

Согласовано

Председатель профсоюзного
Комитета ГБОУ Школа № 236

Т.В.Кочерыгина

2017 год

Протокол №



Утверждаю

Директор ГБОУ Школа № 236

Д.С.Чуркин

2017 год



ИНСТРУКЦИЯ

Обучающимся (воспитанникам)
по охране труда при проведении занятий
по плаванию

ИОТ-12/ф-17

I. Общие требования безопасности

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

К занятиям допускаются учащиеся:

- отнесенные по состоянию здоровья к основной и подготовительной медицинским группам;
- прошедшие инструктаж по мерам безопасности;
- имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям занятий.

Учащийся должен:

- сообщить учителю об умении или неумении плавать;
- заходить в бассейн, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения в воде только с разрешения учителя;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию и использовать его по назначению;
- знать и выполнять настоящую инструкцию;
- иметь купальник, шапочку, очки, полотенце, мочалку, мыло.

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

II. Требования безопасности перед началом проведения занятий

Учащийся должен:

- зайти в раздевалку с разрешения учителя;
- раздеться в раздевалке;
- снять с себя посторонние предметы (часы, висючие сережки, и т. д.) и пройти в душевую;

- тщательно вымыться с мылом и закрыть за собой воду;
- надеть на себя купальный костюм, а на голову резиновую шапочку;
- по команде учителя войти в воду, используя специальную лестницу.

III. Требования безопасности во время проведения занятий

При выполнении заданий на воде учащийся должен:

- четко и правильно выполнять задания;
- не виснуть и не садиться на разделительные дорожки;
- выполнять упражнения по указанной дорожке или в водном коридоре;
- при плавании по дорожке более 1 человека держаться правой стороны, избегать столкновений с другими учащимися;
 - соблюдать достаточный интервал и дистанцию;
 - не изменять резко направление своего движения
 - осуществлять вдох и выдох через рот;
 - соблюдать дисциплину, не толкаться и не подныривать под других учащихся, не подавать ложной тревоги в помощи о спасении:
 - не выходить из воды и не покидать бассейн без разрешения преподавателя.

При нырянии с тумбочки учащийся должен:

- выполнять ныряние по сигналу или с разрешения учителя только в отведенных для этого упражнения местах;
- выполняя ныряние потоком, друг за другом, не стартуйте, пока нырнувший перед вами не появится на поверхности;
- после входа в воду при отсутствии прозрачных очков обязательно откройте глаза;

IV. Требования безопасности при несчастных случаях и экстренных ситуациях

Учащийся должен:

- при получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность учителя физкультуры;
- с помощью учителя оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;
- при возникновении пожара в бассейне немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством учителя покинуть место проведения занятия через запасные выходы, согласно плану эвакуации;
- по распоряжению учителя поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

V. Требования безопасности по окончании занятий

Учащийся должен:

- организованно выйти из бассейна, используя специальную лестницу и пройти в душевую;
- снять купальный костюм;
- помыться с мылом и мочалкой;
- насухо вытереть волосы и уши.

Вед.специалист по охране труда



(подпись)

А.Н. Морозова