

**Государственное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Нижегородская областная спортивная школа олимпийского резерва  
по прыжкам на лыжах с трамплина и лыжному двоеборью»**

603024, РФ, Нижегородская область, г. Нижний Новгород, пл. Сенная, дом 2,  
ОГРН: 1025203032106, Дата присвоения ОГРН: 19.11.2002, ИНН: 5260055106,  
тел/факс 8 (831) 422-81-14 e-mail: tramplin\_nn@mail.52gov.ru

**ПРИНЯТО:**  
Педагогическим советом  
ГБОУ ДО НОСШОР  
(Протокол от 2 июня 2025 г.)

**УТВЕРЖДЕНО:**  
Приказом  
ГБОУ ДО НОСШОР  
от 2 июня 2025 г. № 29-с

**ПРАВИЛА  
внутреннего распорядка для обучающихся  
в ГБОУ ДО НОСШОР  
по прыжкам на лыжах с трамплина и лыжному двоеборью**

## **1. Общие положения**

1.1. Правила внутреннего распорядка имеют своей целью способствовать правильной организации работы, рациональному использованию учебно-тренировочного времени, повышению качества и эффективности процесса обучения, укреплению дисциплины обучающихся ГБОУ ДО НОСШОР по прыжкам на лыжах с трамплина и лыжному двоеборью (далее – учреждение). При поступлении в учреждение, администрация учреждения обязана ознакомить обучающихся и родителей (законных представителей) с Правилами внутреннего распорядка для обучающихся.

1.2. Вопросы, связанные с применением правил внутреннего распорядка для обучающихся решаются администрацией учреждения в пределах предоставленных ей прав, а в случаях, предусмотренных действующим законодательством и правилами внутреннего распорядка, совместно или по согласованию с Педагогическим советом учреждения.

1.3. Обучающимся является лицо, зачисленное приказом директора в учреждение для обучения по дополнительным образовательным программам в порядке поступления, перевода из другой спортивной школы, восстановления в соответствии с правилами, установленными Уставом учреждения и локальными нормативными актами.

1.4. Дисциплина в учреждении поддерживается на основе уважения человеческого достоинства обучающихся и педагогических работников. Применение физического и (или) психического насилия по отношению к обучающимся, педагогическим работникам и иным работникам учреждения не допускается.

## **2. Режим тренировочных занятий**

2.1. Режим тренировочных занятий строится с учетом начала и окончания учебных занятий в общеобразовательной школе. Расписание тренировочных занятий составляется с учетом возможности проведения как одного тренировочного занятия в день, так и 2-х разовых тренировочных занятий в день в каникулярный период и 3-х разовых тренировочных занятий в период тренировочных сборов, летнего оздоровительного лагеря, а также возрастных особенностей детей и установленных санитарно-гигиенических норм.

Конкретная продолжительность учебных занятий, а также перерывов между ними предусматривается настоящим Положением, учебными планами по видам спорта, расписанием.

2.2. Расписание тренировочных занятий составляется в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими требованиями к образовательным учреждениям дополнительного образования детей (СанПиН 2.4.3648-20). Утренние тренировки начинаются с 8:00, вечерние – заканчиваются не позднее 20:00 для детей с 6 до 17 лет.

Для лиц старше 18 лет, осуществляющих спортивную подготовку,

тренировочные занятия могут заканчиваться не позже 22:00.

2.3. Учреждение организует свою деятельность, как в здании учреждения, так и в помещениях других образовательных организациях в рамках действующего законодательства РФ.

2.4. На всех этапах спортивной подготовки после 30-45 мин занятий предоставляется возможность (не менее 10 минут) для отдыха обучающихся и проветривания помещений. При этом сам тренировочный процесс продолжается, данное время может быть также использовано для теоретической подготовки, воспитательной работы и другой деятельности педагогической направленности. В программе подготовки могут быть предусмотрены другие диапазоны продолжительности времени тренировки и перерывов с учетом специфики вида спорта, а также предусмотрена возможность перерывов для отдыха занимающихся в индивидуальном порядке или по подгруппам без прерывания всего тренировочного процесса в целом.

### **3. Основные обязанности обучающегося**

3.1. Обучающийся в учреждении обязан:

3.1.1. Выполнять Устав учреждения, соблюдать правила внутреннего распорядка, исполнять обязанности, возложенные на него локальными и нормативными актами.

3.1.2. Добросовестно осваивать образовательную программу, выполнять индивидуальный учебный план, в том числе посещать предусмотренные учебным планом или индивидуальным учебным планом учебные занятия; осуществлять самостоятельную подготовку к занятиям, выполнять задания, данные педагогическими работниками в рамках образовательной программы.

3.1.3. Заботиться о сохранении и об укреплении своего здоровья, стремиться к нравственному, духовному и физическому развитию и самосовершенствованию.

3.1.4. Соблюдать дисциплину, основу порядка в учреждении. Посещать все занятия, в соответствии с утвержденным расписанием; не опаздывать и не пропускать занятия без уважительной причины. В случае пропуска занятий ставить в известность тренера-преподавателя.

3.1.5. Овладевать занятиями, практическими навыками и умениями по избранному направлению учебно-тренировочной деятельности.

3.1.6. Принимать участия в спортивных соревнованиях по видам спорта, согласно календарю спортивно-массовых мероприятий учреждения.

3.1.7. Соблюдать положения (регламент) о физкультурных мероприятиях, спортивных соревнованиях, в которых принимает участие.

3.1.8. Соблюдать требования инструкций по охране труда, принятых в учреждении, во время участия в физкультурных мероприятиях, спортивных соревнованиях, учебно-тренировочных занятиях и при нахождении на объектах спорта.

3.1.9. Соблюдать этические нормы в области спорта. Уважать честь и достоинство других обучающихся и сотрудников учреждения, не создавать

препятствий для получения образования другими обучающимися.

3.1.10. Соблюдать санитарно-гигиенические требования, медицинские требования, своевременно проходить медицинское обследование в целях безопасности занятий спортом для здоровья.

3.1.11. Незамедлительно сообщать тренеру-преподавателю о возникновении ситуаций, представляющих угрозу жизни или здоровью для себя либо для других обучающихся, в том числе о неисправности используемых оборудования и спортивного инвентаря, заболеваниях, травмах, а также о нарушениях общественного порядка при проведении учебно-тренировочных занятий.

3.1.12. Бережно относиться к спортивному имуществу учреждения и нести в установленном порядке соответствующую материальную ответственность за его порчу и утрату.

3.1.13. Обучающимся, запрещается без разрешения администрации спортивной школы выносить предметы и различное оборудование из спортивного зала, раздевалок.

3.1.14. Обучающиеся приходят в учреждение за 15-20 минут до начала занятий. В спортивный зал заходят только в присутствии тренера-преподавателя.

3.1.15. Соблюдать антидопинговые правила.

3.1.16. Соблюдать надлежащую чистоту и поддерживать порядок. В спортивном зале обучающиеся должны находиться в чистой, сменной, спортивной обуви и спортивной форме.

3.1.17. Постоянно стремиться к повышению общей культуры, нравственному и физическому совершенствованию.

3.1.18. Исполнять иные обязанности в соответствии с законодательством о физической культуре и спорте, учредительными документами и локальными нормативными актами учреждения.

#### **4. Основные права обучающихся**

4.1. Обучающиеся имеют право:

4.1.1. Получать образование в соответствии с государственными образовательными стандартами, обучаться в пределах этих стандартов, получать знания, умения и навыки соответствующие современному уровню науки, техники, культуры.

4.1.2. Выбора вида спорта.

4.1.3. Посещать все виды учебных занятий в спортивной школе.

4.1.4. Получать спортивные разряды и спортивные занятия при выполнении норм и требований Единой всероссийской спортивной классификации;

4.1.5. Пользоваться лечебно-оздоровительной инфраструктурой, объектами культуры и объектами спорта образовательной организации, в том числе спортивной экипировкой, оборудованием и спортивным инвентарем.

4.1.6. Участвовать в спортивных мероприятиях, в том числе в официальных спортивных соревнованиях, и других массовых мероприятиях в

порядке, установленном правилами по виду спорта и положениями (регламентами) о спортивных и массовых мероприятиях (соревнованиях).

