

МКОУ «Усть-Салдинская СОШ»  
(наименование организации)

СОГЛАСОВАНО  
Председатель  
Совета школы  (Смирнова О.В.)

\_\_\_\_\_  
(наименование должности руководителя  
профсоюзного либо иного  
уполномоченного работниками органа,  
подпись, её расшифровка,  
дата согласования)  
« 29 » августа 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы  (Русаков А.П.)

\_\_\_\_\_  
(наименование должности  
работодателя, подпись, её  
расшифровка, дата утверждения)  
« 29 » августа 2017 г.

## ИНСТРУКЦИЯ

ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПРИ ЗАНЯТИЯХ  
ПЛАВАНИЕМ В ЗАКРЫТОМ БАССЕЙНЕ

\_\_\_\_\_  
(наименование профессии либо вида работ)

ИОТ – 059 – 2017

\_\_\_\_\_  
(обозначение)

ИОТ-059-2017

## ИНСТРУКЦИЯ

### по охране труда при занятиях плаванием в закрытом бассейне

#### 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 и при необследованном дне водоема;

- 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 школы.

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

*Учащийся должен:*

1. Заходить в раздевалку с разрешения учителя;
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 учителя (преподавателя, тренера, воспитателя) и во время купания не стоять без движений.
2. Внимательно слушать и выполнять все команды и сигналы учителя (преподавателя, тренера, 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 учителя только в отведенных для этого упражнениях 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

*Учащийся должен:*

1. При получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность учителя физкультуры;

2. С помощью учителя оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать "скорую помощь";

3. При возникновении пожара в бассейне немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством учителя, покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации;

4. По распоряжению учителя поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

### 5. Требования безопасности по окончании занятий

*Учащийся должен:*

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.

Учитель физической культуры

*Мф Михайлов ДС*  
*Мф - Мила В. Я*

СОГЛАСОВАНО

Заместитель руководителя  
учреждения по учебной работе

*Мф Мамалева МВ*