

**Инструкция
по мерам обеспечения безопасности участников
Региональных соревнований обучающихся
на лыжном контрольном туристском маршруте,
проводимых 21 – 22 февраля 2026 года**

1. Общие положения:

1.1. Руководители группы Региональных соревнований обучающихся на лыжном контрольном туристском маршруте (далее – ЛКТМ, соревнования, мероприятие) являются полноправными участниками соревнований, непосредственно руководят действиями детской группы в течение всего мероприятия, в том числе во время прохождения Маршрутов, работе группы на этапах ЛКТМ, при преодолении сложных форм рельефа, организации бивуака, контролируют поведение обучающихся, выполнение ими требований мер по обеспечению безопасности, изложенных в настоящей инструкции, и несут полную ответственность за их жизнь и здоровье в период проведения соревнований (в соответствии с распорядительным актом направляющей образовательной организации).

1.2. В течение всех соревнований (от момента прибытия на место проведения мероприятия до момента отъезда группы домой) руководитель группы обязан иметь не менее одного работающего мобильного телефона, обеспечивающего аварийную связь с организаторами соревнований и организаторов с группой (иметь заряженную аккумуляторную батарею телефона, а также запасной автономный источник питания из расчета не менее 40 часов постоянной работы устройства, наличие достаточного средств на счете для исходящих звонков). Номер данного мобильного телефона руководителя группы указывается в заявке группы и подтверждается на старте ЛКТМ.

1.3. Руководители и участники группы не должны мешать участию других групп в соревнованиях и вмешиваться в работу судей ЛКТМ. Все замечания, претензии на качество судейства, на действия других групп и другие вопросы, не относящиеся к безопасности участников соревнований, принимаются организаторами ЛКТМ от руководителя группы на финише Маршрутов или в письменном виде на электронную почту mkkkospb@yandex.ru в течении трех дней после окончания мероприятия.

1.4. Группа принимающая участие в ЛКТМ обязана иметь полный комплект снаряжения, необходимого для проведения лыжного похода, планируемого в период весенних школьных каникул, а также необходимый запас продуктов для организации питания группы на соревнованиях, фонари с зарядом батарей из расчета не менее 10 часов постоянной работы на каждого члена группы, включая руководителей.

1.5. В случае если руководитель группы сомневается в возможности безопасного прохождения группой отдельного этапа соревнований (по причине физической усталости, технической неподготовленности и т.п.), он ОБЯЗАН снять группу с данного этапа, сообщив о своем решении судьям этапа. Пропуск этапа ЛКТМ может повлиять на решение экспертов РМКК о выпуске группы на заявленный маршрут похода.

1.6. Все руководители и участники соревнований должны безоговорочно выполнять требования организаторов соревнований и судей этапов, обозначаемые ими как **«требования безопасности»**.

1.7. Все участники и судьи ЛКТМ обязаны знать и соблюдать Положение и Регламент проведения соревнований, а также требования настоящей инструкции, с которой они должны быть ознакомлены под личную подпись.

1.8. Грубые нарушения данной инструкции по мерам обеспечения безопасности могут привести к снятию группы с соревнований и информированию организаторами руководителя образовательной организации, направившей детскую группу на мероприятие.

1.9. Ответственность за знание данной инструкции по мерам обеспечению безопасности и выполнение ее требований участниками соревнований возлагается на руководителей групп.

1.10. Ответственность за знание данной инструкции по мерам обеспечения безопасности и выполнение ее требований судьями соревнований возлагается на руководителей судейских бригад (старших судей этапов).

2. В период подготовки к мероприятию руководитель группы обязан:

2.1 Оформить заявку на участие группы в ЛКТМ и получить приказ по образовательному учреждению о направлении группы обучающихся на соревнования и возложении ответственности за их жизнь и здоровье в период проведения соревнований, в пути следования к месту проведения мероприятия и обратно на сопровождающих педагогических работников (руководителей группы).

2.2 Проверить наличие группового и личного снаряжения, групповой аптечки и продуктов питания, необходимых группе для участия в соревнованиях.

2.3 Проверить действующее медицинское заключение о принадлежности несовершеннолетних участников мероприятия к медицинской группе для занятий физической культурой или медицинское заключение о допуске к прохождению спортивной подготовки или занятиям физической культурой и спортом. Наличие медицинского допуска заверяется в заявке группы на участие в мероприятии.

2.4 Непосредственно перед выездом провести целевой инструктаж всех участников группы по обеспечению безопасности совершения лыжных походов с полевыми ночлегами, по правилам поведения на транспорте при передвижении к месту проведения мероприятия, а также в соответствии с инструкциями по обеспечению безопасности учащихся во время проведения мероприятия в природной среде, утвержденными в выпускающей организации, а также настоящей инструкцией с обязательной подписью обучающихся в групповой заявке на участие в соревнованиях.

