

Памятка для родителей, отправляющих ребенка в детский лагерь. Зимняя смена 2015 г.

Добрый день! Здравствуйте!

Именно так – пожеланиями добра, здоровья и удачи на каждый день – мы рады приветствовать детей и их родителей, решивших отправить своего ребенка на смену «Оранжевая Планета», которая проходит в ДОЛ «Факел+», пос. Лосево Приозерского района ЛО.

Именно с этих слов нам бы хотелось начать сотрудничество с каждым родителем, проявившим интерес к программе и возможностям лагеря и решившим доверить нам отдых, развитие и воспитание своего ребенка. Вы лучше всех знаете своего ребенка, поэтому только вы можете определить степень его готовности к самостоятельному пребыванию в детском лагере.

Для многих родителей качество отдыха детей ассоциируется лишь с бытовыми условиями, но для подростков в отдыхе главное это общение, и в этом плане наш лагерь остается вне конкуренции. К тому же, современный детский лагерь – это не совсем то, что помнят родители из своего детства, и к отдыху, как и к бытовым условиям в детских лагерях предъявляются самые строгие требования. При этом вожатые лагеря, педагогический отряд «Муравейник», создали программу, которая объединила в себе традиции пионерии, скаутинга и современной гуманистической педагогики.

Ваш ребенок отправляется в лагерь, и вы, конечно, волнуетесь и переживаете разлуку, пусть даже кратковременную. Стараясь рассеять ваши сомнения, мы собрали для вас советы, которые помогут вам найти ответы на возникающие вопросы. Мы приложим все силы, чтобы сделать отдых вашего ребенка комфортным, безопасным и интересным, а вы, пожалуйста, ознакомьтесь с правилами распорядка лагеря и доведите их до ребенка.

Подготовка к поездке

Вы можете узнать, в каком отряде, у какого вожатого будет Ваш ребенок, за 1-2 дня до заезда в специальной теме в группе <http://vk.com/childrencamp> или непосредственно на регистрации перед отъездом.

Заезд

Дата основного заезда: 30 декабря 2014 г. Начало регистрации 11:30. Отправление автобусов 12:00.

Дата дополнительного заезда: 2 января 2015 г. Начало регистрации 11:30 Отправление автобусов 12:00.

Место отправления: М. Озерки. Выборгское шоссе, нечетная сторона. Место сбора: аллея напротив д.5 корп.1 по Выборгскому шоссе.

Документы, которые необходимо иметь при себе к заезду ребенка:

Форма 079У из поликлиники (от терапевта или педиатра) с перечнем прививок (действительна 1 месяц);

Суточная справка об эпидокружении (СЭС, об отсутствии инфекционных заболеваний по месту жительства) из поликлиники, взятая не ранее 28 декабря 2014 г.

Заключение анализов на энтеробиоз, простейшие и яйца глист (действительно 1 месяц)

Копия медицинского страхового полиса;

Копия свидетельства о рождении или паспорта;

Путевка

Внимание:

- **при отсутствии нужных документов, вожатые не имеют права брать ребенка в лагерь!** В случае непредоставления всех указанных документов или недостоверности предоставленной информации лагерь оставляет за собой право не принимать ребенка/детей без какой-либо компенсации покупателю.

- не передавайте в лагерь оригиналы документов;

- если у ребенка есть аллергии – скажите об этом вожатому вашего отряда.

Возвращение:

Помните, что Вашего ребенка надо встретить! **Дата возвращения: 10 января 2015 г. Время возвращения: 13.30. Место возвращения: М. Озерки.**

Обязательно положите ребенку в сумку следующие вещи:

Теплая одежда:

1. Верхняя одежда: комбинезон+куртка или теплая пальто и теплые штаны
2. Шапка, шарф
3. Перчатки или варежки – 2 пары
4. Штаны/джинсы длинные /комбинезон – 2 пары
5. Свитер – 2 шт.
6. Бадлон/рубашка с длинными рукавами – 2 шт.
7. Термобелье/теплое нижнее белье.

Обувь

8. Туристские бахилы + 1 пара теплых ботинок/сапог или 2 пары непромокаемых сапог или ботинок (пока одна пара сохнет, другую носим).

9. Легкая обувь для помещения

10. Легкая спортивная обувь: кеды, кроссовки.

