

УДК 373.3

**СОЗДАНИЕ СЕНСОРНОЙ  
РАЗВИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ,  
ПОВЫШАЮЩЕЙ КАЧЕСТВО  
ОБРАЗОВАНИЯ (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ)**

**Аннотация.** В статье обсуждается проблема создания благоприятной для обогащения сенсорного опыта младших школьников среды, которая позволяет снять риски для здоровья обучающихся в начальной школе. Рассматривается значимость здоровьесберегающих технологий; приводятся примеры упражнений, предупреждающих зрительное утомление, близорукость, обеспечивающих профилактику нарушений опорно-двигательного аппарата и др.

**Ключевые слова:** интенсификация обучения, риски увеличения нагрузки, здоровьесберегающие технологии, сенсорная образовательная среда

Здоровье — бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. В последнее время отмечается тенденция ухудшения здоровья обучающихся. Значительная интенсификация учебного процесса приводит к увеличению нагрузки на детский организм, созданию рисков нарушения здоровья ребенка в условиях школьного образования. Исходя из этого, создание специальной образовательной, развивающей среды стало приоритетным направлением в деятельности педагога, работающего с младшими школьниками.

Сенсорная развивающая среда — понятие новое, мало используемое в системе началь-



**Галина Юрьевна Старчикова,**  
заместитель директора  
по учебно-методической работе,  
Православная школа «Рождество»,  
с. Рождествено, Истринский район,  
Московская область, Россия  
E-mail: star-galina@mail.ru



**Елена Олеговна Цыпина,**  
методист по начальной школе,  
Православная школа «Рождество»,  
с. Рождествено, Истринский район,  
Московская область, Россия  
E-mail: rozhd-school@mail.ru

---

**Как цитировать статью:** Старчикова Г.Ю., Цыпина Е.О. Создание сенсорной развивающей среды, повышающей качество образования (из опыта работы) // Образ действия. 2023. Вып. 4 «Реализуем ФГОС начального общего образования. Лучшие практики». С. 94–100.

ного образования. Сенсорная развивающая среда представляет систему методов, средств, форм организации обучения, обеспечивающих предупреждение рисков отрицательного влияния обучения на физическое и психическое здоровье школьников. Основой создания сенсорной развивающей среды являются здоровьесберегающие технологии целенаправленного влияния на сохранение и укрепление здоровья обучающихся и упражнения, которые включаются в структуру урока и предполагают решение следующих задач: снятие зрительного утомления, профилактика близорукости, нарушений опорно-двигательного аппарата, развитие двигательной активности. Специально разрабатывались упражнения, которые способствовали сохранению работоспособности младших школьников на уроках; развивали определенные волевые качества.

Специальные упражнения строились с учетом следующих требований:

- формирование определенного круга знаний, умений и навыков здорового образа жизни;
- создание благоприятной, доброжелательной атмосферы, в том числе благодаря адекватности требований, предъявляемых к ребенку;
- рациональная организация учебного процесса с учетом психологических, возрастных, культурных и индивидуальных особенностей каждого ребенка.

Чтобы помочь нашим детям без риска для здоровья справиться со сложностями обучения, в работе использовались элементы образовательной системы «Русская классическая школа». Одним из самых сложных моментов в 1-м классе является овладение графическим навыком письма. Многолетний опыт работы школы позволил выделить несколько особенностей организации процесса обучения письму, позволяющих обеспечить здоровьесберегающий подход. Перечислим их.

### ***1. Применение индивидуальных меловых досок с графической сеткой***

Обучение письму начинается с работы на расчерченных меловых дощечках, позволяющих детям лучше представить разлиновку будущих тетрадей, научиться писать элементы букв и буквы в увеличенном виде, возможность видеть элементы и их соединения крупно, стирать и исправлять написанное. С помощью меловой доски дети учатся видеть линейки, полосы, ячейки, пересечения, это помогает им легче перейти на разлиновку в тетради (рис. 1).

