

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор ГБУ ДО СШОР «Манеж»  
Петродворцового района  
Санкт-Петербурга  
А.С. Максимов

Приказ № 150 от «06» 08 2024 г.

**ПРАВИЛА**  
внутреннего распорядка обучающихся  
в ГБУ ДО СШОР «Манеж»  
Петродворцового района Санкт-Петербурга

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящие Правила внутреннего распорядка обучающихся (далее — Правила) Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования спортивной школы олимпийского резерва «Манеж» Петродворцового района Санкт-Петербурга (далее — Учреждение) разработаны в соответствии:

- с пунктом 1 статьи 34.3 Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 № 329-ФЗ;
- приказом Министерства спорта Российской Федерации от 30 октября 2015 г. №999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации»;

1.2. Настоящие Правила регулируют режим организации учебно-тренировочного процесса обучающихся, применение мер поощрения и дисциплинарного взыскания к обучающимся в Учреждении.

1.3. Настоящие Правила обязательны для исполнения всеми обучающимися Учреждения при прохождении подготовки по программе спортивной подготовки по виду спорта, и родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся.

1.4. Настоящие Правила размещаются на информационном стенде и в информационно телекоммуникационной сети «Интернет» на официальном сайте Учреждения. Обучающиеся и их родители (законные представители) должны самостоятельно ознакомиться с настоящими Правилами. Разъяснение их содержания возлагается на тренерско-преподавательский состав Учреждения.

1.5. Обучающимся является лицо, зачисленное приказом директора в Учреждении для прохождения программы спортивной подготовки, в порядке поступления в соответствии с Правилами приема, перевода, отчисления и восстановления лиц в Учреждении, Уставом Учреждения и локальными нормативными актами Учреждения.

1.6. Дисциплина в Учреждении поддерживается на основе уважения человеческого достоинства обучающихся и работников. Применение физического и (или) психического насилия по отношению к обучающимся не допускается.

1.7. Настоящие Правила обязательны для исполнения всеми обучающимися Учреждения и родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся в рамках прохождения программы спортивной подготовки по виду спорта.

## **2. Режим учебно-тренировочного процесса**

2.1. Учебно-тренировочный процесс в Учреждении осуществляется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели.

2.2. Этапы и периоды подготовки, устанавливаются в соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта (далее - ФССП)

2.3. Если на одном из этапов спортивной подготовки, результаты прохождения не соответствуют требованиям, установленным федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта, прохождение следующего этапа подготовки не допускается.

2.4. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые и индивидуальные учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам (самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам);

- учебно-тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование.

2.5. Работа по индивидуальным планам проводится согласно годовым учебно-тренировочным планам с одним или несколькими обучающимися, а также включает в себя самостоятельную работу обучающихся по индивидуальным планам. Работа по индивидуальным планам в обязательном порядке осуществляется на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

2.6. Учебно-тренировочный процесс осуществляется преимущественно с 8.00 до 20.00. Время начала (на более раннее) и окончания (на более позднее) учебно-тренировочных занятий может быть изменено по согласованию с администрацией Учреждения.

Режим учебно-тренировочных занятий регулируется графиком работы (расписанием учебно-тренировочных занятий) тренера-преподавателя, составляется администрацией Учреждения по представлению тренера-преподавателя в целях установления наиболее благоприятного режима учебно-тренировочных занятий и утверждается директором Учреждения.

2.7. Учебно-тренировочные занятия проводятся в соответствии с учебно-тренировочным планом (годовым планом — графиком) и утвержденным расписанием, с обязательным одним выходным днем в любой день недели.

2.8. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации Программ рассчитывается в астрономических часах (60 минут) с учётом возрастных особенностей, этапа (периода) подготовки и не должен превышать:

- этап начальной подготовки — 2 часов;
- учебно-тренировочный этап - 3 часов;
- этап совершенствования спортивного мастерства - 4 часов;
- этап высшего спортивного мастерства - 4 часов;

2.9. В период учебно-тренировочных сборов обучающиеся обязаны:

- соблюдать установленный распорядок дня;
- добросовестно тренироваться, повышать уровень спортивного мастерства;
- быть дисциплинированными и внимательными;
- использовать время учебно-тренировочных занятий для овладения основами спортивного мастерства, воздерживаться от действий мешающим другим обучающимся;
- поддерживать чистоту в местах занятий и проживания, соблюдать установленный порядок пользования инвентарем и оборудованием;
- проявлять взаимную вежливость, терпимость, уважать честь и достоинство других обучающихся и тренеров-преподавателей;
- предупреждать поступки, действий, слова и поведение, приводящее к обидам и конфликтам;

- соблюдать правила хорошего тона;
- выполнять правила дорожного движения, проезда в городском и пригородном транспорте, поведения на воде, личной гигиены и санитарии.

