Утверждаю:

Директор МКОУ»Чонтаульская СОШ№1»

01.09.2020 г

**ИНСТРУКЦИЯ № 6**

**ПО ПРАВИЛАМ ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ ПОХОДА**

**Общая продолжительность туристического похода не должна превышать: для учащихся 1—2 классов — 1 день; 3—4 классов — 3 дня; 5—6 классов — 18 дней; 7—9 классов — 24 дня; 10—11 классов — 30 дней.**

**Соблюдение правил техники безопасности - главное требование к участникам в походе. Каждый участник обязан выполнять следующие правила безопасности.**

**1. Общие правила безопасности:**

1.1 Точно и немедленно выполнять все распоряжения и требования организаторов мероприятия (сопровождающих инструкторов);

1.2. Соблюдать привила этического поведения в общественном месте всем участниками и организаторами похода;

1.3. Выходить на маршрут в строго указанной спортивной форме и необходимом снаряжении, желательно при себе иметь термос(фляжку);

1.4. Не терять и не забывать вещи, чтобы не остаться без необходимого инвентаря и экипировки;

1.5. При движении в сильный мороз делать короткие остановки для отдыха, непрерывно двигать пальцами, лицевыми мышцами, слегка растирать открытые части тела, лицо согревать теплыми ладонями. Постоянно наблюдать за появлением признаков отморожение у товарищей;

1.6. При снегопаде действовать с учетом характера рельефа, снежного покрова;

1.7. На протяжении всего маршрута, не оставлять пищевые и бытовые отходы.

1.8. Сохранять высокий моральный, командный дух, уверенность, умение действовать правильно и быстро, без паники;

1.9. При себе иметь документ, подтверждающий личность и льготный проезд.

**2. Техника безопасности при посадке, высадке на станциях и проезде в электропоезде:**

2.1. Посадка производится под руководством сопровождающего инструктора группы, после приветствия, в соответствии с разделением цветовой группы и посадка в вагоны. (1 вагон - школьники, 2 вагон – молодежные организации, 3 вагон – зарегистрированные желающие.).

2.2. При приближении поезда не стоять у края платформы.

2.3. На ходу поезда не открывать окна и двери, из вагона не высовываться, в тамбурах не стоять.

2.4. Выходить из вагона только с разрешения инструктора и организаторов похода.

2.5. При движении вдоль дороги из строя организованной колонны не выходить.

2.6. Идти по левой стороне обочины навстречу движущемуся транспорту.

2.7. При переходе дороги быть предельно внимательным, железнодорожное полотно переходить шеренгой.

**3. Правила безопасности при пешем движении:**

3.1. Движение осуществляется по трассе организованной колонной.

3.2. Направляющий ведет колону, замыкающий идет за ней. Недопустимо двигаться вне организованной колонны и нарушать дисциплину.

3.3. Всякая отлучка возможна только с разрешения инструктора группы.

3.4. Инструктор и руководители групп поддерживают в коллективе высокую дисциплину и чувство самосохранения.

3.5. Колонна начинает движение по маршруту только в полном составе, с разрешения инструктора, согласно общему графику и маршруту движения.

3.6. Во время движения расстояние между участниками похода не должно быть более чем 100 метров.

3.7. В случае ухудшения погодных условий участники похода должны идти компактно.

3.8. Во время движения участники похода обязаны строго выполнять требования организаторов, инструкторов и спасателей.

3.9. О всякой замеченной опасности немедленно сообщить инструктору и руководителю группы.

3.10. Не преодолевать сложных участков без достаточной уверенности в прочности страховки и собственных силах.

3.11. При необходимости длительной остановки направляющий и замыкающий обязаны остановить всю группу.

3.12. Потертости ног не допускать, о возникновении потертостей и малейших признаков плохого самочувствия немедленно сообщить руководителю группы, инструктору и сопровождающему медперсоналу.

3.13. Не использовать питьевую воду из открытых и не проверенных источников.

**4. Техника безопасности при спуске по склону:**

4.1. При движении по крутому склону внимательно ставить ноги, а при необходимости страховаться.

4.2. Спуск на веревке производить путем движения без прыжков, медленно.

4.3. Не отпускать регулирующую спуск руку.

4.4. Спускаться необходимо внимательно, легко и устойчиво, чтобы не потерять равновесия и не получить травму.

ВНИМАНИЕ! В случае несоблюдения настоящей инструкции организаторы оставляют за собой право дисквалифицировать участника похода (в том числе без возвращения платы за участие).

Утверждаю:

Директор МКОУ»Чонтаульская СОШ№1»

01.09.2020 г

**ИНСТРУКЦИЯ № 7  
по мерам безопасности при проведении прогулок и экскурсий  
обучающихся**

I. Общие требования безопасности

К прогулкам, туристским походам, экскурсиям и экспедициям допускаются дети дошкольного возраста и учащиеся с 1 класса, прошедшие инструктаж по мерам безопасности, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

При проведении прогулок, экскурсий, учащийся должен соблюдать установленные режимы передвижения и отдыха, правила личной гигиены.

При проведении прогулок, экскурсий группу обучающихся должны сопровождать двое взрослых.

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

Общая продолжительность прогулки(экскурсии) должна составлять 1— 4 часа. С учащимися, допустившими нарушение инструкции по мерам безопасности, проводится внеплановый инструктаж.

II. Требования безопасности перед проведением прогулки, экскурсии

Пройти соответствующую подготовку, инструктаж, медицинский осмотр **и** представить справку о состоянии здоровья.

Надеть удобную одежду и обувь, не стесняющую движений и соответствующую сезону и погоде. Для предотвращения травм и укусов ног надеть брюки или чулки.

Под руководством учителя проверить наличие и исправность личного и группового снаряжения.

III. Требования безопасности во время прогулки, экскурсии

Учащийся должен:

- соблюдать дисциплину, выполнять все указания руководителя и его заместителя, самостоятельно не изменять установленный маршрут движения и место расположения группы.

- во время привалов во избежание ожогов и лесных пожаров не разводите костры.

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

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

- при передвижении не снимать обувь и не ходить босиком.

- 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.

- соблюдать правила личной гигиены, своевременно информировать руководителя прогулки, экскурсии об ухудшении состояния здоровья или травмах.

- уважать местные традиции и обычаи, бережно относитесь к природе, памятникам истории и культуры, к личному и групповому имуществу.

IV. Меры безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях

При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить об этом руководителю прогулки, экскурсии.

При получении травмы, при укусе ядовитыми животными, пресмыкающимися, насекомыми немедленно с помощью руководителя оказать первую медицинскую помощь, при необходимости доставить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации образовательного учреждения и родителям.

V. Требования безопасности по окончании прогулки, экскурсии

После окончания прогулки, экскурсии необходимо:

- прибыть с группой к месту первоначального сбора.