МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«РОДНИКОВСКАЯ ШКОЛА-ГИМНАЗИЯ»
Симферопольского района Республики Крым
ОКПО 00833941; ОГРН 1159102031703;ИНН/КПП 9109010469/910901001; ОКУД 0301001
ул.40 лет Победы,9, с. Родниково, Симферопольский район, РК, 297540
тел/факс 3(652)344-223, e-mail: school_simferopolsiy-rayon28@crimeaedu.ru
(МБОУ Родниковская школа – гимназия)

СОГЛАСОВАНО
Председатель ППО
_____ Н.В.Чурсина
«31» 08 2026 г.
Протокол № 7 от «31» 08 2026г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ
«Родниковская школа-гимназия»
_____ Ю.Ю.Тафийчук
Приказ № 574 от «01» 09 2026г

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда на водоёмах
в летний, осенне-зимний и весенний периоды
ИОТ-080-2026

1.Общее положение охраны труда.

1. Инструкция по безопасности жизнедеятельности при пребывании на водоемах разработана на основании государственных нормативных актов по охране труда.
2. Все учащиеся проходят инструктаж по безопасности жизнедеятельности при пребывании на водоемах и правилам оказания первой доврачебной помощи.
3. На территории обслуживания школы находятся закрытые водоемы:

- с. Родниково

4. Опасности при пребывании на водоеме:

- неровные днища водоемов;
- замусоренное дно (коряги, камни, водоросли, железные и др. предметы, дохлая скотина, представляющие опасность для жизни и здоровья);
- не огражденные места для купаний;
- скользкое дно;
- загрязненная вода;
- в зимнее время – лед.

2.Требования охраны труда при поведении на воде

2.1.Не купайтесь в незнакомых водоемах, особенно расположенных вдали от населенных пунктов.

2.2.Не купайтесь сразу после приема пищи и большой физической нагрузки (игры в футбол, бега, борьбы и т.п.). Перерыв между приемом пищи и купанием должен быть не менее 50 мин.

2.3.Не умеешь плавать – не погружайся в воду выше пояса.

2.4.В жаркие солнечные дни купайтесь в плавательной шапочке или укрывайте голову белым платком.

2.5.Не купайтесь больше 30 минут, если вода холодная, достаточно 5-6 минут.

2.6.Если ты склонен к судорогам – не заплывай далеко.

2.7.Если вы пришли на пляж большой кампанией, следи, все ли вышли из воды после купания.
2.8.Почувствовав усталость, спокойной плывите к берегу. При судорогах не теряйтесь, старайтесь держаться на воде и зовите на помощь.
2.9.При оказании вам помощи, не хватайте спасающего, а помогите ему буксировать вас к берегу.
2.10.При слабости или недомогании после купания обратитесь к врачу.
2.11.Запрещается:
- купаться при недомогании и повышенной температуре;
- нырять вниз головой;
- прыгать в воду с берега, лодок;
- затевать в воде игры (особенно на глубине, когда вода доходит тебе до подмышек);
- купаться в загрязненной воде;
- плавать под водой;
- толкать друга с берега в воду;
- оставаться долго под водой после ныряния;
- купаться в одиночку;
- перед купанием употреблять спиртные напитки, курить.

2.12.Купаться можно только в специально отведенных для этого местах.
2.13.Пока не научился плавать, заходить в воду не глубже чем по пояс
2.14.Обучаясь плаванью, старайся двигаться в воде к берегу, мелкому месту.
2.15.Шутить, баловаться и спорить в воде крайне опасно, особенно с теми, кто еще не научился хорошо плавать
2.16. Не ныряй головой вниз в тех местах, которые специально не приспособлены для прыжков в воду. Не прыгайте в воду с лодок, плотов, обрывов, пней.
2.17. Не заплывайте за знаки ограждения мест купания.
2.18. При купаниях в горных реках:
- необходимо проверить температуру воды
- большую опасность представляет каменистое дно, подводные камни становятся скользкими.

2.19. При купании в равнинных реках:
- опасны водовороты и омуты. Если попали в водоворот, наберите в легкие побольше воздуха, нырните и сделайте сильный рывок в сторону течения.

2.20. При купании в море:
- не заходите в воду сразу же по приходу на пляж – необходимо немного остыть
- чередовать пребывание на солнце и в воде
- после купания не следует стоять на ветру, нужно вытереться досуха сухим полотенцем и сменить купальный костюм на сухой.
- Не подплывать близко к проходящим судам, развлекательным снарядам
- Не заходить в воду и не купаться при волнении моря свыше 3-х баллов
- Находясь на отдыхе в лагере, заходить в воду и выходить из воды по команде руководителя группы не более 10 человек.

