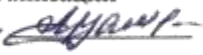


Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
Детский физкультурно-оздоровительный центр «Дельфин №8»

СОГЛАСОВАНО
Председатель первичной
профсоюзной организации
Арзамасцева Р.В. 

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУДО ДФОО «Дельфин №8» И.В.Цыганов
3 апреля 2023 г..



Введена в действие приказом
от 3 апреля 2023 г. № 36

**ИНСТРУКЦИЯ
ПО ОХРАНЕ ТРУДА
ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ
ПО ПЛАВАНИЮ
ИОТ — 003 — 2023
№ 3**

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

Настоящая инструкция разработана в соответствии с Основными требованиями к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда, разрабатываемых работодателем, утвержденных приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 29.10.2021г. № 772н, Действующим законодательством Российской Федерации и нормативно-правовыми актами в области охраны труда с учетом условий работы специалистов МАУДО ДФОЦ «Дельфин №8» при проведении занятий по плаванию и в целях обеспечения безопасности труда и сохранения жизни и здоровья работников при выполнении ими своих трудовых обязанностей.

Настоящая инструкция разработана на основе анализа требований профессиональных стандартов и трудовой функции специалистов МАУДО ДФОЦ «Дельфин №8», вида и состава выполняемой работы; по результатам специальной оценки условий труда на рабочем месте (карта специальной оценки условий труда (_____)); с учетом профессиональных рисков и опасностей, характерных для работы при проведении занятий по плаванию (карта оценки профессиональных рисков (_____)); с учетом анализа результатов расследования несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний; на основе определения безопасных методов и приемов выполнения трудовых функций

Действие настоящих рекомендаций распространяется на всех работников ДФОЦ

«Дельфин №8», которые задействованы на занятиях с обучающимися в плавательном бассейне: педагогов дополнительного образования, инструкторов по физической культуре (для обучения детей плаванию), медицинских сестер, технического персонала.

Для проведения практических занятий на воде в качестве педагога дополнительного образования, инструктора по физической культуре (для обучения детей плаванию) допускаются лица, имеющие высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области физкультуры и спорта без предъявления требований к стажу работы либо высшее или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование в области физкультуры и спорта.

К самостоятельной работе в бассейне допускаются лица:

- не моложе 18 лет, прошедшие обязательный периодический медицинский осмотр и не имеющие медицинских противопоказаний для работы в бассейне;
- прошедшие обучение безопасным приемам и методам труда по установленной программе и проверку знаний;
- прошедшие вводный инструктаж и инструктаж на рабочем месте.

Администрация ДФОЦ «Дельфин №8» совместно с медицинским персоналом должны ежегодно проводить практические занятия и прием зачетов по правилам проведения занятий в плавательных бассейнах, спасения утопающих и оказания им первой медицинской помощи с педагогами дополнительного образования, инструкторами физической культуры (для обучения детей плаванию) плавательного бассейна.

Результаты занятий и сдачи зачетов фиксируются в специальном журнале.

Лица, не сдавшие зачет по правилам проведения занятий, спасения утопающих и оказания им первой, к проведению занятий не допускаются.

Вся учебно-спортивная и оздоровительная работа в плавательном бассейне должна проводиться на основе расписания занятий, утвержденного директором ДФОЦ «Дельфин №8».

В расписании занятий указываются фамилии педагогов — организаторов (для обучения детей плаванию), проводящих занятия.

Замена педагогов дополнительного образования, инструкторов физической культуры (для обучения детей плаванию) не допускается без предварительного уведомления об этом заведующего учебной частью.

Ответственность за жизнь и здоровье обучающихся во время занятий несет педагог дополнительного образования, инструктор физической культуры (для обучения детей плаванию), распоряжениям которого воспитанники обязаны подчиняться.

Опасными факторами при работе в бассейне являются:

- **физические** (скользкие поверхности; острые кромки и сколы на поверхностях ванн и полах; шум; электрооборудование (сушилки, фены и т.п.); горячая вода в душевых; пониженные значения температуры воды и воздуха);

- **химические** (повышенная концентрация различных химических веществ в воде и в воздухе).

По результатам специальной оценки условий труда факторы являются допустимыми.

При работе на педагога дополнительного образования возможно воздействие профессиональных рисков и опасностей (карта оценки профессиональных рисков № 6).

