

**Муниципальное автономное учреждения
«Спортивная школа олимпийского резерва № 4»**

ПРИНЯТО
на заседании общего собрания
тренерских советов
Протокол № 1 от 10.01.2018 года



**Правила
внутреннего распорядка для спортсменов и родителей
(законных представителей) несовершеннолетних спортсменов
муниципального автономного учреждения
«Спортивная школа олимпийского резерва № 4»**

1. Общие положения

1.1. Настоящие Правила внутреннего распорядка для спортсменов и родителей (законных представителей) несовершеннолетних спортсменов муниципального автономного учреждения «Спортивная школа олимпийского резерва № 4» (далее – Правила. Учреждение) разработаны в соответствии с Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», и Уставом Учреждения.

1.2. Настоящие Правила принимаются на заседании общего собрания тренерских советов и утверждаются директором Учреждения на неопределённый срок.

1.3. Настоящие Правила регулируют организацию тренировочного процесса, права и обязанности спортсменов, родителей (законных представителей) несовершеннолетних спортсменов, права и обязанности Учреждения.

1.4. Настоящие Правила являются локальным нормативным актом Учреждения, обязательным для исполнения всеми спортсменами и их родителями (законными представителями) несовершеннолетних спортсменов.

1.5. Правила внутреннего распорядка подлежат размещению на официальном сайте и информационном стенде Учреждения.

1.6. Спортсменом является лицо, зачисленное приказом директора в Учреждение для прохождения программы спортивной подготовки по избранному виду спорта, в соответствии с Порядком приема лиц для прохождения спортивной подготовки в муниципальном автономном учреждении «Спортивная школа олимпийского резерва № 4».

1.7. При поступлении на спортивную подготовку администрация Учреждения обязана ознакомить спортсменов и родителей (законных представителей) с настоящими Правилами.

1.8. Настоящие Правила направлены на:

- формирование сознательного отношения к тренировочному процессу;
- улучшение качества тренировочного процесса;
- обеспечение реализации в полном объеме программ спортивной подготовки;

- регулирование основных вопросов организации и осуществления тренировочного процесса;
 - укрепление здоровья спортсменов;
 - создание безопасных условий для тренировок;
 - соблюдение прав и свобод спортсменов, родителей (законных представителей) несовершеннолетних спортсменов.

2. Внутренний распорядок

2.1. Тренировочный процесс в Учреждении, ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели на основании соответствующего федерального стандарта спортивной подготовки с 01 января по 31 декабря.

2.2. Тренировочные занятия в Учреждении проходят с 8.00 часов до 22.00 часов. Занятия для спортсменов до 16 лет должны заканчиваться до 20.00 часов, для спортсменов старше 16 лет могут проводиться до 21.00 часа, для взрослых спортсменов – до 22.00 часов.

2.3. Тренировочные занятия в Учреждении проводятся с понедельника по субботу включительно, а так же в каникулярное время.

2.4. Раздевалки для спортсменов открываются за 10-15 минут до начала занятий.

2.5. Ценные вещи сдаются на хранение тренеру до начала занятий.

2.6. Вход в спортивный зал, на открытые площадки стадиона допускается только с разрешения тренера или администрации Учреждения.

2.7. Посещение тренировочных занятий является обязательным для спортсменов. Освобождение от занятий допускается по заключению врача.

2.8. Расписание тренировочных занятий составляется на календарный год.

2.9. Продолжительность тренировочного занятия рассчитывается в академических часах, что составляет 45 минут.

2.10. Продолжительность одного тренировочного занятия в группах на этапах подготовки не может превышать следующее количество часов:

- на этапе начальной подготовки - до 2 часов;
- на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - до 3 часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства - до 4 часов;
- на этапе высшего спортивного мастерства - до 4 часов.

2.11. На всех этапах подготовки после 30-45 минут занятий предоставляется возможность (не менее 10 минут) для отдыха обучающихся и проветривания помещений. При этом сам тренировочный процесс продолжается, данное время может быть также использовано для теоретической подготовки. 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 спортсменов в индивидуальном порядке или по подгруппам без прерывания всего тренировочного процесса в целом.

