

СОГЛАСОВАНО

Председатель совета

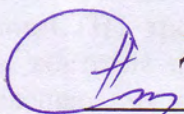
трудового коллектива

 Ю.Г. Корбан

« 17 » июля 2018г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ДТДиМ

 Н.Е. Самсонова

« 22 » июля 2018г.

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при проведении учебных занятий

на этапах трассы соревнований по технике

пешеходного туризма

для педагога дополнительного образования

ИОТ – 098 - 2018г.

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при проведении учебных занятий на этапах трассы соревнований по технике пешеходного туризма для педагога дополнительного образования

1. Общие положения

1.1. Этапы дистанции соревнований по технике пешеходного туризма (СТПТ) имитируют сложные естественные препятствия, и так же, как эти препятствия, являются достаточно опасными. Организация занятий с использованием этапов СТПТ требует строгого выполнения определенных требований при сооружении этих этапов, контроля над их состоянием, предварительного обучения и инструктажа педагогов, выделения им необходимого инвентаря и обеспечения их безопасности при проведении занятий, тренировок и соревнований.

1.2. Педагогический состав должен обладать навыками по оказанию первой доврачебной помощи в пределах программы подготовки инструкторов детско-юношеского туризма.

1.3. При выходе на учебный полигон, группа должна иметь аптечку, укомплектованную средствами оказания первой доврачебной помощи при травмах.

1.4. Проведение занятий на этапах СТПТ должно сопровождаться непрерывным контролем преподавателя за действиями как обучающихся, преодолевающих этапы, так и за действиями лиц, обеспечивающих их безопасность (страховку). Одновременно тренер-преподаватель (педагог дополнительного образования) должен держать под контролем поведение остальной части обучающихся, зрителей, не допуская самовольных занятий, игр на элементах этапов.

1.5. Руководители занятий на этапах СТПТ обязаны принять меры по охране трассы, ее оборудования, несанкционированным тренировкам и играм на этапах в периоды, свободные от занятий учебных групп.

2. Применяемое снаряжение

2.1. Общие требования к применяемому на занятиях снаряжению, методы организации и прохождения этапов, обеспечения безопасности изложены в «Руководстве для судей и участников соревнований по пешеходному и лыжному туризму» (редакция 12.02.2000 г), Приложение к Правилам соревнований по туристскому многоборью (пост. Совета ТССР и Федерации туризма от 16.12.2005 г).

2.2. Для организации этапов СТПТ может применяться только снаряжение, специально выданное для этой цели со склада отдела туризма и краеведения ДТДиМ имеющее необходимые сертификаты завода - изготовителя, прошедшее предсезонный контроль качества (состояния). Снаряжение для организации этапов должно быть отмаркировано способом, не допускающим его смешивание с другими видами снаряжения, находящегося в распоряжении преподавателей. Запрещается применение снаряжения, предназначенного для организации этапов СТПТ, на других формах занятий (тренировок), игр, для хозяйственных нужд и т.д.

3.3. Основные веревки, применяемые для натяжения всех видов перил, диаметром 10, 11, 12 мм, перед каждым применением (организацией этапа) проверяются на отсутствие повреждений: разрывов, разрывов оплетки, оплавления оплетки. При наличии указанных дефектов, веревка может применяться только на ее протяженности, не имеющей перечисленных повреждений.

3.4. Для натяжения перил, могут применяться только стальные карабины моделей, отвечающих требованиям см.п.п. 2.1 -2.2. Перед очередным применением карабины должны проверяться на отсутствие дефектов в защелках, предохранительных муфтах, глубоких проточек (износа) в скобе (в углах) карабина.

3.5. Применяемые блоки (полиспасть) должны отвечать требованиям п.п.2.1,- 2.2. Прочность на разрыв блока (полиспасть) должна быть не менее прочности применяемых карабинов (2000-2200 кг). Перед применением блоки (полиспасть) должны проверяться на отсутствие дефектов (заделка оси, деформация щечек, проушин, трещины в шкивах).

3.6. Запрещается применять для натяжения перил механические лебедки, автотранспортные средства.

