

ПЛАН
 работы комнаты психологической разгрузки
 «Территория психологического комфорта»
 в период весенних каникул 2025/2026 учебного года

Дата	Время	Место проведения	Категория участников	Мероприятие
23.03.2026	11.00- 12.00	Кабинет №7	Учащиеся	- тренинг с элементами сказкотерапии «Погружение в мир сказочных героев» - демонстрация мультфильмов
	14.00- 15.00	Кабинет №7	Педагоги	
24.03.2026	11.00- 12.00	Кабинет №7	Учащиеся	- тренинг с элементами танцевальной терапии «Путешествие по волшебному востоку»
	14.00- 15.00	Кабинет №7	Педагоги	
25.03.2026	11.00- 12.00	Кабинет №7	Учащиеся	- аутогенная тренировка «Замок» -использование элементов самомассажа
	14.00- 15.00	Кабинет №7	Педагоги	
26.03.2026	11.00- 12.00	Кабинет №7	Учащиеся	- тренинг с элементами цветотерапии «Целительные свойства цвета» -сенсорная релаксация
	14.00- 15.00	Кабинет №7	Педагоги	
27.03.2026	11.00- 12.00	Кабинет №7	Учащиеся	- релаксационный тренинг «Преодоление эмоциональной усталости»
	14.00- 15.00	Кабинет №7	Педагоги	

Педагог-психолог

Е.О. Еловая