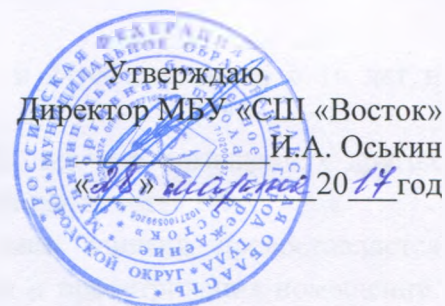


Принято
Совет Учреждения
МБУ «СШ «Восток»
Протокол № 1 от «28» 03 2017 год



**Правила
внутреннего распорядка для спортсменов
муниципального бюджетного учреждения
«Спортивная школа «Восток»**

I. Общие положения

1. Правила внутреннего распорядка имеют своей целью способствовать правильной организации работы, рациональному использованию тренировочного времени, повышению качества и эффективности тренировочного процесса, укреплению дисциплины спортсменов муниципального бюджетного учреждения «Спортивная школа «Восток» (далее - СШ).
2. При поступлении в СШ администрация учреждения обязана ознакомить спортсменов и родителей (законных представителей) с Правилами внутреннего распорядка для спортсменов (далее - Правила).
3. Вопросы, связанные с применением Правил, решаются администрацией СШ в пределах представленных ей прав, а в случаях, предусмотренных действующим законодательством и Правилами, совместно или по согласованию с тренерским советом и Советом Учреждения СШ.
4. Спортсменом является лицо, зачисленное приказом директора в СШ для прохождения программы спортивной подготовки по виду спорта в порядке поступления, перевода из другой спортивной школы, восстановления в соответствии с правилами, установленными Уставом СШ и локальными актами СШ.

II. Режим тренировочных занятий

1. Режим тренировочных занятий строится с учётом начала и окончания тренировочных занятий в СШ. Расписание тренировочных занятий составляется с учётом возможности проведения как одного тренировочного занятия в день, так и 2-х разовых тренировочных занятий в день в каникулярный период и 3-х разовых тренировочных занятий в период тренировочных сборов, летнего оздоровительного лагеря, а также возрастных особенностей спортсменов и установленных санитарно-гигиенических норм. Конкретная продолжительность тренировочных занятий, а также перерывов между ними предусматривается настоящими Правилами, календарными планами по видам спорта, расписанием.
2. Расписание тренировочных занятий составляется в соответствии с положениями приказа Минспорта России от 30.10.2015 г. №999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации». Продолжительность одного часа тренировочного занятия составляет 60 минут. Утренние тренировки начинаются с 8:00, вечерние - заканчиваются

не позднее 20:00 для детей в возрасте от 5 до 15 лет, и 21:00 для детей с 16 лет и взрослых.

3. СШ организует свою деятельность, как в зданиях СШ, так и в помещениях других образовательных организаций в рамках действующего законодательства РФ.

4. На всех этапах спортивной подготовки после 45 мин занятий предоставляется возможность (не менее 15 минут) для отдыха спортсменов и проветривания помещений. При этом сам тренировочный процесс продолжается, данное время может быть также использовано для теоретической подготовки, воспитательной работы и другой деятельности тренерской направленности. В программе спортивной подготовки могут быть предусмотрены другие диапазоны продолжительности времени тренировки и перерывов с учетом специфики вида спорта, а также предусмотрена возможность перерывов для отдыха занимающихся в индивидуальном порядке или по подгруппам без прерывания всего тренировочного процесса в целом.

III. Основные обязанности спортсменов

Спортсмен в СШ обязан:

1. Выполнять Устав СШ, соблюдать Правила, исполнять обязанности, возложенные на него локальными нормативными актами СШ.

2. Добросовестно осваивать программу спортивной подготовки, выполнять индивидуальный план подготовки спортсмена, в том числе посещать предусмотренные календарным планом или индивидуальным планом подготовки тренировочные занятия, осуществлять самостоятельную подготовку к занятиям, выполнять задания, данные тренерами в рамках программы спортивной подготовки.

3. Заботиться о сохранении и об укреплении своего здоровья, стремиться к нравственному, духовному и физическому развитию и самосовершенствованию.

4. Соблюдать дисциплину – основу порядка в СШ. Посещать все занятия, в соответствии с утверждённым расписанием, не опаздывать и не пропускать занятия без уважительной причины. В случае пропуска занятий по какой-либо причине, ставить в известность тренера.