3. Навесные переправы

3.1. **Организация.** Перила этапа «Навесные переправы» (НП) следует выполнять длиной не более 25 м; высота точки их закрепления над землей на исходной площадке - не более 3-х м. На

конечной площадке высота НП над землей должна исключать возможность задевания телом движущегося участника за грунт, корни деревьев, пни и т.п. В случаях, когда точки закрепления НП (исходная или конечная) находятся на высоте более 2-х м, к ним следует подключать (подвязывать) вертикальные перила из основной веревки, с узлами (петлями), для облегчения подъема (спуска). При наличии крутых, обрывистых берегов преодолеваемого препятствия (река, овраг, ров), ширина площадок выхода на НП и схода с НП должны быть не менее 2-х м, их края должны быть ограждены специальной цветной лентой. Наклон НП не должен превышать 10 градусов. В условиях, когда имеется вероятность быстрого движения участника и его столкновения с деревом (конечной опорой), следует ставить ограничители движения, исключающие удар головой об опору. Ветви деревьев, находящиеся близ перил НП, должны быть срезаны, исключая т.о. возможность контакта с ними участника, движущегося по НП.

3.2. Натяжение НП. НП выполняется из сдвоенной основной веревки. Методика натяжения перил должна соответствовать положениям см.п. 2.1.

Закрепление блока (полиспада) на опоре (дереве) должно выполняться с помощью петли из сдвоенной основной веревки. В помощь руководителям занятий, к натяжению НП могут привлекаться учащиеся старших классов, прошедшие инструктаж по технике безопасности. Общее количество привлекаемых к натяжению перил не должно превышать: для сдвоенных перил - 6-8 человек, для одинарных перил - 4-6 человек, в зависимости от физических возможностей группы. При натяжении перил, в радиусе 30 м от каждой опоры не должно находиться никаких посторонних лиц. Непосредственно перед натяжением, руководитель работающей на этапе группы должен тщательно проверить правильность выполненных узлов, закрепляющих перила и полиспады (блоки), правильность подключения и закрывание на предохранительные муфты всех карабинов, отсутствие дефектов на загружаемой части основных веревок, опорных петель, петель для «схватывающего узла». Веревка в месте прохода через блоки (полиспады) должна ровно лежать в желобах шкивов, не притираясь к щечкам блоков и не перекрещиваясь. Рабочая группа должна действовать строго по команде руководителя. В момент натяжения все участники группы должны находиться за опорой, запрещается наматывание свободного конца полиспада на руку. Выход к перилам, полиспаду для проверки натяжения, окончательного закрепления перил должен выполнять **только руководитель группы.**

4. Параллельная переправа

4.1. Организация. Перила этапа «Параллельная переправа» (ПП) следует выполнять длиной не более 20 м. Высота точки закрепления нижних перил над землей на исходной и конечной площадках - не более 3-х м, на участке второй трети ее протяженности - не менее 2-х м. Нижние перила выполняются из одинарной основной веревки, верхние - из сдвоенной. Среднее расстояние между перилами в точках закрепления - 150-160 см, оно может быть уменьшено при расчете на младшие (малорослые) группы. При правильном расположении перил, младшие участники тренирующихся групп должны свободно доставать руками до верхних перил, стоя посреди ПП. Оборудование подъема и спуска с ПП, площадок выхода и схода с ПП - см п. 3.1 «НП».

4.2. Натяжение ПП. Общие методы натяжения ПП - см. п.3.2 «НП». Первыми натягиваются нижние перила. Встав на них, организуется натяжение верхних перил. При организации работ рекомендуется применение хорошо закрепленных (страхуемых) лестниц. ПП проверяются в первую очередь на возможность переворота при прохождении второй трети их протяженности. Если переворот возможен, ПП должна быть перетянута. Увеличивать жесткость переправы организацией «стяжки» посередине можно лишь при условии наличия у участников 2-х петель самостраховки и предварительного усвоения навыков переключения самостраховки.

