**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**"Новогореловская общеобразовательная школа"**

ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ

педагогическим советом Директор МОУ «Новогореловская школа»

МОУ «Новогореловская школа» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.В.Захарова

Протокол № 2 от «1» сентября 2021 г. Приказ № \_\_\_\_\_ от «1» сентября 2021 г.

**ИНСТРУКЦИЯ № 16**

**по безопасному поведению при занятиях на воде в бассейне**

**1. Общие требования безопасности:**

***К занятиям в бассейне допускаются:***

* Дети и подростки, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий в бассейне;
* прошедшие инструктаж по технике безопасности.

При нахождении в бассейне учащиеся обязаны соблюдать правила поведения для учащихся. График проведения занятий в бассейне определяется расписанием занятий, утвержденным директором школы.

***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).

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

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

Занимающимся 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.

Запрещается использовать моющие средства в стеклянной упаковке и зеркальца.

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

**2. Требования безопасности перед началом занятий**

Изучить содержание настоящей инструкции.

С разрешения тренера-преподавателя пройти в раздевалку, раздеться, не мешая соседям, аккуратно складывая свою одежду.

Вымыться в душе с мылом и мочалкой (без купального костюма).

Надеть купальный костюм и шапочку.

Осторожно войти в помещение бассейна.

С разрешения тренера-преподавателя войти в воду по специальным лестницам, спиной к воде.

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

**3. Требования безопасности во время занятий**

***Во время занятий занимающийся обязан***:

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

***Занимающимся запрещается:***

* выполнять любые действия без разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия;
* хватать друг друга за руки, ноги, голову и другие части тела во избежание несчастных случаев и травм;
* «топить» друг друга;
* снимать шапочку для плавания;
* бегать в помещении бассейна, в раздевалках;
* прыгать в воду с бортиков и лестниц;
* висеть на разделительных дорожках, подныривать под лестницы в бассейне;
* нырять с тумбочек и плавать под водой без разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия.
* вносить в помещение бассейна любые предметы без разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия.

**4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

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.

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

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

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

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

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

**5. Требования безопасности по окончании занятий**

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

Принять душ, одеться, просушить волосы под феном.

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

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

***Примечания:***

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид бассейна (назначение)** | **Температура воды** |
| Спортивный | 24 - 28 |
| Оздоровительный | 26 - 29 |
| Учебные для детей до 7 лет | 30 - 32 |
| Учебные для детей старше 7 лет | 29 - 30 |

Температура воздуха должна быть на 1 - 2 градуса выше температуры воды.

Специалист по охране труда