11. Резиновые тапочки для бани и душа – обязательно!

Нарядная одежда на вечер

12. Для мальчиков – рубашка и брюки, для девочек – платье.

Белье

13. Майки, футболки – 3-4 шт.

14. Трусы – 5-6 шт.

15. Пижама

16. Носки шерстяные (2 пары) + обычные (4 пары)

Важные мелочи:

17. Зубная щетка, паста, расческа, бумажные платочки.

18. Блокнот, ручка.

19. Фонарик

20. Книжка Следопыта (если есть)

21. Для девочек: косметические принадлежности для ухода за кожей и телом; гигиенические принадлежности для критических дней. Лучше, если все это будет находиться в специальной сумочке для предметов личной гигиены.

На смене ребята посетят бассейн. Напомните ребенку, что с собой необходимо взять:

Пакет... А в нём...

1. Мочалка
2. Мыло(гель)
3. Шампунь
4. Полотенце
5. Сланцы(тапочки)
6. Купальник/плавки
7. Шапочка

Одежда и обувь должны быть удобными в пользовании, лучше, если обувь будет разношенной.

Рекомендуем не давать детям с собой дорогостоящих вещей, золотых украшений, дорогой техники. Утеря подобных вещей сильно расстраивает детей и может стать источником конфликтов в отряде.

Не следует давать ребенку в лагерь дорогой телефон, дети часто теряют технику. Для подзарядки телефонов в каждой комнате есть розетка.

Личные вещи должны храниться в специально отведенном месте (тумбочка, шкаф). Грязные вещи складываются в отдельный пакет. Чемодан сдается на хранение в чемоданную.

Вещи после прогулки необходимо просушить. Старшие ребята могут самостоятельно отнести вещи в сушилку, младшие делают это вместе с вожатым.

Планируйте для ребенка столько комплектов одежды и нижнего белья, чтобы у него не было необходимости в стирке на короткой зимней смене.

Наличные деньги ребенку на смене не понадобятся.

Все вещи и обувь рекомендуется подписать. Постарайтесь, чтобы ребенок запомнил, какие вещи он берет с собой в лагерь, как выглядят его куртка, ботинки и т.п.

В лагере

Распорядок дня:

8.00 — подъём, зарядка, время личной гигиены.

9.00 — завтрак

9.30 — линейка, время добрых дел

10.30-13.30 - отрядные дела, мастерские, тренинги.

13.30 — обед

14.00 — 16.00 дневной отдых

16.00 — полдник

16.15 – самоуправление, поручения.

17.00 — 19.00 подготовка к вечернему мероприятию, тренинги, отрядные дела

19.00 — ужин

19.30 — 21.00 вечернее мероприятие

21.00 – построение, 2-й ужин, свеча, время личной гигиены.

22.30 — отбой

Свод основных правил:

1. Мы все живем по одному режиму дня. Встаем в 8.00 и ложимся спать в 22.30. Участие в отрядных и общелагерных делах, занятиях кружков, мастер-классах, соблюдение режима питания и выхода в лес одинаково обязательно для всех ребят без исключения.

2. Детский лагерь — территория спорта и чистого воздуха. Ребятам категорически запрещается распивать спиртные напитки, курить, употреблять наркотические вещества. Педагоги всегда искренне полагаются на честность, открытость и стремление принять этот закон.

3. В нашем лагере сложилась своя культура общения, основанная на принципах добра, доверия, уважения, сотрудничества и сотворчества. У нас не принято обижать, оскорблять и унижать достоинство человека.

4. В лагере принят самообслуживающий труд: уборка постели, спального помещения (по графику дежурства), территории лагеря, уход за своей одеждой. Дежурство по лагерю и столовой ребята осуществляют в совместной деятельности с педагогами и сверстниками.

Поступки ребенка, которые запрещаются в лагере

Для ребенка в лагере являются обязательными правила детского общежития, бережное отношение к имуществу и к природе, участие в самообслуживании (уборка своего спального места, комнаты, территории детского лагеря, дежурство в столовой), соблюдение личной гигиены, выполнение распорядка дня; уважительное отношение к сверстникам и к работникам лагеря.

Взрослые в лагере категорически запрещают действия и решения ребенка, угрожающие его жизни и здоровью, жизни и здоровью окружающих, наносящие вред природе: курение, употребление наркотических средств и алкогольных напитков, самостоятельный выход за территорию без сопровождения взрослых, порча или посягательство на имущество и достоинство людей и лагеря.

