

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Детский сад
общеразвивающего вида № 102 «Рябинушка»
муниципального образования городской округ Симферополь
Республики Крым

«СОГЛАСОВАНО»

Председатель профкома

Т.В. Ковалева /Ковалева Т.В.

(подпись) (фамилия инициалы)

Протокол заседания профкома № 3

от «16» августа 20 16 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ №102

«Рябинушка» г. Симферополь

М.Л. Максеева /Максаева М.Л.

(подпись) (фамилия инициалы)

«21» августа 20 16 г.

ИНСТРУКЦИЯ № 67

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

ИОТ № 67

Симферополь 2016 г.

Инструкция по правилам безопасного поведения на водоемах в летний, осенне-зимний и весенний периоды

I. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

Поведение детей на воде.

Купание детей в открытых водоемах в условиях детских садов не организуется. Однако перед летним оздоровительным периодом знакомство с этими правилами следует провести со всеми детьми, необходимо подробно инструктировать и взрослых, проиграть с детьми возможные неблагоприятные ситуации.

Возможные источники опасности:

а) открытые водоемы:

- неровное дно, ямы, густые водоросли, крутой берег, сильное течение, надувные плавсредства, грязная инфицированная вода, обитатели водоемов (пиявки, змеи, медузы), низкая температура воды, битое стекло, проволока и др.

б) закрытые водоемы (бассейны, плескательницы):

- скользкие бортики, загрязненная вода, скученность детей, шумные игры в воде, плохое самочувствие детей.

Инструкция для детей

1. В бассейне, плескательнице

1.1. Заходите в воду только в присутствии взрослого и с его разрешения.

1.2. Идти в бассейн надо не спеша, не толкаясь. Спускаясь в воду, придерживайтесь руками за перила спуска.

1.3. Не шалите в воде, не брызгайте водой на других детей. Им это может не нравиться.

1.4. Нырять можно только с разрешения тренера.

1.5. Детям запрещается прыгать в воду, нырять навстречу друг другу. Можно удариться головой и потерять сознание.

1.6. Купаться в воде длительное время нельзя. Можно легко простудиться. Если почувствовали озноб, немедленно выходите из воды и сделайте энергичные движения руками, разотрите полотенцем.

2. В открытом водоеме

2.1. Купаться можно только в специально отведенных местах, там дно проверено и очищено от опасных предметов.

2.2. Запрещается детям ходить к водоему одним, без взрослых. В случае опасности взрослый всегда поможет.

2.3. Нельзя нырять вниз головой или прыгать с берега.

2.4. Если вы плаваете на надувных матрацах, кругах, игрушках, обязательно рядом с вами должны находиться родители. Круг может порваться, и вы внезапно окажетесь под водой. Это очень опасно даже для хорошо умеющих плавать.

2.5. Не следует даже на круге заплывать далеко, вас может унести течение.

2.6. Никогда не плавайте в грязной воде, микробы, которые попадают в рот, в нос, могут вызвать серьезные заболевания.

2.7. Нельзя подавать крики ложной тревоги. Зовите на помощь только тогда, когда что-нибудь случится.

2.8. Если не умеешь плавать, и оказался на воде:

1. Попробуй лечь на воду лицом вниз, широко раскинув руки и дыша как можно глубже и реже. Так ты меньше затратишь энергии.

2. Оставаться на поверхности продолжительное время можно и по-другому. Двигай ногами так, как будто крутишь педали. Не переставая, шлепайте руками по воде, перенося на них часть нагрузки и сохраняя равновесие.

3. Или, оставаясь в вертикальном положении, сгибай одновременно обе ноги, разводя колени в стороны, а затем резко распрямляй их.

Воспитанники, во исполнение правил безопасного поведения на водоемах должны находиться под присмотром родителей, ответственных лиц, соблюдать неукоснительно их требования.

Опасные факторы:

- переохлаждение;
- ранения, травмирование по неосторожности, при нарушении требований настоящей инструкции;
- заражение инфекционными болезнями при употреблении воды из непроверенных открытых водоемов;
- утопление.

1. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В ЛЕТНЕЕ ВРЕМЯ

1.1. 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.

1.2. Перед купанием необходимо провести краткий инструктаж, напомнить о необходимости быть внимательным, осторожным.

1.3. Рекомендуется:

- во время купания не стоять без движения, почувствовав озноб немедленно выйти из воды;
- не купайтесь 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 (шапочки, очки и пр.).

1.4. Требуется:

- почувствовав усталость немедленно плыть к берегу;
- при возникновении судорог стараться держаться на воде, незамедлительно звать на помощь.

1.5. Запрещается:

- при оказании вам помощи не хватайте 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 купайтесь 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.

Судорога - непроизвольное болезненное сокращение мышц во время плавания. При судорогах не теряйтесь, старайтесь держаться на воде и зовите на помощь.

Применяйте способы самопомощи при судорогах:

судорога ног - вы делаете глубокий вдох, ныряете, хватаете себя за большие пальцы ног и сильно тянете на себя;

судорога мышц бедра - вы сгибаете ногу в колене и руками прижимаете её к задней поверхности бедра;

судорога мышц живота - подтягиваете согнутые в коленях ноги к животу;

судороги мышц рук - сжимаете и разжимаете кулаки, сгибаете и разгибаете руки в локтях.

Запомните:

движение сведённой мышцей ускоряет исчезновение судороги;

если судорога закончилась, быстрее выбирайтесь на берег, потому что судорога может повториться.

14. Действия при оказании помощи утопающему:

14.1. Если человек в пределах досягаемости, опуститесь на колени или лягте у кромки воды и протяните ему руку или какой-нибудь предмет (шест, весло, полотенце)

14.2. Если человек далеко от берега, бросьте ему плавучий предмет (доску, спасательный круг) Если тонет ребенок, то лучше всего бросить ребенку плавучий предмет на веревке: тогда вы сможете подтянуть ребенка к берегу. Спасательный круг нужно бросать плашмя в сторону утопающего. Круг должен упасть метр - полтора от утопающего, иначе вы ударите им пострадавшего.

14.3. Если пострадавший вас захватил, то нырните вместе с ним. Он вас отпустит и поднимется вверх, чтобы сделать вдох.

14.4. Если утопающий в панике, подплывите к нему со спины, захватите и плывите к берегу. Голова пострадавшего должна находиться над водой).

14.5. Если, оставаясь на берегу, помочь ребенку нельзя, войдите в воду и протяните ему какой-нибудь предмет и подтяните ребенка к берегу.

14.6. Если человек не дышит, приступайте к искусственному дыханию рот в рот. Проверьте у него пульс и при необходимости приступайте к реанимации.

14.7. Если человек дышит, перенесите его в теплое место, снимите с него мокрую одежду, заверните в одеяла и вызовите врача.

15. Запрещается:

- Купаться вблизи водосбросов, шлюзов, мостов, водоворотов, плотин, пристаней, причалов и других гидротехнических сооружений
- Заплывать за установленные знаки (ограждения участка, отведённого для купания)
- Подплывать близко к моторным лодкам, баржам
- Купаться при высокой волне
- Прыгать с вышки, если вблизи от неё находятся другие пловцы
- Толкать товарища с вышки или с берега
- Нырять после долгого пребывания на солнце (опасно тем, что резко рефлекторно сокращаются мышцы, что ведёт к остановке дыхания)
- При оказании вам помощи не хватайте спасающего, а помогите ему буксировать вас к берегу;
- Входить в воду потным, разгоряченным, при нырянии долго оставаться под водой;
- Не купайтесь больше 30 минут, если вода холодная, достаточно 5–6 минут;
- При ушных заболеваниях, не прыгайте в воду головой вниз;

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НА ЛЬДУ

Зимой на водоемах

В осенне-зимний и весенний периоды детям запрещен выходить на тонкий и опасный лед водоемов.

Запрещается становиться на льдины.

Общие требования по правилам безопасного поведения в зимнее время:

- 2.1. 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.
- 2.2. 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.
- 2.3. Рекомендуется перед выходом на лед наметить маршрут, прочность льда проверять ударом палки, пешни (проверять прочность ударом ноги запрещено), при наличии рюкзака размещать его на одном плече.
- 2.4. Не рекомендуется выходить на лед в позднее время, в незнакомых местах.
- 2.5. 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. Замёрзшую 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.
- 3.9. Запрещается появление на льду детей до 14 лет без сопровождения старших.

