



Согласовано  
Директор  
АУ «УСС Республики Марий Эл»  
Сидоркин А.В.  
« 01 » апреля 2021 г.

Утверждаю  
Управляющий  
Дворца водных видов спорта  
Батракова С.Г.  
« 01 » апреля 2021 г.

## ПРАВИЛА техники безопасности при посещении плавательного бассейна Дворец водных видов спорта

### ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Настоящие правила техники безопасности разработаны для обеспечения эффективной работы Большой и Малой чаш плавательных бассейнов, снижения уровня травматизма и числа несчастных случаев на воде для посетителей.

Все запреты, ограничения и рекомендации, установленные Правилами, продиктованы требованиями действующего законодательства РФ и исключительно необходимостью обеспечения безопасности посетителей бассейна

Правила техники безопасности (далее – Правила) являются едиными для всех посетителей Дворца водных видов спорта (далее – бассейнов).

Приступать к занятиям в чашах бассейна можно только после ознакомления с настоящими правилами техники безопасности.

Посещение бассейна разрешается только при наличии купального костюма, специальной сменной обуви (шлёпанцы или сланцы), шапочки для плавания (резиновой или силиконовой) и средств личной гигиены: мыло (гель для душа), мочалка, полотенце, расчёска.

Посещение малой чаши бассейна детьми до 3 лет разрешено только при наличии специальных одноразовых трусиков (памперсов) для плавания.

Проход на территорию Дворца водных видов спорта для посещения бассейна осуществляется за 15 минут до начала занятия.

Инструктор по спорту сопровождает группу детей в Малую чашу бассейна с проведением предварительного инструктажа по технике безопасности и росписью в журнале по технике безопасности.

Родители занимающихся в Малой чаше бассейна детей обязаны перед каждым занятием самостоятельно напоминать ребенку о необходимости соблюдения техники безопасности.

В случае плохого самочувствия ребёнка перед началом занятия известить об этом своего инструктора в устной или письменной форме.

Перевод детей старше 8 лет для занятий в Большую чашу разрешается только по инициативе инструктора и с письменного разрешения родителей.

В Большую чашу бассейна дети до трех лет не допускаются (глубина чаши бассейна и температура воды и воздуха не соответствуют требованиям, предъявляемым СП 2.1.3678-20 к занятиям с данным возрастом). Дети с 3 лет до 14 лет, за исключением занятий с инструктором, допускаются к посещению плавательного бассейна только в сопровождении родителей или законных представителей. На сеанс допускаются не более двух несовершеннолетних детей с одним взрослым. При приобретении абонеента либо разового посещения на ребенка, необходимо предоставить документ, подтверждающий возраст ребенка. Ответственность за жизнь и здоровье ребенка всецело лежит на сопровождающем его лице.

С 14 до 18 лет на «свободное плавание» допускаются дети только в сопровождении родителей (законных представителей) или при оформлении соответствующего согласия родителей (законных представителей) при приобретении разового билета или абонеента.

При совместном посещении бассейна с детьми до 18 лет родители ( законные представители), несут персональную ответственность за жизнь и здоровье ребёнка.

#### ПОСЕТИТЕЛИ ОБЯЗАНЫ:

Ознакомиться с настоящими Правилами и расписаться в абонементе при его приобретении, либо в прилагаемой форме при однократном посещении бассейна.

Строго соблюдать правила внутреннего распорядка Дворца водных видов спорта, поддерживать дисциплину в бассейне, выполнять распоряжения администраторов, инструкторов, тренеров и медицинского персонала.

Разговаривать тихо, не кричать, не бегать, не толкаться, не драться в раздевалках, душевых и бассейне.

В случае ощущения недомогания, плохого самочувствия перед началом занятия, во время занятия и после занятия занимающиеся обязаны известить об этом своего инструктора.

#### ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЯ:

Переобуваться в специальную обувь для бассейна (шлёпанцы, сланцы), а повседневную обувь сдать в гардероб в целлофановом пакете.

Перед выходом в душевое помещение воспользоваться (в случае необходимости) туалетом.

Перед выходом в ванну бассейна вымыться в душевой под горячим душем без плавательного костюма, тщательно промыть мочалкой с мылом все части тела.

Пользоваться только своими личными банными принадлежностями (шампунь, мыло, мочалка, полотенце).

После посещения душа вымыть ноги и шлёпанцы, выйти в помещение бассейна, сесть на лавочку и ждать начала занятия, тренировки или сеанса «свободного плавания».

#### ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЯ ЗАНИМАЮЩИЕСЯ ОБЯЗАНЫ:

Заходить в воду только после разрешения своего тренера, инструктора по спорту или сигнала дежурного по спортивному залу организовано, по очереди по лестницам спиной вперед, крепко держась руками за поручни.

Внимательно слушать и выполнять все указания тренера или инструктора по спорту, проводящего занятия.

Начинать выполнение задания только по команде тренера или инструктора по спорту, проводящего занятия.

Плавать только по дорожке, определённой для них на данном занятии тренером или инструктором по спорту.

Плавать строго по правой стороне дорожки (направление движения – против часовой стрелки) и соблюдать дистанцию не менее двух метров до плывущего впереди.

При возникновении какой-либо проблемы (если почувствовали недомогание, получили травму и т.п.) необходимо немедленно сообщить об этом инструктору по спорту, тренеру или дежурному по залу, используя при этом все возможные способы (поднять руку высоко вверх, громко позвать и т.п.).

При плавании на спине, при виде флажков над бассейном вытянуть одну руку вперед и коснуться бортика вытянутой вперёд рукой.

Сплёвывать только в сливные короба, расположенные в торцевых краях дорожек.

По окончании занятия или сеанса организовано, по очереди выходить из воды по лестницам, держась за поручни.

#### ПОСЛЕ ОКОНЧАНИЯ ЗАНЯТИЯ:

В течение 3-5 мин принять тёплый душ.

Уходя из душа кабины закрыть воду в душе.