



Посещение детского оздоровительного лагеря для ребенка – это больше, чем просто каникулы. Существует не так много возможностей обеспечить детям хороший здоровый отдых.

Лагерь - это возможность для вашего ребенка изучать мир за пределами своего двора, а также возможность дать ребенку временную свободу от родительской опеки, что позволяет ребенку развивать в себе чувство независимости и чувство собственного «Я», знакомиться с другими детьми, развивать навыки общения, работать в команде, развивать творческий подход к делу. Пока ваш ребенок отдыхает, вы можете позаботиться о себе, и вы будете себя чувствовать отдохнувшими по возвращению ребенка домой. Но подготовку к отъезду в лагерь нужно проводить совместно с ребенком.

Решения, касающиеся поездки в лагерь (куда и что с собой взять), необходимо принимать совместно с ребенком, но при этом, учитывая степень зрелости ребенка и требования, которые предъявляет выбранный вами лагерь. Если ребенок чувствует свою вовлеченность в проблему, то это увеличивает его шанс на позитивный отдых.

Основанием для нахождения детей на территории любого загородного лагеря является договор о пребывании ребенка в лагере и путевка, приобретенная родителями.

Что же необходимо взять с собой в поход по имени ЛАГЕРЬ...

Конечно же, хорошее настроение. Ну, и те вещи, без которых невозможно обойтись мальчику или девочке в детском лагере в течение 3 недель.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ, НАПРАВЛЯЮЩИХ ДЕТЕЙ НА ЛЕТНИЙ ОТДЫХ.

Чтобы Ваши дети смогли хорошо провести время в лагере, надо знать несколько нехитрых правил сбора и подготовки ребенка к отдыху. Узнайте специфику лагеря, потому что сборы в лагерь зависят от того, где ребенок будет жить: в пансионате – это одно, а в лагере в лесу – совсем другое. Поэтому общие рекомендации нужно соотносить с конкретным местом.

Самое главное, о чем задумываются родители в первую очередь, – это здоровье ребёнка. Спешим Вас успокоить – в любом лагере есть медкабинет, где ребенку окажут помощь квалифицированные медики, поэтому не стоит давать ему таблетки на все случаи жизни. Вы уверены, что он разбирается в них так же хорошо, как и Вы? А если, почувствовав недомогание, Ваш сын или дочь начнут глотать все подряд? Доверьте лучше здоровье своих детей профессионалам.

В любом лагере понадобится справка от врача. Не откладывайте ее получение на последний день! Подготовьтесь заранее. Сообщите вожатому (воспитателю, инструктору) об особенностях ребенка – есть ли у него аллергия, можно ли ему есть мороженое, умеет ли он плавать и т.д. Возможно, это спасет вожатого (воспитателя, инструктора) и весь отряд от кризисных ситуаций. Если ребенок нуждается в определенных лекарствах, соберите «свою аптечку» с собственными указаниями и отдайте все это взрослому. Детям отдавать не нужно!

Прежде чем собирать вещи ребенка, нужно выбрать подходящую сумку. Она должна быть удобной и соответствовать условиям программы. На «Валдайскую Робинзонаду» приезжать с чемоданом не стоит, а вот для пансионатных программ – это самый оптимальный вариант: легко нести и вещи меньше мнутся. Не нагружайте сумку большим количеством вещей, ведь после приезда в лагерь до корпуса ребенку придется нести ее самостоятельно, так как вожатый не будет нести сумки 25 ребятам из отряда.

Пусть Ваш ребенок присутствует во время сборов вещей, – это поможет ему запомнить все то, что вы ему складываете в сумку, а значит привезти это все назад. Если ребенок маленький, сделайте список сложенной одежды и предметов, подпишите фамилию, имя, отчество ребенка и вложите список в сумку. В идеальном варианте, вы можете вышить на изнанке одежды (или написать специальным фломастером для текстиля) небольшими буквами инициалы ребенка. Так ему потом будет легче отыскать свое.

Научите ребенка собирать сумку в экстремальных ситуациях – когда настанет пора уезжать, мамы рядом не будет, а аккуратно складывать вещи ребенку придется самому.

На всякий случай дайте с собой пару больших пакетов. Вещи за отпуск «растут», и тот чемодан, с которым приехал ребенок, как правило, упрямо не застегивается. Все эти памятные мелочи: шишки, камушки, поделки – займут изрядно места в его рюкзаке.

При сборах сухого пайка в дорогу для ребенка (или вашего посещения его в лагере) не вкладывайте (или не привозите продукты), запрещенные санитарными службами (газированные напитки, пирожные, торты, сухарики, чипсы, орешки, жевательная резинка, молочные продукты, птицу, рыбу, мясо, копчености, колбасу, салаты, соленья, консервы, грибы, супы, пюре, лапшу быстрого приготовления).

Далее мы приводим стандартный список самых необходимых вещей в лагере:

- ксерокопии личных документов ребёнка (свидетельство о рождении / паспорт, загранпаспорт, медицинский полис);
- фото 3X4;
- медицинская справка;
- анкету (некоторым лагерям требуется описание хронических заболеваний ребенка, аллергии, личных предпочтений, увлечений и других индивидуальных качеств);
- согласие родителей в письменном виде с правилами и распорядком лагеря (форму расписки предоставят работники лагеря);
- путевка;
- для пересечения границы – нотариально заверенное согласие от родителей;
- карманные деньги (разумное количество), если это предусмотрено правилами, их надо сдать сопровождающему или иному ответственному лицу – и расписаться под суммой.
- записка в сумку: ФИО, телефон родителей, адрес домашний, адрес лагеря, на тот случай, если потеряют или перепутают сумку, чемодан.
- шлепки, сандалии, кроссовки;
- гигиенические принадлежности (зубная щётка, паста, туалетная бумага, шампунь, мыло с мыльницей, стиральный порошок / хозяйственное мыло, маникюрные ножницы, гигиенические средства для девушек, бритвенные принадлежности для юношей);
- нижнее бельё (носки х/б, трусы, майки, носовые платки (всё по 4-5 шт.), ночная рубашка / пижама);
- купальный костюм (плавки / купальник)
- полотенце (большое банное, маленькое для ног, маленькое для лица и рук, пляжное, если в лагере предполагается купание в водоёме);
- спортивная одежда (один комплект);
- тёплые вещи (лёгкая непромокаемая куртка / свитер, штаны, закрытая обувь);
- головной убор (бейсболка / панама / бандана);
- солнцезащитные средства (крем / спрей, если в лагере предполагается купание в водоёме);
- средства от укуса насекомых (комаров);
- торжественный наряд (тёмные брюки и светлая рубашка / тёмная юбка и светлая блузка);
- нитки двух цветов и пару иголок;
- одежда для повседневной носки (например, брюки плотные или джинсы, юбка, шорты, футболки, рубашка с длинными рукавами, водолазка).

И последнее: категорически запрещено брать в лагерь колюще-режущие предметы, петарды, сигареты, спички, зажигалки, алкогольные напитки, наркотические и токсические вещества!

Не рекомендуем давать ребёнку на отдых:

- дорогие вещи, обувь и парфюмерию;
- мобильный телефон;

- MP3 плеер;
- ноутбук;
- украшения из драгоценных металлов.