

13) בטיחות באימוני ניווט תחרותי בטבע

יציאה לאימון בטבע מחייבת לנהוג על פי הנהלים דלעיל ובנוסף לפי ההוראות האלה:

- באימוני ניווט ביער או במקום שאינו סגור יש לנווט אך ורק בזוגות.
- כל אחד מבני הזוג יצויד במשרוקית.
- כל חוליה (זוג) תצויד במצפן.
- אם אחד מבני הזוג אינו יכול להמשיך בתנועה, ישמיעו הוא ובן זוגו אותות מצוקה על ידי שריקות קצרות. כל משתתף השומע אותות מצוקה יעזור ויגיש עזרה.
- אם לא תגיע עזרה תוך 30 דקות, או אם יש צורך בפניו, יזהה בן הזוג את מקומם על המפה ויצא להזעיק עזרה מנקודת הסיום בדרך הקצרה ביותר.
- אם יש איחור בהגעה לנקודת הסיום יש לנהוג בהתאם להנחיות ב-12 לעיל.

6. טיולים רכובים על אופניים

6.1 רקע

רכיבה על אופניים היא פעילות המשלבת חינוך גופני עם חינוך לידיעת הארץ ולהכרת נופיה בדרך של חוויה ואתגר. עם זאת, הרכיבה על אופניים מחייבת משמעת קפדנית במיוחד, שכן סטייה מהכללים ומהנחיות הבטיחות עלולה להסתיים בתאונת דרכים או בתקרית בטיחות אחרת.

6.2 הגדרות

- 6.2.1 **מדריך רכיבה**: אדם שהוסמך בידי בית הספר למאמנים שבמכון וינגייט או בידי מכללה של משרד החינוך המוסמכת להכשיר מדריכי רכיבה על אופניים ושברשותו תעודה תקפה המעידה על הסמכתו.
- 6.2.2 **עוזר מדריך**: בגיר בעל ידע טכני ובעל ניסיון ברכיבה על אופניים אשר אושר בידי מדריך רכיבה מוסמך לשמש עוזר מדריך.

6.3 טבלת היערכות

טבלה זו מיועדת לסייע לאחראי על הפעילות להתכונן בשיטתיות לפעילות החוץ-בית-ספרית המתוכננת. כדי להשלים את ההתכוננות לפעילות יש לקרוא היטב את הטבלה יחד עם ההנחיות הספציפיות המפורטות אחריה.

מס'	הנושאים לבדיקה
1.	<p>תיק פעילות חוץ-בית-ספרית לטיולים רכובים על אופניים</p> <p>הפעילות החוץ-בית-ספרית תיערך על פי המפורט בתיק הפעילות שיכלול לפחות את אלה:</p> <p>א. תיאור הפעילות ומטרתה</p> <p>ב. תדריכים כתובים לסגל, למלווים, למדריכים ולבעלי תפקידים אחרים הכוללים דרישות בטיחות ספציפיות</p> <p>ג. תדריכים כתובים לתלמידים</p> <p>ד. דרכי תקשורת ודיווח</p> <p>ה. ריכוז האישורים המחייבים</p> <p>ו. רשימות מסווגות של המשתתפים (תלמידים, מורים, מדריכים, מלווים אחרים, מלווים רפואיים)</p> <p>ז. הוראות היערכות למצבי חירום, לעזרה ראשונה ולפינוי (ובכלל זה מספרי טלפון לשעת חירום).</p>
2.	<p>אישורים</p> <p>א. הפעילות תתואם עם הלשכה לתיאום טיולים ותותנה בקבלת אישור כנדרש.</p> <p>ב. בנוסף יש לתאם את הפעילות עם הגורמים הרלוונטיים באזור המסלול: קב"ט הרשות המקומית, הרב"ש, המשטרה והצבא, על פי הנחיות האישור הביטחוני.</p> <p>ג. בטיולי אופניים בדרכים סלולות נדרש להעביר הודעה ללשכת התנועה של המשטרה על קיום הפעילות, על מסלולה ועל מועדה (יום הפעילות, שעת ההתחלה ושעת הסיום).</p> <p>ד. בתחרויות רכיבה על אופני הרים מחוץ לתחום היישוב נדרש ליידע לפחות חודש מראש את קב"ט הרשות המקומית שבתחום שיפוטה הפעילות מתבצעת על פרטי הפעילות (המועד, המקום, השעות, המסלול, מסי המשתתפים המתוכנן וכו') ולפעול בהתאם להוראות, ובכלל זה קביעת סדרנים ומאבטחים.</p> <p>ה. השתתפותו של התלמיד בפעילות מותנית בהמצאת אישור כתוב של הוריו או של האפוטרופוס שלו. האישור יכלול:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ הסכמה להשתתפות התלמיד בפעילות המתוכננת; ▪ הצהרה כי מצב בריאותו תקין ומאפשר את השתתפותו בפעילות; ▪ אישור כי התלמיד יודע לרכוב על אופניים; ▪ הצהרה כי האופניים תקינים (במקרה שבו האופניים בבעלות התלמיד).
3.	<p>ביטוח תקף</p> <p>א. המפעיל/הבעלים של הפעילות יחזיק בפוליסה צד ג' המכסה את אחריותו בגין פעילותו כנגד תביעת גוף או רכוש של צד שלישי בהיקף של לא פחות משני מיליון וחצי דולר.</p> <p>ב. הפוליסה תכלול אחריות מקצועית.</p> <p>ג. הפוליסה תכלול הרחבה לפעילות ספורט אתגרי (במידת הצורך) והרחבה לאחריות של קבלני משנה וכל מי שפועל מטעמם.</p>
4.	<p>התלמידים המשתתפים</p> <p>בטיול אופניים רשאים להשתתף תלמידים מכיתה ד' ומעלה המיומנים ברכיבה על אופניים.</p>
5.	<p>חלוקה לזוגות</p> <p>א. לפני היציאה לפעילות יחולקו התלמידים לזוגות, ובני הזוג יונחו לשמור על קשר עין קבוע ביניהם ולשמור זה על זה לאורך כל הפעילות ועד לחזרה למוסד החינוכי או עד לפיזור לבתי התלמידים.</p> <p>ב. בפעילות תחרותית לא תכלול האחריות לבן הזוג את שלב התחרות.</p>

