

## Ramowy regulamin Letnich Półkolonii Sportowych 2014 z MKS Gdańsk Gdańsk 18 – 22.08.2014 r.

Nadrzędnym celem MKS Gdańsk jest zorganizowanie Uczestnikom jak najlepszego wypoczynku w odpowiednich warunkach. Prosimy jednak pamiętać, że wspólny pobyt 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 akcjach dla dzieci i młodzieży.

1. Oferta Letnich Półkolonii Sportowych (LPS) w Gdańsku skierowana jest dla dzieci w wieku od 6-13 lat.
2. Termin półkolonii:
  - 1 tydzień od 18.08.2014 do 22.08.2014r
3. Warunkiem wzięcia udziału LPS 2014 jest:
  - wypełnienie formularza zgłoszeniowego na [www.mksgdansk.pl](http://www.mksgdansk.pl);
  - wpłacenie zadatku w wysokości 50 zł (pięćdziesiąt zł) w terminie 3 dni od momentu wypełnienia formularza zgłoszeniowego;
  - wpłacenie pozostałej kwoty do dnia 30.06.2014 r.:
  - osoby, które złożą formularz po dniu 30.06.2014 zobowiązane są wpłacić pełną kwotę w terminie 3 dni od momentu wypełnienia formularza zgłoszeniowego.
- Oferta nr. I, skierowana jest dla wszystkich dzieci o trudnej sytuacji materialnej zamieszkałych w mieście Gdańsk. Za trudną sytuację materialną uważa się sytuację, gdy przychód na jednego członka rodziny nie przekracza kwoty 900 zł brutto. Koszt tygodniowego udziału wynosi 100 zł.. Oferta nr „I” nie obejmuje: zniżek dla rodzeństwa, zniżki dla uczestników ZPS, LPS lub SW.
- Oferta nr. II, skierowana jest dla wszystkich aktualnych członków MKS Gdańsk, którzy regularnie korzystają z oferty zajęć gimnastycznych dla dzieci organizowanych przez MKS Gdańsk. Koszt tygodniowego udziału wynosi 250 zł. Oferta nr „II” nie obejmuje zniżki dla uczestników ZPS, LPS lub SW.
- Oferta nr. III, skierowana jest do wszystkich dzieci w wieku 6-13 lat. Koszt tygodniowego udziału wynosi 400 zł. Oferta nr „III” obejmuje: zniżki dla rodzeństwa, zniżki dla uczestników ZPS, LPS lub SW.
4. Zniżki:
  - zniżka dla rodzeństwa w wysokości 50 zł przyznawana jest młodszemu dziecku;
  - zniżka dla uczestników LPS 2013, SW 2013 lub ZPS 2014 w wysokości 50 zł;
  - zniżki dotyczą oferty nr III i mogą być łączone. Jedną osobą może otrzymać max 100 zł zniżki.
5. Zasady i harmonogram płatności:
  - 1 rata w wysokości 50 zł w terminie 3 dni od wypełnienia formularza zgłoszeniowego;
  - 2 rata w terminie do 30.06.2014 r. Wysokość 2 raty uzależniona jest od wyboru oferty.
  - osoby, które zgłoszą się po 30.06.2014 r, zobowiązane są do opłacenia pełnej kwoty w terminie 3 dni od wypełnienia formularza zgłoszeniowego.
6. Zadatek w wysokości 50 zł (pięćdziesiąt zł.) nie podlega zwrotowi. Istnieje możliwość częściowego zwrotu poniesionych kosztów LPS w uzasadnionych przypadkach, po zapewnieniu innej osoby na swoje miejsce.
7. Liczba miejsc jest ograniczona. Decyduje kolejność zgłoszeń oraz wpłacenie zadatku w wyznaczonym terminie. W przypadku oferty nr. I brana jest również pod uwagę wysokość przychodów przypadająca na jednego członka rodziny.
8. Uczestnik półkolonii jest zobowiązany do:
  - wypełniania poleceń instruktora, trenera i opiekunów,
  - przestrzegania godzin rozpoczęcia posiłków i zajęć,
  - przestrzegania zasad higieny osobistej i dbania o porządek w sali lekcyjnej, w sali gimnastycznej oraz na terenie całego ZSSiO w Gdańsku,

9. Zabrania się bez zgody i nadzoru instruktora/opiekuna:
  - pływania i kąpiele w zbiornikach wodnych,
  - korzystania ze sprzętu przeznaczonego do gier i zabaw,
  - oddalania się poza teren ZSSiO.
10. Ze sprzętu wodnego można korzystać wyłącznie za zgodą, wiedzą i pod nadzorem instruktora.
11. Uczestnik obozu zobowiązany jest do noszenia kamizelki asekuracyjnej podczas zajęć nad wodą.
12. Podczas obozu obowiązuje posiadanie odpowiedniego obuwia i stroju sportowego, dostosowanego do rodzaju zajęć, pogody, warunków terenowych.
13. Uczestników obozu obowiązuje zachowanie wszelkich przepisów obowiązujących na szlakach turystycznych, w miejscach zajęć, na ulicach, w miejscach zakwaterowania, itp., oraz bezwzględne stosowanie się do wskazówek i poleceń kierownika obozu, trenerów i przewodnika.
14. Na szlakach turystycznych i w czasie wyjść grupowych na zajęcia należy przestrzegać następującego porządku marszu:
15. trener/ wychowawca – czoło grupy
16. młodzież i trenerzy (wychowawcy) – środek
17. trener/ wychowawca – koniec grupy
18. Za szkody spowodowane przez uczestnika obozu odpowiedzialność finansową ponoszą rodzice lub opiekunowie prawni, którzy po zakończeniu obozu zostaną obciążeni rachunkami za straty.
19. 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.
20. Program obozu nie przewiduje potrzeby korzystania z własnego sprzętu elektronicznego. Uczestnik może korzystać z własnego sprzętu elektronicznego w czasie wyznaczonym przez trenera/ wychowawcę/ kierownika obozu. Za sprzęt elektroniczny (smartphone, tablet, laptop i inne) przyniesiony przez uczestnika MKS Gdańsk nie odpowiada.
21. Każdy uczestnik obozu ma prawo do szacunku, tolerancji i życzliwości.
22. Wszelkie dolegliwości i problemy zdrowotne należy zgłaszać trenerowi, wychowawcy lub kierownikowi obozu. Dopuszcza się zażywanie leków osobistych, po wcześniejszym zgłoszeniu oraz w oparciu o oświadczenie rodziców/ opiekunów prawnych.
23. Przyjmuję do wiadomości, że warunkiem mojego uczestnictwa w LPS w Gdańsku jest przestrzeganie niniejszego regulaminu.

.....  
podpis dziecka

.....  
podpis rodzica/opiekuna

## PIERWSZY OBÓZ . Co każdy Rodzic wiedzieć powinien!

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 dziecka.

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 wyzwalania chęci 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. Pobyt 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.