**Требования по мерам обеспечения безопасности детей при купании**

**во время похода**

**Общие требования**

# 1. К купанию, занятиям по плаванию в открытых водоемах допускаются дети старшего дошкольного возраста и учащиеся с первого класса, прошедшие инструктаж по соблюдению требований безопасности при нахождении вблизи водоемов и во время купания, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

2. Дети, отдыхающие в оздоровительных учреждениях, в программу которых входит нахождении вблизи водоемов и купание, должны пройти специальные занятия «Безопасность на воде», включающие отработку практических навыков безопасного поведения на воде, практические занятия по оказанию доврачебной помощи при несчастных случаях на воде.

3. При нахождении вблизи водоема, во время купания**,** занятий по плаванию дети должны строго соблюдать правила поведения, дисциплину, установленные порядок и режимы занятий и отдыха, незамедлительно и четко выполнять указания инструктора (руководителя группы).

**Требования к руководителям похода**

1. Для купания детей во время похода выбирается место на реке с минимальным течением, неглубокое, с пологим и чистым от свай, коряг, острых камней, водорослей и ила дном.

2. Обследование места купания проводится взрослыми, умеющими хорошо плавать и нырять. Обозначить границы купания.

3. Купание детей проводится под непрерывным контролем взрослых и организацией страховки ниже по течению реки.

4. Организовывать купание детей в реке группами не более 10 человек.

**Требования к обучающимся**

1. Требования безопасности перед началом купания (занятий по плаванию):

– Сделать перерыв между приемом пищи и купанием не менее 45-50 минут.

– Надеть купальный костюм (плавки), на голову – плавательную шапочку.

– Сделать разминку, выполнив несколько легких упражнений.

2. Требования безопасности во время купания (занятий по плаванию):

– Входить в воду только с разрешения инструктора (руководителя группы) и во время купания не стоять без движений.

– Внимательно слушать и выполнять все команды и сигналы инструктора (руководителя группы).

– Не прыгать в воду головой вниз при недостаточной глубине воды и при нахождении вблизи других пловцов.

– Не оставаться при нырянии долго под водой.

– Если вода холодная, купаться не более 5-6 мин.

– При купании в естественном водоеме не заплывать за установленные знаки ограждения (буйки, естественные), не купаться на большой волне, не подплывать близко к моторным лодкам, пароходам, баржам и пр. плавательным средствам.

– Почувствовав озноб, быстро выйти из воды и растереться сухим полотенцем. Чтобы согреться, сделать несколько легких гимнастических упражнений.

– При судорогах не теряться, стараться держаться на воде и позвать на помощь.

– соблюдать санитарно-гигиенические нормы.

6. Требования безопасности по окончании купания:

– Выйдя из воды, вытереться полотенцем насухо и сразу же одеться.

*7. Запрещается:*

– нырять с плавсредства на ходу;

– купаться в местах, где выставлены щиты (аншлаги) с предупреждениями и запрещающими надписями;

– купаться в не оборудованных, не обследованных местах;

– заплывать за указанную руководителем границу плавания (буйки);

– подплывать к моторным, парусным судам, весельным лодкам и другим плавсредствам;

– прыгать в воду с катеров, лодок, причалов, а также сооружений, не приспособленных для этих целей;

– загрязнять и засорять водоемы;

– оставлять на берегу, в гардеробах и раздевальнях бумагу, стекло и другой мусор;

– играть с мячом и в спортивные игры в не отведенных для этих целей местах, а также допускать в водных объектах игры, связанные с нырянием и захватом купающихся;

– подавать крики ложной тревоги;

– плавать на досках, бревнах и других не приспособленных для этого средствах (предметах).

Составила Грудинова Л.А.

Июль 2014г.