

Утверждаю
Директор КГАУ

СШОР по плаванию
О.В.Харачебан
«__» мая 2017г

ПРАВИЛА

внутреннего распорядка для занимающихся в КГАУ «Спортивной школе олимпийского резерва по плаванию»

Занимающиеся в КГАУ СШОР по плаванию обязаны:

1. Строго соблюдать чистоту и порядок в помещениях плавательного бассейна.
2. Являться на занятия за 15 минут в дни и часы, указанные в расписании занятий СШОР по плаванию. Опоздание на занятия не допускаются.
3. Иметь при себе сменную обувь, принадлежности для занятий (спортивный костюм, плавательные принадлежности, мыло, мочалку, полотенце).
4. Верхнюю одежду и обувь сдавать в гардероб.
5. Вход в помещение плавательного бассейна, спортзал разрешается только в присутствии проводящего занятия тренера.
6. В раздевалке бассейна снять и аккуратно сложить одежду в металлические ящики. ключ сдать дежурному контролеру раздевалки.
7. Тщательно мыться под душем с мылом и мочалкой, сняв купальный костюм и плавки. По окончании пользования душем обязательно закрыть краны горячей и холодной воды. Пользоваться душем при входе в ванну и выходе из нее не более 5 минут.
8. В процессе занятий должны:
 - совершенствовать спортивное мастерство;
 - выполнять индивидуальные планы подготовки;
 - соблюдать спортивный режим и гигиенические требования;
 - своевременно проходить диспансеризацию;
 - бережно относиться к полученному спортивному инвентарю и оборудованию спортивного учреждения.
9. Соблюдать меры безопасности на тренировочных занятиях и на соревнованиях.
10. В ванне бассейна запрещается:
 - нырять, прыгать с бортика стартовых тумб, затевать различные игры, особенно с подныриванием и потоплением друг друга. Громко кричать, смеяться, подавать ложные сигналы о помощи, висеть на разграничительных волногасящих дорожках;
 - спускаться с горки, прыгать с вышки без разрешения тренера (инструктора);
 - приносить в помещение плавательного бассейна посторонние предметы, грязную обувь, стеклянную посуду, жевательную резинку, одежду;
 - приносить в помещение ванны бассейна ценные вещи, (часы, браслеты, кольца, украшения, сотовые телефоны и т.п.). За несданные на хранение контролеру вещи.

документы и ценности администрация школы ответственность не несет;
-продолжать занятия в воде при появлении признаков недомогания, переохлаждения и в других случаях. Когда занимающийся не уверен в целесообразности продолжения занятий, он обязан сообщать тренеру(инструктору) информацию о состоянии здоровья и самочувствия.

Учащимся запрещается:

- бегать, прыгать в местах не предназначенных для занятий спортом,
 - толкать друг друга, бросаться различными предметами.
 - употреблять непристойные выражения по отношению друг к другу.
11. В случае пропуска тренировки учащийся должен предоставить тренеру записку от Родителей или медицинскую справку. Пропускать занятия без уважительной причины не разрешается.
12. Занимающиеся на любом этапе многолетней подготовки могут быть отчислены, в следующих случаях:
- ухудшения состояния здоровья на основании заключения врачебно-физкультурного диспансера;
 - не освоения, занимающимися минимальных объемов тренировочных нагрузок, утвержденных планом;
 - прекращение занятий по собственной инициативе;
 - грубых и неоднократных нарушений Устава спортивной школы (о чем учреждение) должно информировать родителей).
13. Настоящие правила доводятся до каждого занимающегося в СШОР по плаванию тренером согласно расписания занятий.

Заместитель директора
по спортивной подготовке



С.В.Когут