

Утверждаю

ИП Макулькина М.В.
« ____ » _____ 20__ г.

**Инструкция (вводный инструктаж)
по охране жизни и здоровья детей и родителей
на тренировках и правилам безопасности на воде
в Центре плавания «АкваМарин»**

I. Общие требования безопасности

1.1 Для тренировок, помещения бассейна (далее – бассейн) (раздевалки, душевые, зал бассейна, туалетные комнаты), должны соответствовать санитарно-гигиеническим нормам: эффективна вентиляция, достаточная освещенность, благоприятная температура воздуха и воды, чистота и порядок.

1.2 При проведении тренировок необходимо соблюдать Правила пользования спортивно-оздоровительным комплексом, расписание тренировок, установленные режимы тренировок и отдыха, чистоту и порядок.

1.3 К тренировкам допускаются дети дошкольного возраста и их родители (в группах с родителями) (законные представители) (далее – родитель(и)), ознакомившиеся с данной инструкцией, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья и предоставившие справку-допуск.

1.4 Тренировки, проходящие в виде свободного плавания это тренировки без инструктора.

1.5 При проведении тренировок возможно воздействие на ребенка и родителя(ей) следующих опасных факторов:

- Травмы при прыжках в воду головой вниз;
- Купание сразу после приема пищи или большой физической нагрузки;
- Травмы при падении на мокром полу и бортиках чаши бассейна;
- Поражение электрическим током при использовании неисправных электрических приборов;
- Утопление во время тренировки;
- Воздействие паров хлора при хлорировании воды в бассейне;
- Ожоги при посещении сауны.

1.6 При проведении тренировок должны быть подготовлены средства для спасения утопающих, а также аптечка с набором необходимых

медикаментов и перевязочных средств, для оказания первой доврачебной помощи.

1.7 Посетителям запрещено перемещаться по территории бассейна без резиновых тапочек (сланцев), по избежание падений и получения травм на мокром полу.

1.8 Посетителям запрещено входить в служебные и технические помещения бассейна, самостоятельно включать, выключать и регулировать любое инженерно-техническое оборудование спортивно-оздоровительного комплекса.

II. Требования безопасности перед проведением тренировки

2.1 Посетитель сдает верхнюю одежду и уличную обувь в гардероб. В верхней одежде и уличной обуви ходить на территории бассейна не разрешается.

2.2 Допуск Посетителей в раздевалки, предназначенные для посещения бассейна, осуществляется за 15 минут до начала (тренировки) очередной смены, заканчивается за 5 минут до начала (тренировки) очередной смены.

2.3 Допуск родителей в детские раздевалки разрешается только для сопровождения детей младше 7 лет, тренирующихся в группах по обучению плаванию. Допуск родителей в детские раздевалки разрешается только для сопровождения детей-инвалидов, вне зависимости от возраста ребенка.

2.4 Родитель одевает на ребенка купальный костюм (плавки), на голову плавательную шапочку (для детей от 2х лет), помогает принять душ.

2.5 Родитель, участвующий в тренировке в воде, одевает и снимает купальный костюм, плавательную шапочку в раздевалке.

2.6 Перед принятием душа родитель отвечает за то, что температура воды в душе соответствует норме.

2.7 Родитель не участвующий в тренировке в воде, ожидает ребенка (детей) в раздевалке (коридоре).

2.8 Родителям запрещается покидать территорию спортивно-оздоровительного комплекса во время тренировок инструктора с ребенком в бассейне.

2.9 Находясь на территории бассейна родитель следит за поведением и за всеми перемещениями ребенка, контролирует его, оберегая от возможных вредных внешних воздействий (получения термического ожога от приборов отопления, горячей воды системы водоснабжения, получения травм в следствии воздействия дверей или помещения конечностей ребенком в узкие пространства и их блокировки там, воздействия электротоком, падения, утопления и др.). До момента передачи ребенка инструктору (администратору) и после принятия ребенка от инструктора (администратора) родитель несет ответственность за жизнь и здоровье своего ребенка.

