

REGULAMIN
OŚRODKA SZKOLENIA
POLSKIEGO ZWIĄZKU GIMNASTYCZNEGO W ZABRZU
na lata 2024 – 2025

I. POSTANOWIENIA OGÓLNE

1. Przez używane w niniejszym Regulaminie poniższe skróty, należy rozumieć:
OS PZG- Ośrodek Szkolenia Polskiego Związku Gimnastycznego; PZG - Polski Związek Gimnastyczny; GSK - Gimnastyka Sportowa Kobiet, MSiT - Ministerstwo Sportu i Turystyki; WPS - Wieloletni Plan Szkolenia; KNS, KNJ - Kadra Narodowa Seniorek, Kadra Narodowa Juniorek
2. OS PZG finansowany i prowadzony jest ze środków PZG otrzymanych z dotacji MSiT oraz Funduszu Rozwoju Kultury Fizycznej (FRKF)
3. PZG powołuje Koordynatora GSK PZG, który odpowiedzialny jest za sprawy organizacyjno-bytowe w funkcjonowaniu Ośrodka
4. OS PZG ma na celu szkolenie najlepszych, wyselekcjonowanych zawodniczek KNS i KNJ z całej Polski rokujących osiągnięcie wysokiego wyniku sportowego.
5. Trener główny OS PZG wybierany jest na zasadzie konkursu lub przedłużenia kontraktu. Trener główny powołuje zawodniczki do OS, za zgodą rodziców i klubu macierzystego, do akceptacji Zarządu PZG. Kontrakt trenera głównego powinien obejmować cykl olimpijski i jest przedłużany w cyklach rocznych.

**Polski Związek
Gimnastyczny**

ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa
tel. 570 990 303
kontakt@pzg.pl
www.pzg.pl

 **vectura**
SPONSOR STRATEGICZNY

 **TAURON**
SPONSOR TYTULARNY

6. Ośrodek pracuje w rocznych cyklach szkoleniowych w oparciu o Wieloletni *Program Szkolenia* (WPS) w Ośrodku opracowany przez trenera głównego.
7. Podstawą merytoryczną rocznej pracy Ośrodka jest realizacja *Rocznego Programu Szkolenia* (łączy) powstałego na bazie celów ujętych w WPS.
8. Działalność szkoleniowa OS PZG jest przedłużana co roku uwzględniając warunki finansowe, szkoleniowe i organizacyjne PZG

II. ZASADY FUNKCJONOWANIA OŚRODKA

1. Zawodnicy kwalifikowani są do OS PZG na podstawie decyzji Zarządu Sekcji GSK na wniosek Trenera Głównego OS PZG po uzyskaniu zgody Prezesa macierzystego klubu i rodziców.
 - a) kwalifikacja zawodniczek do OS PZG powinna opierać się na następujących kryteriach - dobry stan zdrowia określany wyłącznie przez lekarza COMS - osiąganie wysokich wyników sportowych w swoich kategoriach wiekowych - predyspozycje psychofizyczne, zapewniające możliwość osiągnięcia wysokiego wyniku sportowego - pracowitość i systematyczność
 - b) odwołanie zawodniczek z OS PZG może nastąpić z następujących powodów - zły stan zdrowia określony wyłącznie przez lekarza COMS, ograniczający możliwości wypełniania dużych obciążeń treningowych - brak widocznych postępów w szkoleniu sportowych, gwarantujących osiągnięcie wysokiego wyniku sportowego w zawodach mistrzowskich (ME, MŚ, IO) - łamanie zasad

**Polski Związek
Gimnastyczny**

ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa
tel. 570 990 303
kontakt@pzg.pl
www.pzg.pl

 **vectra**
SPONSOR STRATEGICZNY

 **TAURON**
SPONSOR TYTULARNY

pobytu w OS PZG, niesystematyczność w treningach i łamanie zasad współżycia społecznego

2. Decyzję o odwołaniu zawodniczki ze szkolenia w OS PZG podejmuje Zarząd Sekcji GSK na wniosek Trenera głównego. Zawodniczce lub rodzicom/opiekunom prawnym przysługuje prawo odwołania do Zarządu Głównego PZG. Decyzja Zarządu jest ostateczna.

