

**Утверждено**  
Начальник ДОЛ «Тверца»  
Е.А. Варданын  
01.06.2026 г

**Программа психолого-педагогического сопровождения  
детского оздоровительного лагеря "Тверца"**

**«Раскрываемся. Дружим. Растем!»**

<b>1. Паспорт программы</b>	
<b>Параметр</b>	<b>Описание</b>
Наименование программы	«Раскрываемся. Дружим. Растем!»
Назначение	Создание условий для успешной адаптации, позитивной социализации, личностного роста и эмоционального благополучия каждого ребенка в ДОЛ "Тверца"
Срок реализации	Лагерная смена (21 день), 3 лагерные смены летнего сезона 2025 г
Целевая группа	Дети и подростки 7-17 лет, отдыхающие в лагере, а также педагогический состав и родители.
Основные исполнители	Педагог-психолог, вожатые, воспитатели, старший педагогический состав.
Цель программы	Обеспечение психологической безопасности и комфортной среды, способствующей оздоровлению, развитию коммуникативных навыков, творческого потенциала и укреплению психического здоровья детей.
<b>2. Принципы программы</b>	
Принцип безопасности	Создание атмосферы доверия, принятия и безусловного уважения к личности ребенка.
Принцип активности	Активное вовлечение детей в процесс через игровые, творческие и проектные формы работы.

Принцип индивидуального подхода	Учет возрастных, личностных и психофизиологических особенностей каждого ребенка.
Принцип командности	Взаимодействие всего педагогического коллектива (психолог, вожатые, администрация) для достижения цели.
Принцип практической направленности	Развитие навыков, актуальных для жизни в лагере (общение, разрешение конфликтов, работа в команде).
Принцип гуманного отношения к детям	Обучение педагогов принципам гуманного общения с детьми.

## 2. Основные направления работы

### Диагностическое направление

**Цель:** Выявление особенностей детского коллектива и индивидуальных потребностей детей.

**Методы:**

- Наблюдение за детьми в естественных условиях (на мероприятиях, в отряде, в столовой).
- Анкетирование/Опросы ("Знакомство", "Мои ожидания от смены", "Обратная связь в середине и конце смены").
- Беседы с вожатыми и воспитателями об атмосфере в отряде.
- Рисуночные методики ("Мой отряд", "Я в лагере") для младших детей.

### Профилактическое и развивающее направление

**Цель:** Предупреждение дезадаптации, конфликтов, развитие soft skills.

**Формы работы:**

- Ежедневные "Огоньки" (рефлексия дня) в отрядах при методической поддержке психолога.
- Тренинги на сплочение для каждого отряда в первые 3 дня смены.
- Цикл развивающих занятий по темам: "Эмоциональный интеллект", "Уверенное поведение", "Искусство общения", "Стресс-менеджмент" (для разных возрастных групп).
- Профилактические беседы о буллинге, правилах сетевого этикета, здоровом образе жизни.

### Коррекционно-консультативное направление

**Цель:** Помощь в решении личностных и межличностных проблем.

**Формы работы:**

- Индивидуальные консультации для детей (по запросу ребенка, вожатого, родителя).
- Работа с "трудными" ситуациями: посредничество в конфликтах, работа с тревожностью, тоской по дому.
- "Почта доверия" — анонимный ящик, куда дети могут опускать записки с вопросами и проблемами.

Просветительское направление (работа с педколлективом и родителями)

**Цель:** Повышение психолого-педагогической компетентности.

**Формы работы:**

- Для вожатых: ежедневные планерки с психологом, мини-лекции ("Возрастные особенности", "Как работать с конфликтом"), супервизия сложных случаев.
- Для родителей: информационный буклет "Адаптация ребенка в лагере" в начале смены, аналитический отчет о психологической жизни смены, возможность получить краткую консультацию.

