

Детский оздоровительный лагерь
имени Лизы Чайкиной –
структурного подразделения Дирекции социальной сферы
Приволжской железной дороги филиала ОАО «РЖД»

УТВЕРЖДАЮ

НАЧАЛЬНИК

Детского оздоровительного лагеря
имени Лизы Чайкиной -
структурного подразделения
Приволжской железной дороги -
филиала ОАО «РЖД»



ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ДЕТЕЙ

детского оздоровительного лагеря
имени Лизы Чайкиной – структурного подразделения
Приволжской железной дороги – филиала ОАО «РЖД»

Автор-составитель:
Н.П. Шевченко, психолог

Саратов, 2026

Главные цели педагога - психолога детского оздоровительного лагеря им. Лизы Чайкиной»:

- создание хорошего эмоционального настроения у детей ;
- выявление интересов, увлечений детей;
- обучение детей действиям в коллективе;

Задачи:

1. Воспитательная задача:

-создать коллектив отряда, уделяя особое внимание развитию детского самоуправления и формированию организационных, привлечь каждого ребёнка к деятельности через систему поручений, содержание которых существенно отличается от школьных, воспитывать у детей доброжелательность, уважение к окружающим людям.

2. Диагностическая задача:

— изучение детей, диагностика складывающихся отношений в коллективе, изучение интересов, ожиданий детей от лагеря, опыта участия в организаторской деятельности.

Диагностический компонент предусматривает изучение ребёнка его личностных особенностей и индивидуальных характеристик, выявление причин имеющих у ребёнка проблем и затруднений различного характера для обеспечения реализации ему персонифицированной помощи.

В лагере диагностика проходит в несколько этапов:

1. на начальном этапе происходит сбор данных о направленности интересов ребенка, мотивации деятельности и уровень готовности к ней (тесты, анкеты, игры);
2. итоговая диагностика позволит оценить результаты реализации программы (опрос, тестирование, анкеты).

В работе с каждым возрастом формируются более конкретные задачи, учитывающие особенности детей данного возраста.

Возраст детей: 7 – 9 лет

Задачи работы:

- приобретение детьми навыков социального взаимодействия с группой сверстников;
- развитие у детей навыков самоконтроля и саморегуляции;
- усвоение детьми моральных норм, ценностей, правил поведения;
- формирование “эмоциональной грамотности”;
- содействие ребенку в поиске ресурсов в типичных трудных ситуациях.

Возраст детей: 10 лет

Задачи работы:

- развитие у детей навыков сотрудничества со сверстниками;
- формирование умения правильно относиться к успехам и неудачам;
- формирование уверенности в себе.

Возраст детей: 11 – 12 лет

Задачи работы:

- формирование интереса к другому человеку как к личности;
- развитие у детей интереса к себе;
- формирование у детей навыков самоанализа;
- развитие и укрепление чувства взрослости;
- развитие навыков личностного общения в группе сверстников.

Возраст детей: 13 – 14 лет

Задачи работы:

- формирование у детей умения ставить перед собой цели и достигать их;
- овладение способами регуляции поведения, эмоций;
- формирование умения строить равноправные отношения со сверстниками;
- формирование умения понимать причины собственного и чужого поведения;
- развитие гибкости как способности человека применять большое количество разнообразных способов поведения;
- развитие у ребенка позитивного отношения к себе.

Основные направления работы:

- диагностическое;
- консультационное;
- просветительское;
- коррекционно-развивающее;
- профилактическое.

Этапы сопровождения:

1. Психологическое просвещение.

Задачи данного направления определялись необходимостью формировать у вожатых и воспитателей потребность в психологических знаниях, желание использовать их в работе с ребёнком или в интересах собственного развития, создавать условия для полноценного психического развития ребёнка на каждом этапе, своевременно предупреждать возможные нарушения в становлении личности ребенка .

Цель: - обучение педагогического персонала;

Содержание работы:

«Проблемы адаптации детей в летнем лагере»;

«Психолого-педагогические особенности формирования временного детского коллектива. Учет возрастных особенностей»;

II. Этап социально-психологической адаптации.

Цели:

- создания благоприятного климата;
- определения лидеров, а также детей, нуждающихся в психологической поддержке;
- развития самосознания детей.

Содержание работы:

- тренинг «Знакомство. Формирование доверия и комфорта в отряде, развитие социальных эмоций»;
- диагностический срез с целью определения индивидуальных особенностей воспитанников и выработки индивидуального подхода к каждому ребенку, выявления «трудных» детей;

III. Коррекционно-профилактический этап.

Цели:

- контроль и коррекция психологического климата в отрядах;

- коррекция отрицательных психических состояний, вызванных длительным нахождением вне дома;
- индивидуальная психокоррекционная работа с детьми, имеющими различные отклонения;
- развитие лидерских, коммуникативных способностей;
- снятие эмоционального напряжения детей, педагогов.

Индивидуальная работа

Цель: психологическая помощь детям с низким уровнем адаптации.

Индивидуальная работа проводится по результатам диагностики и наблюдений, заявкам педагогов, в случае необходимости оказание экстренной психологической помощи:

- консультации (по запросу) очные «Вы спрашиваете – психолог отвечает»

Тематика:

- общение со сверстниками;
- решение конфликтных ситуаций;
- как справиться с чувством одиночества;
- как найти друга;
- как снять накопившееся напряжение;
- взаимоотношения между мальчиками и девочками;
- страхи и другие вопросы.
- Час психологической разгрузки

для детей:

- аутогенная тренировка;
- релаксации;

для педагогов:

- Программа снятия психоэмоционального напряжения у педагогов.