В случае нарушения этих правил лагерь имеет право проинформировать законных представителей ребенка о нарушениях, совершенных ребенком, отчислить ребенка из детского лагеря и отправить его домой за счет родителей; взыскать с родителей в законном порядке сумму нанесенного детскому лагерю ущерба.

Гигиена

Купание в душе происходит организованно по расписанию под контролем вожатого. Так же в режиме дня выделено время для личной гигиены (14.00-16.00, 22.00 – 22.30).

Вожатые младших отрядов следят за гигиеной малышей, а старшие ребята делают это самостоятельно. Степень аккуратности у подростков разная, но мы предполагаем, что навыки поддержания чистоты собственного тела, смены нижнего белья в этом возрасте должны быть сформированы. Мы надеемся на самостоятельность подростков старших отрядов в самообслуживании и решении вопросов личной гигиены. Вожатый обязательно напомним, но не может оказать давление на подростка старшего отряда пойти искупаться, поменять носки, подстричь ногти. Поэтому мы просим родителей сотрудничать с нами и напоминать своим детям следить за собственной чистотой.

Стирка вещей. Дети сами стирают свою одежду. Для этого на территории лагеря находятся помещения для стирки и сушки белья. Дети стирают в свободное время.

Уборка помещений. Влажная уборка помещений детского лагеря проводится ежедневно уборщицами. Соблюдение чистоты и порядка в спальной комнате, подметание пола осуществляется ее жителями самостоятельно по графику дежурства. Эта процедура не только дисциплинирует ребят, но и приучает их следить за порядком в своей комнате.

Информация специально для мальчиков. На каждой смене мы сталкиваемся с необъяснимым явлением в мужском туалете: запасные рулоны туалетной бумаги оказываются засунутыми весьма основательно прямо в унитаз, что вызывает невозможность пользования туалетом до прибытия «спасателей». Прекратить регулярное повторение этой неприятности разговорами и объяснениями нам не удалось. Помогает только ограничение количества туалетной бумаги, находящейся в кабинках. Упаковка бумаги находится у вожатых. Пожалуйста, объясните ребенку – если в туалете закончилась бумага, нужно попросить вожатого пополнить стратегический запас. В этой просьбе нет ничего постыдного. Благодарим за понимание!

Безопасность и здоровье

Мы не разрешаем ребенку принимать какие бы то ни было медикаменты без ведома врача, даже если ребенку кажется, что он знает, как справиться с недомоганием, или он получил разрешение от вас. Самолечение может повлечь негативные последствия. В лагере работает опытный доктор, он обязательно поможет. Если ребенку необходимо принимать какие-либо препараты, напишите записку, чтобы ребенок мог поставить в известность врача и вожатого.

Объясните ребенку, что при любом недомогании необходимо незамедлительно обращаться к вожатому, что бы тот показал ребенка врачу лагеря.

При необходимости ребенок будет доставлен на прием к специалистам ЦРБ г. Приозерска.

Питание

Питание в лагере пятиразовое: завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин.

Меню формируется в соответствии с требованиями и нормами СанПиН 2.4.4.1204-03 – основного нормативного документа детского оздоровительного лагеря.

Питание в детском лагере соответствует диетическому столу детского заведения, предполагает отсутствие в рационе острых, соленых, жареных блюд, термически необработанной молочной продукции.

Желудок быстро приспосабливается к такой пище и, бывает, агрессивно реагирует на грубую еду в виде чипсов, сухариков и т.п. При обнаружении данных продуктов у ребенка они будут изъяты и возвращены по окончании смены.

Диетическое питание первое время кажется непривычным для детей. Различные каши на завтрак и первые блюда на обед – особенно непривычны и нелюбимы детьми, так как современный рацион и детей и взрослых далек от идеального – часто исключает именно эти блюда из повседневного меню и заменяет бутербродами и фастфудом.

Необходимо время, чтобы ребенок привык к подобной диетической пище. У нас работают очень опытные, именно в детском питании, повара, которые умеют вкусно готовить, а отзывы большинства ребят говорят о том, что мы не ошибаемся.

Если Ваш ребенок страдает пищевой аллергией, но это не указано в медицинской справке, обязательно укажите это в анкете и поставьте в известность вожатого при заезде.

