

**«Утверждаю»**  
**Директор МКОУ ДОД «ГЦФКиС «Виктория»**  
\_\_\_\_\_ **И.Г.Васильев**  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

**Инструкция №\_\_**  
**по технике безопасности для обучающихся в ГЦФКиС «Виктория» при проведении прогулок, туристских походов, экскурсий, экспедиций**

**1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ**

- 1.1. К прогулкам, туристским походам, экскурсиям и экспедициям допускаются обучающиеся ГЦФКиС «Виктория», 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

Инструкция разработана \_\_\_\_\_