2.12. Опоздание, досрочный уход с занятий, самовольное покидание места проведения тренировочного занятия не допускается.

2.13. В каждой группе назначается староста из числа 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 спортивного оборудования и инвентаря;
- извещение спортсменов об изменениях, вносимых в расписание тренировочных занятий;
- назначение на каждый день дежурного по группе, который помогает тренеру в подготовке к тренировочному занятию, наведению порядка и контролю за сохранностью имущества после проведения занятий.

Распоряжения старосты в пределах указанных выше функций обязательны для всех спортсменов.

2.14. Спортивная подготовка организуется, как на базе Учреждения, так и в спортивных залах других спортивных и образовательных организаций в рамках законодательства РФ.

2.15. Спортивные соревнования, проводимые в Учреждении должны заканчиваться до 20.00 часов.

2.16. Контроль за соблюдение настоящих Правил возлагается на заместителей директора Учреждения. Указания и распоряжения данных лиц обязательны для исполнения всеми лицами, находящимися в учреждении.

3. Права и обязанности спортсменов

3.1. Спортсмены имеют права на:

3.1.1. освоение программ спортивной подготовки по выбранному виду или видам спорта (спортивным дисциплинам) в объеме, установленном Учреждением, в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки;

3.1.2. пользование объектами спорта Учреждения, необходимое медицинское обеспечение, материально-техническое обеспечение, в том числе обеспечение спортивной экипировкой, оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки, проезда к месту проведения спортивных мероприятий и обратно, питания и проживания в период проведения спортивных мероприятий;

3.1.3. участие в спортивных соревнованиях по выбранным видам спорта в порядке, установленном правилами этих видов спорта и положениями (регламентами) о спортивных соревнованиях;

3.1.4. включение в составы спортивных сборных команд Великого Новгорода, Новгородской области, Российской Федерации при условии соответствия критериям отбора спортсменов и соблюдения установленных правил;

3.1.5. получение спортивных разрядов и спортивных званий при выполнении норм и требований Единой всероссийской спортивной классификации;

3.1.6. осуществление иных прав в соответствии с законодательством о физической культуре и спорте, учредительными документами и локальными нормативными актами Учреждения;

3.1.7. содействие общероссийских спортивных федераций по выбранным видам спорта в защите прав и законных интересов спортсменов в международных спортивных организациях.

3.2. Спортсмены обязаны:

3.2.1. соблюдать Устав учреждения, выполнять обязанности, возложенные на него локальными нормативными актами Учреждения;

3.2.2. добросовестно осваивать программу спортивной подготовки по виду спорта, четко и своевременно выполняя указания тренера;

3.2.3. выполнять в полном объеме мероприятия, предусмотренные программами спортивной подготовки;

3.2.4. соблюдать дисциплину, установленный спортивный режим, посещать все тренировочные занятия, в соответствии с утвержденным расписанием, не опаздывать и не пропускать тренировочные занятия без уважительной причины, в случае пропуска занятий, ставить в известность тренера;

3.2.5. принимать участие в спортивных соревнованиях по видам спорта согласно календарю спортивно-массовых мероприятий Учреждения;

3.2.6. соблюдать положения (регламенты) о физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях, в которых они принимают участие, и требования

организаторов таких мероприятий и соревнований;

3.2.7. своевременно проходить медицинские осмотры, выполнять по согласованию с тренером указания врача;

3.2.8. соблюдать санитарно-гигиенические требования, чистоту и порядок в Учреждении;

3.2.9. заботиться о сохранении и об укреплении своего здоровья, стремиться к нравственному, духовному и физическому развитию и самосовершенствованию;

3.2.10. соблюдать требования безопасности во время участия в физкультурных и спортивных мероприятиях, тренировочных мероприятиях и при нахождении на объектах спорта;

3.2.11. незамедлительно сообщать руководителям или иным ответственным должностным лицам Учреждения, либо своему тренеру, тренерам о возникновении при прохождении спортивной подготовки ситуаций, представляющих угрозу жизни или здоровью спортсмена, либо жизни или здоровью иных лиц, в том числе о неисправностях используемого оборудования и спортивного инвентаря, заболеваниях и травмах, а также о нарушениях общественного порядка при прохождении спортивной подготовки;