2.5 Представить на мандатную комиссию все документы, перечисленные в Регламенте о соревнованиях. В заявочных документах планируемого туристского мероприятия (маршрутный лист или маршрутная книжка) должна содержаться полная информация о маршруте мероприятия, об используемом снаряжении. Наличие заявляемого снаряжения проверяется в ходе соревнований на ЛКТМ.

3. Прядок прибытия и убытия групп с соревнований.

3.1. Способ доставки участников соревнований на ЛКТМ и обратно определяется руководителем группы по согласованию с родителями/законными представителями обучающихся и утверждается руководителем направляющего образовательного учреждения.

3.2. При организации перевозки участников соревнований обязательно соблюдение требований федерального и регионального законодательства регламентирующего правила перевозки организованных групп детей, а также инструкций по обеспечению безопасности направляющего образовательного учреждения по организации перевозок групп обучающихся.

3.3. Запрещается убытие групп с соревнований вышедших на старт маршрута без отметки на финише маршрута или информирования главного судьи соревнований о снятии группы с ЛКТМ.

3.4. Группам, снятым или снявшимся с соревнований, финишировавшим группам запрещается использовать маршруты соревнований для движения к железнодорожной станции или самостоятельных тренировок. Маршрут выхода группы, снятой или снявшейся с ЛКТМ, из района проведения соревнований к железнодорожной станции для возвращения в Санкт-Петербург согласуется с главным судьей соревнований.

4. Порядок передвижения группы по маршруту соревнований:

4.1. Группа должна двигаться по маршруту соревнований единой колонной. Разделение группы, уход «разведывательных» подгрупп запрещен. В составе группы должен быть обязательно направляющий и замыкающий колонны.

4.2. Группа обязана передвигаться по маркированной организаторами лыжне или «туристским лыжням», как правило, проложенным в густом нечищеном лесу. Требуется избегать движения по подготовленным скоростным лыжным трассам для занятий лыжным спортом («Лемболовская лыжня», «Ореховская лыжня»). Будьте особенно внимательны на спусках и на выкатах спусков. В районе проведения соревнований проложено много лыжней, избегайте возможности столкновений. При движении по слабо накатанной лыжне или троплении лыжни через лес необходимо остерегаться незаметных под снегом пней, веток деревьев, неожиданных поворотов лыжни на спусках.

4.3. **Спускаться по склонам нужно со скоростью допускающей остановку участника в любой момент спуска.** Руководитель группы обязан организовать спуск участников со склонов с безопасной дистанцией (контроль за началом движения следующего участника на спуск). Спускающаяся группа начинает спуск, после того, как убедится, что встречная группа уступила лыжню.

4.4. При движении на лыжах на спуск запрещается:

- одновременное движение участников на крутых (более 20 градусов) или непросматриваемых спусках;
- спускаться с неснятыми с рук темляками лыжных палок;
- выходить на трассу спуска, если на ней лежит упавший участник;
- держать палки кольцами вперед;
- садиться на палки «верхом»;
- спускаться по участкам открытого льда.

4.5. Все ремонтные работы, восстановление экипировки лыжников производятся в стороне от лыжни, место для приведения в порядок экипировки, проведения ремонтных работ на спусках выбирается так, чтобы следующие спускающиеся лыжники не могли при потере контроля своего движения врезаться в участников, ремонтирующих свой инвентарь

4.6. Правила расхождения на лыжне:

- обгоняемая группа должна уступить лыжню по просьбе обгоняющего лыжника (группы);
- на спуске или подъеме упавший лыжник должен как можно быстрее освободить лыжню или пространство для движения других групп (лыжников);
- при встрече на равнинном участке все члены встречающихся групп переступают правой лыжей правее правой колеи лыжни (на след от палок), левой лыжей – в правую колею лыжни, поворачивают корпус правым плечом вперед и расходятся по лыжне, убрав за спину лыжную палку в левой руке.
- группа, идущая по лыжне на подъем, уступает лыжню спускающейся группе или набравшему большую скорость одиночному лыжнику (необходимо избегать движения в обратном направлении по маршруту или против основного движения на скоростных лыжных трассах, особенно на склонах).

4.7. При движении на лыжах запрещается:

- иметь в рюкзаке и карманах острые, режущие предметы без защитных футляров (топоры, ножи, шила, и пр.)
- подвешивать на пояс, прикреплять к одежде любые режущие предметы (топоры, ножи, шила и пр.).

4.8. При отсутствии снега на участках маршрута запрещается передвигаться по таким участкам на лыжах. Участникам следует снять лыжи и пройти данный участок пешком.

4.9. Запрещается переход железной дороги вне мест расположения специальных этапов ЛКТМ. Переход железнодорожных путей осуществляется без лыж, лыжи закрепляются на рюкзаке.