4.1.7. Посещать по своему выбору мероприятия, которые проводятся в учреждении, и не предусмотрены учебным планом, в порядке, предусмотренным локальными и нормативными актами.

4.1.8. Ознакомиться локальными нормативными актами, регламентирующими образовательную деятельность.

4.1.9. Быть включенными в состав спортивных сборных команд городского округа, области, Российской Федерации при условии соответствия критериям отбора спортсменов.

4.1.10. Бесплатно пользоваться библиотечно-информационными ресурсами, учебной, спортивной, методической базой образовательной организации, оргтехнической при проведении мероприятий.

4.1.11. Принимать участие во всех видах учебно-тренировочного процесса, соревнованиях.

4.1.12. Обжаловать приказы, распоряжения и иные действия администрации спортивной школы в порядке, установленном законодательством Российской Федерации.

4.1.13. На уважение своего человеческого достоинства, защиту от всех форм физического и психического насилия, оскорбления личности, охрану жизни и здоровья.

4.1.14. На свободу совести, информации, свободное выражение собственного мнения и убеждений в соответствии с действующим законодательством России;

4.1.15. Перевод в другую спортивную организацию, реализующую образовательную программу соответствующего уровня в порядке, определяемом в положениях учреждения.

4.1.16. Восстановление для получения образования в образовательной организации в порядке, определяемом в положениях учреждения;

4.1.17. Осуществление иных прав в соответствии с законодательством о физической культуре и спорте, учредительными документами и локальными нормативными актами учреждения.

## **5. Основные права и обязанности администрации учреждения**

5.1. Администрация спортивной школы имеет право:

5.1.1. Поощрять обучающихся за добросовестное отношение к учебно-тренировочному процессу, активное участие в общественной жизни учреждения.

5.1.2. Требовать от обучающихся ответственного, добросовестного отношения к учебно-тренировочному процессу, бережного отношения к имуществу спортивной школы, соблюдения правил внутреннего распорядка для обучающихся.

5.1.3. Привлекать обучающихся к дисциплинарной и материальной ответственности в порядке, установленном Федеральными законами и локальными нормативными актами.

5.1.4. Принимать локальные нормативные акты.

5.2. Администрация спортивной школы обязана:

5.2.1. Соблюдать законы и иные нормативные правовые акты, локальные нормативные акты.

5.2.2. Обеспечивать безопасные условия учебно-тренировочного процесса, отвечающие требованиям охраны труда и правилам личной гигиены, установленные для образовательных учреждений дополнительного образования детей;

5.2.3. Представлять представителям обучающихся полную и достоверную информацию о деятельности спортивной школы в соответствии с действующим законодательством России.

5.2.4. Создавать условия для улучшения качества подготовки и воспитания обучающихся с учетом требований современного учебно-тренировочного процесса, новейших достижений науки, техники и культуры.

5.2.5. Постоянно контролировать знания и соблюдения обучающимися требований инструкций по технике безопасности, производственной санитарии и гигиены труда, противопожарной безопасности.

5.2.6. Обеспечить исправное содержание помещений, отопления, освещения, вентиляции, оборудования.

5.2.7. Внимательно относиться к нуждам и запросам обучающихся, обеспечивать качественное проведение их учебно-тренировочного процесса.

5.2.8. Администрация осуществляет свои обязанности в соответствии с законодательством Российской Федерации.

## **6. Ответственность за нарушение правил внутреннего распорядка спортивного режима**

6.1. Дисциплина в организации, осуществляющей образовательную деятельность, поддерживается на основе уважения человеческого достоинства обучающихся, педагогических работников. Применение физического и (или) психического насилия по отношению к обучающимся не допускается.

6.2. За неисполнение или нарушение устава организации, осуществляющей образовательную деятельность, правил внутреннего распорядка и иных локальных нормативных актов по вопросам организации и осуществления образовательной деятельности, за невыполнение учебно-тренировочного плана по неуважительной причине, систематические прогулы учебных занятий, к обучающимся могут быть применены меры дисциплинарного взыскания – замечания, отчисление из учреждения.

6.3. Не допускается применение мер дисциплинарного взыскания к обучающимся во время их болезни, каникул.