3.2.12. соблюдать этические нормы, уважать честь и достоинство других спортсменов и сотрудников Учреждения, не создавать препятствий для освоения программ спортивной подготовки другими спортсменами;

3.2.13. бережно относиться к имуществу Учреждения и нести соответствующую материальную ответственность за его порчу и утрату;

3.2.14. соблюдать антидопинговые правила;

3.2.15. находиться в Учреждении только в сменной обуви, иметь опрятный и ухоженный внешний вид, на тренировочных занятиях присутствовать только в спортивной одежде и обуви;

3.2.16. соблюдать правила поведения спортсмена, изложенные в настоящих Правилах (Приложение).

3.3. Спортсменам запрещается:

3.3.1. приносить в Учреждение, передавать или использовать оружие, спиртные напитки, табачные изделия, токсичные и наркотические вещества;

3.3.2. использовать любые средства и вещества, которые могут привести к взрывам и пожарам;

3.3.3. применять любые из форм насилия в Учреждении;

3.3.4. курение, распитие спиртных напитков и нахождение в состоянии алкогольного, токсического или наркотического опьянения;

3.3.5. загрязнение территории и помещений Учреждения;

3.3.6. производить любые действия, влекущие опасные последствия для окружающих;

3.3.7. бегать по коридорам и лестницам, толкать других спортсменов, шуметь, употреблять непристойные выражения.

3.4. Спортсмен несёт ответственность за:

3.4.1. неисполнение или нарушение Устава Учреждения;

3.4.2. неисполнение или нарушение настоящих Правил;

3.4.3. невыполнение тренировочного плана по неуважительной причине.

4. Права и обязанности родителей

(законных представителей) несовершеннолетних спортсменов

4.1. Родители (законные представители) несовершеннолетних спортсменов имеют право:

4.1.1. знакомиться с Уставом и локальными нормативными актами Учреждения, регламентирующими организацию и осуществление спортивной

подготовки;

4.1.2. знакомиться с содержанием программ спортивной подготовки, а также с результатами выполнения норм по общей и специальной физической подготовке;

4.1.3. защищать права и законные интересы спортсмена.

4.2. Родители (законные представители) несовершеннолетних спортсменов обязаны:

4.2.1. соблюдать Устав и требования локальных нормативных актов, регламентирующих организацию и осуществление спортивной подготовки в Учреждении;

4.2.2. оказывать помощь в своевременном прохождении медицинских осмотров своих несовершеннолетних детей;

4.2.3. уважать честь и достоинство спортсменов и работников Учреждения.

4.3. Родители (законные представители) несовершеннолетних спортсменов несут ответственность за:

4.3.1. невыполнение обязанностей закрепленных в локальных нормативных актах Учреждения;

4.3.2. непосещение спортсменом тренировочных занятий;

4.3.3. предоставление документов, подтверждающих отсутствие ребенка на тренировочных занятиях;

4.3.4. наличие у спортсмена необходимой формы и инвентаря для тренировочных занятий;

4.3.5. небрежное отношение спортсмена к муниципальной собственности.

5. Права и обязанности администрации Учреждения

5.1 Администрация Учреждения имеет право:

5.1.1. требовать от спортсменов ответственного, добросовестного отношения к тренировочному процессу, бережного отношения к имуществу Учреждения, соблюдения настоящих Правил;

5.1.2. поощрять спортсменов за добросовестное отношение к тренировочному процессу, активное участие в общественной жизни Учреждения;

5.1.3. привлекать спортсменов к дисциплинарной и материальной ответственности в порядке, установленном Федеральными законами и локальными нормативными актами;

5.1.4. принимать локальные нормативные акты.

