



«Утверждаю»

Директор МБУДО ДЮСШ «Дельфин»

А.Л.Низов

«01» сентября 2015 г.

**Правила внутреннего распорядка
обучающихся МБУДО ДЮСШ «Дельфин» и их родителей
(законных представителей обучающихся)**

I. Общие положения

1.1. Настоящие правила внутреннего распорядка разработаны для обеспечения эффективной работы тренеров-преподавателей, безопасности образовательного процесса, снижения уровня травматизма и числа несчастных случаев обучающихся в МБУДО ДЮСШ «Дельфин» (далее Учреждение).

1.2. Правила внутреннего распорядка (далее Правила) являются обязательными для всех обучающихся и их родителей (законных представителей).

II. Обязанности родителей

(законных представителей) обучающихся

2.1. Родители (законные представители обучающихся) обязаны:

2.1.1. Перед поступлением в Учреждение (обучение в последующем учебном году) представить тренеру-преподавателю справки медицинских учреждений, разрешающие заниматься плаванием:

- для занимающихся в малом бассейне - педиатра, дерматолога и результаты лабораторного обследования на энтеробиоз (впоследствии – 1 раз в квартал);

- для занимающихся в спортивном бассейне - терапевта (с пометкой: «допущен к занятиям плаванием») и дерматолога (с пометкой об отсутствии кожных заболеваний).

2.1.2. Обеспечить ребенка необходимой для занятий одеждой, обувью и принадлежностями.

2.1.3. Обеспечить своевременное прибытие ребенка для занятий в Учреждение (опоздавшие на занятия не допускаются).

В исключительных случаях, не являющихся систематическими, при опоздании на занятие не более 10 минут, малолетний ребенок проводится на занятие исключительно администратором Учреждения.

2.1.4. Своевременно, по окончании занятий в Учреждении, прибыть для встречи малолетнего ребенка (или ожидать окончания занятий в вестибюле Учреждения)

2.1.5. Присутствовать на занятии, проводимом с ребенком, исключительно по согласованию с тренером-преподавателем (на занятии в спортивном бассейне – на трибуне, на занятии в детском бассейне – в специально отведенном для этого месте).

Родители (законные представители) ребенка – инвалида (с ограниченными возможностями здоровья) сопровождают его к месту проведения занятия и присутствуют на занятии, проводимом тренером-преподавателем.

2.1.6. Исключить самостоятельное хождение по помещениям Учреждения, кроме вестибюля и мест общего пользования (туалетных комнат).

2.1.7. Довести до родственников – тех, кто обеспечивает привод ребенка в Учреждение об обязанностях, изложенных в настоящих Правилах.

III. Обязанности обучающихся

3.1. Строго соблюдать настоящие Правила, выполнять распоряжения администраторов, тренеров - преподавателей, инструкторов по спорту и медицинского персонала.

3.2. Соблюдать этические нормы в области спорта. Уважать честь и достоинство других обучающихся и сотрудников Учреждения.

3.3. Соблюдать спортивный режим, выполнять в полном объеме мероприятия, предусмотренные образовательной программой и учебными планами.

3.4. Перед началом занятия обучающиеся обязаны:

3.4.1. Прийти в плавательный бассейн до начала занятия, верхнюю одежду и обувь сдать в гардероб (обувь в полиэтиленовом пакете).

3.4.2. Переобуться в специальную обувь для бассейна (шлёпанцы, сланцы).

3.4.3. Сдать документы, деньги, мобильные телефоны и иные ценные вещи для хранения в гардероб.

3.4.4. Иметь при себе костюм и обувь для занятий в тренажерном зале, купальный костюм, шапочку, очки для плавания и средства личной гигиены: мыло (гель для душа), мочалка, полотенце.

3.4.5. Находиться в помещении вестибюля до прихода тренера-преподавателя.

3.4.6. Проходить в помещения плавательного бассейна (душевые, тренажерные залы, чаши бассейнов) организованной группой только в сопровождении тренера-преподавателя (в случае незначительного опоздания на занятие (не более 10 минут) пройти к месту занятия в сопровождении работника Учреждения (администратора).

3.4.7. В раздевальной переодеться в спортивную форму.

3.4.8. Перед занятием в бассейне вымыться в душевой под горячим душем без плавательного костюма, тщательно промыть мочалкой с мылом все части тела.

3.4.9. После посещения душа вымыть ноги и шлёпанцы, выйти в помещение бассейна.

