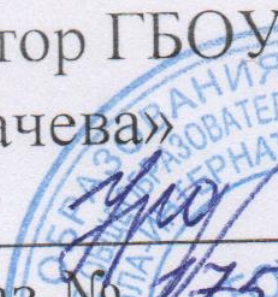


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Саратовской Области «Школа-интернат г.Пугачева»

Принята на заседании Педагогического совета от <u>24</u> <u>05</u> 2025 г. Протокол № <u>10</u>	Утверждаю: Директор ГБОУ СО «Школа-интернат г. Пугачева»  /М.А.Урабасова/ Приказ № <u>175</u> от <u>28</u> <u>05</u> 2025г.
--	--

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа
социально-гуманитарной направленности
«Мы вместе»
Возраст обучающихся: 5 до 17 лет.
Срок реализации: 3 месяца**

Автор-составитель:
педагог-психолог:
Юнаковская Екатерина Александровна

г. Пугачев 2025

СОДЕРЖАНИЕ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	стр. 3
II. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ	стр. 4-5
III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	стр. 6-12
3.1. Основные направления работы.	
3.2. Основные методы работы.	
3.3. Этапы сопровождения.	
3.4. Диагностический материал.	
IV. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	стр. 13
V. ЗАКЛЮЧЕНИЕ	стр. 14
VI. ЛИТЕРАТУРА	стр. 15

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Становление психологической службы в системе образования связано с оптимизацией процесса психического развития детей в различных условиях обучения и воспитания. Однако необходимая психологическая помощь традиционно оказывается лишь в связи с учебным (или воспитательным – в детском саду) процессом и в интервале учебного года; опыт работы психолога в период школьных каникул пока еще очень мал. Сложилась парадоксальная ситуация, что именно в то время, когда имеются максимальные возможности для создания ребенку психологически благоприятных условий для отдыха, возможности для оказания полноценной психологической помощи, он оказывается лишен их. Особенно отчетливо это проявляется в системе организованного детского отдыха и прежде всего в работе летних оздоровительных лагерей, которые оказались полностью лишены внимания психологов.

В период проведения летней оздоровительной кампании загородные лагеря решают проблемы занятости, укрепления и сохранения здоровья, профилактики асоциальных явлений, успешной социальной адаптации личности, удовлетворения интересов и потребностей, развития потенциальных способностей детей и подростков.

Инклюзия в рамках детского лагеря является педагогической инновацией, несмотря на то, что о важности социокультурной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ) идет речь во всех сферах общественной жизни. Получение полноценного отдыха детьми с ОВЗ является одним из важных условий их успешной социализации, обеспечения их полноценного участия в жизни общества.

Психологическое сопровождение отдыха детей необходимо для того, чтобы «среда обитания» в период летних каникул приобрела развивающий характер и способствовала личностному развитию с одной стороны, а с другой стороны, имела и коррекционную направленность, но оставалась привлекательной для детей и подростков.

Реализация программы деятельности педагога-психолога «Психолог и Я» в рамках летнего оздоровительного лагеря, направлена на создание психологического комфорта, развитие коммуникативных навыков, воображения, памяти, мышления, способностей у детей к дифференциации

эмоциональных состояний, выявление сферы предпочтительных интересов и творческого потенциала детей, создание оптимальных условий в обучении в соответствии с их возрастными и индивидуально-типологическими особенностями, состоянием соматического и нервно-типологического здоровья, способствующих их интеллектуальному, личностному и эмоционально – волевому развитию , содействие их адаптации в современном обществе.

Какая бы ни была направленность смены лагеря необходимо везде заботиться о здоровье детей. Деятельность педагога-психолога в первую очередь нацелена на сохранение и восстановление здоровья детей и подростков. Поскольку здоровье – понятие комплексное, помимо врачей к работе привлекается педагог-психолог (оптимизация психического (душевного) здоровья).

II. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ

Цель:

Обеспечение полноценного психического и личностного комфорта ребенка в условиях детского оздоровительного лагеря.

Задачи:

1. оказание помощи в создании благоприятного микроклимата в отрядах, как основного фактора адаптации в условиях лагеря;
2. формирование у детей и подростков личностных качеств, необходимых для успешного взаимодействия в детском временном коллективе;
3. развитие коммуникативных способностей, эмпатии, толерантности;
4. содействие снятию эмоционального напряжения;
5. развитие рефлексивного сознания детей с учетом их возрастных особенностей.
6. найти особые потребности детей с ОВЗ , обусловленные особенностями их физического или психического здоровья.
7. осуществлять различную помощь детям с ОВЗ с учетом их особенностей.

