

Publiczne Gimnazjum im. Królowej Jadwigi  
97 – 320 Wolbórz  
ul. Modrzewskiego 105 A

---

**PROGRAM TURYSTYCZNO – KRAJOZNAWCZY  
PUBLICZNEGO GIMNAZJUM  
IM. KRÓLOWEJ JADWIGI  
W WOLBORZU**

Wolbórz- wrzesień 2011 r.

## WSTĘP

Program turystyczno- krajoznawczy Publicznego Gimnazjum im. Królowej Jadwigi w Wolborzu powstał w oparciu o przepisy dotyczące bezpieczeństwa dzieci i młodzieży na imprezach turystyczno- krajoznawczych i wypoczynku w czasie ferii (Rozporządzenie MEN z dnia 9 grudnia 2009 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie warunków, jakie muszą spełniać organizatorzy wypoczynku dla dzieci i młodzieży szkolnej, a także zasad jego organizowania i nadzorowania, Rozporządzenie MENiS z dnia 31 grudnia 2002 r., w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach oświatowych, Rozporządzenie MENiS z dnia 8 listopada 2001 r., w sprawie warunków i sposobu organizowania przez publiczne przedszkola, szkoły i placówki krajoznawstwa i turystyki, Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 6 maja 1997 r. w sprawie określenia warunków bezpieczeństwa osób przebywających w górach, pływających, kąpiących się i uprawiających sporty wodne, Rozporządzenie MENiS z dnia 21 stycznia 1997 r. w sprawie warunków, jakie muszą spełniać organizatorzy wypoczynku dla dzieci i młodzieży szkolnej, a także zasad jego organizowania i nadzorowania, Ustawa prawo o ruchu drogowym z dnia 20 czerwca 1997 r.).

Jest on programem spójnym z „Programem Wychowawczym Publicznego Gimnazjum im. Królowej Jadwigi w Wolborzu”, „Programem Profilaktycznym Publicznego Gimnazjum im. Królowej Jadwigi w Wolborzu”, Programem poprawy bezpieczeństwa w Gminie Wolbórz „Bezpieczna Gmina Wolbórz” i rządowym programem na lata 2008-2013 „Bezpieczna i przyjazna szkoła”.

Propagowanie wśród młodzieży turystyki szkolnej pozwala na poszerzenie ich wiedzy z zakresu geografii, biologii, historii, kultury i tradycji różnych regionów naszego kraju. Turystyka, krajoznawstwo i ściśle związana z nim ekologia to dziedziny dające możliwość osobistego rozwoju ucznia. Powinny one być wykorzystywane w pracy wychowawczej szkoły. Promowanie, wspieranie i upowszechnianie działalności turystyczno- krajoznawczej tworzy sytuacje, w których młodzież sama, w działaniu praktycznym i wysiłkiem własnym zdobywa umiejętności życia codziennego takie jak: odpowiedzialność za siebie i innych, życzliwość wobec kolegów i starszych, akceptacja dla wszelkiej odmienności, komunikowanie się w sposób kulturalny, szacunek dla innych, zachowuje się asertywnie, jest wyrozumiała i bezinteresowna. Z obserwacji w trakcie organizowanych do tej pory imprez turystycznych

wynika, iż istnieje w naszym gimnazjum również młodzież, która „nie wyniosła z domu” podstawowych umiejętności (nawyków) takich jak: zachowania się w niektórych miejscach publicznych, sakralnych itp., korzystania ze środków transportu publicznego, zachowania się przy stole podczas posiłków, odpowiedniego zachowania się podczas ciszy nocnej oraz przestrzegania innych zasad obowiązujących w schroniskach, domach wycieczkowych itp., korzystania z sanitariatów, poszanowania dobra publicznego, kultury słowa, zachowania czystości otoczenia, higieny osobistej itd. W trakcie wyjazdowych form wypoczynku realizowane są cele wspomnianych Programów Profilaktyki i Wychowania, a podejmowane działania służą realizacji MISJI I WIZJI GIMNAZJUM.

