****

**СОДЕРЖАНИЕ:**

**ПРАВИЛА ВНУТРЕННЕГО РАСПОРЯДКА**

для обучающихся и родителей (законных представителей)

бюджетного учреждения Омской области дополнительного образования «Областной детско-юношеский центр туризма и краеведения»

**Инструкция № 1**

о мерах пожарной безопасности в административном здании учреждения

**Инструкция № 2**

по охране труда, обеспечению безопасности при проведении туристских походов и экспедиций, загородных экскурсий с обучающимися

## Инструкция № 3

по охране труда, обеспечению безопасности при проведении

туристских соревнований с обучающимися

**Инструкция № 4**

по технике безопасности при проведении спортивных соревнований

# Инструкция № 5

# по обеспечению безопасности при проведении культурно-экскурсионных мероприятий

## (для обучающихся)

## Инструкция № 6

## по охране труда при проведении массовых культурно - досуговых мероприятий

(для обучающихся)

**Инструкция № 7**

по технике безопасности на учебных занятиях по спортивному ориентированию

(для обучающихся)

**Инструкция № 8**

# по технике безопасности при занятиях на открытых спортивных площадках

**Инструкция № 9**

по технике безопасности при проведении учебных занятий на искусственном скалодроме с обучающимися

**Инструкция № 10**  
по технике безопасности при проведении учебных занятий по художественному творчеству, фольклору и пению (для обучающихся)

**Инструкция № 11**

по технике безопасности при пользовании общественным наземным транспортом (для обучающихся)

# Инструкция № 12

# по обеспечению безопасности при перевозке автомобильным транспортом

(для обучающихся)

**Инструкция № 13**

по технике безопасности  при пользовании железнодорожным транспортом

(для обучающихся)

**Инструкция № 14**

по оказанию первой помощи при несчастных случаях

**Инструкция № 15**

по правилам безопасного поведения на дорогах (для обучающихся)

**ПРАВИЛА ВНУТРЕННЕГО РАСПОРЯДКА**

**для обучающихся и родителей (законных представителей)**

**бюджетного учреждения Омской области дополнительного образования «Областной детско-юношеский центр туризма и краеведения»**

**1.Общие положения**

1.1. Настоящие Правила внутреннего распорядка (далее - Правила) разработаны в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273*-*ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 13.07.2015), Уставом бюджетного учреждения Омской области дополнительного образования «Областной детско-юношеский центр туризма и краеведения» (далее - Центр).

1.2. Настоящие Правила определяют основы статуса обучающихся Центра, их права и обязанности как участников образовательного процесса, устанавливают учебный распорядок и правила поведения в Центре.

1.3. Введение настоящих Правил имеет целью способствовать совершенствованию качества, результативности организации образовательного процесса в Центре, становлению культуры отношений в детских объединениях дополнительного образования, образовательных структурах, реализующих программы Центра. Правила призваны способствовать формированию у обучающихся таких личностных качеств как организованность, ответственность, уважение к себе и к окружающим.

1.4. Настоящие Правила находятся в каждом структурном подразделении Центра у его руководителя. Обучающиеся и их родители (законные представители) должны быть ознакомлены с настоящими Правилами при поступлении в Центр. Разъяснение их содержания возложено на педагогических работников Центра.

1.5. Настоящие Правила принимаются на педагогическом совете и утверждаются директором Центра на неопределенный срок.

1.6. Настоящие Правила являются локальным нормативным актом, регламентирующим деятельность Центра.

**2. Права и обязанности обучающегося**

2.1. ***Обучающийся имеет право*** на:

- получение бесплатного дополнительного образования, освоение основных дополнительных общеобразовательных программ;

- выбор дополнительной общеобразовательной программы в соответствии со своими способностями, потребностями и возможностями, условиями Центра;

- обучение по индивидуальным учебным планам в объединениях с индивидуальным обучением;

- получение платных дополнительных образовательных услуг;

- уважение человеческого достоинства;

- свободу совести;

- свободное выражение собственных взглядов и убеждений;

- посещение мероприятий, проводимых Центром для обучающихся, в том числе не предусмотренных учебным планом;

- условия образования, отвечающие требованиям избранных образовательных программ, безопасности и гигиены;

- участие в общественной жизни объединения, Центра в целом;

- пользование в установленном в Центре порядке материально-технической базой, информационно-методическими фондами, техническими средствами в соответствии с их учебным предназначением, а также для организации отдыха, оздоровления, повышения культурного уровня.

2.2. ***Обучающийся может:***

- запрашивать у педагогических работников объективную информацию о  результатах своей образовательной деятельности;

- принимать участие в социально-культурных, оздоровительных и т.п. мероприятиях, организованных Центром;

- обращаться к администрации Центра с жалобами, заявлениями и предложениями по вопросам, касающимся процесса обучения в образовательном учреждении и любым другим вопросам, затрагивающим интересы обучающегося;

2.3. ***Обучающийся обязан:***

- выполнять требования Устава Центра, настоящих Правил, законодательства РФ, иных локальных нормативных актов по вопросам организации и осуществления образовательной деятельности;

- уважать честь и достоинство других обучающихся, сотрудников Центра, окружающих во время пребывания в Центре и вне его в других общественных местах во время проведения занятий, мероприятий;

- не создавать препятствий для получения образования другими обучающимися, вести себя достойно, соблюдать учебную дисциплину, соблюдать требования по обеспечению безопасности в Центре;

- бережно и ответственно относиться к имуществу Центра, эффективно использовать оборудование и технику Центра, поддерживать чистоту и порядок в помещениях Центра; соблюдать чистоту на территории Центра, бережно относиться к зеленым насаждениям;

- экономно и эффективно использовать материалы, ресурсы, оборудование;

- заниматься ответственно и добросовестно, эффективно использовать образовательные и социально-культурные возможности Центра для саморазвития и самосовершенствования;

- выполнять требования педагогов в части, отнесенной Уставом и локальными актами Центра к их компетенции;

- своевременно без опозданий приходить на занятия, извещать педагогического работника (администрацию Центра) о причинах отсутствия на занятиях;

- иметь опрятный внешний вид, сменную обувь, форму для специализированных занятий в соответствии с требованиями программы;

- подтвердить согласие родителей (законных представителей) на его обучение в Центре представлением администрации заявления от родителей (законных представителей), с необходимыми приложениями для зачисления в Центр;

- представить медицинские справки с указанием группы здоровья для занятий в объединениях физкультуры и спорта, хореографии, туризма;

- выполнять требования образовательных программ: посещать согласно учебному расписанию занятия и выполнять в установленные сроки все виды заданий, данных педагогическими работниками в рамках образовательной программы;

- соблюдать требования охраны труда, санитарии и гигиены образовательного процесса, правила пожарной безопасности;

- в случае экстренной ситуации, связанной с обнаружением любой опасности для жизни и здоровья, незамедлительно сообщить об этом педагогическому работнику, любому сотруднику Центра.

2.4. ***Обучающимся запрещается:***

- приносить, передавать, использовать во время образовательного процесса (как на территории Центра, так и во время проведения занятий, мероприятий вне его) оружие, колющие и режущие предметы, боеприпасы, взрывчатые вещества, пиротехнические игрушки, а также другие предметы, подвергающие опасности жизнь и здоровье других людей;

- приносить, передавать и употреблять спиртные напитки, средства токсического и наркотического опьянения, табачные изделия, курить на территории Центра, находиться в помещениях Центра в состоянии алкогольного или наркотического опьянения;

- применять физическую силу для выяснения отношений, использовать запугивание, вымогательство;

- совершать любые действия, влекущие за собой опасные последствия для окружающих, такие как толкание, удары любыми предметами, бросание чем-либо и т.д.

**3. Правила поведения в Центре**

3.1. Обучающимся в Центре предлагаются различные формы организации образовательного процесса (занятия в учебном кабинете, спортивном зале, лекции, экскурсии, участие в концертах, выставках, акциях, посещение выставок, концертов, спектаклей, участие в массовых мероприятиях, соревнованиях, конкурсах, фестивалях, походах и т.д.).

3.2. Форма одежды обучающихся в Центре – свободная. Обучающиеся должны быть опрятно одетыми, следить за своим внешним видом.

3.3. Обучающиеся обязаны соблюдать правила личной и общественной гигиены, носить сменную обувь в любое время года, соблюдать и поддерживать чистоту в  помещениях

3.4. Обучающиеся должны приходить в Центр не позднее, чем за 5 минут до начала занятий.

3.5. На занятиях иметь при себе необходимые для участия в образовательном процессе принадлежности, форму для специализированных занятий.

3.6. Строго соблюдать правила безопасности при работе с техническими средствами обучения, используемыми в образовательном процессе, и использовать их строго по назначению и с разрешения педагога.

3.7. Обучающиеся должны выходить после окончания занятий из учебного помещения  для отдыха и проветривания помещения.

**4. Поощрение и ответственность**

4.1. Дисциплина в Центре поддерживается на основе уважения человеческого достоинства обучающихся, педагогических работников. Применение методов физического и (или) психологического насилия по отношению к обучающимся не допускается.

4.2. За высокие результаты и достигнутые успехи в обучении, в творчестве, науке, спорте, активную социально-значимую деятельность в детском объединении, победы в олимпиадах, конкурсах, соревнованиях и другие достижениях к обучающимся могут применяться следующие виды поощрения:

- объявление благодарности;

- награждение Дипломом;

- награждение Грамотой;

- чествованием на тожественных церемониях, проводимых в Центре.

4.3. Меры поощрения применяются администрацией Центра совместно или по согласованию с руководителями структурных подразделений, педагогическим коллективом.

4.4. За нарушение учебной дисциплины в Центре, требований Устава Центра, настоящих Правил администрация Центра имеет право применить к обучающемуся следующие взыскания:

- замечание;

- выговор;

- отчисление.

4.5. До применения взыскания обучающийся должен представить объяснение в устной или письменной форме. В случае отказа обучающегося от дачи объяснения администрацией Центра составляется акт об отказе.

4.6. Взыскание применяется непосредственно за обнаружением проступка, но не позднее одного месяца со дня обнаружения, не считая времени болезни обучающегося или времени пребывания его на каникулах.

4.7. За каждый проступок может быть применено только одно взыскание.