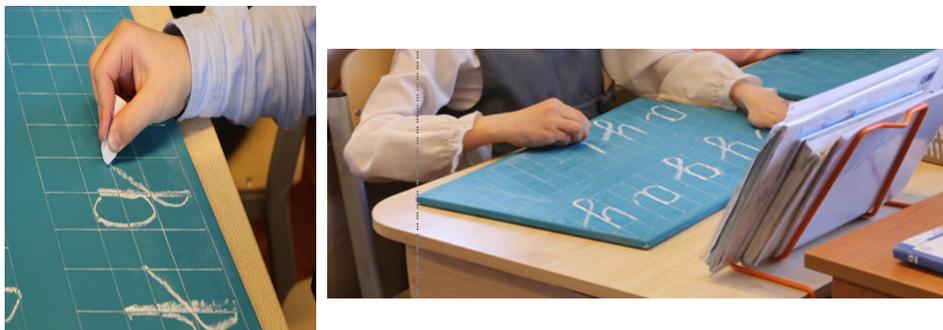


Рисунок 1. Индивидуальные меловые доски с графической сеткой

## 2. Использование механических карандашей

Первоклассники при работе в тетради для рисования по клеткам и в прописях используют механический карандаш с выдвигным грифелем 0,5 мм, по твердости/мягкости — НВ (рис. 2). Тонкий ломкий грифель позволяет ребенку привыкнуть не прилагать избыточных усилий при письме: ребенок учится регулировать нажим, чтобы не было сильного напряжения руки. Возможность стереть написанное снимает страх ученика перед погрешностями письма и помарками. При письме наши дети используют счет в такт основных элементов (раз — и, два — и), в такт дыханию, что позволяет внутренне успокоиться, развивает чувство ритма.

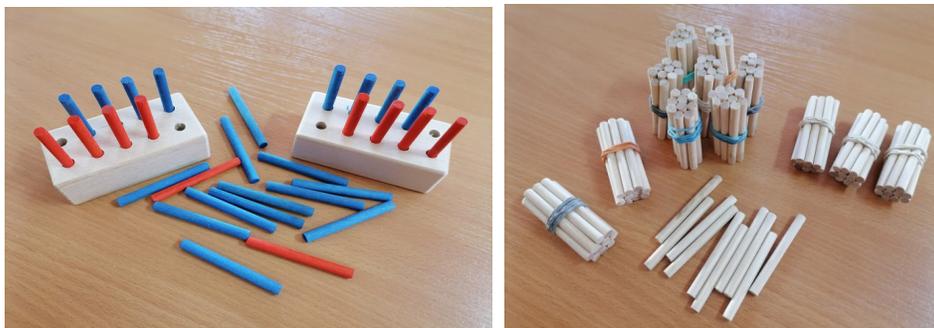


Рисунок 2. Механические карандаши

## 3. Перьевая ручка-макалка

Во втором полугодии 1-го класса наши первоклассники на уроках письма используют перо (рис. 3). Перо необходимо держать под определенным углом, в нужной позиции. Перо само, без лишних слов педагога, вынуждает ребенка приспособляться к нему, регулировать силу нажима на него, интуитивно расслаблять руку и подбирать удобное положение. Еще одно не-

сомненное достоинство использования пера: ребенку приходится поднять голову, оторвать руку от тетради, обмакнуть перо в чернильницу, стряхнуть излишки чернил, чтобы писать следующие буквы, а за это время и глазные мышцы, и мелкие мышцы руки успевают расслабиться, и кисть снова готова писать. Кроме того, перьевая ручка дает возможность варьировать толщину линии, что придает буквам эстетическую красоту. Известно, что каллиграфия прекрасно развивает мелкую моторику рук.



Рисунок 3. Перьевая ручка-макалка

#### **4. Автоматическая перьевая ручка. Специальные прописи**

Научившись писать ручкой-макалкой, ребенок получает автоматическую перьевую ручку. Таким образом, он овладевает всеми инструментами письма. Дети пишут в специальных прописях с разлиновкой, повторяют орнаменты, которые постепенно усложняются, могут переписать предлагаемый текст или написать собственный.

Приведем еще один пример: использование метода оживления зрительного восприятия при изучении темы «Предложение». Например, детям раздается полоска с напечатанным предложением и картинка с рисунком комода, где на каждой полке будет «размещаться» конкретная часть речи. Детям предлагается руками неспешно разорвать предложение на отдельные слова, перемешать, попробовать поменять их местами, прочесть, что получилось, и сделать вывод: последовательность слов в предложении очень важна, слова должны быть связаны по смыслу между собой.

Далее дети определяют главные члены предложения — это основа дерева (рисуем ствол), и от главных членов предложения задаем вопросы к другим членам предложения (рисуем ветви дерева). Потом школьники работают над частями речи данного предложения, распределяя их по нужным полочкам комода.

Приведем примеры обогащения сенсорной развивающей среды на уроках математики.

### **1. Работа с палочками и брусочками**

На уроках математики для демонстрации того, как складывать числа с переходом через десяток, мы используем индивидуальные для каждого ребенка деревянные палочки двух цветов и два деревянных брусочка с отверстиями для палочек. Это идеальное пособие, помогающее ребенку буквально и увидеть, и потрогать математику.