- опасность падения из-за потери равновесия, в том числе при спотыкании или подскользывании, при передвижении по скользким поверхностям или мокрым полам;
- опасность падения из-за внезапного появления на пути следования большого перепада высот;
- опасность поражения током вследствие прямого контакта с токоведущими частями из-за касания незащищенными частями тела деталей, находящихся под напряжением;
- опасность ожога при контакте незащищенных частей тела с поверхностью предметов, имеющих высокую температуру;
- опасность психических нагрузок, стрессы;
- опасность насилия от третьих лиц;
- опасность ЧС техногенного характера опасность заражения вирусной инфекцией при контакте с зараженными людьми

Обо всех неисправностях оборудования, систем водоочистки и вентиляции, нарушениях санитарно-гигиенических требований работник бассейна обязан немедленно проинформировать заместителя директора по административно-хозяйственной работе или директора ДФОЦ «Дельфин №8», а в случае их отсутствия - дежурного гардеробщика на вахте в холле, и сделать запись в тетради заявок.

Все окна бассейна либо должны быть не зарешечены, либо иметь распашные решетки, ключи от которых хранятся в легкодоступном месте (в холле у гардеробщика).

К занятиям ПО ПЛАВАНИЮ допускаются воспитанники школьного и дошкольного возраста, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

При проведении занятий по плаванию необходимо соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

При проведении занятий по плаванию возможно воздействие на воспитанников следующих опасных факторов:

- травмы при столкновении, падения на мокром, скользком полу и утопление при прыжках в воду головой вниз при недостаточной глубине воды и при не обследованном дне;
- купание сразу после приема пищи или большой физической нагрузки.

При проведении занятий по плаванию должны быть подготовлены средства для спасания утопающих, а также медицинская аптечка, с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить педагогу - организатору (для обучения детей плаванию), который сообщает об этом администрации ДФОЦ «Дельфин №8». При наличии во время занятий условий, мешающих или угрожающих жизни и здоровью воспитанников, педагог — организатор (для обучения детей плаванию) обязан отменить занятие, предупредив администрацию ДФОЦ «Дельфин №8».

В процессе занятий педагог — организатор (для обучения детей плаванию) и воспитанники должны соблюдать порядок проведения учебных занятий, ношения спортивной одежды и правила личной гигиены.

К занятиям в бассейне не допускаются воспитанники, допустившие нарушения Устава ДФОЦ «Дельфин №8», правил поведения воспитанников, правонарушения, а так же воспитанники, не соблюдающие норм личной гигиены и санитарные правила.

Педагог дополнительного образования, инструктор физической культуры (для обучения детей плаванию) должен знать:

- инструкцию по охране жизни и здоровья детей;
- законы и иные нормативные правовые акты, регламентирующие образовательную, физкультурно-спортивную, оздоровительную деятельность;
- педагогику и психологию;
- возрастную физиологию, анатомию; санитарию и гигиену;
- методику, базисные программы и авторские технологии по обучению плаванию детей школьного (дошкольного) возраста;
- методику обучения плаванию различными стилями детей школьного (дошкольного) возраста на основе индивидуально-ориентированного подхода;

- правила поведения на воде;
- правила безопасности при проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий;
- основы редакционно - оздоровительной работы и соответствующие методики (при работе с воспитанниками, имеющими отклонения в развитии);
- правила внутреннего распорядка (трудового распорядка) ДФОЦ «Дельфин №8»;
- правила по охране труда и пожарной безопасности.

В плавательном бассейне должен быть организован кабинет врачебного контроля.

В содержание работы кабинета входят:

- контроль за соблюдением санитарных норм и правил;
- контроль за состоянием здоровья и физическим развитием всех занимающихся;
- проведение врачебных наблюдений в группах спортивного плавания или группах физкультурно-оздоровительного плавания;
- участие в планировании учебно-тренировочного процесса и контроль за проведением учебно-оздоровительных мероприятий;
- профилактика спортивного травматизма;
- медико-санитарное обеспечение соревнований;
- оказание скорой и неотложной медицинской помощи во всех необходимых случаях;
- санитарно-просветительная работа с занимающимися в группах спортивного и физкультурно-оздоровительного плавания;
- ведение документации о проделанной медицинской работе.

За нарушение данных рекомендаций работники ДФОЦ «Дельфин №8», которые проводят занятия с воспитанниками в бассейне несут персональную ответственность в соответствии с действующим законодательством.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ

Надеть спецодежду (спортивный костюм, резиновую обувь).

Проверить средства для осуществления спасения (шесты с петлями, круги спасательные и т.п.).