4.8. Факты нарушения учебной дисциплины и правил поведения могут быть рассмотрены на собрании детского объединения, на педагогическом совете Центра в присутствии обучающегося и его родителей (законных представителей).

**Инструкция № 1**

**о мерах пожарной безопасности в административном здании Центра**

Настоящая Инструкция устанавливает общие требования пожарной безопасности, выполнение которых обязательно для всех работающих в учреждении, его подразделениях и посетителей, которые обязаны строго выполнять его требования в помещениях и на прилегающей территории, решительно действовать в случае возникновения пожара, немедленно принять меры к его ликвидации, спасению личного состава и имущества.

Ответственность за пожарную безопасность помещений учреждения возлагается на ответственных за помещения, назначенных приказом по учреждению.

1. **В целях предупреждения пожара** или загорания в здании и помещениях учреждения **запрещается:**

1.1. Пользоваться открытым огнем.

1.2. Пользование без присмотра электронагревательными приборами (электроплитками, электрочайниками, электрокипятильниками) вне специально оборудованных мест.

1.3. Производить переоборудование электросетей и устройство всякого рода временной электропроводки, заменять плавкие предохранители промышленного производства самодельными.

1.4. Оставлять без присмотра включенные в электросеть электроприборы, аппараты установки, радиоприборы, множительную технику, настольные лампы и другое оборудование.

1.5. Производить облицовку стен, мест общего пользования, коридоров, лестничных клеток, переходов, холлов горючими отделочными материалами.

1.6. Загромождать эвакуационные выходы, коридоры, проходы между стеллажами, шкафами, полками, столами, оборудованием.

1.7. Производить разогрев горючесмазочных материалов, электрогазосварочные работы, покраску поверхностей нитро- и масляными красками без письменного разрешения руководителя учреждения.

1.8. Хранить в зданиях и помещениях пустые и наполненные газовые баллоны, сверхнормативные запасы легковоспламеняющихся и горючих жидкостей.

1.9. Размещать на чердаке и в подвале легковоспламеняющиеся и горючие жидкости, а также другие огнеопасные и взрывчатые вещества и материалы без согласования с инспекцией Госпожнадзора.

1.10. Пользоваться переносными электролампами, шнуры которых полностью не заключены в резиновые шланги, а электролампы не защищены колпачками с укрепленной на рукоятке металлической сеткой.

1.11. Нарушать состояние электропроводки (заклеивать ее бумагой, обоями, материей, нарушать изоляцию, завешивать плакатами розетки, обертывать электролампы бумагой, тканью и другими материалами).

1.12. Оставлять в рабочих помещениях и зданиях после окончания работы упаковочные материалы, бумагу, сломанную мебель.

1.13. Закрывать рабочие комнаты после окончания рабочего дня без предварительного осмотра помещения лицами, ответственными по приказу за пожарную безопасность помещения.

2. **Содержание помещений**

2.1. Во всех помещениях после окончания работы электроосвещение, множительная и оргтехника должны быть выключены, а электросеть обесточена.

2.2. Все окна и форточки в помещениях по окончании рабочего дня должны быть плотно закрыты, двери заперты.

2.3. Производить ежедневный противопожарный осмотр помещения после окончания рабочего дня, осмотр регистрировать в специальном журнале с росписью ответственного лица.

2.4. Все ремонтно-строительные и монтажные работы на территории и в помещениях производить только после согласования с инспекцией Госпожнадзора.

2.5. Чердачные помещения, лестничные клетки, запасные выходы должны содержаться в чистоте и запираться на замки.

2.6. В коридорах на доступных местах должны быть вывешены планы эвакуации и стрелки — указатели запасных выходов для эвакуации людей в случае пожара.

2.7. Запрещается устанавливать в коридорах, на лестничных клетках, в лифтовых холлах, на выходах из помещений какие-либо предметы, препятствующие движению людей, сужающие расчетную ширину эвакуационных проходов и выходов.

3. **Содержание прилегающей территории**

3.1. Хранение легковоспламеняющихся и горючих жидкостей производить в изолированных складских помещениях.

3.2. Территория всегда должна находиться в чистоте, весь сгораемый мусор и отходы убирать на специально отведенный участок и своевременно их утилизировать.

3.3. Дороги к зданиям и проезды необходимо всегда содержать свободными. **Парковка машин в проездах и противопожарных разрывах между зданиями и отдельно стоящими помещениями, а также ближе 3 метров от наружных стен здания категорически запрещается.**

4. **Содержание средств пожаротушения**

4.1. Запрещается использовать средства пожаротушения для хозяйственных нужд.

4.2. Все средства пожаротушения и извещения о пожаре должны постоянно содержать в исправном состоянии, в полной комплектности и годности к действию для ликвидации пожара.

5. **Подготовка и действия сотрудников при возникновении пожара**

5.1. Все сотрудники учреждения должны знать места расположения средств пожаротушения, правильно и эффективно их применять, проходить инструктаж и периодически обучаться приемам пользования средствами пожаротушения.

5.2. Каждый сотрудник при обнаружении загорания обязан немедленно сообщить по телефону «01» в городскую пожарную охрану и в службу охраны здания.

5.3. Принять срочные меры к ликвидации загорания имеющимися первичными средствами пожаротушения и одновременно приступить к эвакуации сотрудников и посетителей, при необходимости — материальных ценностей и документов с обеспечением их сохранности.

5.4. Требования пожарной безопасности, предъявляемые сотрудниками инспекции Госпожнадзора, должны выполняться в установленные сроки. Каждый руководитель обязан контролировать изучение и знание Инструкции подчиненными.

**Инструкция № 2**

**по охране труда, обеспечению безопасности при проведении туристских походов и экспедиций, загородных экскурсий с обучающимися**

**1. Общие требования безопасности к руководителю туристского мероприятия, иным ответственным лицам и обучающимся**

* 1. Туристско-спортивные, туристско-краеведческие мероприятия с обучающимися на местности (многодневные походы, походы выходного дня, экспедиции, загородные экскурсии и прогулки) должны проводиться в соответствии с нормативными актами Минобразования России (Инструкция по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами РФ), Министерства образования Омской области, регламентирующими организацию туристско-краеведческой деятельности обучающихся.
  2. Количественный состав обучающихся в группе при проведении туристских походов (экспедиций, загородных экскурсий) – не менее 6 человек. Группу обучающихся должны сопровождать не менее двух взрослых на каждые 10 детей (представитель школы, родители, инструктор-проводник).
  3. Общая продолжительность загородной экскурсии (прогулки) должна составлять 1-4 часа, однодневного туристского похода - до 8 часов.
  4. При проведении туристских походов (экспедиций, загородных экскурсий) руководители и участники обязаны соблюдать установленный порядок проведения похода, режимы передвижения и отдыха, общепринятые правила поведения.
  5. В группе должна быть медицинская аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами.
  6. Руководитель, другие ответственные лица или обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение Инструкции по организации и проведению походов с обучающимися, привлекаются к дисциплинарной ответственности.

**2. При проведении туристских походов (экспедиций, загородных экскурсий) необходимо обратить внимание на следующие неблагоприятные факторы:**

* незнание, недооценка технических трудностей маршрута, несоответствие физической подготовленности обучающихся выбранному маршруту;
* слабая дисциплина в группе, самовольное оставление обучающимися места расположения группы; лихачество, страх, паника в сложной ситуации;
* несоответствие снаряжения, одежды, обуви техническим трудностям маршрута и погодным условиям;
* в летний период: ветер более 10/15 м/сек, пыльная буря, туман, ливень, гроза, лесной пожар, жаркая солнечная погода, повышенная влажность при высоких температурах воздуха; укусы пресмыкающимися и насекомыми (в т.ч. клещом, переносчиком энцефалита, болезни Лайма); отравления и ожоги ядовитыми растениями, плодами и грибами;
* заражение желудочно-кишечными заболеваниями при употреблении воды из непроверенных открытых водоемов.

**3. Требования безопасности к руководителю туристского мероприятия и заместителю руководителя**

3.1. Руководитель должен иметь необходимый туристский опыт, квалификацию, снаряжение, соответствующие технической трудности данного похода (экспедиции, загородной экскурсии); быть годным по состоянию здоровья; должен пройти инструктаж по мерам безопасности и умению оказания доврачебной помощи в походе (экспедиции, загородной экскурсии).

3.2. Руководитель и его заместитель несут ответственность за жизнь, здоровье обучающихся с момента выезда из места проживания и до прибытия обратно и безопасное проведение похода (экспедиции, загородной экскурсии). Обязан контролировать весь этот период выполнение обучающимися правил пожарной безопасности, охраны природы, соблюдение мер гигиены, санитарии, а также установленного распорядка дня и общественного порядка.

3.3. Руководитель обязан организовать соответствующую предпоходную техническую и физическую подготовку; страхование обучающихся от несчастного случая и заболевания клещевым энцефалитом (в весенне-летний период); осмотр обучающихся врачом; получить разрешение родителей на участие детей в походе (экспедиции, загородной экскурсии).

3.4. Руководитель должен предварительно изучить район похода, знать опасные места на маршруте и способы их преодоления, ознакомиться с условиями погоды в районе предстоящего похода; ознакомить участников похода с основным маршрутом и аварийными выходами с маршрута.

3.5. Принимать необходимые меры, направленные на обеспечение безопасности участников похода (экспедиции, загородной экскурсии), вплоть до изменения маршрута или прекращения похода в связи с возникшими опасными природными явлениями и другими обстоятельствами, а также в случае необходимости оказания помощи пострадавшему. Руководитель обязан проверить планируемое место купания обучающихся.

3.6. В весенне-летний период организовать систематический (не менее 1 раза в час) осмотр одежды и тела участников похода (экспедиции, экскурсии) в целях профилактики укуса клещами. Избегать планирования походов в энцефалитноопасных районах весной – в начале лета.

3.7. Требования безопасности в аварийных ситуациях:

- при непредвиденных природных явлениях, резком ухудшении условий проведения похода (экспедиции, загородной экскурсии) уходить организованно из опасной зоны по заранее разработанному аварийному маршруту. В аварийных ситуациях не допускать паники, суеты, растерянности;

- при получении травмы, остром заболевании обучающимся немедленно оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить о происшедшем несчастном случае администрации учебного учреждения;

- в случае потери участника немедленно сообщить в ближайший поисково-спасательный отряд (ПСО) и администрации учебного учреждения. Предпринять доступные меры по поиску и оказанию помощи пострадавшему.

