

1. טיולים רכובים על אופניים

7.1 רקע

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

7.2 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 הסמכתו.
- 6.2.2 עוזר מדריך: בגיר בעל ידע טכני ובעל ניסיון ברכיבה על אופניים אשר אושר בידי מדריך רכיבה מוסמך לשמש עוזר מדריך.

7.3 טבלת היערכות

- 6.3.1 טבלה זו מיועדת לסייע לאחראי על הפעילות להתכונן בשיטתיות לפעילות החוץ בית ספרית המתוכננת.
- 6.3.2 על מנת להשלים את ההתכוננות לפעילות, יש לקרוא היטב את הטבלה, ביחד עם ההנחיות הספציפיות המפורטות בפסקה זו.

ספ'	היערכות
1.	קיום תיק פעילות חוץ בית ספרית - טיולים רכובים על אופניים פעילות החוץ בית ספרית תיערך על פי המפורט בתיק פעילות הכולל לפחות את אלה: א. תיאור הפעילות ומטרתה; ב. תדריכים כתובים לסגל, למלווים, למדריכים ולבעלי תפקידים אחרים הכוללים דרישות בטיחות ספציפיות; ג. תדריכים כתובים לתלמידים/לתלמידים; ד. דרכי תקשורת ודיווח; ה. ריכוז תיעוד אישורים מחייבים; ו. רשימות משתתפים מסווגת (תלמידים/תלמידים, מורים, מדריכים, מלווים אחרים, מלווים רפואיים, נוספים), ז. הוראות היערכות מצבי חירום, עזרה ראשונה ופינוי, כולל מספרי טלפון לשעת חירום; ח. מידע נוסף לפי הצורך.
2.	אישורים ■ הפעילות תתואם כבפעילות חוץ בית ספרית וטיולים ותוננה בקבלת אישור הלשכה לתיאום טיולים כנדרש. ■ בנוסף לכך יש לתאם את הפעילות עם הגורמים הרלוונטיים באזור המסלול: קב"ט הרשות המקומית, הרב"ש, המשטרה והצבא, על פי הנחיות האישור הביטחוני. ■ בטיולי אופניים בדרכים סלולות נדרש להעביר הודעה ללשכת התנועה של המשטרה על קיום הפעילות, על מסלולו ועל מועדו (יום הפעילות, שעת התחלה ושעת הסיום). ■ בתחרויות רכיבה על אותני 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.
3.	רישיון עסק וקיום ביטוח א. המפעיל/ הבעלים/ המחזיק יחזיק בפוליסה צד ג' המכסה את אחריותו בגין פעילותו כנגד תביעת גוף או רכוש של צד שלישי, בגבולות אחריות שלא יופחתו משני מיליון וחצי דולר. ב. הפוליסה תכלול ביטול חריג אחריות מקצועית. ג. הפוליסה תכלול הרחבה לפעילות ספורט אתגרי (למי שרלוונטי) והרחבה לאחריות של קבלני משנה וכל מי שפועל מטעמו.

