

## **Памятка для родителей, отправляющих детей в оздоровительные лагеря**

Детский оздоровительный лагерь – это место получения социального опыта, психологического и личностного развития ребенка, его самореализации в среде сверстников. В лагере дети учатся самостоятельности, поскольку оказываются в новой для себя среде, где нет родных и близких, в результате чего детям приходится самим принимать решения и нести за них ответственность. Кроме того, в условиях лагеря, где регулярно проводятся мероприятия, сопряженные с повышенными требованиями к соблюдению правил безопасности (пребывание на открытом солнце, купание, спортивные и иные мероприятия), у детей продолжают формироваться и закрепляться навыки безопасного поведения.

**При заезде ребёнка в загородный оздоровительный лагерь необходимы следующие документы:**

1. ксерокопия свидетельства о рождении или паспорта;
2. медицинская справка для выезжающего в лагерь (форма № 079/у) или санаторно-курортная карта для детей и подростков (форма № 076/у);
3. ксерокопия страхового полиса обязательного медицинского страхования;
4. результаты анализов на яйца глист и энтеробиоз (если в загородном оздоровительном учреждении есть плавательный бассейн);
5. справка о прививках (прививочный сертификат);
6. справка об эпидемическом окружении (обратите внимание, что данная справка действительна в течение 3 суток).

**Что необходимо взять ребёнку в лагерь?**

Всё то, без чего невозможно обойтись мальчику или девочке в лагере в течение смены:

1. Кроссовки, спортивная одежда.
2. Уличная обувь, комнатные тапочки.
3. Носки и нижнее белье в достаточном количестве на 21 день (у Вашего ребёнка будет возможность постирать вещи).
4. Свитер, джинсы, ветровка (на случай плохой погоды).
5. Головной убор (панама, кепка или бандана).
6. Шорты и футболки, др. одежда.
7. Принадлежности для купания: полотенце банное, пара купальников для девочек и пара плавок для мальчиков.
8. Туалетные принадлежности: бумага, зубная щетка (желательно в футляре) и паста, мыло в мыльнице, мочалка, шампунь, расчёска и пр. предметы личной гигиены.

Не рекомендуется брать с собой слишком много вещей. Желательно, чтобы все они поместились в одну спортивную сумку или чемодан (нести вещи от автобуса до спального корпуса ребёнок будет самостоятельно).

**Что не стоит давать ребёнку в оздоровительный лагерь:**

- любые вещи, которые имеют высокую ценность. Администрация лагеря не несёт ответственность за пропажу вещей и денег (кроме сданных на хранение).
- роликовые коньки, скейтборд, маску и ласты для плавания и т.п.
- скоропортящиеся продукты питания и напитки.
- лекарственные препараты (в лагере круглосуточно работает медицинский пункт, где, в случае необходимости, ребёнку окажут квалифицированную помощь). Если Ваш ребёнок должен принимать в течение смены лекарства на регулярной основе, необходимо сообщить об этом персоналу и передать медицинскому работнику лагеря.

### **Почему не рекомендуется давать ребёнку в оздоровительный лагерь мобильный телефон?**

- несвоевременные телефонные разговоры нарушают режим работы учреждения, который подразумевает интенсивную загрузку дня;
  - во избежание краж, потерь, конфликтных ситуаций;
  - негативное влияние на здоровье ребёнка (длительные разговоры по телефону, игры, хранение телефона под подушкой);
- Если же всё-таки планируется взять в лагерь телефон, рекомендуем выбрать недорогой аппарат, утрата которого не вызовет сожаления. Вместе с тем, будьте готовы, что в соответствии с внутренними правилами пребывания детей в отдельных оздоровительных учреждениях, телефон должен быть сдан на хранение воспитателю и будет выдаваться ребёнку ежедневно в определённое время.

### **Категорически запрещено привозить в лагерь:**

- спиртные напитки (включая слабоалкогольные);
- табачные изделия, спички, зажигалки;
- наркотические и токсические вещества;
- любую пиротехнику (петарды, хлопушки и т.д.);
- колюще-режущие предметы, рогатки и т.п.

В случае обнаружения у ребёнка вышеперечисленных предметов он будет досрочно отчислен из лагеря. Если же у ребёнка будут обнаружены наркотические вещества, дело будет передано в полицию.

### **Первые дни в лагере.**

Ребёнок, 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. Поэтому отправляя ребёнка на отдых, вы сами должны оценить возможные риски.

У ребёнка могут возникнуть трудности в лагере, если он:

- не привык решать свои бытовые проблемы самостоятельно, нечистоплотен;
- привередлив в еде;

- быстро устаёт от детей, общается преимущественно со взрослыми или предпочитает одиночество;
  - не умеет соблюдать правил и, если от него требуют их соблюдения, проявляет агрессивность;
  - очень привязан к родителям, с трудом переносит разлуку с ними.
- Пребывание в лагере требует определённого уровня самостоятельности и психологической зрелости. Вам необходимо объяснить ребёнку, что:
- придётся долгое время быть без родителей;
  - пространство лагеря совершенно незнакомо, и сразу запомнить, что где находится, не просто, но необходимо;
  - правила пребывания в лагере поначалу неизвестны, но требуют их выполнения;
  - необходимо самому за собой ухаживать, например, содержать в порядке и чистоте одежду, тумбочку, постель; следить за своими вещами, чтобы не растерять предметы, без которых будет сложно обойтись;
  - детский коллектив новый, нужно найти в нём свое место, что требует определённого времени.

