

## **INFORMACJA OBOZOWA – Mikoszewo 2020r.**

### **TREMIN OBOZU:**

- a) 27.06-06.07.2020 – roczniki 2010 i młodszy
- b) 06-15.07.2020 – roczniki 2009 i starsi



### **1. ZBIÓRKA W DNIU WYJAZDU:**

- a) 27.06.2020 (sobota) - spotykamy się o godzinie 7:45 ul Wał Miedzeszyński 646 budynek Nr 3 ( obok Hangaru 646 – hangar trampolin).
- b) 06.07.2020 (poniedziałek) - spotykamy się o godzinie 7:45 ul Wał Miedzeszyński 646 budynek Nr 3 ( obok Hangaru 646 – hangar trampolin).

Proszę o punktualne stawienie się na zbiórkę - będziemy sprawdzać listę uczestników oraz zbierać dokumenty (np. **legitymacje szkolne uczestników, KARTY OBOZOWE** itp.) - wyjeżdżamy punktualnie o godzinie 8:30.

Na miejscu w Mikoszewie będziemy na godzinę 13:30 / 14:30.

Powrót:

- a) 06.07.2020
- b) 15.07.2020

**Z Mikoszewa wyjeżdżamy autokarem około godziny 10ej, w Warszawie będziemy około 15:30/16:30.**

**Adres i nazwa ośrodka wczasowego:**

**Ośrodek wczasowo-kolonijny KORONA ul. Gdańska 16, 82-103 Mikoszewo**

### **2. ODWIEDZINY:**

Ze względu na epidemię koronawirusa, stosując się do zaleceń GIS, MZ, MEN odradzamy odwiedziny na obozie. Jeżeli Państwo „uprą się” i będziecie chcieli odwiedzić swoje pociechy:

- nie wchodzimy na teren ośrodka (spotykamy się przed bramą ośrodka o umówionej godzinie)
- proszę przygotować wcześniej oświadczenie „osoby odwiedzającej” (Imię nazwisko, adres, nr dowodu osobistego, telefon, data, informacja, że odbieramy dziecko w określonych godzinach). Oświadczenie przekazujemy instruktorowi w momencie odbioru dziecka
- dzieci odbieramy 30min po śniadaniu i oddajemy 30min przed kolacją (dokładne godziny posiłków ustalamy zaraz po przyjeździe na miejsce, także zainteresowani zostaną poinformowani telefonicznie, o której godzinie jest śniadanie i kolacja.
- odwiedziny możliwe są tylko w dniach sobota, niedziela.

W soboty i niedziele tak ustalamy program obozu, żeby wszystkie zajęcia odbywały się na miejscu, na terenie ośrodka, wycieczki i inne atrakcje będą odbywały się w pozostałe dni.

### **3. LEKI I POMOC MEDYCZNA.**

Podczas obozu na terenie ośrodka dyżury pełni pielęgniarka, w cięższych przypadkach korzystamy z usług przychodni w Krynicy Morskiej ewentualnie szpital w Trójmieście.

W przypadku drobnych urazów np. otarcia czy stłuczenia opiekunowie mają bardzo dobrze wyposażoną apteczkę obozową.

Jeżeli uczestnik obozu systematycznie przyjmuje leki, rodzice przekazują je opiekunowi (trenerowi) w dniu wyjazdu na zbiórce (prosimy o pisemną zgodę na podawanie leków przez opiekuna, jak również dokładny opis podawania leku – czyli dawki i godziny, w jakich mamy dać dziecku lekarstwa).

Dzieci na czas obozu objęte są ubezpieczeniem NNW.



#### **4. "KIESZONKOWE":**

Kieszonkowe przekazujemy opiekunowi w dniu wyjazdu na zbiórce w Warszawie. Każdy rodzic określa wysokość kieszonkowego sam. Sugerujemy, żeby rodzice przyszykowali dla dzieci 10/15 zł dziennie, czyli jakieś 100/150 zł plus około 50-60zł na pamiątki. Pieniądże dajemy dzieciom w banknotach 10 złotych (prosimy rozmiąć pieniądze). Opiekunowie będą wydawać kieszonkowe raz dziennie, po śniadaniu przez 1h zegarową. W ten sposób dzieci nie wydadzą pieniędzy jednego dnia, nie zgubią ich i nie będą narażone np. na kradzież

Rodzice, którzy mają zaufanie do swoich pociech mogą dać kieszonkowe dzieciakom do własnej dyspozycji.

#### **5. JAK KONTAKTOWAĆ SIĘ Z KADRĄ I DZIECIAMI?**

Tel. kontaktowe do opiekunów:

1. Piotr Wysocki 502-278-254 ( turnus I i II)
2. Mariusz Owczarek 660-435-222 (turnus I i II)
3. Paweł Rzeszółtko 604-219-449 (turnus I i II)
4. Patryk Pichor 888-044-747 (turnus II)
5. Martyna Sitek (turnus I)
6. Daria Tikhonova (turnus I)
7. Weronika Ptaszyńska( turnus II)

Do opiekunów proszę dzwonić w godzinach 21:00-22:30 (w nagłych przypadkach można dzwonić przez cały dzień).W ciągu dnia będziemy prowadzić zajęcia i mogą mieć Państwo problemy z dodzwonieniem się.