3.8. Требования безопасности по окончании похода (экспедиции, загородной экскурсии):

* проверить по списку наличие учащихся в группе.
* проверить самочувствие учащихся.
* проверить состояние полученного походного туристского снаряжения, привести в должный порядок и сдать ответственному лицу.

**4. Требования безопасности к обучающимся**

4.1. Перед проведением похода, экспедиции, экскурсии

* + 1. К туристским походам и экспедициям, загородным экскурсиям допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по безопасному проведению похода (экспедиции, загородной экскурсии), ознакомленные с маршрутом, аварийными выходами с маршрута, возможными опасностями в походе (на экскурсии), и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
    2. Обучающиеся должны пройти соответствующую техническую и физическую подготовку, получить допуск врача; должны быть застрахованы от несчастного случая, а в весенне-летний период, кроме того, иметь вакцинацию и страховой полис от заболевания клещевым энцефалитом.
    3. На обучающихся должны быть надеты удобная одежда и обувь, не стесняющие движений и соответствующие сезону и погоде.
    4. В зимние походы запрещено надевать украшения: серьги, браслеты, кольца.

4.2. Во время проведения похода, экспедиции, загородной экскурсии

4.2.1. Соблюдать правила техники безопасности туристских походов, дисциплину, четко выполнять все указания руководителя (инструктора) и его заместителя, самостоятельно не изменять установленный маршрут движения и место расположения группы, самовольно не оставлять места расположения группы.

4.2.2. При разведении костра соблюдать правила пожарной безопасности, личной безопасности и охраны природы.

4.2.3. Во избежание заражения желудочно-кишечными заболеваниями запрещено пить сырую воду из открытых непроверенных водоемов, использовать для питья только кипяченую или продезинфицированную воду.

4.2.4. Запрещено приближаться к животным на опасное расстояние, трогать руками животных, ядовитые и колючие растения.

4.2.5. Запрещено пробовать на вкус какие-либо растения, плоды и грибы, есть снег и сосульки.

4.2.6. Запрещено приобретать и употреблять продукты питания без согласования с руководителем, употреблять алкогольные напитки, табачную продукцию, принимать угощения продуктами питания от незнакомых людей.

4.2.7. Разрешается купаться только на указанных руководителем местах под контролем специально назначенного дежурного.

4.2.8. Соблюдать правила личной гигиены. Немедленно информировать руководителя туристского похода (экспедиции, загородной экскурсии) об ухудшении состояния здоровья или травмах.

4.2.9. Уважать местные традиции и обычаи. Бережно относиться к природе, памятникам истории и культуры, к личному и групповому снаряжению.

4.2.10. Избегать конфликтных ситуаций между членами команды и другими участниками похода (экспедиции).

4.3. Требования безопасности при купании в водоемах.

4.3.1. Купаться только на указанных руководителем местах под контролем специально назначенного дежурного.

4.3.2. Обучающиеся должны сделать перерыв между приемом пищи и купанием не менее 45-50 минут; запрещено во время купания жевать жевательные резинки.

4.3.3. Внимательно слушать и выполнять все команды и сигналы дежурного (или руководителя).

4.3.4. Запрещено входить в воду без разрешения и в отсутствие дежурного (или руководителя).

4.3.5. Нырять только с разрешения и под контролем дежурного (или руководителя); запрещено прыгать в воду головой в низ при недостаточной глубине воды и при нахождении вблизи других пловцов, при нырянии оставаться долго под водой, стоять в воде долго без движения.

4.3.6. Почувствовав озноб, быстро выйти из воды и растереться сухим полотенцем. При судорогах стараться держаться на воде и позвать на помощь.

4.4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.4.1. При непредвиденных природных явлениях, резком ухудшении условий проведения похода (экспедиции, загородной экскурсии) участники похода должны уходить организованно из опасной зоны по заранее разработанному аварийному маршруту. В аварийных ситуациях должны оставаться спокойными, четко выполнять все указания руководителя.

4.4.2. Соблюдать меры безопасности при встрече с медведем:

* в местах обитания медведя передвигаться плотной группой, не удаляться от места расположения группы по одному человеку (за дровами, водой и т.д.);
* не глядеть медведю в глаза (это вызов), не поворачиваться к нему спиной, не убегать, а отходить медленно;
* желательно иметь с собой сигнальную ракетницу, спортивный свисток;
* на ночь брать с собой в палатку гремящую посуду, чтобы при приближении зверя создать шум; ночью поддерживать костер, организованно дежурить;
* при агрессивном поведении медведя громко кричать, греметь посудой.

4.4.3. Участник похода (экспедиции, загородной экскурсии), отставший от группы или потерявшийся в населенном пункте, должен немедленно обратиться за помощью в государственное учреждение (милиция, администрация, школа и т.д.).

## Инструкция № 3

**по охране труда, обеспечению безопасности при проведении**

**туристских соревнований с обучающимися**

1. **1. Общие требования к руководителям команд, участникам и судьям соревнований**

1.1. Перед началом соревнований

1.1.1. Безопасность проведения туристских соревнований обучающихся обеспечивает Главная судейская коллегия (ГСК). Ответственность за обеспечение безопасности при проведении соревнований возлагается на главного судью, заместителя главного судьи по безопасности. Безопасность дистанции должна быть зафиксирована в акте сдачи дистанции. Требования к участникам и судьям соревнований должны быть изложены в памятке по обеспечению безопасности под личную роспись каждого.

1.1.2. Для участия в туристских соревнованиях допускаются обучающиеся, а также лица - в качестве судей, имеющие туристский (судейский) опыт и квалификацию, соответствующие классу данных соревнований; прошедшие инструктаж по мерам безопасности, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Инструктаж должен включать: ознакомление участников и судей соревнований с Положением о соревнованиях, программой, границами района соревнований, режимом проведения соревнований, правилами поведения участников соревнований при подъездах и во время проведения соревнований, действиями в аварийных ситуациях, способами оказания первой медицинской помощи при травмах и острых заболеваниях. Участники и судьи соревнований должны быть ознакомлены с ответственностью и мерами дисциплинарного наказания за нарушение инструкции по обеспечению безопасности при проведении туристских соревнований обучающихся.

1.1.3. Минимальный возраст участников туристских соревнований определяется годом рождения, на дистанциях I-V классов: I класс – 12 лет, II – 13, III – 14, IV – 15, V – 16. Класс дистанции должен соответствовать спортивному уровню участников. Переход в старшую возрастную группу возможен только в соответствии с Положением о данных соревнованиях, при наличии специального допуска врача и тренера.

1.1.4. Главный судья соревнований должен заранее выяснить вопрос о санитарно-эпидемиалогическом состоянии, энцефалитоопасности местности, в которой будут проходить соревнования.

1.1.5. При проведении туристских соревнований на месте старта и финиша должны быть медицинские аптечки, укомплектованные необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой медицинской помощи при травмах и острых заболеваниях.

1.1.6. Главная судейская коллегия должна организовать проведение соревнований на основе уважения местных традиций и обычаев, лояльности к местному населению; бережного отношения к природе, памятникам истории и культуры, к личному и групповому снаряжению.

1.2. При проведении туристских соревнований необходимо принять меры по снижению уровня риска от следующих неблагоприятных факторов: недооценка технических трудностей дистанции соревнований, несоответствие физической подготовленности обучающихся классу дистанции;

- слабая дисциплина в команде школьников, самовольное оставление обучающимися места расположения команды;

- нарушение обучающимися и судьями требований безопасности, установленных Правилами организации и проведения туристских соревнований обучающихся Российской Федерации и Положением о данном мероприятии, а также общепринятых правил поведения;

- самовольное изменение участниками соревнований установленного маршрута движения по дистанции;

- несоответствие снаряжения, одежды, обуви участников техническим трудностям дистанции соревнований и погодным условиям;

- использование неисправного снаряжения, оборудования и инвентаря;

- участие в соревнованиях без разминки;

- неблагоприятные погодные условия:

зимой - низкая температура воздуха, ветер, глубокий снежный покров, туман, короткий световой день; резкое ухудшение погоды: понижение температуры воздуха, резкий ветер, метель, ухудшение видимости;

в летний период - ветер более 10/15 м/сек, пыльная буря, туман, ливень, гроза, лесной пожар, жаркая солнечная погода, повышенная влажность при высоких температурах воздуха; укусы пресмыкающимися и насекомыми (в т.ч. клещом, переносчиком энцефалита, болезни Лайма); отравления и ожоги ядовитыми растениями, плодами и грибами; травмы и утопления при купаниях в водоемах;

* возникновение паники во время пожара и других чрезвычайных ситуациях;
* острые желудочно-кишечные заболевания при употреблении воды из непроверенных источников.

1.3. Во время соревнований

1.3.1.Участники, руководители команд и судьи соревнований обязаны знать и строго соблюдать Правила организации и проведения туристских соревнований обучающихся Российской Федерации, требования Положения и Условий данных соревнований, общепринятые правила поведения и личной гигиены.

1.3.2. При возникновении ситуации, угрожающей безопасности участников, соревнования должны быть перенесены, а уже начавшиеся прерваны. При непредвиденных природных явлениях, резком ухудшении условий проведения соревнований действовать строго в соответствии с указаниями Условий данных соревнований. В аварийных ситуациях не допускать паники, суеты, растерянности.

1.3.3. При каждом несчастном случае с участниками, судьями соревнований очевидец обязан оказать первую доврачебную помощь пострадавшему, немедленно сообщить о несчастном случае судье ближайшего этапа, врачу, главному судье соревнований. При серьезной травме, остром заболевании принять экстренные меры для транспортировки пострадавшего в медицинское учреждение.

1.3.4. В весенне-летний период участники, судьи соревнований должны проводить осмотр одежды, тела, в целях профилактики укуса клещами, систематически (не менее 1 раза в час), особенно тщательно в период с апреля по июнь.

1.3.5. Туристские соревнования участники и судьи должны проводить в спортивной одежде и спортивной обуви, соответствующих виду соревнований, погоде, сезону.

1.3.6. При выявлении неисправности спортивного инвентаря и оборудования дистанции участник, судья должны прекратить соревнования и сообщить об этом главному судье. Выполнение задания, действия на дистанции участники могут продолжать только после устранения неисправности или замене спортивного инвентаря, оборудования, с разрешения судьи.