Отдельно следует объяснить ребёнку о необходимости следить за состоянием собственного здоровья и своевременно обращаться за медицинской помощью на стадии появления первых признаков простудного заболевания, потёртости ног, царапин, тошноте, диарее, не дожидаясь дальнейшего развития болезни. Кроме того, перед заездом в лагерь необходимо поговорить с ребенком о том, что с любыми проблемами или затруднениями следует обращаться к персоналу лагеря (вожатому, педагогу, инструктору, медработнику или начальнику лагеря).

Важно психологически настроить ребёнка на пребывание в лагере, т.к. в учреждении существует определенный режим сна, питания и отдыха, определенные ограничения в действиях и передвижениях детей и т.д.

Успешно адаптироваться к новым условиям проживания ребятам помогают вожатые. Они вовлекают детей в активную коллективную деятельность, направленную на сплочение и взаимодействие.

Чаще всего период адаптации длится 3-7 дней. Не звоните часто, не контролируйте ребёнка, дайте возможность процессу адаптации развиваться естественным ходом. Не впадайте в панику, если ребёнок сказал, что его обидели. Позвоните представителю администрации лагеря или воспитателю и узнайте, что произошло, задайте уточняющие вопросы.

По приезду детей воспитателями отрядов будет проведён подробный инструктаж по правилам проживания, технике безопасности, пожарной безопасности на территории лагеря. Настройте ребёнка на соблюдение правил, которые позволят сохранить безопасность на протяжении всей смены. Обо всех передвижениях детей по территории должны знать воспитатели отрядов.

Вы должны понимать, что любое несоблюдение детьми Правил ставит под угрозу их жизнь и здоровье!

### **Могут ли ребёнка досрочно отчислить из лагеря?**

В случае злостного невыполнения правил внутреннего распорядка администрация лагеря оставляет за собой право, проинформировав об этом родителей, досрочно отправить его домой. Причинами, по которым можно отчислить ребенка из лагеря, являются:

- грубое нарушение мер собственной безопасности, самовольный уход с территории лагеря или из корпуса после отбоя, самовольное купание или нарушение правил поведения на воде (ныряние, прыжки в воду с высоты, заплывание за ограждения), нарушение правил пожарной и электробезопасности;
- вымогательство, угрозы, кражи, нанесение морального или физического ущерба со стороны ребенка по отношению к другим детям;
- нанесение значительного умышленного материального ущерба лагерю;
- употребление спиртных напитков, наркотиков, курение;
- обнаружение у ребёнка медицинских противопоказаний или хронических заболеваний, не указанных в анкете или медицинских справках, которые могут негативно отразиться на его здоровье во время пребывания в лагере.

### **Посещение ребёнка в лагере**

Наиболее благоприятные для посещения дни – суббота и воскресенье. План работы лагеря в эти дни специально составлен с учетом возможного посещения детей родителями.

Посещение детей лицами в состоянии алкогольного или наркотического опьянения не допускается.

Приехав в лагерь, сообщите дежурным фамилию, имя вашего ребёнка и номер его отряда. Педагог отряда приведет ребёнка. Вы можете провести время с ребёнком на специально отведенном для этого месте у центральной проходной.

### **Категорически запрещено передавать детям следующие продукты питания:**

консервы, маринованные овощи и фрукты, продукцию домашнего приготовления (консервированные грибы, мясные, молочные, рыбные продукты), газированные напитки на основе синтетических ароматизаторов, сметану, йогурты, напитки собственного приготовления, кремовые кондитерские изделия, колбасы, овощи, ягоды, фрукты (кроме яблок и апельсинов), арбузы.

Внимание! В соответствии с санитарными правилами и нормами, типовым положением о детских загородных лагерях, а также правилами внутреннего распорядка оздоровительных лагерей, передвижение родителей и других

посторонних лиц по территории лагеря, а тем более посещение спальных корпусов и других помещений, запрещено.

Для формирования навыков самостоятельности ребёнок привлекается к элементарному труду, включающему в себя уборку своего спального места, содержание в порядке личных вещей, соблюдение норм личной гигиены, дежурство в комнате и столовой, поддержание в порядке закреплённой территории.

Просим провести со своими детьми беседу о необходимости бережного отношения к материальным ценностям лагеря.

Сотрудники лагеря заинтересованы в том, чтобы сделать отдых вашего ребёнка максимально приятным, полезным и запоминающимся.

Забрать ребёнка по окончании сезона может только родитель, опекун или доверенное лицо (при наличии доверенности). Самостоятельный выезд детей категорически запрещён.