Все продукты питания и напитки, взятые ребенком на смену, складываются в пакет, упаковка подписывается и сдается на хранение в «сладкий шкаф», воспользоваться припасами ребенок сможет после основных приемов пищи (чтобы не испортить аппетит шоколадками и печеньем).

Адаптация ребенка

Ребенок, как и любой взрослый, попадая в новый коллектив, проходит этап адаптации. За короткое время он должен занять свое место в отряде, найти себе друзей и единомышленников, определить занятие по душе и преодолеть коммуникативные барьеры. В этом ребятам помогают вожатые. Они вовлекают детей в активную коллективную деятельность, направленную на сплочение и взаимодействие команды. Чаще всего период адаптации на межсезонной смене длится 2-4 дня.

Заранее объясните ребенку, что при возникновении любой ситуации, причиняющей тревогу, страх или чувство дискомфорта, необходимо обращаться к своему вожатому. Они помогут разобраться в происходящем, сделают все необходимое, чтобы разрешить проблему, дадут профессиональный совет, если ребенку нужно справиться с ситуацией самому.

Мы обращаемся к Вам с просьбой, постарайтесь свести Ваше общение с ребенком в первые дни пребывания в лагере к минимуму, позвольте ему сдружиться с новыми ребятами самостоятельно.

Не звоните часто, не контролируйте ребенка, дайте возможность процессу адаптации развиваться естественным ходом.

Если вам трудно унять тревогу, позвоните дежурному по лагерю или начальнику лагеря по телефону 8-921-563-38-34.

Что делать, если ребенок в первые дни часто звонит вам по телефону с жалобами на тоску? Конечно же, пообщайтесь с ним – ему важно услышать ваш голос и почувствовать, что вы на связи. Спросите, нашел ли он друзей в отряде, чем занимается, что узнал нового, интересного, какие мероприятия посетил?

Если Вы чувствуете, что ваш сын или дочь не могут справиться с тревогой самостоятельно, позвоните начальнику детского лагеря. Ваш звонок поможет нашим специалистам предпринять необходимые меры для интеграции ребенка в группу сверстников.

Посещение ребёнка

Мы сами родители и понимаем, что мамы и папы скучают и стремятся чаще навещать своих детей. Но когда вы забираете ребенка из отряда на долгое время, особенно в период адаптации, он пропускает важные и эмоционально насыщенные занятия и мероприятия направленные на сплочение отряда. Пока он отсутствует, остальные ребята из его отряда еще больше подружились, а он выпал из событийного поля. Подобные ситуации затрудняют процесс дальнейшей адаптации вашего ребенка в отряде, способствуют возникновению конфликтов и конфронтации со сверстниками.

Предварительно свяжитесь со своим ребенком и узнайте распорядок дня его отряда на день приезда, ведь он может совпасть с выездной экскурсией.

Имейте в виду, что ребенка из детского лагеря могут забрать только родители с предоставлением документов подтверждающих личность и родство (паспорт). Другие родственники должны иметь доверенность.

В день своего приезда обязательно пообщайтесь с вожатым, узнайте, как проявляет себя ваш ребенок в детском лагере, сообщите о своем желании взять ребенка для общения, заполните специальное заявление.

Постарайтесь не перекармливать своего ребенка в период посещения, к сожалению, такие случаи бывают, и дети после отъезда родителей чувствуют себя плохо.

Конфликты

Динамика отрядного сплочения предполагает прохождение периода конфронтации и конфликтов между детьми. Это естественный и неизбежный этап. Даже взрослые вступают в конфликт друг с другом, но забывают об этом, когда узнают, что их ребенок ссорится с кем-либо.

