях:

- при возникновении каких-либо изменений техники безопасности;
- при очередном внедрении новой техники и (или) технологий;
- по результатам анализа материалов расследования аварий, несчастных случаев;
- по предъявлению требования представителей органов по труду субъектов Российской Федерации или органов федеральной инспекции труда.

5.3. Если в течение 5 лет со дня введения в действие настоящей инструкции, правила техники безопасности не менялись, то действие данной инструкции автоматически продлевается на следующие 5 лет.

5.4. Ответственность за своевременное внесение изменений и дополнений, а также пересмотр данной инструкции по охране труда возлагается на специалиста по охране труда гимназии.