


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА № 2
г.ВОЛГОДОНСКА


СОГЛАСОВАНО

Председатель Совета
трудоого коллектива


Г.Н. Беляк
« 19 » 08 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ СШОР № 2
г.Волгодонска


А.И. Криводуд
приказ № 73 от 19.08. 2019 г.

ИНСТРУКЦИЯ

ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ПРОГУЛОК,
ТУРИСТИЧЕСКИХ ПОХОДОВ, ЭКСКУРСИЙ

ИТБ – 012 - 2019

ИНСТРУКЦИЯ

по технике безопасности при проведении прогулок, туристических походов, экскурсий

ИТБ – 012-2019

1. Общие требования безопасности

1.1. К прогулкам, туристским походам, экскурсиям допускаются спортсмены (обучающиеся) с 7-летнего возраста, прошедшие инструктаж по технике безопасности, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

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

1.3. При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий 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;
- отравление ядовитыми растениями, плодами и грибами;
- заражение желудочно-кишечными болезнями при употреблении воды из непроверенных открытых водоемов.

1.4. При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий группу спортсменов (обучающихся) должны сопровождать двое взрослых.

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.

1.7. Спортсмены (обучающиеся) должны соблюдать установленный порядок проведения прогулки, туристского похода, экскурсии и правила личной гигиены.

1.8. Спортсмены (обучающиеся), допустившие невыполнение или нарушение инструкции по технике безопасности, привлекаются к административной ответственности, и со всеми спортсменами (обучающимися) проводится внеплановый инструктаж по технике безопасности.

2. Требования безопасности перед проведением прогулки, туристского похода, экскурсии

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 или чулки.

3. Требования безопасности во время проведения прогулки, туристского похода, экскурсии

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 не должна превышать: для спортсменов (обучающихся) этапа начальной подготовки (НП) – 3 дней, тренировочного этапа (Т(СС)) – 5 дней, на этапах совершенствования спортивного мастерства (ССМ) и высшего спортивного мастерства (ВСМ) – 10 дней.

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

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

3.5. Не трогать руками ядовитых и опасных животных, пресмыкающихся, насекомых, растения и грибы, а также колючие растения и кустарники.

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

3.7. Во избежание заболеваний желудочно-кишечными инфекциями не пить воду из открытых и не проверенных водоёмов, использовать для этого питьевую воду из фляжки, которую необходимо брать с собой или кипячёную воду.

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

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

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При укусе ядовитыми 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 в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации Учреждения.

5. Требования по безопасности по окончании прогулки, туристского похода, экскурсии

5.1. Проверить по списку наличие спортсменов (обучающихся) в группе.

5.2. Проверить наличие и сдать на хранение туристское снаряжение.

5.3. Принять душ или вымыть лицо и руки мылом.

Разработчик:
старший инструктор-методист  /Г.Н. Беляк /

Согласовано:
заместитель директора
по спортивной работе  /С.В. Степаненко/