

СОГЛАСОВАНО
На тренерском совете
МКУ ДО «СШГРБ г.п.Чегем»
им.М.Н.Карданова

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МКУ ДО «СШГРБ г.п.Чегем»

им.Мурата Карданова

Х.Х.Беканов

Протокол № 1
от «30» 08 2023 г.

Приказ № 19 от «24» 08 2023 г.



ПРАВИЛА
внутреннего распорядка для спортсменов
муниципального казенного учреждения дополнительного образования
«Спортивная школа по греко-римской борьбе г.п.Чегем»
имени Олимпийского чемпиона Мурата Нausбиевича Карданова»

1. Общие Положения

- 1.1. Настоящие Правила внутреннего распорядка спортсменов (далее – Правила) муниципального казенного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа по греко-римской борьбе г.п.Чегем» имени Олимпийского чемпиона Мурата Нausбиевича Карданова (далее – Учреждение) разработаны в соответствии с Федеральным законом от 04 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Уставом МКУ ДО «СШГРБ г.п.Чегем».
- 1.2. Настоящие Правила регулируют режим организации тренировочного процесса, права и обязанности спортсменов, применение поощрения и мер дисциплинарного взыскания к спортсменам Учреждения.
- 1.3. Спортсменом является лицо, зачисленное приказом директора в Учреждение для прохождения программ спортивной подготовки в порядке поступления, либо перевода из другой спортивной школы, в соответствии с правилами приема, Уставом и локальными нормативными актами Учреждения.
- 1.4. При поступлении в СШГРБ администрация учреждения обязана ознакомить спортсменов и родителей (законных представителей) с Правилами.
- 1.5. Вопросы, связанные с применением Правил, решаются администрацией СШГРБ в пределах представленных ей прав, а в случаях, предусмотренных действующим законодательством и Правилами, совместно или по согласованию с тренерским советом и Советом Учреждения.
- 1.6. Дисциплина в Учреждении поддерживается на основе уважения человеческого достоинства спортсменов и работников. Применение физического и (или) психического насилия по отношению к спортсменам не допускается.
- 1.7. Настоящие Правила обязательны для исполнения всеми спортсменами Учреждения и их родителями (законными представителями) в рамках освоения программ спортивной подготовки по видам спорта.

2. Режим тренировочных занятий

- 2.1. Режим тренировочных занятий строится с учётом начала и окончания тренировочных занятий в Учреждении. 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.
- 2.2. 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 45 минут. Утренние тренировки начинаются с 8:30, вечерние – заканчиваются не позднее 20:30.
- 2.3. Учреждение организует свою деятельность в рамках действующего законодательства РФ.
- 2.4. На всех этапах спортивной подготовки после 45 мин занятий предоставляется возможность (не менее 5 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.

3. Основные права спортсменов

Спортсмены имеют право:

- 3.1. проходить спортивную подготовку по виду спорта в соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки, тренироваться в пределах этих стандартов, получать знания, умения и навыки соответствующие современному уровню науки, техники, культуры;
- 3.2. посещать все виды тренировочных занятий в Учреждении, а по согласованию между руководителями - и в других спортивных школах, и отделениях;
- 3.3. 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);
- 3.4. посещать по своему выбору мероприятия, которые проводятся в организации осуществляющей спортивную деятельность, и не предусмотрены календарным планом, в порядке, предусмотренном локальными нормативными актами;

- 3.5. включение в составы спортивных сборных команд Кабардино-Балкарской Республики при условии соответствия критериям отбора спортсменов и соблюдения порядка формирования спортивных сборных команд Кабардино-Балкарской Республики;
- 3.6. получать спортивные разряды и спортивные звания при выполнении норм и требований Единой всероссийской спортивной классификации;
- 3.7. на уважение человеческого достоинства, защиту от всех форм физического и психического насилия, оскорбления личности, охрану жизни и здоровья;
- 3.8. на свободу совести, информации, свободное выражение собственных взглядов и убеждений;
- 3.9. ознакомиться с Уставом, нормативными локальными актами, регламентирующими организацию и осуществление спортивной деятельности в Учреждении;
- 3.10. пользоваться в установленном порядке спортивными объектами Учреждения;
- 3.11. осуществление иных прав в соответствии с законодательством Российской Федерации.

4. Основные обязанности спортсменов

Спортсмен в СШГРБ обязан:

- 4.1. выполнять Устав Учреждения, соблюдать Правила, исполнять обязанности, возложенные на него локальными нормативными актами Учреждения;
- 4.2. 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 тренером в рамках программы спортивной подготовки;
- 4.3. заботиться о сохранении и об укреплении своего здоровья, стремиться к нравственному, духовному и физическому развитию и самосовершенствованию;
- 4.4. соблюдать дисциплину – основу порядка в Учреждении. 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;
- 4.5. овладевать знаниями, практическими навыками и умениями по избранному направлению тренировочной деятельности;
- 4.6. принимать участие в спортивных соревнованиях по виду спорта, согласно календарю спортивно-массовых мероприятий;
- 4.7. соблюдать положения (регламенты) о физкультурных мероприятиях, спортивных соревнованиях, в которых принимает участие;
- 4.8. соблюдать требования инструкций по охране труда, принятых в Учреждении, во время участия в физкультурных мероприятиях, спортивных соревнованиях, тренировочных занятиях и при нахождении на объектах спорта;
- 4.9. соблюдать этические нормы в области спорта. Уважать честь и достоинство других спортсменов и работников Учреждения, не создавать препятствий для прохождения программы спортивной подготовки другими спортсменами;
- 4.10. соблюдать санитарно-гигиенические требования, медицинские требования, своевременно проходить медицинские обследования в целях безопасности занятий спортом для здоровья;

