

REGULAMIN UCZESTNIKA ZGRUPOWANIA

Podczas pobytu na Zgrupowaniu mam obowiązek:

1. Uczestniczyć w proponowanych programowych zajęciach;
2. Nie oddalać się bez wyraźnego pozwolenia z miejsca pobytu grupy;
3. Informować opiekunów o wszelkich wypadkach zagrażających zdrowiu i życiu;
4. Być życzliwym i koleżeńskim; często się uśmiechać i sympatycznie reagować na propozycje nauczycieli i instruktorów;
5. Grzecznie i kulturalnie zachowywać się w stosunku do kolegów i dorosłych;
6. Przestrzegać ciszy nocnej - wykorzystać czas nocny na sen, a jeżeli nie mogę spać dać spać innym; jeśli podczas ciszy nocnej będę się źle czuł zwrócić się z prośbą o pomoc do wychowawcy lub trenera;
7. Delektować się posiłkiem, a nie rozmową; zwracać uwagę na to co jem – na czas wyjazdu ograniczyć słodczy i pić dużo wody;
8. Dbać o higienę osobistą, porządek w pokoju i przyrodę;
9. O wszystko pytać opiekunów i zwracać się do nich z każdym problemem;
10. Stosować się do regulaminów znajdujących się w obiektach sportowych;
11. W pensjonacie nie wychylać się przez okno, nie siadać na parapecie, nie biegać po korytarzach;
12. Być uważnym i ostrożnym - patrzeć, obserwować, myśleć i wyciągać wnioski;
13. Starać się być samodzielnym, ale pamiętać, że nie jestem sam - opiekunowie są dla mnie przez 24h na dobę.

Podczas podróży mam obowiązek:

1. Siedzieć na swoim miejscu lub na miejscu wskazanym przez opiekunów (siedzieć tzn. w sposób właściwy zajmować swoje miejsce); nie chodzić po autokarze;
2. Nie jeść podczas jazdy - wyłącznie podczas postoju;
3. Zachowywać ciszę podczas podróży;
4. O wszystkich problemach informować opiekunów (np. toaleta, ból głowy, brzucha)
5. Na postojach bezwzględnie podporządkować się poleceniom opiekunów, nie oddalać się od grupy (o wszystkich pomysłach informować opiekunów);
6. Każdy postój rozpoczynać i kończyć zbiórką (uważnie słuchać komunikatów informacyjnych od opiekunów i wskazówek związanych z bezpieczeństwem).

Podczas pobytu na zajęciach sportowych mam obowiązek:

1. Trenować i bawić się tylko pod okiem trenera; zajęcia rozpocząć i kończyć zbiórką;
2. Zabierać na zajęcia właściwy strój i potrzebny sprzęt;
3. Dbać o czystość – nie śmiecić;
4. Nie oddalać się z miejsca treningu/zabawy bez pozwolenia trenera;
5. Podporządkować się wskazówkom trenera prowadzącego zajęcia;
6. We właściwy sposób zachowywać się w stosunku do innych uczestników zajęć;
7. Stosować się do poleceń trenera i dbać o bezpieczeństwo swoje i innych.

SPORTTEAM

RADOŚNIE! PROFESJONALNIE! BEZPIECZNIE!