



REGULAMIN WYCIECZEK I WYJŚĆ **II Liceum Ogólnokształcącego im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie**

*Niniejszy regulamin został wdrożony Zarządzeniem nr 18/DYR/2024/25
Dyrektora II LO im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie z dnia 3.02.2025 roku.*

ROZDZIAŁ 1

Postanowienia wstępne

1. W II Liceum Ogólnokształcącym mogą odbywać się tylko wycieczki planowane i związane z programem nauczania lub programem wychowawczym klasy lub grupy. Wycieczki są integralną częścią planu dydaktycznego i wychowawczego Liceum.
2. Organizowane przez Liceum wycieczki powinny mieć na celu w szczególności:
 - 1) poznawanie kraju, jego tradycji, zabytków kultury, historii i środowiska przyrodniczego;
 - 2) poszerzanie wiedzy z różnych dziedzin życia społecznego, gospodarczego i kulturowego;
 - 3) poznawanie kultury i języka innych państw;
 - 4) poznawanie europejskiego dziedzictwa kulturowego ze szczególnym uwzględnieniem wpływu Polski i Polaków na rozwój kultury europejskiej;
 - 5) poznawanie kultur mniejszości narodowych zamieszkujących w Polsce;
 - 6) wspomaganie rodziny i szkoły w procesie wychowania;
 - 7) upowszechnianie wśród młodzieży zasad ochrony środowiska naturalnego oraz umiejętności korzystania z zasobów przyrody;
 - 8) podnoszenie kondycji zdrowotnej oraz sprawności fizycznej;
 - 9) upowszechnianie form aktywnego wypoczynku i zdrowego stylu życia;
 - 10) przeciwdziałanie patologii społecznej;
 - 11) poznawanie zasad bezpiecznego zachowania się w różnych sytuacjach;
 - 12) poznawanie zasad dobrego wychowania i współpracy w grupie.
3. Wycieczki mogą być organizowane w ramach zajęć lekcyjnych, pozalekcyjnych oraz pozaszkolnych.
4. Wycieczki mogą przyjąć następujące formy:
 - 1) wycieczki przedmiotowe – inicjowane i organizowane przez nauczycieli poszczególnych przedmiotów lub zespołów przedmiotowych, zgodnie z programem nauczania, w ramach zajęć lekcyjnych lub pozalekcyjnych;
 - 2) wycieczki dydaktyczno – turystyczno – krajoznawcze – odbywające się w terenie powszechnie uczęszczanym, nie wymagające od uczestników szczególnego przygotowania kondycyjnego i specjalistycznego;
 - 3) imprezy wyjazdowe – związane z realizacją programu nauczania, takie jak: warsztaty językowe, warsztaty ekologiczne, wyjazdy zagraniczne;



REGULAMIN WYCIECZEK I WYJŚĆ II Liceum Ogólnokształcącego im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie

Niniejszy regulamin został wdrożony Zarządzeniem nr 18/DYR/2024/25
Dyrektora II LO im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie z dnia 3.02.2025 roku.

- 4) imprezy krajoznawczo – turystyczne, takie jak biwaki, rajdy, turnieje itp.;
- 5) imprezy turystyki kwalifikowanej i obozy wędrownie, w których udział wymaga od uczestników przygotowania kondycyjnego i specjalistycznego.
5. Wycieczka na terenie Krakowa określana jest terminem wyjście.
6. Imprezy krajoznawczo – turystyczne oraz imprezy turystyki kwalifikowanej i obozy wędrownie powinny być organizowane w miarę możliwości w czasie wolnym od zajęć lekcyjnych. Zasady organizacji tych wycieczek regulują odrębne przepisy.

