

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГАПОУ МО  
«МЦК - Техникум имени С.П. Королева»  
И.А. Ласкина  
« 30 » (Декабрь) 2022г.



## ИНСТРУКЦИЯ № 77 по правилам поведения на водоеме

### 1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

1.1. Купаться в водоеме разрешается студентам (обучающимся) под присмотром взрослых с 1 курса обучения, прошедшим инструктаж по охране труда и не имеющим противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. В весенний и осенне-зимний период

водоем считается зоной повышенной опасности. В весенний период лёд начинает таять и становится непрочным. Скреплённый ночным холодом, он ещё способен выдерживать небольшую нагрузку, но днём быстро нагреваясь от просачивающейся через него талой воды, становится пористым и очень слабым, хотя сохраняет достаточную толщину.

Весенний ледяной покров на реках нельзя использовать для катания и переходов, — такой лёд очень тонкий, непрочный и не выдерживает тяжести человека. Во льду образуются воздушные пузырьки, которые при движении трудно заметить.

Поэтому в весенний период категорически запрещается:

- купаться в водоеме;
- пересекать водоем;
- кататься на коньках и санках;
- ходить вдоль водоема;
- использовать замерзший водоем для игр;
- заниматься рыбной ловлей.

1.3. При купании в водоёме (летом) возможно воздействие на организм следующих опасных факторов:

- травмы и утопление при прыжках в воду головой вниз;
- механические повреждения при необследованном дне водоёма;
- судороги;
- заглатывание воды;
- купание сразу после приёма пищи или большой физической нагрузки.

1.4. При купании в реке и открытом водоёме необходимо наличие элементарных плавательных средств (надувные круги, надувной жилет, плавательная шапочка, очки и т.д.), а также мед. аптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи пострадавшим.

1.5. Не купаться на глубоком месте, не надейтесь на надувной матрац или иные плавательные средства- они могут выскользнуть из-под человека и спровоцировать несчастный случай.

1.6. Не заплывать далеко, можно устать и не доплыть до берега.

1.7. Не нырять в неизвестном месте и на мели, так как можно удариться головой о дно или какой-нибудь предмет.

- 1.8. Не играть на глубине с погружением головы в воду, можно захлебнуться.
- 1.9. Не плавать в лодке без спасательных средств ( спасательный жилет, круг), не шалить в лодке на воде, чтобы избежать опрокидывания.
- 1.20. Не подплывать дебаркадерам, баржам, судам, чтобы не затянуло под днище.
- 1.21. Не зная брода, не переходить речку, чтобы не попасть в яму.

## **2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ДО НАЧАЛА КУПАНИЯ**

### **2.1. В летний период:**

- 2.1. Одеть костюм для купания и плавательную шапочку
- 2.2. Убедиться , что температура воды в водоеме соответствует установленным нормам ( не ниже 20 °С).
- 2.3. Обследовать дно водоёма, с целью определения глубины и чистоты дна должны сопровождающие ( родители, мастера, классные руководители).
- 2.4. Сделать перерыв после приёма пищи и выполнения физических нагрузок не менее 30-40 мин.

## **3.ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ КУПАНИЯ**

- 3.1. Купаться только в специально санитарно разрешенных водоёмах.
- 3.2. Входить в воду постепенно погружаясь, а не прыгать с берега.
- 3.3. Водные игры проводить в прибрежной зоне, где глубина не превышает одного метра.
- 3.4. Не оставаться при нырянии долго под водой.
- 3.5. Не заплывать за предупредительные знаки.
- 3.6. Не мешать друг другу при купании ( не плескаться в лицо воду, не наваливаться на плавающего, не толкаться и др.).
- 3.7. Не находиться в воде более 10-15 минут, сделать перерыв на 20 минут.

## **4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ:**

- 4.1. При судорогах не теряться, стараться держаться на воде и позвать на помощь.
- 4.2. При механических повреждениях выйти из воды на берег для осмотра и оказания первой помощи.
- 4.3. Почувствовав озноб выйти из воды и обтереться сухим полотенцем, согреться на берегу.
- 4.4. При утоплении немедленно очистить полость рта от механических частиц ( песок, ил, водоросли) уложить пострадавшего животом на валик с целью освобождения органов дыхания и пищеварения от воды приступить к искусственному дыханию, при необходимости вызвать скорую помощь или отправить пострадавшего в лечебное учреждение.

## **5.ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПОСЛЕ КУПАНИЯ**

- 5.1. Выйдя из воды, вытереться полотенцем насухо и сразу же одеться.
- 5.2. После купания , чтобы согреться сделать несколько гимнастических упражнений.

Заместитель директора по ВР



**М.В. Захарова**

« **Согласовано** »

Специалист по охране труда

**Н.А.Назарова**