

**УТВЕРЖДАЮ**  
 **начальник ДОЛ «Тверца»**  
**Е.А. Вардanian**  
**«05» июня 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

| Этап                           | Сроки            | Мероприятия                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Подготовительный               | До заезда детей  | 1. Инструктаж вожатых по основам возрастной психологии и коммуникации.<br>2. Разработка раздаточных материалов (анкеты, бланки, инструкции).<br>3. Подготовка кабинета психолога.                                                                                                  |
| Организационно-диагностический | 1-3 день смены   | 1. Знакомство с отрядами.<br>2. Проведение тренингов на знакомство и сплочение.<br>3. Первичная диагностика эмоционального состояния детей.<br>4. Выявление детей "группы риска" (сильно скучающие по дому, замкнутые, конфликтные, иные ситуации психо-эмоционального поведения). |
| Основной (реализационный)      | 4-18 день смены  | 1. Проведение цикла развивающих занятий по отрядам.<br>2. Индивидуальная и групповая работа по запросам.<br>3. Мониторинг психологического климата в отрядах.<br>4. Работа с педколлективом (планерки, поддержка).<br>5. Ведение "Почты доверия".                                  |
| Итогово-аналитический          | 19-21 день смены | 1. Итоговая диагностика удовлетворенности сменой.<br>2. Проведение заключительных "Огоньков" с акцентом на личные достижения.<br>3. Консультирование родителей по запросу.<br>4. Подготовка аналитического отчета по смене для администрации лагеря.                               |

### 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 подколлектива:

- 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-соборания 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 подгруппы

**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 почищишь 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 вожатых 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 контролируемую 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