

## **Общие требования безопасности в туристических походах, экскурсиях, экспедициях, прогулках**

К прогулкам, туристским походам, экскурсиям и экспедициям допускаются дети дошкольного возраста и учащиеся, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий и экспедиций необходимо соблюдать правила поведения, установленные режимы передвижения и отдыха.

При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий и экспедиций возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов:

- изменение установленного маршрута движения, самовольное оставление места расположения группы;
- потертости ног при неправильном подборе обуви;
- травмирование ног при передвижении без обуви, а также без брюк или чулок;
- укусы ядовитыми животными, пресмыкающимися и насекомыми;
- отравления ядовитыми растениями, плодами и грибами;
- заражение желудочно-кишечными болезнями при употреблении воды из непроверенных открытых водоемов.

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

Обучающиеся должны соблюдать установленный порядок проведения прогулки, туристского похода, экскурсии или экспедиции и правила личной гигиены.

Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

**Требования безопасности перед** проведением прогулки, туристского похода, экскурсии, экспедиции

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.

**Требования безопасности во время** прогулки, туристского похода, экскурсии, экспедиции

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

Общая продолжительность прогулки составляет 1-4 часа, а туристского похода, экскурсии, экспедиции не должна превышать:

- для учащихся 1-2 классов — 1 дня,
- для учащихся 3-4 классов — 3 дней, 5-6 классов — 18 дней,
- для учащихся 7-9 классов — 24 дней,
- для учащихся 10-11 классов — 30 дней.

Во время привалов во избежание ожогов и лесных пожаров не разводить 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, бутилированную, которую необходимо брать с собой. Либо использовать только прокипяченную воду.

Соблюдать правила личной гигиены, тщательно мыть руки, приготавливать пищу при соблюдении элементарных гигиенических требований. Необходимо своевременно информировать руководителя прогулки, туристского похода, экскурсии или экспедиции об ухудшении состояния здоровья или травмах.

При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, сообщить руководителю экскурсии.

Костер. Еще в начале похода следует объяснить детям, что разрешено в отношении костра, а что запрещено и почему. Помогать разжигать костер – можно и нужно. Подкладывать хворост в костер – можно, вынимать из костра ветки и размахивать зажженным кончиком – нельзя, чтобы случайно не попасть в лицо товарищу.

Чтобы избежать ожогов, не разрешайте младшим детям самостоятельно наливать себе горячий чай. Детей лучше приглашать к столу, когда суп (каша) в мисках уже достаточно остыли.

**Требования безопасности по окончании** прогулки, туристского похода, экскурсии, экспедиции

Осмотреть себя на наличие на коже клещей. При обнаружении клещей незамедлительно обратиться в ЛПУ. Принять душ, тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

**Личная аптечка.** Руководствуйтесь индивидуальным подходом. В дополнение к универсальному набору возьмите медикаменты с расчетом на ваши и вашего ребенка индивидуальные особенности, хронические заболевания. Кроме того, возьмите средства от насекомых и для уменьшения зуда от укусов; для предотвращения солнечных ожогов и для их лечения; средства для обработки порезов и ушибов.