מס'	הנושאים לבדיקה
6.	<p>מסירת מידע בכתב ותדריכים</p> <p>א. יש למסור לסגל תדריכים בכתב. ב. יש לערוך לסגל תדריכים לפני היציאה לפעילות ובמהלכה. ג. יש להעביר תדריכים לתלמידים לפני היציאה לפעילות, לפני העלייה על רכב ההסעה ולפני הירידה ממנו. ד. לפני תחילת הפעילות יקיים מדריך האופניים תדריך בטיחות ובו ישתתפו האחראי על הפעילות, המלווים, המורים, סגל הרפואה והתלמידים. תלמיד שלא נכח בתדריך לא יורשה להשתתף בפעילות. ה. בתדריך תימסר לתלמידים תמצית מידע בטיחותי בכתב.</p>
7.	<p>המלווים והמדריכים</p> <p>א. טיול האופניים ינוהל מקצועית בידי מדריך רכיבה אחד לפחות ובידי עוזר מדריך אחד לפחות. ב. לטיול יצורפו מלווים בגירים המיומנים ברכיבה על אופניים. ג. כנגד כל 10 תלמידים המשתתפים בפעילות יהיה נוכח מלווה אחד, ובכל מקרה לא יפחת מספר המלווים משניים (לצורך חישוב מספר המלווים יעוגל מספר התלמידים כלפי מעלה). ד. מספר המלווים בטיולי אופניים בשטח ובתחרויות אופניים מפורט להלן. ה. המדריכים והמלווים יהיו מסומנים בחולצה ובכובע ויצודו במשרוקית.</p>
8.	<p>בטיחות בנסיעה ברכב</p> <p>א. יש לתדרך את התלמידים בהנחיות ההתנהגות המחייבות. ב. יש לתדרך את הנהגים בנוגע לציר התנועה ולמקומות העצירה. ג. יש לוודא את נוכחות המלווים בכל רכב (בקדמת הרכב ומאחור). ד. יש לוודא חגירת חגורות בטיחות במהלך הנסיעה.</p>
9.	<p>עזרה ראשונה והצלה</p> <p>א. כנגד כל 50 תלמידים המשתתפים בפעילות יהיה נוכח מגיש עזרה ראשונה אחד לפחות, והוא יצויד בתיק עזרה ראשונה. ב. בפעילות שמשותפים בה מעל 100 איש יהיה אחד מאנשי העזרה הראשונה חובש, והוא יצויד בתיק חובש. ג. הנחיות מפורטות המתייחסות להיערכות לעזרה ראשונה בתחרויות אופניים ראה להלן.</p>

6.4 הנחיות מפורטות

6.4.1 דרישות כלליות

- א. הפעילות תתקיים בשעות היום בלבד ותסתיים שעה לפני החשכה לכל המאוחר.
- ב. אין לקיים את הפעילות בתנאי מזג אוויר קשים, כמו עומס חום כבד, גשם שוטף או רוחות חזקות.
- ג. אם טיול האופניים מאורגן בידי גוף חיצוני יודא האחראי על הפעילות כי בידי הארגון מצויים רישיון עסק בתוקף וביטוח בתוקף.