ROZDZIAŁ 2

Organizacja wycieczek

1. Osobą odpowiedzialną za organizację oraz prawidłowy i bezpieczny przebieg wycieczki jest kierownik wycieczki.
2. Kierownik wycieczki informuje Dyrektora Liceum lub upoważnionego wicedyrektora o jej założeniach organizacyjnych.
3. Kierownik wycieczki jest zobowiązany dokonać stosownego wpisu do terminarza w e–dzienniku oraz poinformować zainteresowanych nauczycieli poprzez wysłanie wiadomości w e–dzienniku.
4. Kierownik wycieczki najpóźniej na 5 dni (a w przypadku wyjścia na dzień) przed rozpoczęciem wycieczki krajowej oraz na 2 tygodnie przed terminem wyjazdu zagranicznego przedstawia Dyrektorowi Liceum lub upoważnionemu wicedyrektorowi do zatwierdzenia kompletną dokumentację wycieczki.
5. Dokumentacja wycieczki zawiera:
 - 1) kartę wycieczki z jej harmonogramem (w 2 egzemplarzach) – wydruk z e–dziennika z modułu Wycieczki;
 - 2) listę uczestników zawierającą nr PESEL, nr telefonu do rodzica/opiekuna – wydruk z e–dziennika z modułu Wycieczki;
 - 3) listę uczniów, którzy nie uczestniczą w wycieczce klasowej organizowanej w dniach zajęć szkolnych, pisemne zgody rodziców według *załącznika nr 1*.
6. W przypadku wyjść jako dokumentację należy przedłożyć kartę wycieczki z jej harmonogramem oraz listę uczniów z danej klasy/grupy, którzy nie uczestniczą w wyjściu organizowanym w dniu zajęć szkolnych.
7. Zgodę na zorganizowanie wycieczki wyraża Dyrektor Liceum lub upoważniony wicedyrektor



REGULAMIN WYCIECZEK I WYJŚĆ **II Liceum Ogólnokształcącego im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie**

*Niniejszy regulamin został wdrożony Zarządzeniem nr 18/DYR/2024/25
Dyrektora II LO im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie z dnia 3.02.2025 roku.*

- poprzez podpisanie karty wycieczki (1 podpisany egzemplarz jest zwracany kierownikowi wycieczki).
8. Przeprowadzenie wycieczki bez zatwierdzenia stanowi naruszenie podstawowych obowiązków pracowniczych.
 9. Organizacja i program wycieczek powinny być dostosowane do wieku, zainteresowań, potrzeb oraz możliwości uczniów.
 10. Uczniowie, w stosunku do których istnieją przeciwwskazania lekarskie, nie mogą brać udziału w wycieczkach.

ROZDZIAŁ 3

Podstawowe zasady bezpieczeństwa i opieki nad uczniami podczas wycieczek

1. Opiekę nad uczniami biorącymi udział w wycieczce sprawują kierownik i opiekunowie grup. Opieka ta ma charakter ciągły.
2. Opiekunami powinni być nauczyciele. Dyrektor Liceum może wyrazić zgodę na wykonywanie obowiązków opiekuna przez inne osoby.
3. Zaleca się, aby w przypadki:
 - 1) wyjścia na terenie Krakowa jeden opiekun przypadał na 30 uczniów, ale przy korzystaniu ze środków komunikacji liczba opiekunów powinna być większa;
 - 2) wycieczki poza Kraków jeden opiekun sprawował opiekę nad 15 uczniami;
 - 3) turystyki kwalifikowanej jeden opiekun przypadał na 10 uczniów.
4. Wycieczki piesze lub narciarskie na terenie górskim powinny być organizowane z udziałem wykwalifikowanego przewodnika górskiego.
5. Zabrania się prowadzenia wycieczek z młodzieżą podczas burzy, śnieżycy i gołoledzi. W razie gwałtownego załamania się warunków pogodowych (szczególnie przy planowaniu wycieczek pieszych górskich), należy wycieczkę odwołać.
6. Przed wyruszeniem z każdego miejsca pobytu, w czasie zwiedzania, przejazdów oraz po przybyciu do punktu docelowego, opiekunowie powinni bezwzględnie sprawdzać stan liczbowy uczniów.
7. Przed rozpoczęciem wycieczki należy w trakcie godziny wychowawczej lub lekcji przedmiotu pouczyć jej uczestników o zasadach bezpieczeństwa i sposobie zachowania się w razie nieszczęśliwego wypadku.
8. Podczas wycieczek należy bezwzględnie przestrzegać zasad bezpiecznego poruszania się



