

ИНСТРУКЦИЯ №13

Для обучающихся ГБОУ ЛО «Лужская санаторная школа-интернат»

ПО ПРАВИЛАМ БЕЗОПАСНОСТИ НА РЕКЕ И ВОДОЁМАХ

I. При купании в реке или открытом водоёме.

- 1.1. Не умеешь плавать – не купайся на глубоком месте, не надейся на плавательные средства - они могут выскользнуть, и Вы утонете.
- 1.2. Не заплывайте далеко, можно устать и не доплыть до берега.
- 1.3. Не ныряйте в неизвестном месте и на мели, так как можно удариться головой о дно или о какой-либо предмет.
- 1.4. Не играйте на глубине с погружением головы в воду, можно захлебнуться.
- 1.5. Не плавайте в лодке без спасательных средств (спасательного жилета или круга).
- 1.6. Не шалите в лодке на воде, можно опрокинуться.
- 1.7. Не подплывайте к дебаркадерам, баржам и судам – может затянуть по днище.
- 1.8. Не зная броду не переходите речку. Можно попасть в яму.

^ II. При выходе на лёд.

- 2.1. Не выходите на тонкий или непрочный лёд на реке или водоёме – можно провалиться. Лёд может быть непрочным около стока вод, вблизи кустов, под сугробами и около берега.
- 2.2. Идти следует по уже проложенной тропе.
- 2.3. Не катайтесь на льдинах. Они могут перевернуться или разломиться. Ветром или течением их может отнести далеко от берега.
- 2.4. При спасении на тонком льду не приближайтесь на прямых ногах к месту провала, нужно подать длинную палку и бросить верёвку.

III. При купании в бассейне.

- 3.1. Не купайтесь в бассейне босиком. Надевайте резиновые тапки, чтобы не поранить ноги о возможные сколы бетона, плиточной облицовки и чтобы не было скользко.
- 3.2. Не ныряйте в неустановленных местах, там может быть мелко и Вы ударитесь головой о дно и получите тяжёлую травму.
- 3.3. Не прыгайте с вышек без специальной подготовки. Можно повредить позвоночник или получить шок при попадании сильной струи воды через нос в дыхательные пути.
- 3.4. Будьте осторожны при выходе из бассейна – можно поскользнуться и упасть.

Инструкция составлена:

заместителем директора по БЖ