2.10. Обучающиеся, достигшие возраста 14 лет, родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся, при получении новых документов, удостоверяющих личность, либо при внесении в них изменений, обязаны в трехдневный срок предоставить документы в отдел методического обеспечения ФСО Учреждения.

### **3. Общие правила организации учебно-тренировочного процесса**

3.1 Фактическое посещение обучающимся учебно-тренировочного занятия подтверждается подписью тренера-преподавателя в журнале учета групповых занятий.

3.2. При неявке обучающегося на учебно-тренировочное занятия по болезни или другим уважительным причинам, обучающийся и (или) родитель (законный представитель) обязаны в трехдневный срок поставить об этом в известность тренера-преподавателя или администрацию Учреждения, предоставить тренеру-преподавателю справку от врача. Пропускать занятия без уважительных причин не допускается.

3.3. Посещение учебно-тренировочных занятий, участие в учебно-тренировочных мероприятиях (сборах) и спортивных соревнованиях разрешается только при наличии медицинского допуска к учебно-тренировочным занятиям и спортивным мероприятиям.

3.4. Посещение учебно-тренировочных занятий и спортивных соревнований разрешается только при наличии спортивной экипировки (одежды и обуви), соответствующей виду спорта и условиям проведения занятия.

3.5. Обучающийся должен приходить в Учреждение за 10 минут до начала учебно-тренировочного занятия.

3.6. Нельзя приносить в Учреждение и на ее территорию с любой целью и использовать любым способом оружие, взрывчатые или огнеопасные вещества, спиртные напитки, наркотики, другие одурманивающие средства, а также токсичные вещества и яды.

3.7. За сохранность ценных вещей, оставленных в раздевалках (документов, денег, телефонов и иных ценностей) на время проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований, администрация Учреждения ответственности не несет.

3.8. Во время учебно-тренировочных занятий нельзя без разрешения тренеров-преподавателей покидать место проведения занятий (спортивный зал, тренажерный зал, бассейн).

3.9. Обучающиеся должны проявлять уважение к работникам Учреждения, обучающиеся и тренер-преподаватель должны относиться друг к другу уважительно.

3.10. Обучающиеся обязаны бережно относиться к спортивному оборудованию и инвентарю, другому имуществу Учреждения.

3.11. Обучающиеся обязаны подчиняться требованиям работников Учреждения.

3.12. Обучающимся запрещается:

- без разрешения администрации Учреждения выносить оборудование и спортивный инвентарь из Учреждения и его территории;
- приносить, передавать, использовать в Учреждении и на его территории оружие, колющие и режущие предметы, боеприпасы, взрывчатые вещества, пиротехнические

игрушки, а также другие предметы, подвергающие опасности жизни и здоровье участников тренировочного процесса и других людей:

- приносить, передавать и употреблять спиртные напитки, средства токсического и наркотического опьянения, табачные изделия, находиться в помещениях Учреждения в состоянии алкогольного или наркотического опьянения;
- курить в Учреждении и на его территории;
- применять физическую силу для выяснения отношений, использовать запугивание, вымогательство;
- совершать любые действия, влекущие за собой опасные последствия для окружающих, такие как толкание, удары любыми предметами, бросание чем-либо и т.д.;
- играть в азартные игры (карты и т.п.);
- загрязнять или засорять помещение Учреждения;
- посещать учебно-тренировочные занятия без спортивной формы и сменной обуви;
- употреблять в речи неприличные слова, выражения и жесты;
- нарушать правила техники безопасности на занятиях и спортивных мероприятиях.