8. обеспечить пребывания детей с ОВЗ в лагере на доступном им уровне, социализацию в детском коллективе. оказание помощи в создании благоприятного микроклимата в отряде;
9. формирование у детей и подростков личностных качеств, необходимых для успешного взаимодействия в детском временном коллективе;
10. развитие коммуникативных способностей, эмпатии, толерантности;
11. содействие снятию эмоционального напряжения, в том числе в ситуациях разрешения конфликтов;
12. развитие рефлексивного сознания детей с учетом их возрастных особенностей.

Задачи с учётом возрастных особенностей:

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

Возраст детей: 5– 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 – 14 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: 15 – 17 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.

III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Период реализации программы: 3 месяца

Целевая группа: несовершеннолетние от 5 до 17 лет

ЕЖЕДНЕВНО

1. Сбор информации об эмоционально-психологическом климате в детских коллективах. (опрос, наблюдение)

2. На протяжении всей лагерной смены ведется «Календарь эмоций», в котором дети ежедневно (утро) отмечают свое настроение смайликами. (На ватмане слева, вертикально пишутся фамилии и имена детей, сверху справа уголок для сменной даты, внизу в конверте смайлики с основными эмоциями, ребенок выбирает необходимый смайлик и в уголок (для вставки) напротив своей фамилии, вставляет выбранную эмоцию, также смайлики можно просто рисовать). Этот календарь должен находиться в общедоступном месте, вертикально. Предварительно детям по отрядам объясняется принцип его работы. «Календарь эмоций» прекрасно работает как диагностический, так и развивающий метод.

3.1. Основные направления работы:

- диагностическое;
- консультационное;

- просветительское;
- коррекционно-развивающее;
- профилактическое.

3.2. Основные методы работы:

- лекции, тематические беседы;
- психодиагностические методы (анкетирование, тестирование);
- методы арт-терапии, сказкотерапии, игротерапии;
- техники телесно-ориентированные, медитативно-релаксационные.

3.3. Этапы сопровождения:

I. Подготовительный этап.

Цель: обучение педагогического персонала (разработка программы психологической поддержки всех членов коллектива лагеря).

Содержание работы:

- изучение литературы по данной проблеме;
- подготовка материалов к работе: стимульного, диагностического и др.;
- просвещение педагогов по темам:
 - «Проблемы адаптации детей в летнем лагере»;
 - «Психолого-педагогические особенности формирования временного детского коллектива. Учет возрастных особенностей»;
 - «Метод искренней коммуникации – как основа эффективного сотрудничества с детьми».

II. Этап социально-психологической адаптации.

Цель: создание тренинговых групп (с целью создания благоприятного микроклимата; определения лидеров, а также детей с ОВЗ, 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;
- подготовка коррекционных (групповых и индивидуальных) и развивающих минипрограмм.

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.

Календарно-тематическое планирование

№	Название тем	Количество часов	Запланировано по плану	Фактически проведено
1	Сплочение отрядов. Приветствие. Занятие «хорошо ли я тебя знаю?» Входная диагностика. 1-2 отряды (методика диагностики психических состояний Г. Айзенка Календарь эмоций. Начало работы почты доверия «Вы спросите-я отвечу»	3 ч	18.06 19.06 20.06	
2	Приветствие. Занятие «Дружба-это ценный дар» Тренинг «Семь «Я» человека» Тренинговая игра «Сближалки» Тренинг для малышей «Маленький волшебник»	5 ч	23.06 24.06 25.06 26.06 27.06	
3	Приветствие. Занятие «Я в мире людей» Тренинг « Я учусь сотрудничать» Занятие «Страна красок» (арт-терапия)	5 ч	30.06. 01.07 02.07. 03.07 04.07	
4	Приветствие.Тренинг общения «Пойми себя» Анкетирование, тестирование Тест «Можете ли вы влиять на других?» Занятие с элементами тренинга для снятия эмоционального напряжения\	5 ч	07.07 08.07 09.07 10.07.	

