

Regulamin obozu sportowo – rekreacyjnego w Janowie Lubelskim – LATO 2026



Postanowienia ogólne

Każdy uczestnik ma obowiązek:

- Brać udział w zajęciach programowych o ile nie został zwolniony z tych zajęć przez wychowawcę / trenera.
- Punktualnie stawiać się na zajęciach i aktywnie w nich uczestniczyć.
- Przestrzegać planu dnia.
- Dbać o czystość i porządek oraz powierzzone mienie w miejscu zamieszkania i poza jego terenem.
- Stosować się do wewnętrznych regulaminów zajęć prowadzonych przez opiekunów.
- Stosować się do poleceń wychowawcy i kierownika kolonii/obozu.
- Mieć szacunek do kolegów, wychowawców, innych osób starszych i samego siebie.
- Przestrzegać zasad bezpieczeństwa, a w razie dostrzeżenia sytuacji stwarzającej zagrożenie dla życia i zdrowia innych, ma obowiązek natychmiast poinformować o tym wychowawcę.
- Uczestnikowi kolonii/obozu nie wolno oddalać się od grupy oraz poza teren kolonii/obozu bez wiedzy wychowawcy.

Regulamin dot. bezpieczeństwa oraz zachowania zasad higieny (stan zagrożenia epidemicznego)

- Zbiórka przed wyjazdem zorganizowana w miejscu zapewniającym przestrzeń dla zachowania dystansu społecznego
 - Dziecko na miejsce zbiórki przyprowadza tylko jeden rodzic / opiekun prawny
 - Żaden rodzic / opiekun prawny nie wchodzi do autokaru
- Uczestnik będzie:
 - przygotowany do stosowania się do wytycznych i regulaminów uczestnictwa oraz przestrzeganiem wzmożonych zasad higieny
- Uczestnik wie czemu służy i jak skutecznie :
 - dezynfekować ręce
 - wkładać maseczkę
 - zakładać rękawice jednorazowe
- Uczestnik zna i praktykuje dziesięć zasad bezpiecznego zachowania
 1. Częste mycie rąk
 2. Unikanie uścisków rąk podczas powitania
 3. Unikanie płacenia gotówką
 4. Unikanie dotykania oczu, nosa i ust
 5. Potrzeba regularnego dezynfekowania powierzchni dotykowych
 6. Potrzeba dezynfekowania urządzeń elektronicznych
 7. Zachowanie bezpiecznej odległości od rozmówcy
 8. Stosowanie zasad ochrony podczas kichania i kaszlu
 9. Zdrowie odżywianie i potrzeba częstego nawadniania organizmu
- Uczestnik zgłosi wychowawcy grupy, jeśli:
 - zauważy na swoim ciele niepokojące / inne ślady
 - poczuje się gorzej (ból głowy, ból brzucha, podwyższona temperatura, etc.)
 - zauważy zmiany w stanie zdrowia fizycznym, psychicznym u innych uczestników

Regulamin kąpeli i korzystania z kąpielisk

- Każdy uczestnik może przebywać na kąpielisku i kąpać się tylko w obecności ratowników i wychowawców obozu.
- Wszystkie osoby znajdujące się na terenie kąpieliska są zobowiązane podporządkować się nakazom ratowników.
- Kąpiel odbywa się w grupach nie większych niż 15 osób wg ustalonego harmonogramu.
- Przed rozpoczęciem kąpeli instruktor powinien stwierdzić, czy u żadnego z uczestników mających wziąć udział w kąpeli nie występują przeciwwskazania zdrowotne.
- Kąpiel rozpoczyna się i kończy zgodnie z uprzednio ustalonym sygnałem podanym przez ratownika.
- Grupa biorąca udział w kąpeli odlicza obecność przed wejściem i po wyjściu z wody.
- Osoby nie umiejące pływać nie mogą przekraczać granicy dla osób nie umiejących pływać.
- Osoby umiejące pływać nie mogą przekraczać granicy wyznaczonego kąpieliska.
- Bez pozwolenia ratownika nie można wchodzić do wody.
- O każdorazowym wyjściu z wody należy uprzednio poinformować ratownika.
- Na kąpielisku należy zachować względną ciszę.
- Zakazane jest wszczynanie nieuzasadnionych alarmów.
- Zakazane jest skakanie z pomostów.
- Osoby pozostające na brzegu cały czas powinny obserwować kąpiących się.
- Osoby naruszające regulamin kąpieliska będą z niego usuwane pod karą zakazu wstępu.