5. Овладеть знаниями, практическими навыками и умениями по избранному направлению тренировочной деятельности.

6. Принимать участие в спортивных соревнованиях по видам спорта, согласно календарю спортивно-массовых мероприятий СШ.

7. Соблюдать положения (регламенты) о физкультурных мероприятиях, спортивных соревнованиях, в которых принимает участие.

8. Соблюдать требования инструкций по охране труда, принятых в СШ, во время участия в физкультурных мероприятиях, спортивных соревнованиях, тренировочных занятиях и при нахождении на объектах спорта.

9. Соблюдать этические нормы в области спорта. Уважать честь и достоинство других спортсменов и работников СШ, не создавать препятствий для прохождения программы спортивной подготовки другими спортсменами.

10. Соблюдать санитарно-гигиенические требования, медицинские требования, своевременно проходить медицинские обследования в целях безопасности занятий спортом для здоровья.

11. Незамедлительно сообщать тренеру о возникновении ситуаций, представляющих угрозу жизни или здоровью для себя либо для других спортсменов, в том числе о

неисправностях используемого оборудования и спортивного инвентаря, заболеваниях, травмах, а также о нарушениях общественного порядка при проведении тренировочного занятия.

12. Бережно относиться к спортивному инвентарю и имуществу СШ и нести в установленном порядке соответствующую материальную ответственность за его порчу и утрату.

13. Спортсменам, запрещается без разрешения администрации СШ выносить предметы и различное оборудование из спортивного зала, раздевалок.

14. Спортсмены приходят в школу за 15-20 минут до начала занятий. В спортивный зал заходят только в присутствии тренера.

15. Соблюдать антидопинговые правила, предусмотренные ст.26 Федерального закона от 04.12.2007 №329-ФЗ « О физической культуре и спорте в РФ».

16. Соблюдать надлежащую чистоту и поддерживать порядок. В спортивном зале спортсмены должны находиться только в чистой сменной спортивной обуви и спортивной форме.

17. Постоянно стремиться к повышению общей культуры, нравственному и физическому совершенствованию.

18. Исполнять иные обязанности в соответствии с законодательством о физической культуре и спорте, учредительными документами и локальными нормативными актами СШ.

IV. Основные права спортсменов

Спортсмены имеют право:

1. Проходить спортивную подготовку по видам спорта в соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки, тренироваться в пределах этих стандартов, получать знания, умения и навыки соответствующие современному уровню науки, техники, культуры.

2. Выбора вида спорта.

3. Посещать все виды тренировочных занятий в СШ, а по согласованию между руководителями - и в других спортивных школах, и отделениях.

4. Получать спортивные разряды и спортивные звания при выполнении норм и требований Единой всероссийской спортивной классификации.

5. Пользоваться лечебно-оздоровительной инфраструктурой и объектами спорта организации, в том числе спортивной экипировкой, оборудованием и спортивным инвентарем.

6. Участвовать в спортивных мероприятиях, в том числе в официальных спортивных соревнованиях, и других массовых мероприятиях в порядке, установленном правилами по виду спорта и положениями (регламентами) о спортивных и массовых мероприятиях (соревнованиях).

7. Посещать по своему выбору мероприятия, которые проводятся в организации осуществляющей спортивную деятельность, и не предусмотрены календарным планом, в порядке, предусмотренном локальными нормативными актами.

8. Участвовать в управлении спортивной организацией, установленном ее Уставом.

9. Ознакомиться со свидетельством о государственной регистрации, с Уставом, документацией, другими документами, регламентирующими организацию и осуществление спортивной деятельности в организации.

10. Принимать участие во всех видах тренировочного процесса, соревнованиях.

11. Обжаловать приказы, распоряжения и иные действия администрации СШ в порядке, устанавливаемом законодательством Российской Федерации.
12. На уважение своего человеческого достоинства, защиту от всех форм физического и психического насилия, оскорбления личности, охрану жизни и здоровья.
13. На свободу совести, информации, свободное выражение собственного мнения и убеждений в соответствии с действующим законодательством России.
14. Перевод в другую спортивную организацию, реализующую программу спортивной подготовки соответствующего уровня в порядке, определяемом локальными актами СШ.
15. Восстановление для прохождения программы спортивной подготовки СШ в порядке, определяемом локальными актами СШ.
16. Осуществление иных прав в соответствии с законодательством о физической культуре и спорте, учредительными документами и локальными нормативными актами СШ.

