

## **ЗАТВЕРДЖЕНО**

Наказом від 29.12.2021 №292

Директор ліцею №2 ЛМР

\_\_\_\_\_ Нінель ПОСТОЛАТІЙ

М.П.

“11” січня 2022р.

# **ІНСТРУКЦІЯ № 29** **з охорони праці** **“Правила поведінки для дітей на воді”**

## **I. Загальні положення**

1.1. Дана інструкція розроблена з метою недопущення нещасних випадків під час перебування дітей на воді та біля водоймищ, шляхом проведення інструктажу з правил поведінки на воді.

1.2. Дія даної інструкції поширюються на всіх працівників навчального закладу, які здійснюють інструктаж здобувачів освіти та учнів ліцею.

1.3. Дітям необхідно суворо дотримуватися правил поведінки на воді, знати правила надання першої допомоги на воді собі і оточуючим в разі потреби.

1.4. Дана інструкція містить основні вимоги безпеки під час перебування на водоймах, купання, пересування на човнах, катамаранах і інших видах водного транспорту, доступного для самостійного керування учням.

1.5. Проведення інструктажу учнів з техніки безпеки перед проведенням масового заходу відбувається на підставі наказу директора ліцею про проведення відповідного масового заходу.

1.6. При настанні нещасного випадку не виробничого характеру з учнем ліцею, класний керівник зобов'язаний поінформувати про випадок директора ліцею (за відсутності - особу, яка заміняє), фахівця з охорони праці ліцею або іншу уповноважену особу, одразу як стало відомо про подію.

1.7. Знання та виконання правил поведінки на воді є запорукою безпеки життя та збереження здоров'я дітей.

1.8. Основні умови безпеки:

- Правильний вибір та обладнання місць купання;

- Навчання та вміння плавати;
- Суворе дотримання правил поведінки під час купання і катання на плавзасобах.

## **II. Правила поведінки дітей на воді**

- 2.1. Відпочинок на воді (купання, катання на човнах) повинен бути тільки у спеціально відведених місцевими органами виконавчої влади та обладнаних для цього місцях.
- 2.2. Відпочивати на воді тільки у світлу пору доби.
- 2.3. Купатися дозволяється в спокійну безвітряну погоду при швидкості вітру до 10м/сек, температурі води - не нижче +18° С, повітря - не нижче +24° С.
- 2.4. Перед купанням рекомендується пройти огляд лікаря.
- 2.5. Після прийняття їжі купатися можна не раніше, ніж через 1,5-2 години.
- 2.6. Заходити у воду необхідно повільно, дозволяючи тілу адаптуватися до зміни температури повітря та води.
- 2.7. У воді варто знаходитись не більше 15-20 хвилин.
- 2.8. Після купання не рекомендується приймати сонячні ванни, краще відпочити у тіні.
- 2.9. Не рекомендується купатися поодиноці біля крутих, стрімчастих і зарослих густою рослинністю берегів.
- 2.10. Перед тим, як стрибати у воду, переконайтесь в безпеці дна і достатній глибині водоймища.
- 2.11. Пірнати можна лише там, де є для цього достатня глибина, прозора вода, рівне дно.
- 2.12. Кататися на човні (малому плавзасобі) дозволяється тільки після отримання дозволу та реєстрації у чергового по човновій станції.
- 2.13. Під час купання не робіть зайвих рухів, не тримайте свої м'язи у постійному напруженні, не гоніться за швидкістю просування на воді, не порушуйте ритму дихання, не перевтомлюйте себе, не беріть участі у великих запливах без дозволу лікаря і необхідних тренувань.
- 2.14. Розраховувати свої сили при запливі потрібно так, щоб їх вистачило на зворотний шлях.
- 2.15. Не можна плавати на колодах, дошках, саморобних плотах.
- 2.16. Не можна запливати далеко на надувному матраці або колі, надувний плавальний засіб може вийти з ладу або віднести вітром далеко від берега.
- 2.17. При появі втоми потрібно спокійно пливати до берега, деякий час можна відпочити лежачи або пливучи на спині.
- 2.18. Не можна глибоко пірнати або плисти якомога довше під водою.
- 2.19. Не можна пірнати в незнайомих місцях - на дні можуть виявитися камені, корчі, металеві пруті і т.д..
- 2.20. На воді потрібно стежити за молодшими братами (сестрами).
- 2.21. Купатися тільки там де поблизу є дорослі.
- 2.22. Для тих, хто не вміє плавати купатися необхідно тільки в спеціально обладнаних місцях глибиною не більше 1,2 метра.

