

Pravila za varno izvedbo dejavnosti

(ekskurzij, izletov, športnih dni, naravoslovnih dni, taborov idr.)
(velja za profesorje in dijake)

1. Uvod

Vsaka dejavnost mora imeti izdelan pisni načrt oziroma program. Vodja dejavnosti ga vsaj tri dni pred odhodom odda ravnatelju. Vodja in ostali spremljevalci se morajo držati spodaj zapisanih pravil. Med vodji in spremljevalci mora biti vsaj eden, ki je usposobljen za nudenje prve pomoči. Vsaka skupina mora imeti komplet prve pomoči s seznamom potrebnih pripomočkov. Vsi vodje oziroma spremljevalci morajo biti med seboj dosegljivi z mobilnimi telefoni. Starši morajo vodje obvestiti o morebitnih posebnostih svojih otrok, ki bi lahko vplivale na varnost dijakov (bolezni, poškodbe, zdravila, ki jih morajo jemati, ipd.). Dijaka, ki se dejavnosti ne udeleži v predpisani opremi, vodja že na zbirnem mestu pošlje domov in o tem obvesti starše. Če dijak med dejavnostjo kljub opozorilom grobo krši pravila, ga vodja lahko odstrani iz skupine. O tem obvesti starše, ki pridejo po dijaka. Do prihoda staršev mora eden od spremljevalcev ostati z njim oziroma se s starši dogovori o načinu prevzema dijaka. Enako ravnamo, če dijak zaradi slabosti, bolezni ali pretrujenosti ne more nadaljevati poti.

V primeru nesreče vodja oz. tisti, ki je za to usposobljen, ponesrečencu nudi prvo pomoč. Če je potrebno, zavarujemo kraj nesreče. V primeru hujše poškodbe vodja ali spremljevalec pokliče pomoč na številko 112 (v Avstriji 140 in v Italiji 118) in obvesti starše in šolo. Pri klicu na pomoč navedemo:

- kdo kliče,
- kaj se je zgodilo,
- kje se je zgodilo,
- koliko je ponesrečencev,
- kakšne so poškodbe,
- kakšne so okoliščine na kraju nesreče in
- kakšno pomoč potrebujemo.

Po nesreči mora izpolniti obrazec o izvajanju ukrepov ob nesreči ali nezgodi in napisati poročilo, kjer med drugim navede:

- kdaj se je nesreča zgodila,
- kako in zakaj je prišlo do nje,
- kakšna je domnevna poškodba oz. stanje ponesrečenca (slabost, zmedenost, nezavest idr.) in
- točno lokacijo nesreče.

Če je v programu izleta ali ekskurzije kopanje oziroma plavanje, se to lahko izvede samo na urejenih kopališčih z reševalno službo.

2. Pravila gibanja skupine v naravi

2.1. Hoja po nezahtevnem hribovskem svetu

2.1.1. Velika skupina (nad 20 oseb)

- velika skupina ima vodjo in dva ali več spremljevalcev.

- vodja hodi spredaj, ostali spremljevalci so razporejeni na 10 do 15 dijakov, zadnjega spremljevalca določi vodja, podskupine se lahko ločijo med seboj.
- dijaki obvezno hodijo med prvim in zadnjim spremljevalcem.
- dijaki ne prehitujejo, niti ne zaostajajo v skupini oz. podskupini med dvema spremljevalcema, dovoljeno je prehitovanje in mešanje v okviru podskupine.
- vodja mora imeti pregled nad celo skupino, narekuje hitrost hoje in odreja krajše ali daljše počitke. Skupina mora ves čas hoditi strnjeno.
- hitrost hoje mora biti prilagojena terenu in zmogljivosti najslabših v skupini (vodja ne sme prevzeti ritma, ki mu ga nehote vsiljujejo dijaki tik za njim).
- vodja mora dijake obvestiti o nevarnih mestih na poti, le-ti pa informacijo prenašajo dalje.
- pri prečkanju nevarnega dela poti vodja oziroma spremljevalec nadzoruje prehod dijakov in tudi pomaga, če je potrebno. Dijaki se drug za drugim zvrstijo mimo in počakajo na varnem mestu pod nadzorom spremljevalca.
- postanke na daljši poti določa vodja in pazi na to, da je mesto, kjer se skupina ustavi, povsem varno in primerno za počitek.
- postanki ob poti naj bodo dolgi le po nekaj minut, malo daljši postanek (10 minut) naj bo na dve uri hoje (pitje tekočin, manjši prigrizek).
- daljši počitek je ponavadi na cilju oziroma tam, od koder kasneje sledi povratek. Počitek naj bo dolg vsaj 30 do 40 minut.
- dijaki morajo biti seznanjeni z mestom počitka, vodja in ostali spremljevalci morajo imeti vse dijake na vidiku oziroma morajo vedeti, kje se nahajajo.
- dijak se brez dovoljenja profesorjev ne sme nikamor oddaljiti.
- vodja lahko dovoli manjši skupini povratek po drugi poti, če pot dobro pozna, mora pa tudi določiti spremljevalce (npr. hoja po cesti in ne po stezi).
- v primeru težje poškodbe ali zdravstvenih težav dijaka eden od spremljevalcev ostane z dijakom, vodja pokliče strokovno pomoč, ostalo skupino pa odpelje dalje.
- lažje poškodbe poskuša vodja ob pomoči spremljevalcev rešiti sam in ponesrečenca varno pripeljati skupaj z ostalimi.
- če hoja poteka po cesti, morajo vodje obvezno nositi odsevne jopiče. Na križiščih in nepreglednih ovinkih opozarjajo voznike na pešce na cesti.

