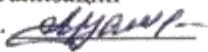



Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
Детский физкультурно-оздоровительный центр «Дельфин №8»

СОГЛАСОВАНО
Председатель первичной
профсоюзной организации
Арзамасцева Р.В. 


УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУДО ДФОН «Дельфин №8» И.В.Цыганов
3 апреля 2023 г..
Введена в действие приказом
от 3 апреля 2023 г. № 36

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда и технике безопасности
при реализации городской программы
для подростков «группы риска»
«Спортивно-туристский день здоровья»
ИОТ – 072 – 2023
№ 72

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 29.10.2021 года № 772н, зарегистрированного в Минюсте РФ 14 декабря 2022 г. № 66318, действующим законодательством Российской Федерации и нормативно-правовыми актами в области охраны труда с учетом условий работы специалистов МАУДО ДФОЦ «Дельфин №8» при реализации городской программы для подростков «группы риска» в целях обеспечения безопасности труда и сохранения жизни и здоровья работников при выполнении ими своих трудовых обязанностей при реализации городской программы для подростков «группы риска» «День здоровья».

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; с учетом профессиональных рисков и опасностей при реализации городской программы для подростков «группы риска» с учетом анализа результатов расследования несчастных случаев, а также типичных причин несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний; на основе определения безопасных методов и приемов выполнения трудовых функций.

1. Общие требования безопасности.

1. При проведении соревнований «День здоровья» должны быть предусмотрены мероприятия, обеспечивающие безопасность участников, судей, зрителей.
2. Обеспечение безопасности при проведении соревнований «День здоровья» возлагается на главную судейскую коллегию и представителей школ.
3. При возникновении угрозы возникновения опасности для участников, соревнования «День здоровья» должны быть отложены, а уже начавшиеся - прерваны.
4. Если в результате ухудшения метеоусловий и вызванного этим состояния дистанций, не может быть обеспечена безопасность проведения соревнований «День здоровья», главный судья должен изменить порядок их проведения или отменить.
5. К мерам по обеспечению безопасности относятся:
 - правильный выбор места для проведения соревнований «День здоровья»;
 - подготовка дистанции в соответствии с требованиями настоящих Правил, Положения, Условий;
 - поддержания порядка и дисциплины во время проведения;
 - организация надежной связи между этапами;
 - обеспечение страховки и подготовленности каждого страхующего (судьи на этапе);
 - постановка этапов с качественным снаряжением, обеспечивающим безопасность участникам;
6. Запрещается прокладывать дистанцию соревнований «День здоровья» в местах, где не обеспечивается безопасность участников судей и зрителей.
7. Подготовку дистанции к соревнованиям «День здоровья» проводит специальная бригада под руководством главного судьи по дистанции. Каждый судья на этапе должен проверить надежность оборудования на своем этапе, постоянно контролировать ее

состояние в процессе соревнований «День здоровья», а также принимать меры к устранению причин, которые могут привести к несчастному случаю.

2. Требования к участникам перед началом проведения соревнований «День здоровья»

1. Участники должны быть одеты с учетом времени года. Главное требование к одежде – оно должно быть легким и удобным, не стесняющим движений. При теплой погоде рекомендуется спортивный костюм и кроссовки. В мороз предпочтительно одевать еще и полушерстяное или шерстяное белье. На голове – спортивная шапочка, обязательны – варежки. Верхняя куртка типа «пуховик» должна быть свободной, чтобы не стеснять движений и соответствовать сезону. Обувь на каблучке категорически запрещается.

2. Запрещается:

- Использовать веревки с повреждением волокон больше 20%;
- Нагружать веревки при работе весом недопустимым в ГОСТе;
- Использовать сырую или обледенелую веревку;
- Для устранения повреждения волокон использовать эпоксидный или прочие клеи.
- Использовать грязные и неочищенные веревки.

3. Требования безопасности на этапах во время проведения соревнования «День здоровья» (основные возможные этапы)

1. Этап «Переправа по горизонтальной веревке».

Этап натягивается между двумя опорами. Участники переправляются на другой условный «берег», держась руками за верхнюю рабочую веревку и двигаясь приставными шагами по нижней основной веревке. На веревке работает один участник. Судья этапа передвигается параллельно с участником, страхуя его со спины.