Regulamin korzystania z obiektów sportowych

- Każdy korzystający z obiektu jest zobowiązany do:
 - Zapoznania się z niniejszym regulaminem i przestrzegania jego zasad,
 - Podporządkowywania się poleceniom obsługi obiektu, osoby prowadzącej zajęcia, służb porządkowych,
 - Utrzymania czystości, ładu i porządku na terenie obiektu,
 - Korzystania ze sprzętu sportowego i wyposażenia obiektu zgodnie z jego przeznaczeniem,
- Za bezpieczeństwo i porządek podczas zajęć odbywających się na obiekcie odpowiada jej organizator.
- Z obiektu mogą korzystać grupy zorganizowane zgodnie z harmonogramem i w obecności trenera, nauczyciela lub instruktora, który jest odpowiedzialny za właściwe zachowanie się ćwiczących oraz za ich bezpieczeństwo.
- Dzieci do lat 7 mogą przebywać na obiekcie wyłącznie pod stałą opieką osoby pełnoletniej. 1.11. Z obiektu nie mogą korzystać osoby z przeciwwskazaniami lekarskimi.
- Na terenie obiektu zabrania się:
 - palenia tytoniu poza miejscami do tego wyznaczonymi,
 - spożywania napojów alkoholowych lub środków odurzających,
 - korzystania ze sprzętu sportowego i wyposażenia obiektu niezgodnie z jego przeznaczeniem,

- o wnoszenia petard, materiałów łatwopalnych oraz innych przedmiotów niebezpiecznych,
- o niszczenia wyposażenia obiektu oraz zieleni,
- o wprowadzania zwierząt,
- o rozkładania sprzętu sportowego bez obecności osoby prowadzącej zajęcia lub pracownika zatrudnionego na obiekcie,
- o wjeżdżania pojazdów na teren obiektu bez zezwolenia osoby zatrudnionej na obiekcie, i) rozniecania ognisk,
- o wchodzenia na ogrodzenia, płoty, drzewa, bramki, dachy budynków,
- Wszelkie skaleczenia, urazy, zagrożenia itp. należy niezwłocznie zgłaszać prowadzącemu zajęcia lub osobie zatrudnionej na obiekcie.
- Zarządzający obiektem może kontrolować wszystkie zajęcia, a w razie stwierdzenia uchybień zakazać dalszego korzystania z obiektu.
- Za rzeczy wartościowe pozostawione na obiekcie zarządzający nie ponosi żadnej odpowiedzialności.
- Na obiekcie nie prowadzi się depozytu.
- W przypadku stwierdzenia wyrządzenia szkody, osoba odpowiedzialna za dokonanie zniszczeń zostanie za nią obciążona materialnie.
- Osoby niestosujące się do postanowień niniejszego regulaminu zostaną usunięte z terenu obiektu.

Regulamin poruszania się po drogach

- W czasie wycieczki po drogach publicznych jej uczestnicy podporządkowują się poleceniom wychowawcy - wyznaczonego przez kierownika.
- Uczestnicy idą zwartą grupą w szyku podanym przez wychowawcę, maksymalnie czwórkami, na przedzie grupy zawsze idzie prowadzący wycieczkę, następnie najmłodsi uczestnicy, którzy nadają tempo marszu pozostałym, kolumnę zamykają najstarsi uczestnicy wycieczki i jeden z opiekunów.
- Kolumna porusza się prawą stroną jezdni lub szosy jak najbliżej jej krawędzi, zajmując nie więcej niż połowę szerokości drogi.
- Maszerując małymi grupkami lub pojedynczo, w przypadku, gdy nie ma chodnika lub specjalnego miejsca przeznaczonego dla pieszych, idziemy lewą stroną drogi jeden za drugim lub przy małym ruchu parami. W czasie marszu należy zwracać uwagę na pojazdy poruszające się po drodze lub szosie.
- Piesi w wieku do 10 lat mogą iść w kolumnie tylko dwójkami pod nadzorem, co najmniej jednej osoby pełnoletniej.
- Nie wolno zatrzymywać się w miejscach, gdzie utrudniona jest widoczność, np. na zakrętach, za i przed wzniesieniem, które zasłaniają widoczność maszerującym i kierowcom.
- Jeżeli przemarsz kolumny odbywa się przy niedostatecznej widoczności (noc, silny deszcz), pierwszy i ostatni z maszerujących z lewej strony (od osi jezdni) są zobowiązani nieść zapalone latarki:
 - pierwszy - ze światłem białym, skierowanym do przodu,
 - ostatni - ze światłem czerwonym, skierowanym do tyłu.
- W miastach należy poruszać się zwartą grupą po chodnikach lub innych szlakach przeznaczonych dla pieszych. Jezdnię przekraczamy jedynie w miejscach wyznaczonych lub przewidzianych przepisami.

