

**Муниципальное бюджетное учреждение
«Физкультурно – оздоровительный комплекс
Тайшетского района»**

Директор МБУ «ФОК Тайшетского района»



УТВЕРЖДАЮ:

Р.А. Величко

«30» января 2024 года

**Инструкция по технике безопасности
при посещении плавательного бассейна**

Тайшетский район 2024 год

1. Общие положения

1.1. Занятия/посещения в Плавательном бассейне являются потенциально опасными и потому требуют высокой осторожности и ответственности со стороны Посетителя. Пребывание на территории Плавательного бассейна сопряжено с различного рода рисками (риск получения травм, физических перегрузок, воздействия окружающей среды, в том числе асфиксии, кислородного голодания) и является личной ответственностью каждого Посетителя. Объем личной ответственности определяется соблюдением правил техники безопасности в процессе выполнения упражнений, следовать которым должен каждый Посетитель плавательного бассейна во время пребывания на территории плавательного бассейна, получения соответствующих услуг.

1.2. Настоящая Инструкция по технике безопасности при посещении плавательного бассейна (далее - инструкция) разработана с целью обеспечения безопасных и комфортных условий занятий/посещений. Следование данной Инструкции имеет цель сведение к минимуму риска получения травм Посетителем при осуществлении им занятий/посещений в Плавательном бассейне.

1.3. К занятиям/посещениям в плавательном бассейне (самостоятельным / с тренером; групповым / индивидуальным) допускаются лица, не имеющие медицинских противопоказаний, ознакомившиеся настоящей Инструкцией по технике безопасности при посещении Плавательного бассейна Муниципального бюджетного учреждения «Физкультурно – оздоровительный комплекс Тайшетского района» (далее по тексту МБУ «ФОК Тайшетского района»).

1.4. До начала посещения Плавательного бассейна Посетитель должен пройти обследование на энтеробиоз и гименолепидоз, на грибковые заболевания и предъявить документы/справки, подтверждающие отрицательный результат обследования.

1.5. До начала посещения Плавательного бассейна Посетителю рекомендуется пройти медицинский осмотр в целях определения состояния здоровья, группы здоровья; проконсультироваться с врачом или медицинским работником на предмет отсутствия у него медицинских противопоказаний к двигательной активности и физическим нагрузкам. При наличии медицинских противопоказаний (клинических симптомов, синдромов заболеваний) у себя и/или у своих несовершеннолетних детей Посетитель обязан проинформировать об этом Учреждение, инструктора до начала занятий/посещения Плавательного бассейна. Учреждение не несет ответственности за вред, связанный с ухудшением состояния здоровья Посетителя в результате острого заболевания (тяжелые и инфекционные заболевания; болезни в острой (активной) фазе), хронического заболевания, обострения ранее полученных травм, нарушения Посетителем правил техники безопасности в процессе выполнения упражнений во время занятия/посещения Плавательного бассейна.

1.6. Ознакомление Посетителя с настоящей Инструкцией осуществляется им самостоятельно перед оплатой услуги (до занятия/посещения Плавательного бассейна), что подтверждается Журналом регистрации прохождения инструктажа по технике безопасности на территории Плавательного бассейна.

Инструкция по технике безопасности при занятиях в Плавательном бассейне находятся в открытом доступе: размещена на сайте Муниципального бюджетного учреждения «Физкультурно – оздоровительный комплекс Тайшетского района» <https://foktaishet.ru/> и на стойке у администратора.

1.7. Форма ведения Журнала регистрации прохождения инструктажа по технике безопасности на территории Плавательного бассейна ведется в письменной форме.

1.8. Лица, не достигшие 14 (четырнадцать) лет, проходят инструктаж по технике безопасности в присутствии родителя, законного представителя, сопровождающего лица.

1.9. Родитель, законный представитель, сопровождающее лицо до начала занятия/посещения обязан убедиться, что теоретическая часть несовершеннолетнему Посетителю (лицу до 14 (четырнадцати) лет) понятна. При необходимости по просьбе родителя, законного представителя, сопровождающего лица несовершеннолетнего Посетителя, самого несовершеннолетнего Посетителя инструктаж проводится повторно.