3. Kandydaci muszą posiadać licencję sportową PZG.

4. Rozpoczynając szkolenie w OS PZG zawodniczki nie zmieniają przynależności klubowej.

5. Zawodniczki OS PZG spełniające obowiązek szkolny i obowiązek nauki są automatycznie uczennicami SMS w Zabrzu, która odpowiedzialna jest za realizację zajęć dydaktyczno-wychowawczych (zmiana postanowienia może ulec zmianie w wyjątkowej sytuacji, rozpatrywana przez Zarząd GSK, po konsultacji z Dyrekcją SMS w Zabrzu, indywidualnie).

6. Zawodniczkom zamieszkującym, niepełnoletnim zapewnia się zakwaterowanie wraz z opieką wychowawczą oraz wyżywienie w ustalonym zakresie.

a) zawodniczki miejscowe lub mieszkające w niewielkiej odległości od OS PZG mogą mieszkać w domu rodzinnym po uzyskaniu zgody trenera głównego OS PZG. Zakres wyżywienia ustala się indywidualnie dla każdej zawodniczki wg potrzeb.

**Polski Związek
Gimnastyczny**

ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa
tel. 570 990 303
kontakt@pzg.pl
www.pzg.pl

 **vectra**
SPONSOR STRATEGICZNY

 **TAURON**
SPONSOR TYTULARNY

8. Zawodniczkom zamiejscowym, pełnoletnim ustala się indywidualnie zasady zakwaterowania i żywienia w zależności od potrzeb lub dopłaty do żywienia i zakwaterowania.
9. Nadzór nad szkoleniem sportowym pełni osoba wyznaczona przez Zarząd PZG do kontroli szkolenia centralnego.
10. Weryfikacja i korekta składu osobowego OS PZG prowadzona jest przez Zarząd Sekcji. Zmiany w składzie zawodniczym dokonywane powinny być w cyklach półrocznych uwzględniając okresy szkolenia sportowego i kalendarz roku szkolnego. W sytuacjach wyjątkowych Zarząd Sekcji może podjąć decyzję nie uwzględniając kalendarzy szkoleniowych i szkolnych.
11. Trenerzy współpracujący powoływani przez PZG na dany rok szkoleniowy, muszą posiadać licencję PZG
12. PZG w ramach środków finansowych przeznaczonych dla OS PZG może dofinansować:
 - a) zgrupowania i konsultacje szkoleniowe w kraju,
 - b) starty w imprezach krajowych i międzynarodowych w kraju (nie dotyczy imprez mistrzowskich objętych systemem współzawodnictwa sportowego dzieci i młodzieży),
 - c) zgrupowania i konsultacje szkoleniowe za granicą,
 - d) starty w imprezach za granicą,
 - e) wypłaty w ramach bezosobowego funduszu płac,

**Polski Związek
Gimnastyczny**

ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa
tel. 570 990 303
kontakt@pzg.pl
www.pzg.pl

 **vectra**
SPONSOR STRATEGICZNY

 **TAURON**
SPONSOR TYTULARNY

- f) wypłaty w ramach osobowego funduszu płac,
- g) ubezpieczenia i badania zawodników,
- h) wynajem obiektów sportowych,
- i) doposażenie w sprzęt i ubiory sportowe,
- j) zakup lekarstw, odżywek i suplementów diety,
- k) inne zakupy związane ze szkoleniem zawodników, przewidziane przez MSiT.
- l) badania lekarskie, diagnostyczne, których potrzeba wykonania wynika z potrzeby szybkiej diagnozy po urazach, kontuzjach itp.

III. PRAWA I OBOWIĄZKI ZAWODNICZEK

1. Podczas uczestniczenia w badaniach lekarskich, zgrupowaniach, konsultacjach, w kraju i zagranicą niepełnoletnie zawodniczki OS PZG oraz powołane zawodniczki z Kadry Narodowej znajdują się pod opieką trenerów OS PZG i powołanych trenerów klubowych. Przejęcie odpowiedzialności następuje od momentu zgłoszenia się zawodniczki w wyznaczonym miejscu zbiórki, w dniu i godzinie ustalonej jako początek akcji i ustaje w dniu i godzinie ustalonej jako koniec akcji. PZG nie ponosi odpowiedzialności za zawodników podczas ich podróży z miejsca przebywania do siedziby OS PZG i z powrotem.
2. Rodzice/opiekunowie prawni nieletnich zawodników szkolonych w OS PZG zobowiązują się do:

**Polski Związek
Gimnastyczny**

ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa
tel. 570 990 303
kontakt@pzg.pl
www.pzg.pl

