

Согласовано  
Председатель профкома  
МБУДО «ДЮСШ»  
Никольского района  
И.А. Родина  
« 9 » 2023г.  
Протокол № 2 от 14.07.2023г.



Утверждаю  
И.о. директора МБУДО «ДЮСШ»  
Никольского района  
А.П. Клоков  
« 9 » 2023г.  
Приказ № 1 от 14.07.2023г.



**ИНСТРУКЦИЯ**  
**для учащихся МБУДО «ДЮСШ» Никольского района по правилам безопасного поведения на водоёмах в осенне-зимний и весенний периоды.**

**ИОТ-029-2023**

**1. Общие требования:**

1.1. Настоящая инструкция для учащихся МБУДО «ДЮСШ» Никольского района по правилам безопасного поведения на водоёмах в осенне-зимний и весенний периоды разработана в соответствии с Приказом Минтруда России от 29 октября 2021 года N 772н «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда», вступившим в силу 1 марта 2022 года; Постановлениями Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020г №28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» и от 28.01.2021г №2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»; разделом X ТК РФ и иными нормативными правовыми актами по охране труда.

1.2. Настоящая инструкция разработана на основе типовых инструкций, Правил охраны жизни людей на водных объектах (Постановление № 536 от 30.06.2006 МЧС РФ), рекомендаций ВОСВОД.

1.3. Учащиеся до 14 лет, во исполнение правил безопасного поведения на водоёмах должны находиться под присмотром родителей, ответственных лиц, соблюдать неукоснительно их требования.

1.4. Опасные факторы: - переохлаждение;

- ранения, травмирование по неосторожности, при нарушении требований настоящей инструкции;

- заражение инфекционными болезнями при употреблении воды из непроверенных открытых водоёмов;

- утопление.

**2. Требования безопасности в летнее время**

2.1. При посещении мест с водоёмами в летнее время необходимо обращать внимание на температуру воздуха и воды. При низкой температуре рекомендуется надевать теплую одежду, запрещать купание в водоёмах.

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;
- соблюдать перерыв между приёмом 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.

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 неё находятся другие пловцы, сталкивать кого-либо с вышки.

### **3. Требования безопасности на льду**

3.1. Необходимо помнить, что безопасным является лёд зеленоватого оттенка, толщиной не менее 7 см.; непрочный лёд находится около стока вод, вблизи камыша, кустов, под снегом, сугробами, в местах, где бьют ключи, быстрое течение, там, где имеются вмерзшие в лёд доски, брёвна.

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 лёд наметить маршрут, прочность льда проверять ударом палки, пешни (проверять прочность ударом ноги запрещено), при наличии рюкзака размещать его на одном плече.

3.4. Не рекомендуется выходить на лёд в позднее время, в незнакомых местах.

3.5. 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 вытянуть ноги и откатиться (отползти) в сторону.


4.2. При оказании помощи утопающему необходимо помнить об опасности подходить близко к кромке льда, пострадавшему бросается (подается) верёвка, связанные ремни (шарфы) и пр. и только затем пострадавший вытаскивается на лёд.

4.3. Учащиеся в случае, если явились свидетелями происшествия, должны немедленно звать на помощь взрослых.

4.4. Во всех случаях извлечённого из воды человека необходимо немедленно доставить в тёплое помещение, растереть, переодеть в сухую одежду и напоить горячим чаем.

Инструкцию разработал:  / В.И. Ясинский /

СОГЛАСОВАНО:

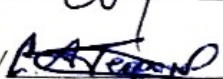
Председатель профкома  / И.А. Родина /

С инструкцией ознакомлен(а):

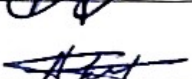
 / Ф.Т. Абдуллаев / / / \_\_\_\_\_ 2023г.

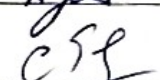
 / А.Ф. Абдуллаев / / / \_\_\_\_\_ 2023г.

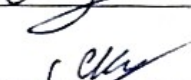
 / О.В. Федотов / / / \_\_\_\_\_ 2023г.

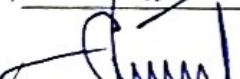
 / С.А. Тёфанов / / / \_\_\_\_\_ 2023г.

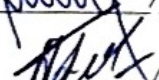
 / М.Е. Корнилаев / / / \_\_\_\_\_ 2023г.

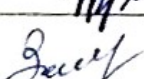
 / В.А. Гориков / / / \_\_\_\_\_ 2023г.

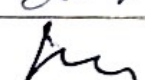
 / С.Н. Фёдоров / / / \_\_\_\_\_ 2023г.

 / С.А. Кузьмин / / / \_\_\_\_\_ 2023г.

 / А.П. Клоков / / / \_\_\_\_\_ 2023г.

 / П.С. Алимов / / / \_\_\_\_\_ 2023г.

 / И.Н. Золотова / / / \_\_\_\_\_ 2023г.

 / Е.Ю. Викулов / / / \_\_\_\_\_ 2023г.

1 И.И. / И.А. Выродова / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ 2023г.  
1 М. / В.В. Васильева / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ 2023г.  
1 Л. / Д.Г. Плотников / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ 2023г.  
1 \_\_\_\_\_ / В.А. Белякин / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ 2023г.  
1 А.В. / А.В. Левачёв / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ 2023г.