Uzupełniają i wspierają one wychowawczą funkcję rodziców. Pomagają nauczycielom, nauczycielom wychowawcom integrować zespoły rówieśnicze, rozwijać umiejętności interpersonalne, korygować zachowania niepożądane na rzecz postaw i zachowań prospołecznych.

Wyjazdowe formy wypoczynku są działaniami profilaktycznymi, inwestują w rozwijanie zainteresowań uczniów, są pomysłem na zdrowy bo aktywny wypoczynek.

## **CELE PROGRAMU**

Rozwój sportu, turystyki i krajoznawstwa w Publicznym Gimnazjum im. Królowej Jadwigi w Wolborzu jest ważnym elementem rozwoju psychofizycznego uczniów. Cele programu turystyczno- krajoznawczego wiążą się ściśle z celami programu wychowawczego oraz programu profilaktycznego naszej szkoły i wynikają z MISJI I WIZJI GIMNAZJUM:

- rozwijanie zainteresowań uczniów turystyką, ekologią i regionalizmem,
- zapewnienie alternatywnych form spędzania czasu wolnego,
- kształtowanie zdrowego stylu życia,
- wdrażanie uczniów do samodzielności,
- przygotowanie uczniów do aktywnego udziału w życiu społecznym,
- kształtowanie umiejętności współdziałania w grupie rówieśniczej i społecznej, prawidłowej komunikacji,
- wskazanie konstruktywnych sposobów radzenia sobie ze stresem w sytuacjach trudnych,
- kształtowanie umiejętności udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej oraz zasad bezpiecznego przebywania w określonych miejscach np. w górach, nad wodą itp.,
- rozwijanie umiejętności asertywnych i budowanie pozytywnego myślenia o sobie, poczucia własnej wartości

## **SPOSOBY OSIĄGANIA CELÓW**

1. Dbłość o właściwy rozwój fizyczny ucznia ( zadania „Programu Profilaktycznego Publicznego Gimnazjum im. Królowej Jadwigi w Wolborzu”  
  
- organizacja imprez turystycznych.
2. Promocja szlaków, tras i szkolnych schronisk młodzieżowych oraz popularyzacja ich programów edukacyjno- wychowawczych.
3. Wspieranie powstawania szkolnych kół turystyczno- krajoznawczych, przygotowywanie i promowanie wartościowych programów edukacyjno- wychowawczych, zachęcających do czynnego i świadomego uczestnictwa w krajoznawstwie i turystyce.
4. Organizacja zielonych szkół, obozów wędrownych i sportowych, wycieczek, biwaków, rajdów pieszych i rowerowych. \*
5. Szkolenie liderów turystyki.

---

\* Zgodnie z rozporządzeniem MENiS z dnia 3 listopada 2001 r. w sprawie warunków i sposobu organizowania przez publiczne przedszkola, szkoły i placówki krajoznawstwa i turystyki

## **ZAPEWNIENIE BEZPIECZEŃSTWA WYPOCZYNKU MŁODZIEŻY SZKOLNEJ**

Młodzież, a szczególnie dzieci, w o wiele większym stopniu niż dorośli narażona jest na różnego rodzaju nieszczęśliwe wypadki, powodujące kalectwo, choroby a niekiedy śmierć. Wynika to stąd, że młodzież i dzieci nie mają dostatecznego poczucia odpowiedzialności za skutki swego zachowania, nie wyobrażają sobie sytuacji kryjących elementy niebezpieczne dla ich zdrowia (życia), a jest to następstwem właściwego dla tego wieku niepełnego rozumienia związku przyczynowo- skutkowego, braku doświadczenia życiowego, wreszcie nieznamomości wielu procesów i zjawisk. Postępowanie dzieci i młodzieży to często następstwo naginania faktów do własnych pragnień, wyobrażeń, niedoceniań niebezpieczeństwa i przecenianie swoich możliwości, wreszcie chęć zaimponowania odwagą.

Organizatorzy wycieczek lub wycieczek mają zatem wiele ważnych obowiązków, gdyż decydują o zapewnieniu podstawowych warunków bytowych i właściwej opieki.