 **vectra**
SPONSOR STRATEGICZNY

 **TAURON**
SPONSOR TYTULARNY

- a) zapewnienia bezpiecznego dojazdu i odjazdu do i z OS PZG podczas przerw w szkoleniu (niedziele, święta, przerwy w szkoleniu itp.)
 - b) udzielenia zgody na przebywanie ich dziecka na czas trwania szkolenia
 - c) udzielenia zgody na transport ich podopiecznych z OS PZG na zawody sportowe, zgrupowania, konsultacje itp., bądź z innego ustalonego miejsca do miejsca odbywania akcji szkoleniowych OS PZG w przypadku akcji odbywających się poza siedzibą OS PZG
 - d) ubezpieczenia dziecka umożliwiającego korzystanie z publicznej opieki zdrowotnej w kraju i za granicą (dotyczy krajów w których odbywają się akcje szkoleniowe)
 - e) poniesienia konsekwencji finansowych i kosztów wszelkich szkód jakie powstaną w wyniku nieprzestrzegania niniejszego regulaminu oraz będących następstwem niewłaściwego zachowania ich podopiecznych podczas szkolenia w OS PZG.
3. Zawodniczki przebywające w OS PZG zobowiązane są w szczególności do:
- a) posiadania ważnej licencji PZG
 - b) systematycznego uczęszczania na zajęcia treningowe, zgodnie z planem dnia
 - c) aktywnego realizowania planów szkoleniowych, nakreślonych przez trenera głównego OS PZG
 - d) prowadzenia zdrowego, higienicznego trybu życia, zgodnego z zasadami uprawiania sportu

**Polski Związek
Gimnastyczny**

ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa
tel. 570 990 303
kontakt@pzg.pl
www.pzg.pl

 **vectra**
SPONSOR STRATEGICZNY

 **TAURON**
SPONSOR TYTULARNY

- e) wykonywania poleceń trenerów
- f) przestrzegania zasad bezpieczeństwa podczas wykonywania ćwiczeń
- g) poddawania się badaniom lekarskim, testom sprawnościowym, MTSF, badaniom COMS,
- h) poddawania się całorocznej kontroli masy ciała,
- i) dbałości o dobre imię i wizerunek OS PZG.

4. Trener główny OS PZG może wyciągnąć w stosunku do zawodniczek nie przestrzegających powyższych zasad następujące konsekwencje dyscyplinarne:

- a) upomnienie,
- b) nagana ustna,
- c) nagana ustna z powiadomieniem rodziców zawodniczki niepełnoletniej,
- d) wystosowanie wniosku wraz z uzasadnieniem do Zarządu Sekcji o skreślenie z listy zawodniczek OS PZG,
- e) wystąpienie z wnioskiem do Komisji Dyscyplinarnej o ukaranie zawodniczki.

5. Sankcje dyscyplinarne następują w wyniku naruszenia postanowień niniejszego

regulaminu, a w szczególności poprzez:

- a) nieusprawiedliwione nieobecności na zajęciach szkoleniowych,
- b) brak realizacji zadań szkoleniowych z winy zawodniczki,
- c) naruszenie Regulaminu OS PZG,
- d) prowadzenie niehigienicznego, niesportowego trybu życia.

**Polski Związek
Gimnastyczny**

ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa
tel. 570 990 303
kontakt@pzg.pl
www.pzg.pl

 **vectra**
SPONSOR STRATEGICZNY

 **TAURON**
SPONSOR TYTULARNY

6. Zawodniczki mają prawo do:

- a) korzystania z obiektów sportowych, sprzętu treningowego oraz fachowej wiedzy trenerów pracujących dla OS PZG,
- b) wyżywienia i zakwaterowania na zasadach finansowych opracowanych przez PZG na dany rok kalendarzowy,
- c) pokrycia kosztów udziału w turniejach, konsultacjach i zgrupowaniach zagranicznych na zasadach opracowanych przez PZG na dany rok kalendarzowy,
- d) osobistego sprzętu sportowego w ramach posiadanych środków,
- e) niezbędnych w szkoleniu odżywek, lekarstw, i sprzętu medycznego w ramach posiadanych środków,
- f) korzystania z opieki lekarskiej i zabiegów odnowy biologicznej i fizykoterapii po urazach i kontuzjach.

**Polski Związek
Gimnastyczny**

ul. Ratuszowa 11
03-450 Warszawa
tel. 570 990 303
kontakt@pzg.pl
www.pzg.pl

 **vectra**
SPONSOR STRATEGICZNY

 **TAURON**
SPONSOR TYTULARNY