

REGULAMIN WYCIECZEK SZKOLNYCH

Regulamin zachowania się uczniów

Szkoły Podstawowej im. Zofii Trzcíńskiej - Kamińskiej w Leścach podczas wycieczki

1. Uczestnicy wycieczki są zobowiązani do:

- a) zachowywania się w sposób zdyscyplinowany i kulturalny,
- b) stosowania się do poleceń, zakazów i nakazów wydawanych przez kierownika wycieczki, opiekunów lub przewodników;
- c) kulturalnego odnoszenia się do opiekunów, kolegów i innych osób.

2. Uczestnicy wycieczki w szczególności:

- a) przestrzegają przepisów ruchu drogowego i zachowują ostrożność na ulicach i w innych miejscach, w których może grozić jakiegokolwiek niebezpieczeństwo;
- b) nie oddalają się od grupy bez wyraźnego zezwolenia opiekuna,
- c) bezwzględnie przestrzegają zakazu picia alkoholu, palenia papierosów, zażywania środków odurzających;
- d) nie śmiecą, nie niszczą zieleni, nie płoszą zwierząt;
- e) dbają o czystość, ład i porządek w miejscach, w których przebywają;
- f) przestrzegają godzin ciszy nocnej,
- g) w miejscach noclegowych postępują zgodnie z obowiązującym tam regulaminem.

3. Korzystanie z telefonów i innych urządzeń elektronicznych w czasie wycieczki każdorazowo ustalone jest z kierownikiem wycieczki. Jeśli kierownik wyrazi na to zgodę, uczniowie zabierają urządzenia i korzystają z nich na własną odpowiedzialność (kierownik i opiekun wycieczki nie ponoszą odpowiedzialności na wypadek zagubienia lub uszkodzenia ww. sprzętu).

4. Wobec uczestników, którzy nie zastosują się do regulaminu i zasad bezpieczeństwa, będą wyciągnięte konsekwencje zgodnie ze Statutem Szkoły oraz Regulaminem nagradzania i zawieszania ucznia w korzystaniu z przywilejów.

5. W przypadku naruszenia przez ucznia punktu 2c będą zawiadomieni jego rodzice/prawni opiekunowie oraz dyrektor szkoły.

6. W razie wypadku uczestników wycieczki mają zastosowanie odpowiednio przepisy dotyczące postępowania w razie wypadków w szkołach i placówkach publicznych.
7. W sprawach nieuregulowanych niniejszym regulaminem mają zastosowanie odpowiednio przepisy Kodeksu Pracy, Statutu Szkoły, rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach oraz rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z 25 maja 2018 r. w sprawie warunków i sposobu organizowania przez publiczne przedszkola, szkoły i placówki krajoznawstwa i turystyki.
8. Przed wycieczką jej uczestnicy potwierdzają znajomość regulaminu podpisem na liście obecności (kierownik wycieczki zapoznaje jej uczestników z regulaminem).
9. **Regulamin wycieczek jest udostępniany do zapoznania rodzicom/opiekunom prawnym.**
10. Regulamin wraz z załącznikami obowiązuje od dnia 01.09.2024 r.

Załącznik nr 1

Zasady poruszania się po drogach w czasie trwania wycieczki

1. W czasie trwania wycieczki wszyscy podporządkowują się poleceniom, nakazom i zakazom kierownika wycieczki i opiekunów.
2. Uczestnicy wycieczki powinni być wyposażeni w odblaskowe emblematy, opaski lub kamizelki.
3. Wszyscy uczestnicy wycieczki idą zwartą grupą (parami). Na początku grupy idzie kierownik wycieczki jako prowadzący, następnie najmłodszy i najslabszy uczestnik wycieczki, do których należy dostosować tempo marszu, zaś na końcu idą najstarsi uczestnicy wraz z jednym z opiekunów.
4. W przypadku małych grup idą one lewym poboczem drogi lub szosy. Kolumny poruszają się prawym poboczem drogi lub szosy, a po zmroku są oświetlone latarkami. W czasie marszu należy zwracać uwagę na poruszające się po drodze pojazdy.
5. Nikt z uczestników nie odłącza się od grupy.
6. W czasie wycieczki na terenie miasta uczestnicy poruszają się wyłącznie po chodnikach, również zwartą grupą.
7. Uczestnicy wycieczki przekraczają jezdnię jedynie w miejscach do tego przeznaczonych (pasy dla pieszych).

Zasady zachowania się w czasie korzystania ze środków komunikacji

Jazda autokarem

1. Kierownik wycieczki wchodzi pierwszy do autokaru i ustala kolejność zajmowania miejsc przez uczestników wycieczki.
2. Przed odjazdem kierownik sprawdza listę obecności.
3. Kierownik wycieczki siada przy drzwiach z przodu autokaru.
4. Opiekun wchodzi do autokaru ostatni i zajmuje miejsce z tyłu autokaru przy drzwiach.
5. W czasie jazdy uczestnicy wycieczki siedzą na wyznaczonych miejscach, nie wstając z nich podczas jazdy.
6. W czasie jazdy uczestnicy nie spożywają posiłków i napojów dla własnego bezpieczeństwa (dozwolone jest to jedynie na postojach).
7. Przy wychodzeniu z autokaru pierwszy wysiada opiekun i stojąc przy drzwiach ustawia młodzież, zwracając uwagę, aby nie wybiegała na jezdnię.
8. Uczestnicy wycieczki zabierają swoje rzeczy, w autokarze zostawiają porządek.
9. Kierownik wycieczki wychodzi z autokaru ostatni sprawdzając, czy nikt z uczestników nie pozostał w autokarze.
10. Po wyjściu z autobusu i uformowaniu grupy kierownik wycieczki sprawdza listę obecności.