REGULAMIN WYCIECZEK I WYJŚĆ II Liceum Ogólnokształcącego im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie

Niniejszy regulamin został wdrożony Zarządzeniem nr 18/DYR/2024/25
Dyrektora II LO im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie z dnia 3.02.2025 roku.

- po drogach.
9. Do przewozu młodzieży należy wykorzystywać tylko sprawne i dopuszczone do przewozu osób pojazdy firm przewozowych lub biur podróży.
 10. Uczestnicy wycieczek powinni być objęci ubezpieczeniem od następstw nieszczęśliwych wypadków, a w przypadku wycieczek zagranicznych również od kosztów leczenia.
 11. W przypadku, gdy podczas trwania wycieczki miał miejsce wśród jego uczestników wypadek, stosuje się odpowiednio przepisy dotyczące postępowania w razie wypadków w szkołach i placówkach publicznych.
 12. Wycieczki powinny rozpoczynać się i kończyć w miejscu wyznaczonym w harmonogramie.
 13. Kierownikiem wycieczki lub opiekunem uczniów biorących udział w wycieczce zagranicznej powinna być przynajmniej jedna osoba znająca język obcy w stopniu umożliwiającym porozumienie się w krajach tranzytowych i w kraju docelowym.

ROZDZIAŁ 4

Obowiązki kierownika wycieczki

1. Do obowiązków kierownika wycieczki należy:
 - 1) opracowanie programu i regulaminu wycieczki (*Przykłady regulamin - załącznik nr 2*);
 - 2) terminowe przygotowanie i przedstawienie do zatwierdzenia dokumentacji wycieczki oraz jej terminowe rozliczenie;
 - 3) zapoznanie z regulaminem wycieczki oraz z zasadami bezpieczeństwa wszystkich jej uczestników oraz rodziców;
 - 4) zapewnienie warunków do realizacji programu wycieczki oraz sprawowania nadzoru w tym zakresie.
 - 5) określenie zadań dla opiekunów w zakresie realizacji programu oraz zapewnienie opieki i bezpieczeństwa uczestnikom wycieczki;
 - 6) organizowanie transportu, wyżywienia i noclegów dla uczestników wycieczki. Ustalenia z firmą przewozową oraz dostawcą usług noclegowych powinny być sporządzone w formie pisemnej;
 - 7) dysponowanie środkami finansowymi przeznaczonymi na organizację wycieczki;
 - 8) dowody finansowe będące podstawą rozliczenia wycieczki (rachunki, paragony, oświadczenia itp.) są przechowywane przez kierownika wycieczki do końca roku szkolnego.



REGULAMIN WYCIECZEK I WYJŚĆ II Liceum Ogólnokształcącego im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie

*Niniejszy regulamin został wdrożony Zarządzeniem nr 18/DYR/2024/25
Dyrektora II LO im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie z dnia 3.02.2025 roku.*

ROZDZIAŁ 5

Obowiązki opiekuna wycieczki.

1. Do obowiązków opiekuna wycieczki należy:
 - 1) sprawowanie opieki nad powierzonymi uczniami;
 - 2) współdziałanie z kierownikiem w zakresie realizacji programu wycieczki;
2. Opiekunowie potwierdzają własnoręcznym podpisem na karcie wycieczki przyjęcie odpowiedzialności za bezpieczeństwo powierzonych im uczniów.

