

Введено в действие
Приказом директора
№ 162 от 07.08 2019г.

СОГЛАСОВАНО:

Председатель профкома
И.И. Громова
« 07.08 » 2019г.

Рассмотрено на общем собрании работников
протокол № 18 от 16.06. 20 19г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор С. А. Комарова
« 07 » 06 2019г.

**ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ЗАНИМАЮЩИХСЯ
В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ
муниципального автономного учреждения
города Набережные Челны
«Спортивная школа олимпийского резерва №11»**

1. К учебно-тренировочным занятиям допускаются занимающиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности и имеющие допуск врача.
2. До начала тренировки все занимающиеся должны собраться в установленном месте, в соответствии с расписанием занятий своей группы и ждать своего тренера.
3. Занимающиеся переодеваются в специально отведенном месте – спортивной раздевалке. В спортивной раздевалке запрещается вставать на подоконники, открывать окна, вставать на скамейки, мусорить, грубо вести себя по отношению к другим занимающимся. В случае возникновения конфликтной ситуации занимающиеся должны сообщить об этом тренеру.
4. Быть на тренировках вовремя, согласно расписанию занятий.
5. Никогда не отсутствовать на тренировках без уважительной причины; причины отсутствия должны быть переданы в письменной форме, в экстренном случае следует сообщить тренеру-преподавателю.
6. Занимающиеся, которые должны покинуть тренировку раньше, чем обычно, должны информировать тренера перед началом тренировки и они получают на это разрешение. Занимающиеся обязаны иметь на учебно-тренировочных занятиях спортивную форму и чистую спортивную обувь. Спортивная форма должна соответствовать температуре в спортивном зале и погодным условиям (при занятиях на улице).
7. Ценные вещи не рекомендуется оставлять в спортивной раздевалке, их следует передать тренеру.
8. Запрещается жевать жевательную резинку на тренировочных занятиях.
9. Мобильным телефоном можно пользоваться с разрешения тренера.
10. Занимающиеся не должны мешать тренеру проводить тренировочное занятие и другим занимающимся выполнять упражнения.
11. На тренировочных занятиях занимающиеся обязаны выполнять только те упражнения, которые разрешил выполнять тренер.
12. Во время самостоятельного выполнения упражнений (учебная игра, соревнования и проч.) занимающиеся должны учитывать свой уровень физической подготовленности, состояние здоровья и место проведения занятий.
13. Запрещается самостоятельно брать спортивный инвентарь, находящийся в спортивном зале и тренерской комнате.

14. Во время выполнения упражнений с мячами (теннисный, волейбольный, баскетбольный, футбольный, набивной) учащийся обязан контролировать падение мяча, чтобы избежать умышленного травмирования других занимающихся.

15. Во время проведения спортивных игр занимающиеся обязаны вести себя корректно по отношению к другим игрокам.

16. Запрещается выполнение любых упражнений на перекладине и шведских стенках без разрешения тренера.

17. При обнаружении поломок спортивного оборудования немедленно сообщать об этом тренеру.

18. В случае плохого самочувствия на занятии занимающийся должен незамедлительно сообщить об этом тренеру. Он также обязан проинформировать тренера о травме или плохом самочувствии, которые проявились после тренировочного занятия.

Запрещается:

- заниматься на спортивных снарядах, бегать, прыгать, играть в подвижные игры в отсутствие тренера.