1.3.7. Разводить костры разрешается только в местах, указанных заместителем главного судьи по безопасности, с соблюдением правил пожарной безопасности и охраны природы. Запрещено разведение костров в сухой, пожароопасный период, а так же в «зеленой зоне» города. Приготовление пищи на костре учащимися разрешается только под контролем руководителя команды или другого взрослого человека.

1.3.8. Категорически запрещается:

* размещать зрителей в неотведенных, необорудованных местах;
* самовольно уходить из территории лагеря: участникам без разрешения руководителя команды, судьям – без ведома главного судьи;
* использовать снаряжение и оборудование, не прошедшие проверку судьями по безопасности;
* производить порубку зеленого леса, кустарников и других насаждений;
* использовать для питья и приготовления пищи воду из непроверенных водоёмов;
* употреблять в пищу подозрительные на вид продукты, незнакомые растения, ягоды, грибы и плоды;
* трогать руками животных, ядовитых и колючих растений;
* использовать для разведения костра быстровоспламеняющиеся вещества (бензин, порох и т.д.);
* выбрасывать бытовые и пищевые отходы в водоемы и в не отведенные для этой цели места;
* купание участников соревнований без разрешения Главного судьи соревнований, в неотведенном месте, без контроля руководителем команды.

1.3.9.Обучающиеся, судьи, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда и обеспечению безопасности при проведении туристских соревнований, привлекаются к дисциплинарной ответственности и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм, правил охраны труда и обеспечения безопасности. Судья, допустивший грубые нарушения судейских правил, морали и этики может быть лишен судейского звания или категории (Положение о Коллегии судей по СТ, утв. ССТС России 5.12.96г.).

**2. Требования безопасности к руководителям команд**

2.1. Общие требования

2.1.1. Руководитель несет ответственность за жизнь, здоровье и безопасность участников команды с момента выезда из места проживания и до прибытия обратно.

2.1.2. Руководитель команды обязан контролировать весь этот период выполнение обучающимися правил пожарной безопасности, охраны природы, соблюдение мер гигиены, санитарии, а также установленного распорядка дня и общественного порядка.

2.1.3. Руководитель команды несет ответственность за подготовку командного и личного снаряжения участников в соответствии с требованиями, изложенными в Условиях соревнований.

2.1.4. В случае потери участника или несчастном случае с участником руководитель команды обязан немедленно сообщить в ГСК.

2.2. Перед началом соревнований

2.2.1. Руководитель команды обязан организовать соответствующую техническую и физическую подготовку, страхование обучающихся от несчастного случая и заболевания клещевым энцефалитом (в весенне-летний период), осмотр участников команды врачом; получить разрешение родителей на участие детей в туристских соревнованиях.

2.2.2. Провести разминку участников команды.

2.2.3. Зарегистрировать команду в мандатной комиссии. Руководитель команды несёт ответственность за достоверность представляемых в мандатную комиссию документов.

2.2.4. Разместить и оборудовать бивак только в указанном комендантом соревнований месте. Зарегистрировать автотранспорт в ГСК, обеспечить его стоянку в указанном комендантом месте. Не допускать маневрирования автотранспорта в темное время суток без разрешения ГСК.

2.2.5. Получить инструктаж в Главной судейской коллегии (ГСК) по вопросам обеспечения безопасности здоровья и жизни обучающихся, а также по вопросам охраны природы.

2.3. По окончании соревнований

2.3.1. Проверить самочувствие членов команды.

2.3.2. Проверить состояние и сдать на хранение полученное туристское снаряжение, инвентарь.

2.3.3. Следовать вместе со всеми членами команды в установленный пункт прибытия (школа, клуб и т.д.) и в срок, согласованные с администрацией учреждения и родителями.

**3. Требования безопасности к участникам соревнований**

3.1. Участники должны безоговорочно выполнять указания судейской коллегии

соревнований, судей на этапах, руководителя команды. Соблюдать порядок и дисциплину во время соревнований и на месте проживания. Начинать выполнение задания на этапе только по сигналу (команде) судьи.

* 1. Участникам запрещается покидать место расположения команды без разрешения руководителя (кроме участия в соревнованиях в личном зачете).
  2. В случае схода команды (участника) с дистанции соревнований, капитан (участник) обязан доложить об этом старшему судье финиша.
  3. Участник, отставший от команды или потерявшийся в населенном пункте, должен немедленно обратиться за помощью в государственное учреждение (милиция, администрация и т.д.)

3.5. В случае острого заболевания или травмирования на дистанции обучающийся должен прекратить участие в соревнованиях и обратиться к судье ближайшего этапа, в районе старта-финиша – к врачу соревнований. При получении травмы, остром заболевании другим участником соревнований придать пострадавшему положение, соответствующее травме (заболеванию), принять меры к остановке кровотечения, немедленно сообщить судье ближайшего этапа.

**4. Требования безопасности к судьям соревнований**

4.1. Во время соревнований

4.1.1. Судьи соревнований обязаны поддерживать порядок и дисциплину участников на дистанции. Не допускать нахождение зрителей и представителей команд на дистанции и в рабочей зоне этапа.

4.1.2. Судьи должны останавливать участника или команду при возникновении ситуации, которая может привести к несчастному случаю, и добиваться исправления ошибок участников.

4.1.3. Судьи не имеют права изменять установленный маршрут движения участников по дистанции без крайней необходимости, должны срочно сообщить о причине и направлении движения участников главному судье.

4.1.4. Судьи должны не допускать столкновений участников мероприятия, использовать «отсечки» времени.

4.1.5. Судьи должны быть внимательными к самочувствию, появлению первых признаков острого заболевания у каждого участника мероприятия. При получении травмы, остром заболевании участником или судьей соревнований оказать первую доврачебную помощь, вызвать врача соревнований. В серьезных случаях принять срочные меры к эвакуации пострадавшего в медицинское учреждение. Немедленно сообщить о случившемся врачу, главному судье мероприятия.

4.2. По окончании соревнований

4.2.1. По окончании соревнований (работы на этапе последней команды), после разрешения ГСК, нужно снять, разукомплектовать все оборудование, снаряжение, маркировку на этапах и всей дистанции. Следовать в установленный пункт прибытия (финиш, лагерь);

4.2.2. Проверить состояние и сдать ответственному лицу туристское снаряжение.

**Инструкция № 4**

**по технике безопасности при проведении спортивных соревнований**

**1. Общие требования безопасности**

1.1. К спортивным соревнованиям допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда. Обучающиеся подготови­тельной и специальной медицинских групп к спортивным соревнованиям не допускаются.

1.2. Участники спортивных соревнований обязаны соблюдать правила их проведения.

1.3. При проведении спортивных соревнований возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов:

- травмы при проведении спортивных соревнований с использованием не­исправных спортивных снарядов и оборудования;

- травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии;

- травмы во время прыжков в длину или высоту при неподготовленной прыжковой яме;

- травмы при нахождении в зоне броска во время спортивных соревнова­ний по метанию;

- травмы при столкновениях во время бега или спортивной игре, при паде­ниях во время спуска с горы на лыжах или при прыжках с лыжного трамплина;

- обморожение при проведении спортивных соревнований по лыжам при ветре более 1,5-2,0 м/с и при температуре воздуха ниже - 20"С;

- травмы и утопления во время проведения спортивных соревнований по плаванию при прыжках в воду головой вниз на мелком месте или нахождении рядом других участников соревновании;

- проведение соревнований без разминки.

1.4. Спортивные соревнования необходимо проводить в спортивной одеж­де и спортивной обуви, соответствующих виду соревнования, сезону и погоде.

1.5. При проведении спортивных соревнований должна быть медицинская аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средства­ми для оказания первой помощи пострадавшим.

1.6. О каждом несчастном случае с участниками спортивных соревнова­ний немедленно сообщить руководителю соревнований и администрации уч­реждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отпра­вить его в ближайшее лечебное учреждение. При неисправности спортивного инвентаря и оборудования соревнования прекратить и сообщить об этом руко­водителю соревнований.

1.7. Во время спортивных соревнований участники должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной ги­гиены.

**2. Требования безопасности перед началом соревнований**

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подош­вой, соответствующую сезону и погоде.

2.2. Проверить исправность и надежность установки спортивного инвен­таря и оборудования.

2.3. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме - месте приземления, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.

2.4. В местах соскоков со спортивных снарядов положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной.

2.5. Провести разминку.

**3. Требования безопасности во время соревнований**

3.1. Начинать соревнования и заканчивать их только по сигналу (команде) судьи соревнований.

3.2. Не нарушать правила проведения соревнований, строго выполнять все команды (сигналы), подаваемые судьей соревнования.

3.3. Избегать столкновений с другими участниками соревнований, не до­пускать толчков и ударов по их рукам и ногам.

3.4. При падении необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.5. Перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли лю­дей в секторе метания.

**4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При возникновении неисправности спортивного инвентаря и оборудо­вания прекратить соревнования и сообщить об этом судье соревнований. Со­ревнования продолжать только после устранения неисправности или замене спортивного инвентаря и оборудования.

4.2. При плохом самочувствии прекратить участие в спортивных соревно­ваниях и сообщить об этом судье соревнований.

4.3. О получении травмы участником соревнований немедленно сообщить судье соревнований и администрации учреждения, оказать первую помощь по­страдавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учре­ждение.

**5. Требования безопасности по окончании соревнований**

5.1. Проверить по списку наличие всех участников соревнований.

5.2. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование.

5.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь и принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

# Инструкция № 5

# по обеспечению безопасности при проведении культурно-экскурсионных мероприятий

**(для обучающихся)**

**1. Общие требования безопасности**

1.1. К участию в культурно-экскурсионных мероприятиях (автобусная экскурсия, посещение музеев, выставок, концертов, театров и т.п.) допускаются обучающиеся прошедшие инструктаж по безопасному проведению мероприятия, ознакомленные с маршрутом, программой мероприятия и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья;

1.2. Ответственность за жизнь, здоровье и безопасность детей с момента отъезда от Центра туризма и краеведения на туристско-краеведческое мероприятие (на автобусную экскурсию по городу, в музей и т.д.) и до прибытия обратно несет руководитель группы (классный руководитель, педагог, родители и т.д.)