Bezpośrednią opiekę nad uczestnikami wycieczki (placówki odpoczynku) sprawuje zatrudniony personel i on – prawnie i moralnie odpowiada za zdrowie i bezpieczeństwo.

Każdy kierownik wycieczki i wychowawca musi stosować zasady zapewniające bezpieczeństwo podopiecznych, uwzględniając przy tym oczekiwania rodziców dzieci korzystających z wyjazdów. Powinni oni zwracać szczególną uwagę na sytuacje i zachowania, które niosą ze sobą zagrożenia, są społecznie nieakceptowane, mogą doprowadzić do sytuacji niebezpiecznych dla uczestników wycieczki. Specyficzny charakter wszystkich form organizowanego wycieczki dla uczniów wymaga dokładnego zaplanowania opieki wychowawczej pod kątem zapewnienia im pełnego bezpieczeństwa.

Każdy nauczyciel (organizator) zobowiązany jest zapoznać się i stosować przepisy dotyczące bezpieczeństwa dzieci i młodzieży na imprezach turystyczno- krajoznawczych i wycieczki w czasie ferii, które zostały określone w :

- Rozporządzenie MEN z dnia 9 grudnia 2009 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie warunków, jakie muszą spełniać organizatorzy wycieczki dla dzieci i młodzieży szkolnej, a także zasad jego organizowania i nadzorowania

- Rozporządzenie MENiS z dnia 31 grudnia 2002 r., w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach oświatowych,
- Rozporządzenie MENiS z dnia 8 listopada 2001 r., w sprawie warunków i sposobów organizowania przez publiczne przedszkola, szkoły i placówki krajoznawstwa i turystyki,
- Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 6 maja 1997 r. w sprawie określenia warunków bezpieczeństwa osób przebywających w górach, pływających, kąpiących się i uprawiających sporty wodne,
- rozporządzenie MENiS z dnia 21 stycznia 1997 r. w sprawie warunków, jakie muszą spełniać organizatorzy wycieczki dla dzieci i młodzieży szkolnej, a także zasad jego organizowania i nadzorowania.

Bezpieczeństwo zorganizowanych grup dzieci i młodzieży w ruchu drogowym, na rajdach, zlotach, przemarszach, wycieczkach pieszych i rowerowych oraz innych formach korzystania z dróg publicznych reguluje:

- Ustawa prawo o ruchu drogowym z dnia 20 czerwca 1997 r.,
- Rozporządzenie MENiS z dnia 31 grudnia 2002 r., w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach oświatowych.

Realizacja programów profilaktycznych oraz wszelkie działania wychowawcze w trakcie organizowanego wycieczki mogą być podjęte po wcześniejszym sporządzeniu przez nauczyciela (organizatora) pełnej dokumentacji zatwierdzonej do realizacji przez dyrektora szkoły.

## **ORGANIZACJA IMPREZ TURYSTYCZNO – KRAJOZNAWCZYCH W NASZYM GIMNAZJUM**

Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom rodziców i uczniów, szkoła jest organizatorem wielu imprez turystycznych. Publiczne Gimnazjum im. Królowej Jadwigi w Wolborzu posiada przeszkoloną kadre, mającą uprawnienia do organizowania i prowadzenia różnych form wypoczynku dzieci i młodzieży (uprawnienia kierowników wycieczek szkolnych, kierowników obozów wędrownych, kierowników placówek wypoczynku dzieci i młodzieży). Poza tym wielu nauczycieli posiada odpowiednie przygotowanie do prowadzenia zajęć profilaktycznych, co może uatrakcyjnić i podnieść jakość wypoczynku młodzieży. Aby osiągnąć założenia programowe, każdy uczeń ma dostęp do informacji o planowanych imprezach turystyczno- krajoznawczych (komunikacja z wychowawcami i opiekunami SK PTSM, apele szkolne, gazetki szkolne) a także czynnie w nich uczestniczyć. Szkoła powinna być otwarta na propozycje rodziców i dzieci odnośnie rodzaju i miejsca wypoczynku oraz sposobu jego finansowania. Dlatego wielką rolę w organizacji takich przedsięwzięć odgrywa ciągła komunikacja i współpraca wychowawców, opiekunów turystyki szkolnej, rodziców oraz uczniów.

