

**Никифорова У.П.**

**СЕНСОРНАЯ КОМНАТА «ЗДОРОВЕЙКА» («УОСКУЛАН»)  
КАК ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ СРЕДА В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ  
ФГОС ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Аннотация.** В данной статье рассмотрена сенсорная комната «Здоровейка» («Уоскулан»), созданная в Центре развития ребенка – детский сад «Ньургуйун» села Харбала-1 Чурапчинского улуса Республики Саха (Якутия). Это специально оборудованное помещение, в котором дети и воспитатель находятся в безопасной, комфортной обстановке. Целью комнаты является создание здоровьесберегающей среды в ДОУ, способствующей сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей, их эмоционального благополучия.

**Ключевые слова:** сенсорная комната, здоровьесберегающая среда, сохранение здоровья, укрепление здоровья, развитие психических процессов, воспитание, обучение, реабилитация, эмоционально-положительный контакт.

**Ulyana P. Nikiforova**

**SENSORY ROOM «ZDOROVEYKA» («UOSKULAN»)  
AS A HEALTH-SAVING ENVIRONMENT IN THE CONTEXT  
OF THE IMPLEMENTATION OF THE FEDERAL STATE EDUCATIONAL  
STANDARD FOR PRESCHOOL EDUCATION**

**Abstract.** The article deals with the sensory room «Zdoroveyka» («Uoskulan»), created in the child development center – Kindergarten «Nyurguyun» of the village of Kharbala-1 ya of Churapchinsky district of the Republic of Sakha (Yakutia). This is a specially equipped room where children and the caregiver are in a safe, comfortable environment. The purpose of the room is to create a health-saving environment in preschool educational institution that helps to preserve and strengthen the physical and mental health of children and their emotional well-being.

**Keywords:** sensory room, health-saving environment, health preservation, health promotion, development of mental processes, education, training, rehabilitation, emotional-positive contact.

Сегодня в жизни дошкольных учреждений сенсорные комнаты приобретают особую актуальность. Это предметно-развивающая среда, которая представляет собой реальную возможность расширить жизненный опыт детей, обогатить их чувственный мир. Они как волшебный мир здоровья.

Маленькие дети очень любознательны и активны, они всегда интересуются новым, неизвестным в окружающем мире, задают разные непредвиденные вопросы взрослым, склонны к экспериментированию и способны действовать самостоятельно. Для запросов маленьких любознательных детей и отвечает сенсорная комната.

Это удивительное место, где можно потрогать абсолютно всё. Малышей всегда привлекают замочки, крышки, пробочки, шнурочки, выключатели, а также всё яркое и красочное. Здесь им позволяют заниматься разными интересными делами [2, с. 11].

Исходя из этого мы решили своими силами создать этот удивительный, необыкновенный уголок детского счастья. И в 2015 году в нашем детском саду без приобретения дорогостоящего оборудования организовали сенсорную комнату «Уоскулан» («Здоровейка»), площадью 17,9 кв. м.

Комната отвечает всем требованиям образовательной области «Познавательное развитие». Здесь организованы такие зоны, как «Звёздный мир», «Подводный мир», «Природный мир», «Сказочный мир», «Волшебная вода» и «Водопады».

Здоровьесберегающая среда нашего ДООУ – это гибкая, развивающая, не угнетающая ребёнка система, основу которой составляет эмоционально-комфортная среда пребывания и благоприятный режим организации жизнедеятельности детей [2, с. 12].

В нашем детском саду созданы все условия для сохранения и укрепления здоровья воспитанников: полностью оснащенный медицинский блок,

физкультурный зал площадью 100 кв. м, экозона «Цветочный рай», кабинет учителя-логопеда, кабинет педагога-психолога, комната ранней помощи «Мамалыш», кроме этого, в группах имеются уголки здоровья.

Здоровьесберегающая среда назначена для реабилитации детей – ведь эта комната сказочна, она создана специально для детей, в которой дети учатся воспринимать мир посредством чувственных ощущений. Здесь всё, начиная с пола, потолка, стен и заканчивая оборудованием, призвано настроить ребенка на дружелюбное восприятие, активировать скрытые потенциалы.

Например, прожекторы, светильники, светящиеся звёзды, водопад, аленький цветочек создают невероятные ощущения у детей – они раскрепощаются, забывают о своих страхах и полностью увлекаются любой развивающей игрой, которую предложил взрослый. И это всё важная составляющая интерактивной здоровьесберегающей среды сенсорной комнаты.

При взаимодействии с зоной у ребенка возникает ощущение, будто бы он дотрагивается рукою до звёзд. Эти красочные эффекты используются в развивающей работе для стимуляции тактильно-визуальных ощущений, пространственных представлений и ориентировок, развития восприятия, воображения, внимания, а также снижения уровня психоэмоционального и мышечного напряжения.

Зона «Подводный мир» служит для знакомства детей с морскими обитателями. Использование липучек позволяет менять местами морских жителей в зависимости от желания ребенка, привлекает внимание детей своей яркостью, мобильностью, многофункциональностью, простотой в использовании, разнообразием содержания. Дополнили сенсорную комнату зоной «Сказочный мир», где имеется магнитная доска для серии сказок, для того чтобы дети верили в чудеса. В сказках ребенок находит отголоски своей собственной жизни. Понимает, что он не одинок и, как главный герой, может справиться с любым своим страхом и проблемой [1, с. 56].

Для развития у детей способности видеть окружающий мир и уметь анализировать, делать выводы в нашей комнате создана зона «Природный

мир», где у детей закладываются не только основы личности, но и большинство ценностей, в частности отношение к природе, непосредственная близость с природой оказывает на дошколят положительное влияние, делая их добрее, внимательнее и мягче [2, с. 14].

