**Małopolski Związek Stowarzyszeń**

*Pieczątka WOZS\*\**

**Kultury Fizycznej**

**30-003 Kraków; ul. Śląska 5/1**

**NIP: 675-12-19-067**

**kom. 504 244 576**

[**www.mzskf.krakow.pl**](http://www.mzskf.krakow.pl) **e-mail: mzskf@mzskf.krakow.pl**

**Regulamin akcji jednostkowej kadry wojewódzkiej**

**JUNIORÓW MŁODSZYCH\* / JUNIORÓW i MŁODZIEŻOWCÓW\***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **SPORT** |  | | |
| **rodzaj akcji** | Zgrupowanie szkoleniowe\*/ Konsultacja szkoleniowa\*/ Konsultacja startowa\* | | |
| **Termin** |  | **MiejscOWOŚĆ** |  |

Każdy uczestnik akcji winien posiadać legitymację szkolną lub inny dokument potwierdzający tożsamość, kartę informacyjną, aktualne orzeczenie lekarskie o zdolności do uprawiania danego sportu oraz oryginał lub kopię zgody rodziców lub opiekunów prawnych zawodników niepełnoletnich lub oświadczenie zawodników pełnoletnich.

Koszty organizacji akcji jednostkowej dofinansowano ze środków FRKF którego dysponentem jest Minister Sportu i Turystyki.

**Wszystkich uczestników podczas wyjazdu i pobytu obowiązuje:**

1. Zastosowanie się do regulaminu akcji.
2. Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa i higieny odbywania zajęć sportowych.
3. Przestrzeganie przepisów bhp w miejscu pobytu i odbywania zajęć sportowych zgodnie z obowiązującymi na danym obiekcie regulaminami.
4. Dyscyplina i troska o porządek w czasie podróży, treningu, zwiedzania i w miejscu zakwaterowania, kultura słowa i właściwe zachowanie.
5. Całkowity zakaz spożywania napojów alkoholowych, palenia tytoniu itp. pod groźbą natychmiastowego usunięcia z akcji szkoleniowej, odesłania do domu na koszt rodziców i dalszych konsekwencji dyscyplinarnych.
6. Troska o zdrowie i bezpieczeństwo własne i innych w trakcie pobytu na akcji w szczególności na zajęciach szkoleniowych.
7. Korzystanie z dostępnych urządzeń zgodnie z ich przeznaczeniem pod kontrolą szkoleniowców lub osób wsp..
8. Zachowanie wszelkich przepisów obowiązujących na szlakach turystycznych w miejscach treningu, na ulicach i w miejscu zakwaterowania itp., oraz bezwzględne stosowanie się do wskazówek i poleceń kierownika akcji, szkoleniowców, osób współpracujących i przewodnika.
9. Odpowiednie obuwie i strój, stosowne do rodzaju zajęć, warunków atmosferycznych, terenowych itp.
10. Troska o miłą atmosferę w duchu życzliwości, przyjaźni i radości.
11. Natychmiastowe zgłoszenie wszelkich problemów zdrowotnych kierownikowi akcji i szkoleniowcom. Dopuszcza się zażywanie leków osobistych, po wcześniejszym zgłoszeniu oraz w oparciu o dane zawarte w karcie informacyjnej.
12. Zapoznanie z regulaminem zasad poruszania się pieszo na akcji szkoleniowej zgodnie z załącznikiem nr 1, regulaminem zasad poruszania się rowerem na akcji szkoleniowej zgodnie z załącznikiem nr 2 (kodeks drogowy), regulaminem zasad kąpieli na akcji szkoleniowej zgodnie z załącznikiem nr 3, regulaminem zasad korzystania ze sprzętu pływającego (kajak, łódź, osad itp.) na akcji szkoleniowej zgodnie z załącznikiem nr 4 do niniejszego regulaminu.
13. Odwiedziny mogą odbywać się po wcześniejszym zgłoszeniu Kierownikowi, tylko w czasie wolnym od zajęć szkoleniowych.
14. Wszystkie wyjścia poza miejsce zakwaterowania lub trasę treningu mogą odbywać się tylko za wiedzą i zgodą osób odpowiedzialnych na akcji szkoleniowej (kierownika, szkoleniowca lub osoby współpracującej).

**Wszystkim uczestnikom podczas wyjazdu i pobytu na akcji zabrania się:**

1. Wzajemnych odwiedzin w pokojach (dziewcząt u chłopców i odwrotnie).
2. Korzystania z obiektów sportowych, urządzeń i sprzętu sportowego bez zgody i nadzoru szkoleniowca lub os. wsp.
3. Korzystania z własnych urządzeń elektrycznych i gazowych (grzałek, kuchenek, itp.).
4. Kąpieli bez zgody szkoleniowca oraz nadzoru ratownika lub szkoleniowca lub os. wsp. z uprawnieniami ratownika.

**Konsekwencją niezastosowania się do Regulaminu podczas wyjazdu i pobytu na akcji jednostkowej jest usunięcie i odesłanie do domu na koszt rodziców lub opiekunów prawnych oraz dalsze konsekwencje dyscyplinarne.**

**Uczestników zapoznano z regulaminem akcji, z** **przepisami bhp oraz przeciwpożarowymi obowiązującymi w miejscu zakwaterowania, wyżywienia oraz odbywania zajęć szkoleniowych na spotkaniu organizacyjnym podczas pierwszego bloku zajęć. Kierownik akcji**

..........................................