6.4.2 האופניים

- א. האופניים יהיו תקינים ומצוידים בכל אבזרי הבטיחות הנדרשים.

- ב. האופניים יתאימו לאופי הפעילות (אופני שטח, אופני כביש וכד').
- ג. בנסיעה על כבישים יצוידו האופניים במחזיר אור מלפנים ובפנס נצנוץ מאחור (בנוסף לפנס הרגיל).

6.4.3 הכנות מקדימות לפעילות

- א. האחראי על הפעילות ומדריך הרכיבה יקיימו סיור מקדים במסלול הפעילות. בסיור ייבדקו תנאי הדרך, מכשולים אפשריים, עליות ומורדות וכד'.
- ב. יש להצטייד ב-1.5 ליטרים מים לפחות לכל שעת רכיבה. המים יינשאו בתרמיל על גבו של כל רוכב או במנשא המותקן על שלדת האופניים.
- ג. יש להצטייד בערכות כלי עבודה ובחלפים תואמים לאופניים לצורך תיקון תקלות אפשריות. מספר הערכות ותכולתן המדויקת ייקבעו בידי מדריך הרכיבה.
- ד. יש לוודא כי כל משתתף מצויד בנעליים סגורות ובקסדת מגן.
- ה. יש לבדוק את תקינותם של הציוד האישי, הציוד הקבוצתי והאבזרים הנלווים.
- ו. יש לבדוק את תקינותם של האופניים. בדיקה זו תיעשה הן בידי הרוכב והן בידי מדריך הרכיבה ותכלול –
- 1) בדיקה המוודאת כי האופניים מצוידים במערכת מעצורי תמיכה ובמערכת הילוכים המאפשרת החלפת הילוך ללא הסרת הידיים מהכידון;
 - 2) בדיקה המוודאת כי באופניים מצויים פנס קדמי, מחזיר אור קדמי ופנס נצנוץ אחורי;
 - 3) בדיקת התקינות של הבלם הקדמי (יש ללחוץ על הידית ולוודא שהמעצורים נצמדים לגלגל הקדמי);
 - 4) בדיקת תקינות הבלם האחורי (יש ללחוץ על הידית ולוודא שהמעצורים נצמדים לגלגל האחורי);
 - 5) בדיקת התקינות של הבלם הקדמי והבלם האחורי גם יחד (יש ללחוץ על שתי הידיות במקביל ולוודא שהמעצורים נצמדים לגלגלים);

- 6) בדיקת השלמות של הגידים בכבלים – מעצורים והילוכים (כבל ששני גידים שלו או יותר קרועים או פגומים יוחלף בכבל תקין);
- 7) בדיקת אום הכידון המרכזי (בדיקת הידוק);
- 8) בדיקת גובה הכיסא (על הכיסא להגיע לגובה מותנו של הרוכב);
- 9) בדיקת נעילת פתיחה מהירה של הגלגל הקדמי (אם קיימת מערכת נעילה מהירה גם בגלגל האחורי יש לבדוק גם אותה);
- 10) בדיקת מערכת ההילוכים;
- 11) בדיקת התקינות של הצמיגים (צמיג שיימצא סדוק או קרוע יוחלף בצמיג תקין);
- 12) בדיקת לחץ האוויר בגלגלים על פי הנחיות היצרן.
- אם במהלך הבדיקה נמצא ליקוי כלשהו באופניים אין להשתמש בהם עד שיתוקן הליקוי.
- ז. התלמידים יחולקו לזוגות, ובני הזוג יונחו לשמור על קשר עין קבוע ביניהם ולשמור זה על זה.

6.4.4 תדריך הבטיחות

- לפני תחילת הפעילות יקיים מדריך האופניים תדריך בטיחות שבו ישתתפו האחראי על הפעילות, המלווים, המורים, סגל הרפואה והתלמידים. תלמיד שלא נכח בתדריך לא יורשה להשתתף בפעילות. התדריך יכלול את ההנחיות האלה:
- א. הרוכבים יקפידו על יישומם של כל דיני התעבורה.
- ב. הרוכבים ירכבו זה אחר זה, לא יעקפו זה את זה ולא ירכבו זה בצד זה.
- ג. הרוכבים ישמרו על מרחק של 4 מ' לפחות זה מזה. כמו כן ישמרו הרוכבים על קשר עין בין רוכב לרוכב ועל קשר עין בין בני הזוג.
- ד. רוכב המעוניין לעקוף רוכב אחר יכריז בקול רם "עוקף מימין!" או "עוקף משמאל!" או "עוקף ביניכם!"