**3. Этапы реализации программы**

<b>Этап</b>	<b>Сроки</b>	<b>Мероприятия</b>
Подготовительный	До заезда детей	1. Инструктаж вожатых по основам возрастной психологии и коммуникации. 2. Разработка раздаточных материалов (анкеты, бланки, инструкции). 3. Подготовка кабинета психолога.
Организационно-диагностический	1-3 день смены	1. Знакомство с отрядами. 2. Проведение тренингов на знакомство и сплочение. 3. Первичная диагностика эмоционального состояния детей. 4. Выявление детей "группы риска"

		(сильно скучающие по дому, замкнутые, конфликтные, иные ситуации психо-эмоционального поведения).
Основной (реализационный)	4-18 день смены	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведение цикла развивающих занятий по отрядам.</li> <li>2. Индивидуальная и групповая работа по запросам.</li> <li>3. Мониторинг психологического климата в отрядах.</li> <li>4. Работа с педколлективом (планерки, поддержка).</li> <li>5. Ведение "Почты доверия".</li> </ol>
Итогово-аналитический	19-21 день смены	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Итоговая диагностика удовлетворенности сменой.</li> <li>2. Проведение заключительных "Огоньков" с акцентом на личные достижения.</li> <li>3. Консультирование родителей по запросу.</li> <li>4. Подготовка аналитического отчета по смене для администрации лагеря.</li> </ol>

**5. Ожидаемые результаты**  
Для ребенка:

- Успешная адаптация к новым условиям.
- Снижение уровня тревожности и стресса.
- Развитие коммуникативных навыков и умения работать в команде.
- Приобретение опыта самостоятельного решения конфликтов.
- Повышение самооценки и уверенности в себе.
- Положительные эмоции и яркие воспоминания.

Для педколлектива:

- Повышение психологической грамотности вожатых.
- Своевременное выявление и решение проблем в отрядах.
- Создание слаженной команды педагогов.

Для лагеря в целом:

- Благоприятный психологический климат всю смену.
- Снижение количества конфликтных ситуаций.
- Повышение рейтинга лагеря и лояльности родителей.

## **6. Диагностический инструментарий и материалы**

- Анкеты и бланки опросов.
- Методические пособия для тренингов.
- Арт-терапевтические материалы (краски, пластилин, карандаши, бумага).
- Игровой реквизит для командообразующих игр.
- Уголок психолога с информацией для детей и вожатых.

## **7. Реализация пилотных проектов 2025 года**

### **Проект «Сообщество родителей»**

Углубленная работа с родителями, (включая онлайн-взаимодействие), приглашение к сотрудничеству

**Цель:** Создание системы партнерства «лагерь-родитель» для обеспечения максимального психологического комфорта и развития ребенка.

### **Мероприятия:**

**Этап 1.** До заезда: создание закрытой группы в WhatsApp/VK/Telegram для родителей каждой смены.

- Рассылка «Готовимся к лагерю вместе», «Как настроить ребенка на позитив», «Что делать, если ребенок звонит и плачет», «Адаптация: что это такое».
- Проведение обязательного онлайн-собрания для родителей за 3-5 дней до начала смены.

Повестка: представление ключевых педагогов и психолога, подробный рассказ о программе смены и принципах работы лагеря, правила внутреннего распорядка, ответы на вопросы. Это снижает родительскую тревожность и формирует доверие.

**Этап 2.** Во время смены (оперативный):

- Экстренные случаи: Информирование родителей о любых критических ситуациях, касающихся их ребенка (травма, болезнь, серьезный конфликт) лично психологом или начальником смены.
- «Тихий» период: В первые 2-3 дня (период адаптации) родителям рекомендуется минимизировать звонки, чтобы дать ребенку возможность включиться в новую жизнь. Важная информация транслируется через общие группы.
- Онлайн-собрание с родителями отряда: видеодемонстрация настроения детей, диалог «ребенок-родителей», передача впечатлений о лагере и достижениях ребенка и отряда.
- Онлайн- консультация (середина смены): По запросу родителей психолог проводит краткие (15-20 мин) индивидуальные онлайн-встречи для обсуждения прогресса и текущего состояния ребенка.

