

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Югорский государственный университет» (ЮГУ)

НЕФТЕЮГАНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ
(филиал) федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования «Югорский государственный университет»
(НИК (филиал) ФГБОУ ВО «ЮГУ»)

СОГЛАСОВАНО:

Представитель
трудового коллектива

 Г.Г. Бородай

«08» 04 2019г.

УТВЕРЖДАЮ:



Директор
НИК (филиал)
ФГБОУ ВО «ЮГУ»
Л.В. Нестерова

«08» 04 2019г.

№ ИОТ 3-009-2019
Инструкция по охране труда при
занятиях плаванием

г. Нефтеюганск 2019г.

СОГЛАСОВАНО:
Представитель
трудового коллектива

 Г.Г. Бородай

«08» 04 2019г.



УТВЕРЖДАЮ:
Директор
ЦИК (филиал)
ФГБОУ ВО «ЮГУ»
Л.В. Нестерова

2019г.

№ ИОТ 3-009-2019

Инструкция по охране труда при занятиях плаванием

1. Общие требования охраны труда.

1.1. К занятиям в бассейне допускаются обучающиеся:

- прошедшие медицинский осмотр и не имеющие медицинских противопоказаний для занятий в бассейне,
- прошедшие инструктаж по технике безопасности.

При нахождении в бассейне занимающиеся обязаны соблюдать правила посещения спорткомплекса по плаванию. График проведения занятий в бассейнах определяется расписанием занятий, утвержденным директором спорткомплекса.

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

1.3. О каждом несчастном случае пострадавший обязан немедленно сообщить (тренеру) преподавателю, проводящему занятия в бассейне.

1.4. Занимающимся запрещается без разрешения преподавателя, проводящего занятия в бассейне, подходить к имеющемуся в бассейне оборудованию и пользоваться им.

1.5. Занимающимся запрещается входить в чашу бассейна без (тренера) преподавателя.

1.6. Запрещается использовать моющие средства в стеклянной упаковке.

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

1.8. Опасными факторами в бассейне являются:

- физические (скользкие поверхности; острые кромки и сколы на поверхностях ванн и полах; 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).

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Тренер-преподаватель должен ознакомить обучающихся с настоящей инструкцией.

2.2. С разрешения (тренера) преподавателя учащиеся должны:

- пройти в раздевалку. Раздеваться, не мешая соседям, аккуратно складывать свою одежду;
- вымыться в душе с мылом и мочалкой без купального костюма;
- надеть купальный костюм и шапочку;
- осторожно войти в помещение бассейна;
- входить в воду по лестнице, спиной к воде.

2.3. Запрещается приступать к занятиям непосредственно после приема пищи или больших физических нагрузок (игры в футбол, борьбы, бега и т.д.). Перерыв между приемами пищи и купанием должен быть не менее 45-50 минут.

3. Требования безопасности во время занятий.

3.1. 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 бортика только с разрешения (тренера) преподавателя, проводящего занятия;
- использовать спортивный инвентарь (доски для плавания, мячи, игрушки и т.п.) только с разрешения и под руководством тренера-преподавателя, проводящего занятия;

3.2. Занимающимся запрещается:

- выполнять любые действия без разрешения (тренера) преподавателя, проводящего занятия;
- «топить» друг друга;
- снимать шапочку для плавания;
- бегать в помещении бассейна, в раздевалках;
- сидеть на разделительных дорожках;
- нырять с бортиков и плавать под водой без разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия;
- вносить в помещение бассейна любые предметы без разрешения (тренера) преподавателя, проводящего занятия;

3.3. Почувствовав озноб, быстро выходите из воды и сообщите об этом преподавателю (тренеру).

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

4.1. При возникновении во время занятий в воде болей в суставах, мышцах конечностей, сильного покраснения кожи, неприятных ощущений в глазах, возникновения кровотечения, а также при плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом (тренеру) преподавателю, проводящему занятия с последующим обращением к медсестре плавательного бассейна.

4.2. Почувствовав озноб, сообщить об этом (тренеру) преподавателю, проводящего занятия, с его разрешения выйти из воды и растереться сухим полотенцем. При судорогах позвать на помощь;

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

4.4. При получении травмы сообщить об этом (тренеру) преподавателю, проводящему занятия.

5. Требования безопасности по окончании занятий.

5.1. С разрешения (тренера) преподавателя дети должны:

- выйти из воды по лестнице, спиной к воде;
- принять душ, одеться, просушить волосы под феном;
- восстановиться 5-10 минут;
- организованно покинуть помещение спорткомплекса.

Руководитель физического воспитания

Согласовано:

Специалист по охране труда



З.З. Рахматуллаева

О.И. Литинская