Jazda pociągiem/autobusem/tramwajem/trolejbusem

1. Jeżeli konieczny jest podział uczestników wycieczki na grupy (jazda pociągiem z przedziałami), należy dokonać tego przed wejściem do pojazdu.
2. Kierownik wycieczki wchodzi pierwszy i rozdziela dzieci i opiekunów w przedziałach, sprawdza listę obecności.
3. Wskazane jest, aby w każdym przedziale znajdowała się osoba dorosła.
4. Jeden z opiekunów wchodzi do pojazdu ostatni.
5. W czasie jazdy pociągiem uczestnikom nie wolno otwierać okien i wychylać się, należy zachować ład i porządek.
6. Przy wychodzeniu z pojazdu pierwszy wychodzi opiekun i ustawia uczniów na peronie.
7. Kierownik wychodzi z pojazdu po sprawdzeniu, czy nikt z uczestników tam nie pozostał.
8. Po uformowaniu grupy kierownik wycieczki sprawdza listę obecności.

Wycieczki rowerowe

1. Każdy uczestnik wycieczki powinien znać jej trasę i miejsce postoju.
2. Każdego uczestnika obowiązuje znajomość przepisów ruchu drogowego i ich przestrzeganie.
3. Każdego uczestnika obowiązuje jazda w kamizelce odblaskowej i kasku.
4. Zgodnie z przepisami ilość rowerzystów jadących w zwartej grupie nie może przekraczać 15.
5. Odległość jadących kolumn rowerzystów powinna wynosić minimum 200 metrów.
6. Niedopuszczalna jest jazda 2 uczestników wycieczki obok siebie chyba, że poruszają się w terenie zabudowanym a szerokość jezdni wynosi 6 metrów i nie zbliża się inny pojazd.
7. Odległości między rowerami powinny być takie, aby możliwe było bezpieczne hamowanie: 2, 3 metry, ale nie więcej niż 5.
8. Grupę prowadzi kierownik, on dyktuje tempo jazdy, wybiera drogę i nie można go wyprzedzać.
9. Osoby nie potrafiące utrzymać jednakowego tempa jazdy powinny jechać na końcu.
10. Odpoczynki w trasie powinny występować po przejechaniu 10 km, ale nie jest to normą i zależy to od możliwości grupy.
11. Podczas podjazdu nie stosuje się jazdy w zwartej grupie, każdy pokonuje wzniesienie własnym tempem.
12. Cała grupa zbiera się na szczycie wzniesienia.
13. O zmęczeniu lub słabym samopoczuciu każdy uczestnik powinien poinformować kierownika.
14. Podczas awarii roweru można wziąć go na hol stosując mocny sznurek o długości 3- 4 m. Jednym końcem przywiązujemy go do roweru holującego do ramy przy siodełku a drugi koniec należy okręcić o kierownicę roweru holowanego aby odłączenie było jak najprostsze.
15. Holowania powinna dokonywać osoba silna i tylko przez kilka kilometrów, później powinna nastąpić zmiana.
16. Podczas jazdy w lesie należy zwrócić szczególną uwagę na gałęzie i wystające korzenie.
17. Należy unikać najazdu kołami na patyki, co może być powodem uszkodzenia szprych i błotników.
18. Przed wjazdem do lasu należy ubrać się w bluzkę z długimi rękawami, założyć czapkę ze względu na kleszcze.
19. Po stwierdzeniu usterki, nawet najmniejszej, należy zatrzymać się i ją usunąć w celu uniknięcia większej awarii.
20. Zabrania się jazdy bez trzymania co najmniej jednej ręki na kierownicy.
21. Każdy uczestnik zobowiązuje się posiadać sprawny rower z dodatkowym wyposażeniem: dzwonek, oświetlenie, odblaski, błotniki, zamknięcie, pompka, narzędzia do naprawy roweru. itp.
22. Przez jazdą należy rower nasmarować i skontrolować dokręcenie wszystkich śrub i nakrętek.
23. Podczas postoju należy szanować przyrodę i pracę człowieka.
24. Każdy uczestnik zachowuje się stosownie w miejscach publicznych, sakralnych.

25. Nie wolno spożywać alkoholu ani innych środków mogących zagrozić zdrowiu, bezpieczeństwu jazdy czy życiu.
26. Każdy uczestnik zobowiązany jest posiadać ważne dokumenty: legitymację szkolną, kartę rowerową.
27. Będąc ostatnim w szyku należy ostrzegać jadących z przodu o nadjeżdżających pojazdach.
28. Po zakończeniu wycieczki każdy uczestnik niezwłocznie udaje się do miejsca swojego zamieszkania.