Осмотреть помещение бассейна и вспомогательные помещения (раздевалки, душевые, туалеты; убрать лишние и мешающие предметы, обратив внимание на достаточность освещения, исправность и работоспособность сантехнического оборудования, сушилок (фенов), соответствие температуры воды и воздуха санитарно-гигиеническим требованиям (СанПиН 2.1.2.1188-03) «Плавательные бассейны. Гигиенические требования к устройству, эксплуатации и качеству воды. Контроль качества».

Проверить наличие в легкодоступном месте и наполняемость аптечки для оказания доврачебной помощи.

В раздевалке на видном месте должна быть вывешена инструкция по технике безопасности для воспитанников.

Проконтролировать наличие у воспитанников медицинской справки, разрешающей посещение бассейна.

Провести проверку наличия воспитанников и выяснить причину отсутствия.

Проконтролировать наличие у воспитанников необходимой спортивной формы (для девочек – купальный костюм (закрытый) и плавательная шапочка; для мальчиков – плавки, плавательная шапочка) и правильность проведения ими гигиенических процедур.

Запрещается переодевать мальчиков старше 4 лет в женской раздевалке, а девочек аналогичного возраста в мужской.

Занимающиеся должны иметь при себе мыло, мочалку, полотенце, плавательные принадлежности.

Для устранения встречных потоков в гардеробе, комнатах для переодевания (раздевалках) и душевых, пришедшие на очередное занятие должны принять душ (не более 5 мин.) и за 5 мин. до начала занятий пройти визуальный осмотр у врача или медицинской сестры.

После окончания занятий воспитанники пользуются душем (до 5 мин.) и должны покинуть раздевалку через 15 мин.

Обеспечить организованный выход воспитанников из душевой в помещение бассейна.

Вход воспитанников в помещение плавательного бассейна разрешается как минимум за 15 мин до начала занятий на воде. Прохождение воспитанников и занимающихся в зал ванны перед началом занятий осуществляется под контролем педагога —

организатора (для обучения детей плаванию), с регистрацией в журнале. При отсутствии педагога - организатора (для обучения детей плаванию) допуск в бассейн запрещен.

Перед входом в воду необходимо убедиться в том, что температура воды не ниже установленной нормы.

Перед входом в воду перерыв между приемом пищи и занятием должен быть не менее 45-50 мин.

Перед началом занятий в воде необходимо провести разминку.

Очередную группу воспитанников разрешается допускать в бассейн только после выхода из бассейна предыдущей группы.

В начале каждого учебного года и при переходе к новому виду занятий провести с воспитанниками инструктаж (отдельный урок по плану) по технике безопасности с соответствующей записью в журнале.

В случае нарушения кем-либо из воспитанников техники безопасности, со всеми воспитанниками необходимо провести внеплановый инструктаж по технике безопасности с его регистрацией в соответствующем журнале.

Запрещается приступать к работе в случае обнаружения несоответствия помещения и оборудования бассейна и вспомогательных помещений установленным в данном разделе требованиям, а также при невозможности выполнить указанные в данном разделе подготовительные к работе действия.

Запрещается приступать к занятиям с воспитанниками при отсутствии дежурной медицинской сестры бассейна.

К занятиям в группах по спортивному плаванию, синхронному плаванию, групп физкультурно-оздоровительного плавания допускаются лица, прошедшие медицинское освидетельствование и представившие справку медицинского учреждения, разрешающую данному лицу заниматься плаванием.

К занятиям в группах спортивного плавания допускаются лица способные проплыть 50 метров любым способом плавания. Лица не умеющие плавать, должны пройти курс начального обучения и выполнить установленный норматив.

Группы физкультурно-оздоровительного плавания комплектуются только из числа лиц умеющих плавать (уметь проплыть 25 метров). Указанное правило должно быть доведено до сведения всех занимающихся.

В группах спортивного плавания разрешается заниматься только детям школьного возраста.

Комплектование групп проводится на первых занятиях и осуществляется с учетом возраста, состояния здоровья и степени подготовленности занимающихся.

Прыжки со стартовых тумб разрешены только для групп спортивного плавания, если это включено в учебный план.

Обучение плаванию в глубокой части ванны разрешается только с применением средств и методов обеспечивающих предотвращение несчастных случаев.

Требования, предъявляемые к содержанию плавательной ванны:

- дно должно просматриваться во всех частях бассейна;
- на донных всасывающих трубопроводах должна быть установлена и закреплена защитная сетка;
- элементы поплавок, разделительных дорожек не должны иметь острых режущих граней.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ

Занятия с воспитанниками, не умеющими плавать должны проводиться только на крайних дорожках в пределах мелкой части ванны бассейна по одному занимающемуся под непрерывным контролем педагога - организатора (для обучения детей плаванию), который должен сопровождать плывущего по бортику.