Мы хотим предупредить ваши волнения и заверить, что особое внимание воспитателей уделяется оценке отношений ребят, эмоционально-психологическому климату в отряде, профилактике, предотвращению и разрешению конфликтов между ребятами. К этому вопросу мы подходим очень серьезно, глубоко вникаем в каждую ситуацию. **Как мы узнаем о конфликтах между детьми?** Ежедневно в течение дня воспитатели следят за физическим и эмоциональным самочувствием ребят. В детском лагере всегда находится психолог, который помогает подросткам решать различные беспокоящие ситуации. Каждый вечер, когда дети засыпают, все мы – воспитатели, руководители, вожатые собираемся, чтобы разобрать сложные ситуации и возникающие трудности в каждом отряде, обсуждаем жизнь в лагере, планируем нашу деятельность. **Решение конфликтов.** Когда мы получаем информацию о конфликте, мы стараемся составить картину конфликта: восстанавливаем события и предпосылки конфликта, собираем информацию от участников конфликта. Ни в коем случае не руководствуемся жалобами одной стороны. Поэтому, решение конфликта – это процесс, который вовлекает в себя «обиженного», «обидчика» и их «группы поддержки», а порой и весь отряд. Наши специалисты решают проблему индивидуальными беседами, отрядными тренингами, меняется график отрядных мероприятий, чтобы помочь ребятам пойти на встречу друг другу. **Особенности поведения детей в конфликте.** В детском конфликте всегда виноваты обе стороны. Дети находятся в том возрасте, когда не любят признавать свои ошибки перед сверстниками, перед родителями, особенно в момент обиды или гнева. Поэтому, когда дети рассказывают Вам о своей обиде, они нередко опускают факты собственной вины – так, вы формируете свое отношение, основываясь на неполной односторонней информации. Детям сложно анализировать ситуацию, они не понимают, в какой момент допустили ошибки, которые привели к обидам и агрессии со стороны сверстников. Помните, что каждый ребенок приезжает в лагерь со своим ассортиментом социальных навыков, которые успели сформироваться к его возрасту, в соответствии с уровнем его социальной активности, особенностей воспитания и поведенческого примера родителей. У ребенка может не быть на момент конфликта поведенческого навыка решения сложной ситуации и мы деликатно стремимся помочь сформировать естественные для себя способы решения сложных ситуаций. **Можно ли решить конфликт, забрав ребенка из отряда или лагеря?** Иногда родители забирают ребенка из-за конфликтной ситуации. Это не всегда правильно. Ребенок, уехавший из отряда, осваивает стереотип поведения, при котором все его сложные жизненные ситуации должны разрешить родители. В конечном итоге формируется неуверенность в себе и своих силах, представление о собственной слабости перед враждебно настроенным сверстником. В будущем это перерастает в жизненный инфантилизм, уход от встретившихся проблем. Досрочный отъезд из лагеря может проявиться и на следующий год – боязнью поездки в детский лагерь. **Что делать, если ваш ребенок позвонил вам с жалобой на обидчиков?** Если ваш ребенок позвонил вам с жалобой на плохое отношение со стороны сверстников, не спешите реагировать излишне эмоционально. Поддержите его, уверьте его в том, что он не один, что есть люди, которые помогут ему решить проблему и позвоните начальнику детского лагеря. **Если у ребенка пропала дорогая вещь?** Пропажа вещи не всегда является кражей. Чаще всего дети теряют предметы одежды, телефоны, плееры или иные вещи по невнимательности. Переживая смятение, не зная, как объяснить пропажу родителям ребенок находит наиболее простой в этой ситуации способ - сбрасывает ответственность на своих товарищей по отряду. Чаще всего вещи потом находятся. Ведь по факту каждой пропажи в нашем лагере проводится расследование с привлечением специалистов службы безопасности и сотрудников правоохранительных органов. **Выбирая вид отдыха для своего ребенка, имейте в виду, что пребывание детей в детском лагере основано на соблюдении установленных для всех правил, общем режиме и требованиях коллективной безопасности. В организованном детском отдыхе трудно отделить коллективные пожелания от индивидуальных. Основное правило - жить по правилам сообщества. В этом и есть отличие организованного детского отдыха от санаторно-курортного. Но именно жизнь в сообществе детского лагеря позволяет детям пережить самые незабываемые эмоции, получить любовь, признание и внимание сверстников, почувствовать себя одним целым со своим отрядом.**

Мы надеемся, что отдых вашего ребенка в ДОЛ «Факел+» будет плодотворным, ярким, насыщенным и интересным. Мы благодарны вам, что вы доверили нам воспитание, оздоровление и безопасность вашего ребенка. Надеемся, что вам и ему понравится «Оранжевая Планета».

С уважением,

Администрация лагеря.

Дополнительную информацию о лагере Вы можете получить:

<http://vk.com/childrencamp>

www.childrencamp.ru

e-mail: putevka@childrencamp.ru