3.4.10. Перед занятием пройти осмотр медицинским работником (в случае подозрения на наличие кожных заболеваний, медицинский работник вправе запретить занятия в плавательном бассейне и предложить представить к следующему занятию справку врача – дерматовенеролога, подтверждающую возможность посещения плавательного бассейна).

3.5. Во время занятия обучающиеся обязаны:

3.5.1. Заходить в воду только после разрешения своего тренера - преподавателя организованно, в порядке очереди, по лестницам спиной вперед, крепко держась руками за поручни.

3.5.2. Внимательно слушать и выполнять все указания тренера - преподавателя.

3.5.3. Начинать выполнение задания только по команде тренера - преподавателя.

3.5.4. Плавать только по дорожке, определённой тренером - преподавателем.

3.5.5. Плавать строго по правой стороне дорожки (направление движения – против часовой стрелки) и соблюдать дистанцию не менее двух метров до плывущего впереди.

3.5.6. При возникновении какой-либо проблемы (если занимающийся почувствовал недомогание, получил травму и т.п.) необходимо немедленно сообщить об этом своему тренеру-преподавателю используя при этом все возможные способы (поднять руку высоко вверх, громко позвать тренера и т.п.).

3.5.7. При нахождении в ванне плавательного бассейна сплёвывать только в переливные лотки, расположенные вдоль дорожек.

3.5.8. По окончании занятия по команде тренера - преподавателя, проводящего занятия, организованно, по очереди выходить из воды по лестницам, держась за поручни.

3.5.9. Незамедлительно сообщать тренеру-преподавателю о неисправностях тренажеров, спортивного инвентаря.

3.5.10. Бережно относиться к спортивному инвентарю и имуществу Учреждения.

3.6. По окончании занятия обучающиеся обязаны:

3.6.1. Возвращать инвентарь (очки, шапочки, доски) данный тренером - преподавателем на время занятия.

3.6.2. В течение 3-5 мин принять тёплый душ.

3.6.3. Уходя из душевой кабины перекрыть вентили душа.

3.6.4. Высушить волосы, используя электрические фены.

3.6.5. В течение 15 минут покинуть раздевалку Учреждения.

IV. Обучающимся запрещается:

4.1. Курить в помещениях Учреждения.

4.2. Бегать и толкаться в помещениях Учреждения.

4.3. Посещать занятия в болезненном состоянии (при плохом самочувствии).

4.4. Приносить и распивать в помещениях Учреждения алкогольные напитки.

4.5. Приносить в помещения бассейна продукты питания, напитки с последующим их употреблением, находиться в помещении плавательного бассейна с жевательной резинкой.

- 4.6. Посещать плавательный бассейн без осмотра медицинским работником.
- 4.7. Пользоваться стеклянной тарой в душевых.
- 4.8. Вставать ногами на скамейки в раздевалках.
- 4.9. Входить в бассейн без посещения душа и ножной ванны.
- 4.10. Втирать в кожу кремы и мази перед использованием бассейном.
- 4.11. Входить в воду без разрешения тренера-преподавателя или инструктора.
- 4.12. Бегать по лестницам и обходным дорожкам.
- 4.13. Плавать поперек плавательных дорожек, переплывать с одной дорожки на другую, оттягивать разделительные дорожки или ложиться на них.
- 4.14. Плавать в одежде, не предназначенной для плавательного бассейна и без купальной шапочки.
- 4.15. Прыгать с бортиков.
- 4.16. Прыгать со стартовых тумб, способами, угрожающими здоровью.
- 4.17. Ходить по переливным лоткам и краям бассейна.
- 4.18. Подниматься на вышку для прыжков и прыгать с нее.
- 4.19. Хватать и топить друг друга в воде.
- 4.20. Запрещается издавать ложные крики о помощи: «Тону!», «Спасите!», «Помогите!» и т.п.
- 4.21. Запрещается выходить из воды и (или) уходить с занятия (даже по уважительной причине), не предупредив тренера - преподавателя, проводящего занятия в бассейне.

V. Ответственность обучающихся и их родителей (законных представителей обучающихся)

- 5.1. Обучающиеся и их родители (законные представители) несут ответственность за нарушение настоящих Правил.
- 5.2. За неисполнение или нарушение Устава Учреждения, настоящих Правил или иных локальных нормативных актов к обучающимся могут быть применены меры дисциплинарного взыскания – замечание, выговор, отчисление из Учреждения.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575788

Владелец Низов Александр Львович

Действителен с 23.03.2021 по 23.03.2022