**Правила посещения и проведения занятий в плавательном бассейне школы спорта, физического развития и здорового образа жизни** (приложение № 1 к «Положению о плавательном бассейне»,

приказ от 14.04.2017 №0801-01/379)

* 1. Вся учебно-спортивная и оздоровительная работа в плавательных бассейнах должна проводиться на основе расписания занятий, утверждённого директором Школы спорта. В расписании занятий указываются фамилии проводящих занятия тренеров (инструкторов), прошедших обучение по программе «Спасатель на водах».
  2. Посетитель бассейна должен предъявить администратору при проходе документ или карточку на посещение бассейна установленной формы. Посетители платных групповых секций – групповой документ или карточки на посещение секций, в иных случаях посетители проходят по списку, предоставленному тренером секции или лицом, ответственным за проведение мероприятия, администратору бассейна до начала работы группы/проведения мероприятия или на основании служебной записки директора школы.
  3. Документ или карточка в бассейн являются именными и не подлежат передаче иным лицам. При выявлении фактов передачи абонемента иным лицам абонемент подлежит изъятию.
  4. Клиент обязан израсходовать лимит занятий приобретённого абонемента в течение месяца
  5. Если Посетитель бассейна не пользуется документом или карточкой в связи с обстоятельствами, за которые бассейн не отвечает (отпуск, служебная командировка и т. п.), стоимость пропущенных услуг не возмещается, посещение бассейна на другое время не переносится и срок абонемента не продлевается. Исключение составляет пропуск по болезни, в случае предоставления менеджеру справки, подтверждающей временную нетрудоспособность с подписью и печатью лечащего врача и главного врача медучреждения, выдавшего справку.
  6. Посетитель бассейна передаёт документ или карточку менеджеру и взамен получает ключ от шкафа для хранения личных вещей.
  7. Перед посещением бассейна рекомендуется обследоваться у врача для подтверждения отсутствия противопоказаний к занятиям.
  8. Тренеры-преподаватели занимаются обучением плаванию только в специально отведённых для этого группах или при индивидуальных занятиях.
  9. К занятиям по плаванию на глубокой воде (глубже 1,5 м) допускаются лица, способные проплыть не менее 25 метров любым способом плавания. Лица, не умеющие плавать, должны пройти курс начального обучения и выполнить установленный норматив.
  10. Лица старше 70 лет к занятиям по плаванию допускаются по направлениям медицинских учреждений под обязательным контролем за их занятиями медицинской службы плавательного бассейна и лечащего врача.
  11. Посетитель должен иметь чистую сменную обувь, пригодную для использования в бассейне. Проход в бахилах в раздевалку категорически запрещён.
  12. Посетитель бассейна должен сдавать уличную обувь (в пакете), верхнюю одежду и головной убор в гардероб.
  13. Проход в бассейн осуществляется строго по расписанию в дни и часы, указанные в абонементе.
  14. Рекомендованное время нахождения в воде (одно занятие) – не более 45 минут, не более двух сеансов подряд.
  15. Посетитель бассейна, опоздавший более чем на 15 минут, на сеанс не допускается.
  16. Не допускается посещение бассейна при отсутствии купальной одежды, шапочки и предметов гигиены, а также не допускается посещение бассейна в спортивных шортах или трусах.
  17. Посетитель бассейна должен иметь при себе чистую купальную одежду (купальник и плавки), плавательную шапочку, чистые сланцы, пакет для сменной обуви, полотенце, мыло, губку.
  18. Предметы гигиены должны быть в пластиковой таре и находиться в пакете.
  19. Посетитель бассейна до прохода в воду должен тщательно помыться в душе с применением средств гигиены. В противном случае ему может быть отказано во входе в воду без возможности возмещения стоимости занятия и предоставления другого времени.
  20. После приёма душа посетитель бассейна выключает воду в душе и проходит в зал бассейна согласно установленному времени для проведения занятия на воде.
  21. При плавании в бассейне на одной дорожке нескольких человек посетители должны держаться правой стороны, обгонять слева, отдыхать в углах дорожки, не создавая помех другим посетителям.
  22. Согласно санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам (СанПиН 2.1.2.1188-03) Минздрава России для оздоровительных бассейнов допустимое количество занимающихся плаванием людей на одной дорожке до 8 взрослых и до 12 детей.