Zabrania się:

- odłączać się od grupy bez zezwolenia wychowawcy,
- maszerować po jezdni kolumnie pieszych w czasie mgły,
- maszerować kolumnie pieszych do lat 10 w warunkach niedostatecznej widoczności,
- prowadzić po jezdni kolumny pieszych przez osobę w wieku poniżej 18 lat.

Regulamin przejazdów

- Pasażer winien przybyć na wskazane miejsce zbiórki, co najmniej 15 minut przed planow. odjazdem autokaru.
- Pasażer powinien zająć miejsce w autokarze wskazane przez obsługę co najmniej 5 minut przed planowanym odjazdem. Przewoźnik nie będzie oczekiwał na pasażerów nie stosujących się do niniejszego postanowienia.
- Uczestnicy podczas przejazdu powinni pozostawać na swoich miejscach.
- W środku lokomocji uczestnicy są zobowiązani do zachowania czystości.
- Pasażer jest zobowiązany do przestrzegania przepisów porządkowych obowiązujących w transporcie oraz zaleceń obsługi autokaru.
- Pasażer odpowiada za szkody wyrządzone Przewoźnikowi (w tym szczególnie za zniszczenia wyposażenia autokaru) i innym Pasażerom na zasadach ogólnych przewidzianych przepisami Kodeksu Cywilnego.
- Pasażer, który w sposób umyślny lub wskutek zaniedbania zanieczyszcza autokar jest zobowiązany do zapłaty na rzecz Przewoźnika kwoty stanowiącej równowartość kosztów, które musi ponieść Przewoźnik w celu całkowitego naprawienia szkody.
- W przypadku, gdy autokar jest wyposażony w pasy bezpieczeństwa Pasażer jest zobowiązany do korzystania z tych pasów podczas podróży.

Regulamin przeciwpożarowy

Wskazania zapobiegawcze:

- Za stan bezpieczeństwa pożarowego odpowiedzialny jest właściciel ośrodka, kadra instruktorska oraz wszyscy uczestnicy obozu.
- Każdy uczestnik powinien znać przyczyny powstawania pożarów, zasady zapobiegania im oraz

sposoby zachowania się w przypadku pożaru.

- Każdy uczestnik, jeżeli zauważy pożar lub przyczynę mogącą spowodować jego powstanie, powinien natychmiast zawiadomić o tym instruktora.
- W wypadku powstania pożaru należy zachować spokój i natychmiast przystąpić do gaszenia pożaru za pomocą posiadanego sprzętu oraz bezzwłocznie zawiadomić Straż Pożarną.
- Po przybyciu Straży Pożarnej na miejsce należy podporządkować się rozkazom prowadzącego akcję i ściśle z nim współpracować. Po ukończeniu akcji sprzęt przeciwpożarowy, urządzenia i środki gaśnicze należy bezzwłocznie przygotować do następnego użycia.

Na obozie zabrania się:

- Rozpalania ognisk w odległości mniejszej niż 100 m od drzew, krzewów, urządzeń obozowych.
- Chodzenia z otwartym ogniem po lesie i posługiwanie się nim (pochodnie, świece, lampy naftowe) w namiotach i innych pomieszczeniach.
- Zaśmiecania lasu puszkami po konserwach, butelkami, szkłem, papierem itp.
- Używania do rozpalania ognisk chemicznych środków łatwopalnych.
- Przenoszenia i przechowywania w namiotach materiałów łatwopalnych i żrących.
- Instalowania urządzeń elektrycznych bez udziału upoważnionego fachowca.
- Dokonywania napraw sieci urządzeń elektrycznych przez osoby nie upoważnione.
- Rozpalania ognisk przez uczestników bez nadzoru kadry.

.....
podpis rodzica / opiekuna prawnego

.....
podpis dziecka