Szkoła promuje organizację czasu wolnego dla dzieci i młodzieży. Skutecznie uczestniczy w procesie wychowania, uwzględniając działania stymulujące różnorodne formy aktywności fizycznej. To właśnie piesze wędrowki, pokonywanie tras rowerowych, treningi sportowe w terenie naturalnym, wspólne przygotowywanie posiłków, podziwianie piękna przyrody itd. w pełni zapewniają uczniom prawidłowy rozwój psychofizyczny. W takich warunkach młodzież uczy się szacunku, pokory, cierpliwości, wyrozumiałości i bezinteresowności, odpowiedzialności za siebie i innych, życzliwości wobec kolegów i starszych. Młodzież wzmacnia także swoją wytrzymałość, sprawność fizyczną, uczy radzić sobie ze stresem. Wspólna przygoda wdraża uczniów do samodzielności oraz aktywnego udziału w życiu społecznym, odpowiedzialności za siebie i innych.

Najczęściej organizowanymi formami wypoczynku dla uczniów naszego gimnazjum są wycieczki jednodniowe, biwaki, rajdy piesze i rowerowe, obozy wędrowne i sportowe, zielona szkoła. Każdy wyjazd wymaga dokładnego przygotowania i zaplanowania oraz sporządzenia dokładnej dokumentacji.

## **PROCEDURY OBOWIĄZUJĄCE PRZY ORGANIZACJI WYCIECZKI/ IMPREZY SZKOLNEJ:**

W ciągu roku szkolnego mogą być zrealizowane tylko te imprezy, które zostały zatwierdzone Rocznym Planem wycieczek/ imprez szkolnych. Procedury obowiązujące w Publicznym Gimnazjum im. Królowej Jadwigi w Wolborzu przy organizacji wycieczki, rajdu, biwaku, zielonej szkoły, obozu wędrownego.

### **I PLANOWANIE**

1. Umieszczenie imprezy w Rocznym Planie wycieczek/ imprez szkolnych- wrzesień- odpowiedzialny opiekun PTSM.
2. Wyznaczenie kierownika imprezy- dyrektor szkoły.
3. Opracowanie programu wycieczki/ imprezy (cele, zadania, trasa, czas trwania) - odpowiedzialny kierownik imprezy. Do realizacji tego zadania należy włączyć uczniów i rodziców.  
Treści programowe powinny być zgodne z programem nauczania, warunkami psychofizycznymi uczestników, zainteresowanych.
4. Przygotowanie planu finansowego- odpowiedzialny kierownik imprezy. Poinformowanie uczestników o kosztach wyjazdu.
5. Zgromadzenie właściwej dokumentacji (Karta wycieczki, Regulamin wycieczki/ imprezy, Oświadczenia rodziców, Karta kwalifikacyjna w przypadku wyjazdu na obóz wędrowny i sportowy)- przynajmniej na 3 dni przed wyjazdem- odpowiedzialny kierownik imprezy.
6. Zapoznanie się z przepisami prawnymi dotyczącymi organizacji wycieczek/ imprez szkolnych- kierownik i opiekunowie wycieczki/ imprezy.
7. Uświadomienie zarówno uczestnikom jak i opiekunom, że wycieczka / impreza szkolna jest formą zajęć edukacyjnych, a w związku z tym należy zrealizować założone cele.
8. Dokonanie zamówień, rezerwacji- zawarcie umów.

### **II REALIZACJA**

1. Zwracanie uwagi na przestrzeganie regulaminu.
2. Egzekwowanie treści programowych.
3. Dobra organizacja czasu ( na wycieczce/ imprezie szkolnej nie istnieje pojęcie CZAS WOLNY).
4. Rozdział obowiązków kadry (kierownika, opiekuna, przewodnika).
5. Podczas takich form wyjazdowych jak biwaki, rajdy należałoby włączyć rodziców w ich realizację np. transport namiotów, śpiworów itp.

