ПРИНЯТО
на тренерском совете
МБУ СШОР по самбо и дзюдо
г. Краснокамска
протокол № 5 от 28.03.2019г.

УТВЕРЖДЕНО:
Директор МБУ СШОР
по самбо и дзюдо
г. Краснокамска
_____ В.Т.Перчик
приказ № ____
от «28» 03 2019г.

ПРАВИЛА
внутреннего распорядка лиц, проходящих спортивную подготовку в Муниципальном бюджетном учреждении «Спортивная школа олимпийского резерва по самбо и дзюдо г. Краснокамска

1. Общие положения

1.1. Настоящие Правила внутреннего распорядка лиц, проходящих спортивную подготовку (далее по тексту спортсмен, занимающийся) в Муниципальном бюджетном учреждении «Спортивная школа олимпийского резерва по самбо и дзюдо» г. Краснокамска (далее - Правила) разработаны в соответствии с Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Уставом МБУ СШОР по самбо и дзюдо г. Краснокамска и с учетом мнения тренерского совета МБУ СШОР по самбо и дзюдо г. Краснокамска.
1.2. Настоящие Правила регулируют режим организации тренировочного процесса, права и обязанности, применение поощрения и мер дисциплинарного взыскания к лицам, осуществляющим спортивную подготовку в МБУ СШОР по самбо и дзюдо г. Краснокамска.
1.3. Дисциплина в МБУ СШОР по самбо и дзюдо г. Краснокамска поддерживается на основе уважения человеческого достоинства спортсменов и работников. Применение физического и (или) психического насилия по отношению к спортсменам не допускается.
1.4. Настоящие Правила обязательны для исполнения всеми лицами, проходящими спортивную подготовку в МБУ СШОР по самбо и дзюдо г. Краснокамска и их родителями (законными представителями), в рамках освоения программ спортивной подготовки.
1.5. При поступлении в МБУ СШОР по самбо и дзюдо г. Краснокамска администрация обязана ознакомить детей и родителей (законных представителей) с Правилами внутреннего распорядка для лиц, проходящих спортивную подготовку (далее-занимающиеся).

1.6. Занимающимся является лицо, зачисленное приказом директора в спортивную школу для прохождения программам спортивной подготовки.
1.7. Текст настоящих Правил размещаются на стенде в помещении МБУ СШОР по самбо и дзюдо г. Краснокамска и на официальном сайте учреждения в сети Интернет для всеобщего ознакомления.

2. Режим тренировочного процесса

2.1. Начало и окончание тренировочного года (спортивного сезона), его продолжительность на различных этапах (периодах) подготовки определяется годовым тренировочным планом, утвержденным директором спортивной Школы.
2.2. В соответствии с годовым тренировочным планом тренировочный процесс в спортивной Школе начинается с 1 сентября и заканчивается 31 августа.
2.3. МБУ СШОР по самбо и дзюдо г. Краснокамска работает по 6 дневной рабочей неделе. Тренировочные занятия осуществляются с 8.00 до 20.00 часов для групп НП и УТГ, для групп СС и ВСМ не позднее 21.00 часа и проводятся в соответствии с тренировочным планом и расписанием, утвержденным директором Школы.
2.3. В МБУ СШОР по самбо и дзюдо г. Краснокамска тренировочный процесс ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели, который состоит из тренировочных занятий непосредственно в условиях спортивной школы, оздоровительного лагеря спортивного профиля, тренировочных сборов и (или) по индивидуальным планам.
2.4. Продолжительность, количество занятий, недельная нагрузка и перерывы для отдыха занимающихся определяется программой спортивной подготовки и тренировочным планом, в соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки по самбо и дзюдо с учетом этапа подготовки.

