

zaprasza na

RAJD NIEPODLEGŁOŚCI

ORGANIZOWANY W RAMACH 100 ROCZNICY
ODZYSKANIA PRZEZ POLSKĘ NIEPODLEGŁOŚCI

22 V 2018r.

1. Cele rajdu:

- Zapoznanie uczniów z życiem i działalnością bohatera narodowego w walce o niepodległość Polski - Tadeusza Kościuszki oraz z wydarzeniami związanymi z odzyskaniem niepodległości przez Polskę.
- Poznanie okolicznej przyrody i okolic miasta, nauka orientacji w terenie.
- Nauka radzenia sobie w trudnych warunkach poprzez zdobycie umiejętności przygotowania prostego posiłku.
- Wzmacnianie siły i wytrzymałości fizycznej.
- Kształtowanie postaw patriotycznych wśród młodzieży.
- Popularyzacja turystyki pieszej, promocja aktywności fizycznej oraz zdrowego stylu życia.
- Poznanie różnego rodzaju aktywnych form spędzania wolnego czasu.
- Integracja środowiska lokalnego.

2. Organizator:

Szkoła Podstawowa Nr 1 im. Tadeusza Kościuszki w Wysokiem Mazowieckiem; ul. Kościelna 1 18-200 Wysokie Mazowieckie, tel: 86 275 2008

3. Warunki uczestnictwa:

Rajd Niepodległości adresowany jest do młodzieży ze Szkół Podstawowych w którym mogą brać udział zorganizowane **zastępy (4-6 osobowe) uczniów z klas siódmych** (po jednym zastępie z każdej klasy) oraz zastępy z drużyn harcerskich wraz z opiekunami. Trasa marszu przebiega w terenie leśnym wymaga od uczestników dobrej zaprawy w turystyce pieszej. Najlepsi otrzymają puchary.

Uczestnicy rajdu pieszego zobowiązani są do:

- Przestrzegania regulaminu rajdu oraz obowiązkowego podporządkowania się decyzjom organizatora rajdu. Dokonując zgłoszenia, uczestnik składa tym samym oświadczenie, iż akceptuje postanowienia niniejszego regulaminu.
- Stosowania się do poleceń, zakazów i nakazów wydawanych przez organizatora rajdu oraz przewodnika.
- Przemieszczania się zwartą grupą i niezaczynania z wyznaczonego szlaku.
- Niepełnoletni uczestnicy zobowiązani są do przedstawienia **pisemnej zgody rodziców lub prawnych opiekunów**.
- Przy przekraczaniu jezdni (drogi) opiekunowie zabezpieczają przejście i przeprowadzają całą grupę na drugą stronę.
- Czas i miejsce odpoczynku wyznacza opiekun grupy (pierwszy odpoczynek między wsią Zawrocie Nowiny a Brzóska Gromki, drugi za wsią Wróble - pod lasem).
- Wszelkie niedyspozycje zdrowotne bezzwłocznie należy zgłaszać organizatorowi rajdu.
- Obowiązują zachowania proekologiczne.
- Uczestnictwo w rajdzie jest bezpłatne.

4. Termin realizacji rajdu:

Rajd niepodległości odbędzie się dnia **22 maja 2018 roku**, w razie deszczu zostanie przełożony na czwartek 24.05.2018r. Termin zgłaszania list uczestników do **15 maja** do organizatorów rajdu (imię i nazwisko, PESEL lub data urodzenia, adres, telefon).

5. Przebieg rajdu pieszego:

7.45 – Meldowanie się zastępów przed Szkołą Podstawową Nr1 w Wysokiem Mazowieckiem ul. Kościelna1 (przy wejściu do szatni).

8.00 – Wymarsz zastępów spod szkoły, krótka modlitwa w kościele pw. św. Jana Chrzciciela.

8.00-16.00 – Wykonywanie zadań na trasie rajdu.

16.00- 16.30 – Przewidywany powrót na miejsce wymarszu.

Trasa rajdu:

Wysokie Mazowieckie – Glinki – Zawrocie Nowiny – Wróble – las w Mazurach „Leśna Ostoja” i z powrotem.

Dystans do przejścia ok. 16km, czas przejścia 5-6 godz.



Zadania punktowane do zaliczenia na trasie rajdu:

1. Wykazanie się znajomością życia i działalności Tadeusza Kościuszki oraz wydarzeń związanych z odzyskaniem niepodległości przez Polskę.
2. Wykonanie kuchni polowej w warunkach leśnych.
3. Przygotowanie ciasta i smażenie naleśników dla członków zastępu i dla komisji oceniającej.
4. Zaśpiewanie polskiej pieśni patriotycznej.
5. Zadanie specjalne – orientacja w terenie.
6. Dyscyplina w szyku marszowym i na postojach.
7. Posiadanie apteczki i znajomość wiedzy z zakresu udzielania pierwszej pomocy.

W związku z powyższymi zadaniami każdy zastęp musi się odpowiednio przygotować, zabierając ze sobą odpowiedni sprzęt i produkty (ciasto na naleśniki zastępy wykonują na miejscu, nie wolno zabierać ze sobą gotowego ciasta). Należy również zabrać podstawowe środki opatrunkowe, leki oraz coś od kleszczy, komarów i deszczu. Każdy zabiera ze sobą kanapki i picie. Ubranie powinno być dostosowane do pogody, buty wygodne.

6. Osoby odpowiedzialne za organizację i nadzór:

Radosław Tymiński (tel:883326 777), Izabela Wasilewska (tel: 502 517 258), Jan Rutkiewicz, Agnieszka Faszczewska (tel: 609 315 651), Monika Zdziarska

7. Postanowienia końcowe:

- Wszelkich informacji udziela organizator rajdu.
- Uczestnicy muszą zachować szczególną ostrożność na szlaku.
- Uczestnicy rajdu zobowiązani są do znajomości regulaminu rajdu i stosowania się do zaleceń organizatora.
- Uczestnicy biorą udział w rajdzie na własną odpowiedzialność.
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione, zgubione lub skradzione w trakcie imprezy.
- Wszyscy uczestnicy wyrażają zgodę na publikację ich wizerunków w relacjach z przebiegu rajdu, zamieszczonych w mediach oraz materiałach promocyjnych organizatorów.

8. Zapewnienia organizatora

Organizatorzy rajdu zapewniają uczestnikom:

- poczęstunek w trakcie rajdu w postaci napojów i kiełbasek z ogniska wraz z dodatkami.



Tylko dla wytrwałych i odważnych! Powodzenia!