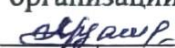


-
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
города Набережные Челны «Детский физкультурно-оздоровительный центр
«Дельфин №8»

-
Согласовано
Председатель первичной профсоюзной
организации
 Р.В.Арзамасцева

 Утверждаю
Директор МАУДО ДФОЦ
«Дельфин №8»
 И.В.Пыганов

-
Введено в действие приказом
от 04.05. 022 г. № 35

ИНСТРУКЦИЯ
по технике безопасности для обучающихся
при проведении занятий по скалолазанию
ИТБ – 26 – 2022

1. Общие требования безопасности.

1.1. К занятиям по скалолазанию допускаются дети с 12 лет, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении занятий по скалолазанию соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. Находиться на скалодроме и проводить тренировку разрешается только в присутствии педагога дополнительного образования.

1.4. При проведении занятий по скалолазанию возможно воздействие на воспитанников следующих опасных факторов:

- Травмы при ненадежном креплении крюков к щитам ;
- Потертости ног при неправильной подгонке обуви;
- Травмы при падении во время занятия на скалолазной стенке;.
- Растяжения при лазании;

1.5. При проведении занятий по скалолазанию должна быть медаптечка с набором медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

1.6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить педагогу дополнительного образования, который сообщает об этом администрации ДФОЦ «Дельфин» № 8. При неисправности инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом педагогу дополнительного образования..

1.7. В процессе занятий воспитанники должны соблюдать дисциплину, порядок проведения занятий и правила личной гигиены, бережно относиться к оборудованию и снаряжению скалодрома.

1.8. Воспитанники, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, и со всеми воспитанниками проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий.

1. Лазание на скалодроме разрешается только при обеспечении одного из видов страховки:

- *верхней страховки* — на предназначенных для этого плоскостях, оборудованных соответствующими для данного вида верхними точками страховки;
- *нижней страховки* — на плоскостях, оборудованных промежуточными точками страховки;
- *гимнастической страховки* — без верёвки, на болдеринговых плоскостях, при помощи страховочных матов и рук страхующего. Применяется только в зале для болдеринга.

2. Проведение тренировок на скалодроме разрешено только с использованием исправного снаряжения (страховочного устройства, обвязки, веревки, карабинов, оттяжек), отвечающего требованиям безопасности (ГОСТ, UIAA, CE). Надежность снаряжения должна быть подтверждена соответствующими сертификатами. Инструктор вправе запретить использование того или иного снаряжения при подозрении на неисправность или угрозу безопасности.

3. При нахождении на скалодроме запрещено:

- лазать с кольцами на пальцах и другими украшениями, которые могут зацепиться за элементы скалодрома и снаряжение;
- лазать и осуществлять страховку с длинными распущенными волосами;
- лазать со снаряжением и иными вещами, которые при подъеме по стене могут упасть вниз;
- отвлекаться на посторонние действия при осуществлении любого вида страховки;
- отвлекать человека, осуществляющего страховку;
- оставлять посторонние предметы на поверхности страховочных матов;
- лазать босыми ногами;
- жевать жевательную резинку во время лазания;
- сидеть на матах под лазательными стенами вне зависимости от наличия или отсутствия на них лезущих;
- находиться друг под другом во время лазания;
- братья руками и наступать на страховочные проушины;
- залезать за конструкцию скалодрома или внутрь конструкции (за наружные щиты);
- самостоятельно производить перестановку зацепов.

3. Требования безопасности во время занятий

Техника безопасности в болдеринговом зале (с гимнастической страховкой)

1. Страховующий не должен допустить падения лезущего мимо матов, на элементы конструкции скалодрома, окружающих людей.
2. Щели между матами должны быть перекрыты дополнительными матами во избежание опасных приземлений и травм.
3. При лазании запрещено:
 - лазать с гимнастической страховкой на любой высоте в отсутствии матов;
 - подниматься выше 4 метров (по уровню рук) от верхней поверхности страховочного мата;
 - осуществлять опасное для собственного здоровья и окружающих спрыгивание со скалодрома на страховочный мат;
 - лазать с гимнастической страховкой при надетой страховочной системе;
 - лазать с мешком для магнезии, за исключением «траверсов».

