

Рассмотрено на педагогическом совете  
Протокол №3 от «14» апреля 2023г.

«Утверждаю»  
Директор МБУ ДО СШ «Тюлячи»  
\_\_\_\_\_ И.С.Гиниятуллин

## **ПРАВИЛА**

### **внутреннего распорядка обучающихся МБУ ДО СШ «Тюлячи» Тюлячинского муниципального района Республики Татарстан**

#### **1. Общие положения**

1.1. Настоящие правила разработаны в соответствии с Уставом МБУ ДО «СШ «Тюлячи» Тюлячинского муниципального района Республики Татарстан и в целях обеспечения максимально комфортной жизнедеятельности юных спортсменов, создания и сохранения оптимального теплового баланса в системе «организм спортсмена – окружающая среда», поддержания комфортного теплового состояния спортсменов в процессе занятий физическими упражнениями различной интенсивности и направленности.

1.2. Спортивная одежда и обувь – это одежда и обувь, специально предназначенная, для занятий различными видами спорта. Они являются частью индивидуального снаряжения и должны обеспечивать благоприятные условия функционирования организма при интенсивных занятиях физическими упражнениями и спортом в различных метеорологических условиях, при этом должны учитываться также специфические особенности проводимых учебно-тренировочных занятий (занятия в спортивно-оздоровительных группах, в спортивном зале, на улице в группах избранного вида спорта).

1.3. Спортивная одежда должна поддерживать оптимальное тепловое равновесие организма во время занятий физическими упражнениями и спортом, обеспечивать эффективную спортивную деятельность, защиту травм и механических повреждений. Она должна быть легкой, удобной, не стеснять движений, соответствовать по росту и полноте.

1.4. Спортивная обувь должна быть удобной, легкой, прочной, мягкой, эластичной. Она должна иметь хорошую водоупорность, после увлажнения не терять гибкости и не изменять форму и размеры. Спортивная обувь должна соответствовать погодным условиям и особенностям занятий различными видами физических упражнений и спорта.

1.5. Настоящим положением устанавливаются отдельные требования, предъявляемые к форме одежды, осваивающих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта в зависимости от места проведения учебно-тренировочных занятий:

- в условиях спортивного зала;
- на открытом воздухе;
- в бассейне;
- в тренажерном зале.

## **2. Общие требования к одежде спортсменов.**

2.1. Рациональный гардероб юного спортсмена должен включать сменное нательное хлопчатобумажное белье или термобелье, сменные хлопчатобумажные носки, футболка и спортивные трусы (летний вариант), спортивный костюм (осенне-весенний вариант), утепленный спортивный костюм (куртка и брюки), шапочка (летний и утепленный вариант), перчатки, средства защиты (коленей, локтей), кеды или кроссовки.

2.2. Уход за одеждой должен проводиться систематически. Нательное белье и носки необходимо регулярно стирать, верхнюю одежду - чистить и проветривать. Спортивную обувь также необходимо регулярно мыть или чистить, высушивать и проветривать.

2.3. Спортивная одежда спортсменов являются индивидуальными, запрещается использовать чужую форму, экипировку для учебно-тренировочных занятий.

2.4. Хранить спортивную одежду разрешается в специальных помещениях, предназначенных для переодевания спортсменов и подготовки к учебно-тренировочным занятиям.

2.5. Форма одежды должна соответствовать месту проведения учебно-тренировочного занятия, его целям, дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, которую осваивает учащийся.

## **3. Требования к одежде учащихся, осваивающих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки.**

3.1. На учебно-тренировочные занятия в условиях спортивного зала учащиеся обязаны носить:

- спортивный костюм (брюки и куртка), или форму одежды, традиционную для выбранного вида спорта (кимоно, трико и.пр.)

- сменное хлопчатобумажное белье, носки (допускается использование теплых (махровых, шерстяных) носков), ветровки, шапочки, кроссовки, шиповки)

3.2. На учебно-тренировочных занятиях на открытом воздухе учащиеся обязаны носить:

- сменное хлопчатобумажное белье, носки (допускается использование теплых (махровых, шерстяных) носков), ветровки, шапочки, кроссовки, шиповки)

- спортивный костюм (брюки и куртка), ветровка.

