



PŁYWAREK - REGULAMIN OBOZU OSTROWO 2016r

Nadrzędnym celem firmy Pływarek jest zorganizowanie Uczestnikom jak najlepszego wypoczynku w odpowiednich warunkach. Prosimy jednak pamiętać, że wyjazd zbiorowy łączy się z przestrzeganiem zasad współżycia w grupie. Aby zapewnić wszystkim zdrowy i bezpieczny wypoczynek oraz dobrą zabawę, ustaliliśmy niniejsze zasady postępowania podczas uczestnictwa w imprezach dla dzieci i młodzieży.

1. Uczestnik obozu jest zobowiązany do:
 - wypełniania poleceń instruktora, trenera i opiekunów,
 - przestrzegania godzin rozpoczęcia posiłków i zajęć,
 - przestrzegania zasad higieny osobistej i dbania o porządek w swoim pokoju oraz na terenie całego ośrodka,
 - przestrzegania godzin ciszy nocnej 22.00–7.30 po tej godzinie zabronione jest przebywanie poza swoim pokojem bez zgody instruktora/opiekuna.
2. Zabrania się bez zgody i nadzoru instruktora/opiekuna:
 - pływania i kąpieli w zbiornikach wodnych,
 - korzystania ze sprzętu przeznaczonego do gier i zabaw,
 - oddalania się poza teren ośrodka.
3. Ze sprzętu wodnego można korzystać wyłącznie za zgodą, wiedzą i pod nadzorem instruktora.
4. Uczestnik obozu zobowiązany jest do noszenia kamizelki asekuracyjnej podczas zajęć nad wodą.
5. Za szkody spowodowane przez uczestnika obozu odpowiedzialność finansową ponoszą rodzice lub opiekunowie prawni, którzy po zakończeniu obozu zostaną obciążeni rachunkami za straty.
6. Spożywanie alkoholu, palenie tytoniu, oraz zażywanie środków odurzających jest surowo zabronione. W przypadku nieprzestrzegania tego zakazu uczestnik zostanie wydalony z obozu. W takim przypadku rodzice lub opiekun prawny jest zobowiązany do zabrania uczestnika obozu na koszt własny w trybie natychmiastowym.
7. Ewentualne konieczne odwiedziny rodziców i zwalnianie dzieci z zajęć możliwe są wyłącznie po wcześniejszej konsultacji z opiekunami grup. Zaleca się zrezygnować z odwiedzin do końca obozu.
- 8. Telefony trzymamy u wychowawców ,czas na rozmowę jest po obiedzie co drugi dzień !**

9. Nie używamy sprzętu elektronicznego, za sprzęt przywieziony przez uczestnika Pływarek nie odpowiada.

10. Każdy uczestnik obozu z PŁYWARKIEM ma prawo do szacunku, tolerancji i życzliwości.

9. Dokonanie rezerwacji oznacza akceptację powyższego regulaminu.

Uczestnicy obozu i ich rodzice/opiekunowie zobowiązani są do przestrzegania regulaminu.

10. Na obozie nie jemy chipsów i nie pijemy coca-coli

PLAN DNIA

- Pobudka i gimnastyka poranna, toaleta poranna
- Rozpoczęcie dnia – „apel”
- Śniadanie
- Zajęcia programowe
- Obiad
- Cisza poobiednia
- Zajęcia programowe
- Kolacja
- Zajęcia sportowe, integracyjne
- Toaleta wieczorna
- Cisza nocna

PIERWSZY OBÓZ . Co każdy Rodzic wiedzieć powinien!

PIERWSZA WYPRAWA NA OBÓZ

Wakacje za pasem. Wielu rodziców zaplanowało już wyjazd dla swoich pociech, inni jeszcze się zastanawiają nad organizacją letniego wypoczynku dla swojego dziecka. Ważne, aby czas wakacji był ciekawy i bezpieczny. Najbardziej popularną formą wypoczynku dla dzieci są obozy, które zapracowanym rodzicom ułatwiają zorganizować czas dziecku.

