



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБОУ ММГ

 Шкуренко Е.В.

« 16 » августа 2016 г.

**Правила внутреннего распорядка и техники безопасности
при организации и проведении занятий в плавательном бассейне ГБОУ ММГ
в рамках оказания платных образовательных услуг**

I. Общие положения:

1.1. Настоящие правила разработаны для обеспечения ритмичной и эффективной работы плавательного бассейна ГБОУ ММГ, снижения уровня травматизма и числа несчастных случаев на воде при проведении занятий в бассейне. С этой целью данные Правила устанавливают права и обязанности, определяют механизм реализации этих прав, а также устанавливают ряд ограничений и запретов, не допускающих действия, которые могут причинить вред здоровью и жизни Посетителей и окружающих лиц.

1.2. Настоящие Правила разработаны в соответствии с Уставом ГБОУ ММГ; Приказом Госкомспорта СССР № 639 от 01.12.87 г. «Об утверждении типовых правил проведения занятий в плавательных бассейнах»; Федерального закона РФ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» №52-ФЗ от 30.03.1999 г.; Санитарно-эпидемиологическими требованиями к плавательным бассейнам спортивно-оздоровительного назначения СанПиН 2.1.2.1188-03 и направлены на обеспечение безопасности посетителей во время занятий в бассейне.

1.3. Правила внутреннего распорядка являются едиными для всех посетителей физкультурно-оздоровительного комплекса (ФОК) ГБОУ ММГ.

1.4. 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.

1.5. Проход в бассейн осуществляется за 15 минут до начала занятия через администратора по предъявлении оформленного абонеента.

1.6. За ценные вещи, документы, деньги, сотовые телефоны и иные ценности, не сданные на хранение в сейф, администрация ответственности не несёт.

1.7. Обучающегося младше 6-ти лет сопровождает взрослый, который несет полную ответственность за соблюдение сопровождаемым настоящих Правил.

1.8. Для прохода на территорию ФОКа посетитель предъявляет на входе охраннику и/или администратору оформленный абонемент.

1.9. Обучающиеся старше 6-ти лет проходят на территорию ФОКа без сопровождающих. Сопровождающие должны ожидать обучающихся за пределами ФОКа. Сопровождающим категорически запрещается находиться на территории ФОКа.

II. Посетители обязаны:

2.1. Строго соблюдать правила внутреннего распорядка ФОКа, поддерживать дисциплину в бассейне, выполнять распоряжения администраторов, тренеров и медицинского персонала.

2.2. Предоставить медицинскую справку, разрешающую данному лицу заниматься плаванием:

- для детей до 14 лет – от педиатра с результатами лабораторного обследования на гельминтозы (яйцеглист и энтеробиоз) – действительна 3 месяца со дня выдачи;
- для детей старше 14 лет – от терапевта (с пометкой: *допущен к занятиям плаванием*) и дерматолога (с пометкой об отсутствии кожных заболеваний) – действительна 6 месяцев со дня выдачи.

2.3. Форма справки и порядок ее оформления определены Департаментом здравоохранения (приказ № 65 от 06.02.96 г.).

2.4. Пройти инструктаж по правилам внутреннего распорядка и технике безопасности при проведении занятий и расписаться в журнале регистрации инструктажей.

2.5. Разговаривать негромко, не кричать, не бегать и не толкаться в раздевалках и бассейне.

Перед началом занятия:

2.6. Переобуваться в вестибюле ФОКа в специальную обувь для бассейна, а повседневную (уличную) обувь сдать в гардероб в пакете для обуви.

2.7. Верхнюю одежду сдавать в гардероб, повседневную одежду снимать в помещении раздевалки.

2.8. Проходить в санитарную зону на 2-й этаж только в спортивной одежде и специальной обуви для бассейна.

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

2.10. Перед выходом в ванну бассейна мыться в душевой под горячим душем без плавательного костюма, тщательно промыть с мылом и мочалкой все части тела. После душа вымыть ноги и шлёпанцы.

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

2.12. В случае если взрослый, сопровождающий обучающегося по п. 1.6 настоящих Правил (мама, бабушка или другой сопровождающий женского пола), оказывает обучающемуся мальчику помощь при подготовке к занятию плаванием, то при этом используются только душевые женской раздевалки на 1-ом этаже ФОКа. При этом взрослый сопровождающий обеспечивает обучающегося теплым халатом, тапочками и носками для прохода от душевой до ванны бассейна.

