REGULAMIN SZKOLNEJ WYCIECZKI ROWEROWEJ

1. W wycieczkach rowerowych może uczestniczyć każdy uczeń Szkoły Podstawowej im. Kornela Makuszyńskiego w Świeminie posiadający uprawnienia do kierowania rowerem (karta rowerowa).
2. Każdy uczestnik musi posiadać przy sobie kartę rowerową.
3. Na udział w wycieczce rowerowej zgodę muszą wyrazić rodzice lub prawni opiekunowie ucznia.
4. Warunkiem uczestnictwa w wycieczce jest posiadanie sprawnego roweru, wyposażonego w:
- hamulec
- z przodu światło białe lub żółte
- z tyłu światło czerwone i odblaskowe
- dzwonek

Należy zabrać ze sobą dodatkową dętkę lub łatki oraz klucze.
5. Ubiór uczestnika powinien być dostosowany do warunków pogodowych.
6. W czasie jazdy należy używać kasku ochronnego i kamizelkę odblaskową.
7. O każdej, nawet najmniejszej usterce należy niezwłocznie powiadomić kierownika lub opiekuna wycieczki.
8. Złe samopoczucia, kontuzje, czy też przemęczenie należy zgłosić kierownikowi lub opiekunowi wycieczki.
9. Podczas jazdy należy poruszać się zorganizowaną kolumną.
10. Zgodnie z przepisami ilość rowerzystów jadących w zwartej kolumnie nie może przekraczać 15.
11. Grupę prowadzi kierownik dostosowując tempo jazdy do najsłabszego uczestnika. Zabronione jest jego wyprzedzanie.
12. Na końcu kolumny jedzie opiekun grupy.
13. Zabroniona jest jazda dwóch rowerzystów obok siebie, chyba że poruszają się w terenie niezabudowanym, a szerokość jezdni wynosi 6 m i nie zbliża się inny pojazd.
14. Odległości między rowerzystami powinny być takie, aby możliwe było bezpieczne hamowanie.
15. Zabronione jest najeżdżanie na koło innego uczestnika oraz nagłe hamowanie bez przyczyny.
16. Wszelkie manewry na drodze należy sygnalizować i robić odpowiednio wcześniej, aby następny uczestnik zdążył na nie zareagować.
17. Postoje należy robić poza jezdnią jak najdalej od jej krawędzi.
18. Podczas postoju należy szanować przyrodę i pracę człowieka.
19. Każdy uczestnik zachowuje się stosownie w miejscach publicznych, sakralnych.
20. Podczas jazdy pod wzniesienie każdy uczestnik porusza się się własnym tempem. Na szczycie wzniesienia grupa czeka na wszystkich uczestników w bezpiecznym miejscu.
21. Podczas zjazdu ze wzniesienia nie należy zwiększać nadmiernie prędkości i wyprzedzać innych uczestników.

22. Na wycieczce rowerowej wszyscy wzajemnie sobie pomagają, szczególnie słabszym uczestnikom.

Pamiętaj, że może Ty też będziesz potrzebował pomocy!

23. Odpoczynki na trasie powinny występować po przejechaniu 10-15 km, ale nie jest to normą i zależy od możliwości grupy.
24. Podczas awarii roweru można go wziąć na hol stosując mocny sznurek o długości 3-4 metrów, jednym końcem przywiązujemy go do roweru holującego (do ramy przy siodełku), a drugi koniec należy okręcić o kierownicę roweru holowanego, aby odczepienie było jak najprostsze.
25. Holowania powinna dokonywać osoba silna i tylko przez kilka km, później powinna nastąpić zmiana.
26. Podczas jazdy w lesie należy zwracać szczególną uwagę na gałęzie i wystające korzenie.
27. Zabrania się jazdy bez trzymania co najmniej jednej ręki na kierownicy.
28. Będąc ostatnim w szyku należy ostrzegać jadących z przodu o nadjeżdżających pojazdach.
29. Nie wolno spożywać alkoholu, ani innych środków mogących zagrozić zdrowiu, bezpieczeństwu jazdy, czy życiu.
30. Po zakończeniu wycieczki, każdy uczestnik niezwłocznie udaje się do miejsca swojego zamieszkania. Rodzic zobowiązuje się do zapewnienia bezpieczeństwa dziecku w drodze pomiędzy miejscem zbiórki i rozwiązaniem imprezy, a domem.
31. Nieprzestrzeganie powyższego regulaminu może spowodować konsekwencje w postaci obniżenia oceny z zachowania i wykluczenia z późniejszych imprez turystyczno-rekreacyjnych.

REGULAMIN SPŁYWU KAJAKOWEGO

Każdy uczestnik spływu kajakowego zobowiązany jest:

1. Zapoznać się z zasadami Regulaminu spływu kajakowego oraz bezwzględnie się do nich stosować.
2. Wykonywać polecenia oraz dostosowywać się do nakazów i zakazów wydawanych przez organizatorów (kierownik, opiekun).
3. Zachowywać się w sposób kulturalny i zdyscyplinowany. Twoje zachowanie może mieć wpływ na bezpieczeństwo innych osób.
4. Nie oddalać się od grupy.
5. Informować opiekunów o jakichkolwiek sytuacjach niebezpiecznych mogących zagrażać życiu lub zdrowiu uczestników spływu.
6. Zgłaszać opiekunowi spływu, wszelkie objawy złego samopoczucia.
7. Dbać o czystość, ład i porządek w miejscach, w których się przebywa.
8. W obiektach noclegowych przestrzegać obowiązujących tam regulaminów.
9. Kulturalnie odnosić się do opiekunów, kolegów i innych osób.
10. Przestrzegać w czasie spływu ustalonego wcześniej szyku jednostek pływających, a w szczególności bezpiecznej odległości między jednostkami.
11. Do kulturalnego zachowania się na wodzie i w miejscu postoju, a także dbałość o sprzęt.
12. Uczestnicy siedzą w kajakach trzymając nogi w kokpicie, wchodzą do kajaka w miękkim obuwiu i dbają o czystość osobistą oraz sprzętu.
13. Zabezpieczyć swoje dokumenty i sprzęt w wodoodpornych opakowaniach, tak aby nie zatonęły.
14. Posiadać niezbędne wyposażenie zabezpieczające przed słońcem oraz deszczem i chłodem.
15. Po zakończeniu wycieczki każdy uczestnik niezwłocznie udaje się do miejsca swojego zamieszkania. Rodzic zobowiązuje się do zapewnienia bezpieczeństwa dziecku w drodze pomiędzy miejscem zbiórki i rozwiązaniem imprezy, a domem.
16. Nieprzestrzeganie powyższego regulaminu może spowodować konsekwencje w postaci obniżenia oceny z zachowania i wykluczenia z późniejszych imprez turystyczno – rekreacyjnych.