



**ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРАВИЛАМ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ НА
ЗАНЯТИЯХ В ВОЕННО-СПОРТИВНОМ КЛУБЕ ПО АЛЬПИНИЗМУ
ИОТ – 24 – 13**

1. При организации занятий по альпинизму в военно - спортивном клубе учащиеся обязаны знать и соблюдать следующие правила:
 - 1.1. Нельзя использовать некачественное или неисправное снаряжение
 - 1.2. Проявлять максимум внимания при выполнении различных упражнений
 - 1.3. В обязательном порядке использовать защитные приспособления: каску, беседку, полную обвязку, грудную обвязку, там, где необходимо – рукавицы (перчатки).
 - 1.4. Во время тренировок и соревнований снимать защитные приспособления не разрешается до полного окончания тренировки или соревнования.
2. Лестницы:
 - 2.1. Лестницы, как штурмовые, так и транспортные, могут быть изготовлены из тросов, веревки, репшура, стропы и других материалов, имеющих сопротивление статической нагрузки не менее 500 КГС. На лестницах не должно быть режущих кромок, колющих концов, потертостей и разрывов прядей;
 - 2.2. Лестницы должны пройти испытание;
3. При работе с веревкой:
 - 3.1. Рабочие веревки, применяемые для организации страховки, перил и сопровождения, должны быть диаметром не менее 10 мм;
 - 3.2. Если веревка повреждена (перебита, сорвана оплетка и т.п.), ее эксплуатация должна быть немедленно прекращена;
 - 3.3. Прежде чем ей довериться, убедись, что веревка не спутана, не заклинена, не повреждена, достаточно прочна и не вызовет при рывке срыва неустойчивых предметов;
 - 3.4. Если возможно проскальзывание веревки через руки, работай в рукавицах;
 - 3.5. Закрепляя веревку на высоте, подумай, как будешь спускать ее в низ.
4. Страховка:
 - 4.1. Самодельные страховочные системы для тренировок не допускаются, можно использовать только сертифицированные страховочные системы.
 - 4.2. Страховка обязательна во всех случаях, когда возможность самозадержания при срыве вызывает сомнение;
 - 4.3. Страховка должна быть надежной;
 - 4.4. В случаях, когда способ страховки или надежность крепления страховки вызывают сомнения, должна быть применена дублирующая страховка;
 - 4.5. Прочность опор для страховки (выступов, крюков, упоров, конструкций и т.д.) должна быть проверена, а площадка для размещения страхующих – удобной и безопасной;
 - 4.6. Точки для страховки и положение страхующего должны быть выбраны с учетом направления предполагаемого рывка;
 - 4.7. Руки страхующего должны быть защищены;
 - 4.8. Снаряжение для страховки должно быть исправным и проверенным;
 - 4.9. Нельзя начинать движение без согласия страхующего;

4.10. Нельзя снимать страховку до получения сигнала страхуемого о том, что он находится в безопасной зоне или использует самостраховку;

4.11. Самостраховка должна быть выполнена из основной веревки диаметром не менее 10мм и длиной не более 1,5м.

5. Спуск:

5.1 При спуске следует использовать спусковые устройства (восьмерка, лепесток, гребенка, стопор и т.д.)

5.2. При работе с веревкой на спуске необходимо заправить веревку в спусковое устройство и, придерживая, дать возможность ей скользить;

5.3. Для кратковременной остановки зажать веревку ниже спускового устройства;

5.4. Для длительной остановки – закрепить веревку в спусковом устройстве;

5.5. Не допускать резких передвижений по веревке;

5.6. Не допустимо пользоваться спусковыми устройствами без дополнительного применения страховочной петли со схватывающим узлом на страховочной веревке или без страховки, обеспечиваемой другим спасателем, или иным страховочным устройством;

6. При передвижении с использованием перил:

- подниматься вдоль веревки или оставив ее между ног;

- использовать выступы для постановки ног;

- руками придерживаться за веревку;

- при спуске двигаться лицом к стене;

- нельзя туго натягивать веревку;

- нельзя наступать на веревку

7. Организация спуска «пострадавшего»:

- спуск осуществляется с помощью лебедки или тормозящих устройств;

- число спусковых веревок при любом спуске определяется правилом: «Каждому – по основной веревке»;

8. Подъем «пострадавшего»:

8.1. При любом способе подъема сначала необходимо определить состояние «пострадавшего»;

8.2. «Пострадавшего» закрепляют на страховочную беседку;

8.3. Пропускают веревку под грудной обвязкой;

8.4. Организовать «пострадавшему» и сопровождающему после выхода их на площадку самостраховку, затем отстегнуть веревки и снять систему;

8.5. Подстраховка тянущей веревки обязательна.

9. Карабины:

9.1. Все карабины должны иметь предохранительные муфты;

9.2. Карабины без муфт могут применяться только для транспортировки груза и для закрепления свободных концов веревок, не работающих на страховке и сопровождении, а также на оттяжках.

10. Крючья:

Крючья, применяемые для постановки и прохождения дистанций, должны быть сертифицированы, и не иметь повреждений. Количество крючьев, необходимых для организации станций, должно быть не менее числа человек на данной станции + 1 крюк.

11. Узлы:

11.1. Применяемые для выполнения технических приемов узлы должны быть:

а) узлы для связывания концов веревки: прямой, академический, встречный, ткацкий, брамшкотовый, грепвайн;

б) узлы для присоединения веревки к объекту (опоре): проводник, проводник-восьмерка, стремя, двойной проводник, беседочный, булинь, австрийский проводник, карабинная удавка, штыковой;

в) схватывающие: прусик, австрийский, Бахмана, несимметричный, схватывающий;

г) контрольные: простой, восьмерка.

11.2. Все завязанные узлы, в том числе и контрольные, должны иметь выход свободного конца не менее 50 мм.

11.3. Каждый узел должен использоваться в соответствии с его предназначением.