

Regulamin obozu - Sportowe Wakacje Ostrowo 2015

Termin: 30.07 - 09.08.2015 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 imprezach dla dzieci i młodzieży.

1. Oferta skierowana jest dla dzieci w wieku 7-14 lat.
2. Warunkiem wzięcia udziału w obozie sportowym w Ostrowie w terminie 30.07-09.08.2015 r. jest:

- * wypełnienie formularza zgłoszeniowego na www.mksgdansk.pl;
- * wpłacenie zadatku w wysokości 200 zł (dwieście zł) w dniu wypełnienia formularza zgłoszeniowego;
- * wpłacenie pozostałej kwoty wg harmonogramu płatności:

I rata - zadatek w wysokości 200 zł w dniu wypełnienia formularza.

II rata - 450 zł płatna do 17 maja 2015 r.

III rata - 700 zł płatna do 22 czerwca 2015 r.

- Osoby zgłoszone po 17 maja 2015 zobowiązane są do opłacenia jednocześnie raty I i II zgodnie z harmonogramem.
- Osoby zgłoszone po 22 czerwca 2015 zobowiązane są do opłacenia jednocześnie raty I, II i III zgodnie z harmonogramem.
- **Osoby, które mają prawo skorzystać ze zniżki uwzględniają rabat podczas zapłaty III raty.**

3. Zasady rezygnacji:

- do dnia 30.04.2015 – kara umowna w wysokości wpłaconego zadatku (200 zł)
- do dnia 31.05.2015 – kara umowna w wysokości - 350 zł,
- do dnia 22.06.2015 – kara umowna w wysokości - 650 zł,
- po dniu 22.06.2015 – kara umowna w wysokości - 1 000 zł.

4. Ceny i zniżki:

- * Oferta dla wszystkich 1350 zł
- * Zniżka dla aktualnych członków MKS Gdańsk 100 zł - cena 1 250 zł
- * Zniżka dla uczestników Zimowych Półkolonii Sportowych 2015 - 100 zł cena 1 250 zł
- * Zniżka dla uczestników Letnich Półkolonii Sportowych lub Sportowych Wakacji 2014 - 100 zł cena 1 250 zł
- * Zniżka dla uczniów ZSSiO w Gdańsku - 50 zł cena 1 300 zł
- * Zniżka dla zawodników zdobywających punkty w Systemie Sportu Młodzieżowego jest ustalana indywidualnie i wynosi od 20% do 60%.

Szczegóły u trenerów prowadzących!

- * Zniżka dla rodzeństwa - 100 zł cena 1 250 zł

5. Liczba miejsc jest ograniczona. Decyduje kolejność zgłoszeń oraz wpłacenie zadatku w wyznaczonym terminie.

6. Rodzic/ opiekun prawny poprzez wypełnienie formularza, wyraża zgodę na pzesyłanie

drogą @ na wskazany adres informacji o akcjach organizowanych przez MKS Gdańsk.

7. 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 ustalonej podczas obozu (różnie, w zależności od wieku uczestników). Po wyznaczonej godzinie zabronione jest przebywanie poza swoim pokojem bez zgody trenera/ opiekuna.

6. Zabrania się bez zgody i nadzoru trenera/ opiekuna:

- pływania i kąpieli w zbiornikach wodnych,
- korzystania ze sprzętu przeznaczonego do gier i zabaw,
- oddalania się poza teren ośrodka.

8. Podczas obozu obowiązuje posiadanie odpowiedniego obuwia i stroju sportowego, dostosowanego do rodzaju zajęć, pogody, warunków terenowych.

9. Uczestników obozu obowiązuje zachowanie wszelkich przepisów obowiązujących na terenie ośrodka, szlakach turystycznych, w miejscach treningu, na ulicach, w miejscach zakwaterowania, itp., oraz bezwzględne stosowanie się do wskazówek i poleceń kierownika obozu, trenerów, opiekunów.

12. Za szkody spowodowane przez uczestnika obozu odpowiedzialność finansową ponoszą rodzice lub opiekunowie prawni, którzy po zakończeniu obozu zostaną obciążeni rachunkami za straty.

13. 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.

14. Podczas obozu, dopuszcza się tylko konieczne odwiedziny rodziców, a zwalnianie dzieci z zajęć możliwe jest wyłącznie po wcześniejszej konsultacji z opiekunem/ trenerem i kierownikiem grupy. MKS Gdańsk zaleca zrezygnowanie z odwiedzin podczas obozu.

15. Telefony (lub inny sprzęt elektroniczny służący do komunikowania się) przechowywany jest u wychowawców. Możliwość rozmów z bliskimi przypada na czas odpoczynku po obiedzie. W przypadku wycieczek całodniowych, godz. rozmowy może ulec zmianie.

16. 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) przywieziony przez uczestnika - MKS Gdańsk nie odpowiada.

17. Każdy uczestnik obozu ma prawo do szacunku, tolerancji i życzliwości.

18. 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.

19. Przyjmuję do wiadomości, że warunkiem mojego uczestnictwa w obozie sportowym w Ostrowie jest przestrzeganie niniejszego regulaminu.

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 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.

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

Jeśli Twoja pociecha oznajmi Ci taką nowinę, to znaczy, że już chce spróbować samodzielności. Na pewno dowiedziało się od kolegów, że jada 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 opiekunówczymi skrzydłami rodziców - krzywdzą go. Dziecko w domu nie nauczy się samodzielności, życia w grupie, podejmowania decyzji. Będzie niepewny, zależny. 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 wystać dziecka na dobrze zorganizowane obozy.