V. Основные права и обязанности администрации СШ

Администрация спортивной школы имеет право:

1. Поощрять спортсменов за добросовестное отношение к тренировочному процессу, активное участие в общественной жизни СШ.
2. Требовать от спортсменов ответственного, добросовестного отношения к тренировочному процессу, бережного отношения к имуществу СШ, соблюдения Правил.
3. Привлекать спортсменов к дисциплинарной и материальной ответственности в порядке, установленном Федеральными законами и локальными нормативными актами.
4. Принимать локальные нормативные акты.

Администрация спортивной школы обязана:

1. Соблюдать законы и иные нормативные правовые акты, локальные нормативные акты.
2. Обеспечивать безопасные условия тренировочного процесса, отвечающие требованиям охраны труда и правилам личной гигиены, установленные для организация осуществляющих спортивную подготовку.
3. Предоставлять представителям спортсменов полную и достоверную информацию о деятельности СШ в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.
4. Создавать условия для улучшения качества подготовки и воспитания спортсменов с учетом требований современного тренировочного процесса, новейших достижений науки, техники и культуры.
5. Организовать изучение и внедрение передовых методов тренировки.
6. Постоянно контролировать знание и соблюдение спортсменами требований инструкций по технике безопасности, производственной санитарии и гигиене труда, противопожарной безопасности.
7. Обеспечить исправное содержание помещения СШ, отопления, освещения, вентиляции, оборудования.
8. Внимательно относиться к нуждам и запросам спортсменов, обеспечивать качественное проведение их тренировочного процесса.
9. Администрация осуществляет свои обязанности в соответствии с законодательством Российской Федерации.

VI. Ответственность за нарушение Правил внутреннего распорядка и спортивного режима

1. Дисциплина в организации, осуществляющей спортивную деятельность, поддерживается на основе уважения человеческого достоинства спортсменов, тренеров и других работников СШ. Применение физического и (или) психического насилия по отношению к спортсменам не допускается.
2. За неисполнение или нарушение Устава организации, осуществляющей спортивную деятельность, Правил и иных локальных нормативных актов по вопросам организации и осуществления спортивной деятельности, за невыполнение тренировочного плана по неуважительной причине, систематические прогулы тренировочных занятий, к спортсменам могут быть применены меры дисциплинарного взыскания - замечание, выговор, отчисление из организации, осуществляющей спортивную деятельность.
3. Не допускается применение мер дисциплинарного взыскания к спортсменам во время их болезни, каникул.
4. При выборе меры дисциплинарного взыскания организация, осуществляющая спортивную деятельность, учитывает тяжесть дисциплинарного проступка, причины и обстоятельства, при которых он совершен, предыдущее поведение спортсмена, его психофизическое и эмоциональное состояние, а также мнение Совета Учреждения.
5. Дисциплинарное взыскание применяется не позднее одного месяца со дня обнаружения проступка и не позднее шести месяцев со дня его совершения, не считая времени болезни спортсмена.
6. Дисциплинарное взыскание, в том числе отчисление (кроме случаев отчисления за неуспеваемость), может быть наложено на спортсмена СШ после получения от него объяснения в письменной форме, кроме случаев, когда такое объяснение взять от спортсмена не представляется возможным.
7. По решению организации, осуществляющей спортивную деятельность, за неоднократное совершение дисциплинарных проступков, спортсмен, достигший возраста пятнадцати лет, из организации, осуществляющей спортивную деятельность, в качестве меры дисциплинарного взыскания может быть отчислен. Отчисление несовершеннолетнего спортсмена применяется, если иные меры дисциплинарного взыскания и меры тренерского воздействия не дали результата и дальнейшее его пребывание в организации, осуществляющей спортивную деятельность, оказывает отрицательное влияние на других спортсменов, нарушает их права и права работников организации, осуществляющей спортивную деятельность, а также нормальное функционирование организации, осуществляющей спортивную деятельность. Отчисление спортсменов осуществляется по решению тренерского совета и оформляется приказом директора СШ.
8. Спортсмен, родители (законные представители) несовершеннолетнего спортсмена вправе обжаловать в комиссии по урегулированию споров между участниками процесса прохождения спортивной подготовки меры дисциплинарного взыскания и их применение к спортсмену.
9. Отчисление спортсменов из СШ возможно и по собственному желанию. В этом случае за спортсменом сохраняется право на восстановление в СШ.