ROZDZIAŁ 6

Obowiązki uczestników wycieczki

1. Uczniowie dostarczają kierownikowi wycieczki pisemną zgodę od rodziców na udział w wycieczce. (*załącznik nr 1*).
2. Uczeń ma obowiązek zapoznać się z regulaminem wycieczki oraz bezwzględnie się do niego stosować.
3. Uczeń uczestniczący w wycieczce:
 - 1) ma obowiązek przestrzegać Statutu Liceum;
 - 2) powinien punktualnie stawiać się na miejscu zbiórek. Uwaga: nieuzasadnione spóźnienie na zbiórkę wyjazdową może być potraktowane jako rezygnacja z wycieczki bez prawa do zwrotu kosztów;
 - 3) jest zobowiązany do wykonywania poleceń organizatorów;
 - 4) powinien informować kierownika wycieczki i opiekunów o sytuacjach niebezpiecznych mogących zagrażać życiu lub zdrowiu.
4. W przypadku złego samopoczucia uczeń zgłasza się do kierownika wycieczki lub opiekuna .
5. W przypadku nieprzestrzegania regulaminu, będą wyciągane konsekwencje zgodnie ze Statutem Szkoły.

Rozdział 7

Finansowanie wycieczek

1. Plan finansowy wycieczki powinien określać ogólny koszt wycieczki oraz koszt wycieczki jednego uczestnika.
2. Rodzice, którzy deklarowali udział swojego dziecka w wycieczce, a następnie deklarację tę wycofali, zobowiązani są do pokrycia strat, jakie powstały z tego tytułu.



REGULAMIN WYCIECZEK I WYJŚĆ **II Liceum Ogólnokształcącego im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie**

*Niniejszy regulamin został wdrożony Zarządzeniem nr 18/DYR/2024/25
Dyrektora II LO im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie z dnia 3.02.2025 roku.*

Rozdział 8

Postanowienia szczegółowe

1. Wszystkie wycieczki powinny być wprowadzone do e-dziennika, moduł Wycieczki z dodanym harmonogramem i wprowadzoną frekwencją.
2. Wycieczki integracyjne klas pierwszych powinny zostać zorganizowane w terminie do połowy października.
3. Wycieczki zagraniczne klas i grup międzyoddziałowych nie powinny przekraczać pięciu dni zajęć dydaktycznych.
4. Zaleca się, aby wycieczce uczestniczyło 90% uczniów danej klasy/ grupy.
5. Dyrektor Liceum może nie wyrazić zgody na udział w wycieczkach uczniów ukaranych w danym roku szkolnym karą statutową.
6. Klasa, która uzyskała najlepsze wyniki nauczania w klasyfikacji rocznej w roku szkolnym poprzedzającym bieżący rok szkolny, ma prawo do dodatkowego dnia wycieczki. Z prawa tego klasa może skorzystać tylko i wyłącznie w następnym roku szkolnym.
7. W przypadku niskiej frekwencji, słabych wyników nauczania, braku programu lub nieprzestrzegania regulaminu w trakcie poprzedniej wycieczki Dyrekcja może nie wyrazić zgody na wyjazd.

Rozdział 9

Postanowienia końcowe

1. Uczniowie, którzy nie uczestniczą w wycieczce klasowej organizowanej w dniach zajęć szkolnych, mają obowiązek brać udział w zajęciach z klasą wskazaną przez Dyrektora Liceum. Listę tych uczniów kierownik wycieczki dołącza do dokumentacji wycieczki.
2. W sprawach nieuregulowanych niniejszym Regulaminem zastosowanie mają inne przepisy stanowiące prawo.



REGULAMIN WYCIECZEK I WYJŚĆ II Liceum Ogólnokształcącego im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie

Niniejszy regulamin został wdrożony Zarządzeniem nr 18/DYR/2024/25
Dyrektora II LO im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie z dnia 3.02.2025 roku.