III. Требования безопасности во время тренировок

3.1 Тренирующиеся лица, к тренировке в бассейне допускаются только во время присутствия инструктора в зале бассейна и с его разрешения спускаются в воду. Родители с детьми (для групп родитель и ребенок) могут входить в воду только с разрешения инструктора. Перед спуском в воду родитель передает ребенка инструктору, находящемуся в воде, и сам спускается в воду. Затем родителю, уже находящемуся в воде, инструктор передает ребенка. По окончании плавания по команде инструктора и под его контролем родители, окончившие тренировку поочередно передают ребенка инструктору и выходят из воды. Выйдя из воды родитель забирает ребенка у инструктора. Инструктор несет ответственность за ребенка в период его нахождения в руках инструктора и во время тренировки (в группах без родителей).

3.2 Тренирующиеся лица при свободном плавании (тренировка без инструктора) в бассейн допускаются администратором и с его разрешения спускаются в воду. Перед спуском в воду посетитель передает ребенка администратору и спускается в воду. Затем посетителю, уже находящемуся в воде администратор передает ребенка. По окончании плавания по команде администратора и под его контролем лица, окончившие тренировку поочередно передают ребенка администратору и выходят из воды. Выйдя из воды посетитель забирает ребенка у администратора. Администратор несет ответственность за ребенка в период его нахождения в руках администратора.

3.3 Распределение зон бассейна между посетителями осуществляется на усмотрение администрации бассейна в зависимости от расписания групповых тренировок, их направленности, а также в целях проведения индивидуальных тренировок, с учетом навыков посетителей по плаванию.

3.4 Во время тренировок и тренировок при свободном плавании запрещено прыгать в воду с бортиков и тумб (за исключением специальных тренировок с инструктором), бегать, нырять вниз головой, погружаться в воду на задержанном дыхании без разрешения инструктора.

3.5 Родители учат и помогают детям внимательно слушать и выполнять все команды и сигналы инструктора.

3.6 Не допускать перегрузки детей.

3.7 Вход в воду и выход после тренировок осуществляется по команде инструктора, а во время свободного плавания по команде администратора. После подачи сигнала об окончании тренировки посетителю необходимо двигаться к лестнице на выход. О преждевременном уходе с тренировки посетитель обязан поставить в известность администратора, сообщить причину ухода.

3.8 Во избежание получения травм игрушками и плавучими средствами в течение тренировки инструктор контролирует их использование по назначению. За несколько минут до окончания тренировки инструктор собирает их самостоятельно или в игровой форме с детьми, входящей в процесс тренировки. Во

время свободного плавания, за несколько минут до окончания плавания, посетители обязаны собрать игрушки и плавательные средства, которые они использовали, сложить их на борт бассейна, выйти из воды в установленное время.

3.9 Во избежание создания помех при очередной смене тренирующихся, посетители обязаны покидать воду в установленное время и по команде инструктора или администратора.

IV. Требования безопасности по окончании тренировок

4.1 После выхода из воды, родитель должен помыть ребенка в душе, вытереть тело полотенцем насухо, одеть ребенка, высушить волосы.

4.2 Перед принятием душа родитель отвечает за то, что температура воды в душе соответствует установленной норме.

4.3 Пользоваться неисправными электроприборами запрещено.

4.4 Пользоваться любыми личным электроприборами на территории бассейна запрещено.

V. Требования безопасности в аварийных ситуациях

5.1 При утоплении немедленно достать пострадавшего из воды, сделать искусственное дыхание до восстановления самостоятельного дыхания, при необходимости отправить в ближайшее медицинское учреждение, сообщить администрации бассейна.

5.2 При получении травмы немедленно оказать пострадавшему первую доврачебную помощь, при необходимости отправить в ближайшее медицинское учреждение, сообщить администрации бассейна.

5.3 При возникновении пожара немедленно прекратить занятия, принять все меры для эвакуации детей, сообщить администрации бассейна.

Тренирующиеся лица по факту ознакомления с настоящей инструкцией ставят свою подпись в журнале «вводного инструктажа по охране жизни и здоровья детей и родителей на тренировках и правилам безопасности на воде в Центре плавания «АкваМарин»».

Факт ознакомления с настоящей инструкцией, согласно п. 1.2 указывает на ознакомление клиента с Правилами пользования спортивно-оздоровительным комплексом.

Управляющий _____ В.А. Ткаченко