5.2. Администрация Учреждения обязана:

5.1.1. соблюдать требования федеральных стандартов спортивной подготовки, качественно и в полном объеме обеспечивать прохождение спортсменами спортивной подготовки под руководством тренера, тренеров по выбранным виду или видам спорта (спортивным дисциплинам) в соответствии с реализуемыми программами спортивной подготовки;

5.1.2. обеспечивать безопасные условия тренировочного процесса, отвечающие требованиям охраны труда и правилам личной гигиены, установленные для учреждений осуществляющих спортивную подготовку;

5.1.3. предоставлять родителям (законным представителям) несовершеннолетних спортсменов полную и достоверную информацию о деятельности Учреждения в соответствии с действующим законодательством РФ;

5.1.4. обеспечивать не реже одного раза в четыре года повышение квалификации тренеров, осуществляющих руководство прохождением спортсменами спортивной подготовки;

5.1.5. обеспечивать участие спортсменов, в спортивных соревнованиях в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки;

5.1.6. осуществлять медицинское обеспечение спортсменов, в том числе

организацию систематического медицинского контроля;

5.1.7. реализовывать меры по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, в том числе ежегодно проводить со спортсменами занятия, на которых до них доводятся сведения о последствиях допинга в спорте для здоровья спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил;

5.1.8. знакомить поступающих в Учреждение и проходящих спортивную подготовку, с Уставом и локальными нормативными актами Учреждения, регламентирующими организацию и осуществление спортивной подготовки;

5.1.9. обеспечить исправное содержание помещения, отопления, освещения, вентиляции, оборудования;

5.1.10. внимательно относиться к нуждам и запросам спортсменов, обеспечивать качественное проведение их тренировочного процесса.

6. Поощрения за успехи в тренировочном процессе и спортивной деятельности

За спортивные достижения, активное участие в спортивной и общественной жизни Учреждения для спортсменов, устанавливаются следующие меры поощрения:

- объявление благодарности;
- награждение Почетной грамотой;
- награждение ценным подарком;
- направление благодарственного письма родителям спортсмена.

Поощрения объявляются приказом директора и доводятся до сведения спортсмена и его родителей (законных представителей).

7. Меры дисциплинарного взыскания

7.1. К спортсменам могут быть применены меры дисциплинарного взыскания - (замечание, выговор, отчисление из спортивной школы).

7.2. Не допускается применение мер дисциплинарного взыскания к спортсменам во время их болезни.

7.3. Не допускается применение физического и (или) психического насилия по отношению к спортсменам.

7.4. При выборе меры дисциплинарного взыскания, учитывается тяжесть дисциплинарного проступка, причины и обстоятельства, при которых он совершен, предыдущее поведение спортсмена, его психофизическое и эмоциональное состояние.

7.5. 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.

7.6. По решению администрации Учреждения, за неоднократное совершение дисциплинарных проступков, допускается отчисление спортсмена из Учреждения, как меры дисциплинарного взыскания.

Отчисление спортсмена применяется, если иные меры дисциплинарного взыскания и меры воздействия не дали результата и дальнейшее его пребывание в организации, оказывает отрицательное влияние на других спортсменов, нарушает их права и права работников, а также нормальное функционирование Учреждения.

Правила поведения спортсмена

Необходимо:

1. Соблюдать дисциплину, строго выполнять указания тренера, вести себя с достоинством, скромно и воспитанно.
2. Соблюдать этические нормы, уважать других спортсменов и сотрудников Учреждения.
3. Заниматься только в спортивной форме и обуви, верхнюю одежду и уличную обувь оставлять в раздевалке.
4. Передавать ценные вещи (деньги, ключи, мобильные телефоны и др.) на хранение тренеру, не оставлять их без присмотра.
5. Перед тренировкой во избежание травм снять часы, браслеты, серьги и другие украшения.
6. Относиться бережно к имуществу Учреждения.

Не допускается:

7. Опаздывать на занятия, пропускать тренировки без уважительной причины. В случае пропуска занятий необходимо предоставить тренеру медицинскую справку о состоянии здоровья и о причинах отсутствия.
8. Покидать без разрешения тренера место тренировочных занятий, находиться в раздевалках во время занятий.
9. Отвлекаться самому и отвлекать других спортсменов во время тренировочных занятий.
10. Пользоваться мобильными телефонами и жевать резинку во время тренировочных занятий.
11. Создавать ситуации, угрожающие жизни и здоровью окружающих (в том числе бегать, толкаться, прыгать в коридорах, на лестнице и в раздевалках).
12. Приносить в Учреждение и использовать оружие, спиртные напитки, табачные изделия, токсичные и наркотические вещества.