

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №134»

# Инструкции по ТБ с учащимися

---

**ИНСТРУКЦИЯ №1**  
**по правилам безопасности для учащихся МАОУ «СОШ№134»**  
**при работе на пришкольном участке**

**I. Общие требования безопасности**

**Соблюдение данной инструкции обязательно для всех работающих на участке учащихся**

1. Приходите на работу на пришкольный участок в рабочей одежде, закрытой удобной обуви на низком каблуке и перчатках.
2. Пользуйтесь соответствующими возрасту сельскохозяйственными орудиями.
3. Пользуйтесь лейками вместимостью не более 4-х литров (в лейки большей вместимости наливайте не более 4-х литров воды).
4. Все работы выполняйте после указания педагога, руководителя трудовой практики.

**II. Требования безопасности перед началом работы**

1. Получите конкретное задание от педагога.
2. Пройдите инструктаж по ТБ при выполнении любого вида работ.
3. Получите соответствующее своему росту орудие труда.

**III. Требования безопасности во время работы**

1. Приступайте к работе после указания педагога.
2. Лопату, грабли, вилы, мотыгу переносите только рабочей частью вниз.
3. Не кладите мотыгу и грабли на рабочем участке режущей частью или зубьями вверх. Инвентарь ставьте в стороне от места работы так, чтобы предотвращать возможность травматизма: лезвие мотыги и зубья грабель должны быть воткнуты в землю или установлены у опоры рабочим органом вверх и в сторону от человека.
4. Не бросайте инвентарь друг другу, а передавайте его из рук в руки. Не размахивайте инвентарем.
5. Работу по обработке земли производите с помощью инвентаря, в защитных перчатках.
6. Вспахивая почву лопатой, работайте попеременно то с правой, то с левой ноги (по 5 минут). Это предупредит искривление позвоночника.
7. Работая лопатой, следите за тем, чтобы она не ранила ноги. Не перегружайте лопату землей; нагружайте ее не более чем на 1/3 штыка.
8. Во время работы граблями, вилами не направляйте их рабочую часть на окружающих
9. При переноске земли соблюдайте нормы, указанные учителем и равномерно нагружайте обе руки.
10. Соблюдайте порядок и дисциплину во время работы.

11. Защитите голову от солнечных лучей платком, косынкой, кепкой.
12. Во избежание переутомления делайте в работе десятиминутные перерывы через каждые 20 или 30 минут по указанию учителя. Проводите отдых в тени.

#### **IV. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

1. В случае возникновения аварийных ситуаций (буря, ураган, пожар и т.п.) покиньте участок по указанию педагога или руководителя работ.

2. При травматизме обратитесь за помощью к педагогу.

Характер возможных травм:

- ранения ног инвентарем (лопатой, мотыгой, граблями);
- ранения острыми предметами в земле (битым стеклом или металлом);
- засорение глаз;
- растяжения связок мышц ноги или вывих сустава стопы (если обувь на каблучке или легкая открытая).

3. При плохом самочувствии, внезапном заболевании сообщите педагогу.

#### **V. Требования безопасности по окончании занятий**

1. Сдайте рабочий инструмент и инвентарь педагогу.

2. Вымыть тщательно с мылом руки, лицо.

3. О недостатках, замеченных во время работы на участке, сообщить педагогу.

**Инструкция №2  
по охране труда при проведении прогулок,  
туристских походов, экскурсий, экспедиций.**

**1. Общие требования охраны труда**

1.1. К прогулкам, туристским походам, экскурсиям и экспедициям допускаются дети дошкольного возраста и учащиеся с 1-го класса, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий и экспедиций соблюдать правила поведения, установленные режимы передвижения и отдыха.

1.3. При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий и экспедиций возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов:

- изменение установленного маршрута движения, самовольное оставление места расположения группы;
- потертости ног при неправильном подборе обуви;
- травмирование ног при передвижении без обуви, а также без брюк или чулок;
- укусы ядовитыми животными, пресмыкающимися и насекомыми;
- отравления ядовитыми растениями, плодами и грибами;
- заражение желудочно-кишечными болезнями при употреблении воды из непроверенных открытых водоемов.

