

**Общероссийская общественная организация  
«Ассоциация киокусинкай России»  
Аттестационная комиссия АКР**



**ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ  
ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ПО КИОКУСИНКАЙ**

**Принята на заседании Исполкома АКР  
Протокол № 4 от 25.04.2013 г.**

## **1. ОСНОВНЫЕ ОПАСНЫЕ И ВРЕДНЫЕ ФАКТОРЫ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ ПО КИОКУСИНКАЙ.**

**1.1.** При проведении занятий по киокусинкай возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов:

- травмы при проведении занятий по киокусинкай с использованием неисправных спортивных снарядов и оборудования;
- травмы при падении на твердом покрытии;
- травмы при столкновениях во время бега или спортивной игре;
- травмы при проведении занятий по киокусинкай без разминки.

**1.2.** К другим опасным факторам относятся:

- отсутствие или недостаток естественного света;
- недостаточная освещенность рабочей зоны;
- повышенная яркость света;
- острые кромки, заусенцы и шероховатость на поверхностях спортивного оборудования;
- нарушение воздушно-теплового режима и режима проветривания.

## **2. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ПО КИОКУСИНКАЙ.**

**2.1.** При проведении занятий по киокусинкай

**2.1.1.** К занятиям по киокусинкай допускаются учащиеся, прошедшие инструктаж по безопасности, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

**2.1.2.** При проведении занятий по киокусинкай учащиеся обязаны соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

**2.1.3.** При получении травмы учащийся обязан немедленно поставить об этом в известность педагога дополнительного образования (тренера-преподавателя), который сообщает об этом администрации и врачу учреждения.

**2.1.4.** В процессе занятий ученики обязаны соблюдать установленный порядок проведения учебных занятий и правила личной гигиены.

**2.1.5.** Занятия по киокусинкай должны быть обеспечены специальным спортивным оборудованием и защитным снаряжением (щитки на голень, ракушки на пах, накладки на руки, макивары).

**2.1.6. Учащимся запрещается:**

- приносить на занятия колющие, режущие, легковоспламеняющиеся предметы;

- бегать без разрешения педагога дополнительного образования (тренера-преподавателя), открывать окна, фрамуги; толкать друг друга;
- кидать друг в друга различные предметы (макивары, защитное снаряжение);
- трогать без разрешения педагога дополнительного образования (тренера-преподавателя) спортивное снаряжение.

#### **2.1.7. Учащиеся обязаны:**

- переодеваться в спортивный костюм (кимоно) и надевать спортивную обувь в раздевалке спортзала перед началом занятия;
- пройти инструктаж по безопасности на занятиях по киокусинкай;
- выполнять требования безопасности и правил для учащихся на занятиях по киокусинкай.

#### **2.1.8. Педагогу дополнительного образования (тренеру-преподавателю) запрещается:**

- оставлять без присмотра учащихся во время проведения занятий;
- допускать к занятиям учащихся, не прошедших инструктаж по безопасности на занятиях по киокусинкай;
- использовать неисправное спортивное оборудование;
- ремонтировать неисправное электрооборудование самостоятельно.

#### **2.1.9. Педагог дополнительного образования (тренер-преподаватель) обязан:**

- пройти инструктаж по охране труда при проведении занятий по киокусинкай;
- провести инструктаж по безопасности на занятиях по киокусинкай со всеми учащимися с обязательной отметкой в «Журнале учета работы педагога дополнительного образования (тренера-преподавателя)»;
- подготовить спортивное оборудование и спортивный инвентарь для обеспечения всех учащихся на занятиях;
- проверять исправность спортивного оборудования, имеющегося в спортзале, перед каждым занятием;
- обеспечить безопасность спортивного оборудования, используемого на занятиях, не допускать нарушения инструкции по использованию спортивного оборудования и инвентаря;
- о возникших неполадках сообщить администрации учреждения;
- исключить из пользования непригодное оборудование;
- проверить перед началом занятий одежду учащихся и спортивную обувь, ознакомиться с медицинскими показаниями;
- обеспечить устойчивый порядок и дисциплину учащихся во время занятий и в процессе подготовки к ним;
- использовать различные формы проведения разминки перед выполнением сложных упражнений;
- придерживаться принципа доступности выполнения упражнений каждым учащимся;
- обеспечить показ приемов выполнения упражнений перед непосредственным выполнением их учащимися;
- выполнять режим проветривания в спортивном зале;
- соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и направления эвакуации при пожаре.

**2.1.10.** Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по безопасности, привлекаются к ответственности (замечание, предупреждение) и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по безопасности.

**2.2.** В раздевалках спортивных помещений

**2.2.1.** В раздевалки допускаются учащиеся, прошедшие инструктаж по безопасности и имеющие занятие по расписанию.

**2.2.2. Педагог дополнительного образования (тренер-преподаватель) обязан:**

- обеспечить устойчивость мебели, имеющейся в раздевалках;
- проверять безопасность крепления мебели перед каждым занятием ежедневно перед началом занятий, в случае необходимости немедленно принять меры для устранения имеющихся неполадок;
- следить за порядком в раздевалках во время переодевания учащихся;
- обеспечить устойчивую дисциплину во время перемен;
- своевременно принимать меры по исправной работе сантехнического оборудования, сообщать о неполадках заместителю директора по АХЧ;
- исключить из пользования непригодное оборудование.

**2.2.3. Педагогу дополнительного образования (тренеру-преподавателю) запрещается:**

- оставлять без присмотра учащихся;
- ставить тяжелые предметы на незакрепленные шкафы;
- использовать неисправную мебель и санитарно-техническое оборудование.

**2.2.4. Учащиеся обязаны:**

- соблюдать правила поведения в раздевалке;
- избегать травм, не нарушать установленный режим занятий и отдыха;
- иметь спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой;
- соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, при пользовании душевой кабиной и туалетом - правила личной гигиены;
- разговаривать негромко, соблюдать чистоту в шкафах, дисциплину;
- по ковровым дорожкам ходить только в носках, а после душа - босиком;
- аккуратно повесить вещи в шкафчик на крючок, положить сумку на среднюю полку, обувь поставить на нижнюю. Дверь шкафов закрывать аккуратно, не хлопать дверцей.
- соблюдать осторожность при выходе из душа, избегая опасности падения.

**2.2.5. Учащимся запрещается:**

- приносить в раздевалку колющие, режущие, легковоспламеняющиеся предметы;
- бегать без разрешения педагога дополнительного образования (тренера-преподавателя), хлопать дверью, толкать друг друга;
- кидать различные предметы друг в друга, ломать дверцы шкафов и другую мебель;
- двигать без разрешения педагога дополнительного образования (тренера-преподавателя) скамейки;
- сидеть на нижней полке шкафчика.

**2.2.6.** О каждом несчастном случае ученик или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить педагогу дополнительного образования (тренеру-преподавателю), который сообщает о несчастном случае администрации учреждения и медицинскому работнику, принимает меры по оказанию первой помощи пострадавшему, вызывает скорую медицинскую помощь в случае экстренной необходимости.

С инструкцией ознакомлен(а) \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
(Фамилия, И.О.) (подпись)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.