- 2.23. Потрапивши в швидку течію, не слід намагатися плисти проти неї, пливти потрібно за течією по діагоналі до берега.
- 2.24. Опинившись у вирі, не піддаватися паніці. Зробити глибокий вдих і, занурившись у воду, зробити сильний ривок і під водою пливти в сторону за течією, через кілька метрів спливти на поверхню.
- 2.25. Заплутавшись у водоростях, не робити різких рухів. Потрібно лягти на спину і намагатися повільно і спокійно випливи в ту сторону, звідки приплив. Якщо не вдається, - звільнити від рослин руки, підтягнути обережно до себе одну ногу і звільни її руками, потім іншу.
- 2.26. Тривале перебування у воді може привести до сильного переохолодження тіла і небезпечною для життя судомою.
- 2.27. Паніка - основна причина трагедій на воді. Ніколи не піддавайтеся паніці.
- 2.28. При наданні допомоги не можна хапатися за людину, яка рятує, потрібно довіритися їй і намагатися допомогти своїми діями.
- 2.29. При відчутті стягування пальців руки потрібно швидко з силою стиснути пальці кисті руки у кулак, зробити різкий відкидаючий рух рукою у зовнішній бік та розтиснути кулак; при судомі ікроножного м'яза необхідно, підігнувшись, двома руками обхопити ступню постраждалої ноги і з силою піджати ногу в коліні поперед себе.
- 2.30. Перед купанням в незнайомих місцях спочатку обстежуй дно.

### **III. Під час перебування на воді забороняється:**

- 3.1. Купатися в місцях, які не визначені місцевими органами виконавчої влади та не обладнані для купання людей.
- 3.2. Залазити на попереджувальні знаки, буї.
- 3.3. Стрибати у воду з човнів, катерів, споруджень, не призначених для цього.
- 3.4. Пірнати з містків, дамб, причалів, дерев, високих берегів.
- 3.5. Використовувати для плавання такі небезпечні засоби, як дошки, колоди, камери від автомобільних шин, надувні матраци та інше знаряддя, не передбачене для плавання.
- 3.6. Плавати на плавзасобах на пляжах та інших місцях, які відведені для купання.
- 3.7. Вживати спиртні напої під час купання.
- 3.8. Забруднювати воду і берег (кидати пляшки, банки, побутове сміття і т.д.), прати білизну і одяг у місцях, відведених для купання.
- 3.9. Підпливати близько до плавзасобів, які йдуть неподалік від місць купання.
- 3.10. Допускати у воді грубі ігри, які пов'язані з обмеженням руху рук і ніг.
- 3.11. Подавати помилкові сигнали небезпеки.
- 3.12. Заходити глибше, ніж до поясу дітям, які не вміють плавати.
- 3.13. Купання дітей без супроводу дорослих.
- 3.14. Влаштовувати у воді ігри, пов'язані з хапанням один одного за ноги, руки.

- 3.15. Чіплятися за човни, катамарани і інші засоби.
- 3.16. Залазити на бакени, буйки і т.д ..
- 3.17. Заборонено подавати крики помилкової тривоги.
- 3.18. Пірнати в незнайомих місцях.
- 3.19. Купатися в штормову погоду або в місцях сильного прибою.
- 3.20. Купання в нетверезому стані заборонено.
- 3.21. Не купайтеся в забруднених водоймах, в яких є ями і б'ють ключі.
- 3.22. Не купайся в заболочених місцях і там, де є водорості чи інша водна рослинність.
- 3.23. Купання вночі заборонено.

#### **IV. Прикінцеві положення інструкції**

- 4.1. Перевірка та перегляд інструкції з охорони праці при проведенні масових заходів в ліцеї здійснюється з періодичністю один раз на 5 років.
- 4.2.. Якщо по закінченні п'яти років з дня затвердження (введення в дію) даної інструкції умови праці не піддавалися змінам, то її дія може бути продовжена на наступні 5 років.
- 4.3. Відповідальність за своєчасні зміни і доповнення, а також перегляд цієї інструкції покладено на фахівця з охорони праці ліцею.

Інструкцію розробив

фахівець з охорони праці ліцею \_\_\_\_\_ Агнія Ніконова