Комитет молодежной политики, физической культуры и спорта

Администрации города Иванова

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования**

 **ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 11\_\_\_\_\_\_**

 *Ул. Колотилова, д.41, г. Иваново, 153012 тел. 30-33-84*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | **Утверждаю** |
|  |  | Директор |
|  |  | МБУ ДО ДЮСШ № 11 |
|  |  | г. Иваново |
|  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Чернова Т.А.  |
|  |  | «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2020 г. |

 **ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА**

**ПРИ ОБРАЩЕНИИ С ЛОШАДЬЮ**

**1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА**

1. К занятиям по конному спорту допускаются лица не моложе 10 лет, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
2. Количество учащихся должно быть не менее: 12 человек в группах начальной подготовки, 12 человек – в учебно-тренировочных группах до 2-х лет, 10 человек в учебно-тренировочных группах свыше 2-х лет, 1 человека – в группах спортивного совершенствования; 1 человека – в группах высшего спортивного мастерства.
3. При проведении занятий по конному спорту возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:
* травмы, полученные при неправильном подборе экипировки и инвентаря;
* травмы, полученные при непослушании лошади;
* травмы при преодолении препятствий.
1. На местах проведения учебно-тренировочных занятий должны быть предусмотрены меры безопасности.

**2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ**

1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь.
2. Оповестить учащихся о необходимости соблюдения мер предосторожности при прохождении отдельных участков дистанции.
3. Проверить экипировку, снаряжение.
4. Строго выполнять все указания и команды тренера-преподавателя (тренера).
5. Обращаться с лошадью всегда спокойно и ласково. Запрещается кричать на лошадь, дразнить, бить, резко осаживать назад и поворачивать. Грубое обращение может вызвать у лошади резкие защитные движения, травмирующие человека.
6. Не бегать по конюшне, не нарушать тишину.
7. Не открывать двери денников и не кормить лошадей без разрешения тренера-преподавателя.
8. Не просовывать руки к лошади в решётку денника. Лошадь может схватить зубами за пальцы.
9. Подходить к лошади, предварительно окликнув её, и только с той стороны, в которую она смотрит.
10. Не подходить к лошади сзади. Лошадь может ударить ногой.

**3. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПРИ СЕДЛОВКЕ ЛОШАДИ**

1. Чистка, седловка и расседлывание всегда выполняется на развязках.
2. При седловке следует сначала накинуть на шею лошади повод, затем надеть уздечку, перестегнуть развязки на трензельные кольца, а потом седлать.
3. Если лошадь не хочет брать трензель, крепко сжимая зубы, нужно нажать пальцами на беззубую часть рта и подать трензель, как только она разожмёт зубы.
4. Надевать уздечку аккуратно: у лошадей нежные уши.
5. В случае возникших затруднений при чистке и седловке лошади следует обратиться за помощью к инструктору или конюху.

**4. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПРИ ВЫВОДЕ ЛОШАДИ В МАНЕЖ**

1. Не выпускать повод из рук с момента вывода лошади из денника и до рассёдлывания.
2. Не выводить лошадь из денника, если предыдущая смена не поставила лошадей на свои места.
3. Выводя лошадь из денника или вводя в денник, открывать дверь полностью, чтобы лошадь не задела её.
4. Не останавливаться с лошадью в проходе конюшни или около двери манежа. Если проход конюшни загромождён, следует остановить лошадь и попросить помощи.
5. Вести лошадь из конюшни или обратно только в поводу, идя рядом с ней с левой стороны, сняв повод с её шеи. В левой руке держать конец повода, а правой вести лошадь под уздцы (нельзя держаться за пряжки: лошадь может дёрнуть, и пряжка травмирует человеку кисть руки). Не наматывать повод на руку – это также может привести к травме.
6. Вести лошадь в манеж или обратно с подтянутыми стременами. Болтающееся стремя может за что-нибудь зацепиться и лошадь, испугавшись, собьёт человека с ног.
7. Ведя лошадь в поводу, следует держаться от впереди идущей лошади на расстоянии длины двух корпусов лошади (примерно 5 метров). Не подгонять впереди идущую лошадь хлыстом или взмахом руки - лошадь может отбить задом.