Załącznik nr 4

Wycieczki górskie

1. Organizacja wycieczek górskich dla młodzieży szkolnej powinna spełniać następujące warunki:
 - a) młodzież należy stopniowo wprowadzać w coraz wyższe rejony górskie i na trasy o wyższej skali trudności,
 - b) prowadząc młodzież w góry uwzględniamy normy wynikające z przesłanek fizjologicznych, dotyczących dystansu, czasu marszu i obciążenia młodych turystów.
2. W czasie trwania wycieczki wszyscy uczestnicy podporządkują się rozkazom i poleceniom prowadzącego.
3. Poruszamy się według ustalonego porządku:
 - a) przewodnik idzie pierwszy, nikt nie może go wyprzedzać, on dyktuje tempo marszu;
 - b) uczestnicy idą „gęsiego” w odstępach 1,5 do 2 metrów lub gdy teren na to pozwala, w luźnym szyku po kilka osób obok siebie;
 - c) grupę zamyka opiekun grupy, za tą osobą nie należy pozostawać;
 - d) grupa nie powinna rozciągać się na długiej przestrzeni.
4. Na zboczach stromych, oślizgłych najsprawniejsi turyści znajdują się na początku i na końcu grupy, pomagając mniej sprawnym.
5. Przy długich i stromych podejściach idziemy wolno lecz równomiernie, rzadko odpoczywając.
6. Przy podchodzeniu pod górę nie należy rozmawiać, utrudnia to rytmiczne oddychanie i dodatkowo męczy.
7. Przy schodzeniu w dół po stromych zboczach i w terenie skalnym należy zwracać uwagę na każdorazowe ustawienie stopy. Nigdy nie zbiegamy w dół.
8. Na trasie odpoczywamy co godzinę, czas trwania odpoczynku wynosi 15 minut (zdejmujemy plecaki, można usiąść, ale nie bezpośrednio na ziemi lub głazach, w czasie upału chronimy się do cienia).
9. Główny odpoczynek może trwać 1,5 – 2 godziny i powinien być połączony z posiłkiem.
10. Zbyt częste picie nie jest wskazane. Pragnienie zaspakajamy przede wszystkim w czasie posiłków, przed wyruszeniem w trasę i po jej zakończeniu.
11. W sytuacjach trudnych nie wzniesamy paniki, rygorystycznie podporządkowujemy się poleceniom prowadzącego wycieczkę:
 - a) mgła – w razie zgubienia szlaku turystycznego cofamy się całą grupą do ostatniego znaku,

- b) burza – całą grupą schodzimy poniżej grani i przeczekujemy burzę (uczestnicy pozbywają się metalowych przedmiotów, okrywają się pelerynami i w pozycji „kucznej” przeczekują burzę),
 - c) załamanie pogody (silne ochłodzenie, grad, opady śniegu z deszczem) - schodzimy całą grupą do najbliższego schroniska lub osiedla albo docieramy do planowanego celu najbliższą, najłatwiejszą drogą;
 - d) lęk przestrzeni – pomagają oddelegowani doświadczeni uczestnicy w pokonywaniu niebezpiecznego odcinka – nie dopuszczamy do paniki.
12. W razie wypadku osobom udającym się po pomoc dokładnie określamy miejsce wypadku i rodzaj obrażenia. Wzywamy GOPR. Nigdy nie wolno zostawiać rannego samotnie, nawet gdy znajdujemy się w łatwym terenie górskim. Udzieliwszy poszkodowanemu pierwszej pomocy oczekujemy spokojnie ratowników GOPR –u.
13. Na wycieczce przestrzegamy „KARTY TURYSTY”.

KARTA TURYSTY

1. Turystyka odradza Twe siły, pomaga każdemu, szczególnie młodzieży, poznawać kraj ojczysty.
2. Przyroda i dorobek kultury są własnością nas wszystkich i Ty jesteś za nie odpowiedzialny.
3. Turysta – Twój przyjaciel; służ mu radą i pomocą!
4. Zwiedź to, o czy czytałeś, przeczytaj o tym, co masz zwiedzić!
5. Dopusć naturę do głosu – nie hałasuj!
6. Zostaw miejsce pobytu w takim stanie, w jakim chciałbyś je zastać!
7. Ogień i szkło – źródłem niebezpieczeństw. Uważaj!
8. Alkohol – wrogiem turystyki, unikaj go na wycieczce!
9. Zachowaj ostrożność – Twoja lekkomyślność zagraża Tobie i innym!
10. Turysta – wszędzie gościem; pozostawiaj po sobie dobre wspomnienia!
11. Nie bądź obojętny wobec niewłaściwego zachowania innych!
12. Doby humor pomaga turyście w każdej sytuacji – uśmiechnij się!

Zapoznałam/-em się z regulaminem wycieczki i jej programem:

I.p.	Nazwisko i imię	Podpis ucznia	Data
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.			