## **Проект «Гуманная педагогика»**

Внедрение принципов «Гуманной педагогики» в работу педсостава

**Цель:** Создание в лагере воспитательно-образовательной среды, основанной на достоинстве, любви и взаимном уважении.

**Ключевые принципы и их внедрение:**

- Принятие каждого ребенка: Безусловное положительное принятие личности ребенка, даже когда его поведение отвергается.
- В практике: Замена фраз «Ты плохой» на «Твой поступок был неправильным». Активное использование языка принятия: «Я тебя понимаю», «Я с тобой», «Мы разберемся».
- Вера в потенциал ребенка: Педагог видит в каждом ребенке уникальную личность с огромным потенциалом.
- В практике: «Педагогические планерки» с психологом, где вожатые делятся успехами и сложностями каждого ребенка, ища его сильные стороны. Поощрение любых, даже самых маленьких, успехов.
- Сотрудничество вместо авторитаризма: Уход от системы жестких приказов к совместному творчеству и обсуждению.

- В практике: Проведение «Огоньков» в кругу, где каждый имеет право голоса. Совместная выработка правил отряда в первый день. Использование техники «Выбор без выбора»: не «Иди спать», а «Ты сначала соберешь вещи или почистишь зубы?».
- Свобода выбора и личная ответственность: Предоставление детям возможности выбирать и нести за свой выбор ответственность.
- В практике: Создание системы дежурств и мероприятий, где дети могут выбрать зону ответственности или роль в команде.
- Развитие целостного взгляда на ребенка: Внимание не только к действиям, но и к мыслям, чувствам, внутреннему миру ребенка.
- В практике: Обучение вожакам навыкам активного слушания и «Я-высказываний» для обсуждения чувств и эмоций.

### **Проект «Конструктивное общение»**

Цель: Создание условий для успешной адаптации и социализации детей с трудностями в общении (конфликтные, замкнутые, агрессивные).

**Целевая группа:** Дети, выявленные в ходе первичной диагностики и по наблюдениям вожатых.

#### **Формы и методы работы:**

Диагностический блок (1-2 день):

- Выявление детей через наблюдение, анкеты, беседы с вожатыми.
- Краткая индивидуальная диагностика для понимания причин поведения (страх, тревожность, низкая саморегуляция).

#### **Индивидуальный маршрут сопровождения:**

Для замкнутых/тревожных: «

- Включение» через поручения, где важен результат, а не публичность (помощь в оформлении отрядного уголка).
- Назначение «наставника» из активных и доброжелательных детей. Привлечение к деятельности в малых группах (2-3 человека).

Для конфликтных/агрессивных:

- Техника «Стул размышлений» (не наказания, а возможность успокоиться и продумать решение ситуации).
- Ролевые игры, где ребенок оказывается на месте «жертвы».
- Обучение навыкам распознавания гнева и приемов его экологичного выражения (побить подушку, порвать бумагу, использовать «Я-сообщения»: «Я злюсь, когда...»).

Специальная малая группа (5-7 человек):

Краткосрочный цикл из 5-7 занятий в формате тренинга «Конструктивное общение».

Темы занятий: «Кто Я? Мои сильные стороны», «Азбука эмоций: учимся узнавать и называть», «Стоп-Конфликт: как решать споры без драк», «Учимся говорить «Нет» и слышать «Нет», «Мы — команда!».

➤ Включение в общую деятельность:

Закрепление навыков в общелагерных делах. Такому ребенку можно дать важную, но контролируруемую роль в мероприятии (хранитель времени, ответственный за реквизит, судья на станции).

➤ Работа с окружением:

- Информирование вожатых об особенностях ребенка и стратегиях взаимодействия с ним.
- Проведение с отрядом игр на сплочение и эмпатию, чтобы коллектив стал более принимающим.

### **Итоговая рефлексия:**

В конце смены — индивидуальная беседа с ребенком с акцентом на его прогресс и сильные стороны: «Ты смог научиться...», «Я заметила, что ты стал...». Это закрепляет положительный опыт и дает веру в себя.

Внедрение этих дополнений сделает программу психолого-педагогического сопровождения ДОЛ "Тверца" современной, системной и эффективной.

### **Заключение:**

Данная программа является гибким инструментом и может корректироваться под специфику каждой конкретной смены и контингента детей.

Главное — создать в ДОЛ "Тверца" пространство, где каждый ребенок будет чувствовать себя значимым, услышанным и счастливым.

### **Программа разработана**

– психологом Александрой Михайловной Гейдельбах

### **Программа согласована методистом лагеря**

– к.ф.н., психолингвистом Еленой Артаваздовной Варданян