#### **4. Правила при проведении учебно-тренировочных занятий.**

4.1. Ответственность за жизнь и здоровье обучающихся во время учебно-тренировочных занятий и после проведения учебно-тренировочных занятий, до выхода из Учреждения, полностью возлагается на тренера-преподавателя, проводящего учебно-тренировочное занятие.

4.2. Обучающийся обязан вести себя соответственно инструкциям по технике безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий и спортивных мероприятиях по соответствующему виду спорта.

4.3. Обучающийся к началу занятия должен быть переодет в соответствии с местом проведения занятия и погодными условиями.

4.4. Во время занятия нельзя шуметь, отвлекаться самому и отвлекать других посторонними разговорами, играми, не соответствующими профилю учебно-тренировочного занятия и требованиям тренера-преподавателя.

4.5. Если во время занятий обучающемуся необходимо отлучиться или покинуть занятие, то он должен попросить разрешение у тренера-преподавателя, проводящего учебно-тренировочное занятие.

4.6. В других случаях, обучающийся вправе покинуть занятия только после того, как тренер-преподаватель объявит об окончании занятия.

4.7. При ухудшении самочувствия обучающийся обязан сообщить тренеру-преподавателю.

#### **5. Меры поощрения и дисциплинарного воздействия.**

5.1. За высокие спортивные результаты и достижения в спорте, активное участие в спортивной и общественной жизни Учреждения для обучающихся устанавливаются следующие меры поощрения: объявление благодарности, награждение грамотой, награждение памятным подарком, направление благодарственного письма родителям

(законным представителям) обучающегося Поощрение обучающихся осуществляется администрацией Учреждения.

5.2. За нарушение Устава, настоящих правил и иных локальных нормативных актов Учреждения, регулирующих процесс спортивной подготовки к обучающемуся, могут быть применены следующие меры дисциплинарного воздействия: меры воспитательного характера, дисциплинарные взыскания.

5.3. Меры воспитательного характера представляют собой действия администрации Учреждения, ее работников, направленные на воспитание у обучающихся добросовестного отношения к учебно-тренировочному процессу и соблюдение дисциплины, разъяснение недопустимости нарушения Правил, осознание обучающимися совершенных им действий.

5.4. К обучающимся могут быть применены следующие меры дисциплинарного взыскания: замечание, выговор, отчисление из Учреждения. При выборе меры дисциплинарного взыскания должна учитываться тяжесть дисциплинарного проступка, причины и обстоятельства, при которых он совершен, а также мнение обучающихся, проходящих спортивную подготовку.

5.5. До применения меры дисциплинарного взыскания, учреждение должно затребовать от обучающегося письменное объяснение. Если по истечении пяти календарных дней указанное объяснение обучающимся не представлено, то составляется соответствующий акт.

Отказ или уклонение обучающегося от предоставления им письменного объяснения, не является препятствием для применения меры дисциплинарного взыскания.

5.6. Дисциплинарное взыскание применяется не позднее одного месяца со дня обнаружения дисциплинарного проступка и не позднее шести месяцев со дня его совершения, не считая времени болезни обучающегося, а также времени, необходимого на учет мнения обучающихся, родителей, но не более семи дней со дня представления директору Учреждения мотивированного мнения в письменной форме.

5.7. За каждый дисциплинарный проступок может быть применено только одно дисциплинарное взыскание. При наложении дисциплинарного взыскания действует принцип рецидива, когда за один и тот же проступок, совершенный в течение года, наказание ужесточается.

5.8. Применению дисциплинарного взыскания предшествует дисциплинарное расследование, осуществляемое на основании письменного обращения в комиссию по урегулированию споров между участниками спортивных отношений в Учреждении (далее — Комиссия).

5.9. В случае признания обучающегося виновным в совершении дисциплинарного проступка, Комиссией выносятся решение о применении к нему соответствующего дисциплинарного взыскания.

5.10. Отчисление обучающегося в качестве меры дисциплинарного взыскания применяется, если меры дисциплинарного воздействия воспитательного характера не дали результата, обучающийся имеет не менее двух дисциплинарных взысканий в текущем году и его дальнейшее пребывание в Учреждении оказывает отрицательное влияние на других обучающихся, нарушает их права и права работников, а также нормальное функционирование Учреждения. Отчисление несовершеннолетнего обучающегося как мера дисциплинарного взыскания не применяется, если сроки ранее

примененных к нему мер дисциплинарного взыскания истекли, и (или) меры дисциплинарного взыскания сняты в установленном порядке.

