

Biedrības „Daugavpils karatē skola”

Iekšējās kārtības noteikumi

1. Vispārīgie noteikumi

1.1. Biedrības „Daugavpils karatē skola” iekšējās kārtības noteikumi (turpmāk – Noteikumi) nosaka biedrības „Daugavpils karatē skola”, sportistu un viņu vecāku tiesības un pienākumus, lai pienācīgi organizētu sportistu treniņu procesu, kā arī drošības tehnikas noteikumus, lai līdz minimumam samazinātu traumu gūšanas risku treniņu procesā. Šie Noteikumi ir saistoši visiem biedrības „Daugavpils karatē skola” sportistiem, viņu vecākiem, treneriem un sporta nodarbību apmeklētājiem.

1.2. Biedrības „Daugavpils karatē skola” pamatmērķi ir:

- 1.2.1. Nodrošināt karatē popularizēšanu un attīstību Daugavpilī un Latvijā;
- 1.2.2. Ar karatē palīdzību veicināt cilvēku vispusīgu fizisko un garīgo attīstību;
- 1.2.3. Veikt zinātniski-pētniecisko darbību sporta jomā.

2. Biedrības „Daugavpils karatē skola” sportistu tiesības un pienākumi

2.1. Biedrības „Daugavpils karatē skola” sportistiem ir tiesības:

- 2.1.1. apmeklēt Biedrības „Daugavpils karatē skola” nodarbības saskaņā ar noteikto nodarbību grafiku;
- 2.1.2. piedalīties Biedrības „Daugavpils karatē skola” rīkotajos publiskajos sporta pasākumos;
- 2.1.3. vērsties pie Biedrības „Daugavpils karatē skola” treneriem ar jautājumiem par treniņu procesu.

2.2. Biedrības „Daugavpils karatē skola” sportistiem ir pienākumi:

- 2.2.1. sekot savam veselības stāvoklim un regulāri (reizi gadā) iziet padziļinātas profilaktiskās medicīniskās pārbaudes un iesniegt Biedrības „Daugavpils karatē skola” trenerim ģimenes ārsta un neiropatologa slēdzieni kopijas par veselības stāvokli un atļauju nodarboties ar karatē;
- 2.2.2. uz karatē nodarbībām sporta zālē ierasties ne ātrāk kā 15 min. pirms karatē nodarbības sākuma;
- 2.2.3. ierasties uz karatē nodarbībām kimono vai sporta apģērbā, kurā iespējams brīvi un ērti kustēties;
- 2.2.4. pirms karatē nodarbības sākuma jāpaziņo trenerim vai tā palīgam par veselības stāvokli vai tā izmaiņām (traumas, operācijas, slikta pašsajūta utt.);
- 2.2.5. aktīvi piedalīties nodarbībā, taču pārpūles gadījumā iespējams ar trenera atļauju uz brīdi atpūsties vai samazināt uzdevuma tempu;
- 2.2.6. nekavējoties pārtraukt nodarbību un informēt Biedrības „Daugavpils karatē skola” treneri, ja treniņa gaitā parādās nepatīkamas sāpes;
- 2.2.7. ievērot un izpildīt Biedrības „Daugavpils karatē skola” treneru norādījumus nodarbību laikā (personām, kas jaunākas par 18 gadiem, Biedrības „Daugavpils karatē skola” sporta zālēs atļauts darboties tikai trenera uzraudzībā);
- 2.2.8. nepamest nodarbību un sporta zāli bez trenera atļaujas;
- 2.2.9. ievērot nodarbību grafikos noteiktos nodarbību laikus;

- 2.2.10. startēt Biedrības „Daugavpils karatē skola” pieteiktajās un organizētajās sacensībās;
- 2.2.11. atrodies sporta zālē, ģērbtuvēs, dušas telpās un koplietošanas telpās, ievērot tīrību un kārtību, higiēnas, ugunsdrošības un drošības tehnikas noteikumus;
- 2.2.12. rūpēties par savām personīgām mantām (Biedrība „Daugavpils karatē skola” neuzņemas atbildību par ģērbtuvēs atstātām vērtīgām mantām);
- 2.2.13. neuzturēties ēkas telpās, kuras nav saistītas ar sporta zāles apmeklēšanu;
- 2.2.14. neapmeklēt karatē nodarbības paralēli citos karatē klubos, izņemot gadījumus, kad tas ir saskaņots ar Biedrības „Daugavpils karatē skola” vadību vai treneri;
- 2.2.15. jebkurā laikā un vietā stingri ievērot ceļu satiksmes noteikumus.

3. Biedrības „Daugavpils karatē skola” sportistu vecāku tiesības un pienākumi

- 3.1. Biedrības „Daugavpils karatē skola” sportistu vecākiem ir pienākumi:
 - 3.1.1. sekot bērnu veselības stāvoklim, nekavējoties informēt Biedrības „Daugavpils karatē skola” treneri ar jebkurām konstatētām bērnu veselības problēmām un nodrošināt, lai bērni izietu regulāras padziļinātas profilaktiskās pārbaudes;
 - 3.1.2. nodrošināt, lai bērni zinātu šajos Noteikumos noteiktos sportistu pienākumus un drošības tehnikas noteikumus un ievērotu tos;
 - 3.1.3. nodrošināt, lai bērni ievērotu nodarbību grafikos noteiktos nodarbību laikus;
 - 3.1.4. pēc Biedrības „Daugavpils karatē skola” nodarbību kavējuma nodrošināt sportistu ar attaisnojošo iemeslu apstiprinošu dokumentu: ārsta izziņu un/vai vecāku rakstīto attaisnojumu;
 - 3.1.5. nodrošināt, lai bērni ģērbtuvēs neatstāj vērtīgas mantas (Biedrība „Daugavpils karatē skola” neuzņemas atbildību par ģērbtuvēs atstātām vērtīgām mantām);
 - 3.1.6. pavadīt un sagaidīt pēc nodarbībām bērnus, kas jaunāki par 14 gadiem.

