

«СОГЛАСОВАНО»

Ответственное лицо по охране труда

«__» _____ 200__ г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Руководитель учреждения

«__» _____ 200__ г.

ПРИМЕРНАЯ ИНСТРУКЦИЯ

по соблюдению требований безопасности при проведении учебных занятий, соревнований в спортивном зале образовательного учреждения, оборудованном для занятий спортивным туризмом (далее – туристском зале) (для учащихся)

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям в объединении по спортивному туризму в туристском зале допускаются учащиеся с 8 лет, ознакомленные с образовательной программой, прошедшие инструктаж по соблюдению требований безопасности при проведении мероприятий программы под роспись в журнале; получившие письменное разрешение родителей и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

После перенесенных заболеваний учащиеся допускаются к занятиям спортивным туризмом только при предъявлении справки врача.

Участникам объединений и соревнований по спортивному туризму рекомендуется иметь страховой полис от несчастного случая.

1.2. При проведении учебных занятий и соревнований по спортивному туризму в туристском зале возможно воздействие на участников следующих опасных факторов:

- слабая дисциплина учащихся, самовольное оставление места расположения команды, лихачество; страх, паника в сложной ситуации;
- несоответствие оборудования, снаряжения, одежды, обуви участников техническим требованиям мероприятия, учебного занятия, классу дистанции соревнований;
- возникновение возгорания при неисправности электропроводки, использовании открытого огня, световых эффектов;
- травмы при падении, при выполнении упражнений на неисправном оборудовании, без страховки;
- возникновение паники в случае пожара и других чрезвычайных ситуаций.

1.3. Туристский зал должен быть обеспечен медицинской аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

1.4. Учащиеся, занимающиеся в туристском зале, должны знать общие требования пожарной безопасности; ознакомиться с планом эвакуации на случай возникновения пожара, а так же с эвакуационными выходами.

2. Требования безопасности перед проведением учебного занятия, соревнований по спортивному туризму

2.1. Ознакомиться с программой, условиями и порядком проведения мероприятия, правилами техники и тактики, мер безопасности при выполнении задания, приемами страховки.

2.2. Надеть спортивную одежду, обувь, соответствующие программе мероприятия, каску; снять украшения (бусы, серьги, браслеты, кольца и т.п.). Длинные волосы надежно и компактно зафиксировать (резинками для волос, убрать под каску).

2.3. Провести разминку, упражнения на растяжку.

3. Общие требования безопасности во время проведения учебных занятий, спортивных мероприятий

3.1. Строго соблюдать установленные меры безопасности, правила использования оборудования (инвентаря, снаряжения) туристского зала; установленные режимы занятий и отдыха, правила внутреннего распорядка; общепринятые правила поведения в общественных местах, личной гигиены; чистоты и порядка.

3.2. Соблюдать дисциплину; внимательно слушать, четко, беспрекословно выполнять указания педагога (организатора мероприятия, судей соревнований); не допускать самовольного оставления места расположения команды.

3.3. Выполнять упражнения с использованием веревок (перила, навесная переправа и др.) только после проверки педагогом исправности, надежности крепления оборудования и организации страховки, по команде (сигналу) педагога (судьи).

3.4. При обнаружении каких-либо неисправностей на скалодроме (проворачивающиеся зацепы, сомнительно закрепленные крючья и т.п.) и других объектов туристского зала, дефектов (потертостей, надрывов) личного и общественного снаряжения выполнение задания прекратить, немедленно сообщить педагогу (судье соревнований).

3.5. Обращать внимание на состояние здоровья друг друга, немедленно сообщить педагогу (судье соревнований) о первых признаках острого заболевания, получении травмы участником мероприятия.

3.6. Избегать конфликтных ситуаций между участниками мероприятия.

4. Требования безопасности во время проведения учебных занятий, соревнований на искусственном скалодроме

4.1. Весь процесс лазания учащимися и страховки на искусственном скалодроме осуществляется под непосредственным строгим контролем педагога по спортивному туризму.

4.2. Запрещено использовать на занятиях и соревнованиях по спортивному туризму неисправные конструкции скалодрома и других сооружений (навесных и маятниковых переправ, канатов для подъема и т.п.), личное и групповое снаряжение (страховочные системы, веревки, карабины и др.) при наличии видимых дефектов (потертостей, надрывов).

4.3. Лазание на скалодроме разрешается только в отмеченных маркировкой зонах, с организацией страховки веревкой, при обязательном наличии под трассами страховочных матов. При траверсе стены не выше 1 м от пола допускается гимнастическая страховка.

4.4. Недопустимо нахождение под трассами посторонних лиц, кроме страхующих и педагога по спортивному туризму.

4.5. Перед началом выполнения задания (лазания) страхующий и страхуемый друг у друга, затем тренер, должны тщательно проверить

правильность надетого снаряжения, надежность завязанных узлов, организацию страховки.

4.6. Страховка должна осуществляться в брезентовых рукавицах (либо в перчатках из кожзаменителя).

4.7. Страхующий обязан внимательно следить за действиями страхуемого и своевременно предупреждать его в случае возникновения опасной ситуации.

4.8. Запрещается во время «верхней страховки» отходить далеко от стены. В случае, если один страхующий не успевает выбрать веревку, на страховке работают два человека.

4.9. Запрещается страхующему во время страховки совершать какие-либо действия, не связанные с осуществляемой страховкой, и отвлекаться на постороннее общение.

4.10. Во время работы на скалодроме использовать четкую, лаконичную терминологию, общепринятую на соревнованиях по скалолазанию. Участники соревнований не имеют права контактировать с кем-либо, кроме судей на трассе.

4.11. При прохождении трасс со страховкой должны соблюдаться следующие правила:

4.11.1. Во время прохождения трассы страхующий и страхуемый должны следить за положением страховочной веревки с тем, чтобы она не наматывалась на части тела и не цеплялась за выступающие элементы рельефа.

4.11.2. Позиция страхующего под трассой должна исключать возможность падения на него зацепа (в случае поломки) или другого снаряжения, а также сбивания его срывающимся участником.

4.11.3. Страхующий должен обеспечивать необходимую слабинку веревки при движении напарника (не ниже колена страхуемого). Контролировать натяжение веревки при срыве таким образом, чтобы исключить жесткий удар страхуемого о выступающие части скального рельефа и вероятность падения страхуемого на пол.

4.11.4. Запрещается лазанье одного участника над другим.

5. Требования безопасности в аварийных ситуациях

5.1. В аварийных ситуациях, ситуациях, содержащих угрозы террористического характера, не допускать паники, суеты, растерянности, четко выполнять указания педагога (руководителя мероприятия).