



«СЦОПР Кузбасса по плаванию»
В.Г. Бабичук
2023 года

ИНСТРУКЦИЯ

по обеспечению техники безопасности при учебно-тренировочных занятиях
в плавательном бассейне.

Во избежание несчастных случаев, тренер-преподаватель обязан соблюдать правила внутреннего распорядка плавательного бассейна и правила техники безопасности при организации занятий с учебно-тренировочными группами на воде и под роспись ознакомить каждого обучающегося с этими правилами.

1. Входить в помещение ванны плавательного бассейна только с разрешения тренера-преподавателя.
2. Перед началом занятия необходимо принять душ.
3. Обучающиеся обязаны проявлять повышенную осторожность при ходьбе по лестницам в помещении спортивного комплекса и на ванне плавательного бассейна.
4. Не разрешается бегать и обливаться водой в душевых и раздевалках.
5. Заходить в воду и выходить из воды только по разрешению тренера-преподавателя.
6. Не разрешается: подныривать друг под друга, цепляться друг за друга, прыгать с разбега в воду, бегать по ванне бассейна, подавать сигналы ложной тревоги.
7. Обязательно поставить в известность тренера-преподавателя при плохом самочувствии или получении, какого-либо повреждения.
8. В случае захлебывания нужно ухватиться за подручные плавсредства (шест, дорожка, поручень).
9. После окончания занятия обучающиеся обязаны выйти из воды и только с разрешения тренера-преподавателя организовано покинуть ванну бассейна.
10. По окончании занятий принять душ, одеться и покинуть раздевалку в течении 15 минут.

Обучающиеся школы должны соблюдать чистоту и порядок в местах проведения учебно-тренировочных занятий и во всех помещениях спортивного комплекса.