Задания, связанные с риском для здоровья и жизни воспитанников, выполняются только под контролем и страховкой педагога - организатора (для обучения детей плаванию), (только для спортивных групп).

Администрация ДФОЦ «Дельфин №8» обязана следить за строгим соблюдением правил проведения занятий в плавательном бассейне.

Педагог дополнительного образования, инструктор по физической культуре (для обучения детей плаванию) обязан:

- соблюдать настоящую инструкцию;
- входить в помещение ванны плавательного бассейна первым и уходить только после того, как

все воспитанники, закрепленной за ним группы покинут помещение ванны плавательного бассейна;

- обучать воспитанников школьного (дошкольного) возраста умению свободно держаться на воде и плавать;

- при проведении первых проплывов сопровождать воспитанников, т.е. плавать вдоль бортика ванны плавательного бассейна. Первые проплывы допускать только по крайним дорожкам, по одному занимающемуся;

- прекратить занятия и проконтролировать выход всех воспитанников из ванны плавательного бассейна, в случае какой либо аварии или наличия условия, мешающих проведению занятий или угрожающих жизни и здоровью воспитанников;

- сообщать в учебную часть (администрации ДФОЦ «Дельфин №8») о травмах и несчастных случаях, других происшествиях происшедших во время проведения занятий;

- проводить перед началом каждого занятия осмотр спортивного оборудования и инвентаря осуществлять проверку технического состояния плавательного бассейна. При обнаружении его неисправности ставить в известность директора ДФОЦ «Дельфин №8» и до ликвидации неисправности занятия не проводить.

- при получении воспитанниками травмы в бассейне или во вспомогательных помещениях работник обязан немедленно проинформировать о случившемся медицинскую сестру бассейна.

- не допускать скопления воспитанников на одной дорожке в количестве, превышающем требования СанПиН 2.1.2.1188-03 «Плавательные бассейны. Гигиенические требования к устройству, эксплуатации и качеству воды. Контроль качества»;

- обеспечить контроль температурного режима в соответствии с требованиями СанПиН 2.1.2.1188-03 «Плавательные бассейны. Гигиенические требования к устройству, эксплуатации и качеству воды. Контроль качества»;

- в случае возникновения угрозы жизни и (или) здоровью воспитанников (при остановке дыхания, захлебывании, потере сознания, возникновении судорог) вытащить их из воды и немедленно приступить к оказанию доврачебной помощи;

- контролировать соблюдение воспитанников требований техники безопасности, обращать внимание на дисциплину воспитанников, особенно во время максимальной загрузки плавательного бассейна.

Во время работы запрещается:

- допускать деятельность воспитанников, не предусмотренную программой;
- отвлекаться на какую-либо деятельность, не связанную непосредственно с проведением занятий;

Категорически запрещается оставлять воспитанников без присмотра!

Воспитанники обязаны:

- входить в воду только с разрешения педагога - организатора (для обучения детей плаванию).

- внимательно слушать и выполнять все команды и сигналы педагога - организатора (для обучения детей плаванию).

- все задания выполнять только после команды педагога — организатора (для обучения детей плаванию).

- не прыгать в воду со стартовой тумбы, борта плавательного бассейна в длину и глубину головой вниз при недостаточной глубине воды, при необследованном дне ванны бассейна и при нахождении вблизи других пловцов и без разрешения педагога — организатора (для обучения детей плаванию).

- не оставаться при нырянии долго под водой.

- все задания выполнять строго в отведенной плавательной дорожке.

- не выполнять со стартовой тумбы или борта плавательного бассейна акробатические пируэты;

- не плавать поперек плавательных дорожек;

- не бегать по обходным дорожкам и нырять с них;

- не сидеть, не висеть на разделительных дорожках;

- не подныривать под плавающих, не толкать их руками и ногами;

- любыми способами не стеснять действия находящихся в воде (хватать за ноги, руки, плечи,

плавательные костюмы и т.п.);

- не бросать плавательные доски и инвентарь с бортиков в воду и из воды на кафель;
- не находиться в помещении плавательного бассейна с жевательной резинкой;
- не вносить в помещение плавательного бассейна продукты питания, воду, напитки;
- почувствовав озноб, быстро выйти из воды и растереться сухим полотенцем.
- при судорогах не теряться, стараться держаться на воде и позвать на помощь.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

В случае возникновения аварийных ситуаций (прорыв воды, задымление и т.п.), могущих повлечь за собой травмирование и (или) отравление воспитанников, педагог — организатор (для обучения детей плаванию) обязан немедленно прекратить занятия, вывести воспитанников из помещения бассейна, руководствуясь схемой эвакуации и немедленно сообщить об этом директору или заместителю директора по ХР заместителю директора по УВР.