4. Biedrības „Daugavpils karatē skola” tiesības un pienākumi

- 4.1. Biedrībai „Daugavpils karatē skola” ir tiesības:
 - 4.1.1. mainīt nodarbību grafiku, iepriekš brīdinot par to sportistus un vecākus;
 - 4.1.2. sodīt un pat izslēgt sportistu no Biedrības „Daugavpils karatē skola”, kurš pārkāpj šos Noteikumus.
- 4.2. Biedrībai „Daugavpils karatē skola” ir pienākumi:
 - 4.2.1. nodrošināt kvalificētus trenerus treniņu procesam;
 - 4.2.2. sagatavot eksāmenam Biedrības „Daugavpils karatē skola” sportistus, kuri apmeklē nodarbības;
 - 4.2.3. nodrošināt treniņu norisi pēc sastādītā grafika, pieļaujot izmaiņas (paziņojot iepriekš) no Biedrības „Daugavpils karatē skola” neatkarīgu apstākļu dēļ.

5. Drošības tehnikas noteikumi

- 5.1. Biedrības „Daugavpils karatē skola” sportistu pienākumi nodarbību laikā:
 - 5.1.1. sporta zālē atļauts atrasties tikai ar trenera atļauju;
 - 5.1.2. nodarbību laikā drīkst veikt tikai tos paņēmienus un vingrojumus, kuri tiek demonstrēti un kurus māca treneris vai trenera palīgs;
 - 5.1.3. izpildot vingrojumus, jāizvietojas pa zāli tā, lai, veicot paņēmienus, būtu pietiekami daudz brīvas vietas, un jāseko, lai netraucētu citiem pilnvērtīgi trenēties;
 - 5.1.4. cīņas nodarbību laikā situācijās, kuras var radīt traumu, tūlīt pārtraukt paņēmieni izpildi;
 - 5.1.5. grupu nodarbībās, izpildot vingrinājumus taisnvirziena kustībā, tie jāizpilda vienā virzienā uz vienu pusi.
- 5.2. Biedrības „Daugavpils karatē skola” sportistiem aizliegts:
 - 5.2.1. nodarbību laikā nēsāt jebkurus cietus priekšmetus (gredzenus, kulonus, auskarus, matu sprādzes u.c.);

- 5.2.2. nodarbību laikā lietot košļājamo gumiju;
 - 5.2.3. izpildīt jebkuras tehniskās darbības tuvāk kā 2 m bīstamām vietām (cietiem priekšmetiem, sienām u.c.);
 - 5.2.4. bez trenera atļaujas (komandas) atstāt nodarbības vietu un iziet no sporta zāles;
 - 5.2.5. karatē nodarbību laikā lietot mobilo tālruni;
 - 5.2.6. lauzt vai citādi bojāt Biedrības „Daugavpils karatē skola” telpas, inventāru un ierīces;
 - 5.2.7. nodarbību laikā skaļi uzvesties, aizskart vai citādi traucēt un ietekmēt sportistus vai trenerus.
- 5.3. Biedrība „Daugavpils karatē skola” nenes atbildību gadījumā, ja Biedrības „Daugavpils karatē skola” sportistam rodas traumas, neievērojot treneru vai treneru palīgu norādījumus.

6. Apmaksa un nodarbību apmeklējumi

6.1. Apmaksa par nodarbībām jāveic līdz tekošā mēneša 25. datumam ar pārskaitījumu uz Biedrības „Daugavpils karatē skola” kontu vai skaidrā naudā.

6.2. Attaisnojoša iemesla dēļ (slimība, trauma, prombūtne) tiek piešķirtas šādas atlaides:

- - viena mēneša laikā nepārtraukti kavēti vairāk nekā 50 % nodarbību – puse mēneša maksas;
- - viena mēneša laikā nepārtraukti kavēti 100 % nodarbību – 100 % mēneša maksas.

Ja viena mēneša laikā kavēti mazāk nekā 50 % nodarbību, jāveic pilna apmaksā par visu mēnesi ar iespēju aizvietot kavētas nodarbības.

7. Atbildība

Par Biedrības „Daugavpils karatē skola” iekšējās kārtības noteikumu ievērošanu ir atbildīgi Biedrības „Daugavpils karatē skola” vadība, treneri, sportisti, sportistu vecāki.

8. Kārtība, kādā Biedrības „Daugavpils karatē skola” sportisti un vecāki tiek iepazīstināti ar Noteikumiem

8.1. Biedrības „Daugavpils karatē skola” sportisti un viņu vecāki ar Noteikumiem tiek iepazīstināti, iestājoties biedrībā.

8.2. Par iepazīstināšanu ar Biedrības „Daugavpils karatē skola” iekšējās kārtības noteikumiem sportisti un/vai viņu vecāki parakstās iesniegumā par iestāšanos biedrībā.

8.3. Noteikumi ir pieejami Biedrības „Daugavpils karatē skola” mājas lapā – www.daugavpils-karate.lv.

2011. gada 03. decembrī

Biedrības „Daugavpils karatē skola”
vadītājs **Sergejs Čapulis**