### **2. Русские счеты**

На уроках математики мы используем русские счеты в качестве инструмента для улучшения устных вычислений обучающихся. Помимо улучшения навыков устного счета, эти счеты развивают мелкую моторику и, следовательно, влияют на общее развитие ребенка. Если ученик вручную научится разбивать цифры на слагаемые в виде косточек, то ему легче будет в дальнейшем выполнять сложение и вычитание.

На всех уроках важно помогать детям следить за осанкой, предотвращать усталость зрительного анализатора. Приведем примеры того, как можно обогатить для этого среду класса.

### **1. Конторка**

Для уменьшения нагрузки от статических поз в школе используются парты-конторки. В течение урока ребенок несколько раз меняет положение тела — встает или садится. Тем самым сохраняется и укрепляется его телесная вертикаль, позвоночник, осанка — основа энергетики человеческого организма. В позе «стоя» ребята находятся на массажных ковриках, а в это время можно послушать сказку, рассказ, выполнить речевую разминку, провести устный счет, решить логическую задачу.

### **2. Мешочки с крупой**

Очень интересна и полезна практика использования мешочков с крупой. Для укрепления мышечного корсета и формирования, закрепления навыка правильной осанки, правильного положения головы при письме очень полезно сидеть, удерживая на голове мешочек с крупой. Чтобы он не упал с головы, ребенок ровно держит туловище, не наклоняет низко голову. Как результат, укрепляются мышцы, удерживающие позвоночник, не портится зрение. Эта практика начинается с первых дней обучения и продолжается на протяжении всего обучения в начальной школе.

### **3. Зрительный тренажер**

Особую роль в профилактике зрительного утомления играет работа со зрительным тренажером Базарного, расположенного на стене каждого класса. Функция тренажа заключается в следующем: если в течение нескольких минут смотреть на цветные фигуры, выполняя определенные упражнения, то легко снижается переутомление и активизируется работа мозга (рис. 4).



Рисунок 4. Зрительный тренажер

Детям предлагается встать около парт и глазами проследить по направлению, указанному на каждом цвете овала.

*Чтобы нам не устать,  
Надо плюс нарисовать.  
Ох, забот у нас немало.  
Пойдем по красному овалу.  
Мы на месте не стоим.  
По восьмерке побежим.*

#### **4. Физкультминутки с колючими мячиками**

Колючий мяч — это резиновый игольчатый (с шипами) мяч, предназначенный для массажа, рефлексотерапии и релаксации (рис. 5).

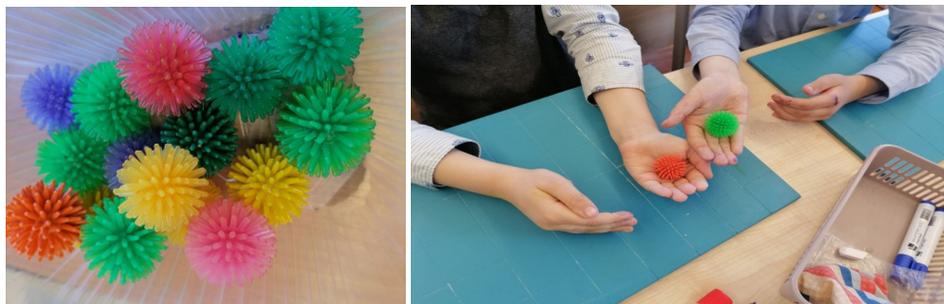


Рисунок 5. Колючие мячики

При перекатывании мяча по детской руке имеющиеся на его поверхности шипы воздействуют на нервные окончания, улучшают приток крови, стимулируя кровообращение. Упражнения с такими мячами очень хорошо развивают мелкую моторику, общую координацию, пластичность движений, а также корректируют речевые нарушения.

*Я катаю свой орех по ладоням снизу вверх,  
А потом обратно, чтобы стало мне приятно.*

**Сделаем вывод.** Внедрение в обучение активной сенсорной развивающей среды привело к снижению показателей заболеваемости детей, улучшению психологического климата в классе, сохранению работоспособности на уроках. Учителям, освоившим эту технологию, стало легче и интереснее работать, поскольку открывается простор для его педагогического творчества.

#### Список рекомендуемой литературы

1. Базарный В. Ф. Дитя Человеческое. Психофизиология развития и регресса. М.: Концептуал, 2022. 400 с.
2. Сухомлинский В. А. О воспитании. М.: Концептуал, 2023. 272 с.