1.3. При проведении культурно-экскурсионных мероприятий обучающиеся обязаны соблюдать установленные режимы работы и отдыха, общепринятые правила поведения и личной гигиены;

1.4. Соблюдать дисциплину, четко выполнять все указания педагога (инструктора, экскурсовода), самовольно не оставлять место расположения группы;

1.5. Надеть удобную одежду и обувь, не стесняющую движений и соответствующую погоде и программе мероприятия;

1.6. Во время движения по улице идти компактной группой, не мешая прохожим; переходить дорогу спокойно, без суеты, только по команде педагога (инструктора);

1.7. Обучающиеся, страдающие укачиванием в автотранспорте, должны предупредить об этом педагога (инструктора, классного руководителя);

1.8. Обращать внимание на состояние здоровья друг друга, немедленно сообщить педагогу (инструктору, экскурсоводу) о первых признаках острого заболевания, получении травмы участником мероприятия;

1.9. Уважать местные традиции и обычаи, бережно относиться к природе, памятникам истории и культуры;

1.10. Не допускать конфликтных ситуаций между участниками мероприятия, а так же с местным населением.

1.11. Запрещено: приобретать и употреблять продукты питания без согласования с руководителем группы, употреблять алкогольные напитки, табачную продукцию, принимать угощения продуктами питания от незнакомых людей.

**2. Правила поведения в музее или на выставке:**

- Приходить организованной группой за 10-15 минут до начала экскурсии, раздеться, приготовиться к встрече с экскурсоводом;

- Соблюдать тишину, порядок, правила санитарии и гигиены в фойе и демонстрационных залах;

- Во время проведения экскурсии перемещаться по залу только в порядке, указанном экскурсоводом, внимательно слушать речь экскурсовода, не разговаривать, не жевать жевательные резинки;

- Экспонаты и витрины не трогать руками.

**3. Правила поведения в театре:**

- Приходить за 10-15 минут до начала, раздеться, привести себя в порядок, найти свое место;

- Соблюдать тишину, порядок, правила санитарии и гигиены в фойе и зрительном зале;

- Проходить к своему месту вдоль ряда лицом к сидящим;

- Во время представления не разговаривать, не жевать жевательную резинку, не есть мороженое и другие продукты;

- Не вставать с места, пока не закроется занавес.

**4. Требования безопасности в аварийных ситуациях:**

- участник мероприятия, отставший от группы или потерявшийся в населенном пункте, должен немедленно обратиться за помощью в государственное учреждение: милицию, администрацию, ближайшее образовательное учреждение;

- при непредвиденных природных явлениях, резком ухудшении условий проведения мероприятия учащиеся не должны допускать паники, суеты. Четко выполнять все указания руководителя мероприятия (группы).

## Инструкция № 6

## по охране труда при проведении массовых культурно - досуговых мероприятий

**(для обучающихся)**

**1. Общие требования охраны труда**

1.1. К проведению массовых мероприятий (вечеров, утренников, концертов, фестивалей, конкурсов, конференций, слетов, брейн-рингов и др.) допускаются обучающиеся в возрасте не моложе 6 лет, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

1.2. Любые массовые мероприятия (вечера, утренники, концерты, фестивали, конкурсы, конференции, слеты, брейн-ринги и др.) должны проводиться в присутствии взрослых (учителя, родителей).

1.3. При проведении наиболее массовых мероприятий желательно присутствие не менее троих взрослых, двое из которых являются дежурными.

1.4. При проведении массовых мероприятий возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов:

- возникновение пожара при неисправности электропроводки, использовании открытого огня (факелы, свечи, фейерверки, бенгальские огни, хлопушки, петарды и т п.), при воспламенении новогодней елки, использовании световых эффектов с применением химических и других веществ, могущих вызвать возгорание;

- незначительные травмы при неосторожном выполнении танцевальных или конкурсных заданий;

- травмы при возникновении паники в случае пожара и других чрезвычайных ситуаций;

- эмоциональное воздействие на особо чувствительных детей или подростков результатов или хода мероприятия.

1.5. Помещения, где проводятся массовые мероприятия, должны быть обеспечены медицинской аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

1.6. Участники массового мероприятия обязаны соблюдать правила пожарной безопасности и техники безопасности в данном помещении, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Этажи и помещения, где проводятся массовые мероприятия, должны иметь не менее двух эвакуационных выходов, которые обозначаются указателями с надписью «Выход», обеспечены первичными средствами пожаротушения (не менее двух огнетушителей), оборудованы автоматической системой пожарной сигнализации и приточно-вытяжной вентиляцией.

1.7. Окна помещений, где проводятся массовые мероприятия, не должны иметь глухих решеток.

1.8. О каждом несчастном случае с участниками массового мероприятия немедленно сообщать руководителю мероприятия и администрации учреждения, принимать меры по оказанию первой помощи пострадавшему. На время проведения массового мероприятия должно быть обеспечено дежурство работников в составе не менее двух человек.

**2. Требования охраны труда перед проведением массового мероприятия**

2.1. Приказом руководителя назначить лиц, ответственных за проведение массового мероприятия. Приказ довести до сведения ответственных лиц под расписку.

2.2. Провести целевой инструктаж по охране труда назначенных ответственных лиц с записью в журнале регистрации инструктажа на рабочем месте.

2.3. Провести инструктаж по охране труда участников массового мероприятия с записью в журнале установленной формы.

2.4. Тщательно проверить все помещения, эвакуационные пути и выходы на соответствие их требованиям пожарной безопасности, а также убедиться в наличии и исправности первичных средств пожаротушения, связи и пожарной автоматики.

2.5. Проветрить помещения, где будут проводиться массовые мероприятия, и провести влажную уборку.

2.6. Организаторы мероприятия должны иметь примерный сценарий с условным хронометражем времени и придерживаться его исполнения. Стихийное (не подготовленное) проведение массового мероприятия с обучающимися не допускается.

**3. Требования охраны труда во время проведения массового мероприятия**

3.1. В помещении, где проводится массовое мероприятие, должны неотлучно находиться назначенные ответственные лица.

3.2. Строго выполнять все указания руководителя при проведении массового мероприятия, самостоятельно не предпринимать никаких действий.

3.3. Все эвакуационные выходы во время проведения массового мероприятия закрываются на легкооткрывающиеся запоры, световые указатели «Выход» должны быть во включенном состоянии.

3.4. Новогодняя елка должна быть установлена на устойчивом основании с таким расчетом, чтобы не затруднялся выход из помещения. Ветки елки должны находиться на расстоянии не менее 1 м от стен и потолков. Запрещается применять для украшения елки самодельные электрические гирлянды, игрушки из легковоспламеняющихся материалов, вату.

3.5. При проведении массового мероприятия запрещается применять открытый огонь (факелы, свечи, фейерверки, бенгальские огни, хлопушки, петарды и т.п.), устраивать световые эффекты с применением химических и других веществ, могущих вызвать возгорание.

3.6. В случае возникновения эмоционально-конфликтной ситуации виновник конфликта должен быть изолирован от остальных участников (выведен из зала или аудитории).

**4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

4.1. При возникновении пожара немедленно без паники эвакуировать обучающихся из здания, используя все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению пожара с помощью первичных средств пожаротушения.

4.2. При получении участником массового мероприятия травмы немедленно сообщить об этом руководителю мероприятия и администрации учреждения, оказать пострадавшему первую помощь, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

**5. Требования охраны труда по окончании массового мероприятия**

5.1. Убрать в отведенное место инвентарь и оборудование.

5.2. Тщательно проветрить помещение и провести влажную уборку. Проверить противопожарное состояние помещений, закрыть окна, форточки, фрамуги и выключить свет.

**Инструкция № 7**

**по технике безопасности на учебных занятиях по спортивному ориентированию**

**(для обучающихся)**

**I. Общие требования безопасности**

1. К занятиям по спортивному ориентированию допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

2. При проведении занятий по спортивному ориентированию возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при преодолении препятствий;

- травмы, полученные при неправильном подборе экипировки.

**II. Требования безопасности перед началом занятий**

1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь.

2. Проверить экипировку.

3. Начинать упражнения и задания по разрешению педагога.

**III. Требования безопасности во время занятий**

1. Не выполнять упражнения и задания без разрешения педагога.

2. При проведении учебно-тренировочных занятий строго соблюдать дистанцию.

3. Изучить район проведение учебно-тренировочных занятий, соревнований.

**IV. Требования безопасности в чрезвычайных ситуациях**

1. При появлении болей, плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом педагогу.

2. При исключительно неблагоприятных погодных условиях и в случае иных непредвиденных форс-мажорных обстоятельств, угрожающих безопасности, прекратить занятия.

3. При получении травмы немедленно сообщить об этом педагогу.

**V. Требования безопасности по окончании занятий**

1. Под руководством педагога убрать в отведенное место спортивный инвентарь.

2. После проведения учебно-тренировочных занятий вымыть руки и лицо с мылом. Тщательно вытереться и просушиться. Переодеться в чистую, сухую одежду.

**Инструкция № 8**

**по технике безопасности при занятиях на открытых спортивных площадках**

**1. Общие требования безопасности**

Состояние спортивной площадки должно соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям.

Нестандартное оборудование должно быть надежно закреплено и находиться в исправном состоянии.

К занятиям допускаются обучающиеся:

- прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к учебно-тренировочным занятиям;

- прошедшие инструктаж по мерам безопасности;

- имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий. Обувь должна быть на подошве, исключающей скольжение, плотно облегать ногу и не затруднять кровообращение. При сильном ветре, пониженной температуре и повышенной влажности одежда должна соответствовать погодным условиям.

**Обучающийся должен:**

- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;

- быть внимательным при перемещениях по стадиону;

- знать и выполнять настоящую инструкцию;

За несоблюдение мер безопасности обучающийся может быть не допущен или отстранен от участия в учебно-тренировочном процессе.

**2. Требования безопасности перед началом занятий**

2.1. Переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь;

снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, висячие сережки и т. д.);

2.2. Убрать из карманов спортивной формы колющие и другие посторонние предметы;

2.3. Организованно выйти с тренером-преподавателем через центральный выход здания или запасный выход спортзала на место проведения занятий;

2.4. Под руководством тренера-преподавателя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий;

2.5. Убрать в безопасное место инвентарь, который не будет использоваться на занятии;

2.6. Под руководством тренера-преподавателя инвентарь, необходимый для проведения занятий, переносить к месту занятий в специальных приспособлениях;

2.7. По распоряжению тренера-преподавателя убрать посторонние предметы с беговой дорожки, ямы для прыжков и т. д.;

2.8. По команде тренера-преподавателя встать в строй для общего построения.