  23. Для освобождения полости рта и носа от попавшей воды следует пользоваться сливными канавками.
  24. После окончания сеанса посетитель бассейна в течение не более 5–10 минут принимает душ, выжимает купальную одежду, вытирается полотенцем и только после этого переходит в раздевалку.
  25. Посетитель бассейна должен переодеться и покинуть раздевалку не более чем через 15 минут после окончания сеанса.
  26. Сушить волосы следует в специально отведённой комнате.
  27. Посетитель бассейна должен строго соблюдать Правила посещения бассейна, Правила техники безопасности, противопожарной безопасности, санитарно-гигиенические требования, выполнять требования персонала бассейна, в том числе требования медицинского персонала бассейна в части соблюдения санитарно-гигиенических требований.
  28. Посетитель бассейна должен соблюдать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, персоналу бассейна, не допускать действий, создающих опасность для окружающих.
  29. Посетители бассейна должны бережно относиться к имуществу бассейна, не допуская его порчу или утрату. После окончания сеанса посетитель бассейна должен вернуть на место использованный им инвентарь и оборудование.
  30. Администрация бассейна оставляет за собой право изменять расписание сеансов, закрывать бассейн полностью или частично для проведения соревнований, тренировочного процесса, санитарной обработки, в случае форс-мажорных обстоятельств.
  31. Вход занимающихся в бассейн разрешается как минимум за 15 минут до начала занятий на воде. Занимающиеся должны иметь при себе: мыло, мочалку, полотенце, плавательные принадлежности.
  32. Для устранения встречных потоков в гардеробе, комнатах для переодевания (раздевалках) и душевых пришедшие на очередное занятие должны принять душ (не более 5 минут) и за 5 минут до начала занятий пройти визуальный осмотр медицинской сестры. После окончания занятий посетители пользуются душем (до 5 минут), они должны покинуть раздевалку через 15 минут.
  33. Замена тренеров, инструкторов (далее называемых «проводящие занятия») не допускается без предварительного уведомления об этом администрации Школы спорта.
  34. Комплектование групп проводится на первых занятиях и осуществляется с учётом возраста, состояния здоровья и степени плавательной подготовленности занимающихся.
  35. Увеличение численности занимающихся в каждой группе (свыше 15 человек) на одного проводящего занятия не допускается.
  36. Каждая группа закрепляется за проводящим занятие, который на первом уроке разъясняет занимающимся правила внутреннего распорядка, рекомендованные правила поведения на воде и настоящие Правила.
  37. Проводящие занятия с детьми дошкольного и младшего школьного возраста должны проходить врачебный контроль.
  38. Ночным дежурным (охране в здании) запрещается купаться в бассейне в ночное время и допускать в бассейн посторонних лиц.
  39. Плавательные бассейны должны соответствовать действующим санитарным нормам и правилам.
  40. При какой-либо аварии в бассейне, мешающей проведению занятия или угрожающей жизни и здоровью занимающихся, проводящий занятия должен её устранить либо отменить занятие.
  41. В случае отсутствия тренера (инструктора) вход отдельных занимающихся или групп в плавательный бассейн (ванну бассейна) и тренировочный зал запрещён.
  42. Обучение плаванию всего контингента занимающихся разрешается проводить на мелкой части ванны плавательного бассейна или в специально оборудованных для этого ваннах. Когда занятия проводятся на мелкой части ванны, её необходимо отделить от глубокой части разделительным шнуром с поплавками (плавательной дорожкой).
  43. Обучение плаванию в глубоких ваннах (на глубокой части ванны) разрешается только с применением средств и методов, обеспечивающих предотвращение несчастных случаев.
  44. Места для обучения плаванию в обязательном порядке должны быть обеспечены исправным спасательным инвентарём (спасательные круги, шесты, шары в сетках и т. д.) согласно установленным нормам.
  45. Прыжки со стартовых тумб и бортика ванны возможны только с разрешения инструктора или тренера, чтобы избежать ситуаций, мешающих заниматься другим занимающимся.
  46. При одновременных занятиях нескольких групп группы должны заниматься только на отведённом для них месте (согласно расписанию учебных занятий).
  47. Занятия в воде разрешается начинать после того, как предыдущая группа полностью вышла из воды; смена групп в бассейне производится в присутствии проводящих занятие.
  48. Посетителям бассейна запрещается:

