

PRVNÍ ROK TÁBORNÍKEM

Jak dítě připravit
na první tábor?



Přípravu je dobré zahájit ještě před tím, než se dítě rozhodnete na tábor poslat.





To jak o táborech budete doma mluvit, může výrazně ovlivnit, jaký si k nim dítě podvědomě vytváří vztah.

Pokud si o táborech budete povídat v pozitivním duchu - budete dítěti vyprávět, na jakých táborech jste byli vy a jaké máte zážitky, můžete v něm vzbudit touhu po tom, zažít něco podobného.

V opačném případě vět typu „Uvidíme, jestli to vydržíš, ty moc nejsi zvyklý spát někde jinde.“, „Kdybys měl špatné spolubydlící, přijedu si pro tebe.“, dítěti už dopředu dáváte záminku přemýšlet nad negativy. Je to velmi podobné přípravě dítěte na nástup do mateřské školy. Pokud o školce hovoříme pozitivně, ve většině případů probíhá nástup bezproblémově. Pokud je školka strašák už v brzkém věku, obvykle se nástup neobejde bez slziček.

Z tohoto důvodu je dobré se nad táborem zamyslet už dopředu a v případě, **že vy sami nemáte pozitivní zkušenosti, snažit se to na dítě nepřenést.**

Pokud už přišla řada na to vyslat dítě na pobytový tábor, zde je pár typů, čeho se při přípravě držet.

1. Mluvte spolu o tom, co ho čeká (bez strašení)

- Vysvětlete, že tábor = zábava, hry, noví kamarádi, dobrodružství.
- Vyhněte se větám typu „Neboj, zvládneš to!“ → Dítěti tím říkáte, že je důvod se bát.
- Raději použijte věty typu: „Těším se, až mi budeš vyprávět, co všechno tam zažiješ.“ „Těším se, až mi pošleš dopis.“

2. Procvičte samostatnost Nedramaticky, hravou formou:

- zkouška spánku mimo domov (u babičky, kamaráda)
- věci na jakoukoliv dovolenou balte společně → dítě ví, kde co má, získá v balení a orientaci v zavazadle jistotu
- trénink oblékání, hygieny, správy vlastních věcí
- jednoduché úkoly: „Zkus si připravit večer věci, co zítra potřebuješ.“



Pokud už přišla řada na to vyslat dítě na pobytový tábor, zde je pár typů, čeho se při přípravě držet.

3. Společně vyberte tábor

Klíčový bod! Dítě má větší pocit kontroly a jistoty, pokud:

- si vybere aktivitu, která ho baví
- zná fotky vedoucích, místa, programu
- ví, jak bude probíhat den

4. Ujistit dítě, že stesk je normální

**Dítě se bojí, že „jen ono bude smutné“.
Pomáhá, když ví:**

- že stesk je běžný a rychle přejde
- že na táboře na stesk nebude samo a každý vedoucí si ho rád vyslechne
- že doma vše počká – a vy (rodiče) vše zvládnete



Co dělat v případě stesku.

Tipy pro dítě, které s ním doma můžete projít:

- Najdi kamaráda / vedoucího a řekni, jak se cítíš
- Zapoj se do hry – na stesk je vždy nejlepší zábava
- Měj u sebe malou jistotu (fotku, náramek, plyšáka)

Tipy pro rodiče:

- Nepište zprávy typu „Chybíš mi, už aby ses vrátil!“
- Nenabízejte „Když budeš brečet, přijedu pro tebe“ – automaticky mu říkáte, že na táboře bude něco v nepořádku a děti pak tuhle větu rády testují.
- Pište povzbudivé věci:
- „Jsem na tebe pyšná/pyšný. Těším se na tvoje zážitky!“
- Pamatujte: většina dětí se rozbere při odjezdu, ale do hodiny už je u her a směje se.
- Pokud se chcete informovat, jak se dítěti na táboře daří, vždy je k dispozici táborový telefon, kde vám vedoucí rádi předají informace. Zároveň platí, že pokud by byl jakýkoli problém, vedoucí se vám ozvou, pokud nikdo nevolá = dítě se baví.

V den odjezdu

Budte klidní – děti dokáží jakékoli rozrušení a nedůvěru dobře přecítit, krátké rozloučení - dlouhé objímání a loučení zvyšuje stesk.

Po příjezdu

Oceňte úspěch – posiluje to chuť jet příště, nepřerušujte proud vyprávění – nechte dítě mluvit, sdílet.

1

První tábor je velký krok jak pro dítě, tak i pro rodiče.

Nicméně při správné přípravě a vhodně zvoleném věku pro účast na prvním táboře může být jednou z nejcennějších zkušeností, která rozvíjí charakter, sebevědomí a sociální dovednosti tak, jak to v jiném prostředí je jen stěží možné.

1 SAMOSTATNOST

SOCIÁLNÍ DOVEDNOSTI 2

3 ODOLNOST A SEBEVĚDOMÍ

TVOŘNOST A FANTAZIE 4

5 VZTAH K PŘÍRODĚ, ODLOUČENÍ OD TELEFONŮ A SOCIÁLNÍCH SÍTÍ



1. Samostatnost

- dítě si hlídá své věci, jídlo, hygienu
- učí se rozhodovat samo
- zvládne „fungovat“ i bez rodičů

2. Sociální dovednosti

- dítě se setká s novým kolektivem, pozná různé typy dětí, učí se vycházet i s dětmi, které „nejsou jeho krevní skupina“
- spolupráce ve hrách
- řešení konfliktů (pod dohledem vedoucích)

3. Odolnost a sebevědomí

Dítě zažije malé úspěchy:

- spaní na patrové posteli, spaní v chatce
- první noční hra
- výlet (dokáže se samo sbalit, na výletě si samo koupit suvenýr)
- překonání strachu z neznámého (místa, kolektivu)

4. Tvořivost a fantazie

Tábory mají tematické hry, příběhy, kreativní dílny.

Dítě objeví nové zájmy a talenty.

- I přesto, že v běžném životě doma nenavštěvují výtvarný kroužek, na táboře se podílí na přípravě rekvizit, kostýmů, ...
- V rámci táborových aktivit mohou děti objevit sport / výtvarnou či jinou aktivitu, se kterou se dříve nesetkali a které se po táboře budou chtít věnovat. Spousta dětí si na našich táborech vyzkouší nějakou aktivitu, která se později stane jejich hobby.

5. Vztah k přírodě, odloučení od telefonů a sociálních sítí

- vzhledem k nabitému programu nemají děti čas na telefony (pokud je tedy s sebou mají), děti mají prostor pro telefon pouze v odpoledním klidu a po večerce
- život v přírodě, první táborák
- více pohybu než v běžném životě, kde je jednodušší dát přednost televizní obrazovce před pobytem venku

Všechny tyto vlastnosti a dovednosti děti samozřejmě rozvíjí i v rodinném prostředí, ve škole, v zájmových kroužcích atd.

V čem je ale rozdíl, je fakt, že u pobytových táborů děti řeší nejrůznější situace a emoce bez každodenní asistence rodičů a to významně posiluje jejich sebedůvěru.



Pokud vás zajímají další informace nebo vás napadl jakýkoliv dotaz k našim letním táborům, neváhejte se na nás obrátit na:



tabor@taborytapaza.cz



tel.: 724 315 620, 607 022 457