	Релаксационное занятие «Звуки природы» Коррекционно-развивающее занятие Фантазия и ложь»		11.07	
5	Приветствие. Занятие « Моя самооценка » Беседа «Вредные привычки» (тестирование) Экспресс-диагностика тревожности , агрессии. Коррекционно-развивающее занятие с детьми с ОВЗ Игра «Телефон доверия»	5 ч	14.07 15.07 16.07 17.07 18.07	
6	Приветствие. Занятие «Ни печали без радости- ни радости без печали» Анкетирование « Изучение межличностных отношений в отряде» Коррекционно- развивающие игры с малышами Беседа с элементами дискуссии « Поведение подростков, осуждаемое окружающими людьми»	5 ч	21.07 22.07 23.07 24.07 25.07	
7	Приветствие. Занятие на сплочение « Коллективное дорисовывание » Смехотерапия. Тренинг для малышей «Маленький волшебник» Приветствие. Занятие с элементами тренинга « Мы вместе» Беседа с элементами дискуссии « Язык доверия» Тест «Я и мое здоровье» Анкетирование педагогов, воспитателей, воспитанников.	5 ч	28.07 29.07 30.07 31.07 01.08	

9		3 ч	04.08 05.08 06.08	
Приветствие. Занятие «Либо в стремя ногой- либо в пень головой» Тренинг « Вместе весело шагать....» Развивающие занятия Релаксационное занятие «Океан» Консультирование отрядных вожатых Приветствие. Занятие «Учимся преодолевать трудности» Тренинг «Пойми меня»				
11	Приветствие. Занятие с элементами тренинга « Дерево добра» Коррекционно-развивающее занятие с детьми с ОВЗ Беседа « Психологические причины вредных привычек» Занятие «Ни один человек не может быть островом» Релаксационное занятие Консультирование педагогов, работающих в отрядах	3 ч	06.08 07.08 08.08	

12 Приветствие. Коррекционно-развивающее занятие с детьми с ОВЗ Занятие Наши эмоции» «Веселые художники» Игры на свежем воздухе Тренинг «Твой выбор» Занятие с элементами тренинга « Без ссор» Занятие «Прощаемся со стрессом и тревожностью» Игры и упражнения с малышами Релаксационное занятие Советы Чарли Чаплина Консультирование детей	2 ч	11.08 12.08	
14 Приветствие. Занятие с элементами тренинга «Мальчишки и девчонки» Приветствие. Занятие с элементами тренинга « Мои друзья» Занятие «Калейдоскоп» Анкетирование на предмет выявления удовлетворенности жизнедеятельностью в лагере.	3 ч	13.08 14.08 15.08	
15 Итоговая диагностика. Итоговое анкетирование « Мои впечатления о жизни в лагере» Итоговое занятие « До новых встреч»	1 ч	18.08	

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 и заочные «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;
- медитации;

- Для педагогов:

- программа снятия психоэмоционального напряжения у педагогов.

Работа с педагогами (воспитателями):

- консультации (по запросам);
- организация и проведение тренинга «Мы разные, но мы вместе»;
- Анкетирование.

IV. Этап рефлексии.

Цель: подведение итогов работы.

Содержание работы:

- занятие с элементами тренинга «Прощание» с целью получения обратной связи;
- проведение диагностического среза с целью изучения эффективности программы.

3.4. Диагностический материал.

Цель диагностики: определение индивидуальных особенностей воспитанников и выработка индивидуального подхода к каждому ребенку; выявление «трудных» детей и планирование коррекционной программы.

- **Диагностика психических состояний и дезадаптации:**

1. Методика диагностики оперативной оценки самочувствия, активности и настроения (САН).
2. Тест «Исследование тревожности» (опросник Спилбергера).
3. Тест «Самооценка психических состояний» (по Айзенку).
4. Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д.Рассела и М.Фергюсона.
5. Опросник агрессивности Басс-Дарки.

6. Проективная методика «Руки».
7. Шкала депрессии.
8. Методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Холмса и Рого.
9. Методика диагностики социально-психологической адаптации К.Роджерса и Р.Даймонда.
10. Тест Люшера.
11. Ваша самооценка.
12. Методика «Дом, дерево, человек»
 - **Диагностика мотивационной сферы:**
12. Методика диагностики степени удовлетворенности основных потребностей.
13. Анкеты для определения творческих наклонностей.
 - **Диагностика межличностных отношений:**
14. Методика выявления коммуникативных и организаторских способностей (КОС-1, КОС-2).
15. Тест «Можете ли вы влиять на других?»
16. Способны ли вы быть лидером.
17. Доверяете ли вы людям.

