

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Свердловской области  
«Красноуфимский многопрофильный техникум»  
(ГБПОУ СО «Красноуфимский многопрофильный техникум»)

С учетом мнения  
Председателя профсоюза  
ГБПОУ СО «Красноуфимский  
многопрофильный техникум»  
И.И. Дрягина  
«31» августа 2017 г.



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ГБПОУ СО  
«Красноуфимский  
многопрофильный техникум»  
В.Л. Сычев  
«31» августа 2017 г.



## ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда для обучающихся по правилам  
безопасного поведения на водоемах в летний, осенне-  
зимний, весенний периоды

ИОТ – №05-13 – 2017

Введена в действие:	<u>01 сентября</u>	20 <u>17</u> г.
Срок действия:	<u>01 сентября</u>	20 <u>22</u> г.
Пересмотрена:	_____	20 ____ г.
Продлена:	_____	20 ____ г.

## ИНСТРУКЦИЯ

### по охране труда для обучающихся по правилам безопасного поведения на водоемах в летний, осенне-зимний, весенний периоды ИОТ – №05-13 – 2017

#### 1. Общие требования безопасности

- 1.1. Обучающиеся 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 обучающимися по настоящей инструкции проводится не реже двух раз в год с соответствующей отметкой в журнале инструктажа.

#### 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 необходимо провести краткий инструктаж, напомнить о необходимости быть внимательным, осторожным.
- 2.3. **Рекомендуется:**
  - во время купания не стоять без движения, почувствовав озноб немедленно выйти из воды;
  - не купаться сразу после приема пищи, соблюдайте перерыв между приемом пищи и купанием не менее 45 – 50 минут, между значительной физической нагрузкой (игры в футбол, бег и т.д.) 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 (шаночки, очки и пр.).
- 2.4. **Требуется:**
  - почувствовав усталость немедленно плыть к берегу;
  - при возникновении судорог стараться держаться на воде, незамедлительно звать на помощь.
- 2.5. **Запрещается:**
  - при оказании вам помощи не хватать спасающего, а помогите ему буксировать вас к берегу;
  - 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;
  - не купаться больше 30 минут, если вода холодная, достаточно 5–6 минут;
  - при ушных заболеваниях, не прыгайте в воду головой вниз;

- прыгать с вышки без разрешения, если вблизи нее находятся другие пловцы, сталкивать кого-либо с вышки.

### 3. Требования безопасности на льду

- 3.1. Необходимо помнить, что безопасным является лед зеленоватого оттенка, толщиной не менее 7 см. он выдерживает одного человека; непрочный лед находится около стока вод (с фабрик, заводов), тонкий и рыхлый лёд вблизи камыша, кустов, под снегом, сугробами, в местах, где бьют ключи, быстрое течение, там, где имеются вмёрзшие 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, пещни (проверять прочность ударом ноги запрещено), при наличии рюкзака размешать его на одном плече.
- 3.4. Не рекомендуется выходить на лед в позднее время, в незнакомых местах.
- 3.5. Площадки под снегом следует обойти.
- 3.6. 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.
- 3.7. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 метров).
- 3.8. Замерзшую реку (озеро) лучше переехать на лыжах, при этом: крепления 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.
- 3.9. Запрещается появление на льду детей до 14 лет без сопровождения старших.

### 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 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. Обучающиеся 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.

Инструкцию разработал: Инженер по ОТ



/С.В. Федякова/