

KOLONIE – PORADNIK DLA RODZICÓW

Pierwsze kolonie są wydarzeniem stresującym zarówno dla dziecka, jak i rodzica. Z tego względu przygotowaliśmy dla Państwa niniejszy Poradnik, w którym zawarte są odpowiedzi na najczęściej zadawane pytania oraz praktyczne informacje jak przygotować dziecko (i siebie) na ten ważny krok ku samodzielności.

„Jeżeli umiecie diagnozować radość dziecka i jej natężenie, musicie dostrzec, że najwyższa jest radość pokonanej trudności, osiągniętego celu, odkrytej tajemnicy. Radość tryumfu i szczęście samodzielności, opanowania...” Korczak

ETAP PIERWSZY: PRZYGOTOWANIA

1. DECYZJA O WYJEŹDZIE I WYBÓR TURNUSU.

Decyzję o wyjeździe warto podjąć wspólnie z dzieckiem. Nie ma określonego wieku, od którego powinno się wysłać dziecko na pierwszy samodzielny wyjazd. Na kolonie jeżdżą już dzieci 6-letnie, bywa też jednak, iż 10-latkowie nie chcą spędzać wakacji z dala od rodziców. Warto więc wsłuchać się w indywidualne potrzeby dziecka - wykazanie chęci wyjazdu i wybranie przez dziecko interesującej go formy wypoczynku to pierwszy krok do jego zadowolenia z kolonii.

2. BEZPIECZEŃSTWO.

Dziecięce Centrum Tańca MAJERY wpisane jest do Rejestru Organizatorów Turystyki i Pośredników Turystycznych pod numerem 1063 przez Marszałka Województwa Śląskiego. Organizator posiada gwarancję ubezpieczeniową na pokrycie zwrotu wpłat wniesionych przez klientów w razie niewykonania zobowiązań umownych.

Wszystkie organizowane przez nas turnusy zgłaszane są do Kuratorium Oświaty w Katowicach. Na czas wyjazdu dzieci ubezpieczane są w PZU na kwotę 15.000zł.

Kadra (kierownik kolonii oraz wychowawcy) to osoby na co dzień pracujące w Dziecięcym Centrum Tańca MAJERY.

3. JAK WYGLĄDA ŻYCIE KOLONIJNE?

Warto opowiedzieć dziecku o swoich koloniach: o świetnej zabawie, ale też pokonywaniu różnych wyzwań, stawianiu się bardziej samodzielnym. Życie kolonijne to podział na grupy, organizacja dnia, ale również zasady, których trzeba przestrzegać. **Zwróć dziecku uwagę, że w razie potrzeby zawsze powinno szczerze porozmawiać z wychowawcą, który jest podczas kolonii najbliższą osobą i pomoże rozwiązać wszelkie problemy.**

4. TĘSKNOTA.

Dobrze jest przed wyjazdem porozmawiać z dzieckiem o tęsknocie – powiedzieć, że jest ona naturalna i to nic złego, jeżeli czasem się zatęskni. **Pozytywne nastawienie to podstawa**, więc należy unikać okazywania negatywnych emocji, które wzmagają lęk: „Jak Ty sobie dasz radę?”, „Przecież ja się za Tobą zapłaczę!” itp.

Nie należy zapewniać dziecka, że jeśli będzie bardzo tęskniło, to przyjedziemy i zabierzemy je do domu. Istnieje taka możliwość, jednak lepiej nie dawać takiej furtki wyjścia dziecku tuż przed wyjazdem, bo może się jej złapać i już nie puścić.

5. TRENING PRZYGOTOWAWCZY.

W ramach przygotowań do kolonii warto poćwiczyć z dzieckiem w domu czynności higieniczne (toaleta poranna i wieczorna, mycie i czesanie włosów, zmiana bielizny, pozostawianie po sobie czystości w toalecie), samodzielne dobieranie stroju, ścielenie łóżka czy pakowanie walizki, by samokontrola weszła mu w nawyk. W czasie kolonii wychowawcy pomagają dzieciom w trudnych dla nich czynnościach, ale trening praktyczny zmniejszy stres związany z nową sytuacją i pozwoli lepiej sobie poradzić z wyzwaniami.

Elementem przygotowania dziecka na rozłąkę z rodzicami może być wysłanie naszej pociechy na noc do babci, cioci, koleżanki. Taki próbny nocleg poza domem pozwoli dziecku lepiej znieść późniejszy wyjazd i da mu pewność, że na odległość rodzice nadal je kochają.

Etap ten jest niezwykle istotny. Podbudowuje późniejsze poczucie bezpieczeństwa na koloniach: dziecko wie, czego się spodziewać i lepiej sobie z tym radzi.

ETAP DRUGI: PAKOWANIE

1. PRAKTYCZNY BAGAŻ.

Ani minimalizm, ani przepych bagażowy nie jest wskazany. Prosimy, aby dziecko spakowane było w jedną torbę/walizkę/plecak z przywieszką zawierającą imię i nazwisko. Dobrze, jeżeli dziecko jest w stanie samo podnieść swój bagaż i się z nim poruszać.