1.4. При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий и экспедиций группу обучающихся должны сопровождать учителя или воспитатели из расчета один взрослый на 12 учащихся..

1.5. Для оказания первой медицинской помощи при травмах обязательно иметь медицинскую аптечку с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств.

1.6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить об этом руководителю прогулки, туристского похода, экскурсии или экспедиции. Обучающиеся должны соблюдать установленный порядок проведения прогулки, туристского похода, экскурсии или экспедиции и правила личной гигиены.

1.7. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

**2. Требования охраны труда перед проведением прогулки,  
туристского похода, экскурсии, экспедиции**

2.1. Пройти соответствующую подготовку, инструктаж, медицинский осмотр.

2.2. Надеть удобную одежду и обувь, не стесняющую движений и соответствующую сезону и погоде. Для предотвращения травм и укусов ног надеть брюки или чулки.

### **3. Требования охраны труда во время проведения прогулки, туристского похода, экскурсии, экспедиции**

3.1. Соблюдать дисциплину, выполнять все указания руководителя и его заместителя, самостоятельно не изменять установленный маршрут движения и не покидать место расположения группы.

3.2. Общая продолжительность прогулки составляет 1-4 часа, а туристского похода, экскурсии, экспедиции не должна превышать: для учащихся 1-2 классов - 1 дня, 3-4 классов - 3 дней, 5-6 классов - 18 дней, 7-9 классов - 24 дней, 10-11 классов - 30 дней.

3.3. Во время привалов во избежание ожогов и лесных пожаров не разводить костры.

3.4. Не пробовать на вкус какие-либо растения, плоды и грибы.

3.5. Не трогать руками ядовитых и опасных животных, пресмыкающихся, насекомых растений и грибов, а также колючих растений и кустарников.

3.6. При передвижении не снимать обувь и не ходить босиком.

3.7. Во избежание заражения желудочно-кишечными заболеваниями не пить воду из открытых непроверенных водоемов, использовать для этого питьевую воду из фляжки, которую необходимо брать с собой или кипяченую воду.

3.8. Соблюдать правила личной гигиены, своевременно информировать руководителя прогулки, туристского похода, экскурсии или экспедиции об ухудшении состояния здоровья или травмах.

3.9. Уважать местные традиции и обычаи, бережно относиться к природе, памятникам истории и культуры, к личному и групповому имуществу.

### **4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

4.1. При укусе ядовитыми животными, пресмыкающимися, насекомыми немедленно оказать первую медицинскую помощь, отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

4.2. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

### **5. Требования охраны труда по окончании прогулки, туристского похода, экскурсии, экспедиции**

5.1. Проверить по списку наличие обучающихся в группе.

5.2. Проверить наличие и сдать на хранение туристское снаряжение.

5.3. Принять душ или вымыть лицо и руки с мылом.

«Утверждаю»  
«\_\_»\_\_\_\_2019  
Директор МАОУ «СОШ№134»  
\_\_\_\_\_А.М. Бухарметова

**Инструкция №3  
по охране труда для учащихся при проведении уборки кабинетов  
и рекреаций школы**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящая инструкция по охране труда для учащихся при проведении уборки кабинетов и рекреаций лица разработана в связи с необходимостью сохранения здоровья учеников во время проведения уборок школьных кабинетов.

1.2. Проведение уборки разрешается только в присутствии педагогического работника лица.

1.3. Данная уборка должна быть посильна для учащихся.

1.4. Педагогический работник обязан спросить у родителей о возможном наличии медицинских противопоказаний у учащихся (аллергия и т. д.).

1.5. Перед проведением уборки педагогический работник проводит вводный инструктаж с учащимися, после чего делается запись в специальном журнале и ставятся подписи педагога и учащихся.

1.6. Учащиеся, которые не выполняют или нарушают инструкцию по охране труда для учащихся при уборке кабинетов и рекреаций лица, привлекаются к ответственности и со всеми учащимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

1.7. Запрещается привлекать учеников к уборке санузлов, туалетных комнат и т.п.