- посещать бассейн при наличии кровотечений, герпеса, кожных заболеваний, плохом самочувствии;

- бегать в бассейне;

- громко разговаривать во время сеанса;

- висеть на водогасящих дорожках;

- ходить босиком или в бахилах в бассейне, раздевалке и душевой;

- прыгать (нырять) со стартовых тумб;

- нырять с бортиков бассейна;

- проныривать вдоль и поперёк дорожек;

- нырять вниз головой на мелкой части бассейна;

- пользоваться ластами, лопатками, маской без согласования с тренером;

- погружаться в воду на задержанном дыхании;

- входить в воду с жевательной резинкой, пластырем, бинтами;

- курить в помещениях и на территории бассейна, употреблять алкогольные напитки, наркотические средства или токсичные вещества;

- находиться в бассейне в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения;

- пользоваться  мобильными телефонами и  иными средствами связи во время проведения занятий;

- входить в служебные  и технические помещения бассейна;

- самостоятельно включать, выключать и регулировать  любое инженерно-техническое оборудование бассейна.

- посещать бассейн при физическом или эмоциональном недомогании;

- посещать бассейн с заболеваниями, при которых не рекомендуются физические нагрузки.

- приступать к занятиям, не сообщив на контроле о наличии: хронических заболеваний, недавно перенесённых острых заболеваниях, о причинах, при которых могло возникнуть ограничение физических нагрузок;

- передавать абонемент третьим лицам.

* 1. Запрещается вход в помещения раздевалок, душевых и зал бассейна родителям и другим лицам, сопровождающим детей. Ожидание производится в холле бассейна.
  2. При возникновении недомогания необходимо прекратить занятие и обратиться к тренеру или медицинскому работнику.
  3. Персонал бассейна должен контролировать соблюдение посетителями настоящих Правил.
  4. При несоблюдении Правил, а также неэтичном поведении по отношению к другим посетителям и/или сотрудникам бассейна администрация оставляет за собой право не допускать посетителя к посещению бассейна или приостановить действие абонемента без возврата денежных средств.
  5. Пользование абонементом или разовое посещение является свидетельством ознакомления и безоговорочного принятия данных Правил.
  6. Контроль за соблюдением правил посещения плавательного бассейна возлагается на персонал бассейна.

1. **Организация занятий в бассейне**

Каждое занятие организуется в бассейне следующим образом:

* 1. При отсутствии проводящего занятие группа в бассейн не допускается.
  2. Прохождение занимающихся осуществляется под контролем инструктора, тренера, проводящего занятие.
  3. Проводящий обеспечивает организационный выход группы из душевой в помещение ванны бассейна.
  4. Перед началом занятия производится перекличка (количественный подсчёт) группы в строю; опоздавшие в бассейн не допускаются;
  5. Очередное занятие в воде разрешается начинать только после того, как предыдущая группа полностью выйдет из воды.
  6. Во время занятия проводящий несёт личную ответственность за порядок в группе, жизнь и здоровье занимающихся, при одновременном проведении нескольких занятий инструктор контролирует порядок организации занятий в группах.
  7. Выход занимающихся из помещения ванны бассейна до конца занятия допускается только с разрешения проводящего занятие.
  8. Проводящий обязан вести непрерывное наблюдение за занимающимися.
  9. Первые проплывы проводятся вдоль бассейна по крайним дорожкам по одному занимающемуся под наблюдением сопровождающего по бортику тренера.
  10. Выполнять прыжки в воду разрешается только при непосредственном наблюдении и страховке проводящего занятия после того, как занимающиеся начинают плавать.
  11. Во время обучения нырянию в длину и глубину разрешается выполнять упражнение не более чем одному занимающемуся под тщательным наблюдением проводящего занятия до момента выхода ныряющего из воды.
  12. Применяемое при занятиях в воде снаряжение должно быть безопасным как для использующего его, так и для других находящихся в воде, а также не приносящим вреда спортивному сооружению.
  13. Во время ныряния на данной дорожке не должны плавать по поверхности другие пловцы.
  14. Каждое занятие должно прекращаться по сигналу проводящего занятие, который руководит выходом своей группы из воды, её расчетом и перекличкой, своевременным уходом из помещения ванны бассейна в душевые, раздевалки.
  15. Проводящий занятие присутствует при получении занимающимися пропусков, абонементов в регистратуре (при выходе из раздевалок).
  16. Проводящий занятие не имеет права оставлять в воде группу без контроля.
  17. После окончания занятий и ухода группы в душевые, раздевалки администрация должна обеспечить невозможность выхода обратно в помещение ванны бассейна посетителей, окончивших занятие, посредством закрывания дверей душевых и организации работы постоянного дежурного инструктора, тренера, обеспечивающих непосредственный контроль.

Директор школы спорта,

физического развития и С. В. Попов

здорового образа жизни