### III ROZLICZENIE I ZAKOŃCZENIE WYCIECZKI/ IMPREZY SZKOLNEJ

1. Sporządzenie sprawozdania merytorycznego.
2. Sporządzenie sprawozdania finansowego.

Sprawozdania sporządza kierownik wycieczki/ imprezy najpóźniej dwa tygodnie po realizacji zadania.

W przypadku realizacji Wyjazdu zagranicznego jest obowiązek zgłoszenia imprezy kuratorowi oświaty. Zgłoszenie według podanego wzoru. Przy realizacji Obozu wędrownego niezbędne jest zgłoszenie imprezy do kuratora oświaty miejsca, na terenie którego odbędzie się obóz. Informacja nt. Zielonej szkoły zgłoszona powinna być w organie prowadzącym.

### **KIEROWNIK WYCIECZKI SZKOLNEJ**

Kierownikiem wycieczki może być nauczyciel (po ukończeniu kursu kierowników wycieczek szkolnych) lub w uzgodnieniu z dyrektorem szkoły inna pełnoletnia osoba będąca instruktorem harcerskim albo posiadająca uprawnienia przewodnika turystycznego, przodownika lub instruktora turystyki kwalifikowanej, organizatora turystyki, instruktora krajoznawstwa albo kwalifikacje trenera lub instruktora w odpowiedniej dyscyplinie sportu (dotyczy turystyki kwalifikowanej: kolarskiej, narciarskiej, kajakowej).

### **OBOWIĄZKI KIEROWNIKA WYCIECZKI SZKOLNEJ:**

- opracowanie programu i harmonogramu, wypełnienie Karty wycieczki,
- zgłoszenie wypoczynku kuratorowi oświaty w przypadku obozu wędrownego, wyjazdu zagranicznego,
- zapoznanie z regulaminem uczestników wycieczki,
- zapewnienie warunków realizacji programu oraz jego nadzór,
- zapoznanie uczestników z zasadami bezpieczeństwa,
- określenie zadań dla opiekuna/ opiekunów, zapewnienie opieki i bezpieczeństwa uczestników,
- nadzór nad zaopatrzeniem uczestników w niezbędny sprzęt pierwszej pomocy,
- organizowanie transportu, wyżywienia i noclegów,
- podział zadań wśród uczestników,
- dysponowanie środkami finansowymi,
- podsumowanie merytoryczne, ocena i rozliczenie finansowe wycieczki.

## **OPIEKUN WYCIECZKI SZKOLNEJ**

Opiekunem wycieczki szkolnej lub imprezy krajoznawczo- turystycznej powinien być nauczyciel albo w uzgodnieniu z dyrektorem szkoły- inna pełnoletnia osoba.

### **OBOWIĄZKI OPIEKUNA WYCIECZKI SZKOLNEJ:**

- sprawowanie opieki nad powierzonymi mu uczestnikami,
- współdziałanie z kierownikiem w realizacji programu i harmonogramu wycieczki/ imprezy,
- nadzór nad przestrzeganiem regulaminu przez uczestników, ze szczególnym uwzględnieniem zasad bezpieczeństwa,
- nadzór nad wykonywaniem przez uczestników przydzielonych zadań,
- wykonywanie innych zadań zleconych przez kierownika.

## **UDZIELANIE PIERWSZEJ POMOCY W NAGŁYCH WYPADKACH**

Każdy opiekun powinien być przeszkolony w zakresie udzielania pierwszej pomocy, w czasie wypraw posiadać ważne telefony alarmowe ( Policja, Pogotowie ratunkowe, GOPR itp.) oraz telefony kontaktowe rodziców.

Pierwszą generalną zasadą przy udzielaniu pomocy jest krótkie zastanowienie się ratującego przed podjęciem jakiegokolwiek i zachowanie spokoju, co stworzy warunki do udzielenia najlepszej pomocy. Plan postępowania osoby ratującej powinien uwzględniać:

1. Udzielenie pierwszej pomocy ofierze wypadku; jeśli wypadkowi uległo kilka osób, trzeba zająć się najciężej poszkodowanym.
2. Zabezpieczenie rannego przed możliwością dodatkowego urazu lub uszkodzenia.
3. Wezwanie fachowej pomocy.
4. Transport rannego do miejsca udzielenia pomocy lekarskiej.
5. Organizacja miejsca wypadku.
6. Poinformowanie Dyrektora szkoły o zaistniałym wypadku.

