

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

Согласовано
Председатель первичной профсоюзной
организации

 Р.В.Арзамасцева



Введено в действие приказом
от 04.05. 022 г. № 35

ИНСТРУКЦИЯ **по технике безопасности для обучающихся** **при проведении походов выходного дня** **ИТБ – 36 – 2022**

1. Общие требования безопасности.

1.1. К походам выходного дня допускаются обучающиеся с 1-го класса, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении туристских походов выходного дня участник похода обязан:

- Активно участвовать в подготовке похода;
- Строжайше выполнять дисциплину, а также возложенные на него поручения;
- Своевременно и качественно выполнять указания руководителя и его заместителя;
- Пройти медицинский осмотр;
- Знать и неукоснительно соблюдать правила пожарной безопасности, правила безопасности в походах;
- Бережно относиться к природе, памятникам истории и культуры.
- Своевременно информировать руководителя или его заместителя об ухудшении самочувствия или травмировании.

1.3. При проведении туристских походов выходного дня 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 носок;
- 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 туристских походов выходного дня группу обучающихся должно быть не более 12 человек под руководством педагога дополнительного образования. Приветствуется присутствие родителей.

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

1.6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить об этом педагогу дополнительного образования

1.7. Обучающиеся должны соблюдать установленный порядок проведения похода выходного дня и правила личной гигиены.

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 туристского похода выходного дня.

- 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 заправить брюки в носки.
- 2.3. Перед выходом участники проверяют фактическую готовность к выходу, для чего участники приходят со своими рюкзаками.
- 2.4. Вес рюкзаков должен быть распределен с учетом физических способностей каждого участника.
- 2.5. Вес должен быть распределен с учетом равномерного уменьшения веса продуктов в каждом рюкзаке.
- 2.6. На всех мешочках должны быть помечены название и вес продуктов.
- 2.7. Все участники похода должны знать, что они не имеют права обмениваться друг с другом общественными продуктами.
- 2.8. После определения кандидатов в состав группы, между участниками распределяются обязанности.
- 2.9. Перед выходом проверяется личное, групповое и специальное снаряжение.
- 2.10. Перед выходом в поход туристы должны ознакомиться с правилами соблюдения природоохранных законов, пожарной безопасности и предупреждение травматизма.

3. Требования безопасности во время туристского похода выходного дня

- 3.1. Соблюдать дисциплину, выполнять все указания педагога дополнительного образования, самостоятельно не изменять установленный маршрут движения и место расположения группы.
- 3.2. На маршруте группа, как правило должна двигаться цепочкой, в колонну по одному, на открытых участках можно двигаться свободно.
- 3.3. В цепочке интервал между участниками должен быть 1,5-2 м, а в лесу 3-4 м.
- 3.4. Оптимальная скорость 3-5 км в час.
- 3.5. Первые должны предупреждать голосом об опасных местах: яма, скользкое место, ветки и т.д.
- 3.6. В целях предохранения от ссадин и царапин следует надеть плотную одежду с длинным рукавом.
- 3.7. Поход выходного дня должен состояться в течение 8 часов и только под руководством педагога дополнительного образования.
- 3.8. Во время привалов во избежание ожогов и лесных пожаров не разводить костры.

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

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

3.11. При передвижении и на стоянке не снимать обувь и не ходить босиком.

3.12. 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.

3.13. Соблюдать правила личной гигиены, своевременно информировать педагога дополнительного образования об ухудшении состояния здоровья или травмах.

3.14. 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, перевязать место укуса, дать обильное питье, отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации МАУДО ДФОЦ «Дельфин №8».

4.2. Каждый участник похода выходного дня должен иметь в кармане своей одежды в герметичной упаковке документы, спички и деньги.

4.3. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

5. Требования безопасности по окончании туристского похода выходного дня

5.1. Проверить по списку наличие обучающихся в группе.

5.2. Проверить наличие и сдать на хранение туристское снаряжение.