Работа с родителями

- Консультации (по запросам)

1. Психологические особенности смены:

Смена в лагере состояла из трёх этапов.

1. Организационный этап, включал в себя реализацию запросов детей, привыкание детей друг к другу, к режиму. Длился организационный период 3 дня. За это время воспитатели успели познакомить детей друг с другом с помощью различных игр. Именно в этот период происходила адаптация ребят. Работа психолога на этом этапе заключалась в определении детей, нуждающихся в психологической коррекции, выявлении личностных особенностей детей, определение их индивидуальных особенностей, выработке индивидуального подхода и скорейшее сплочение в коллектив.

2. Основной этап – 11 дней. Стабилизация лагерной жизни, вхождение ее в относительно привычное спокойное русло. Здесь основное внимание уделялось контролю за уровнем психологического климата в отрядах. Я проводила психокоррекционную работу с детьми, имеющими психические отклонения: различного рода девиации, гиперактивность, импульсивность.

3. Заключительный этап 2 дней. Как правило, именно на этот этап приходится наибольшее количество случаев нарушений дисциплины, выхода ребят из-под контроля воспитателей. Соответственно мной были проведены занятия, снимающие состояние излишнего возбуждения.

На основном этапе основная задача психолога – помочь воспитателям отряда определить индивидуальные особенности ребят, выработать к ним индивидуальный подход и добиться скорейшего сплочения в коллектив. Осуществление этого достигается через проведение обследований ребят с помощью распространенных экспресс-методик.

Заключительная Анкета

Близится к концу первая смена в лагере им. Лизы Чайкиной. Подводя ее итоги, мы хотим задать тебе некоторые вопросы.

1. Что тебе понравилось в лагере?

2. Доволен ли ты был питанием в лагере? Какое блюдо тебе больше всего понравилось?
3. Какие из мероприятий лагеря оказали наибольшее влияние на тебя?
4. Что бы ты хотел (а) пожелать другим ребятам?
5. Что бы ты хотел (а) пожелать педагогам

Занятие с элементами тренинга для снятия напряжения

Работа с кинетическим песком

Кинетический песок – один из изобразительных материалов, используемых в арт – терапии. На 98% он состоит из обычного песка и на 2% — из полимера. Благодаря своему натуральному составу он считается абсолютно гипоаллергенным и экологически чистым. В кинетическом песке не заводятся вредные бактерии и насекомые. Он приятный на ощупь и легко слипается в любую задуманную конструкцию. Это свойство позволяет легко убрать песок после работы — рассыпанные песчинки собираются в один большой комок. Песок не высыхает, даже если его хранить открытым, и не теряет своих свойств. Работа с песком успокаивает, так как на ладонях имеются биологически активные точки, которые стимулируются в процессе лепки. Использование пластических материалов в терапии особенно важно для тех детей, которым трудно рассказать о своих чувствах. В ситуациях неопределенности: «мять», «вылепливание» снижает или убирает сопротивление, позволяет осознать, мягко отреагировать и переработать травматический опыт, дает возможность «увидеть» решение. Так как нейроны головного мозга связаны с моторикой рук, происходит отреагирование физических импульсов, оставшиеся от стрессовой ситуации. Работа с песком дает возможность снизить психологические защиты и трансформировать мышление.

Упражнение «Победитель злости».

В стрессовой ситуации взрослые говорят друг другу, а иногда и детям: «Не злись, не капризничай, возьми себя в руки». В большинстве случаев данный совет совершенно бессмыслен, так как запрет на проявление отрицательных эмоций вызывает у человека лишь дополнительное раздражение и агрессию по отношению к советчику и усиливает чувство вины за «плохое поведение».

Упражнение «Победитель злости» может научить ребенка безболезненно для его самолюбия справляться с гневом, не испытывая страха перед наказанием за деструктивное поведение.

Сегодня мы поговорим о настроении. Какое оно бывает у тебя? Что случается с тобой, когда ты сердиться, злишься? Что говорят и делают взрослые, когда ты сердиться? (Ответы ребенка.)

Твое злое настроение заставляет тебя делать и говорить разные вещи, от которых сердятся и огорчаются взрослые. А после того как злость ушла, тебе бывает грустно или неприятно. Открою тебе секрет — каждый большой и маленький человек имеет право злиться. Есть много игр, которые учат нас «сердиться правильно», то есть так,

чтобы не обижать других. Одну из таких игр тебе подарит мокрый песок. Смотри, как можно с помощью песка вылепить и увидеть собственную злость, а потом победить ее. (Если напряжение ребенка слишком велико, то в этом случае можно предложить ему с силой сжать песок, утрамбовать поверхность песка кулаками и пр.)

Ребенок по примеру взрослого делает из песка шар, на котором обозначает углублениями или рисует глаза, нос, рот: «В этом шаре теперь живет твоя злость». Данный процесс временно переключает ребенка, а также ребенок переносит на вылепленный шар свои негативные чувства и вину за «плохое поведение, мысли, чувства».

Затем ребенок любым способом разрушает песочный шар, приговаривая волшебное заклинание: «Прогоняем злость, приглашаем радость». Ребенок дает выход агрессии, которая обычно появляется в случае запрета на нее и контроля со стороны взрослого, он получает также специфическое удовольствие от разрушения. После этого ребенок руками медленно выравнивает поверхность песка и оставляет на ней отпечатки своих ладоней — успокоение, обретение равновесия и контроля над собственными чувствами: «Я победил свою злость. Я спокоен».