**5. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ**

1. Перед тем, как сесть на лошадь, следует проверить подпруги и, в случае необходимости, подтянуть их (так, чтобы под них с трудом проходило два пальца).
2. Осёдланной лошади с подтянутыми подпругами не давать опускать голову – это чревато повреждениями сосудов.
3. Если лошадь заартачилась, начала рваться в сторону, нельзя тянуть за повод, лошадь сильнее человека и с лёгкостью утащит его за собой; следует одёрнуть повод и успокоить лошадь, а затем поощрить её послушание голосом, сглаживанием.
4. Для езды верхом следует пользоваться обувью, свободно входящей в стремя и имеющей небольшой каблук (2-3 см). Не разрешается езда в обуви без каблука, с рифлёной подошвой или с толстой подмёткой, т.к. в случае падения нога может застрять в стремени. Не разрешается езда на лошади без защитного шлема.
5. Садиться на лошадь следует всегда с левой стороны и только по команде тренера. При посадке не бросать и не распускать повод.
6. Во время езды в смене нельзя наезжать на впереди идущую лошадь и не подъезжать к лошади сбоку. В то же время нужно не отставать далеко от смены: лошадь, руководствуясь стадным чувством, может неожиданно броситься догонять остальных.
7. Не останавливаться на пути движения лошадей и не ездить против смены. Чтобы избежать столкновений с другими всадниками, необходимо разъезжаться с ними всегда левым плечом.
8. Управлять лошадью нужно спокойно и мягко, не дёргать лошадь поводьями. Хлыстом можно пользоваться только с разрешения тренера.
9. Чтобы предупредить нежелательные для седока действия лошади при виде или приближении трактора, собаки, громоздкого незнакомого предмета, необычных звуках и т.д. следует набрать повод покороче, успокоить лошадь голосом, отвлечь каким-нибудь требованием.

**6. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В КРИТИЧЕСКОЙ СИТУАЦИИ**

1. Если лошадь понесла, следует откинуться назад и энергично набрать повод, действуя руками поочередно. Далее останавливать её в движении по кругу (на вольту), постепенно сокращая его радиус.
2. Если лошадь встала на задние ноги ("на дыбы") – следует отдать повод, схватиться за гриву или обхватите шею лошади, активным посылом заставить её опуститься. Не откидываться назад и не тянуть поводья на себя - лошадь может опрокинуться на спину.
3. Если лошадь остановилась и бьёт передней ногой, опускает голову, нюхает землю, нужно немедленно поднять ей голову и энергично послать вперёд, - лошадь собирается лечь под всадником.
4. При падении сбросить стремена и не выпускать повода из рук. Если не удалось удержать повод в руках, нужно постараться отдалиться от лошади и сразу не вставать (чтобы лошадь не ударила). После падения лошадь не догонять.

**7. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ**

1. Перед тем, как слезать с лошади, следует бросить оба стремени. Спешиваться с лошади перемахом правой ноги через круп лошади.
2. Спешиваясь, нельзя оставлять лошадь без присмотра. Не привязывать лошадь с надетой уздечкой поводом к прутьям решётки и поилке в деннике, к стойкам препятствий, ограждениям манежа и т. д.
3. Не въезжать в конюшню верхом, а вводить лошадь в поводу.
4. Заведя лошадь в денник, повернуть её головой к двери, после этого снять седло, затем уздечку, выйти и надёжно закрыть дверь денника.
5. Перед уходом нужно угостить лошадь морковью, нарезанным яблоком, сухариком или сахаром. Угощение давать на раскрытой ладони.
6. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь.
7. Принять душ, или тщательно вымыть руки и лицо с мылом. Тщательно вытереться и просушиться.
8. Обязательно переодеться в чистую, сухую одежду.

Инструкцию подготовила инструктор-методист Петухова А.М.

**ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ**

|  |  |
| --- | --- |
| с инструкцией по охране труда | *при проведении занятий по конному спорту*  |
|  |  |
| Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять: |
| № п/п | Ф.И.О. | Должность | Дата | Подпись |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |