



Утверждаю:

Директор МКОУ ДО ДЮСШ

Теплых М.Б.

ПОЛОЖЕНИЕ
правил для занимающихся в ДЮСШ.

Занимающиеся школы имеют права и обязанности, предусмотренные Уставом ДЮСШ.

Занимающиеся школы в своем отношении к учебной деятельности, к установленному режиму школьной жизни, к общепринятым нормам поведения обязаны придерживаться следующих правил:

- выполнять Устав школы, решения органов самоуправления, созданных и действующих в школе, распоряжения администрации, требования работников школы, если они не противоречат Уставу школы
- добросовестно относиться к занятиям, овладевать знаниями, соблюдать учебную дисциплину, беречь школьный инвентарь и пособия
- соблюдать и поддерживать в школе порядок, режим дня
- приходить в школу не ранее, чем за 15 минут до начала тренировок, предусмотренных расписанием школы, исключение допускается в случаях, предусмотренных иными положениями, а также по усмотрению администрации школы, тренеров преподавателей
- не опаздывать на тренировки
- быть дисциплинированным и соблюдать общественный порядок не только в школе, но и в общественных местах и на улице
- уважать права, честь и достоинство других занимающихся и работников школы
- не ущемлять интересов коллектива и окружающих людей
- уважать родителей и помогать им в домашних делах
- придерживаться правил культуры поведения и речи, не употреблять бранных слов
- быть всегда чистым и опрятным, приходить в школу в удобной для занятий одежде и обуви
- бережно относиться к школьному имуществу, к своим вещам и вещам своих товарищей, в случае его порчи возместить ущерб
- выполнять правила ОТ, ТБ и ППБ, санитарно-гигиенических норм, активно способствовать экономии электроэнергии, соблюдению теплового режима
- соблюдать правила дорожного движения и поведения на воде
- участвовать в общественно-полезном труде, не реже одного раза в месяц делать генеральную уборку в спортивных залах.

Занимающимся строго запрещается приносить в школу опасные для жизни и здоровья предметы и вещества, курить, употреблять алкогольные напитки и наркотические вещества.

Утверждено советом школы
«28» августа 2018 г.

ОБЯЗАННОСТИ ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ПО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ ТРАВМАТИЗМА НА ЗАЯТИЯХ

1. Тщательно осматривать непосредственно перед занятием залы, площадки и другие места занятий, а также оборудование, снаряды и принимать меры к немедленному устранению обнаруженных дефектов.
2. При осмотре и подготовке мест занятий особое внимание уделять состоянию поверхности площадки, грунта, пола, льда, а также места для прыжков - отталкивания и приземления.
3. Не перегружать площадки, залы и другие места занятий занимающимися.
4. Не допускать на занятия спортсменов, не имеющих соответствующих данному виду спорту костюмов и обуви.
5. Перед началом занятий ознакомить новичка с инструкцией по профилактике травм данного вида спорта.
6. Добиваться строгой дисциплины во время занятий.
7. Строго выполнять основные требования рациональной методики тренировки, а именно:
 - постепенность в дозировке нагрузки;
 - последовательность в овладении двигательными навыками;
 - индивидуальный подход, особенно к начинающим;
 - правильный личный показ упражнения;
 - тщательный инструктаж занимающегося и контроль за выполнением им упражнений, прежде всего таких, неправильное выполнение которых может повлечь за собой травмы.
8. Требовать предоставления справки врача о допуске к занятиям после болезни или длительного перерыва в занятиях.
9. Проводить перед выполнением сложных упражнений и перед соревнованиями досрочную, но не излишнюю «разминку».
10. Строго соблюдать правила соревнований, инструкций, Положения, методические указания, определяющие содержание и поведения занятий по данному виду спорта.
11. Обеспечивать своевременную и надежную страховку самим преподавателям при проведении занятий гимнастикой, и другими видами спорта.
12. Обучать занимающихся само страховке и навыкам безопасного падения.
13. Применять защитные приспособления: маски, нагрудники, шлемы, пояса для страховки и требовать от спортсменов применения бинтования суставов.
14. Прекращать занятия или применять меры к охране здоровья занимающихся при резких изменениях погоды: ливень, град, ураган, пурга, резкие колебания воздуха.
15. Применять меры против обморожения при занятиях в зимних условиях.

ОБЯЗАННОСТИ СПОРТСМЕНОВ

1. Являться на занятия в установленное время и в специальном спортивном костюме.
2. Беспрекословно выполнять все требования и указания преподавателя, связанные с соблюдением дисциплины на занятиях.
3. Знать приемы само страховки.
4. Для предупреждения травм при занятиях спортом обязательно соблюдение Положения о врачебном контроле.
5. Соблюдать правила личной и общественной гигиены, распорядок дня, пищевого и питьевого режима.