5.11. Дисциплинарное взыскание на основании решения Комиссии оформляется приказом директора Учреждения.

5.12. С приказом обучающийся и его родители (законные представители) знакомятся под подпись в течение пяти календарных дней со дня издания, не считая времени отсутствия обучающегося в Учреждении. Отказ обучающегося его родителей (законных представителей) ознакомиться с указанным приказом под подпись, оформляется соответствующим актом.

5.13. Если в течение года со дня применения меры дисциплинарного взыскания к обучающемуся не будет применена новая мера дисциплинарного взыскания, то он считается не имеющим дисциплинарного взыскания.

5.14. Основанием для отчисления обучающегося по инициативе Учреждения является нарушение обучающимся Правил внутреннего распорядка обучающихся в Учреждении: однократного грубого либо неоднократного нарушения обучающимся Правил. При этом неоднократным считается нарушение Правил, если к обучающемуся, ранее, в течение года применялась мера дисциплинарного взыскания.

5.15. К грубым нарушениям Правил относятся:

- неявка или самовольное покидание спортивных мероприятий (без разрешения тренера-преподавателя или руководства Учреждения), проводимых Учреждением в рамках программы спортивной подготовки (учебно-тренировочные занятия, спортивные мероприятия, учебно-тренировочные сборы, контрольные тестирования и т.д.)
- участие в спортивных мероприятиях, не предусмотренных реализуемой программой спортивной подготовки, по виду спорта (за исключением участия в спортивных мероприятиях спортивных сборных команд Российской Федерации и Санкт-Петербурга) либо участие в спортивных мероприятиях в составе команд других спортивных организаций без разрешения руководства Учреждения;
- пропуск учебно-тренировочных занятий без уважительных причин, более 40 % в течении месяца;
- несоблюдение требований врачебного контроля, в том числе, не прохождение в установленном порядке углубленных медицинских обследований;
- установление применения обучающимся допинговых средств и (или) методов, запрещенных к использованию в спорте;
- совершение противоправных действий и нарушение общественного порядка на территории Учреждения или спортивных сооружений в период учебно-тренировочных и спортивных мероприятий, а также в транспорте и в гостиничных комплексах в период выездных учебно-тренировочных мероприятий (сборов) и соревнований;
- появление в состоянии алкогольного, наркотического и токсического опьянения, распространение или немедицинское употребление наркотических веществ;
- несоблюдение техники безопасности, мер пожарной безопасности, в том числе хранение и распространение ядовитых, радиоактивных, взрывопожароопасных веществ и элементов, которые могут создать угрозу здоровью или жизни обучающихся, сотрудников Учреждения и спортивных сооружений, болельщиков и зрителей;
- несоблюдение санитарно-эпидемиологических норм и норм гигиены;

- порча помещений, мебели, спортивного оборудования и инвентаря, спортивной формы и иного имущества Учреждения;
- нарушение дисциплины во время тренировочного процесса;
- нарушение спортивной этики;
- проявление неуважения к чести и личному достоинству тренера-преподавателя, других работников Учреждения и обучающихся, в том числе оскорбительные и неуважительные действия и высказывания в отношении тренеров-преподавателей, обучающихся, сотрудников и посетителей Учреждения, как со стороны обучающегося, так и со стороны его родителей (законных представителей);
- другие случаи, установленные законодательством Российской Федерации.

5.16. Не допускается отчисление обучающегося в период болезни, прохождения лечения, временного отсутствия по уважительной причине в случае своевременного уведомления обучающегося либо его родителем (законным представителем) тренера-преподавателя или администрацию Учреждения.

5.17. К пропускам учебно-тренировочных занятий по уважительной причине относятся:

- пропуск занятия по болезни с предоставлением справки о состоянии здоровья;
- участие в мероприятиях образовательного учреждения, где учится обучающийся с предоставлением подтверждающего документа из образовательного учреждения.

5.18. Настоящие Правила действуют на территории Учреждения и распространяются на все мероприятия, проводимые Учреждением на базе других учреждений и организации.