**3. Требования безопасности во время проведения занятий**

3.1. Внимательно слушать объяснения упражнений и правильно их выполнять;

3.2. Брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения тренера-преподавателя;

3.3. Выполнять упражнения только на исправном оборудовании;

3.4. При выполнении упражнений потоком соблюдать необходимые интервал и дистанцию;

3.5. Быть внимательным при перемещениях по спортивной площадке не мешать другим, не ставить подножек, избегать столкновений;

3.6. Не покидать территорию спортивной площадки без разрешения.

**4. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях**

4.1. При получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность тренера-преподавателя;

4.2. С помощью тренера-преподавателя оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;

4.3. При возникновении пожара немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством тренера-преподавателя покинуть место проведения занятия;

4.4. По распоряжению тренера-преподавателя поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

**5. Требования безопасности по окончании занятий**

5.1. Под руководством тренера-преподавателя убрать спортивный инвентарь в места его хранения;

5.2. Организованно покинуть место проведения занятия;

5.3. Переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь;

5.4. Вымыть с мылом руки.

**Инструкция № 9**

**по технике безопасности при проведении учебных занятий на искусственном скалодроме с обучающимися**

1. **Общие положения**

К проведению учебных и массовых мероприятий на искусственном скалодроме для занятий спортивным туризмом допускаются сотрудники и обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.

При проведении занятий необходимо наличие медицинской аптечки, укомплектованной медикаментами и перевязочными материалами для оказания первой медицинской помощи при возможных травмах.

При проведении занятий необходимо соблюдение правил пожарной безопасности и знание мест расположения первичных средств пожаротушения.**2. Требование безопасности к руководителю образовательного учреждения**

2.1. Руководитель образовательного учреждения несёт ответственность за обеспечение безопасности при проведение учебных занятий на искусственном скалодроме для занятий спортивным туризмом обучающихся Центра, а также других участников занятий и мероприятий.

2.2. Приказом директора назначается ответственное лицо за проведение учебных занятий.

Приказ доводится до ответственных лиц под роспись.

2.3. Проводится целевой инструктаж по охране труда назначенных ответственных лиц с записью в журнале регистрации инструктажа на рабочем месте.

**3. Требование безопасности к обучающимся**

3.1. К занятиям на скалодроме допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по ТБ, расписавшиеся в журнале ТБ, не имеющие медицинских противопоказаний.

3.2. Обучающиеся к занятиям на скалодроме без педагога (инструктора) не допускаются.

3.3. Все занимающиеся на скалодроме должны быть застрахованы от несчастного случая.

3.4. Все занимающиеся на скалодроме обязаны неукоснительно соблюдать требования и положения данной Инструкции.

3.5. При обнаружении каких-либо неисправностей на скалодроме (проворачивающиеся зацепы, сомнительно закрепленные крючья и т.п.) следует немедленно сообщить об этом педагогу (инструктору) скалодрома.

3.6. Все занимающиеся на скалодроме обязаны проверять состояние личного (страховочные системы) и общественного (веревки, оттяжки, карабины) снаряжения на наличие потертостей, надрывов, дефектов, при обнаружении которых следует немедленно обратиться к педагогу (инструктору) скалодрома.

3.7. Во избежание несчастных случаев во время занятий необходимо строгое соблюдение дисциплины, начинать выполнение заданий и заканчивать их только по команде педагога (инструктора), в соответствии с планом занятия.**4. Снаряжение**

4.1. Проведение занятий на скалодроме разрешается только на специальном снаряжении (страховочные устройства, обвязки, веревки, карабины, зацепы). Надежность снаряжения подтверждается соответствующими сертификатами.

4.2. Педагог (инструктор) не должен использовать страховочные устройства или снаряжение, применение которых может быть небезопасным.**5. Правила техники безопасности при проведении занятий с веревкой**

5.1. Проведение занятий разрешается только в отмеченных маркировкой зонах.

Недопустимо нахождение посторонних лиц, кроме страхующих и педагогов, под трассами.

5.2. Трассы должны быть подготовлены таким образом, чтобы при срыве исключить падение ребенка на примыкающие к скалодрому конструктивные элементы зала. Под трассами необходимо наличие матов, не должны находиться посторонние предметы (скамейки, стулья и т.п.) во избежание травматизма.

5.3. Необходимо соответствие физического, технического и морального состояния страхующего.

5.4. Обучающиеся, занимающиеся на скалодроме, должны иметь удобную, не стесняющую движений одежду и не скользкую обувь.

5.5. Обучающйеся должен привязываться к веревке узлом «восьмерка». При «верхней страховке» допускается крепление веревки к страховочной обвязке ребенка карабином.

5.6. Перед началом лазания страхующий и страхуемый должны проверить друг у друга правильность надетого снаряжения, узел, организацию страховки.

5.7. Страховка должна осуществляться в брезентовых рукавицах, либо в перчатках из заменителей кожи.

5.8. Запрещается во время «верхней страховки» отходить далеко от стены. В случае если один страхующий не успевает выбрать веревку, это должны делать двое.

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

5.10. Запрещается лазанье с гимнастической страховкой на любой высоте в отсутствии матов.

5.11. При прохождении трасс со страховкой должны соблюдаться также следующие дополнительные правила:

а) во время лазания обучающийся должен следить за положением страховочной веревки с тем, чтобы она не наматывалась на части тела и не цеплялась за выступающие элементы рельефа.

б) позиция страхующего под трассой должна исключать возможность падения на него зацепа (в случае поломки) или другого снаряжения, а также сбивания его лезущим обучающимся в случае срыва.

в) страхующий должен обеспечивать необходимую слабину веревки при движении напарника; контролировать натяжение веревки при срыве таким образом, чтобы исключить жесткий удар страхуемого о поверхность скалодрома или попадание его на выступающие части скального рельефа; контролировать количество выдаваемой веревки во время прохождения 1-го и 2-го крючьев на маршруте, исключив вероятность падения лезущего на пол.

г) страхующий обязан внимательно следить за действиями страхуемого и своевременно предупреждать его в случае возникновения опасной ситуации

д) запрещается лазанье одного обучающегося над другим.

е) запрещается осуществлять страховку, если страхуемый значительно превышает по весу страхующего.**6. Инструкция по обслуживанию скалодромов.**

6.1. Не реже одного раза в неделю проверять целостность крепления веревок к верхним опорам. Крючья на пунктах страховки должны крепиться болтами М10 только через несущие металлоконструкции. Гайки, фиксирующие болты со страховочными крючьями, должны быть надежно законтрены во избежание саморазвинчивания.

6.2. Проверка состояния зацепов, стационарных пунктов страховки, болтов, крючьев, крепление панелей скалодрома осуществляется не реже двух раз в год специально созданной комиссией из числа администрации Центра, педагогов.

6.3. После проверки составляется акт, в котором указываются выявленные неисправности.

6.4. До устранения неисправностей занятия на скалодроме должны быть прекращены.**7. Обязанности педагога (инструктора) при проведении занятий по скалолазанию**

При проведении занятий по скалолазанию педагог (инструктор) обязан:

7.1. Проверять состояние личного (страховочные системы) и общественного снаряжения (веревки, зацепы, карабины) на наличие потертостей, надрывов и дефектов. В случае необходимости – заменить их на новые.

7.2. При обнаружении неисправностей в элементах конструкции скалодрома, пунктах страховки и т.п. прекратить занятие до устранения аварийной ситуации.

7.3. После прохождения занятий металлические конструкции скалодрома необходимо закрыть чехлами.

7.3. Обеспечивать соблюдение обучающимися всех вышеперечисленных правил и требований данной Инструкции.

7.4. Обеспечить занятость безопасной деятельностью обучающихся, находящихся в спортивном зале, не занятых деятельностью на скалодроме.

7.5. В случае грубого нарушения правил и требований данной Инструкции, педагог (инструктор) обязан отстранить обучающегося от занятия

7.6. При получении травмы оказать обучающемуся первую медицинскую помощь, при необходимости вызвать скорую помощь и сообщить о случившемся администрации Центра.

7.7. Соблюдать правила внутреннего распорядка, установленный график занятий и общие требования по охране труда.

7.8. Педагог (инструктор) несет ответственность за жизнь и здоровье занимающихся с момента начала и до момента окончания занятия.

7.9. После окончания занятий в группах детей младшего школьного возраста педагог (инструктор) обязан вывести детей из зала, где расположен скалодром.

**Инструкция № 10**  
**по технике безопасности при проведении учебных занятий по художественному творчеству, фольклору и пению (для обучающихся)**

**1. Общие требования безопасности**

1.1. К занятиям в кабинетах художественного творчества, фольклора и пения допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности.

1.2. При проведении занятий обучающиеся должны соблюдать пра­вила поведения, расписание учебных занятий, установленные режи­мы труда и отдыха.

1.3. Не допускается загромождение проходов портфелями и сумками.

1.4. Во время работы в кабинете обучающиеся должны соблюдать чистоту, порядок на рабочем месте, а также четко следовать правилам техники безопасности.

1.5. Обучающимся запрещается бегать по кабинету, шуметь.

1.6. При проведении занятий соблюдать правила пожарной бе­зопасности, знать места расположения первичных средств пожаро­тушения.

1.7. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного

случая обязан немедленно сообщить педагогу.

1.8. В процессе занятий обучающиеся должны соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте свое рабочее место.

1.9. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструк­ции по охране труда, привлекаются к ответственности.

**2. Требования безопасности перед началом работы.**

2.1. Необходимо быть внимательным, дисциплинированным, осторожным, точно и неукоснительно выполнять все указания педагога.

2.2. Не разрешается оставлять рабочее место без разрешения педагога.

2.3. Соблюдать порядок на рабочем месте. Запрещается держать на рабочем месте предметы, не требующиеся при выполнении задания.

2.4 Колющие и режущие инструменты (ножницы, кнопки, заточенные карандаши) держите в специальном футляре и используйте их только по назначению.