1.10. Инструктаж по технике безопасности при занятиях/посещении в Плавательном бассейне в зависимости от цели его проведения может быть первичным и периодическим.

1.11. Первичный инструктаж по технике безопасности при занятиях/посещении в Плавательном бассейне в отношении Посетителя Плавательного бассейна осуществляется при первом сеансе пользования услугой (до начала занятия/посещения). Первичный инструктаж по технике безопасности при занятиях в Плавательном бассейне является обязательным. Посетитель, родитель, законный представитель, сопровождающее лицо несовершеннолетнего Посетителя, не достигшего 14 (четырнадцати) лет, получающие услугу, при прохождении первичного инструктажа по технике безопасности обязаны поставить подпись в Журнале регистрации прохождения инструктажа по технике безопасности на территории Плавательного бассейна, свидетельствующую об ознакомлении с настоящей Инструкцией, о согласии с ее содержанием, о принятии на себя ответственности (в том числе за несовершеннолетнего Посетителя, родителем, законным представителем, сопровождающим лицом которого он является) за соблюдение содержащихся в ней правил и требований. В случае отказа Посетителя, родителя, законного представителя, сопровождающего лица несовершеннолетнего Посетителя от прохождения инструктажа по технике безопасности администратор (дежурный по бассейну) плавательного бассейна МБУ «ФОК Тайшетского района» проставляет соответствующую отметку в Журнале регистрации прохождения инструктажа по технике безопасности на территории Плавательного бассейна. Отказ Посетителя, родителя, законного представителя, сопровождающего лица несовершеннолетнего Посетителя от прохождения инструктажа по технике безопасности означает, что он самостоятельно несет связанные с нарушением техники безопасности риски (в том числе за несовершеннолетнего Посетителя, родителем, законным представителем, сопровождающим лицом которого он является).

1.12. Периодический инструктаж по технике безопасности при занятиях/посещении в Плавательном бассейне проводится при повторном посещении Плавательного бассейна.

1.13. При каждом сеансе пользования услугой (до начала занятия/посещения) инструктаж по технике безопасности при занятиях в Плавательном бассейне в отношении Посетителя, родителя, законного представителя, сопровождающего лица несовершеннолетнего Посетителя Плавательного бассейна, получающих услугу, является обязательным. Посетитель, родитель, законный представитель, сопровождающее лицо несовершеннолетнего Посетителя, не достигшего 14 (четырнадцати) лет, получающие услугу, обязаны до оплаты услуги самостоятельно ознакомиться с Инструкцией.

1.14. Срок хранения Журнала регистрации прохождения инструктажа по технике безопасности на территории Плавательного бассейна в письменной форме составляет 3 (три) года с даты начала его ведения.

1.15. За несовершеннолетнего Посетителя в возрасте от 3 (трех) до 14 (четырнадцати) лет подпись в Журнале регистрации прохождения инструктажа по технике безопасности на территории Плавательного бассейна проставляет его родитель, законный представитель, сопровождающее лицо.

1.16. Соблюдение настоящей Инструкции по технике безопасности при нахождении на территории МБУ «ФОК Тайшетского района», правил техники безопасности, в том числе общеизвестных правил поведения в общественных местах, в быту, на воде, является обязательным для всех Посетителей Плавательного бассейна.

1.17. Не допускается посещение Плавательного бассейна лицами, находящимися в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, под воздействием иных сильнодействующих или лекарственных препаратов, употребление которых ограничивает или снижает внимание, зрение, реакцию, а также способность контролировать свои действия и осознавать их последствия для себя и окружающих.

