

Министерство образования и науки Самарской области
государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Самарской области
«Технологический колледж имени Н.Д. Кузнецова»
ГБПОУ «ТК им. Н.Д. Кузнецова»

СОГЛАСОВАНО
председатель Совета Учреждения

/Ю.Ю. Алексеев/

11.04.2018г.

Директор

УТВЕРЖДАЮ

/ А.Н. Сакеев /

11.04.2018г.



ИНСТРУКЦИЯ по охране труда

по правилам поведения на воде в летний период для студентов колледжа **ИОТ-30-2018**

Вода - опасная стихия, поведение с которой требует осторожности. Соблюдение правил безопасности помогут избежать несчастных случаев на воде. Надо хорошо знать и соблюдать следующие правила:

- плавание и купание разрешается только в местах отведенных для этих целей, отвечающих условиям безопасности и гигиены;

- заниматься плаванием и купаться можно только в чистой воде при температуре не ниже +15 градусов;

- при несчастных случаях на воде нужно сохранять самообладание, действовать быстро, но не суетиться;

- осенью запрещается кататься на плотках и лодках, так как в случаях их переворачивания люди, оказавшись в холодной воде и далеко от берега, быстро замерзают, теряя координацию движений;

- запрещается баловаться и поднимать ложную тревогу о помощи.

Не доводите себя до озноба. При переохлаждении могут возникнуть судороги, остановка дыхания, потеря сознания. Лучше купаться несколько раз по 15-20 минут. Не входите и не ныряйте в воду после длительного пребывания на солнце. При охлаждении в воде наступает резкое рефлекторное сокращение мышц, что приводит к остановке дыхания. Не входите в воду в состоянии алкогольного опьянения. Алкоголь блокирует нормальную деятельность головного мозга. Если поблизости нет оборудованного пляжа, выбирайте безопасное для купания место с постепенным уклоном и твердым чистым дном. В воду заходите осторожно. Никогда не ныряйте в незнакомых местах, специально не оборудованных. Даже если накануне это место было безопасным для прыжков, то за ночь могли что-то бросить в воду или течением могло принести опасные предметы. Не прыгайте в воду с сооружений, не приспособленных для этого и в местах, где неизвестны глубина и состояние дна. Не заплывайте далеко, особенно за буи, потому что можно не рассчитать своих сил. Почувствовав усталость, не теряйтесь и не стремитесь быстрее доплыть до берега. Научитесь отдыхать на воде. Перевернувшись на спину и поддерживая себя на поверхности легкими движениями конечностей, вы сможете отдохнуть. Если вас захватило течением, не стремитесь с ним бороться. Нужно плыть вниз по течению, постепенно, под небольшим углом приближаясь к берегу. Не теряйтесь, даже если вы попали в водоворот. Необходимо набрать побольше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону, выплыть. Очень осторожно плавайте на надувных матрацах, автомобильных камерах и надувных игрушках. Ветром или течением их может отнести очень далеко от берега, а волной - захлестнуть, из них может выйти воздух, и они потеряют плавучесть. Купание с маской, трубкой и ластами требует особой осторожности. Не плавайте с трубкой при сильном волнении воды в море. Плавать нужно только вдоль берега и обязательно под постоянным присмотром, чтобы своевременно могла прийти помощь. Не допускайте грубых игр на воде: подплывать под тех, кто купается, "топить", подавать ложные сигналы о помощи и др.

Купание детей ни в коем случае не должно проходить без присмотра взрослых, которые хорошо умеют плавать. Учиться плавать обязательно необходимо под руководством инструктора или родителей. Не заплывайте за ограничительные знаки, которые ограничивают акваторию с проверенным дном, определенной глубины, и где гарантированно отсутствие водоворотов и других опасностей. Не влезайте на технические, предупредительные знаки, буи и другие предметы. Не приближайтесь к судам, лодкам и катерам, которые проплывают вблизи вас. Не используйте моторные, парусные, весельные лодки, другие гребные и моторные плавсредства, водные велосипеды, скоростные моторные плавсредства, водные мотоциклы в зонах пляжей, в общественных местах купания при отсутствии буйкового ограждения пляжной зоны и в границах этой зоны.

Категорически запрещается купание в затопленных карьерах, каналах, озерах, пожарных водоемах, прудах, морских акваториях и других водоемах, которые не имеют пляжей, оборудованных сезонными спасательными постами.

В оздоровительных учреждениях купание разрешается только группами не более 20 человек. За группой должно вестись непрерывное наблюдение дежурными воспитателями и инструкторами. Купание при отсутствии спасательных постов запрещено.

Нарушение этих правил остается главной причиной гибели людей на воде.

Оказание первой помощи утопающему:

- если он ушел под воду, запомните место, где это произошло;
- наберите в легкие побольше воздуха и ныряйте;
- обнаружив человека, хватайте его за волосы и тащите на поверхность;
- двигаясь к берегу, следите за тем, чтобы лицо пострадавшего было над водой.

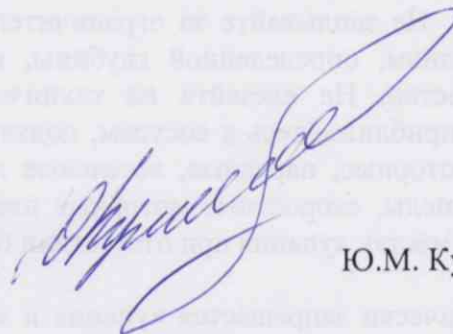
Когда человек не контролирует свои действия, он судорожно цепляется за вас и тянет на дно. Поэтому приближайтесь к нему со стороны спины. Если утопающий мешает вам действовать, освободитесь от захвата, ненадолго нырнув. Затем обхватите его грудную клетку одной рукой и плывите к берегу. Обязательно привлечите внимание окружающих. Попросите их вызвать "скорую помощь". После того, как вы вытащили утопающего на берег, немедленно приступайте к действиям по восстановлению его дыхания и сердцебиения:

- в первую очередь освободите дыхательные пути человека от воды;
- обязательно очистите его ротовую полость;
- проводя непрямой массаж сердца, не останавливайтесь ни на секунду;
- вдыхая воздух в легкие пострадавшего, следите за тем, как приподнимается грудная клетка.

При судорогах:

- немедленно выйти из воды;
- изменить стиль плавания - плыть на спине;
- при ощущении стягивания пальцев руки, надо быстро, с силой сжать кисть руки в кулак, сделать резкое отбрасывающее движение рукой в наружную сторону, разжать кулак;
- при судороге икроножной мышцы необходимо при сгибании двумя руками и обхватить стопу пострадавшей ноги и с силой подтянуть стопу к себе;
- при судорогах мышц бедра необходимо обхватить рукой ногу с наружной стороны ниже голени у лодыжки (за подъем) и, согнув ее в колени, потянуть рукой с силой назад к спине;
- произвести укалывание любым острым подручным предметом (булавкой, иголкой и т.п.);
- уставший пловец должен помнить, что лучшим способом для отдыха на воде является положение "лежа на спине".

Ответственный за организацию
работы по охране труда в ГБПОУ «ТК
им. Н.Д. Кузнецова»



Ю.М. Куликова