5. Переправа по бревну

5.1. Организация. Переправа может быть организована над рекою, ручьем, оврагом, рвом, ложиной. Длина бревна - до 12м, диаметр в вершине - не менее 20 см. Вершина и комель бревна должны быть зафиксированы на земле способом, исключая вращение (качание) бревна вокруг продольной оси. Организовывать этапы: переход по «вращающемуся» или «качающемуся на поперечной оси» бревну - запрещено. Дно реки, ложины, через которую переброшено бревно, должно быть очищено от крупных камней, коряг, пней, способных причинить травму в случае падения с бревна. Границы очистки - не менее 2-х м по обе стороны от бревна. Имеющиеся на бревне сучья срубаются «заподлицо» как с верхней «ходовой», так и с боковых сторон. Кора

счищается с бревна там, где уже идет ее отслаивание. При необходимости (влажный, скользкий ствол без коры), по верхней части бревна прорубается «дорожка».

5.2. Натяжение перил. Перила натягиваются параллельно бревну, на расстоянии 50-80 см от его оси, в зависимости от роста занимающегося контингента. Высота закрепления перил 120-150 см над бревном. Организация перил, пересекающих ось бревна, не допускается. При наличии крутых, обрывистых берегов преодолеваемого препятствия (река, овраг, ров), ширина площадок выхода на бревно и схода с бревна должны быть не менее 2-х м, их края должны быть ограждены специальной цветной лентой. Методика натяжения перил должна соответствовать п. 2.1 и п. 3.2. «НП»

5.3. Страховка на лонже. В случаях, когда программа занятий предусматривает прохождение бревна без перил (работа на равновесии, метод «маятника», и т.д.), предусматривается навешивание перил верхней страховки - «лонжи». Лонжа навешивается над бревном на высоте 2,5 м и вытягивается аналогично перилам. Страховка осуществляется отдельной судейской петлей, включаемой непосредственно в страховочную систему участника и скользящую на карабине по лонже. Длина страховочной петли и натяжение лонжи должны быть таковы, чтобы при срыве участника, его ноги не могли опуститься с бревна ниже, чем на 50 см. Применение лонжи обязательно и при отработке темы «Перенос «пострадавшего» по бревну». Кроме обычных методов страховки на перилах, «пострадавший» подключается к лонже (см. выше). Расчет длины лонжи должен быть таков, чтобы в момент срыва с бревна, вес тела «пострадавшего» полностью снимался с плеч несущего.

6. Одежда и снаряжения участников

6.1. Одежда и обувь. Одежда участников занятий должна закрывать колени и локти.

Обувь должна быть на полимерной подошве и плотно затягиваться на ногах

(кеды, кроссовки). Не допускаются к занятиям учащиеся в сандалиях всех видов, обуви на кожаной подошве. Во избежание гематом и мозолей, особенно у начинающих спортсменов, рекомендуется надевать плотные футболки с длинным рукавом, плечо левой руки защищать толстым бандажом, на руки надевать плотные текстильные перчатки.

6.2. Страховочное снаряжение. Страховочное снаряжение должно соответствовать п.2.1. Наличие касок - обязательно. Выдаваемое учащемуся страховочное снаряжение должно соответствовать его росту и телосложению. Правильность одевания страховочного снаряжения, подготовка и подключение петель самостраховки контролируются руководителем перед началом занятия.

7. Требования безопасности при проведении занятий

7.1. Перед началом занятия руководитель лично проверяет состояние этапов, натяжение перил, отсутствие повреждений на веревках: потертостей оплетки, надрезов. Карабины должны быть закрыты на предохранительные муфты, ограничительные ленты находиться на месте.

Все участники во время занятий должны быть в касках.

7.2 Занятия на навесной переправе. Методика проведения занятий должна соответствовать п. 2.1

7.2.1. В случаях, когда точка закрепления НП находится на большой (более 2-х м) высоте, и участник должен подниматься (спускаться) по вспомогательным вертикальным перилам, ему необходимо обеспечить спортивную страховку.

7.2.2. Не допускается перегрузка НП, посадка, зависание на ней другого участника до момента выхода первого на землю.