3. Основные права и обязанности администрации учреждения МБУ СШОР по самбо и дзюдо г. Краснокамска

3.1. МБУ СШОР по самбо и дзюдо г. Краснокамска, осуществляющая спортивную подготовку, в соответствии с законодательством о физической культуре и спорте, с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки вправе:
- поощрять занимающихся за добросовестный труд и ответственного отношение к тренировочному процессу, за активное участие в общественной жизни Учреждения.
- требовать от занимающихся бережного отношения к имуществу Учреждения, соблюдения правил внутреннего распорядка
- разрабатывать и утверждать программы спортивной подготовки, принимать локальные нормативные акты, связанные с процессом спортивной подготовки;

- осуществлять отбор лиц для их спортивной подготовки в установленном законодательством о физической культуре споте Российской Федерации порядке приёма лиц в физкультурно-спортивные организации, осуществляющие спортивную подготовку;
- осуществлять иные права в соответствии законодательством о физической культуре и спорте, учредительными документами и локальными нормативными актами организации, осуществляющей спортивную подготовку, договорами оказания услуг по спортивной подготовке.

3.2. Спортивная школа олимпийского резерва, осуществляющая спортивную подготовку, обязана:
- соблюдать требования федеральных стандартов спортивной подготовки;
- качественно и в полном объёме обеспечивать прохождение лицом спортивной подготовки под руководством тренера, тренеров по выбранному виду или видам спорта (спортивным дисциплинам) в соответствии с реализуемыми программами спортивной подготовки;
- обеспечивать участие лиц, проходящих спортивную подготовку, в спортивных соревнованиях в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки;
- осуществлять медицинское обеспечение лиц, проходящих спортивную подготовку, в том числе организацию систематического медицинского контроля, за счёт средств, выделяемых организации, осуществляющей спортивную подготовку, на выполнение государственного задания на оказание услуг по спортивной подготовке либо получаемых по договору на оказание услуг по спортивной подготовке;
- реализовать меры по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, в том числе ежегодно проводить с лицами, проходящими спортивную подготовку, занятия, на которых до них доводятся сведения о последствиях допинга в спорте для здоровья спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил;
- осуществлять материально-техническое обеспечение лиц, проходящих спортивную подготовку, в том числе обеспечение спортивной экипировкой, оборудованием и спортивным инвентарём, необходимым для прохождения спортивной подготовки, проезду к месту проведения спортивных мероприятий и обратно, питания и проживания в период проведения спортивных мероприятий за счёт средств, выделенных организации на выполнение государственного задания на оказание услуг по спортивной подготовке, либо средств, получаемых по договору оказания услуг по спортивной подготовке;
- направлять лиц, проходящих спортивную подготовку, а также тренеров в соответствии с заявками общероссийских спортивных федераций и организаций, осуществляющих спортивную подготовку в Российской Федерации, для участия в спортивных мероприятиях, в том числе в официальных спортивных соревнованиях;
- осуществлять воспитательную работу с занимающимися, создавать условия для проведения культурно-массовой работы;

- нести ответственность за жизнь и здоровье занимающихся во время тренировочного процесса, соревнований, мероприятий;
- исполнять иные обязанности в соответствии с законодательством о физической культуре и спорте, учредительными документами и локальными нормативными актами организации, осуществляющей спортивную подготовку, договорами оказания услуг по спортивной подготовке.

4. Права и обязанности лиц, проходящих спортивную подготовку

4.1. Спортсмены имеют право:
4.1.1. выбор вида спорта;
4.1.2. освоение программ спортивной подготовки по выбранным виду или видам спорта (спортивным дисциплинам) в объеме, установленном учреждением, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки;
4.1.3. участие в спортивных соревнованиях по самбо и дзюдо в порядке, установленном правилами по самбо и дзюдо и положениями (регламентами) о спортивных соревнованиях;
4.1.4. включение в составы спортивных сборных команд Российской Федерации при условии соответствия критериям отбора спортсменов и соблюдения установленного статьей 36 Федерального закона № 329-ФЗ от 04.07.2007 года «О физической культуре и спорте в РФ» и порядка формирования спортивных сборных команд Российской Федерации;
4.1.5. включение в составы спортивных сборных команд Пермского края - при условии соответствия критериям отбора спортсменов и соблюдения порядка формирования спортивных сборных команд Пермского края;
4.1.6. получение спортивных разрядов и спортивных званий при выполнении норм и требований Единой всероссийской классификации;
4.1.7. заключение трудовых договоров в порядке, установленном трудовым законодательством;
4.1.8. уважение человеческого достоинства, защиту от всех форм физического и психологического насилия, оскорбления личности, охрану жизни и здоровья;
4.1.9 свободу совести, информации, свободное выражение собственных взглядов и убеждений;
4.1.10. ознакомление с Уставом, нормативными локальными актами, регламентирующими организацию осуществления спортивной подготовки в Учреждении;
4.1.11. пользование в установленном порядке спортивными объектами Учреждения;
4.1.12. благополучную среду жизнедеятельности без окружающего табачного дыма и охрану здоровья от воздействия окружающего дыма и последствий потребления табака;
4.1.13. осуществление иных прав в соответствии с законодательством Российской Федерации.

