

«Утверждаю»
Директор спортивной школы г. Алдан
А.Ю. Киселев
«01» 09 2020г.



Инструкция №13

**по технике безопасности для обучающихся в Спортивной школе г. Алдан
при проведении прогулок, туристских походов, экскурсий, экспедиций**

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ

1.1. К прогулкам, туристским походам, экскурсиям и экспедициям допускаются обучающиеся ДЮСШ, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья

1.2. При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий, экспедиций необходимо соблюдать правила поведения, установленные режимы тренировки и отдыха, правила личной гигиены

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

- травмирование ног при передвижении без обуви, а также без брюк и чулок;
- изменение установленного маршрута движения, самовольное оставление места расположения группы;
- потертости ног при неправильном подборе обуви;
- укусы ядовитыми животными, пресмыкающимися и насекомыми;
- отравление ядовитыми растениями, плодами и грибами;
- заражение желудочно-кишечными болезнями при употреблении воды из непроверенных открытых водоемов;
- травмы различной локализации при прохождении маршрута;
- обморочные состояния в результате теплового воздействия солнца при нахождении без головного убора.

1.4. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает об этом администрации школы.

1.5. При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий и экспедиций группу обучающихся должны сопровождать двое взрослых

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

1.7. Обучающиеся должны соблюдать установленный порядок проведения прогулки, туристического похода, экскурсии или экспедиции

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

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД ПРОВЕДЕНИЕМ ПРОГУЛКИ, ТУРИСТИЧЕСКОГО ПОХОДА, ЭКСКУРСИИ, ЭКСПЕДИЦИИ

2.1. Пройти соответствующую подготовку, инструктаж, медицинский осмотр и представить справку о состоянии здоровья

2.2. Надеть удобную одежду и обувь, не стесняющую движений и соответствующую сезону и погоде. Для предотвращения травм и укусов ног надеть брюки и чулки. Обязательно иметь головной убор для защиты от солнца.

2.3. Подготовить необходимое снаряжение, проверить его исправность

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОГУЛКИ, ТУРИСТИЧЕСКОГО 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 туристического 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, 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 или его заместителя 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 БЕЗОПАСНОСТИ 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 школы
- 4.2. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации школы
5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ПРОГУЛКИ, ТУРИСТИЧЕСКОГО ПОХОДА, ЭКСКУРСИИ, ЭКСПЕДИЦИИ
- 5.1. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки мылом.
- 5.2. Проверить наличие и сдать на хранение туристическое снаряжение

С инструкцией ознакомлен: