

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 2» Г.БЕЛГОРОДА**

«Согласовано»
с Профсоюзным комитетом
МБУДО ДЮСШ №2
Протокол № 07 от 22.08.17г.

«Утверждено»
Директор МБУДО ДЮСШ № 2
Нарбут В.К.Нерубенко
Приказ от 31.08.2017 № 171

**ИНСТРУКЦИЯ № 5
по мерам безопасности
при проведении учебно-тренировочных занятий
на воде в плавательном бассейне**

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

1.1. К занятиям в бассейне допускаются:

- Лица с 7 лет, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий в бассейне;
- прошедшие инструктаж по мерам безопасности.

При нахождении в бассейне обучающиеся обязаны соблюдать Правила поведения для учащихся. График проведения занятий в бассейне определяется расписанием занятий, утвержденным директором МБУДО ДЮСШ № 2.

1.2. Опасными факторами в бассейне являются:

- **физические** (скользкие поверхности; острые кромки и сколы на поверхностях ванн и полах; шум; 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).

1.3. Обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.4. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю проводящему занятия в бассейне.

1.5. Обучающимся запрещается без разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия в бассейне, подходить к имеющемуся в бассейне и во вспомогательных помещениях (раздевалки, душевые и т.п.) оборудованию и пользоваться им.

1.6. Запрещается использовать моющие средства в стеклянной упаковке и зеркальца.

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

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ

- 2.1.Изучить содержание настоящей инструкции.
- 2.2.С разрешения тренера-преподавателя пройти в раздевалку, раздеться, не мешая соседям, аккуратно складывая свою одежду в специальный шкафчик.
- 2.3.Вымыться в душе с мылом и мочалкой (без купального костюма).
- 2.4.Надеть купальный костюм и шапочку.
- 2.5.Осторожно войти в помещение бассейна.
- 2.6.С разрешения тренера-преподавателя войти в воду по специальным лестницам, спиной к воде.
- 2.7.Запрещается приступать к занятиям непосредственно после приема пищи или после больших физических нагрузок.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ

Во время занятий обучающийся обязан:

- 3.1.соблюдать настоящую инструкцию;
- 3.2.неукоснительно выполнять все указания тренера-преподавателя, проводящего занятия;
- 3.3.при поточном выполнении упражнений в воде (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений;
- 3.4.выполнять прыжки с тумбочек только с разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия;
- 3.5.использовать спортивный инвентарь (доски для плавания, мячи, калабашки и т.д.) только с разрешения и под руководством тренера-преподавателя, проводящего занятия.

Обучающимся запрещается:

- 3.6.выполнять любые действия без разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия;
- 3.7.хватать друг друга за руки, ноги, голову и другие части тела во избежание несчастных случаев и травм;
- 3.8.«топить» друг друга;
- 3.9.снимать шапочку для плавания;
- 3.10.бегать в помещении бассейна, в раздевалках;
- 3.11.прыгать в воду с бортиков и лестниц;
- 3.12.висеть на разделительных дорожках, подныривать под лестницы в бассейне;
- 3.13.нырять с тумбочек и плавать под водой без разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия.
- 3.14.вносить в помещение бассейна любые предметы без разрешения тренера-преподавателя, 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 ощущениях в глазах возникновения кровотечения, а также при плохом самочувствии прекратить занятие и сообщить об этом тренеру-преподавателю, проводящему занятия с последующим обращением к медсестре плавательного бассейна.

4.2. Почувствовав озноб, сообщить об этом тренеру-преподавателю, проводящему занятия, с его разрешения выйти из воды и растереться сухим полотенцем.

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

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

4.6. При получении травмы сообщить об этом тренеру-преподавателю, проводящему занятия.

4.7. При необходимости и возможности помочь тренеру-преподавателю, проводящему занятия, оказать пострадавшему первую помощь.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ

5.1. С разрешения тренера-преподавателя выйти из воды по специальным лестницам, спиной к воде.

5.2. Принять душ, одеться, просушить волосы под феном.

5.3. С разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия, организованно покинуть помещение бассейна.

5.4. При обнаружении неисправности оборудования, системы вентиляции и очистки воды, работы сантехнических систем, нарушения целостности окон проинформировать об этом тренера-преподавателя, проводящего занятия.

Инструкцию разработали:

Заместитель директора И.В.Хаецкая И.В.Хаецкая

Заместитель директора Е.В.Кравченко Е.В.Кравченко