2.1.2. Manjša skupina (15 do 20 oseb)

- manjša skupina ima dva spremljevalca, od katerih eden hodi spredaj, drugi pa zadaj.
- za manjšo skupino veljajo enaka pravila kot za večjo.
- če skupino do 15 dijakov spremlja le en profesor, potem on hodi spredaj, hkrati pa določi enega od dijakov, ki bo hodil zadaj.

2.2. Hoja po zahtevnem svetu (npr. na Nanos po strmi poti)

- pri hoji po zahtevnem svetu pride na vodjo oziroma spremljevalce največ 7 dijakov.
- gibanje po zahtevnem svetu, po zavarovani poti, poteka enako, več pozornosti je potrebno posvetiti obutvi in prehodu zahtevnejših mest.
- vodja pred izletom izdelava varnostni načrt oz. analizo načrtovane poti in se o tem pogovori s spremljevalci oziroma jim poveri določene naloge.
- na tako pot gredo lahko samo dijaki s primerno opremo. Glede na značilnosti terena in poti vodja nekaj dni pred odhodom določi obvezno opremo (planinski čevlji, palice, rokavice, kapa, čelada idr.).

2.3. Hoja po nevarnem svetu (strme gore, vrtače, kraške jame, plezanje ipd.)

- za hojo po nevarnem svetu veljajo ista pravila, v načrtu poti pa morajo biti opisana nevarna mesta in način varovanja. Takih ekskurzij se dijaki udeležujejo v manjših skupinah, kjer so udeleženci dobro fizično in psihično pripravljene. Dijaki morajo za udeležbo obvezno predložiti pisno privoljenje staršev. Glede spremljevalcev in opreme veljajo ista pravila kot pod 2.2.
- na tako pot gredo lahko samo dijaki, ki imajo primerno obutev (planinski čevlji). Glede na značilnosti terena in same ture vodja na srečanju nekaj dni pred odhodom določi obvezno opremo (palice, rokavice, kapa, čelada idr.).
- pod točkama 2.2. in 2.3. mora imeti vodja veljavni izpit za gorskega vodnika. Poleg teh pravil se obvezno upoštevajo tudi pravila Planinske zveze Slovenije in navodila Gorske reševalne službe. Pred odhodom vodja obvezno preveri opremo dijakov in ukrepa, kot je navedeno v uvodu.

