

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы
Школа № 1282 «Сокольники»
(ГБОУ Школа № 1282 «Сокольники»)

ул. Барболина, д.1. Москва. 107014. ИНН/КПП 7718084112/771801001; ОКПО 40355173, ОГРН 1037739308584
тел: (499)268-52-14. e-mail:1282@edu.mos.ru; <http://schvu1282.mskobr.ru>



СОГЛАСОВАНО
Председатель профкома



И.Г. Чеблакова

«30» августа 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ Школа №1282



В.Н. Долматов

«30» августа 2019 г.

ПОЛОЖЕНИЕ
по охране труда
«Правила поведения обучающихся на водоемах
в летний, осенне-зимний и весенний периоды»

ПОТ-058-2019

2019 год

1. Правила безопасного поведения обучающихся на водоемах в летнее время.

- 1.1. Входите в воду быстро и во время купания не стойте без движения. Почувствовав озноб, быстро выходите из воды.
- 1.2. Не купайтесь сразу после приема пищи и большой физической нагрузки (игра в футбол, бег и т.п.). Перерыв между приемом пищи и купанием должен быть не менее 45-50 мин.
- 1.3. В холодную погоду, чтобы согреться, сделайте несколько легких физических упражнений.
- 1.4. Не купайтесь больше 30 минут, если вода холодная, достаточно 5-6 мин.
- 1.5. При ушных заболеваниях не прыгайте в воду головой вниз
- 1.6. Не оставайтесь при нырянии долго под водой.
- 1.7. Выйдя из воды, вытрите насухо и сразу оденьтесь.
- 1.8. Почувствовав усталость, сразу плывите к берегу.
- 1.9. При судорогах не теряйтесь, старайтесь держаться на воде и зовите на помощь.
- 1.10. При оказании вам помощи не хватайте спасающего, а помогите ему буксировать вас к берегу.

2. Запрещается:

- 2.1. Входить в воду разгоряченным (потным).
- 2.2. Заплывать за установленные знаки (ограждения участка, отведенного для купания).
- 2.3. Подплывать близко к моторным лодкам, баржам.
- 2.4. Купаться при высокой волне.
- 2.5. Прыгать с вышки, если вблизи от нее находятся другие пловцы.
- 2.6. Толкать товарища с вышки или с берега.

3. Безопасность на льду.

- 3.1. Безопасным для человека считается лед, толщина которого не менее 10 см в пресной воде и 15 см в соленой.
- 3.2. В устьях рек и притоков прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов камыша.
- 3.3. Если температура воздуха выше 0 градусов держится более 3-х дней, то прочность льда снижается на 25%. Прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета – прочный, белого – прочность его в два раза меньше, серый, матово-белый или с желтоватым оттенком лед не надежен.
- 3.4. Лед зеленоватого оттенка, толщиной 7 см – безопасный, он выдержит одного человека.
- 3.5. непрочный лед – около стока вод (с фабрик, заводов).
- 3.6. Тонкий или рыхлый лед – вблизи камыша, кустов, под сугробами.
- 3.7. Площадки под снегом следует обойти.
- 3.8. Ненадежный тонкий лед – в местах, где бьют ключи, быстрое течение или там, где впадают в реку ручьи.
- 3.9. нельзя проверять прочность льда ударами ноги.
- 3.10. Замерзшую 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. Но если лыж нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.
- 3.11. Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо.
- 3.12. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга 5-6 м.

4. Что делать, если вы провалились в холодную воду.

- 4.1. Если вы провалились, необходимо широко раскинуть руки по кромкам льда, удерживаться от погружения с головой.
- 4.2. Не паникуйте, старайтесь без резких движений выбираться на лед, наползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги.
- 4.3. Выбравшись из пролома, нужно откатиться и ползти в сторону, обратную направлению движения.

4.4. Добравшись до берега, идите быстро домой, переодевайтесь в сухую одежду, выпейте горячий чай.

5. Если вам необходимо оказать помощь провалившемуся в холодную воду.

5.1. Вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.

5.2. Следует ползком, широко расставив при этом руки и ноги и толкая перед собой спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.

5.3. Остановитесь от находящегося в воде человека в нескольких метрах, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест.

5.4. Осторожно вытащите пострадавшего на лед, и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны.

5.5. Ползите в ту сторону, откуда пришли.

5.6. Доставьте пострадавшего в теплое место. Вызовите скорую медицинскую помощь. Окажите пострадавшему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи).

Инструкция разработана:

Специалист по охране труда

М.К. Гусев

Согласовано:

Заместитель директора по воспитанию,
социализации и дополнительному образованию

Д.В. Дурнаво