

**СОГЛАСОВАНО:**

Председатель профсоюзного комитета

\_\_\_\_\_ М.А.Рогожина

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2021г

Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2021г.

**УТВЕРЖДАЮ:**

Заведующий МАДОУ детский сад  
комбинированного вида № 33

\_\_\_\_\_ О.Ю.Захарова

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2021г.

Приказ № \_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2021г.

**Инструкция № 22**

**по правилам безопасного поведения воспитанников на воде**

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 окажитесь 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. Не купайтесь дольше 30 минут; если вода холодная – достаточно 5- 6 минут.
9. Нельзя нырять вниз головой или прыгать с берега.
10. Не оставайтесь при нырянии долго под водой.
11. Выйдя из воды, вытрите насухо и сразу оденьтесь.
12. Почувствовав усталость, сразу плывите к берегу.
13. Нельзя подавать крики ложной тревоги. Зовите на помощь только тогда, когда что-нибудь случится.
14. При судорогах не теряйтесь, старайтесь держаться на воде и зовите на помощь.
15. При оказании вам помощи не хватайте спасающего, а помогите ему буксировать вас к берегу.
16. 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.