IV. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1. Обеспечить полноценный психический и личностный комфорт каждому воспитаннику.
2. Оказать содействие в формировании у детей и подростков личностных качеств, необходимых для успешного взаимодействия в детском временном коллективе.
3. Преумножить наличие у воспитанников навыков самоконтроля и саморегуляции.
4. Оказать воспитанникам помощь в формировании навыков самоанализа, уверенности в себе, умения понимать причины собственного и чужого поведения.
5. Способствовать овладению воспитанниками способами регуляции поведения, эмоций.
6. Способствовать развитию у воспитанников позитивного отношения к себе.

V. ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Работа психолога в лагере связана с урегулированием конфликтных ситуаций, играми на сплоченность коллектива, на адаптацию детей к незнакомым условиям и коллективу и коррекции эмоциональных состояний в процессе адаптации и социализации. Время работы психолога в лагере лимитировано, а так как дети и подростки находятся вне обычных условий своего развития, вне своего привычного окружения, без непосредственного присутствия родителей, то этот период можно рассматривать, как благоприятный период для становления личности ребенка, возможность «примерить» на себя другую социальную роль. Это прекрасная возможность для самого ребенка увидеть себя и мир, с другой стороны. Работа психолога поможет ему поднять или выровнять самооценку, это хорошее время для коррекции коммуникативных навыков, плавному вливанию ребенка в коллектив, поднятие его собственной точки зрения, адекватной действительности для социальной адаптации.

Это возможно потому, что дети в своем большинстве не знакомы друг с другом и, скорее всего, в дальнейшем общаться не будут. Психологу необходимо не только определить структуру отрядов, выровнять взаимоотношения в коллективе, но и поработать индивидуально со многими проблемами, которые возникают в детских коллективах ежедневно.

Как говорилось выше, работа психолога не ограничивается детским коллективом. Важность положительного настроения воспитателей, вожатых и другого персонала также осознается психологом. Поэтому работа психолога в лагере направлена и на актуализацию осознания воспитателями и вожатыми важности своего участия в жизни детей и повышение самооценки за счет успешного выполнения порученной работы.

К детям в лагерях необходим особый подход, который будет включать в себя функцию воспитания через призму философских, педагогических и психологических знаний. Руководствуясь этим можно предположить необходимость разработки целостной программы психологического сопровождения детей в летнем оздоровительном лагере в рамках интегрального подхода, с учетом возрастно-психологического подхода в консультировании.

VI. ЛИТЕРАТУРА

1. Белов В.Н. Продуктивность деятельности детей в летнем оздоровительном лагере как условие их самореализации: Дисс. ... канд.пед.наук. /Мордовский гос. пед. ин-т им.М.Е.Евсевьева. Арзамас, 2010. 141с.
2. Бурменская Г.В. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков. М.: Изд-во Московского психолого-социального института, 2002. 416 с.
3. Выготский Л.С. Педагогическая психология. /Под ред. В.В.Давыдова. М.: АСТ Астрель Хранитель, 2008. 671с.
4. Горбунова Н.А. Школьный лагерь: Разработка занятий с детьми в школьном оздоровительном лагере. Волгоград: Учитель-АСТ, 2003. 131с.
5. Организация летнего отдыха детей и подростков // НИРО: Нижегородский институт развития образования. Официальный сайт. URL: <http://www.niro.nnov.ru/?id=7161>.
6. Попова С.В. Воспитательные возможности разновозрастного детского коллектива // Мир образования – образование в мире. 2008. №1(29). С.308-314.
7. Рогов Е.И. Программа работы психолога в пионерском лагере // Вопросы психологии. 1990. №3. С.107-113.
8. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: В 2 кн. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 1999. 480с.

Интернет ресурсы:

1. www.psichology.vuzlib.net/book_o316_page_14.html
2. www.4stupeni.ru/.../2763-programma.html -
3. www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=5257&d_no=70614...
4. www.proshkolu.ru/gofile/463947-a208838/ - Психологическое сопровождение: тесты и методики психологических исследований ребенка.