

СОГЛАСОВАНО

Председатель  
Первичная  
ППО ГБОУ Школы № 1466

(протокол от



В.А. Фирсова

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ Школы № 1466

О.В. Видутина

« 01 » 09 2023 г.

Приказ № 336 от « 28 » 08 2023 г.

## ИНСТРУКЦИЯ

по технике безопасности для обучающихся при нахождении на водоемах  
в летний, осенне-зимний и весенний период  
ИТБО-21-2023

### 1. Общие требования безопасности

1.1. Обучающиеся до 14 лет, во исполнение требований безопасности 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. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить об этом родителям или рядом находящимся взрослым.

1.4. Требования настоящей инструкции являются обязательными, невыполнение этих требований рассматривается как нарушение дисциплины. В случае невыполнения или нарушения обучающимися данной инструкции со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по технике безопасности.

### 2. 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. Перед купанием помнить о необходимости быть внимательным, осторожным.

2.3. **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;
- 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;
- выйдя из воды, вытретесь насухо и сразу оденьтесь.

2.5. **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.

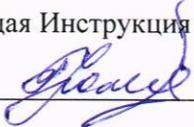
### 3. Безопасность на льду

1. Лед, зеленоватого оттенка, толщиной 7 см – безопасный, он выдерживает одного человека.
2. Непрочный лед около стока вод (с фабрик, заводов).
3. Тонкий или рыхлый лед вблизи камыша, кустов, под сугробами.
4. Площадки под снегом следует обойти.
5. Ненадежный тонкий лед, в местах, где бьют ключи, быстрое течение или там, где впадают в реку ручьи.
6. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги.
7. 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.
8. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 метров).
9. Замерзшую реку (озеро) лучше переехать 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.
10. Если есть рюкзак, повести его на одно плечо.
11. Если вы провалились, необходимо широко раскинуть руки по кромкам льда, удерживаться от погружения с головой.
12. Не паникуйте, старайтесь без резких движений выбираться на лед, наползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги.
13. Выбравшись из пролома, нужно откатиться и ползти в сторону, обратную направлению движения.
14. Добравшись до берега, идите быстро домой, переоденьтесь в сухую одежду, выпейте горячий чай.
15. Помните, в период интенсивного таяния снега, толщина льда на водоемах невелика и достигает максимум 30см, местами 10см, имеются промоины.
16. Предупреждаем вас: будьте крайне осторожны при выходе на лед, Вы рискуете своей жизнью! Прежде, чем выйти на лед, подумайте о своей жизни, о своих семьях, о своих близких людях и не ходите по одному! Это очень опасно для Вас!

### 4. 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 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. Обучающиеся (воспитанники) в случае, если явились свидетелями происшествия, должны немедленно звать на помощь взрослых (учителя, прохожих).
- 4.4. Во всех случаях извлеченного из воды человека необходимо немедленно доставить в теплое помещение, растереть, переодеть в сухую одежду и напоить горячим чаем.
- 4.5. При необходимости оказать первую помощь пострадавшему.
- 4.6. При необходимости вызвать скорую медицинскую помощь по телефону **103** или **112**.
- 4.8. О несчастном случае сообщить в администрацию Школы, родителям.

Настоящая Инструкция разработана методистом

  
\_\_\_\_\_ Г.В. Болховитиной

« 01 » \_\_\_\_\_ 09 \_\_\_\_\_ 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Специалист по охране труда

  
\_\_\_\_\_ Е.С. Кузьменкова

« 01 » \_\_\_\_\_ 09 \_\_\_\_\_ 2023 г.