7.2.3. При большой (более 15м) протяженности НП, необходимо предусмотреть возможность транспортировки участника, потерявшего способность двигаться самостоятельно: постоянную «сопровождающую» веревку или метод посылки «бегущего карабина».

7.3 Занятия на переправе по параллельным веревкам.

7.3.1. Из рассматриваемых настоящей Инструкцией этапов, ПП является наиболее травмоопасной и требует непрерывного контроля над участниками.

7.3.2. Не допускается перегрузка ПП, выход на нее другого участника до момента спуска первого на землю, раскачивание на перилах.

7.3.3. Длина самостраховки участника должна быть такова, чтобы при срыве исключить удар его ногами о землю.

7.3.4. В случаях, когда точки закрепления ПП находятся на большой (более 2-х м) высоте, и участник должен подниматься по вспомогательным вертикальным перилам, ему необходимо

обеспечить спортивную страховку, осуществляя непрерывный контроль до момента пристегивания страховочного карабина.

7.3.5. По завершению перехода по ПП, участник должен:

- отстегнуть карабин самостраховки от верхних перил;
- пристегнуть карабин самостраховки к своей страховочной системе;
- спустится с ПП на землю пользуясь вспомогательными вертикальными перилами.

Страховщик на конечной опоре осуществляет спортивную страховку спускающегося участника. Категорически запрещаются прыжки с нижних перил на землю.

7.3.6. Занятия на ПП должны предусматривать возможность оказания помощи участнику, повисшему на страховке.

При низкой (до 2-х м) ПП, протянутой над ложиной, следует с земли приподнять ноги участника, помочь ему самостоятельно встать на перила и продолжить движение.

При высокой ПП или ПП, проходящей над водой, следует:

- убедившись, что участник не может самостоятельно выйти на ПП, выслать на переправу подготовленного участника, имеющего на себе страховочное снаряжение. Движение должно идти от ближней к сорвавшемуся участнику опоры;

- пристегнув страховку, спасатель медленно приближается к висящему участнику;

- под весом спасателя нижние перила опускаются, давая сорвавшемуся возможность самостоятельно встать на них;

- при необходимости, можно подойти к сорвавшемуся вплотную и помочь встать на перила;

- встав на перила, участник остается на месте, спасатель возвращается к опоре и уходит с переправы;

- участник завершает движение по ПП.

8. Занятия на бревне

8.1 Этап допускает одновременное нахождение на нем 2 участников (перенос «пострадавшего»), при этом наличие самостраховки у всех участников на этапе - обязательное (см.п.п. 5.2-5.3.)

8.2 Недопустимы шалости, раскачивание перил участниками, находящимися на берегу.

8.3. Работа без перил (отработка навыков равновесия) на этапе запрещается. Для упражнений на равновесие используется бревно, уложенное на ровную площадку, поднятое на опоры, привязанное меж деревьев, с расстоянием верхней его поверхности над землей не более 50 см. Во всех случаях такое бревно должно быть зафиксировано, грунт под ним выровнен и очищен см. п. 5.2.

8.4. В случаях, когда после дождя (обильной росы) очищенное от коры бревно становится влажным, скользким, занятия на нем запрещаются до полного его высыхания.

8.5. При выполнении упражнения «перенос «пострадавшего»:

- при наличии водной преграды, применение «сопровождающих веревок» - обязательно,
- запрещаются прыжки с бревна с «пострадавшим» на плечах,
- руководитель должен проверять необходимую длину лонжи у «пострадавшего», учитывая рост участников (см.п.5.3).

9. Демонтаж переправ

9.1. Натянутые веревки перил являются опасным состоянием снаряжения, их сьем требует навыков и осторожности в работе.

9.2. Сьем перил должен происходить только под руководством и при личном участии руководителя.

9.3. Развязывает узлы закрепления перил лично руководитель, участники прижимают витки веревки к стволу или удерживают полиспасть съема перил.

9.4. Запрещается резко отпускать (бросать) развязанные перила. Веревку следует отпускать постепенно, удерживая ее под нагрузкой.

9.5. В момент снятия нагрузки с перил, запрещается наматывать свободный конец веревки на руку.