1.18. Администратор бассейна или дежурный по бассейну имеет право отстранить Посетителя от занятия/посещения в Плавательном бассейне или отказать Посетителю Плавательного бассейна в обслуживании в следующих случаях:

- при несоблюдении Посетителем установленных Учреждением правил и требований, в том числе правил техники безопасности при занятиях в Плавательном бассейне, общеизвестных правил поведения в общественных местах, в быту, на воде;
- при обнаружении предоставления Посетителем недостоверной или неполной информации о состоянии своего здоровья, здоровья подопечных лиц (детей);
- при обнаружении у Посетителя признаков наличия заболевания, препятствующего оказанию услуг;
- при нарушении Посетителем общественного порядка или появлении опасности нанесения вреда жизни и здоровью Посетителя/других Посетителей, при создании угрозы отдыху, имуществу других Посетителей/ Третьих лиц.

1.19. Ограничения посещения Плавательного бассейна:

- возрастные: посещение Плавательного бассейна детьми до 3 (трех) лет не предусмотрено;
- состояние здоровья: медицинские противопоказания и ограничения, инфекционные заболевания, болезни в острой (активной) фазе; не рекомендуется посещать занятия Плавательного бассейна натощак или сразу после приема пищи;
- Учреждение не рекомендует пользоваться услугами Плавательного бассейна женщинам на поздних сроках беременности.

2. Правила техники безопасности при нахождении на территории Плавательного бассейна

2.1. Во время нахождения на территории Плавательного бассейна Посетитель обязан:

- соблюдать требования Правил оказания физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг в Плавательном бассейне, Правила пользования услугами Плавательного бассейна, требования настоящей Инструкции по технике безопасности при занятиях в Плавательном бассейне, общеизвестные правила поведения в общественных местах, в быту, на воде;
- в целях обеспечения общественной безопасности и предотвращения террористических актов по требованию работников Учреждения предъявлять содержимое личных вещей для проверки;
- выполнять требования сотрудников Учреждения в отношении соблюдения техники безопасности, поддержания порядка и чистоты на территории Плавательного бассейна, не приносить на территорию Плавательного бассейна пожароопасные и взрывчатые вещества;
- в случае возникновения непредвиденных чрезвычайных или экстренных ситуаций Посетители должны незамедлительно покинуть территорию Плавательного бассейна, сохраняя при этом спокойствие и не создавая паники;
- проявлять уважение к работникам учреждения, другим Посетителям, выполнять законные требования работников Плавательного бассейна.

2.2. Посетитель обязан неукоснительно выполнять требования сотрудников Плавательного бассейна, касающиеся вопросов соблюдения техники безопасности и правил посещения Плавательного бассейна.

2.3. Каждый Посетитель Плавательного бассейна должен быть максимально внимательным к другим Посетителям и не предпринимать никаких действий, которые могут привести к угрозе собственной безопасности или безопасности других Посетителей Плавательного бассейна.

2.4. Каждый Посетитель Плавательного бассейна должен учитывать возможную опасность при занятиях/посещении в Плавательном бассейне и под свою ответственность соблюдать все необходимые меры предосторожности (им самим и несовершеннолетним Посетителем, родителем, законным представителем, сопровождающим лицом которого он является).

2.5. Учреждение не рекомендует пользоваться услугами Плавательного бассейна Посетителям, не владеющими навыками свободного плавания, в форме самостоятельного посещения Плавательного бассейна. При каждом посещении Плавательного бассейна Посетитель, не владеющий навыками свободного плавания (не умеющий плавать), должен предупредить об этом сотрудников Плавательного бассейна.

3. Правила техники безопасности перед занятием/посещением в Плавательном бассейне

3.1. Перед началом занятия/посещения в Плавательном бассейне Посетитель должен снять с себя предметы, представляющие потенциальную опасность в процессе выполнения упражнений (часы, колющие/режущие предметы и т.п.);

3.2. Перед выходом в помещение чаши Плавательного бассейна Посетитель должен:

3.2.1. пройти в раздевалку, раздеться, не мешая другим Посетителям;

3.2.2. принять душ с мылом и мочалкой (без купального костюма);

3.2.3. надеть купальный костюм и шапочку, соответствующую обувь (резиновые тапочки)

3.2.4. осторожно войти в помещение чаши Плавательного бассейна;

3.2.5. входить в воду Плавательного бассейна, спускаясь по металлической лестнице, повернувшись спиной к воде.

