

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Спортивная школа «Юниор»  
г. Гая Гайского муниципального округа Оренбургской области**

**СОГЛАСОВАНО**

Председатель первичной  
профсоюзной организации МБУДО  
СШ «Юниор»

\_\_\_\_\_ Я.Н.Тимофеев  
«09» января 2025 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБУДО СШ «Юниор»

\_\_\_\_\_ Д.С.Докицан

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2025 г.

приказ № 13 от 09.01.2025 г.

**ИНСТРУКЦИЯ**  
по охране труда  
при плавании в бассейне

ИОТ- 030-2025

г. Гай, 2025

## **I. Общие требования**

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.

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).

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

О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю.

Учащимся запрещается без разрешения тренера-преподавателя 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.

## **II. Требования охраны труда**

2.1 Требования охраны труда перед началом купания

2.1.1 Изучить содержание настоящей инструкции.

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

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

2.1.4 Надеть купальный костюм и шапочку.

2.1.5 Осторожно войти в помещение бассейна.

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

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

2.2 Требования охраны труда во время купания

2.2.1 Во время купания учащийся обязан:

- соблюдать настоящую инструкцию;
- неукоснительно выполнять все указания тренера-преподавателя;
- 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;
- использовать спортивный инвентарь (доски для плавания, мячи, калабашки и т.д.) только с разрешения и под руководством тренера-преподавателя.

2.2.2 Учащимся запрещается:

- выполнять любые действия без разрешения тренера-преподавателя;
- 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;
- вносить в помещение бассейна любые предметы без разрешения тренера-преподавателя.

### 2.3 Требования охраны труда в аварийных ситуациях

2.3.1 При возникновении во время купания в воде болей в суставах, мышцах конечностей, сильного покраснения кожи, неприятных ощущениях в глазах возникновения кровотечения, а также при плохом самочувствии прекратить купание и сообщить об этом тренеру-преподавателю с последующим обращением к медсестре плавательного бассейна.

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

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

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

2.3.5 При получении травмы сообщить об этом тренеру-преподавателю.

2.3.6 При необходимости и возможности помочь тренеру-преподавателю оказать пострадавшему первую помощь.

### 2.4 Требования охраны труда по окончании купания

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

2.4.2 Принять душ, одеться, просушить волосы под феном.

2.4.3 С разрешения тренера-преподавателя организованно покинуть помещение бассейна.

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

## III. Ответственность за неисполнение требований

3.1 Лица, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний требований охраны труда.

3.2 Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции, могут быть отстранены от купания.

### Примечания:

В соответствии с Постановлением Министерства Здравоохранения РФ и Главного Государственного санитарного врача РФ от 30 января 2003 г. № 4 «О введении в действие СанПиН 2.1.2.1188-03. Плавательные бассейны. Гигиенические требования к устройству, эксплуатации и качеству воды. Контроль качества» температура воды в бассейнах должна иметь следующие значения:

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.

**Лист ознакомления  
с инструкцией по охране труда  
при плавании в бассейне**

№ п/п	Ф.И.О. сотрудника	Дата ознакомления	Роспись
1	Докицан Д.С.	09.01.2025	
2	Черкасова Т.Н.	09.01.2025	
3	Слацилина Л.А.	09.01.2025	
4	Абдрашитов Я.Х.	09.01.2025	
5	Валеев Р.Ф.	09.01.2025	
6	Глушков В.В.	09.01.2025	
7	Тимофеев Я.Н.	09.01.2025	
8	Душко Е.В.	09.01.2025	
9	Олейников В.А.	09.01.2025	
10	Олькова Н.В.	09.01.2025	
11	Курмангалеев С.М.	09.01.2025	
12	Псянчина З.Ш.	09.01.2025	
13	Шинкаренко А.В.	09.01.2025	
14	Фаворов В.Н.	09.01.2025	
15	Чувашкин В.В.	09.01.2025	
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			
31			
32			
33			
34			
35			
36			
37			
38			
39			
40			