



**ШКОЛА  
КАРАТЭ**

Департамент физической культуры, спорта и дополнительного образования Тюменской области. Государственное автономное учреждение Тюменской области «Областная спортивная школа олимпийского резерва каратэ» ГАУ ТО «ОСШОР каратэ»



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГАУ ТО "ОСШОР каратэ"

А.В. Потапов

## Правила поведения занимающихся

Настоящие Правила устанавливают нормы поведения занимающихся в здании, на тренировочных занятиях.

### 1. Общие положения:

- 1.1. При входе в школу занимающиеся обязаны соблюдать правила вежливости, снимают в гардеробе верхнюю одежду, головные уборы, меняют обувь и следуют к месту проведения занятия или других мероприятий.
- 1.2. Не оставлять в раздевалках и гардеробе ценных вещей, отдавать вещи на хранение тренеру, в противном случае администрация школы ответственность за сохранность вещей не несет.
- 1.3. Запрещается приносить в школу и на её территорию с любой целью и использовать любым способом оружие, взрывчатые, взрывоопасные или огнеопасные предметы и вещества; спиртные напитки, наркотики, другие одурманивающие вещества и яды, газовые баллончики.
- 1.4. Занимающиеся школы должны иметь необходимые для тренировочного процесса принадлежности: сменную обувь, спортивный костюм или кимоно, а на определённых этапах подготовки защитную экипировку, в соответствии с требованиями правил WKF (Всемирной Федерации Каратэ).
- 1.5. Занимающиеся школы обязаны проявлять уважение к старшим, заботиться о младших товарищах. Занимающиеся и тренер обращаются друг к другу уважительно.
- 1.6. Вне школы занимающиеся ведут себя так, чтобы не уронить свои честь и достоинство, не запятнать доброе имя школы.
- 1.7. Занимающиеся обязаны беречь спортивное оборудование и имущество школы, аккуратно относиться как к своему, так и к чужому имуществу.
- 1.8. Занимающиеся школы приходят на тренировочные занятия в установленное расписанием занятий время.

### 2. Поведение во время тренировочных занятий:

- 2.1. Безоговорочно выполнять указания тренера.
- 2.2. Максимально концентрировать внимание во время тренировочного процесса.
- 2.3. Заниматься с полной отдачей.
- 2.4. Исключить разговоры с другими спортсменами, которые принимают участие в тренировочном процессе на любые темы, не связанные с тренировкой.
- 2.5. Неспортивное поведение по отношению к другим занимающимся будет наказываться, вплоть до исключения с тренировок на одну неделю, а при повторном нарушении – исключением из школы.
- 2.6. Во время перерыва на занятиях необходимо вести себя спокойно, расслабив мышцы и успокоив нервную систему.
- 2.7. К каждому тренировочному занятию необходимо заранее готовиться: настраиваться, собираться и думать, как с максимальной эффективностью провести тренировку.
- 2.8. Ответственность за жизнь и здоровье занимающихся за время проведения тренировочных занятий полностью возлагается на тренера, проводящего тренировочное занятие.

КАРАТЭ – СПОРТ ДЛЯ СИЛЬНЫХ ДУХОМ



**ШКОЛА  
КАРАТЭ**

Департамент физической культуры, спорта и дополнительного образования Тюменской области. Государственное автономное учреждение Тюменской области «Областная спортивная школа олимпийского резерва каратэ» ГАУ ТО «ОСШОР каратэ»

2.9. Если во время занятий занимающемуся необходимо выйти из зала, то он должен попросить разрешения у тренера, проводящего тренировочное занятие.

2.10. В других случаях, занимающиеся вправе покинуть спортивный зал только после того, как преподаватель объявит об окончании занятия.

### **3. Поведение до начала и после окончания тренировочного занятия.**

#### **3.1. До начала занятия занимающиеся должны**

- прибыть на тренировку, переодеться в спортивную форму и ожидать разрешения преподавателя войти в спортивный зал.
- в случае опоздания на занятие, зайти, поздороваться, извиниться за опоздание и попросить разрешения приступить к занятию.
- приступить к занятию только после разрешения тренера.

#### **3.2. Запрещается до начала занятия:**

- бегать по лестницам, вблизи оконных проёмов и в других местах, непригодных для игр; шуметь, толкать друг друга, бросаться предметами и применять физическую силу для решения любого рода вопросов; употреблять непристойные выражения и жесты в адрес любых лиц.

#### **3.3. После окончания занятий:**

- помочь по просьбе преподавателя подготовить спортивный зал к следующему занятию, выйти из зала; при движении по коридорам, лестницам, проходам придерживаться правой стороны; подчиняться требованиям работников школы, в т.ч. администратора.
- получить одежду в гардеробе, аккуратно одеться и покинуть школу, соблюдая правила вежливости.

#### **3.4. Поведение в раздевалках:**

Занимающиеся проходят строго в спортивной (сменной) обуви, в раздевалке быстро переодеваются до и после тренировочного занятия, не задерживаются после окончания занятия, содержат в порядке используемые шкафчики и соблюдают чистоту в раздевалке, после посещения душевых кабин не забывают выключать воду.

### **4. Заключительные положения.**

4.1. Занимающиеся не имеют права во время нахождения на территории школы и при проведении школьных мероприятий совершать противоправные действия, опасные для собственной жизни и здоровья, а также здоровья и жизни окружающих.

4.2. Занимающиеся не имеют права находиться в здании школы после окончания тренировочных занятий или внеурочных мероприятий без разрешения работников школы.

4.3. За порчу имущества и спортивного инвентаря, оборудования посетители, в том числе занимающиеся спортивной школы (их родители или законные представители), возмещают материальный ущерб в размере 100% стоимости материальных ценностей.

4.4. Настоящие Правила действуют на территории школы и распространяются на все мероприятия, проводимые ГАУ ТО "ОСШОР каратэ" в том числе на базе других образовательных учреждений города.

КАРАТЭ – СПОРТ ДЛЯ СИЛЬНЫХ ДУХОМ