Załącznik nr 1 do Regulaminu wycieczek i wyjść

ZGODA OPIEKUNA PRAWNEGO NA WYJAZD DZIECKA NA WYCIECZKĘ SZKOLNĄ

A. Ja niżej podpisana / ny* wyrażam zgodę na udział pozostającego pod moją opieką dziecka

.....

w wycieczce do.....w terminie od do.....

zorganizowanej przez

Zobowiązuję się do:

- uiszczenia pełnej należności przewidywanej w kalkulacji za udział dziecka w wycieczce w kwocie zł,
- pokrycia ewentualnych strat materialnych spowodowanych przez dziecko w trakcie wycieczki,
- zapewnienia bezpieczeństwa dziecku w drodze pomiędzy miejscem zbiórki i zakończenia wycieczki, a miejscem zamieszkania dziecka.

Oświadczam, że zapoznałam / lem* się z treścią regulaminu wycieczki oraz jej programem.

Wyrażam/nie wyrażam* zgody na uzyskiwanie informacji o stanie zdrowia pozostającego pod moją opieką dziecka przez kierownika lub opiekunów w trakcie wycieczki w razie potrzeby skorzystania z pomocy medycznej.

B. **Informacje o dziecku:**

data urodzenia.....nr pesel.....

choroby przewlekłe.....

leki przyjmowane na stałe

uczulenia/alergie.....

inne uwagi dla opiekunów wycieczki (m.in. dotyczące diety, niespożywanych produktów)

itp.

.....

Miejscowość:..... Data:.....

Podpis rodzica / opiekuna prawnego:.....

C. **Numery kontaktowe:**

Imię i nazwisko opiekuna prawnego.....telefon komórkowy.....

Imię i nazwisko opiekuna prawnego.....telefon komórkowy.....

Imię i nazwisko ucznia.....telefon komórkowy.....

**niepotrzebne skreślić*



REGULAMIN WYCIECZEK I WYJŚĆ II Liceum Ogólnokształcącego im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie

*Niniejszy regulamin został wdrożony Zarządzeniem nr 18/DYR/2024/25
Dyrektora II LO im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie z dnia 3.02.2025 roku.*

Załącznik nr 2 do Regulaminu wycieczek i wyjść

PRZYKŁADOWY REGULAMIN WYCIECZEK

Regulamin zachowania się uczniów II Liceum Ogólnokształcącego im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie.

1. Uczestnicy wycieczki są zobowiązani do:
 - 1) zachowywania się w sposób zdyscyplinowany i kulturalny;
 - 2) stosowania się do poleceń, zakazów i nakazów wydawanych przez kierownika wycieczki, opiekunów lub przewodników;
 - 3) kulturalnego odnoszenia się do opiekunów, kolegów i innych osób.
2. Uczestnicy wycieczki:
 - 1) przestrzegają przepisów ruchu drogowego i zachowują ostrożność na ulicach i w innych miejscach, w których może grozić jakiegokolwiek niebezpieczeństwo;
 - 2) nie oddalają się od grupy bez wyraźnego zezwolenia opiekuna;
 - 3) bezwzględnie przestrzegają zakazu picia alkoholu, palenia papierosów, zażywania środków odurzających;
 - 4) nie śmiecą, nie niszczą zieleni, nie płoszą zwierząt;
 - 5) dbają o czystość, ład i porządek w miejscach, w których przebywają;
 - 6) przestrzegają godzin ciszy nocnej;
 - 7) w miejscach noclegowych postępują zgodnie z obowiązującym tam regulaminem.
3. Wobec uczestników, którzy nie zastosują się do regulaminu i zasad bezpieczeństwa, będą wyciągnięte konsekwencje zgodnie z zasadami oceniania zachowania.
4. W przypadku naruszenia przez ucznia ust 2 pkt 3 będą zawiadomieni jego rodzice /prawni opiekunowie oraz Dyrektor szkoły.
5. W razie wypadku uczestników wycieczki mają zastosowanie odpowiednio przepisy dotyczące postępowania w razie wypadków w szkołach i placówkach publicznych.
6. 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.
7. Przed wycieczką jej uczestnicy potwierdzają znajomość regulaminu podpisem (kierownik wycieczki zapoznaje jej uczestników z regulaminem).

