



Правила поведения спортсменов ГБУ РО «СШОР № 6»

Ознакомление спортсменов с правилами поведения проводится тренером с целью формирования у спортсменов сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих. Отметка о проведении инструктажа спортсменов спортивной школы проставляется в журнале учета работы тренировочных групп тренера. Инструктаж проводится со спортсменами перед началом тренировочного процесса.

1. Спортсмены обязаны приходить на тренировочные занятия, согласно расписанию, за 10 -15 минут и посетить санузел до начала тренировочного процесса.
2. Занятия начинаются по расписанию, только в присутствии тренера или замещающего его тренера.

3. Спортсмен обязан:

- соблюдать чистоту в раздевалках, на территории;
- бережно относиться к спортивному инвентарю, имуществу;
- в случае временного отсутствия (опоздания) тренера спортсмены обязаны соблюдать порядок, правила поведения и организованно ожидать тренера в раздевалках в течение 30 мин.;
- посещать тренировочные занятия в залах ОФП в сменной чистой спортивной обуви;
- после проведенного занятия убрать спортивный инвентарь в места хранения;
- строго, четко и старательно выполнять все задания тренера, хореографа;
- корректно разговаривать с обслуживающим персоналом, тренерами, сверстниками;
- регулярно посещать тренировочные занятия. В случае пропусков занятий, по причине болезни, предоставить тренеру от лечащего врача справку о допуске к занятиям в спортивной школе;
- проходить диспансеризацию, согласно утвержденного графика.

При врачебных показаниях – углубленный врачебный осмотр, дополнительное обследование или курс восстановительной реабилитации;

- иметь на занятиях спортивную форму, обувь и перчатки, согласно предъявляемым требованиям избранного вида спорта;
- соблюдать правила техники безопасности на занятиях;
- вести здоровый образ жизни;
- соблюдать личную гигиену и режим дня спортсмена, вести спортивный дневник, дневник самоконтроля;
- участвовать в спортивно-массовых мероприятиях, проводимых спортивной школой и других спортивных организаций, по согласованию с тренером;
- бережно относиться к личному спортивному имуществу спортсменов, спортсменам школы и других спортивных организаций (костюмы для выступлений, коньки, спортивная форма и обмундирование для хоккеистов);

4. Спортсменам спортивной школы запрещается:

- самостоятельно посещать тренировочные занятия в дни не предусмотренные расписанием, в отсутствие своего тренера без согласования с ним;
- самостоятельно планировать и получать специальную физическую и техническую нагрузку без согласования с тренером;
- оставаться после окончания тренировочного занятия, в отсутствие тренера, для катания, выполнения упражнений любой направленности, отработки технических элементов на ледовой арене и спортивном зале;
- посещать занятия в период болезни;
- самостоятельно, без присутствия или разрешения тренера, заходить в спортивный зал, брать спортивный инвентарь, выходить на лед;
- посещать тренировочные занятия без справки о допуске к тренировкам, заверенной ГБУ РО «ЛРЦ №1». Для новичков - справка от лечащего врача по месту жительства о допуске к занятиям;
- посещать тренировочные занятия в ювелирных украшениях (кольца, цепочки, браслеты, значки) с целью не допущения травматизма при выполнении технических элементов, прыжков и т.д.;
- посещать тренировочные занятия с жевательными резинками, сосательными конфетами во рту;
- приступать к занятиям не прошедшим инструктаж по технике безопасности;
- причинять любой вред или допускать порчу личного спортивного имущества спортсменов, спортсменов школы и других спортивных организаций;
- пользоваться мобильными телефонами, наушниками;
- грубить, вступать в спор с тренером во время тренировочного занятия.

Администрация ГБУ РО «СШОР № 6» оставляет за собой право отчисления спортсмена за неоднократное грубое нарушение Правил поведения.