- 4.11. 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;
- 4.12. бережно относиться к спортивному инвентарю и имуществу Учреждения и нести в установленном порядке соответствующую материальную ответственность за его порчу и утрату;
- 4.13. спортсменам, запрещается без разрешения администрации Учреждения выносить предметы и различное оборудование из спортивного зала, раздевалок;
- 4.14. спортсмены приходят в школу за 15-20 минут до начала занятий. В спортивный зал заходят только в присутствии тренера;
- 4.15. соблюдать антидопинговые правила, предусмотренные ст.26 Федерального закона от 04.12.2007 №329-ФЗ « О физической культуре и спорте в РФ»;
- 4.16. соблюдать надлежащую чистоту и поддерживать порядок. В спортивном зале спортсмены должны находиться только в чистой сменной спортивной обуви и спортивной форме;
- 4.17. постоянно стремиться к повышению общей культуры, нравственному и физическому совершенствованию;
- 4.18. исполнять иные обязанности в соответствии с законодательством о физической культуре и спорте, учредительными документами и локальными нормативными актами Учреждения.

5. Основные права и обязанности СШГРБ

Администрация спортивной школы имеет право:

- 5.1. поощрять спортсменов за добросовестное отношение к тренировочному процессу, активное участие в общественной жизни Учреждения;
- 5.2. требовать от спортсменов ответственного, добросовестного отношения к тренировочному процессу, бережного отношения к имуществу Учреждения, соблюдения Правил;
- 5.3. привлекать спортсменов к дисциплинарной и материальной ответственности в порядке, установленном Федеральными законами и локальными нормативными актами;
- 5.4. принимать локальные нормативные акты.

Администрация спортивной школы обязана:

- 5.5. соблюдать законы и иные нормативные правовые акты, локальные нормативные акты;
- 5.6. обеспечивать безопасные условия тренировочного процесса, отвечающие требованиям охраны труда и правилам личной гигиены, установленные для организация осуществляющих спортивную подготовку;
- 5.7. предоставлять представителям спортсменов полную и достоверную информацию о деятельности Учреждения в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации;

- 5.8. создавать условия для улучшения качества подготовки и воспитания спортсменов с учетом требований современного тренировочного процесса, новейших достижений науки, техники и культуры;
- 5.9. организовать изучение и внедрение передовых методов тренировки;
- 5.10. постоянно контролировать знание и соблюдение спортсменами требований инструкций по технике безопасности, производственной санитарии и гигиене труда, противопожарной безопасности;
- 5.11. обеспечить исправное содержание помещения Учреждения, отопления, освещения, вентиляции, оборудования;
- 5.12. внимательно относиться к нуждам и запросам спортсменов, обеспечивать качественное проведение их тренировочного процесса;
- 5.13. администрация осуществляет свои обязанности в соответствии с законодательством Российской Федерации.

6. Поощрения и ответственность за нарушение Правил внутреннего распорядка и спортивного режима

За высокие результаты и достижения в спорте к спортсменам Учреждения могут быть применены следующие виды поощрений:

- объявление благодарности;
- направление благодарственного письма родителям (законным представителям) спортсмена,
- признание «Лучшим спортсменом школы»,
- награждение грамотами, кубками, памяtnыми сувенирами.

За нарушение Устава, настоящих Правил и иных локальных нормативных актов Учреждения к спортсменам могут быть применены следующие меры дисциплинарного воздействия:

- меры воспитательного характера;
- дисциплинарные взыскания.

Меры воспитательного характера представляют собой действия администрации школы, ее работников, направленные на разъяснение недопустимости нарушения правил поведения в Учреждении, осознание спортсменами пагубности совершенных им действий, воспитание личных качеств спортсмена.

Меры дисциплинарного взыскания не применяются к спортсменам дошкольного возраста и к спортсменам на этапе начальной подготовки 1 года обучения.

За совершение дисциплинарного проступка к спортсменам могут быть применены следующие меры дисциплинарного взыскания (воздействия):

- замечание;
- выговор;
- отчисление из Учреждения.

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, а также нормальное функционирование организации, осуществляющей спортивную деятельность. Отчисление спортсменов осуществляется по решению тренерского совета и оформляется приказом директора Учреждения.

7. Тренировочный порядок

- 7.1. Тренировочные занятия в спортивной школе проводятся по расписанию в соответствии с календарными планами, программами спортивной подготовки и графиком тренировочного процесса, утвержденными в установленном порядке.
- 7.2. Тренировочное расписание составляется на календарный год. В течение года в расписание могут вноситься изменения, что отражается на информационном стенде.
- 7.3. 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.
- 7.4. В Учреждении установлена шестидневная рабочая неделя. Тренировочные занятия проводятся в три смены в соответствии с тренировочным планом и расписанием, утвержденными директором Учреждения.
- 7.5. Продолжительность и количество занятий в неделю зависит от этапа подготовки. Максимальная продолжительность одного занятия на этапе начальной подготовки составляет – 2 часа, на тренировочном этапе — 3 часа, на этапе совершенствование спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства — 4 часа. При проведении более одного тренировочного занятия в день суммарная продолжительность занятий не может составлять более 8 часов.