


ГАПОУ СО «Баранчинский электромеханический техникум»

Согласовано:

Председатель СТК ГАПОУ СО «БЭМТ»

 С.В. Плюснина

«06» февраля 2020 года

Утверждаю:

Директор ГАПОУ СО «БЭМТ»

 Д.А. Белоусов

«10» февраля 2020 года



ИНСТРУКЦИЯ по технике безопасности пребывания на водоемах в летний, осенне-зимний и весенний периоды ИОТ-052-2020

В летнее время.

1. Входите в воду быстро, во время купания не стойте без движений. Почувствовать озноб, быстро выходите из воды.
2. Не купайтесь сразу после приема пищи и большой физической нагрузки (игра в футбол, бег и т.п.).
3. В холодную погоду, чтобы согреться, проделайте несколько легких физических упражнений.
4. Не купаться более 30 минут, если вода холодная, достаточно 5-6 минут.
5. При ушных заболеваниях не прыгайте в воду головой вниз.
6. Не оставайтесь при нырянии долго под водой.
7. Выйдя из воды вытрите насухо и сразу оденьтесь.
8. Почувствовать усталость, спокойно плывите к берегу.
9. При судорогах не теряйтесь, старайтесь держаться на воде и зовите на помощь.
10. При оказании вам помощи не хватайте спасающего, а помогите ему буксировать к берегу.

Запрещается:

1. Входить в воду разгоряченным (потным).
2. Заплывать за установленные знаки (ограждения участка, отведенного для купания).
3. Подплывать близко к моторным лодкам.
4. Купаться при высокой волне.
5. Прыгать с вышки, если вблизи от нее находятся другие пловцы.

6. Толкать товарища с вышки или с берега.
7. Купаться после приема пищи (перерыв между приемом пищи и плаванием должен быть 45-50 минут), большой физической нагрузки (игры в футбол и др.)

Безопасность на льду в осенне-зимний и весенний периоды.

1. Лед зеленоватого оттенка толщиной 7 см – безопасный, он выдерживает одного человека.
2. Не прочный лед – около стока вод (заводов).
3. Тонкий или рыхлый лед вблизи камыша, кустов, под сугробами.
4. Площадки под снегом следует обойти.
5. Ненадежный, тонкий лед в местах, где бьют ключи, быстрое течение или там, где впадают в реку ручьи.
6. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги.
7. При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться 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.
8. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга 5-6 метров.
9. Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо.
10. Если вы провалились, необходимо широко раскинуть руки по краям льда, удержаться от погружения с головой.
11. Не паникуйте, старайтесь без резких движений выбраться на лед, наползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги.
12. Выбравшись из пролома, нужно откатиться и ползти в сторону, обратную направлению движения.
13. Добравшись до берега, идите быстро домой, переоденьтесь в сухую одежду, выпейте горячий чай.

Специалист по ОТ и ТБ



Богаченков Д.В.