4.10. В случае если участник упал на спуске и не может самостоятельно покинуть трассу, спуск остальных участников прекращается до особого распоряжения руководителя группы или судей (на этапах).

4.11. При прохождении технических этапов ЛКТМ участники соревнований должны безоговорочно выполнять требования судей, обозначаемые, как «требования безопасности».

4.12. В связи с резко изменяющейся снежной обстановкой и погодными условиями, возможны изменения условий прохождения этапов (если таковые были опубликованы или озвучены до прихода группы на этап). В такой ситуации действовать необходимо согласно указаниям судей на этапах.

4.13. Маршруты могут быть оборудованы скрытыми или открытыми дополнительными судейскими постами с целью обеспечения безопасности соревнований и контроля готовности групп. Информация от судей дополнительных постов анализируется главным судьей соревнований и может отобразиться в протоколе результатов в виде дополнительных штрафов.

4.14. Группам запрещен выход за границы района проведения соревнований. Информация о границах района будет доведена до руководителей групп на совещании с оргкомитетом ЛКТМ. Знание границ района участниками проверяется судьями на старте маршрутов.

4.15. Группам запрещен выход на лед водоемов (если иное не оговорено условиями прохождения этапа).

4.16. Внимание!!! По лесным дорогам со стороны Лемболово возможно движение лесовозов с участков, где проводится санитарная вырубка, избегайте движение по лесным дорогам со свежей колеёй от лесовозов. На дистанции возможно появление снегоходов или квадроциклов. Не используйте для движения по маршруту трассы, накатанные или, наоборот, поврежденные квадроциклами. При встрече с транспортом, сохраняя спокойствие, уступайте дорогу.

5. Действия при возникновении нештатных ситуаций на маршруте:

5.1. При потере из вида участника, группа должна прекратить движение, голосовыми сигналами попытаться вызвать потерявшегося участника. В случае неудачи, руководитель связывается по телефону с главным судьей ЛКТМ и поступает согласно его указаниям.

5.2. Участник, потерявший группу, должен прекратить движение и попытаться услышать сигналы группы. В случае если заблудившийся участник встречает другую группу участников соревнований, он должен идти в ее составе до ближайшего судейского этапа маршрута. Руководитель группы, подобравшей участника, должен немедленно связаться по телефону с главным судьей ЛКТМ и поступить согласно его указаниям.

5.3. При мелких травмах (ссадины, порезы), руководитель группы оказывает пострадавшему первую помощь средствами групповой аптечки. Руководитель самостоятельно делает заключение о возможности дальнейшего движения по маршруту. О факте травмы докладывается по телефону **главному судье** ЛКТМ. Судьи этапа с санкции главного судьи могут снять группу (участника) с дистанции, если физическое состояние участника (группы) внушает им опасение.

5.4. **При травмах средней тяжести** (растяжение, легкое ранение, ушиб головы), группа прекращает движение, оказывает первую помощь средствами групповой аптечки, **сообщает главному судье** ЛКТМ о случившемся и далее руководствуется полученными указаниями. В случае отсутствия связи, группа выходит на ближайший этап (контрольный пункт) и информирует судей о травме. При невозможности самостоятельного передвижения с пострадавшим следует принять меры к максимально комфортному размещению и обогреву пострадавшего.

5.5. **При тяжёлых травмах** (переломы, вывихи, сильные ушибы головы, глубокое ранение и другие серьёзные травмы) – пострадавший остаётся на месте. Самостоятельная транспортировка пострадавшего запрещена! Группа оказывает первую помощь и незамедлительно **сообщает главному судье** ЛКТМ о случившемся и далее руководствуется

полученными указаниями. В случае отсутствия связи, группа немедленно посылает на ближайший этап заместителя руководителя группы в сопровождении двух участников, при отсутствии заместителя руководителя 2-х – 3-х участников с картой и четким сообщением о характере травмы и своем местоположении. Следует разжечь костёр, принять меры к максимально комфортному размещению и обогреву пострадавшего (палатка, подстилка, спальный мешок).

5.6. Каждая группа – свидетель травмы, происшедшей в другой группе, обязана оказать посильную помощь, средствами связи, организацией временного привала или транспортировкой пострадавшего.

5.7. При выходе из контрольного времени группа должна сообщить **главному судье** ЛКТМ Главному судье о своем местоположении, причинах выхода из КВ и далее следовать согласно полученным указаниям.

6. Порядок организации бивуака:

6.1. Группы должны иметь бивуачное снаряжение (шатровые палатки, печи, теплоизолирующие подстилки, тенты и пр.), надежно обеспечивающее двухдневное пребывание участников в условиях полного автономного существования при возможных изменениях погоды (падение температуры, снегопад, оттепель).

