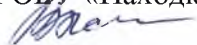


СОГЛАСОВАНО

Представитель совета трудового коллектива
КГБОУ «Находкинская КШИ»



Е.А. Василенко

«19» февраля 20 24 год

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГБОУ «Находкинская КШИ»



Т.А. Порунова

«19» февраля 20 24 год



ИНСТРУКЦИЯ № ТБу-51-2024

по технике безопасности для обучающихся при поведении на воде

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

- 1.1. *Опасными факторами во время купания являются:*
 - физические (экстремальные природные явления; экстремальный рельеф дна; инженерные системы в местах купания; колючие и режущиеся растения; пресмыкающиеся, птицы и животные, способные нанести травму);
 - химические (вредные и опасные вещества, содержащиеся в воде);
 - биологические (болезнетворные микроорганизмы в воде; ядовитые растения, насекомые, пресмыкающиеся)
 - психофизиологические (напряжение внимания; эмоциональные нагрузки; паника).
- 1.2. Учащиеся обязаны соблюдать правила безопасного поведения на воде.
- 1.3. Учащиеся должны знать место нахождения аптечки и уметь оказывать доврачебную медицинскую помощь.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД КУПАНИЕМ В ВОДОЁМАХ.

- 2.1. Изучить содержание настоящей Инструкции.
- 2.2. Пройти соответствующую подготовку, инструктаж;
- 2.3. Помнить:
 - ✓ лучшая погода для купания: ясная безветренная погода;
 - ✓ необходимая температура воздуха для купания: 25 и более градусов;
 - ✓ начинать купание следует при температуре воды не ниже 18 градусов;
 - ✓ лучшее время для купания: с 8 до 10 часов утра и с 17 до 19 часов вечера.
 - ✓ не рекомендуется купаться ранее, чем через 1,5 часа после еды;
 - ✓ купаться разрешается в специально отведенных и оборудованных для этого местах;
 - ✓ перед купанием в незнакомых местах сначала обследуй дно;
 - ✓

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ КУПАНИЯ В ВОДОЁМАХ.

- 3.1. Во время купания необходимо соблюдать правила безопасного поведения на воде:
 - не забывайте, что детям разрешается купаться только в присутствии взрослых;
 - перед купанием отдохни, не следует входить в воду уставшим, разгоряченным или вспотевшим, сделай небольшую разминку;
 - входи в воду медленно и осторожно, зайдя в воду по пояс, остановись и быстро окупись с головой;

- для тех, кто не умеет плавать купаться необходимо только в специально оборудованных местах глубиной не более 1,2 метра;
- не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли или тина;
- не отплывай далеко от берега, не заплывай за разметку, буйки.
- не находишься в воде дольше 15 - 20 минут, длительное пребывание в воде может привести к сильному переохлаждению тела и опасным для жизни судорогам;
- в воде не стой без движения, плавай и купайся.
- не плавай один, особенно, если не уверен в своих силах.
- ни в коем случае не отплывайте далеко от берега на надувных матрацах, автомобильных камерах, надувных игрушках - подручное средство может оказаться неисправным, порваться, и ты внезапно окажешься в воде, а это очень опасно даже для умеющих хорошо плавать или тебя отнесет ветром далеко от берега;
- рассчитывай свои силы при заплыве так, чтобы их хватило на обратный путь;
- Если что-то напугало тебя в воде, не кричи, в легкие может попасть вода;
- Паника – основная причина трагедий на воде. Никогда не поддавайтесь панике;
- Не заходи в воду выше пояса, если не умеешь плавать или плаваешь плохо;
- Не заплывай в места движения моторных лодок, скутеров, суден и не приближайся к ним;
- Если видишь, что моторная лодка или скутер движется на тебя, махи руками, чтобы тебя заметили, и отплывай в сторону;
- На воде следи за младшими ребятами;
- При появлении усталости спокойно плыви к берегу, некоторое время можно отдохнуть лежа или плывя на спине;

3.2. Учащимся запрещается:

- нырять в незнакомых местах - на дне могут оказаться притопленные бревна, камни, коряги, металлические прутья;
- хватать друг друга за руки, ноги, голову и другие части тела во избежание несчастных случаев и травм;
- «топить» друг друга;
- старайся глубоко нырять или плыть как можно дольше под водой;
- цепляться за лодки, залезать на знаки навигационного оборудования - бакены, буйки и т.д.;
- купаться в штормовую погоду или в местах сильного прибоя;
- подплывать к проходящим судам, заплывать за буйки, ограничивающие зону заплыва, и выплывать на фарватер;
- пить воду из водоемов без соответствующей обработки;
- купаться во время грозы;
- плавать на бревнах, досках, самодельных плотках;
- подавать крики ложной тревоги;
- купание ночью.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. Если ты оказался в воде на сильном течении, не пытайся плыть навстречу течению, справиться с ним сил не хватит. В этом случае нужно плыть по течению, но так, чтобы постепенно приближаться к берегу;

4.2. Оказавшись в водовороте, не поддавайся панике. Сделай большой вдох и, погрузившись в воду, сделай сильный рывок и под водой плыви в сторону по течению, через несколько метров всплывай на поверхность;

4.3. Если у тебя свело судорогой мышцы, ложись на спину и плыви к берегу, постарайся при этом растереть сведенные мышцы. Не стесняйся позвать на помощь товарищей, взрослых;

4.5. Если свело мышцу бедра, то необходимо, согнув ногу в колене, сильно прижать руками пятку по направлению к седалищу.

4.6. При судорогах мышц живота необходимо энергично подтягивать к животу колени ног.

Если свело икроножную мышцу, следует согнуться, двумя руками обхватить стопу ноги и с силой потянуть ее к себе. Если судорога не прошла, повторите прием еще раз. Следует

помнить, что работа сведенной мышцы ускоряет исчезновение судорог. Удерживайся на воде и зови на помощь

4.7. Запутавшись в водорослях, не следует делать резких движений, а спокойно развести водоросли руками и выплыть на чистое место. Если запутались ноги, необходимо осторожно окунуться, руками разобрать водоросли.

4.8. При укусе ядовитыми животными, пресмыкающимися, насекомыми, при получении травмы сообщить о случившемся сопровождающим или другим участникам, при возможности оказать себе первую медицинскую помощь.

4.9. При необходимости и возможности оказать пострадавшему первую помощь и транспортировать пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4.10. При оказании помощи не хватайся за спасающего тебя человека, доверься ему и старайтесь помочь своими действиями.

5. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

5.1. Проверка и пересмотр настоящей инструкции осуществляются не реже одного раза в 5 лет.

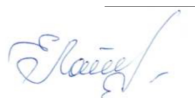
5.2. Инструкция должна быть досрочно пересмотрена в следующих случаях:

- при пересмотре межотраслевых и отраслевых правил и типовых инструкций по охране труда;
- при изменении условий купания;
- по результатам анализа материалов расследования аварий, несчастных случаев;
- по требованию представителей органов по труду субъектов Российской Федерации или органов федеральной инспекции труда.

5.3. Если в течение 5 лет со дня утверждения (введения в действие) настоящей инструкции условия проведения экскурсий, походов, экспедиций не изменяются, то ее действие продлевается на следующие 5 лет.

Инструкцию составили:

Заместитель директора по УВР



Е.Г. Ласкина

Согласовано:

Специалист по охране труда



А.А. Вебер