3.3. В душевых запрещается пользоваться стеклянной тарой и другими стеклянными принадлежностями.

3.4. Запрещается приступать к занятиям/посещению Плавательного бассейна непосредственно после приема пищи или после больших физических нагрузок (перерыв между приемом пищи и купанием должен составлять не менее 45-60 минут).

4. Правила техники безопасности во время занятия/посещения в Плавательном бассейне

4.1. При поточном выполнении упражнений в воде необходимо соблюдать достаточные интервалы в целях недопущения столкновений.

4.2. Во время нахождения на территории Плавательного бассейна и проведения занятий/посещения Посетителю запрещается:

- приносить и распивать в помещениях Плавательного бассейна, напитки, в том числе алкогольные и алкоголесодержащие (за исключением воды);

- приносить и впоследствии употреблять продукты питания;

- входить на территорию, предназначенную для служебного пользования, за исключением случаев, когда на это имеется специальное разрешение Администрации Учреждения;

- входить в чашу Плавательного бассейна без посещения душа
- нарушать санитарно-гигиенические правила пользования Бассейном, в том числе справлять естественные надобности в чашу Бассейна;
- свободное посещение Плавательного бассейна детей в возрасте до 14 (четырнадцати) лет без сопровождения взрослых;
- бегать по территории Плавательного бассейна, в раздевалках, по лестницам и обходным дорожкам;
- плавать без купальных принадлежностей (купальной шапочки и купального костюма) или плавать в одежде, не предназначенной для Бассейна;
- плавать поперек плавательных дорожек, переплывать с одной дорожки на другую, оттягивать разделительные дорожки или ложиться на них;
- брызгаться водой или разливать воду в душевой или раздевалке;
- прыгать со стартовых тумб способами, угрожающими здоровью, в том числе здоровью других Посетителей;
- прыгать в воду головой вниз;
- оставаться при нырянии долго под водой;
- затевать различные игры с подныриванием и подтоплением друг друга;
- курить в помещениях, в том числе административных, Плавательного бассейна;
- громко кричать, подавать ложные сигналы о помощи;
- ходить по бортам Плавательного бассейна;
- при использовании дезодорантов/антиперспирантов в виде спрея/аэрозоля допускать возможность попадания от них испарений на слизистые других Посетителей;
- использовать оборудование, инвентарь, снаряжение, тренажеры не по назначению;
- использовать обувь, не предназначенную для посещения Плавательного бассейна;
- плавать с жевательной резинкой во рту;
- посещать Плавательный бассейн во время заболевания; в период обострения хронический заболеваний; проявления болезни в острой (активной, заразной) фазе;
- во время купания стоять без движения.

5. Правила техники безопасности после окончания занятия/посещения в Плавательном бассейне

- 5.1. Посетитель обязан выйти из воды по специальным лестницам, спиной к воде.
- 5.2. По окончании занятия/посещения Посетитель обязан принять душ, просушить волосы феном, одеться.
- 5.3. Обо всех обнаруженных во время занятия/посещения Плавательного бассейна неисправностях, дефектах сообщить Администратору или дежурному Плавательного бассейна.

6. Правила техники безопасности при нахождении в Плавательном бассейне несовершеннолетних Посетителей

- 6.1. Несовершеннолетние Посетители, находясь на территории Плавательного бассейна должны соблюдать, настоящую Инструкцию, общеизвестные правила поведения в общественных местах, в быту, на воде. Несовершеннолетние Посетители Плавательного бассейна должны быть обучены родителями, законными представителями, сопровождающими лицами общеизвестным правилам безопасного поведения в общественных местах, в быту, на воде.

6.2. При посещении несовершеннолетним лицом Плавательного бассейна ответственность за его здоровье, а также за его поведение, за несоблюдение им общеизвестных правил поведения в общественных местах, в быту, на воде, настоящей Инструкции по технике безопасности при занятиях в Плавательном бассейне несут родители, законные представители, сопровождающие лица.