4.2. Спортсмены обязаны:

4.2.1. соблюдать требования безопасности во время участия в физкультурных и спортивных мероприятиях, тренировочных мероприятиях и при нахождении на объектах спорта; 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 этого лица либо жизни или здоровью иных лиц, в том числе о неисправностях используемых оборудования и спортивного инвентаря, заболеваниях и травмах, а также о нарушениях общественного порядка при прохождении спортивной подготовки.

4.2.2. соблюдать антидопинговые правила, предусмотренные статьей 26 Федерального закона «О физической культуре и спорте в РФ» №329-ФЗ от 04.12.2007 г., а также «Инструкцию по соблюдению спортсменами, персоналом и тренерами антидопинговых правил МБУ СШОР по самбо и дзюдо г. Краснокамска;

4.2.3. предоставлять информацию о своем местонахождении в соответствии с общероссийскими антидопинговыми правилами в целях проведения допинг-контроля и статьей 348.2 Трудового кодекса РФ от 30.12.2001 № 197-ФЗ;

4.2.4. соблюдать этические нормы в области спорта;

4.2.5. принимать участие только в спортивных мероприятиях, в том числе в спортивных соревнованиях, предусмотренных реализуемыми программами спортивной подготовки (за исключением участия в спортивных мероприятиях спортивных сборных команд Российской Федерации или участия в спортивных мероприятиях по виду или видам спорта, определенных трудовым договором спортсмена, проходящего спортивную подготовку);

4.2.6. соблюдать положения (регламенты) о физкультурных и спортивных соревнованиях, в которых они принимают участие, и требования организаторов таких мероприятий и соревнований;

4.2.7. выполнять указания тренера, тренеров учреждения, осуществляющей спортивную подготовку, соблюдать установленный ею спортивный режим, выполнять в полном объеме мероприятия, предусмотренные программами спортивной подготовки и планами подготовки к спортивным соревнованиям, своевременно проходить медицинские осмотры, предусмотренные в соответствии с настоящим Федеральным законом, выполнять по согласованию с тренером, тренерами указания врача;

4.2.8. соблюдать правила техники безопасности во время тренировочных занятий;

4.2.9. приходить на тренировочные занятия в Учреждение только со сменной обувью, в спортивной одежде и иметь опрятный вид;

4.2.10. приходить на тренировочные занятия, согласно расписания, без опозданий, заранее извещать тренера об отсутствии на занятиях и причинах;

4.2.11. повышать уровень общей и специальной физической подготовленности, технического и спортивного мастерства;

4.2.12. посещать все виды тренировочных мероприятий, предусмотренных программой спортивной подготовки;
4.2.13. бережно относиться к спортивному инвентарю и имуществу Учреждения;
4.2.14. выполнять требования Устава, настоящих Правил и иных локальных нормативных актов Учреждения по вопросам организации и осуществления спортивной подготовки;
4.2.15. соблюдать общепринятые правила и нормы поведения, уважать права, достоинство, взгляды и убеждения других лиц, участвующих в реализации программ спортивной подготовки;
4.2.16. исполнять иные обязанности в соответствии с законодательством РФ.