Учащиеся не допускаются к работе с дезрастворами, препаратами, которые относятся к группам: “Огнеопасно”, “ДЦ”. Допустимо использовать только нейтральные моющие средства.

**2. Требования безопасности перед началом уборки кабинетов**

2.1. Педагогический работник должен проверить

- наличие резиновых перчаток для защиты рук от моющих средств;
- наличие рабочей одежды и обуви на устойчивой подошве (не на скользкой).

2.2. Педагог распределяет виды работы между учащимися, объясняет и показывает, что и как надо делать, чтобы получить нужный результат.

2.3. Перед началом применения моющих средств необходимо прочитать инструкцию.

3. Педагогический работник обязан проверить исправность используемого инвентаря.

**3. Требования безопасности во время уборки кабинетов и рекреаций**

3.1. Нельзя начинать уборку без присутствия педагогического работника

3.12. Протираание и мытье окон учащимся запрещено.

3.13. Чтобы не возникли травмы или заболевания во время проведения уборки кабинетов, необходимо осторожно переносить воду в ведрах с крышкой и исправной ручкой. Разрешается пользоваться только теплой водой.

3.14. Если были нарушены правила поведения и требований безопасности, педагогический работник может отстранить учащегося от работы.

#### **4. Требование безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При получении учащимся травмы необходимо оказать первую медицинскую помощь пострадавшему и сообщить администрации лицея, при возникновении необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение, для дальнейшего оказания помощи.

#### **5. Требования безопасности после завершения уборки в кабинетах**

5.1. Проведение уборки заканчивается с разрешения педагога, учащиеся должны снять спец, одежду.

5.2. Выполнить тщательное проветривание помещения.

После уборки на каникулах соблюдать правила поведения учащихся на каникулах

(желательно присутствие заведующего кабинетом).

3.2. Самостоятельно не включать компьютеры, телевизоры, магнитофоны, проекторы и другие ТСО без разрешения материально ответственных лиц.

3.3. Не трогать питающие провода и разъемы соединительных кабелей, не прикасаться мокрыми руками к розеткам, пилотам и т. п.

3.4. Оставлять открытыми окно или дверь, так как может произойти очень сильная концентрация паров моющих средств в воздухе, что очень вредно для здоровья присутствующих.

3.5. Во время проведения уборки запрещается бегать по классу, толкать друг друга, бросаться различными предметами, применять физическую силу, необходимо строго выполнять требования данной инструкции, а также соблюдать инструкцию по охране труда при работе на пришкольном участке.

3.6. При переноске тяжестей не превышать предельно допустимую норму

Характер работы, показатели тяжести труда	Предельно допустимая масса груза в кг							
	Юноши				Девушки			
	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет
Подъем и перемещение вручную груза постоянно в течение рабочей смены	3	3	4	4	2	2	3	3
Подъем и перемещение груза вручную в течение не более 1/3 рабочей смены:								
- постоянно (более 2-х раз в час)	6	7	11	13	3	4	5	6
- при чередовании с другой работой (до 2-х раз в час)	12	15	20	24	4	5	7	8

3.7. Грязную воду после уборки необходимо выливать в унитаз (не в раковину!), предварительно проверить на наличие в воде тряпок, губок, крупного мусора, бумаги и т. п.

3.8. В случае жалобы учащегося на плохое самочувствие необходимо срочно вызвать медицинского работника учреждения.

3.9. При уборке школьного кабинета беречь глаза от попадания в них брызг мыльной воды или мелкого порошка.

3.10. Поверхности, которые обрабатываются должны быть тщательно вымыты от остатков химических препаратов.

3.11. Запрещается применять к использованию для подогрева воды бытовые электрокипятильники.

«Утверждаю»  
«\_\_\_»\_\_\_\_\_2019  
Директор МАОУ «СОШ№134»  
\_\_\_\_\_ А.М. Бухарметова

## **ИНСТРУКЦИЯ №4** **по противопожарной безопасности для учащихся**

### **Для младших учащихся:**

Нельзя трогать спички и играть с ними.