ספ'	היערכות
4.	<p>אישור הורים להשתתפות ילדם בטיול רכוב על אופניים</p> <p>השתתפותו של תלמיד/תלמידת/תלמיד בפעילות מותנית בהמצאת אישור כתוב של הוריו או של האפוטרופוס שלו. האישור יכלול:</p> <p>א. הסכמה להשתתפות התלמיד בפעילות המתוכננת ;</p> <p>ב. הצהרה כי מצב בריאותו תקין ומאפשר את השתתפותו בפעילות.</p> <p>ג. אישור כי התלמיד יודע לרכוב על אופניים ;</p> <p>ד. הצהרה כי האופניים תקינים (במקרה שבו האופניים בבעלות התלמיד). (יש להמליץ להורים לבדוק את האופניים בחנות לתיקון אופניים ולא להסתפק בהערכתם האישית).</p>
5.	<p>תלמידים/תלמידים</p> <p>בטיול אופניים רשאים להשתתף תלמידים/תלמידים מכיתה ו ומעלה המיומנים ברכיבה על אופניים.</p>
6.	<p>חלוקה לזוגות</p> <p>א. לפני היציאה לפעילות, התלמידים יחולקו 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 – האחריות לבן הזוג לא תכלול את שלב התחרות.</p>
7.	<p>מסירת מידע בכתב ותדריכים</p> <p>ג. עריכת תדריכים לסגל לפני היציאה לפעילות ובמהלכה.</p> <p>ד. העברת תדריכים לתלמידים/תלמידים לפני היציאה לפעילות, לפני העלייה על כלי רכב, לפני ירידה מכלי הרכב.</p> <p>ה. מסירת תדריכים כתובים לסגל</p> <p>ו. לפני תחילת הפעילות יקיים מדריך האופניים תדריך בטיחות שבו ישתתפו האחראי על הפעילות, המלווים, המורים, סגל הרפואה והתלמידים. תלמיד/תלמידת/תלמיד שלא נכח בתדריך לא יורשה להשתתף בפעילות.</p> <p>ז. בתדריך תימסר לתלמידים/תלמידים תמצית מידע בטיחותי בכתב.</p> <p>ח. פירוט והרחבה – בגוף הפסקה.</p>
8.	<p>מלווים ובעלי תפקידים</p> <p>א. טיול האופניים ינוהל מקצועית בידי מדריך רכיבה אחד לפחות ובידי עוזר מדריך אחד לפחות.</p> <p>ב. לטיול האופניים יצורפו מלווים בגירים המיומנים ברכיבה על אופניים.</p> <p>ג. כנגד כל 10 תלמידים/תלמידים המשתתפים בפעילות יהיה נוכח מלווה אחד ; בכל מקרה לא יפחת מספר המלווים משניים. (לצורך חישוב מספר המלווים יעוגל מספר התלמידים כלפי מעלה).</p> <p>ד. מספר המלווים בטיולי אופניים בשטח – מפורט בגוף הפסקה.</p> <p>ה. מספר המלווים בתחרויות אופניים – מפורט בגוף הפסקה.</p> <p>ו. המדריכים והמלווים יהיו מסומנים בחולצה ובכובע ויצוידו במשקוקית.</p>
9.	<p>בטיחות בנסיעה ברכב (אל הפעילות ובחזרה ממנה)</p> <p>א. תדרוך התלמידים בהנחיות התנהגות מחייבות ;</p> <p>ב. תדרוך הנהגים בנוגע לציר התנועה ולמקומות עצירה ;</p> <p>ג. ווידוא נוכחות מלווים בכל רכב (בקדמת הרכב ומאחור) ;</p> <p>ד. ווידוא חגירת חגורות בטיחות במהלך הנסיעה.</p>
10.	<p>עזרה ראשונה והצלה</p> <p>א. כנגד כל 50 תלמידים/תלמידים המשתתפים בפעילות יהיה נוכח מגיש עזרה ראשונה אחד לפחות. הלה יצויד בתיק עזרה ראשונה.</p> <p>ב. בפעילות שמשותפים בה מעל 100 איש אחד מאנשי העזרה הראשונה יהיה חובש. הלה יצויד בתיק חובש.</p> <p>ג. הנחיות מפורטות המתייחסות להיערכות לעזרה ראשונה בתחרויות אופניים – ראה בגוף הפסקה.</p>
11.	<p>אירועים חריגים</p> <p>א. יש לעצור את הפעילות ולוודא שאנשים נוספים אינם עלולים להיפגע.</p> <p>ב. במקרה הצורך – יש לפנות לחדר המצב לטיולים ולבקשו להזעיק יחידת חילוץ.</p> <p>ג. יועבר דיווח מידי, למנהל מוסד החינוך או לתנועת הנוער שהוא שייך אליה על כל אירוע ביטחוני או בטיחותי ועל כל אירוע שנעשה בו פינוי רפואי לבית חולים.</p>
12.	<p>הנחיות מפורטות</p> <p>בנוסף למפורט בטבלת היערכות ובהמשך לה, בפסקה זו מפורטות הנחיות והגבלות ספציפיות המתייחסות לנושאים אלה:</p> <p>א. דרישות כלליות ;</p> <p>ב. הכנות מקדימות לפעילות ;</p> <p>ג. המסע ;</p> <p>ד. הנחיות מיוחדות לטיולי אופניים בדרכים סלולות ;</p> <p>ה. תחרויות רכיבה על אופני הרים.</p>

7.4 הנחיות מפורטות

6.4.1 דרישות כלליות

- א. הפעילות תתקיים בשעות היום בלבד ותסתיים שעה לפני החשכה לכל המאוחר.
- ב. אין לקיים את פעילות בתנאי מזג אוויר קשים, כמו עומס חום כבד, גשם שוטף או רוחות חזקות.
- ג. אם טיול האופניים מאורגן בידי גוף חיצוני יוודא 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 וכו').
- 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 יבדקו תנאי הדרך, מכשולים אפשריים, עליות ומורדות וכו'.
- ב. יש להצטייד ב- 1.5 ליטר 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, של הציוד הקבוצתי ושל האבזורים הנלווים.
- ו. יש לבדוק את תקינותם של האופניים. בדיקה זו תיעשה הן בידי הרוכב והן בידי מדריך הרכיבה. בדיקה זו תכלול:

- (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 תקינות 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 תקינות הבלם הקדמי והבלם האחורי גם יחד (יש ללחוץ על שתי הידיות במקביל ולוודא שהמעצורים נצמדים לגלגלים) ;
- (6) בדיקת שלמות 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 תקינות הצמיגים. צמיג שיימצא סדוק או קרוע יוחלף בצמיג תקין;

(12) בדיקת לחץ אוויר 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.

תדריך הבטיחות

6.4.4

לפני תחילת הפעילות יקיים מדריך האופניים תדריך בטיחות שבו ישתתפו האחראי על הפעילות, המלווים, המורים, סגל הרפואה והתלמידים. תלמיד/תלמיד/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/תלמידים לא ממושמעים, מתפרעים או מפריעים יוחזרו מהפעילות בהשגחת אחד המלווים.

המסע

6.4.5

א. בראש שדרת המסע ירכב מדריך הרכיבה ובסופה ירכב עוזר המדריך או אחד המלווים. המלווים האחריים 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/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

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

א. הודעה ללשכת התנועה

יש להודיע ללשכת התנועה של המשטרה על קיום הפעילות, על מסלולו ועל מועדו (יום הפעילות, שעת התחלה 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 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 יוודא כי מסלול הפעילות אינו כולל כבישים או קטעי דרך מזופתים. במקרה שיש הכרח לרכוב בכביש או בדרך מזופתת יש לנהוג על פי

הנחיות המפורטות בסעיף "תדריכי הבטיחות" וכן בסעיף "הנחיות מיוחדות לטיולי אופניים בדרכים סלולות" 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'.