Утверждено

 приказом директора

 ГКУСО «Георгиевский СРЦН «Аист»

 от 14.12. 2018 г. № 349 - од

**ИНСТРУКЦИЯ**

**ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДОЕМАХ**

**В ЛЕТНИЙ, ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ И ВЕСЕНИИЙ ПЕРИОДЫ**

ИТБ №047-13

# 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.

# ТРЕБОВАНИЯ 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. В холодную погоду, чтобы согреться, проделать несколько легких физических упражнений.

2.3. Не купаться больше 30 минут; если вода холодная, достаточно 5-6 минут, выйдя из воды насухо вытереться, одеться.

2.4. При ушных заболеваниях не прыгать в воду головой вниз.

2.5. Не оставаться при нырянии долго под водой.

2.6. Выйдя из воды, вытереться насухо и сразу одеться.

**2.7. 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;

- применять специальные средства защиты (шапочки, очки и пр.).

**2.8. Требуется:**

- почувствовав усталость немедленно плыть к берегу;

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

**2.9. 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.

# ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НА ЛЬДУ

3.1. Необходимо помнить, что безопасным является лед зеленоватого оттенка, толщиной не менее 7 см.; непрочный лед находится около стока вод, вблизи камыша, кустов, под снегом, сугробами, в местах, где бьют ключи, быстрое течение, там, где имеются вмерзшие в лед доски, бревна.

3.2. С появлением первого льда запрещается катание на коньках, лыжах и переход. 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. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги.

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.

3.6. Очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.

3.7. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).

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

3.9. Не рекомендуется выходить на лед в позднее время, в незнакомых местах.

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

# ТРЕБОВАНИЯ 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 вытащить 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.