2. LISTA RZECZY.

Pakowanie jest niełatwą sprawą nawet dla dorosłych. By dzieci nie miały większego problemu z pakowaniem powrotnym, warto przygotować listę rzeczy, które są zapakowane lub nawet spis wraz z kolejnością wkładania określonych rzeczy do walizki 😊

3. CO SPAKOWAĆ DZIECKU NA KOLONIE:

- mały plecak na wycieczki = bagaż podręczny z prowiantem na drogę,
- ciepły sweter lub polar,
- przeciwdeszczowa kurtka z kapturem,
- 2 pary długich spodni,
- 2 pary krótkich spodenek,
- koszulki z krótkim rękawem,
- bielizna (w ilości większej niż liczba dni),
- piżama,
- 2 ręczniki,
- ręcznik plażowy,
- 1-2 stroje kąpielowe,
- wyposażona kosmetyczka,
- krem do opalania i preparat na owady,
- obuwie: sandały, wygodne obuwie pełne, obuwie sportowe, klapki,
- legitymacja szkolna,
- można spakować ulubioną muzykę dziecka, bajeczkę, poduszkę, maskotkę – rzeczy, które są dla niego znane, lubiane i z którymi czuje się dobrze,
- warto zwrócić uwagę na tematykę kolonii i zapakować dziecku parę gadżetów z nią związanych.

4. SUSZARKA DO WŁOSÓW.

Suszarki do włosów posiadają wychowawcy, więc nie ma potrzeby, a nawet nie wolno pakować dziecku takich sprzętów.

5. GRY ELEKTRONICZNE.

Wszelkie gry elektroniczne, w które dziecko gra indywidualnie warto ograniczyć, a najlepiej zostawić w domu. Drogie sprzęty mogą wzbudzać zazdrość u innych dzieci, a do tego izolują od chęci poznawania współlokatorów, prowadzenia z nimi rozmów i wspólnych planów.

6. KIESZONKOWE.

Pieniądże można przekazać w depozyt opiekunom. Powinny być wtedy zapakowane w podpisaną kopertę, najlepiej w nominałach 10zł, z informacją jak często i jakie kwoty mają być wydawane dziecku (np.: „codziennie: 10zł, na wycieczkę: 30zł”). Prosimy poinformować dzieci, że wychowawca będzie miał dla nich pieniądze.

7. LEKI.

Nie pakujemy dzieciom leków - przekazujemy je na zbiórce wychowawcom. Leki powinny być umieszczone w wydzielonej torebce, podpisanej imieniem i nazwiskiem dziecka. Należy obowiązkowo dołączyć do nich opis na kartce dotyczący sposobu i pory podawania oraz dawki.

8. SŁODYCZE.

Preferujemy zdrową żywność w myśl zasady „W zdrowym ciele zdrowy duch!” – słodkości, chipsy i gazowane napoje pakowane dziecku najlepiej ograniczyć więc do minimum.

ETAP TRZECI: JAZDA AUTOKAREM

1. CHOROBA LOKOMOCYJNA.

Jeśli dziecko źle znosi jazdę autokarem, prosimy pamiętać o podaniu mu tabletki pół godziny przed wyjazdem.

2. BY PODRÓŻ SZYBCIEJ MINĘŁA.

Wskazana jest ulubiona poduszczonek do autokaru. Warto zaopatrzyć też dziecko w zeszytik i długopis, by w czasie podróży dzieci mogły grać w gry karteczkowe, próbować zrobić coś z origami, zająć czas, by podróż była mniej nużąca. Wychowawcy również starają się odwrócić uwagę dzieci od tego, że jadą.

3. PROWIANT.

Do bagażu podręcznego nie pakujemy kruchych łakoci, gdyż nie można takich spożywać w autokarze. Najlepszym rozwiązaniem są już obrane pomarańcze, pokrojone jabłka zapakowane z pudełeczku, kanapka i soczek lub herbata do picia. Lepiej unikać termosów, które trzeba rozkręcać. Należy dostosować rzeczy do zręczności dziecka i wziąć pod uwagę, że będziemy w ruchu.

ETAP CZWARTY: POBYT

1. DOJAZD NA MIEJSCE.

Jest to moment bardzo intensywny, wymagający dobrego zorganizowania i skupienia wszystkich uczestników kolonii. Czas na telefony do rodziców będzie zatem po „osiedleniu się w pokojach”; chyba że będzie to już pora obiadowa – wtedy po obiedzie.

2. PODZIAŁ NA POKOJE.

Sugestie dotyczące „bycia razem w pokoju” prosimy spisać na kartce i oddać wychowawcy na zbiórce przed autokarem. Dzieci często na początku wstydzą się nowych współlokatorów i zgłaszają swoje obiekcje rodzicom zamiast wychowawcy – prosimy więc o poinformowanie nas o tym, ponieważ im wcześniej zajmiemy się problemem, tym lepiej. Dzieci wyjeżdżające indywidualnie (bez kolegi/koleżanki) dobierane są razem w pokojach, z uwzględnieniem ich wieku, co ułatwia im aklimatyzację i nawiązywanie przyjaźni.