3. Pravila gibanja skupine v (velikem) mestu*

3.1. Velika skupina (nad 20 oseb)

- velika skupina ima vodjo in dva ali več spremljevalcev.
- vodja hodi spredaj, ostali spremljevalci so razporejeni na 10 do 15 dijakov. Zadnjega spremljevalca določi vodja, podskupine se lahko nekoliko ločijo med seboj.
- dijaki obvezno hodijo med prvim in zadnjim spremljevalcem.
- dijaki ne prehitujejo, niti ne zaostajajo v skupini oz. podskupini med dvema spremljevalcema, dovoljeno je prehitovanje in mešanje v okviru podskupine.
- vodja mora imeti pregled nad celo skupino, narekuje hitrost hoje in odreja počitek, če je to potrebno. Skupina mora ves čas hoditi strnjeno.
- hitrost hoje mora biti prilagojena prometu ostalih pešcev in motornih vozil.
- pred prečkanjem cest in ulic se dijaki posamezne podskupine zberejo ob robu ceste in na znak vodje prečkajo cesto ali ulico. Če prehajanje ni urejeno s semaforjem, vodja predhodno opozori voznike, da se ustavijo in pustijo skupino čez cesto. Če vsi dijaki v skupini v času zelene luči na semaforju niso uspeli prečkati ceste, jih skupina na drugi strani počaka.
- postanke določi vodja na mestih, kjer je dovolj prostora, da ne ovirajo prometa in ne ogrožajo življenj. Ob vsakem postanku vodja obvezno preveri število dijakov.
- preden se dijaki razidejo, npr. na ogled muzeja ali parka, jih vodja seznanji s časom in mestom ponovnega zbora.
- ko vodja odredi prosti čas (za kosilo, nakupe oziroma ogled mesta po lastni izbiri), mora določiti kraj in mesto ponovnega zbora ter dijake opremiti z mestnimi zemljevidi in osnovnimi navodili za varno gibanje in uporabo javnih prevoznih sredstev. Dijaki se smejo samostojno gibati v skupinah najmanj po trije skupaj.
- vodja mora vsem dijakom dati številko svojega mobilnega telefona z navodili, kako ravnati, če se izgubijo oziroma če jih doleti nesreča. Vsi dijaki morajo med navodili obvezno imeti naslov prenočišča oziroma končnega zbirnega mesta (za odhod domov).
- dijak se brez dovoljenja profesorjev ne sme nikamor oddaljiti.
- v primeru težje poškodbe ali zdravstvenih težav dijaka spremljevalec pokliče reševalno službo. Dokler dijak ni primerno zdravstveno oskrbljen, eden od spremljevalcev ostane z njim. V primeru težje poškodbe ali hospitalizacije spremljevalec o tem obvesti dijakove starše.

- hoja skupine po cesti, kjer ni pločnika, poteka po desnem robu cestišča.

3.2. Majhna skupina (do 20 oseb)

- Za majhno skupino se smiselno uporabljajo zgornja navodila.
- *Pri hoji po cesti mora skupina upoštevati tudi določila Zakona o varnosti cestnega prometa (ZVCP-1B), zlasti 6., 7. in 8. alinejo 95. člena in 3. alinejo 97. člena.

4. Pravila za varno kolesarjenje

4.1. Splošna navodila

Ravnatelj določi vodjo kolesarjenja in spremljevalca. Vodja mora izdelati načrt kolesarjenja. V načrtu mora biti opisana pot, predvideni postanki in cilj kolesarjenja. Z njim in s pravili vodja seznanji spremljevalce in dijake. Pred odhodom ga odda ravnatelju. Vsem dijakom in spremljevalcem posreduje številko svojega mobilnega telefona, sam pa ima seznam vseh dijakov in telefonske številke staršev. Vodja ali spremljevalec imata s seboj komplet prve pomoči.

4.2. Posebna navodila

- v skupini je največ 15 dijakov, na čelu skupine vozi vodja, skupino zaključuje spremljevalec. Ostali spremljevalci so razporejeni v skupine po 5 dijakov. Vodja, spremljevalec na začetju kolone in vsaj en spremljevalec v sredini morajo nositi odsevne jopiče.
- k obvezni opremi vsakega kolesarja spadajo:
 - čelada,
 - hlače, ki ne ovirajo gonilnega mehanizma,
 - torbica z osnovnim orodjem (kolesarski univerzalni ključ, pribor za krpanje zračnice, ključ za popravilo pretrgane verige),
 - mini tlačilka in
 - kolesarski nahrbtnik s pijačo proti dehidraciji, vetrovko in spodnjim perilom.
- kolo mora biti tehnično brezhibno. Imeti mora:
 - zanesljive zavore,
 - dobre pnevmatike,
 - čvrsto pritrjeni krmilo in sedalo,
 - delujočo svetilko,
 - zadnjo utripajočo luč in
 - odbojna stekla.
- pred in med vožnjo je prepovedano uživanje alkoholnih pijač.
- vodja in spremljevalec na začetju nosita odsevna jopiča.
- dijaki vozijo drug za drugim, ne prehitevajo niti ne zaostajajo.
- vzporedna vožnja dveh ali več dijakov ni dovoljena.
- vodja narekuje hitrost vožnje in odreja počitke.
- vožnja mora ves čas potekati v skladu s prometnimi predpisi in z razmerami na cesti.
- spremembo smeri kolesarji nakažejo z iztegnjeno roko.
- noge morajo biti med vožnjo vedno na pedalih.
- prečkanje ceste je dovoljeno samo v urejeni skupini peš ob kolesu. Diagonalno prečkanje ceste na kolesu ni dovoljeno.

- hitrost vožnje mora biti prilagojena zmogljivosti najslabših v skupini (vodja ne sme prevzeti ritma, ki mu ga nehote vsiljujejo dijaki tik za njim).
- v primeru dežja ali močnega vetra vodja vožnjo prekine, dokler se razmere ne izboljšajo.
- dijaka, ki ne upošteva pravil ali nima ustrezne opreme oz. brezhlebnega kolesa, vodja odstrani iz skupine in o tem obvesti njegove starše.
- vodja in kolesarji morajo smiselno upoštevati tudi pravila pod točko 2.1.1.