*podpis*

**OBOWIĄZKI SZKOLENIOWCÓW I OSÓB WSPÓŁPRACUJĄCYCH   
na akcji jednostkowej kadry wojewódzkiej   
JUNIORÓW MŁODSZYCH\* / JUNIORÓW i MŁODZIEŻOWCÓW\***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **SPORT** |  | | |
| **rodzaj akcji** | Zgrupowanie szkoleniowe\*/ Konsultacja szkoleniowa\*/ Konsultacja startowa\* | | |
| **Termin** |  | **MiejscOWOŚĆ** |  |

1. Zapoznanie uczestników z obowiązującym regulaminem na akcji.
2. Zapoznanie się z kartami informacyjnymi zawodników oraz dzienniczkami klubowymi z realizowanymi obciążeniami treningowymi przez uczestników akcji szkoleniowej.
3. Dopracowanie planów pracy treningowej.
4. Organizowanie zajęć zgodnie z rozkładem dnia.
5. Prowadzenia zajęć szkoleniowych zgodnie z programem akcji.
6. Prowadzenie na bieżąco dziennika zajęć sportowych.
7. Sprawowanie opieki nad uczestnikami grupy w zakresie higieny, zdrowia, wyżywienia oraz innych czynności opiekuńczych.
8. Zapewnienie bezpieczeństwa uczestnikom akcji:
   * kontrola przestrzegania zasad bezpieczeństwa i higieny odbywania zajęć sportowych w odniesieniu do aktualnie obowiązujących przepisów bhp w miejscu pobytu i odbywania zajęć sportowych zgodnie z obowiązującymi na danym obiekcie regulaminami,
   * kontrola miejsc zakwaterowania, wyżywienia, odbywania zajęć sportowych i pracy personelu placówki (pokoje, stołówka, części wspólne budynku, obiekty sportowe, teren wokół budynków) oraz dróg do nich prowadzących, w szczególności sprawdzenie, czy ich aktualny stan odpowiada wymogom i przepisom z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy,
   * kontrola wyposażenia i stanu urządzeń sportowych, urządzeń technicznych, instalacji i sprzętu,
   * kontrola zawodników przed treningiem czy są ubrani w odpowiednią odzież i sprzęt zapewniający bezpieczeństwo w trakcie realizowanych zajęć sportowych,
   * zgłaszanie kierownikowi obiektu wszelkich spostrzeżonych braków i błędów, których sam usunąć nie może, a które grożą wypadkiem lub mogą przynieść szkodę zdrowiu,
   * przerwanie zajęć, gdy stan terenu, budynku, pomieszczenia, instalacji, materiału i warunki atmosferyczne - zagrażają uczestnikom treningu lub innym osobom,
   * planowe i okolicznościowe, teoretyczne i praktyczne zapoznanie uczestników z warunkami i wymogami bezpieczeństwa; pouczanie o istniejących i mogących zaistnieć niebezpieczeństwach oraz wskazywanie metod i środków zapobiegania im,
   * kontrola przestrzegania przez uczestników obowiązujących regulaminów zajęć i zachowania się oraz nadzór i czujność podczas pobytu na akcji, podróży, zajęć treningowych, wycieczek itp.,
   * natychmiastowe udzielenie lub zapewnienie uczestnikowi pierwszej pomocy i dalszej opieki w razie nieszczęśliwego wypadku i powiadomienie kierownika obiektu.
9. Prowadzenie innych zajęć zleconych przez kierownika akcji.

**Ponadto szkoleniowcy prowadzący zajęcia sportowe zobowiązani są do:**

1. Stosowania ubezpieczenia przy wykonywaniu ćwiczeń treningowych zgodnie z wymaganiami programowymi i metodycznymi oraz doświadczeniami codziennego życia i praktyki.
2. Bacznej obserwacji, sumiennego nadzoru i niepozostawiania bez opieki uczestników podczas wykonywania ćwiczeń sportowych.
3. Wyłączenia z zajęć lub ich części tych uczestników, których kondycja fizyczna lub psychiczna w danym dniu nie gwarantuje zachowania pełnego bezpieczeństwa, a uczestników, których stan zdrowia budzi zastrzeżenia - kierować na badania lekarskie.
4. W czasie zajęć treningowych, przy przeprowadzaniu ćwiczeń zwracania szczególnej uwagi na stopień przygotowania, wydolność i sprawność fizyczną uczestników, dobierając dla nich odpowiednie ćwiczenia.
5. Niewydawania uczestnikom sprzętu sportowego, który samowolnie i niewłaściwie użyty może stwarzać zagrożenie oraz niedopuszczania do zajęć na terenie placówki wówczas, gdy nie ma zapewnionego odpowiedniego nadzoru.
6. Przyuczania uczestników do prac ratowniczych i porządkowych.

**Przyjąłem/am do wiadomości obowiązki szkoleniowca/ osoby współpracującej i realizację programu oraz potwierdzam zdolność do pracy na akcji:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nazwisko szkol./ os. wsp.** | **Imię szkol. / os. wsp.** | **Data rozpoczęcia akcji** | **Podpis** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |