

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ГОРОДА МОСКВЫ  
«ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ «ВОСТОЧНЫЙ»  
(ГБОУДО ДТДиМ «Восточный»)

УТВЕРЖДЕНО

Мотивированное мнение выборного  
органа первичной профсоюзной организации  
учтено (протокол от 31.08.2018 № 2)

Приказом ГБОУДО ДТДиМ «Восточный»

от 31.08.2018 № 147/21

Председатель первичной профсоюзной  
организации

Директор

М.А. Войлоков

А.А. Гурченкова

## ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при занятиях плаванием в закрытом бассейне

ИОТ - 052 - 2018

### 1. Общие требования безопасности

1.1. Для занятий плаванием бассейн должен соответствовать мерам безопасности, а состояние воды – санитарно-гигиеническим нормам.

1.2. При проведении занятий по плаванию соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по плаванию возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы и утопление при прыжках в воду головой вниз при недостаточной глубине воды;
- купание сразу после приема пищи или большой физической нагрузки;
- утопления при купании в естественных водоемах не в специально отведенных, не оборудованных и не отвечающим санитарным требованиям местах.

1.4. При проведении занятий по плаванию должны быть подготовлены средства для спасания утопающих, а также медицинская аптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

1.5. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить учителю (преподавателю, воспитателю), который должен оказать первую помощь пострадавшему и сообщить об этом администрации ГБОУДО ДТДиМ «Восточный».

1.6. В процессе занятий обучающиеся должны соблюдать порядок проведения учебных занятий.

1.7. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

К занятиям допускаются учащиеся:

1. Отнесенные по состоянию здоровья к основной и подготовительной медицинским группам.

2. Прошедшие инструктаж по охране труда и мерам безопасности.

Учащийся должен:

1. Сообщить учителю об умении или неумении плавать;

2. Заходить в бассейн, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения в воде только с разрешения учителя;

3. Бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;

4. Знать и выполнять настоящую инструкцию;

5. Иметь купальник, резиновую шапочку, плавки, очки, полотенце, мочалку, мыло, шлепанцы.

За несоблюдение мер безопасности учащийся может быть не допущен или отстранен от участия в учебном процессе.

## **2. Требования безопасности перед началом занятий**

1. Заходить в раздевалку с разрешения тренера;

2. Раздеться в раздевалке;

3. Снять с себя посторонние предметы (часы, висячие сережки и т.д.) и пройти в душевую;

4. Тщательно вымыться с мылом и закрыть за собой воду;

5. Надеть на себя купальный костюм, а на голову резиновую шапочку;

6. Убедиться в том, что температура воды не ниже установленной нормы;

7. Сделать перерыв между приемом пищи и купанием не менее 45-50 мин;

8. Сделать разминку, выполнив несколько легких упражнений;

9. По команде учителя войти в воду, используя специальную лестницу.

## **3. Требования безопасности во время проведения занятий**

При выполнении заданий на воде учащийся должен:

1. Входить в воду только с разрешения тренера (преподавателя, воспитателя) и во время купания не стоять без движений.

2. Внимательно слушать и выполнять все команды и сигналы тренера (преподавателя, воспитателя).

3. Не оставаться при нырянии долго под водой.

4. Не виснуть и не садиться на разделительные дорожки;

5. Выполнять упражнения по указанной дорожке или в водном коридоре;

6. При плавании по дорожке более 1 человека держаться правой стороны, избегать столкновений с другими учащимися;

7. Соблюдать достаточный интервал и дистанцию;
8. Не изменять резко направление своего движения;
9. Не выполнять упражнения с жевательной резинкой во рту;
10. Осуществлять вдох и выдох через рот;
11. Не топить друг друга, не толкаться в воде, не подавать ложной тревоги в помощь о спасении;
12. Не выходить из воды и не покидать бассейн без разрешения.

При нырянии с тумбочки учащийся должен:

1. Выполнять ныряние по сигналу или с разрешения тренера только в отведенных для этого упражнения местах;
2. Выполняя ныряние потоком, друг за другом, не стартовать, пока нырнувший перед вами не появится на поверхности;
3. После входа в воду при отсутствии прозрачных очков обязательно открыть глаза.

#### **4. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях**

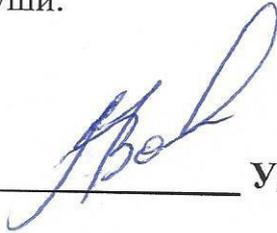
4.1. При возникновении пожара прекратить занятия, эвакуировать обучающихся, сообщить о пожаре администрации ГБОУДО ДТДиМ «Восточный», позвонить по телефону «(495)305-29-74» в ближайшую службу пожарной безопасности и при возможности приступить к самостоятельному тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

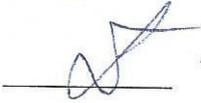
4.2. При получении травмы немедленно сообщить об этом администрации ГБОУДО ДТДиМ «Восточный» (если пострадал ребенок – сообщить также родителям), оказать пострадавшему первую помощь, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

#### **5. Требования безопасности по окончании занятий**

1. Организованно выйти из бассейна, используя специальную лестницу, в душевую;
2. Снять купальный костюм;
3. Помыться с мылом и мочалкой;
4. Насухо вытереть волосы и уши.

Согласовано:

Руководитель направления  Удалов О.В.

специалист по охране труда  Титаренко И.М.