3. CODZIENNA FOTORELACJA.

Na koncie Dziecięcego Centrum Tańca MAJERY na Facebooku codziennie aktualizowane będą zdjęcia z turnusu. Zachęcamy do komentowania zdjęć – dzieci bardzo pozytywnie reagują, gdy się o tym dowiadują 😊

W ośrodkach zdarzają się czasem problemy z Internetem – jeśli więc zdjęć nie ma na czas, prosimy o wyrozumiałość i cierpliwość – na pewno się pojawią, tylko z lekkim opóźnieniem.

4. KONTAKT TELEFONICZNY.

– CZĘSTOTLIWOŚĆ

Pamiętaj, że rozwiązując za dziecko problemy przez telefon, budujesz w nim przekonanie, że nie jest w stanie samodzielnie sprostać codziennym trudnościom. Lepiej udzielać wsparcia i zachęcać do rozmowy z wychowawcą, a nie myśleć za dziecko, gdyż hamuje to rozwój jego umiejętności społecznych. Ponadto zbyt częsty kontakt utrudnia integrację z grupą, wzmagając tęsknotę za domem. Istnieje możliwość złożenia telefonu w depozycie u wychowawcy grupy, który będzie go przekazywał dziecku w ustalonej porze.

– CZAS

Prosimy o kontaktowanie się z dziećmi w porze popołudniowej (zwykle 14:30-15:00). Kontakt w innych godzinach może być utrudniony – prosimy nie denerwować się, że dziecko czasem nie odbiera telefonu – plan kolonii jest intensywny właśnie po to, żeby nie dać dzieciom czasu na tęsknotę. Pora popołudnia jest idealnym czasem aktywności dziecka – jest wtedy zaangażowane w ciąg dnia i nawet jeśli komuś poleci łezka, szybko odzyska dobry nastrój. W porze wieczornej dzieci często są zmęczone, łatwiej się rozczulają i mocniej tęsknią – zamiast dodania energii taka wieczorna rozmowa zwykle przynosi więc odwrotne efekty.

– TEMAT

Warto pytać dziecko nie o to, czy bardzo tęskni, ale czy zrobiło coś samo, z kim jest w pokoju, czy ustalili kolejność do kąpieli, jaką ma panią, czy nauczyło się czegoś nowego, czy uczy czegoś innych, czy opiekuje się młodszymi, czy udaje mu się być punktualnie na zbiórkach itp. – by żyło tym, co robi. Ważne, żeby były to szczegółowe

pytania, ponieważ na inne, ogólne często trudno mu odpowiadać, łatwiej wyszczególnić daną sytuację czy zdarzenie.

– **KLIMAT ROZMOWY**

Jest bardzo ważny: warto okazywać bezwarunkową miłość i podziw dla dziecka, jeśli nauczyło się czegoś nowego lub zrobiło coś dobrego, chwalić i zachęcać. Należy wspierać jego samodzielność, unikając rozmów o tęsknocie, zwłaszcza przed snem – powodują one często u dzieci niepotrzebny stres, płacz i problemy z zaśnięciem. Warto wysłuchać dziecka uważnie i wyznaczać granice podczas rozmowy – jeśli zanadto zauważa błędy innych, a swoich nie dostrzega. Najlepiej dużo żartować, gdyż śmiech pomaga rozładować napięte sytuacje.

5. ODWIEDZINY OSOBISTE.

Ważne, by przy odwiedzinach wcześniej skontaktować się z kierownikiem kolonii, który zasugeruje najlepszy dzień – by dziecko nie straciło np. całodniowej wycieczki.

Prosimy pamiętać, że odwiedziny mogą spowodować, że dziecko nie poradzi sobie z tęsknotą i ponownym rozstaniem. Bardzo dobrze sprawdza się tutaj zasada: „Czego oczy nie widzą, tego sercu nie żal”.

Nie wolno zabierać dziecka z ośrodka bez powiadomienia wychowawcy i spisania oświadczenia, że dziecko w danych godzinach jest pod opieką rodziców. Bezpieczeństwo dzieci jest dla nas najważniejsze, więc tożsamość zawsze musi być potwierdzona dowodem osobistym.

ETAP PIĄTY: POWRÓT

1. ODBIERANIE DZIECKA Z OŚRODKA.

Jeżeli rodzice odbierają dziecko z ośrodka sami – bardzo prosimy o wcześniejszy kontakt z kierownikiem. Niezbędne jest też przyjechanie znacznie wcześniej niż przewidywany wyjazd grupy z ośrodka, gdyż zdarzały się sytuacje, że wyjazd całej kolonii był opóźniony z powodu oczekiwania na opiekunów dziecka.

2. GODZINA POWROTU.

Na zbiórce autokarowej otrzymają Państwo informacje o przewidywanym czasie powrotu. Jeśli ulegnie on znacznej zmianie, rodzice otrzymają wiadomość SMS o aktualnym opóźnieniu.

3. ZBIÓRKA.

Prosimy o punktualne pojawienie się rodziców na zbiórce i odbiór dziecka.

Mamy nadzieję, że i dzieci, i Państwo mile spędzą ten wakacyjny czas!