



Администрация Невского района Санкт-Петербурга
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №691 с углубленным изучением иностранных
языков Невского района Санкт-Петербурга «Невская школа»
193318, Санкт-Петербург, Союзный пр., д. 5, к. 2, стр. 1

ПРИНЯТО
на заседании
Общего собрания работников ГБОУ
Протокол от «26» февраля 2022 года №04



ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда Правила поведения на воде в ГДЛЮЛ «СпектрУМ»
№ 207

Введено с «27» мая 2022 г.

г. Санкт - Петербург
2022 г.

Инструкция

по охране труда «Правила поведения детей на воде»

в городском оздоровительном лагере с дневным пребыванием детей

«СпектрУМ»

1. Общие требования безопасности

- 1.1. Настоящая инструкция по охране труда разработана с целью сбережения здоровья и жизни детей детского оздоровительного лагеря во время пребывания на различных водоемах.
- 1.2. Для предотвращения несчастного случая детям отрядов детского лагеря необходимо внимательно ознакомиться с данной инструкцией и пройти инструктаж.
- 1.3. Если вы не умеете плавать, необходимо иметь при себе спасательные средства (круг, спасательный жилет, надувные жилеты). Купаться можно только при наличии рядом воспитателей.
- 1.4. Запрещается ходить к водоему одному, купаться в штормовую погоду или в местах сильного прибоя.
- 1.5. Купаться разрешается в специально отведенных и оборудованных для этого местах под присмотром воспитателей детского оздоровительного лагеря.

2. Требования безопасности перед началом купания

- 2.1. Место для купания необходимо выбирать без крутых берегов с сыпучим песком, где чистая вода, ровное песчаное дно, небольшая глубина, нет сильного течения и водоворотов, нет проезжающего по воде моторного транспорта.
- 2.2. Необходимо предварительно узнать температуру воздуха и воды. Купаться следует при температуре воздуха + 20-25*, воды + 17-19*С.
- 2.3. Перед купанием необходимо отдохнуть, не входить в воду разгоряченным или вспотевшим, сделайте небольшую разминку.

3. Требования безопасности во время купания

- 3.1. Сидя на берегу, прикрывайте голову от прямых солнечных лучей во избежание перегрева и солнечных ударов.
- 3.2. Входите в воду осторожно, на неглубоком месте необходимо быстро окунуться в воду с головой.
- 3.3. Не отплывайте далеко от берега и не заплывайте за разметку, буйки.
- 3.4. Не находите в воде дольше 15 минут, во время нахождения в воде не стойте без движения, плавайте и купайтесь.
- 3.5. Не устраивайте в воде игр, связанных с хватанием друг друга за ноги или руки, запрещается толкать в воду других детей.
- 3.6. Если что-то напугало вас в воде, не кричите, в легкие может попасть вода.
- 3.7. Не заходите в воду выше пояса, если не умеете плавать или плаваете плохо.
- 3.8. Не заплывайте в места движения моторных лодок, скутеров, суден и не приближайтесь к ним.
- 3.9. Если видите, что моторная лодка или скутер движется на тебя, махи руками, чтобы тебя заметили, и отплывай в сторону.
- 3.10. Не заплывайте далеко на надувном матрасе или круге, надувное плавательное средство может выйти из строя или вас отнесет ветром далеко от берега.
- 3.11. Обязательно рассчитывайте свои силы при заплыве так, чтобы их хватило на обратный путь.
- 3.12. При появлении усталости спокойно плывите к берегу, некоторое время можно отдохнуть лежа или плывя на спине.
- 3.13. Не старайтесь глубоко нырять или плыть как можно дольше под водой.
- 3.14. Не цепляйтесь за лодки, катамараны, не залезайте на бакены, буйки и т.д.;
- 3.15. Плавая во время волнения поверхности воды, внимательно следите за тем, чтобы вдох происходил в промежутках между волнами.
- 3.16. Плавая против волн, спокойно поднимайтесь на крутую волну и скатывайтесь с нее.

3.17. ныряйте только в тех местах, где имеется большая глубина, прозрачная вода и ровное дно.

3.18. На воде детям запрещено:

- подавать крики ложной тревоги;
- употреблять спиртные напитки во время купания и жевать жвачку во время нахождения в воде;
- подплывать к идущим парходам, катерам, скутерам, вблизи которых возникают волны и течения;
- нырять в местах с неизвестной глубиной, так как можно удариться головой о песок, глину, сломать себе шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть;
- прыгать головой в воду с плотов, пристани и других плавучих сооружений, под водой могут находиться сваи, рельсы, камни и осколки стекла;
- выходить на воду на неисправной и полностью не оборудованной лодке, садиться на ее борта, пересаживаться с одного места на другое, а также переходить с одной лодки в другую, вставать во время движения. В лодке необходимо иметь спасательные средства и находиться со взрослым.

3.19. На воде детям не следует:

- заходить в воду во время сильных волн;
- плыть против сильного течения, иначе можно легко выбиться из сил. Лучше всего плыть по течению, постепенно приближаясь к берегу.
- подплывать к водоворотам, течениям;
- доводить себя до озноба, это вредно для здоровья. От переохлаждения в воде могут появиться опасные для жизни судороги, свести руки и ноги. В таком случае необходимо плыть на спине.

4. Требования безопасности при несчастных случаях

4.1. Если вы тонете, постарайтесь не паниковать, хлопайте по воде руками и громко зовите на помощь.

4.2. Если судорогой свело мышцы, ложись на спину и плыви к берегу, постарайся растереть сведенную мышцу рукой. Удерживайтесь на воде и громко зовите на помощь.

4.3. Оказавшись в водовороте, не поддавайся панике. Сделай большой вдох и, погрузившись в воду, сделай сильный рывок и под водой плывите в сторону по течению, через несколько метров всплывайте на поверхность.

4.4. Запутавшись в водорослях, не делайте резких движений. Лягте на спину и пытайтесь медленно и спокойно выплыть в ту сторону, откуда приплыли. Если не удастся, освободите от растений руки, подтяните осторожно к себе одну ногу и освободите ее руками, затем другую.

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

5. Требования безопасности по окончании купания

5.1. Выйдите из воды, обсохните и погрейтесь на солнце. Если погода прохладная воспользуйтесь для вытирания сухим полотенцем.

5.2. Не заворачивайтесь в мокрое полотенце.

5.3. Сдуйте используемые плавательные средства: круг, надувные и т.п.

5.4. Переоденьтесь и прослушайте информацию воспитателей, постройтесь для следования в детский оздоровительный лагерь.

Ответственный за охрану труда: _____ О.Ю. Феоктистов

С инструкцией ознакомлен (а)

« ____ » ____ 20 ____ г.

_____ / _____ /

С инструкцией ознакомлен (а)

« ____ » ____ 20 ____ г.

_____ / _____ /