Дети учатся понимать окружающий их мир, замечать как общие, так и индивидуальные признаки объектов природы, что подводит их к пониманию неповторимости. Для красоты интерьера мы добавили маленькие фонтанчики, чудо-грибок, ежика, черепаху, насекомых и цветящийся аленький цветочек.

Все дети любят играть с водой, поэтому также дополнили комнату зоной «Волшебная вода». «Волшебная вода» направлена на здоровьесбережение, так как вода прекрасно помогает детям справиться с дневным стрессом и является одним из закаливающих видов процедур, направленных на психическое развитие детей. Дети бесконечно могут переливать, разливать воду по различным емкостям (тазики, ведерки, ванночки, тарелки, мелкие игрушки для игры с водой и кулер), «ловить рыбу», пускать кораблики. Вода дает детям приятные ощущения, развивает различные рецепторы и предоставляет практически неограниченные возможности познавать мир и себя в нем, так как игры с водой – одни из самых приятных способов обучения [1, с. 46].

Программа динамического воспитания и обучения детей в развитии предусматривает различные виды стимулирующего воздействия, особенно важно, чтобы дети активно участвовали в этом процессе. Занятия по освоению двигательных навыков, развитию мотивации, осознанных волевых усилий должны быть посильными, усложняющимися постепенно и должны доставлять детям удовольствие. Для этого мы выбрали модули расслабляющего и активизирующего характера, которые создают комфортную обстановку и вызывают положительные эмоциональные реакции у детей (ящик с песком, ящик с разноцветными рисами и развивающий стол). В этой связи особенностью сенсорной комнаты являются «волшебные» и сказочные эффекты объёмных предметов, света и звука, нежные звуки успокаивающей музыки, к которым прилагаются записи звуков природы, классической и

колыбельной музыки, музыки «Сонатал», хомуса для музыкального сопровождения игр, упражнений и релаксаций [2, с. 15].

Все, что окружает дошкольников с самого раннего возраста, – вещи, принадлежащие взрослым, игрушки, животные, растения, вода, песок и многое другое, – вызывает у них интерес. Так как малыши любят исследовать новые предметы, экспериментировать с разнообразными веществами, материалами (водой, песком, снегом, глиной, красками и пр.), мы учли и эту область.

Мягкое покрытие пола, пуфики, подушки оказывают приятное расслабляющее действие, обеспечивают возможность удобной позы и мягкую поддержку. Напольные сенсорные дорожки, воздействуя на рецепторы стопы, стимулируют внутренние органы, способствуют профилактике плоскостопия, закаливанию организма, оказывают оздоровительный эффект.

Игры и упражнения для развития мелкой моторики особенно нужны современным детям, мелкая моторика отлично развивается во время игр (дидактическая игрушка черепаха, развивающий кубик, забавные прищепки и шарики из волоска). Есть различные мягкие модули: «сухой бассейн» способствует освоению и совершенствованию двигательных навыков, удовлетворяет потребность детей в гармоничных движениях, стимулирует его поисковую и творческую активность, снижает уровень психоэмоционального напряжения.

Уникальность комнаты в том, что все оборудования и материалы изготовлены добрыми, умелыми и старательными руками сотрудников детского сада.

Игровые и релаксационные оборудования, находящиеся в комнате, активизируют и развивают память, мышление, восприятие, творческий потенциал детей, стимулируют сенсорную чувствительность и мелкую моторику, побуждают к познанию и исследованию окружающего мира, успокаивают и улучшают засыпание, уменьшают избыточную активность и снимают стресс, понижают утомляемость, снижают агрессию и конфликтность, помогают справиться с навязчивыми детскими страхами.

Для обеспечения образовательной деятельности в сенсорной комнате воспитателем У.П. Никифоровой разработано перспективное планирование здоровьесберегающих игр и практические советы с рекомендациями для педагогов и родителей.

Все созданные условия не только дают приятные ощущения, но и применяются для терапии, ведь не зря сенсорную комнату называют «комната-доктор».

Таким образом, роль здоровьесберегающей среды сенсорной комнаты для реабилитации детей очень велика. Отслеживание реакции детей показывает значительное повышение эффективности проводимой работы.

### *Список литературы*

1. Здоровьесберегающая игровая деятельность как средство благополучной адаптации к детскому саду детей раннего и младшего дошкольного возраста в условиях реализации Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования / А. И. Новгородова, У. П. Никифорова, С. Е. Захарова ; АОУ РС (Я) ДПО «Институт развития образования повышения квалификации имени С.Н. Донского-II ; МБДОУ ЦРР Детский сад «Ньургунун» с. Харбала-I МО «Чурапчинский улус». – Якутск: Изд-во АОУ РС (Я) ДПО ИРО и ПК, 2016. – Текст : непосредственный.

2. Сенсорная комната «Здоровейка» («Уоскулан») как здоровьесберегающая среда в условиях реализации Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования / А. И. Новгородова, У. П. Никифорова, С. Е. Захарова ; АОУ РС (Я) ДПО «Институт развития образования повышения квалификации имени С.Н. Донского-II ; МБДОУ ЦРР Детский сад «Ньургунун» с. Харбала-I МО «Чурапчинский улус». – Якутск: Изд-во АОУ РС (Я) ДПО ИРО и ПК, 2019. – Текст : непосредственный.

---

**Никифорова Ульяна Петровна**, воспитатель-тьютор, МБДОУ ЦРР – детский сад «Ньургунун» с. Харбала-1 МО «Чурапчинский улус», с. Харбала-1, Республика Саха (Якутия)

**Ulyana P. Nikiforova**, teacher-tutor, MBPEI CDC – Kindergarten «Nyurguhun» of the village of Kharbala-1ya of Churapchinsky district, village of Kharbala-1ya, Republic of Sakha (Yakutia)