Podpis uczestnika..... Podpis rodzica / opiekuna prawnego.....



REGULAMIN WYCIECZEK I WYJŚĆ **II Liceum Ogólnokształcącego im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie**

*Niniejszy regulamin został wdrożony Zarządzeniem nr 18/DYR/2024/25
Dyrektora II LO im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie z dnia 3.02.2025 roku.*

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 najmłodszy uczestnicy wycieczki, do których należy dostosować tempo marszu, zaś na końcu idą najstarsi uczestnicy wraz z jednym z opiekunów.
4. W przypadku małych grup grupy idą 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 pociągiem/autobusem/tramwajem/trolejbusem

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



REGULAMIN WYCIECZEK I WYJŚĆ II Liceum Ogólnokształcącego im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie

*Niniejszy regulamin został wdrożony Zarządzeniem nr 18/DYR/2024/25
 Dyrektora II LO im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie z dnia 3.02.2025 roku.*

REGULAMIN WYCIECZKI GÓRSKIEJ

1. W czasie trwania wycieczki wszyscy uczestnicy podporządkują się poleceniom prowadzącego.
2. Poruszamy się według ustalonego porządku:
 - 1) przewodnik idzie pierwszy, nikt nie może go wyprzedzać, on dyktuje tempo marszu;
 - 2) uczestnicy idą „gęsiego” w odstępach 1,5 do 2 metrów lub gdy teren na to pozwala, w luźnym szyku po kilka osób obok siebie;
 - 3) grupę zamyka opiekun grupy. Za tą osobą nie należy pozostawać;
 - 4) grupa nie powinna rozciągać się na długiej przestrzeni.
3. Na zboczach stromych, oślizgłych najsprawniejsi turyści znajdują się na początku i na końcu grupy, pomagając mniej sprawnym.
4. Przy długich i stromych podejściach idziemy wolno lecz równomiernie, rzadko odpoczywając.
5. Przy podchodzeniu pod górę nie należy rozmawiać, utrudnia to rytmiczne oddychanie i dodatkowo męczy.
6. Przy schodzeniu w dół po stromych zboczach i w terenie skalnym należy zwracać uwagę na każdorazowe ustawienie stopy. Nigdy nie zbiegamy w dół.
7. 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).
8. Główny odpoczynek może trwać 1,5 – 2 godziny i powinien być połączony z posiłkiem.
9. Zbyt częste picie nie jest wskazane. Pragnienie zaspakajamy przede wszystkim w czasie posiłków, przed wyruszeniem w trasę i po jej zakończeniu.
10. W sytuacjach trudnych nie wzniesamy paniki, rygorystycznie podporządkowujemy się poleceniom prowadzącego wycieczkę
 - 1) mgła – w razie zgubienia szlaku turystycznego cofamy się całą grupą do ostatniego znaku;
 - 2) burza – całą grupą schodzimy poniżej grani i przeczekujemy burzę (uczestnicy pozbywają się metalowych przedmiotów, okrywają się pelerynami i w pozycji kucznej przeczekują burzę);
 - 3) 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,
 - 4) lęk przestrzeni – pomagają oddelegowani doświadczeni uczestnicy w pokonywaniu niebezpiecznego odcinka – nie dopuszczamy do paniki.
11. 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.
12. Na wycieczce przestrzegamy „KARTY TURYSTY”.



REGULAMIN WYCIECZEK I WYJŚĆ **II Liceum Ogólnokształcącego im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie**

*Niniejszy regulamin został wdrożony Zarządzeniem nr 18/DYR/2024/25
Dyrektora II LO im. Króla Jana III Sobieskiego w Krakowie z dnia 3.02.2025 roku.*

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. Dopuść 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 turystyce w każdej sytuacji – uśmiechnij się!