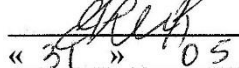


Согласовано
Председатель профсоюзного комитета
МБОУ «Гимназия №1» г.Салавата

 А.Я. Лина
« 31 » 05 20 16 г.

Утверждаю
Директор МБОУ «Гимназия №1»
г. Салавата

 Л.В. Давыдова
« 31 » 05 20 16 г.

Инструкция № 165 по технике безопасности при занятиях в бассейне

1. Общие требования.

1.1. К занятиям в бассейне допускаются дети:

- не имеющие медицинских противопоказаний для занятий в бассейне,
- прошедшие инструктаж по технике безопасности.

1.2. Занимающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.3. О каждом несчастном случае пострадавший обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю (воспитателю), проводящему занятия в бассейне.

1.4. Занимающимся запрещается без разрешения тренера-преподавателя (воспитателя), проводящего занятия в бассейне, подходить к имеющемуся в бассейне оборудованию и пользоваться им.

1.5. Занимающимся запрещается входить в чашу бассейна без тренера-преподавателя (воспитателя).

1.6. Запрещается использовать моющие средства в стеклянной упаковке.

1.7. Занимающиеся, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции, могут быть отстранены от занятий.

1.8. Опасными факторами в бассейне являются:

- физические (скользкие поверхности; острые кромки и сколы на поверхностях ванн и полах; электрооборудование (сушилки, фены, и т.п.); горячая вода в душевых; пониженные значения температуры воды и воздуха; возможность захлебнуться);
- химические (повышенная концентрация различных химических веществ в воде и в воздухе).

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Тренер-преподаватель (воспитатель) должен ознакомить детей с настоящей инструкцией.

2.2. С разрешения тренера-преподавателя (воспитателя) дети должны:

- пройти в раздевалку. Раздеваться, не мешая соседям, аккуратно складывать свою одежду;
- вымыться в душе с мылом и мочалкой без купального костюма;
- надеть купальный костюм и шапочку;
- осторожно войти в помещение бассейна;
- входить в воду по лестнице, спиной к воде.

2.3 Запрещается приступать к занятиям непосредственно после приема пищи или больших физических нагрузок.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. Во время занятий занимающийся обязан:

- соблюдать настоящую инструкцию;
- неукоснительно выполнять все указания тренера-преподавателя (воспитателя), проводящего занятия;
- при поточном выполнении упражнений в воде (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений;
- выполнять прыжки с бортика только с разрешения тренера-преподавателя (воспитателя), проводящего занятия;
- использовать спортивный инвентарь (доски для плавания, мячи, игрушки и т.п.) только с разрешения и под руководством тренера-преподавателя (воспитателя), проводящего занятия;

3.2. Занимающимся запрещается:

- выполнять любые действия без разрешения тренера-преподавателя (воспитателя), проводящего занятия;
- «топить» друг друга;
- снимать шапочку для плавания;
- бегать в помещении бассейна, в раздевалках;
- сидеть на разделительных дорожках;
- нырять с бортиков и плавать под водой без разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия;
- вносить в помещение бассейна любые предметы без разрешения тренера-преподавателя (воспитателя), проводящего занятия;

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При возникновении во время занятий в воде болей в суставах, мышцах конечностей, сильного покраснения кожи, неприятных ощущений в глазах, возникновения кровотечения, а также при плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю (воспитателю), проводящему занятия с последующим обращением к медсестре плавательного бассейна.

4.2. Почувствовав озноб, сообщить об этом тренеру-преподавателю (воспитателю), проводящего занятия, с его разрешения выйти из воды и растереться сухим полотенцем. При судорогах позвать на помощь;

4.3. При возникновении чрезвычайной ситуации (появлении посторонних запахов, задымлении, возгорании) немедленно сообщить об этом тренеру-преподавателю (воспитателю), проводящему занятия и действовать в соответствии с его указаниями.

4.4. При получении травмы сообщить об этом тренеру-преподавателю (воспитателю), проводящему занятия.

5. Требования безопасности по окончании занятий

5.1. С разрешения тренера-преподавателя (воспитателя) дети должны:

- выйти из воды по лестнице, спиной к воде;
- принять душ, одеться, просушить волосы под феном;
- восстановиться 5-10 минут;
- организованно покинуть помещение спорткомплекса.