2. Этап «Бабочка».

Ставится над ровным участком местности. Во избежание травм и падений не следует основную (рабочую) веревку поднимать слишком высоко. Вербка – перила крепится к двум опорам на высоте 1,5 – 2 м и к середине рабочей веревки. На этапе работает один участник. Судья этапа передвигается параллельно с участником, страхуя его со спины и помогая спрыгнуть по завершении выполнения этапа.

3. Этап «Горизонтальная паутина».

Вербки натягиваются невысоко (высота веревок на земле – 0,5-0,7 м), однако нужно проверить, не прогибаются ли они до земли при нагрузке. На этапе работает один участник. **Условие обязательное** во избежание травмирования лица или других частей тела последующего участника.

4. Этап «Вертикальная паутина».

Вербки натягиваются вертикально между двумя опорами. Участники забираются по веревке как по лестнице, чтобы спуститься с другой стороны. Очень важно, чтобы веревки были густо и хорошо натянуты. Судья этапа находится со стороны спуска и страхует участника со спины.

5. Этап «Окошки».

Этап натягивается между двумя опорами. Участники зигзагом проходят через все окошки. Во избежание травмирования последующего участника на этапе работает один участник.

6. Этап «Горизонтальная лестница».

Этап натягивается между двумя опорами. На этапе работает один участник. Судья этапа сопровождает участника и страхует на случай потери равновесия.

7. Этап «Маятник».

К опоре высоко над землей подвешивается канат. Необходимо из точки А, держась за канат обеими руками, предварительно разбежавшись, поджав колени, переправиться («перелететь») в точку Б. В зоне разбега и «перелета» должен быть один участник. Судья страхует в зоне приземления.

8. Этап «Тоннель».

Участники проползают сквозь тубус, длиной около 10 м. диаметром 1 м, сшитый из ткани, что имитирует узкий лаз в пещере. Во избежание столкновений с другими участниками, не допускать толчков и ударов по их рукам и ногам, а также по лицу, необходимо держать дистанцию не менее 3 метров. Судья следит за тем, чтобы участники держали дистанцию.

9. Этап «Бревно с маятником».

Веревка (имитирует бревно) натягивается между двумя опорами. Веревка должна быть хорошо натянута. Участнику необходимо переправиться приставными шагами на другой конец веревки, держась за конец горизонтального маятника. Чтобы держать равновесие необходимо сильно натягивать маятник. Судья этапа передвигается параллельно с участником, страхуя со спины на случай потери равновесия и помогая спрыгнуть при завершении этапа.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

1. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить соревнования и сообщить об этом главному судье соревнований. Соревнований продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.
2. При плохом самочувствии участника прекратить участие его в данном мероприятии и сообщить об этом главному судье.
3. При получении участником травмы немедленно оказать первую медицинскую помощь пострадавшему, сообщить об этом судье соревнований. При необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

5. Требования безопасности по окончании мероприятия «День здоровья»

1. Педагогам школ проверить по списку наличие своих участников.
2. Чистку грязных веревок производят в теплой воде 40 градусов синтетической щеткой. Допускается применение специализированных моющих средств. При последующей сушке не рекомендуется сворачивать веревку в бухты до полного высыхания. Сушка веревок производится в темном помещении с низкой влажностью средней температуры.

3. Концы веревок маркируются бирками, где указывается истинная длина веревки (необходимо учитывать, что со временем веревка «высыхает» и укорачивается), название веревки и дата производства. При желании маркируется середина веревки для удобства работы.

4. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование.

5. Запрещается:

- Хранить веревки на дневном свету;
- Хранить веревки возле источников тепла;
- Применять химические средства для стирки веревок;
- Сушить веревки принудительным светом (тепловые приборы, солнечный свет);

Разработал инженер по ОТ

Н.Е.Бушуева

ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ
с инструкцией по охране труда
при реализации городской программы для подростков
«группы риска» «День здоровья»

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять:

№ п/п	Ф.И.О.	Должность	Дата	Подпись
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				