**3. Требования безопасности во время работы.**

3.1. Во время работы на столе не должно быть никаких посторонних предметов.

3.2. Сумки необходимо убрать в отведенное учителем место, не оставлять их в проходах между рядами столов.

3.3. При выполнении работы следите за осанкой: сидите прямо, не горбитесь, голову и плечи держите ровно, не прислоняйтесь грудью к столу.

3.4. Следите, чтобы расстояние между глазами и поверхностью стола составляло 30-40 см.

3.5. При использовании колющих и режущих инструментов берите их только за ручки, не направляйте заостренной поверхностью на себя или на окружающих.

3.6. Не оставляйте на столе кнопки, убирайте их в специальную коробку.

3.7. Во время выполнения работ не разбрасывайте инструменты.

3.8. Используйте в качестве емкости с водой посуду из небьющихся материалов, объемом не более 200 мл. Наполняйте емкость водой не более чем на 2\3 от ее объема.

3.9. При перемещении по классу с наполненной водой емкостью не бегите, придерживайте емкость за дно.

3.10. Не переносите воду в мокрой емкости.

3.11. Если при переносе воды в стеклянной посуде вы пролили воду на пол и разбили ёмкость, немедленно сообщите об этом педагогу.

3.12. Не собирайте осколки руками, а сметайте их с помощью щеточки в предназначенный для этого совок.

**4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.**

4.1. При возникновении аварийной ситуации обучающиеся организованно, без суеты и паники покидают помещение, где возникла аварийная обстановка и под руководством педагога собираются в указанном им месте, ожидая дальнейших распоряжений. При непредвиденных обстоятельствах обучающиеся обязаны следовать только указаниям взрослых, проявляя выдержку, спокойствие.

4.2. В случае возникновения пожара во время занятий следует подчиняться только указаниям педагога. Основная задача для всех обучающихся - организованно покинуть место, откуда угрожает опасность.

4.3. Залогом отсутствия травматизма остается высокая дисциплина на занятиях, поддержка порядка на рабочем месте.

4.4. Нужно обратить внимание на своего соседа: если он работает с отступлением от правил по технике безопасности, указать ему на необходимость строгого соблюдения всех мер предосторожности.

**5. Требования безопасности по окончании работы.**

5.1. По окончании занятия приведите рабочее место в порядок.

5.2. Выход из кабинета - только по разрешению педагога.

**Инструкция № 11**

**по технике безопасности при пользовании общественным наземным транспортом**

**(для обучающихся)**

1. При поездке на транспортном средстве, оборудованном ремнями безопасности, быть пристегнутыми ими.  
   2. Посадку и высадку производить со стороны тротуара или обочины на остановочных пунктах и только после полной остановки транспортного средства.
2. Если посадка и высадка невозможна со стороны тротуара или обочины, она может осуществляться со стороны проезжей части при условии, что это будет безопасно и не создаст помех другим участникам движения.

3. При обнаружении в салоне транспортного средства забытых вещей, коробок и т.п., не трогая их, немедленно сообщить об этом кондуктору или водителю

4. Пассажирам запрещается:

- отвлекать водителя от управления транспортным средством во время его движения;

- препятствовать закрытию дверей или открывать их до полной остановки;

- проезжать в общественном транспорте в нетрезвом состоянии или в пачкающей одежде;

- курить;

- высовываться из окон;

- провозить в качестве багажа и ручной клади огнеопасные, взрывчатые, отравляющие, легковоспламеняющиеся, ядовитые, радиоактивные, едкие и зловонные вещества.

# Инструкция № 12

# по обеспечению безопасности при перевозке автомобильным транспортом

(для обучающихся)

**1. Требования безопасности к обучающимся перед началом перевозки**

- Посадку в автобус производить под руководством педагога (инструктора, экскурсовода) организованно, без суеты, соблюдая дисциплину и тактичность.

- Посадку производить только со стороны тротуара или обочины дороги. При посадке держаться за поручни у входа в автобус.

- Обучающиеся, страдающие укачиванием в автотранспорте, должны предупредить об этом педагога (инструктора, экскурсовода).

**2. Требования безопасности во время перевозки**

- При перевозке обучающиеся обязаны соблюдать дисциплину, безоговорочно выполнять все указания педагога (инструктора, экскурсовода).

- Во время движения запрещается стоять и ходить по салону автобуса, высовываться из окна, выставлять в окно руки.

- Запрещается щелкать семечки и орехи, жевать жевательную резинку, сорить в салоне.

- Во избежание травм при резком торможении автобуса необходимо держаться руками за поручень впереди расположенного сидения.

- При несчастном случае (травме, остром заболевании) пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить педагогу (инструктору, экскурсоводу).

**3. Требования безопасности по окончании перевозки**

- Вставать с места только после полной остановки автобуса, выходить из автобуса - с разрешения педагога (инструктора, экскурсовода), держась за поручни у входа в автобус, в сторону тротуара или обочины дороги. Соблюдать дисциплину, порядок и тактичность.

- Запрещается выходить на проезжую часть и перебегать дорогу.

**Инструкция № 13**

**по технике безопасности  при пользовании железнодорожным транспортом**

**(для обучающихся)**

**1. Общие требования**

1.1. К проезду на железнодорожном транспорте допускаются обучающиеся, с которыми проведен инструктаж по охране труда при пользовании железнодорожным транспортом.

1.2. При поездках на железнодорожном транспорте необходимо соблюдать правила безопасности граждан на железнодорожном транспорте, правила личной гигиены.

1.3. При поездках на железнодорожном транспорте возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

-  травмы при наезде поезда;

-  электротравмы при проезде на крыше вагона.

1.4. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить педагогу, который сообщает об этом администрации Центра.

1.5. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по технике безопасности, привлекаются к ответственности, и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по технике безопасности.

**2. Требования безопасности перед поездкой на железнодорожном транспорте**

2.1. Пройти соответствующий инструктаж.

2.2. Подготовить необходимый багаж, сложить его аккуратно и компактно.

**3. Требования безопасности во время поездки на железнодорожном транспорте**

3.1. Соблюдать дисциплину, выполнять все указания руководителя.

3.2. Соблюдать правила личной гигиены, своевременно информировать руководителя или его заместителя об ухудшении состояния здоровья или травмах.

3.3. Производить посадку в вагоны только после полной остановки поезда.

3.4. Выход из вагонов и посадку в них необходимо производить только со стороны перрона или посадочной платформы

3.5. Запрещается:

3.5.1. Проезжать на крышах, подножках, переходных площадках вагонов;

3.5.2. Высовываться из окон вагонов и дверей тамбуров на ходу поезда;

3.5.3. Стоять на подножках и переходных площадках, открывать двери вагонов на ходу поезда, задерживать открытие и закрытие автоматических дверей пригородных поездов;

3.5.4. Проезжать в грузовых поездах без специального разрешения;

3.5.5. Проезжать в поездах в нетрезвом состоянии;

3.5.6. Провозить в вагонах легковоспламеняющиеся и взрывчатые вещества;

3.5.7. Выходить из вагона на междупутье и стоять там при проходе встречного поезда;

3.5.8. Прыгать с платформы на железнодорожные пути;

3.5.9. Устраивать на платформе различные подвижные игры;

3.5.10. Курить в поездах;

3.5.11. Бежать по платформе рядом с вагонами уходящего или прибывающего поезда, а также находиться ближе двух метров от края платформы во время прохождения поезда без остановки;

3.5.12. Подходить к вагону до полной остановки поезда;

3.5.13. Самовольно без надобности останавливать поезд.

**4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом руководителю поездки.

4.2. При аварии поезда строго выполнять распоряжения руководителя.

**5. Требования безопасности по окончании поездки на железнодорожном транспорте**

5.1. Взять багаж и выйти из вагона на перрон.

5.2. Принять участие в перекличке группы.

5.3. Покинуть перрон только после разрешения руководителя.

**ИНСТРУКЦИЯ № 14**

**по оказанию первой помощи при несчастных случаях**

**(для сотрудников и обучающихся)**

1. **Общая часть**

1.1. Инструкция утверждена Министерством здравоохранения РФ и рекомендована для подготовки лиц, не имеющих медицинского образования, но обязанных оказывать первую неотложную помощь (Приказ Минздравсоцразвития РФ от 17.05.2010 N 353н "О первой помощи").

1.2. Каждый работник, получивший настоящую инструкцию, обязан знать ее содержание и уметь применять при необходимости в любой обстановке.

1. **Универсальные схемы оказания первой помощи на месте происшествия**

2.1. Если нет сознания и нет пульса на сонной артерии (внезапная смерть) – приступить к реанимации:

- убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии; НЕЛЬЗЯ терять время на определение признаков дыхания;

- освободить грудную клетку от одежды и расстегнуть поясной ремень; НЕЛЬЗЯ наносить удар по грудине и проводить непрямой массаж сердца, не освободив грудную клетку и не расстегнув поясной ремень;

- прикрыть двумя пальцами мечевидный отросток; НЕЛЬЗЯ наносить удар по мечевидному отростку или в область ключиц;

- нанести удар кулаком по грудине; НЕЛЬЗЯ наносить удар при наличии пульса на сонной артерии;

- начать непрямой массаж сердца, глубина продавливания грудной клетки должна быть не менее 3 – 4 см; НЕЛЬЗЯ располагать ладонь на груди так, чтобы большой палец был направлен на спасателя;

- сделать «вдох» искусственного дыхания: зажать нос, захватив подбородок, запрокинуть голову пострадавшего и сделать максимальный выдох ему в рот; НЕЛЬЗЯ сделать «вдох» искусственного дыхания, не зажав предварительно нос пострадавшего;

- выполнять комплекс реанимации (при сужении зрачков, но отсутствии сердцебиения реанимацию нужно проводить до прибытия медперсонала):

- если оказывает помощь один спасатель, то два «вдоха» искусственного дыхания делают после 15 надавливаний на грудину;

- если оказывает помощь группа спасателей, то 2 «вдоха» искусственного дыхания делают после 5 надавливаний на грудину;

- для быстрого возврата крови к сердцу – приподнять ноги пострадавшего;

- для сохранения жизни головного мозга – приложить холод к голове;

- для удаления воздуха из желудка – повернуть пострадавшего на живот и надавить кулаками ниже пупка

- комплекс реанимации можно проводить только в положении пострадавшего «лежа на спине» на ровной жесткой поверхности.