4.3. Спортсменам запрещается:
4.3.1. приносить, передавать, использовать в учреждении и на ее территории оружие, спиртные напитки, табачные изделия, токсические и наркотические вещества и иные предметы и вещества, способные причинить вред здоровью участников процесса спортивной подготовки;
4.3.2. приносить, передавать использовать любые предметы и вещества, могущие привести к взрывам, возгораниям и отравлению;
4.3.3. иметь неряшливый и вызывающий внешний вид;
4.3.4. применять физическую силу в отношении других спортсменов, работников учреждения и иных лиц;
4.3.5. посещать тренировки без спортивной формы и спортивной обуви;
4.3.6. употреблять непристойные выражения и жесты;
4.3.7. без разрешения и сопровождения тренера выходить на спортсооружения (спортивный и тренажерный залы, тренажеры);
4.3.8. применять угрозы, запугивать и шантажировать, оскорблять, заниматься дискриминацией по национальным, расовым и социальным признакам, умышленно доводить другого человека до стресса;
4.3.9. нарушать требования техники безопасности;
4.3.10. сидеть на батареях, на перилах лестничных ограждений, подоконниках и других не приспособленных для этого местах в здании;
4.3.11. портить имущество и инвентарь;
4.3.12. приводить животных;
4.3.13. самовольно покидать спортивные, культурные и массовые мероприятия;
4.4. За неисполнение или нарушение Устава учреждения, настоящих Правил и иных локальных нормативных актов по вопросам организации и осуществления спортивной деятельности спортсмены несут ответственность в соответствии с настоящими Правилами.

5. Правила поведения на занятиях

5.1. С разрешения тренера занимающиеся проходят в спортивный зал и готовят все необходимое для проведения занятий и ждут начала занятия.
5.2. Занятия начинаются с построения и приветствия тренера.

5.3. Каждый тренер на своем занятии может определять и контролировать правила поведения спортсменов (занимающихся) с целью эффективности своих занятий, соблюдения правил техники безопасности.
5.4. Нельзя опаздывать на тренировочные занятия, пропускать их без уважительной причины. Во время тренировочного занятия нельзя отвлекаться самому и отвлекать других посторонними разговорами или действиями.

Время тренировки должно использоваться спортсменами (занимающимися) только для тренировочных целей: внимательно слушать объяснения тренера, выполнять все его задания, настойчиво и творчески овладевать знаниями, помогать тренеру в организации спортивной подготовки.
5.5. Если спортсмену необходимо выйти, то с этой просьбой он должен обратиться к тренеру.
5.6. Во время занятий спортсмены должны соблюдать технику безопасности.
5.7. После окончания занятий спортсмены выходят из спортивного зала, принимают душ и переодеваются в раздевалке. При выходе из раздевалки проверяют наличие вещей.

6. Правила поведения в раздевалках

- Занимающиеся в раздевалках снимают верхнюю одежду, уличная обувь снимается в холле на 1 этаже.
-Уличная обувь хранится в раздевалке у каждого занимающегося в отдельном мешке.
- В карманах верхней одежды нельзя оставлять деньги, ключи, мобильные телефоны и другие ценные вещи.
- В раздевалке нельзя бегать, толкаться, прыгать – так как это место является зоной повышенной опасности.
- Нахождение в спортивных раздевалках во время занятий запрещено.
- После окончания занятий все личные вещи должны быть убраны за собой, оставлять личные вещи запрещено.

7. Правила поведения в общественных местах

- Во время массовых мероприятий (соревнований и т.д.) занимающийся ведет себя с достоинством, скромно и воспитанно, не наносит вред репутации Учреждения и своего тренера. Не создает ситуаций, угрожающих жизни и здоровью окружающих.
-Указания и просьбы тренера обязательны к беспрекословному исполнению.