- ה. בכל עת יהיה קשר עין, ואם אפשר גם קשר קולי, בין מדריך הרכיבה הרוכב בראש שדרת המסע לבין עוזר המדריך או המלווה הרוכב בסופה.
- ו. ברכיבה בירידות תלולות או מתמשכות ישמרו הרוכבים על מרווחים גדולים ביניהם. רוכבים שאינם מיומנים דיים ירדו את הירידות הללו ברגל.
- ז. במקרה של תנאי דרך קשים רצוי לרדת מהאופניים ולהוביל אותם ברגל.
- ח. רוכב המאבד את קשר העין עם בן זוגו ימתין במקום עד שיבואו לעזרתו.
- ט. אם מתרחשת תקלה טכנית ימתינו הרוכב ובן זוגו במקום עד שיבואו לחלצם.
- י. תלמידים לא ממושמעים, מתפרעים או מפריעים יוחזרו מהפעילות בהשגחת אחד המלווים.

6.4.5 המסע

- א. בראש שדרת המסע ירכב מדריך הרכיבה ובסופה ירכב עוזר המדריך או אחד המלווים. המלווים האחרים ישובצו בידי מדריך הרכיבה לאורך שדרת המסע.
- ב. המלווים יפקדו את חניכי קבוצתם במפקדי זוגות ובמפקדים על פי שמות במועדים אלה לפחות:
- (1) עם ההגעה למקום הפעילות
 - (2) לפני כל רכיבה
 - (3) לאחר כל רכיבה
 - (4) בסיום הפעילות.
- ג. המלווים יוודאו שהתלמידים מתנהגים כראוי וממלאים אחר כל ההנחיות וימנעו סטייה של רוכב כלשהו מהמסלול.
- ד. במהלך רכיבה שיש בה חשיפה לשמש יוודאו המלווים כי כל התלמידים חובשים כובע וכי הם מרחו על גופם תכשיר הגנה בעל מקדם 15 לפחות. כמו כן יעודדו המלווים את התלמידים לשתות הרבה ויוודאו כי הם מקפידים על כך.
- ה. בירידה תלולה ימתין המדריך בתחתית המדרון עד שכל הרוכבים ירדו וישגיח על פעילותם.

6.4.6 הנחיות מיוחדות לטיולי אופניים בדרכים סלולות

נוסף להנחיות הכלליות המפורטות לעיל יש לפעול על פי ההנחיות שלהלן:

א. הודעה לשכת התנועה

יש להודיע לשכת התנועה של המשטרה על קיום הפעילות, על מסלולה ועל מועדה (יום הפעילות, שעת ההתחלה ושעת הסיום).

ב. רכבי ליווי

- 1) לפני טור הרוכבים ייסע רכב ליווי. סימון הרכב ודרכי זיהויו יהיו על פי הנחיית לשכת התנועה של המשטרה.
- 2) אחרי טור הרוכבים ייסע רכב ליווי נוסף. סימון הרכב ודרכי זיהויו יהיו על פי הנחיית לשכת התנועה של המשטרה.
- 3) הרוכבים ישמרו על מרחק סביר מרכב הליווי.

ג. סימון רוכבים

הרוכבים יהיו מצוידים באמצעי סימון זוהרים.

ד. משמעת תעבורה

- 1) הרכיבה תיעשה בצדו הימני של הכביש.
- 2) אין לבצע עקיפה תוך כדי רכיבה.
- 3) יש לציית לכל השלטים ותמרורי התנועה.
- 4) עקיפת רכב חונה תיעשה אך ורק מצד שמאל של הרכב.
- 5) יש לאותת לפני האטה, עצירה או שינוי של כיוון הנסיעה.

6.4.7 הנחיות מיוחדות לטיולי אופניים בשטח

בנוסף להנחיות הכלליות המפורטות לעיל יש לפעול על פי ההנחיות שלהלן:

- א. מסלול הרכיבה ייקבע בידי מדריך הרכיבה ויאושר בידי האחראי על הפעילות.
- ב. כנגד כל 25 רוכבים יהיה נוכח מדריך רכיבה אחד; כנגד כל 10 רוכבים יהיה נוכח מלווה אחד (מספר הרוכבים יעוגל כלפי מעלה).

- ג. תנאי השטח והמסלול יתאימו לגיל הרוכבים, לרמתם ולכושרם הגופני.
- ד. האחראי על הפעילות יודא כי מסלול הפעילות אינו כולל כבישים או קטעי דרך מזופתים. במקרה שיש הכרח לרכוב בכביש או בדרך מזופתת יש לנהוג על פי ההנחיות המפורטות ב-6.4.4 וב-6.4.6 לעיל.
- ה. אם יש צורך לחצות כביש או דרך מזופתת יקפיד האחראי על הפעילות על יישומם של כל כללי הזהירות הנדרשים בעת חציית כביש.
- ו. אין לרכוב בשטח או בשביל שמרחקו משפת תהום קטן מ-2 מ'.