Rodzice mogą dać telefony komórkowe dzieciom, lecz podobnie, jak z kieszonkowym zdajemy je u opiekunów, na zbiórce przed wyjazdem.

Dlaczego?

Dzieci gubią telefony i później zamiast prowadzić zajęcia musimy zajmować się poszukiwaniami zguby. Do tego dzwonią do rodziców z niepotrzebnymi problemami, są to najczęściej błahe sprawy i rodzice denerwują się niepotrzebnie małymi problemami.

Telefony prosimy podpisać (wyraźny niezmywalny podpis) i włożyć do opakowania-będziemy wydawać je raz dziennie, na godzinę zegarową i wtedy obozowicze będą dzwonić do rodziców(z reguły wydajemy telefony w godzinach popołudniowych/wieczornych, dzieciaki mają możliwość opowiedzenia rodzicom całego dnia i tego co się wydarzyło).

#### **6. "KĄPIELISKO"**

Ośrodek położony jest 800m od morza. Będziemy korzystać ze strzeżonego kąpieliska (mamy zapewnionego ratownika WOPR).

Będziemy kąpać się w grupach(10-15 osób).

Na terenie ośrodka dysponujemy małym basenem, również pod opieką ratownika, dzieci zostaną podzielone na grupy.

#### **7. CO NALEŻY ZABRAC NA OBÓZ?**

- karate - gi 😊(kimono) i pas, komplet ochraniaczy (jeśli są to dzieci które miały już zajęcia na sprzęcie) .
- 2 pary sportowych butów (sugerujemy buty do piłki halowej - można w nich grać w piłkę nożną, koszykową, siatkową biegać itp. są to buty uniwersalne).

- buty do użytku codziennego.
- klapki
- 2 komplety dresowe (będzie dużo zajęć lekkoatletycznych gier i zabaw na powietrzu)
- 2 swetry lub bluzy do użytku codziennego
- 2 pary długich spodni do użytku codziennego.
- kurtkę przeciwdeszczową.
- czapkę z daszkiem / z cienkiego materiału na upalne dni najlepiej koloru jasnego.
- bieliznę na każdy dzień.
- 4 pary krótkich spodenek do użytku codziennego.
- koszulki z krótkim rękawem na każdy dzień.
- 3 pary spodenek do uprawiania sportu.
- kąpielówki oraz okulary do pływania.
- przybory toaletowe (tj. 2 x duży ręcznik, kosmetyki, krem do opalania).
- plecak (potrzebny na wycieczki itp.)



**Proszę nie przesadzać z wielkością bagażu – nie zabieramy niepotrzebnych rzeczy!!!  
Nie zabieramy za dużo rzeczy!!!**

## **8. ZAJĘCIA NA OBOZIE:**

Będziemy trenowali 3 razy dziennie.

Raz dziennie trening karate na sali gimnastycznej i raz dziennie zajęcia sportowe ( na powietrzu lub sali w zależności od pogody) z różnych dyscyplin:

- będziemy uczyli się podstaw piłki nożnej, koszykówki, siatkówki (starsze dzieci).
- będziemy również prowadzić zajęcia z lekkoatletyki

Oczywiście po kilku treningach będziemy organizować turnieje obozowe z powyższych dyscyplin (turniej karate- walki i kata, obozowy turniej piłki nożnej, koszykówki i siatkówki/zbijaka). Sprawdzimy w ten sposób, czego nauczyli się nasi podopieczni.

Ostatnie 3-cie zajęcia na zasadzie „wolnej hali” dzieciaki w zależności od własnych chęci będą mogły zagrać w dowolna dyscyplinę sportu.

W upalne dni kąpiele w morzu.

### **Na obozie planujemy:**

- 2 wycieczki (ORP Błyskawica + Aquarium, Aquapark REDA). Sytuacja epidemiologiczna jest napięta dlatego mamy nadzieję ze „nie wypadnie” nam żadna wycieczka.
- ognisko x 2 (na przywitanie i na pożegnanie )
- dyskotekę
- różnego rodzaju konkursy

### **Do dyspozycji mamy:**

- plac zabaw dla dzieci
- 3 boiska do piłki nożnej, koszykowej i siatkowej
- stoły do ping-ponga, gry zręcznościowe i inne
- 1 sala/kryta balonem o powierzchni 200m2
- 1 sale gimnastyczna /murowana o powierzchni 200 m2
- stołówką
- kawiarnią / sklepik na ośrodku
- 3 sale telewizyjne
- sala dyskotekowa

## **UWAGA!!!!**

Na obozie obowiązuje zakaz picia coca-coli i innych napojów gazowanych, dzieci mają również zakaz spożywania chipsów (dzieci objadają się chipsami i pija niezdrowe rzeczy, przez co nie jędzą posiłków są też problemy żołądkowe). Jeśli uczestnik obozu będzie posiadał jedną z wyżej wymienionych rzeczy będą one zarekwirowane i zjedzone przez trenerów 😊!!!!!!

Na obóz nie zabieramy wartościowych rzeczy!! Proszę o oddanie kart obozowych!!!.W przypadku nie oddania karty obozowej uczestnik nie będzie mógł jechać na obóz!!!!!!