2.2. Если нет сознания, но есть пульс на сонной артерии (состояние комы) – повернуть на живот и очистить ротовую полость:

- только в положении «лежа на животе» пострадавший должен ожидать прибытия врачей; НЕЛЬЗЯ оставлять человека в состоянии комы лежать на спине;

- периодически удалять слизь и содержимое желудка с помощью салфетки или резинового баллончика;

- приложить холод к голове.

2.3. При артериальном кровотечении – наложить жгут:

- прижать пальцами или кулаком артерию;

- до наложения жгута поврежденную конечность следует оставить в приподнятом положении;

- на конечностях точка прижатия артерии должна быть выше места кровотечения; на шее и голове – ниже раны или в ране;

- НЕЛЬЗЯ терять время на освобождение конечностей от одежды;

- наложить кровоостанавливающий жгут; вложить записку о времени наложения жгута под резинку петли;

- жгут на конечность можно наложить не более чем на 1 час.

2.4. При наличии ран – наложить повязки:

- накрыть рану салфеткой, полностью прикрыв края раны; НЕЛЬЗЯ промывать рану водой;

- прибинтовать салфетку или прикрепить ее лейкопластырем; НЕЛЬЗЯ вливать в рану спиртовые или другие растворы;

- в случае **проникающего ранения груди** прижать ладонь к ране и закрыть в нее доступ воздуха (НЕЛЬЗЯ извлекать из раны инородные предметы на месте происшествия); наложить герметическую повязку или лейкопластырь; транспортировка в положении «сидя»;

- в случае **проникающего ранения в живот** прикрыть содержимое раны салфеткой, прикрепить салфетку; приподнять ноги и расстегнуть поясной ремень; положить холод на живот; ожидание помощи и транспортировка – только в положении «лежа на спине» с приподнятыми и согнутыми в коленях ногами; НЕЛЬЗЯ вправлять выпавшие органы, давать пить;

- в случае получения **технического ожога** без нарушения целостности ожоговых пузырей подставить под струю холодной воды на 10 – 15 минут (и/или приложить холод на 20 – 30 минут); НЕЛЬЗЯ смазывать обожженную поверхность маслами и жирами,

- в случае получения **технического ожога** с нарушением целостности ожоговых пузырей и кожи накрыть сухой чистой тканью, поверх которой приложить холод; НЕЛЬЗЯ бинтовать обожженную поверхность, промывать водой;

- при **травмах глаз или век** положить пострадавшего, накрыть глаз чистой салфеткой, зафиксировать салфетку повязкой и обязательно прикрыть второй глаз для прекращения движений глазных яблок; НЕЛЬЗЯ промывать водой колотые и резаные раны глаз и век;

- в случае **ожога глаз или век при попадании едких химических веществ** раздвинуть осторожно веки пальцами и подставить под струю холодной воды так, чтобы вода стекала от носа кнаружи; НЕЛЬЗЯ применять нейтрализующую жидкость при попадании в глаза едких химических веществ.

2.5. Если есть признаки переломов костей конечностей – наложить транспортные шины:

- зафиксировать конечности с помощью складных шин или подручных средств;

- при открытых переломах сначала наложить повязку, затем – шину.

2.6. Правила освобождения от действия электрического тока:

- при напряжении выше 1000 В следует:

- надеть диэлектрические перчатки, резиновые боты или галоши;

- взять изолирующую штангу или изолирующие клещи;

- замкнуть провода ВЛ 6 – 20 кВ накоротко методом наброса;

- сбросить изолирующей штангой провод с пострадавшего;

- оттащить пострадавшего за одежду не менее чем на 10 метров от места касания проводом земли или от оборудования, находящегося под напряжением;

- в радиусе 10 метров от места касания земли электрическим проводом можно попасть под «шаговое» напряжение; передвигаться в зоне «шагового» напряжения следует в диэлектрических ботах или галошах либо «гусиным шагом» - пятка шагающей ноги, не отрываясь от земли, приставляется к носку другой ноги.

2.7. В случае падения с высоты при сохранении сознания:

- НЕЛЬЗЯ до приезда «Скорой помощи» перемещать пострадавшего, снимать с него одежду или позволять ему шевелиться;

- переложить пострадавшего на вакуумный матрас; НЕЛЬЗЯ оставлять лежать пострадавшего на жесткой поверхности более 10 – 15 минут.

2.8. В случае утопления:

- после извлечения утонувшего из воды – перевернуть его лицом вниз и опустить голову ниже таза;

- очистить рот от инородного содержимого и слизи; резко надавить на корень языка;

- при появлении рвотного и кашлевого рефлексов – добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка;

- если нет рвотных движений и пульса – положить на спину и приступить к реанимации; при появлении признаков жизни – перевернуть лицом вниз и удалить воду из легких и желудка.

2.9. Действия при переохлаждении:

- при появлении озноба и мышечной дрожи необходимо дополнительно укрыть, предложить теплое сладкое питье или пищу с большим содержанием сахара;

- при возможности доставить в течение одного часа в теплое помещение, где снять одежду и поместить пострадавшего в ванну с температурой воды 35 – 40 º С (терпит локоть) или обложить большим количеством теплых грелок;

- после согревающей ванны обязательно укрыть теплым одеялом или надеть теплую сухую одежду;

- продолжать давать теплое питье до прибытия врачей.

2.10. Действия при обморожении:

- как можно скорее доставить пострадавшего в теплое помещение;

- снять с обмороженных конечностей одежду и обувь;

- немедленно укрыть поврежденные конечности от внешнего тепла теплоизолирующей повязкой с большим количеством ваты или одеялами и теплой одеждой;

- дать обильное теплое питье;

- обязательно дать 1 -2 таблетки анальгина;

- НЕЛЬЗЯ: растирать обмороженную кожу; помещать обмороженные конечности в теплую воду или обкладывать грелками; смазывать кожу маслами или вазелином.

2.11. Действия в случае обморока:

- если нет пульса на сонной артерии, приступить к комплексу реанимации;

- если есть пульс на сонной артерии, приподнять ноги, расстегнуть ворот сорочки, ослабить галстук и поясной ремень;

- надавить на болевую точку;

- если в течение 3 минут сознание не появилось, повернуть пострадавшего на живот и приложить холод к голове;

- при появлении боли в животе или повторных обмороков – положить холод на живот;

- при тепловом ударе – перенести в прохладное место, приложить холод к голове и груди;

- в случаях голодного обморока напоить сладким чаем.

2.12. Действия в случае укусов змей и ядовитых насекомых:

- удалить жало из ранки;

- приложить холод к месту укуса;

- закапать 5-6 капель галазолина или санорина в нос и ранку от укуса;

- при укусах конечностей наложить шину;

- давать обильное и сладкое питье;

- при потере сознания перевернуть на живот;

- при остановке сердца и дыхания – приступить к реанимации.

2.13. Действия в случае химических ожогов кожи:

- при поражениях любой агрессивной жидкостью (кислотой, щелочью, растворителем и т.п.) промыть пораженное место под струей холодной воды.

2.14. Действия в случае отравления ядовитыми газами:

- вынести пострадавшего на свежий воздух;

- в случае отсутствия сознания и пульса на сонной артерии – приступить к комплексу реанимации;

- в случаях потери сознания более 4 минут повернуть пострадавшего на живот и приложить холод к голове;

- НЕЛЬЗЯ проводить искусственное дыхание изо рта в рот без использования специальных масок, защищающих спасателя от выдоха пострадавшего.

2.15. Действия при вывихах:

- наложить холодный компресс;

- сделать тугую повязку.

2.16. Действия при кровотечении из носа:

- обеспечить доступ свежего воздуху;

- запрокинуть голову пострадавшего;

- положить холодную грелку на переносицу;

- ввести в ноздрю вату, смоченную раствором перекиси водорода.

2.17. Действия при пищевых отравлениях:

- дать выпить несколько стаканов слабого раствора марганцево-кислого калия;

- вызвать искусственную рвоту;

- дать слабительное;

- обложить грелками, дать горячий чай.

2.18. Действия при сотрясении головного мозга:

- уложить пострадавшего на спину с приподнятой на подушке головой;

- на голову положить пузырь со льдом.

**Инструкция № 15**

**по правилам безопасного поведения на дорогах (для обучающихся)**

1. Маршрут в школу выбирай самый безопасный, тот, где надо реже переходить улицу или дорогу.
2. Когда идешь по улицам города, будь осторожен. Не торопись. Иди только по тротуару или обочине.
3. Меньше переходов – меньше опасностей.
4. Иди шагом по правой стороне тротуара.
5. По обочине иди шагом подальше от края дороги.
6. Не выходи на проезжую часть улицы или дороги.
7. Проходя мимо ворот, будь особенно осторожен. Из ворот может выехать автомобиль.
8. Осторожно проходи мимо стоящего автомобиля. Пассажиры могут резко открыть дверь и ударить тебя.
9. Переходи улицу только по пешеходным переходам.
10. Прежде чем переходить улицу, посмотри налево. Если проезжая часть свободна, иди. Дойдя до середины улицы, остановись. Если движение транспорта началось, подождите на «остановке безопасности». Теперь посмотри направо. Если проезжая часть свободна, закончи переход.
11. Если на улице большое движение, попроси взрослого или сотрудника милиции помочь ее перейти.
12. Жди транспорт на посадочной площадке или тротуаре у указателя остановки.
13. В автобус, троллейбус, трамвай входи через задние двери.
14. Выходи только через передние двери. Заранее готовься к выходу, пройдя вперед.
15. Трамвай обходи спереди. Автобус и троллейбус – сзади. Выходя из автобуса, трамвая нужно по тротуару дойти до пешеходного перехода и только по нему переходить на другую сторону.
16. Когда переходишь улицу, следи за сигналом светофора:
17. **красный** – СТОП – все должны остановиться;
18. **желтый** – ВНИМАНИЕ – жди следующего сигнала;
19. **зеленый** – ИДИТЕ – можно переходить улицу.
20. Находясь в транспорте не ходи по салону, держись за поручень, не выглядывай из окон, не высовывай руки, не нажимай без надобности на аварийные кнопки.
21. Не устраивай игр на проезжей части или вблизи дороги. Не катайся на велосипедах, роликовых коньках и т.п. на проезжей части дороги.