VIII. Тренировочный порядок

1. Тренировочные занятия в спортивной школе проводятся по расписанию в соответствии с календарными планами, программами спортивной подготовки и графиком тренировочного процесса, утвержденными в установленном порядке.
2. Тренировочное расписание составляется на календарный год. В течение года в расписание могут вноситься изменения, что отражается на информационном стенде.
3. После начала тренировочных занятий в спортивном зале и прилегающим к ним помещениях должны быть обеспечены тишина и порядок, необходимые для нормального хода тренировочных занятий. Недопустимо прерывать тренировочные занятия, входить и выходить из спортивного зала во время их проведения.
4. В каждой тренировочной группе назначается староста из числа наиболее подготовленных и дисциплинированных спортсменов. Староста группы подчиняется непосредственно тренеру. В функции старосты входят:
 - наблюдение за состоянием дисциплины в группе на тренировочных занятиях, а также за сохранностью оборудования и инвентаря;
 - извещение занимающихся об изменениях, вносимых в расписание занятий;
 - назначение на каждый день дежурного по группе, который помогает тренеру в подготовке спортивного инвентаря и оборудования к тренировочному занятию, наведению порядка и контролю за сохранностью имущества после проведения занятий.Распоряжения старосты в пределах указанных выше функций обязательны для всех спортсменов.

IX. Порядок и правила поведения в помещениях

1. Ответственность за благоустройство в тренировочных помещениях (наличие исправной мебели, спортивного инвентаря и оборудования, поддержание нормальной температуры, освещения и т.п.) несёт администрация СШ.
2. В помещениях СШ запрещается:
 - приносить, передавать или использовать оружие, колющие и режущие предметы, взрывчатые вещества, газовые баллончики, токсические и наркотические вещества, спиртные напитки;
 - использовать любые средства и вещества, которые могут привести к взрывам и пожарам;
 - курение;
 - распитие спиртных напитков, пива и нахождение в состоянии алкогольного, токсического или наркотического опьянения;
 - загрязнение территории и помещений спортивной школы;
 - применять физическую силу для выяснения отношений, запугивания, вымогательства;
 - производить любые действия, влекущие за собой опасные последствия для окружающих;
 - бегать по коридорам и лестницам, толкать других учащихся, бросать друг в друга различные предметы, кричать, шуметь, употреблять непристойные выражения.
3. Спортсмены берегут имущество, не мусорят, пользуются местами для личной гигиены по назначению.

Правила поведения в раздевалках:

1. Спортсмены снимают верхнюю одежду и уличную обувь в раздевалке.
2. Уличная обувь хранится в раздевалке в специальном мешке.
3. В карманах верхней одежды нельзя оставлять деньги, ключи, мобильные телефоны и другие ценные предметы.
4. В раздевалке нельзя бегать, толкаться, прыгать, шалить, так как это место является зоной повышенной опасности.
5. Нахождение в спортивных раздевалках во время занятий запрещено.

Правила поведения на занятиях:

1. Нельзя опаздывать на занятия, пропускать их без уважительной причины.
2. Нельзя без разрешения тренера покидать место занятий.
3. Нельзя отвлекаться самому и отвлекать товарищей.
4. В случае нарушений этих правил тренер имеет право отстранить от занятий спортсмена.
5. Спортсменам не разрешается во время занятий пользоваться мобильными телефонами и жевать жевательную резинку.
6. В случае пропуска занятий спортсмен обязан представить тренеру медицинскую справку о причинах пропуска и о том, что он может посещать школу.
7. Спортсмен вправе покинуть место занятий только тогда, когда тренер объявит об окончании занятий.

Правила поведения в общественных местах:

1. Во время массовых мероприятий (соревнования и т.д.) спортсмен ведёт себя с достоинством, скромно и воспитанно, не позорит СШ и своего тренера. Не создает ситуаций, угрожающих жизни и здоровью окружающих и его самого.
2. Указания и просьбы тренера обязательны к беспрекословному исполнению.
3. Спортсмен имеет право самостоятельно возвращаться домой после мероприятия только с разрешения тренера.

Настоящие Правила внутреннего распорядка доводятся до сведения всех спортсменов в СШ, размещаются на информационных стендах и на сайте СШ.