В случае наличия пострадавших среди воспитанников педагог дополнительного образования, инструктор по физической культуре (для обучения детей плаванию) обязан обратиться к медицинской сестре, а при необходимости оказать доврачебную помощь.

При поражении воспитанников и (или) работников электрическим током принять меры по его освобождению от действия тока путем отключения электропитания и до прихода медсестры оказать, при необходимости, потерпевшему доврачебную помощь.

В случае возгорания оборудования отключить питание, сообщить в пожарную часть по телефонам 01, 112 и директору ДФОЦ «Дельфин №8», после чего приступить к тушению пожара имеющимися средствами.

При утоплении воспитанника педагог — организатор (для обучения детей плаванию), медицинский работник немедленно обязаны сделать пострадавшему искусственное дыхание до восстановления самостоятельного дыхания, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации ДФОЦ «Дельфин №8»

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ

После окончания занятий с воспитанниками педагог дополнительного образования, инструктор по физической культуре (для обучения детей плаванию) обязан:

- проверить по списку наличие всех воспитанников;
- проконтролировать проведение воспитанниками необходимых гигиенических процедур и сушку волос;
- обеспечить организованный выход воспитанников из помещения бассейна;
- оборудование и приспособления убрать в отведенные места;
- сообщить о неисправностях и замечаниях, выявленных в процессе работы, своему непосредственному руководителю и сделать соответствующую запись в журнале заявок;
- при уходе из помещения закрыть окна, выключить освещение, электроприборы, воду, вентиляцию.

При обнаружении неисправности оборудования, системы вентиляции и очистки воды, работы сантехнических систем, нарушения целостности окон проинформировать об этом заместителя директора по АХР, а при его отсутствии - дежурного администратора и сделать запись в тетради заявок.

Примечания:

В соответствии с Постановлением Министерства Здравоохранения РФ и Главного Государственного санитарного врача РФ от 30 января 2003 г. № 4 «О введении в действие СанПиН 2.1.2.1188-03. Плавательные бассейны. Гигиенические требования к устройству, эксплуатации и качеству воды. Контроль качества» температура воды в бассейнах должна иметь следующие значения:

| Вид бассейна (назначение) | Температура воды |
|----------------------------------|-------------------------|
| Спортивный | 24 - 28 |
| Оздоровительный | 26 - 29 |
| Учебные для детей до 7 лет | 30 - 32 |
| Учебные для детей старше 7 лет | 29 - 30 |

Температура воздуха должна быть на 1 - 2 градуса выше температуры воды.

ПЕРЕЧЕНЬ ЗАБОЛЕВАНИЙ, ЯВЛЯЮЩИХСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯМИ К ЗАНЯТИЯМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ ПЛАВАНИЕМ*

Абсолютные противопоказания:

- Эпилепсия.
- Туберкулез.
- Хронические нагноительные заболевания кожи, пиодермия.
- Ихтиоз в выраженной форме.
- Чешуйчатый лишай при значительном распространении.
- Гельминтозы.
- Грибковые заболевания кожных покровов, ногтевых пластинок.

Относительные противопоказания:

- Сахарный диабет (у детей), учитывая стаж заболевания, инсулинозависимость.
- Бронхиальная астма (у детей), учитывая частоту приступов, длительность ремиссии.
- Врожденные или приобретенные пороки сердечных клапанов (степень компенсации).
- Выраженная форма гипо- или гипертензии.
- Гипертоническая болезнь.
- Артериальная гипертензия, протекающая с частыми кризами.
- Выраженная сердечно-сосудистая недостаточность.
- Ишемическая болезнь сердца, с частыми приступами стенокардии.
- Диффузный токсический зоб, тиреотоксическая аденома.
- Трофические язвы.
- Хронический гнойный отит.
- Инфекционные заболевания в острый период.
- Хронический нефрит (учитывая длительность ремиссии).
- Хронические заболевания женских половых органов (с частыми обострениями).

* Перечень составлен на основании Приказа Главного Управления Здравоохранения от 11.09.87 г. № 603 «Об упорядочении процедуры медицинского освидетельствования лиц, желающих заниматься оздоровительным плаванием».

Составил:
специалист по ОТ

Н.Е.Бушуева

ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ
с инструкцией по охране труда
при проведении занятий по плаванию

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять:

[illegible]

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
| | | | | |