

План проведения мероприятий в
комнате психологической разгрузки
«Территория психологического комфорта»
в 6 школьный день на 1 полугодие 2024/2025 учебного года

Дата	Время	Место проведения	Мероприятие
21.09.2024	12.00- 13.00	Кабинет №7	- тренинг с элементами сказкотерапии «Погружение в мир сказочных героев» - демонстрация мультфильмов
19.10.2024	12.00- 13.00	Кабинет №7	- тренинг с элементами танцевальной терапии «Путешествие по волшебному востоку»
02.11.2024	12.00- 13.00	Кабинет №7	-аутогенная тренировка «Лес» -релаксационные упражнения, способствующие уменьшению тревожного состояния, обучению саморегуляции
16.11.2024	12.00- 13.00	Кабинет №7	- аутогенная тренировка «Замок» -использование элементов самомассажа
21.12.2024	12.00- 13.00	Кабинет №7	- тренинг с элементами цветотерапии «Целительные свойства цвета» -сенсорная релаксация

В плане возможны изменения и дополнения

Педагог-психолог

Е.О. Ковалёва