2.13. В случае если взрослый, сопровождающий обучающегося по п. 1.6 настоящих Правил (папа, дедушка или другой сопровождающий мужского пола), оказывает обучающейся девочке помощь при подготовке к занятию плаванием, то при этом используются только душевые мужской раздевалки на 1-ом этаже ФОКа. При этом взрослый сопровождающий обеспечивает обучающегося теплым халатом, тапочками и носками для прохода от душевой до ванны бассейна.

2.14. На выходе в ванну бассейна пройти осмотр медицинским персоналом ФОКа на предмет отсутствия ссадин, царапин, открытых ран, кожных заболеваний, и т.п.

Во время занятия:

2.15. Организованно, по очереди заходить в воду по лестницам спиной вперед, крепко держась руками за поручни.

2.16. Внимательно слушать и выполнять все указания тренера или инструктора по плаванию.

2.17. Плавать только по своим дорожкам.

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

2.19. При возникновении какой-либо проблемы (почувствовал недомогание, получил травму и т.п.) необходимо немедленно сообщить об этом тренеру-преподавателю, используя все возможные способы (поднять руку высоко вверх, громко позвать тренера и т.п.).

2.20. При плавании на ногах на спине обучающийся при виде второй красной линии на потолке должен вытянуть одну руку вперед и коснуться бортика вытянутой вперед рукой.

2.21. При нахождении в ванне плавательного бассейна сплёвывать только в сливные желоба.

2.22. По окончании занятия организованно, по очереди выходить из воды по лестницам, держась за поручни.

2.23. Взрослый, сопровождающий обучающегося по п.1.6 настоящих Правил, во время занятий обязан находиться вне помещения ванны бассейна – в вестибюле или, по согласованию с преподавателем, на антресолях бассейна.

После окончания занятия:

2.24. В течение 3-5 мин принять тёплый душ.

2.25. Уходя из душевой кабины закрыть воду в душе.

2.26. Пользоваться стационарными сушилками или личными фенами только сухими руками, быть

при этом особо внимательными и осторожными.

2.27. В течение 15 минут после окончания занятия покинуть раздевальное отделение бассейна.

2.28. В случае если взрослый, сопровождающий обучающегося по п. 1.6 настоящих Правил (мама, бабушка или другой сопровождающий женского пола), оказывает обучающемуся мальчику помощь после окончания занятий по плаванию, то при этом используются только душевые женской раздевалки на 1-ом этаже ФОКа. При этом взрослый сопровождающий обеспечивает обучающегося теплым халатом, тапочками и носками для прохода от ванны бассейна до душевой.

2.29. В случае если взрослый, сопровождающий обучающегося по п. 1.6 настоящих Правил (папа, дедушка или другой сопровождающий мужского пола), оказывает обучающейся девочке помощь после окончания занятий по плаванию, то при этом используются только душевые мужской раздевалки на 1-ом этаже ФОКа. При этом взрослый сопровождающий обеспечивает обучающегося теплым халатом, тапочками и носками для прохода от душевой до ванны бассейна.

III. Посетителям запрещается:

Перед началом занятия:

- 3.1. Входить на территорию ФОКа не отметившись у администратора.
- 3.2. Ходить по территории ФОКа в уличной обуви или босиком.
- 3.3. Вносить в помещения раздевалок, душевых и плавательного бассейна жевательные резинки и стеклянную тару.
- 3.4. Втирать в кожу перед посещением бассейна кремы и мази.
- 3.5. Входить в бассейн без тщательного мытья в душе.
- 3.6. Брызгаться водой в душевой или разливать воду в раздевалке.
- 3.7. Входить в ванну бассейна без разрешения инструктора, проводящего занятия в бассейне.

Во время занятия:

- 3.8. Прыгать с бортика без разрешения преподавателя, проводящего занятия в бассейне.
- 3.9. Топить руками и вставлять ногами на разграничительные волногасящие дорожки.
- 3.10. Плыть в одежде, не предназначенной для бассейна.
- 3.11. Находиться в воде без шапочки.
- 3.12. Плыть в бассейне с большими и массивными украшениями (цепочки, браслеты, кольца), которыми можно зацепиться за разделительные дорожки или травмировать других занимающихся.
- 3.13. Нырять в длину и глубину, использовать любые упражнения с задержкой дыхания, без разрешения преподавателя, проводящего занятия.
- 3.14. Издавать ложные крики о помощи: «Тону!», «Спасите!», «Помогите!» и т.п.
- 3.15. Уходить с занятия (по уважительной или неуважительной причине), не предупредив преподавателя, проводящего занятия в бассейне, медперсонал и администратора.

После окончания занятия:

- 3.16. Прикасаться к стационарным сушилкам или личным фенам мокрыми руками.
- 3.17. Находиться в душевой и раздевалке более 15 мин. после окончания занятия.