



Инструкция № 24
по технике безопасности для обучающихся МАОУ СОШ № 104
«Правила безопасного поведения на водных объектах в весенне-летний период»

Вода не страшна тем, кто умеет хорошо плавать. Вот почему первым условием безопасности на воде является умение плавать. Однако и умеющий плавать должен быть дисциплинированным, постоянно соблюдать осторожность и правила поведения на воде. Нарушение правил поведения на воде ведет к несчастным случаям и гибели людей.

Поэтому, купаясь и катаясь на лодках и маломерных судах, строго выполняйте нижеследующие правила поведения на воде.

1. Общие правила поведения на воде в весенне-летний период

1.1. Купаться можно в разрешенных местах, в купальнях или на оборудованных пляжах. Помните, что в г. Краснодаре нет ни одного открытого водоёма, в котором разрешено купание.

1.2. Для купания выбирайте песчаный берег, тихие неглубокие места с чистым дном.

1.3. Не купайтесь в запрещенных и необорудованных для купания местах (у плотин, на водосбросе, в карьерах, котлованах, бассейнах для промышленных нужд).

1.4. Помните, что при купании категорически запрещается:

Заплывать далеко от берега, выплывать за пределы ограждения мест купания.

Подплывать близко к проходящим судам, катерам, весельным лодкам, гидроциклам, баржам.

Взбираться на технические предупредительные знаки, буи, бакены и др.

Прыгать в воду с лодок, катеров, парусников и других плавательных средств.

Купаться у причалов, набережных, мостов.

Купаться в вечернее время после захода солнца.

Прыгать в воду в незнакомых местах.

Купаться у крутых, обрывистых берегов.

1.5. Помните, что после еды разрешается купаться не раньше, чем через полтора - два часа.

1.6. Во время купания не делайте лишних движений, не держите свои мышцы в постоянном напряжении, не гонитесь за скоростью продвижения в воде, не нарушайте ритма дыхания, не переутомляйте себя, не принимайте участия в больших заплывах без разрешения врача и необходимых тренировок.

1.7. Попад на быстрое течение, не плывите против течения, проплывайте на груди или на боку, горизонтально на немного повышенной скорости.

1.8. Остерегайтесь водоворотов, никогда не подплывайте к ним близко. Попад в водоворот, не теряйтесь, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и сделайте смелый рывок в сторону по течению.

1.9. Помните, что причиной гибели пловцов часто бывает сковывающая его движения судорога. Причины этому следующие:

Переохлаждение в воде.

Переутомление мышц, вызванное длительной работой их без расслабления и беспрерывным плаванием одним стилем.

Купание незакаленного в воде с низкой температурой.

Предрасположенность пловца к судорогам.

Во всех случаях пловцу рекомендуется переменить стиль плавания и по возможности выйти из воды.

1.10. Если нет условий для немедленного выхода из воды, необходимо действовать следующим образом:

При ощущении стягивания пальцев руки надо быстро с силой сжать кисть руки в кулак, сделать резкое отбрасывающее движение рукой в наружную сторону и разжать кулак;

при судороге икроножной мышцы необходимо подогнувшись, двумя руками обхватить стопы пострадавшей ноги и с силой поджать ногу в колене спереди к себе;

при судороге мышц бедра необходимо обхватить рукой ногу с наружной стороны, ниже голени (у лодыжки за подъем) и, согнув ее в колене, подтянуть с силой назад к спине.

1.11. Лучшим способом отдыха на воде является положение "Лежа на спине".

1.12. Если вы не умеете плавать, необходимо иметь при себе спасательные средства (круг, спасательный жилет, нарукавники).

1.13. Купаться можно только при наличии рядом родителей, взрослых.

1.14. В воде следует находиться не более 10-15 минут.

2. Правила поведения на водоемах в весенний период

2.1. Необходимо помнить, что весенний лед очень коварен, солнце и туман задолго до вскрытия водоемов делают его пористым, рыхлым, хотя внешне он выглядит крепким. Такой лед не способен выдержать вес человека, не говоря уже о транспортных средствах.

2.2. Период половодья требует от нас порядка, осторожности и соблюдения правил безопасности поведения на льду и воде. Несмотря на все меры, принимаемые властями и службами, каждый человек сам отвечает за свою жизнь и безопасность на водных объектах.

2.3. Нельзя выходить на водоемы при образовании ледяных заторов. Не пользуйтесь не санкционированными переходами по льду. Опасно находиться на весеннем льду водохранилищ. Переходить водоемы весной строго запрещается. Особенно недопустимы игры на льду в период вскрытия рек.

2.4. Прыгать с льдины на льдину и удаляться от берега недопустимо. Такие поступки, как правило, заканчиваются трагически.

2.5. Поэтому не следует забывать:

- на весеннем льду легко провалиться;
- быстрее всего процесс распада льда происходит у берегов;
- весенний лед, покрытый снегом, быстро превращается в рыхлую массу.

2.6. В период весеннего паводка и ледохода запрещается:

- выходить в весенний период на водоемы;
- переправляться через реку в период ледохода;
- подходить близко к реке в местах затора льда,
- стоять на обрывистом берегу, подвергающемся разливу и обвалу;
- собираться на мостиках, плотинах и запрудах;
- приближаться к ледяным заторам,
- отталкивать льдины от берегов,
- измерять глубину реки или любого водоема,
- ходить по льдинам и кататься на них.,
- кататься на горках, выходящих на водные объекты.

3. Правила безопасного поведения на водоёмах в весенний период

3.1. Безопасным считается лед толщиной 7 и более сантиметров.

3.2. Потратьте несколько минут на изучение замерзания реки или озера, прежде, чем ступить на лед.

3.3. Если есть следы, лыжня и вешки, то этот путь будет безопасным.

3.4. Если нет следов, то наметьте свой маршрут, помня, что:
— лед тонкий или рыхлый обычно вблизи кустов, камыша, под сугробами, в местах, где водоросли или предметы вмерзли в лед, тоньше лед там, где быстрее течение, где бьют ключи, впадают в реку ручей или стоки промышленных вод. Темные пятна также предупреждают о непрочности льда. Лед непрочный, если синевато-зеленого или бело-желтого цвета.

3.5. Под толстым слоем снега всегда могут быть проруби.

3.6. Лед может неплотно соединяться с сушей, поэтому надо осторожно спускаться с берега.

3.7. Проверять прочность льда надо ударами шеста или палкой.

3.8. Если вы провалились под лед, необходимо выбраться из полыньи с той стороны, откуда пришли, так как там лед крепок. Не барахтайтесь в воде, хватаясь за кромку льда, это приведёт к напрасной потере сил. Старайтесь лечь грудью на кромку льда, выбросив вперёд руки, или повернуться на спину и закинуть руки назад. Взобравшись на лёд, двигайтесь лёжа, пока не выберетесь из опасного места.

3.9. Не стойте на обрывистых и подмытых берегах — они могут обвалиться.

3.10. Когда вы наблюдаете за ледоходом с моста, набережной причала, нельзя перегибаться через перила и другие ограждения.

3.11. Если вы оказались свидетелем несчастного случая на реке или озере, то не теряйтесь, не убегайте домой, а громко зовите на помощь,

взрослые услышат и помогут выручить из беды.

3.12. Не подходите близко к заторам, плотам, запрудам, не устраивайте игр в этих местах.

3.13. Не подходите близко к ямам, котловинам, канализационным люкам и колодцам.

Заместитель директора



И.В. Ахтырская