**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 e-mail: mzskf@mzskf.krakow.pl**

**Regulamin akcji jednostkowej  
Przygotowanie i udział ssm**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **SPORT** |  | | |
| **rodzaj akcji** | Finał\*/ Start kwalifikacyjny\*/ Przygotowanie\* | | |
| **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 zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

**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, opiekunów.
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, opiekunów 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, szkoleniowcom, opiekunom. 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, opiekuna).

**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, opiekuna.
3. Korzystania z własnych urządzeń elektrycznych i gazowych (grzałek, kuchenek, itp.).
4. Kąpieli bez zgody szkoleniowca, opiekuna oraz nadzoru ratownika lub szkoleniowca, opiekuna 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 TOWARZYSZĄCYCH   
na akcji jednostkowej Przygotowanie i udział ssm**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **SPORT** |  | | |
| **rodzaj akcji** | Finał\*/ Start kwalifikacyjny\*/ Przygotowanie\* | | |
| **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 towarzyszącej i realizację programu oraz potwierdzam zdolność do pracy na akcji:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nazwisko** | **Imię** | **Data rozpoczęcia akcji** | **Podpis** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |