ПЛАН
работы комнаты психологической разгрузки
«Территория психологического комфорта»
на осенних каникулах 2026/2027 учебного года

Дата	Время	Место проведения	Категория участников	Мероприятие
02.11.2026	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	
03.11.2026	09.00- 10.00	Кабинет №7	Педагоги	- тренинг с элементами танцевальной терапии «Путешествие по волшебному востоку»
	11.00- 12.00	Кабинет №7	Учащиеся	
04.11.2026	11.00- 12.00	Кабинет №7	Учащиеся	- аутогенная тренировка «Замок» -использование элементов самомассажа
	14.00- 15.00	Кабинет №7	Педагоги	
05.11.2026	11.00- 12.00	Кабинет №7	Учащиеся	- тренинг с элементами цветотерапии «Целительные свойства цвета» -сенсорная релаксация
	14.00- 15.00	Кабинет №7	Педагоги	
06.11.2026	11.00- 12.00	Кабинет №7	Учащиеся	- релаксационный тренинг «Преодоление эмоциональной усталости»
	14.00- 15.00	Кабинет №7	Педагоги	

Педагог-психолог Е.О. Еловая