Безопасность на льду

1. Лед зеленоватого оттенка, толщиной 7 см - безопасный, он выдерживает одного человека.
2. Непрочный лёд - около стока воды (с фабрик, заводов).
3. Тонкий и рыхлый лёд - вблизи камыша, кустов, под сугробами.
4. Ненадёжный тонкий лёд - в местах, где бьют ключи, быстрое течение или там, где впадают в речку ручьи.

5. Запрещается:

Выходить по одному на неокрепший лед.

Собираться группой на небольшом участке льда.

Проверять на прочность льда ударами ног, клюшками.

Переходить водоем по неокрепшему льду друг за другом на небольшом расстоянии.

Идти по льду, засунув руки в карманы. Нести за спиной прочно надетый рюкзак.

6. Можно и нужно:

- 6.1. Не рисковать! Если лед трескается и прогибается, остановиться немедленно и сойти со льда.
- 6.2. Удостовериться в прочности льда. Спросить разрешения перехода у взрослых.
- 6.3. Замёрзшую реку (озеро) лучше перейти 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.
- 6.4. При вынужденном переходе водоёма безопаснее всего придерживаться проторённых троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лёд, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.
- 6.5. Площадки под снегом следует обойти.
- 6.6. При переходе водоёма группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5 - 6 м).
- 6.7. Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо.
7. Если вы провалились под лед:
 - 7.1. Необходимо широко раскинуть руки по кромкам льда, удерживаться от погружения с головой;
 - 7.2. Переберитесь к тому краю полыньи, пролома, где течение не увлекает Вас под лёд.
 - 7.3. Не паникуйте, старайтесь без резких движений выбираться на лёд, наползая грудью и поочерёдно вытаскивая на поверхность ноги, широко расставив их.
 - 7.4. Выбравшись из пролома, нужно откатиться и ползти в сторону, откуда вы пришли.

7.5. Добравшись до берега, идите быстро домой, переоденьтесь в тёплую, сухую одежду выпейте горячий чай.

8. Если на ваших глазах провалился человек:

8.1. Немедленно крикните ему, что идете на помощь.

8.2. Приближайтесь к полынье ползком, широко раскинув руки. Будет лучше, если подложите лыжи или фанеру, чтобы увеличить свою площадь опоры.

8.3. К самому краю полыньи подползать нельзя, иначе можно окажетесь в воде. Ремни или шарф, любая доска, жердь, лыжи помогут Вам спасти человека. Бросать связанные предметы нужно на 3- 4 м.

8.4. Велите провалившемуся человеку распластать руки по льду и работать ногами, чтобы удержаться на поверхности

8.5. Опуститесь на колени или лягте у кромки льда и протяните человеку руку или какой-нибудь предмет (палку, веревку, одежду).

8.6. Если нужно передвигаться по льду, ложитесь плашмя и медленно подползайте к человеку, пока он не ухватится за протянутый ему предмет .

8.7. Вытащив человека из воды, положите его на лед плашмя, не позволяйте ему встать на ноги и идти по льду.

8.8. Если не удастся вытащить человека из воды с помощью протянутого предмета (рис. 8), но рядом есть помощники, организуйте живую цепь. Один за другим выползайте, распластавшись по льду, и захватывайте лежащего впереди спасателя за лодыжки (рис.9). Подав пострадавшему подручное средство, вытащите его на лёд и ползком двигайтесь от опасной зоны.

9. Когда обращаться к врачу:

9.1. Если человек провалился под лед, вызовите неотложную помощь как можно скорее.

9.2. Если человек, вытасканный из ледяной воды, потерял сознание, если он какое-то время полностью находился под водой, если у него переохлаждение или если его состояние внушает вам опасения, вызовите неотложную помощь.

9.3. В остальных случаях обратитесь к врачу в поликлинику.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В ЭКСТРЕННЫХ СИТУАЦИЯХ

3.1. 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.


3.2. 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.

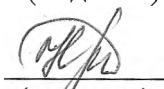
4.3. Учащиеся в случае, если явились свидетелями происшествия, должны немедленно звать на помощь взрослых.

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

РАЗРАБОТАНО
Специалист по ОТ

СОГЛАСОВАНО
Старший воспитатель


Сабитова С.Н.
(подпись)


Мордюк Н.А.
(подпись)