

План проведения мероприятий
в комнате психологической разгрузки
«Территория психологического комфорта»
в 6 школьный день на 1 полугодие 2026/2027 учебного года

Дата	Время	Место проведения	Мероприятие
26.09.2026	09.00-10.00	Кабинет №7	Тренинг с элементами пескотерапии «Пески времени»
			Релаксационные упражнения, способствующие уменьшению тревожного состояния, обучению саморегуляции
24.10.2026	09.00-10.00	Кабинет №7	Тренинг с элементами сказкотерапии «Погружение в мир сказочных героев»
			Демонстрация мультфильмов
28.11.2026	09.00-10.00	Кабинет №7	Тренинг с элементами танцевальной терапии «Путешествие по волшебному востоку»
			Использование элементов самомассажа

В плане возможны изменения и дополнения

Педагог-психолог

Е.О. Еловая