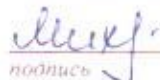


Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида № 46 с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей»


СОГЛАСОВАНО

Председатель профкома

 / О.В. Михайлова  
подпись Ф.И.О.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Д/с № 46»

 / О.В. Сивкевич  
подпись Ф.И.О.

«14» февраля 2022 г.

**Инструкция**  
**по правилам безопасного поведения воспитанников на воде**  
*№ 42*

1. Купаться можно только в специально отведенных местах, там дно проверено и очищено от опасных предметов.
2. Запрещается детям ходить к водоему одним, без взрослых.
3. Во время купания не стойте без движения. Почувствовав озноб, быстро выходите из воды.
4. Если вы плаваете на надувных матрацах или кругах обязательно рядом с вами должны находиться родители. Круг может порваться, и вы внезапно окажетесь под водой.
5. Не следует даже на круге заплывать далеко, вас может унести течение.
6. Никогда не плавайте в грязной воде, микробы, которые попадают в рот, в нос, могут вызвать серьезные заболевания.
7. Не купайтесь сразу после приема пищи и большой физической нагрузки (игра в футбол, бег и т. д.). Перерыв между приемом пищи и купанием должен быть не менее 45-50 минут.
8. В холодную погоду, чтобы согреться, сделайте несколько легких физических упражнений.
9. Не купайтесь дольше 30 минут; если вода холодная, достаточно 5-6 минут.
10. Нельзя нырять вниз головой или прыгать с берега.
11. Не оставайтесь при нырянии долго под водой.
12. Выйдя из воды, вытритесь насухо и сразу оденьтесь.
13. Почувствовав усталость, сразу плывите к берегу.
14. Нельзя подавать крики ложной тревоги. Зовите на помощь только тогда, когда что-нибудь случится.

15. При судорогах не теряйтесь, старайтесь держаться на воде и зовите на помощь.
16. При оказании вам помощи не хватайте спасающего, а помогите ему буксировать вас к берегу.
17. Запрещается во время купания:
  - входить в воду разгоряченным (потным);
  - заплывать за установленные знаки (ограждения участка, отведенного для купания);
  - подплывать близко к моторным лодкам, баржам;
  - купаться при высокой волне;
  - прыгать с вышки, если вблизи от нее находятся другие пловцы, толкать товарища с вышки или с берега.

Инструкцию разработал: Лайзан /О.Н. Лайзан/