Опасно играть с игрушками и сушить одежду около печи, нагревательных приборов с открытой спиралью.

Недопустимо без разрешения взрослых включать электроприборы и газовую плиту.

Нельзя разводить костры и играть около них.

Если увидел пожар, необходимо сообщить об этом родителям или взрослым.

### **Для старших учащихся**

Следите, чтобы со спичками не играли маленькие дети, убирайте их в недоступные для малышей места.

Не нагревайте незнакомые предметы, упаковки из-под порошков и красок, особенно аэрозольные упаковки.

Не оставляйте электронагревательные приборы без присмотра. Запрещайте малышам самостоятельно включать телевизор. Уходя из дома, выключайте электроприборы из сети.

Помните, что опасна не только бочка с бензином, но и пустая бочка из-под него или другой легковоспламеняющейся жидкости, и зажженная спичка может привести к тяжелым ожогам и травмам.

Не разжигайте печь или костер с помощью легковоспламеняющихся жидкостей (бензин, солярка).

Не оставляйте незатушенных костров.

Не поджигайте сами и не позволяйте младшим поджигать тополиный пух или сухую траву.

При обнаружении пожара сообщите взрослым и вызовите пожарных по телефону 101

### **На территории лицея**

На территории лицея запрещается разводить костры, зажигать факелы, применять фейерверки и петарды, другие горючие составы.

Запрещается курить в здании лицея и на его территории.

Запрещается приносить в учреждение спички, горючие жидкости (бензин и растворители), легковоспламеняющиеся вещества и материалы.

Запрещается пользоваться в классах и кабинетах осветительными и нагревательными приборами с открытым пламенем и спиралью.

Категорически не допускается бросать горящие спички в контейнеры-мусоросборники.

**ИНСТРУКЦИЯ №5**  
**по правилам безопасного поведения**  
**на открытых и закрытых водоёмах в летний период**

**На открытой воде**

1. Опасности в воде:
  - сваи, камни, мусор;
  - водовороты - нырнуть глубже, оттолкнуться и выплыть в сторону;
  - водоросли; волны.
2. Купайтесь только в разрешённых и хорошо известных местах.
3. Умейте пользоваться простейшими спасательными средствами.
4. Купаться лучше утром или вечером, тогда вы сможете хорошо отдохнуть, не опасаясь получить ожоги.
5. Входите в воду быстро и во время купания не стойте без движения. Почувствовав озноб, быстро выходите из воды.
6. Не купайтесь сразу после приёма пищи и большой физической нагрузки (игра в футбол, бег и т.д.). Перерыв между приёмом пищи и купанием должен быть не менее 45 - 50 минут.
7. В холодную погоду, чтобы согреться, сделайте несколько лёгких физических упражнений.
8. Не купайтесь больше 30 минут; если вода холодная, достаточно 5-6 минут.
9. При ушных заболеваниях не прыгайте в воду головой вниз.
10. Не оставайтесь при нырянии долго под водой.
11. Выйдя из воды, вытретесь насухо и сразу оденьтесь.
12. Почувствовав даже лёгкую усталость, сразу плывите к берегу.
- 13. Поведение при возникновении опасных ситуаций при купании**
- 13.1. **Судорога** - непроизвольное болезненное сокращение мышц во время плавания. При судорогах не теряйтесь, старайтесь держаться на воде и зовите на помощь.
  - 13.1. 1. Применяйте способы самопомощи при судорогах:
    - судорога ног - вы делаете глубокий вдох, ныряете, хватаете себя за большие пальцы ног и сильно тянете на себя;
    - судорога мышц бедра - вы сгибаете ногу в колене и руками прижимаете её к задней поверхности бедра;
    - судорога мышц живота - подтягиваете согнутые в коленях ноги к животу;
    - судороги мышц рук - сжимаете и разжимаете кулаки, сгибаете и разгибаете руки в локтях.
  - 13.1. 2. Запомните:
    - движение сведённой мышцей ускоряет исчезновение судороги;
    - если судорога закончилась, быстрее выбирайтесь на берег, потому что судорога может повториться.
  - 13.1.3. При оказании вам помощи не хватайтесь за спасающего, а помогите ему буксировать вас к берегу.