6.4. При выборе меры дисциплинарного взыскания учреждение учитывает тяжесть дисциплинарного проступка, причины и обстоятельства, при которых он совершен, предыдущее поведение обучающегося, его психофизическое и эмоциональное состояние.

6.5. Дисциплинированное взыскание применяется не позднее одного месяца со дня обнаружения проступка и не позднее месяца со дня его

совершения, не считая времени болезни обучающихся.

6.6. Дисциплинарное взыскание, в том числе отчисление (кроме случаев отчисления за неуспеваемость), может быть наложено на обучающегося спортивной школы после получения от него объяснения в письменной форме, кроме случаев, когда такое объяснение взять от обучающегося не представляется возможным. Отчисление обучающихся осуществляется по решению Педагогического совета и оформляется приказом директора учреждения.

6.7. Обучающиеся, родители (законные представители) несовершеннолетнего обучающегося вправе обжаловать в комиссию по урегулированию споров между участниками образовательных отношений меры дисциплинарного взыскания и их применение к обучающемуся.

6.8. Отчисление обучающихся из спортивной школы возможно и по собственному желанию. В этом случае за обучающимся сохраняется право на восстановление в спортивной школе.

## **7. Порядок и правила поведения в помещениях**

7.1. Ответственность за благоустройство в учебно-тренировочных помещениях (наличие исправной мебели, спортивного инвентаря и оборудования, поддержания нормальной температуры, освещения и т.п.) несет администрация спортивной школы.

7.2. В помещениях спортивной школы запрещается:

7.2.1. приносить, передавать или использовать оружие, колющие и режущие предметы, взрывчатые вещества, газовые баллончики, газовые баллончики, токсичные и наркотические вещества, спиртные напитки;

7.2.2. использовать любые средства и вещества, которые могут привести к взрывам и пожарам;

7.2.3. курение (включая безникотиновые или паровые приспособления);

7.2.4. распитие спиртных напитков, пива и нахождение в состоянии алкогольного, токсического или наркотического опьянения;

7.2.5. загрязнение территории и помещений спортивной школы;

7.2.6. применять физическую силу для выяснения отношений, запугивания, вымогательства;

7.2.7. производить любые действия, влекущие за собой опасные последствия для окружающих;

7.2.8. бегать по коридорам и лестницам, толкать других учащихся, бросать друг в друга различные предметы, кричать, шуметь, употреблять непристойные выражения.

7.3. Обучающиеся берегут имущество, не мусорят, пользуются местами для личной гигиены по назначению.

7.4. Правила поведения в раздевалках:

7.4.1. Учащиеся снимают верхнюю одежду и уличную обувь в раздевалке;

7.4.2. Уличная обувь хранится в раздевалке в специальном мешке;

7.4.3. В карманах верхней одежды нельзя оставлять деньги, ключи, мобильные телефоны и другие ценные предметы;

7.4.4. В раздевалках нельзя бегать, толкаться, прыгать, так как это место является зоной повышенной опасности;

7.4.5. Нахождение в спортивных раздевалках во время занятий запрещено.

7.5. Правила поведения на занятиях:

7.5.1. Нельзя опаздывать на занятия, пропускать без уважительной причины;

7.5.2. Нельзя без разрешения тренера-преподавателя покидать место занятий;

7.5.3. Нельзя отвлекаться самому и отвлекать товарищей;

7.5.4. В случае нарушения этих правил тренер-преподаватель имеет право отстранить от занятий обучающегося;

7.5.5. Учащимся не разрешается во время занятий пользоваться мобильными телефонами;

7.5.6. В случае пропуска занятий обучающийся обязан представить тренеру-преподавателю медицинскую справку о причинах пропуска и о том, что он может посещать школу;

7.5.7. Обучающийся вправе покинуть место занятий только тогда, когда тренер-преподаватель объявит об окончании занятий.

7.6. Правила поведения в общественных местах:

7.6.1. Во время массовых мероприятий (соревнования и т.д.) учащийся не создает ситуации, угрожающих жизни и здоровью окружающих и его самого.

7.6.2. Указания и просьбы тренера-преподавателя обязательны к исполнению.

7.6.3. Учащийся имеет право самостоятельно возвращаться домой после мероприятия только с разрешения тренера-преподавателя.