8. Поощрения и дисциплинарное воздействие

8.1. 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 и кубками.
8.2. 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.
8.3. Меры воспитательного характера представляют собой действия администрации Учреждения, ее работников, направленные на разъяснение недопустимости нарушения правил поведения в Учреждении, осознание занимающимися пагубности совершенных ими действий, воспитание личных качеств спортсменов.
8.4. Меры дисциплинарного взыскания не применяются к спортсменам на этапе начальной подготовки 1 года обучения.
8.5. За совершение дисциплинарного проступка к спортсменам могут быть применены следующие меры дисциплинарного взыскания:
замечание;
выговор;
отчисление из учреждения.
8.6. Применение дисциплинарных взысканий:
8.6.1. Меры дисциплинарного взыскания применяются не позднее одного месяца со дня обнаружения дисциплинарного проступка, не считая времени болезни спортсмена, в также времени, необходимого на учет мнения тренерского совета, но не позднее семи тренировочных дней со дня предоставления директору Учреждения мотивированного мнения тренерского совета в письменной форме.
8.6.2. За каждый дисциплинарный проступок может быть применено одно дисциплинарное взыскание.
8.6.3. Не допускается применение мер дисциплинарного взыскания к спортсменам во время болезни.
8.6.4. Применению дисциплинарного взыскания предшествует дисциплинарное расследование, осуществляемое на основании письменного обращения к директору Учреждения.
8.6.5. До применения мер дисциплинарного взыскания тренер должен затребовать от спортсмена письменное объяснение. Если по истечении трех тренировочных дней указанное объяснение спортсменом не представлено, то составляется соответствующий акт. Отказ или уклонение спортсмена от предоставления им письменного объяснения не является препятствием для применения мер дисциплинарного взыскания.
8.6.6. Отчисление спортсмена из Учреждения в качестве меры дисциплинарного взыскания допускается, если меры дисциплинарного воздействия воспитательного характера не дали результата, спортсмен имеет не менее двух дисциплинарных взысканий в текущем спортивном сезоне и его

дальнейшее пребывание в Учреждении оказывает отрицательное влияние на других спортсменов, нарушает их права и права работников, а также нормальное функционирование Учреждения.
8.6.7. Применение к спортсмену меры дисциплинарного взыскания оформляется приказом директора Учреждения, который доводится до спортсмена, родителей (законных представителей) несовершеннолетнего спортсмена под подпись в течении трех тренировочных дней со дня его издания. Отказ спортсмена, родителей (законных представителей) несовершеннолетнего спортсмена ознакомиться с указанным приказом под подпись оформляется соответствующим актом.

9. Защита прав спортсменов

9.1. В целях защиты своих прав спортсмены и их законные представители самостоятельно или через своих представителей вправе:
9.1.1. направлять в органы управления учреждения обращения о нарушении и (или) ущемлении его работниками прав, свобод и социальных гарантий спортсменов;
9.1.2. использовать не запрещенные законодательством РФ иные способы защиты своих прав и законных интересов.

10. Права и обязанности родителей (законных представителей) спортсмена

10.1. Родители (законные представители) имеют право:
10.1.1. Выбирать спортивную школу, вид спорта и при наличии соответствующих условий и возможностей спортивной школы - тренера.
10.1.2. Знакомиться с Уставом, программой спортивной подготовки, ходом и содержанием процесса подготовки, оценкой уровня подготовленности ребенка, и иными документами, регламентирующими организацию процесса спортивной подготовки.
10.1.3. Вносить предложения по улучшению работы со спортсменами, в том числе по организации дополнительных услуг.
10.1.4. Защищать права и интересы ребенка.
10.2. Родители (законные представители) обязаны:
10.2.1. Выполнять требования Устава Учреждения и договорных обязательств.
10.2.2. Нести ответственность за воспитание и нравственную подготовку своего ребенка.
10.2.3. Нести ответственность за деятельность своего ребенка.

11. Гарантии учреждения

Учреждение гарантирует:
11.1. Предоставление спортивных сооружений, инвентаря и оборудования Учреждения для использования их спортсменами.
11.2. Охрану жизни и здоровья спортсменов в пределах территории учреждения, за его пределами во время организованных выездов.

11.3. Реализацию целей и задач Учреждения.
11.4. Соблюдение условий учебы, тренировки и отдыха занимающихся во время тренировочных процесса, соревнований и летнего оздоровительного отдыха.
11.5. Не привлечение спортсменов к труду, не предусмотренному программой спортивной подготовки или тренировочным процессом без согласия спортсменов и его родителей (законных представителей).
11.6. Защиту чести и достоинства спортсменов.