6.2. Участники должны иметь теплые, пригодные для зимних бивуаков, спальные мешки, необходимый запас одежды и обуви. Группа должна организовывать процесс сушки одежды и обуви, не прибегая к помощи организаторов соревнований.

6.3. Группы должны иметь с собой необходимый запас продуктов питания, бутилированной питьевой воды, инвентарь для приготовления пищи, костровое оборудование.

6.4. Полевые групповые бивуаки разбиваются только в местах, указанных организаторами соревнований или согласованных с ними.

6.5. Использование лесных ресурсов для обогрева и приготовления пищи разрешается только в рамках действующего законодательства.

6.6. Запрещается:

- порубка зеленых насаждений, ломка и использования для нужд лагеря елового лапника;
- использование бензопил кем-либо из участников соревнований за исключением руководителей групп;
- пилка и колка дров обучающимися без контроля руководителя (зам. руководителя);
- использование нагревательных приборов на искусственном топливе для отопления палаток;
- использование бензина и прочих горючих жидкостей для разжигания костра.

6.7. Руководители групп обязаны контролировать: процесс заготовки и использования топлива (пилка, колка, хранение дров); процесс приготовления пищи; пожаробезопасность в шатре; процесс эксплуатации нагревательных и осветительных приборов на жидком или газообразном топливе, процесс эксплуатации бензопил в соответствии с инструкциями по эксплуатации.

6.8. Руководителям групп обратить особое внимание на меры противопожарной безопасности при топке печей в шатрах, надежную их сборку и установку, постоянное дежурство при печах в период их топки. Исключить возможность воспламенения инвентаря, находящегося в шатрах. Не допускать игры и шалости в шатре, способные привести к ожогам.

6.9. Участники должны выполнять распорядок дня. Поведение участников не должно подвергать опасности их здоровье, а также мешать работе и отдыху участников других групп. На территории групповых бивуаков запрещено шуметь, громко включать магнитофоны, радиоприемники и т.п. После отбоя запрещаются шум, пение, уход участников с территории бивуака. До объявления подъема, на территории бивуаков запрещены громкие разговоры, шум, колка дров.

7. Санитарно-гигиенические требования.

7.1. На руководителей групп возлагается ответственность за состояние здоровья участников, в том числе за профилактику инфекционных заболеваний и желудочно-кишечных расстройств.

7.2. Для приготовления пищи следует пользоваться бутилированной питьевой водой.

7.3. Руководителям надлежит постоянно контролировать качество приготовления и хранения пищи, мытья посуды, выполнения участниками требований гигиены, в особенности – дежурными поварами.

7.4. На бивуаке, используемом группой для ночлега, в обязательном порядке оборудуется временный туалет. Туалет должен быть расположен не ближе 20 метров от костровых мест и шатра группы и соседних лагерей и иметь стенки (укрытия) высотой не менее 1,7 метра. Туалет можно оборудовать общий на два соседних лагеря. Перед его устройством место расположения необходимо согласовать с судьей и руководителями соседних лагерей (при наличии). После сбора лагеря туалет должен быть разобран и закопан.

7.5. Мусор и твердые бытовые отходы, должны собираться в пластиковые мешки, привезенные группой, выноситься из леса участниками соревнований и помещаться в мусорные контейнеры или в места, указанные организаторами соревнований.

7.6. После ухода группы с бивуака пищевые отходы, пригодные для подкорма птиц и зверей, оставляются в лесу аккуратно в укромном месте на значительном расстоянии от мест, которые могут служить местами для организации ночлегов групп.

7.7. После сбора бивуака на местности не должно остаться никакого оборудования, используемого группой в организации быта. Оставшиеся дрова сносятся в место, указанное судьями, где аккуратно укладываются.

7.8. Невыполнение требований п.7.2.-7.7. рассматривается организаторами соревнований как неготовность группы к организации полевого походного быта в зимних условиях.

8. Процесс подготовки маршрутов соревнований организаторами и погодные условия во время проведения соревнований могут привести к появлению требований по обеспечению безопасности, не перечисленных в тексте настоящей инструкции. Требования могут быть предъявлены участникам соревнований, как перед стартом, так и во время движения по маршрутам, нахождения на бивуаке. Требования предъявляются судьями, как «требования безопасности». Невыполнение требований может привести к снятию группы с соревнований и отправке в Санкт-Петербург.

9. Телефоны для связи с организаторами ЛКТМ в любых нештатных ситуациях:

Главный судья	Бахвалов Денис Георгиевич	8 921-740-69-05
Заместитель главного судьи по безопасности	Петров Олег Александрович	8 921-319-86-50
Главный секретарь	Штутина Мария Владимировна	8 921-654-70-91
Начальник дистанции	Воронцов Борис Александрович	8 981-836-06-90