2.21. При купании в незнакомых открытых водоемах:
- избегайте прудов с заросшими берегами, мест скопления остатков удобрений и органических загрязнителей
- перед тем как войти в воду, внимательно осмотритесь: если вода «цветет» - это верный признак наличия в ней органических загрязнителей и минеральных удобрений, если вода имеет неприятный запах сероводорода – она перенасыщена органическими отбросами и биогенными веществами.
- Осмотрите окрестности водоема: если вблизи животноводческая ферма или отстойники городской очистительной системы- вода может быть заражена яйцами гельминтов

- Не купайтесь в водоемах вблизи расположения слива городских сточных вод и стоков промышленных предприятий

2.22. Нельзя купаться в оросительных каналах, дренажных системах, в водоемах со стоячей водой где обитают птицы

2.23.В зимнее время прежде чем передвигаться по льду, внимательно его осмотрите. Прочность льда определяется по отсутствию трещин, воздушных пустот, промоин.

2.24.Запрещается:

- подходить к кромке льда ближе чем на 1 м;
- передвигаться по льду в период оттепели и ледохода.

3.***Требование охраны труда при оказании помощи утопающему***

3.1.При оказании помощи утопающему необходимо уметь хорошо плавать, владеть приемами оказания первой доврачебной помощи и действовать при этом быстро и решительно.

3.2.Если вы не умеете плавать:

3.3.Громко позовите на помощь взрослых.

3.4.Если тонущий еще сам старается удержаться на поверхности воды, его нужно ободрить, бросить спасательный круг, шест, весло, конец веревки, чтобы он смог держаться на воде, пока его не спасут.

3.5. Последовательность действий спасателя;

Вхождение в воду:

- снять одежду и обувь; в холодную погоду во избежание резкого переохлаждения лучше полностью не раздеваться;
- на берегу или на воде наметить ориентиры (деревья, столбы, буи, баки, вехи и т.п.) – это поможет вам найти тонущего в случае его погружения под воду;
- при сильном течении входите в воду выше того места, где тонет человек; в незнакомом месте целесообразней прыгать ногами вниз.

Подплывите к тонущему:

- приближаться к тонущему необходимо со стороны спины, чтобы избежать его захватов;
- успокойте обессиленного человек, внушите ему уверенность в том, что он будет спасен; если успокоить его не удалось, будьте предельно осторожны.

Поиск пострадавшего под водой:

- поиск производится по расширяющейся спирали вокруг предполагаемого места затопления;
- обнаружив пострадавшего под водой, обратите внимание на его положение: если он *лежит на дне лицом вверх, необходимо подплыть к нему со стороны головы, взять* под мышки и, оттолкнувшись от дна, всплыть на поверхность, работая ногами; если же пострадавший лежит на дне лицом вниз, подплывать к нему надо со стороны ног.

Освобождение от захватов тонущего:

- от захватов, не сковывающих движения (захват за руку или одежду спасателя), можно не освобождаться;
- самый простой способ – **способ погружения**; поскольку тонущий старается всеми силами удержаться на поверхности воды, то при его погружении под воду он инстинктивно разожмет руки.

Транспортировка пострадавшего к берегу:

- основные требования: быстрота передвижения и обеспечение пострадавшему дыхания (то есть придать пострадавшему такое положение, при котором его нос и рот находились бы над поверхностью воды);
- транспортировка пострадавшего возможна одним из известных способов: за подбородок на спине или боку; на спине спасателя (при этом пострадавший удерживается руками за плечи спасателя);

- после выноса пострадавшего на берег следует немедленно приступить к оказанию первой медицинской помощи.

4. Спасение провалившегося под лед:

4.1. Провалившемуся необходимо попытаться самостоятельно выбраться из полыньи; для этого, наваливаясь всем телом на кромку льда, двигаться в сторону берега. Достигнув прочного льда, необходимо выбраться на лед и ползком перемещаться к берегу.

4.2. Если пострадавший самостоятельно не может выбраться из полыньи, то необходимо:

- с помощью веревки, шеста или другого длинного и прочного предмета попытаться вытащить его;
- если пострадавший обессилел, снять верхнюю одежду и обувь, обвязаться веревкой, *конец которой закрепить на берегу, и ползком двигаться в сторону полыньи;*
- если нет под рукой веревки, то спасение производят с помощью доски, бревна и т.п., которыми перекрывают полынью (это позволит пострадавшему, оперевшись на них, выбраться из полыньи);
- если в спасении участвуют несколько человек, то пострадавшего извлекают с помощью живой цепи: следует лечь на лед и взяться за руки или за ноги друг друга.

4.3. Опасайтесь затягивания пострадавшего течением под лед!

Если это все-таки произошло, то необходимо пробить проруби по течению и начать подводный поиск, причем поиск необходимо начинать с дальней проруби, закрепившись веревкой на берегу.

4.4. После выноса пострадавшего на берег, необходимо его согреть (растереть, укутать в теплую одежду) и оказать первую медпомощь.

Инструкцию разработал
специалист по охране труда Н.Н.Енина