Техника безопасности при лазании с верхней страховкой

1. Перед началом лазания страховующий и страхуемый должны проверить друг у друга правильность надетого снаряжения, узел, организацию страховки.
2. Вербка должна проходить через две независимые точки страховки, расположенные на расстоянии не более полутора метров друг от друга и несущие сопоставимые нагрузки. Муфты на карабинах должны быть завинчены.

3. Страховочная веревка должна быть прикреплена к скалолазу либо разрешенным узлом, либо прищелкнута одним карабином, муфта которого должна быть завинчена.
4. Привязываться к страховочной веревке разрешено только узлами «восьмерка».
5. Правильно вщелкнутый карабин должен пройти через две петли на страховочной системе и петлю узла «восьмерка» на веревке;
6. При лазании с верхней страховкой запрещено:
 - использовать на маршруте веревки, не предусмотренной для прохождения данного маршрута;
 - вщелкивать карабин в контрольный узел на страховочной веревке;
 - прокладывать два маршрута через одну точку страховки;
 - вщелкивать «карабин в карабин»;
 - лазать с верхней страховкой по сильно нависающим трассам;
 - находиться друг под другом во время прохождения маршрута;
 - браться за крючья руками при лазании;
 - отклоняться от линии маршрута во избежание «маятника»;
7. Страховующий не должен протравливать страховочную веревку через спусковое устройство с большой скоростью.
8. Страховующий обязан следить за тем, чтобы его партнер не был спущен на находящихся внизу людей.

Техника безопасности при лазании с нижней страховкой

1. Перед началом лазания страховующий и страхуемый должны проверить друг у друга правильность надетого снаряжения, узел, организацию страховки.
2. Длина используемых для лазания веревок должна соответствовать выбранному маршруту с учетом спуска.
3. Разрешено привязываться к страховочной веревке только узлом «восьмерка».
4. Обязательно прощелкивание в первую оттяжку на высоте не выше 3-3,5 метров.
5. Во время движения спортсмена к первому крюку под трассой должен находиться мат и осуществляться гимнастическая страховка.
6. Расстояние между оттяжками не должно превышать два метра.
7. Вережка должна быть встегнута в оттяжки без перекручивания последних.
8. При лазании с нижней страховкой запрещено:
 - вщелкивать карабин в контрольный узел на страховочной веревке;
 - пропускать вщелкивание оттяжек;
 - вщелкиваться в оттяжки на занятом маршруте;
 - пересекать веревку человека, находящегося выше на соседнем маршруте;
 - находиться под другим лезущим по стене скалолазом;
 - осуществлять страховку, если страхуемый значительно превышает по весу страховущего.

9. Во время лазания спортсмен должен следить, чтобы страховочная веревка не наматывалась на части тела и не цеплялась за выступающие элементы рельефа.
10. При лазании с выщелкиванием скалолаз должен обеспечить свою страховку таким образом, чтобы в случае срыва «маятник» не повлек травмирования себя и окружающих людей.
11. При лазании необходимо следить, чтобы используемое снаряжение не падало вниз.
12. Страховщик должен:
 - обеспечивать необходимую слабинку 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;
 - выбрать такую позицию под трассой, чтобы исключать возможность падения на него зацепа или снаряжения, а также сбивания его лезущим спортсменом в случае срыва;
 - внимательно следить за действиями страхуемого и своевременно предупреждать его о возникновении опасной ситуации (пропуске крюка, отклонении от линии точек страховки, нахождении над или под другим спортсменом и т. п.).

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

- При поломке или порче снаряжения и невозможности починить его на месте, сообщить об этом педагогу дополнительного образования и с его разрешения прекратить занятия.
- При плохом самочувствии, сообщить об этом педагогу дополнительного образования.
- При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации ДФОЦ «Дельфин № 8».

5. Требования безопасности по окончании занятий.

- Проверить по списку наличие всех воспитанников.
- Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
- Принять душ или тщательно вымыть лицо руки с мылом.