Opis poszczególnych punktów tego planu.

### **Udzielenie pierwszej pomocy**

Pierwsza pomoc polega na wyeliminowaniu działania czynnika uszkadzającego, np. na uwolnieniu z rozbitego pojazdu, wyciągnięciu spod przygniatającego ciężaru, odłączeniu od źródła prądu itp. oraz na pobieżnej ocenie jego stanu. Ocenę tę opieramy na:

- a. skontrolowaniu tętna,
- b. sprawdzeniu oddychania
- c. sprawdzeniu stanu przytomności.

Tętno sprawdza się na tętnicy promiennej, a jeszcze lepiej na obydwu tętnicach promiennych. Ważne jest, aby tętno badać trzema palcami, ponieważ jeden palec może odbierać własne tętnienie opuszki, sugerując obecność fali tętna u badanego. Gdy nie wyczuwa się tętna na nadgarstku, trzeba jeszcze spróbować poszukać go na szyi, gdzie przebiegają duże tętnice, odchodzące bezpośrednio od aorty. Przy bardzo obniżonym ciśnieniu krwi (np. wskutek

krwotoku) tętno na nadgarstku może być niewyczuwalne, ale występuje nadal w tętnicach szyjnych.

Równocześnie z badaniem tętna sprawdza się czy ratowany oddycha. Ruchy klatki piersiowej i nadbrzusza nie są objawem najpewniejszym. Przy zatkaniu dróg oddechowych, np. przez wymiociny lub ciało obce, mięśnie oddechowe kurczą się nawet bardzo energicznie, a mimo to człowiek może wkrótce umrzeć, ponieważ do jego płuc nie dostaje się powietrze. Dlatego najlepszym kryterium oceny oddychania jest usłyszenie i poczucie prądu wydychanego powietrza. Sposób ten nie zawodzi nawet wówczas, gdy powierzchowne oddychanie trudno stwierdzić oglądając klatkę piersiową przez ubranie.

Ocena stanu przytomności jest prosta, gdyż polega na stwierdzeniu, czy badany ma oczy otwarte, mówi i orientuje się w otoczeniu.

Gdy nie wyczuwa się tętna na nadgarstku ani na szyi, nie stwierdza się oddychania, a jednocześnie rzuca się w oczy wiotkość pacjenta, trzeba przyjąć, że nastąpiło zatrzymanie krążenia, i podjąć akcję reanimacyjną.

### **Najczęstszą przyczyną nagłej utraty przytomności jest:**

1. Uraz lub zranienie głowy. W pierwszym rzędzie należy więc sprawdzić, czy istnieje wyciek krwi, surowiczo-krwawej wydzieliny z nosa czy uszu, co np. wskazuje na złamanie podstawy czaszki.
2. Padaczka. Trzeba przede wszystkim sprawdzić czy chory nie ma przygryzionego języka, co często zdarza się w czasie drgawek.
3. Śpiączka cukrzycowa. Należy zbadać, czy z ust nieprzytomnego nie wydziela się zapach jabłek.

Choremu nieprzytomnemu, jak zresztą i każdemu innemu choremu, należy zapewnić ciepło przez odpowiednie okrycie ciała. Nie oznacza to, że należy go dodatkowo ogrzewać. Stosowanie grzałek, termoforów, nacieranie skóry alkoholem itp. pociąga za sobą rozszerzenie naczyń skórnych i doprowadza do dalszej utraty ciepła.

### **Zabezpieczenie ранego przed dodatkowym urazem**

Dodatkowy uraz może być spowodowany nieprzerwanym działaniem szkodliwego czynnika (nie odłączenie prądu elektrycznego, nacisk ciężaru itp.). Inną przyczyną wtórnego urazu bywają drgawki, występujące czasem przy urazach czaszki i mózgu.