13.2. **Если случайно хлебнул воды**, остановись, приподними голову над водой и откашляйся. Энергичные движения рук и ног помогут тебе держаться вертикально в воде, а потом приплыть к берегу.

13.3. **Попав в водоворот**, набери побольше воздуха в легкие, погрузись в воду и сделай сильный рывок в сторону по течению, всплывай на поверхность.

13.4. **Запутавшись в водорослях**, не делай резких движений и рывков. Ляг на спину и постарайся мягкими движениями всплыть в ту сторону, откуда приплыл. Если это не поможет, то нужно подтянуть ноги к животу и осторожно освободиться от водорослей руками.

13.5. **Попав в сильное течение**, не теряйся, не плыви против потока. Плыви по течению, постепенно смещаясь к берегу.

13.6. **Отплыл от берега**, а началась сильная прибойная волна. Нырять сквозь её гребень, и попутной волной тебя будет прибивать к берегу. Если есть возможность, толкайся ногами о дно и старайся достичь берега.

**Основное правило при самоспасании** – не впасть в панику, владеть собой, спокойно предпринимать все необходимые меры для выхода из создавшегося положения.

#### **14. Действия при оказании помощи утопающему:**

14.1. Если человек в пределах досягаемости, опуститесь на колени или лягте у кромки воды и протяните ему руку или какой-нибудь предмет (шест, весло, полотенце)

14.2. Если человек далеко от берега, бросьте ему плавучий предмет (доску, спасательный круг) (рис.2). Если тонет ребенок, то лучше всего бросить ребенку плавучий предмет на веревке: тогда вы сможете подтянуть ребенка к берегу. Спасательный круг нужно бросать плашмя в сторону утопающего. Круг должен упасть метр - полтора от утопающего, иначе вы ударите им пострадавшего

14.3. Если пострадавший вас захватил, то нырните вместе с ним. Он вас отпустит и поднимется вверх, чтобы сделать вдох.

14.4. Если утопающий в панике, подплывите к нему со спины, захватите и плывите к берегу. Голова пострадавшего должна находиться над водой.

14.5. Если, оставаясь на берегу, помочь ребенку нельзя, войдите в воду и протяните ему какой-нибудь предмет и подтяните ребенка к берегу

14.6. Если человек не дышит, приступайте к искусственному дыханию рот в рот. Проверьте у него пульс и при необходимости приступайте к реанимации.

14.7. Если человек дышит, перенесите его в теплое место, снимите с него мокрую одежду, заверните в одеяла и вызовите врача.

#### **15. Запрещается:**

15.1. Купаться вблизи водосбросов, шлюзов, мостов, водоворотов, шлюзов, плотин, пристаней, причалов и других гидротехнических сооружений.

15.2. Входить в воду разгорячённым (потным).

15.3. Заплывать за установленные знаки (ограждения участка, отведённого для купания).

15.4. Подплывать близко к моторным лодкам, баржам.

15.6. Купаться при высокой волне.

15.7. Прыгать с вышки, если вблизи от неё находятся другие пловцы; прыгать в воду с лодок, причалов, мостов и других, не предназначенных для этого мест.

15.8. Толкать товарища с вышки или с берега.

15.9. Нырять после долгого пребывания на солнце (опасно тем, что резко рефлекторно сокращаются мышцы, что ведёт к остановке дыхания).

15.10. Нырять в местах с неизвестной глубиной.

15.11. Прыгать головой в воду с пристаней, набережных, мостов и других сооружений. Можно удариться головой о дно или другой, находящейся в воде предмет – сваи, рельсы, камни.

15.12. Кататься на велосипедах, играть вблизи водоемов, переходя и переезжая их по мосткам, спускаясь к реке с крутых берегов.

15.13. Кататься на лодке без взрослого человека.

15.14. Садиться на борт лодки, пересаживаться с одного места на другое, переходить из одной лодки в другую, раскачивать лодку, нырять с нее.