Obozy to nie tylko czas wypoczynku zabawy, przygód, ale również nauka pozytywnych i potrzebnych zachowań:

- Dziecko uczy się samodzielności : musi zadbać o higienę, ubrać się odpowiednio do panujących warunków atmosferycznych , kontrolować swoje wydatki dysponując swoim kieszonkowym.
- Uczy się umiejętności życia w grupie: nawiązuje kontakty, przyjaźnie, które mogą przetrwać nawet wiele lat, uczy się rozwiązywania konfliktów, a także wyzwala chęć rywalizacji. To właśnie podczas samodzielnego wyjazdu na obozy może po raz pierwszy w życiu poczuć smak zwycięstwa lub porażki, nauczyć się dzielić z innymi tym, co dotąd było tylko jego.
- Uczy się panowania nad emocjami: smutkiem, tęsknotą za rodzicami.

Na obozie dziecko przeżyje wspaniałą przygodę, pozna i zwiedzi wiele ciekawych miejsc, zmieni klimat, wiele czasu spędzi na świeżym powietrzu. Nabierze sił do pracy w nowym roku szkolnym.

Pobyty na dobrze zorganizowanym obozie zmieni zachowanie nie jednej pociechy, bo wakacyjny wyjazd bez mamy i taty to *przyspieszony kurs życia*.

Ja też chcę jechać na kolonię!

Jeśli Twoja pociecha oznajmi Ci taką nowinę to znaczy, że już chce spróbować samodzielności. Na pewno dowiedziało się od kolegów, że jadą na obóz i że na obozie jest fajnie – będzie dużo dzieci, zabawy, konkursy. Warto decyzję dziecka poważnie potraktować i spróbować o samodzielnym wyjeździe z dzieckiem porozmawiać.

Zapadła decyzja.

Można dziecku opowiedzieć o swoich wyjazdach z dzieciństwa i spróbować przedstawić obraz z życia małego kolonisty. Koniecznie trzeba uprzedzić - szczególnie dziecko wyjeżdżające po raz pierwszy, że może tęsknić, ale wszystkim dzieciom się to zdarza i jest to normalne uczucie. W ciągu kilku dni nastrój się zmieni w entuzjazm. Umówcie się, że będziecie w kontakcie telefonicznym, ale nie obiecujcie, że będziecie codziennie dzwonić - niewskazane są codzienne rozmowy. Obozy mają być dla Waszego dziecka wypoczynkiem, a

nie oczekiwaniem na telefon od rodziców. Z doświadczenia wiemy, że maluchy „umówione” na telefon nawet o konkretnej godzinie, nie chcą brać udziału w zabawie, konkursach, wycieczkach i ze łzami w oczach mówią „nic mi się tu nie podoba- mama miała zadzwonić”. Jeśli słyszysz płacz w słuchawce, zawsze staraj się pocieszyć dziecko, dodaj otuchy. Powiedz jak mocno go kochacie i czekacie na powrót . Zwykle po takiej rozmowie dziecko wraca do zabawy uśmiechnięte i radosne, tylko ten głos mamy... wywołał rozczulenie malucha. Porozmawiaj z wychowawcą lub kierownikiem kolonii jak radzi sobie Twój obozowicz, czy ta próba samodzielności przekracza jego możliwości, czy rzeczywiście nie radzi sobie w nowej sytuacji.

Czego boją się rodzice?

Bardziej niż dziecko, pierwszego wyjazdu na kolonie obawiają się rodzice lub dziadkowie. Jak sobie poradzi beze mnie, czy nie będzie głodny, czy mu się nic nie stanie?. Wątpliwości pojawia się wiele. Najbardziej jednak rodzice boją się rozłąki. Chętnie odwołaliby wyjazd dziecka. Tymczasem trzymając malucha pod opiekuńczymi skrzydłami rodziców - krzywdzą go. Dziecko w domu nie nauczy się samodzielności, życia w grupie, podejmowania decyzji. Będzie niepewny, zalękniony. Nie poradzi sobie w dorosłym życiu. Rodzice muszą sobie uświadomić, że dziecko jedzie na obóz i na pewno da sobie radę, a ten wyjazd wyjdzie mu tylko na dobre. Nie bójmy się wysłać dziecka na dobrze zorganizowane obozy.