В случае нарушения несовершеннолетними Посетителями общеизвестных правил безопасного поведения в общественных местах, в быту, на воде, настоящей Инструкции может быть отказано в оказании услуги.

6.3. Дети до 3 (трех) лет в чашу Плавательного бассейна не допускаются.

6.4. Дети с 3 (трех) до 14 (четырнадцати) лет, за исключением занятий с инструктором, могут посещать Плавательный бассейн в рамках самостоятельного индивидуального плавания исключительно в сопровождении родителя или иного совершеннолетнего законного представителя (при предъявлении подтверждающих документов). На один сеанс плавания допускается не более 2 (двух) детей с одним сопровождающим лицом.

6.5. Дети от 7 (семи) до 14 (четырнадцати) лет могут заниматься только в рамках индивидуальной/групповой тренировки/занятия с инструктором. Самостоятельные тренировки/занятия допускаются в отношении Посетителей, достигших возраста 14 (четырнадцати) лет.

6.6. Дети с 10 (десяти) до 14 (четырнадцати) лет, умеющие плавать и имеющие спортивный плавательный разряд, допускаются на свободное плавание в ванне Плавательного бассейна в отсутствие сопровождающего лица и при наличии подтверждающего плавательный (спортивный) разряд документа, а также заявления от родителей, в котором указывается информация об умении их ребенка плавать и о принятии на себя ответственности за безопасность и жизнь детей.

6.7. Дети с 7 (семи) до 17 (семнадцати) лет могут посещать Плавательный бассейн в составе спортивной группы или группы обучения плаванию в рамках посещения тренировочных занятий. Посетители Плавательного бассейна в составе спортивной группы допускаются только в сопровождении ответственного лица. Ответственность за проведение инструктажа по технике безопасности, за жизнь и здоровье детей во время групповых занятий несут организаторы таких занятий.

6.8. При посещении Плавательного бассейна группой посетителей, в состав которой входят несовершеннолетние лица, ответственность за соблюдение ими техники безопасности при занятиях в Плавательном бассейне, несет руководитель группы, старший группы (сопровождающий), организатор занятий.

6.9. В случае сомнения в возрасте ребенка Администрация Плавательного бассейна вправе запросить документ, подтверждающий возраст ребенка.

7. Правила поведения при травмоопасных случаях

7.1. При недомогании во время занятия/посещения Плавательного бассейна выполнение упражнений, купание необходимо прекратить, сообщить об этом тренеру/инструктору или Администратору Плавательного бассейна, обратиться к врачу, строго выполнять его предписания.

7.2. При судорогах во время занятия/посещения Плавательного бассейна позвать на помощь, стараться держаться на воде.

7.3. В случае получения травмы пострадавший или очевидец должны немедленно сообщить о данном факте тренеру/инструктору дежурному или Администратору Плавательного бассейна с описанием произошедшей ситуации; занятие/посещение Плавательного бассейна необходимо прекратить.

7.4. Сотрудник Плавательного бассейна должен незамедлительно сообщить о произошедшем факте Администрации Учреждения, в случае необходимости – пригласить медицинского работника, вызвать машину скорой помощи, оказать первую помощь.

7.5. Учреждение не несет ответственности за состояние здоровья и возможный травматизм Посетителя в следующих случаях:

7.5.1. при нарушении Посетителем, настоящей Инструкции по технике безопасности при занятиях в Плавательном бассейна, общеизвестных правил поведения в общественных местах, в быту, на воде;

7.5.2. при отказе Посетителя, родителя, законного представителя, сопровождающего лица несовершеннолетнего Посетителя от прохождения инструктажа по технике безопасности;

7.5.3. при самостоятельном проведении Посетителем занятия/посещения Плавательного бассейна;

7.5.4. при получении травмы Посетителем вне территории Учреждения;

7.5.5. при получении травмы Посетителем от противоправного деяния со стороны третьих лиц;

7.5.6. при получении травмы Посетителем по его вине.