Najistotniejszą przyczyną dodatkowych urazów jest nieumiejętne postępowanie z ofiarą wypadku. Wadliwy transport chorego, a więc próby stawiania na nogi, przenoszenia bez potrzeby w inne miejsce, powoduje nieraz zwichnięcia, złamania lub groźne w skutkach przemieszczenie odłamów kości.

### **Transport ранego do lekarza**

Rannego nie wolno poruszać przed zbadaniem tętna i sprawdzeniem czy oddycha. Gdy wyczuwa się tętno i człowiek oddycha, można jeszcze poruszyć jego wszystkimi kończynami, aby wykryć ewentualne złamanie. Kończyna złamana wydaje się cięższa, zgina się w nieprawidłowym miejscu, układa się w nienaturalny sposób, a jej poruszanie wywołuje jęk lub grymas bólu nawet u nieprzytomnego.

Brak tętna stwarza konieczność przystąpienia do reanimacji, trzeba więc odwrócić rannego na plecy. Przenoszenie go jest potrzebne tylko wtedy, gdy miejsce, w którym się znajduje nie jest bezpieczne. Przeniesienia powinno dokonywać kilka osób (co najmniej dwie). Konieczne jest przy tym, aby ułożenie tułowia i kończyn było fizjologiczne, tzn. bez nadmiernych przegięć i odchyłeń od osi ciała. W tym celu osoby przenoszące podkładają ręce pod tułów i kończyny chorego na wysokości barków, wygięcia lędźwiowego, pośladków i kolan. Równocześnie należy podtrzymać głowę przenoszonego. Nieprawidłowe jest przenoszenie uchwytem pod pachy i za podudzia. Kręgosłup ulega wówczas nadmiernemu wygięciu, kończyny górne, podobnie jak i głowa, nie są podtrzymywane, bardzo utrudnione jest krążenie krwi.

Transportowanie do zakładu leczniczego musi się odbywać w tzw. bezpiecznej pozycji leżącej, jeśli ranny jest nieprzytomny. Jest to ważniejsze od ewentualnej nawet kilkunastominutowej zwłoki w oczekiwaniu na środek transportu. Rannych przytomnych, bez widocznych złamań, można przewozić przygodnym samochodem, pod warunkiem, że nie trzeba ich „upychać” przez niewygodne drzwi.

### **Organizacja miejsca wypadku**

Niezwykle ważne znaczenie dla skuteczności akcji ma przekształcenie tłumu biernych gapiów w aktywnych pomocników. Trzeba od razu poprosić konkretne osoby z otoczenia o podjęcie pewnych funkcji, jak:

- a. ochrona miejsca wypadku przed nadjeżdżającymi pojazdami (jeśli wypadek zdarzył się na ulicy),
- b. odsunięcie napierających gapiów,
- c. wezwanie fachowej pomocy; funkcję tę należy lepiej powierzyć osobie trzeciej niż zająć się tym samemu, zostawiając rannego na łasce losu,
- d. pomoc w przeniesieniu rannego w bezpieczne miejsce,
- e. ustalenie okoliczności wypadku i odszukanie jego świadków.

## **SPIS TREŚCI**

<b>WSTĘP .....</b>	<b>str. 2</b>
<b>CELE PROGRAMU .....</b>	<b>str. 4</b>
<b>SPOSOBY OSIĄGANIA CELÓW .....</b>	<b>str. 5</b>
<b>ZAPEWNIENIE BEZPIECZEŃSTWA WYPOCZYNKU MŁODZIEŻY SZKOLNEJ .....</b>	<b>str. 6</b>
<b>ORGANIZACJA IMPREZ TURYSTYCZNO- KRAJOZNAWCZYCH .....</b>	<b>str. 8</b>
<b>UDZIELANIE PIERWSZEJ POMOCY W NAGŁYCH PRZYPADKACH .....</b>	<b>str. 12</b>
<b>ZAŁĄCZNIKI .....</b>	<b>str. 16</b>

## **ZAŁĄCZNIKI**

- KARTA WYCIECZKI/ IMPREZY**
- REGULAMIN IMPREZY  
TURYSTYCZNO- KRAJOZNAWCZEJ**
- OŚWIADCZENIE**
- KARTA KWALIFIKACYJNA**