3.3. В бассейне обучающиеся должны носить: девочки (закрытые купальники), мальчики плавки, всем учащимся обязательно носить резиновые тапочки, резиновые шапочки, во время заплыва защитные очки. Иметь сменное белье.

Остальные требования к форме по выбранному виду спорта до учащихся и их родителей (законных представителей) доводит тренер-преподаватель.

3.4. Для участия в спортивных соревнованиях по видам спорта учащиеся должны быть одеты в соответствии с требованиями к спортивной одежде по данному виду спорта.

## **4. Права и обязанности учащихся.**

4.1. Учащиеся обязаны в течение года являться на учебно-тренировочные занятия в спортивной форме в соответствии с дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по видам спорта, местом и условиями проведения учебно-тренировочных занятий.

4.2. Учащиеся обязаны следить за гигиеническим состоянием формы, своевременно стирать, чистить, высушивать, проветривать форму и обувь.

## **5. Права и обязанности родителей.**

5.1. Родители (законные представители) обязаны контролировать внешний вид учащегося, следить за соответствием избранной формы одежды дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по избранному виду спорта, месту и условиям проведения учебно-тренировочных занятий, гигиеническим состоянием спортивной формы и обуви.

6.2. Родители имеют право приобретать спортивную форму для учащегося в соответствии с собственными требованиями к материалу, качеству изготовления, бренду фирмы-производителя и т.п. и исходя из собственных финансовых возможностей.

#### **6. Права и обязанности тренера-преподавателя**

6.1. Тренер-преподаватель обязан довести до сведения учащихся, их родителей (законных представителей) требования, предъявляемые к одежде и внешнему виду учащихся.

6.2. Тренер-преподаватель обязан контролировать внешний вид учащихся, следить за соответствием избранной формы одежды месту и условиям проведения учебно-тренировочных занятий, гигиеническим состоянием спортивной формы и обуви, своевременно рекомендовать учащимся и их родителям (законным представителям) произвести стирку, чистку, ремонт, замену спортивной одежды.

6.3. Тренер-преподаватель обязан регулярно проводить беседы по общей и личной гигиене, гигиене одежды и обуви.

6.4. Тренер-преподаватель обязан следить за санитарным состоянием мест, предназначенных для переодевания учащихся и хранения спортивной формы и обуви.

6.5. Тренер-преподаватель имеет право рекомендовать родителям (законным представителям) спортивную форму той или иной фирмы-производителя, наиболее соответствующую современным стандартам, требованиям качества, степени защиты, удобства и т.п., не допуская при этом возникновения конфликта интересов.

6.6. Тренер-преподаватель имеет право не допустить к занятию учащегося в случае:

- явки без спортивной формы и обуви;
- неполного соответствия спортивной формы месту и условиям проведения занятия, требованиям безопасности.

#### **7. Права и обязанности медицинского персонала**

7.1. Медицинский работник обязан контролировать внешний вид учащихся, следить за соответствием избранной формы одежды программе, месту и условиям проведения учебно-тренировочных занятий, гигиеническим состоянием спортивной формы и обуви, своевременно рекомендовать учащимся и их родителям (законным представителям) произвести стирку, чистку, ремонт, замену спортивной одежды.

7.2. Медицинский работник обязан регулярно проводить беседы по общей и личной гигиене, гигиене одежды и обуви для учащихся, родителей (законных представителей).

7.3. Медицинский работник обязан следить за санитарным состоянием мест, предназначенных для переодевания занимающихся и хранения спортивной формы и обуви.

#### **8. Меры административного воздействия.**

8.1. Данный локальный акт подлежит обязательному исполнению всеми участниками учебно-тренировочного процесса.

8.2. Учащийся может быть отстранен от учебно-тренировочного занятия в случае:

- явки без спортивной формы и обуви;
- неполного соответствия спортивной формы месту и условиям проведения занятия, требованиям безопасности.

О факте отстранения от учебно-тренировочного занятия тренер-преподаватель обязан известить родителей (законных представителей) и администрацию СШ незамедлительно.