4.3. Ukrepi v primeru nesreče

Vodja ponesrečencu nudi prvo pomoč, spremljevalec zavaruje mesto nesreče, ostali dijaki pa se odstranijo s ceste. Če je potrebno, vodja ali spremljevalec pokliče strokovno pomoč in o nesreči obvesti starše ali šolo. Po nesreči mora vodja izpolniti obrazec o izvajanju ukrepov ob nesreči ali nezgodi in napisati poročilo, v katerem med drugim navede:

- kdaj se je nesreča zgodila,
- kako in zakaj je prišlo do nje,
- kakšna je domnevna poškodba oz. stanje ponesrečenca (slabost, zmedenost, nezavest idr.) in
- točno lokacijo nesreče.

5. Pravila za varno smučanje in deskanje (v nadaljevanju smučanje)

5.1. Splošna navodila

Ravnatelj določi vodjo smučanja, ki mora imeti veljavni izpit smučarskega vaditelja, in po enega spremljevalca na 12 dijakov. Vodja mora izdelati **načrt** smučanja. Z njim in s pravili seznanijo spremljevalce in dijake. Vodja in spremljevalci si izmenjajo številke svojih mobilnih telefonov. Vsak spremljevalec mora imeti seznam in mobilne številke dijakov svoje skupine in številke staršev, hkrati pa svojo številko posreduje dijaku. V načrtu smučanja mora biti določeno zbirno mesto, kjer je ves čas dežuren eden od spremljevalcev. Vodja smučarskega športnega dne mora biti ves čas dosegljiv preko mobilnega telefona.

5.2. Pred začetkom smučanja

- dijaki ter vodje in spremljevalci morajo pred začetkom smučarske sezone temeljito pregledati smučarsko opremo.
- posebno skrb namenimo pripravi smuči (drsna ploskev in robniki) in pregledu vezi.

5.3. Začetek smučanja

- pred prvim spustom vodja in spremljevalci vodijo vaje ogrevanja za vse dijake smučarje (predvsem vaje za ramenski obroč, kolke in kolena).
- dijaki obvezno smučajo v skupinah, najmanj po trije skupaj.
- za uvodni spust vodja določi lažji teren z vmesnim postankom, kjer oceni sposobnost smučanja in manj vešče usmeri na lažjo progo.
- v vsakem primeru morajo smučarji hitrost smučanja prilagoditi znanju in zahtevnosti terena, da ne ogrožajo sebe in drugih.
- smučanje je dovoljeno samo po urejenih in odprtih progah.
- dijaku, ki kljub opozarjanju krši pravila in navodila, vodja smučanja odvzame smučarsko karto in o tem obvesti starše.
- v primeru prepovedi smučanja dijak do konca smučanja počaka pri dežurnem spremljevalcu na zbirnem mestu.

5.4. Počitki med smučanjem

- ustavljanje na smučišču je mogoče samo na preglednem delu proge (pred prelomnico).
- izogibamo se ozkim predelom.
- vedno zapeljemo k robu smučišča.
- število postankov naj bo odvisno od počutja in utrujenosti.
- po skupnem, daljšem počitku (do 30 min) je ponovno potrebna nekoliko večja pazljivost pri prvem naslednjem spustu.

5.5. Postopanje v primeru hujše nesreče

- ponesrečenca zavarujemo tako, da na razdalji približno 5 metrov nad njim v sneg zapičimo prekrižane smuči.
- en član spremljevalne ekipe ostane pri ponesrečencu.
- drugi član gre do dežurnega profesorja in ga obvesti o nesreči (lahko tudi po telefonu).
- dežurni profesor o nesreči obvesti zdravniško službo na smučišču. Nato obvesti vodjo in skupaj sprejmeta nadaljnje ukrepe.

5.5.1. Podatki, ki jih moramo vedeti o nesreči

Odgovorni vodja mora po nesreči izpolniti obrazec o izvajanju ukrepov ob nesreči ali nezgodi in napisati poročilo, v katerem med drugim navede:

- kdaj se je nesreča zgodila,
- kako in zakaj je prišlo do nje,
- kakšna je domnevna poškodba oz. stanje ponesrečenca (slabost, zmedenost, nezavest idr.) in
- točno lokacijo nesreče.

5.5.2. Lažja poškodba

- posameznik, ki se lažje poškoduje ali ima zdravstvene težave, naj za pomoč prosi dežurnega profesorja.

Največ nesreč se zgodi na začetku oz. koncu smučanja, zato je v tem času potrebna še posebna previdnost in pozornost vodje in spremljevalcev.