15.15. Играть в воде в игры связанные с захватами соперника и удержанием его под водой, твой товарищ может захлебнуться и потерять сознание.

## При занятиях на воде в бассейне

### **1. Общие требования безопасности**

К занятиям в бассейне допускаются:

- дети и подростки, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий в бассейне;
- дети и подростки, прошедшие инструктаж по технике безопасности.

При нахождении в бассейне дети обязаны соблюдать Правила поведения в бассейне.

Опасными факторами 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; возможность захлебнуться);
- химические (повышенная концентрация различных химических веществ в воде и в воздухе).

О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю проводящему занятия в бассейне.

Занимающимся запрещается без разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия в бассейне, подходить к имеющемуся в бассейне и во вспомогательных помещениях (раздевалки, душевые и т.п.) оборудованию и пользоваться им.

Запрещается использовать моющие средства в стеклянной упаковке и зеркальца.

Занимающиеся, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции, могут быть отстранены от занятий.

### **2. Требования безопасности перед началом занятий**

- Изучить содержание настоящей инструкции.
- С разрешения тренера-преподавателя пройти в раздевалку, раздеться, не мешая соседям, аккуратно складывая свою одежду.
- Надеть купальный костюм и шапочку.

- Осторожно войти в помещение бассейна.
- С разрешения тренера-преподавателя войти в воду по специальным лестницам, спиной к воде.
- Запрещается приступать к занятиям непосредственно после приема пищи или после больших физических нагрузок.

### **3. Требования безопасности во время занятий**

Во время занятий занимающийся обязан:

- соблюдать настоящую инструкцию;
- неукоснительно выполнять все указания тренера-преподавателя, проводящего занятия;
- при поточном выполнении упражнений в воде (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений;
- выполнять прыжки с тумбочек только с разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия;
- использовать спортивный инвентарь (доски для плавания, мячи, калабашки и т.д.) только с разрешения и под руководством тренера-преподавателя, проводящего занятия.

Занимающимся запрещается:

- выполнять любые действия без разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия;
- хватать друг друга за руки, ноги, голову и другие части тела во избежание несчастных случаев и травм;
- «топить» друг друга;
- снимать шапочку для плавания;
- бегать в помещении бассейна, в раздевалках;
- прыгать в воду с бортиков и лестниц;
- висеть на разделительных дорожках, подныривать под лестницы в бассейне;
- нырять с тумбочек и плавать под водой без разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия.
- вносить в помещение бассейна любые предметы без разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия.

### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При возникновении во время занятий в воде болей в суставах, мышцах конечностей, сильного покраснения кожи, неприятных ощущениях в глазах возникновения кровотечения, а также при плохом самочувствии прекратить занятие и сообщить об этом тренеру-преподавателю, проводящему занятия с последующим обращением к медсестре плавательного бассейна.

4.2. Почувствовав озноб, сообщить об этом тренеру-преподавателю, проводящему занятия, с его разрешения выйти из воды и растереться сухим полотенцем.

4.3. При судорогах не теряться, стараться держаться на воде и позвать на помощь.

4.4. При возникновении чрезвычайной ситуации (появлении посторонних запахов, задымлении, возгорании) немедленно сообщить об этом тренеру-преподавателю, проводящему занятия и действовать в соответствии с его указаниями.

4.5. При получении травмы сообщить об этом тренеру-преподавателю, проводящему занятия.

4.6. При необходимости и возможности помочь тренеру-преподавателю, проводящему занятия, оказать пострадавшему первую помощь.

## **5. Требования безопасности по окончании занятий**

5.1. С разрешения тренера-преподавателя выйти из воды по специальным лестницам, спиной к воде.

5.2. Принять душ, одеться, просушить волосы под феном.

5.3. С разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия, организованно покинуть помещение бассейна.

5.4. При обнаружении неисправности оборудования, системы вентиляции и очистки воды, работы сантехнических систем, нарушения целостности окон проинформировать об этом тренера-преподавателя, проводящего занятия.